



Sjamanistisk Forbund

Undervisningshefte



Undervisningshefte fra Sjamanistisk Forbund

Vi får relativt ofte forespørsel fra elever og lærere om sjamanistisk forbund. Vi har derfor valgt å lage dette heftet til undervisningsforemål. Dersom du skulle savne noe eller ha innspill så tar vi gjerne mot dette på sjamanforbundet@gmail.com

Fakta om Sjamanistisk Forbund

Sjamanistisk Forbund startet så langt tilbake som i 2009 da det kom en visjon til Kyrre Gram Franck i en drøm hvor en stemme fortalte at han skulle starte Sjamanistisk Forbund. Denne visjonen ble til det første offentlige godkjente sjamanistiske trossamfunnet i Norge. I arbeidet med visjonen frem til godkjenningen i 2012 har det deltatt en rekke mennesker som har hjulpet til å utforme blant annet vår trosbekjennelse. Vi er et trossamfunn for de som finner det hellige i naturen

Der er seks forstandere i Norge per 2017 . Våre forstandere kan utføre alle seremonier som vielse, navngiving seremoni, barn/voksen seremoni og bisettelse. Vi besøker og gir sjelesorg til de som ber om det på sykehus, militæret og i fengsel. Forstander Yrket er i stor grad et kall og krever en stor grad av egnethet. Vi kurser derfor jevnlig våre forstandere innen temaer som ; etikk, seremonier og sjelesorg.

Sjamanistisk Forbunds trosbekjennelse :
At Skaperkraften uttrykker seg i livets utfoldelse og at mennesket er innbyrdes forbundet med alt levende på ett åndelig plan. Moder Jord er et levende besjelet vesen og det hviler ett særlig ansvar på oss for våre Medskapninger og naturen. Alt levende er uttrykk for Skaperkraften og de er derfor våre brødre og søstre.

Sjamanistisk Forbund ble godkjent i mars 2012 og i det første styret satt Kyrre Gram Franck, Cecilie Strøm og Lone Ebeltoft .Vi deltar også i internasjonalt samarbeid med lignende organisasjoner som for eksempel British Druid Order, Urtrumman og en rekke andre organisasjoner i flere land. Vi har idag 6 forstandere med vigselsrett og har utført en 10 talls vielser i de årene vi har eksistert.

Sjamanisme er den eldste trosform vi kjenner til og kan spores mer en 30000 år tilbake. Kilder viser at den oppsto ganske så samtidig i kulturer over hele verden. I vesten er kanskje den sekulære formen for sjamanisme mest kjent slik den ble introdusert av Michael Harner. Men sjamanistisk tros syn finnes overalt i verden og er i aller høyeste grad en levende tro. Det som knytter alle sjamanismens ansikter sammen er troen på at alt er besjelet og at alle Moder Jords skapninger er i slekt.

Vi ser oss selv som en del av sirkelen og ikke utenfor.

Sjamanistisk Forbund anerkjenner de forskjeller som finnes i de sjamanistiske kulturer og vi samarbeider med dem i respekt for deres tradisjoner og tradisjonsbærere. Her i Norge er det naturlig for oss å vektlegge den kulturen vi finner i de tre stammene som hører til Norge. Det Norrøne, det Samisk og det Kvenske. Det er viktig for oss å ivareta og fremme disse åndelige kulturene, i så måte er sjamanistisk forbund en moderne tradisjonsbærer av immateriell kultur.

Sjamanistisk Forbund anerkjenner vi hver enkelt rett til å ha en praksis som står overens med det enkelte medlems kulturelle og åndelige begrep. Vår formålsparagraf sier at;

SF er et trossamfunn som ønsker å fremme et sjamanistisk trosbilde, samt ivareta individets og gruppers rett til å søke og utøve en sjamanistisk praksis. Med sjamanistisk tros syn menes erkjennelsen av at alle ting er besjelet og at de er våre slektninger. Og at man ved hjelp av hellige teknikker kan hente lærdom og kunnskap ved å kontakte Skaperkraften, Naturkreftene og Ånde verdenen. Et sjamanistisk tros syn innebærer et kollektivt og individuelt ansvar for sine medskapninger, Naturvesener og Moder Jord. Moder Jord anses som et levende besjelet vesen. Med sjamanistisk praksis menes bruk av sjamanistiske teknikker både for egen utvikling og for å hjelpe andre medmennesker og medskapninger. Det innebærer at skaperverket er hellig og at man feirer livskraftens utfoldelse. Man behøver således ikke å anse seg selv som sjaman for å være medlem. Det individuelle medlems private praksis er et forhold mellom medlemmet og Skaperkraften, og SF ønsker derfor ikke å legge føringer for dette. Dog må et medlem kunne forholde seg til formålsparagrafene.

- Sjamanistisk Forbund anser seg selv som tradisjonsbærere av en norønn og samisk åndelig og religiøs immateriell kulturarv med røtter mange tusen år tilbake. Vi anser denne arven som en levende åndelig praksis som utvikler seg i takt med samfunnet og menneskene rundt.

Vi har ingen påbud, men vi har et verdigrunnlag som vi prøver å leve etter.

Verdigrunnlag

For å tilpasse oss dagens samfunnsendringer, bør medlemmer i Sjamanistisk Forbund etter beste evne søke å:

- Skape en allianse mellom ulike sjamanistiske tradisjoner, og fungere som en sirkel av jevnbyrdige utøvere.
- Samle og formidle kunnskap om sjamanistiske tradisjoner og praksis.
- Fremme viktigheten av hvert enkelte medlems personlige ansvar i å gjøre det indre arbeidet som er nødvendig for å kunne leve med integritet.
- Oppmuntre til økt åndelig forståelse hos hvert enkelt medlem.
- Fokusere felles ressurser og kraft for å bringe helbredelse og enhet til verden.
- Være et forum for å dele ideer om integrering av sjamanistisk praksis i dagens samfunn.
- Oppfordre til en utveksling rundt hvordan vi bruker sjamanistisk praksis i vårt dagligliv.



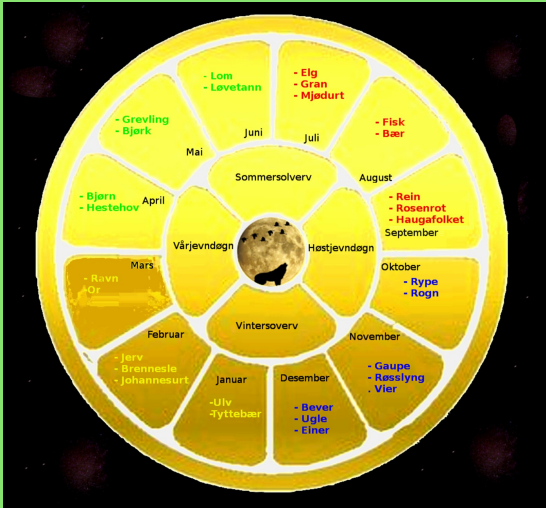
- Integrere vår sjamanistiske praksis i lokalsamfunnet, og støtte hverandre gjennom kunnskapsutveksling.
- Opprette og videreføre en levende Sjamanistisk tradisjon for fremtidige generasjoner

Som hovedmedlem lover...

- Jeg lover å jobbe i hellig allianse med Åndene, og å bli informert og veiledet av Kilden og ikke mitt eget ego
- Jeg lover å anerkjenne den iboende helheten i enhver person, gruppe eller omstendighet.
- Jeg lover å være oppmerksom på egen tale, tanke og handling, og dens innvirkning på å bygge gode relasjoner.
- Jeg lover å ha respekt for andre, også i vår forskjellighet.
- Jeg lover å ha medfølelse og unngå å være dømmende mot andre.
- I tjeneste for andre, lover jeg etter beste evne å holde mitt eget liv og personlighet i balanse.

Feirer naturens rytme

Sjamanistisk Forbunds seremonier følger rytmen i naturen. Vi feirer fullmånene, høstjevndøgn, vårjevndøgn, vintersolverv og sommersolverv. I tillegg feirer ganske mange også nymånene i sin private praksis.



Livets store seremonier

Sjamanistisk Forbund har vigselfrett og utfører også navngiving seremoni, seremoni for overgangen mellom barn og voksen samt sjamanistisk begravelse.



Hvorfor bruker vi røyken fra urter i seremoniene våre

Smudging eller på gammelnorsk Eimilauga (å bade i røyk) er en rituell rensing. Når røyken stiger opp tas bønnene med til åndeverdenen der forfedrene og Skaperkraften holder til. Negative energier og følelser vaskes bort. Eimilauga seremonien brukes også for healing av sinnet, kroppen, sjelen og bringer balanse til disse.

Alle seremonier må begynne med en god intensjon og gjennom denne renselsen legger vi til rette for dette. Eimilauga, eller på samisk Suovvabuhttisteapmi, kan også brukes til å rense og innvie seremoniplassen. Og de seremonielle gjenstandene vi bruker Tradisjonelt tar vi røyken over øynene, ørene, munne og hendene. Men også resten av kroppen. Når seremonilederen bruker røyken til å vaske ryggen så gjøres dette for å lette din vei både i seremonien, men også i hverdagen. Sånn sett så er Eimilaugaseremonien en velsignelse.

Vi vasker øynene så vi kan se sannhet, skjønnheten til Mor Jord, gavene vi er gitt og for at vi skal se kjærligheten vi deler med våre medmennesker og medskapninger. Vi renser munnen for at vi skal snakke sant, være ydmyke i våre ord og fremheve det gode. Vi renser ørene for at vi skal høre åndenes sannheter, for at vi skal lytte og være åpne for å hjelpe de som ber oss om det. Det beskytter også så vi tar i mot gode ord, mens ord som ikke er bra blir ikke hørt. Vi renser hjertet vårt så det kan føle sannheten. At det kan vokse med oss i harmoni og balanse. Og for at vi alltid skal vise omtanke for andre. Vi renser føttene våre for å hjelpe oss å følge vår livssti. At føttene skal være godt plantet på jorda og at de skal bringe oss nærmere familie og flokk.

Den hellige ilden



Den hellige ild er et levende vesen, et aspekt av solen. Også kalt skaperens øye. Man ber ikke til ilden eller solen, men heller til den som er bakenfor solen, Skaperkraften. Solens essens ligger i ilden, i det glødende kullet. Det er en mektig kraft som må behandles med stor respekt. En seremoniell ild blir sett på som en evig ild i mange jord baserte tradisjoner. Hver gang man tenner ilden er det den samme evige flammen som har brent siden tidenes morgen. Den har en energi som er utenfor det vi kan se med vårt vanlige syn, men vi kan ane den og noen kan se den også. Det er ildvokterens ansvar å ivareta denne energien og holde den levende under seremonien. Vi må ha respekt for den hellige ilden, alt annet en åndelig arbeid har ingen plass der. Om vi tilbereder et måltid ved denne ilden er det en hellig handling og ikke et vanlig måltid. Man spiser derfor et slikt måltid med respekt og takknemlighet. Det skal være færrest mulig ved selve ilden. Bortsett fra ildvokter og seremoniholder skal man kunne nærme seg ilden når man skal gjøre en hellig handling. Dette er fordi energiene skal kunne flyte fritt. Ingen søppel, sneiper eller annet kastes på bålet. Man holder sirkelen ryddig for personlige eiendeler og annet. Man skal heller aldri la gjenstander passere over bålet om man gjør det settes de som er tilstede i fare og det er ekstremt respektløst ovenfor åndene og forfedrene. Tenn din ild med respekt og økende bevissthet om ilden. Når du tenner en ild kaller du også på Ildånden, den er der tilstede hele tiden om det er i hverdagen eller under seremonier som du holder. Den er en levende energi som er der for å hjelpe deg. Vær tilstede i denne energien og inviter den på en respektfull måte. Det er den samme ilden dine forfedre har varmet seg ved.



Retningene



I sjamanismen spiller også retningene en viktig rolle. Hver for seg representerer de aspekter av alt levende. De representerer livsfasene, de representerer dyr, planter, elementer og krefter. De representerer årets gang Det er derfor vi kaller inn retninger eller de fire vinder i alle våre seremonier. Hver retning har også sine egenskaper.

Nord

Nord gir deg vise råd og forteller deg når du skal snakke og når du skal lytte. Det minner deg også om å være takknemlig for hver dag du får.

Sør

Beskytter barnet i oss og fortelle oss når vi skal være ydmyke og når vi skal stole på det vi opplever. Det hjelper oss å heale vårt indre barn.

Øst

Dette totemet guider oss gjennom spirituelle og psykiske kriser. Det følger oss på veien til visdom

Vest

Dette totemet leder oss på veien til indre svar og vår egen sannhet. Det viser oss veien til våre mål.

Over

Dette totemet er vokteren av drømmetiden og gir deg tilgang til andre dimensjoner og verdener

Under

Viser deg hvordan du kan holde deg på din livssti og gir deg forbindelse til moder jord

I midten

beskytter ditt indre liv, den viser deg også hvordan du oppnår livsglede

Høyre

Dette totemet bærer ditt mot og din krigersjel, den beskytter din høyre side

Venstre

Beskytter din venstre side og lærer deg å ivareta deg selv. Den lærer oss også om forhold, kjærlighet og vennskap.

Vi er i senter av vårt medisinhjul. Vi er navet, og livet vårt

utfolder seg i sirkelen rundt oss. Samtidig som vi er i senter av våre liv, beveger vi oss også rundt i ytterkantene.

Vi starter i Øst. Øst er fødsel, våren, barnet og det barnslige. Det er i Øst sola fødes og står opp. Frøet som spirer og vokser fram til en ung plante.

I Sør er vi kommet til de unge voksnes rekke, full sommer, fruktbarhet, liv og varme.

I Vest er vi i visdommens alder. Vi har levd en stund, fått noen lærepenger og er begynt å bli vise. Dette er besteforeldretiden, da man ser fruktene av sommerens hektiske glød vokse fram i slektens gang. Og der man setter ned tempoet og kan være mer tilstede.

Så kommer Nord, vinteren, mørketid og ettertankens tid. Forfall, sykdom, dødens forgård. Introspeksjon. Tiden til å kjenne etter på hva det var livet gav som er verdt å ta med, hva man ønsker at ens etterkommere skal ta over og føre videre.

Og der, i et kort øyeblikk, er det en overgang mellom Nord og Øst. De møtes ikke. Det finnes ingen synlig overgang. Det er døden. Da treet dør. Og der frøet sover og venter på at Øst skal komme, med sin oppstigende sol, og skinne på det og varme det med sine stråler, slik at nytt liv kan fødes og ta til.

Retningen ned, er til Moder Jord, som gir oss alt vi trenger av mat, klær og ly. Hun er også den som gir oss næring og beskyttelse i overført betydning. Denne retningen er også veien å gå til det underbevisste, og slik er Moderen et symbol på vårt indre.

Retningen opp er til Solen, Gud, Store Ånd, eller hva man nå velger å kalle det. Det er sola som gir oss lyset, varmen og kraften vi trenger på jorda for å kunne vokse. Symbolsk står retningen opp for den høyere- eller utvidete bevisstheten.

Sirkelen har vi med, for å vise at vi rommer alt dette, og at alt dette rommer oss.

Ett eksempel på en innkalling

Her er en bønn som skal sies med ryggen rettet mot hver av himmelretningene, etterhvert som du sier disse.

– Ånder fra Øst; Lysets kilde og Ildens element; bring Lys og Visdom inn i livet mitt.

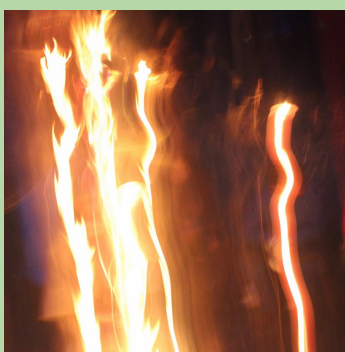
– Ånder fra Sør; Der solen brenner sterkt, der Vannets element og kilden til følelser bor, bring Styrke og Kraft inn i livet mitt

– Ånder fra Vest; Der Solen går ned, la Jordens element bringe Forandring og Transformasjon inn i livet mitt.

– Ånder fra Nord; Der Solen hviler om vinteren, der Luftens element og Alt som er bak Alt som er Ånd, Naturen og Moder Jord bor. Velsign meg.



Trommene varmes



Ildens mysterier



Samling

De tre verdener

Underverdenen

Den nedre verden har stor kraft. Her kan du hente forfedrenes kraft

Det er her du finner røttene dine og kraften til å forvandle deg

All vekst og kreativitet begynner i underverdenen.

Underverdenen er plantenes og mineralenes rike

I underverdenen finner du alle dine frykter og det du har undertrykt

Den midtre verden

Den midtre verden er denne verdens magiske aspekt

Vi er nærmest denne i skumringen, rett før soloppgang, når vi dagdrømmer, ser ånder eller sanser og føler ting

Den midtre verden er nær oss når vi føler nærhet til naturen

Den midtre verden er elvas sang og vindens visking

Og kjenne den midtre verden er å forstå at Naturen er vår mor.

Jordens sanne ansikt er å finne i den midtre verden

Den midtre verden er totem- og dyreguidenes hjem. Åndene treffer du også her.

Den øvre verden

Den øvre verden er det guddommelige aspekt.

Her kan du finne din livsoppgave.

Den øvre verdene er stedet å lete når vi ikke forstår.

Den øvre verden er stedet vi reiser til for å søke svar.

Avstand fra rasisme

Sjamanistisk Forbund tar sterk avstand fra rasisme og ekstreme politiske retninger.

Visjonsbevarer

Sjamanistisk forbund har en visjonsbevarer som tar vare på visjonen. Dette er idag grunnleggeren og mottaker av visjonen Kyrre Gram Franck



Foto:Adomas Miklys



Foto: Elin Pinslund



Foto: Finn E. Bugge

Hva er sjamanisme ?

Sjamanismen blir ofte referert til som en naturreligion og har sine aner tilbake til tidenes morgen. Det verserer ulike tidsperspektiver på Sjamanismens opphav, men det kan strekke seg så langt tilbake som 35 – 50 000 år, arkeologer har funnet bevis for sjamaners virksomhet som er eldre enn 30 000 år. Sjamanismen har vært og er utbredt i alle deler av verden med ulike praktiseringsmåter i ulike kulturer, men de grunnleggende elementene går igjen.

Sjamanisme er en erfaringsveg gjennom at vi kontinuerlig lærer og erfarer underveis, og hevder at alt i skaperverket er besjelet og at det samlet danner livets vev. Med at alt er besjelet mener vi at alt i Livets vev har en ånd. Vi er beslektet med alt i skaperverket; trefolket, steinfoeket, de firbente, de med vinger og de med finner, som sammen er i en konstant foranderlig flyt av sammenhenger og balanse. Og det grunnleggende i Sjamanismen er å vise respekt. Respekt for alle deler av Livets vev, da alt liv er hellig. Når vi er i harmoni med Livets vev kan vi kjenne nærværet av den skapende og rettleidende kraften som Livets vev innehar. Denne kraften har i historiens løp fått mange navn gjennom utviklingen av de mange religioner vi har i verden. Personlig synes vi beskrivelsen som kommer fra de nord-amerikanske indianernes tradisjoner er den som beskriver dette best: Det Store Mysteriet eller Den Store Ånd. Denne kraften har en universell natur og motsetter seg alle former for definisjoner samtidig som den strekker seg langt utover de gitte grenser for kjente kulturer og bekjennelser. Så Det Store Mysterium er en god beskrivelse på noe vi aldri kan få den fulle og hele forståelse av, og som jeg heller ikke tror vi skal. For hva ville Det Store Mysterium bli hvis vi en dag satt med svarene på alt?

Innholdet i Sjamanismen i dag er resultatet av all oppsamlet visdom og kunnskap fra alle ulike kulturer verden over som har vist respekt for og levd i harmoni med Moder Jord i generasjoner. Kunnskapen har gjennom historien blitt overført via seremonier, feiringer, myter, sang, dans og personlige ritualer og veldig mye av dette er relatert til hendelser som referer direkte til naturens kretsløp og til menneskenes overgangsriter i livet. Sjamanistisk Forbund Når vi sier at alt er besjelet så gjelder dette også at vi mennesker er besjelet med alt annet i Livets vev. Men i dagens samfunn er det ikke alltid like enkelt å finne denne forbindelsen til kraften som forener alt. Store deler av befolkningen lever i et såkalt moderne samfunn med alt hva det innebærer. Det meste kan kjøpes for penger og det storproduserende verdensmarkedet kan skaffe alt fra alle verdenshjørner til alle tider.

Vi har ”mistet”deler av forbindelsen til den naturlige rytmen i året ved at vi ikke lenger gjør de tingene man tidligere gjorde under de ulike årstidene, som f.eks det å pløye, så og høste. Likeledes er det for eksempel når vi tenker på det å skaffe oss varme. I dag kan vi stort sett vri på en bryter når vi vil ha det varmt i huset, eller vi skrur på krana når vi vil ha vann. Tidligere var dette mye mer enn bare ett gjøremål, det var et samspill med naturen og gjorde at kontakten var dypere og tydeligere. Det at det var en mer direkte opplevelse av de naturlige bindeleddene tidligere ga en følelse av livets helhetlige natur, og sist men ikke minst, det grunnleggende i alle sjamanistiske tradisjoner – respekt. Respekt for alt liv da alt liv er hellig og en del av den store helheten i Livets vev. Men når dette er sagt, er det ikke umulig å gjenopprette denne forbindelsen. Denne forbindelsen ligger i oss alle helt tilbake fra urtiden, og det er ikke noe vi må lære. Det vi må lære er å huske. Vi må hente frem igjen det som ligger langt inne i oss, vår del i Livets vev slik at vi igjen kan gjenopprette vårt spirituelle forhold til Moder Jord og Livets vev. Dette kan vi finne tilbake til med øvelse, repetisjon, stillhet og gjennom å bruke sjamanistiske teknikker

Barn/Voksen seremoni

Som de fleste andre trossamfunn feirer Sjamanistisk forbund overgangen mellom barn og voksen.

Ungdom-voksen seremoni eller barn-voksenseremoni er et «studie» der den som skal igjennom seremonien får oppgaver og oppfølging av forstanderene i forbundet. Det er ulike oppgaver, som tilsammen skal gjøre den som skal igjennom seremonien istand til å gjøre seg egne tanker om natur og sjamanisme. Vedkommende gjøres istand til å gjennomføre sin egen seremoni på dagen. En av de største leksjonene kommer via en «leir» oppe i skogen, der man får leksjoner i naturforståelse, lager sin egen sjamanstav, får ett kraftdyr/ finner sitt kraftdyr, lærer å tenne bål, og behandle naturens vesener med gjensidig respekt. Man trenger ingen forkunnskaper, da man følges opp via telefon, facebook, skype eller ved personlige møter. Sjamanistisk Forbunds overgangsrituale og innledende undervisning er lagt opp tredelt.

-Først teori, der vi baserer oss på å sende oppgaver innen ulike temaer som konfirmantene skal reflektere over og svare på skriftlig. Forstanderne vil være tilgjengelige for konfirmantene i tidsperioden fra de har mottatt oppgavene til de skal leveres

. -Deretter samles ungdommene en helg der man fordypet seg litt, og praktiserer trommereiser og ritualer

. -Det hele avsluttes med et rituale/seremoni der familie og venner møter opp og feirer at ungdommen trer inn i de voksnes rekker.



Visjonsbevarer Kyrre Gram Franck



Sjamanistisk Forbund

www.sjamanforbundet.no

"Alt Er Besjelet"

Postadresse: Gneisvegen 39, 9022 Krokeldalen

Epost: sjamanforbundet@gmail.com

<http://sjamanistiskforbund.no>

tlf: 464 19 265