



Nyhetsbrev 2 for Buddhistforbundet

Innhold

Innledning.....	1
Ingrid slutter.....	2
Statstilskudd.....	2
Beredskap	2
Lysfest som del av Nasjonaljubileet 29.11.	3
Dharmatune.....	4
Konfirmasjon	5
Buddhistiske ambassadører	5
Betjening i institusjoner – Forsvaret.....	6
COP30.....	6
Årsmøtet.....	6
Sosiale medier, hjemmeside og mer	7
Dharma – tekst om Buddhas lære	7
Medlemsprofil.....	8
Spørsmål og svar	8
Tips og Ressurser	8
Kalender 2026	10

Innledning

De gyldne bladene faller fra treet som snø.

Så er de borte

- livets gang.

Vakkert

- hvis du har hjerte til det.

Det har vært et spennende halvår som reflekteres i alle sidene.

Etter årsmøte er nyhetsbrevet en viktigere kanal for å formidle noe av det som skjer i

Buddhistforbundet, da alle styrelederne i våre

medlemsorganisasjoner ikke møtes jevnlig. Vi formidler også ting som skjer via hjemmesiden og Facebook.

Har du ideer eller ønsker å bidra så ta kontakt med meg på

[gunaketu@](mailto:gunaketu@buddhistforbundet.no)

buddhistforbundet.no eller stikk

innom i Rådhusgata 1, tirsdag-torsdag 😊

Ingrid slutter



1. april 2019 ble Ingrid Rødnes ansatt i Buddhistforbundet – og det var ingen spøk! Ingrid har vært en uvurderlig støtte og hjelp på kontoret. Hun kom inn med solid og variert praksis både med regnskap, organisasjonsarbeid og dharmapraksis. Dette har blomstret i utallige veiledningssamtaler med våre kasserere og regnskapsførere for å få bokføringen i havn. Hun har (nesten) utrettelig støttet styret med oppdateringer av styrevedtak, referater og påminnelser om utallige rapporter. Mest av alt har jeg satt pris på Ingrid som en lojal, humørfylt dharmafarer som virkelig har praktisert buddhas tredelte vei med etikk (hvordan vi tilrettelegger for dharmia i verden) – meditasjon (hvordan vi jobber med egne sinnstilstander i den jobben vi gjør) – visdom (hvordan vi kan lære å bedre være i verden). Tusen takk for nesten 7 flotte år!

Statstilskudd

Som dere vet, pågår det en evaluering av ordningen med Statstilskudd.

Samarbeidsrådet for Tros og Livssyn (STL) jobber aktivt med saken og har løpende dialog med Regjeringen. Det er et komplekst spørsmål og så langt er det kommet tre forslag til endring:

- A. Som i dag, men å endre beregningsgrunnlaget litt
- B. Fryse størrelsen for fire år av gangen
- C. Stortinget fastsetter en felles sats eller pott for både Den Norske Kirke (Dnk) og andre, uavhengig av medlemstall i Dnk

Hvis du vil vite mer eller få en presentasjon utarbeidet av STL så ta kontakt.

Statsforvalter som betaler ut statstilskudd, krever fra 1.1.2026 40% kvinner og 40% menn. BF sitt styre, med 4 kvinner og 5 menn er innafør, og vanligvis er medlemsorganisasjonene samlet sett innenfor. Det vil være nødvendig å bekrefte at tros- og livssynssamfunn er kjent med vilkårene for tilskudd, og at vi vil arbeide for å oppnå minst 40% kvinner og 40% menn i styrende organer i medlemsorganisasjonene som forvalter statstilskuddet.

Beredskap

Verden har blitt et mindre trygt sted. Autoritære regimer som søker å destabilisere demokratier, utøver vold og trusler, samt et klima som stadig presses utover dets grenser, skaper uforutsigbarhet og lidelse. For å motvirke og forebygge lidelse ønsker BF å bidra i det beredskapsarbeid som er på trappene. 24.10 arrangerte STL en beredskapskonferanse der Elisabeth Sørbøe Aarsæther, direktør for Direktoratet for

samfunnssikkerhet og beredskap (DSB), var til stede. Tros- og livssynssamfunn kan være viktige støttespillere i kriser og trusler. Vi kan bidra til trygg informasjonsformidling på mange språk, tilby lokaler med ro, varme og omsorg, samt å bygge moralsk motstandsdyktighet både i fredstid og krisetid.

STL og DSB kom med tre konkrete ting alle medlemsorganisasjoner kan bidra med:

1. Ha et lager av vann som kan drikkes. Dette er livsnødvendig.
2. Tilby varme. Det enkleste er å ha 5-10 ekstra ullpledd vi kan gi bort i krise.
3. Inkludere alle generasjoner i beredskapen, så alle vet hva de kan bidra med.

STL jobber nå med en veiledning til tros- og livssynssamfunn som vi trolig presenterer på årsmøtet.

Lysfest som del av Nasjonaljubileet 29.11.

Årets lysfest blir feiret på Karma Tashi Ling. Det blir en ny og spennende feiring som er en del av Nasjonaljubileet.

I 2030 er det tusen år siden en av de mest symbolsterke hendelsene i norsk historie: slaget på Stiklestad 29. juli 1030 hvor Olav Haraldsson døde i et forsøk på å gjenerobre landet. Slaget ble en milepæl i to avgjørende prosesser for fremveksten av Norge. Feiringen av dette skal skje over et tiår som startet i 2021 på mange måter. Mange arrangementer skal symbolsk vise hvordan ulike historier om Norges tilblivelse har blitt til som en symbolsk vev som både strekker seg lenger bakover og helt frem til vår egen tid. Kjernen i jubileet er riksdannelse, kristning og samspillet mellom de to. Olavsarvens mangfoldige, tusenårige avtrykk utgjør samtidig et vindu inn i temaer som lovgivning, folketro, kultur, migrasjon, tilhørighet, samene som Norges urfolk, forholdet mellom majoritet og minoritet, religion og livssyn, historiebruk og mye mer. Les mer på www.nasjonaljubileet2030.no

EN DEL AV



I denne sammenheng vil vi i Buddhistforbundet vise noe av det buddhismen bidrar med. Det gjør vi både gjennom ritualet, talen, meditasjon, samvær og vår musikkdugnad Dharmatune – se nedenfor.

Vi vil igjen ta opp tradisjonen med lysparade rundt stupaen som er et vakkert og verdig ritual. Vi ønsker at så mange som mulig har mulig til å bli med å feire 😊



16.00 Dharmatune introduksjon

- Introduksjon av Gunaketu
- Tale fra Anne Lindboe som er ordfører i Oslo
- Minikonsert med bidrag fra Sivert Sivertsen, Kåre Lie, Linn Hege Langrekken, Jan Verner-Carlsson

16.50 Pause

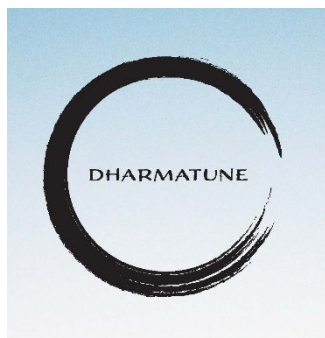
17.10 Hilse til Tre Juveler ledet av: Lama Changchub

- Velkommen av Styreleder i BF
- Meditasjon
- Resitasjon av hjertesutra på norsk ledet av: Shindo 5 min
- Presentasjon fra en eller to grupper. Forslag: Rinzai Zen har nye lokaler; KTL feirer 50 år
- Bønn for å gi lampe til Atisha (prayer of lamp offering to Atisha): Ani Chökyi 6 min

18.00 Lysparade ute rundt stupa med fakler mens vi synger mantra

18.30 Mat og sosialt samvær

20.00 Avslutning



Dharmatune

For å fremme dharma i vår vestlige kultur, trenger vi også å utvikle musikk inspirert av dharma – Buddhas lære. Dette er det en lang tradisjon for i Østen med mye vakker musikk. I Vesten har vi også noen inspirerende innslag, som laget av David Bowie, Beastie Boys, og Herbie Hancock. Dette er flott og vi trenger mye mer 😊 Derfor har Buddhistforbundet lansert

en musikkdugnad for å motivere det norske folk til å lage musikk inspirert av grunnleggende positive verdier som frihet, toleranse og respekt. Vi har i år fått fire flotte bidrag som blir spilt i starten av lysfesten. Til neste år vil vi invitere folk fra hele Europa til å bidra. Vi fokuserer spesielt på 'Vestlig' musikkstil i alle sjangere.

De mest passende bidragene får vi spilt inn i studio og laster opp på profilen [Dharmatune i Spotify](#). Dere kan allerede høre på låta **Fri** som ble spilt på Vesak. Med årene håper vi dette vil vokse til en stor og inspirerende musikk-kilde. Derfor er dette arrangementet med i Nasjonaljubileet der vi er med å veve den veven vi kaller Norge.

Vi takker spesielt Sivert Sivertsen som har vært primus motor til dette sammen med Gunaketu, og Ani Chökyi som har vært med i juryen som har vurdert dharma-innholdet i bidragene.

Hensikten er å rette fokus mot musikk som en helende og samlende kraft. Dette anser vi som et viktig motsvar til en kaotisk samtid. Vi inviterer alle til å bruke sommeren på å lage en låt basert på disse verdiene og sende oss innen 1.9.2026.



Konfirmasjon

Årets konfirmasjon ble en suksess med 19 deltagere og tre faddere. Det er første gang vi har med faddere som er fjorårets konfirmanter. Det var en stor hjelp, så takk til Ekery, Thaddhar og Emma. Elisabeth, Gee og Gunaketu var hovedlærere og jobbet videre med å forbedre måten vi underviser på, og fikk god hjelp fra Sara, Nittaya, Lilly og Liz. Pemananda Thero besøkte oss på siste dag til stor interesse. Wut Hmon jobbet hardt for at organisasjonen skulle gå sømløst. Hun trenger mer hjelp til neste år.

Vi har også fått forespørsel fra Vestlandet om vi kan hjelpe til med å få organisert et konfirmasjonsopplegg der. Det vil vi gjerne bidra til, og tenker at det må organiseres fra Vestlandet. Det kan bli en litt annen modell med en blanding av fysisk samling og undervisning på nett. Hvis du er interessert i å bidra med det, ta kontakt med Gunaketu.

Buddhistiske ambassadører

Sara jobber for å skape en buddhistisk ungdomsgruppe på tvers av tradisjonene. 29.9-2.10 dro 22 ungdommer og to voksne på tur til Trysil. Ungdommen hadde bestilt hytte, mat ble kjøpt inn, transport organisert og så hadde de noen morsomme dager på fjellet. De fikk besøk av flere munkar, Vivian fra STL og Egil Lothe. På sikt ønsker Sara å utvikle Buddhistiske veivisere, slik muslimer, jøder og samer har. Ambassadørprogrammet er et skritt på vei i den retningen. Har du ideer eller ønsker å vite mer, så ta kontakt med Sara på sara@buddhistforbundet.no

Betjening i institusjoner – Forsvaret



Etter å ha skrevet intensjonsavtale med Forsvaret i fjor, ble jeg invitert til et samarbeidsforum i september og både Shindo og jeg ble invitert til Forsvarets Tros- og

Livssynskorps sin årskonferanse i oktober, på Oskarsborg. Der ledet Shindo en meditasjon, jeg presenterte Buddhistforbundet og så svarte vi på spørsmål Det var et positivt møte og vi er spent på fortsettelsen.

COP30

Jeg ble invitert til å bli med i STL sin interreligiøse klimanettverksgruppe til COP30 som er FNs klimatoppmøte som avholdes i Belèm, Brazil. Jeg reiser sammen med Birte Nordal, Einar Tjelle og Zhira Beck. Det er en spennende anledning til å bringe buddhistiske perspektiver til den Norske delegasjonen og andre aktører vi møter der nede. Følg med på Facebook så vil jeg komme med oppdateringer der.

Årsmøtet

Neste årsmøte avholdes lørdag 18. April 2026 på Wat Thai som i fjor. Alle medlemsorganisasjonene utpeker sine delegater og til sammen blir vi rundt 50 deltagere. Hvis du har innspill eller ønsker du gjerne vil ha behandlet så kan du sende det til styreleder i det medlemssamfunn du tilhører eller direkte til kontor@buddhistforbundet.no. Styret i BF, som ble valgt på forrige årsmøte vil behandle, vurdere og prioritere innspill.



Dagsorden er:

- Årsmelding
- Regnskap og revisjon
- Budsjett, handlingsplaner og strategidokumenter
- Vedtektsendringer
- Saker om organisasjoners medlemskap
- Valg av styre, styreleder og nestleder
- Godkjenne stillingsinstruks og stillingsprosent for generalsekretær og øvrige ansatte på BF kontor
- Vedta instruks for styret og retningslinjer for Buddhistforbundets ansatte og frivillige
- Valg av valgkomité
- Andre saker

Valgkomiteen består av Elisabeth Berner (Dharmagruppa, Jeanette Phan (DVBS) og Muditadevi Kjørstad (OBS).

Sosiale medier, hjemmeside og mer

Vi har så vidt begynt å tenke på hvordan vår neste hjemmeside kan bli. Den kan bli så mye mer enn en hjemmeside – heller en portal for forskjellige buddhistiske aktiviteter gjennom forskjellige medier.

Vi er i ferd med å samle en liten gruppe som kan ta dette arbeidet videre. Hvis du er interessert i slikt arbeid, enten det er innhold, tekniske løsninger eller nettverksarbeid så ta kontakt med gunaketu@buddhistforbundet.no.

Dharma – tekst om Buddhas lære

Er verden og dens vesener ondskaps-fylt, gjør motgang til en vei mot oppvåkning

Dersom verden og dens vesener er fylt av ondskap – i form av at rikdom svinner, at problematiske mennesker øver vold og så videre – med mengder av lidelse som resultat, må du gjøre den opplevde motgangen om til en vei mot oppvåkning. Dette har tre deler: «[Å omgjøre] ved hjelp av der relative oppvåkningssinnet», «[Å omgjøre] ved hjelp av det absolutte oppvåkningssinnet», og «[Å omgjøre] ved hjelp av spesielle handlinger»

(Fra «Den definitive sannhets fakkell & Sinnstreningens syv punkter» av Jamgön Kongtrul Lodrö Thaya, et al., oversatt av Karma Lodrö Chökyi, Marpa Translation Society, s. 195)

Medlemsprofil

I hvert Nyhetsbrev ønsker vi å skrive litt om en eller to av våre medlemsorganisasjoner.

Denne gangen gratulerer vi **Rinzai Zen-senter med nye lokaler.**

Da BF flyttet til Rådhusgata 1-3 flyttet Rinzai Zen-senter til Fjellgata 1 i Oslo. De har pusset opp fine lokaler med store vinduer, og tredje august åpnet de det nye tempelet med en åpningsseremoni ledet av senterets hovedlærer Koshin som vanligvis bor i USA. Vi ønsker dere lykke til med å inspirere til dharmapraksis i lang tid fremover.

Du kan lese mer her: [Rinzai Zen-Senter Oslo](#)



Zazen

Kinhin



Te-servering

Chanting

Spørsmål og svar

Dette er en ny spalte som ble foreslått på årsmøtet. Du kan sende inn spørsmål til kontor@buddhistforbundet.no og så vil vi finne svar til neste nyhetsbrev.

Hva er det vi feirer ved Vesak?

Vesak feirer først og fremst Siddharthas Gautama sin fulle oppvåkning. Han ble da Buddha. Buddha er en tittel på den første i det verdenssystem som blir fullt opplyst. Noen tradisjoner feirer også at Siddhartha ble født 36 år tidligere i Lumbini, og at han gikk inn i parinirvana (fysiske død av kroppen til Buddha).

Tips og Ressurser

- **Kurs for religiøse ledere med utenlandsk bakgrunn** er et fantastisk kurs som tilbys gratis fra Teologisk Fakultet. Kursserien er primært for religiøse ledere med utenlandsk bakgrunn. Kursserien støtter seg på fakultetets forskning innen interreligiøse studier, dialogisk metodikk og teologiske islamstudier. I en evaluering av kurset noen år tilbake uttrykte mange deltakere at de hadde hatt stor nytte av kurserfaringen, av å skape nettverk gjennom kurset og at de hadde en opplevelse av å bli myndiggjort og ansvarliggjort i sine ulike roller som ledere gjennom å delta på kursene. Du kan lese mer her: [Kurs for religiøse ledere med utenlandsk bakgrunn - Det teologiske fakultet](#)

- **Trygging dokumenter:** Buddhistforbundet er en paraplyorganisasjon med grupperinger og enkeltindivider basert på buddhistiske verdier. Dette er for mange en kilde til stor rikdom, støtte og styrke. Det medfører imidlertid også en risiko for at vi ikke klarer å legge merke til usunn eller kriminell aktivitet, stille vanskelige spørsmål eller handle på grunn av naivitet, lojalitet til venner eller mangel på bevissthet eller antagelse av at «det kunne ikke skje her» eller «de ville aldri gjøre noe slikt.»

For å forebygge alvorlige hendelser og etablere sunne rutiner hvis noe alvorlig skulle skje, har Buddhistforbundet utarbeidet [Trygging dokumenter i BF som ble vedtatt 12.6.2024](#). Dette er et uttrykk for den første etiske forskriften som Buddha underviste: å beskytte levende vesener fra skade.

- **Kunstig intelligens** (KI eller AI Artificial/Alien Intelligence) er nok kommet for å bli. Det er en kraftig ressurs når den blir brukt fornuftig. Vi bør være oppmerksomme på at hvert søk eller spørsmål krever mye energi til drift og kjøling, så det er en miljømessig konsekvens. Det er flere programmer og jeg bruker mest Claude som har en litt tydeligere etisk profil. Her er tre eksempler.
 - **1. Tilgjengeliggjøring av buddhistiske læretekster:** Insight Meditation Center i California har utviklet "Sophia", verdens første AI-guide til buddhistiske tekster, som hjelper brukere med å navigere gjennom en database med over 12 000 buddhistiske foredrag.
 - **2. Administrasjon og organisatorisk effektivitet.** AI kan håndtere administrative oppgaver som planlegging, dataadministrasjon og oppfølging av besøkende, slik at personalet kan fokusere på buddhistiske aktiviteter. Det kan være å automatisere påmelding til meditasjonskurs og retreat; automatisere flerspråklig kommunikasjon (norsk, engelsk, tibetansk, thai, vietnamesisk osv.). Det kan også være å lage målrettede nyhetsbrev og oppdateringer
 - **3. Finne støtteordninger og lage søknader.** Jeg har selv funnet og laget to søknader om penger til Barne-, Ungdoms- og Familiedepartementet basert på KI.

Kalender 2026

Dato	Hva	Kommentar
17.2	Kinesisk og vietnamesisk (<i>Tet</i>) nyttår	
1.2	<i>Magha puja</i> (thai theravada feirer munkeordenen)	Fullmåne
15.2	<i>Parinirvana</i> da Buddha sin fysiske kropp døde (noen tradisjoner markerer dette med Vesak)	
18.2	Tibetansk nyttår (<i>Losar</i>)	
13.4	Thai nyttår (<i>Songkran</i>)	Fast
14.4	Singalesisk nyttår	
17.4	Burmesisk nyttår (feiringen med å kaste vann starter 13.4)	
31.5	<i>Vesak</i> , feiring av Buddhas oppvåkning. Noen tradisjoner markerer også Buddhas fødsel som Siddhartha Gautama og hans fysiske død (parinirvana).	Fullmånen i mai. (Det er to fullmåner i mai 2026 og høytidsgruppa i BF har foreløpig bestemt å feire 31.5)
29.7	<i>Asalha puja</i> , Theravada feirer Buddhas første formidling av sin lære	Fullmånen i juli
28.8	<i>Vulan (Yulan / Avalambana)</i> , mahayana minnedag for de døde	Fullmånen i august
26.10	<i>Pavarana (Thadingyut</i> i Myanmar), theravada markerer avslutningen av munkenes regntidsretrett	Fullmånen i oktober

Takk for oppmerksomheten og så gleder jeg meg til å se mange av dere på lysfesten.

Metta

Gunaketu

generalsekretær