



HOLISTEN

Medlemsblad for Holistisk Forbund, www.holisme.no. Nr 1/2014.



*Landsmøte
2014*

*Sant om
Alternativ
bevegelsen?*

*Intervju
Bjørn Jansen*

*Velg
kjærlighets-
kraften*

*Å leve
holistisk*

Redaktørens spalte



HOLISTEN
-Medlemsblad for
Holistisk Forbund

Redaktør: Stephan Koll
Layout: Patrik Swanstrøm
Red medlem: Bjørn Jansen
Forsidebilde:
Redaksjonen forbeholder seg rett til å redigere og forkorte innsendte bidrag. Alle bidrag står for forfatterens regning og uttrykker ikke nødvendigvis Hofs offisielle standpunkter.

Bidrag, gjerne også bilder, mottas med takk til følgende adresser
Maridalsvn. 229A
0467 Oslo
stkoll4@gmail.com
Tlf: 99105367

Holisten nr 2/2014 sendes ut i månedsskiftet november/desember.

Kjære lesere

Mange mener mye om alternativbevegelsen, og alt er ikke like treffende og sant. Marianne Skaret har beskrevet og imøtegått noen av mytene om hva menneskene i bevegelsen gjør og tror på.

Intervjuet denne gang er med Bjørn Jansen. Han har lang fartstid i Hovedstyret, har meget god greie på formelle sider i en organisasjon. Bjørn er dessuten en person som har synspunkter på mangt og meget.

I Målfrid Auklands betraktninger er loven om tiltrekning tema. Hvis vi tenker negativt så føler vi negativt og tiltrekker oss negativitet. Og omvendt; når vi sender ut noe positivt (som

hun kaller kjærlighetsenergi) tiltrekker vi oss mer av dette. Holisten har denne gangen gleden av å presentere et dikt. Ja ikke bare diktet, men også noe om diktets tilblivelse og i hvilke sammenhenger det har vært brukt.

For øvrig trykker vi Forbundets innbydelse til Landsmøte 1.juni i Oslo, med hyggetreff dagen før. Senere på året, nærmere bestemt helgen 20-21 september, inviteres alle interesserte medlemmer til kurs i sjelesorg.

Holisten nummer 2/2014 sendes ut om ca et halvt år. I mellomtiden håper jeg dere får oppleve en helsebringende og deilig sommer.

Stephan H. Koll



Leder

Mai 2014

Tor Aleksandersen



Kjære HOF-medlemmer.

I alle møter mellom mennesker, i samtale/dialog finnes muligheter til å vokse og bli beriket. Selv om vi er uenige og har ulike virkelighetsoppfatning, så er det OK. Istedenfor å frykte "den andre" og forsvare oss selv så kan vi akseptere og innkludere ulikhetene og bygge videre ut i fra det. Med tanke på de konfliktene som er rundt i verden p.g.a. ulike tro og livssyn og hvilke lidelser det fører til for millioner av mennesker kan man lett føle seg maktesløs. Da er det viktig at den enkelte tar ansvar og begynner med seg selv i det små. Hver og en av oss utgjør en liten del av det store bildet. Vi betyr noe.

Ellers kan jeg si at det har vært stor aktivitet i Holistisk Forbund denne vinteren og våren. Holistiske samtaler og Åpen samtalegruppe er kommet i gang. Og samtidig er tilbudet om sjelesorg under utarbeidelse. Kurs i dette vil bli arrangert til høsten.

I år arrangeres Holistisk konfirmasjon i Oslo med 15 konfirmanter. Det er veldig bra og spesielt gledelig er det at 4 tidligere konfirmanter er

med som veiledere. Det er flott at det er rekruttering blant ungdommen. Det trenger forbundet.

I løpet av året har det også blitt arbeidet med opprettelse av Ungdomsorganisasjon for Holistisk Forbund. Dette arbeidet er nå klart og kan igangsettes etter sommeren. Også kurs for nye konfirmasjonsveiledere vil komme til høsten. Vi ønsker å kunne tilby dette vakre ritualet flere steder i landet.

Foran starten på bryllupsesongen, som så langt i år består av 15 vielser fordelt over hele landet, arrangerte forbundet et seminar for nye vigslere. Det er klart at når etterspørselen etter våre tjenester øker så trenger vi flere folk. Jeg oppfordrer alle som er interessert i å delta som ritualleder, konfirmasjonsveileder eller sjelesørger til å melde seg på kurs.

I all hovedsak baserer de ulike aktivitetene i Holistisk Forbund seg på frivillig arbeid. Jeg vil benytte anledningen til å takke alle som har bidratt for innsatsen.

Uten deres engasjement kunne vi ikke gjennomført alt dette.

En spesiell begivenhet denne våren var at lederforum i STL ble invitert til møte på slottet med kongen og dronningen. Temaet for møtet var den dialogen som er mellom tros- og livssynsamfunnene i Norge og erfaringene med det å leve i et livssynsåpent samfunn. Hver deltaker presenterte også sin personlige tro/livssyn. Det ble en god og åpen samtale hvor alle fikk gitt uttrykk for sitt syn og sine erfaringer.

Jeg må si at det var en spesiell god opplevelse å sitte sammen med alle tros- og livssynsamfunnene og kunne snakke fritt om våre ulike troer/livssyn og samtidig føle meg trygg og ivaretatt. Med sitt initiativ har kongehuset løftet fram og satt fokus på at det faktisk er mulig å oppleve fred og respekt mellom ulike livsoppfatninger.

I år avholdes landsmøtet i helga 31/5-1/6 på Årvoll Gård i Oslo. Håper å møte mange av dere der.

Mytene om «alternativbevegelsen»

Den karikerte myten om «alternativbevegelsen» kan oppsummeres omtrent slik:
«En bevegelse av lettlurte overtroiske drømmere, fortrinnsvis kvinner, med overaktiv fantasi og hang til det irrasjonelle som shopper rundt i et alternativmarked der forførere og skrullinger lurar rundt hver sving. De overfladiske, nyreligiøse individualistene forsyner seg med en «tilfeldig» blanding av meditasjon, astrologi, healing, sjamanisme, buddhisme, selvutvikling, yoga, spiritisme, ufo og kornsirkler, alt etter personlige behov, smak og preferanser.

Av Marianne Skaret

Her er et forsøk på å imøtegå noen av del-mytene:

1. Myten om den lettlurte livssyns-shopperen

Det finnes utvilsomt overfladiske og kommersielle krefter innenfor «alternativmarkedet», men fokuset på disse er overdrevet. Da mesteparten av alternativbevegelsen (i den grad man kan kalle det en «bevegelse») befinner seg utenfor skattefinansierte institusjoner som Den norske kirke eller det offentlige helsevesenet, er det unngåelig at kommunikasjon og utveksling skjer i en form for «marked». Det er forsvinnende få milliardærer i dette markedet. De som er opptatt av å arrestere griskhet, overfladiskhet og individuell markedstenkning burde heller konsentrere seg om andre

bransjer.

2. Myten om åndelig rotløshet

Noen tolker interesse for et bredt spekter av «alternativ litteratur» som tegn på åndelig rotløshet, rastløshet eller overfladiskhet.

Til sammenlikning kjenner jeg politikere som daglig leser alt fra Dagens Næringsliv til Klassekampen pluss en rekke bøker med ulikt ideologisk innhold uten at dette går utover deres personlige integritet og verdisyn, eller deres evne til å orientere seg rasjonelt til virkeligheten. De blir heller ikke rasket ned på. Snarere enn å møtes med mistro, burde den voksende interessen for filosofiske, spirituelle og religiøse bøker av ulike slag hilses hjertelig velkommen. Det er et demokratisk framskritt som gjenspeiler



ytringsfrihet og trosfrihet. Denne interessen kan også føre til ønsket om dialog på tvers av livssyn.

For de fleste er det greit å snakke om de nyeste tekniske nyvinningene eller diskutere dagens OL-resultater. Men de grunnleggende eksistensielle spørsmålene er det vanskeligere å snakke om. Det er flott at det etableres møteplasser der folk snakker åpent om disse uten å måtte underkaste seg institusjonaliserte dogmer. Deler av det «alternative» er ytterst seriøst og søker de

dypeste verdier i tanke og handling. Andre deler er ren underholdning. Men er det nødvendigvis noe galt med det? Selv ville jeg vært mer bekymret hvis alt var dødsens alvorlig, humørløst og blottet for undring og eventyrlyst.

3. Myten om irrasjonalitet og uvitenskapelighet

Å utvide horisonten utover rammene til empirisk-matematisk vitenskap betyr ikke at man ikke forstår vitenskap. Empirisk-matematisk vitenskap kan ikke avdekke noen større virkelighet enn den måleapparatene eksisterer i. Verdier som kjærlighet, skjønnhet, fantasi, skapende intelligens, sjelen i kunsten, viljen og spørsmålet om liv og død faller utenfor den materielt orienterte vitenskapens rekkevidde.

Mange mennesker ønsker å bruke sin medfødte frihet til å utforske virkeligheten, også den delen av virkeligheten som tradisjonell vitenskap

utelukker. «Alternativer» er ikke nødvendigvis irrasjonelle, men forholder seg til andre rammebetingelser for sin undersøkelse av virkeligheten enn tradisjonell vitenskap bekjenner seg til. De vet godt at ikke alt er like sant eller like bra. Og de vet godt at de kanskje må endre kursen underveis. Kanskje de til og med vet dette bedre enn «Vitenskapen», som etter århundrer med institusjonalisering er blitt et stort og tungt maskineri der hver forsker befatter seg med sitt lille felt og har tapt helheten av syne.

4. Myten om selvopptatt selvutvikling

En blogger ved navn Faustina peker på at mange bruker de to ordene «selvrealisering» og «selvutvikling» om hverandre helt ukritisk. Med selvrealisering mener vi å realisere egne drømmer og mål. Selvutvikling derimot, går dypere og med Faustinas ord: «... er en indre utvikling i "ånden" hvor man skal vokse på kunnskaper, erfaringer og visdom. Man er på den indre reisen når man driver med selvutvikling» skriver hun.

Einar Sørbye, leder på Unity senter for integrert medisin og økt bevissthet, legger blant annet dette i begrepet selvutvikling: «Alle utfordringer er en



læresituasjon. Den ytre virkelighet er et speilbilde på den indre. Det er ingen selvutvikling i å skylde på andre. Vi må spørre oss selv hvorfor vi tiltrekker uønskede situasjoner. Vi må akseptere og tilgi.»

Einar framhever videre Maslows behovshierarki: «Målet er å komme i balanse og bli et helt menneske, men før vi kommer dit er det en utviklingsprosess (via egoet). Et helt menneske som er i kontakt med seg selv har naturlig lyst til å hjelpe andre, dele og bidra i samfunnet.»

5. Myten om kvakksalverne og den lettlorde pasienten

Vitenskapen har i århundrer fortalt oss at bevissthet er lokalisert i hjernen og dessuten er et produkt av materielle prosesser.

Alternativbevegelsens terapeuter forteller oss derimot at bevissthet er et reelt eksisterende åndelig fenomen



som vekselvirker med, og har direkte innflytelse på hjernens og kroppens materielle prosesser. Videre tar mange alternativbehandlere utgangspunkt i at bevissthet og materie er forskjellige tilstander av lys/energi. Disse innfallsvinklne gir et annet perspektiv på mulighetene til å påvirke sin egen helse.

Det er forunderlig i hvilken grad kunnskapen om samspillet mellom kropp og psyke holdes tilbake da det må være betydelig samfunnsøkonomi i å heve bevisstheten på dette området. Mange utbredte lidelser behandles i det ordinære helsevesenet med medisiner som har svært uheldige bivirkninger og langtids-effekter. Alternativmedisin tilbyr generelt behandling med langt færre bivirkninger. «Placebo» sier mange. Javel. I så fall kan det være en bevisst, effektiv og samfunns-økonomisk utnyttelse av «placebo-effekten».

Verden overforenkles hvis vi tenker og maler alt i svart/hvitt slik Human-Etisk Forbund gjør i sin kampanje «*Ingen liker å bli lurt*», der alternativ medisin generelt skjæres over en kam og stemples som kvakksalveri. Men folks evne til å skjelne er heldigvis mer utbredt enn humanetikerne frykter. De fleste av dem som benytter alternative tjenester skjønner forskjellen på akupunktur og kirurgi.

I disse dager diskuteres «mindfulness» i mediene, i kjølvannet av psykolog Ole Jacob Madsens studie/bok. Madsen er blant annet kritisk til at det gjennom «mindfulness» foreskrives indre individuelle løsninger på



sosiale og politiske utfordringer. Dette er til dels en skinnuenighet. Dersom nedbemanninger gjennomføres samtidig som det kjøres «mindfulness»-kurs på jobben for å bøte på det økte stressnivået, er jo det hele totalt misforstått. Poenget med meditasjon og mindfulness er ikke å lamme psyken til å godta rovdrift. Ikke all alternativ behandling er vellykket. Ikke all alternativ» behandling er

riktig, OG -det er ikke alltid mulig å sortere i ettertid. Ble riktige diagnoser stilt? Ble riktig behandling valgt? Var det overbehandling eller underbehandling? Ville pasienten blitt frisk uansett? Var pasienten helbredelig eller uhelbredelig syk? Ble pasienten/klienten «lurt»? Hvor går grensen mellom pasientens ansvar og behandlerens? Det er viktig å huske på at slike spørsmål og uavklarte svar vil man ha i både det alternative og det konvensjonelle helsevesenet.

6. Myten om at spirituell orientering er flukt fra ansvar og aktivt engasjement

Det kan kanskje synes kontraproduktivt å bruke tid på refleksjon og meditasjon i en tid som roper etter handling på alle plan. Men problemene vi har rotet oss inn på jorda har også en spirituell dimensjon. Den høyeste intelligens-formen, **visdom**, fortrenses av kommersialisering, byråkratisering og mekanisering. Mange ser derfor spirituell utvikling som en del av løsningen. Men innsikt må selvsagt følges opp med handling! Personlige verdivalg, livsstilsendringer og politisk engasjement utelukker ikke hverandre. Tvert i mot - de går hånd i hånd.

Noen ord fra den store skaper

Æ e alt og æ e ingenting.

Æ e det minste lille sandkornet som du ikkje kan se, men æ e dær.

Æ e stien din, æ e det lille græsstrået du trødde på da du gikk dær.

Æ e løvet på trærne som væks og dør kvært år.

Æ e alt og æ e ingenting.

Æ e skyggen som du alltid ser ved din side.

Å æ e den iltre lille mygga som surrer i ditt øre å gjorde dæ så sint.

Æ e den gråe tåka som sakte driv over myra i seina tima.

Det lille glimtet i millioner av snøkorn e også mæ.

Æ e alt og æ e ingenting. Æ e den hylende vinden eller det lune vindupsten som har hørt alle Ordan. Alle sangan. Alt ser er blitt hvilt ut eller kviskra i dett øre.

Æ e alt og æ e ingenting.

Æ e i al du kan se i dett nærvær.

Æ e visdomen som sakte væks fræm i folk som har øya og se med. Øra som de kan lytte med.

Æ e alt og æ e ingenting.

© Will Rubach forfatter, historieforteller, musiker.



Will Rubach, Harstad

Diktet ble skrevet etter en healing sirkel med en canadisk ojibwe native vismann Paul Richard. Det kom til meg da han sto ved min side og la hånden på skulderen min.

Noen ord fra den store skaper er blitt brukt i healing og i en begravelse i Nord Norges eldste gudshus, Trondenes Kirke. Det er dessuten brukt ved en urnenedsettelse.

Kjærlige følelsers kraft

av Målfrid Aukland

I «Den store Chakraboken» sier Inge Ås at hun er opptatt av «indre infrastruktur» og av hvordan man kan skape fri flyt i seg selv? Hva er det så som skaper blokkeringer i vår indre infrastruktur? Kan det være alle disse negative emosjonene som skyldes tanker som er egoistiske, er sleipe, er fordomsfulle, er sure, er late, er empatiløse, er kyniske, er utspekulerte, er hensynsløse, er arrogante, er likegyldige, er selvopptatte?

Alt i Universet er magnetisk og alt har en magnetisk frekvens. Følelsene dine og tankene dine har også magnetiske frekvenser. Gode følelser betyr at du befinner deg på kjærlighetens positive frekvens. Ubehagelige følelser betyr at du befinner deg på negativ frekvens. Det du føler, uansett om det er godt eller ubehagelig, bestemmer din frekvens og som en magnet tiltrekker du deg hendelser og omstendigheter som er på samme frekvens.

Når du er entusiastisk, vil din entusiasme frekvens tiltrekke entusiastiske personer, situasjoner og hendelser. Hvis du er redd vil du tiltrekke deg angstfulle mennesker, situasjoner og hendelser. Du behøver aldri være i tvil om hvilken frekvens du befinner

deg på for frekvensen er alltid nøyaktig lik følelsen din. Du kan forandre frekvensen din når som helst ved å forandre følelsene dine. Da vil alt omkring deg forandres fordi du nå er på en ny frekvens.

Å forandre følelsene er å forandre skjebnen. Hvis du ønsker å oppdage Universets hemmeligheter skal du tenke energi – frekvens – vibrasjon.

Når vi reagerer med negative følelser på noe som har skjedd, gir vi ut mer negativ energi og vi får tilbake mer av de negative omstendighetene. Ingenting kommer utenfra – alt kommer innenfra. Ofte er

følelsene våre automatiske, ureflekterte reaksjoner på det som skjer, i stedet for at vi bevisst velger hva vi vil føle.

Hvis det har skjedd noe negativt i livet ditt er det aldri for sent å forandre på det fordi du kan forandre måten du føler på. Det handler ikke om hva som skjer deg, det er måten du reagerer på som betyr noe.

Hvordan kan vi da forandre vår egen skjebne? Vi kan starte med å legge merke til tankene og følelsene våre. Når noe negativt rammer meg vegrer jeg meg da for å se på det – for å ta det imot? Reagerer jeg automatisk med gråting, banning eller ved å flykte ut i rus (tobakk, narkotika, alkohol, mat, tv, kjøpe ting, arbeidsnarkomani etc.). Eller kan jeg klare å tre rolig tilbake , puste dypt og betrakte mitt indre landskap: Storm, virvelvind, jorda åpner seg og sluker meg. Ja, slik er det!

Neste øvelse er å være objektiv i stedet for subjektiv: I stedet for å si: «Å for et strålende vær,» så si : «Sola skinner i dag.» I stedet for «Dritt vær» så si :»Regn og vind i dag». Ganske enkelt rapporter. Og videre, slutt å bruke eiendomspronomen, Mitt og Mine, Ditt og Dine. Hans, Hennes, Deres, Vårt o.s.v.



Så i stedet for å si: «Å for en drittdag, med drittvær og bilen min fuska og på toppen av alt var postkassen min full av regninger og kona mi hadde ingen middag klar da jeg kom hjem» sier du: "Regn og vind i dag. Bilen fuska og en del regninger i postkassen. Middagen var ikke klar kl. 3." I den første setningen har du dårlig skjult sympati med deg sjøl og konsekvensen blir negative emosjoner omkring din ulykkelige dag – hvilket fører til ennå flere uønskede hendelser. Den andre setningen er en objektiv rapport og fremkaller ikke automatisk emosjoner. Da klarer du kanskje å se forbi snever «min skjebne», og se sjøl heller som en bit i det store puslespillet som kalles Helheten - klarer å komme fram til en holistisk tankegang. Hvis ikke livet ditt er fylt av det du liker best betyr ikke det at du ikke er et godt og vennlig menneske! Meningen med livet er for oss alle er å overvinne negativitet gjennom å velge kjærlighet. Problemet er at vi

føler kjærlighet og slutter å føle kjærlighet hundrevis av ganger i løpet av en dag. Vi gir ikke kjærlighet lenge nok til at kjærlighetens kraft kan lede alt som er godt inn i tilværelsen.

Tenk over det: I det ene øyeblikket gir du kjærlighet via en varm klem, i neste øyeblikk slutter du å gi kjærlighet fordi du blir irritert fordi du ikke finner nøklene. Du gir kjærlighet når du gleder deg til



Målfrid Aukland

helgen og slutter når du får regningene dine.

Den innerste essensen i oss ER GUD =kjærlighetsenergi. Denne Gud eller denne intelligente kjærlighetsenergi er overalt og i alt som er skapt. Sagt på en annen måte: Vi er alle skapt som mikrokosmos som gjenspeiler makrokosmos. Universet, altså makrokosmos, holdes sammen av en kraft som kalles kjærlighet og denne kjærlighet er også nedlagt i alle mikrokosmos: i hvert eneste menneske, dyr, plante og mineral på jord. Men for å komme i kontakt med denne kjærligheten må vi gjenvinne barndommens bevissthets- tilstand med full tillit til kjærligheten. Hver kveld før vi faller i søvn kan vi si til vårt indre: «Jeg vet med sikkerhet at der i mitt indre finnes en kjærlighet full av glede, evig ungdom og evig skjønnhet. Mitt sinn, mine øyne, min nese, min munn og min hud utstråler kjærlighet.»



En ressursperson i Hovedstyret

Han er en av de mest erfarne medlemmene av Hovedstyret, og har to år som leder bak seg. Bjørn Jansen (68) hjalp dem som ”stiftet” Forbundet i november 2002 med å utarbeide vedtekter som ble vedtatt på landsmøtet sommeren etter. Han ønsker at HoF skal uttale seg oftere og raskere om aktuelle samfunnstemaer, og er hovedstyrets kontakt med noen tidligere konfirmanter som ønsker å danne et holistisk ungdomslag.

Av Stephan H. Koll

Hvorfor, og når, meldte du deg inn i Holistisk Forbund?

Jeg meldte meg inn i forkant av det første riktige landsmøtet, altså det i 2003. Tidligere var jeg blitt spurt om å utarbeide vedtekter for organisasjonen som var blitt stiftet på alternativmessen i november året før. Det vil si: Da hadde man kun *bestemt seg* for å danne et nytt livssynssamfunn. Mitt svar var at jeg kunne lede et *vedtektsverksted* der vi i fellesskap kunne utarbeide et forslag til vedtekter. Disse ble fremlagt på landsmøtet, og vedtatt med visse forandringer. Så *formelt sett* ble HoF først stiftet denne dagen da vedtektene ble vedtatt og det første hovedstyret ble valgt. Jeg var for øvrig også møteleder under landsmøtet. Det foregikk i Stavanger, om bord på en båt. Og hva fikk meg til å melde meg inn? Jo, på vei til Stavanger leste jeg

plattformen, som jeg syntes var suveren. Jeg hadde tidligere gjort meg kjent med formålsparagrafen, som jeg også syntes var svært god. Derfor gikk jeg på postkontoret og betalte kontingenten rett før jeg skulle lede landsmøtet.

Du hjalp til med å utarbeide vedtektene selv om du ikke var medlem?

Ja, jeg ble spurt gjennom Studieforbundet Solidaritet der jeg lenge har arbeidet, fordi jeg er kjent for å kunne mye om vedtekter. De er en slags yrkeshobby, og jeg har puslet med dem på alle mulige måter i flere tiår. Jeg kan også dette med møteregler, avstemningsregler og mange andre formelle ting som må være i orden i en organisasjon. Dessverre det altfor få av oss som kan slike ting i dag. Kanskje er vi en utdøende rase?

Hvilke andre kvaliteter og ferdigheter bruker du

i ditt verv som hovedstyremedlem?

Jeg bruker det jeg kan når det er behov for det. Det skjer utskifting av styremedlemmer hvert år, og da er det godt å ha medlemmer som husker en del av det som har foregått tidligere og hva som har blitt vedtatt. Jeg har god hukommelse. Og det jeg ikke er helt sikker på kan sjekkes i styreprotokollene. Jeg vært med i Hovedstyret omtrent sammenhengende siden jeg ble leder i 2007, og er derved med på å skape en kontinuitet i Forbundets arbeid. Hovedstyremøtene krever en viss styring og struktur, så jeg sier ifra hvis jeg synes ting sklir ut eller blir useriøse.

Hva gir arbeidet i HoF deg?

Det gir meg muligheten til å være med på å utvikle noe som er viktig for samfunnet. Hvis man velger å engasjere seg i en

organisasjon på en eller annen måte skal man i hvert fall ikke gjøre det hvis man har skjulte agendaer eller et behov for å fremheve seg selv. Selv har jeg holdt på med organisasjonsarbeid siden jeg var 20 år. Jeg er med i Holistisk Forbund fordi jeg mener det fortjener å bli et godt og varig alternativ til Human-Etisk Forbund og de religiøse organisasjonene.

Nevn noen av Forbundets sterke og svake sider

En svakhet er den dårlige økonomien. Dette kan vi gjøre noe med hvis folk betaler medlemskontingen sin. Vi kan også jobbe politisk for at tros- og livssynsorganisasjoner skal få mer i statstøtte, men dette er jo et tyngre og mer langvarig prosjekt. Svak økonomi utgjør en kontinuerlig begrensning på hva vi kan foreta oss.

En annen svakhet er at vi favner for smalt. Med dette mener jeg to ting: Vi har så vidt jeg vet ingen medlemmer med en annen kulturell bakgrunn enn den norske. Ingen av medlemmene heter f.eks Ali eller kommer fra det fjerne Østen. Jeg tror også at vi favner for smalt ved at folk misforstår hva vi står for. Vi

er delvis skyld i det selv fordi vi fikler for mye og for lenge med visse temaer og så blir vi forvekslet med grupper som er opptatt av UFOer og andre mer spesielle New age-ting. Vi framstiller oss nok av og til som litt sære. Det er viktig at vi holister kan fremstå som

n o r m a l e, rasjonelle personer selv om vi er alternative. Jeg er *for* alternativ medisin og behandling, men vi må også se kritisk på disse. Det finnes sjarlataner i alternativbransjen, akkurat som det finnes leger som stiller feil diagnose. Jeg synes vi skal uttale oss kritisk til religion, f.eks til Halal-slakt og til det som er verre – Kosher-slakt, og når man i religionenes navn påtvinger barn smerte og ubehag gjennom å tillate omskjæring av guttebarn. Forøvrig tror jeg de religiøse har fått altfor stort monopol på begrepet åndelighet, noe som virker inn på *vår* troverdighet



når vi bruker begrepet. Derfor er jeg opptatt av å velge med omhu hvem jeg snakker med om min åndelighet.

Noe av det positive er at vi har en formålsparagraf og en plattform som er helt unike, og som i *det* favner veldig bredt. I hovedsak er måten vi har valgt å gjennomføre ritualene våre på, f.eks konfirmasjonen med utesitterhelgen, noe helt særegent. Jeg mener også at prinsippet om at de som har bestilt ritualet skal være med å utforme det i dialog med rituallederen er et særsyn. En holistisk vigsel er jo langt fra en kristen kirkevielse.

Du har som hovedstyrets representant møtt noen tidligere konfirmanter som vil danne et ungdomslag. Hvordan gikk det?

Jeg har truffet fire av dem uten at det kom så meget ut av *det* møtet. Men nå sender jeg ut innbydelse om et vedtektsverksted som altså er rettet inn mot ungdommer med holistisk konfirmanterfaring, eller andre ungdommer med et holistisk syn. Interesserte ungdommer må melde seg på og får forut for verkstedet noen problemstillinger å tenke over. Forhåpentligvis får vi laget vedtekter for ungdomslaget samt valgt et styre i løpet av

verkstedskvelden. Det formelle grunnlaget må være i orden, både fordi det kreves av bevilgende myndigheter og fordi det forplikter ungdommene mer. Ungdomslaget må ha en delvis selvstendighet i forhold til oss i hovedstyret, men samtidig klart være forbundets ungdomsorganisasjon. Vi må for øvrig sørge for en stadig nyrekruttering til ungdomslaget, for unge mennesker er ikke stabile medlemmer. De flytter på seg på grunn av skolegang og studier – og de forelsker seg – og får i en periode annet å tenke på.

Hva er arbeidsutvalget (AU), og hva gjør dere?

AU består av leder, nestleder og en til, altså meg i denne styreperioden. I tillegg er organisasjonssekretæren med. Vår oppgave er å *forberede* hovedstyremøtene. Hvilke saker skal vi ha med? Skal det lages sakspapirer? Hva skal i så fall stå i dem? Skal AU komme med et konkret forslag i en sak? Hovedstyret kan også delegere ansvaret for visse oppgaver til AU. I HoF har arbeidsutvalget fått delegert ansvar for personalsaker, selv om hele styret er arbeidsgiver. Hele hovedstyret er med på å fastsette lønn og utarbeide arbeidsinstruks, mens AU tar seg av ansettelsene og den løpende kontakten med de ansatte.



Aktiviteten i lokallagene er liten for tiden. Hva må til for å få levedyktige lokallag rundt om i landet?

Aktiviteten har alltid vært relativt lav. Men det er arrangementer både på Hitra og på Nesodden/Frogn, kanskje også andre steder. Mange tror at for å drive et lokallag må man ha god økonomi og ikke minst et eget sted å være. Hovedstyret har i liten grad anledning til å støtte lokale initiativ økonomisk, selv om et lokallag kan søke hovedorganisasjonen om penger til aktiviteter. Så må man også tenke nytt. Det går jo an å spørre et serveringssted om å få ha møter der. Det de fremmøte kjøper av mat og drikke blir betalingen. Biblioteket kan kanskje låne ut en sal gratis. For å drive et lokallag trenger man ikke ha

styremøte så ofte som en gang i måneden. Får man planlagt noen tema- eller diskusjonsmøter pluss kvelder der deltagerne inviteres til dypere og mer personlige samtaler om verdier, livssyn og eksistensielle spørsmål kan dette være nok aktiviteter. Men å drive et lokallag har sine opp- og nedturer. Det gjelder å ikke gi opp hvis det er lavt fremmøte på et av møtene. Annonsering av møtene er også viktig. Plakater på ulike steder kan fungere, men noen ganger kan det være lurt å rette informasjonen mot snevrere målgrupper, som f.eks til veterinærstudenter og dyreforeninger når temaet er dyrevelferd.

Hva bør Holistisk Forbund legge vekt på fremover?

Vi bør bli raskere med å få ut våre synspunkter, på

forskjellige måter, når det skjer noe som blir et offentlig tema. Det må skje innen få dager, for etter kanskje en uke er debatten uaktuell. For eksempel: Til nyheten om at KrF ville ha et KRLE-fag kunne vi ha kommet med mange flere små innlegg i lokalaviser, på nettsider, facebooksider osv. Jeg ønsker ofte at jeg kunne ha formulert noen synspunkter på en aktuell sak, og tror at det jeg skrev ville være i tråd med HoFs verdigrunnlag, men jeg rekker det ikke! Det finnes medlemmer i hovedstadsområdet og andre steder i landet som tidligere har vist at de kan skrive og kan reagere raskt. På en eller annen måte må vi kunne lage et inspirasjonsnettverk slik at Forbundet uttaler seg oftere. Derved blir vi jo lagt mer merke til. Men uansett må det som skrives være saklig og troverdig og i tråd med plattform og formålsparagraf.



Å leve holistisk

Hva innebærer det å leve holistisk?

På en måte så innebærer det å leve i enhet.

Holisme dreier seg rett og slett om at alt er bundet sammen.

Holisme er selvfølgelig ikke den eneste retningen som snakker om dette at saker og ting henger sammen.

Naturreligioner snakker gjerne om at alt er besjelet.
At energien beveger seg fra dyr, og tre til mennesker.

Men også i europeisk idetradisjon så har det funnets tanker om det.

At ting henger sammen, og at energier kan påvirke hverandre.
I idetradisjonen så kaller vi gjerne dette for Panteisme
utfra den grekiske guddomen Pan.

Pan sies å være den besjelede delen av naturen, og er dermed en del av alt som finnes i universet.

Filosofen Leibnitz snakket om Monad og monadisme.
Med det mente han at inne i alle ting så finnes det en felles energi. Vi er alle monader,
gudommelige enkeltdeler, eller energier.

Så hva leder disse teriene frem til ?
Jo, at saker og ting henger sammen.

I nåtids filosofi har vi gjerne valgt å kalle dette for sommerfugl effekten.
At effekten fra en sommerfugls vinger kan forårsake en orkan på den andre siden av Jorden.
Energier beveger seg og vi kan ikke forutsi på hvilken måte de kommer til uttrykk på.

Holistisk forbund tar slike sammenhenger til etterretning.

Vi sier at det finnes en guddommelig eller åndelig eller kosmisk energi.
Vi vet ikke helt hvordan den energien ser ut eller på hvilken måte den kommer til å uttrykke seg.
Derfor har vi valgt å ikke uttrykke oss dogmatisk i forhold til noen av de åndelige spørsmål som
mange andre religioner uttaler seg mere sikkert om.

Istedenfor har vi valgt å forholde oss åpne for den måten som ånden, guden eller kosmos velger å
manifestere seg på.

Hvordan kan vi da leve våre liv hvis vi ønsker å forholde oss til denne helheten?
Hvordan kan vi ta del i helheten?

For meg personlig så dreier seg dette om å ta på seg et annet sett med briller.

av Patrik Swanström

Jeg er en del av mange og jeg er en del av helheten.

Det gjør at det jeg gjør och det jeg tenker på påvirker mine omgivelser.

Mine omgivelser påvirker meg, og jeg påvirker mine omgivelser.

Jeg er en del av denne store veven.



Jeg forholder meg mer eller mindre til “en storhet”. En kompleks og stor verden.

Å forholde seg til denne innebærer et visst etisk ansvar.

Jeg er ikke alene her. Det jeg gjør berører ikke bare meg, det berører mange andre også.

Uansett hvor liten eller ubetydelig min verden og mine handlinger er så påvirker de også noen andre, og noen annen. Både dyr og mennesker, planter og andre vesener.

Hensyn blir derfor en naturlig del av mitt liv.

Å ta hensyn overfor alle de andre skapningene som er på denne kloden sammen med meg.

Derfor forholder Holistisk Forbund seg til Earth Charter. En proklamasjon som formidler at jeg og etterhvert annet menneske er en del av og har ansvar overfor miljøet og naturen på denne planeten.

Vi slipper ikke unna. Jeg slipper ikke unna. Alt henger sammen. Det jeg gjør påvirker noen annen og en annen og en annen.

Jeg er en del av en kjede. Derfor bør jeg være mine handlinger bevisst.

Dette innebærer ikke at man skal holde seg selv tilbake. Og la være å gjøre ting. Å la være å uttrykke meg eller å la være å ta del i alt det flotte som finnes her på kloden.

Det er greit å samvirke med alle de kraftene som finnes her.

Det er helt greit å bruke av energien som finnes her.

Samtidig som jeg kan formidle at energien som finnes også kan være endelig. At det kanskje ikke er så lurt å bruke opp alt.

At det å husholde og det å se på sammenhenger er viktig.

Ja, at det kanskje er det viktigste av alt.

Hvis jeg ser hvordan alt henger sammen, så vokser det også frem en større repsekt i mitt sinn og i mine tanker.

Denne respekt leder også frem til at jeg har det bedre med meg selv.

Jeg respekterer min omgivelse, og blir også møtt med respekt.

Rett og slett en gjensidig energi formidling.

Å leve som holist.



Tamiflu- hvem liker vel å bli lurt?

I en artikkel i British Medical Journal hevdes det at det ikke finnes vitenskapelige belegg for at influensavaksinen Tamiflu har noen som helst effekt med tanke på å forhindre influensa, eller mildne symptomene ved influensa.

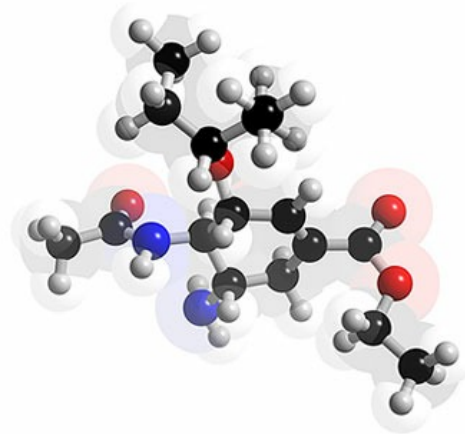
Derimot er det konstatert at minst 35% av dem som har tatt denne vaksinen har fått negative bivirkninger, noen av dem alvorlige, etter å ha blitt vaksinert.

På verdensbasis har Tamiflu solgt for 80 milliarder kroner.

De som har tjent på denne vaksinen har sikkert merket helt andre bivirkninger.

Kanskje noe for Human-Etisk Forbund, slik at de kan fordype og utvide sin kampanje «Ingen liker å bli lurt»?

Bjørn Jansen



Om vaksiner

Det føres mange debatter og diskusjoner om influensa vaksiner. Holistisk Forbund har valgt å ikke ta stilling i denne debatten.

Innenfor antroposofiske kretser er man veldig skeptiske til vaksiner og vi har stor forståelse for dette.

Mange medlemmer av Holistisk Forbund har sikkert en stor skepsis i forhold til vaksiner.

Legemiddelselskap tjener store penger på å lage et oppstyr rundt en del influensa og andre sykdommer. Så presenterer de en skreddersydd vaksine som skal hjelpe oss til å bekjempe denne. Mange mener at disse vaksinene ikke hjelper. Og at de ofte skaper mer problem enn hjelp .

Innbydelse til sjelesorgseminar 20-21. sept - 2014

Sted: Studieforbundet Solidaritet (SO), Motzfeldtsgt. 1, Oslo

Tid: 11-17 begge dager

Emner : Hvordan møte sorg og kriser?

- Hva skal sjelesørgeren tilby, og til hvem?
- Taushetsplikt og etiske dilemmaer
- Kommunikasjonstrening med refleksjon
- Egne forventninger, forståelse av egen rolle. Grenser/ta vare på seg selv
- Veiledning og støtte for sjelesørgerne
- Hva gjør vi når vi ikke strekker til? Kort om det offentlige behandlingsapparat og andre hjelpetiltak
- Hvordan gjøre HoFs sjelesorgtilbud kjent?

Deltageravgift kr 400.

Forbundet yter en viss reisegodtgjørelse for langveisfarende.

Bindende påmelding innen 15/8 til :sekretaer@holisme.no eller tlf: 22 17 31 00 Etter dette får deltagerne endelig kursplan.

For ytterligere informasjon kontakt Kari Bansal,
karibansal@hotmail.com tlf: 469 02 401

Hva er en holistisk sjelesørger: Medlem av HoF. En lyttende, udogmatisk samtalepartner som erkjenner at vi mennesker er del av en åndelig virkelighet som kan erfares.

Hvem kan få hjelp av HoFs sjelesørgere: Voksne personer som er alvorlig syke eller døende, og deres pårørende.

Hovedstyret ønsker å ha sjelesørgere over hele landet. En slik tjeneste er verdifull i seg selv, men kan også skape interesse for forbundet. F.eks er det trolig at nyheten om tilbudet vil kunne få et oppslag i lokalavisa på mindre steder.

Seminaret skal gi deltagerne grunnlag for å finne ut om de egner seg og har lyst til å virke som holistiske sjelesørgere. Er svaret ja, kan de søke hovedstyret om godkjenning.

Godkjente sjelesørgere får kursavgiften refundert.

Å yte sjelesorg er givende men kan også være krevende. Kari Bansal har ansvar for at HoFs sjelesørgere får veiledning via telefon eller mail, og for å organisere et årlig inspirasjonstreff.

Holistiske Samtaler

*En holistisk samtale er en dialog der helheten blir ivaretatt.
Istedenfor å la det ene standpunktet slå det andre ihjel så
prøver vi å la de ulike standpunktene samvirke til en større
helhet.*

*Vi tror at alle har noe å lære av andre hvis vi åpner opp
for en større forståelse av et felt.*

I løpet av våren har Holistisk Forbund arrangert holistiske samtaler i Oslo.

Tanken har vært å ta opp viktige holistiske temaer som kan være interessant og viktig for våre medlemmer.

Istedenfor å kun legge opp til et foredrag, så har vi lagt opp til en samtale.

Tanken er at foredragsholder og tilhørere skal få anledning til å utdype sine standpunkter, og forhåpentligvis ha en litt større forståelse av temaet enn når de kom.

Vi håper og tror at dette kan få opp bevisstheten rundt visse temaer.

En slik bevissthet kan lede til en forandring på sikt.

Tanken var at vi skulle arrangere et større møte om dette med Komplementær Behandling.

Dette er et stort tema og vi velger derfor å utsette det til høsten.



Vi har arrangerte Holistiske Samtaler en gang i måneden i Oslo.

Tanken er selvfølgelig at andre lokallag skal kunne arrangere lignende åpne møter.

Vi er takknemlig for innspill i anledning tema.

Planlagte temaer for Høsten er:

- Energimedisin
- Komplementær behandling
- Ekstremisme - hva er det?
- Økologisk mat - hva og hvorfor
- Øklandsbyer

Takk til våre foredragsholdere!



Holistisk pedagogikk

"Hva vil vi med utdanningen og oppdragelsen av den kommende generasjon? Finnes det andre måter å lære på som bygger på andre verdier enn det tradisjonelle? Er tiden inne for et nytt tankemønster i møte med utfordringene menneskene står over for i dag og i morgen? Holistisk pedagogikk er et pedagogisk paradigme som kan åpne opp for nye tanker rundt et ellers gammelt tema." Så var det meg og det var litt verre men noe slikt:

"Carina Harsund er pedagog og filosof som i flere år har arbeidet som lærer i den private skole. Hun har en mastergrad i pedagogikk der hun har

fordypet seg i Holistisk Pedagogikk som et nytt pedagogisk paradigme i møte med allmennpedagogikken."

Holistisk pedagogikk tar utgangspunkt i barnet som et eget individ. Møtet lærer-elev er en toveis læresituasjon.

Holistisk Pedagogikk er blitt utviklet i Usa og Canada og bygger bla på Krishnamurti. Det finnes ingen konkrete skoler som utøver denne formen for pedagogikk. Men det gjøres en hel del eksperimenter, også i Asia.

Forbundet skal følge opp disse spennende tankene.



Dyre velferd

Mennesker og dyr har sameksistert i tusenvis av år. Allikevel skjer det overgrep mot dyr og deres velferd. NOAH er en organisasjon som alltid fremmer dyrenes sak, og som ikke er fornøyd med kompromisser på deres bekostning. Martine Clementine Håheim fortalte om realiteten for dyr i Norge idag. Formidlet hva som gjøres internasjonalt og også om Noahs pelsmarsj 1 gang i året.

Dyretolk Siljan Helgerud delte med seg av sin erfaring. "Hvis man virkelig ønsker å forstå et dyr må man være villig til å sette seg inn i situasjonen til dyret".

Hun opplever at dyr ofte har helt andre behov enn hva deres eiere ønsker. Og at mange av våre husdyr ikke får lov til å være seg selv. Dette rammer mange raser bla hunder og hester. En sterk samtale!

Ungdomslag

Vi har gjennom våren arbeidet for å opprette et ungdomslag. Flere av våre tidligere konfirmanter ønsker å komme sammen i et ungdomslag. Erfaringen viser at det skapes et godt samhold og vennskap blandt konfirmantene.

Dette er selvfølgelig noe som forbundet ønsker å holde på og bygge videre på.

Vi kommer til å innvitte tidligere konfirmanter til en treff og regner med å kunne danne et ungdomslag ikke så langt deretter.

Vi ber alle nysgjerrige ungdommer å melde sin interesse til sekretariatet. Særlig dette med nye mail-adresser er viktig å ta del av.



As I Began to Love Myself ~ Self Love Poem by Charlie Chaplin

As I began to love myself I found that anguish and emotional suffering are only warning signs that I was living against my own truth.

Today, I know, this is "AUTHENTICITY".

As I began to love myself I understood how much it can offend somebody as I try to force my desires on this person, even though I knew the time was not right and the person was not ready for it, and even though this person was me.

Today I call it "RESPECT".

As I began to love myself I stopped craving for a different life, and I could see that everything that surrounded me was inviting me to grow.

Today I call it "MATURITY".

As I began to love myself I understood that at any circumstance, I am in the right place at the right time, and everything happens at the exactly right moment. So I could be calm.

Today I call it "SELF-CONFIDENCE".

As I began to love myself I quit stealing my own time, and I stopped designing huge projects for the future.

Today, I only do what brings me joy and happiness, things I love to do and that make my heart cheer, and I do them in my own way and in my own rhythm.

Today I call it "SIMPLICITY".

As I began to love myself I freed myself of anything that is no good for my health – food, people, things, situations, and everything that drew me down and away from myself. At first I called this attitude a healthy egoism.

Today I know it is "LOVE OF ONESELF".

As I began to love myself I quit trying to always be right, and ever since I was wrong less of the time.

Today I discovered that is "MODESTY".

As I began to love myself I refused to go on living in the past and worry about the future. Now, I only live for the moment, where EVERYTHING is happening.

Today I live each day, day by day, and I call it "FULFILLMENT".

As I began to love myself I recognized that my mind can disturb me and it can make me sick. But As I connected it to my heart, my mind became a valuable ally.

Today I call this connection "WISDOM OF THE HEART".

We no longer need to fear arguments, confrontations or any kind of problems with ourselves or others. Even stars collide, and out of their crashing new worlds are born.

Today I know THAT IS "LIFE"! (◡‿◡), (◡‿◡), (◡‿◡), (◡‿◡), (◡‿◡), (◡‿◡), (◡‿◡), (◡‿◡)

Alternative Messer

Holistisk Forbund prøver å være tilstede på de større Alternative Messer som arrangeres.

Dette for å spre budskapet om Holistisk Forbund er og om hva vi kan tilby, samt for skaffe flere medlemmer.

Vi var med på den Store Alternativmessen på Lillestrøm i november. Tor Aleksandersen har også deltatt på Alternativ Messen i Bergen.

Patrik Swanstrøm har vært med på Åpent Hus på Unity Senter både i august og i januar.

Han har også holdt foredrag om Ritualer og seremonier.

Holistisk Forbund er takknemlig for tips om ulike messer hvor vi bør være representert, og sender gjerne informasjonsmateriale på oppfordring.



Stephan Koll og Tor Aleksandersen- Lillestrøm

Takk Marianne!

For fire år siden, i mai 2010, tilbød jeg hovedstyret å bli redaktør for Holisten. Journalistutdannelsen fra 10 år tidligere var til god hjelp når jeg skulle skrive, samle og bearbeide tekster. Men layouten, altså det å legge ut tekst og bilder til et harmonisk hele på hver side, klarte jeg ikke selv. Det var naturlig at daværende organisasjonssekretær, Marianne Skaret, tok den jobben. Det var ikke selvsagt at hun fortsatte med layout-arbeidet etter at hun sa opp stillingen, men det gjorde hun heldigvis. Noe egentlig layoutprogram har hun aldri hatt til rådighet. En annen utfordring har vært å finne egnede bilder uten at det koster forbundet for meget. Marianne har utført jobben med tålmodighet, oppfinnsomhet og iherdighet. Takk for innsatsen!

Fra og med dette nummer er Patrik Swanstrøm layoutansvarlig. Det lover godt at han har utgitt sitt eget alternative blad tidligere.



Holistisk Forbund

- en livssynsorganisasjon



PROGRAM

Aktivitetsdag 31. mai 2014

Sted: Årvoll Gård, Oslo (arvollgard.com)

Lørdag 31. mai

Kl. 15.00 Velkommen ved Kari og Patrik

Kl. 15.15 Det ukjente

Kl. 15.30 Toning Christer Viklund og Christina

Kl. 16.00 Foredrag med Olav Drageset

En ny forståelse av sinnet. Tolkning av strengteoriens krav til virkeligheten, kan gi et nytt bevissthetssentrisk verdensbilde. Et vitenskapelig grunnlag for å forstå sinn, ånd og bevissthet.

Olav er utdannet elektro ingenjør. I tillegg har han praktisert og undervist Acem meditasjon gjennom mer enn 40 år.

Kl. 17.00 Kaffe pause. Deretter spørsmål i anledning foredraget.

Kl. 18.00 Grilling

Ta med egen mat for å grille.

Kl. 20.00 Trommesirkel

Ta med tromme og annet av instrumenter.

<http://kart.gulesider.no/m/kyRmB>

Har du noe å bidra med, meld fra til sekretariatet!





1. Juni på Årvoll Gård i Oslo



Et landsmøte er medlemmenes anledning til å øve innflytelse på forbundets prioriteringer.

Faste poster på programmet under et landsmøte er «det ukjente» (unikt for HoF), regnskap, budsjett, årsmelding, virksomhetsplan, innkomne forslag, kontingent

og uttalelser. Vanligvis har vi også et temamøte.

Alle medlemmer kan melde seg på og er hjertelig velkommen. Påtroppende og avtroppende styremedlemmer og en representant for hvert lokallag får reisedekning.

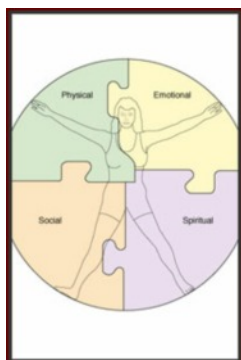
Frist for innkomne forslag: 1. mai

Følg med på www.holisme.no for nærmere Program.

Kl. 10-17

Deltakeravgift: 250.-

Påmelding til sekretaer@holisme.no eller 22 17 31 00.



HoF oppfordrer medlemmer til å aktivisere seg i sitt lokallag eller ta initiativ til å starte nye. Her er kontaktpersoner for noen regioner:

Lokallag og lokallagsledere

OAHOF	Oslo/Akershus:	Marianne Westby	oslohof@gmail.com	99707301
NHOF	Nesodden/Frogn	Runar Tudok	rtodok@online.no	90912510
SHOF	Stavanger		Stavanger@gmail.com	
HHOF	Hitra	Roman Lund	romanlun@online.no	72443796
GHOF	Grenland	Aud Eike Hansen	au-eik@online.no	41242104

Kontaktpersoner

Odda/ Haugesund	Målfrid Aukland	m.e.aukland@hotmail.com	45851025
Tromsø	Beate Kvarmo	tromsohof@gmail.com	90126520
Buskerud	Egil Trohaug	etrohaug@yahoo.no	41517302
Lillehammer	Bente Martini	bente_privat@hotmail.com	47230670
Tønsberg/Vestfold	Lone Charlotte Haugland	lonecharlotte@gmail.com	47416505
Skien	Torill Holte	theoline@theoline.no	99157602
Sørlandet	Sigmund Syvertsen	sigmundsyvertsen@yahoo.no	
Bergen	Jan Olav Mjøs	janolav.mjøs@gmail.com	



HOLISTISK FORBUND

Postadresse: Postboks 8925, Youngstorget
0028 Oslo

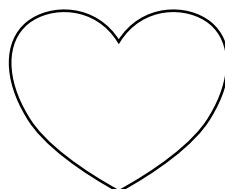
Besøksadresse: Møllergata 23,
0179 Oslo

E-post: sekretaer@holisme.no

Telefon: 22 17 31 00

Mobil: 41280047

www.holisme.no



God sommer !