

NIEUWSBRIEF 2018

DUTCH FOUNDATION FOR LADAKHI NUNS

'Verbinding op grote hoogte'



IN DIT NUMMER o.a.:

- * **Padma Dechen bezoekt Nederland**
- * **Nieuwe wending in kloosters**
- * **Succesvol Ladakh Festival**

Van het bestuur

‘Verbinding op grote hoogte’ was dit jaar het thema van ons Ladakh Festival ter ere van het vijftienjarige bestaan van de Dutch Foundation for Ladakhi Nuns (DFLN). Verbinding is misschien wel een sleutelwoord, want het is heel bijzonder dat we ons, samen met onze donateurs, al vele jaren kunnen inzetten voor de nonnen. Elk jaar reist een aantal van de bestuursleden, op eigen kosten, naar Ladakh om te kijken hoe het met de nonnen gaat en om in samenspraak met hen te bepalen waar zij steun kunnen gebruiken. Een aantal van onze donateurs is zelf in Ladakh geweest en heeft zo kunnen ervaren hoe de nonnen op weg zijn naar zelfstandigheid – toch hebben de nonnen voorlopig daar onze steun nog bij nodig. Voor hen die niet in de gelegenheid zijn dit met eigen ogen te zien, brengen we via onze nieuwsbrief 2018 iedereen op de hoogte van de ontwikkelingen van het afgelopen jaar.

Zoals de tendens dat er ook lekenmeisjes in de nonnenkloosters worden opgenomen. Onze beschermvrouwe Erica Terpstra schreef een mooi kinderboek over de Boeddha. We stellen graag ons nieuwe bestuurslid Birgit Wezelenburg voor. Vrijwilliger Arite Bielig vertelt over haar verblijf in Nyerma en haar band met de oude nonnen. Een hoogtepunt van het afgelopen jaar was het bezoek van Dechen, de abdes van ons klooster in Nyerma. Het was mooi om haar in Nederland te kunnen ontvangen en veel sponsors hebben haar ontmoet. Het gaf Dechen een inkijk in het westerse leven. Ze bekende na afloop dat Ladakh de plek is waar ze thuishoort.

Het hele bestuur dankt iedereen hartelijk die ons werk steunt, of heeft gesteund, door sponsoring van individuele nonnen, vrijwilligerswerk of een algemene donatie.



Met die hulp kunnen de nonnen onderwijs volgen. Ging het in de beginjaren vooral om een slinkende groep oudere vrouwen, tegenwoordig is er een bloeiende nonnengemeenschap met nonnen van alle leeftijden. Deze leergierige vrouwen en meiden hebben ambities en dromen. Vooral de jongeren willen zich na een opleiding of studie gaan inzetten voor de Ladakhi-maatschappij, anderen willen geshema (doctor in de boeddhistische filosofie) worden. De nonnen staan steeds minder in de schaduw van de monniken. Zonder u hadden we de projecten om de nonnen in Ladakh een betere toekomst te geven niet kunnen realiseren!

Daarom: nogmaals, ook namens ‘onze nonnen’, hartelijk dank voor uw steun.



Padma Dechen Bezoekt Nederland

Na veel spanning, geregel en overleg kwam uiteindelijk het verlossende bericht dat Padma Dechen, de abdes van het nonnenklooster in Nyerma, een visum had gekregen voor haar bezoek aan Nederland.

Op een grijze woensdagochtend in januari stonden we met een welkomstcomité op Schiphol. Tijdens de rit naar het oosten van ons land merkte zij op hoe groen alles in de winter bleef. Ook de uitstekende conditie van ons wegennet trok haar aandacht, in Ladakh zou zo'n lange autorit over wegen met bulten en kuilen gaan. Het is erg leuk om je eigen huis, land en gewoonten door de ogen van Dechen te bekijken: hoe werkt een koffiezetapparaat, een kaasschaaf en een vaatwasser?

Een autowasstraat is helemaal een wonder. Als de vuilniswagen de containers komt legen onderbreekt ze haar gebed om een foto te maken. Ook nonnen uit Ladakh maken gebruik van moderne technieken; in plaats van haar zware gebedenboeken mee te sjouwen heeft iemand die voor haar gedownload op de smartphone.

Dechen wil alles ervaren en ontdekken: zelf boodschappen doen bij de supermarkt, alles proeven dat haar wordt aangeboden. Alles, behalve zuurkool, vindt ze lekker en daarom is het een heerlijke gast om aan tafel te hebben. Kaas is verreweg favoriet.

In Amsterdam was Dechen zeer onder de indruk van het Anne Frank huis. Madame Tussaud met de wassen beelden van de Dalai Lama, Gandhi en Nelson Mandela nodigde uit tot het maken van vele foto's. In Artis in de vlinderhal gingen er vlinders op haar kaalgeschoren hoofd en op haar kleding en tas zitten, alsof ze voelden dat Dechen een veilige plek was om te verblijven. Een wandeling over de wallen maakte haar erg verdrietig, al beseft ze goed dat prostitutie overal ter wereld voorkomt.

Een bezoek aan de Deltawerken in Zeeland is een van de hoogtepunten die ze stevast als eerste noemt als haar gevraagd wordt wat de meeste indruk op haar heeft gemaakt. Ze vindt het een wonder van techniek. Met de boot naar Schiermonnikoog was ook een bijzondere belevenis: zo'n andere natuur dan in Ladakh.

Het Ladakh Festival in Zutphen was eveneens een hoogtepunt. Dechen was blij verrast dat er zoveel bekenden waren. Zij sprak haar dank uit aan de DFLN en zette de bestuursleden in het zonnetje. Ook de sponsors, zonder wiens steun de DFLN haar werk niet kan doen, werden hartelijk bedankt.



Als mensen haar vragen wat haar opvalt in Nederland dan zegt ze dat hier alles geordend en geregeld is. Dat gebouwen en spullen zo goed worden onderhouden vindt ze heel positief. Ze heeft veel nieuwe ervaringen opgedaan in een samenleving die heel anders is dan ze gewend is. Ze nam alles in zich op zonder een oordeel te vellen: als dit hier gebruikelijk is dan is dat goed. Wat ze echter niet goed kan begrijpen is dat baby's en peuters in een eigen bedje en eigen kamertje slapen en niet bij de (groot)ouders. Het komt op haar over als weinig liefdevol.

In de loop van haar verblijf vroegen mensen haar herhaaldelijk of ze in Nederland zou willen blijven vanwege alle luxe. Maar ze is er stellig van overtuigd dat Ladakh, met Nyerma en de nonnen en haar familie de plek is waar ze thuishoort. En daar is ze terecht trots op!

We bedanken iedereen die Dechen's bezoek tot een succes heeft gemaakt.

Aniek Jaartsveld



Nieuwe wending in de kloosters

Tot voor kort woonden in de nonnenkloosters in Ladakh alleen nonnen en meisjes die de wens hadden non te worden. Dat was voor een meisje of jonge vrouw vaak een van de weinige mogelijkheden om scholing te krijgen en verder te studeren. Gelukkig krijgen meisjes tegenwoordig meer kans om naar school te gaan en geven de overheidsscholen steeds beter onderwijs.



Deze ontwikkelingen en het feit dat de nonnen ook vrouwen en meisjes in het algemeen willen steunen, maakten dat afgelopen jaar een aantal gebeurtenissen samenvielen.

De Gephel-nonnen in Basgo kregen in het voorjaar het verzoek om meisjes uit de afgelegen Changtang-regio op te nemen in hun klooster. Zij komen uit gezinnen met problemen zoals alcoholisme, armoede of overleden ouder(s). Het zou om tientallen meisjes gaan, maar het was praktisch en financieel niet haalbaar om hen allemaal onderdak te geven. Zes van hen zijn opgenomen in het klooster in Basgo. Zij zijn in de leeftijd van zes tot elf jaar en worden verzorgd en begeleid door de nonnen. Zo wonen zij in een liefdevolle omgeving, krijgen onder-richt in het boeddhisme en leren over compassie en de rituelen. Voor regulier onderwijs bezoeken ze de lokale school in Basgo.

Bij de LNA in Leh nemen de nonnen en de nonnen die amchi's (traditioneel arts in de Tibetaanse geneeskunde) zijn al langer de zorg op zich voor vrouwen en meisjes met medische of sociale problemen. Kinderen uit probleemgezinnen opnemen sluit hierbij aan. Deze meisjes gaan naar de overheidsschool in Leh. De school verzocht de LNA-nonnen om hen te kleden in schooluniform, net als andere leerlingen, zodat ze niet opvallen.



In Nyerma, waar lange tijd alleen oude nonnen woonden, speelde al iets langer de gedachte om naast de vijf jonge nonnen uit Zanskar nog meer meisjes op te nemen. Echter deze zomer besloten de vier 16-jarige nonnen het heft in eigen hand te nemen en bleven ze na hun zomervakantie in Zanskar. Vanuit daar lieten zij weten verder te willen studeren in Dharamsala, de plaats waar de Dalai Lama woont en waar veel onderwijsmogelijkheden voor nonnen zijn. Westerlingen vinden het prima dat jongeren eigen initiatief tonen, maar de Ladakhi mensen verwachten meer gehoorzaamheid en dankbaarheid. Vanwege deze ontwikkelingen is er meer ruimte ontstaan om andere jonge meisjes op te nemen die anders geen kans op een goede toekomst zouden hebben.

De DFLN wil ook meisjes steunen die misschien later geen non willen worden en hen een kans geven op goed onderwijs. Daarom zijn sponsors die deze meisjes willen steunen en hen zo een goede toekomst geven meer dan welkom!

Aniek Jaartsveld



'Goddelijk overnachten'

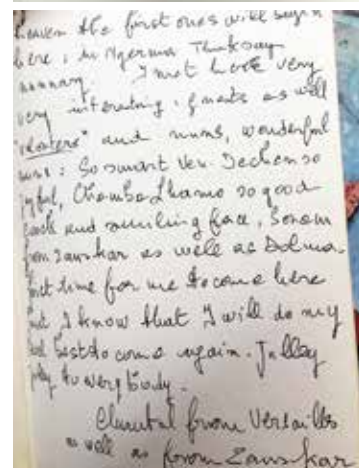
Sinds het voorjaar van 2008 kunnen gasten terecht in homestay The Tara's van het Chatnyanling-nonnenklooster in Nyerma. Het guesthouse en klooster zijn met steun van de DFLN gebouwd op een rustige historische plek, niet ver van het beroemde Thiksey-klooster.

De intentie van het guesthouse is om een inkomen te genereren voor de oudere nonnen. De gasten worden ontvangen en verzorgd door vrijwilligers en nonnen. Iedereen is altijd welkom de gebedsbijeenkomsten in het nonnenklooster bij te wonen. In de beginjaren waren veel gasten en vrijwilligers afkomstig uit Nederland, als je tegenwoordig aan tafel zit ontmoet je de hele wereld: van Nieuw-Zeeland tot Europa, van Zuid-Afrika tot Japan.

Sommige mensen zijn op doortocht en komen voor een nacht, anderen komen een paar weken voor rust en meditatie. Daar is The Tara's een uitgelezen plaats voor. De meeste gasten en vrijwilligers zijn vrouwen, ook mannen voelen zich zeer welkom. Regelmatig zien we bekenden terug die eerder op bezoek waren of nieuwe gasten vertellen ons dat ze enthousiaste verhalen hebben gehoord van vrienden. De reacties, overgenomen uit het gastenboek, laten zien waarom gasten graag naar Nyerma (terug)komen.

Er zijn zes tweepersoonskamers. Het is aan te raden om minimaal twee nachten te blijven om een goede beleving van de omgeving en het leven van de nonnen te krijgen. Kleine groepen zijn ook welkom.

Deze homestay is een deel van de inkomstenbron voor het levensonderhoud van de nonnen die daar wonen. U steunt dus deze groep oudere nonnen door in 'The Taras' te komen logeren.



Kamer boeken in Tara Homestay...

U kunt een kamer boeken door een e-mail te sturen naar: tarahomestaybooking@gmail.com
Geef hierbij svp aan: periode, aantal personen.
Of (van mei t/m september) te bellen met telefoonnummer (+91) 99 06 985 911 in Ladakh, India. Dit is een mobiel nummer. Via goedkoopbellen.nl kunt u voordelig met India bellen, ook mobiel.

Prijzen: Logies met ontbijt en diner: 1200 Rupees per persoon, per dag. Lunch is mogelijk voor plm. 100 Rupees extra.
* Alleen vegetarische maaltijden
* 1 Euro = ± 75 Rupees (dit wisselt per dag!)

Succesvol Ladakh Festival

Op 11 februari 2018 vond in het Odensehuis in Zutphen ons jaarlijkse Ladakh Festival plaats.

Het was misschien niet toevallig dat het festival juist dit jaar, nu we ons 15-jarig jubileum vierden, een groot succes was. Voor de officiële opening wist Boukje Zwanenburg van de Stichting Shenpen uit Zutphen te vertellen dat op deze plek in de late Middeleeuwen de eerste nonnen onderwijs kregen en dat ze het mede daarom zo bijzonder vond om de DFLN hier te ontvangen.

De door de oprichtster van de DFLN Marlies Bosch gemaakte film over 15 jaar DFLN gaf een levendig en humorvol inzicht in de vele ontwikkelingen die er de afgelopen jaren in de nonnenkloosters plaatsvonden. Onze speciale gast was natuurlijk Padma Dechen. Door de gerichte vragen van Aniek Jaartsveld wist Dechen heel wat te vertellen over de ontwikkeling van een gewoon meisje tot abdes van het nonnenklooster in Nyerma. Veel van de aanwezigen maakten van de mogelijkheid gebruik om een praatje met haar te maken, maar ook waren er warme ontmoetingen met mensen die als vrijwilligers in Nyerma zijn geweest.

Myra de Rooy trakteerde de bezoekers op de prachtige beelden van een winter in Ladakh, waarbij een paar schaatsende kinderen de blijde uitroep van onze beschermvrouwe Erica Terpstra ontlokte dat Sven Kramer goud had bij de Olympische Spelen.

Dechen sprak haar dank uit aan alle bestuursleden en hing iedereen een 'kata' om. Ook had ze een 'thanka' meegenomen om op te hangen in het kantoor van de DFLN. Dit zorgde voor hilariteit, want er is geen officieel DFLN-kantoor.

Na de pauze, waarin de heerlijke hapjes van vaste vrijwilligers Ché-Fa Chen en Lida Kaandorp grif van de hand gingen, kon iedereen de zuivere klanken van de kristallen klankschalen van Giny ten Brummelhuis op zich in laten werken, wat voor een heerlijke ontspanning zorgde. Sponsorcoördinator Ingrid Foeken vertelde hoe sponsors kunnen bijdragen aan de educatie en een betere



toekomst van de nonnen. Er waren ook een aantal van onze sponsors aanwezig.

Daarna was er grote belangstelling voor zowel de yoga's door onze penningmeester Saskia Terschuur als voor het mantrazingen door Frans Zwagemakers. Aansluitend was de documentaire 'In the shadow of the Buddha' te zien. Deze film, die gemaakt is in de nonnenkloosters van Nyerma en Rizong, was nog niet eerder in Nederland vertoond. Bijzonder is dat de opbrengst van deze Amerikaanse documentaire gedeeltelijk naar de betreffende kloosters gaat.

Tussendoor kon er volop mooie Tibetaanse en Ladakhi artikelen worden gekocht bij de rijk gevulde verkoopstand van Joan Moonen en Seb de Groot.

Het een na laatste onderdeel van de dag was een interactieve presentatie over levensenergie van kunstenaar Wilka Zelders. Zij vertoonde een aantal van haar kunstwerken als kleurrijke weergave van de complexe natuur begeleid door prachtige muziek.

Marlies sloot het festival af met een speciale verloting ter gelegenheid van het 15-jarig bestaan. Er waren prachtige prijzen, waaronder een blaasinstrument dat wordt gebruikt bij rituelen in het Tibetaans boeddhisme welke uitgekozen werd door Lex Hemelaar. Aan Lex, eigenaar en initiatiefnemer van het Odensehuis, hebben wij mede het succes te danken van dit festival. Hoeveel kopjes koffie en thee zal hij niet gezet hebben.

Bijzonder voor het bestuur was dat we tijdens het festival ons nieuwe bestuurslid Birgit Wezelenburg konden voorstellen. Zij heeft zich meteen ten volle ingezet voor onder andere een succesvolle lootjesverkoop. Het was een prachtige dag met een grote opkomst en een mooie opbrengst voor de Ladakhi nonnen; zeker niet in de laatste plaats dankzij de enthousiaste inzet van onze vrijwilligers.

Saskia Terschuur





འབྲུག་ཡུལ་གྱི་དགེ་སྐྱོན་གྱི་འཕེལ་བ་ལྡན་པའི་སྐྱེས་སྲིད་ནང་བསྟན་སློབ་གཉེན་ཁང་། ར་བ་མགོ།

GEPHELING NUNNERY BUDDHIST INSTITUTE (BASGO)

Vision and Action Can Change The world...

Regd No: 5668-S

Dated: The most Respected Honourable members and staff of Dutch Foundation:-

Here, I on behalf of all the nuns from Basgo Nunnery would like to say thanks you so much for your kind help at the begining of this Nunnery and until now. We will never forget the goodness and kindness of your heart. Realy you change the life of Nuns in Ladakh. You kind people bring great happiness in life. So, I would like to say that you kind people change their life colourless to colourfull. We never forget your kind financial loving support for our Nunnery. We will use your kind sponsorship (money) for the nuns and girls in their education. We assure you that we use it in a right way.

Thanks you all once again for your help and your kindness will be remembered and cherished.

May you all be happy and healthy always. May the Lord Buddha blessing is always with you all.

Your in Dharma
Thupstan Dechan (Tsering)
at Basgo Nunnery

Giselle Rondeltap en haar Stichting Educare



In 2008 was Giselle Rondeltap in het Museon in Den Haag aanwezig bij een lezing van Dr. Tsering Palmo en Marlies Bosch. Ze hoorde er over de situatie van de Tibetaans Boeddhistische nonnen in Ladakh en wist direct dat de projecten van de DFLN precies binnen de doelstelling

van Educare pasten: Educatie en zorg voor kinderen, in het bijzonder meisjes, in ontwikkelingslanden.

‘Met mijn stichting, die ik in 2008 oprichtte, hebben we in de afgelopen tien jaar diverse projecten opgezet. Het begon in Kenia, waar we een school bouwden met toiletten en watervoorziening, en een groentetuin. We hebben ook gezondheidsprojecten gedaan en hebben daar veel bereikt. Daarnaast heb ik educatieve projecten ondersteund in Ecuador, Polen, Colombia en Peru. Op Curaçao hebben we via Biblionet boeken voor kinderen aangeschaft en vertaald in het Papiaments.’

‘Wat me aansprak toen ik Palmo ontmoette, was het Tibetaans Boeddhisme, omdat Tibet onderdrukt wordt door de Chinezen. Ik wil juist voor onderdrukte meisjes iets betekenen, en dat was in Ladakh het geval. Ik was er in 2009 tijdens de natuurramp en de gevolgen van de overstromingen maakten grote indruk op me. Ik verbleef toen bij de Gephel-nonnen en die zorgden heel goed voor me. Met hen heb ik een speciale band opgebouwd. Ik heb een douche en wc in Sabu (hun eerste klooster, nu een meditatiecentrum. Red.) laten aanleggen. Op hun nieuwe plek in Basgo financierde ik een schoollokaal, ik sponsor al een tijdlang twee nonnen, heb meegewerkt aan een watertank omdat het daar een woestijngebied is, heb schoolbankjes voor de klaslokalen geregeld en het dak laten repareren. Nu is mijn stichting Educare opgeheven, maar ik heb voor de komende vijf jaar vastgelegd dat er een lerares in Basgo Engels kan geven en dat de lekenmeisjes naar school kunnen. Dat geeft me voldoening omdat ik goed contact heb met de DFLN en hoor over wat er met het geld wordt gedaan.’

De afgelopen zomer was ik drie weken in Ladakh. Het was een compleet ander soort bezoek dan tijdens de 22 voorgaande jaren. De nonnen wisten dat ik door een heupoperatie een virus in mijn hartspier had opgelopen, en daarna behoorlijk ziek was geweest. Het gevolg daarvan was dat ik in de watten werd gelegd: ik mocht niets doen, er lag een extra zachte matras op mijn bed, ik moest van abdes Dechen in Nyerma vooral in het guesthouse blijven, en alles werd me uit handen genomen. Een compleet andere beleving van Ladakh!

Natuurlijk ging ik ook enkele dagen naar het Gephel Shadrubling klooster in Basgo, waar intussen zes lekenmeisjes hun intrek hadden genomen. Ook daar een (paars!!!) dekbed op mijn bed. Maar intussen was ik wel uitgerust en bijgekomen, ik begon me zelfs een beetje ‘te vervelen’, dus stelde ik voor om een workshop te geven over seksualiteit. Alle nonnen die menstrueerden deden mee, al staken de meisjes die geen non zijn, en erg jong, af en toe brutaal en nieuwsgierig hun koppie door het doorgeefluikje naar de keuken.

In het kort: de meeste nonnen weten al veel van het functioneren van de vrouwelijke organen. We probeerden daar Ladakhi woorden voor te vinden, en natuurlijk leverde dat hilarische momenten op. We hebben heel wat afgepraat en gelachen. Maar wat hen het meeste is bijgebleven zijn de methodieken die ze kunnen inzetten als ze benaderd worden door een man die ‘iets van hen wil’. Ze gaven letterlijk ‘stem’ aan hun ‘nee’ daartegen. Volgend jaar willen Ingrid Foeken en ik daar samen nog meer structuur in aan brengen door een ‘train the trainers’ workshop te geven.

Marlies Bosch



Hoe wordt iemand Sponsor?

Veel mensen reizen naar Ladakh voor de bijzondere bergomgeving of voor het boeddhisme. Sommigen van die reizigers komen speciaal voor de nonnenkloosters en een aantal van hen raakt onder de indruk van één van de drie autonome kloosters die wij als DFLN ondersteunen.

Bij de Gephel-nonnen in Basgo is de sfeer liefdevol en zijn de kleine en grotere meisjes hartelijk naar elke bezoeker die langs komt. In Nyerma is het aanpalende guesthouse netjes en sfeervol. Een prachtige gelegenheid om nader kennis te maken met de oudere mediterende nonnen en samen mantra's te zingen. De grote ecologische moestuin spreekt vaak tot de verbeelding en het wordt sympathiek gevonden dat de inkomsten daarvan direct naar het klooster gaan, net als die van het guesthouse. De, vaak Nederlandse, vrijwilligers vertellen over de geschiedenis en de rol van de DFLN. Het klooster van de Ladakh Nuns Association imponeert door haar omvang, altijd zijn er activiteiten en er komen veel buitenlandse bezoekers. De oprichtster van de LNA Amchi Palmo is de bekendste non in Ladakh en zij speelt een sterk verbindende rol naar de andere autonome nonnenkloosters.

Bij de kloosters horen en zien mensen wat de DFLN sinds 2003 heeft gedaan. Dan wordt al snel duidelijk dat, hoewel er heel veel is gedaan, er nog steeds geld nodig is om al die meisjes en jonge vrouwen de kans op goede scholing te geven. Ook omdat er bijna elk jaar wel nieuwe nonnen bijkomen. Persoonlijke ervaringen en ontmoetingen in de nonnenkloosters zijn voor veel bezoekers een stimulans om een bijdrage te willen leveren via een sponsorschap van de DFLN.

Thuisgekomen na een reis kijken mensen op onze website en klikken de rubriek Sponsors aan. Ze stellen per e-mail de vraag hoe ze een non kunnen sponsoren. Dit bericht komt bij mij als sponsorcoördinator terecht. Zodra ik die mail gelezen heb, probeer ik op korte termijn



schriftelijk te reageren. Soms volgt een uitgebreid telefonisch gesprek als iemand speciale wensen heeft rondom het sponsorschap. Ik leg de gang van zaken verder uit, zoals wie op dat moment het hardste een sponsor nodig heeft, hoe we samenwerken, wanneer het jaarlijkse sponsorbedrag overgemaakt kan worden, het eventuele overleg met de penningmeester voor een belastingverklaring en ik beantwoord zo goed mogelijk alle vragen.

Anderen mensen horen via via over ons werk, kennen persoonlijk één van de bestuursleden of vrijwilligers, of bezochten ons jaarlijkse Ladakh Festival. Zij willen een goed doel steunen waarmee een persoonlijk contact mogelijk is. Liefst een kleine organisatie met de zekerheid, dat al het gedoneerde geld ook daadwerkelijk naar de opleiding en het levensonderhoud van de nonnen gaat. We proberen elk jaar een up to date foto van de gesponsorde non naar de sponsor te sturen met zo mogelijk ook wat recente informatie over hoe het met haar gaat. De kinderen schrijven zelf zomers vaak een briefje voor hun sponsor. Het bericht gaat mee naar Nederland en wordt verstuurd naar de betreffende sponsor.

Vindt iemand het bedrag om een non te sponsoren te hoog, dan is het misschien een idee om samen met een vriend, vriendin of meerdere vrienden een non te steunen. Anderen kiezen niet voor het steunen van een non, maar geven een algemene donatie voor projecten in de kloosters.

We zijn iedereen die een non sponsort enorm erkentelijk voor hun bijdrage en wij beschouwen deze groep van ongeveer vijftig sponsors als het hart van onze organisatie.

Ingrid Foeken



Vrijwilligerswerk Nyerma



Mijn tijd als vrijwilliger in Nyerma was een bijzondere ervaring. Ik besloot om een sabbatical te nemen en iets nuttigs te doen, iets anders dan mijn werk, en ik informeerde of ik het guesthouse een maand kon runnen. Ik was er al eerder als gast geweest en wist dat het een goede plek is om te verblijven en een tijdje te helpen.

Het was echt een nieuwe ervaring voor mij. Eerst dacht ik dat dit gemakkelijk werk zou zijn, het ontbijt voor de gasten voorbereiden, kamers schoonmaken, de was doen, koken en zorgdragen voor de gasten. Al snel was ik me bewust dat ons leven in Europa zeer comfortabel is. Was in de wasmachine, druk op de knop en dat is het. Niet dus hier in Ladakh. Hier moet je veel met je eigen handen doen, en dat kost tijd en moeite. Koud water bij de pomp halen en het zelf in de wasmachine doen, voor het uitspoelen van de zeep uit dekens moeten er grote bakken met water gevuld worden. De beste tijd voor de afwas is rond de middag, want dan is het water in de tank op het dak warm genoeg om dingen schoon te krijgen. Zelfs om te douchen is het een goede zaak om te wachten tot het begin van de middag. Elke druppel warm water moet uit de zonnentank komen. Voor het koken wist ik nooit precies wat ik in de koelkast zou vinden en welke specerijen ik in de kast zou aantreffen. Het was telkens een experiment hoe de smaak van de gerechten zou zijn. Maar geen gast klaagde over het voedsel. Het was dus meestal een fulltime baan en in de middag, net als ik dacht het is tijd voor rust, stonden er onverwachte bezoekers voor de deur, die de gompa wilden bezoeken

de kamers wilden zien of zin in thee hadden. Vaak vergat Dechen me te vertellen over een nieuwe reservering en stonden er opeens gasten, die voor hun kamer kwamen. Het is dus absoluut noodzakelijk om flexibel te zijn en om te kunnen gaan met nieuwe situaties. Maar de meeste gasten waren vriendelijk, zeer geïnteresseerd in Nyerma en willen graag weer komen. Ze genoten van de rustige sfeer en van het bijwonen van de puja's van de nonnen. Ik herinner me een gezin met drie kinderen, dit was vooral leuk voor de kleine Karma die tijdelijk speelkameraatjes kreeg.

Samen met Rudolf, onze langst blijvende gast dit seizoen, Chamba en Karma maakten we een leuke excursie naar het Hemis-klooster, klommen naar de meditatiegrotten en genoten van de dag. Het was grappig om te zien hoe andere toeristen dachten 'wat een raar groepje is dat'. Chamba genoot ervan om onderweg met alle monniken en nonnen te praten.

Waar ik het meeste van hield, waren de momenten die ik deelde met de nonnen. Iedere avond als ik klaar was met mijn werk in de keuken maakte ik buiten een kleine wandeling. Op hetzelfde moment gingen sommige nonnen hun rondgang rond de stupa maken. Zij begroetten mij hartelijk en namen me in hun midden op. Bij terugkomst trof ik nonnen voor de keuken aan, pratend en giechelend. Zij nodigden me uit om er bij te komen zitten en we 'spraken' een beetje, met hulp van onze handen en hele lichaam, telkens met veel gelach. Soms kwamen ze bij het guesthouse langs voor een kopje thee en een gesprek. Dat maakte dat ik me thuis voelde.

Een prachtig moment is in Nyerma als in de ochtend de zon vanachter de bergen opkomt. De gasten slapen nog en de lucht is helder. Of de avond met een hemel vol sterren en rondom een vreedzame stilte.

Ik had een geweldige tijd in Nyerma en genoot van elke dag. Het is een zalige plek voor mij en ik ben er zeker van dat ik zal terugkomen.

Arite Bielig



Bezoek Dalai Lama



In de afgelopen drie jaar bezocht de Dalai Lama voor het eerst vrouwenkloosters in Ladakh, en daar koos hij 'onze' kloosters voor uit. In september bezocht hij Nederland. Mij viel de eer ten deel om voor de tweede keer als filmer en fotograaf deel uit te maken van het PR-team tijdens het bezoek van de Dalai Lama aan Nederland.

Het was bijzonder dat hij me bij de begroeting op Rotterdam Airport herkende en me de hand schudde. Omdat ik tijdens het hele verblijf meereed in de colonne auto's achter die van hem, en ook in hetzelfde hotel verbleef, was ik getuige van de vele interacties tussen de Dalai Lama en de mensen die hem graag wilden ontmoeten.

Highlights waren de ontmoetingen tussen hem en een paar Tibetanen die niet in beeld mochten vanwege het feit dat ze terugkeerden naar Tibet, het gesprek met leden van de Tweede Kamer, en het gesprek met vier mensen die door hun boeddhistische leraar waren misbruikt. Daar ging de Dalai Lama serieus mee om, het speet hem oprecht dat dat had kunnen gebeuren en hij beloofde om het aan te kaarten bij een bijeenkomst van Boeddhistische leiders in Dharamsala. Het bezoek stond in het teken van mededogen en waarom juist dit essentieel is in deze onrustige tijd.

Marlies Bosch

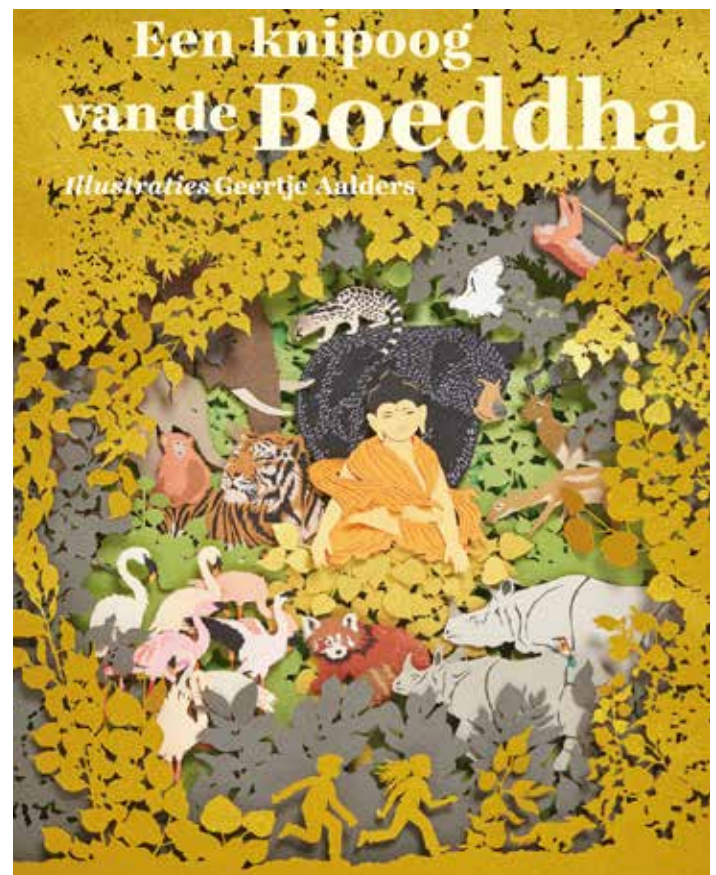


Knipoog van de Boeddha

Onze beschermvrouw Erica Terpstra schreef haar eerste boek!

Toen de Nieuwe Kerk in Amsterdam besloot om een tentoonstelling te maken over de Boeddha, nodigde de directie Erica Terpstra uit om een kinderboek te schrijven over het boeddhisme. Dat is iets wat ze bij iedere grote expositie doen: een bekend persoon vragen om er een boek bij te schrijven.

Nadat ze de eerste opzet hadden gelezen, werd er een uitgever bij gehaald. Dat werd Gottmer, die al snel doorhad dat dit wel eens een bestseller zou kunnen worden. Dus Erica Terpstra begon aan een nieuw avontuur in haar leven: het schrijven van een kinderboek. De Dalai Lama opende de tentoonstelling en tijdens dit evenement mocht zij haar eersteeling aan hem aanbieden. Hoewel klein gepland, stond al gauw de hele aanwezige pers de overhandiging, die intiem en klein was opgezet, te filmen. Maar Erica genoot er niet minder door. De Dalai Lama nam het kinderboek in ontvangst, en beiden schreven een opdracht voor elkaar op de eerste bladzijde. Het boek is te bestellen via elke boekhandel in Nederland.



Graag stellen we u voor ...

Ik ben Birgit Wezelenburg en sinds februari 2018 de nieuwe secretaris van de DFLN.

Mijn beroep is ergotherapeut en ik werk met ouderen, zowel aan huis als in een verpleeghuis. Ik loop tijdelijk met een clënt mee, die door fysieke of geestelijke beperkingen niet in staat is om te handelen in het dagelijkse bestaan. Ik draag eraan bij dat het leven weer mogelijk wordt en waarde krijgt, en ook dat mensen op een prettige manier hun laatste levensfase doorkomen.



Daarnaast ben ik in mijn vrije tijd een verwoed wandelaar en buitenmens. Ik maak graag trektochten in verre oorden in de ongerepte natuur, of dichterbij wandelingen door de bossen, duinen of in de stad. Tijdens een van mijn trektochten belandde ik in Ladakh, waar ik een tocht over de bevroren Zanskar-rivier maakte. Daar ontmoette ik Myra. Zij liet mij ook kennismaken met de nonnen. Voordat onze trektocht begon, werd er een bijzondere puja gehouden bij de LNA-nonnen onder leiding van Amchi Palmo.

Deze bijeenkomst raakte mij zeer en het voelde als thuis komen. In mijn hart voel ik mij thuis bij de waarden en normen van het Boeddhisme. Hierin deed ik binnen de Zen-traditie veel ervaring op. Ik ben trainer in het mondo-zen koanproces. Dat is een proces waar je doorheen wordt geleid en er worden vragen gesteld die je alleen vanuit je hart kan beantwoorden. Zo leer je vaardigheden om op allerlei situaties die je in het leven tegenkomt te antwoorden in plaats van direct te reageren. Hierbij heb ik ervaring opgedaan met mediteren, wat voor mij de ruimte schept om met situaties om te gaan die zich in het leven aandienen.

Na de trekking hebben Myra en ik contact gehouden en zij nodigde me uit om in het bestuur te komen. Ik ervaar het als een eer om mee te kunnen werken aan het onderwijs voor jonge meisjes en nonnen in Ladakh. Mogelijk kan mijn kennis en ervaring als ergotherapeut van toepassing zijn bij de oudere en jongere nonnen, wanneer het geestelijk en lichamelijk met een van hen wat minder gaat. Ik kijk uit naar een vruchtbare en bijzondere samenwerking en ik ben blij dat ik mij in kan zetten voor deze bijzondere groep nonnen.

Subsidie voor onze nonnen

Begin 2018 attendeerde één van onze sponsoren ons op de mogelijkheid om bij De Beer Stichting een subsidieaanvraag in te dienen voor educatie in de nonnenkloosters in Ladakh.

De sponsor bezocht zomer 2017 Ladakh en bezocht ook onze nonnenkloosters. Zij was onder de indruk van het werk dat daar verzet wordt en van de intense samenwerking met de DFLN. Daarom gaf ze de naam van een vriend van haar door, die bestuurslid is van De Beer Stichting. Deze stelde voor dat de DFLN een projectvoorstel kon indienen, omdat ons werk past binnen hun doelstelling. De Beer Stichting heeft als doel de educatie van jongeren te bevorderen, met name in ontwikkelingslanden. Dat wordt gedaan in samenwerking met andere (vaak kleine) NGO's, die projecten financieren voor scholen, weeshuizen en scholing voor niet draagkrachtigen in o.a. India.

Na overleg, ook met de abdes van het Nyerma-klooster Padma Dechen, dienden wij een projectvoorstel in en twee van de drie verzoeken werden ingewilligd. Dit betreft de extra ondersteuning van de jonge nonnen in Nyerma door een Engelssprekende leraar. Steeds vaker wordt al op de lagere school en later op de middelbare school lesgegeven in het Engels. Ook voor de DFLN en het door ons gebouwde guesthouse bij het Nyerma-klooster is het handig als deze meiden beter Engels leren spreken. Zo kunnen zij met de gasten in het guesthouse hun Engels oefenen, contact maken en helpen bij de werkzaamheden. Daarnaast nam De Beer Stichting voor een jaar de sponsoring op zich van vijf jonge nonnen van het LNA-klooster.

De DFLN is erg blij met de steun van De Beer Stichting. De stichting liet ons weten dat we aan het eind van 2018 nogmaals een subsidieaanvraag bij hen mogen indienen. Wie weet....

Het is een mooi voorbeeld hoe door het meedenken van een van onze sponsoren wij de genereuze gift van De Beer Stichting konden ontvangen. Zowel deze actieve sponsor als natuurlijk De Beer Stichting hartelijk dank, ook namens de nonnen.

Ingrid Foeken

Ontwikkelingen in Ladakh

Tweede locatie voor LNA

Nu er zoveel jonge, studerende nonnen gehuisvest zijn in het gebouw van de LNA in Leh wordt het tijd voor een hostel op een rustige locatie in Sabu (dicht bij Leh). De LNA ligt aan een drukke weg en tegenover een militair terrein. Dat voelt niet altijd veilig en prettig. Het hostel waar de studerende nonnen gaan wonen is grotendeels klaar. De verwachting is dat ze er komend voorjaar in kunnen trekken. Angmo en Lhamo, twee nonnen van de LNA-staf hebben het hele bouwproces begeleid alsof ze al jaren uitvoerders zijn. Ze spreken inmiddels een aardig woordje "bouwvak jargon". De nonnen die in Leh naar school gaan zullen langer in de schoolbus moeten zitten, de nonnen die naar het CIBS (Central Institute of Buddhist Studies) in Choglamsar gaan, hoeven dan daarentegen maar een klein stukje tot hun school.

Deze zomer in Nyerma

Het is de afgelopen jaren niet meer heel verrassend als er bericht komt dat een van de oude nonnen is overleden. Sommige sterven in Nyerma, andere gaan naar hun familie om daar gedurende hun laatste levensfase verzorgd te worden.

Een van onze oudste nonnen, ze is ver in de 80, woont sinds afgelopen winter bij haar familie in Stakmo, een dorp dicht bij Nyerma, waar veel van de oude nonnen vandaan komen. Het koosnaampje van deze non waaronder velen van ons haar kennen is "two stick".



Dat is jaren geleden ontstaan omdat een klein meisje, dat voor de oude nonnen water zou halen, niet precies wist voor wie ze allemaal water moest halen. Toen haar werd verteld dat ze onder andere voor de non die altijd met twee stokken loopt water moest halen, was het haar meteen duidelijk. Zo heeft "two stick" haar koosnaampje gekregen en dat is niet meer veranderd.

Lange tijd lukte het haar om iedere dag naar de gebedsruimte te schuifelen en ging ze ook naar buiten om lekker in de zon te zitten. Ze is astmapatiënt en de combinatie maakte dat ze uiteindelijk veel op haar kamer bleef omdat het haar te zwaar werd.

Samen met Dechen en Nederlandse gasten ging ik haar opzoeken in Stakmo. Fysiek was ze zwak maar wel tamelijk helder van geest. Ze wist meteen wie ik was en noemde mijn naam. Het was een vreugdevolle ontmoeting!

De Gephel-nonnen in Basgo

De afgelopen jaren is er iedere zomer gebouwd aan de tempel in Basgo en nu is hij grotendeels klaar! Dat het in etappes gaat heeft te maken met het weer, in de winter laat strenge vorst bouwen niet toe. En als het geld op is, moet er worden gewacht tot de financiën worden aangevuld. Het belangrijkste dat nu nog moet gebeuren is de inrichting van de tempel. De religieuze voorwerpen die gebruikt worden bij de ceremonie zijn kostbaar. In Ladakh is het gebruikelijk om bij speciale noden een beroep te doen op mensen, die het financieel goed hebben, uit het dorp waar je vandaan komt. Een van de nonnen heeft een oude bekende uit haar dorp benaderd met de vraag of hij behulpzaam wil zijn met het financieren van de benodigde rituele voorwerpen. Hij heeft toegezegd "zoveel als mogelijk te willen helpen". Nu is het afwachten en hopen dat de, nu nog lege, tempel komende zomer in gebruik kan worden genomen. Waarschijnlijk zal er dan een inwijding plaatsvinden.

Aniek Jaartsveld



Van onze penningmeester

In 2018 zijn er enkele nieuwe sponsors bijgekomen en mede dankzij een succesvol Ladakh Festival begin dit jaar, kunnen we in 2019 wat extra's geven aan de nonnenkloosters. Die kunnen dat bijvoorbeeld gebruiken voor hun pelgrimage naar Bodhgaya in januari.

Met ingang van 2018 hebben we de sponsorbijdrage voor studerende nonnen teruggebracht van 400 naar 300 euro. We zijn natuurlijk heel blij dat een aantal sponsors ervoor kiezen toch die extra 100 euro over te maken; dit bedrag komt altijd ten goede aan het klooster van de sponsoring.

De overmakingen naar India gaan niet altijd zonder slag of stoot. In India bestaat de FCRA (Foreign Contribution Regulation Act). Deze wet moet ervoor zorgen dat de overheid kan controleren wat er gebeurt met de giften vanuit het buitenland die NGO's (non gouvernemental organisations) ontvangen. Het kan problemen geven met de buitenlandse betalingen als een NGO geen FCRA kwalificatie heeft. De LNA voldoet al aan deze wet. Ons klooster in Nyerma is hier mee bezig. Het kost echter nogal wat administratieve rompslomp om zover te komen. De Gephel-nonnen overwegen dit nog.



Soms is er de gelegenheid om sponsorgeld persoonlijk te overhandigen. Zoals begin dit jaar, toen abdes Padma Dechen van Nyerma in Nederland was en het halfjaarlijkse bedrag mee terug kon nemen. Afgelopen zomer heeft Aniek Jaartsveld de bijdrage van de Amerikaanse stichting Dongyu Gatsal Ling Initiatives (DGLI) voor het nonnenklooster Chuligan bij Rizong persoonlijk overhandigd. Wij zijn verheugd dat we opnieuw een bedrag mochten ontvangen van DGLI i.v.m. de film die zij gemaakt hebben in Chuligan en Nyerma.

Wij krijgen regelmatig spontane giften van mensen die bijvoorbeeld hun kroonleeftijd of een huwelijksjubileum vieren en als cadeau een gift voor DFLN vragen. Wij zijn er blij mee en fijn dat bij zo'n persoonlijk feest aan de nonnen wordt gedacht.

Naast de sponsorbedragen voor de twee nonnen die Giselle Rondelap van de Stichting Educare heeft overgemaakt, mochten wij extra bedragen ontvangen voor de kosten van een Engelse leraar in Basgo bij de Gephel-nonnen en wil zij vijf nieuw binnengekomen jonge meisjes ondersteunen, ook in dat nonnenklooster. Wij zijn heel blij met de langjarige ondersteuning van Educare.

Wij hebben van De Beer Stichting een bedrag ontvangen om te besteden aan Engelse les voor de jonge nonnen in Nyerma en sponsorbedragen voor vijf nieuwe nonnen in het klooster van de LNA.

Alle inkomsten van de DFLN komen rechtstreeks ten goede aan onze Ladakhi nonnen en hun kloosters. De bestuursleden dragen hun onkosten voor de DFLN zelf en ook worden er vanuit het bestuur lezingen gegeven waarvoor de vergoeding naar onze stichting gaan.

Wat kunnen wij doen met uw steun?

Voor € 200,00 per jaar bezorgen wij een oudere non in Nyerma, die haar hele leven hard heeft moeten werken, een veilige en onbezorgde oude dag.

Voor € 300,00 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.

Doordat hun eigen kloosters voor een extra bijdrage zorgen kunnen voor € 300,00 per jaar nonnen een hogere opleiding volgen, bijvoorbeeld naar de universiteit voor een artsenstudie 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 Geshema (doctor in de boeddhistische filosofie).

Colofon

Als u wilt beginnen met sponsoring van een non, of al een non sponsort, kunt u overwegen om een formulier in te vullen met de intentie dat u voor (ten minste) vijf jaar een vast bedrag wilt doneren. Dit zorgt ervoor dat de hele gift van de belasting kan worden afgetrokken zonder dat uw jaarlijkse giften de drempel van 1% van uw belastbaar jaarinkomen hoeven te overstijgen, aangezien de DFLN de ANBI-status heeft. De formulieren hiervoor en de toelichting hierop zijn te vinden op onze site onder Financiën en ANBI. De penningmeester zorgt ervoor dat u een herinnering krijgt als de vijfjarige overeenkomst gaat aflopen.

Als sponsor kunt u zelf bepalen hoe u de betaling over het jaar verdeelt. Wij spreken echter graag onze voorkeur uit voor een jaarlijkse betaling in december. Wij doen in januari en juni de overmaking naar de kloosters voor het komende halfjaar, dus een halfjaarlijkse betaling in december en mei is ook zeer welkom. Natuurlijk begrijpen wij dat dit niet voor iedereen mogelijk is.

Wanneer u blij bent met het werk dat wij doen, kunt u overwegen om (een deel van) uw nalatenschap te doneren aan de DFLN.

Saskia Terschuur



Colofon

Nieuwsbrief/Jaarverslag DFLN 2018

Bestuur:

Myra de Rooy, voorzitter

Saskia Terschuur, penningmeester

Birgit Wezelenburg, secretaris

Marlies Bosch, PR

Aniek Jaartsveld, vrijwilligerscoördinator

Ingrid Foeken, sponsorcoördinator

Vaste vrijwilligers:

Joan Moonen

Ellen Poelen

Els Smulders

Redactie:

Myra de Rooy

Marlies Bosch (fotografie/vormgeving)

Correspondentieadres:

Dutch Foundation for Ladakhi Nuns

Brilweg 44B

9805 TE Brittil

0594-507407

www.ladakhnuns.com

dfn.ladakhnuns@gmail.com

Triodosbank: IBAN/SEPA Nummer:

NL60TRIO0390100560

BIC : TRIONL2U