



Stichting

Filosofie & Meditatie

ontwikkel je zelf verder

Jaarverslag 2021

&

Jaarplan 2022

Inhoud

1. Doelstellingen.....	3
2. Bestuur	4
3. Activiteiten in 2021	4
Bijeenkomsten en videostudies	4
In 2021 waren er drie wekelijkse studie- en meditatiegroepen actief:.....	4
Retraites	4
4. Huisvesting en investeringen	5
5. Informatie van de SFM	5
6. Publicaties	6
7. Oprichting Integraal Gezondheidsinstituut Nederland.....	6
8. Financiën	6
9. Jaarrekening 2021	8
10. Evaluatie jaarplan 2021 en nieuw jaarplan 2022	9

1. Doelstellingen

De SFM wil een harmonieuze en vreedzame samenleving verwezenlijken, die berust op een 'filosofie van de eenheid': tijdloze, universele wetten en principes die het hart vormen van alle grote levensfilosofieën en religies. Tot die filosofie behoort de stelregel dat je jezelf moet kennen en bij jezelf moet beginnen als je de wereld wilt verbeteren. Daarbij worden wij geholpen door meditatie, retraites en het naleven van de sangatraditie als wij onze wereldbeschouwing onderzoeken en beschikbaar te stellen.

Harmonie in de samenleving

De gedachte dat wij allen met elkaar verbonden zijn, hoort bij de 'filosofie van de eenheid'. De SFM wil deze oude, maar zeer actuele gedachte uitdragen, omdat zij de basis vormt voor duurzame harmonie in onze samenleving.

Harmonie in onszelf

Harmonieus samenleven wordt gedragen door harmonieuze individuen. De SFM bevordert onze innerlijke groei. Vooral het vinden van innerlijke rust en onze authenticiteit helpt ons een evenwichtig mens te worden.

Filosofie uit Oost en West

Alle grote levensfilosofieën en religies – uit Oost en uit West – beschrijven universele wetten die ons helpen een harmonieus leven te leiden. De SFM bestudeert deze levensbeschouwingen, zoekt naar hun kern en verbindt zich niet aan één bepaalde stroming.

Studie

Kennis biedt houvast en kweekt begrip voor onszelf en voor elkaar. De SFM organiseert allerlei bijeenkomsten over de levensfilosofieën en hoe we die in ons dagelijks leven kunnen gebruiken.

Meditatie

In meditatie verwerven we een rust die aanzet tot vreedzaam en onbaatzuchtig handelen. En energie om filosofische inzichten in de praktijk te brengen. De SFM verbindt meditatie en filosofie dan ook nadrukkelijk met elkaar.

Retraites

In een retraite stappen we uit onze routine. We houden onszelf een spiegel voor en vragen ons af waar het écht om gaat in ons leven. De SFM heeft twee retraitecentra, één in Egmond aan den Hoef en één in Brognon, Noord-Frankrijk.

Satsang

Filosofie kun je beoefenen in het leven van alledag. De SFM doet dat in de geest van de Oosterse 'satsang'. Dat is een kleine, veilige – vaak spirituele – groep van gelijkwaardige mensen die werken voor het geheel. Ze hebben de ontwikkeling van allen voor ogen.

2. Bestuur

Het bestuur bestond per ultimo 2021 uit de volgende leden:

Voorzitter : dr. N.M. Jiwa
Secretaris : mw. A.M.E. Pool-Dirven
Penningmeester : mw. A. Horstman
Lid : vacature

De bestuursleden mw H.J. Fernhout-van der Meulen (lid) en J.A.H. Nijs (secretaris) zijn afgetreden.

De bestuursleden hebben voor hun functie geen vergoeding ontvangen. Het werk is geheel Pro Deo verricht.

Het bestuur heeft het afgelopen jaar 6 vergaderingen gehouden, die in notulen zijn vastgelegd.

3. Activiteiten in 2021

Bijeenkomsten en videostudies

In 2021 waren er drie wekelijkse studie- en meditatiegroepen actief:

- Open meditatiebijeenkomst op de woensdagochtend (bijeenkomst en ook online te volgen)
- Studiebijeenkomsten rond Boeddhisme 1 & 2, Kena Upanishad en Mandukya Upanishad
- Open online Bhagavad Gita studie op vrijdagavond

Daarnaast zijn er diverse Onlinestudies gegeven die ook als video op het YouTube kanaal van de SFM zijn gepubliceerd:

- Vidya's in de Bhagavad Gita (8 delen)
- Video serie 'De Nieuwe Mens' (3 delen)
- Inleiding in de Vidya-meditatie (6 delen)

Retraites

In 2021 zijn er op de Cynham en in Brognon 11 retraiteweken geweest. In totaal 188 deelnemers. De gemiddelde bezetting van de retraiteweken was 17,0 deelnemers/week. Hieronder het overzicht van de activiteiten in Brognon (en in 2020 ook in de Cynham) van de laatste 3 jaar (aantal activiteiten en aantal deelnemers)

jaar	Aantal activiteiten	Aantal deelnemers (gem)
2019	14	205 (14,6)
2020	10	144 (14,4)
2021	11	188 (17,0)

Individuele retraites

In 2021 is er weer gelegenheid geboden om zich voor enkele dagen tot enkele weken terug te trekken in Egmond aan den Hoef in het kader van een individuele retraite. Ca. 20 personen hebben van deze gelegenheid gebruik gemaakt.

4. Huisvesting en investeringen

Koningslaan

In 2021 is het pand in de Koningslaan te Amstelveen verkocht. Met de opbrengst zijn een aantal leningen afgelost en zijn er renovaties uitgevoerd op de Cynham in Egmond aan den Hoef en in het retraitecentrum Le Domaine St Antoine in Brognon, Noord-Frankrijk.

Cynham

Op de Cynham is veel schilderwerk gedaan, zowel buiten als binnen. Tevens zijn veel ruiten vervangen in de bijgebouwen. Veel dubbele ramen waren lek.

Voor de Cynham is ook nieuw meubilair aangeschaft.

Le Domaine St. Antoine

Er hebben in een aantal grote verbouwingen plaats gevonden in Brognon:

- in het nachtverblijf zijn 5 nieuwe slaapkamers gebouwd met eigen badkamer
- Er is een nieuwe waterleiding aangelegd in het nachtverblijf
- De bibliotheek is opnieuw ingericht
- Er is een spreekkamer gebouwd bij de entree van het hoofdgebouw
- De regenafvoer van het hoofdgebouw is verbeterd
- Er zijn twee nieuwe parkeerplaatsen gebouwd
- Er zijn twee warmtepompen (lucht-lucht) geplaatst in het Chalet en in de Yogazaal. (de derde is in 2022 in de yogazaal geplaatst)
- Nieuw meubilair is aangeschaft voor de nieuwe slaapkamers en de bibliotheek
- Divers goed elektrisch tuin gereedschap aangeschaft

5. Informatie van de SFM

Nieuwsbrief

De nieuwsbrief wordt regelmatig verstuurd. Inmiddels zijn er 685 ontvangers.

Blogs/podcasts

In 2021 zijn 28 blogs en 10 Podcasts gemaakt en gepubliceerd op de website en op Anchor.fm.

Social media

Behalve de website, Facebook, Linked In, Instagram, Youtube, Twitter brengt de SFM nu ook podcasts uit.

Social Media	Doel	Aantal volgers
Website	Centrum voor communicatie en presentatie	
Nieuwsbrief	Presentatie van alledaags nieuws	685
Facebook	Presentatie van alledaags nieuws	588
LinkedIn	Presentatie serieus nieuws (zoals blogs etc.)	669
Instagram	Communicatie via beeld	650
YouTube	Videostudies, pro-video's	185

6. Publicaties

Jiwa, N.M. Vidya-meditatie, op zoek naar tijdloze, universele kennis. Uitgeverij Van Warven, 2021

Jiwa, N.M. De Universele Kennis van de Upanishads, haar boodschap voor de huidige tijd. Uitgeverij Van Warven, 2021

7. Oprichting Integraal Gezondheidsinstituut Nederland

De afgelopen jaren komen er steeds meer mensen met medische vragen naar de SFM toe. Het aantal en het type vragen heeft ertoe geleid dat de SFM heeft besloten om een nieuw, zelfstandig instituut op te richten dat beter is uitgerust om deze mensen te helpen: het Integraal Gezondheidsinstituut Nederland (IGN). De SFM heeft geholpen om de business case klaar te maken en heeft de aanloopkosten voorgeschoten. Tevens wordt ondersteuning geboden bij het operationeel maken van deze organisatie. Het heeft de ambitie om een ANBI stichting te worden. Voor meer informatie zie www.integraalgezondheidsinstituut.nl

8. Financiën

De SFM (statutair gevestigd te Amstelveen) leeft grotendeels van donaties. Eén van haar doelstellingen is om de kennis 'vrij' aan te bieden. Dit betekent dat het streven is de kosten zo laag mogelijk te houden, zodat een ieder die dat wil kan deelnemen aan de verschillende activiteiten. Alle werkzaamheden die in het kader van de SFM worden verricht, worden pro deo gedaan. Er zijn dus geen betaalde medewerkers.

De SFM is een ANBI (algemeen nut beogende instelling) erkende organisatie, hetgeen betekent dat giften onder bepaalde voorwaarden aftrekbaar zijn van de inkomstenbelasting. Voorts is de SFM gerangschikt volgens artikel 6 van de Wet op de

Vennootschapsbelasting en is de SFM vrijgesteld ingevolge artikel 33 lid 1 10° Successiewet 1956.

De SFM heeft in Frankrijk een rangschikking volgens wet 1901 gekregen, hetgeen vergelijkbaar is met de ANBI rangschikking in Nederland.

De uitgangspunten m.b.t. het financiële beleid zijn:

- a. Kennis is vrij (hier mag noch in geld, noch in natura voor worden betaald).
- b. De SFM leeft zoveel mogelijk van donaties.
- c. De onkostenvergoeding voor bijeenkomsten, studies, retraites etc. wordt zo laag mogelijk gehouden.
- d. Financiële belemmeringen mogen nooit een reden zijn om niet deel te nemen aan de activiteiten van de SFM.

Donaties worden op de volgende wijze verkregen:

- a. Periodieke donaties
- b. Eenmalige donaties
- c. Donaties tijdens bijeenkomsten, studies, retraites etc.
 - i. Voor ochtenden/avonden, dagen, weekenden en weken wordt, afhankelijk van de doorgebrachte tijd, een onkostenvergoeding (voor o.a. gas, licht, maaltijden) gevraagd.
 - ii. Daarnaast wordt de deelnemer uitgenodigd te doneren om de betreffende activiteit te kunnen laten voortbestaan. (Denk aan materiaalkosten, onderhoud van de gebouwen, afschrijving van roerende zaken e.d.)
 - iii. Op verzoek van de deelnemers zijn normbedragen door de SFM voor dagdelen, dagen, weekenden en weken vastgesteld. De onder (i) en (ii) genoemde bedragen worden op de website vermeld.
 - iv. De bedragen voor onkosten en donaties worden veelal gezamenlijk door de deelnemer gegeven of overgemaakt naar de SFM. De financieel administrateur splitst dit bedrag in de onkostenvergoeding en de donatie.
 - v. Donaties worden opgenomen in een donatieregister waarbij naam en adres van de donateur en de hoogte van de donatie worden genoteerd.
 - vi. In januari/februari van het volgende boekjaar ontvangt de donateur ter verificatie een overzicht van de door hem gegeven donaties.

9. Jaarrekening 2021

Balans SFM 2021

	31-12-2020	31-12-2021		31-12-2020	31-12-2021
Panden	366.789	318.778	Lening verbouwing	234.893	234.893
Auto	19.450	15.560	Hypotheek	117.100	0
Computer	0	1.982	Lening panden	683.393	534.991
Verbouwing	0	78.023	Kortlopende lening	40.000	0
Te vorderen BTW	4.085	2.834	Reserves	-647.912	66.540
Kas	1.810	4.696	Voorziening	13.910	13.910
Bank	26.203	353.390	Positief/Nadelig saldo	-23.048	-72.506
Lening aan IGN (oprichting)		2.565			
	418.336	777.828		418.336	777.828

Staat van baten en lasten

BATEN	2020	2021	LASTEN	2020	2021
Donaties SFM	172.476	141.040	Afs.vaste activa	27.600	61.066
Legaat	0	29.242	Makelaars- en advieskosten	5.604	9.841
Verhuur	8.426	0	Kantoorkosten / ICT	4.200	4.321
Kistje	1.809	539	Uitgave boeken	0	6.300
Netto bijdrage week/ weekenden	-1.645	-6.422	Uitgave CD jubileum	0	2.200
Boeken/CD's	2.158	2.303	Filmkosten	0	2.622
Rente	0	0	Verzekeringen & Belastingen	11.831	10.830
Diversen	-11	100	Huur de Cynham	29.610	29.610
Verkoop auto	2.965	0	Huisvesting	26.746	35.254
B.T.W.	9.209	22.478	Onderhoud & inrichting	15.607	23.759
B.T.W. te vorderen 2021 (Q4)		2.834	Interest lening	87.350	71.599
			Auto & benzinekosten	2.882	2.039
			Uitgaven Fondsen	1.312	355
			Personeelskosten	0	2.635
			Bankkosten	480	670
			Symposium	1	0
			Diversen	15	0
			Donaties	5.195	1.521
Totaal	195.385	192.115		218.433	264.621
			Nadelig saldo	-23.048	-72.506

Opmerkingen bij het financiële jaarverslag 2021

1. In 2021 is het pand de Koningslaan 6 te Amstelveen verkocht voor € 737.500,-. Dit heeft geleid tot een eenmalige boekwinst.
2. Er is € 366.301,- afgelost op openstaande leningen
3. Investerings in de gebouwen/apparatuur en inrichting: € 86.692,50
4. Het restant van de verkoop van de Koningslaan 6 wordt aangehouden om de panden in Nederland en Frankrijk klaar te maken voor de energietransitie (zonnepanelen en warmtepompen) en noodzakelijke verbouwingen uit te voeren (dak van het nachtverblijf in Brognon, verstevigen geveldelen van het hoofdgebouw in Brognon etc.). Het geld zal volledig ten goede komen aan verbouwingen en indien mogelijk, zullen de schulden verder worden afgebouwd.

10. Evaluatie jaarplan 2021 en nieuw jaarplan 2022

Evaluatie Jaarplan 2021

1. Verkoop Koningslaan 6, Amstelveen is afgerond (maart 2021)
2. Nieuwbouw/Verbouw Brognon zijn in 2021 uitgevoerd
3. Uitbreiding mogelijkheden individuele retraites is mogelijk gemaakt. Er zijn speciale retraiteweken georganiseerd in Brognon en verder kan men ook buiten het retraiteseizoen op de Cynham terecht voor een individuele retraite.
4. Viering van het 5^e lustrum van de SFM met concert van Frédéric Voorn heeft niet plaats gevonden, mede door de onzekerheden rond de Corona-epidemie.
5. Charitatief werk: Uitbreiding/uitwerking Cursus Nederlands voor asielzoekers/statushouders. Er is een begin gemaakt om te kijken of en hoe wij de SFM kunnen inzetten ter ondersteuning van asielzoekers en statushouders. Het eerste experiment is niet geheel vlekkeloos verlopen, omdat personen die voor hulp komen ook veelal ernstig getraumatiseerd zijn. Er zal nog geëvalueerd worden om te kijken of en hoe wij met dit project verder kunnen gaan in de toekomst.

Jaarplan 2022

1. De SFM gaat zich actief inzetten om de energietransitie zo goed mogelijk uit te voeren. Er is een plan voor het plaatsen van zonnepanelen op de Cynham. In Brognon gaan we verder met het implementeren van hybride verwarming (zo min mogelijk mazout gebruiken en het plaatsen van warmtepompen in de diverse gebouwen). Daarnaast zullen er nog meer verduurzamingsmaatregelen

worden ingevoerd zoals het plaatsen van LED lampen, aanschaffen van energiezuinige koelingsapparatuur e.d.

2. De vidya-meditatie zal verder beschikbaar komen via studies en meditaties (ook in de retraites) om meer mensen te helpen deze methode te gaan gebruiken. Dit om mensen te helpen 'zelf te gaan nadenken'.
3. Er zal gewerkt worden om een 3^e meditatiemethode uit te werken en beschikbaar te maken voor een groter publiek: de anvaya-vyatireka-meditatie. Het is een oude methode die nog maar weinig bekendheid geniet. Het is een methode die helpt om je leven op een andere manier in te richten en meer vanuit je eigen innerlijke kracht te gaan leven en minder afhankelijk te zijn van materiële rijkdom.
4. De retraites zullen worden gecontinueerd en waar mogelijk verder worden uitgebreid. Belangrijk hierbij is dat de retraites voor iedereen bereikbaar blijven.
5. Studie- en meditatiebijeenkomsten zullen zowel fysiek als digitaal georganiseerd worden.
6. De SFM zal actief betrokken blijven bij de opzet en uitrol van het Integraal Gezondheidsinstituut Nederland.