

jaarverslag 2023

De David Lynch Foundation is in 2005 in Amerika opgericht. David Lynch zegt hier het volgende over: "Als je nog niet mediteert, neem dan mijn advies: Start. Het zal de beste beslissing zijn die je ooit neemt."

Met meditatie wordt de Transcendente Meditatie techniek bedoeld, die door Maharishi Mahesh Yogi het eind van de jaren 50 van de vorige eeuw in het Westen is geïntroduceerd. De Transcendente Meditatie techniek heeft een positieve invloed op de beoefenaar. Regelmatige beoefening draagt bij aan een algeheel gevoel van welzijn en geluk. Aspecten die daaraan bijdragen zijn onder meer: betere geestelijke gezondheid, betere lichamelijke gezondheid, verlaging van de bloeddruk, verhoogd zelfconcept en een vermindering van negatieve tendensen en gedrag.

Wanneer 1 % van de bevolking van een land de TM techniek beoefent, nemen negatieve tendensen in de samenleving als geheel af en nemen positieve tendensen toe. Dit effect wordt het Maharishi effect genoemd.

Het TM-sidhi programma is een gevorderde techniek, die als uniek en specifiek kenmerk heeft dat deze techniek een positief effect heeft op de individuele beoefenaar en tevens – mits beoefend in groepsverband – een sterkere positieve invloed op de omgeving heeft dan Transcendente Meditatie alleen. Op het moment dat een groep mensen gezamenlijk het Transcendente Meditatie sidhi-programma beoefent, volgen er positieve effecten binnen de maatschappij. Mensen beïnvloeden elkaar. Dit omgevingseffect omvat onder meer: vermindering van oorlogshandelingen, verminderde opnames in ziekenhuizen, verlaging van de verkeersongelukken, verlaging van de criminaliteit en een algemene verhoging van de kwaliteit van het leven. Een kleine kern van mensen die deze techniek gezamenlijk beoefent heeft dus een aantoonbaar en meetbaar positief effect op de hele maatschappij.

Van belang is dat de effecten die genoemd worden door beoefening van Transcendente Meditatie niet gebaseerd zijn op geloof of op vertrouwen. Deze effecten zijn de afgelopen jaren keer op keer betrouwbaar en herhaalbaar geverifieerd door wetenschappelijk onderzoek.

Om dit effect in Nederland te bereiken is in Lelystad een wijk, ook wel het Sidhadorp genoemd, gevestigd, dat sidha' s in staat stelt gezamenlijk de Transcendente Meditatie en TM-sidhi technieken te beoefenen.

De Stichting Harmonisch Leven is sinds 1988 actief. In de ontwikkeling van het Sidhadorp in Lelystad heeft de stichting Harmonisch Leven, als projectontwikkelaar, een belangrijke rol gespeeld.

De Nederlandse DLF tak is in november 2018 als onderdeel van de Stichting Harmonisch Leven gestart, met doelstellingen voor groepen in stressvolle situaties, op scholen, studenten, vluchtelingen, gevangenen, migranten en ook professionals, zoals leerkrachten en artsen, beroepen waarin de beoefenaars een hoge mate van stress ervaren.

Doel

Vanuit de statuten heeft de Stichting Harmonisch Leven (SHL) als doel:

- a. Het scheppen van mogelijkheden voor minimaal 400 personen om gezamenlijk tweemaal per dag het TM en TM-Sidhiprogramma, zoals geleerd door Maharishi Mahesh Yogi, te beoefenen, om op deze wijze een zodanige invloed uit te oefenen op het collectieve bewustzijn van de Nederlandse bevolking, dat negatieve tendensen gaan verdwijnen en worden omgebogen in positieve ontwikkeling;
- b. Het samenwerken met andere organisaties om ook minder draagkrachtigen in aanmerking te laten komen voor het volgen van het onder a genoemde programma

Missie en visie

Missie

De stichting Harmonisch Leven-David Lynch Foundation helpt bij populaties met een verhoogd risico om trauma's en ziekmakende stress te voorkomen en uit te bannen door brede implementatie van het, door onderzoek bewezen, Transcendente Meditatie programma, om gezondheid, cognitieve en sociale capaciteiten, prestaties en welbevinden te verbeteren. Mede om daardoor bij te dragen aan een evenwichtige samenleving.

De stichting draagt bij aan een gelukkige samenleving door het bevorderen van de tot standkoming van een groep van tenminste 400 mediterenden die gezamenlijk het TM Sidhiprogramma beoefenen.

Visie

In samenwerking met een nationaal netwerk van speciaal opgeleide instructeurs, zal de Stichting Harmonisch Leven - David Lynch Foundation een nationale katalysator zijn voor de brede acceptatie van het Transcendente Meditatie (TM) -programma van individuen en instellingen door:

- Het creëren van bewustwording bij overheid, gezondheidszorg, onderwijs, media, bedrijfsleven en samenleving over de effecten van Transcendente Meditatie.
- Fondswerving om opstartprojecten van TM-programma's te realiseren van initiatieven die zich bezig houden met risico-populaties en die bijdragen aan een evenwichtige samenleving.
- Stimuleren van institutionele implementatie van het TM-programma op nationale basis.

-Financiering van onafhankelijk onderzoek naar het TM-programma om diepgaander inzicht te verkrijgen in de breedte van de effecten van de techniek op de hersenen, de gezondheid en het gedrag.

ONTWIKKELINGEN

In de afgelopen jaren is de omgeving waarin de Stichting opereert veranderd.

Het aantal praktiserende sidha' s in Nederland is afgenomen, er is weinig aanwas van nieuwe sidha' s;

De gemiddelde leeftijd van de bewoners van het Sidhadorp is toegenomen, in wezen is er sprake van vergrijzing. Veel jongeren zijn uit het Sidhadorp vertrokken.

Het aantal sidha' s, dat gezamenlijk het TM-programma in het Sidhadorp beoefent schommelt al langere tijd rond de 40.

Om de toekomst van het Sidhadorp te borgen is het is belangrijk, dat er een instroom van jongere, enthousiaste mediterenden op gang komt, die hun schouders onder ontwikkeling gericht op de toekomst van het dorp willen zetten. En die de basis vormen voor een groep van 400 Sidha's die gezamenlijk hun meditatie doen.

ONDERSTEUNDE INITIATIEVEN

De Stichting ondersteunt daarom inspanningen om mediterenden buiten Lelystad te betrekken bij activiteiten in het Sidhadorp. Traditioneel is het dorp op sidha' s gericht, en dan vooral op de mogelijkheid om gezamenlijk het TM-Sidhiprogramma te doen. Daarvoor zijn voldoende faciliteiten aanwezig.

Voor mediterenden is een nieuw TM centrum gerealiseerd volgens Maharishi Sthapatya Vedische principes. De stichting draagt financieel bij om nieuwbouw mogelijk te maken, om daarmee het Sidhadorp aantrekkelijker te maken voor mediterenden.

Het effect en het nut van de groepsgewijze toepassing van het TM-Sidhiprogramma in groepen in diverse situaties is vastgesteld. De stichting beoogt overheid, organisaties en particulieren meer bewust te maken van de voordelen van de techniek. Het doel hiervan is meer mensen en instellingen inzicht te geven in de effectiviteit van deze meditatie en te inspireren deze techniek te gaan beoefenen, bij voorkeur in groepen.

Traditioneel biedt de stichting ondersteuning aan activiteiten om het huidige Sidhadorp instand te houden en te verbeteren. De Stichting zal hiermee doorgaan. Gedacht moet daarbij worden aan stimulering van de communicatie activiteiten binnen het dorp en de kring

van mediterenden en sidha' s buiten het dorp. Aan financiële steun voor cursussen en bijeenkomsten, aan bijdragen in verfraaiing en het aan de eisen van de tijd aangepast houden van het dorp.

Zoals eerder aangegeven is er veel onderzoek gedaan naar de positieve effecten van de beoefening van Transcendente Meditatie en naar de effecten van beoefening in grote groepen. Uit gesprekken, die de stichting voert, blijkt er behoefte te zijn aan meer specifiek onderzoek in Nederlandse situaties. De stichting bereidt een onderzoek opzet voor, die onderzoek in Nederlandse situaties mogelijk maakt. De stichting laat dat onderzoek uitvoeren n.a.v. projecten die de doelgroepen van de stichting betreffen.

TERUGBLIK EN VOORUITBLIK

In de verslagperiode heeft de stichting bijgedragen aan verdere ontwikkeling van het sidhadorp in Lelystad. Dat is gebeurd door bij te dragen in de kosten van een nieuwsbrief, waarmee geïnteresseerden op de hoogte gehouden worden van activiteiten en cursussen. Ook door bij te dragen aan verfraaiing van het dorp.

In het dorp functioneren diverse voorzieningen. Zo is er een vegetarisch restaurant en is er een Maharishi Ayur Vedisch Gezondheidscentrum. Het vegetarisch restaurant is van belang voor onder meer de maaltijdvoorziening voor cursisten. Het voortbestaan ervan is daarom belangrijk. Als gevolg van de beperkingen in de corona periode en later, als gevolg van stijging van inkooprijzen en kosten van energie is het niet altijd mogelijk de exploitatie

kostendekkend te krijgen. De stichting monitort de ontwikkeling, en overlegt waar nodig met partners in het dorp over een oplossing.

Het Ayur Vedisch Gezondheidscentrum biedt behandelingen aan, zowel om ziekte te voorkomen, als om ziekten te genezen. De voorziening is in Nederland uniek. De werknemers moeten specifieke opleidingen volgen om de behandelingen te kunnen geven. Na een aantal jaren van bestaan is het nodig hierin opnieuw te investeren. Ook de website is aan vernieuwing toe. SHL/DLF heeft financiële ondersteuning toegezegd om de kosten daarvan te helpen dekken. In het verslagjaar heeft de stichting hiervoor € 2500,- beschikbaar gesteld.

Om het dorp aantrekkelijker te maken voor het volgen van cursussen wordt een nieuw centrum voor Transcendente Meditatie gebouwd, volgens een specifieke architectuur. SHL/DLF staat achter dit initiatief, ook omdat hiervan een aanzuigende werking wordt verwacht. Een groot deel van de middelen voor de bouw is door middel van donaties bijeen gebracht. De stichting heeft hieraan voor € 34.500,- bijgedragen.

Eind december 2023 en eerste weken van 2024 is er in India een bijeenkomst van ruim 11.000 deelnemers georganiseerd, met als doel om door gezamenlijke beoefening van het meditatieprogramma meer coördinatie in het wereldbewustzijn te bereiken. Deelnemers kwamen uit veel verschillende landen, ook uit Nederland. Gelet op het doel van de conferentie en de betekenis daarvan ook voor Nederland heeft de stichting door middel van sponsering enkele mensen, die het aan middelen ontbrak, in staat gesteld om deel te nemen. Hier was een bedrag van € 6500,- mee gemoeid

In het verslagjaar is met verschillende organisaties contact gezocht. Soms werd niet gereageerd op het initiatief van de stichting, soms vriendelijk, maar tot concrete acties of projecten heeft het niet geleid.

Vooruitblik

De Stichting begint het jaar 2024 met een algemene reserve groot € 115.012,- Het bestuur verwacht geen grote donaties. Het bestuur denkt aan administratiekosten en verzekering ca € 1400,- uit te geven. Aan het uitgeven en verspreiden van een nieuwsbrief raamt het bestuur € 1500,- bij te dragen.

De stichting neemt initiatief voor het organiseren van een bijeenkomst van 1000 mediterenden die gedurende enkele weken gezamenlijk hun meditatie programma beoefenen. Het doel van gezamenlijke beoefening door zo een groep is het scheppen van meer coherentie in het nationaal bewustzijn in Nederland en Europa. Eén en ander als opmaat voor een permanente groep van 500 mediterenden, met als doel om tot een permanent hoger niveau van bewustzijn te komen. Het ontbreekt de stichting aan de hiervoor noodzakelijke middelen, er zullen sponsors gezocht worden

FINANCIËN

De Stichting Harmonisch Leven- David Lynch Foundation beschikt over een bescheiden eigen vermogen. De beschikbare middelen houdt de stichting aan in de vorm van banktegoeden. De stichting belegt niet in aandelen, opties, onroerend goed etc.

De laatste jaren teert de stichting in op haar vermogen. De reden is tweeledig. Enerzijds komen er weinig donaties binnen en anderzijds zijn er geen rente-inkomsten.

Voor haar activiteiten is de stichting afhankelijk van donaties. De stichting is een zogenoemde ANBI-stichting, dat wil zeggen, dat giften aan de stichting onder zekere voorwaarden aftrekbaar zijn voor de (inkomsten-)belasting.

De stichting heeft een strategie om donoren aan te trekken, die erop neerkomt, dat eerst een project wordt gedefinieerd, waar vervolgens sponsors voor worden gezocht.

Het bestuur van de stichting wordt niet bezoldigd, het is vrijwilligerswerk. De stichting heeft geen medewerkers in dienst. Het uitvoeren van een project brengt veel werk met zich mee. Teveel voor een bestuur, bestaande uit vrijwilligers. Het zou bovendien de voorkeur hebben besturen en uitvoeren te scheiden. Het zou daarom de voorkeur hebben als het bestuur voor het uitvoeren van projecten iemand in dienst kon nemen. Mede om die reden streeft het bestuur naar verbreding van het financiële draagvlak, door te zoeken naar mogelijkheden om interesse te wekken voor periodieke donaties.

TOEZICHT

Het bestuur legt verantwoording af aan een raad van toezicht
