



Stichting

Filosofie & Meditatie

ontwikkel je

zelf verder

Jaarverslag 2023

&

Jaarplan 2024

Inhoud

1. Doelstellingen.....	3
2. Bestuur	4
3. Activiteiten in 2023	4
Bijeenkomsten en videostudies	4
Retraites	4
4. Huisvesting en investeringen	5
5. Informatie van de SFM	5
6. Publicaties/Televisie Programma	6
7. Financiën	6
8. Jaarrekening 2023	10
9. Evaluatie activiteitenplan 2023 en nieuw activiteitenplan 2024.....	11

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 sanga-traditie als wij onze wereldbeschouwing onderzoeken en beschikbaar willen 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 2023 uit de volgende leden:

Voorzitter : Dr. N.M. Jiwa
Secretaris : Mw. A.M.E. Pool-Dirven
Penningmeester : Mw. A. Horstman
Lid : Mw. M. Beverdam

Het bestuur werd ondersteund door de bestuurssecretarissen:

Mw. K. I.M. Vierhout
Mw. M. Peters

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

Het bestuur heeft het afgelopen jaar 9 vergaderingen gehouden, die in notulen zijn vastgelegd.

3. Activiteiten in 2023

Bijeenkomsten en videostudies

In 2023 waren er drie wekelijkse studie- en meditatiegroepen actief:

- Open meditatiebijeenkomst op de woensdagochtend (bijeenkomst en ook online te volgen).
- Online meditatiecursus
- Studiegroep (verdiepingsgroep) Yoga Vasishtha en de Anvaya-Vyatireka meditatie.
- Studiegroep Savitri (Sri Aurobindo)
- Open online Bhagavad Gita studie op vrijdagavond.

Retraites

In 2023 zijn er in het retraitecentrum Le Domaine St Antoine, Brognon 13 groepsretraiteweken (192 deelnemers) De gemiddelde bezetting van de retraiteweken was 14,8 deelnemers per week

In het retraitecentrum de Cynham te Egmond aan den Hoef zijn 2 retraites georganiseerd.

In het retraitecentrum de Cynham zijn 4 retraites georganiseerd.

jaar	Aantal activiteiten Le Domain St Antione	Aantal deelnemers (gem)
2020	10	144 (14,4)
2021	11	188 (17,0)
2022	12	193 (16)
2023	13	192 (14,8)

Individuele retraites

In 2023 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. 15 personen hebben van deze gelegenheid gebruik gemaakt.

De beoordeling van de retraites was ook in 2023 weer goed (geheel in lijn met het verleden). Overall beoordeling 4,7 (max is 5; aantal respondenten 144).

4. Huisvesting en investeringen

Cynham

- Airo Zomerhuis de Cynham
- 2 elektrische boilers bijgebouwen Cynham
- Nieuw dak bij entree Cynham

Le Domaine St. Antoine

- Er is een nieuwe boiler geplaatst in het nachtverblijf in Brognon
- 2 dakramen zijn geplaatst in de woonkamer van het Chalet
- 3 airco's zijn geplaatst in het hoofdgebouw in Brognon

ICT

In het verleden zijn er behoorlijk wat problemen geweest met de digitale opslag van gegevens. We hebben in 2023 besloten de ICT onder te brengen bij L'Comp automatisering en over te gaan naar SharePoint. Dit is in 2023 gerealiseerd.

5. Informatie van de SFM

Nieuwsbrief

Er zijn 13 digitale nieuwsbrieven verstuurd. Inmiddels zijn er 925 (2022: 819) ontvangers.

Blogs/podcasts

In 2023 zijn 11 blogs en 6 podcasts gemaakt en gepubliceerd op de website en op Spotify for podcasters en 4 video's op YouTube.

Social media

Behalve de website, Facebook, Linkend In, Instagram, YouTube, en podcasters.spotify.com. Het Twitter account is gestopt.

Social Media	Doel	Aantal volgers
Website	Centrum voor communicatie en presentatie	
Nieuwsbrief	Presentatie van alledaags nieuws	925
Facebook	Presentatie van alledaags nieuws	695
LinkedIn	Presentatie van de SFM voor professionals	697
Instagram	Communicatie via beeld	671
YouTube	Videostudies, promo-video's	283
Spotify for podcasters	Podcasts	150

6. Publicaties/Televisie Programma

Lezingen:

Mehdi Jiwa: Leven in Harmonie, Lutherse Gemeenschap, Kampen, maart 2023

Mehdi Jiwa: Lezing over 'de zin van leven', gehouden bij de Veritas Loge, Deventer, 13 november 2023.

Publicaties in de media

Mehdi Jiwa:

- Interview Volkskrant 'Stervelingen' (rubriek van Fokke Obbema), 26 mei 2023, tevens gepubliceerd in zijn boek Stervelingen, Uitgeverij Atlas Contact, Amsterdam/Antwerpen 2023.
- Levenslessen uit de buut-vrij-keuken, Tijdschrift voor Coaching, september 2023
- Je moet oprecht durven zeggen: 'ik weet het niet.' Maggs Magazine, Herfst 2023

Boeken

Mehdi Jiwa

- Yoga in de Bhagavad Gita, Twintig praktische oefeningen, Van Warven Producties, 2023
- De Meditatie van het Hart, de Weg van Anvaya-Vyatireka, Van Warven Producties, 2023

7. 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 eenieder 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.

Prijzen die gevraagd worden voor de verschillende activiteiten van de SFM 2023

In 2023 hebben wij de prijzen iets moeten verhogen. De gestegen kosten voor het levensonderhoud en de gebouwfafhankelijke kosten, m.n. de sterk gestegen energieprijzen, zijn hiervoor verantwoordelijk. Een deel van de prijsstijging wordt door de SFM gedragen. De SFM blijft ernaar streven de kosten zo laag mogelijk te houden.

Retraite	1 dag/nacht	€ 60/dag		€ 32,50 kostendeel	€ 27,50 donatie
Retraite	1 week	€ 60 / dag	€ 380 / week	€ 215 kostendeel	€ 165 donatie
Vrijwilliger en leiding (retraites SFM)			Vrijwillige donatie		
Kind per week (16-21 jr.)	week		€ 215	€ 215 kostendeel	
Kind per week (t/m 15 jar)	week		€ 190	€ 190 kostendeel	

Retraites

Betreft een retraite met programma of individuele retraite. Een retraiteweek loopt standaard van zondagmiddag tot en met de lunch op zaterdag. De laatste dag wordt niet in rekening gebracht. Hiervoor wordt € 20,- gevraagd voor ontbijt/lunch etc.

Uw financiële situatie mag nooit een obstakel voor deelname zijn. Wanneer dit zich voordoet wordt de bijdrage in overleg aangepast.

	Bedrag	Kostendeel	Donatie (indicatie)
Studiegroep Leerweg Filosofie en Meditatie	€ 100		€ 100
Weekend Za-Zo	€ 110	€ 65	€ 45
Weekend Vr-Za-Zo	€ 130	€ 85	€ 45
Bijdrage per bijeenkomst (koffie/thee etc.).	€ 5	€ 5	

Vrijwilligers en leiding van de retraites

De SFM draait grotendeels op de inzet van vrijwilligers. Dit geldt ook voor de ondersteuning van retraites. Voor iedere retraite is een team van vrijwilligers nodig voor de keuken en het onderhoud van het huis en de tuin en het bos.

In 2023 is besloten om vrijwilligers die activiteiten van de SFM ondersteunen en geen geldelijke vergoeding krijgen, alleen te vragen om een vrijwillige bijdrage (donatie) voor het verblijf (logies en maaltijden) voor de periode dat zij als vrijwilliger komen helpen.

In het verleden vroegen wij om het 'kostendeel' te betalen, maar het past in ons streven om meer en meer van donaties afhankelijk te zijn, om nu alleen om een donatie te vragen.

Voor externe retraites die bij ons georganiseerd worden, blijven wij van de leiding de gewone bijdrage vragen voor retraites.

8. Jaarrekening 2023

Balans SFM 2023					
	31-12-2022	31-12-2023		31-12-2022	31-12-2023
Panden	303.237	283.148	Lening verbouwing	234.893	234.893
Auto	11.670	7.780	Lening panden	534.991	534.991
Computer	1.487	991	Reserves	-8.800	-91.779
Verbouwing	99.620	87.158	Voorziening	13.910	13.910
Investerings	8.993	7.994	Positief/Nadelig saldo	-82.979	-32.244
Investerings 2023		29.359			
Kas	9.678	14.506			
Bank	198.998	172.253			
Lening uitstaand geld	50.000	50.000			
Lening aan IGN (oprichting)	8.332	6.582			
	692.015	659.771		692.015	659.771

Staat van baten en lasten					
BATEN	2022	2023	LASTEN	2022	2023
Donaties SFM	118.471	149.787	Afs.vaste activa	37.473	45.266
	0		Makelaars- en advieskosten	208	436
Legaat			Kantoorkosten / ICT	2.432	11.624
Verhuur	0	400	Uitgave boeken	6.300	9.113
Kistje	1.993	1.856	Verzekeringen & Belastingen	10.898	10.481
Netto bijdrage week/ weekenden	-2.113	-250	Huur de Cynham	29.610	29.610
Boeken/CD's	3.428	5.281	Huisvesting	15.114	20.914
Rente	0	742	Onderhoud & inrichting	40.246	8.940
Diversen	10	625	Interest lening	71.214	71.214
B.T.W.	14.009	24.619	Auto & benzinekosten	4.366	6.761
			Bankkosten	915	748
			Diversen	2	200
Totaal	135.800	183.061	Totaal	218.779	215.305
			Nadelig saldo	-82.979	-32.244

9. Evaluatie activiteitenplan 2023 en nieuw activiteitenplan 2024

Evaluatie Jaarplan 2023

1. De meditatielijn (klassieke mediatie, inzichtmeditatie en Anvaya-Vyatireka meditatie) zal verder is uitgewerkt en geïmplementeerd in de diverse programma's van de SFM.
2. Het boek 'Meditatie van het Hart, de weg van Anvaya-Vyatireka' is uitgegeven. Daarnaast zijn nog twee boeken gepubliceerd:.
3. De retraites zijn gecontinueerd en iets uitgebreid. Dit beleid de komende jaren verder worden voortgezet.
4. Studie- en meditatiebijeenkomsten zijn zowel live als digitaal georganiseerd. Het blijkt dat dit voor veel studie- en meditatiebijeenkomsten mogelijk is. Er blijft echter wel een meerwaarde om de bijeenkomsten in de sfeer van een satsang te organiseren. Hier zal het komende jaar verder naar gekeken worden.
5. De SFM heeft het Integraal Gezondheidsinstituut Nederland actief ondersteunt en zal dit blijven doen.

Jaarplan 2024

1. Doorgaan met de Open meditatiebijeenkomsten, Open online Bhagavad Gita studies en de studiegroepen rond Savitri en de Yoga Vasishtha.
2. Het streven is en blijft om zoveel mogelijk van donaties te blijven leven. Daarom zijn de prijzen 2024 gelijk gehouden met die van 2023. Dit is een risico, omdat het leven aanzienlijk duurder is geworden en de vooruitzichten zijn dat alles nog duurder zal worden. We hopen en vertrouwen erop dat er voldoende donaties komen om verdere prijsstijgingen in 2024 te kunnen voorkomen.

Het streven is en blijft dat iedereen mee kan doen aan de activiteiten (studiegroepen, meditatiebijeenkomsten en retraites) en dat er geen financiële barrières zijn om deel te nemen.

3. Uitbreiding podcasts en videostudies

4. Studie- en meditatiebijeenkomsten zijn zowel live als digitaal georganiseerd. Het blijkt dat dit voor veel studie- en meditatiebijeenkomsten mogelijk is. Er blijft echter wel een meerwaarde om de bijeenkomsten in de sfeer van een satsang te organiseren. Hier zal het komende jaar verder naar gekeken worden.
5. Boeken: het is de bedoeling om het boek Gouden Regels voor het leven uit te geven en het boek de Keuken: De Tempel der herinneringen. Over de centrale plaats van de keuken in retraitecentra.
- 6.
7. Investeren in en uitbreiding van vrijwilligers, m.n.. voor de ondersteuning van retraites en onderhoud van de gebouwen.
Hiervoor zal ook de retraiteweek Koken met Rumi gebruikt worden om ondersteuners zelf te laten ervaren hoe een retraite 'gedragen' wordt.
8. Uitbreiden meditatieve kunstvormen. Er zullen weer workshops en kunstdagen worden georganiseerd rond Neuro-lines, Sumi-é, Kintsugi en andere kunst vormen.
9. De SFM zal ook in 2024 het Integraal Gezondheidsinstituut Nederland verder blijven ondersteunen.