



# Tronfjellposten

Februar 2024 \* Stiftelsen Tronfjell Fredsuniversitet \* Nr. 1 Årg. 26



*Tron sett fra RV 3 på Steimosletta, Alvdal, kl. 11:22, den 2. januar 2023. Foto: BP.*

## 2023 – året som uteble fra Tronfjellposten

For første gang siden Tronfjellposten først utkom i 1998, ble det i fjor ikke utgitt et eneste nummer til Tronfjellpostens lesere. Det skyldes ikke at det ikke var noe å skrive om, nei, langt ifra, men heller at det aldri ble funnet tid til skrive og å utgi det. 2023 ble et svært hektisk år med mye reising og mange baller i luften samtidig, samt at flere påbegynte prosjekter ennå ikke var ferdige.



Denne utgaven vil derfor i noen grad oppsummere fjoråret med noen av de prosjektene som ble påbegynt i 2023. Viktig er vår annonse for vårt neste Livskunst-kurs, som kommer til sommeren, se sidene 14-15 og 16-17. Og sist, men ikke minst, vil vi skrive om vår alles kjære Sham, som gikk ut av denne verden helt på nyåret i år (sidene 2-5).

*Sham rett før den første cellegift dosen på A-Hus det året, den 21.07.2023. Foto: BP, kl. 07:48.*



# SHAM til minne

Av Bjørn Pettersen



Sham ved utkikkspunktet Sohlbergplassen i Sollia foran Atnasjøen og Rondane, den 16. juli 2023. Foto: BP, kl. 18:38.

## De siste minuttene

Det er tidlig morgen torsdag den 4. januar 2024. Klokken nærmer seg kvart på åtte. Ute er det fremdeles mørkt, og det er nærmere 20 minusgrader. Inne i rommet i 6. etasje på Elverum Sykehus er det alt annet enn mørkt og kaldt, men Sham, som ligger på dødsleiet i sin sykeseng på tredje uke, kjemper for å få nok luft. Kroppen jobber voldsomt. Hun venter egentlig bare på å få forlate kroppen sin, som er full av lymfe og kreft og uutholdelig smerte – en venten som har vart i flere dager nå. Hun er ved våkenbevissthet og øynene er halvt åpne, og hun lager lyder med åpen munn.

Like før snakket jeg høyt til henne: «Sham, kan du høre meg!?» Hun fokuserte straks blikket på meg og nikkede bekreftende, ute av stand til å kunne uttrykke et «ja». «Det går helt fint, Sham, du vil snart få slippe. Du kommer til å bli helt fri!», sa jeg til henne, som så ofte disse

dagene, mens jeg strøk henne kjærlig over hodet. Som nesten alltid under hele sykeleiet har Sham et rolig og fredfullt uttrykk i ansiktet – tingenes forferdelige, ytre tilstand påvirker ikke hennes indre ro.

Men Kavitha og jeg, samt de to kreftsykepleierne, Elise og Trine, som vi nettopp hadde tilkalt, var alle bekymret for Shams økende fysiske anstrengelse og uro, og vi diskuterte om det skulle gis en egen beroligende medisin til henne i situasjonen. Like før var det blitt konstatert både kalde føtter og kalde hender hos Sham, og pusten var kort og heftig. Det var nærmest uutholdelig å se henne slik, med det avmagrede ansiktet og de innsunkne øynene hun hadde fått de siste dagene. Jeg hadde fulgt hvert eneste åndedrett hun hadde tatt siden midnatt, da Kavitha tilkalte meg fra rommet mitt på pasienthotellet i 5. etasje, etter at Sham brått hadde våknet fra dyp søvn og sett seg rundt etter meg.

Å se Sham ligge slik, i time etter time, med smertepumpe som stadig ble oppjustert, nesten ugjenkjennelig i ansiktet og med kraftig hiving etter pusten, er kanskje det vondeste jeg har opplevd i hele mitt liv. Særlig fordi man føler seg så hjelpesløs selv. De inntrykkene er så sterke at selv nå, uker senere, vil tårene sprette straks hvis jeg går inn i de minnene. Men der på sykehuset i situasjonen, spurte jeg sykesøster om hvor lenge den tilstanden kunne vare. Hun svarte at det var umulig å si, og jeg spurte videre om det kunne dreie seg om dager? «Kanskje», svarte hun forsiktig. Da følte jeg for første gang på en fortvilelse, for vi var alle, ikke minst Sham, fullstendig utslitte. Der og da ba jeg i mitt stille indre en intens bønn om at hun måtte få slippe NÅ.

Kort tid etterpå, mens alle er fokuserte på Shams høyre arm hvor det beroligende middelet akkurat skal til å tilføres intravenøst, merker jeg plutselig at Sham er blitt helt stille, uten lyder og bevegelse i kroppen, og jeg utbryter: «Hun puster ikke lenger!» Alle vi fire som står rundt senga hennes konsentrerer straks på den øverste delen av kroppen hennes hvor vi ser det er litt bevegelse øverst i brystkassen – fire eller fem små rykk som forteller oss at hun fremdeles er i kroppen sin. Det er et svært intenst øyeblikk for alle fire. Men det er fullstendig *kumbhak*, pustestopp, uten innpust eller utpust, hjertet prøver å få til et fullstendig slag, men klarer det ikke. Og så bare forlater hun sin kropp, helt umerkelig, så stille, så stille, fullt våkenbevisst, med munnen igjen og øynene åpne, og med et vakkert, lyst og ytterst fredfullt uttrykk i ansiktet.

En enorm glede på Shams vegne føltes akkurat der og da, over at hun endelig hadde blitt helt fri fra alle de vanvittige smertene, og det fengselet hennes egen kropp hadde vært for henne de siste ukene. Og at hun fikk oppfylt sitt aller siste ønske i livet, at jeg skulle være der ved hennes side da hun tok sitt aller siste åndedrag. Takk!

På denne måten gikk Sham ut av dette livet, med noen av de aller største fysiske utfordringer et menneske kan ha, men med et rolig sinn i rolige omgivelser, fullt bevisst og vel forberedt på det som ville skje, og med kjære venner rundt seg som hun hadde den største tillit til. Men hva var foranledningen til alt dette? For å få svar på dette spørsmålet må vi gå helt tilbake til begynnelsen og fortelle i korte trekk hvordan livet hennes utviklet seg.

## Livets begynnelse

Sham ble født den 26. desember i 1975 blant tamiler i en landsby på østkysten av Sri Lanka. Moren var hindu, mens faren var muslim, noe som tydelig viser at dette var et kjærlighetsekteskap og ikke et arrangert ekteskap. Hun var deres andre barn, siden hun allerede hadde en eldre søster. Men fødselen forårsaket flere alvorlige komp-

likasjoner, slik at moren døde bare en uke etter fødselen. Sham vokste derfor opp sammen med morens foreldre og søsken utenfor byen Jaffna i det nordlige Sri Lanka. Hun bar imidlertid farens navn helt til hun giftet seg i voksen alder – Sham Al Bahmiya Ibrahim.

## Borgerkrig og flukt

Sham hadde en god barndom blant tanter og onkler på morssiden, som oppdro henne og søsteren helt som sine egne barn. Men i 1983 brøt borgerkrigen mellom tamilene og singaleserne ut, slik at oppveksten naturligvis til en viss grad ble preget av dette. Da krigshandlingene nådde helt inn til nabolaget der de bodde utenfor Jaffna i 1990, flyktet Sham sørover til Colombo hvor hun begynte på college. I likhet med så mange andre tamiler fra Sri Lanka ble familien da også etter hvert spredd over store deler av verden. Etter bare et halvt år der, flyktet hun videre til India og fullførte et semester i Chennai. Etter det bar det tilbake til Colombo hvor hun bosatte seg sammen med søsteren og fortsatte skolegangen sin de neste fem årene.

Det ble imidlertid utrygt for tamiler å oppholde seg i det singalesiske Colombo, og da det begynte å bli skummelt for de to enslige, unge søstrene, arrangerte onkelen i Norge en flukttransport hit. Den foregikk i flere etapper, og blant annet ble de på en av etappene smuglet i det klaustrofobisk trange og mørke lasterommet på en buss sammen med alle passasjerenes bagasje. Men i september 1996 ankom de endelig Norge, og Sham måtte begynne et helt nytt liv her som snart 21-åring. Hun lærte



Sham som klassisk danser. Fotograf ukjent.



seg snart norsk, og hun både snakket og skrev norsk bedre enn mange nordmenn, samt at hun var veldig flink til å uttrykke seg skriftlig. Hun kom også snart i jobb, og på fritiden var hun aktiv i tamilsk kulturarbeid, og reiste rundt med en dramagruppe og utførte klassisk, tamilsk dans.

## Familieliv

I 2001 møtte hun revisoren Olav Stapnes, og to år senere giftet hun seg med ham, i 2003. De bodde på Ski sør for Oslo, og fikk to barn sammen der, Andrea Priyanka i 2006 og Sondre Pranid i 2012. I mellomtiden utdannet Sham seg til førskolelærer med fordypning i spesialpedagogikk, og jobbet etter hvert i flere forskjellige barnehager. Der fikk hun alltid de beste skussmål i vitnemål og attester. Hun var veldig flink med barn, og hadde stor tro på at alle barn kunne lære å mestere sine egne utfordringer. Faktisk var morsfølelsen så stor at hun en gang uttrykte at hvis hun fikk et nytt liv, ønsket hun å føle seg som mor for absolutt alle barn!

Høsten 2018 ble imidlertid Sham og Olav skilt i enighet, etter 15 års ekteskap.

## Innvielse i åndelig liv

Jeg traff Sham første gang da jeg ble invitert til å holde Satsanga for Universal Kriya Babaji Yoga Sangam, eller bare 'Thambas yogagruppe', som vi pleier å kalle den. De hadde ukentlige søndagstreff i et leid lokale i underetasjen til Ellingsrud Kirke, og dette var om vinteren i 2012. Der var Sham i en gruppe på et 20-talls tamiler som alle også var flyktninger fra borgerkrig på Sri Lanka. Sham markerte seg fort ved å få et slags «anfall» da vi skulle meditere sammen. Hele kroppen ristet, og det kom ukontrollerte lyder fra munnen hennes. Det var symptomene på en plutselig aktiv *kundalini*, så jeg kalte henne til meg, etter å ha spurt gruppen om navnet hennes, og Sathya hadde svart «Sham». Jeg fikk henne da til å sitte ved siden av meg, og strøk henne faderlig over hode og rygg mens jeg småsnakket med henne, og alle symptomene forsvant. Hun fortalte meg at det aldri hadde hendt henne før. Og siden hendte det noen ganger igjen, men det skjedde alltid bare i min fysiske nærhet.

Vi holdt litt sporadisk kontakt både på telefon og via e-post etter det, men det var først den 13. juni i 2015 at hun, etter å ha uttrykt ønske om det noen tid på forhånd, ble innviet i åndelig liv av meg i Paramanandas hytte på Shantibu. Da hadde hun kommet til Shantibu for første gang en måned tidligere sammen med Sathya og Sri, den gang Sathya ble innviet.

Jeg visste at hun hadde hatt perioder med depresjon og vært på søken etter mer mening i livet i flere år. Blant an-



Sham på Tronsvangen Seter 20.10.2017. Foto: BP.

net hadde hun vært to turer til London for å treffe Mooji, men hadde hver gang returnert skuffet tilbake til Norge. Hennes dagbøker, som går tilbake fra 2006 og fram få uker før hun gikk bort, er fulle av sitater fra store visdomskilder, og vitner om en veldig aktiv sannhetssøken i alle de årene. Og disse to forholdene i livet hennes var nok avgjørende for at hun kom til meg.

Etter innvielsen ble det etter hvert mer og mer regelmessige besøk til Tronsvangen Seter, omtrent en gang i måneden de siste årene. Det sa hun at hun trengte for ro, inspirasjon, sosial adspredelse og personlig veiledning, og det var alltid en sprudlende, blid og glad Sham som kom kjørende inn på tunet med egen bil fra Oslo, sommer som vinter. Selv om hun var stillferdig, og litt mer innadvendt enn utadvent av natur, hadde hun god humor og hennes rungende latter smittet over på alle andre på Setra.

## Sykdom og kreft

Da hun fikk diagnostisert gynekologisk kreft i juli 2022, ble det naturlig nok et stort vendepunkt i livet hennes. Hun ble operert torsdag den 8. september på Radiumhospitalet i Oslo, og det var et omfattende kirurgisk inngrep som tok adskillige timer. Der ble eggstokker og eggledere, livmor, livmorchals, milten og deler av leveren fjernet, samt at diafragma ble skrappt, suksessfullt.

Før Sham ble trillet inn på operasjonsbordet, hadde hun sagt til seg selv at hun kanskje ikke ville overleve dette, så derfor overga hun seg helt til Gud og var mentalt sett rede til å dø. Derfor, da hun våknet opp fra narkosen etter operasjonen, følte hun at hun hadde fått livet i gave og at alt ved livet fikk mye større verdi for henne.

Under operasjonen hadde kirurgene fjernet all synlig kreft, men for å være på den sikre siden, og for å forebygge ny oppblomstring av kreftceller, ble det satt opp

et program med seks cellegiftkurer. Denne behandlingen var altså ikke kurativ, men var bare ment å være preventiv. Sham begynte med den første kuren, men hun ble så til de grader dårlig av den, både fysisk og mentalt, at hun ikke klarte å fortsette med resten. Hun tålte den rett og slett ikke, fordi cellegiften sikkert bare angrep friske kroppsceller, uten at det var noen kreftceller å gå til angrep på. Hun så seg derfor nødt til å avbryte videre cellegiftbehandling.

Dessverre skapte dette stor røre blant familiemedlemmene, som alle prøvde å overtale Sham til å fortsette kuren. Men hun på sin side følte at hun ikke hadde noe valg, og at videre cellegiftbehandling ville ta livet av henne. Etter dette tenkte hun at det ville være bedre å eventuelt leve et kort liv med kreft og antagelig ha en noenlunde livskvalitet, enn å skulle seigpines over lang tid med mye energitappende behandling uten egentlig livskvalitet, for bare å utsette det uunngåelige. For, som legen hennes på Radiumhospitalet sa: «Er det én ting vi vet om kreft, så er det at den kommer tilbake.»

Sham kom seg omsider etter denne feilslåtte behandlingen, takket være en tre ukers intensiv rekonvalesens på Tronsvangen Seter, og det gikk over et halvt år etter cellegiftkuren før det igjen ble oppdaget kreft hos Sham. Denne gangen i lymfeknuter i lysken. Hun gikk med på å begynne på en kurativ cellegiftkur med bare ett av de to virkestoffene i cellegiften, nemlig karboplatin, og etter bare tre doser av denne, kunne en lettere forundret lege ved Radiumhospitalet konstatere at Sham var helt kreftfri. Men til gjengjeld, som en bieffekt av operasjonen, utviklet Sham lymfeødem i begge benene sine, og etter hvert også hele underlivet. Dette utviklet seg såpass raskt og «unormalt» at flere leger mente det måtte være en bivirkning av cellegiften.

Men Sham hadde ikke hatt nevneverdig ubehag med bare karboplatin, og hadde heller ikke mistet håret, slik hun gjorde første gangen. Så i forhold til selve kreftbehandlingen, som hadde gått bra, følte det skikkelig ille for henne å bli så til de grader offer for bivirkningene av denne behandlingen. Lymfeødemet var hele tiden voksende og gjorde henne fysisk invalid, og intensiv fysiologisk behandling under et elleve dagers opphold på Unicare Landaasen, utenfor Gjøvik, gjorde henne ikke bedre, faktisk bare verre.

Til slutt ble hun innlagt på Elverum sykehus den 18. desember 2023, og ble der i 18 dager til sin død den 4. januar i år. Kavitha og jeg foretok alt stell av Sham kontinuerlig hver dag i hele denne perioden. Kavitha vasket, dusjet, tørket, og var omhyggelig med å smøre på henne salver og oljer, for å unngå sårddannelser og infeksjoner, to ganger daglig. Og jeg assisterte så godt jeg kunne. Vi tok på og av støttestrømpene hennes hver dag, skiftet tøy

og sengetøy, lagde mat og matet, hver eneste dag fra 7-8 om morgenen til omkring 22 hver natt. De siste fire-fem nettene våket vi over henne kontinuerlig på skift. Kavitha satte alle personlige behov til side og ofret seg fullstendig for Sham. Som veganer fikk hun knapt spist noe i det elendige sykehusutvalget av mat, og hun fikk helt minimalt med søvn. Hun glemte sågar å ta de daglige medisinene sine, som hun var helt avhengig av. Jeg har aldri sett her i Norge noen som har ofret seg slik for et annet menneske – ikke gjennom blod, men gjennom ånd – det er ekte, uforbeholden kjærlighet i praksis!

## Gode Sham

Sham var på alle måter et av de aller snilleste menneskene jeg har møtt i hele mitt liv. Alltid rede til å hjelpe, og alltid villig til å prøve å forstå. På alle måter utrolig raus, og gjerrighet fantes ikke i noen form hos henne. Hun elsket å gi gaver og oppmerksomhet, og hadde en egen evne til å finne veldig nyttige og fine gaver der hvor det trengtes. Ellers var hun stillferdig, og var ikke snakkesalig. Det var alltid fredfullt å være sammen med Sham. Men hun kunne også finne på uskyldige pek og «rampestreker», og hadde en stor sans for humor hvor latteren satt løst. For meg var hun det mest behagelige mennesket jeg kunne ha rundt meg, uten snakk, krav, klaging eller uro og rastløshet. Alltid stillferdig, rolig, hensynsfull og responsiv, med en svært behagelig klang i stemmen. Hun har gitt meg verdier i livet mitt som ingen andre.

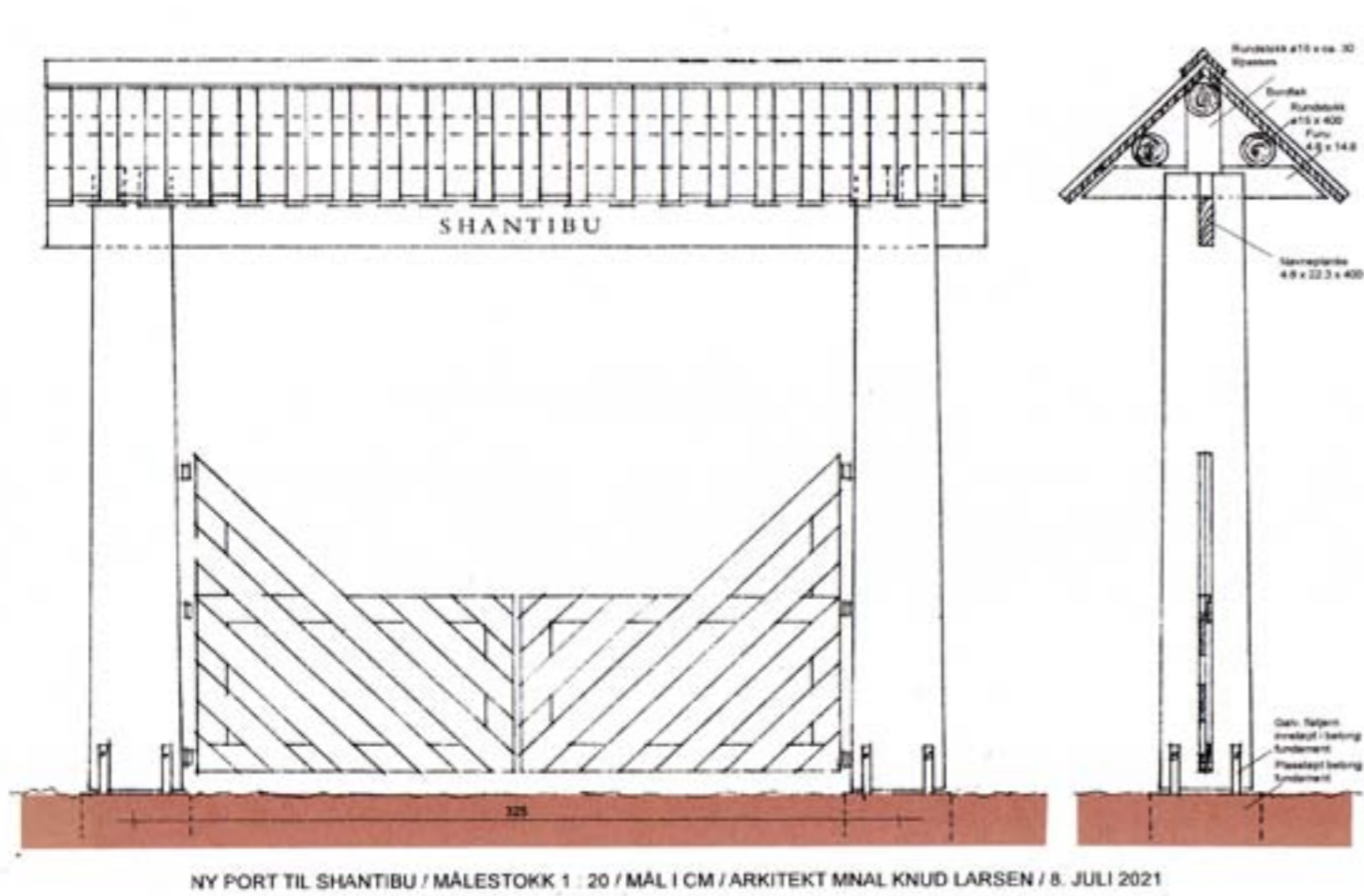
Vi vet at Shams positivitet og kjærlighet vil være med oss lenge, lenge, og vi lyser fred over hennes gode minne.



Dette er det siste bildet som ble tatt av Sham på Tronsvangen, 02.12.2023 kl. 11:15. Foto: BP.



## Ny port på Shantibu



Vi har arkitekttegnet port på Shantibu! Arkitekt Knud Larsen tegnet denne porten den 8. juli 2021. Nesten nøyaktig to år senere står den ferdig bygget på Shantibu i Tronsvanglia i Alvdal. Portstolpene er fra to furuer som sto for nær innpå husene inne på eiendommen, og derfor dessverre måtte hogges ned. Men de lever videre nå gjennom denne flotte porten. Det gjenstår innskrift på bordbladet som går igjennom begge portstolpene i overkant, rett under taket, samt en skigard på hver side i fronten av eiendommen. Hvordan vi eventuelt behandler portstolpene og treverket ellers i porten, er det ennå ikke tatt stilling til. Med denne porten er det store renoveringsarbeidet på Shantibu ferdig.



**Øverst:** Grunnarbeidet ble utført av Kent og Erlend i månedsskiftet mai-juni 2023. Det ble svært solid utført med forankring direkte på fjell. Her inspisert av Sham. Bildet er tatt den 31. mai 2023.  
**Over:** Alt trearbeid med porten ble utført av byggmester Halvor Haug med assistent. Bildet er tatt 14. juli 2023.  
**Under:** Det ferdige resultatet, 18. juli 2023. Alle fotos: BP.

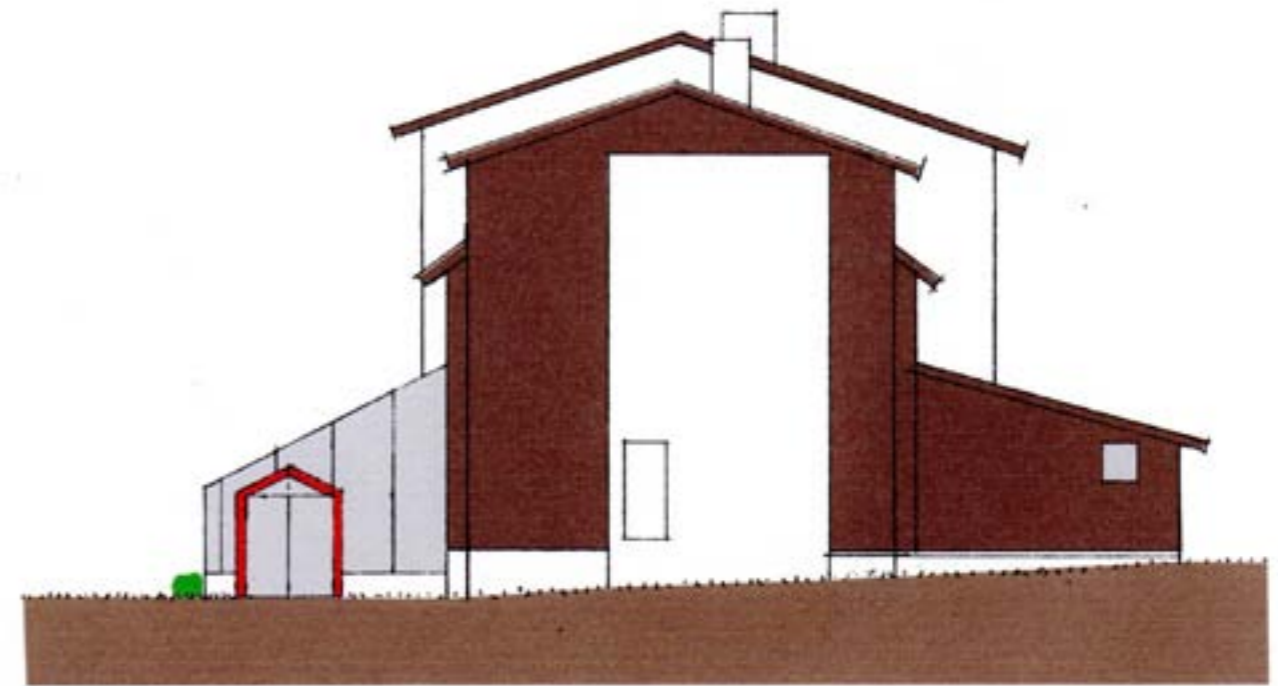




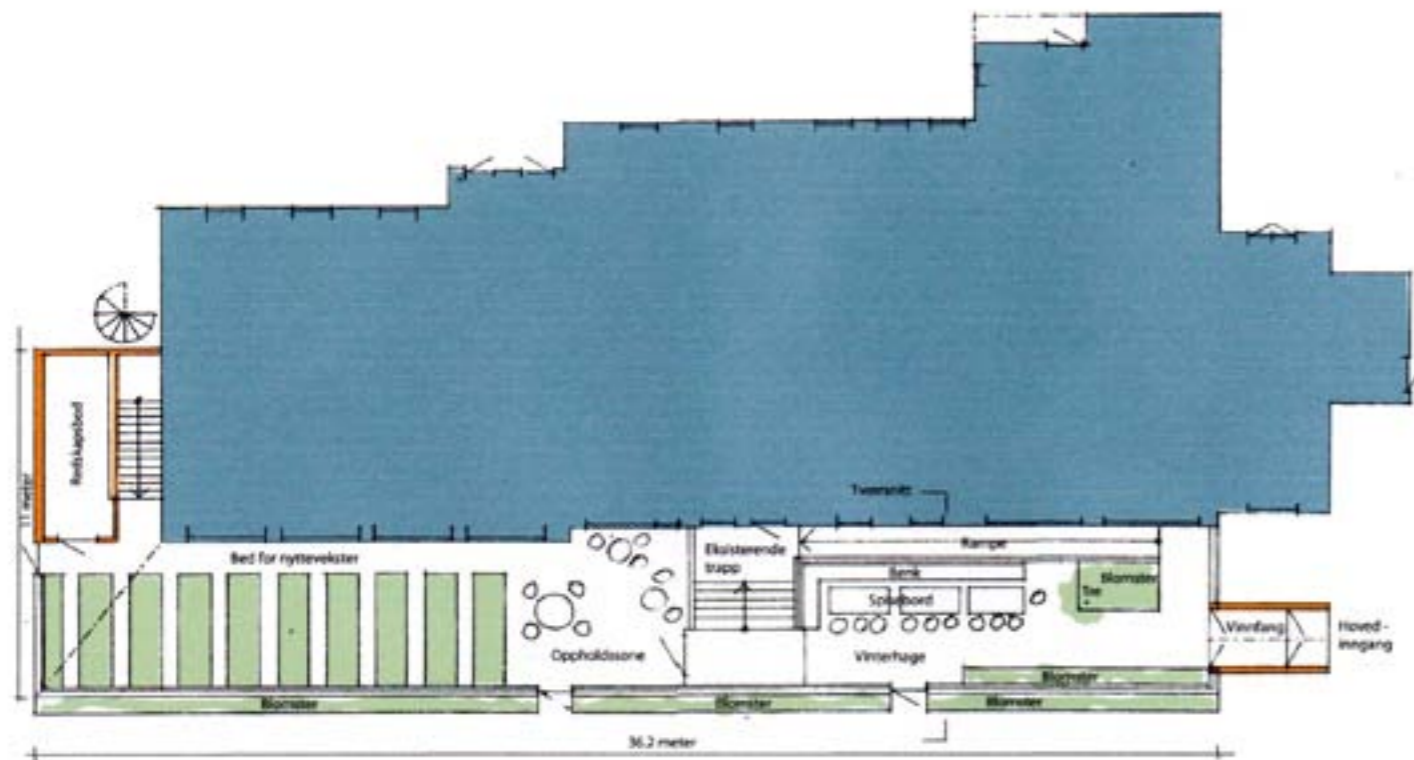
# Nye planer for veksthus på 'Setra'



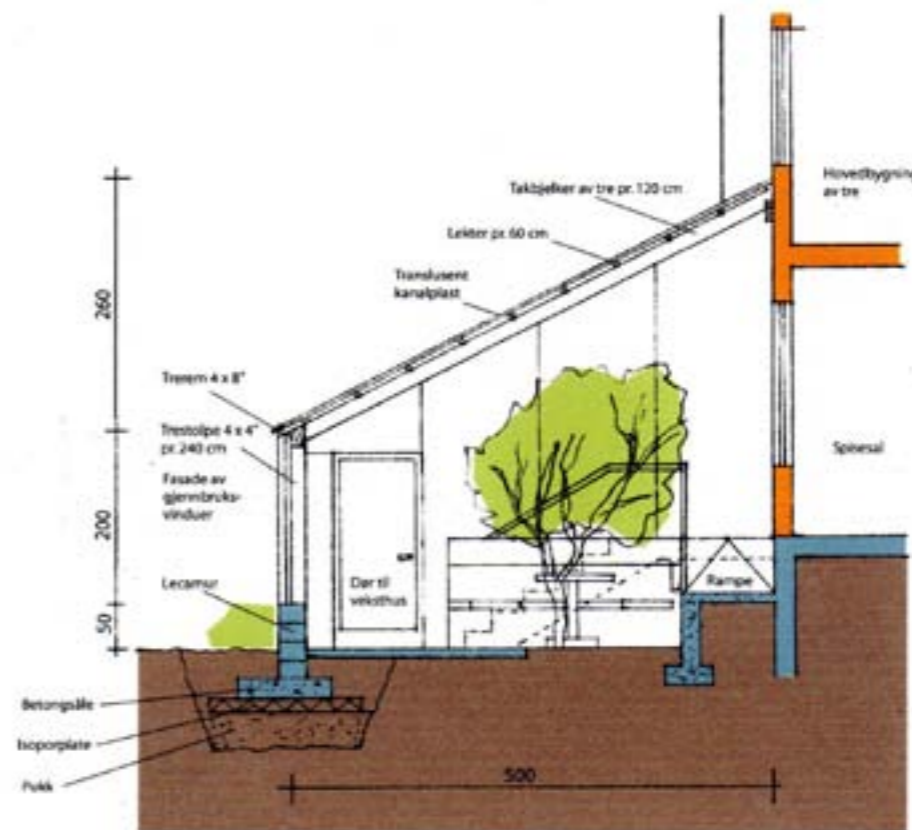
TRONSVANGEN SETER  
 Forslag til påbygg av veksthus/vinterhage  
 Fasade mot sørvest  
 Knud Larsen 01.11.2023



TRONSVANGEN SETER  
 Forslag til påbygg av veksthus/vinterhage  
 Målestokk 1:100  
 Gavl mot øst  
 Knud Larsen 01.11.2023



TRONSVANGEN SETER  
 Forslag til påbygg av veksthus/vinterhage  
 Mål i meter  
 Plan  
 Knud Larsen 01.11.2023



TRONSVANGEN SETER  
 Forslag til påbygg av veksthus/vinterhage  
 Målestokk 1:50, mål i centimeter  
 Tverrsnitt i vinterhage  
 Knud Larsen 01.11.2023

Tronsvangen Seter er gammelt og trekkfullt, og det meste blir dyrt når man skal drive med etterisoleringer og utskiftninger av vinduer og/eller vindusomramninger, dører, osv. Det blir også svært kostbart med den drivhusplanen vi presenterte i forrige nummer av Tronfjellposten. Med denne planen slår vi derfor flere fluer i ett smekk, som det heter:

- 1) Vi vil få et helt nytt, lunt og godt innklima i hele bygningen, og slipper dyre etterisoleringer og diverse utskiftninger.
- 2) Vi får dyrket mat til eget bruk, som er det viktigste.
- 3) Vi får en attraktiv vinterhage.
- 4) Vi får snudd hovedinngangen fra SV, som er svært lite gunstig, til SØ, som er lengderetningen på bygget.

5) Vi får endelig også gjort noe med nord-vest enden av bygget, som er svært lite tilfredsstillende i dag. Det blir da en helt ny nødutgang både fra underetasjen, og fra de to etasjene over, samt at det blir bygget en redskapsbod for drivhuset.

Hvis Sweden Greenhouse, som er de fremste på drivhus-

bygging i Norden, skulle bygge dette for oss, ville det koste over fem millioner kroner, som vi slett ikke har råd til. Men vi tenker å bruke bare gjenbruksglass fra kasserte vinduer, bl.a. fra den gamle husmorskolen i Alvdal, som vi har fått lovnader om. Dessuten blir det mye egninnsats, i samarbeid med en lokal snekker. Vi håper å kunne få dette opp i løpet av året.



# Pengegaloppen

## Åpent innspill til Alvdal kommunes strategiske næringsplan

Av Bjørn Pettersen

Alvdal kommune har utarbeidet en strategisk næringsplan, som inneholder langsiktige og strategiske mål for hva kommunen ønsker å arbeide for i de kommende årene. I tiltaksdelen er det, foruten generelle satsingsområder, tiltak innen satsingsområdene industri og transport; reiseliv; handel og service; samt landbruk – generelt; tradisjonell husdyrproduksjon; økologisk mjølkeproduksjon; skog og utmark; rekruttering og kompetanse; og tilleggsnærings. Av de til sammen 58 konkrete tiltakene som er listet opp, er det i realiteten bare ett eneste – «grønn verdiskaping» (2.4) – som kanskje kan ligne litt på å være innovativt og fremtidsrettet (\*). Resten er bare videreføring av velkjente vekstparoler som i sum går ut på bare en eneste ting: Hvordan tjene mer penger!

Hvor mye penger ønsker man å tjene? Finnes det noen grense? Hvor mye natur trengs å raseres, og hvor mange dyr trengs å bøte med livet? Hvor mange fritidsboliger trenger vi å bygge? Hvor mye unødvendig fornøyelse, brød og sirkus ønsker vi å tilrettelegge for? Gjør alt dette oss mer fornøyde og glade som mennesker? Jeg bare spør, for det virker ikke som om Alvdal kommune har tatt innover seg at vi er ved inngangen til enorme globale kriser som rammer alt liv på jorda – naturkrise, klimakrise, krigskrise, økonomikrise, samfunnskrise, osv. I Alvdal kommune skal alt bare fortsette nøyaktig som før, bare med en enda større optimisme og veksttakt. At FN's generalsekretær fra sin høye stilling skriker FARE! og VARSKO! så høyt han bare kan, spiller visst ingen rolle. At det nå er vitenskapelig konsensus for verifisering av disse krisene, at det er offentliggjort omfattende rapporter, detaljerte dokumentarer, kronikker og andre opplysningsressurser fra store deler av samfunnets beviste intelligentsia, og at det attpåtil er bred internasjonal, politisk enighet om at noe må gjøres, synes visst heller ikke å gjøre noe inntrykk på lederskapet i Alvdal, akkurat som i resten av dette landet med regjeringen i spissen.

Men ærlig talt: Det er et faktum at menneskelig aktivitet nå er så dominerende at den forstyrrer naturkreftene og de naturlige habitatene som livet trenger for å overleve på jorda. Alt dette er i ferd med å kollapse nå på grunn av mennesket, som har satt seg selv utenfor naturens orden og således fremmedgjort seg selv i forhold til naturen. I løpet av de neste 80 årene er det mest sannsynlig at vi mister halvparten av alle jordas arter. Sist gang det skjedde, var for 65 millioner år siden. Vi kommer nå inn i en ny geologisk tidsalder. I jordas levetid har det tidligere vært fem utryddelser som alle har vært forårsaket av vul-

kaner. Mennesket slipper ut mer CO<sub>2</sub> i atmosfæren nå i vår tid enn de megavulkanutbruddene som utryddet alt liv i fortiden. I de siste 200 årene er all opplagret CO<sub>2</sub> fra historien – olje, kull og gass – blitt gravd ut og forbrukt. Det var dette som la grunnlaget for den industrielle revolusjonen, som er basert på disse fossile drivstoffene. I dag slipper vi ut 100 ganger mer CO<sub>2</sub> enn alle verdens vulkaner til sammen.

CO<sub>2</sub> varmer opp jorda fordi den virker som et teppe i atmosfæren rundt kloden. Dette destabiliserer en av de viktigste livsfaktorene: Været – og fører til tørke, flere branner, stormer og oversvømmelser. Dette fører til at klimaflyktninger tvinges til andre leveområder, og hundrevis millioner mennesker vil måtte flytte i løpet av de neste 50 årene. Karbon er selve livsgrunnlaget på vår planet, for alt liv består av karbon. Siden starten på den industrielle revolusjonen har havet absorbert omtrent halvparten av alt CO<sub>2</sub>-utslipp fra oss mennesker. Aktiviteten til menneskene forstyrrer balansen til en ellers perfekt balansert planet – den forstyrrer havene og været – fordi 80% av all forbruksenergi kommer fra fossilt drivstoff. Syv milliarder mennesker bruker allerede nå ressurser tilsvarende 1,5 klode. Dette er IKKE bærekraftig!

Ja, dette er store saker, men vi er nødt til å ta dem innover oss! Hvis vi ikke gjør det frivillig nå, blir vi før eller siden tvunget til å gjøre det, for ingen unnslipper konsekvensene av dette. I Alvdals næringsplan er det ingenting om moderasjon – om hvordan vi kan gå fram for å forbruke mindre – hvordan vi som et lite samfunn kan hjelpe hverandre til å bli mer selvhjulpne og selvberget både med mat og energi. Glem storsamfunnet litt her – de er på kollisjonskurs og tror at disse krisene greit kan løses med klimaregnskap, bioøkonomi, kvoter og teknologi – mer energi, mer vekst og mer forbruk er de velkjente oppskriftene der. Men i et lite samfunn som Alvdal er forholdene mer oversiktlige og håndterbare, og det burde i hvert fall gå an å prøve litt oppfinnsomhet med tilrettelegging for slike forhold. Det vil selvsagt forutsette en helt ny intensjon for næringsplanen, og det kunne gjøre Alvdal til en foregangskommune i dette ellers så naturfientlige landet.

Jeg tror de fleste av oss har begynt å føle litt av disse krisene på kroppen nå de siste par-tre årene. Først kom korona-pandemien, som satte store begrensninger på folks bevegelsesfrihet. For første gang på flere tiår fikk naturen et lite pusterom, og man så at store byer ver-

den over fikk klar luft igjen fordi mye av den motoriserte trafikken gikk drastisk ned. Men alle gremmet og beklagde seg storlig, og bare ventet på at alt skulle komme tilbake til «normalen» igjen. Bortsett fra meg – jeg håpet at vi aldri måtte komme tilbake til denne «normalen» igjen, fordi denne «normalen» aldri hadde vært normal i betydningen naturlig eller harmonisk. I lang tid før pandemien hadde jeg følt vemmelse og tristhet over et overflodssamfunn som bare har blitt mer og mer dekadent og naturfjernt for hver dag som har gått – et luksussamfunn hvor man lever over evne, på bekostning av verdens fattige som ikke engang kan spise mat hver dag – hvor voldtekt og rasering av natur hører til dagens orden.

Etter naturens lille forsmak på konsekvensene av menneskets bunnløse ubetenksomhet og grådighet, har det kommet kraftkrise, priskrise, omsorgskrise, og sykehuskrise, for å nevne noen – og mange flere vil komme. Tydeligst av alle kriser for oss i den rike delen av verden er likevel vårt naboland Russlands aggresjonskrig i Ukraina. Det er ingenting som tilsier at den krigen ikke vil eskalere og involvere mange flere land over litt tid. Man trenger ikke å være profet for å kunne forutsi at vi nå aller mest sannsynlig står på terskelen til 3. verdenskrig, hvor atomvåpen vil bli brukt.

Og da er vi tilbake til utgangspunktet for denne artikkelen: Tjening av penger – i dobbel forstand. Vi tjener penger og er tjenere av Penger. Absolutt alle mennesker, og samfunnet som helhet i alle land over hele verden, er fullstendig slave av penger! Penger og økonomi styrer alt – det går foran alle hensyn til både mennesker og natur. Alle som følger med litt på nyheter og samfunnsdebatt, kan lett se dette nå i forbindelse med kraftkrisa og omsorgskrisa. Strømmen selges i disse dager med superprofitt til de som er de rettmessige eierne av vannkraften, nemlig folket, og syke og eldre må lide fordi gamlehjem og sykehus drives som bedrifter i det velkjente AS Norge. Helt øverst troner 'det frie markedet', som er blitt det helligste og mest urørlige av alt for politikere og de som skalter og valter i maktposisjoner. Alt og alle er underlagt 'det frie markedet', som fullstendig lever sitt eget liv. I vårt demokratiske samfunn lever også jussen helt sitt eget liv, men den er bygd på prinsippet om likevekt og rettferdighet, hvor menneskets intellekt og høyere sinnskvaliteter er styrende. Men i 'det frie markedet' er det fritt fram for alle de laveste og nedrigste av menneskets dårlige sider, som grådighet, løgn og bedrag.

Det er det frie markedets grådighet som brenner ned regnskogene – verdens lunger – i Amazonas, i Kongo-bassenget og i Indonesia, og det er den samme mekanismen som privatiserer offentlige institusjoner, effektiviserer bort arbeidskraft, og fusjonerer næringer for økt vekst. Er vi klare over hva penger faktisk gjør med oss som mennesker? Hvor vanvittig bundet vi er av dem i

vårt daglige liv? Er penger blitt selve meningen med livet? For det virker jo som om vi lever bare for penger! Har du som leser dette noen gang stoppet opp og spurt deg selv om du anser deg selv som et fritt menneske? Baral sa det veldig klart i datidens språkdrakt for omtrent hundre år siden: «Kristus hadde ikke trengt å si 'Satan', han kunne bare ha sagt 'penger'.» Alt det som i kristen språkdrakt og forståelse ble tillagt Satan, er i dag virkeliggjort gjennom vårt forhold til penger – det er ingen vesensforskjell. Alle vi som har levd en stund, kjenner til uttrykket 'dansen rundt gullkalven'. Sammenlikningen er påtagelig.

Jeg vet hva jeg snakker om fordi bare i min levetid, snart 70 år, har det skjedd enorme forandringer i samfunnet. Det som i min oppvekst og ungdom på 1960- og 70-tallet, var vanlig ansett som stor luksus som bare et fåtall rike hadde råd til, er i dag helt ordinært og allemannseie, samt at forbruket har mange-mangedoblet seg. Dagens unge har ingen idé om at det i det hele tatt går an å slukke lys etter seg eller å spare på hjemmets forskjellige ressurser, for de har aldri trengt å lære det. Selv har jeg, bortsett fra noen år på slutten av 1990-tallet da jeg arbeidet i Alvdal kommune, levd hele mitt voksne liv langt, langt under det som til enhver tid har vært den offisielle fattigdomsgrensa i Norge, uten å ligge samfunnet eller andre til byrde. Det har vært selvvalgt og et godt liv, og jeg nevner det ikke her fordi jeg mener det skal være et eksempel for andre, men fordi jeg ønsker å understreke at det er fullt mulig å gjøre det – at det går an å leve spartansk uten stort forbruk, at det går an å være fornøyd med kun det nødvendige av materielle goder.

Politikerne snakker alltid om hvor viktig det er å opprettholde velstandssamfunnet vårt, men vår overdrevne velstand er andres nød og død, og det er en velstand som nå bare er unødvendig luksus og overflod, hvor det mer og mer blir lagt vekt på å skape kunstige behov for fornøyelse og underholdning. Vi kan rett og slett ikke fortsette dette overmaterialiserte racet – det er ikke bærekraftig for noe eller noen. Vi må alle tenke igjennom hva vi selv kan gjøre i vår hjemlige sfære, og kommunen kan tenke igjennom hva den kan gjøre for den nødvendige tilretteleggingen og samkjøringen med andre. For krisene vil bare fortsette å komme, større og mer gjennomgripende enn før. Dette er tvingende nødvendig å ta innover seg, og jo før jo heller.

\*) Det interkommunale planprogrammet for tematisk kommunedelplan for klima og energi, har jeg kommentert i Arbeidets Rett 08.08.2022. De såkalt «naturbaserte løsningene» betyr i praksis kun at naturen gjøres til et marked – så igjen: hvordan tyne mer penger ut av naturen?!

(Publisert i Alvdal Midt i Væla, 30.01.2023, og i Arbeidets Rett, Røros, 20.02.2023).



# Hvorfra? – Hvorhen? – Hvorfor?

## Vår tilværelses åndelige dimensjon

**Tale holdt i anledningen av  
Det Norske Taiji-senterets 40-årsjubileum ved  
Nobelinstituttet (01.09.2023)  
Av Bjørn Pettersen**

### **Kjære venner,**

Jeg vil gjerne spørre dere om noen av dere kan fortelle meg om hva som hendte med dere da dere sov i natt – da dere faktisk sov?

Ingen? Hvorfor det? Dere må ha sovet ihvertfall seks eller kanskje syv eller til og med åtte timer, og så vet dere ikke hva som skjedde med dere hele den tiden?

Vel, mine venner, slapp av – det er naturlig! Det er fordi vi er underbevisste og endatil ubevisste i den tiden. Vi har ikke den våkenbevisstheden som vi – forhåpentligvis – har nå. Alle vet dette fordi det er et daglig fenomen gjennom hele livet vårt. Men det vi ikke vet og som vi kanskje aldri reflekterer over, er at å tilbringe mellom 1/4-del til 1/3-del av livene våre i søvn, opprettholder vår uvitenhet om oss selv. Fordi, som et menneskelig vesen, har vi en identitetskrise om Selvet.

Vi vet så mye om det ytre, fysiske universet, makro og mikro, fra fjerne solsystemer og galakser til nøytroner og elektroner og protoner i atomer. Men vi kjenner fremdeles ikke vårt Selv. Vi vet så mye om om våre fysiske kropper og litt om våre sinn. Men vi er fullstendig uvitende om vår tilværelses åndelige dimensjon. Hvem er jeg egentlig – bakenfor mitt navn, min familie, min utdanning og sosiale status, og bakenfor alle de andre identitetene som samfunnet har gitt meg? Hvor har jeg kommet fra, og hvor går jeg hen? Og hvorfor er jeg her? Hvorfra – hvorhen – hvorfor? Dette er de evige, universelle spørsmålene til det menneskelige vesen.

Vi trenger visselig søvn. Det er vår mentalhygiene. Gjennom drømmesøvn på det underbevisste planet, hvor vi tilbringer det meste av alle timene i søvnen vår, bearbeider vi og til slutt utventilerer våre mange inntrykk og begjær i sinnet. Og på den måten opprettholder vi en viss mental balanse. Så sinnet er aktivt i denne tiden selv om den fysiske kroppen er inaktiv. Men gjennom to til to-og-en-half time av søvnen, er selv sinnet inaktivt. Hva skjer da? Absolutt ingenting! Vi er da i fullkommen hvile i vårt Selv.

Problemet er bare at vi ikke realiserer dette fordi det skjer på et ubevisst plan. Vi trenger visselig også denne sinnsløse, ubevisste, drømmeløse søvnen – det er ganske

enkelt umulig å leve uten den. Vi har alle opplevd å være både fysisk og mentalt utslitte når vi har lagt oss for natten, men etter en god natts søvn er vi fullstendig forfrisket og starter dagen på nytt. Det er bare takket være den dype, drømmeløse søvnen. Så selvfølgelig trenger vi den, men, som jeg sa i begynnelsen, den opprettholder vår uvitenhet om vårt Selv. Fordi dette skjer på et ubevisst plan.

I dyp drømmeløs søvn har vi fullkommen hvile i det statiske Selvet – i vår kilde, som er den samme virkeligheten for alle. Som i ordtaket: «Den som sover, synder ikke.» Dette er vår ENE felles grunn for alle væsener og alt liv. Så hvordan realisere det, og hvordan gjøre det bevisst i våre liv? Mennesket har grublet på dette spørsmålet i uminnelige tider, og de vise menn i Østen har kommet opp med vidunderlige metoder for selv-kultur for å løse denne mangelen. Og det er her hvor de forskjellige yoga-kunstformene og kampsport-kunstformene, blant annet, har kommet fram i lyset, som innbefatter økt bevissthet på mange plan, slik som sinnskonsentrasjon, beslutsomhet, disiplin, tålmodighet, utholdenhet, ydmykhet og selvoppofrelse.

Og det er også her at de oppfant «bevisst søvn», som er bedre kjent som 'meditasjon'. I meditasjon gjør vi ingenting – vi bare observerer vårt sinn helt nøytralt med alt som er der, uten involvering eller bedømming, og bare er et fullkomment vitne. Ettersom vi er fullstendig avslappet både fysisk og mentalt, sovner kroppen vår og etter en stund kan vi ikke lenger føle den. Og sinnet vårt drømmer, akkurat som under søvnen, men vi bryr oss ikke om det. Den eneste forskjellen fra vanlig søvn er at vi vet at vi ikke sover – vi vet at vi er fullkomment våkne – og vitne til alt!

### **Kjære venner,**

Som menneskelige vesener består vi av tre dimensjoner: materiell, mental og åndelig, som også kalles fysisk, subtil og årsaksmessig. Disse tre dimensjonene eller kroppene korresponderer med de tre bevissthetsplanene (bevisst, underbevisst og ubevisst) og de tre sinnstilstandene (våken, drømmesøvn og dyp, drømmeløs søvn), som vi nettopp har drøftet og som vi alle opplever daglig gjennom hele livet.

Når disse tre kroppene virker sammen i harmoni, føler vi fred. Fred er ingenting annet enn livets harmoni. Når den fysiske kroppens helsetilstand er god og sinnet er i balanse, og vi ikke føler noen identitetskrise, føler vi fred. Fred er følelsen av harmoni når vi er sunne og friske. Fred er ingen handelsvare – den er ikke produsert – den kan ikke bli kjøpt eller solgt i markedet. Vi kan ikke gi fred til noen, og fredskonferanser kan ikke fremskaffe noen fred. Fred kan bare føles innvendig. Når vi føler en ytre fred, er det bare i naturen, fordi naturen alltid er i harmoni med seg selv. Så derfor må vi alltid følge naturen. Og fred i menneskesamfunnet må komme innenfra – det er ingen ytre fred uten indre fred.

Så på samme måte, for å kjenne oss selv og løse den kroniske krisen i menneskeheten, må vi lære kroppsspråket og lese vårt sinn, for vi kan bare kjenne oss selv gjennom kroppen og sinnet, som er våre fødselsgaver. Gjennom å lære kroppsspråket skal vi avgjøre om våre matvaner og vår livsstil; gjennlære det rytmiske åndedrettet fra vår tidligste barndom; bevege kroppen riktig; og i det store og hele lære hvordan vi kan leve i harmoni med naturen. Ved å lese vårt sinn skal vi lære hvordan vi avspenner sinnet; hvordan vi konsentrerer sinnet; og hvordan vi observerer sinnet som et nøytralt vitne i fullkommen stillhet.

Og gjennom disse praktiske øvelsene vil vi gradvis lære å kjenne oss selv eller vårt Selv, og på den måten få svar på de mest nære, universelt menneskelige spørsmålene som ble fremført i begynnelsen av denne talen: Hvem er jeg? Hvor er jeg kommet fra, og hvor går jeg hen? Hvorfor er jeg her? Så «Lær kroppsspråket»; «Les sinnet»; og «Kjenn ditt Selv» er de tre trinnene i Livskunst-kurset i Tronfjell Fredsuniversitet på Tron i Alvdal.

Når vi realiserer vårt rene, statiske Selv, finner vi kilden til liv og all dynamisk aktivitet og utfoldelse, og livet vårt blir transformert. Vi ser da den Ene Enheten i alle de myriadene og variasjonene til manifestert liv, og vi vil aldri igjen føle at de er forskjellige fra «meg». Og på den måten vil fred og harmoni råde.

Vi vil realisere at det dynamiske blir det statiske og det statiske blir det dynamiske, og dette er livets og værens endelige realisering.

Det er faktisk den samme rytmen med søvn og våkentilstand som pågår, bare at nå er det ingen underbevissthet og ubevissthet lenger, men bare full bevissthet hele tiden. Da har vi blitt det naturlige mennesket vi er ment å være – som evolusjonen strekker seg mot – fordi vi vil være i stand til å føle både det statiske og det dynamiske samtidig. Det statiske er bare visdom og det dynamiske er bare kjærlighet, og sammen utgjør de den Evige Velsignelse som vi er ment å føle og som alle, bevisst eller ubevisst, ønsker og lengter etter.

### **Kjære venner,**

Ved avslutningen av denne talen vil jeg gjerne dele med dere en veldig behagelig opplevelse jeg hadde for nøyaktig 20 år siden nå – i september 2003. Det var sist jeg holdt en offentlig tale til et internasjonalt publikum, slik som i dag. Da hadde jeg blitt invitert til Australia som en av tre hovedtalere ved et internasjonalt fredssymposium ved Griffith University i Brisbane. Og der hadde jeg den store lykke å bli kjent med kinesisk-fødte Teresa Hsu, som var viden kjent over hele Sørøst-Asia som «Mor Teresa i Singapore», hvor hun var stifter og leder av «The Heart to Heart Foundation».

Hun var nesten 105 år gammel på den tiden og gjorde fysiske yogaøvelser daglig, som hun hadde begynt med da hun var 80. Hun var selve inkarnasjonen av fred og kjærlighet og ren glede med en vidunderlig sans for humor – så søt og hengiven, og et fantastisk menneske. Senere ble jeg også invitert til å skrive en artikkel om henne i en bok for hyllest og anerkjennelse, som jeg ga tittelen «Alles Søster». Hun levde helt til hun ble 112 år gammel, og siden hun var født i 1899, hadde hun opplevd tre århundrer i sin livstid.

Et av de mest bemerkelsesverdige forholdene med Teresa Hsu var hennes herlige livsmotto, som dekker alle de grunnleggende idealene vi trenger å ha i livet som et menneske. Vær snill og lytt oppmerksomt – her kommer det:

**Hele verden er mitt hjem;  
alle levende vesener er mine brødre og søstre;  
selvoppofrende tjeneste er min religion.**

Takk!



*Bjørn taler i festsalen til det ærverdige Nobelinstituttet i Oslo, den 1. september 2023. Foto: Sham Babitha Stapnes.*

# Introduksjonskurs i Livskunst

Sommeren 2024

**Trinn 1: Lær kroppspråket** - fre/lør/søn 31. mai

**Trinn 2: Les sinnet** - fre/lør/søn 7. juni

**Trinn 3: Kjenn ditt Selv** - fre/lør/søn 14. juni

**Pris: 7500kr**

Inkl. kost og losji

**Påmeldingsfrist:**

31. April 2024



**Tronfjell**  
FREDSUNIVERSITET

For mer informasjon og **påmelding** ta kontakt på

[kontakt@tronsvangenseter.no](mailto:kontakt@tronsvangenseter.no)

## Introduksjonskurs i Livskunst

Tre helger, Tre trinn - Sommeren 2024

Den sentrale ideen med Fredsuniversitetet er at det ikke finnes noen ytre fred uten indre fred, og at vi mennesker har alt latent i vårt indre for å realisere oss selv i full harmoni med våre omgivelser. Vi trenger bare litt stimulering i et gunstig miljø for den fullstendige utfoldelsen og manifestasjonen av vårt potensial, mye likt et bittelite frø i jorda som bare trenger varme, vann og lys for å vokse til et kjempestort tre.

Livskunstkurset tar ideen i praksis og er delt opp i tre trinn. Gjennom å bli kjent med vår kropp og vårt sinn kan vi bli kjent med oss selv - med Selvet. Vi kan utvikle oss som mennesker, og oppnå fred og harmoni med oss selv og våre omgivelser:

### 1. Lær kroppspråket

Dette er en "overlevelsesklasse" - en slags kroppens økologi - hvor deltakerne vil lære å overleve i verden. Det vil bli fokusert på matvaner, livsstil, fysiske øvelser og avspenning, rett pusting, osv.



### 2. Les sinnet

Dette er en "stillhetsklasse" for å oppnå innsikt i vår egen psykologi i fredfulle og harmoniske omgivelser. Fokuset vil bli på mental avspenning, mental konsentrasjon og mental observasjon.

### 3. Kjenn ditt Selv

Dette er en "filosofiklasse" hvor de store og fundamentale spørsmålene i livet undersøkes i lyset av vår selv-identitet og vår selv-integritet. Spørsmål som "Hvem er jeg?", "Hvor kommer jeg fra og hvor går jeg hen?", og "Hva er meningen med livet?", blir sentrale her.





## Program

Vi sender detaljert program til alle deltakere i forkant av kurset. Kursets tre trinn blir fordelt på tre helger: første trinn, **31 Mai til 2 Juni**; andre trinn, **7-9 Juni**; og tredje trinn, **14-16 Juni**. Strukturen på hvert trinn er som følger:

- **Fredager:** innlosjering fra kl 15-18. Så et møte senere på kvelden med informasjon for helga, samt oppsummering av tidligere trinn.
- **Lørdager:** to hovedøkter, en på formiddagen og en på ettermiddagen.
- **Søndager:** en hovedøkt på formiddagen. Utsjekk på ettermiddagen.

## Pris og Påmelding

Prisen for kurset er 7500kr per person og inkluderer kost og losji. Kursholdere jobber gratis, og alt overskudd går til Stiftelsen Tronfjell Fredsuniversitet. Vi ønsker at alle som vil kan få delta, uansett økonomisk situasjon. Har du spesielle utfordringer eller behov, ta kontakt med oss.

**Vipps:** 526 834. **Kontonummer:** 1822 58 84133.

Merk betalingen med navn og "Introkurs".

Frist for påmelding er 31 April 2024. Maks. 20 deltakere.

## Overnatting

Kursdeltagerne overnatter på Tronsvangen Seter hvor kurset holdes. Håndklær og sengetøy følger med. For de som kan dele rom, gi oss beskjed slik at vi får plass til alle.

Det er også mulighet å bo resten av uken for de som ønsker det. Omgivelsene er ypperlige for å praktisere fritt det som læres under kurset. Kursdeltakere betaler 2100kr ekstra per uke for dette.

## Måltider

Vi serverer frokost, hovedmåltid og kveldsmat under kurset. Kosten vil hovedsakelig være vegetarisk i tillegg til andre lokale råvarer. Om du har spesielle behov i forhold til mat, ta kontakt så snart som mulig så vi kan planlegge dette.

## Kurslederne

Livskunstkurset ledes av en gruppe idealistiske mennesker som til daglig jobber med utviklingen av Tronfjell Fredsuniversitet. Beslutninger tas i fellesskap, alle bidrar der de kan og gir hverandre rom til å være seg selv. I fredsuniversitetets ånd legger vi mer vekt på medmenneskelighet og velvilje, heller enn status og omdømme.

## Veibeskrivelse

Tronsvangen Seter ligger ca 805 m.o.h. ved foten av Tronfjell. Du tar av fra Rv3 ved Shell i Alvdal sentrum, og følger skilting til Tronsvangen Seter.

Adressen er Tronsvanglia 238, 2560 Alvdal.

Hvis du kommer med tog eller buss kan du gå av på Alvdal Stasjon så henter vi deg der. Nærmeste flyplass er Røros ca 1,5 time unna med bil.

Velkommen til Fredsuniversitetet! 🌱



Vil du vite mer om prosjektet **Tronfjell Fredsuniversitet**?

Gå til [☛ tronuni.org](https://tronuni.org)



## Diverse

Det vites ingenting om mannen på bildet til høyre utenom det som kan googles om ham, men den teksten som er tillagt ham uttrykker noe av det jeg nesten alltid har tenkt, og som står ved selve kjernen av det som er problemet med mennesket i verden – ingen følelse for naturen, ingen forståelse, ingen respekt. Vi har fjernet oss så langt fra naturen at vi ikke lenger gjenkjenner den som vår mor, som har født oss og næret oss og som vi uansett fortsatt er helt avhengig av for å overleve og for virkelig å trives i livet – og, ikke minst, for å forstå oss selv som menneske.

Fant dette oppslaget tilfeldig på Internett.

(Bjørn).

Fotografiet under viser en av utallige, praktfulle solnedganger som kan overværes fra Tronsvungen, spesielt i januar måned da sola står som lavest på himmelen. Bildet er tatt av Erlend Becsan den 21.01.2023 kl. 15:35 fra verandaen på 'Setra'.



"Man is the most insane species. He worships an invisible God and destroys a visible Nature. Unaware that this Nature he's destroying is this God he's worshipping."

– Hubert Reeves  
(Canadian-French astrophysicist)



Tronfjellposten - nyhetsbrevet for interesserte i etablering av Tronfjell Fredsuniversitet

**Utgever:** Stiftelsen Tronfjell Fredsuniversitet  
**Redaktor:** Bjørn Pettersen  
(Stiftelsens styreleder)  
**Utkommer:** Spontant ved behov  
**Utgaver:** Norsk og engelsk  
**Priser:** Gratis

**Adresse:** Tronsvungen Seter, 2560 Alvdal  
**Telefon:** 909 67 904 (red.)  
**E-post:** shanti@tronuni.org  
**Internett:** www.tronuni.org  
**Org.nr:** 990 106 118  
**Bankkonto:** 1895.26.50935  
Sparebanken Hedmark