

RECHERCHE SUR LES EFFETS DES BÂTIMENTS VASTU MAHARISHI SUR LEURS HABITANTS ET LES PERSONNES QUI Y TRAVAILLENT

Jon Lipman AIA
Maharishi Sthapatya Veda Institute
Maharishi University of Management
Fairfield, Iowa, États-Unis
Version du 15 août 2019

Ces dernières années, des recherches approfondies ont étudié les effets du milieu bâti sur la santé humaine. L'examen des effets que produit le système d'architecture le plus ancien a permis de mieux comprendre comment les bâtiments influencent notre santé.

Les anciens textes du *Manasara* et du *Mayamata* expliquent en détail comment une construction particulière peut influencer favorablement la qualité de vie de ses habitants. Ces textes décrivent également les influences néfastes – colère, peur, maladies chroniques, etc. – que peuvent engendrer la conception et la construction d'un bâtiment selon des principes erronés.

La plupart des recherches sur les effets des bâtiments sur la santé ont été effectuées en l'absence de tout modèle théorique d'ensemble car les chercheurs ne disposaient jusqu'à présent d'aucune hypothèse déterminante expliquant les modalités d'action des bâtiments. Le Vastu Maharishi offre ce cadre explicatif général et permet de concevoir des modèles de recherche plus adaptés.

Maharishi¹ définit le Vastu Maharishi² comme « un système complet d'architecture et d'urbanisme prenant en compte les influences solaires, lunaires et planétaires sur la terre en référence aux pôles Nord et Sud, et à l'équateur... ». Un tel système relie l'intelligence individuelle à l'intelligence cosmique. Un système idéal d'architecture est donc celui qui prend en considération les effets de la terre, du soleil et du système solaire sur la vie à l'intérieur d'une construction ou dans une ville.

Comment cela fonctionne-t-il ?

Le système d'architecture Vastu Maharishi dérive en partie de la caractéristique la plus fondamentale de la terre : être un globe qui tourne d'Ouest en Est autour d'un axe passant par les pôles Nord et Sud. Comme le soleil et pratiquement tous les objets célestes tournent dans le ciel d'Est en Ouest, leurs influences nous parviennent de l'Est. Cette conclusion nous amène à définir quatre éléments clés de l'architecture et de la planification Vastu Maharishi :

1. *L'orientation de l'être humain* : pour ses principales activités, il est préférable que le corps humain s'ajuste aux influences du soleil, etc. en faisant face à l'Est. Les autres orientations auront leur influence propre tout en étant de qualité inférieure. Comme les effets spécifiques sur la santé sont définis par les anciens textes de la littérature védique, il est possible de les tester.
2. *L'orientation des bâtiments* : les bâtiments dans lesquels nous vivons ou travaillons sont des intermédiaires entre nous et le cosmos. Ce système

d'architecture considère donc que l'orientation du bâti influence notre état de bien-être. La littérature védique donne une description des effets des quatre directions cardinales et des quatre directions intermédiaires sur nous. Là encore ces effets peuvent être testés. Maharishi considère que l'influence produite par l'orientation est la plus importante de toutes.

3. *L'emplacement des pièces* : la plus forte influence de la nature sur la vie sur terre est celle du soleil. Que ce soit par la simple observation ou par un ensemble de recherches publiées, nous savons que le soleil génère différentes qualités d'énergie selon les heures de la journée. Maharishi recommande donc que « la conception des maisons respecte cette correspondance entre les différentes énergies du soleil et les fonctions ou activités spécifiques propres à chaque pièce ». Ces mesures permettent d'assurer le soutien de la loi naturelle à chaque aspect de la vie au sein de la maison. Pour les principales fonctions d'une maison, Maharishi a énuméré les localisations idéales correspondantes. Des recommandations qu'il est possible de tester.
4. *La lumière venant de l'Est* : la tradition védique considère que l'exposition au soleil levant est particulièrement bénéfique pour la santé. Le Vastu Maharishi applique ce principe en plaçant de nombreuses fenêtres du côté Est, pour que l'intérieur de la maison profite au maximum de cet effet. Cette recommandation peut être testée.
5. *Les influences du site* : les textes védiques traitant du Vastu précisent que les caractéristiques du site autour de la maison peuvent accentuer ou diminuer les effets nourriciers du soleil. On devrait par exemple éviter d'avoir une colline située à l'Est car elle bloquera les influences positives générées par le soleil levant. Par contre, un plan d'eau à l'Est sera bénéfique car il renforcera l'influence positive du soleil matinal.
6. *Un système holistique* : la littérature védique définit de nombreuses influences secondaires que nous ne pouvons pas énumérer dans cette présentation. Cependant, Maharishi considère que le Vastu Maharishi est un système holistique et qu'aucune considération ne doit être écartée si l'on veut bénéficier de tous ses bienfaits. Cela signifie que s'il est certes bien de tester isolément chaque hypothèse décrite dans la littérature védique, il convient également de prendre en considération l'expérience de vie dans une maison Vastu Maharishi authentique. L'expérience de la totalité produit davantage de résultats que l'influence des parties.

La littérature du Vastu Maharishi considère qu'une bonne gestion de tous ces éléments dans l'implantation et la conception d'un bâtiment génèrera des influences positives en termes de santé, de bien-être, d'harmonie familiale, de réussite matérielle et de croissance vers l'illumination. Les recherches effectuées à ce jour accréditent la réalité de ces effets.

1. Orientation des personnes

La théorie du Vastu Maharishi dit que notre orientation durant le sommeil affecte notre santé. Elle prédit que la meilleure position pour la santé est de dormir la tête à l'Est et la plus défavorable la tête au Nord.

Cette hypothèse a été examinée par Veronica Butler, MD, une femme médecin exerçant en milieu rural dans l'Iowa, qui en effectuant un sondage auprès de ses patients a découvert que ceux qui dorment dans des lits dont la tête fait face au Nord souffrent beaucoup plus de dépression et d'anxiété que ceux qui dorment dans des lits orientés différemment.

Elle a indiqué que les comparaisons prévues par une méthode d'analyse statistique standard, avec l'orientation durant le sommeil comme variable de regroupement, révélaient que les personnes dormant la tête au Nord obtiennent des scores significativement plus faibles à l'inventaire de santé mentale par rapport aux patients dormant dans d'autres directions ($p = 0,003$, ce qui est hautement significatif).

Il existe donc des confirmations préliminaires mais concrètes des principes du Vastu Maharishi traitant de l'influence sur la santé de l'orientation durant le sommeil.³

Pour comprendre qu'elle en est la cause, il faut étudier ce qui diffère dans le fonctionnement cérébral lorsque la tête du sujet est orientée dans des directions spécifiques différentes. Des recherches encourageantes, actuellement en cours, étudient les variations de l'activité du cortex préfrontal selon l'orientation de la tête. Des recherches complètes, déjà publiées, ont montré que les neurones cérébraux du pré-subiculum sont sensibles à l'orientation chez certains primates supérieurs.⁴

2. Orientation des bâtiments

Les textes anciens du Vastu prédisent qu'en plus de l'orientation de notre propre corps, l'orientation du bâtiment nous affecte aussi de manière notable et parfaitement définie. Le Maharishi Vastu précise que les personnes vivant dans des maisons orientées à l'Est bénéficient du plus large spectre d'influences favorables et que celles vivant dans des maisons orientées au Sud sont exposées au plus large spectre d'influences défavorables.

Santé mentale & prospérité : Le premier test a été effectué dans le cadre de la recherche du Dr Butler déjà citée. Dans son enquête, le Dr Butler a découvert qu'il y avait chez ses patients une forte corrélation entre l'orientation de la maison et des évaluations chiffrées dans les domaines de la santé mentale et de la prospérité économique. Les résultats dans ces deux domaines étaient significativement inférieurs³ chez les patients dont les entrées des maisons étaient orientées au Sud.

Santé cardiovasculaire : Un autre résultat a été obtenu à partir de l'examen préliminaire des données d'une étude effectuée par un cardiologue du sud de la Californie. Il a constaté que 50% de ses patients vivaient dans des maisons faisant face au Sud. Ce taux anormalement élevé est en phase avec la prédiction du Sthapatya Veda Maharishi qui indique que les occupants de bâtiments faisant face au Sud sont soumis à des influences qui sont sources de problèmes et de souffrances.⁵

Comportement criminel : Un troisième type de résultat provient d'une étude sur la corrélation entre actes négatifs et orientation de la maison. La recherche a montré que le nombre de cambriolages était 75% plus élevé dans les maisons faisant face au Sud que dans les maisons orientées à l'Est, à l'Ouest ou au Nord.⁶

3. Emplacement des pièces

À notre connaissance aucune recherche n'a été entreprise sur ce sujet.

4. Lumière venant de l'Est

Trois études publiées ont comparé les marqueurs de santé chez des sujets exposés à l'Est ou à la lumière du matin et d'autres exposés à l'Ouest ou à la lumière de l'après-midi. Chaque étude conclue que la lumière de l'Est ou du matin est associée à de meilleurs résultats médicaux.

A) Taux de récupération hospitalière chez des patients bipolaires : Dans une étude publiée et révisée par des pairs, on a comparé les taux de récupération de patients souffrant de troubles bipolaires logés dans une aile d'un hôpital. La moitié des patients étaient logés dans les chambres du côté Est d'un couloir et recevaient la lumière du soleil venant de l'Est, alors que l'autre moitié était logée dans les chambres côté Ouest du même couloir et ne recevait donc que la lumière venant de l'Ouest.⁷ Pour le reste, les traitements des patients étaient identiques, administrés par les mêmes médecins et infirmières. Les résultats montrent que les patients dont les chambres étaient du côté Est du couloir ont pu arrêter le traitement en moyenne 3,7 jours plus tôt que les patients des chambres recevant la lumière venant de l'Ouest. Soit une réduction moyenne de 15%.

B) La lumière du soleil contribue à une diminution de l'indice de masse corporelle (IMC) : L'indice de masse corporelle des personnes exposées principalement à la lumière du matin est significativement plus bas [elles sont en meilleure santé] que celles exposées principalement à la lumière de l'après-midi.⁸

Voici ce que déclare le co-auteur de cette étude de *Northwestern University* : « Plus l'exposition à la lumière matinale intervient tôt dans la matinée, plus l'indice de masse corporelle est faible... Si une personne ne reçoit pas suffisamment de lumière au moment le plus opportun de la journée, son IMC est le plus élevé... Si une personne ne reçoit pas suffisamment de lumière au moment opportun de la journée, cela pourrait désynchroniser son horloge corporelle interne et donc perturber son métabolisme, ce qui se traduit par un gain de poids. » Déclaration de Phyllis C. Zee, M.D., auteur principal de l'étude : « La conclusion est qu'il faudrait s'exposer davantage à la lumière vive du matin entre 8h et midi. »

C) Le fait de favoriser l'exposition à la lumière du soleil matinal réduit le risque de cancer de la peau : Une étude d'un lauréat du prix Nobel publiée dans les *Proceedings of the National Academy* a montré que le moment de la journée où l'on est exposé aux rayons UV est un facteur contributif du développement du cancer de la

peau chez la souris.⁹ L'étude suggère que l'être humain est moins susceptible de développer un cancer de la peau s'il s'expose au rayonnement UV durant la matinée. Les auteurs sont allés jusqu'à préciser « qu'il est préférable de restreindre, dans la mesure du possible, notre exposition aux rayonnements UV aux seules heures matinales. »

5. Influences du site

À notre connaissance aucune recherche n'a encore été entreprise sur ce sujet spécifique.

6. Système holistique

L'architecture védique Maharishi est une science holistique. On peut donc s'attendre, lorsque plusieurs indicateurs sont présents, à ce que les effets soient renforcés. Une étude est en cours pour vérifier ce postulat.¹⁰ Dans cette étude, on a sélectionné de manière aléatoire 100 entreprises du domaine public des îles Féroé, territoire appartenant au Danemark. On a rassemblé cinq années d'états financiers de chaque société à partir de documents publics, ainsi que des photos aériennes, des cartes topographiques et des plans du site de leur siège. Les entreprises dont les revenus n'étaient pas générés à leur siège (entreprises de pêche et de transport maritime, par exemple) ont été exclues de l'étude.

Un consultant en Sthapatya Veda Maharishi a commencé à évaluer les dessins et photos collectés et est arrivé à la conclusion que cinq facteurs de l'architecture védique Maharishi se dégagent pour analyser la documentation sur chaque entreprise :

- l'orientation du bâtiment,
- la forme du bâtiment,
- la direction de la montagne la plus proche,
- la direction du plan d'eau le plus proche,
- l'orientation de la clôture entourant le bâtiment, quand il y en avait une.

Le consultant a alors commencé à classer les entreprises selon l'influence prévue de chacun des cinq facteurs, puis a défini un indicateur numérique unique capable de mesurer leur influence générale, et a pu ainsi classer les entreprises sur la base de cet indicateur. De manière indépendante, le chercheur principal chargé de l'étude, qui est professeur de commerce et statisticien, a cherché à classer les entreprises selon leur réussite financière. Il a analysé pour cela la part de profit générée par employé sur une période de cinq ans et a étudié également d'autres statistiques financières standard.

Pour 27 des 30 sociétés, il apparaît qu'il y a une corrélation entre les indicateurs de l'architecture Vastu et le montant du profit généré par employé. 27 sur 30, c'est une corrélation très élevée.

Finalement, quelle est l'expérience subjective des occupants des maisons Vastu Maharishi, et comment ces expériences accréditent la thèse selon laquelle l'application de ces principes influence la santé, le bonheur, l'harmonie familiale, le succès et le développement de l'illumination ?

Dans une étude exceptionnelle et inédite¹¹, une enquête récente révèle que 89% des occupants de maisons et de villages Vastu Maharishi attribuent au fait de vivre dans des maisons vastu l'amélioration de leur qualité de vie. 78% des personnes disent que les relations familiales se sont améliorées, 85 % qu'il y a moins de stress dans leur vie, 80% que leur santé mentale s'est améliorée, 92% qu'ils réussissent mieux et 88% que leurs enfants sont plus heureux.

Notes :

¹ Maharishi Mahesh Yogi (1918?-2008) est un sage indien très connu pour avoir introduit la Méditation Transcendantale (MT) en Occident. Il a également popularisé en Occident plusieurs anciennes technologies védiques. En ce qui concerne l'architecture védique, connue traditionnellement sous le nom de "vastu", il a organisé un projet de recherche qui a travaillé durant vingt années à la reconstruction des pratiques en accord avec la littérature védique ancienne sur ce sujet. La reconstruction de ce système architectural utilise donc son nom : architecture et urbanisme "Maharishi Vastu".

² Le "*Vastu*" est la mise en application des principes védiques du *sthatpatya veda* dont la traduction littérale est "connaissance de la façon d'établir", communément connue sous le nom "d'architecture de la nature". Dans l'application des principes du *sthatpatya veda* à la conception de bâtiments et de villes, on parle traditionnellement de *vastu*.

³ Travis, F., Butler, V., Rainforth, M., Alexander, C.N., Khare, R., Lipman, J. "L'orientation d'un bâtiment peut-elle affecter la qualité de vie des personnes qui y vivent ? Tester les principes du Sthāpatya Veda Maharishi" *Journal of Social Behavior and Personality*. octobre, 2004. Les sujets de l'étude de Butler ne vivaient pas eux-mêmes dans des maisons conçues selon le Sthāpatya Veda Maharishi et n'avaient en général aucune connaissance de l'architecture Sthāpatya Veda. Environ 100 sujets faisaient partie de l'étude.

⁴ Cellules de direction de la tête dans le pré-subiculum des primates. Robert G. Robertson, P Georges-Francois, Edmund T Rolls, Stefano Panzeri. *Hippocampus*, publié en janvier 1999 9(3):206-19.

⁵ John Zamarrá, M.D., description verbale d'un examen préliminaire réalisé sur 100 patients récents, 2004. L'orientation de la maison a été déterminée sur la base de la rue indiquée dans l'adresse. Les adresses ont été classées selon l'une des quatre directions cardinales.

⁶ *Prev. cit.*: Travis, F., Butler, V., Rainforth, M., Alexander, C.N., Khare, R., Lipman, J., Étude réalisée sur 110 cambriolages signalés à Fairfield, Iowa. Une étude préliminaire, non publiée, en 2000 de Jar-El Cohen, un étudiant de l'école Maharishi de l'Âge de l'Illumination, Fairfield, Iowa, fut réalisée sur des cambriolages signalés à Ottumwa, Iowa et aboutit à des résultats similaires.

⁷ Benedetti, F., "La lumière du soleil matinal réduit la durée d'hospitalisation chez des patients bipolaires" *Journal of Affective Disorders* 62 (2001) pp. 221-223. Note : pour d'autres patients souffrant d'autres maladies, on n'a noté aucune différence sur la durée des traitements.

⁸ Corrélation entre le moment et l'intensité de l'exposition à la lumière et le poids corporel chez des adultes. Kathryn J. Reid, Giovanni Santostasi, Kelly G. Baron, John Wilson, Joseph Kang, Phyllis C. Zee. *PLOS*, publié le 2 Avril, 2014. Note : L'influence de l'exposition à la lumière du matin sur le poids corporel fut indépendante de l'activité physique de la personne, de sa consommation de calories, de l'heure du coucher, de l'âge et de la saison.

⁹ Contrôle du cancer de la peau selon le rythme circadien. Shobhan Gaddameedhi, Christopher P. Selby, William K. Kaufmann, Robert C. Smart, and Aziz Sancar. *PNAS* November 15, 2011 108 (46) 18790-18795; <https://doi.org/10.1073/pnas.1115249108>

¹⁰ Le chercheur principal est le Dr Olavur Christiansen, de l'Université des Îles Féroé, Danemark. Ce rapport s'appuie sur une présentation orale faite par le Dr Christiansen en Août 2001 à la faculté de l'école de commerce de l'Université Maharishi de Management, à Fairfield, Iowa (États-Unis).

¹¹ Enquête menée par le professeur Sanford Nidich, Maharishi University of Management, et Jeffrey Abramson, en août 2017, auprès de toutes les personnes résidant dans des maisons et des appartements certifiés Maharishi Vastu du monde entier. Ces résultats ont été réunis par Nidich à partir de 160 réponses. Nidich a été co-chercheur de nombreux projets de recherche financés par plusieurs prestigieuses institutions nationales de santé aux États-Unis.