



VOORWOORD

Ik ben nogal huiverig voor mensen die zichzelf spiritueel noemen. Alsof het een kwaliteit is die zij zelf wél hebben, en de rest van de mensheid niet. Het zou een vreemde keuze van de schepping zijn om een gedeelte van de mensheid wel met een zesde zintuig uit te rusten, en de grote meerderheid niet. Toch is er een heel legioen hulpverleners van aurareaders tot mediums en van magnetiseurs tot en met pendelaars die zich beroepen op een zeldzame gave die ze tegen vergoeding willen inzetten.

Natuurlijk zijn er mensen die hun zesde zintuig beter ontwikkeld hebben dan anderen, net zoals sommigen beter horen, zien, ruiken, voelen of smaken als anderen. Maar mijn overtuiging is dat we allemaal over dat zesde zintuig beschikken, en dat het een kwestie is van oefenen om het te ontwikkelen.

Wij, de menselijke soort, zijn sowieso uitgerust met gebrekkige zintuigen. We kunnen slechts een beperkt deel van de totale werkelijkheid zien, horen, ruiken, voelen en smaken. Honden kunnen tot 50.000 Hz horen, wij mensen slechts maximaal tot 20.000 Hz. De oude kabbalisten verklaarden al eeuwen geleden dat wij slechts een procent van de werkelijkheid waarnemen, en dat 99 procent zich voor ons afspeelt achter de schermen. Daarom zijn wij vaak geneigd enkel naar de gevolgen



van iets te kijken, en ontgaan ons de oorzaken.

Heel wat zaken die nu in hocus-pocus-sferen gesitueerd worden, zijn eenvoudigweg nog niet waarneembaar of verklaarbaar voor het menselijk brein.

Isaac Newton, over wie ik de roman *De geheime Newton* schreef, was maar liefst negentig procent van zijn tijd bezig met alchemie, kabbala en esoterie. Zijn grote natuurkundige wetten waren afgeleiden van zijn esoterische proefnemingen. Ik ben daarom blij dat Pam Grouts boek *E²* nu in het Nederlands te lezen, en vooral te beleven valt.

Want het leuke van dit boek is dat je met negen eenvoudige experimenten zelf kunt waarnemen dat je veel meer invloed hebt op de wereld om je heen, dan we soms geneigd zijn te denken.

Het uitgangspunt van de kabbala is: geloof niets wat je niet zelf onderzocht of ondervonden hebt. Dat wil ik u ook aanraden bij het betreden van Pam Grouts laboratorium.

Wees sceptisch, wees kritisch, maar volg wel nauwkeurig haar richtlijnen op. En laat je dan verrassen door je eigen 'paranormale' gave, en leer dat het cliché 'er is meer tussen hemel en aarde' niet tot de wereld der spirituelen behoort, maar gewoon gezond verstand is.

Geniet van Pam Grouts wonderlijke experimenten, zoals ik ook zelf gedaan heb! En ontdek dat intunen op de universele energie net zo gewoon is, en net zo'n geboorterecht, als het inademen van lucht.

Geert Kimpen

Auteur van onder meer *De Kabbalist*, *De geheime Newton*, *Maak goud van je leven*, en *Stap voor stap van wens naar werkelijkheid*.
www.geertkimpen.com

***De manier waarop wij altijd naar het leven hebben
gekeken moet aan de kant worden geschoven, zodat de
waarheid tevoorschijn kan komen.***

– Michele Longo O'Donnell, oprichter van Living Beyond
Disease



INLEIDING

Iedereen die zich serieus met wetenschap bezighoudt raakt ervan overtuigd dat zich in de wetten van de kosmos een geest manifesteert – een geest superieur aan die van de mens.

– Albert Einstein, Duits theoretisch natuurkundige

Twee maanden voor ik 35 werd dumpte mijn vriend me na een lange relatie voor een rechtenstudente met uitgroei van ergens in de twintig. Je moet weten dat in dezelfde tijd het single vrouwen/asteroïden-onderzoek uitkwam, dat onthulde dat vrouwen van over de dertig ongeveer evenveel kans hebben om voor het huwelijksaltaar terecht te komen als om te worden geraakt door een asteroïde.

Toen ik een paar dagen in bed naar mijn plafondventilator had liggen staren, kwam ik tot de conclusie dat mij twee keuzes restten. Ik kon mijn polsen doorsnijden in een warm bad ... of ik kon me aanmelden voor een werk-leer-programma van een maand aan Esalen, het werk-aan-jezelf-mekka in Big Sur, Californië. Omdat ik wist dat mijn toenmalige huisgenote een bloedhekel aan troep had, koos ik voor Esalen.

Op de tweede avond aldaar ontmoette ik een knappe ex-surfer genaamd Stan, die me overhaalde om de avond door te



brengen met luisteren naar het gebeuk van de oceaan tegen de kliffen. Uiteindelijk vielen we in slaap in een van de masageruimten, dicht tegen elkaar aan om warm te blijven. Niet dat dat hielp. Er kan in april een felle wind vanaf de Atlantische Oceaan waaien, en ondanks onze gecombineerde lichaamswarmte vrozen we bijkans dood. Nu ik erover nadenk, dat zou wél een oplossing voor mijn dilemma aangaande geknoei bij zelfmoord zijn geweest.

Als Stan niet zo leuk was geweest, en ik de hufter die me als een lege chipszak aan de kant had gegooid niet zo dolgraag wilde vergeten, had ik mezelf vast en zeker geëxcuseerd en was ik teruggegaan naar mijn gevoerde slaapzak. Maar ik bleef tot het dag werd en het ochtendlicht onthulde dat er naast het matje waarop wij tegen elkaar aan waren gekropen al die tijd een straalkachel had gestaan. Een straalkachel, die we aan hadden kunnen zetten om warm te blijven!

Dat is in een notendop waar dit boek over gaat. Er is altijd een straalkachel – of liever gezegd een onzichtbare bron van energie – tot onze beschikking, maar we hebben nooit de moeite genomen hem aan te zetten. De meesten van ons zijn zich er niet eens van bewust dat die ‘straalkachel’ bestaat. We zien het leven als een gokspelletje. *C'est la vie.*

Zij die wél van het bestaan van de ‘straalkachel’ weten (oftewel: het energieveld dat ons de mogelijkheid geeft om ons leven te bepalen en vorm te geven), begrijpen niet hoe het werkt. We hebben weleens gehoord dat je hem aan kunt zetten door te bidden, dat je zorgt dat-ie blijft branden door goed te doen. Maar niemand lijkt het zeker te weten. De ene goeroe zegt dat je moet chanten. De volgende stelt meditatie voor. Die van vorig jaar vond dat je je gedachten moest reinigen en je

trillingsfrequentie moest verhogen. Dus wat is het nou? Is die energiekracht echt zo vaag en mysterieus? En waarom werkt het maar af en toe? Op zijn best is het kieskeurig en grillig, niet iets waar je op kunt bouwen.

Of toch wel?

Ik zou willen zeggen dat dit onzichtbare energieveld honderd procent betrouwbaar is. Het werkt altijd, net als een wiskundige formule of een natuurkundige wet. Twee plus twee is *altijd* vier. Als je een bal van het dak gooit valt hij *altijd* naar beneden. Een gedachte heeft *altijd* invloed op de fysieke werkelijkheid.

Zien Is Geloven

Ik ruk me los van alles wat ik denk te weten. Zekerheid is heel handig, maar het kan je geest ook afsluiten voor het ware licht.

– David O. Russell, filmmaker

Als je *The Secret* hebt gelezen of je weleens in metafysische of spirituele kringen hebt begeven, weet je al dat je gedachten je werkelijkheid creëren, dat er in de kosmos een kracht is die kan genezen en dat jij en alleen jij jouw leven vormgeeft. Er is helaas één klein probleempje, een addertje onder het gras. Je gelooft dat niet *echt*. Niet helemaal.

Eigenlijk opereren de meesten van ons nog vanuit de mentale architectuur van onze voorouders. We denken dat we ons leven sturen met onze briljante ideeën en gedachten. We denken dat we onze intenties affirmeren en nieuwe mo-



gelijkheden creëren, maar in werkelijkheid zetten we steeds opnieuw dezelfde oude plaat op, met ingesleten patronen en automatisch gedrag, grotendeels aangeleerd voor we vijf jaar oud waren. Wij zijn net de honden van Pavlov, we reageren simpelweg op patronen die we al hebben opgepikt voordat we intelligent genoeg waren om verstandige keuzes te maken. Veel gedachten waarvan je denkt dat ze van jezelf zijn, zijn eigenlijk verborgen overtuigingen van anderen, die je zonder er verder over na te denken hebt overgenomen. Je positieve gedachten zijn in strijd met die oude, ontmoedigende programmering. Met andere woorden: je bewustzijn, de kracht die *altijd* je werkelijkheid beïnvloedt, zit erin gevangen. Niet lang nadat ik was afgestudeerd, mijn eerste baan kreeg en mijn eigen zaakjes regelde, werd ik geplaagd door negatieve gedachten over geld. Ik piekerde erover, vroeg me voortdurend af of ik al bijna blut was, en of ik me de fiets die ik zo graag wilde en de nieuwe computer die ik nodig had wel kon veroorloven. Op een dag, ik was 's ochtends vroeg aan het joggen, viel opeens het kwartje. Die gedachten waren exacte klonen van opmerkingen die mijn moeder vaak maakte tijdens mijn jeugd. En hoewel mijn eigen leven geen enkel bewijs leverde dat die angsten ondersteunde, had ik ze zonder het te beseffen rechtstreeks naar mijn bewustzijn gedownload. Ik hoef er niet bij te zeggen dat die manier van denken me geen steek verder bracht. En dus heb ik de visie die mijn financiële leven beheerste heel bewust veranderd in: 'Ik kan me alles veroorloven wat ik wil. Om precies te zijn: ik ben zo welgesteld dat ik me nooit meer zorgen over geld hoef te maken.' Omdat ik een onafhankelijk, freelance schrijver was, benoemde ik God tot algemeen directeur van mijn carrière. Dat

onzekere schrijversbestaan hield ik nooit vol met de ondeugdelijke programmering en negatieve gedachten die ik uit mijn verleden had gedownload, bedacht ik me. Ik had duidelijk een nieuwe energetische instelling nodig.

De werkelijkheid is veranderd, gast!

Als we zouden werken aan de veronderstelling dat wat als waarheid wordt aangenomen werkelijk waar is, zou er een beetje hoop op vooruitgang zijn.

– Orville Wright, Amerikaans uitvinder

Hoewel is bewezen dat het reductionistische, mechanistische wereldbeeld niet klopt, zit het nog steeds diep verankerd en ingebed in onze cultuur. Neurowetenschappers vertellen ons dat 95 procent van onze gedachten wordt gestuurd door ons voorgeprogrammeerde, onbewuste brein. In plaats van daadwerkelijk te denken, kijk je naar een ‘film’ van je verleden.

Als je niet was ondergedompeld in dit voortdurende tumult van oldschool, gefragmenteerd denken, zou je je leven naar jouw wensen kunnen veranderen. Je zou niet piekeren over geld, je zou alleen maar prachtige relaties hebben en je zou zo waanzinnig tevreden zijn dat het niet in je zou opkomen een boek als dit te kopen.

Om heel eerlijk te zijn, ik ben blij dat je dat wel hebt gedaan. Dit kleine boek zal je eens en voor altijd bewijzen dat jouw gedachten macht hebben en dat een veld van oneindige mogelijkheden wacht tot jij er aanspraak op maakt. Het zal je helpen



de achterhaalde manier van denken die jouw leven bepaalt te veranderen.

In plaats van met een indrukwekkend pleidooi te komen, zoals waarover je hebt gelezen in al die andere boeken over het veranderen van de werkelijkheid, bevat dit boek negen eenvoudige experimenten die direct bewijs leveren. Dat geeft je de mogelijkheid om in plaats van te 'weten' dat je gedachten je werkelijkheid creëren, het te zien gebeuren, elke dag weer, bij elk besluit dat je neemt.

Op dit moment is het alleen nog een theorie. Maar als je met eigen ogen ziet dat je de werkelijkheid kunt veranderen door haar simpelweg te observeren, zal je brein worden geherprogrammeerd en word je verlost van je oude patronen. Als je door middel van wetenschappelijke experimenten leert hoe sterk je verbonden bent met het veld van mogelijkheden, word je letterlijk bevrijd.

De magie die we overboord hebben gegooid

Jeetje, wat houdt de wereld toch van zijn kooi.

– Tess Lynch, schrijfster, gentlewoman en essayist

De kwantumfysica omschrijft het veld als 'onzichtbare bewegende krachten die de fysieke wereld beïnvloeden'. In dit boek leer je het veld van mogelijkheden (ik noem het ook wel het VM) in jouw voordeel te gebruiken. Omdat energie onzichtbaar is en wij nog steeds handelen vanuit het ouderwetse grondbeginsel dat materie het belangrijkste is, hebben we nog niet geleerd deze essentiële bouwsteen optimaal te benutten.

De komende 21 dagen, zo ongeveer de tijd die je nodig hebt om de experimenten in dit boek uit te voeren, krijg je de unieke kans om een bewuste band op te bouwen met energie (zelfs materie, zei kwantumfysicus David Bohm, is niets anders dan 'bevroren licht') en te leren het te transformeren in alles wat je maar wilt – of dat nu innerlijke rust is, geld of meer vol-doening uit je werk. Je kunt het VM zelfs inzetten om een vakantie naar Tahiti te regelen.

Neem mij nou, bijvoorbeeld. Een paar jaar geleden besloot ik een maand in Australië door te brengen. Een chiropractor op wie ik smoorverliefd was had daar net een baan gekregen om met Aboriginals te werken. Hoe zouden wij, vroeg ik me af, ooit een relatie krijgen als ik in Kansas was en hij ruim 10.000 mijl bij mij vandaan zat? Een verstandig mens zag met één blik op mijn bankrekening dat een vliegticket naar Sydney van 1500 dollar, de gangbare prijs in die tijd, er niet in zat. Maar ik wilde erheen, en ik had het geluk te weten dat het veld van mogelijkheden daarvoor kon zorgen.

Ik begon de reis voor te bereiden, zag mezelf al helemaal door de branding van Sydney rennen. Ik maakte het beeld in mijn hoofd zo mooi mogelijk.

Binnen een week belde mijn chef van het tijdschrift *Modern Bride*.

'Ik weet dat het kort dag is,' begon ze, 'maar zou jij heel misschien naar Australië willen om een reportage te maken over een huwelijksreis? We betalen je extra.'

'Eh, oké,' zei ik. 'Als het echt moet.'

Je kunt energie ook inzetten om je lichaam te genezen en te veranderen. Ik was eens met een vriendin aan het hiken in de buurt van Steamboat Springs, Colorado. Terwijl ze het enige



pad in het hele gebied opklom, struikelde ze over een steen, waarna ze haar enkel vol afgrijzen zag opzwellen. En dan bedoel ik ook echt *opzwellen*. Als dit naast een ziekenhuis was gebeurd, was het geen enkel probleem geweest, maar wij tweeën waren 70 minuten (als je snel loopt, wat zij niet kon – ze kreupelde) verwijderd van de dichtstbijzijnde telefoon, dus hou maar op over een ziekenhuis. Ik zei dat ze haar lichaam moest opdragen om te stoppen met opzwellen. Ze begon te schreeuwen: 'Stop met zwellen! Genees! Stop met zwellen! Genees!'

'Je mag het ook zachtjes zeggen, hoor', zei ik haar.

Het is ons gelukt terug bij ons kamp te komen, en ze hoefde niet eens naar de dokter.

VM = OM (Oneindige Mogelijkheden)

***Het leven is overal, de toekomst staat overal in bloei,
maar we zien er maar een klein deel van en vertrappen
het meeste.***

– Hermann Hesse, Duits-Zwitserse dichter en schrijver

De negen experimenten in dit boek, waarvan de meeste maar 48 uur of minder in beslag nemen, tonen aan dat het VM net als elektriciteit betrouwbaar en voorspelbaar is en beschikbaar voor iedereen, van Sint Franciscus van Assisi tot Barbara Walters*. Ze bevestigen wat natuurkundigen de afgelopen 100 jaar hebben ontdekt – dat het veld ons allemaal verbindt en dat wij ons leven zelf in de hand hebben omdat elke gedachte

* Barbara Walters is een Amerikaanse journalist, auteur en tv-presentatrice.

een energiegolf is die alles in het universum beïnvloedt. Maar net als bij elektriciteit moet je wél de stekker erin steken. En je moet potverdorie ophouden met vaag doen. Geen normaal mens zou een warenhuis opbellen en zeggen: 'O, stuur me maar iets wat ik leuk vind.' Net zo min als je de loodgieter belt om je toilet te laten repareren en dan zegt: 'En kom maar gewoon als je zin hebt.' Toch is dat wel hoe de meeste mensen met het veld omgaan. We zijn veel te voorzichtig en vaag, en hebben geen idee hoe het nu eigenlijk werkt.

E-Kwadraat legt je niet alleen uit hoe het VM werkt, maar biedt je daarnaast negen experimenten die je geen van alle geld kosten en maar een klein beetje van je tijd, en die bewijzen dat gedachten daadwerkelijk tastbare 'dingen' zijn. Ja, dat lees je goed. Er staat: *bewijzen*.

De negen energieprincipes in dit boek bevestigen dat het VM ook in jouw leven zijn werk doet, of je je nu wel of niet bewust bent van de aanwezigheid ervan. Je zult ontdekken dat het dieper gaat dan natuurkundige wetten en dat je er net zo op kunt vertrouwen als op de zwaartekracht – als je eenmaal hebt geleerd vastberaden te zijn en kristalhelder in wat je precies wilt. En bereid bent deadlines vast te leggen. En het belachelijke idee loslaat dat er iets – je weet niet eens precies wat – mis met je is. Om effectief met deze spirituele wetten aan de slag te kunnen gaan, moet je er tot diep in je boten van overtuigd zijn dat de kosmos vrijgevig is en je altijd steunt.

Ik weet niet meer precies wanneer ik doe-het-zelfexperimenten met mijn leven begon uit te voeren. Ik weet wel dat het me steeds duidelijker was geworden dat alle spirituele theorieën en boeken en cursussen waar ik zo door gefascineerd was ei-



genlijk helemaal geen waarde hadden zolang ik er niet volledig voor ging.

Zoals de meeste mensen begon ik met babystapjes – met simpele doelen zoals het vooraf zeker stellen van een parkeerplek, een klavertjevier vinden of interviews met belangrijke mensen regelen. Maar de ‘uitkomst’ die me er uiteindelijk van overtuigde dat het opstellen van een kader, het vaststellen van een deadline en het inzetten van wetenschappelijk-achtige experimenten noodzakelijk is voor werkelijke spirituele groei, was wat ik nu ook wel het spijkerwonder noem.

Ik hing al jaren een kalender naast mijn bed, die ik af en toe van de muur haalde om belangrijke gebeurtenissen op te schrijven of terug te bladeren om te zien wanneer ik voor het laatst mijn haar had laten knippen, die-en-die had gezien of naar de tandarts was geweest. Op een avond trok ik de kalender iets te enthousiast van de muur, waardoor de spijker waar hij aan hing meekwam. Ik ging op handen en knieën zitten om hem te zoeken. Zo’n klein spijkertje kon niet ver weg zijn, toch? Ik zocht en zocht en zocht. Maar het spijkertje had kennelijk een Harry Potter-achtige onzichtbaarheidsjas aangetrokken, want ik kon het nergens vinden.

Uiteindelijk besloot ik dat ik lang genoeg over het tapijt had rondgekropen en dat ik beter een intentie kon uitzenden om het spijkertje tevoorschijn te laten komen. En wel binnen 24 uur.

Toen ik de volgende ochtend wakker werd, lag het spijkertje in mijn hand, knus tussen mijn duim en wijsvinger. Vanaf toen ben ik op die manier allerlei coole dingen voor mezelf gaan regelen – van dates met knappe mannen tot terugkerende schrijfklussen waarvoor ik op reis kon tot een Toyota Prius –

maar niet één ervan maakte zo'n indruk als dat simpele spijkertje.

Mijn experimenten leverden me zulke overtuigende uitkomsten op dat ik besloot dat het tijd werd om erover te vertellen, om te zien of ze voor anderen net zo goed zouden werken. Om te beginnen raadde ik vrienden aan om simpele experimenten uit te proberen. Een collega van me, die dominee is bij de Unity-kerk, liet haar hele kerkgemeente de verslagen gebruiken die je aan het eind van elk hoofdstuk vindt.

Al snel konden YOU'ers (YOU betekent Youth of Unity) zichtbaar energie rondsturen met hun Einstein-toverstafjes. Elke week werden er groepjes gevormd om experimenten uit te voeren. Ze kregen allerlei wonderbaarlijke dingen voor elkaar. Wat mij betreft kun je een spiritueel grondbeginsel het beste, of misschien alleen maar, doorgronden, niet door erover te lezen in een boek of iemand het te horen uitleggen vanaf een podium, maar door het in een kader te plaatsen dat laat zien hoe het werkt. Als je het aan het werk ziet, wat tijdens deze experimenten gaat gebeuren, zul je volledig en onvoorwaardelijk overtuigd raken. En alleen zo kun je voorgoed worden verlost van de oldschool-architectuur van je brein.

Het nieuwe curriculum

Hier moet ik het vinden, precies hier, terwijl het onstuimig naar buiten barst uit het onverschillige, deprimerende dode punt van een gewoon leven ...

– Bob Savino, dichter en denker uit Kansas City



1. Het The Dude Abides Principe*. Dit is het basisprincipe, het fundament waarop alle andere steunen. Het komt op het volgende neer: 'Er bestaat een onzichtbare energiekracht of een veld van oneindige mogelijkheden.' Het experiment kan het beste worden omschreven als een ultimatum. Je geeft de kracht precies 48 uur de tijd om te laten zien dat zij bestaat. Je gaat een duidelijk, niet mis te verstaan teken eisen, iets wat je niet kunt afdoen als toevalligheid.

2. Het Volkswagen Jetta Principe. Herinner je je die nieuwe auto die je een paar jaar geleden kocht? Toen je net had besloten dat dat je droomwagen was, leek het je een unieke auto. Je zou vast de enige in de hele stad zijn die trots in zo een rondreed. Maar tegen de tijd dat je je had ingelezen in een autotijdschrift, had besloten welke prijs je ervoor zou bieden en eindelijk bij de dealer zat, viel het je op dat zo'n beetje een op de acht auto's die je zag rijden een Volkswagen Jetta was, of wat voor auto het dan ook was die je wilde hebben. Dat gebeurt er als je ergens over begint na te denken – je trekt het je leven in.

Elke gedachte die je hebt, en elk oordeel, beïnvloedt het veld van mogelijkheden. Om precies te zijn: de werkelijkheid is niets anders dan golven van mogelijkheden die we in een vaste vorm hebben 'geobserveerd'. Het principe luidt: 'Hoe je het veld beïnvloedt en wat je eruit haalt is afhankelijk van jouw overtuigingen en verwachtingen', en om dat te bewijzen stellen we het volgende, duidelijke doel: 'Dit wil ik de komende 48 uur uit het veld halen.'

* 'The dude abides' is een bekende quote uit de film *The Big Lebowski* en het betekent zoiets als: 'Hij is er altijd voor je.' [vert.]

3. Het Albert Einstein Principe. Hoewel 'Ook jij bent een energieveld' een van de belangrijkste spirituele grondbeginselen is, kwam het voor het eerst aan het licht in een natuurkundelaboratorium. Jawel, het waren wetenschappers die ontdekten dat, ook al had het alle schijn tegen, mensen geen materie zijn, maar voortdurend bewegende energiegolven. Misschien is je opgevallen dat de titel van dit boek een variatie op Einsteins beroemde vergelijking is.

Dit is het enige experiment waarbij je apparatuur nodig hebt – speciaal ontworpen en perfect afgestemde apparatuur. Oké, ik heb het over een metalen klerhaak (ik neem aan dat je, tenzij je een enorme sloddervos bent, daarvan wel een exemplaar in de kast hebt hangen) en een rietje, dat je heel makkelijk gratis scoort bij een vestiging van McDonald's.

4. Het Abracadabra Principe. De meeste mensen associëren het woord *abracadabra* met goochelaars die konijnen uit hoeden tevoorschijn toveren. Maar eigenlijk is het een Aramese term, die je kunt vertalen met: 'Als ik spreek, creëer ik.' Een heel krachtig concept. Daarom kondigde Edison de uitvinding van een apparaat vaak aan voordat hij het daadwerkelijk uitvond. En daarom schreef Jim Carrey een cheque uit van 10 miljoen voor zichzelf, lang voordat hij zijn eerste film maakte. Het principe luidt simpelweg: 'Wat je aandacht geeft, groeit', en tijdens het experiment zul je leren dat zoiets als een loze gedachte niet bestaat en dat we allemaal veel te nonchalant en tolerant omgaan met onze dwalende gedachten.

5. Het Dear Abby Principe*. Het principe luidt: 'Je contact met het veld geeft je zorgvuldige en onbeperkte begeleiding.' Door je bewustzijn er weer mee in contact te brengen, krijg je toegang tot betrouwbare antwoorden op elke vraag die je maar stelt. De reden dat je dit niet wist, is dat je jezelf de meest onnatuurlijke staat die er is hebt aangewend: het gevoel dat je afgescheiden bent, dat je niet verbonden bent met het VM.

6. Het Superhelden Principe. Bij dit experiment, gebaseerd op het principe 'Jouw gedachten en bewustzijn beïnvloeden materie', ga je een experiment nadoen van dr. Gary Schwartz, professor aan de University of Arizona, dat aantoonde dat wanneer je intenties uitzendt naar planten, ze sneller groeien en meer licht reflecteren dan planten die geen intenties toegezonden krijgen.

7. Het Jenny Craig Principe.** Of je nu een verpakkingenlezer bent of niet, iedereen weet dat het voedsel dat je eet je voorziet van bepaalde vitaminen, mineralen en, uiteraard, calorieën. Je denkt misschien dat de hoeveelheden van deze voedingsstoffen vaststaan, dat als er op het yoghurtpak staat dat er 187 calorieën in zitten, er ook echt 187 calorieën in zitten. Wat je wellicht niet weet, is dat je gedachten over jezelf en je eten een voortdurende dans uitvoeren met je lichaam. En dat wanneer je je schuldig voelt omdat je calorieën eet, je voeding een negatieve vibe oppikt die zich direct als een boemerang tegen je keert. Met dit experiment ga je het prin-

* 'Dear Abby' is een vragenrubriek – het Amerikaanse equivalent van 'Lieve Mona'. [vert.]

** Jenny Craig is een Amerikaanse gezondheidsgoeroe, die beroemd werd met haar eigen afvalmethode. [vert.]

cipe 'Jouw gedachten en bewustzijn geven je fysieke lichaam instructies' bewijzen, door je eten te doordrenken met liefde.

8. Het 101 Dalmatiërs Principe. Dit cruciale spirituele principe luidt: 'Je bent verbonden met alles en iedereen in het universum.' Wetenschappers noemen het non-lokaliteit, en als je de tekenfilm van *De 101 Dalmatiërs* kent, heb je het principe in werking gezien. Weet je nog hoe Cruella De Vils gemene handlangers de ontsnapte puppy's probeerden te vangen? De oude Schotse terriër in de schuur waar ze zich verstopten blafte om hulp naar een basset een dorp verderop, die de boodschap op zijn beurt doorblafte naar een teckel een eind verder op de route. Alleen vindt communicatie in de kwantumfysica onmiddellijk plaats. Precies op het moment dat de Schotse terriër zich realiseert dat de puppy's hulp nodig hebben, weet de teckel die 30 kilometer verderop zit, dat ook. Alles wat met het ene deeltje gebeurt, wordt tegelijkertijd gecommuniceerd naar een ander deeltje. Bij dit experiment ga je boodschappen versturen naar mensen die zich ergens anders bevinden, zonder gebruik te maken van e-mail, brieven of luide explosies.

9. Het Brood en Vis Principe. Dit principe luidt: 'De kosmos is oneindig, overvloedig en buitengewoon welwillend.' Het bewijst ook dat je angsten zinloos zijn en dat je best even diep mag ademhalen.



Een waarachtiger, grootsere visie

Je kunt geen dingen veranderen door de strijd aan te gaan met de realiteit van het moment. Wil je iets veranderen, creëer dan een nieuw model dat het bestaande model verouderd maakt.

– Buckminster Fuller, Amerikaans futurist

Ik hoop dat het een geruststellende gedachte is dat je niet de eerste bent die zijn eigen leven als experiment gebruikt. Toen de geweldige Richard Buckminster Fuller, inmiddels overleden, 32 jaar was, besloot hij een experiment te doen om te zien wat één onbekend individu zonder geld zou kunnen doen voor de mensheid. Hij bombardeerde zichzelf tot Proefkonijn – en gaf zichzelf de opdracht de wereld te veranderen. Toen hij het experiment begon, was hij wat je noemt een ‘nobody’. Berooid en werkloos, maar hij moest wel een vrouw en een baby onderhouden. Zijn eerste kind, het oudere zusje van de baby, was net overleden. Hij was behoorlijk aan de drank. Het zag er niet best voor hem uit. Maar hij besloot het verleden aan de kant te gooien en beperkende gedachten los te laten. Wat hij wilde weten was: ‘Wat kan één persoon doen om de wereld te veranderen?’

De 56 jaren die volgden wijdde hij aan dit unieke experiment. Hij nam risico's. Hij stelde de vraag: ‘Wat als?’

Hij werd niet alleen architect, uitvinder, schrijver en groot leider, maar tussen 1927, toen hij met het experiment begon, en zijn dood in 1983 schreef hij ook nog 28 boeken, kreeg hij 44 eretitels, legde hij in de Verenigde Staten 25 patenten vast, en veranderde hij letterlijk de manier waarop mensen naar zichzelf kijken.

Ik hoop dat *E-Kwadrat* dat ook voor jou zal doen. Ik hoop dat het de manier waarop jij naar jezelf kijkt verandert. Ik hoop dat het je inspireert om een experiment met je leven te doen en je energie te gebruiken om zo geweldig, gelukkig, wonderbaarlijk, mooi en liefdevol te worden als je maar zijn kunt.

