

# BUDDHISMUS UND GESELLSCHAFT

TEXT

Der Buddhismus beinhaltet ein Wissen und Erfahrungen, die zeitlos und unabhängig von einer bestimmten Kultur sind. Deswegen konnte er sich auch in vielen verschiedenen Ländern verbreiten, wie z.B. in Indien, Zentralasien, Sri Lanka, Thailand, Burma (Myanmar), Vietnam, Kambodscha, Laos, China, Japan, Vietnam, Korea, Tibet und der Mongolei. Nach den ersten zaghaften Annäherungen des Buddhismus von Seiten einiger Philosophen (z.B. A. Schopenhauer), Schriftsteller (z.B. H. Hesse) und anderen beginnt sich der Buddhismus seit den 70er Jahren auch im Westen zu etablieren.

Wie sich die buddhistische Lehre im praktischen Alltag ausdrückte, hing stets von den verschiedenen Kulturen und den entsprechenden Epochen ab.

Zudem traten in den verschiedenen Ländern jeweils unterschiedliche Aspekte von Buddhas Lehre in den Vordergrund. Buddha hatte 84.000 Erklärungen gegeben, die nach seinem Tod in drei verschiedenen Richtungen zusammengefasst wurden. Sie heißen Theravada, Großer Weg und Diamantweg. Während sich der Theravada in Indien und in den südostasiatischen Ländern verbreitete, wurde vor allem in den nordostasiatischen Ländern der Große Weg praktiziert. In Tibet setzte sich der Diamantweg-Buddhismus durch. Im Westen, je nach Staat, trifft man alle Richtungen, verstärkt jedoch den Diamantweg.

Drei Beispiele sollen den Einfluss verdeutlichen, den die politischen und gesellschaftlichen Strukturen der verschiedenen Kulturen auf den Buddhismus hatten.

## **Indien zur Zeit Buddhas**

Als Buddha in Indien erleuchtet wurde, herrschte dort das hinduistische Kastenwesen, zudem wurden Frauen geringer geschätzt als Männer. Als Buddha zu lehren begann, kamen zuerst Brahmanen zu ihm, die er später als Mönche in seine Gemeinschaft aufnahm. Bald darauf lehrte Buddha auch Männer aus anderen gesellschaftlichen Schichten – ein revolutionärer Schritt, der das damals tonangebende Kastensystem innerhalb von Buddhas Gemeinschaft praktisch beseitigte. Auch die Aufnahme von Frauen in Glaubensgemeinschaften galt in der damaligen indischen Gesellschaft als Tabu. Um ihnen die buddhistische Praxis zu ermöglichen, gründete Buddha erstmals sogar Nonnenorden. Somit schöpfte Buddha die Möglichkeiten, welche die damalige Gesellschaft bot, so weit wie möglich aus.

## **Buddhismus in Tibet**

In Tibet gab es drei Gruppen von Praktizierenden.

Zum einen waren da *Mönche* bzw. *Nonnen*. Praktisch jede Familie schickte ein Kind in ein Kloster, um es als Mönch oder Nonne ausbilden zu lassen. Die Familien unterstützten dann

das Kloster mit Naturalien. Im damaligen Feudalstaat Tibet waren Klöster nicht nur religiöse Ausbildungsstätten, sondern gleichzeitig Schulen, Universitäten und Verwaltungszentren. Auch medizinische Hilfe bekam man oft nur in Klöstern.

Die zweite Gruppe von Praktizierenden bestand aus *Laien*. Sie finanzierten den Unterhalt der Klöster und praktizierten den Buddhismus meist mit einer kurzen täglichen Meditation oder bei besonderen Gelegenheiten, wie z.B. Festen.

Die dritte Gruppe wurde „*Verwirklicher*“ (*Yogis*) genannt. Sie bevorzugten einen ungebundenen, oft unkonventionellen Lebensstil und verbrachten zum Beispiel oft Jahre in Höhlen, um dort zu meditieren.

In Tibet war der Staat fast vollständig vom Buddhismus durchdrungen: von der staatlichen Führung (den Dalai Lamas) über die verschiedenen Diamantweg-Schulen mit ihren jeweiligen Oberhäuptern bis hin zum täglichen Tagesablauf des kleinen Mannes.

### **Buddhismus im Westen**

Die anfängliche Attraktivität des Buddhismus machte nicht nur die Lehre selbst aus, sondern auch deren asiatisch-exotisches Erscheinungsbild.

Inzwischen haben sich die unterschiedlichen buddhistischen Richtungen teilweise von ihren jeweiligen asiatischen Traditionen entfernt und lehren und leben zunehmend einen westlichen Stil. Dabei sind in einigen Staaten (z.B. Frankreich) eher Mönche und Nonnen die Übermittler der Lehre, in den deutsch-sprachigen Staaten sind die Laien sehr weit verbreitet, in weiteren (z.B. den USA) gibt es unterschiedliche Mischformen.

*Verwirklicher* (*Yogis*) sind im Westen selten anzutreffen. Sie verpflichten sich keiner gesellschaftlichen Normen - oft entspricht ihr Lebensstil nicht der politischen „Correctness“ – sondern der absoluten Wahrheit. Sie üben sich in der „Reinen Sicht“ in der jedes Wesen potentiell Buddha ist.

Der *Laienbuddhismus* versteht sich als eine Möglichkeit, die Lehren in den Alltag zu integrieren. Verhalten, Einstellung, Sichtweisen und Meditationen werden immer mehr zum Leben selbst. Buddhistische Meditationshäuser oder Zentren bieten darüber hinaus die Möglichkeit, gemeinsam zu meditieren und Belehrungen und allgemeine Informationen zu bekommen.

*Mönche und Nonnen* entsprechen wenig dem allgemeinen Lebensstil. Allerdings haben auch hier Menschen eine Chance, positive Eindrücke in ihren Geist zu setzen, indem sie den täglichen Herausforderungen des Lebens entsagen und manchmal oft jahrelang abgeschirmt meditieren. Auf diese Weise werden alle menschlichen Neigungen vom Buddhismus „bedient“.

#### **Querverweise:**

Frauen im Buddhismus

Geschichtlicher Überblick über die Verbreitung des Buddhismus

Die 3 Wege

# BUDDHISMUS UND GESELLSCHAFT

THEMA

Der Buddhismus beinhaltet ein Wissen und Erfahrungen, die zeitlos und unabhängig von einer bestimmten Kultur sind. Deswegen konnte er sich auch in vielen verschiedenen Ländern verbreiten, wie z.B. in Indien, Zentralasien, Sri Lanka, Thailand, Burma (Myanmar), Vietnam, Kambodscha, Laos, China, Japan, Vietnam, Korea, Tibet und der Mongolei. Nach den ersten zaghaften Annäherungen des Buddhismus von Seiten einiger Philosophen (z.B. A. Schopenhauer), Schriftsteller (z.B. H. Hesse) und anderen beginnt sich der Buddhismus seit den 70er Jahren auch im Westen zu etablieren.

Wie sich die buddhistische Lehre im praktischen Alltag ausdrückte, hing stets von den verschiedenen Kulturen und den entsprechenden Epochen ab.

Zudem traten in den verschiedenen Ländern jeweils unterschiedliche Aspekte von Buddhas Lehre in den Vordergrund. Buddha hatte 84.000 Erklärungen gegeben, die nach seinem Tod in drei verschiedenen Richtungen zusammengefasst wurden. Sie heißen Theravada, Großer Weg und Diamantweg. Während sich der Theravada in Indien und in den südostasiatischen Ländern verbreitete, wurde vor allem in den nordostasiatischen Ländern der Große Weg praktiziert. In Tibet setzte sich der Diamantweg-Buddhismus durch. Im Westen, je nach Staat, trifft man alle Richtungen, verstärkt jedoch den Diamantweg.

Drei Beispiele sollen den Einfluss verdeutlichen, den die politischen und gesellschaftlichen Strukturen der verschiedenen Kulturen auf den Buddhismus hatten.

## **Indien zur Zeit Buddhas**

Als Buddha in Indien erleuchtet wurde, herrschte dort das hinduistische Kastenwesen, zudem wurden Frauen geringer geschätzt als Männer. Als Buddha zu lehren begann, kamen zuerst Brahmanen zu ihm, die er später als Mönche in seine Gemeinschaft aufnahm. Bald darauf lehrte Buddha auch Männer aus anderen gesellschaftlichen Schichten – ein revolutionärer Schritt, der das damals tonangebende Kastensystem innerhalb von Buddhas Gemeinschaft praktisch beseitigte. Auch die Aufnahme von Frauen in Glaubensgemeinschaften galt in der damaligen indischen Gesellschaft als Tabu. Um ihnen die buddhistische Praxis zu ermöglichen, gründete Buddha erstmals sogar Nonnenorden. Somit schöpfte Buddha die Möglichkeiten, welche die damalige Gesellschaft bot, so weit wie möglich aus.

## **Buddhismus in Tibet**

In Tibet gab es drei Gruppen von Praktizierenden.

Zum einen waren da *Mönche* bzw. *Nonnen*. Praktisch jede Familie schickte ein Kind in ein Kloster, um es als Mönch oder Nonne ausbilden zu lassen. Die Familien unterstützten dann

das Kloster mit Naturalien. Im damaligen Feudalstaat Tibet waren Klöster nicht nur religiöse Ausbildungsstätten, sondern gleichzeitig Schulen, Universitäten und Verwaltungszentren. Auch medizinische Hilfe bekam man oft nur in Klöstern.

Die zweite Gruppe von Praktizierenden bestand aus *Laien*. Sie finanzierten den Unterhalt der Klöster und praktizierten den Buddhismus meist mit einer kurzen täglichen Meditation oder bei besonderen Gelegenheiten, wie z.B. Festen.

Die dritte Gruppe wurde „*Verwirklicher*“ (*Yogis*) genannt. Sie bevorzugten einen ungebundenen, oft unkonventionellen Lebensstil und verbrachten zum Beispiel oft Jahre in Höhlen, um dort zu meditieren.

In Tibet war der Staat fast vollständig vom Buddhismus durchdrungen: von der staatlichen Führung (den Dalai Lamas) über die verschiedenen Diamantweg-Schulen mit ihren jeweiligen Oberhäuptern bis hin zum täglichen Tagesablauf des kleinen Mannes.

### **Buddhismus im Westen**

Die anfängliche Attraktivität des Buddhismus machte nicht nur die Lehre selbst aus, sondern auch deren asiatisch-exotisches Erscheinungsbild.

Inzwischen haben sich die unterschiedlichen buddhistischen Richtungen teilweise von ihren jeweiligen asiatischen Traditionen entfernt und lehren und leben zunehmend einen westlichen Stil. Dabei sind in einigen Staaten (z.B. Frankreich) eher Mönche und Nonnen die Übermittler der Lehre, in den deutsch-sprachigen Staaten sind die Laien sehr weit verbreitet, in weiteren (z.B. den USA) gibt es unterschiedliche Mischformen.

*Verwirklicher* (*Yogis*) sind nur noch selten anzutreffen, sie unterscheiden sich äußerlich überhaupt nicht von den Laien (Menschen, die einem Beruf nachgehen; Familienmenschen; Singles; Schüler; Studenten etc.) allerdings entspricht ihr Lebensstil weiterhin nicht der politischen „Correctness“, was sich auf Sichtweise und teilweise Verhaltensweisen bezieht.

Der *Laienbuddhismus* versteht sich als eine Möglichkeit, die Lehren in den Alltag zu integrieren. Verhalten, Einstellung, Sichtweisen und Meditationen werden immer mehr zum Leben selbst. Buddhistische Meditationshäuser oder Zentren bieten darüber hinaus die Möglichkeit, gemeinsam zu meditieren und Belehrungen und allgemeine Informationen zu bekommen.

*Mönche und Nonnen* entsprechen wenig dem allgemeinen Lebensstil. Allerdings haben auch hier Menschen eine Chance, positive Eindrücke in ihren Geist zu setzen, indem sie den täglichen Herausforderungen des Lebens entsagen und oft jahrelang abgeschirmt meditieren. Auf diese Weise werden alle menschlichen Neigungen vom Buddhismus „bedient“.

#### ***Querverweise:***

Frauen im Buddhismus  
Geschichtlicher Überblick über die  
Verbreitung des Buddhismus  
Die 3 Wege

### SEKUNDARSTUFE I: BUDDHISMUS HAT VIELE GESICHTER

#### I. Einleitung

##### 1) Lernziele

Ziel dieses Bausteins ist es...

- ... zu erkennen, dass der historische und kulturelle Kontext der jeweiligen Länder das Erscheinungsbild des Buddhismus prägt;
- ... zu erkennen, dass unabhängig von den Unterschieden Weg (Meditation) und Ziel (Erleuchtung) gleich bleiben.
- ... zu verstehen, dass es dauerhaftes Glück nie auf bedingter Ebene gibt (> Vertiefung).
- ... zu verstehen, dass jeder Buddhist zu allen Zeiten und Stellen nach unbegingtem Glück zum Besten aller sucht (> Vertiefung).

##### 2) Basistexte als Hintergrundinformation

##### 3) Weiterführende Themen

- Was ist buddhistische Meditation?
- Die Erleuchtung
- Geschichtlicher Überblick über die Verbreitung des Buddhismus
- Frauen im Buddhismus

#### II. Unterrichtseinheit

##### 1) Unterrichtseinstieg

Bilderfolie (*Material 1*) als stummen Impuls mit verdeckter Überschrift auf OHP auflegen.

Die Schüler sagen, was ihnen an den Bildern auffällt, z.B. verschieden aussehende Buddhasstatuen, verschiedene Landschaften, Mönche, Klöster usw. Durch Aufdecken der Überschrift wird das Thema eingeleitet.

Beim Auflegen der zweiten Bilderfolie (*Material 2*) bleiben die Ortsangaben zunächst auch verdeckt. Der Lehrer fordert die Schüler auf, die abgebildeten Orte näher zu bestimmen (Indien, Tibet und Deutschland).

Nachdem die Orte identifiziert sind, sollte zur arbeitsteiligen Gruppenarbeit an den vier verschiedenen Fotos und den zugehörigen Texten (*Material 3*) übergeleitet werden.

Folie 2 (*Material 2*) kann während der Textarbeit auf dem OHP liegen bleiben, da sich die Geschichten auf den 3 Arbeitsblättern in den vier abgebildeten Ländern ereignen.

## **2) Erarbeitungphase**

Der Lehrer schneidet die 4 Tabellenstreifen (*Material 4*) an den Markierungen aus der Folie aus. Die Klasse wird in 4 Gruppen eingeteilt. Jede Gruppe bekommt nun ein anderes Arbeitsblatt (*Material 3, Arbeitsblatt A, B und C*) sowie den entsprechenden Tabellenstreifen und erarbeitet anhand der Texte die Fragen. Ihr Gruppenergebnis tragen die Schüler in den Folienstreifen ein.

Die Gruppen legen ihre Folienstreifen auf den OHP auf und stellen ihre Ergebnisse so vor, dass die anderen Gruppen einen Eindruck von den Lebensausschnitten bekommen. Die Texte können bei verbleibender Zeit auch vorgelesen werden. Durch Vergleich der Inhalte werden im Unterrichtsgespräch Unterschiede und Gemeinsamkeiten herausgestellt.

Dem Lehrer steht eine Tabelle mit eingetragenen Antworten (*Material 5*) zur Verfügung.  
**Alternative:**

Bei großen Klassen kann man die 4 Gruppen auch nochmals unterteilen. Nach der Textarbeit können die Gruppen mit den gleichen Texten ihre Gruppenergebnisse vergleichen und zusammen den Folienstreifen ausfüllen.

## **3) Sicherung und Vertiefung**

Der Lehrer greift auf den Anfangssatz "Buddhismus hat viele Gesichter" zurück, um danach nochmals auf die Konstante einzugehen – Weg (Meditation) und Ziel (Erleuchtung) des Buddhismus.

Außerdem kann er eine weitere Möglichkeit nutzen: Die Frage „Was macht uns glücklich?“ (> siehe *Material 6*) lässt Raum für grundlegende Diskussion

## **4) Tipp:**

Zur Verdeutlichung kann der Lehrer ein mit Wasser gefülltes Glas vor verschiedenfarbige Hintergründe halten: Das Wasser "wechselt" die Farbe (Erscheinungsbild), ohne seine Essenz zu verändern – es bleibt klar.

Hinweis für die Schüler: Buddhismus wird mit einem Diamanten verglichen; egal, auf welche Unterlage (= Kultur) man sie legt, die entsprechende Färbung kommt durch ohne den Diamanten zu ändern.

**BUDDHISMUS HAT  
VIELE GESICHTER**







BUDDHISMUS HAT  
VIELE GESICHTER



## ARBEITSBLÄTTER

## ARBEITSBLATT A

*Indien: Zakir, 14 Jahre alt, 500 v. Chr. zur Zeit Buddhas, Mönchsno-  
vize*

Neben mir hustet Kimbila, mein bester Freund, im Schlaf. Seit vielen Monden sind wir beide als Schüler Buddhas unterwegs. Davor war Kimbila ein Unberührbarer, und ich war Sohn eines Haushofmeisters im Reich Savatthi. Unser Lehrer Buddha macht keine Unterschiede, denn sonst dürfte mich Kimbila nicht einmal anschauen. "Wir alle haben die gleiche Natur", sagt er. Anfangs dachte ich: "Aber es gibt doch Unterschiede, sonst gäbe es nicht die Kasten!" Je länger ich meditiere, desto besser verstehe ich. Denn Kimbila und ich haben viel gemeinsam.



Jetzt muss ich aber aufstehen. Das Morgenlicht wird heller. Vor der gemeinsamen Meditation gehe ich gerne zum Fluss, um mich zu waschen. Der Hain, in welchem wir meditieren, ist noch kalt. Ich friere. Es fällt mir schwer, auf meinen Atem zu achten, ohne an eine warme Decke zu denken. Ich schaue auf und sehe meinem Lehrer genau in die Augen. Er lächelt mich an, und ich schließe vor Glück schnell die Augen. Er ist so stark und weiß alles – ich möchte so werden wie er... Sein Blick hat mich angespornt, und die Kälte ist nicht mehr wichtig.

Nach der Meditation ziehen wir durch die Dörfer, die Bettelschale in der Hand. Außer unserem Gewand ist sie der einzige Besitz. Manche Menschen lachen uns aus, aber die meisten geben uns soviel sie können. Die Lehre des Buddha hat sich herumgesprochen, und immer mehr sind von ihr überzeugt. Er zeigt mit seinem Beispiel, dass wir alle Erleuchtung erlangen können und unser Leid ein Ende haben kann. Viele kommen und fragen ihn nach seinem Weg. Buddha erklärt jedem, was er selbst tun kann, damit er auch ein Erwachter wird. Oft ist ein großes Gedränge bei den abendlichen Belehrungen, aber Kimbila und ich sind jeden Abend dabei.

**Arbeitsauftrag:**

- 1.) Lest den Text und beantwortet folgende Fragen:
  - a) Durch welche Einflüsse ist die Person zum Buddhismus gekommen?
  - b) In welcher Form beschäftigt sich die Person mit dem Buddhismus?
  - c) Was möchte die Person erreichen?
  - d) Wie würdest du stichwortartig die Lebensumstände der Person beschreiben?
- 2.) Tragt eure Arbeitsergebnisse mit dem Folienstift auf dem Folienstreifen ein!
- 3.) Stellt das Ergebnis euren Mitschülern vor und berichtet kurz vom Leben der Person!

## ARBEITSBLÄTTER

## ARBEITSBLATT B

*Tibet: Pema Dölkar, 22 Jahre alt, 14. Jhdt., Verwirklicherin (Yogini)*

Ich sitze vor meiner Höhle, in der ich seit sieben Jahren meditiere, und schaue den steilen Weg hinab, den mein Vater kommen wird. Denn heute ist Vollmond, und an diesem Tag des Monats bringt er mir immer einen kleinen Sack mit Nahrung für die nächsten Wochen. Nicht nur dafür bin ich meinem Vater dankbar.



Als kleines Mädchen war ich oft traurig, weil alle Menschen sterben müssen. Dann hat mir mein Vater von Buddha erzählt, und das hat mir sehr geholfen. Später beantwortete er mir, so gut er konnte, meine Fragen zur Lehre Buddhas. Als ich selbst die Schriften lesen wollte, lehrte er mich lesen und schreiben. Ich war damit das einzige Mädchen in unserem Dorf, das lesen und schreiben konnte. Nur einige Jungen lernen das, wenn sie als Novizen in das Kloster geschickt werden. Ich hätte wie fast alle Mädchen verheiratet werden sollen.

Stattdessen hatte ich schon mit 15 Jahren viele buddhistische Texte auswendig gelernt, und mein größter Wunsch war es, in Abgeschiedenheit zu meditieren. Als ich dies meinen Eltern mitteilte, war meine Mutter sehr enttäuscht, dass ich nicht einen der Männer aus dem Dorf heiraten wollte; mein Vater aber war froh.

So zog ich zu der alten Höhle hoch oben über dem Kloster. In den ersten zwei Jahren mochte ich den harten Felsen, der mir als Sitz diente, nicht. Aber je länger man sitzt, desto unwichtiger wird das. Der Reichtum meiner inneren Erlebnisse in der Meditation ist wichtiger. Die Menschen aus dem Dorf haben mit den Jahren meine Arbeit schätzen gelernt. Sie bringen mir manchmal Geschenke: Nahrung, Kleidung oder Räucherwerk. Wenn ich Meditation übe, bin ich nicht getrennt von ihnen, denn ich möchte zum Nutzen von allen Lebewesen Erleuchtung erlangen.

Ich höre die Schritte meines Vaters.

**Arbeitsauftrag:**

1.) Lest den Text und beantwortet folgende Fragen:

- a) Durch welche Einflüsse ist die Person zum Buddhismus gekommen?
- b) In welcher Form beschäftigt sich die Person mit dem Buddhismus?
- c) Was möchte die Person erreichen?
- d) Wie würdest du stichwortartig die Lebensumstände der Person beschreiben?

2.) Tragt eure Arbeitsergebnisse mit dem Folienstift auf der Folie ein!

3.) Stellt das Ergebnis euren Mitschülern vor und berichtet kurz vom Leben der Person!

## ARBEITSBLÄTTER

## ARBEITSBLATT C

*Deutschland: Laura, 16 Jahre, 2001, Laien-Praktizierende*

Ich habe das Glück, in einer Familie aufgewachsen zu sein, in der ich mir viele Wünsche erfüllen kann. Mein Vater verdient als Doktor im Krankenhaus genug, und meine Mutter ist zu Hause bei mir und meiner Schwester und macht den Haushalt. Auch was meine Freunde angeht, kann ich nicht klagen. Trotzdem war ich nicht ganz glücklich. Das kann doch nicht alles sein. Im Moment: Spaß, Partys, Alkohol und später: Arbeit, Heirat, Kinder kriegen, Haus bauen und einmal im Jahr Urlaub.



Mir reicht das nicht! Ich traf auf einen interessanten Jungen, der mir vom Kampfsport erzählte und dass ihm dieser ganz wichtig sei. Zum Beispiel meinte er, dass es möglich wäre, im Kampf auf eine Bewegung zu reagieren, die der Gegner noch gar nicht begonnen hat. Oder dass man nur gut kämpfen kann, wenn man völlig entspannt oder zumindest zornfrei ist. Im Gespräch erwähnte er häufiger das Wort Buddhismus. Abends dann suchte ich im Internet unter dem Stichwort "Buddhismus". Zu meiner Überraschung fand ich heraus, dass nur zwei Straßen weiter ein buddhistisches Zentrum ist. Dort lernte ich von Udo und Petra, die schon seit 18 Jahren Buddhisten sind, dass nicht die Welt an sich Glück und Sinn enthält, sondern die Art und Weise eines Jeden mit ihr umzugehen.

Mittlerweile meditiere ich täglich allein oder mit Freunden. Ich werde immer gelassener und habe mehr Spaß am Leben. Auch wenn ich heute nicht erklären kann, was Erleuchtung ist, ist das mein Ziel.

**Arbeitsauftrag:**

1.) Lest den Text und beantwortet folgende Fragen:

- a) Durch welche Einflüsse ist die Person zum Buddhismus gekommen?
- b) In welcher Form beschäftigt sich die Person mit dem Buddhismus?
- c) Was möchte die Person erreichen?
- d) Wie würdest du stichwortartig die Lebensumstände der Person beschreiben?

2.) Tragt eure Arbeitsergebnisse mit dem Folienstift auf der Folie ein!

3.) Stellt das Ergebnis euren Mitschülern vor und berichtet kurz vom Leben der Person!

## ARBEITSBLÄTTER

## ARBEITSBLATT D

*USA: Ashley, 19 Jahre, 2004, Laien-Praktizierende*

Meine Eltern sind eigentlich Alt-Hippies. Als Spätgeborene habe ich aus ihrer Flower-Power-Zeit nichts mitbekommen. Aber hier um die Bucht von San Francisco sprießt spirituelles Gedankengut geradeso. Meine Eltern leben tatsächlich einen spirituelles Wirrwarr: ein bisschen Indianer hier, indische Aryurveda-Medizin da und Yin und Yang dort – alles bunt gemischt. Geheiratet aber haben sie aber in einer christlichen Kirche.

Ich war glücklich, als ich mit 16 Jahren einen Freund hatte, der regelmäßig in eine Zen-Gruppe ging. Dort faszinierte mich gleich das, was ich von Zuhause nicht kannte: Kein unnötiges Gerede; klare Formen in Schwarz und Weiß; vorgegebene klare Regeln, an denen ich mich orientieren kann; wenn man arbeitet, tut man das, was man gerade tut – nichts weiter.

Auch die Meditationen helfen mir: Mein Geist wird klarer, durch all das erleichtert es mein Alltagsleben. Früher war ich nie lange an einer Stelle, ich dachte, es müsste immer noch etwas Besseres geben. Inzwischen weiß ich, dass es nicht auf die äußeren Bedingungen ankommt, sondern nur auf die inneren. Dabei habe ich manchmal das Glück, von großen Meistern, Roshis, zu lernen.

Meine Eltern beobachteten erst sehr skeptisch, was ich da mache. Inzwischen erkennen sie ihre ehemals aufsässige Tochter nicht mehr. Sie haben übrigens kürzlich den Wunsch geäußert, endlich auch einmal so geradlinig durchs Leben gehen zu können wie ich es tue.

**Arbeitsauftrag:**

1.) Lest den Text und beantwortet folgende Fragen:

- a) Durch welche Einflüsse ist die Person zum Buddhismus gekommen?
- b) In welcher Form beschäftigt sich die Person mit dem Buddhismus?
- c) Was möchte die Person erreichen?
- d) Wie würdest du stichwortartig die Lebensumstände der Person beschreiben?

2.) Tragt eure Arbeitsergebnisse mit dem Folienstift auf der Folie ein!

3.) Stellt das Ergebnis euren Mitschülern vor und berichtet kurz vom Leben der Person!



## ARBEITSBLÄTTER

## GRUPPENERGEBNIS

	<b>Zakir</b> aus Indien	<b>Pema</b> aus Tibet	<b>Laura</b> aus Deutschland	<b>Ashley</b> aus den USA
Durch welche Einflüsse ist diese Person zum Buddhismus gekommen?				
In welcher Form beschäftigt sich diese Person mit dem Buddhismus?				
Was möchte diese Person erreichen?				
Wie sind die Lebensumstände dieser Person?				

ARBEITSBLÄTTER

LÖSUNGSBLATT

	<b>Zakir</b> aus Indien	<b>Pema</b> aus Tibet	<b>Laura</b> aus Deutschland	<b>Ashley</b> aus den USA
Durch welche Einflüsse ist diese Person zum Buddhismus gekommen?	Buddha	Vater Gesellschaft Umfeld	Freund Medien buddh. Zentrum	Erziehung Eltern Freund
In welcher Form beschäftigt sich diese Person mit dem Buddhismus?	informieren lernen meditieren	informieren lernen meditieren	informieren lernen meditieren	informieren lernen meditieren
Was möchte diese Person erreichen?	Erleuchtung werden wie Buddha	Erleuchtung	Glück Erleuchtung	gut durchs Leben kommen
Wie sind die Lebensumstände dieser Person?	Kastengesellschaft Armut Hauslosigkeit	freiwillige Abgeschiedenheit und Versorgung durch andere	moderne Wohlstandsgesellschaft Bildung Medienzugang	moderne Wohlstandsgesellschaft Bildung Geradlinigkeit

## ARBEITSBLÄTTER

*Vertiefung*

## ARBEITSBLATT E

Was macht mich glücklich?Antworten:

-  
-  
-  
-  
-  
-  
-

buddhistische Sicht:

- ➔ Alles, was wir erleben, ist nicht von Dauer.
- ➔ Nichts hat keine eigene, aus sich heraus bestehende Wirklichkeit (sonst würde sich nichts ändern)
- ➔ Konsequenz: Geld, Freunde, Party können vorübergehend Glück bringen, nie jedoch dauerhaft (sind Geld und Freunde weg, ist die Party zu Ende, ist auch das Glück verschwunden > **bedingtes Glück** führt immer zu Leid; selbst die glücklichste, dauerhafteste Beziehung hat ein leidvolles Ende).
- ➔ Die Menschen, die dem Buddhismus folgten und folgen, wollen als Mindestanspruch nicht mehr leiden und suchen nach **unbedingtem, dauerhaften Glück**)
- ➔ Buddhist (= Mensch des Inneren) sucht das Glück im eigenen Geist: Es kommt nicht auf die Erlebnisse an, nicht auf das, was man wahrnehmen kann (wie z.B. Geld, Party



## ARBEITSBLÄTTER

oder Freunde), sondern auf den Erleber. Dadurch wird es immer spannender, dass man wahrnehmen kann. Was man erlebt, sind nur Bilder, die kommen und gehen und sich mehr oder weniger als äußeres Disneyland zeigen.

- ➔ Diese phantastische Sichtweise wird nur nach und nach möglich, wenn negative Eindrücke aus dem Geist entfernt werden und durch positive ersetzt werden. Das geschieht durch regelmäßige Meditationen und durch positive Einstellung (niemandem schaden), positives Verhalten (mitfühlend und liebevoll sein) und Reine Sichtweise (alle Wesen haben die Buddhanatur – alles wird traumartiger) im Alltag.
- ➔ Eigenerfahrung: Hat jemand frische positive Eindrücke im Geist (einen Lottogewinn oder eine unerwartete Erbschaft), ist man vorübergehend glücklich; selbst weniger freundlich gesonnene Zeitgenossen mag man in diesem Moment.

## ARBEITSBLÄTTER

Diskussion:

Vergleich eigener Antworten mit der buddhistischen Sichtweise

*Vertiefung*

**LÖSUNG zu Material 6**

Was macht uns glücklich?

mögliche Antworten:

- Geld
- Freunde
- Party
- Kleidung
- Computer
- Auto
- Familie



buddhistische Sicht:

- ➔ Alles, was wir erleben, ist nicht von Dauer.
- ➔ Nichts hat keine eigene, aus sich heraus bestehende Wirklichkeit (sonst würde sich nichts ändern)
- ➔ Konsequenz: Geld, Freunde, Party können vorübergehend Glück bringen, nie jedoch dauerhaft (sind Geld und Freunde weg, ist die Party zu Ende, ist auch das Glück ver-

## PRÄSENTATIONSHILFEN

- schwunden > **bedingtes Glück**, das führt immer zu Leid; selbst die glücklichste, dauerhafteste Beziehung hat ein leidvolles Ende)
- ➔ Die Menschen, die dem Buddhismus folgten und folgen, wollen als Mindestanspruch nicht mehr leiden und suchen nach **unbedingt, dauerhaften Glück**)
  - ➔ Buddhist (= Mensch des Inneren) sucht das Glück im eigenen Geist: Es kommt nicht auf die Erlebnisse an, nicht auf das, was man wahrnehmen kann (wie z.B. Geld, Party oder Freunde), sondern auf den Erleber. Dadurch wird es immer spannender, dass man erleben kann. Was man erlebt, sind nur Bilder, die kommen und gehen und sich mehr oder weniger als äußeres Disneyland zeigen.
  - ➔ Diese phantastische Sichtweise wird nur nach und nach möglich, wenn negative Eindrücke aus dem Geist entfernt werden und durch positive ersetzt werden. Das geschieht durch regelmäßige Meditationen und durch positive Einstellung (niemandem schaden), positives Verhalten (mitfühlend und liebevoll sein) und Reine Sichtweise (alle Wesen haben die Buddhanatur – alles wird traumartiger) im Alltag.
  - ➔ Eigenerfahrung: Hat jemand frische positive Eindrücke im Geist (einen Lottogewinn oder eine unerwartete Erbschaft), ist man vorübergehend glücklich; selbst weniger freundlich gesonnene Zeitgenossen mag man in diesem Moment.

Diskussion:

### SEKUNDARSTUFE II: BUDDHISMUS UND GESELLSCHAFT

#### I. Einleitung

Der Buddhismus tritt seit über 2500 Jahren erfolgreich, freud- und kraftvoll für die Menschen in unterschiedlichsten Kulturen in verschiedenen Facetten auf, ohne etwas von seiner Faszination und Kraft einzubüßen.

##### 1) Anknüpfungspunkte

Brainstorming

- Wo und wie taucht Buddhismus in der Öffentlichkeit auf? > Werbung, Pop- und Filmstars, Kino, Fernsehen ...; er erscheint meistens im Zusammenhang mit freundliche und/oder interessanten Menschen, aber auch manchmal etwas geheimnisvoll.
- Warum ist das wohl so? > Die Buddhisten sprechen in ihrer Art häufig Menschen an, die sich nach Gelassenheit, Freundlichkeit, Verständnis, Toleranz, innerer Ruhe, Erfolg, Anerkennung etc. sehnen.
- In welchen Staaten gibt es überhaupt Buddhismus? > Tibet, Sri Lanka, Japan .....
- Warum tritt dieser so vielfältig auf? > Anscheinend kann er allen verschiedenen Völkern etwas geben.

##### 2) Lernziele

Ziel dieses Bausteins ist es...

- ... zu erkennen, dass man die verschiedenen Ebenen des Buddhismus in der westlichen Welt auf persönliche Probleme anwenden kann und damit sinnvolle Lösungen möglich sind.
- ... zu erkennen, dass man die verschiedenen Ebenen des Buddhismus in der westlichen Welt auf politische Probleme anwenden kann und damit sinnvolle Lösungen möglich sind.
- ... zu verstehen, dass der Buddhismus mit den Basisbedingungen der menschlichen

Existenz arbeitet und diese auflösen möchte: die Illusion einer Ich-Vorstellung und die damit verbunden acht weltlichen Dharmas.

- ... zu erkennen, dass man die verschiedenen Ebenen des Buddhismus in allen Kulturen und Zeiten anwenden kann, damit sinnvolle Lösungen gefunden werden können, weil eben jene Basisbedingungen an jedem Ort und zu jeder Zeit vorhanden sind.
- ... die Gründe dafür zu erkennen, warum buddhistische Ideen in der westlichen Welt immer größeren Einfluss gewinnen (bezieht sich hauptsächlich auf die Vertiefung).

### 3) Basistexte/-tabelle als Hintergrundinformationen

### 4) Querverweise zu anderen Themen

- Was ist buddhistische Meditation?
- Die Erleuchtung
- Geschichtlicher Überblick über die Verbreitung des Buddhismus
- Frauen im Buddhismus
- Die 3 Wege
- Wie wirklich ist die Wirklichkeit?

## II. Didaktische Umsetzung

### 1) Unterrichtseinstieg

Die Schüler machen mit Lehrerhilfe o.g. Brainstorming, wobei Fragen und Antworten auf dem OHP oder an der Tafel festgehalten werden.

### 2) Erarbeitungsphase

Je nach Schülerzahl wird die Klasse in vier Gruppen aufgeteilt. Die zu behandelnden Problemstellungen können sowohl themengleich als auch in unterschiedlichen Themen bearbeitet werden. Die Entscheidung sollte jeder einzelnen Gruppe überlassen werden.

Den Schülern werden *Material 1 und 2* zur Verfügung gestellt. Nach dem Durchlesen werden evtl. unklare Punkte geklärt. Dies kann innerhalb der Einzelgruppe geschehen oder gemeinsam mit Lehrerhilfe.

*Material 3* beinhaltet die Aufgabenstellung. Lassen Sie den Schülern genügend Zeit, da die auftretenden Diskussionen heftig werden können.

Sowohl die gefundenen Lösungen als auch die beantworteten Fragen werden der Klasse vom

Gruppensprecher vorgetragen. Dadurch können sich noch weitere Diskussionen entwickeln.

Es kann nur allgemeine Lösungsansätze geben, die sich auf buddhistische Grundideen beziehen.

### **3) Sicherung**

Die wichtigsten Ergebnisse der einzelnen Gruppen werden in einem Paper festgehalten und den Schülern anschließend zur Verfügung gestellt.

Mit einer Internetrecherche zu Buddhismus im Westen ([http\\:www.buddhismus.de](http://www.buddhismus.de)) können die Schüler anschließend (im Unterricht und/oder als Hausaufgaben) ihre gewonnenen Erkenntnisse überprüfen.

### **4) Vertiefung**

Die Schüler können anhand eines kurzen Textes und einer anschließenden Zuordnungstabelle erarbeiten, wie der Buddhismus sich schon auf relativer Ebene (entspricht unserer normalen Erfahrungswelt) in Demokratien als verschiedene Möglichkeiten ausdrückt.

Diese Tabelle bietet außerdem die Möglichkeit, einzelne Gebiete des Buddhismus zu vertiefen, wenn andere Themen des Schulprojektes genutzt werden. Interessant könnte dafür das Thema „Wie wirklich ist die Wirklichkeit“ sein.

**BUDDHISMUS UND GESELLSCHAFT**

	<b>Theravada</b>	<b>Großer Weg</b>	<b>Diamantweg</b>
<b>Basisinformationen</b>	<p><u>Verhalten:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leben anderer schützen</li> <li>- großzügig geben</li> <li>- reines (sexuelles) Verhalten</li> <li>- die Wahrheit sprechen</li> <li>- Zerstrittene aussöhnen</li> <li>- vertrauenswürdig sprechen</li> <li>- Sinnvolles reden</li> <li>- zufrieden sein</li> <li>- Wohlwollen üben</li> <li>- richtige Anschauung entwickeln</li> </ul> <p><u>Informationen</u></p> <p><b>Ursache und Wirkung</b></p> <p>(= <b>Karma</b>):</p> <p>Unser bedingtes Leben funktioniert nur durch Ursache und Wirkung. Dadurch haben wir die Zukunft selbst in der Hand. Positive Handlungen (s.o.) bringen positive Ergebnisse; dasselbe gilt bei negativen Handlungen</p>	<p><u>Einstellung:</u></p> <p><b>Liebe und Mitgefühl:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Großzügigkeit</li> <li>- sinnvoller Lebensstil/ Disziplin</li> <li>- Geduld</li> <li>- freudvolle Anstrengung</li> <li>- Meditation</li> </ul> <p><b>Weisheit:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- - Intuition entwickeln zum Besten aller</li> </ul> <p><b>Leerheit:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- es gibt keine letztendliche Realität, alles ist bedingt, alles ist zusammengesetzt u. daher vergänglich (bezieht sich sowohl auf die Illusion eines ‚Ich‘ und auf alle Phänomene)</li> </ul>	<p><u>Sichtweise:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>alle</i> haben die Buddhanatur bzw. das Potenzial, ein Buddha zu werden</li> <li>- <u>Reine Sicht:</u> alles und alle in höchstmöglicher Reinheit sehen (= die Qualitäten und nicht die Fehler sehen)</li> <li>- höchste Freude ist gleich höchste Wahrheit (= je freudvoller man ist, desto näher ist man an Erleuchtung bzw. je gestörter oder neurotischer man ist, desto weiter ist man von Erleuchtung entfernt)</li> </ul>

<b>Zusammenarbeit von Körper, Rede und Geist</b>			
<b>den Geist einstellen</b>	<u><b>Meditation</b></u>  <b>Ziel:</b> Geist (= Gedanken, Gefühle) beruhigen  <b>Ergebnis:</b> Abstand von Situationen, die negatives Verhalten (s.o.) hervorrufen können	<u><b>Meditation</b></u>  <b>Ziel:</b> alle Wesen einschließen  <b>Ergebnis:</b> Denkt man an sich selbst, hat man Probleme, denkt man an andere, hat man Aufgaben = andere sind wichtiger	<u><b>Meditation</b></u>  <b>Ziel:</b> Identifikation mit Erleuchtung mit Hilfe von erleuchteten Lehrern oder Buddha-Aspekten  <b>Ergebnis:</b> Halten der Reinen Sicht (s.o.);  sich wie ein Buddha benehmen, bis man einer ist
<p><b>Buddhist:</b></p> <p>Übersetzung aus dem Sanskrit oder Tibetischen:</p> <p><b>MENSCH DES INNEREN</b></p> <p>(= nur der eigene Geist kann glücklich werden, nichts und niemand sonst)</p>			
<b>WICHTIG</b>		Der Große Weg bezieht den Theravada mit ein, der Schwerpunkt liegt aber bei Mitgefühl und Weisheit.	Der Diamantweg bezieht den Großen Weg und den Theravada mit ein, der Schwerpunkt liegt aber bei der Identifikation mit dem Ziel, der Erleuchtung.



## BUDDHISMUS UND GESELLSCHAFT

Obwohl Kulturen sich teilweise völlig voneinander unterscheiden (z.B. Uganda <> Deutschland <> Laos <> Jemen ..), sind bestimmte Muster in jedem Staat, in jeder Gesellschaft und in jedem Menschen zu finden:

### **Mensch:**

Jeder Mensch hat seine eigene Geschichte, Ausbildung, Einstellung, Motivation, Wünsche, Hoffnungen, Befürchtungen und Erfahrungen. Er trägt die Gene seiner Eltern in sich und denkt, spricht und handelt von dieser gegebenen Grundlage heraus. Die damit verbundenen Gefühle, Gedanken, Ideen, Vorstellungen und Fähigkeiten bestimmen letztendlich das Handeln und somit das eigene Leben.

### **Staat/Gesellschaft:**

Eine Gesellschaft besteht natürlich aus Menschen, die o.g. Eigenschaften innehaben. An der Spitze des Staates stehen ebenfalls Menschen. Ganz gleich, ob sie in einer Demokratie gewählt wurden, durch Erbrecht einen Thron übernahmen oder sich in einer Diktatur an die Macht putschten, es bleiben Menschen. Und diese Menschen leben ihre Tendenzen. Selbst zu kommunistischer Zeit, die sich absolut gegen den Kapitalismus stellte, lebten viele hochrangige Genossen puren Kapitalismus. Weshalb?

Buddha drückte es mit den **acht weltlichen Dharmas** aus:

**Freude – Leid**

**Ruhm – Schande**

**Lob – Tadel**

**Gewinn – Verlust**

All unser Streben ist darauf ausgerichtet, die vier linken Ziele im Leben zu erreichen und die rechten Erfahrungen möglichst zu vermeiden. Erreichen wir die linken Ziele, sind wir – **bedingt** – glücklich, fallen diese Bedingungen weg, sind wir auf der rechten Seite angelangt, und wir leiden.

Da diese acht weltlichen Dharmas auf alle Menschen zutreffen, passt der Buddhismus auch in jede Kultur und Gesellschaft.

Der Grund für die acht weltlichen Dharmas ist die Illusion eines ‚Ich‘, die wir nicht als solche erkennen

Beispiele:

In einem Glas befindet sich etwas Wasser. In diesem Augenblick erleben wir es getrennt von uns. Trinken wir es, denken wir uns einschließlich des Wassers als ‚Ich‘. Nach dem Toilettengang haben wir aber keineswegs die Idee, dass ein Teil unseres Ichs durch das Abflussrohr fließt .... –

Wird bei uns Krebs diagnostiziert, fällt es uns immens schwer, den Tumor als ‚Ich‘, also einen Teil von uns, zu akzeptieren.

Würde das Ich eine letztendliche Wirklichkeit besitzen, würde sich nichts ändern. Die Erfahrung aber zeigt, dass ständig unterschiedlichste Gedanken und Gefühle kommen und gehen und der Körper altert, auch wenn wir das manchmal nur beim Anblick von alten Fotografien feststellen.

Kulturen, Gesellschaften, Staaten und Ideologien beeinflussen uns zwar in gewisser Weise, das Menschlich-Grundlegende bleibt davon jedoch unberührt.

**BUDDHISMUS UND  
GESELLSCHAFT****Aufgaben:**

- Formulieren Sie vier aktuelle Themen: zwei aus dem persönlichen und zwei aus dem politischen Bereich. Die Themen sollten eine Problemstellung enthalten (falls Ihnen nichts Passendes einfallen sollte, sind unten Tipps bei **Hilfestellung** vorhanden).
- Lesen Sie Material 1 und 2 durch.
- Bilden Sie vier Gruppen, wobei jede Gruppe ein Thema bearbeitet.

**Vorgehensweise:**

- Sehen Sie sich beide Materialien genau an. Sollte etwas unklar sein, klären Sie bitte diese Punkte entweder a) im Gruppengespräch oder b) mit Lehrerhilfe.
- Versuchen Sie, ein oben gewähltes Problem mit Hilfe von Material 1 und 2 in der Gruppe zu diskutieren, damit die bestmögliche (= für alle annehmbare) Lösung gefunden wird.
- Nehmen Sie Material 2 zur Hand. Beantworten Sie zusätzlich in der Gruppe dazu folgende Fragen:
  3. Warum ‚funktionieren‘ die Menschen überall auf der Erde sehr ähnlich?
  4. Auf welche Weise könnten wir persönliche Probleme sinnvoll lösen?
  5. Wann hören grundlegende Probleme auf?
  6. Nehmen Sie Stellung zu den acht weltlichen Dharmas, indem Sie Ihr eigenes Leben mit einbeziehen! Unterscheiden Sie sich dabei sehr von ihren Klassenkameraden, Freunden, Eltern oder Geschwistern?
  7. Könnten Sie sich vorstellen, dass die von Ihnen angesprochenen Problematiken auch in anderen Kulturen/Zeiten mit Hilfe des Buddhismus langfristig gelöst werden können? Begründen Sie?

### **Hilfestellung:**

- Vorschläge zu persönlichen Themen:
  2. Scheidung der Eltern
  3. Ärger mit Freund/Freundin
  4. Faulheit
  5. Soldat werden?
  6. Geldprobleme ...
  
- Vorschläge zu politischen Problemen:
  1. Parteiengerangel
  2. Überbevölkerung
  3. zu viele Ausländer im Land
  4. Menschenrechte
  5. Bildungsmisere? ...

## BUDDHISMUS UND GESELLSCHAFT

### Moderne Welt und Buddhismus

Der Buddhismus boomt – ist das nur eine vorüber gehende Modeerscheinung oder ein voraussichtlich dauerhafter Zustand? Viele Künstler bezeichnen sich als Buddhisten, die Werbung macht mit entsprechenden Inhalten und Aufmachungen Umsatz, es tauchen immer mehr Filme auf, in denen der Buddhismus angesprochen wird, der Dalai Lama erhielt den Friedensnobelpreis und in immer mehr Büchern und Zeitschriften tauchen buddhistische Themen auf.

Betrachten wir einmal unsere Welt aus zwei unterschiedlichen Gesichtspunkten:

#### 1. *Menschliches:*

- Eine Gesellschaft hat nach der bis heute bestehenden geschichtlichen Erfahrung eine längere Lebensdauer und höhere Akzeptanz, wenn Liebe und Mitgefühl gesetzlich verankert sind. Das zeigt sich in Demokratien vor allem durch die Sozialgesetzgebung, die die (evtl. vorübergehenden) Schwächeren berücksichtigt. Selbst vor dem Gesetz sind alle gleich, denn, so würde es ein Buddhist sehen, alle haben die Buddhanatur.
- Kritische Denkweisen sind im Buddhismus erwünscht. Nur wer überprüft und eigene Erfahrungen macht, kann etwas bestätigen oder verwerfen. Aus diesem Grunde wird der Buddhismus auch eine Erfahrungsreligion genannt.
- Welchen Zustand strebt jeder Mensch an? Natürlich einen Glückszustand (der gleichzeitig auch den Ausschluss und das Vermeiden von Leiden bedeutet)! Vor allem im Diamantweg-Buddhismus heißt es, dass höchste Freude gleich höchste Wahrheit ist. Freudvolle Glückszustände (wenn sie natürlich nicht auf Kosten anderer gehen) sind der zeitlosen Erleuchtung näher als jedes störende Gefühl wie Zorn, Trauer oder Depression.

#### 2. *Wissenschaft, Forschung und Technologie:*

- Die moderne Computertechnik beweist, dass Raum und Information untrennbar sind (a) und deshalb immer mehr anstatt eines „Entweder-oder-“ ein „Sowohl-als-auch-Denken“ (b) erlaubt wird, was beides zutiefst buddhistische Weisheiten sind.
- Wahrnehmungsforscher gingen in den 1960er Jahren davon aus, dass ein geringer Prozentsatz des Wahrgenommenen persönliches Konstrukt sei, der Rest aber absolut real. Bis ins Jahr 2004 betrug der Prozentsatz des „wirklich“ Realen nur noch ca. 20%, die ersten Wissenschaftler gehen aber schon inzwischen von 0% aus, so wie es Buddha schon in seiner Wahrnehmungs- oder Erkenntnistheorie beschrieb.

- Physiker sehen schon lange nicht mehr das Atom als kleinstes Teilchen an, Quarks und Gluonen sind tatsächlich eher ein Weg hin auf Buddhas Kernsätze des Herzsutras (ein Teil des Prajnaparamitas): „Form ist Leerheit – Leerheit ist Form, Form und Leerheit ungetrennt ...“, „Laut ist Leerheit – Leerheit ist Laut, Laut und Leerheit ungetrennt ...“, „Freude ist Leerheit – Leerheit ist Freude, Freude und Raum ungetrennt ...“.

4. Lesen Sie den Text!
5. Bearbeiten Sie dazu Material 5!
6. Diskutieren Sie die aufgeworfenen Fragen!

Ordne jeweils vier westliche Errungenschaften einer buddhistischen Weisheit zu!

Diskutieren Sie ggf. Ihre Entscheidungen!

## BUDDHISMUS UND GESELLSCHAFT

Ordne jeweils vier westliche Errungenschaften einer buddhistischen Weisheit zu!

Diskutieren Sie ggf. Ihre Entscheidungen!

Buddhistische Weisheit und Sichtweise		Westliche Errungenschaften und Werte	
A	Raum ist Information	1	Abenteuerurlaub
		2	Altenpflege
		3	Bildung für alle
		4	Bildungssystem
B	Freude ist Leerheit, Leerheit ist Freude ...	5	Computeranimationen beherrschen den Film
		6	das Gesetz ist für alle gleich
		7	Der Mensch stößt weiter ins All vor
		8	Durchsichtigkeit der Demokratie
C	Der Geist ist grundlegend mitfühlend	9	Entdeckung neuer genetischer Funktionen
		10	Fleiß wird belohnt (Bildung)
		11	Freiheit der Wahl
		12	gesunde Ernährung
D	Jedes Wesen hat die Buddhanatur	13	gesunder Menschenverstand
		14	Gewerkschaften
		15	Gleichberechtigung
		16	GPS
E	Der Geist ist offen, klar und unbegrenzt	17	Handy
		18	Hirnforschung
		19	Hospiz
		20	immer Neues ausprobieren
F	Buddha bat, seine Lehre kritisch zu prüfen	21	Internet
		22	kein Aberglaube
		23	keine Dogmen
		24	Kindergärten
G	Form ist Leerheit, Leerheit ist Form ...	25	Kommunikationssysteme
		26	Krankenhäuser
		27	Krankenversicherung
		28	Nachbarschaftshilfe

H	Ursache und Wirkung (= Karma)	29	Nanotechnologie
		30	Pressefreiheit
		31	Quantenphysik
		32	Regenbogen
I	10 positive Handlungen	33	Selbstverantwortung
		34	Spannendes erleben
		35	Streben nach Grenzerfahrungen
		36	Tierschutz
K	Wie die Dinge sind (= Dharma)	37	Verantwortungsbewusstsein
		38	Wahlrecht
		39	Wahrheitsliebe 1
		40	Wahrnehmungstheorien

A \_\_\_\_\_

F \_\_\_\_\_

B \_\_\_\_\_

G \_\_\_\_\_

C \_\_\_\_\_

H \_\_\_\_\_

D \_\_\_\_\_

I \_\_\_\_\_

E \_\_\_\_\_

K \_\_\_\_\_



Ganz gleich, welche Problematik besprochen wurde, es ergeben sich aus all dem Möglichkeiten

drei Grundtendenzen:

### 1. Theravada:

- positive Handlungen mit Körper, Rede und Geist (siehe *Material 1: Theravada – Verhalten*)
- niemanden schädigen
- persönliche Wünsche, Hoffnungen, Befürchtungen möglichst gering halten oder gar ausschalten, um aus der Distanz/Vogelperspektive handeln zu können
- letzte Möglichkeit: Rückzug (> deshalb gibt es auch im Theravada häufiger Mönche und Nonnen)

### 2. Großer Weg:

- mitfühlend, geduldig und weise handeln
- sich der Leerheit der Dinge/Situationen/Wesen bewusst sein
- alles ist vergänglich
- sein Ego zurücknehmen
- Situation als Aufgabe bzw. Herausforderung ansehen

### 3. Diamantweg:

- die Qualitäten der Dinge/Situation/Wesen sehen
- nicht nach Fehlern, sondern nach Möglichkeiten suchen
- Herausforderung freudvoll angehen
- Wie würde ein Buddha handeln? > überpersönlich mit der Reinen Sicht (alles ist fantastisch nur weil es geschieht)

zu Material 2 + 3:

## Antworten:

1. Die Menschen funktionieren alle nach dem Prinzip der acht weltlichen Dharmas. Sie wollen Glück haben und Leid vermeiden.
2. Wir müssten versuchen, die Probleme nicht zu unserem Vorteil zu lösen, sondern zum Vorteil anderer (Natürlich tut das manchmal weh, aber haben wir eine bessere Möglichkeit?)
3. Wenn wir die Illusion einer Ich-Vorstellung auflösen, dann können wir auch nicht mehr leiden. Wenn ‚ICH‘ nicht mehr im Mittelpunkt bin, entsteht mehr Raum bzgl. Sicht- und Denkweise, Handlungsspielraum und sinnvoller Rede.
4. Die Schüler werden feststellen, dass alle Menschen nach der linken Hälfte streben, während sie die rechte vermeiden wollen. Können sie das nicht, müssen sie sich mehr oder weniger leidend damit arrangieren.
5. Der Buddhismus ist eben unabhängig von Ära, Mode, Kultur und Staat, weil alle Menschen (egal ob Stalin oder der amerikanische Präsident, der Lehnbauer im Mittelalter oder thailändische Fischer vor 2000 Jahren etc.) die Ich-Illusion besitzen oder besaßen, die sich u.a. in den acht weltlichen Dharmas ausdrückt. Aus diesem Grund könnte der angewandte Buddhismus, der die Ich-Illusion auflöst und langfristig mit allen Wesen mitfühlend umgeht, überall und zu allen Zeiten nützlich sein.

## LÖSUNGSBLÄTTER

A. 16, 17, 21, 25

B. 1, 20, 34, 35

C. 2, 24, 27, 28

D. 3, 6, 15, 38

E. 5, 7, 9, 29

F. 8, 11, 14, 30

G. 18, 31, 32, 40

H. 10,12, 33,37

I. 4, 19, 26, 36

K. 13, 22, 23, 39