



DUTCH FOUNDATION FOR LADAKHI NUNS

Jubileum Magazine

2003-2013



'op weg naar zelfredzaamheid'



Voorwoord

Sinds mijn studententijd word ik geïnspireerd door His Holiness de Dalai Lama en het Tibetaans Boeddhisme. Geen wonder dat ik in 2003 dan ook besloot om beschermvrouwe van de Dutch Foundation for Ladakhi Nuns te worden. Toen het toenmalige bestuur me daarom vroeg en ik hoorde wat de doelstellingen van deze stichting waren, was het besluit snel genomen. Al in mijn functie als kamerlid en staatssecretaris kende ik het belang van empowerment van vrouwen, dus het is een haast vanzelfsprekende stap om me ook in te zetten voor de positie van Tibetaans Boeddhistische nonnen in Ladakh.

In de afgelopen tien jaar was ik zeer regelmatig te gast bij de Ladakh Festivals die de DFLN overal in het land organiseerde. Ik ontmoette er Dr. Tsering Palmo die zich inzet voor de nonnen in Ladakh en haar

eigen klooster, zag de foto's en de films, hoorde de enthousiaste verhalen van de mensen die jaar na jaar Ladakh bezoeken en er allerlei projecten ondersteunen.

Dit jaar bestaat de DFLN tien jaar. Dat is een heugelijk feit. Het thema van dit Magazine, en van het Ladakh festival in Nijmegen is: 'op weg naar zelfredzaamheid'. Dat is wat ontwikkelingswerk in de beste zin van het woord behoort na te streven. Vrouwen dusdanig ondersteunen bij hun, vooral educatieve, projecten dat ze binnen niet al te lange tijd op eigen benen kunnen staan. Ik ben nog niet in Ladakh geweest, maar heb door al mijn reizen naar andere delen van India, naar Bhutan en vele andere landen van dichtbij gezien wat steun van buitenaf kan betekenen. Zolang deze niet betuttelend is en afhankelijk maakt. Dus ik ben blij met wat de DFLN in de afgelopen tien jaar heeft bereikt. Chapeau voor de nonnen in Ladakh die steeds meer binnen hun eigen leefomgeving kracht, onafhankelijkheid en zelfredzaamheid ontwikkelen en tonen!

Erica Terpstra

Van het bestuur

De Dutch Foundation for Ladakhi Nuns (DFLN) zet zich al een decennium in voor de nonnen in Ladakh.

We willen, ook namens deze nonnen, iedereen heel hartelijk bedanken die aan ons werk heeft bijgedragen via een donatie voor één van onze projecten, door een non te sponsoren of als vrijwilliger.

In de tien jaar van ons bestaan hielden wij onze sponsoren en vrienden op de hoogte van de ontwikkelingen in Ladakh met onze jaarlijkse nieuwsbrief en de website. Om de kosten laag te houden was dat een nieuwsbrief van vier pagina's, die in beperkte oplage werd verspreid. Maar deze keer willen wij graag uitpakken met een waarachtig Jubileum Magazine. Het heeft een tijdloos karakter, zodat het ook over een aantal jaar nog de geschiedenis van de DFLN en onze projecten inzichtelijk maakt voor ieder die in ons werk geïnteresseerd is.



Jonge nonnen maken hun huiswerk

Met het hele bestuur zijn we de geschiedenis in gedoken, haalden herinneringen op en bekeken foto's en films. We zagen zo dat er al heel veel is bereikt. De nonnen zijn hard op weg naar ons einddoel: 'zelfredzaamheid door goede educatie'.

Toch hebben ze voorlopig onze steun nog nodig.

Lees op de volgende pagina's over onze stichting en over de drie hoofdprojecten: de Ladakh Nuns Association van Dr. Tsering Palmo, de nonnen van het Gephel Shadrubling klooster en de oudere nonnen in Nyerma. We hopen dat dit Jubileum Magazine door u gelezen en herlezen wordt en dan doorgegeven aan mensen die interesse hebben in de geschiedenis en de toekomst van de nonnen in Ladakh.

Want nogmaals: ons werk kan alleen uitgevoerd worden met steun van mensen zoals u!

Geschiedenis

Dutch Foundation voor Ladakhi Nuns

door Marlies Bosch

Hoe komt iemand op het idee om voor een volslagen onbekende groep vrouwen in een ver-weg land een stichting in het leven te roepen?



Gephel nonnen in 2000 tijdens een conferentie in Nepal

Het kwam voor mij niet zomaar uit de lucht vallen. Toen ik in 1995 tijdens een conferentie voor Boeddhistische vrouwen uit de hele wereld, georganiseerd door Sakhyadita (Dochters van de Boedha), voor de eerste keer werd ondergedompeld in rood, gebeden, gezangen en verhalen was het alsof ik opnieuw werd geboren. Ik filmde en fotografeerde daar, op verzoek van Dita Mohrman van stichting Chomo, die met Nel Willekens zich inzette om de situatie van Boeddhistische nonnen in Ladakh te verbeteren. Ik zie me nog kotsend door de hoogteziekte in de bus zitten, die ons van Manali dwars door het Himalayagebergte naar Leh bracht. Ik had vooraf geen idee wat me te wachten stond.

Eenmaal daar was ik verloren. Niet door het boeddhisme, niet door de kleurrijke taferelen, maar door de integriteit en kracht waarmee al die vrouwen praatten over de situatie van Boeddhistische nonnen wereldwijd, met name in de Aziatische landen. Eén non maakte vooral indruk: Dr. Tsering Palmo. Enkele jaren eerder was zij in Dharamsala afgestudeerd als Tibetaans arts en kort daarna door de Dalai Lama tot non gewijd. Zij vertelde hoe ze bij terugkomst in Ladakh had ontdekt hoe slecht het daar met de positie van haar medezusters was gesteld. Ze gaf een gloedvolle, emotionele lezing, die alle aanwezigen tot tranen roerde. Ook mij.

Nepal

Ik zei dan ook direct ja toen ik in 2000 werd gevraagd om in Nepal wederom zo'n Sakhyadita-conferentie bij te wonen, dit keer ook om er workshops over vrouwen en gezondheid te geven. Daar ontmoette ik nonnen die in een klooster op het Mahabodhi-complex woonden. Zij vroegen me naar Ladakh te komen om hen een 'train-the-trainer' cursus te geven over vrouwen en gezondheidsproblemen. Dat gebeurde in 2001. Ik zal nooit vergeten hoe zij de week na de training een groep nonnen uit Zangskar en andere kloosters uitnodigden en zelf de groepen begeleidden, met een naambordje 'groupleader'

op hun rode habijt gespeld.

Dat was het moment dat ik me realiseerde dat ik wel af en toe terug kon gaan naar Ladakh, maar daar als persoon alleen behalve een workshop her en der niet veel zou kunnen uitrusten.

Stichting

Daarna groeide het idee om een stichting in het leven te roepen. Dat gebeurde in 2003. De DFLN werd geboren. Eenmaal in Ladakh, met de mensen van het toenmalige bestuur, hadden we al gauw door hoe het daar werkte. Voor Dr. Palmo, die via haar inmiddels opgerichte Ladakh Nuns Association lokaal veel weerstand had ondervonden, was het feit dat er een Nederlandse stichting achter haar en de nonnenkloosters stond, een deuropener naar officiële (Boeddhistische) organisaties in Ladakh. We mochten zelfs op bezoek bij de beroemde Bakula Rinpoche. Hij zei tijdens de audiëntie dat het niet om 'de aantallen' nonnen ging, maar om de 'kwaliteit' van de nonnen. Die boodschap hebben we in de DFLN ter harte genomen, want het is het kerndoel geworden van wat we beogen te bereiken: zelfredzaamheid van de Boeddhistische nonnen in Ladakh.

Doelen

Als bestuur van de DFLN stellen we onze doelen steeds bij. We leren veel van wat er gebeurt op het gebied van ontwikkelings samenwerking. Natuurlijk gaat ook aan ons de economische crisis niet geruisloos voorbij. Toch blijven mensen ons steunen, als sponsor van een non, maar regelmatig ook met anonieme giften, legaten of een notariële akte.

Dat bevestigt ons dat we op de goede weg zijn. De DFLN hoopt en vertrouwt erop dat het op een gegeven moment duidelijk is dat de nonnen zichzelf kunnen redden, hun eigen inkomsten kunnen genereren en wij dan heerlijk als gast naar Nyerma gaan voor een welverdiende vakantie. Ik hoop dat dat moment steeds dichterbij komt.

Marlies Bosch met Nyerma nonnen





Op weg naar zelfredzaamheid in Nyerma

door Aniek Jaartsveld

De DFLN heeft in Nyerma een klooster voor oude nonnen gebouwd en daarnaast een guesthouse om inkomsten voor hen te genereren.

De eerste jaren dat de nonnen in Nyerma woonden hadden ze, afgezien van de bouwwerkzaamheden, vooral rust. In 2008 werd het guesthouse geopend. De eerste gasten en vrijwilligers kwamen naar *Homestay the Tara's*. Voor de nonnen was het wennen om voortaan iedere zomer westerlingen om zich heen te hebben. Voor de eerste vrijwilligers was het zoeken naar een goede manier van samenwerken met de nonnen, hen te leren hoe op een westerse manier het guesthouse te onderhouden. Het is hierbij essentieel om de Ladakhi cultuur en omgangsvormen te respecteren. Het was letterlijk en figuurlijk een weg vinden in een totaal andere omgeving en samenleving. De afgelopen jaren hebben veel vrijwilligers het guesthouse gerund en bijgedragen aan de ontwikkelingen in Nyerma. In Ladakh zijn de omstandigheden basaal en kosten dagelijkse werkzaamheden tijd en energie. Maar dat vrijwilligers geregeld terug komen zegt veel. Zelf ervaar ik, als vrijwilligerscoördinator, nog steeds dat niet alleen wij westerlingen de nonnen leren het guesthouse te runnen of Engels onderwijzen, maar dat wij ook veel van hen leren. De rustige levenswijze, de andere manier van omgaan met tijd en afspraken, het anders stellen van prioriteiten, aanvaarden dat dingen komen zoals ze komen en dat niet alles maakbaar is, zijn hiervan voorbeelden. Ook de impact die de aanwezigheid van vrijwilligers en gasten heeft op de nonnen is enorm.



Toen ik de dertigjarige Chamba de eerste keer ontmoette, was ze extreem verlegen en sprak geen woord Engels. In haar jeugd kreeg ze geen kans om naar school te gaan. Nu is zij degene die vrouwen uit de buurt de heilige teksten leert. Toen ze voor het eerste zag hoe wij het sanitair schoonmaken en bedden opmaken, zag je haar kijken en denken: 'waar is dat nu voor nodig?'. Als het nu

niet gebeurt zoals ze heeft geleerd dan zegt ze: '*Aniek, no good!*' Inmiddels is ze een aanspreekpunt voor vrijwilligers en treedt ze gasten onbevangen tegemoet. De werkzaamheden voor het guesthouse doet ze naast haar dagelijkse taken zoals zorgen voor de oude nonnen, het werk in de groentetuin en ze lost technische problemen op. De abdis, Dechen, wilde aanvankelijk goedkeuring voor elke uitgave en elke beslissing. Nu komt ze zelf met voorstellen. Toen er voor het eerst inkomsten waren van het guesthouse was het haar initiatief om beter en gezonder eten voor de nonnen te kopen. Inmiddels is de groentetuin zo groot dat de nonnen redelijk de winter doorkomen met eigen (gedroogde) groente. Het project dat vanuit het niets gestart is, blijkt succesvol. Hoewel de DFLN voorlopig betrokken blijft, is het einddoel zelfredzaamheid.



Citaat uit Gastenboek 2013

Vrijwilliger in Nyerma door Josephien Budel



Dit is mijn vierde jaar als vrijwilliger in het Tara-guesthouse. Dit jaar begin ik eerst als gast! Ik werk steeds meer samen met Dechen en Chamba. Een greep uit mijn dagboek:

7.30 uur. De zon staat al hoog boven de bergtoppen, de lucht is knalblauw. Veel nonnen zijn naar boeddhistisch onderricht in Leh, een moeizaam lopende oude non hangt zuchtend en steunend haar beddengoed uit, kwetterende vogels en kabbelend water. Verder stilte. Straks ga ik wasgoed van de lijn halen. Gelukkig is er sinds kort een wasmachine daardoor is de was doen een stuk 'verlicht'. Dan bedden opmaken en kamers poetsen want er komen nieuwe gasten. Ik hoor een auto, dat betekent dat de vijf Hollandse vrouwen arriveren. Ze zijn meteen onder de indruk van de rust en het weidse berguitzicht. Bij de kloosterkok Ama-le bestel ik snel vijf lunches. De volgende morgen maak ik ontbijt klaar voor maar liefst elf personen want gisteren kwam er nog een familie bij. Daarna zit ik bij de puja (gebedsdienst) van de nonnen, in hun kloostertempel. Ze zingen prachtige mantra's. Het is een hele toer om voor zo veel mensen een smakelijke maaltijd te serveren. Ama-le en de nonnen maken met de snelkookpan lekker en veel eten. Een andere dag: Alle nonnen zijn op pad: Puja's geven elders, helpen bij hun familie, naar onderricht. Ik zit hier nu zonder water want de Sintex (waterton) is leeg en dat betekent nergens water uit de kranen. Voor dit soort calamiteiten hebben we echt de nonnen of de bewoners uit de omgeving nodig. Ik denk: '*no problem, Josephien-le!*' zoals de nonnen me regelmatig voorhouden, 'komt tijd komt raad'. Dat klopt. 's Avonds een prachtige dubbele regenboog!



Healthy Bodies, Healthy Minds

door Marlies Bosch



Het Amerikaanse boek *'Our Bodies Ourselves'*, ooit in Nederland bewerkt door Anja Meulenbelt tot het 'Lijfboek voor vrouwen', verscheen in talloze landen. De inhoud wordt daarbij aangepast aan de culturele eigenheid van vrouwen in het betreffende land. Door gesprekken met Tibetaanse nonnen in Nepal en India ontdekte ik dat zij weinig wisten over hun eigen lijf. Reden voor mij om bij het *Global Fund for Women* in de VS een subsidie aan te

vragen voor de bewerking in het Tibetaans voor vrouwen in Tibet, India en Nepal. Het *Tibetan Nuns Project* in Dharamsala nam de uitvoering van dit project op zich. Eind 2005 verscheen het boek in het Tibetaans en werd verspreid onder kloosters in Nepal en Ladakh. Immers: het Tibetaans in geschreven vorm kan ook door Ladakhi vrouwen en nonnen worden gelezen.

In 2012 kwam het boek onder de aandacht van een Amerikaanse gynaecologe, Dr. Mary Welhoner. Ze zorgde voor een subsidie voor een herdruk van 3500 exemplaren. Een deel daarvan is tijdens het onderricht van de Dalai Lama in Bodghya aan nonnen uitgedeeld. De rest werd naar Ladakh gestuurd, waar ongeveer 1300-1400 nonnen leven. Mary en ik gingen in de zomer van 2012 naar Zangskar, ten zuiden van Ladakh, om er boeken uit te delen en workshops te geven. We vertrokken met een bus vol boeken en twee Gephel-nonnen als tolk. We bezochten iedere dag een ander klooster, o.a. in Zangla, Tungri en Karsha. Tot onze verbazing waren het juist oudere nonnen die super geïnteresseerd waren. Veel vragen en een hoop gelach zoals bij het aanschouwen van een plaatje van een vagina. Het was een prachtige ervaring met echte Ladakhi zaken, zoals slechte wegen, lekke banden en adembenemende uitzichten vanuit bijna onbereikbare kloostertjes.

Terug in Leh, gaven we een workshop aan 150 nonnen en jonge vrouwen in het *Central Institute for Buddhist Studies* en aan de nonnen van de LNA. In de zomer van 2013 kregen deze workshops een staartje: Dr. Palmo vroeg aan psychotherapeute Ingrid Foeken (onze nieuwe sponsorcoördinator) en mij om workshops te geven over seksualiteit en celibaat. Toen bleek dat veel kennis weer weggezaakt was. De interesse van de nonnen in kennis over seksualiteit en de gevolgen daarvan op de keuze voor een celibatair leven was voor ons ontroerend en de workshop was voor hen informatief.



Zangla non in Zangskar krijgt instructies van Saldon, van Gephel Shadrubling klooster over inhoud van het boek.



2010: Nyerma nonnen met groep vrijwilligers gedurende de 'picknick'

Wat kunnen zij doen met uw steun?

door Alice de Groot

Voor € 200,- per jaar bezorgt u een oudere non in Nyerma, die haar hele leven hard heeft moeten werken, een veilige en onbezorgde oude dag. Hoewel de nonnen zelf in hun moestuin kruiden en groenten kweken en het guesthouse in Nyerma tijdens de zomer geld genereert, hebben zij onze financiële steun, ook op langere termijn, nog hard nodig.

Voor € 300,- per jaar kunnen jonge nonnen en meisjes, die in kloosters wonen, naar de lagere school en een beroepsopleiding volgen. Dit is de eerste stap naar zelfredzaamheid. Met dit geld wordt ook in hun dagelijkse levensbehoeften (eten, drinken, kleding) voorzien.

Voor € 400,- per jaar kunnen nonnen een hogere opleiding volgen, bijvoorbeeld naar de universiteit voor eengeneeskundenstudie of een hogere beroepsopleiding tot maatschappelijk werker of leraar. Deze nonnen zetten hun kennis en kunde na hun opleiding in voor hun klooster en/of de Ladakhi maatschappij. Sinds kort kunnen nonnen ook studeren voor Geshe (doctor in de boeddhistische filosofie).

U kunt hen ook via een algemene donatie steunen. Alle giften, groot of klein en ook legaten of erfenissen, worden besteed aan speciale educatieve projecten voor de nonnen of gebruikt voor het onderhoud van het klooster in Nyerma (zoals waterleiding, energie- en milieuvriendelijke verwarming), of voor extra medische ondersteuning.

Wij volgen met de besteding van uw gift in ieder geval ons uitgangspunt: iedere euro gaat rechtstreeks naar de nonnen en meisjes. Het bestuur en de vrijwilligers betalen al hun eigen onkosten zelf. De DFLN heeft een ANBI (Algemeen Nut Beogende Instelling) status. Dat houdt in dat giften aftrekbaar zijn van het belastbare inkomen.

Kijk op de website www.ladakhnuns.com voor een financieel jaaroverzicht.

Tien Jaar

Dutch Foundation for Ladakhi Nuns

In 2003 werd de Dutch Foundation for Ladakhi Nuns opgericht met als doel de boeddhistische nonnenkloosters in Ladakh te ondersteunen. Ons werk in die tien jaar was zonder de steun van onze donateurs niet mogelijk geweest. Tien jaar DFLN in vogelvlucht

2003



Groep toekomstige bewoonsters van het Chattnyanling klooster in Nyerma na eerste steen-legging

- Marlies Bosch richt de DFLN op en vraagt Jan Willis en Bea Bosch als medebestuurders. Erica Terpstra wordt beschermvrouwe van de stichting.
- De DFLN-bestuurders bezoeken de Ladakh Nuns Association en geven trainingen over leiderschapsvaardigheden, boekhouden, werken met computers en (mond)hygiëne.
- Na een rondtocht langs nonnenkloosters met Dr. Tsering Palmo (oprichtster LNA) wordt besloten dat naast het steunen van nonnenkloosters via de LNA, de bouw van een klooster voor oude nonnen in Nyerma prioriteit voor de DFLN wordt.
- De DFLN is aanwezig bij de 'ground breaking' ceremonie van het Nyerma-klooster. De bouw van de fundering voor de kamers, keuken, eetzaal en badkamers begint, uitgevoerd door dorpelingen van omliggende plaatsen.

2004

Voormalig onderkomen van een Nyerma non



- Marlies Bosch en Myra de Rooy, als nieuw bestuurslid, bezoeken en interviewen een aantal toekomstige bewoonsters van het Nyerma-klooster, nonnen die onder erbarmelijke omstandigheden leven.
- De DFLN draagt bij aan de bouw van een tempel bij het nieuwe LNA-complex in Leh.
- De eerste vijf kamers in Nyerma zijn bijna gereed.
- Het aantal sponsors dat nonnen in Ladakh steunt, neemt toe.

2005



Bouw van het klooster op historische plek in Nyerma

- De bouw van Nyerma gaat voorspoedig, de sponsorwerving voor de bouw wordt uitgebreid. De volgende vijf nieuwe kamers worden gerealiseerd.
- De DFLN werkt samen met Stichting Chomo die o.a. met Nel Willekens betrokken is bij een nonnenklooster in Themisgang.



Aniek Jaartveld met de inmiddels overleden Yeshe Palzes

2006

- Voor de eerste maal wordt er in Nederland een Ladakh festival door de DFLN georganiseerd.
- Dr. Tsering Palmo bezoekt Nederland en geeft lezingen over o.a. Tibetaanse geneeskunde.



- Er wordt een 'Train de Trainer-workshop' gegeven bij de LNA.
- De stichting Cordaid en Nederlandse nonnen-kloosters (o.a. Maria Strootfonds) dragen via de DFLN bij aan de bouw van een 'guesthouse' vlakbij het klooster in Nyerma. De eerste nonnen wonen in het Nyerma-klooster.

2007

- Er wordt in Nyerma een guesthouse gebouwd dat inkomsten moet genereren voor de nonnen.
- De DFLN gaat de de nonnen van het Gephel Shadrubling klooster steunen. Deze groep nonnen wil in Ladakh (bij Basgo) een hogere opleiding starten voor nonnen die verder willen studeren.

2008



Homestay met nonnen in de groentetuin in Nyerma

- Essent en Green Choice dragen bij aan zonnepanelen en solarlampen voor Nyerma.
- Het guesthouse in Nyerma wordt in gebruik genomen. Het door Nederlandse vrijwilligers gerunde project is in het eerste jaar al succesvol. Aniek Jaartsveld gaat vanaf dit jaar als vrijwilligerscoördinator naar Ladakh om zowel vrijwilligers als projecten en kloosters te ondersteunen.
- De DFLN draagt bij aan de aanschaf van apparatuur waarmee de LNA traditionele Tibetaanse medicijnen kan maken.

2009

Dr. Palmo en haar zus Angmo in Middelbrug aan de zee



- Dr. Tsering Palmo bezoekt opnieuw Nederland. De DFLN organiseert een lezingentour, waar veel donaties voor de LNA uit voortvloeien.
- De DFLN is door de belastingdienst erkend als ANBI-stichting.
- Het bestuur besluit om voortaan alleen educatieve projecten te ondersteunen en geen bouwprojecten, met uitzondering van Nyerma waar ook onderhouds- en verbeteringskosten voor gereserveerd blijven.

2010



De hoofdstad van Ladakh, Leh, de morgen na de landverschuivingen

- Een natuurramp met modderstromen en overstromingen heeft grote impact op Ladakh. De DFLN geeft financiële hulp voor herstel van schade, ook voor het Rizong-nonnenklooster.
- De DFLN geeft projectsubsidie voor een traumaverwerking project van de LNA voor slachtoffers van de ramp.

2011

- Stichting Educare Wereldwijd zorgt er voor dat via de DFLN de Gephel-nonnen een elektrisch aangestuurde waterpomp krijgen en een badkamer kunnen bouwen.
- Een door de DFLN gesteund initiatief is een projectsubsidie voor de Gephel-nonnen om zandmandala's te leren maken. Dit werd in het verleden alleen door monniken gedaan.

In het Gephel Shadrubling klooster krijgen nonnen voor het eerst les in het maken van zand mandala's





- De DFLN steunt opnieuw een traumaproject van de LNA.
- De DFLN draagt bij aan het herstel van waterschade bij Nyerma en de LNA na de natuurramp die Ladakh in 2010 trof.



Nyerma klooster na wolkbreuk

• 2012



Workshop Healthy Bodies Healthy Minds in Central Institute for Buddhist Studies

- Een herdruk van de Tibetaanse vertaling van het boek *'Our Bodies Ourselves'*, over het vrouwenlichaam en zaken als hygiëne, voeding en medische vrouwenproblemen, wordt door de DFLN gedistribueerd in alle nonnenkloosters in Ladakh en Zanskar.
- Bij de LNA en het *Central Institute for Buddhist Studies* verzorgen de Gephel-nonnen samen met de DFLN een workshop over *'Our Bodies Ourselves'*.
- Een Italiaans filmteam maakt een film over de nonnen in Nyerma.
- Giny ten Brummelhuis (voormalig voorzitter DFLN) zet voor de tweede maal een actie op touw om dokter Palmo en de LNA te ondersteunen bij het verlenen van gratis zorg en medicijnen voor arme (en getraumatiseerde) mensen.
- De DFLN maakt het mede mogelijk dat een aantal LNA, Gephel- en Nyerma-nonnen Kalachakra-onderricht van de Dalai Lama in Bodhgaya kunnen volgen.
- Stichting Educare Wereldwijd zorgt er voor dat via de DFLN

dertien jonge meisjes uit Zanskar in het klooster van de Gephel-nonnen kunnen studeren.

- Camping Les Matherons in Frankrijk heeft wederom haar foienpot (€ 800,00) aan de Gephelnonnen geschonken.

2013

- De DFLN draagt in Nyerma bij aan een nieuwe watertank, een vorstbestendige waterleiding en een extra kleilaag (markala) op de daken om lekkages bij heftige regenval te voorkomen.
- Inwijdingsceremonie van de gebedsmolen in Nyerma, die mede met steun van vrijwilligers, de DFLN en een nalatenschap van een sponsor tot stand is gekomen.
- De DFLN verzorgt diverse workshops bij de LNA en de Gephel-nonnen over stress hantering, seksualiteit en celibaat.
- De DFLN viert haar tienjarige bestaan.
- De Marike Arieans stichting heeft voor 2013 € 2000 toegekend.



Ingrid Foeken in workshop stress hantering bij de Ladakh Nuns Association

Nonnen in Nyerma tijdens inwijding gebedsmolen



Zijn ze niet schattig

door Myra de Rooy



In Nyerma woon- den tot voor kort alleen oudere non- nen. Gelukkig kwa- men er afgelopen najaar vijf meisjes uit Zanskar bij, die non willen wor- den. Daarmee is het toekomstbeeld van Nyerma als

'nonnenbejaardenhuis' verdwenen. Maar is het wel goed dat kinderen al zo jong het klooster in gaan?

Kattekwaad

In de hoogtegebergte woestijn Ladakh kan men verrast worden door mini monnikjes of nonnetjes. Ze zien er ondeugend uit en zijn vertederend als een nest poesjes of puppy's. Behalve in Nyerma woont er ook bij de Gephel-nonnen in Sabu zo'n groep meisjes, afkomstig uit Zanskar. Ze vouwen devoot hun handen en zeggen gebeden op. Daarna zie je ze ravotten, spelen met de kloosterhond of kattekwaad uithalen. En dan begint het onbehagen te knagen. Waarom wonen die ukkies niet thuis? Ze namen toch, klein als ze zijn, nog niet zelf deze beslissing om als non door het leven te gaan? Is de beste manier om op te groeien niet in de veilige thuisomgeving? Vroeger bestonden er geen scholen en boden kloosters onderwijs. Traditioneel werd uit religieuze overwegingen vaak een zoon of dochter naar het klooster gezonden. Het gaf aanzien en droeg bij aan de geestelijke ontwikkeling van de gemeenschap. Dat gold echter vooral voor monniken en minder voor nonnen. Daar werd vaak juist op neergekeken en zij werden gezien als welkome werkhands op het land of in de keuken. Voor één groep ouders was een kind in het klooster bittere noodzaak, een middel om het aantal te voeden monden te verminderen. Dat waren gezinnen waar armoede regelmatig op de deur klopte. In kloosters kregen hun kinderen onderwijs en onderdak.

Scholen

Tegenwoordig is de situatie anders. Nu zorgen overheids- en privéscholen dat scholing voor alle jongens en meisjes in principe mogelijk is. De geldeconomie, gekoppeld aan nieuwe middelen van bestaan, biedt mogelijkheden. De stad Leh trekt migranten, sociale structuren veranderen. Het is niet langer vanzelfsprekend dat ouders voor hun kind een 'kloostercarrière' kiezen. Jongeren worden mondiger en de keuze om in te treden kan zelf genomen worden. Dat is bij veel nonnen het geval. Zij willen zich in het boeddhisme verdiepen én zich voor de maatschappij inzetten.

Ondanks alle ontwikkelingen zijn er nog steeds kansarme gezinnen die de economische groei en veranderingen niet kunnen bijhouden. Dat geldt bijvoorbeeld voor afgelegen gebieden zoals de aan Tibet grenzende Changtang waar nomaden leven en het ten zuiden van Ladakh gelegen Zanskar. Kinderen uit arme gezinnen moeten vaak hard meewerken.



Dan is er nog een optie over om een kind een beter leven te geven: door hen net als vroeger op jonge leeftijd naar een klooster te zenden.

Dat geldt ook voor de Gephel nonnetjes.

Zij volgen nu regulier onderwijs en daarnaast wordt hen het boeddhisme bijgebracht. Ze kleden zich als nonnen, hun haren werden afgeschoren en daarmee de gehechtheid aan aardse zaken. Ze legden echter geen gelofte af, dat doen ze pas later als ze zelf de keuze maken of ze als non het geestelijke pad willen bewandelen. Dat kan door midden in de maatschappij te staan. Zo zijn er nonnen lerares of arts.

Westerse ogen

Met die achtergrondkennis is het moeilijker om alleen met westerse ogen te kijken. Wat is goed, wat is fout? Wie zijn wij om te veroordelen dat deze meisjes niet thuis maar tussen kloostermuren opgroeien. Of worden ze juist behoeft voor een leven in armoede? Door onderwijs kunnen ze hun eigen toekomst vorm geven. Dat hoeft niet als non te zijn. Ze krijgen een goede basis en het kernbegrip van het boeddhisme, mededogen, wordt hen met de paplepel ingegoten. Het blijft een dilemma. Is het buurmeisje dat niet naar het klooster werd gezonden en in het dorp achterbleef nu gelukkiger en hoe gaat dat in de toekomst worden? Misschien kunnen we het hen later vragen.

Stichting Educare Worldwide steunt tijdelijk de jonge nonnen van het Gephel klooster. Wij zoeken sponsors voor deze meisjes. Draagt u bij aan hun onderwijs?





De gebedsmolen staat er!

door Aniek Jaartsveld

Tibetaanse gebedsmolens zijn even belangrijk als gebedsvlaggen. Ze zijn er in allerlei maten en worden door handbewegingen, wind of waterkracht in beweging gezet. De grotere versie, verticaal op een vaste as, is vaak op een route naar een tempel of klooster geplaatst. De cilinder is slechts het omhulsel, het belangrijkste schuilt binnenin. Daarin bevinden zich heilige teksten. De molens worden met de wijzers van de klok mee rondgedraaid. Bij elke wenteling worden de gebeden de wereld in gezonden. De energie van de mantra's wordt verspreid en komt dus niet alleen ten goede aan de persoon die de gebedsmolen gebruikt, maar aan allen op wie de zegeningen neerdalen.

Ons gebedsmolenproject in Nyerma verliep in fases. In de zomer van 2012 was het koperen omhulsel klaar. In 2013 werd het cementen huisje gebouwd. Kort daarna wist de abdis Dechen zes monniken van het Thiksey klooster, te 'strikken' om de enorme hoeveelheid vellen papier bedrukt met de mantra 'om mani pa me hum' in de trommel te plaatsen. Dit mag alleen gedaan worden door daarvoor ingewijde monniken. De vellen met de heilige teksten werden overlappend in een lange rij achter elkaar gelegd. Vervolgens werd er een met geurig poeder besprenkelde doek overheen gelegd en strak opgerold. De nonnen bereidden intussen een heerlijke maaltijd: in Ladakh gaat er geen bijzondere gebeurtenis voorbij zonder lekker eten. Als over een aantal jaar ook nonnen een hoge opleiding hebben afgerond zijn 'de rollen' misschien omgedraaid en hebben de nonnen de leiding bij zo'n gelegenheid. Een orakel bepaalde de gunstigste dag om de inwijdingsceremonie te houden: 16 juli, bijna tien jaar na de inwijding van het terrein waarop het klooster en guesthouse staan. De avond ervoor kwam een monnik van Thiksey Gompa alles voorbereiden. Hij maakte torma's (figuren gemaakt van deeg) en voerde in de gebedsruimte zuiveringsrituelen uit. De nonnen hielpen mee om deze ruimte mooi aan te kleden.

De volgende ochtend kwamen monniken naar Nyerma. Zij zeiden gebeden op en zongen tot de Rinpoche van Thiksey arriveerde. Hij schonk de nonnen de grond in 2003 en begeleidde de bouw.

Het hoogtepunt van het gebed ging gepaard met diepe klanken en geroffel van de trom. Op het dak van het klooster bliezen monniken op een koperen hoorn. Een monnik rende naar buiten met een stok in zijn hand met daaraan gezegende doeken gebonden. Hij snelde om de gebedsmolen heen en vervolgens rende hij alle kloosterkamers in en uit om ze te zegenen. Als hoofd van het klooster vond Dechen het haar verantwoordelijkheid om de ceremonie te financieren. Een voorbeeld van 'op weg naar zelfstandigheid'. De financiering van de gebedsmolen bestaat uit sponsorgeld van de Marikenloop, een legaat van Josje Warmer en een bijdrage van de DFLN.

Twee dagen na de ceremonie kwam het bericht dat er jonge meisjes in het klooster in Nyerma komen wonen om eventueel later non te worden. Het goede nieuws was volgens de non Chamba te danken aan de werking van de gebedsmolen!



Nonnen ontvangen de Rinpoche voor de inwijding van de gebedsmolen

**Bezorg een oudere non in Nyerma een veilige en onbezorgde oude dag.
Sponsor een non!**



Vruchten van jarenlange inzet

door Marlies Bosch

Nel Willekens komt al sinds 1989 naar Ladakh. Ze organiseerde voor Westerse vrouwen 'helende' reizen en trektochten in de Himalaya. Het klooster in Temisgang dat door haar inzet gebouwd werd is nu onafhankelijk en functioneert zonder financiële steun vanuit Nederland.



In 1995 woonde Nel een conferentie voor boeddhistische vrouwen in Ladakh bij in een gebied waar de situatie voor nonnen niet bepaald rooskleurig was. Toen ontmoette ze Thupstan, een non uit Temisgang, en Dr. Tsering Palmo. Na de conferentie ging ze met Thupstan naar Temisgang, praatte daar met 'hoge heren' van de gemeente en van het naburige mannenklooster en kwam opgetogen terug: het was haar gelukt om een stuk grond te krijgen om een klooster voor nonnen te bouwen!

Terug in Nederland werd Nel Willekens bestuurslid van de Stichting Chomo die in Nederland actief was voor nonnen in Ladakh en Dharamsala.

Nel Willekens: 'Tijdens gesprekken met beide nonnen heb ik gezegd van korte termijn plannen te houden. De bouw van het klooster moest in drie jaar klaar zijn. Ik ging fondsen werven en dat was succesvol. Zo kregen we van de Zusters van Liefde 10.000 gulden. We organiseerden activiteiten en verspreidden folders. We verzonden allerlei manieren om geld bijeen te brengen. Samen met Dita Mohrmann was ik de drijvende kracht van stichting Chomo. In 1996 werd begonnen met de bouw. Twee keer per jaar ging ik met contant geld naar Ladakh. Het hielp dat Thupstan als dochter van de plaatselijke amchi (traditioneel arts) in Temisgang nuttige connecties had en dat ze zelf ook amchi is. Daarnaast weet ze van aanpakken. Het is essentieel dat de nonnen zelf de regie houden en niet wij.'

In 2001 werd Stichting Chomo opgeheven. Vanaf dat moment heeft Nel Willekens persoonlijk, later ondersteund door Jos Palmen, de bouw van het klooster en verdere uitbreidingen begeleid.

Zelfredzaam

Nel Willekens: 'Langzamerhand veranderde het beleid in het klooster. Tot dan toe woonden er alleen oudere nonnen. Ineens kwamen er kleintjes uit de omgeving bij, dat leidde tot een schoolje waar deze meisjes onderwijs kunnen volgen. Nu komen er vooral jonge nonnen uit Zangskar bij. De staat draagt ook financieel bij aan het onderwijs voor deze kinderen uit dit afgelegen gebied. Dat is het eerste deel van het eigen inkomen van het klooster.

De mensen uit de omgeving van het klooster ontdekten dat de nonnen doorgaans met meer toewijding gebeden voor zieken en stervenden opzeggen in vergelijking met monniken. Daarom worden zij steeds vaker gevraagd voor puja's (gebedsdiensten) en worden daarvoor betaald. Dat is het tweede deel

van hun inkomsten. De nonnen zijn trots op hun groeiende zelfredzaamheid. Ze krijgen ook geld uit Korea, maar zijn verder onafhankelijk. Het klooster telt nu 24 nonnen. Als blijkt dat nonnen goed kunnen studeren gaan ze naar de Ladakh Nuns Association in Leh of het *Central Institute for Buddhist Studies* in Choglamsar. Sommigen komen niet meer terug. Natuurlijk creëerden wij het draagvlak en maakten we de bouw mogelijk maar zonder de inzet van Thupstan was er niet veel van terecht gekomen.'

Toekomst

Nel Willekens: 'Ik voorzie dat er in Ladakh in de toekomst minder nonnen zullen komen na de toeloop van de afgelopen jaren. Dat heeft gedeeltelijk met de groeiende welvaart te maken. In het nonnenklooster is vrouwelijk leiderschap ontwikkeld. Of ze dat nu als non of als leek inzetten: dat maakt in wezen niets uit.

Waar ik het meest trots op ben? Ik ben blij dat dit op mijn pad kwam. Het was leuk dat ik mijn kwaliteiten daarbij in kon zetten. Mijn trots veranderde in dankbaarheid toen ze vertelden: 'Jullie steun is niet meer nodig, we hebben genoeg om van te leven'. Ik kon wel janken, zo ontroerd was ik.'

Overzichtsfoto Temisgangklooster in de winter. Op de berg het mannenklooster.



Wilt u via de DFLN een 'puja' laten doen door de LNA, Nyerma of Gephel nonnen voor een persoonlijk doel of een dierbare? Kijk dan op onze website of neem contact met ons op.

Nonnen van de LNA tijdens een puja.



Bijzondere nonnen in Ladakh

Dr. Tsering Palmo

Abdis Ladakh Nuns Association

Dr. Tsering Palmo was al op jonge leeftijd geïnteresseerd in spirituele zaken. Ze besloot westerse medicijnen te gaan studeren. Toen ze zich realiseerde dat ze tijdens die opleiding dieren moest doden, gooide ze het roer om en koos in Dharamsala voor de studie Tibetaanse geneeskunde. Nadat ze op haar 23ste haar studie tot amchi had voltooid, werd ze door de Dalai Lama tot non gewijd. Terug in Ladakh zag ze de uitzichtloze situatie van de nonnen. Eeuwenlang werden zij geëxploiteerd als hulp in de huishouding of als landarbeiders. Ze realiseerde zich dat als er niet genoeg nonnenkloosters zijn en er onvoldoende mogelijkheden zijn voor educatie de nonnen als minderwaardig worden gezien en steeds minder vrouwen en meisjes er voor kiezen non te worden. Om de positie van de nonnen te verbeteren richtte Palmo in 1996 de Ladakh Nuns Association op. Ze moest veel weerstand overwinnen, maar door haar baanbrekende werk zijn de nonnen in Ladakh gestegen op de 'maatschappelijke en geestelijke ladder'. De LNA is een goed draaiende organisatie geworden, die open staat voor nonnen uit alle boeddhistische stromingen.



Thubten Dechen

Abdis Gephel Shadrubling

Thupten Dechen verloor al vroeg haar beide ouders. Ze werd opgenomen in het gezin van haar oom, maar werd daar als dienstmeisje gebruikt.

Ze wilde al jong non worden. Ze werkte er totdat de kinderen van haar oom het huis uit waren en ze toestemming kreeg om naar school te gaan. Ze trad in 1996 in het Phande nonnenklooster bij Choglamsar. In 2006 besloot zij met een groep nonnen een eigen klooster te beginnen omdat zij een hogere opleiding voor nonnen in de Tibetaans Boeddhistische traditie wilden starten. Ze is nu de leidinggevende van het te bouwen complex in Basgo, waar een groot klooster ontstaat dat tevens een school herbergt voor jonge nonnen en lokale meisjes. Het plan is dit ook te gebruiken voor een Instituut voor een hogere opleiding voor nonnen in Ladakh.

Tot nog toe moeten nonnen buiten Ladakh voor verdere studie. Het ultieme doel is: een opleiding tot Geshe-ma, (professor in de Boeddhistische filosofie) in Basgo. Over een paar jaar heeft een klein aantal nonnen van dit klooster deze studie afgerond.

Zelf is Dechen met haar studie gestopt om leiding te geven aan de groeiende groep jonge nonnen in het Gephel Shadrubling klooster.



Padma Dechen

Abdis Chattnyanling Nyerma

Padma Dechen is het hoofd van het klooster in Nyerma. Rond haar twintigste koos ze voor het bestaan als non. Ze heeft een goede opleiding gehad in Dharamsala en Delhi. Behalve abdis is ze fulltime docent op een middelbare school in Leh. Dechen's oom is Rinpoche van het beroemde Thiksey klooster. Hij benoemde haar tot hoofd van het Nyerma klooster, daar had ze zelf geen zeggenschap in. Voor DFLN vergemakkelijkt dit het contact met Rinpoche. Het is leuk te merken dat ze niet gedwee Rinpoche volgt in hetgeen hij zegt. De verantwoording voor alle nonnen en het reilen en zeilen in Nyerma valt haar soms zwaar. Het is niet makkelijk om leiding te geven aan 'eigenwijze oude vrouwen' die tot 2005 niet gewend waren om in een gemeenschap te leven. De bejaarde nonnen zijn echter dankbaar voor hun onderkomen en de zorg die ze krijgen. In korte tijd heeft Dechen, door het Tara guesthouse, leren omgaan met de verschillen tussen de westerse en Ladakhi manier van denken en werken. Het is geweldig om te zien hoe ze groeit in het nemen van verantwoordelijkheid, zelfverzekerder wordt en steeds vaker initiatieven neemt.



Colofon

Uitgave ter gelegenheid van tienjarig bestaan DFLN

Bestuur:

Myra de Rooy, voorzitter

Alice de Groot, penningmeester

Marlies Bosch, secretaris

Aniek Jaartsveld, vrijwilligerscoördinator

Ingrid Foeken, sponsorcoördinator

Dorothe van der Hoeven

Maria van der Westen

Vaste vrijwilligers:

Joan Moonen: festival coördinator

Margriet van Kempen: financiële administratie

Redactie Jubileum Magazine:

Dorothe van der Hoeven

Marlies Bosch (fotografie en vormgeving)

Myra de Rooy

Dutch Foundation for Ladakhi Nuns

Brilweg 44B

9805 TE Brittil

0594-507407

www.ladakhnuns.com

info@ladakhnuns.com

Triodosbank:

IBAN: NL60TRIO0390100560

BIC: TRIONL2U