

SCHOOL-SCOUT.DE

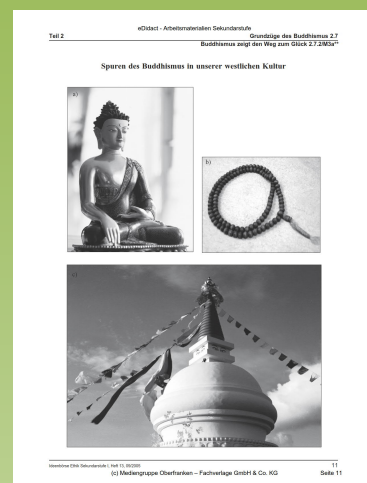
Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Buddhismus zeigt den Weg zum Glück

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de








2.7.2 Buddhismus zeigt den Weg zum Glück




Lernziele:

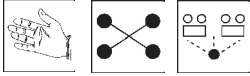
Die Schüler sollen

- wesentliche Begriffe des Buddhismus kennen lernen und durch deren Klärung die grundsätzlichen Ziele dieser Erfahrungsreligion erkennen,
- die geografische und geschichtliche Ausbreitung des Buddhismus nachvollziehen,
- sich je nach Interesse und Leistungsniveau mit weiteren Aspekten (z.B. Meditation, Unrecht in Tibet, buddhistische Schulen ...) analytisch sowie handlungs- und produktionsorientiert auseinander setzen.

Didaktisch-methodischer Ablauf	Inhalte und Materialien (M)
<p>Der Aufbau dieser Einheit ist so angelegt, dass es einen Pflichtteil zu absolvieren gilt und darauf aufbauend – je nach zeitlichem Rahmen, Interessen, Kenntnissen und Leistungsniveau der Schüler – im Wahlteil bestimmte Aspekte ausgesucht werden können.</p>	<p>Der Pflichtteil bietet Grundinformationen zum Thema „Buddhismus“ und dessen geografische Verbreitung. Im Wahlteil bieten die Aspekte die Möglichkeit zu eingehender Beschäftigung mit speziellen Schwerpunkten des Buddhismus (wie z.B. Ausbreitung in unserer westlichen Welt, die kulturell übergreifende Natur des Buddhismus und die Einführung und Erklärung von Meditation).</p>
<p>1. Stunde: Was weißt du über Buddhismus?</p> <p>Als Einstieg bietet es sich an, Assoziationen zum Thema „Buddhismus“ stichwortartig an der Tafel zu sammeln. Anschließend können mithilfe des Arbeitsblattes, das richtige und falsche Aussagen zum Thema enthält, das Wissen überprüft und Falschaussagen richtig gestellt werden. Hierbei kann je nach besonderem Wissensbedarf bezüglich bestimmter Aussagen auf die Schülerinteressen eingegangen werden: Die Lehrkraft kann hierzu Erläuterungen von M1b und c vorlesen.</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div> <p>Bei den Aussagen handelt es sich teils um vorurteilsähnliche Statements, die – nicht zuletzt geprägt durch Werbung, Film und Fernsehen etc. – zwar für diese Erfahrungsreligion relevante Aspekte beinhalten, jedoch oft nicht im sinnvollen Zusammenhang dargestellt werden.</p> <p>→ Arbeitsblatt 2.7.2/M1a** → Lösungen/Erläuterungen 2.7.2/M1b und c</p>
<p>2. Stunde: Was ist Buddhismus?</p> <p>Darauf aufbauend folgt ein Text, in dem die Grundzüge des Buddhismus vorgestellt werden und die meisten der zuvor erwähnten Aspekte in einen sinnvollen Zusammenhang gebracht werden. Anhand verschiedener Aufgaben werden Leben und Lehre des Buddha nachvollzogen.</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div> <p>Das Leid der Menschen resultiert aus ihrer Anhaftung an die bedingte Welt (<i>Samsara</i>): Alles ist vergänglich und die Menschen sind <i>Alter, Krankheit und Tod</i> im Kreislauf der Wiedergeburten ausgesetzt.</p> <p>Die „Reinigung egoistischer Vorstellungen“ meint eine <i>Auflösung der unabhängigen „Ichvorstellung“</i>. Mitgefühl, Liebe und Weisheit werden auf dem Weg zur Erleuchtung immer weiter entwickelt durch: Wissen, Meditation und Verhalten.</p> <p>Jeder Mensch trägt selbst die Verantwortung für sein Handeln. Die Buddhisten glauben an <i>Karma, es ist das Gesetz von Ursache und Wirkung</i> und spiegelt sich in den Lebensumständen eines Menschen wider.</p>

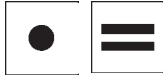
2.7.2 Buddhismus zeigt den Weg zum Glück

	<p>Buddha hat seinen Geist voll erfahren und somit Erleuchtung erlangt, um den Menschen einen Weg zu zeigen, sich vom Leiden zu befreien. Dieser Weg heißt: Wissen über den Geist ansammeln, in der Meditation (geistige Versenkung) das Innere erfahren und im Alltag das Gelernte umsetzen, d.h. achtsamer und mitfühlender zu werden. → Arbeitsblatt 2.7.2/M2a und b***</p>
<p>3. und 4. Stunde: Geografische und geschichtliche Verbreitung des Buddhismus</p> <p>„Wo und wie ist euch der Buddhismus schon begegnet?“ könnte als Einstiegsfrage die Schüler dazu motivieren, sich in Form einer Blitzlichtrunde zu ihren Erfahrungen mit Buddhismus zu äußern. Zudem dient das Einsetzen der Farbfolie als visueller Impuls, weitere typische Symbole u.Ä. aus dem buddhistischen Kontext kennen zu lernen. Weitere mögliche Denkanstöße könnten sein: „Was löst der Anblick dieser Bilder in dir aus? Wozu könnten diese Dinge gut sein und wie nennt man sie?“</p> <p>Die Frage, wie und warum diese Symbole in unseren christlich und abendländisch geprägten Kulturkreis gelangt sind, schafft die Überleitung zu dem folgenden Text über die geografische und geschichtliche Verbreitung des Buddhismus. Die verschiedenen Aufgaben rund um die Aspekte Ursprungsland, Ausbreitung ... bieten sich für eine arbeitsteilige Gruppenarbeit an. Die Ergebnisse können – je nach Aufgabe – auf der Landkarte durch Pfeilmarkierungen oder Farbflächenauftragung präsentiert werden.</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div> <p>Die Abbildungen auf der Farbfolie zeigen:</p> <p>a) Statue des Buddha Shakyamuni: Sie dient dem Praktizierenden als Meditationshilfe. In unserem Kulturkreis ist es mittlerweile sehr modern geworden, sich zur Dekoration eine Buddhastatue ins Wohnzimmer zu stellen.</p> <p>b) Meditationskette mit 108 Perlen: zum Zählen der Mantras bei der Meditation. Wird heute (als Modeerscheinung) oft nur als Schmuck getragen.</p> <p>c) Stupa: Eine Form, oft als Bauwerk, symbolisiert die vollkommene Erleuchtung, meist mit Reliquien und geschriebenen Mantras etc. gefüllt. Sie steht für die Umwandlung aller Gefühle und Elemente in die fünf Erleuchtungsweisen und die fünf Buddhafamilien. Sie symbolisiert den Geist eines Buddhas. Wird von Buddhisten als Stelle für persönliche Wünsche zum Besten aller Wesen verwendet und dabei im Urzeigersinn umschritten. Vor ca. 2500 Jahren erlangte Buddha die Erleuchtung in <i>Bodhgaya, Nordindien</i> und von dort aus breitete sich der Buddhismus aus. <i>Südlicher Buddhismus</i> meint den „Kleinen Weg“ (Theravada). Er verbreitete sich in Regionen wie Thailand, Vietnam, Indonesien, Sri Lanka usw. <i>Nördlicher Buddhismus</i> meint den „Großen Weg“ und den Diamantweg. Er verbreitete sich nördlich und östlich von Indien in Tibet, China, Japan, Bhutan, Nepal usw. Ab ca. 1000 n. Chr. wurde der Buddhismus durch den <i>Islam</i> in vielen Teilen Indiens verdrängt und zerstört. Mitte des 20. Jh. wurde Tibet durch <i>chinesische Invasoren</i> unterworfen und der Buddhismus unterdrückt. Durch die Offenheit der Menschen in der heutigen Zeit findet der Buddhismus immer mehr <i>Anhänger in unserer westlichen Welt</i> (Europa, auch Osteuropa, Süd- und Nordamerika, Australien, Japan ...). → Farbfolie 2.7.2/M3a** → Text 2.7.2/M3b*** → Arbeitsblatt mit Landkarte 2.7.2/M3c***</p>

Arbeitsplan: Aspekte des Buddhismus	
<p>Anhand des Überblicks M4 kann ein Plan für die folgenden Stunden erstellt werden: Je nach Interessen, Gruppengröße und zeitlichem Rahmen können einzelne Aspekte ausgewählt werden, zu denen die Schüler in arbeitsteiligen Gruppen, Partner- oder Einzelarbeit recherchieren, Informationen auswerten, anhand von Aufgaben erarbeiten und schließlich präsentieren (Referate, Plakate, Wandzeitung ...). Denkbar ist auch das Einbringen weiterer Aspekte, für die sich die Schüler besonders interessieren. Für die Recherche bietet sich der Besuch einer Bücherei, der Kontakt mit einem buddhistischen Zentrum und natürlich die Suche im Internet an. Gute Adressen sind hierbei: www.buddhismus.de www.buddhismus-schule.de Auch Spielfilme zum Thema „Buddhismus“ können Denkanstöße liefern. Zu empfehlen sind: „Little Buddha“ und „Sieben Jahre in Tibet“, beide ca. 135 Minuten lang (siehe Tippkasten).</p>	 <p>Wichtige Aspekte des Buddhismus sind:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Die Ziele des Buddhismus 2. Warum Buddhisten „kein Schicksal“ haben 3. Was ist buddhistische Meditation? 4. Buddhismus im Westen 5. Beispiele für buddhistische Schulen und Lehrer 6. Das Unrecht in Tibet 7. Buddhistische Weisheitsgeschichten <p>→ Arbeitsplan 2.7.2/M4</p>
Aspekt 1: Die Ziele des Buddhismus	
<p>Das letztendliche Ziel eines Buddhisten ist die Erleuchtung. <i>Erleuchtung</i> bedeutet: die Befreiung vom Ego und allen falschen Vorstellungen, die vollkommene Erfahrung des Geistes und Allwissenheit. Diesen erleuchteten Geisteszustand nennt man <i>Nirwana</i>. Buddhisten wollen sich aus der bedingten Welt und dem Kreislauf der Wiedergeburten, dem <i>Samsara</i> befreien. Meditation und die Entwicklung von Mitgefühl und Weisheit bringt sie voran auf dem Weg zur Erleuchtung. <i>Meditation</i> ist eine geistige Versenkung, bei der der Geist beruhigt wird und sich dann selbst erkennen kann.</p>	<p>Stufen bis zur Erleuchtung (in stark vereinfachter Darstellung):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Start im Samsara: bedingte Welt, Kreislauf der Wiedergeburten 2. Befreiung: kleines Nirwana, Befreiung von der Ichvorstellung (Ego) 3. Erleuchtung: großes Nirwana, Buddhaschaft, Befreiung vom Ego und allen falschen Vorstellungen, vollkommene Erfahrung des Geistes, Allwissenheit <p>→ Arbeitsblatt 2.7.2/M5a und b***</p>
Aspekt 2: Warum Buddhisten „kein Schicksal“ haben	
<p>Im Buddhismus nennt man das Gesetz von Ursache und Wirkung „Karma“. Die Buddhisten gehen davon aus, dass keine äußere Ursache oder gar Zufall für unsere Erlebnisse verantwortlich ist, sondern einzig jeder Mensch selbst in der Vergangenheit die Ursachen für die Auswirkungen in seinem jetzigen Leben gelegt hat und somit jeder selbst für seine Erlebnisse verantwortlich ist.</p>	<p>Die Ursache für Leid ist die Unwissenheit, die „ichbezogene“ Denkweise und die daraus resultierenden Störgefühle: Unwissenheit, Stolz, Anhaftung, Geiz, Eifersucht und Zorn. Die Mittel, um sich aus dieser Unwissenheit zu befreien, sind: Achtsamkeit, Meditation, Entwicklung von Mitgefühl und Weisheit. In der Meditation erreicht man Gelassenheit und Abstand zu den Gefühlen. Den „Achtfachen Pfad“ gab Buddha als Leitfaden zur Überwindung des Leidens: rechte Erkenntnis, rechte Gesinnung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechter Lebenserwerb, rechte Anstrengung, rechte Achtsamkeit und rechte Konzentration. → Text 2.7.2/M6a*** → Arbeitsblatt 2.7.2/M6b***</p>

2.7.2 Buddhismus zeigt den Weg zum Glück

Aspekt 3: Was ist buddhistische Meditation?	
<p>Meditation ist wichtig, um den Geist zu beruhigen und ihn dann Schritt für Schritt erkennen zu können, bis hin zur Erleuchtung, der vollen Einsicht in die Natur des Geistes.</p>	<p>Meditation ist keine bloße Technik, sondern immer im Zusammenhang mit Erklärungen zur Grundlage zum Weg und Ziel zu verstehen. Sie wird unterstützt von den positiven Handlungen, dem Entwickeln von Mitgefühl und Weisheit sowie einer befreienden Sichtweise. Die spezielle Sitzhaltung, die man während der Meditation einnimmt, fördert die Fähigkeit zu tiefer Konzentration. Meditation hilft die Konzentrationsfähigkeit und Achtsamkeit zu erhöhen, entspannt, schafft Abstand zu störenden Gefühlen, hilft bewusst das „Hier und Jetzt“ wahrzunehmen. → Texte 2.7.2/M7a bis c** → Arbeitsblatt 2.7.2/M7d*</p>
Aspekt 4: Buddhismus im Westen	
<p>Es werden drei grundlegende Lebensformen des Buddhismus unterschieden. In Deutschland überwiegen die Laienbuddhisten. In fast jeder größeren Stadt gibt es bereits ein buddhistisches Zentrum.</p>	<p>Die drei grundlegenden Lebensformen des Buddhismus: a) Die Laienbuddhisten führen ein ganz normales Leben mit Familie und Freunden und integrieren den Buddhismus in das Alltagsleben. b) Die Mönche und Nonnen leben in einem Kloster in Abgeschiedenheit und halten sich an strenge Regeln, haben dafür mehr Zeit für Meditation und Ansammlung von Wissen über den Buddhismus. c) Verwirklicher oder Yogis (sind im Westen selten anzutreffen). Sie zeichnen sich durch eine unkonventionelle Lebensweise aus und ziehen sich oft Jahre in Höhlen zurück, um zu meditieren. → Arbeitsblatt 2.7.2/M8a und b**</p>
Aspekt 5: Beispiele für buddhistische Schulen und Lehrer	
<p>Ein Schüler bekommt eine authentische Übertragung vom Lehrer, bis er durch die Anwendung der Mittel selbst Erkenntnis erlangt und dann wieder zu einem Lehrer für andere wird. Diese Kette lässt sich zurückverfolgen bis zum Buddha. Die Gemeinsamkeiten dieser authentischen Lehrer des Buddhismus sind sicherlich, dass sie die Lehren unermüdlich an ihre Schüler weitergeben. Sie setzen sich für Menschenrechte und die Werte der Demokratie (wie Gleichberechtigung und Freiheit) ein.</p>	<p>Beispiele für authentische Lehrer des Buddhismus sind: 1. <i>Dalai Lama</i>, lehrt den tibetischen Buddhismus der Gelugpa-Linie, lebt heute im Exil. 2. <i>Lama Ole Nydahl</i> ist Däne, lehrt den tibetischen Buddhismus (Diamantweg) der Karma-Kagyü-Linie, bringt die buddhistische Lehre in den Westen. 3. <i>Tich Nhat Hanh</i> ist Vietnameser, lehrt den Zen-Buddhismus der Rinzai-Schule, lebt heute in Frankreich. → Arbeitsblatt 2.7.2/M9a bis c**</p>
Aspekt 6: Das Unrecht in Tibet	
<p>Der Dalai Lama macht unermüdlich in der ganzen Welt auf das geschehene Unrecht aufmerksam. Nur der Kleinstaat El Salvador verurteilte die Invasion Chinas.</p>	<p>1949 Mao übernimmt die Macht in China 1950 die chinesische „Volksbefreiungsarmee“ greift Tibet an und will es unterwerfen Bis 1959 versucht Tibet die Unterwerfung zu verhindern, aber China erklärt Tibet zu einem Teil „der Mutternation.“ 1,2 Millionen Tibeter werden von den chinesischen Kommunisten ermordet.</p>

	Mehr als 100.000 Tibeter fliehen ins Exil nach Indien, Bhutan, Nepal und Sikkim. Sie wollen ihre Kultur und den Buddhismus erhalten und gründen im Exil Klöster. → Arbeitsblatt 2.7.2/M10**
Aspekt 7: Buddhistische Weisheitsgeschichten	
Die buddhistischen Weisheitsgeschichten haben einen lehrreichen Inhalt – ähnlich wie Fabeln.	Der erleuchtete Koch: Wirklich weise Menschen haben es nicht nötig zu prahlen und sind bescheiden. Der böse Blick: Das, was wir oft zu sehen meinen, entspricht nicht immer der Wirklichkeit. Angst ist ein schlechter Berater. Gampopas Rat in geschäftlichen Dingen: Anhaftung an materielle Dinge bringt keinen inneren Frieden. Erst wenn es gelingt, alles „Wollen“ loszulassen, erkennt man seine wahre Natur, das Buddha-Bewusstsein. → Arbeitsblatt 2.7.2/M11a bis c**
Test	
Im Anschluss an die Unterrichtseinheit kann der Test für eine Leistungskontrolle eingesetzt werden.	Denkbar ist auch das Nutzen der Testfragen für ein mündliches Quiz o.Ä. → Test 2.7.2/M12a und b*** → Lösungsvorschläge 2.7.2/M12c

Tipp:**Bücher:**

- Dalai Lama: Der Weg zum Glück, Sinn im Leben finden, Herder, Freiburg im Breisgau 2002
- Klein, Erdmute: Buddhistische Persönlichkeiten, Wilhelm Goldmann Verlag, München 1998
- Lama Ole Nydahl: Wie die Dinge sind. Eine zeitgemäße Einführung in die Lehre Buddhas, Knauer Verlag, München 2004
- Tich Nhat Hanh: Alter Pfad, Weiße Wolken, Theseus Verlag, München 1992

Internet:

- www.buddhismus.de
- www.buddhismus-schule.de

Filme:

- Sieben Jahre in Tibet, Regie: Jean-Jacques Annaud, 1997; 131 Minuten
- Little Buddha, Regie: Bernardo Bertolucci, Inhalt: amerikanischer Junge als Wiedergeburt des Erleuchteten, 1993; 135 Minuten

Was weißt du über Buddhismus?

Arbeitsaufträge:

1. Lies die folgenden Aussagen über Buddhismus. Was stimmt, was stimmt nicht? Kreuze an.
2. Vergleicht eure Ergebnisse: Wie viel habt ihr gewusst?
3. Sprecht über die Besonderheiten: Was wundert, freut, ärgert euch? Was stimmt euch nachdenklich?

	stimmt	stimmt nicht
a) Buddhisten meditieren den ganzen Tag und sind total abwesend.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b) Buddhisten glauben an Wiedergeburt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c) Buddhisten glauben an Gott.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d) Buddhisten streben die Erleuchtung an.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e) Alle Buddhisten müssen orange- und weinrotfarbene Kleidung tragen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f) Buddhisten leiden besonders viel und wollen sich deshalb vom Leiden befreien.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g) Alle Buddhisten sind Mönche oder Nonnen und dürfen keinen Sex haben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h) Buddha lehrte, weil alle Wesen Glück haben und Leid vermeiden möchten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i) Buddha war ein indischer Prinz.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
j) Buddhismus ist eine Sekte und irgendwie komisch.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
k) Buddhisten sind immer Vegetarier.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
l) Alle Buddhisten trinken ganz viel Tee und gehen spazieren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
m) Buddhisten arbeiten nicht.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
n) Buddhisten leben im Nirwana.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
o) Im Buddhismus geht es um die Entwicklung von Mitgefühl und Weisheit.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
p) Buddhisten sind friedfertige Menschen, die Gewalt ablehnen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
q) Nur in China gibt es Buddhisten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
r) Buddhisten glauben an Karma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
s) Der Dalai Lama ist das weltliche Oberhaupt von Tibet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
t) Buddhisten sind irgendwie weltfremd und haben keine Emotionen mehr.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Buddhismus zeigt den Weg zum Glück

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

