

PARTIJPROGRAMMA

# WERELDVREDE DOOR DE LACH

Partij van de Lach





# Inhoudsopgave

Wereldvrede door de lach	4
1 Veiligheid	6
2 Onderwijs	8
3 Zorg	10
4 Handel en internationale betrekkingen	12
5 Vrijheid	14
6 Natuur en milieu	16
7 Wonen en werken	17
Bruto Nationaal Geluk	18
Conclusie	19

## Partij van de Lach

Lachen is gezond. Gezond voor lichaam en geest.  
Partij van de Lach streeft er naar de lach op alle plekken in de samenleving te laten doordringen.  
Om de positieve effecten te benadrukken en de kracht ervan over te dragen.



# Wereldvrede door de lach

De Partij van de Lach is de enige partij die niet partijdig is. Het is niet zij niet en wij wel. Het is wij allen. Partij van de Lach heeft een focus op het BNG, Bruto Nationaal Geluk.

## Introductie

Politiek. Het is serieus en het is een spel. In de tweede kamer gaat het er serieus aan toe. Soms zitten de politici te slapen, soms spelen ze spelletjes op hun telefoon, soms gaan ze het gesprek aan en soms wordt er gelachen. Maar de lach is nog nooit een agendapunt geweest. De lach is nog nooit serieus genomen.

## Ontwikkeling van de lach

In de jaren '50 lachten we gemiddeld nog zo'n zestien minuten per dag. We voerden simpelweg meer gesprekken met elkaar, we speelden spelletjes, we waren lid van een of meer clubs en we werkten hard

Tegenwoordig lachen we nog zo'n zes minuten per dag. We voeren minder gesprekken, we mailen, appen of twitteren, we spelen spelletjes op de computer, het aantal lidmaatschappen van clubs daalt en we werken sinds de invoering van de ATV minder.

We willen niet zeggen dat vroeger alles beter was. We genieten tegenwoordig vele jaren langer van ons pensioen, internet heeft de wereld binnen handbereik gebracht en kennis is voor iedereen beschikbaar en bereikbaar..

## De lach in de toekomst

Het is ons ideaal dat we onze zegeningen tellen en de lach weer invoeren in alles wat we doen. Lachen heeft een groot positief effect op onze samenleving. Laten we niet meer meten hoeveel geld we verdienen en hoeveel geld we verliezen. Laten we niet meer meten hoeveel spullen we hebben en hoeveel we weggooien. Maar laten we meten hoe gelukkig we zijn. Laten we naar voorbeeld van Bhutan ons geluk meten in BNG, het Bruto Nationaal Geluk.

De pijlers waarop dit geluk gemeten wordt bij Partij van de Lach zijn:

1. Veiligheid  
Mensen die met elkaar lachen voelen zich veiliger
2. Onderwijs  
Pestgedrag vermindert en leerprestaties verbeteren
3. Zorg  
Voor een directe verbetering van de kwaliteit van leven
4. Handel en internationale betrekkingen  
Lachen is over de hele wereld gelijk. Het verbindt.
5. Vrijheid  
In vrijheid zeggen wat we denken en lachen met elkaar
6. Natuur & milieu  
Laten we ons zwerfafval lachend opruimen
7. Wonen en werken  
Voor meer productiviteit, creativiteit en saamhorigheid

Wanneer we ons gelukkig voelen lachen we meer. Wanneer we meer lachen voelen we ons gelukkiger. Omdat we geluk niet kunnen afdwingen kunnen we de lach inzetten als instrument. De Partij van de Lach is voor eenvoudige, haalbare doelstellingen. De weg van duizend mijl begint met de eerste stap. Vele kleine stapjes maken een grote. Stappen die passen bij ieder agendapunt, iedere actie van welke politieke partij dan ook.

# 1 Veiligheid

Lachen mét elkaar voor een  
veiliger gevoel



# 1 Veiligheid

Lachen mét elkaar voor een veiliger gevoel

Basisbehoefte nummer 1 van mensen is veiligheid. Dit kan op verschillende manieren bewaakt en geborgd worden.

Onveiligheid ontstaat als mensen wijzen naar de ander als oorzaak van hun probleem. Onveiligheid ontstaat als je overspannen, buiten zinnen of anderszins niet jezelf bent. Onveiligheid ontstaat wanneer mensen anderen uitlachen.

Bewustzijn van eigen handelen is hierbij de sleutel. Wanneer we bewust leren kijken naar onze eigen gedragingen dan zien we hoe we een probleem kunnen oplossen. Ongeacht de oorzaak. Wanneer we bewust worden van onszelf, wanneer we tijd hiervoor maken, dan is overspannen worden geen optie meer. Wanneer we bewust gaan lachen mét elkaar in plaats van tegen elkaar dan ontstaat een veilige groep waarin we ons met plezier bewegen.

Lachen mét elkaar gaat vaak niet vanzelf. Eenvoudigweg omdat de meeste mensen hier niet mee opgevoed zijn. Bewust met elkaar lachen en plezier maken is dus een must om veiligheid te creëren, te handhaven en te waarborgen.

Door mensen bewust te maken van de voordelen van de lach, van het nut van de lach en de positieve werkwijze van de lach werken we aan een veiligere samenleving.

# 2 Onderwijs

Neem plezier en lachen op  
in het lesprogramma

Het onderwijs in Nederland wordt serieus aangepakt. Kinderen leren al snel dat ze moeten scoren. De CITO-toets is de leidende factor. Opletten, armen over elkaar, goed luisteren naar de meester of de juf en goed je best doen. Goed is goed, fout is fout. Er is geen ruimte voor 'dat zou ook kunnen.'

Niet alleen de docenten ervaren meer stress door alles wat zij in lijstjes bij moeten houden, maar ook de kinderen zijn niet stress-loos. Uit onderzoek weten we dat we het beste leren als we plezier hebben. Hoe brengen we het plezier weer terug in het onderwijs? Hoe zorgen we ervoor dat zowel de docenten als de leerlingen het maximale eruit halen?

De oude manier van kennisoverdracht is voorbij. Een nieuwe tijd is aangebroken. Met kennis binnen handbereik met een druk op de knop hoeven we ons niet meer zo druk te maken over kennis in het hoofd pompen.

Ja, de basisvaardigheden zoals schrijven, lezen en rekenen zijn van levensbelang. Dit is ons communicatiemiddel. Informatie over hoe de wereld er uitziet is ook nuttig. Met geschiedenis leren waar we vandaan komen geeft inzicht in waar we naartoe gaan.

Omdat alle kinderen van nature leergierig zijn leren zij wat ze willen. De informatie is voorhanden. School zorgt voor een sociale context waarin kinderen met elkaar leren samenwerken, leven en spelen.

***Begin bij het begin.  
Kinderen zijn onze  
toekomst***





# 2 Onderwijs

Neem plezier en lachen op in het lesprogramma

Door in het lesprogramma plezier en lachen op te nemen zal de samenhang in de groep verbeteren, voelen kinderen zich veiliger en kunnen ze gemakkelijker informatie opnemen. Aangetoond is dat door aan het begin en aan het eind van de dag bewust te lachen met de klas de leerprestaties verbeteren, het pestgedrag vermindert en ziekteverzuim daalt.

Wij pleiten voor vijf minuten bewust lachen aan het begin en aan het eind van de schooldag. Eenvoudig te doen, met resultaat.



# 3 Zorg

Lachen is gezond

Onze huidige zorg is gebaseerd op een dikke honderd jaar medische wetenschap. De medische wetenschap die kijkt naar processen in het lichaam en in de geest. De medische wetenschap die medicijnen ontwikkelt en voorschrijft bij afwijkingen van datzelfde lichaam of diezelfde geest.

Vele alternatieven ontwikkelen zich als tegenwicht van de medische zorg.

Alternatieven die hun roots hebben in soms wel 5000 jaar oude kennis van lichaam en geest. De bond voor kwakzalvers is actief bezig vele goede initiatieven om zeep te helpen. Nee, niet alle alternatieve zorg is goed. Maar dat geldt ook voor reguliere zorg en medicijnen.

Lachen is gezond. Patch Adams wist het. Mensen worden sneller beter als ze plezier hebben, als ze lachen. Hij bracht plezier het ziekenhuis binnen. Maar lachen heeft nog heel veel meer fysieke voordelen.

Wanneer je lacht dan maak je endorfine aan. Het is een natuurlijke pijnremmer en wordt ook wel het 'gelukshormoon' genoemd. Maar dat niet alleen. Je maakt ook dopamine aan, een stof met vergelijkbare effecten, en oxytocine, het hormoon dat in grote hoeveelheden vrijkomt als een moeder voor het eerst haar kind ziet. Het zorgt voor verbondenheid.

## Anti-stress

Tegelijkertijd neemt het niveau van het stresshormoon cortisol af. Hierdoor ervaar je minder stress en ontspan je gemakkelijker. Je extra verdiepte ademhaling zorgt voor de afvoer van opgehoopte afvalstoffen waardoor je je schoner en gezonder gaat voelen.

# 3 Zorg

Lachen is gezond

Geen zorgen, problemen lachen we niet weg. We nemen een probleem uiterst serieus. We doen wat nodig is om het op te lossen. Een gebroken been moet gezet worden. Maar blijven 'hangen' in iets wat we als probleem ervaren helpt niet. Omdat de stress dan de overhand krijgt gaat beter worden ook moeizamer.

Gezonde mensen lachen meer. Meer lachen helpt om gezonder te worden. Wij willen dat er meer gelachen wordt in zorginstellingen. Bewust. Om mensen op een menselijke manier te helpen de kwaliteit van leven te verbeteren.



# 4 Handel en internationale betrekkingen

Over de hele wereld is een lach gelijk



# 4 Handel en internationale betrekkingen

Over de hele wereld is een lach gelijk

Niet voor niets haalden we vroeger al specerijen uit het Oosten. Eten, drinken, kunst en andere zaken voegen iets toe aan ons leven.

We worden aangenaam verrast door een andere invalshoek. We voelen ons thuis bij het hoofd van een boeddha, we ruimen ons hoofd op met een Scandinavische inrichting en we genieten van de koffie die op de heuvels van Venezuela worden geteeld. Wij Nederlanders staan open voor andere culturen met andere kleuren, geuren en smaken.

Vele grenzen zijn open, ook al doet Engeland de deur dicht. Nederland is te klein om zichzelf te bedruipen. We hebben anderen nodig. Mensen die handelen moeten samenwerken. Een goede samenwerking wordt met een handtekening en een lach beklonken.

De koning moet ambassadeur blijven van ons land. De stralende lach van koningin Maximá is goud waard in onze nationale en internationale contacten.

Waar ieder land zijn eigen gebruiken, gewoontes, geloven, normen en waarden heeft, zijn emoties over de hele wereld hetzelfde. We huilen bij verlies en we lachen als we plezier hebben en ons goed voelen. Samen lachen verbindt.

Er moet meer internationaal gelachen worden. Er moet meer over de grenzen heen verbindingen gelegd worden. Daarom worden initiatieven zoals Grenzeloos Lachen ondersteund door de Partij van de Lach.

# 5 Vrijheid

Change the World. Smile ;-)

Wij Nederlanders zijn een vrij volkje. We zeggen wat we denken, we bevaren de wereldzeeën en we accepteren ieders geloof. We bevechten onze vrijheid als het moet. Het is fijn als we daarbij kunnen steunen op landen die diezelfde vrijheid hoog in het vaandel hebben staan.

## Vrijheid van denken

Wij hebben de vrijheid om te denken wat we willen. Of het nu positief is of niet. Of het opbouwend is of niet. Of het gelukkig is of niet. Veel van onze gedachten zijn moeilijk te sturen, die zijn er. Maar het vermogen om meer gezonde, positieve en opbouwende gedachten te denken is te leren en te versterken. De Partij van de Lach ondersteunt projecten die het vermogen tot positief denken stimuleren.

## Vrijheid van spreken

Aansluitend op de vrijheid van denken is de vrijheid van spreken. We zeggen wat we denken. Deze vrijheid is belangrijk, al kan het niet de bedoeling zijn om mensen te kwetsen en te bezeren. Door mensen te leren positiever te denken zullen zij automatisch positiever spreken. Bewustwording is de clou.

## Vrijheid van leven

Wij hebben de vrijheid om ons leven in te vullen zoals wij dit zelf willen. Toch voelen veel mensen zich gevangen zitten in structuren en systemen. Deze structuren en systemen zijn nodig om een land in goede banen te leiden. Het is zinvol mensen te leren de vrijheid te ervaren juist door gebruik te maken van deze structuren en systemen.

# 5 Vrijheid

Change the World. Smile ;-)

## Vrijheid van werk

De tijd van veertig jaar bij een baas werken voor een gouden horloge is voorbij. De jongere generatie wil terecht meer vrijheid bij de invulling van hun werkzaamheden. Zij willen zich ook meer ontplooiën in de loop van hun carrière waardoor een persoon soms meerdere loopbanen kent gedurende zijn leven. Die vrijheid moet worden geboden.

## Vrijheid van zijn wie je bent

Nederland is een van de tolerantste landen als het gaat om geaardheid en de rollen die je vervult. Soms gaan we er nog voor de bres, maar ook roze zaterdag is een vrolijk feestje geworden. Laten we die tolerantie bewaren en bewaken. Juist onze diversiteit maakt het leven zo mooi.



## Vrijheid van geloof

Onze multiculturele samenleving kent vele geloven. Alle geloven geloven in de basis in hetzelfde. We dienen goed te zijn voor elkaar en zorgvuldig met onze aarde om te gaan. Partij van de Lach gelooft dat als we samen lachen we zorgen voor een krachtige verbinding. Een verbinding die mens en geloof overstijgt.

# 6 Natuur en milieu

Zwerfafval lachend  
opruimen

Onze natuur heeft het zwaar. We zijn een wegwerpmaatschappij en dat betekent dat de natuur dit te verwerken krijgt. Door de klimaatverandering is de natuur soms ook de in war. Het milieu gaat verder dan de natuur. Het is de omgeving waar we wonen en werken. Het is de plek waar we leven. Het zijn de mensen waar we mee omgaan.

Zonder natuur vervalt ons bestaansrecht. Wij kunnen niet overleven zonder natuur. Wij kunnen ook niet, op een enkele kluizenaar na, overleven zonder mensen om ons heen. Zoals wij de natuur nodig hebben, hebben wij de natuur nodig.

Laten we onze omgeving met zorg behandelen. Laten we zwerfafval lachend opruimen. Laten we ons afval netjes scheiden. Laten we minder afval maken. Laten we meer gelukkig zijn met minder.





# 7 Wonen en werken

Meer plezier op de werkvloer is goed voor werknemer én werkgever

We willen allemaal graag prettig wonen. Wonen in een omgeving waar het veilig is, waar we voldoende ruimte voor onszelf ervaren en waar we gelukkig kunnen zijn. We willen de plek onder de zon waar René Froger over zong.

Om de natuur te sparen zouden we moeten huisvesten op bestaande bouwgrond. Dat kan. Partij van de Lach pleit ervoor dat langdurig leegstaande panden snel kunnen rekenen op een herbestemming.

De behoefte aan kantoorruimte wordt minder, de behoefte aan woningen groter. Er moeten meer initiatieven worden verwelkomd om met nieuwe oplossingen voor de woningnood aan de slag te gaan. Wie met een lach woont zal ook een betere verstandhouding hebben met zijn burens.

Ook willen we zinvol, interessant en plezierig werk. We willen het gevoel hebben dat wat we doen ertoe doet. We willen geprikkeld worden door wat we zien en horen. We willen plezier hebben zodat het werk gemakkelijk vol te houden is.

Door bewust plezier op de werkvloer in te brengen zal er meer creativiteit, saamhorigheid en productiviteit zichtbaar worden. Dit is goed voor werkgever én werknemer.



# Bruto Nationaal Geluk

Hoe berekenen we het Bruto Nationaal Geluk? Omdat geluk een subjectief gegeven is, kunnen we geen gebruik maken van exacte meetinstrumenten. Geluk is een gevoel en je voelt je nu op de ene manier gelukkig en ... nu op een andere manier. Daarom is het zaak om een meerdere metingen te verrichten.

Onderstaande vragenlijst zou periodiek aan een grote groep mensen gevraagd moeten worden. Hiermee kunnen we het gemiddelde berekenen.

1. *Hoe staat het met uw gevoel van enthousiasme over de dingen die in uw leven gebeuren?*

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Vreselijk									Enthousiast

2. *Hoe ervaart u uw energieniveau op dit moment?*

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Futloos									Vol energie

3. *Bent u pessimistisch of optimistisch gestemd?*

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Pessimistisch									Optimistisch

4. *Bent u vaak of bijna nooit gestrest?*

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Veel stress									Geen stress

5. *Hoe vaak per dag lacht u?*

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Zelden of nooit								Heel vaak	

Wij willen de vragenlijst uitbreiden tot een wetenschappelijk verantwoord meetinstrument en een voldoende grote groep mensen met regelmaat te interviewen. Zo kunnen we meer vertellen over de ontwikkelingen van het geluksniveau van de Nederlandse medemens.

# Conclusie

Meer lachen met elkaar, meer plezier maken is belangrijker dan ooit. Want dit brengt meer zingeving, meer menselijkheid en meer verbondenheid. Laten we in actie komen voor we het verlerd zijn. Laten we in actie komen voordat onze kinderen het verleren. Kom in actie. Verspreid de lach. Stem op Partij van de Lach.

# Over de partij van de lach

*Lachen is een serieuze zaak. Dit document echter niet.*

Politiek, het gaat al jaren enigszins aan me voorbij. Stemmen voor een partij waar ik niet achter sta vind ik onzin. Soms stem ik wel, soms niet. Nu zijn er de verkiezingen voor de Provinciale Staten. Verkiezingen op partijen en mensen waar ik normaal gesproken niets van merk, van zie of van hoor. Dus ik besloot mij erin te verdiepen.

Wat ik ontdekte is dat iedere politieke partij idealen heeft. Alle partijen willen een betere samenleving. Het enige is dat ze een andere visie hebben over de manier waarop dat zou moeten gebeuren. In India is een arts met een visie. Wereldvrede door de lach. Deze visie neem ik over voor dit stuk van de Partij van de Lach.

Er is geen echte Partij van de Lach. Maar het zou er wel moeten zijn. Vind ik. Wat vind jij?

