

Den Norske Buddhistforening

Årsrapport 2025

Aktiviteter 2025

Året 2025 viser at vi når våre mål – flere store retreat og samlinger, skape arena og undervisning for praksis, slik at deltakerne får egne erfaringer og egen visdom. Og det disse egne erfaringene som gir motivasjonen til videre personlig utvikling. Vi har også blitt vesentlig flinkere til å publisere undervisning digitalt gjennom podcaster og artikler.

I større og større grad blir vi en internasjonal forening, med deltakere fra Europa, men mest fra Norden. Og vi jobber bevisst mot å bygge og bli med i et europeisk nettverk av organisasjoner – så mye av våre aktiviteter er ikke lett å vise i en årsrapport og i årsregnskapet.

2025 er også året der vi for første gang er representert i nasjonale media som NRK – Norsk rikskringkasting, DNT – Den norske turistforening og Podimo (en internasjonal produsent av podcast). 650.000 mennesker fikk se foreningen vår i beste sendetid på NRK Dagsrevyen. Den største friluftsföreningen i Norge DNT skrev en lang og kjempefin artikkel i magasinet de sendte til sine 250.000 medlemmer, og vi ble invitert til podcast produksjon i Podimo med mange tusen lyttere. Dette er store tall for en fortsatt liten forening som DNBF.

Her følger litt statistikk for 2025 (med 2024-tall og 2023-tall i parentes):

- Vi har arrangert i 2025:
 - Desember: Weekend retreat i Łódź, Polen
 - Oktober: 7 dagers stille retreat på Venabu for nybegynnere
 - September: Besøk av Empty Cloud, Italia
 - Juni: workshop i riktig fokus for oppmerksomheten
 - Juni: 7 dagers retreat i Lammi, Finland
 - Mai: Besøk og undervisning ved Anukampa, Oxford
 - Mai: 7 dagers stille retreat Venabu
 - April: Weekend retreat Stavanger
 - April: Weekend retreat Arendal
 - Februar: 7 dagers retreat Troset, Trondheim
 - Februar: Weekend retreat Stockholm, Sverige

- Januar: Weekend retreat Kruusila, Finland
- I tillegg har Ajahn Nitho undervist til flere videregående skoler i løpet av året
- Ajahn Nitho har gjennomført privat tre måneders retreat i fjellet alene
- Vi planlegger for 2026:
 - 7 dagers retreat på Venabu april, Norge
 - 7 dagers retreat på Venabu oktober, Norge
 - 7 dagers retreat på Finnhamn, Sverige
 - 7 dagers retreat utenfor Warszawa, Polen
 - Månedlig dagsarrangement i Oslo
 - Forelese under 'The XIII Global Conference on Buddhism' i Polen.
 - Pluss flere kortere arrangement gjennom året forskjellige steder
- 7491 podcast nedlastninger (1041, 0)
- 1500 følgere på Facebook (1400, 1100)
- 52 følgere på nyetablert Instagram (0, 0)
- 624 får nyhetsbrevet vårt (474, 328)
- foreningen har 135 medlemmer (116 i livssynssamfunnet) (99, 90)
- nettsidene hadde 66.800 sideoppslag (64.400, 28.000)

Aktiviteter fremover

I følge vedtektene skal DNBF 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.

- Fremover vil foreningen en periode måtte nedprioritere en del arrangement, og heller prioritere jobben med eiendom og bygninger.
- Vi skal også fremover iverksette intensjon om likeverd, en intensjon vi har hatt fra dag én. Vi ønsker å kunne leve opp til en 2500 gammel tradisjon som har hatt likeverd av menn og kvinner i bunn. Spesielt gjelder dette for de som praktiserer på fulltid – bhikkhunis og bhikkhus.
- Fremover skal vi også jobbe med video-produksjon og publisering av undervisning på video.

- Vi skal også oppgradere systemene våre for økonomi, regnskap og rapportering. Statsstøtten vi får i 2026 blir så stor at vi blir bokføringspliktig i henhold til loven, og disse nye kravene skal vi følge.

Styreleders rapport

Året 2025 har vært et svært aktivt år for Den Norske Buddhistforening. Vi ser en jevn og sterk vekst, og aktivitetsnivået har vært formidabelt. Våre retreats er utrolig populære og fylles raskt opp, noe som tydelig bekrefter at det er en dyp lengsel etter den praksisen og rammene vi tilbyr. Selv om kjerneaktiviteten er sterkt forankret her hjemme, har vi også arrangert vellykkede retreats i Finland, Sverige og Polen. Vi har i tillegg knyttet nye bånd, til Italia og Belgia, samtidig som vi opprettholder de tette og viktige relasjonene til Anukampa og Venerable Canda i England.

I tråd med den thailandske skogstradisjonen etter Ajahn Mun og Ajahn Chah, vet vi hvor avgjørende det er å bygge et solid fellesskap og et varig fundament for praksis. Å bygge dette fundamentet har vært definert som en av styrets aller viktigste oppgaver. Vi har lagt stor vekt på at tilbudet skal være økonomisk tilgjengelig for flest mulig, og våre arrangementer og retreats går tilnærmet i null. Samtidig ser vi et hyggelig overskudd i 2025 takket være generøse donasjoner og tilskudd. Foruten å dekke foreningens helt nødvendige utgifter til løpende drift og formidling, spares hele dette overskuddet målrettet mot vår store, langsiktige visjon: Å anskaffe en eiendom for et fremtidig retreatsenter.

Høsten 2025 markerte en annen sentral milepæl da foreningen begynte med faste månedlige samlinger i lokaler på St. Hanshaugen i Oslo. Her har vi felles meditasjon for medlemmer, etterfulgt av undervisning på ettermiddagen. Foreningen har anskaffet teknisk utstyr for å spre denne undervisningen også til dem som ikke har anledning til å delta fysisk. Mange har tatt turen innom, og disse samlingene har vist seg å være en svært fin arena for å bli kjent med andre som deler det samme engasjementet for Buddhas lære. Fellesskapet styrkes når vi kan sitte i meditasjon sammen og dele erfaringer på tvers av bakgrunn.

Et annet avgjørende høydepunkt i fjor, var at selv om staten hadde økt kravet til antall medlemmer for å få statsstøtte, klarte foreningen å tilfredsstille kravene før årsskiftet. Dette gir foreningen en økonomisk forutsigbarhet som er helt essensiell for den videre driften og for at vi kan planlegge langsiktig.

Denne utviklingen kommer ikke av seg selv. En massiv takk rettes til Ajahn Nitho for hans utrettelige og sentrale rolle i foreningen. Han er selve motoren i dette arbeidet. I tillegg til å lede retreatene, legger han ned en formidabel innsats i å fylle nettsidene våre med solid dhamma, slik at læren er tilgjengelig for alle. Dette ser vi også resultatene av gjennom podcastene våre, som opplevde enorm vekst i 2025 med nesten 7500 nedlastinger. Foreningen har også opplevd verdifull medieeksponering i løpet av året. Dette har bidratt til å gjøre praksisen vår kjent og synlig for et enda bredere publikum, langt utover våre egne plattformer. Hans evne til å kombinere dyp praksis med praktisk formidling er uvurderlig.

For å understøtte denne veksten er et velfungerende styre avgjørende. Styret fungerer for tiden svært godt; det er en engasjert, dyktig og dedikert gruppe som trekker i samme retning. Takk til hver og en av dere for innsatsen! På grunn av den økte aktiviteten ser vi nå også på muligheten for å utvide styret fremover, for å sikre at vi kan fordele oppgavene på flere hender og opprettholde fremdriften uten å slite ut enkeltpersoner.

Til slutt vil jeg rette en stor og varm takk til de frivillige som har bidratt med tid og krefter. Deres innsats er et svært viktig bidrag til at foreningen kan holde det høye aktivitetsnivået. Vi vil ha et økende behov for frivillige hender fremover etter hvert som vi vokser, og vi håper enda flere vil kjenne på gleden av å bidra til fellesskapet.

Tusen takk for et fantastisk og produktivt år. Vi er nå inne i et nytt år hvor det etter alle solemerker vil skje mange ting i positiv retning. Det føles virkelig som vi seiler i god medvind for tiden! Sammen bygger vi nå et fundament som i stadig større grad bidrar til å bringe frihet, lykke og visdom ut i verden.

Vennlig hilsen Alf Christensen, styreleder

Spirituell leders rapport

Som lærer og inspirator har jeg egentlig bare ett mål for livet: Hvor mange mennesker kan jeg hjelpe og inspirere inn i dyp meditasjon/jhana? Og kan jeg hjelpe og inspirere noen til dype innsikter/oppvåkning – til stream-winning eller bedre? Både dyp meditasjon og oppvåkning er høyhengende frukter, men det er disse opplevelsene som virkelig endrer menneskers indre verden mot noe svært vakkert!

Jeg mener å huske min lærer Ajahn Brahm si for mange år siden, da BSWA jobbet med å planlegge/bygge det store Jhana Grove Retreat Centre i Australia, at hvis bare én person når jhana i det senteret – så var det nok til å rettferdiggjøre en så stor investering av ressurser. Så høyt henger frukten, og så god er smaken.

Jeg tror vår korte historie har bevist at vi vil – og at vi får til den utviklingen vi ønsker. Og jeg tror vi er klar for neste trinn – et større senter i et rolig område i Norge. Og vi ønsker å være litt modige når det gjelder størrelse, men også finne ut hva som er mulig og riktig. Det blir mye arbeid fremover, og foreningen vil trenge mye hjelp. Men jeg tror vi sammen kan skape noe kjempefint i Norge, både for medlemmer, bhikkhunis og bhikkhus – og fruktene de henger der, og foreningen ønsker å hjelpe folk til klatringen og til å strekke seg mot nye høyder.

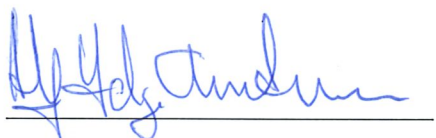
Jeg har dedikert livet mitt til denne organisasjonen på heltid, og arbeider målrettet for å bygge et godt, etisk og langsiktig fundament. Det er viktig for meg å fremme likeverd i det spirituelle livet, beskytte friheten og selvstendigheten til dem som lever et spirituelt liv på

fulltid, samt vise toleranse for, og undervise i, en fantastisk lære som er dyp, men lite kjent i Norge.

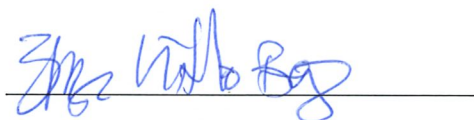
Så vil jeg si takk til alle som har gitt donasjoner og frivillige som har hjulpet foreningen fremover – spesielt til styret, men også til min familie. Jeg kan ikke klare dette alene – og søker mennesker som vil hjelpe foreningen fremover!

Vennlig hilsen Ajahn Nitho, spirituell leder

Oslo, 25. mars 2026



Alf Helge Christensen
styreleder



Bjørge Nitho Berg
spirituell leder