



Jaarverslag 2024

&

Jaarplan 2025

Inhoud

1. Doelstellingen.....	3
2. Bestuur en algemene gegevens	4
Bestuur	4
Algemene gegevens	4
Stichting Filosofie en Meditatie Herenweg 270 1934 BH Egmond aan den Hoef	4
KvK 41215107 RSIN 804024571	4
Bank: NL79 INGB 0000 1917 25	4
3. Activiteiten in 2024.....	5
Bijeenkomsten en videostudies.....	5
Retraites.....	5
4. Huisvesting en investeringen	5
5. Toegevoegde waarde van digitale leeromgevingen.....	6
6. Informatie van de SFM.....	6
7. Publicaties	7
8. Financiën	7
9. Jaarrekening 2024	10
10. Evaluatie activiteitenplan 2024 en nieuw activiteitenplan 2025.....	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

Een retraite is geen vakantie: biedt een geheel andere vorm van rust en herstel dan een gewone vakantie. Waar een vakantie naar buiten gericht is, richt een retraite zich naar binnen. Het is een bewuste keuze om stil te worden en jezelf op een dieper niveau te ontmoeten. Tijdens een retraite krijg je de ruimte om aandachtig naar jezelf te luisteren, om naar binnen te kijken en te ontdekken wat er werkelijk in je leeft. Het is een moment van reflectie en verdieping, waarin je kunt loslaten wat niet meer dient en nieuwe inzichten kunt verwelkomen.

Terwijl een vakantie je ontspanning biedt door externe afleidingen, nodigt een retraite je uit om je innerlijke rust te vinden, los van de buitenwereld. Het is een oase waar je even alles kunt loslaten en je kunt verbinden met je eigen bron van kracht, wijsheid en stilte. Hier ontdek je dat ware rust niet van buiten komt, maar van binnenuit ontstaat.

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.

Digitale ontwikkelingen

De klassieke vorm van satsang staat voor nieuwe uitdagingen: veel deelnemers wonen te ver weg om regelmatig een studie- of meditatiebijeenkomst bij te wonen. Videobijeenkomsten bieden weliswaar een praktische oplossing, maar missen vaak de intimiteit en veiligheid die essentieel zijn voor het delen van diepe ervaringen. Om deze kloof te overbruggen, heeft de SFM innovatieve digitale leeromgevingen geïntroduceerd die naadloos zijn geïntegreerd met de fysieke satsangs en videobijeenkomsten. Deze aanpak versterkt de verbinding tussen deelnemers, waarborgt een veilige omgeving, en biedt ruimte voor persoonlijke verdieping, ongeacht de fysieke afstand.

2. Bestuur en algemene gegevens

Bestuur

Het bestuur bestond per ultimo 2024 uit de volgende leden:

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

Het bestuur werd ondersteund door de bestuurssecretarissen:

Mw. K. I.M. Vierhout

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 8 vergaderingen gehouden, die in notulen zijn vastgelegd.

Algemene gegevens

Stichting Filosofie en Meditatie
Herenweg 270
1934 BH Egmond aan den Hoef

 www.filosofieenmeditatie.nl

 info@filosofieenmeditatie.nl

KvK 41215107
RSIN 804024571

Bank: NL79 INGB 0000 1917 25

3. Activiteiten in 2024

Bijeenkomsten en videostudies

In 2024 waren er drie studie- en meditatiegroepen actief:

- Open meditatiebijeenkomst op de woensdagochtend (bijeenkomst en ook online te volgen).
- Online meditatiecursus
- Online cursus Vijf Krachtige Meditatieoefeningen
- Studiegroep (verdiepingsgroep) Yoga Vasishtha en de Anvaya-Vyatireka meditatie (afgesloten aug. 2024).
- Studiegroep Savitri (Sri Aurobindo)
- Open online Bhagavad Gita studie op vrijdagavond (tijdelijk gestopt in juni 2024).
- Leerweg Filosofie en Meditatie voor Mentoren

Retraites

In 2024 zijn er in het retraitecentrum Le Domaine St Antoine, Brognon 11 groepsretraiteweken (168 deelnemers) De gemiddelde bezetting van de retraiteweken was 15,3 deelnemers per week

jaar	Aantal activiteiten Le Domain St Antoine	Aantal deelnemers (gem)
2022	12	193 (16)
2023	13	192 (14,8)
2024	11	168 (15,3)

Activiteiten op in het retraitecentrum de Cynham

In het retraitecentrum de Cynham te Egmond aan den Hoef zijn wekelijkse Meditatiebijeenkomsten, studie- (5) en kunst (4) bijeenkomsten en karma-yoga dagen (10) georganiseerd. Daarnaast zijn er 6 retraites georganiseerd en zijn er yoga- en meditatiebijeenkomsten georganiseerd door twee externe groepen.

Aantal activiteiten De Cynham 2024	
Meditatiebijeenkomsten	ca. 50
Studiedagen	5
Kunstdagen	4
Karma-yoga dagen	10
Retraites	6

4. Huisvesting en investeringen

Cynham

- Buitenschilderwerk

Le Domaine St. Antoine

- Dakrenovatie (Chalet)

- Plafond van de entree van het grote huis
- Schilderwerk buitenzijde
- Nieuwe boiler in het Chalet

5. Toegevoegde waarde van digitale leeromgevingen

In het afgelopen jaar heeft de SFM een belangrijke stap gezet in het uitbreiden van onze digitale mogelijkheden. Hoewel de fysieke satsang centraal blijft staan in onze benadering, ervaren we dat de afstand voor veel deelnemers een belemmering vormt om regelmatig bijeenkomsten bij te wonen. Tegelijkertijd worden videovergaderingen vaak als te afstandelijk ervaren, waardoor de diepgang en de onderlinge verbondenheid minder sterk zijn.

De introductie van een digitale leeromgeving in combinatie met fysieke bijeenkomsten en video-meetings heeft hierin een nieuwe balans gebracht. De digitale leeromgeving biedt deelnemers de mogelijkheid om in hun eigen tempo te studeren en zich voor te bereiden op de bijeenkomsten. De combinatie van geschreven teksten, geluidsopnames, videostudies en huiswerkopdrachten zorgt voor een rijke leerervaring, terwijl de persoonlijke begeleiding de individuele verdieping versterkt.

Door deze aanpak blijft de kern van de satsang gewaarborgd: een veilige omgeving waarin mensen zich met elkaar verbonden voelen en gezamenlijk groeien. Tegelijkertijd maken de digitale tools het mogelijk om een grotere groep mensen te bereiken en hen, ongeacht hun locatie, deelgenoot te maken van onze gedeelde zoektocht naar wijsheid en innerlijke balans. De eerste ervaringen met deze hybride aanpak zijn veelbelovend. We zien deelnemers die zich meer betrokken voelen, meer tijd nemen voor reflectie, en actief bijdragen aan de groepsdynamiek, zowel online als tijdens fysieke bijeenkomsten. We hopen dat deze combinatie van traditionele en digitale elementen een waardevolle verrijking vormt van ons aanbod en nieuwe mogelijkheden opent om onze missie voort te zetten: het bouwen van een harmonieuzere samenleving en het ondersteunen van mensen op hun pad van filosofie en meditatie.

6. Informatie van de SFM

Nieuwsbrief

Er zijn 16 digitale nieuwsbrieven verstuurd. Inmiddels zijn er 1.067 (2023: 925) ontvangers.

Blogs/podcasts

In 2024 zijn 20 blogs en 34 podcasts gemaakt en gepubliceerd op de website en op Spotify.com

Social media

Social Media	Doel	Aantal volgers 2024 (2023)
Website	Centrum voor communicatie en presentatie	
Nieuwsbrief	Presentatie van alledaags nieuws	1067 (925)
Facebook	Presentatie van alledaags nieuws	730 (695)
LinkedIn	Presentatie van de SFM voor professionals	676 (697)

Instagram	Communicatie via beeld	740 (671)
YouTube	Videostudies, promo-video's	314 (283)
Spotify for podcasters	Podcasts	231 (150)

7. Publicaties

Boeken

Mehdi Jiwa

- Gouden Regels om te Leven, Uitgeverij van Warven , Kampen, 2024
- Heruitgave Bhagavad Gita met commentaar, Uitgeverij van Warven, Kampen (wordt geleverd januari 2025)

E-boeken ('weggevers')

Vijf Spirituele Wetten

Drie Essentiële Meditaties

Hoe organiseer je zelf een retraite?

10 Tips om elke dag te kunnen mediteren

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 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 2025

In 2024 hebben wij de prijzen niet verhoogd (prijzen waren identiek aan 2023). De gestegen kosten voor het levensonderhoud en de gebouwfafhankelijke kosten, m.n. de sterk gestegen energieprijzen, zijn gedragen door de donaties. De SFM blijft ernaar streven de kosten zo laag mogelijk te houden, echter voor 2025 zullen wij de prijzen iets moeten verhogen.

2025			
Prijzen	Totaal	Kosten	Donatie
Dag/nacht	65	35	30
Week	400	220	180
Studiedag	50	25	25
Weekend Za-Zo	120	65	55
Weekend Vr-Za-Zo	185	100	85
Bijdrage per bijeenkomst (koffie/thee etc.).	5	5	

Retraites

Betreft een retraite met programma of individuele retraite. Een retraitsweek loopt standaard van zondagmiddag tot en met de lunch op zaterdag. De laatste dag wordt niet in rekening gebracht. Hiervoor wordt € 10,- 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.

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 2024 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.

9. Jaarrekening 2024

Balans SFM 2024					
	31-12-2023	31-12-2024		31-12-2023	31-12-2024
Panden	283.148	264.022	Lening verbouwing	234.893	234.893
Auto	7.780	3.890	Lening panden	534.991	534.991
Computer	991	496	Dotatie	-91.779	-110.113
Verbouwing	87.158	74.695	Voorziening	13.910	0
Investerings	7.994	6.995	Positief/Nadelig saldo	-32.244	-46.421
Investerings 2023 (airco's)	29.359	23.488	Correctie eigenvermogen (rente)		-122
Investerings 2024		8.169	Kruisposten (overlopende passiva)		-365
Kas	14.506	1.082			
Bank	172.253	221.944			
Lening uitstaand geld	50.000	0			
Lening aan IGN (oprichting)	6.582	8.082			
Kruisposten (overlopende activa)					
	659.771	612.862		659.771	612.862

Staat van baten en lasten					
BATEN	2023	2024	LASTEN	2023	2024
Donaties SFM	149.787	132.288	Afs.vaste activa	45.266	44.887
Verhuur	400	0	Makelaars- en advieskosten	436	814
Kistje	1.856	1.271	Kantoorkosten / ICT	11.624	11.472
Netto bijdrage week/weekenden	-250	6.471	Uitgave boeken	9.113	8.125
Boeken/CD's	5.281	2.854	Verzekeringen & Belastingen	10.481	7.687
Rente	742	122	Huur de Cynham	29.610	29.610
Diversen	625	272	Huisvesting	20.914	16.971
B.T.W.	24.619	11.940	Onderhoud & inrichting	8.940	8.583
			Interest lening	71.214	71.214
			Auto & benzinekosten	6.761	1.530
			Bankkosten	748	711
			Diversen	200	35
Totaal	183.061	155.218	Totaal	215.305	201.639
			Nadelig saldo	-32.244	-46.421

1. Toelichting reservering op de balans (dotatie negatief):

In voorgaande jaren is op de balans een langlopende reservering opgenomen van € 13.900. In de loop der tijd is echter gebleken dat de onderliggende verplichting waarvoor deze reservering oorspronkelijk bedoeld was, in omvang is afgenomen. Op advies van onze accountant is daarom besloten om deze reservering per dit boekjaar vrij te laten vallen, wat resulteert in een negatieve dotatie. Dit is in lijn met de voorschriften voor een realistische weergave van onze verplichtingen en reserves.

2. Toelichting op boekwaarde onroerend goed in Frankrijk:

De stichting bezit een oud pand in Noord-Frankrijk dat voorheen dienstdeed als hotel. Het pand kent constructieve gebreken zoals verzakkingen en bevat nog asbest (met name in de dakbedekking). Mede hierdoor is het object lastig te herwaarden tegen een actuele marktwaarde. Om die reden is ervoor gekozen om het pand jaarlijks tegen de oorspronkelijke boekwaarde in de jaarrekening te blijven opnemen, waarbij eventuele afschrijvingen conform

de gebruikelijke methodiek zijn toegepast. Deze benadering is consistent en wordt al meerdere jaren zo gehanteerd.

3. Toelichting op kostenbijdragen en ANBI-status:

De stichting organiseert retraites in Frankrijk waarvoor deelnemers een kostenbijdrage leveren. Deze bijdragen dekken grotendeels directe uitgaven zoals voeding, verblijf en faciliteiten. Naar aanleiding van eerdere afstemming met de Belastingdienst is overeengekomen dat alleen de nettobijdrage – zijnde de kostenbijdrage verminderd met de daaraan toe te rekenen uitgaven – in de winst- en verliesrekening wordt verantwoord. Hiermee wordt voldaan aan de voorwaarden voor de ANBI-status, waarbij maximaal 10% van de inkomsten uit activiteiten mag bestaan die niet rechtstreeks het algemeen nut dienen.

10. Evaluatie activiteitenplan 2024 en nieuw activiteitenplan 2025

Evaluatie Jaarplan 2024

1. De open Meditatiebijeenkomsten zijn voortgezet. Ca. 50 bijeenkomsten zijn georganiseerd op de Cynham.
De Studiegroep Yoga Vasishtha en de Online Bhagavad Gita studie zijn gestopt. De Yoga Vasishtha studie is vervangen door een studie Leerweg Filosofie en Meditatie voor Mentoren. De online Bhagavad Gita studiegroep gaat in 2025 weer van start.
2. Financiën beleid is voortgezet, conform onze doelstellingen
3. Podcast zijn verder uitgebreid. Video's zijn gemaakt en zijn ondergebracht in de diverse digitale leeromgevingen.

Jaarplan 2025

1. Filosofie

Verder gaan met de Leerweg Filosofie en Meditatie voor Mentoren en de Studiegroep Savitri.

Opstarten online studiegroep Bhagavad Gita en starten Digitale cursus Bhagavad Gita. Start studiegroep en Digitale leeromgeving Avadhuta Gita en Asthavakra Samhita.

2. Meditatie

Online meditatiecursus II: Drie Essentiële Meditaties

3. Retraites

Voortzetting beleid retraites. Meer vragen om ondersteuning bij de retraites.

4. Viering van het 6^e lustrum

In 2025 bestaat de SFM 30 jaar. Dit 6^e lustrum willen wij op passende wijze vieren. Er zal hiertoe een feestcommissie worden opgericht.

5. Financiën

Het streven is en blijft om zoveel mogelijk van donaties te blijven leven. De prijzen zijn in 2025 iets verhoogd, het vasthouden van de lage prijzen zoals in 2024 is gedaan, is door de stijgende kosten onvermijdelijk.

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.

6. Uitgave Boeken

- het boek de Keuken: De Tempel der herinneringen. Over de centrale plaats van de keuken in retraitecentra.
- Herdruk Bhagavad Gita en commentaren (in 2024 besloten, uitgave januari 2025)

7. De SFM zal ook in 2025 het Integraal Gezondheidsinstituut Nederland verder blijven ondersteunen.