

NIEUWSBRIEF 2022

DUTCH FOUNDATION FOR LADAKHI NUNS



IN DIT NUMMER o.a.:

*** Nieuwe Sponsorcoördinator**

*** Ontwikkelingen in de kloosters**

*** Dalai Lama in Ladakh**

*** Eindelijk weer Ladakh Festival**

Van het bestuur

Wat was het fijn dat we in 2022 als bestuur van de Dutch Foundation for Ladakhi Nuns (DFLN) niet alleen meer via het computerscherm hoefden te vergaderen. Nog fijner was het dat enkele bestuursleden – net zoals voor corona - in de zomermaanden op eigen kosten naar Ladakh konden reizen. Aniek en Myra kregen een warm welkom in de drie nonnenkloosters, waar wij met hulp van onze sponsors en donateurs het onderwijs van nonnen en meisjes steunen. Het was mooi om te zien hoe het iedereen vergaat en te ervaren welke hulp de nonnen daarbij nog kunnen gebruiken.

Volgend jaar is het twintig jaar geleden dat Marlies Bosch de DFLN oprichtte, om de vaak achtergestelde situatie van de nonnen in Ladakh te verbeteren. Het doel van onze stichting is uiteindelijk om overbodig te worden. De kloosters zijn zeker op weg naar zelfstandigheid, maar eeuwenlange achterstand poets je niet direct weg. We zien wel dat de nonnen steeds zichtbaarder worden in de maatschappij en daar ook menig steentje aan bijdragen. Zeker in de coronatijd hebben de nonnenkloosters een waardevolle bijdrage geleverd aan het welzijn van de Ladakhi, zoals onder andere medische steun door de amchi's (Tibetaanse artsen) van de Ladakh Nuns Association of puja's (gebedsdiensten) voor zieken of overledenen. De nonnen hielden ook extra puja's voor onze sponsors en alle levende wezens.

Colofon

Bestuur:

Myra de Rooy, voorzitter

Saskia Terschuur, penningmeester

Birgit Wezelenburg, secretaris

Joan Moonen, sponsorcoördinator

Marlies Bosch, PR & Vormgeving

Aniek Jaartsveld, vrijwilligerscoördinator

Ingrid Foeken, algemeen bestuurslid

Vaste vrijwilliger:

Ellen Poelen

Redactie:

Myra de Rooy, Marlies Bosch, Saskia Terschuur

Correspondentie adres:

Dutch Foundation for Ladakhi Nuns

Bangkokdreef 207, 3564 SM Utrecht

www.ladakhnuns.com

dfln.ladakhnuns@gmail.com

Het was een feestje dat we weer ons jaarlijkse Ladakh Festival konden houden. Het is een mooie manier om ons werk te tonen en een inkijk te geven in de leefwereld van de nonnen. Daarnaast is het fantastisch dat de meeste donateurs de sponsering van 'hun non' ook in 2022 hebben voortgezet en nieuwe sponsors zich aan-dienden.

Het blijft bijzonder hoe we er vanuit Nederland met een groeiende groep betrokkenen aan kunnen bijdragen dat de nonnen zich verder ontwikkelen, zodat zij een gedegen start in hun leven krijgen of in een beschermde omgeving van hun oude dag kunnen genieten. Zonder u is dat niet mogelijk! Daarom bedanken wij als 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 van harte dat iedereen deze steun wil continueren.

Binnen ons bestuur heeft er een wisseling van de wacht plaats gevonden. Ingrid Foeken heeft haar taak als sponsorcoördinator na bijna tien jaar overgegeven aan Joan Moonen. Hoewel Joan geen vreemde voor de DFLN is, stelt zij zich in deze nieuwsbrief aan u voor. En Ingrid blijft algemeen bestuurslid.

Onze webmaster, Els Smulders, die vanaf het begin onze website bijhield, nam onlangs afscheid. Wij danken haar hartelijk voor haar tomeloze inzet van 18 jaar! Via de nieuwsbrief 2022 laten wij u verder zien wat er in het afgelopen jaar met uw bijdrage in Ladakh is gebeurd. Daarnaast wensen wij iedereen fijne feestdagen en vooral een gezond en voorspoedig 2023.

v.l.n.r. Joan, Ingrid, Myra, Aniek, Birgit, Saskia en Marlies



Eindelijk weer een Ladakh Festival

We zijn blij dat het weer mogelijk was om na twee stille coronajaren ons jaarlijkse Ladakh Festival te organiseren! Een grote groep donateurs beaamde dat. Bovendien verwelkomden we 16 oktober nieuwe mensen, die nog niet eerder met het werk van de DFLN hadden kennisgemaakt. Dit jaar konden we terecht op een centrale plek in het land, de Cultuurhoek in Driebergen. Moeilijk is het altijd om een geschikte locatie te vinden. Wanneer iemand een goede plek weet voor volgend jaar, laat het ons dan alvast weten.

We hebben altijd meerdere doelen met een festival, zoals de band met onze sponsors vergroten en nieuwe sponsors werven. Daarnaast tonen we wat wij voor de nonnen in Ladakh doen en verzamelen we geld om dat te verwezenlijken. Bovenal willen we deze dag zoveel mogelijk mensen een kleurrijk en informatief beeld geven van de bijzondere leefwereld van 'onze nonnen'. En aan de reacties te horen, is dat gelukt.



Al maanden van tevoren gaan de bestuursleden brainstormen om een locatie te vinden, taken zoals PR en taartenbakken te verdelen en natuurlijk om een programma te bedenken. Dat laatste was dit jaar niet moeilijk, want het onderwerp ligt wereldwijd op ieders lippen. Het hoofdthema werd 'Vuur en IJs, klimaatverandering in de Himalaya', een probleem dat ook onze nonnen treft.



Bij de ingang werd iedereen verwelkomd met een setje gebedsvlaggen als alternatief toegangskaartje. In de vestibule liep de route naar de grote zaal langs de verkoopstands, waar Tibetaanse en Ladakhi artikelen - zoals thanka's, sieraden, boeddhabeelden, boeken en films - voor het goede doel werden verkocht. Ook stonden de hapjes al klaar. In de pauze en tijdens de lunch vonden naast drankjes de zelfgemaakte soepen, quiches, salades, broodjes en andere lekkernijen gretig aftrek.



Via een enthousiaste videoboodschap gaf onze beschermvrouw Erica Terpstra de aftrap, waarna DFLN-oprichtster en bestuurslid Marlies Bosch en vrijwilligerscoördinator Aniek Jaarsveld een helder beeld gaven van de ontwikkelingen in onze drie nonnenkloosters, zie elders in de nieuwsbrief voor details over de kloosters.

Marlies stelde ook Joan Moonen voor die de taak van sponsorcoördinator in 2022 van Ingrid Foeken overnam. Joan is al lang bij het werk van de DFLN betrokken. In de pauzes kwamen sponsors met haar kennismaken en bovendien meldden zich drie nieuwe sponsors bij haar aan.

Eindelijk weer een Ladakh Festival



Voorzitter Myra de Rooy illustreerde in een powerpoint presentatie de situatie in Ladakh door klimaatveranderingen. Omdat Myra al zo'n 30 jaar in Ladakh komt, kon ze de verschillen schetsen. Nergens krimpen de gletsjers zo snel, er is steeds vaker waterschaarste, maar ook komen er tijdens wolkbreuken aardverschuivingen voor. Ze sprak over mogelijke aanpassingen en wat de bevolking, zoals onze nonnen, zelf kan doen.

Hierna volgde de indrukwekkende en vaak humoristische film 'Sowers of Joy', van Caroline Riegel, over een nonnenklooster in Zanskar. De nonnen, met een gul hart en aanstekelijke vreugde, hebben weinig onderwijs genoten en hebben hun berggebied nooit verlaten. Samen met de filmmaakster, die hen al jaren steunt, dromen ze om op ontdekkingsreis te gaan in India. De film gaat over de verwezenlijking van deze droom en toont een confrontatie tussen een leven van extreem isolement en onze moderne wereld. Het gaf ook een goed inzicht hoe onze eigen nonnen leven.



Dorien Quik van Stichting Boddhisatva nam ons in haar boeiende lezing mee naar de kern van het boeddhisme. Ze legde op een toegankelijke manier uit hoe boeddhisme een levensfilosofie is, waarbij het gaat om de bewustwording van het innerlijke geluk dat zich van nature in ieder individu bevindt. Meditatie is onderdeel van deze filosofie en met enkele meditatieve oefeningen illustreerde ze dat.

Onze secretaris Birgit Wezelenburg verleidde veel aanwezigen om loten te kopen en leidde de lootjestrekking. De gelukkigen konden kiezen uit prijzen uit de Himalaya-regio.



Saskia Terschuur, onze penningmeester, was de hekken-sluiter van de dag met haar hatha yogaworkshop. Na een vol programma konden liefhebbers bij haar weer met de voeten op de grond landen en met een helder hoofd naar huis gaan.

Voor het bestuur en de vrijwilligers was het een lange dag. Normaal richten we de avond voorafgaand aan het festival de ruimtes in, zoals de tafels met verkoopspullen, de geluidsinstallatie voor films en presentaties en stoelen klaarzetten. Deze keer konden we pas twee uur voor de start beginnen met de opbouw. Na afloop moest alles nog opgeruimd worden. Met een voldaan gevoel aten we de laatste hapjes op en dronken een glaasje fris om te toosten op een geslaagde dag, met zowel een goede opkomst als een mooie opbrengst voor de Ladakhi nonnen; zeker niet in de laatste plaats dankzij de enthousiaste inzet van onze vrijwilligers.

Ingrid Foeken & Myra de Rooy



Ontwikkelingen in Nyerma



Tijdens de coronajaren zijn er in Nyerma veel voorzieningen gerealiseerd ter verbetering van de leefbaarheid van de oude nonnen. De overheid verstrekt subsidies en abdes Dechen maakte daar dankbaar gebruik van. Zo werd er een glazen serre gebouwd, waar de nonnen heerlijk warm kunnen zitten in de ijskoude winters. In Ladakh schijnt ook in die periode de zon volop en overdag is de temperatuur aangenaam achter glas. Afgelopen zomer werd er een nieuwe badkamer gebouwd, met speciaal glas en een zwarte muur met gaten die zonnewarmte vasthoudt, (zie foto rechts) waardoor de badkamer in de wintermaanden te gebruiken is.

Een andere aanwinst is de nieuwe elektrische waterpomp. Deze pomp bedient een systeem van leidingen over het hele terrein: zowel het klooster, Homestay The Tara's en de groentetuin kunnen van water worden voorzien. Om duidelijk te maken hoeveel gemak dit oplevert: in de eerste jaren van het klooster en het guesthouse was er slechts één handpomp voor het hele kloosterterrein.



Geen van de nonnen in Nyerma liep corona op. Ze zijn in een vroeg stadium gevaccineerd en hielden zich strikt aan de quarantaineregels. Wel zijn er in de afgelopen jaren een aantal oude nonnen overleden vanwege aandoeningen gerelateerd aan hun ouderdom. Van de achttien nonnen die oorspronkelijk in Nyerma woonden, zijn er nog elf in leven.



In mei vierde Thiksey Rinpoche zijn 80ste verjaardag. Dat werd groots gevierd in het Thiksey klooster met duizenden gasten. Kort daarvoor werd in Nyerma een grote puja gehouden ter ere van deze bijzondere dag. Maar liefst 122 nonnen uit de omgeving kwamen samen voor gebed. Buren en familie zorgden traditiegetrouw voor een heerlijke maaltijd na afloop van deze bijeenkomst. In de zomer werd de verjaardag van de Rinpoche nog eens gevierd in het klooster van Diskit, in de Nubravallei, dat ook geleid wordt door Rinpoche.

Thiksey Rinpoche is behalve religieus leider ook maatschappelijk betrokken. Afgelopen jaren heeft hij dicht bij het Thiksey klooster een bibliotheek en een studiecentrum gebouwd. Beide worden intensief gebruikt door jongeren.



Ontwikkelingen in Nyerma

In 2019 was Karma Lekshe Tsomo, een Tibetaans Boeddhistische non uit de VS, op bezoek in Nyerma en zij zag dat deze plek veel mogelijkheden biedt om een grote groep nonnen te herbergen en er lessen te geven. De jaren erna strooide corona roet in het eten, maar deze zomer kon de eerder geplande training alsnog plaatsvinden. In de hele maand augustus waren nonnen uit Zanskar, Spiti en Ladakh in Nyerma bijeen voor het English Training Program. Samen met Sonam, een non van de LNA, organiseerde Dechen de bijeenkomst. De door Karma Lekshe Tsomo opgerichte Jamyang Foundation stelde geld beschikbaar voor eten, onderwijsmiddelen en een laptop voor ieder deelnemend klooster. De lessen werden gegeven door drie enthousiaste jonge Indiase vrijwilligers. De sfeer was vrolijk en ontspannen. De twintig deelnemende nonnen genoten van het onderwijs, het samenzijn en het uitwisselen van ervaringen. Niet alle uitgenodigde nonnen waren in staat om te komen omdat ze hun werkzaamheden niet in de steek konden laten. De nadruk van het trainingsprogramma lag op het leren omgaan met de laptop en het oefenen van de Engelse taal.



Ondanks dat het toerisme uit Europa, na de coronaperiode, langzaam op gang kwam, werden vrijwilligers Rikki en Sujini toch verrast door redelijk wat Europese gasten en we ontvangen steeds vaker Indiase gasten. Zo zijn de inkomsten voor de nonnen dit jaar toch hoger dan verwacht. Volgend jaar hopen we weer op een zomer met veel gasten, zoals in de jaren voor covid.

Aniek Jaartsveld



Bibliotheek en studiecentrum in Thiksey

Ons nonnenklooster in Nyerma valt onder het nabijgelegen Thiksey-klooster. Onder Thiksey is een grote bibliotheek gebouwd ten behoeve van nonnen, monniken, studenten en iedereen die interesse heeft in religieuze boeddhistische teksten, studieboeken over boeddhisme en boeken over Ladakh. Een deel van de publicaties is in de Engelse taal beschikbaar. Er zijn ook studieplekken en er is een computerruimte ingericht. Van deze faciliteiten wordt dankbaar gebruik gemaakt. Afgelopen zomer waren veel studenten zich aan het voorbereiden voor toelatingsexamens of examens die tot een baan moeten leiden. Zowel de bibliotheek als het studiecentrum hebben centrale verwarming. In Ladakh komt dit zelden voor.

In juli 2018 vond de ceremonie plaats om de grond voor de bouw in te wijden. Deze ceremonie werd geleid door de Dalai Lama. In 2020 werd de bibliotheek ingericht en in gebruik genomen. Dechen, de abdis van het klooster in Nyerma, hielp mee met het ordenen van de religieuze boeken.

De officiële inwijding moest vanwege de coronapandemie twee jaar worden uitgesteld. Afgelopen juli heeft de Dalai Lama tijdens zijn verblijf in Ladakh de bibliotheek en het studiecentrum ingewijd.

Het studiecentrum geeft in de winter, als de scholen in Ladakh vanwege de kou gesloten zijn, gratis cursussen voor studenten. Benadrukt wordt dat jongeren van alle religieuze gezindtes welkom zijn. De cursus duurt zes weken en draait om sociaal, ethisch en spiritueel onderwijs. Voor geïnteresseerden is er ook onderricht in het boeddhisme. De cursus is zo populair dat er een wachtlijst is. Ook buiten de cursus om kunnen de faciliteiten, waaronder een hostel, worden gebruikt. En natuurlijk zijn de nonnen altijd welkom.

Ontwikkelingen in Nyerma



Vrijwilligers Sujini en Rikki



Overnachten bij de nonnen

U bent welkom in het gastenverblijf, 'Homestay the Tara's', bij het door de DFLN gebouwde nonnenklooster in Nyerma, vlak bij het klooster in Thiksey. De plek is adembenemend mooi, met uitzicht op sneeuwtoppen. U kunt genieten van de rust van deze plek, waar tien eeuwen geleden het eerste klooster van Ladakh werd gebouwd. De ruïnes daarvan en de eeuwenoude stupa's staan rondom het klooster.

Het is een ideaal guesthouse voor mensen die tot rust willen komen, willen mediteren en iets willen meemaken van het leven van de nonnen.

We hebben 6 tweepersonskamers met zachte bedden en een eigen badkamer met een wc, douche en wastafel.

Kamer boeken?

U kunt een kamer boeken via de website: [Homestay the Tara's](#).

Prijzen

Logies met ontbijt en diner: 1500 Rupees per persoon, per dag. 2500 Rupees voor twee personen per dag. Lunch is mogelijk voor plm. 200 Rupees extra. Deze homestay is een deel van de inkomensbron voor het levensonderhoud van de oude nonnen die in het nabijgelegen klooster wonen.



LNA in beeld

De **Ladakh Nuns Association (LNA)** is de grootste en oudste van de drie nonnenkloosters die we steunen. In 2022 vonden er weer veel activiteiten in én buiten het klooster plaats. De nonnen zijn niet alleen in de vertrouwde kloosteromgeving bezig met het vergaren van kennis en inzichten over de boeddhistische leer en met regulier onderwijs, maar ze passen het ook toe in de maatschappij - bijvoorbeeld door het verstrekken van medische zorg, dharma-onderwijs voor leken, of puja's bij ziekte en dood. Nuchter, praktisch en liefdevol staan ze met 'beide voeten op de grond en het hoofd in de hemel'. Ze zijn een voorbeeld van het toepassen van compassie en mededogen in het dagelijks leven. Maatschappelijk geëngageerd boeddhisme, zoals ze het zelf noemen. We geven hier graag een fotocompilatie van.



Workshop tegen geweld maart 2022

Conferentie over Ladakhi Cultuur maart 2022



Inwijding nieuwe nonnen maart 2022



LNA in beeld



Wheel of Dharma juli 2022



Picknick september 2022

LNA in beeld



Happy teacher Day september 2022



Happy Children Day november 2022



Uitstapje naar Shey november 2022



Puja november 2022

LNA-project Sabuthang

In onze vorige nieuwsbrief vertelden we dat de door amchi Tsering Palmo opgerichte LNA bezig is met een omvangrijk bouwproject onder de naam Ladakh Nuns Institute for Education & Research. Het doel van het onderwijsinstituut is om het curriculum voor nonnen in Ladakh uit te breiden en een geïntegreerd opleidingsprogramma te ontwikkelen, met zowel boeddhistische als seculiere studies, waarbij 'life skills' en praktische ervaring worden opgedaan om de boeddhistische principes toe te kunnen passen op sociale problemen in Ladakh. Het terrein van het toekomstige instituut bij Sabuthang is enorm, wel 7,5 hectare. Het ligt op 7 km afstand van de hoofdstad Leh met uitzicht op de bergen. Na voltooiing zal het complex uit meerdere deelprojecten bestaan. Het hostel voor nonnen krijgt een capaciteit van tweehonderd nonnen. In een groot gebouw, waar nu aan gewerkt wordt, komt een ruimte voor de productie van Tibetaanse kruidenmedicijnen, een gezondheidskliniek met een apotheek en een miniziekenhuis voor zowel lokale mensen als nonnen. In hetzelfde gebouw is er plaats voor waterbehandelingen, daar is al ervaring mee opgedaan en het werkt goed bij chronische ziektes, terminale patiënten en ouderen. En er komt een hospice. Elders op het terrein komen in de toekomst een school met klaslokalen, een bibliotheek, een openbare ruimte voor vergaderingen en onderricht, een administratief gebouw en een retraitecentrum te staan. Het is prachtig om dit te horen en er over te lezen, maar wat is er mooier dan om in de praktijk te zien hoe dit inspirerende plan wordt verwezenlijkt. Amchi Palmo leidt mij rond. Ze ontvangt me in het gebouw dat al in gebruik is en waar de lokale bevolking retraites, meditatie, onderricht en workshops volgt onder leiding van nonnen of een geshe. Er is aandacht voor de geestelijke gesteldheid en dat beïnvloedt de lichamelijke gezondheid. Het programma trekt vooral lekenvrouwen.



LNA-project Sabuthang

Dan gaan wij het terrein op om naar de voortgang van de bouwactiviteiten kijken. Eerst passeren we twee prachtige stupa's. Dit zijn relikwieschrijnen waar je normaal gesproken slechts omheen kan lopen, maar Palmo heeft iets uitzonderlijks laten bouwen. Via een metalen trap kunnen we er in eentje naar binnen. Deze stupa is hol en waar ik maar kijk, staan overal langs de wanden goudkleurige tsa tsa's opgesteld, het moeten er duizenden zijn. Wanneer ik omhoogkijk, zie ik kleurige traditionele fresco's aangebracht. Wie denkt 'zijn die stupa's nu echt iets om mee te beginnen?'; krijgt van Palmo direct het antwoord. 'Natuurlijk. Ze zijn gebouwd om het terrein te zuiveren.'



Dr. Palmo kijkt naar de tsa tsa's aan de wand die de nonnen maakten.



Er wordt hard gewerkt aan de begane grond van het gebouw waar o.a. de apotheek en de medicijnproductie moeten komen. Het is er nu vooral stoffig. De ruimtes zullen in de toekomst aan hoge hygiënische eisen moeten voldoen. Het is belangrijk dat er bij de productie geen vervuiling optreedt en dat de medicijnen aan de juiste standaarden voldoen. Tijdens de bouwwerkzaamheden zie ik iets wat ik liever niet zou zien. Dit voldoet niet aan Nederlandse bouwvoorschriften, want de houten stutbalken voor het plafond zien er in mijn ogen wat gammel uit. Maar dit is India. En het eindresultaat is wél degelijk. Met een bouwtekening in de hand wijst Palmo aan in welke kamers wat gaat komen.

Ik heb bewondering voor Palmo, die aan zoiets gigantisch begint. Ze is een dappere visionair met doorzettingsvermogen. Het centrum voor body en mind leeft en heeft duidelijk nu al een plek veroverd in de maatschappij. Hier wordt iets geboden waar vraag naar is en dat gaat naarmate de bouw vordert alleen maar groeien. Het maakt de nonnen bovendien zichtbaar. In het eerste pand, dat er al staat, worden bijeenkomsten gehouden, waar aandacht is voor meditatie, traumaverwerking en kennis over het boeddhisme. De leiderschaps- en gemeenschapstrainingen zijn voor nonnen en leken. Het is zowel een leer- als praktisch centrum, nu nog vooral voor ouderen, als voorbereiding op de dood, maar als er meer van de bouwplannen verwezenlijkt zijn ook voor jongeren.

Ruim een maand later leidt Palmo mij nogmaals rond en wat is er al weer veel bijgekomen! Er is een extra verdieping en Palmo laat zien waar de artsen patiënten gaan ontvangen, de wacht- en ontvangstruimte, een zaaltje waar bedden komen, enzovoorts.

Rond het complex zijn bomen geplant, waaronder appel en abrikoos. In de toekomst gaan er medicinale kruiden geteeld worden, zodat die niet, of minder, in de bergen verzameld hoeven te worden. Er staat een groentekas naast de waterput, die o.a. met een bijdrage van de inmiddels opgeheven Stichting Rigdzin is verwezenlijkt. De waterleiding zorgt voor drinkwater en voor bevoeiing.

Er is nog meer geld nodig voor deze omvangrijke onderneming en alle bijdragen zijn welkom. Ik heb gezien dat dit project bij Palmo en haar nonnen in goede handen is.

Myra de Rooy

Ontwikkelingen Gephelklooster

In Basgo zijn de nonnen de Covidjaren goed doorgekomen. Niemand is ziek geworden omdat de quarantaine-regels strikt werden opgevolgd. De lekenmeisjes van het nonnenklooster gingen in deze periode naar hun ouders en ze zijn nu weer terug in Basgo.

In de afgelopen periode zijn er vijf nieuwe meisjes uit Zanskar komen wonen in Basgo. De meeste ouders hebben de wens dat hun dochter non wordt. Deze jonge meisjes leven als non in de Gephel-kloostergemeenschap. Het is echter aan de meisjes zelf om op latere leeftijd te beslissen of ze non willen blijven.

Jaren geleden zijn drie Gephelnonnen gestopt met hun studie om de zorg en het onderwijs voor jonge nonnen op zich te nemen. Dat doen ze met veel toewijding. De jonge meisjes voelen zich er zichtbaar op hun gemak. Ze zijn vrolijk en voelen zich vrij.

Tijdens mijn bezoek laten ze enthousiast horen welke liedjes ze kennen en luid en duidelijk klinkt het alfabet in het Engels. De lekenmeisjes, die in het klooster worden opgevangen, gaan naar de reguliere school in Basgo.

De Belgische Sara Geyskens van de universiteit van Leuven doet onderzoek naar het leven van nonnen in Ladakh vroeger en nu. Haar focus is het klooster in Basgo. Sara heeft namens de Gephelnonnen een aanvraag voor subsidie gedaan bij de Khyentse Foundation in de VS. Een bedrag van \$ 6000 is toegekend. Dit geld is erg welkom en kan worden gebruikt voor een extra leerkracht of leermiddelen.

John Hunt uit Groot Brittannië heeft met zijn Lotus Trust de Gephelnonnen vanaf het begin gesteund met het bouwen van het klooster, het schooltje en de tempel. Dankzij de Lotus Trust, is tot grote vreugde van de nonnen, na jarenlang tobben met de watertoevoer, eindelijk een goed functionerend waterleidingsysteem aangelegd. Studenten van de Winchester Universiteit hebben geld ingezameld en deze zomer meegewerkt aan het aanleggen van het systeem.

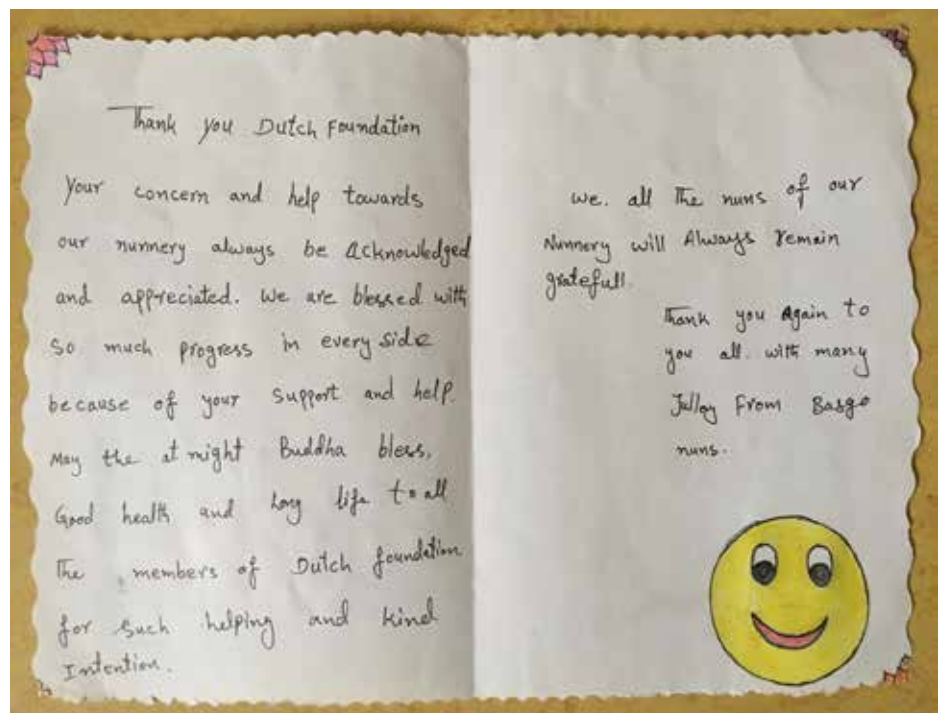
Onlangs werd een bijzondere ontdekking gedaan: niet alleen het klooster in Nyerma staat op historisch belangrijk terrein, ook het klooster in Basgo staat dicht bij overblijfselen van muren en stupa's die zo'n 2000 jaar oud zijn en worden toegeschreven aan Rinchen Zangpo een belangrijke vertaler van Boeddhistische teksten van het Sanskriet naar het Tibetaans.



Net als in de andere kloosters kan bij de nonnen in Basgo een verzoek worden gedaan om een puja te doen voor vrienden of familie die ziek zijn of een moeilijke periode doormaken. Via DFLN kunt u zo'n verzoek voor gebed doen.

Aniek Jaartsveld

Ontwikkelingen Gephelklooster



10 jaar Sponsorcoördinator 2012-2022

Net 65 geworden, reisde ik in de zomer van 2012 naar Ladakh en zocht na enkele dagen wat vrouwvriendelijkheid. Zo kwam ik het Nyerma-nonnenklooster op het spoor, waar Aniek Jaartsveld mij hartelijk ontving. Door toeval ontmoette ik Marlies Bosch en we bleken elkaar te kennen vanuit onze deelname aan een documentaire over vrouwenhulpverlening. Na een bijzondere week samen reizen door de hooglanden, bleek de klik wederzijds.

Marlies had als oprichter en bestuurslid van de DFLN te veel taken en vroeg me ter ondersteuning om het sponsorcoördinatorschap op me te nemen. Zo begon mijn taak en mocht ik eerst wat onvolkomenheden in de administratie opruimen. Een gevaar wat altijd om de hoek bleef kijken: waren de (email)adressen en telefoonnummers van de sponsors nog up to date. Had iedereen haar of zijn jaarlijkse sponsorbedrag overgemaakt en wat was er nodig om hen door te laten gaan met het sponsoren van 'hun non'? Hoe konden we ons sponsorbestand uitbreiden? Want de sponsorvraag vanuit onze drie nonnenkloosters nam elk jaar toe. Binnen mijn bekenden en vriendinnenkring maakte ik sommigen enthousiast en zo breidde de sponsorgroep zich al snel uit. Elk jaar kwamen er nieuwe aanvragen binnen, terwijl we in ons beleid hadden vastgesteld dat we willen bijdragen aan (financiële) zelfredzaamheid. Dit doel blijkt vooralsnog moeilijk.



Mijn contact met de sponsors moest nog opgebouwd worden. Nieuwe, mij niet bekende, sponsors schreef ik persoonlijk aan of ik belde op - vooral om haar of zijn motieven te weten voor de sponsoring.

Met zorg zocht ik dan een meisje of jonge non uit die ik geschikt vond. Een enkele sponsor had zelf een meisje op het oog, waar ze haar hart aan verpand had. De meeste sponsors hadden Ladakh bezocht en waren

daar onder indruk geraakt van het DFLN-werk. Het belastingvoordeel van nonnen steunen via de DFLN, boven zelf geld overmaken, speelde daarnaast soms een rol.



In 2013 bezocht ik met Marlies alle drie de kloosters en maakte kennis met hun abdisen. We werden gevraagd om trainingen te geven aan hun nonnen, eerst op het gebied van empowerment, stresshantering, en seksualiteit. Als bestuurslid kreeg ik meteen het vertrouwen van de kloosterleiding. Zo werden ons de problemen voorgelegd van seksueel grensoverschrijdend contact en hoe de nonnen daarop voorbereid en begeleid konden worden. Dit alles binnen de grenzen van de gezagsverhoudingen in Ladakh, die wij ook wilden respecteren. In de voorgesprekken werd al snel duidelijk, dat de abdisen zelf weinig ervaring en kennis hadden hoe ze meisjes met problemen op dit gebied konden bijstaan. Daarom stelden we voor om naast de trainingen voor de nonnen, een workshop voor alleen leidinggevende nonnen te organiseren. Dit werd een succes. Tijdens deze training spraken de abdisen voor het eerst met elkaar over dergelijke, herkenbare problemen. Zelfs het taboethema van zwangerschapsonderbreking onder bepaalde voorwaarden bleek de ogen te openen en deed wat vooroordelen wegnemen.

De meest behoudende abdis vertelde mij later dat ze na onze workshop haar hele klooster bij elkaar had geroepen om al onze informatie met de nonnen te delen. Ik vond het een voorrecht om deze trainingen te mogen geven, door het vertrouwen wat er in mij gesteld werd, zowel door mijn werkachtergrond als door het feit dat ik bestuurslid was van de DFLN. Ik was onder de indruk van de leergierigheid en openheid van de deelnemende nonnen.

10 jaar Sponsorcoördinator 2012-2022

Als vrijwilligster werkte ik soms in de zomer in het guesthouse van Nyerma. Worstelend met slechts twee gastoestelletjes moeten koken voor soms wel vijftien mensen vond ik een uitdaging. Ook boodschappen doen in Leh met de bus en soms gevaarlijk rijdende chauffeurs waren niet meteen mijn favoriete tochtjes.

In de zomer van 2016 bleek de opwinding groot toen de Dalai Lama het klooster in Nyerma zou bezoeken. De voorbereiding was fors en het lawaai van de aanleg van een geasfalteerde weg soms niet te harden in deze anders zo serene omgeving. Tussen het runnen van het guesthouse door fotografeerde ik de vorderingen van de wegaanleg en de grote aantallen nonnen die van heinde en verre kwamen logeren. Ik was opgelucht toen alles goed was verlopen. Het was leuk om de blijdschap van de nonnen en de plaatselijke bevolking te zien, maar ook dat de Dalai Lama een stroopwafel uit alle lekkernijen koos en de aanwezige DFLN-bestuursleden vriendelijk toeknikte. Hij wist dat de stroopwafels van ons kwamen én dat met geld van onze donateurs het klooster voor oude nonnen was gebouwd. Hij drukte de bewoonders op het hart om veel te bewegen, rond het klooster te werken zoals in de groentetuin en om gezond te eten naast alle meditaties.

Tijdens de bezoeken aan de drie nonnenkloosters maakten we altijd een serie nieuwe foto's van 'onze nonnen' om door te sturen naar de sponsoren. We gaven kleine cadeautjes en werden overal enthousiast onthaald. Bijzonder aan mijn Ladakh-reizen waren mijn prachtige trektochten, vaak alleen met een gids. Verrassend, qua hoogte voor mij uitdagend, soms boven de 5000 meter, en echt te gast bij Ladakhi in hun eenvoudige huizen met behoorlijk harde bedden maar hartverwarmende gastvrijheid!

Zo vergingen voor mij in grote lijnen de tien jaar van mijn sponsorcoördinatorschap. De nauwe en prettige samenwerking met onze penningmeester Saskia Terschuur was ook belangrijk om mijn taak te kunnen uitvoeren. Daarnaast genoot ik van de jaarlijkse festivals met de hectische voorbereidingen en de gezellige maaltijden tijdens de bestuursvergaderingen van de DFLN. Na tien jaar vond ik het goed om het estafettestokje over te dragen aan een jongere collega, Joan Moonen, die ook iets handiger is met de computer, terwijl ik zelf nog als algemeen bestuurslid een tijdje zal doorgaan.

Ingrid Foeken



Toos Meuwissen is een van onze trouwe donateurs. Zij schreef een lieve bedankbrief voor Ingrid, die we graag met u delen - maar wij op onze beurt willen Toos ook bedanken. Ze heeft in 2010 voor de DFLN vrijwilligerswerk gedaan in Ladakh, sponsort al jaren een non in Nyerma en zij stak bij het laatste festival haar handen uit de mouwen in de keuken en bij het opruimen. Bedankt Toos, dat wij ook op jou kunnen bouwen.

*Hallo lieve Ingrid,
Inderdaad is het zo dat een mens zo nu en dan van koers moet veranderen om ruimte te maken voor nieuwe ervaringen. Jij hebt in je functie als sponsorcoördinator in sociaal/maatschappelijk opzicht een mooie persoonlijke en zinvolle bijdrage geleverd aan het welzijn van alle betrokkenen van de DFLN en kan daarom met trots het stokje overdragen aan Joan. Ik kan me haar niet zo voor de geest halen maar waarschijnlijk heb ik haar toch een of meerdere keren ontmoet tijdens een van de festivals.
Wat fijn dat je met zoveel plezier en voldoening terugkijkt naar je taak en naar alle positieve elementen die bij de uitvoering van deze taak hoorden; voor mij was duidelijk zichtbaar dat jullie als bestuur werden gedreven door een gemeenschappelijk idealisme en net daardoor is jullie werk in de loop der jaren uitgegroeid tot een gigantisch succes.
Vanuit persoonlijk idealisme zal ik jullie werk blijven ondersteunen en met mij talloze andere sponsoren, zodat groei en ontwikkeling van de doelstellingen van de DFLN gecontinueerd en gegarandeerd blijven.
Ingrid wij zullen elkaar absoluut nog gaan ontmoeten op een van de komende festivals. Mag ik jou hartelijk danken voor je inzet en je alle goeds toewensen voor de toekomst.*

*Hartelijke groet uit Horn van
Toos Meuwissen*

Mijn naam is Joan Moonen. In het voorjaar van 2022 volgde ik Ingrid Foeken op als sponsorcoördinator. Ingrid heeft dit jarenlang met veel liefde gedaan. Voor haar was het tijd om haar bestuursfunctie aan iemand anders over te dragen. Graag wil me voorstellen en delen wat mijn beweegredenen zijn om me aan deze taak te wijden.

Voor mijn gevoel heb ik al een lange geschiedenis met de DFLN. In 2006 reisde ik voor de eerste keer naar Ladakh voor een sabbatical. Helemaal ingewijd en voorbereid met hulp van Marlies Bosch ging ik als vrijwilliger in een van de nonnenkloosters meehelpen. Ik had er zin in. Wat ik toen niet wist, is dat ik daarna nog vaak terug zou gaan.

Ik begon mijn vrijwilligerswerk bij de Ladakh Nuns Association en bouwde een band op met Amchi Palmo en haar zus Angmo, en met veel andere lieve nonnen. Ik werkte er samen met de nonnen en lokale vrouwen die er vaak kwamen. Later hielp ik ook een tijdje in het Nyerma-klooster waar de plannen voor Homestay The Tara's aan het ontspruiten waren.

Terug in Nederland werd ik vrijwilliger voor de DFLN. Ik zette me samen met mijn partner Seb in voor de verkoop van Ladakhi spullen tijdens het jaarlijkse Ladakh Festival. Zo bleef ik me verbonden voelen met de nonnen in Ladakh - iets wat ik graag wilde.

Bezoek aan het klooster in Basgo in 2017



Nieuwe sponsorcoördinator



Ook reisde ik meerdere keren met een groep vrienden naar Ladakh, waarbij ik altijd de kloosters bezocht waar de DFLN mee samenwerkt. Ik voel me er zeer welkom en ik waardeer de gastvrijheid van de nonnen. In Ladakh voel ik steeds de grote wens om meer meisjes en jonge vrouwen ontwikkelingskansen te geven.

De nonnenkloosters willen dat ook jonge meisjes uit afgelegen gebieden, zoals Zanskar, Nubra en Changtang kansen krijgen om zich te ontplooien. De meisjes en nonnen zoeken kansen om zich te ontwikkelen, meer in hun kracht te komen en zo hun rol in de samenleving te versterken. Dat vind ik een prachtig uitgangspunt. Ze zijn ook een voorbeeld voor anderen.

Toen ik een jaar geleden gevraagd werd om Ingrid te vervangen heb ik daar wel even over moeten nadenken. Ik realiseerde me dat het waarschijnlijk geen taak is waar ik een keer per kwartaal een uurtje voor ga zitten. Toch heb ik er ja tegen gezegd.

Ik draag de Ladakhi nonnen een warm hart toe, ik gun het de kloosters om kansen te creëren voor zoveel jonge meisjes en vrouwen. Hiermee zijn niet alleen de meisjes geholpen, maar ook het gezin waar ze uit komen en hun dorp. Er is een grote saamhorigheid in de gemeenschap. Het is fijn daaraan te kunnen bijdragen.

Joan Moonen

Sponsoractiviteiten 2022

Ingrid: 'Het jaar 2022 was voor mij - Ingrid - als sponsorcoördinator echt een overgangsjaar. Joan heeft deze mooie taak afgelopen voorjaar overgenomen. Aanvankelijk vroeg zij mij wel eens om even mee te denken over e-mails en de benadering van de nonnenkloosters. Soms schreef ik nog een brief, want ik wist uit ervaring hoe subtiel correspondentie moet zijn: achtergrondinformatie meenemend, tactvol, respectvol, meelevend met het nonnenleven in Ladakh of met de sponsoren én toch ook duidelijk durven zijn. Als nieuwe sponsorcoördinator zag Joan, net als toen ik het indertijd overnam, wat onvolkomenheden in mijn eerdere werk. Een nieuwe kijk is dan verfrissend. Vol vertrouwen merkte ik al snel dat ik mijn taak meer en meer aan haar over kon laten en zelf in een andere rol, als algemeen bestuurslid, verder kon gaan.'

Joan: 'Na een opstartperiode in het voorjaar kwam ik steeds beter in mijn nieuwe taak te zitten. In het begin was het zoeken, zicht krijgen op de werkwijze, de nonnen, hun gezichten en foto's leren herkennen. In een rood habijt met een kaal hoofd lijkt immers iedereen op elkaar. En niet te vergeten ál die namen. Soms zijn er in een klooster wel drie nonnen met dezelfde naam. Maar gelukkig was daar steeds Ingrid, die ik met vragen mocht bestoken.

Middels een schrijven hebben we alle sponsoren op de hoogte gebracht van de overgang naar een nieuwe sponsorcoördinator.



Hier kwamen mooie en begripvolle reacties op. Ook veel bedankjes voor Ingrid, voor haar inzet en kracht om te verbinden. Ik heb in 2022 veel contactmomenten gehad met alle drie de nonnenkloosters. Soms via de mail, maar via de app verloopt dit ook heel soepel. Dat is echt fantastisch. Dat ik de abdisen al kende van eerdere bezoeken aan Ladakh maakte het zeker makkelijker.

Vanuit enkele sponsoren is de wens geuit om wat meer contact te hebben met de non die ze steunen. Het is mogelijk om individueel contact te hebben, maar praktisch is dat soms wat lastiger. Niet alle nonnen hebben een mobiele telefoon of de nummers zijn niet bij ons bekend. Het is wel mogelijk om via de abdis van het klooster informatie te vragen. Het is misschien mogelijk om in de zomer van 2023 post mee te geven voor uw non in Ladakh.

In 2022 hebben zich zes nieuwe sponsoren aangemeld om een non te willen steunen. Daar zijn we zeer blij mee. Sommige sponsoren hadden het financieel even minder ruim, waardoor zij niet altijd het totale bedrag konden overmaken. Om persoonlijke redenen zijn ook enkele sponsoren gestopt.

Maar ook ontvingen we grotere bedragen van o.a. de Stichting Bodhisattva en J.W. Hijlkema Stichting, waarvoor we zeer dankbaar zijn, juist in deze tijd.

Op dit moment worden 66 nonnen en meisjes via de DFLN gesponsord. Drieëntwintig LNA-nonnen, waaronder ook jongvolwassenen die een vervolgstudie of beroepsopleiding volgen of nonnen die studeren voor Geshema (een graad in de boeddhistische filosofie). Vierendertig Gephel-nonnen, voornamelijk jongere nonnen die lager of middelbaar onderwijs volgen. Negen oudere Nyerma-nonnen.

Tijdens ons festival in Driebergen heb ik, als nieuwe sponsorcoördinator, een aantal sponsoren ontmoet en kennis kunnen maken. Dat was erg prettig. Ik krijg meer gezichten bij de namen die ik al op de formulieren had gezien. Toen bleek dat zich nog drie nieuwe sponsoren aanmeldden en bij mijn tafeltje kwamen staan, maakte dat me ook erg blij.'

Sponsoractiviteiten 2022

In Ladakh leven en wonen veel mensen in afgelegen regio's. Dit maakt het voor, met name armere, families uit deze gebieden moeilijk om voor hun kinderen goed onderwijs te vinden. Het is simpelweg niet voorhanden of beperkt aanwezig. Daarom zoeken ouders soms contact met onze nonnenkloosters zodat hun dochters gedegen onderwijs in een liefdevolle omgeving kunnen volgen - wat betere toekomstmogelijkheden biedt. Wij zoeken op onze beurt sponsoren voor deze meisjes. Dit jaar zijn er achttien jonge meisjes in de nonnenkloosters in Leh en Basgo komen wonen afkomstig uit de Zanskar-regio. Voor deze meisjes zoeken we nog sponsoren. U kunt het verschil maken in het leven van een meisje of non door hen de kansen te geven die ze verdienen. Met uw bijdrage helpt u bovendien direct het gezin en de gemeenschap waar ze bij hoort.

Mocht U iemand kennen die interesse heeft om iemand te sponsoren, dan hoop ik dat u onze stichting warm aanbeveelt. Een non sponsoren kan individueel, maar het kan ook verbindend werken als u dit doet met bijvoorbeeld uw gezin of vriendengroepje. Stuur de nieuwsbrief door en vraag vrienden of ze mee willen doen.

Tot slot een diepe buiging voor alle sponsoren die onze stichting steunen. Met uw hulp kunnen we deze meisjes en jonge nonnen echt helpen hun toekomst vorm te geven. Daar doen we het samen voor. Niemand kan iedereen helpen, maar iedereen kan wel iemand helpen op weg naar een betere toekomst.

Ingrid Foeken & Joan Moonen

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. Tegenwoordig 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.

Een algemene bijdrage voor een van de drie nonnenkloosters is natuurlijk altijd welkom.



Dalai Lama bezoekt Ladakh

Na de coronajaren kon de Dalai Lama in juli en augustus 2022 eindelijk zijn geliefde Ladakh weer bezoeken. De Ladakhi's voelden zich vereerd dat de eerste reis buiten zijn woonplaats Dharamsala naar hun regio ging. Het werd een warm onthaal, de hoofdstad Leh en de route naar zijn paleis in Choglamsar waren prachtig versierd. Rijen dik, op hun mooist gekleed en soms met tranen in de ogen, stonden de mensen langs de weg. Het gewone leven stond even stil. De geestelijk leider toonde monter en straalde zoals alleen hij dat kan. Zijn fysieke gezondheid maakte dat hij met lopen ondersteund moest worden. Zijn geest bleek echter even helder als voorheen en ook de passie en levendigheid waarmee hij onderricht gaf en nonnen, monniken, scholieren en gelovigen te woord stond, waren als vanouds.

De Dalai Lama gaf onderricht bij het Thiksey-klooster aan zo'n drieduizend studenten van boeddhistische, islamitische en christelijke scholen uit de omgeving van Leh. Natuurlijk waren naast monniken van Thiksey ook onze eigen Nyerma-nonnen aanwezig. De studenten hadden vragen voorbereid over actuele thema's. In zijn antwoorden ging de Dalai Lama in op het belang van humane waarden en interreligieuze harmonie. Dat had hij eerder al tijdens een bezoek aan Leh aan de belangrijkste boeddhistische tempel en aan de twee moskeeën (Suni en Shia) en de Moravische kerk uiteengezet.

'Wij moeten allemaal meer kijken naar de overeenkomsten tussen religies en de verschillende levenswijzen, dan dat we de verschillen uitvergroten,' was zijn boodschap. In Thiksey benadrukte hij het belang van de Tibetaanse cultuur en religie. Daarnaast hechte hij veel waarde aan de oude Indiase kennis en wijsheden. Meermaals uitte hij zijn bezorgdheid over de klimaatcrisis. 'De mensheid moet zorgvuldiger met de natuur omgaan.'

Ladakhi verwelkomen Dalai Lama



Traditiegetrouw gaf de Dalai Lama op het enorme veld in Choglamsar driedaags onderricht. Omdat het zijn eerste openbare lessen waren sinds corona, waren er mensen uit de gehele Himalaya-regio aanwezig, zoals Bhutan, Nepal, Sikkim en Spiti, maar ook uit de Tibetaanse enclaves en kloosters uit Zuid-India. Vanwege zijn leeftijd en kwetsbaarheid duurden de bijeenkomsten dit jaar korter in plaats van een hele dag. Het was bijzonder om het mee te maken. Duizenden stroomden van heinde en verre toe: te voet, met eigen auto, in overvolle bussen en in vrachtwagens met volle laadbak. Al voor zes uur 's morgens stroomde iedereen het veld op, voordat 'het spektakel' om half elf begon. Nonnen en monniken uit heel Ladakh, ook onze nonnen, hadden het privilege om vooraan te zitten. Buitenlanders kregen een plek waar ze via de mobiele telefoon in diverse talen de simultaanvertaling konden volgen.

De Dalai Lama bezocht ook Lingshed waar hij de Ling-Gon Yarchos Chenmo, het 'Grote Zomerdebat', afsloot, een jaarlijks tiendaags evenement dat 'per toerbeurt' wordt georganiseerd door kloosters in Ladakh, voor nonnen, monniken, leken en studenten. Behalve religieus onderricht en cultuur stonden hier actuele kwesties als



Dalai Lama bezoekt Ladakh

klimaatverandering en het cruciale belang van het behoud van sociale harmonie op de agenda. Het programma was een aaneenschakeling van 'geleerde mannen', maar de laatste spreker maakte de meeste indruk en dat was Amchi Palmo van de LNA. Het was mooi om te zien dat vooral zij bij de aanwezigen een gevoelige snaar raakte, het publiek knikte vaak instemmend of lachte. Palmo kwam met duidelijke en praktische in het dagelijks leven toepasbare adviezen. En toen kwam op de laatste dag natuurlijk het klapstuk van de bijeenkomst: de Dalai Lama daalde uit de hemel, met een legerhelikopter, naar het bergdorp Lingshed af.

Aniek Jaartsveld en Myra de Rooy

Nyerma nonnen tijdens bezoek Dalai Lama aan Thiksey



Duizenden aanwezigen bij het onderricht Dalai lama



Dr. Palmo tijdens het grote zomerdebat in Lingshed



Van de penningmeester

Afgelopen jaar was een jaar van herstel. Gelukkig konden we de coronaperiode achter ons laten en ook de nonnenkloosters kwamen weer uit de isolatie. Daarnaast was er een klein herstel voor de financiën. Door extra ondersteuning van sponsors konden we onze reserves weer wat opbouwen om de kloosters tegemoet te kunnen komen als er door bijzondere omstandigheden extra geld nodig is. Bijvoorbeeld bij onverwachte medische kosten of een bijdrage voor nonnen die nog niet gesponsord worden. Maar er is nog wat meer buffer nodig.

Voor de kloosters hebben we weer extra financiële ondersteuning ontvangen. Van de stichting Dongyu Gatsal Ling Initiatives (DGLI) in Amerika kregen we weer een mooie donatie. Zij hebben een brede kring aan donateurs, die regelmatig geld aan hen overmaken naar aanleiding van informatie op hun site over ons nonnenklooster in Nyerma. De DGLI heeft daar een aantal jaar geleden een film opgenomen. We zijn het DGLI-bestuur dankbaar voor hun inspanningen. Wij waren blij verrast dat we in december nog een ruime gift mochten ontvangen van de J.W. Hijlkema stichting. Van deze stichting, die jaarlijks een donatie doet aan een goed doel, hebben we al eerder een mooie gift mogen ontvangen.

Stichting Bodhisattva

Een fijn contact werd gelegd met de Stichting Boddhisattva in Huis ter Heide. Dorien Quik hield een lezing op ons Ladakh Festival en verstreekte aan alle aanwezigen haar boekje 'Boeddhisme is een Levensfilosofie'. Het is heel mooi dat we van Boddhisattva ook een gulle gift ontvingen. Hiermee konden we onze nonnenkloosters verrassen, temeer daar we de halfjaarlijkse overmaking naar de kloosters nu achteraf doen.

Heilige getal: 108

Een van onze trouwe sponsors stuurde een nieuwe periodieke overeenkomst in voor een bedrag van 324 euro in plaats van 300 euro, met de gedachte dat 3x108 geluk brengt; 108 is in het boeddhisme een heilig getal. De mala, een gebedsketting, bestaat ook uit 108 kralen. Wij vonden dit een mooie en originele gedachte.

Het afgelopen jaar zijn onze sponsors in staat geweest om hun jaarlijkse bijdrage aan ons over te maken. Wij zijn heel dankbaar dat de meeste sponsors gehoor hebben gegeven aan ons verzoek om hun jaarlijkse bijdrage in het jaar daarvoor over te maken of in de eerste helft van het betreffende jaar, voor zover dit voor hen mogelijk was. U kunt uiteraard zelf bepalen wanneer u uw bijdrage overmaakt, maar ook nu willen wij u verzoeken dit vooraf te doen, zodat wij ervoor kunnen zorgen dat de gelden op tijd kunnen worden overgemaakt aan de



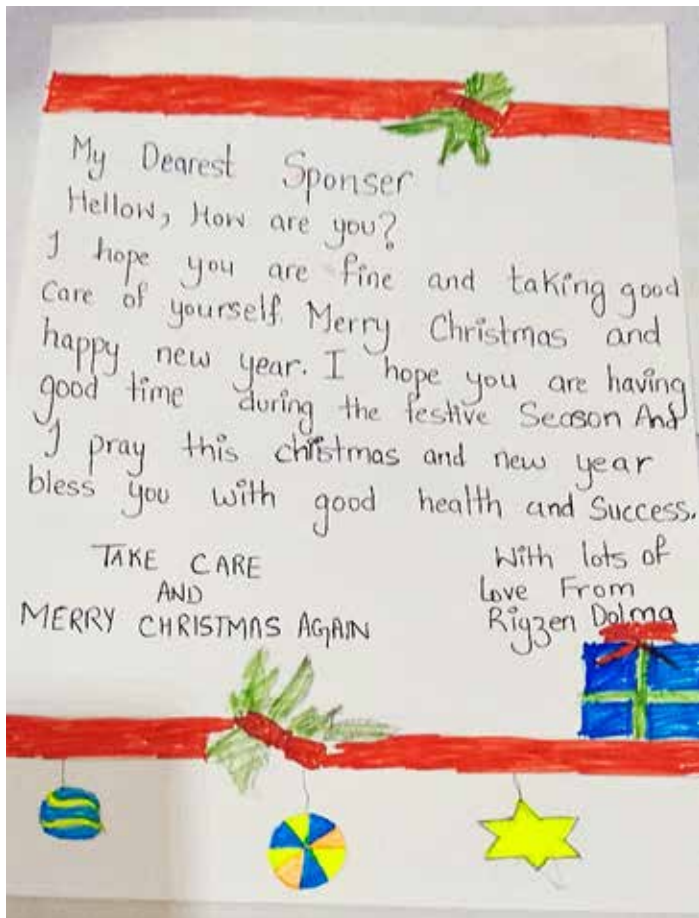
kloosters. Vast hartelijk dank voor uw aandacht hiervoor. Een aantal sponsors heeft ook de weg gevonden naar de mogelijkheid om nonnen een puja (gebedsceremonie) te laten uitvoeren voor een zieke dierbare. Dit tegen een vrijwillige bijdrage.

Wij krijgen regelmatig spontane giften van mensen die bijvoorbeeld hun kroonleeftijd of een huwelijksjubileum vieren en als cadeau een gift voor DFLN vragen. Wat mooi dat er 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.

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 soms vanuit het bestuur lezingen gegeven waarvoor de vergoeding naar onze stichting gaan.



Van de penningmeester



Als u benieuwd bent naar de financiën van de DFLN, dan kunt u een kijkje nemen op de site, daar staan de financiële jaarverslagen. Het verslag over 2022 zal in het eerste kwartaal van 2023 op de site verschijnen.

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



We zijn erg blij met alle steun voor de drie nonnenkloosters en via deze weg willen wij dan ook alle gulle gevers hartelijk bedanken. Uw bijdrage maakt het mogelijk dat veel jonge meiden, waaronder aankomende nonnen een goede opleiding krijgen in de richting waarin zij zich willen ontwikkelen.

Saskia Terschuur

Klimaatverandering in Ladakh

Ladakh is een hooggebergte woestijn in Noordwest-India, waar het leven eeuwenlang draaide om landbouw. Gebergteketens scheiden de regio van de rest van India af en dat leidde - behalve tot een eigen taal en cultuur - ertoe dat de moessonregens het gebied niet of nauwelijks bereikten. De wereldwijde klimaatverandering stopt echter niet bij landsgrenzen en laat zich zeker niet tegenhouden door fysieke barrières. De temperaturen stijgen in de Himalaya sneller dan waar dan ook en dat versnelt de gletsjersmelt. Roetdeeltjes zijn daarbij grote boosdoeners. Veel van deze minuscule deeltjes worden door noordwaartse winden meegevoerd en belanden op de gletsjers, waar de koolstofdeeltjes zich hechten aan het ijs. De roetdeeltjes absorberen zonlicht. De opname van zonne-energie en de verminderde reflectie van het gletsjersoppervlak leidt tot versnelde smelt van sneeuw en ijs. Er valt bovendien steeds minder sneeuw in de winters. De Ladakhi boeren zijn voor hun gewassen afhankelijk van smeltwater en er treden steeds vaker watertekorten op, waardoor de velden niet bevoeid kunnen worden.

Daarnaast legt massatoerisme en de groeiende aanwezigheid van het leger – in verband met grensconflicten met Pakistan en China extra druk op de toch al schaarse hulpbronnen van de regio en dragen bij aan de toename van de afvalproblematiek. Ook vinden er in de zomers steeds vaker wolkbreuken en plotselinge overstromingen plaats. Minder sneeuwval en zware regenval zijn een reden tot bezorgdheid voor de lokale bevolking, die zegt dat ze vroeger nooit getuige zijn geweest van dergelijke grillige klimatologische omstandigheden. De regio ervaart ook een toenemend verlies aan biodiversiteit in de bergen.

Onze nonnen hebben net als de rest van de bevolking te maken met de gevolgen van de klimaatverandering. Zo merken bijvoorbeeld de LNA-nonnen van amchi Palmo dat veel medicinale planten ieder jaar zeldzamer worden door klimaatverandering. Ze hebben de kruiden nodig om traditionele medicijnen te produceren. Palmo benadrukt dat milieukwesties van cruciaal belang zijn voor de mens. 'Als er geen gezond milieu is, kan er geen gezondheid voor mensen zijn.'

Elk jaar reizen LNA-nonnen naar dorpen om trainingen te geven over natuurbehoud, duurzaam afvalbeheer en het verbouwen van medicinale kruiden. Omdat veel nonnen afkomstig zijn uit dorpen biedt dit de kans voor nonnen om hun medische vaardigheden uit te breiden naar familieleden en de gemeenschap waar ze vandaan komen. Met name vrouwen en nonnen kunnen van elkaar leren en elkaar ondersteunen bij het aanpakken van moeilijk-

heden en sociale kwesties. Voor de LNA zijn milieueducatie, gezondheidszorgondersteuning en beoefening van de dharma diep met elkaar verbonden.

Om minder energie te gebruiken, wenden onze kloosters zonne-energie aan, bijvoorbeeld met zonnepanelen en warmwatersystemen die op zonne-energie werken. Ook speciale bouwmethodes worden toegepast om de warmte binnenshuis te behouden, zoals in Nyerma de bouw van een zonnegang.

Myra de Rooy



Klimaatverandering in Ladakh



Te weinig water voor de velden

OPROEP

Dit jaar nam onze verkoopcoördinator Joan Moonen de taken van onze sponsorcoördinator over. Daarom zoeken we nu iemand die deze taak op zich wil nemen. Wat houdt dit in. Als DFLN hebben we een aantal producten uit de Ladakh-regio, die we tijdens ons jaarlijkse Ladakh Festival verkopen. De opbrengsten uit de verkoop komen volledig ten goede aan de projecten in Ladakh.

Dus: als coördinator

- Heb je de artikelen in opslag. Het is ongeveer 1 m3. (alles past in een personenauto)
- Breng je deze spullen naar het festival (1x per jaar of anderhalf jaar).
- Richt je samen met andere vrijwilligers de verkooftafel in
- Ondersteun je bij de verkoop tijdens het festival.

Het vraagt niet veel tijd.

Vind je het leuk om deze taak op je te nemen?

Stuur dan een bericht naar: dfln@xs4all.nl

Wil je meer informatie: bel met Joan 06 15005987

