**Activiteiten Stichting Sahaja Yoga Nederland 2023**

**Algemeen**

Sahaja Yoga Nederland heeft in 2023 vijf collectieve vergaderingen gehouden, op 5 februari, 22 april, 20 mei, 30 september en 25 november. De vergaderingen werden goed bezocht: het minimum van zeven aanwezigen om besluiten te kunnen nemen, werd elke keer ruim gehaald. Verschillende initiatieven werden aan de aanwezigen gepresenteerd. De besluiten werden aan alle donateurs en vrijwilligers per email opgestuurd.

Het bestuur van de Stichting heeft in 2023 enkele keren vergaderd.

**Het Sahaja Yoga Centrum Amsterdam**

Het Sahaja Yoga centrum in Amsterdam-Oost is dit jaar weer volop gebruikt voor cursussen, meditatiebijeenkomsten, verdiepingsprogramma’s, culturele activiteiten en vergaderingen. Een deel van de cursussen is dit jaar ook online te volgen geweest. Naast de reguliere cursussen voor zowel beginners als gevorderden, werden er ook speciale workshops gegeven voor kinderen en waren er Engelstalige cursussen waar we veel expats en andere mensen mee bereikt hebben die het Nederlands niet machtig zijn.

Van 16 tot 18 augustus is er een Kids Summer Camp georganiseerd in het centrum voor kinderen in de leeftijd van 7 tot 12 jaar. Op een speelse manier werd kinderen geleerd om te mediteren, terwijl er daarnaast ook volop ruimte was voor allerlei creatieve en sportieve workshops.

**Seminars, beurzen, concerten e.d.**

Ter gelegenheid van de honderdste geboortedag van Shri Mataji Nirmala Devi, grondlegster van Sahaja Yoga, hebben we een gratis toegankelijke festivaldag georganiseerd in de Amstelkerk in Amsterdam. De dag werd geopend door de Indiase ambassadeur in Nederland, mevrouw Reenat Sandhu. Het was een goed bezocht evenement met een tentoonstelling, lezingen, live muziek, poppentheater, meditatieworkshops en een theatervoorstelling van het internationale theatergezelschap Theatre of Eternal Values.

**Cursussen van Sahaja Yoga in Nederland**

De Stichting Sahaja Yoga Nederland organiseert meditatiecursussen in Amsterdam, Den Haag, Utrecht, Amstelveen en Eindhoven. In Amsterdam, Amstelveen en Den Haag gaat het dan om cursussen voor zowel beginners als gevorderden op meerdere niveaus in het Nederlands en Engels. Naast de reguliere cursussen was er in Amsterdam ook een cursus voor kinderen en in Den Haag een cursus in het Farsi. Verschillende cursussen werden afgesloten met een weekendseminar waarin de deelnemers op een dieper niveau de heilzame effecten van meditatie konden ervaren. Daarnaast worden er regionaal collectieve thuismeditaties gehouden met vrije inloop.

**Marketing, website en andere online communicatie**

Samen met het online platform [www.meetup.com](http://www.meetup.com/) functioneert de website [www.sahajyoga.nl](http://www.sahajyoga.nl/) als informatiepunt voor nieuwe cursussen. We hebben ook dit jaar onze facebook pagina’s veelvuldig gebruikt voor marketing [www.facebook.com/sahajayoganederland/](http://www.facebook.com/sahajayoganederland/) en [https://www.facebook.com/syamsterdam/ HYPERLINK "https://www.facebook.com/syamsterdam/".](https://www.facebook.com/syamsterdam/%20HYPERLINK%20%22https://www.facebook.com/syamsterdam/%22.) Het beleid om vooral via facebook campagne te voeren, werkt goed. Enkele keren hebben we onze facebookcampagnes ondersteund met een poster- en flyercampagne als aankondiging van de festivaldag en nieuwe cursussen.

Voor de donateurs en vrijwilligers zijn er twee online platforms, waarvoor iedereen zich kan aanmelden. In “Act” wordt de praktische organisatie en taakverdeling van verschillende evenementen besproken en in “News” worden allerlei nieuwsberichten en (internationale) evenementen aangekondigd. Er is daarnaast één landelijke app-groep en er zijn verschillende regionale of thema gerichte app-groepen.

**Internationale samenwerking**

De Stichting Sahaja Yoga Nederland was een van de organisatoren van een internationaal seminar dat in het weekend van 2 tot en met 4 juni gehouden werd in het Verenigd Koninkrijk. Het vond plaats in Bloxham Barn Farm, ruim 50 kilometer ten zuiden van Birmingham. De organisatie was in samenwerking met onze zusterorganisaties uit België, Spanje, Frankrijk, Denemarken, IJsland, Noorwegen, Zweden, Finland, Estland, Litouwen, het Verenigd Koninkrijk en Ierland. In totaal zijn er tussen de 800 en 1.000 belangstellenden vanuit heel Europa, maar ook van daarbuiten, naar het seminar gekomen. Naast de dagelijkse meditaties en workshops, was er op zaterdag het *4th International Vertical Growth Seminar*, dat via een livestream te volgen was. De Nederlandse bijdrage aan het culturele programma bestond onder meer uit een theatervoorstelling over het leven van Rembrandt. Aansluitend op het seminar werd er van 6 tot en met 10 juni een Zelfrealisatietour georganiseerd waarbij belangstellenden kennis konden maken met de meditatietechnieken van Sahaja Yoga. Deze tour deed Leamington Spa, Stratford upon Avon, Coventry, Oxford en Birmingham aan.