

**AUFGABEN**

1. Lies den Text in **Material 2** und notiere Stichpunkte in den Sprechblasen.
2. Tausche dich mit deinem Nachbarn aus und ergänze weitere Stichpunkte.
3. Vergleiche eure Ergebnisse mit einer Nachbargruppe.
4. Einigt euch in der Gruppe, welche Stichpunkte ihr für eure Präsentation aufschreibt.
5. Stellt eure Ergebnisse im Plenum vor.

**Was versteht man unter buddhistischer Meditation?**

---



---



---

**Welche positiven  
Wirkungen hat  
Meditation?**

---



---



---



---



---



---



**Wie ist die  
Sitzhaltung?**

---



---



---



---



---



---

**Welche Arten von buddhistischer Meditation gibt es?  
Welche Ziele haben sie?**

ARTEN VON MEDITATION	ZIEL DER JEWEILIGEN MEDITATION