



# Nyhedsbrev for Tendai Danmark

Nr. 13

Januar 2011

## I dette nummer:

Godt nytår! - 1

Disciplin - 2

Meditation som smertereducerende middel - 3

Den ordinerede sangha - 4

Buddhismens syn på planter  
- 6

Dharma humor - 8

Billeder fra året der gik - 9

## Godt nytår!

Af *Shomon Pia Trans*

Som altid vil jeg gerne opfordre til at vi alle bruger den milepæl som begyndelsen af et nyt år er, til refleksion over både året der gik og året der kommer. Selvom nu'et er det eneste vi virkelig har, så kan vi lære en masse af fortiden, og den lærdom kan vi bruge til at finjustere vores fremtid.

Som guden Janus, der har lagt navn til måneden januar, der kigger fremad med et ansigt og skuer bagud med et andet, vil jeg opfordre til at enhver ser tilbage på de valg man har truffet i det gamle år, de ting man har brugt sin tid på, og de mennesker man har delt året med. Jeg vil også opfordre til at man ser fremad, mod det nye år. 365 dejlige dage: hvad skal de fyldes med? Vælg hvad du vil med det nye år - det er dit, og du kan fylde det med lige præcis det du har lyst til!

Hvis du har lyst til at starte det nye år med et par dages intensiv træning, synes jeg du skal komme med på vores retreat i januar. Vi mødes d. 28.-30/1, og der er stadig enkelte ledige pladser. For yderligere information om retreatet kan du enten skrive til mig eller se på [tendaiforum.dk](http://tendaiforum.dk).

I det nye år vil vi ændre dette nyhedsbrev. Vi vil gøre selve det elektroniske nyhedsbrev til et egentlig nyhedsbrev: en oversigt over kommende aktiviteter i Tendai, først og fremmest i Danmark, men også, når det er relevant, i andre dele af verden. Artikler, refleksioner, erfaringer, boganmeldelser osv. vil fremover udkomme i blad-form, som et kvartalsvist, trykt magasin som man kan abonnere på. De faste bidragsydere vil automatisk få bladet tilsendt på udgivelsesdagen, og andre kan tegne abonnement eller købe enkeltnumre på vores webshop på Tendai.dk. Jeg håber I vil tage godt imod dette forsøg - dels ved at læse bladet, men ikke mindst ved at bidrage til det. Skriv til os om din praksis, dine refleksioner, den gode bog du læste. Alt materiale er velkomment!

Igen: godt nytår til alle. Jeg håber 2011 bliver et dejligt år for os!

Gassho,

Shomon.

## Kontakt:

Shomon Pia Trans  
([shoken@tendai.dk](mailto:shoken@tendai.dk))

## Redaktion:

Senshin Karina Blomkvist  
([senshin@tendai.dk](mailto:senshin@tendai.dk))

## Disciplin

Af Senshin Karina Blomkvist

Hvorfor det er vigtigt med disciplin i vores praksis? Det talte vi om ved sidste sanghamøde i Randers. Jeg stillede spørgsmålet; kan vi ikke bare praktisere når vi er i humør til det og har overskud?

Og hvor ville det være rart, ikke? Bare at kunne sætte sig på puden når lysten opstår. Når vi er blevet færdige med opvasken, når vi har set nyhederne og vi har løbet en tur. "Lige så snart jeg har taget et bad kan jeg sætte mig. Jeg skal bare lige også huske at... og at... Ja, så fik jeg ikke lige sat mig i dag, men i morgen helt sikkert! Der har jeg jo også bedre tid. Og det er jo trods alt vigtigere at jeg er sammen med veninderne eller lige får den og den ting ud af verden. Det er jo også kvalitetstid og må være vigtig på vejen"

Tænk hvis Buddhaen havde tænkt sådan. "Jeg ville godt nok gerne finde enden på al lidelse, men i dag skal jeg lige noget andet først...så måske i morgen, hvis ikke jeg har andre planer" men det gjorde han heldigvis ikke. Han bestemte sig for at sætte sig til han havde fundet svaret. Han sad i 8 dage og nætter i streg og hans disciplin gav afkast. Han fandt svaret på enden på lidelse ikke kun for ham selv, men enden på al lidelse for alle levende væsner. Hans disciplin var skyld i at du og jeg i dag er på vejen.

Men hvorfor gør vi så ikke bare som han gjorde og sætter os? Hvorfor overholder vi ikke bare de aftaler med os selv om at sidde? Og ikke kun af og til, men sætter os dagligt fordi vi kender nødvendigheden af det? Hvad er det der gør det så svært at få taget sig sammen?

Det er fordi vi glemmer hvad der er vigtigt og glemmer det igen og igen! Og det er helt naturligt; vi har øvet os hele livet i at se tingene gennem et slør, det kræver noget at huske at se tingene uden. Det kræver noget at huske vigtigheden af at sætte sig. Hvis vi allerede var perfekt overbevidste om at det var vigtigt nok, så gjorde vi det jo! Men vi glemmer, og så vi er nødt til at sætte rammer op for os der minder os om vigtigheden hele tiden. I hvert fald hvis vi er seriøse omkring ønsket om frihed for lidelse i dette liv.

Der er heldigvis mange ting vi kan gøre for at sætte de rammer for os selv der hjælper os. Og de vil skifte hele livet med vores livssituationer. Hvad du har brug for i dag til at minde dig om vejen er sikkert ikke det samme som du har brug for om 5 år. Men en god ide er altid at have et sted i hjemmet hvor du praktiserer fast. Gerne med en figur eller et billede af en Buddha eller Bodhisattva der inspirerer dig og med røgelse og stearinlys der kan hjælpe dig i den rigtige stemning til meditation. Hver gang du går forbi det sted, er der mulighed for at blive mindet om din intention.

Lav en aftale med dig selv om at være din bedste ven! Hvis du vidste din bedste ven kunne slippe for at lide, ville du gøre alt for at det kom til at ske. Gør det samme for dig selv, du er ikke mindre vigtig! Tag dig selv i dine undskyldninger. Le overbærende af dit udisciplinerede sind der tror det kan løbe om hjørner med dig og få dig til at lave noget mere "meningsfuldt". Bestemt dig for at lade det ævle løs og sæt dig så, fordi du ved bedre. Fordi du vil dig selv det godt. Og lav så en fast aftale med dig selv om at sidde hver eller hver anden dag. Mindre kan også gøre det, og lidt er bedre end ingenting, men lad os være realistiske; det batter bare ikke så meget som hvis du sidder ofte!

Og hvis du har det svært en dag og ikke du kan gøre det for dig selv, så gør det for andre! Hav dine bodhisattvaløfter i tankerne. Det giver praksis en helt anden mening og kan være det der skal til for at mindes hvor vigtigt det du gør på puden er.

Og husk på at Nirvana ikke er noget mystisk som du måske en dag kan være super heldig at opnå hvis stjernerne står helt rigtig og du har opsamlet nok god karma. Opvågning kan ske hvert øjeblik. At se virkeligheden uden slør kan ske i næste øjeblik. Der er såmænd ikke noget mystisk eller særligt besværligt i det. Du har det med dig altid. Hav tillid til hver eneste gang du går på puden at det kan ske denne gang, for det kan det. Hvis man glemmer det eller ikke har tillid til det, kan det blive noget tungt at skulle hen på puden. Så kan det nemt blive meditation for at lappe på noget, og det er ikke det enden på lidelse går ud på. Perfekt opvågningen skære hele vejen igennem og der er ikke brug for at lappe noget.

Kig dig omkring hele tiden. Se hvad andre gør, hent inspiration. Tal med nogen der er længere på vejen, læs en bog der hjælper dig til at holde dig til ilden. Lav aftaler med andre om at sidde sammen selvom det måske er hver for sig. Skab hensigtsmæssige rammer for dig selv og din praksis og fortryd hvis du ikke overholder aftalerne med dig selv, så du har større chance for at vælge anderledes en anden gang, og giv så slip på selvbebrejdelse. Det hjælper dig ikke noget. Tålmodighed, der ligesom disciplin er en af paramitaerne, er også nødvendig. Hav stor tålmodighed med dig selv, men glem ikke at dette menneskeliv er en enestående mulighed, som du ikke kan vide om du får nogen sinde igen. Så grib den og udnyt den til fulde!

## **Meditation som smertereducerende middel**

*Af Chizen Bjarne Maschoreck*

En professor i Manchester lavede et eksperiment med en række mediterende for at undersøge meditationens indvirkning på smerte. De mediterende blev påført smerte med en laser enhed samtidig med at hjernes reaktion på smerte blev målt.

Resultatet var, at de folk som havde mediteret længst, var bedre til at abstrahere fra smerten end andre. En sådan undersøgelse kan ikke afdække præcist hvad hjernen gør anderledes, men det er jo i realiteten også underordnet for os, som blot vil høste resultaterne af en meditation.

Den bedste teori for denne smertereducerende effekt er, at hvis du er i nuet, så bruger din hjerne også mindre energi på tanker og følelser - og dermed også negative begivenheder.

Meditation har længe været anvendt mod kroniske smerter som supplement til medicin. Enhver koncentrationsmeditation kan anvendes til formålet, selv de mest simple, f.eks. meditation på ånde-drættet.

Det vigtigste er ikke at få sat for høje forventninger; ingen smerte forsvinder efter en enkelt meditation. Husk, at vi under meditation træner sindet gradvist til at være i nuet. Det er ikke gjort over en enkelt gang - hvilket undersøgelsen også viste: Dem som havde mediteret længst, havde den bedste effekt.

I en anden undersøgelse på University of Montreal undersøgte man tykkelsen af en bestemt del af hjernen, som forbindes med håndteringen af smerte og følelser. De mediterende i testgruppen havde en betydelig tykkere hjernedel end de ikke mediterende. Test personerne blev også i dette forsøg udsat for smerte og også i dette forsøg viste hjerneskaninger, at de mediterende lod sig påvirke langt mindre af smerten. Faktisk hele 18%.

Motivationen til at sætte sig på puden må her ikke kun være den reducerede smerte, men også de følgevirkninger en smerte kan have for ens eget liv og omgivelser. Selv om du ikke lever i et smertehelvede til dagligt, påvirkes vores liv i ikke ubetydelig grad af de følelser og tanker vort sind udsætter os for.

## Den ordinerede sangha

*Af Shomon Pia Trans*

Som de fleste nok allerede ved, er den oprindelige betydning af ordet 'sangha' enten fællesskabet af ordinerede eller fællesskabet af dem som har opnået særlige stadier på vejen. I Tendai bruger vi almindeligvis ordet i den moderne Mahayana forståelse, hvor det henviser til alle de buddhistiske praktiserende, men her vil jeg gerne fortælle lidt om den ordinerede del af Tendai sanghaen.

Der er mange der har spurgt ind til Tendais doshuprogram, som er træningsprogrammet for dem der søger ordination i sanghaen, så jeg har prøvet at sammenfatte de vigtigste oplysninger om det. Samtidig vil jeg også gerne komme med en uddybning til artiklen fra sidste nyhedsbrev, hvor jeg kort fortalte om de forskellige lærere man kan finde i Tendai. Min beskrivelse af de forskellige funktioner var meget kort, men det der virkelig forstyrrer forståelsen, er at jeg manglede det danske perspektiv. De titler og definitioner der gælder internationalt er nemlig ikke helt dækkende for danske forhold. Her i Danmark har vi en situation hvor der er vidunderligt mange dedikerede lægpraktiserende, men kun ganske få ordinerede, og endnu færre der træner mod ordination (scoren er 2-1 til de ordinerede i øjeblikket). Det betyder at vi er nødt til at stille langt større krav til de folk der indgår i formel træning end det for eksempel sker i USA, hvor der er forholdsvis mange ordinerede. De japanske forhold er helt anderledes, så dem er der egentlig ikke den store grund til at komme ind på.

Helt overordnet er det sådan, at en ikke-japansk person der ønsker at træne formelt i Tendai, gennemgår nogle stadier. Først bliver man kozo. Kozo er en ikke-ordineret lægperson der er påbegyndt træning; altså deltager i vores doshu træningsdage her i DK, og på den årlige gyo i USA. En kozo arbejder meget tæt med en soryo og almindeligvis også med en eller flere doshu. Det er et intenst forløb, der sikrer at en kozo ret hurtigt udvikler sig til en veltrænet og dygtig praktiserende. En kozo har som udgangspunkt forpligtet sig, i hvert fald på det personlige plan, til livslang træning og til virkelig at efterleve bodhisattvaløfterne, på en måde der ligger langt ud over hvad almindelige lægpraktiserende forventes at gøre.

Det er sådan, at stort set enhver der ønsker det, kan starte på dette træningsprogram. Er man interesseret, har man dog brug for en soryo der kender en, og som mener at man har en rimelig chance for at få et fornuftigt udbytte af træningen. Efter det første års træning - som regel efter den første gyo - evalueres eleven, og det besluttet om vedkommende skal fortsætte. Nogen gange opdager man undervejs at det formelle træningsprogram, doshuprogrammet, ikke er den optimale løsning. I sådanne tilfælde aftales en anden vej. Man kan også udtrykke det lidt mere firkantet: er der tale om andet- og tredje års kozo, har vedkommende selv truffet en virkelig dyb beslutning, deres lærer har vurderet at de er på rette vej, og de har vist at de kan leve op til deres forpligtelser.

Typisk vil man efter tre år som kozo blive ordineret doshu: tempelassistent, og efter yderligere minimum tre-seks år blive ordineret soryo: præst. De tre-seks års træning som doshu inden der kan gives soryo ordination skal tages med et gran salt. Den egentlige forskel på doshu og soryo er ikke så meget antal år i træning, men snarere dybde og erfaring i forbindelse med praksis. At oversætte

doshu direkte, hvor det bliver til 'tempelassistent' er lidt besynderligt, da titlen ikke giver megen mening i Danmark, hvor vi jo oplever en beklagelig mangel på templer der har brug for assistance. I Danmark er en doshu virkelig veluddannet i buddhistisk teori, er blevet trænet i sanghaledelse og -opbygning, og har en del års erfaringer med Tendai praksis. En doshu gennemgår de fleste af de forskellige praksisformer, blandt andet de esoteriske som først kan læres efter doshu tokudo (ordination), og begynder så småt at specialisere sig. Alt i alt fungerer en dansk doshu snarere som præst end som templeassistent, om end deres virke stadig sker i nært samarbejde med soryo.

Da vi kun er ganske få mennesker der ønsker videregående træning i Tendai DK, er kravene til både doshu og kozo som nævnt langt højere end andre steder i verden, og vores kozo og doshu er (naturligvis?) af tilsvarende høj kvalitet. En dansk doshu eller andet-års kozo har, symbolsk set, frasagt sig sit verdslige liv for at påtage sig et kæmpe ansvar for alle levende væsner. I praksis betyder det at de har gennemlevet en række udfordringer:

- 1) deres 'gamle' personlighed som ved så frygteligt meget er sat på pension,
- 2) de har besluttet at det altid er hensynet til det fælles bedste der kommer i første række,
- 3) de har fundet mod til at overgive sig 100 % til træningen,
- 4) de gennemgår til stadighed intensive studier, og endelig:
- 5) de har en stabil, omfattende og nuanceret personlig praksis.

En dansk andet- eller tredjeårs kozo er således nærmest at betragte som en novicepræst; en der stadig er i en læreproces, men som har et solidt grundlag af både teoretisk og praktisk viden, og en dansk doshu er for så vidt at betragte som en præst. Forskellen mellem doshu og soryo ligger udelukkende i dybden af de personlige erfaringer med praksissen, og i de rent formelle forhold - en (dansk) doshu kan typisk varetage omtrent de samme opgaver som en soryo, men gør det altså under vejledning og i nært samarbejde med en soryo.

Hvis man overvejer at prøve doshu programmet, er der to typer af overvejelser man skal gøre sig. Man skal være opmærksom på de praktiske forhold, og på de personlige/følelsesmæssige forhold.

Det koster både tid og penge at gennemgå doshuprogrammet. Der skal sættes tid af til en ret omfattende personlig praksis, og til studier. Man skal også regne med at bruge ca. 6-8 hele dage i årets løb til doshutræning i Danmark, og ti dage hvert år til træning i USA, udover de almindelige sanghamøder og retreats. Det man kommer til at bruge allermost tid på, er dog nok arbejde for sanghaen. Der hviler rigtig meget arbejde på ganske få hænder, så alle forventes at yde deres rigelige part. Og så er der pengene... det ville være herligt hvis penge ikke behøvedes at være et emne i spirituelle anliggender, men indtil 80'ernes legendariske 'mand med en papkasse' dukker op i buddhistisk sammenhæng, er enhver nødt til at bære sine egne omkostninger. Træningen i USA koster typisk 5-600 \$ om året, hvortil kommer flybilletter, bøger og særlige ting som for eksempel samue, juzu, kesa, rober osv. Således skal der, for langt de flestes vedkommende, prioriteres behårdt for at få det hele til at gå op, med begrænsede økonomiske midler og alt for få feriedage... Oven i alt dette kommer der typisk nogle overvejelser omkring det rent fysiske: kan jeg mon holde til en hård fysisk træning, hvad hvis jeg får skader, kan jeg klare at undvære at få søvn, mad, privatliv og andre komfortable goder i det omfang jeg er vant til dem?

Som regel er det sådanne ting der optager folk mest inden de starter træningen, men det er faktisk meget sjældent dem der udgør de egentlige problemer. De rigtig svære forhindringer ligger almindeligvis på det personlige/følelsesmæssige plan. Det kan være vældig svært at sætte sig selv så fuldstændigt til side, som doshuprogrammet kræver, og de fleste oplever at blive udfordret igen og igen.

Doshuprogrammet er jo, selvom det er udviklet i Vesten, til vesterlændinge, på mange måder en meget traditionel måde at lære på. Man er nødt til at kunne holde ud at man skal 'gøre', før man får at vide hvorfor. Der er kun meget få indledende forklaringer - det er meningen at man selv skal finde sine svar undervejs i processen, og skønt det umiddelbart lyder rigtig klogt og fornuftigt, så er det for de fleste virkelig svært. Det er også sværere end man tror at sætte sig selv og al ens fantastiske viden til side. I teorien lyder det jo fint at fællesskabet kommer før alt andet, men i praksis kan det være virkelig udfordrende, og det falder sjældent i tråd med det vi ved om demokratiske fremgangsmåder og moderne læring. Noget der erfaringsmæssigt udfordrer rigtig mange, er den overraskelse man møder, når det går op for en at dette program ikke er en 'genvej til oplysning'. Det er det bestemt ikke!! Faktisk kan man sige at det på mange måder kan opleves som en forhindring for ens personlige praksis, simpelthen fordi den nødvendigvis må træde lidt i baggrunden. Gennem programmet forpligter man sig jo til at arbejde for alle levende væsners oplysning - ikke bare sin egen. Det betyder ofte at man enten må finde endnu mere tid, eller at man må prioritere. Skal der prioriteres (hvad der jo ofte skal), så er det altså ikke en selv der kommer i første række. Når man er i doshuprogrammet kan man heller ikke længere vælge helt frit hvilken praksis man har lyst til. Man skal mange forskellige praksisformer igennem, så man vil ofte få 'tildelt' forskellige øvelser af sin lærer - og det er sjældent dem man selv ville have valgt! En helt almindelig skuffelse, som jeg både har oplevet selv og set hos andre, er skuffelsen over at den traditionelle buddhistiske træning ikke består i timelange meditationssessioner. Sidste år var der for eksempel en ung mand der lige var påbegyndt doshutræning, som boede i det amerikanske tempel i en periode. Han var meget skuffet over, så lidt der blev siddet meditation. Han havde haft en klar forventning til, at livet i et tempel ville være fyldt med stille kontemplation og lange, udmarvende meditationer - så virkelighedens hårde arbejde og aktive engagement i hverdagen kom helt bag på ham. Hvis det er afsondret ro til lange uforstyrrede meditationer i et elfenbenstårn du søger, er Tendais doshuprogram i hvert fald ikke noget for dig :-)

Hvis du, på trods af alt dette, tænker at doshuvejen måske er noget for dig, må du kontakte mig, så vi kan tale videre om det. Det er benhårdt - langt hårdere end jeg i hvert fald havde forestillet mig!! - men så rigeligt det hele værd, og alligevel vil jeg sige, at hvis du overhovedet kan forestille dig at være tilfreds uden at gennemgå træningen, er det bedst at lade være. Der er så mange andre muligheder, og jeg vil meget nødtigt have at nogen tænker at de er nødt til at gå doshu-vejen for at få fuld glæde af buddhismen! Det vigtigste er og bliver den daglige, personlige praksis, dine fortsatte studier, og ikke mindst deltagelsen i 'den store' sangha; vores fællesskab af praktiserende der alle, hver på sin måde, forsøger at finde ud af hvordan man omsætter de helt enkle råd: "Gør intet ondt, gør alt hvad der er godt, rens dit sind" i handling. Dét giver doshuprogrammet ikke svar på!

## **Buddhismens syn på planter**

*Af Chizen Bjarne Maschoreck*

Buddhismen påbyder at beskytte alle levende væsner. Er en plante et levende væsen?

Hvis planter er levende væsener, vil planter dermed også være omfattet af loven om årsag og virkning, karma.

Pali kanon er meget vag omkring at inkludere planter som levende væsner og peger mest i en indirekte retning ved at sikre moralsk korrekt opførsel i samfundet. Her tænkes der mest på kravet om ikke-vold og om at forbyde drab som en af forskrifterne.

Buddhismen tilpasser sig de kulturelle forhold den møder og ved buddhismens start var jainismen meget udbredt. Denne religion anser også planter for at være et levende væsen. Så i starten var be-

tragtningen vag; der er ingen direkte indikationer af, at en plante skulle betragtes som levende, men senere var betragtningen mere præcis i retning af, at planter ikke var at anse som et levende væsen. Planter betragtes generelt ikke ligeværdigt som et dyr.

Pali kanon har dog altid ekskluderer planter som levende væsner. Dette kan ske med udgangspunkt i definitionen af levende væsner gennem sanskrit ordet "pana", som oversat betyder "åndende væsner". Hvor jainismen her inkluderer planter, medtager buddhismen kun dyr og mennesker.

I buddhismen er der mulighed for genfødsel i en af seks verdener (helvedeverden, dyreverdenen, sultne spøgelse, menneske, guder, kæmpende guder) - og således ikke mulighed for at blive genfødt som plante.

Udover at definere levende væsner som "åndende væsner", betragtes eksistensen ud fra den 12-ledelede kæde af afhængig oprindelse:

1. Uvidenhed, medfører
2. Karma, handling på vores uvidenhed, som medfører
3. Bevidsthed, som fodfæstes og opstår, som medfører
4. Krop og sind, som virkeliggøres, som medfører
5. Oplevelse gennem de 6 sanser, som medfører
6. Kontakt ved mødet med objekt og sanseorgan, som medfører
7. Følelse (positiv, negativ eller neutral), som medfører
8. Begær, som opstår ud fra følelsen, som medfører
9. Tilknytning til det gode / fra det dårlige, som medfører
10. Tilblivelse af foster, som medfører
11. Fødsel af kroppen, som medfører
12. Livets lidelser - hvorefter kæden starter forfra.

Afhængig oprindelse stiller krav om et sansende væsen, hvilket er svært at tillæge en plante, da den ikke har alle seks sanser. Man kan måske argumentere for at planter har en følesans og at planten dermed kan anses som et et-sansende væsen.

En mulig følesans for en plante skal ses i lyset af plantens handlemønster; den slår rødder uden om sten efter vand, springer ud i luften, drejer sig mod solen osv. Spørgsmålet er, om disse handlinger kan anses som et udtryk for begær og at planter måske er underlagt karma?

Da det ikke anses for muligt at en plante kan opføre sig amoralsk, men bare være en plante, vurderer buddhismen at en plante ikke har karma, men karma lignende forhold; planten ændrer sig til staidighed, vokser og visner. Planter gensåer også sig selv svarende til menneskers genforplantning. Men buddhismen inkluderer ikke frø-fødsel som fødsel i buddhistisk forstand.

Buddhismen beskriver eksistens gennem de fem skandhaer / livsbestanddele, som tilsammen udgør

betragtningen af et "jeg". De fem skandhaer er form, følelse, opfattelse, skelnen og bevidsthed.

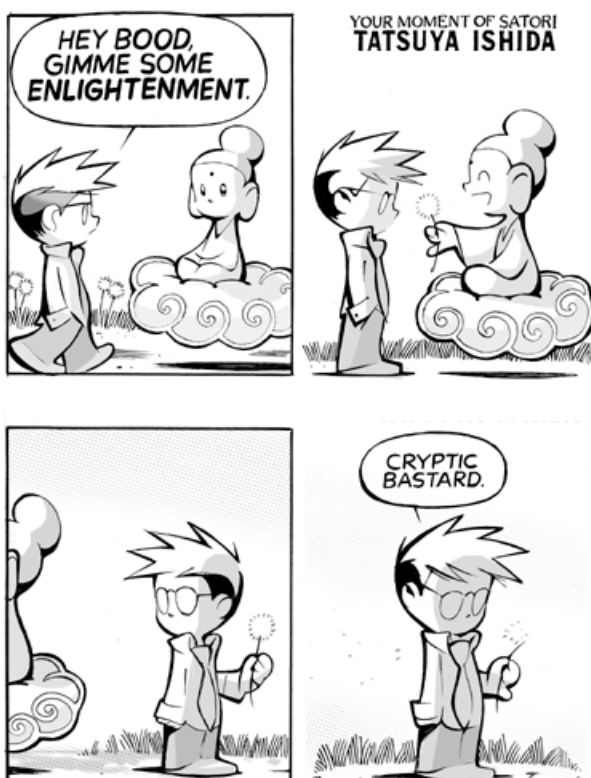
Planten har form gennem dens eksistens. Følelse er reaktionen på sanseindtryk. Har planten en reel følesans, er denne også tilstede. Spørgsmålet er om planten er i stand til at opfatte følelserne og behandle dem. Når planten snor rødder omkring en sten, er det så et udtryk for opfattelse og efterfølgende reaktion på denne? En plantes evne til at skelne kan måske beskrives ved dens evne til at vurdere hvad der er godt eller dårligt. Den ved at solen og vand er godt for den - og handler derefter. Bevidstheden er mere problematisk hvad angår planter. Vi ved ganske enkelt ikke nok om planten til at vide om der er tale om en egentlig bevidsthed.

At sammenligne planter med andre levende væsner i forbindelse med et karmisk liv, er at betragte planten nederst i det karmiske hierarki. Kunne planten i realiteten befinde sig øverst i hierarkiet og allerede være oplyst? Som oplyst vil planten ikke udvinde ny karma, men forbrænde eksisterende.

Dogen, Kukai, Ryogen og Saicho (blandt mange andre) beskrev planter som oplyste. Det kan sagtens give mening idet planten jo blot "er" en plante. Det er muligt den har en følesans, men den har ellers ingen mulighed for at skabe dårlig karma ved blot at være tilstede; det ville kræve et større bidrag i den afhængige oprindelse.

Konklusionen må være, at en plante i buddhistisk forstand ikke er et levende væsen, men en organisme som har aspekter af et levende væsen. Problemet er, at vi ikke ved nok om plantens eventuelle sanser.

## Dharma humor



## Billeder fra året der gik i Tendai



Shomons med sine små der blev til 4 nye doshu. Der i blandt Chizen



Ved Shomon's soryo ordination



Februar retreat



September retreat startede med 4 nye tilflugter



Godt nytår!

### Om Tendai Danmark

Tendai Danmark er den danske gren af den japanske Tendai tradition, som er en af de større traditioner inden for buddhisme. Se mere på [www.tendai.dk](http://www.tendai.dk).

Tendai Danmark støtter arrangementer for sanghaer og enkeltpersoner. Uanset hvor du bor, kan du få støtte og hjælp til praktisering af buddhisme, især efter Tendai traditionen.

Ønsker du at støtte Tendai Danmark økonomisk, kan du overføre beløb til:  
EIK Bank. Reg. 6610, Konto 2779097.