



## DNBF Årsrapport 2024

### Aktiviteter 2024

Året 2024 kan oppsummeres enkelt: kraftig vekst over mange flater, med masse spennende aktiviteter som gir inspirasjon til videre innsats. Foreningen har også opplevd at vår innsats i å hjelpe frem tilsvarende foreninger i Norden har gitt resultater. Vi ser at vi møter opp med praksis som ønskes varmt velkommen, der det beste eksemplet er at vi 4 måneder før vårt 8-dagers Venabu retreatet i 2025 har 95 forhåndspåmeldte – der vi bare har plass til 50.

Vi har også fått på luften tre podcaster som viser høye nedlastnings-tall (se under), samt en gledelig og overraskende liten melding om at populariteten til podcasten 'dnbf enigma' ble rangert som nummer 2 i sin kategori i Norge av Apple Podcast.

Dette året ble også søsterorganisasjonen vår The Dhamma Society of Finland ([dhamma.fi](http://dhamma.fi)) formelt etablert, og akkumulerer nå medlemmer over hele Finland (25 medlemmer så langt). Tilsvarende forening i Sverige er nå under stiftelse og det jobbes nå med vedtekter, også her opplever samfunnet en kraftig økning av interesse.

2024 er også året vi for første gang fikk utbetalt statsstøtte, og 2024 er første året omsetningen har passert én million kroner.

Her er litt statistikk for 2024 (med 2023-tall og 2022-tall i parentes):

- Vi har arrangert i 2024:
- Desember: Pilegrimsreise til India
- November: 7 dagers høst-retreat på Venabu Fjellhotell, 40 deltakere med Bhante Sujato
- November: Helgeretreat i Oslo med Bhante Sujato
- September: Helgeretreat i Oslo med Jaran Olsen
- Juli til Oktober: 3 måneders retreat for Ajahn Nitho på høsten i fjellet
- Juni: Helgeretreat i Oslo med Ajahn Brahmali
- Juni: Helgeretreat i Stavanger
- Mai: Helgeretreat i Stockholm, Sverige
- Mai: 7 dagers sommer-retreat ved Kreivila, Finland
- April: 7 dagers vår-retreat på Venbu Fjellhotel, 50 deltakere med Venerable Canda/Nitho
- April: Helgeretreat i Oslo

- Mars: Helgeretreat i Tromsø
- Mars: Helgeretreat i Trondheim
- I tillegg til retreats har Ajahn Nitho deltatt i flere omganger med undervisning til videregående skoler og deltakelse i Fritimen i regi av Den norske kirke, Fredrikstad
- Vi har planlagt for 2025:
- 8 dagers vinter-retreat utenfor Trondheim
- 8 dagers retreat på Venabu Fjellhotell i april 2024, med Venerable Canda/Nitho
- 8 dagers retreat i Finland med Ajahn Nitho
- 8 dagers retreat i Sverige med Ajahn Nitho
- Weekend retreat i København, Oslo, Stockholm, Helsinki, Arendal, Stavanger, Oxford
- 14 dagers intensiv Pali språkkurs
- Oppstart av Fjordgruppen for dedikerte meditatorer
- 6246 podcast nedlastninger kalkulert årlig, basert på 1041 virkelig i nov og des 2024 (0,0)
- 1400 personer følger oss på Facebook (1100, 800)
- 79 personer følger oss på Instagram (0,0)
- 474 personer får nyhetsbrevet vårt (328, 215)
- foreningen har 99 medlemmer (90, 50).
- nettsiden hadde 64.400 sideoppslag (38.000, 24.900)

## Aktiviteter fremover

I vedtektene er målet: Å fremme den buddhistiske læren i teori og praksis, med spesiell fokus på etikk, meditasjon og visdom – og å etablere et bysenter og et kombinert retreatsenter/hermitage. I 2025 ønsker vi følgende fokus:

- Fortsette med kortere og lengre retreat – det er her læringen skjer og opplevelsene kommer, og det er her vi finner mennesker som blir med oss videre, og som hjelper foreningen fremover.
- Vi ønsker å etablere en fast månedlig aktivitet i Oslo, og vi har nå finansiering til å kunne leie lokaler slik at medlemmer kan møtes og snakke sammen i en uformell setting og meditere sammen.
- Foreningen er bygget på frivillig innsats, så vi ønsker å bygge en sterkere frivillighetskultur i 2025.

## Styreleders rapport

Etter hjelpsom og intensiv DNBF innføring over årsskiftet 2023/2024, gikk jeg inn som styreleder fra mars 2024. Jeg har i det året som har gått fått mange fine opplevelser.

Organisatorisk sett ble det etablert en kalender for alle aktiviteter, som var tilgjengelig for de som var involvert i ulike aktiviteter. Styret har hatt arbeidsmøter og løpende kontakt gjennom ulike grupper/digitale kommunikasjonstråder. Nesteleder Vidar Bundli og jeg har samarbeidet litt om ulikt offisielt papirarbeid og penger. Ajahn Nitho har holdt i det nordiske samarbeidet, men med styreleder i bakhånd. Andre i styret har også i løpet av året tatt på seg oppgaver og det er etablert funksjoner som har vært til nytte for gjennomføringen av aktivitetskalenderen.

Styret har satsset på innkjøp av utstyr til podcast-produksjon og opptak på retreateter. Effekten av å være synlig i det virtuelle meditasjons-landskapet kan ikke overvurderes. Mange av våre nye følgere, trolig også noen av våre nye medlemmer, kommer til oss på grunn av Ajahn Nitho sitt intensive arbeid med å etablere innhold av høy kvalitet. Vår bruk av sosiale medier er også viktig kontaktarbeid – og kan med fordel intensiveres. Har vi en uoppdaget medieskaper i våre rekker, mon tro?

Jeg fikk prøve meg som retreatleder gjennom nesten hele perioden, og dette arbeidet er veldig givende og travelt på en og samme tid. Jeg prøvde her ut ulike modeller for å skape rom og muligheter for andre praktikere å bidra som verter på retreateter. Jeg opplever at er det mange som gjerne vil bidra. Å være frivillig er en kilde til egen praksis og til praksis for vårt fellesskap! Dette kan vi som styre og forening bli mer bevisst på, tenker jeg. Å være i samarbeid med en spirituell leder, innebærer å ha tilgang til masse energi og positivitet. Noen ganger mer energi enn jeg klarer å møte opp for selv. Takk for positiviteten og samarbeidet Ajahn! Jeg har i jobbsammenheng takket ja til en fire år videreutdanning og sier nå takk for denne omgangen som styremedlem i DNBF.

Vennlig hilsen Elisabeth S Berner, styreleder

## Spirituell leders rapport

Det som gleder meg mest, er at foreningens innsats skaper gode resultater – den fører til mange vakre opplevelser og dypere forståelse/visdom for mange – spesielt på 7-9 dagers retreateter vi arrangerer i Norden.

For min egen del, ser jeg også at desto mer jeg underviser og er i kontakt med mennesker, desto lettere er det for meg å forstå hva hindringene er – og det gjør meg til en flinkere lærer. Jeg opplever nå å kunne treffe bedre med min undervisning, undervisningen flyter bedre, og at resultatene blir bedre for de som lytter – dypere ro, friere sinn, mer energi/glede og dypere forståelse. Det er mange lykkelige og inspirerte mennesker som reiser hjem etter mange dagers retreat i Norges vakre natur!

Så dette er foreningens bidrag til verden – frihet, lykke og visdom!

Og Venerable Canda fra Anukampa i Oxford skrev i en epost nylig at jobben hun og jeg har på fulltid er spesiell, vi er viktig bidragsytere i foreninger – og vi har verdens beste jobb!

Jeg har dedikert mitt liv til denne organisasjonen på heltid, og jobber hardt for et godt, etisk og langsiktig fundament – sørge for likestilling i det spirituelle liv, å beskytte friheten og selvstendigheten til de som lever et spirituelt liv på fulltid, og vise toleranse for og undervisning av en fantastisk lære som er dyp og men lite kjent i Norge.

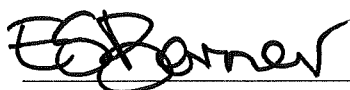
For meg har det materielle målet endret seg lite siden foreningens oppstart – et bysenter og et kombinert retreatsenter/hermitage. Og frem til vi får finansiell hjelp til å realisere noe sånt, er målet å bygge foreningen, frivillighet, inspirasjon og arena for praksis.

Vi har blitt et lite livssynsamfunn med statsstøtte, vi klarer å holde orden på økonomien, vi har nå gode og effektive verktøy for å skape retreat og arena, vi har fått tre podcaster på luften med høykvalitet undervisning, søsterorganisasjoner vokser opp rundt oss i Norden, vi klarer å holde våre arrangement til tilnærmet kostpris, mens donasjonene er grunnlaget for mitt livsopphold og utvikling av foreningen. Jeg synes det går veldig bra for DNB – men vi er fortsatt en liten forening!

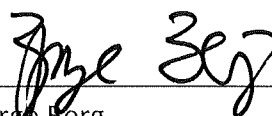
Så vil jeg si takk til alle som har gitt donasjoner og frivillige som har hjulpet foreningen fremover – spesielt til styret, men også til min familie. Jeg kan ikke klare dette alene – og søker mennesker som vil hjelpe foreningen fremover!

Vennlig hilsen Ajahn Nitho, spirituell leder

Oslo, 7. mars 2025



Elisabeth S. Berner  
styreleder



Bjørge Berg  
spirituell leder