

NIEUWSBRIEF 2020

DUTCH FOUNDATION FOR LADAKHI NUNS

'Een heel speciaal jaar.....'



IN DIT NUMMER o.a.:

- * Corona in Ladakh
- * Dechen in Europa

- * Gebeden door nonnen
- * Stille zomer in Nyerma

Van het bestuur

Wat hebben we een raar coronajaar achter de rug. Anders dan alle voorgaande jaren!

Normaal gesproken gaan er in de zomermaanden - op eigen kosten - altijd bestuursleden van de Dutch Foundation for Ladakhi Nuns (DFLN) naar Ladakh. We bezoeken de drie nonnenkloosters, waar wij met uw hulp de educatie van nonnen en meisjes steunen, geven soms workshops, kijken hoe het iedereen vergaat op weg naar zelfstandigheid en welk 'duwtje in de rug' zij daarbij nog kunnen gebruiken.

Hoewel reizen deze zomer onmogelijk was, hebben we gelukkig het hele jaar contact kunnen houden via mobieltjes en whatsapp. We kregen soms foto's toegestuurd en wij hebben u de links gezonden van de filmpjes waarin de nonnen vertellen hoe het in deze moeilijke tijd in Ladakh is. Het laatste nieuws is dat het aantal coronapatiënten in Ladakh helaas stijgt. De nonnen houden zich aan alle voorschriften en gelukkig is niemand door Covid-19 ziek geworden. Wij vinden het ontroerend hoe de nonnen voor de sponsors bidden en ook puja's houden voor alle levende wezens. In deze nieuwsbrief leest u meer over hoe het in de kloosters gaat.

Colofon

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

Correspondentieadres:

Dutch Foundation for Ladakhi Nuns
Bangkokdreef 207, 3564 SM Utrecht
www.ladakhnuns.com
dfn.ladakhnuns@gmail.com

Triodosbank: NL60TRIO0390100560

Helaas geen Ladakh-festival dit jaar. Dat is jammer want op deze manier weten we altijd geld te genereren voor onze projecten. Daarnaast is het ook een mooie manier om ons werk te tonen en een inkijk te geven in de bijzondere leefwereld van de nonnen. Hopelijk kunnen we volgend jaar onze traditie van festivals voortzetten. Gelukkig kregen we dit jaar wel enkele extra financiële giften.

Het is bijzonder dat we er, samen met alle donateurs, aan bijdragen dat de nonnen zich ontwikkelen, zodat zij een goede start in hun leven krijgen of van hun oude dag kunnen genieten in een beschermde omgeving.

Zonder u kunnen we dat niet realiseren! Daarom bedankt het bestuur, ook namens de nonnen en onze beschermvrouwe Erica Terpstra, iedereen hartelijk die ons werk steunt, of heeft gesteund, door sponsoring van individuele nonnen, door vrijwilligerswerk of een algemene donatie. Wij hopen dat u deze steun wilt continueren.

Onze laatste fysieke vergadering was met Padma Dechen, de abdis van Nyerma. Daarna kwam het DFLN-bestuur ongeveer om de zes weken digitaal bij elkaar, vaker dan in een normaal jaar. Naast het bespreken van de agendapunten leefden we mee met elkaars situatie. Via de nieuwsbrief 2020 krijgt ook u een inkijk in wat er in het afgelopen jaar met uw bijdrage in Ladakh gebeurd is.

Wij wensen u veel leesplezier en fijne feestdagen, maar bovenal wensen wij u een gezond en voorspoedig 2021.

(vlnr. zie foto)

Ingrid, Myra, Saskia, (Dechen) Aniek, Birgit, Marlies



Ook wij van het bestuur zijn zoals veel Nederlanders dit jaar het grootste deel van 2020 digitaal in plaats van live bijegekomen.

Met online vergaderen konden we elkaar vaker treffen dan voorheen het geval was; we wonen namelijk nogal verspreid over het land. Hoewel er nu minder activiteit vanuit de DFLN is, doordat er bijvoorbeeld geen festival te vieren was dit jaar en we niet naar Ladakh zijn geweest, hebben we elkaar toch regelmatig gezien om contact te houden over de situatie in de kloosters en elkaar te steunen in deze rare tijd.

Het heeft nogal wat sessies gekost voordat we de technische aspecten onder de knie hadden. Ondanks dat onze ervaren host, en secretaris, Birgit ons daarmee prima kon helpen, bleek dat we niet allemaal ervaren waren in het online vergaderen. Soms was de mailuitnodiging kwijtgeraakt, was dan de een weer wel in beeld maar zonder geluid, dan hoorden we haar wel, maar zagen we haar niet of was het geluid te zacht of te hard. Dan had iedereen geluid en beeld, maar waren we er twee kwijt; even koffie halen.....

Of iemand kon de anderen niet goed op haar scherm krijgen. Zo hebben we ook online vergaderd met een van ons via de telefoon. Maar als het dan ook allemaal lukte, was het des te leuker elkaar weer te zien. Door van online vergadersysteem te wisselen, ging alles de laatste sessie eindelijk vlekkeloos. Onze fotografe Marlies maakte daarvan een screenshot. We kijken er naar uit om elkaar weer in het echt te zien, maar dit is een goed alternatief gebleken.

Saskia Terschuur



Sinds 2008 ben ik vrijwilliger voor de DFLN. In 2008 en 2009 had ik het geluk de hele zomer in Ladakh te kunnen doorbrengen. Ik was vrijwilliger voor het guesthouse in Nyerma, maar hielp ook mee met allerlei karweitjes die gedaan moesten worden - zoals het schilderen van de keuken en de gebedsruimte, het ontginnen van de tuin, de boekhouding en nog veel meer. Vanuit mijn functie als manager P&O ben ik gewend om de "regelneef" van een organisatie te zijn en deze talenten zet ik ook graag in voor de stichting.

Omdat ik op kantoor verantwoordelijk ben voor de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) bood ik aan dit op me te nemen voor de DFLN. De verordening regelt de rechtmatige en zorgvuldige omgang met persoonsgegevens binnen de Europese Unie.

Wat betekent dit voor de stichting? Dat zij moet kunnen verantwoorden welke gegevens zij van u, sponsors, belangstellenden, vrijwilligers en nonnen, gebruikt, met welk doeleinde en hoe zij uw privacy borgt. Gezien de kleinschaligheid van de DFLN en het zorgvuldig handelen van het bestuur was het niet noodzakelijk om de huidige manier van werken aan te passen. Samen met een professioneel privacy adviseur is er een duidelijk en passend privacy statement gemaakt dat nu ook op de website te vinden is. www.ladakhnuns.com/privacy-beleid.html

Wat mij in dit proces is opgevallen, is dat het bestuur de uitvoering van de AVG met net zo veel aandacht heeft opgepakt als zij met alle andere activiteiten doet. De betrokkenheid was groot om dit goed te doen.

Ellen Poelen

PS Het bestuur is heel blij dat Ellen ons donateursbestand bijhoudt en onze mailingen verstuurt.

Films uit Ladakh

Stemmen uit Ladakh

Dit jaar geen reis naar Ladakh, toch was het bestuur in de gelegenheid om in geluid en beeld de nonnen een beetje naar onze donateurs en sponsors te brengen.

Tijdens een van onze digitale vergaderingen vertelde Marlies hoe ze gezellig telefonisch contact met Saldon van de Gephel-nonnen had gehad.

Aniek is al jarenlang elke zomer in Nyerma te vinden en via whatsapp had zij recent met Dechen de wederwaardigheden van het Nyerma-klooster besproken.

Ingrid had Angmo van de LNA enkele vragen gesteld over de nonnen, die door de DFLN worden gesponsord.

Terwijl we al die Ladakhi-nieuwtjes uitwisselden, bethachten we dat het leuk zou zijn als onze donateurs ook contact met de nonnen konden hebben. Daar kwam het plan uit voort om de nonnen een filmpje te laten maken over de situatie in Ladakh en hun kloosters in dit coronajaar.

Het is natuurlijk eenrichtingsverkeer, maar wel erg leuk om te zien en horen.

Marlies, de oprichtster van de DFLN, was als fotograaf en filmer de aangewezen persoon om dit 'videoproject' op zich te nemen. Ze legde uit dat de opnames beter niet uit de hand genomen konden worden en dat het liggend en geen staand beeld moest zijn. Zij liet de nonnen vrij in hun keuze voor de teksten.

De spreeksters waren allemaal eerst wat zenuwachtig of ze het wel goed zouden doen. Dechen stuurde zelfs een proeffilmpje, nog niet in haar mooiste nonnenkleden, maar in de degelijke en warmere nonnenkleding, die in het dagelijkse leven wordt gebruikt. We konden haar geruststellen: 'Helemaal goed, niets meer aan doen.'

Het resultaat werd door Marlies in drie filmpjes verwerkt, die behalve via onze website op You Tube te zien zijn. We mailden deze links al eerder, maar wie de filmpjes nogmaals wil bekijken: Kopieeer deze link in uw browser en klik op enter. Dan komt u bij het youtube filmpje.

<https://youtu.be/mNM0nOmfinU>

<https://youtu.be/00o4TLHo8RY>

<https://youtu.be/eIX-8A1X2ls>



Bezoek Padma Dechen aan Europa

Padma Dechen, de abdis van het nonnenklooster in Nyerma, bezocht begin 2020 Europa. Het was inspirerend en gezellig dat zij aanwezig was bij onze laatste fysieke bestuursvergadering.

Dechen maakte in al die jaren dat buitenlanders in Nyerma in het guesthouse logeerden of vrijwilligerswerk verrichtten heel wat vrienden en ze wilde hen graag een keer opzoeken. Er werd een plan gemaakt, maar daarbij realiseerde Dechen zich niet hoe groot Europa is. Bovendien gooide corona roet in het eten en moest ze hals over kop terug naar India.

In de DFLN-nieuwsbrief van 2017 schreef Hanna Koorn over haar bezoek aan Nyerma en haar bijzondere band met Dechen. In 2020 wilde Hanna Dechen haar leefomgeving tonen en daarna samen met Luwe Stroosma een rondtoer door Europa maken. Luwe is ook een goede vriend van Dechen.



Ik sprak met Hanna en hoorde hoe door corona alles anders liep dan gepland...

Na aankomst in Nederland ging Dechen met Hanna mee naar Lauwersoog waar Hanna en Luwe ieder een eigen caravan hebben. Dat leven wilde Dechen ook wel ervaren. Daarna startte er een 'kleine karavaan' van twee kampeerauto's en een caravan om Dechens droomreis te verwezenlijken - met Hanna en Luwe als chauffeur. 's Avonds sliepen ze ieder in hun eigen huisje op wielen.

De 'bergen' in Limburg waren laag vergeleken met Ladakh, maar er viel in die periode wel sneeuw. De volgende stopplaats was België om een Zwitserse vriendin op te zoeken die op retraite was in het Boeddhistische Centrum Kagyu Samye Ling in Beaumont, waar een Tibetaanse non de leiding heeft. Het kleine reisgezelschap deed twee dagen met de retraite mee. Net als in Ladakh was het er ijskoud en er lag sneeuw.



De rit werd vervolgd naar een plaats vlakbij Bonn waar een Tibetaanse studievriend van Dechen uit Dharamsala met zijn Duitse echtgenote woont. Hij nam Dechen een dag mee op stap. De volgende Duitse stopplaats was Frankfurt. De Duitse vriendin die daar woont, had voor Dechen een tweedaags programma in petto.

Begin maart vertrok het drietal richting Frankrijk. Hanna en Luwe kregen al een beetje in de gaten dat corona hun reisschema kon beïnvloeden. In de buurt van Parijs woont een Ladakhi vrouw, maar die belde Dechen dat haar dorp in lockdown was in verband met corona. Dat bezoek viel dus af, maar ze bezochten toch Parijs en verschillende bezienswaardigheden, zoals de Eiffeltoren. In de lift naar boven dacht Hanna wel: 'Is dit nog veilig?' Tijdens koffiedrinken in een café zagen ze mensen geen handen meer schudden, maar dat de ober een klant met een 'voetje' groette.

Hanna en Luwe dachten dat ze nog met Dechen richting Barcelona konden reizen, een ander doel op Dechens verlanglijstje. In de Camarque was het plan dat Dechen de trein zou nemen, want zelfstandig als ze is, wilde Dechen ook een stuk alleen reizen. Luwe was al bezig een treinticket te regelen toen de Tibetaanse vriend in Barcelona belde dat de stad ook in lockdown ging.



Gebeden door nonnen

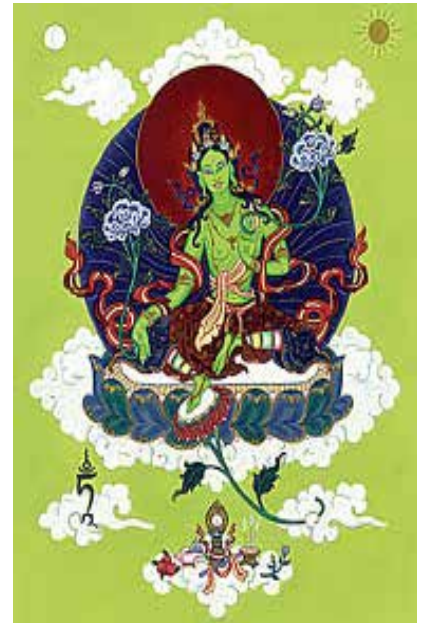


De terugweg werd ingezet. De wegen waren vrijwel leeg en het werd steeds duidelijker dat ze snel terug moesten keren naar Nederland. Eigenlijk wilde Dechen nog niet naar huis, maar Hanna en Luwe zeiden dat het echt moest. Met moeite kon Luwe de geplande terugvlucht naar Delhi omboeken en hun bijzondere gast vloog met de allerlaatste vlucht terug naar India. Hanna vertelde dat de reis, hoewel anders dan gepland, fantastisch was geweest. Dechen droeg even niet de zware verantwoordelijkheid voor de zorg van de oude nonnen en het was leuk om op gelijkwaardig niveau levenservaringen uit te wisselen.

Voor Dechen kreeg haar bezoek aan Europa nog een staartje. Ze moest in Ladakh erg lang in quarantaine terwijl daar eigenlijk geen reden toe was. Dechen vertelde me telefonisch dat toen ze terugkwam in Nyerma de dorpelingen bang voor haar waren en reageerden alsof ze een tijger was of melaatse en daarom angstig wegvluchtten. Dechen heeft deze periode goed opgepakt door een retraite te houden.

Myra de Rooy

De positie van de nonnen in Ladakh gaat erop vooruit. Eerst stonden ze in de schaduw van monniken, maar de bevolking neemt hen steeds serieuzer, met als gevolg dat nu ook nonnen worden gevraagd om te komen bidden als er in een gezin iemand ziek is of stervende. De monniken hadden een bron van inkomsten door de donaties van mensen waarvoor gebeden werd. Nu is dat in toenemende mate ook bij de nonnen het geval.



Natuurlijk kunnen zij door het Coronavirus de deur niet uit, dus vragen omwonenden of nonnen de gebeden in hun tempel willen doen. De nonnen krijgen daarmee een steeds belangrijkere functie in de Ladakhi maatschappij. We merken dat er ook in Nederland mensen zijn die het heel fijn (en ondersteunend!) vinden als de nonnen voor hen bidden. Dat doen ze al voor alle sponsors, maar soms houden ze een speciale Tara-puja als iemand ziek is, niet lekker in zijn/haar vel zit of op een andere manier steun nodig heeft. U kunt via ons zo'n puja aanvragen. U kunt daarvoor een vrijwillige bijdrage schenken, die wij naar het klooster overmaken.

Marlies Bosch



Stille zomer in Nyerma

Geen vrijwilligers, geen gasten, geen belangstellenden. Kortom een heel stille zomer in Nyerma.

Abdis Dechen kwam hals over kop terug uit Europa, waar ze met vrienden een reis maakte. Na een quarantaineperiode in het ziekenhuis van Leh kwam ze terug in een stil en verlaten klooster. Nonnen en burens waren doodsbang voor Covid-19 waar ze veel over hoorden maar eigenlijk niet zoveel over wisten. Ze lieten zich de eerste weken niet zien. Dechen schrok erg van de afwerende houding maar heeft deze rustige periode gebruikt voor meditatie en gebed.

In haar eentje lukte het niet om in het voorjaar de groentetuin in te zaaien. Om de grond toch te benutten is er gerst gezaaid. Het is goed voor de grond om te wisselen met gewassen en meel is altijd bruikbaar. Later in het voorjaar kwamen de oude nonnen terug



naar hun kamers in Nyerma. De buurvrouw die vroeger voor de nonnen kookte, pakte haar taak weer op. Werkzaamheden rondom het klooster konden gelukkig doorgaan. Dat gold voor de muur die het terrein van het klooster omheint. Na een overstroming van het kanaaltje achter het guesthouse en kort daarna een periode met strenge vorst was de muur kapotgevroren. De reparatie kon worden gerealiseerd met een gift van de Amerikaanse non profit-organisatie DGLI.



Veel nonnen hebben familie wonen in de buurt en gaan er geregeld op bezoek en helpen soms een handje in de huishouding of op het veld. De afgelopen maanden is geen van de oude nonnen weggeweest uit Nyerma uit angst voor het virus.



Doordat het klooster zo afgelegen ligt, is het een heel veilige plek en dat ervaren de nonnen ook. Op de filmpjes die gemaakt zijn door de drie kloosters is te zien dat de nonnen van LNA en Gephel samen bidden. De oude nonnen in Nyerma durfden door corona niet samen in de gebedsruimte bijeen te komen.

Dit jaar werd in Ladakh op 15 december Losar (nieuwjaar) gevierd. Losar is voor de Ladakhi een groots gebeuren dat uitgebreid gevierd wordt met familie en vrienden. De nonnen twijfelden eerst of ze het dit jaar bij hun familie zouden vieren. Ze bleven in het klooster omdat het daar nu het veiligste is.

In Ladakh neemt het aantal corona besmettingen in rap tempo toe. Nu de koude winter nadert en mensen in kleine ruimtes dicht bij elkaar zitten zullen de getallen stijgen. Het dragen van mondkapjes is verplicht. Zonder mondkapje riskeer je een boete van omgerekend zo'n € 55. De scholen zijn sinds maart gesloten en alleen essentiële winkels zijn momenteel open. Het ziekenhuis in Leh is niet toegerust voor deze aantallen zieken. Het aantal gemelde overlijdens is inmiddels zo hoog dat vermoed wordt dat mensen met andere klachten zich niet durven te melden bij het ziekenhuis.

Dechen heeft geregeld contact met de jonge nonnen die tot 2016 in Nyerma woonden. Ze gingen destijds naar de reguliere school in Thiksey. De nonnen studeren nu buiten Ladakh in Dharamsala. Zij maken het goed en zijn blij dat ze samen met andere nonnen, veelal leeftijdsgenoten, goed worden opgeleid in de boeddhistische leer. Ze vertelden Dechen dat ze dankbaar zijn voor hun tijd in Nyerma, die de basis heeft gelegd voor hun huidige opleiding én dat ze dankbaar zijn voor de steun die ze van de DFLN ontvingen.

Aniek Jaartsveld

Donatie van DGL

DGLI staat voor **Dongyu Gatsal Ling Initiatives Inc.** en is opgericht in 2008 door Jetsunma Tenzin Palmo (o.a. auteur van *Cave in the snow*). DGLI is een non profit organisatie uit de VS met als oogmerk het bevorderen van onderwijs voor en voorzien in de leefomstandigheden van Tibetaans Boeddhistische nonnen die in de Himalaya wonen (www.dgli.org).

In 1999 richtte Tenzin Palmo het nonnenklooster Dongyu Gatsal Ling op om vrouwen in de Himalaya-regio toegang te geven tot boeddhistisch onderwijs en het praktiseren van de boeddhistische leer. In 2008 richtte zij DGLI op om ook fondsen te werven voor boeddhistische nonnen buiten haar klooster.

Ik vind het wonderlijk hoe mensen en organisaties elkaar ontmoeten en hoe een samenloop van omstandigheden leidt tot een substantiële bijdrage voor de nonnenkloosters in Nyerma en Chullichan (bij Rizong).

In 2007 ontmoette ik Heather Kessinger in Leh, toen zij bezig was met onderzoek voor haar film *In the shadow of the Buddha*. Beide voelen we ons verbonden met de nonnen en hun veelal zware en moeizame levens. Voor Heather was het uitgangspunt voor het maken van de film het doorgeven van de verhalen van de nonnen, "die mogen niet verloren gaan". Voor de documentaire heeft ze onder andere Tenzin Palmo geïnterviewd, met wie zij bevriend is. In deze film zijn de nonnen in Nyerma en Rizong/Chullichan te zien.

Door de filmbeelden zijn de kloosters onder de aandacht van DGLI gekomen en worden zij genoemd op de DGLI-website. Het mooie gevolg hiervan is dat deze twee kloosters nu ook delen in de fondsen die DGLI werft voor haar projecten.



DFLN is geen vaste sponsor van het Chullichan-klooster, maar door mijn regelmatige bezoek aan Ladakh is er wel een vriendschappelijke relatie ontstaan, waardoor wij graag medewerking verlenen om de donaties uit VS door te sturen naar de abdis van het klooster in Chullichan. Een mooie bijkomstigheid is dat de abdis van de kloosters van Nyerma en Chullichan bevriend zijn sinds hun studietijd in Dharamsala en steun vinden bij elkaar in hun rol als abdis.

Dechen en de nonnen in Nyerma, voelden zich in de zomer van 2019 enorm vereerd toen Jetsunma Tenzin Palmo een bezoek aan het klooster bracht.

Aniek Jaartsveld

Kamer boeken in Tara Homestay bij het Nyerma klooster

Als de omstandigheden het mogelijk maken, kunt u voor 2021 weer een kamer boeken door een e-mail te sturen naar tarahomestay-booking@gmail.com 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. Geef de periode en het aantal personen aan.

Prijzen: Logies met ontbijt en diner 1200 rupees per persoon, per dag. Lunch is mogelijk voor plm. 100 rupees extra, 1 euro is ongeveer 75 rupees (dit wisselt per dag!). Alleen vegetarische maaltijden.

Ladakh Nuns Association in Corona tijd

Door het jaar heen ontvingen we berichten hoe het de nonnen van het LNA-klooster vergaat. Het gaat goed en zij zeggen dagelijks gebeden op voor alle levende wezens en moeder aarde, zodat zij vrij zullen zijn van lijden.

De jongere nonnen, van de 6e t/m 12e klas, volgen 's morgens online hun reguliere onderwijs. Toen corona dit voorjaar zich over de wereld verspreidde, begonnen alle LNA-nonnen in de middaguren met het reciteren van de honderdduizend verzen van de Hartsoetra (*Prajnaparamita Sutra*) en na het afronden daarvan begonnen ze aan de 108 delen van de *Tripitaka*. 's Avonds reciteren ze gezamenlijk de Groene Tara mantra: *Om tare tuttare ture soha*.

Daarnaast zijn er natuurlijk speciale dagen of rituelen. Zoals de viering van de 85ste verjaardag van de Dalai Lama op 6 juli. Dat werd gevierd met een mandala, gebed en taart. Ook maakten ze prachtige kaarten waarin ze hem bedanken voor zijn inspanningen voor wereldvrede.



Op 24 juli begonnen de nonnen hun dag vroeg met een speciaal gebed, want de 'dag van het eerste wiel van de dharma' werd herdacht - Boeddha onderwees toen voor het eerst zijn discipelen. De LNA-nonnen verwelkomden die dag ook zes jonge nonnen in hun 'dharma-familie'.

Op 17 november werd ter ere van Lhabab Düchen, de dag dat Boeddha van de hemel terug naar aarde keerde, een offerceremonie (Tsok) gehouden, ter wille van het welzijn van alle levende wezens en om te verzoeken dat de pandemie spoedig eindigt.

In het dagelijks leven volgen de nonnen trouw alle medische corona-voorschriften. Ze zijn al maandenlang binnen. Af en toe worden er buiten het klooster boodschappen gedaan, in een groepje van drie nonnen.



De lockdown geeft wel gelegenheid om hard te studeren en te debatteren over de boeddhistische leer. Ze helpen elkaar en verspillen geen tijd.

Door het koude weer is de situatie in Ladakh niet goed. Het aantal Covid 19-patiënten neemt toe. Die gaan naar het ziekenhuis in Leh. Andere patiënten bezoeken nog steeds de kliniek van de amchi's van de LNA (artsen in de traditionele Tibetaanse geneeskunde). Daarbij worden de coronaregels in acht genomen. De LNA-kliniek ligt ver van het nonnenklooster en zieken mogen niet naar het klooster komen.

Alle nonnen geven de DFLN-sponsors mee: Pas goed op en wees veilig!

Myra de Rooy



Een sympathieke familiestichting, die liever niet bij naam genoemd wilde worden, draagt de DFLN een warm hart toe. Deze stichting zet zich in voor projecten in ontwikkelingslanden, met name in India maar ook in Afrika. Tijdens mondeling overleg bleek dat zij grote waardering hebben voor ons werk, met name voor de inzet van enkele DFLN-bestuursleden om trainingen ter plekke te geven aan de nonnen in Ladakh. Onderwerpen betreffen stresshantering, empowerment, seksualiteit en seksueel misbruik. De abdisen van de kloosters waren nauw betrokken bij de workshops. Afgelopen jaar konden we deze trainingen door corona niet voortzetten, omdat we niet naar Ladakh konden reizen.

Het liefst stelde de familiestichting geld beschikbaar voor materiaal, maar voor de DFLN waren ze bereid om een paar jaar negen nonnen van de LNA, elk voor driehonderd euro per non, te steunen. De stichting deed dat vanuit het besef dat onderwijs voor meisjes en jonge nonnen vaak generaties lang doorwerkt. Ook als nonnen het klooster verlaten en een burgerleven beginnen, dan nog is hun educatie geen weggegooid geld. Deze jonge vrouwen stimuleren hun dochters en meiden in hun omgeving om goed onderwijs te volgen.

Eind 2020 ontvingen we bericht dat de stichting haar activiteiten niet op de oude voet voortzet, maar als drie nieuwe stichtingen verder gaat. Een ander beleid, een verandering van visie en dat heeft gevolgen voor onze stichting en de nonnen. Maar gelukkig hebben zij ons nog wel in 2020 royaal ondersteund. In principe worden er geen individuen meer ondersteund, maar alleen projecten die aan meerdere personen ten goede komen. In januari zal besloten worden of de LNA toch ondersteund kan blijven uit een van de nieuwe stichtingen.

Ingrid Foeken



De negen gesponsorde nonnen van de LNA schreven een bedankbrief naar de stichting, die wij graag vertaald en iets ingekort delen.

Beste sponsor familieleden,

Groeten uit Ladakh!

Wij willen u miljoenen malen bedanken voor de geweldige steun voor onze studie.

We hopen dat het met u allen goed gaat, dat u in goede gezondheid verkeert en gelukkig bent met uw familieleden.

Het gaat ook goed met ons. Onze dagelijkse routine is het online bijwonen van de lessen en gebeden opzeggen. We hebben online ons examen afgerond en onze opdracht ingeleverd.

Het is mooi weer en we genieten allemaal van onze studies. We stellen uw geweldige steun enorm op prijs.

We bidden opdat de pandemietoestand spoedig uitgebannen kan worden. We hebben allemaal een normaal en gelukkig leven.

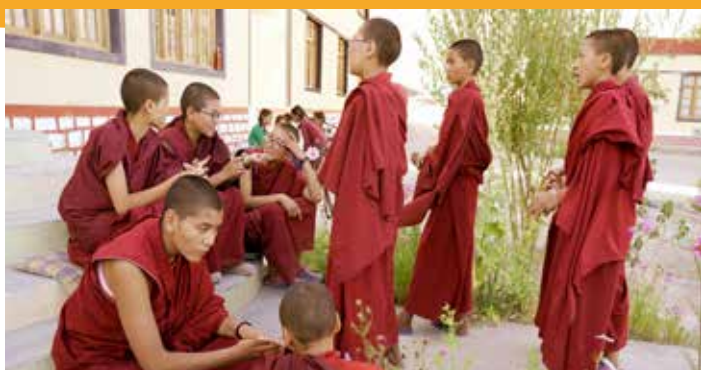
Nogmaals, we willen onze oprechte dankbaarheid betuigen en heel erg bedanken voor alles wat de stichting voor ons heeft gedaan. We bidden altijd voor u en uw familie om een gezond en gelukkig lang leven te hebben.

Met warme wensen,

Uw 'dochter',

Dolma, Rigzen Angmo, Tsering Yangskit, Tsering Yangskit (Kasang), Rigzen Dolma, Stanzin Dolma, Jigmat Yangchan en Yangskit

Gephel klooster



Het Gephel Shadrubling klooster in Basgo heeft, ondanks alle coronamaatregelen, continu contact met ons gehouden. Het is verbazingwekkend dat het beeldbellen via WhatsApp soms beter werkt dan binnen Nederland. De nonnen willen graag dat we op de hoogte blijven van de ontwikkelingen gedurende de afgelopen corona-maanden. Tijdens de eerste lockdown in Ladakh is een aantal van de jonge nonnen en lekenmeisjes naar huis gegaan. Maar omdat de leiding van dit klooster het onderwijs grotendeels zelf verzorgt, samen met twee Geshes, zijn alle nonnen en meisjes teruggekomen en vormen samen, achter een veilig gesloten hek, een hechte gemeenschap.

De nonnen volgen hun dagelijkse onderwijs, studeren hard en werken aan het inrichten van de nieuwe tempel op de berg boven het klooster. Die tempel is inmiddels ingewijd en de nonnen bidden er hun dagelijkse gebeden.

Het afgelopen jaar hebben zij weer jonge meisjes opgenomen maar besloten wijselijk dat deze meisjes niet perse non hoeven te worden. Dus functioneert het klooster nu als een soort kostschool, omdat de meisjes wel graag naar school willen en de ouders dat niet kunnen bekostigen. We zien dat de meisjes geheel opgaan in de gemeenschap. Ze worden liefdevol verzorgd, kunnen samen met de nonnen studeren, maar lopen in gewone kleren, en gaan (als de scholen weer opengaan) in hun uniform naar de lokale school. Het is een nieuwe aanpak, waar wij als DFLN achter staan.

Marlies Bosch



Warm water

Warm water voor de Gephel-nonnen

Wij ontvingen onderstaande brief van Obe Kuipers, een van onze trouwe sponsors. Hij steunt al jaren de Gephel-nonnen in Basgo. Niet alleen financieel - ook ter plekke heeft hij al heel wat keren flink de handen uit de mouwen gestoken en de nonnen met zware klussen in hun klooster geholpen. Helaas kon hij zomer 2020, net als het DFLN-bestuur, niet naar Ladakh gaan, maar de nonnen zijn wel blij met hem! In de hoogtegebergte woestijn is brandstof schaars en als de zon dan een handje kan helpen ...



Ja, ik mis Ladakh, maar het zij zo. Voor ik dit jaar ook maar de keuze kon maken om mijn vlucht naar India te boeken, vertelde Corona mij dat ik dat beter niet kan doen - een geluk bij een ongeluk.

In 2016 heb ik in Basgo o.a. geholpen om een waterboiler in elkaar te schroeven, jullie kennen ze wel, een soort 'gamma-pakket' wat in elkaar geschroefd moet worden met het type schroevendraaier, dat ze daar niet hebben.

Die waterboiler heeft heel wat dreunen meegemaakt en werd door de wind omvergeblazen met alle gevolgen van dien. Twee jaar geleden liet ik bij een fabriekje in Leh een fundament maken, wat meer stabiliteit gaf. Helaas, dit was ook maar voor even. Toen ik in 2019 na mijn verblijf in Ladakh terug naar huis vertrok, heb ik geld voor de nonnen achtergelaten bij Stanzin Paljor Shuma. Hij is de onderwijzer van de jonge nonnen. Ook heb ik hem de gelegenheid gegeven om via Amazon een accuboormachine aan te schaffen. Deze machine is er inmiddels.

Ik denk dat ik ongeveer een maand thuis was toen ik de vraag kreeg voorgelegd wat Basgo met het gegeven geld wilde doen. De nonnen wilden graag een nieuwe warmwatervoorziening aanschaffen. Ik heb doorgegeven dat zij het allerbeste weten wat ze nodig hebben en ik heb hen alle vrijheid gegeven. Afgelopen september kreeg ik van de abdis Saldon enkele foto's toegestuurd, met de boodschap wat ze met mijn donatie hebben gedaan. Ik ben blij en heb ze dat ook laten weten. Het is altijd weer bijzonder om te zien dat wat hier in Nederland een 'paar centen' lijken te zijn in Ladakh een groot bedrag is.

Juley, Obe

Van onze sponsorcoördinator

Het blijft bijzonder dat er zo'n grote groep trouwe donateurs is, die bijdraagt aan het onderwijs en levensonderhoud van onze nonnen. Wij noemen deze groep vaak het kloppend hart van onze stichting, omdat we zo afhankelijk zijn van ieder van deze sponsoren. Onze dankbaarheid blijft heel groot, zeker in deze bijzondere tijd van het coronavirus.

Er zijn af en toe sponsoren die om persoonlijke redenen zich helaas terugtrekken, waar we begrip voor hebben. Maar gelukkig komen er ook nieuwe donateurs bij, zoals vier nieuwe donateurs, die zich aanmeldden tijdens ons laatste festival in 2019 en die vanaf 2020 zijn begonnen met het sponsoren van een non. Een van onze trouwe sponsoren ging vanaf 2020 zelfs nog een tweede non steunen.

In totaal sponsoren we nu bij het Nyerma-klooster acht nonnen, bij de LNA eenentwintig en bij het Gephel-klooster vijfendertig nonnen, inclusief stafleden.

Wij zoeken nog sponsoren voor een aantal nonnen. Kent u iemand die het leuk zou vinden ook een non te gaan steunen? Vertel dan over onze stichting. Ook is het mogelijk om bijvoorbeeld samen met een vriend of vriendin een non te gaan sponsoren, om de kosten te delen.

Als sponsorcoördinator heb ik soms persoonlijk contact met een sponsor. Het blijft heel fijn om dan te horen wat mensen als motieven hebben om dit werk te ondersteunen en wat hen in hun leven bezighoudt.

Dank aan alle sponsoren en donateurs die ons werk en het leven van de nonnen in Ladakh die speciale kleur geven waar alle nonnen zo blij mee zijn. Niet voor niets horen we van hen dat zij zich, met onze bestuursleden en onze donateurs, als één grote familie beschouwen.

Ingrid Foeken



Wat kunnen wij doen met uw steun?

Voor € 200 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 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 per jaar nonnen een hogere opleiding volgen, bijvoorbeeld aan 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).

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

In 2005 zette, de inmiddels overleden, Elisa Kriek Stichting Rigdzin op, om hulp te bieden aan de allerarmste Tibetanen. Primair betrof het (ex-)nomaden in afgelegen Tibetaanse gebieden, daarnaast werd in India de opleiding tot Tibetaans arts gefinancierd en in Nepal ondersteunden ze weeskinderen.

In 2021 gaat de stichting de actieve fondsenwerving stopzetten, vooral omdat de ontwikkelingen in Tibet het steeds moeilijker maken om de activiteiten daar te blijven continueren.

In 2020 hoorde de DFLN dat Stichting Rigdzin Covid-noodhulp verstrekke aan de meest behoeftigen, die getroffen werden door de gevolgen van de lockdown in India. Zij werden voorzien van voedsel, extra zorg of medicatie. In het kader van de noodhulp konden wij ook een projectvoorstel indienen. Wij zijn zeer verheugd dat twee projecten van de DFLN een bijdrage van Stichting Rigdzin mochten ontvangen, totaal drieduizend euro. Onze nonnen zijn er zeer blij mee!

De LNA-amchi's helpen de Ladakhi maatschappij met hun medische kliniek in Leh en hun langdurige gezondheidsproject. In 2020 moest de LNA zaden en medicinale kruiden kopen voor het maken van de Tibetaanse medicijnen. Door corona konden ze deze kruiden niet in de bergen gaan zoeken. Het bouwen van een kas om in de toekomst zelf een deel van de benodigde kruiden te verbouwen, en ook eigen groente, wordt met deze bijdrage enorm gesteund.

De Gephel-nonnen hadden in hun klooster te maken met zieke nonnen en jonge meisjes. De behandeling en dure medicijnen konden bekostigd worden met de extra bijdrage. Ook wordt er voorlichting gegeven over ziektepreventie.

Namens al onze donateurs en de nonnen willen we Stichting Rigdzin heel hartelijk bedanken!

Myra de Rooy



Het afgelopen jaar was door de coronacrisis voor onze stichting anders dan alle voorgaande jaren. Ons jaarlijkse Ladakh-festival kon geen doorgang vinden, de bestuursleden die naar Ladakh zouden reizen, moesten daarvan afzien en we konden niet bij elkaar komen om te vergaderen. Maar we hebben online regelmatig contact gehouden en er was ook contact met onze kloosters.

Gelukkig zijn de meeste van onze sponsoren in staat geweest om hun jaarlijkse bijdrage aan ons over te maken. Wij kregen het verheugende nieuws dat er weer een bedrag kon worden gestort vanuit Dongyu Gatsal Ling Initiatives in de Verenigde Staten. Deze steun komt voort uit een aantal jaar geleden opgenomen film in het Chullichan- en het Nyerma-klooster. Dit geld komt dan ook volledig ten goede aan deze twee kloosters. Daarnaast verwelkomen we vier nieuwe sponsoren en een van onze sponsoren ging nog een tweede non steunen. Ook hebben we € 3.000 ontvangen van Stichting Rigdzin.

Bijzonder is dat onze trouwe sponsor en zeer gulle gever Giselle een extra bedrag voor het klooster van Nyerma beschikbaar heeft gesteld om de inkomstenderving op te vangen van het Guesthouse, dat natuurlijk dit jaar door corona geen gasten kon ontvangen. Daarbovenop ondersteunt zij nu acht nonnen in het Gephel-klooster! We zijn ook verheugd dat een kleine stichting haar steun aan negen nonnen in het klooster van de LNA in 2020 heeft voortgezet.

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. Graag zouden we bij de overmaking wat meer gegevens van de gulle gever willen zien, want dat ontbreekt nog wel eens, zodat wij diegene kunnen bedanken.

Van onze penningmeester



Extra donaties die bij ons binnenkomen, gebruiken we bijvoorbeeld als een non opeens geen sponsor meer heeft, terwijl wij als stichting wel het geld al hadden voorgesloten voor die bepaalde non. We vragen als stichting nooit het voorgesloten geld terug van de kloosters.

Lang hadden we een mooi gevulde algemene pot voor extra projecten en onvoorziene uitgaven van de kloosters. Elk festival zorgde, naast ons doel van verdere kennisgeving met de cultuur en het leven van de nonnen in Ladakh voor inkomsten. Helaas konden we geen festival houden in 2020. Dit scheelt meteen zo'n tweeduizend euro aan misgelopen inkomsten - geen verkoop van aan Ladakh gerelateerde spullen, geen verloting, geen hapjes, geen entreegelden.

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 gaat. Als u benieuwd bent naar de financiën van de DFLN, dan kunt u een kijkje nemen op de site, daar staan de financiële jaarverslagen.

Wanneer u wilt beginnen met sponsoring van een non, of ons al sponsort, dan 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 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 onze voorkeur uit voor een jaarlijkse betaling voor het jaar erop 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 een optie. 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