

# Het Sidhadorp

## Achtergronden, ontstaan en toekomst



In een wijk in Lelystad, op de grens van stad en land, wonen ruim 400 mensen die de Transcendente Meditatietechniek beoefenen. In het Sidhadorp, zoals deze wijk wordt genoemd, combineren de bewoners al ruim 30 jaar wonen en werken met dagelijkse meditatie.

### Transcendente Meditatie

Transcendente Meditatie (TM) is een techniek die de geest naar volledige innerlijke stilte brengt, de toestand die ervaren wordt als thuiskomen bij jezelf.



*thuiskomen bij jezelf*

Deze ervaring van transcenderen wordt op een natuurlijke en moeiteloze manier bereikt en geeft diepgaande resultaten. Verlaging van de bloeddruk, grotere helderheid van geest en meer creativiteit zijn enkele voorbeelden hiervan. Meer dan 350 wetenschappelijke onderzoeken bevestigen de positieve effecten van het beoefenen van TM op de gezondheid, persoonlijke ontplooiing en sociale vaardigheden. Over de hele wereld hebben circa 6 miljoen mensen de TM techniek geleerd, waaronder ongeveer 80.000 in Nederland.

### TM-Sidhi-technieken

Enthousiast over de resultaten van beoefening van TM, leerden enkele duizenden mensen ook de geavanceerde TM-Sidhi-technieken. Deze leveren niet alleen sneller resultaat voor de beoefenaar zelf, maar bij beoefening in groepen scheppen ze ook een krachtige impuls van harmonie en coherentie in de directe omgeving. Wetenschappelijke onderzoeken hebben aangetoond dat zulke groepen daling van criminali-

teit, het aantal verkeersslachtoffers en het aantal ziekmeldingen hebben teweeggebracht. En bij oorlog doen ze zelfs het aantal gevechten en oorlogsslachtoffers dalen.

### Plannen in de polder

Al in 1979 werd berekend dat in Nederland de dagelijkse gezamenlijke beoefening van de TM-Sidhi-technieken door slechts 400 mensen een ontwikkeling op gang zou brengen in de richting van een ideale samenleving. In dat zelfde jaar werd tijdens een bijeenkomst in de RAI voorgesteld om voor dit doel een wijk te bouwen. Hierop werd door de 1300 aanwezige TM- en TM-Sidhi-beoefenaars enthousiast gereageerd. Omdat de gemeente Lelystad de meeste kansen bood en de polder een maagdelijk nieuw begin mogelijk maakte, werd deze stad als vestigingsplaats gekozen.

Het enthousiasme en de verwachtingen waren zo groot dat er op voorhand al tientallen mensen naar Lelystad verhuisden en vanaf het



*pionieren in de polder*

begin gezamenlijk mediteerden. Nadat in 1985 de eerste woningen in het Sidhadorp werden opgeleverd, nam ook het aantal deelnemers aan de gezamenlijke beoefening van de TM-Sidhi-technieken gestaag toe. In 1993 werd een grote, comfortabele meditatiekamer gebouwd, die nu bekend staat als "De Koepel". Circa 100 TM-Sidhi-beoefenaars mediteerden hier jarenlang gezamenlijk 's morgens en 's avonds, terwijl ze de rest van hun tijd besteedden aan werk, gezin en hun andere bezigheden.

Sommigen behielden hun oude werkring, anderen vonden een nieuwe baan in de omgeving of begonnen zelf een bedrijf.

### Organisatie

Voor de realisatie van het Sidhadorp werd in 1980 stichting Harmonisch Leven opgericht, met als belangrijkste doelstelling: Het scheppen van mogelijkheden voor minimaal vierhonderd personen om gezamenlijk tweemaal per dag het TM- en TM-Sidhi-programma te beoefenen om op deze wijze een zodanige invloed uit te oefenen op het collectieve bewustzijn van de Nederlandse bevolking dat negatieve tendensen gaan verdwijnen en worden omgevoerd in positieve ontwikkelingen. Nog steeds vormt deze ideële doelstelling het fundament van het Sidhadorp.

In 1984 werd een eigen woningcorporatie opgericht die nu de naam Harmonisch Wonen draagt. In 1990 kreeg deze stichting de officiële status van toegelaten instelling volgens de Woningwet. Naast alle wettelijke doelstellingen waaraan moet worden voldaan, richt Harmonisch Wonen zich op de huisvestingsbelangen in het algemeen en in het bijzonder op de huisvesting van de doelgroep TM-Sidhi-beoefenaars. Tot op de dag van vandaag verhuurt Harmonisch Wonen naar tevredenheid de sociale huurwoningen in het Sidhadorp. In totaal zijn hier tussen 1985 en 1992 vijf bouwfasen gerealiseerd waarin op dit moment 212 sociale huurwoningen worden verhuurd.



*sociale huurwoningen*

# Het Sidhadorp

## Achtergronden, ontstaan en toekomst



In het Sidhadorp zijn door de beide stichtingen 42 koopwoningen ontwikkeld, die direct na oplevering werden doorverkocht aan TM-beoefenaars. Ook kwamen er kantoor- en bedrijfsruimtes en een volkstuincomplex in het Sidhadorp. Deze worden nu verhuurd door stichting Harmonisch Beheer.



*kantoor- en bedrijfsruimtes*

Een aantal TM-beoefenaars liet in het Sidhadorp in eigen beheer een woning bouwen.

In totaal telt het Sidhadorp 262 woningen, 2 bedrijvenhallen en 6 kantoorunits. In het Sidhadorp zijn circa 75 bedrijven en organisaties gevestigd (zie [www.sidhadorp.nl](http://www.sidhadorp.nl)).

### **Voorzieningen in het Sidhadorp**

De sociale samenhang tussen de bewoners zorgt voor enthousiasme, ideeën en initiatieven.

Al in 1987 kreeg het Sidhadorp een eigen basisschool, inmiddels een brede school met de naam Maharishi Basisschool De Fontein.



*Maharishi Basisschool De Fontein*

De meer dan 120 leerlingen, die nu voornamelijk van buiten het Sidhadorp komen, leren allemaal de TM-techniek en beoefenen deze meditatie als onderdeel van het

lesprogramma. In de lessen wordt gebruikgemaakt van de principes van de Wetenschap van de Creatieve Intelligentie, de theoretische achtergrond van Transcendente Meditatie. De school krijgt regelmatig complimenten van de onderwijsinspectie over de goede en rustige sfeer op school, de schoolprestaties en de begeleiding van leerlingen die wat minder goed kunnen meekomen.

Mensen uit Lelystad en omstreken die de Transcendente Meditatie techniek willen leren kunnen voor een cursus terecht in het TM centrum. Door de bewoners van het Sidhadorp wordt het centrum ook gebruikt voor andere cursussen en bijeenkomsten.

Het Vegetarisch Restaurant is vanaf het begin een ideale ontmoetingsplek in het Sidhadorp. Het restaurant wordt vrijwel volledig gerund door bewoners van het Sidhadorp en trekt klandizie uit het hele land.



*Het Vegetarisch Restaurant*

Ook verzorgt het restaurant de catering bij bijeenkomsten, cursussen en bij de seizoensfeesten die 4x per jaar worden gehouden.

Om onderdak te bieden aan gasten uit binnen- en buitenland die een tijdje willen deelnemen aan de gezamenlijke meditaties, werden door een bewoner enkele woningen gekocht en omgebouwd tot gastenaccommodatie. Hiervan wordt veelvuldig gebruik gemaakt.

Centraal in het Sidhadorp ligt Natuurvoedingssupermarkt Zenith, die klanten trekt uit heel Lelystad en door velen zeer wordt gewaardeerd.



*natuurvoedingssupermarkt Zenith*

Kunstenaren van binnen en buiten het Sidhadorp krijgen dankzij De Kunstkring gelegenheid hun kunstuitingen te exposeren in het Vegetarisch Restaurant en andere ruimtes in het Sidhadorp.

Voor deelname aan verenigingen, het volgen van cursussen, etc. maken de bewoners gebruik van de ruime mogelijkheden die Lelystad op deze terreinen biedt.

### **Voor fitheid en welzijn**

Naast TM zijn ook andere aspecten van de oude Vedische kennis uit India door Maharishi Mahesh Yogi in hun werkzaamheid hersteld. Ter bevordering van fitheid, welzijn en geluk kan onder andere gebruik gemaakt worden van de gezondheidsleer van Maharishi Ayurveda.



*Maharishi Ayur-Veda polsdiagnose*

# Het Sidhadorp

## Achtergronden, ontstaan en toekomst



In het Maharishi Ayurveda Gezondheidscentrum, dat sinds 1988 in het Sidhadorp is gevestigd, kunnen mensen terecht voor consulten van de arts en voor reinigingskuren waardoor het lichaam zeer effectief wordt gezuiverd van afvalstoffen. Vanuit het hele land bestaat hiervoor belangstelling en niet alleen bij mensen die de TM-techniek beoefenen.

Fortuinlijk Wonen ontwikkelt woningen die het welzijn van de bewoners bevorderen. Daartoe worden de richtlijnen van de Vedische architectuur of wel Maharishi Sthapatya Veda toegepast. Mensen kunnen via Fortuinlijk Wonen contact leggen met een architect om een huis te ontwerpen dat voldoet aan deze richtlijnen.

### **Sidhadorp 2.0: De Vredeswijk**

Het Sidhadorp is overvol: plek voor meer huizen is er niet. Voor een woning staat men jaren op de wachtlijst. Uitbreiding zal elders moeten plaatsvinden. Als nieuw initiatief is een stedenbouwkundig plan gelanceerd met de naam 'Vredeswijk Lelystad', waarin circa 60 woningen worden gebouwd volgens de richtlijnen van Maharishi Sthapatya Veda. Inmiddels hebben zich al ruim 210 belangstellenden aangemeld om zich in deze wijk te vestigen. Naast aanvragen uit het Sidhadorp komen er aanvragen binnen uit andere delen van het land, ook van mensen die de TM-techniek niet beoefenen.



*Vredeswijk schetsontwerp*

De gemeente Lelystad toonde zich ingenomen met het stedenbouwkundig plan. Het tempo waarin deze wijk wordt gerealiseerd, wordt in belangrijke mate bepaald door de gemeente en de vraag op de woningmarkt.

zorg te geven aan bewoners die dit nodig hebben.

In 2015 werd het 30-jarig bestaan van het Sidhadorp gevierd. Bij die gelegenheid is aan bewoners gevraagd



*De trots van het Sidhadorp - de meditatiekamer De Koepel*

### **Samenhang**

Voor de dagelijkse behoeften kunnen de bewoners in het Sidhadorp terecht. En voor het overige zijn zij helemaal geïntegreerd in de Lelystadse samenleving. Mensen van het eerste uur willen hier niet meer weg, maar ook de tweede generatie vindt het hier prettig wonen. Het Sidhadorp is een wijk met een fijne woonsfeer en een hechte samenhang waar men aandacht heeft voor elkaar. Zo vormen zich spontaan mantelzorggroepen om aanvullende

hoe zij hun leven in het Sidhadorp ervaren. De opnames zijn te bekijken op [www.sidhadorp.nl](http://www.sidhadorp.nl).

### **Tot slot**

Een belangrijke stimulans voor de uitbreiding van het Sidhadorp wordt gevormd door de wens om te wonen in een huis dat is ontworpen volgens de Maharishi Sthapatya Veda. Zodra de nieuwe Vredeswijk is gerealiseerd, is de wachtlijst opgelost. De pioniers van het Sidhadorp zullen het nog meemaken dat deze volgende stap wordt gezet in het realiseren van het uitgangspunt van het Sidhadorp: het creëren van een ideale samenleving in heel Nederland.

Uitgave van de Stichting Harmonisch Beheer, mei 2016. Voor meer informatie wordt verwezen naar de website [www.sidhadorp.nl](http://www.sidhadorp.nl) en [www.tm.nl](http://www.tm.nl).



*felicitaties bij 30-jarig bestaan Sidhadorp*