4 KARMA – URSACHE UND WIRKUNG

BASISTEXT

SEKUNDARSTUFE I

Stundenverlauf
Didaktische Hinweise
Material 1
Arbeitsblatt 1
Lösungsblatt zu AB 1
Material 2
Arbeitsblatt 2 A
Arbeitsblatt 2 B
Arbeitsblatt 2 C
Lösungsblatt zu AB 2
Material 3

SEKUNDARSTUFE II

Stundenverlauf
Didaktische Hinweise
Material 1 A
Material 1 B
Arbeitsblatt 1
Lösungsblatt zu AB 1
Arbeitsblatt 2
Lösungsblatt zu AB 2
Arbeitsblatt 3
Lösungsblatt zu AB 3

KARMA – URSACHE UND WIRKUNG

Nach buddhistischer Auffassung ist Karma nicht gleichbedeutend mit Schicksal, sondern die Grundlage zu persönlicher Freiheit und einem verantwortungsbewussten, sinnvollen Handeln.

Der Begriff „Karma“ bedeutet wörtlich übersetzt „Handlung, Tat oder Aktivität“ und bezieht sich auf das Gesetz von Ursache und Wirkung. Nach Buddhas Aussage sind weder ein Schöpfergott, eine Schicksalsmacht, noch eine äußere Ursache für unsere Erlebnisse verantwortlich. Frühere Taten, Worte und Gedanken wurden zu unserer heutigen Welt. Wir säen ständig die Samen für unsere Zukunft.

Die Erklärungen über Ursache und Wirkung bieten eine Grundlage sein Leben eigenverantwortlich und sinnvoll zu gestalten. Man lernt Zusammenhänge zu verstehen und wendet die Einsicht, dass man sich bewusst entscheiden kann, im Alltag an.

Nach Buddhas Aussagen entsteht die Erfahrung der Welt aus dem eigenen Geist.

Durch die „grundlegende Unwissenheit“ hält man die Vorstellung eines unabhängig existierenden „Ichs“ und einer davon getrennten äußeren Welt für wirklich. Man ist sich nicht bewusst, dass Worte, Gedanken und Handlungen zu entsprechenden Erfahrungen mit dem gleichen Gefühlsgehalt im eigenen Bewusstseinsstrom führen. Stattdessen erlebt man sich als getrennt von der einen umgebenden Welt und denkt, die eigenen Erfahrungen würden von außen verursacht. Das wird im Buddhismus die dualistische Sichtweise genannt. Die Folge dieser falschen Vorstellungen sind störende Gefühle und Leid bringende Handlungen.

Buddha erklärte, dass alles, was wir tun, denken und sagen, im Geist gespeichert wird und wie aus den im Geist gespeicherten Eindrücken, d.h. geistigen Gewohnheiten, nachfolgend Rede- und Handlungsmuster entstehen. Positive Handlungen bringen positive Resultate, negative Handlungen ergeben negative Resultate.

Das einfache Beispiel vom Samen zeigt, dass der Same sich in einen Keimling wandelt und die Frucht aufgrund der im Samen gespeicherten Information heranwächst und wiederum neue Samen bildet. Aus einem Apfelsamen wird ein Apfelbaum, wenn die erforderlichen Bedingungen wie Wärme, Nährstoffe und Feuchtigkeit in ausreichendem Maß zusammenkommen. Vergleichbar kommen karmische Ursachen unter entsprechenden Bedingungen als Wirkung zur Reife.

Weil die Wirkungen sich oft sogar in einem langen zeitlichen Abstand zeigen können, sind die Zusammenhänge von Ursache und Wirkung nicht immer auf Anhieb erkennbar. Karma kann sich über viele Lebenszeiten erstrecken. Nach dem Tod löst sich der Körper auf, nicht aber der Geist mit den in ihm gespeicherten Eindrücken. Der Bewusstseinsstrom geht von Geburt zu Geburt weiter, während man in jeder Lebenslage alte Eindrücke „verdaut“ und auflöst und neue Eindrücke in den Speicher des Geistes setzt. Es bilden sich starke Gewohnheitsmuster heraus. Es bleibt aber in der Regel ein gewisser Spielraum, um diese Gewohnheiten zu ändern. Ein gutes Verständnis von Karma bringt daher mehr Freiheit.

Nach Buddhas Aussage ist der karmische Eindruck am stärksten, wenn diese vier Bedingungen zusammenkommen. Dies gilt sowohl für positive als auch für negative Handlungen:

- Man erfasst die Lage klar.
- Man wünscht, etwas zu verändern.
- Man tut es oder lässt es durch andere tun.
- Hinterher ist man mit dem Ergebnis zufrieden.

Wenn man sich dieser vier Faktoren bewusst ist, kann man gezielt die Wirkung positiver Handlungen verstärken.

Wenn man Leid bringend gehandelt hat, kann man auch entgegenwirken. Dies geschieht durch vier Stufen der Einstellung.

- Man erkennt, dass man Leid gebracht hat.
- Man wünscht, das Störende zu entfernen.
- Man fasst den festen Entschluss, es nicht wieder zu tun.
- Man handelt bewusst positiv.

Um die Bewusstheit zu trainieren, ist Meditation eine wichtige buddhistische Methode. Hierbei entfernt man die Samen für einengende und leidvolle Erfah-

rungen, die im eigenen Geist gespeichert sind, bevor diese zu Reife kommen. Man bekommt den nötigen Abstand zu Störgefühlen und gewinnt Klarheit. Meditation befreit auf diese Weise von zwanghafter und unbewusster Verstrickung und Verwirrung.

Versteht man diese Zusammenhänge, lässt man sich von schwierigen Situationen nicht entmutigen, sondern verwendet sie als Lernprozesse. Und man gewinnt die Einsicht, dass es sich jederzeit lohnt, positive Eindrücke in den Geist zu setzen, indem man gute Gewohnheiten entwickelt. Hierzu kann man sich bewusst entscheiden.

LEHRER-INFO

STUNDENVERLAUF – SEKUNDARSTUFE I

ZIELE

Die SuS können:

- zwischen Schicksal, göttlichem Einfluss, Zufall und Karma (= Ursache und Wirkung) unterscheiden.
- den Begriff „Karma“ aus buddhistischer Sicht erklären.
- über die Konsequenzen von Handlungen reflektieren.
- reflektieren, ob und inwiefern jeder für sein Glück und sein Leben verantwortlich ist.

SICHERUNG	„Jeder ist seines Glückes Schmied?“ Wie steht ihr nun zu dieser Aussage?	**Material 3** SuS diskutieren und reflektieren auch die buddhistische Sichtweise
TRANSFER	Wo ist das Zusammenspiel von Ursache und Wirkung leicht ersichtlich?	SuS sammeln Beispiele SuS untersuchen einen Zusammenhang genauer
VERTIEFUNG	Wie Karma heranreift? „Same und Frucht“ Eine buddhistische Analogie zu Ursache und Wirkung	**AB 2** **Varianten A, B, C** mit unterschiedlichem Anspruchsniveau SuS verstehen die Analogie **LB zu AB 2**
ERARBEITUNG 2	Was ist Karma? die buddhistische Erklärung zu Ursache und Wirkung	**Material 2** SuS ergänzen Tabelle von **AB 1** SuS sammeln Ergebnisse **LB zu AB 1**
ERARBEITUNG 1	Gibt es eine Kraft, die die Welt lenkt? Gott, Schicksal, Zufall, …	**Material 1** **AB 1 und LB zu AB 1** SuS finden Definition, Beispiele und Handlungsspielraum SuS sammeln Ergebnisse
EINSTIEG	„Jeder ist seines Glückes Schmied?“	SuS setzen sich mit Sprichwort auseinander

GRUNDLAGE

Was die SuS am Thema interessieren könnte:

- Gibt es eine Kraft, die die Welt lenkt?
- Wie groß ist mein Einfluss?
- Kann ich überhaupt etwas zur Änderung der Geschehnisse um mich herum beitragen?

LEHRER-INFO

DIDAKTISCHE HINWEISE – SEKUNDARSTUFE I

ZIELE

Die SuS können …

1. zwischen Schicksal, göttlichem Einfluss, Zufall und Karma (= Ursache und Wirkung) unterscheiden.
2. den Begriff „Karma“ aus buddhistischer Sicht erklären.
3. über die Konsequenzen von Handlungen reflektieren.
4. reflektieren, ob und inwiefern jeder für sein Glück und sein Leben verantwortlich ist.

INFO

Der Begriff Karma wird im Buddhismus deutlich vom Schicksalsbegriff getrennt. Nach Buddhas Aussage sind weder ein Schöpfergott noch eine äußere Ursache für unsere Erlebnisse und Erfahrungen verantwortlich. Karma ist das Prinzip von Ursache und Wirkung: Unsere Taten, Worte und Gedanken (Karma wörtlich: „Tat, Handlung oder Aktivität“) – auch aus früheren Leben – sind die Ursachen für das, was wir jetzt erleben. Was und vor allem wie etwas erlebt wird, hängt von den gespeicherten Eindrücken von früher ab, gleichzeitig werden ständig neue Samen gesät. Wenn man versteht, dass jede Handlung Auswirkungen für einen selbst und das Umfeld hat, übernimmt man Verantwortung und lässt sich von schwierigen Situationen nicht entmutigen. Man gewinnt die Einsicht, dass es sich jederzeit lohnt, positive Eindrücke in den Geist zu setzen. Hierzu kann man sich bewusst entscheiden.

EINSTIEG

Impuls: „Jeder ist seines Glückes Schmied“

- Die SuS diskutieren die Richtigkeit dieses Sprichworts zunächst in Partnerarbeit. Die Bandbreite der Antworten liegt zwischen „Ja, alles ist machbar“ über „Nicht in jedem Fall“ bis hin zu „Sehr selten“.
- Es gibt verschiedene Glaubenssysteme, Lebensvorstellungen und Vorbilder. Dies wird im Plenum gesammelt.

ERARBEITUNG 1

Die SuS erarbeiten in Gruppen mit **AB 1** und **Material 1** eine Definition sowie ein Beispiel zu den drei Begriffen „Gott, Schicksal, Zufall“. In einem weiteren Schritt werden sie aufgefordert, den jeweiligen Handlungsspielraum für den Menschen zu ermessen. Im Unterrichtsgespräch werden die Ergebnisse in Form einer Tabelle an Tafel oder Whiteboard festgehalten, vgl. dazu **LB zu AB 1**.

ERARBEITUNG 2

In diesem Schritt wird das buddhistische Modell zu Karma – Ursache und Wirkung eingeführt. Die SuS erhalten **Material 2** und lesen den Text. Sie ergänzen die Tabelle auf **AB 1** nun zum Begriff „Karma“ und beantworten Frage 5 zur grundlegenden buddhistischen Einstellung. Dies kann in Partnerarbeit erfolgen, das Ergebnis wird im Plenum geklärt und an Tafel oder Whiteboard festgehalten, vgl. dazu **LB zu AB 1**.

INFO

Karma (Ursache und Wirkung) wirkt auch dann, wenn die Zusammenhänge zwischen beiden nicht mehr erkennbar sind – wenn sich z.B. zahlreiche Ursachen überlappen oder viel Zeit verstreicht. Ursache und Wirkung bedeutet keine Einengung, sondern Freiheit. Es ermöglicht nämlich, in jedem Moment durch Taten, Worte und Gedanken sowohl die Gegenwart als auch die Zukunft zu gestalten. Die Verantwortung für das Erleben von Glück liegt bei jedem uneingeschränkt selbst.

VERTIEFUNG

Für das Verständnis von Karma, der Lehre von Ursache und Wirkung, griff Buddha auf die Analogie von Same und Pflanze aus der Natur zurück.

Variante 1 mit hohem Anforderungsniveau
Die SuS finden in selbstständigem Schlussfolgern die Parallelen zwischen der Entwicklung von Pflanzen (vom Samen bis zur Frucht) einerseits und dem Heranreifen von Karma (gemäß Ursache und Wirkung) andererseits. Dazu dient **AB 2 A** als Vorlage, das Ausfüllen der Spalten erfolgt in Partnerarbeit. Die SuS verstehen die Analogie und erklären die Ergebnisse im Plenum an Tafel/Whiteboard, vgl. **LB zu AB 2**.

Variante 2 mit mittlerem Anforderungsniveau
Auf **AB 2 B** ist die Entwicklung von Pflanzen vorgegeben. Die zweite Spalte zum Heranreifen von Karma wird in Partnerarbeit ergänzt und im Plenum besprochen. Ein Vergleich der Arbeitsergebnisse erfolgt an Tafel/Whiteboard, vgl. **LB zu AB 2**.

Variante 3 mit leichtem Anforderungsniveau
Die SuS erhalten als Vorlage **AB 2 A**. Sie erarbeiten durch Sortierung der ausgeschnittenen Textbausteine von **AB 2 C** die Analogie zwischen der Entwicklung von Pflanzen (vom Samen bis zur Frucht) und dem Heranreifen von karmischen Eindrücken (Ursache und Wirkung). Hierzu bietet sich Partnerarbeit an. Ein Vergleich der Arbeitsergebnisse erfolgt an Tafel/Whiteboard, vgl. **LB zu AB 2**.

Mit diesen drei Varianten kann auch innerhalb sehr heterogener Gruppen zeitgleich differenzierend gearbeitet werden.

TRANSFER

In Unterrichtsgespräch und Diskussion suchen die SuS Beispiele, bei denen das Zusammenspiel zwischen Ursache und Wirkung leicht ersichtlich ist!
Mögliche Beispiele könnten sein:

- nichts für andere tun – unbeliebt sein
- Rauchen – Raucherlunge/Lungenkrebs
- Drogensucht – früher Tod
- viel Reisen – Offenheit für andere Menschen
- Hilfsbereitschaft – man wird gemocht
- Aggressivität – man wird abgelehnt
- gesunde Lebensführung – man ist fit
- regelmäßiges Lernen – gute Schulleistungen
- häufiges Lügen – die anderen werden misstrauisch
- Ehrlichkeit – die anderen vertrauen dir

Es bietet sich hier auch an, ein Beispiel genauer auf seine Zusammenhänge zu untersuchen: z.B. „Ich bin unbeliebt, keiner mag mich!“ Durch die resignierte Einstellung und zu wenig aktive freundliche Handlungen verstärkt man den Kreislauf. Befreiend wäre eine grundlegende Einstellungsänderung mit der Entscheidung selbst positiv aktiv zu werden und dies dann auch zu tun.

SICHERUNG

Zum Schluss wird der Bogen zurück zu der Ausgangsaussage „Jeder ist seines Glückes Schmied“ geführt. Dazu wird **Material 3** angeboten. Hier geht es einerseits darum die buddhistische Sichtweise zu reflektieren, doch auch darum, die persönliche Stellungnahme der SuS zu respektieren.

MATERIAL 1

BEGRIFFE AUS DEM DUDEN

SCHICKSAL

1. von einer höheren Macht über jemanden Verhängtes, ohne sichtliches menschliches Zutun sich Ereignendes, was jemandes Leben entscheidend bestimmt
2. höhere Macht, die in einer nicht zu beeinflussenden Weise das Leben bestimmt und lenkt

ZUFALL

1. etwas, was man nicht vorausgesehen hat, was nicht beabsichtigt war, was unerwartet geschah
2. (veraltet) plötzlich auftretender Anfall

GOTT

1. (im Monotheismus, besonders im Christentum) höchstes übernatürliches Wesen, das als Schöpfer Ursache allen Geschehens in der Natur ist, das Schicksal der Menschen lenkt, Richter über ihr sittliches Verhalten und ihr Heilsbringer ist
2. (im Polytheismus) kultisch verehrtes übermenschliches Wesen als personal gedachte Naturkraft, sittliche Macht

Ein **Gott** (je nach Zusammenhang auch *Göttin, Gottheit*) ist innerhalb verschiedener Mythologien, Religionen und Glaubensüberzeugungen sowie in der Metaphysik ein übernatürliches Wesen oder eine höhere Macht. In der Lehrmeinung und Praxis vieler Religionen werden einem Gott oder mehreren Göttern besondere Verehrung zuteil und besondere Eigenschaften zugeschrieben; unter anderem erster Ursprung bzw. Schöpfer oder Gestalter aller Wirklichkeit zu sein.

Quelle: http://de.wikipedia.org/wiki/Gott

AB 1

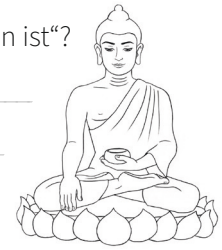
GIBT ES EINE KRAFT, DIE DIE WELT LENKT?

AUFGABEN

1. Definiert die ersten drei Begriffe mit Hilfe von Material 1.
2. Findet Beispiele, wie sich diese Kraft zeigt und auswirkt.
3. Überlegt, welchen Handlungsspielraum der Einzelne jeweils hat.
4. Füllt nach der Lektüre von Material 2 die letzte Spalte aus.

	GOTT	SCHICKSAL	ZUFALL	KARMA
DEFINITION				
BEISPIELE				
HANDLUNGSSPIELRAUM				

5. Was bedeutet die Aussage „sich wie ein Buddha benehmen, bis man ein Buddha geworden ist“?



LÖSUNG AB 1

GIBT ES EINE KRAFT, DIE DIE WELT LENKT?

AUFGABEN

1. Definiert die ersten drei Begriffe mit Hilfe von Material 1.
2. Findet Beispiele, wie sich diese Kraft zeigt und auswirkt.
3. Überlegt, welchen Handlungsspielraum der Einzelne jeweils hat.
4. Füllt nach der Lektüre von Material 2 die letzte Zeile aus.

	GOTT	SCHICKSAL	ZUFALL	KARMA
DEFINITION	Gott bestimmt darüber, wie die Dinge geschehen.	Das Schicksal als eine unbekannte Macht beeinflusst das Leben einer Person in vorherbestimmter Weise.	Ein Ereignis tritt unerwartet und unbeabsichtigt auf. Es ist nicht vorhersehbar.	Alles beruht auf Ursache und Wirkung: Die Taten, Worte und Gedanken (auch aus früheren Leben) sind die Ursachen für das, was der Mensch erlebt.
BEISPIELE	Nach dem Tod kommt man in den Himmel.	Eine Wahrsagerin prophezeit uns Reichtum.	Ein Dachziegel fällt uns auf den Kopf.	Ich schwindle und lüge oft und keiner vertraut mir mehr.
HANDLUNGSSPIELRAUM	Ich lebe so, dass es Gott gefällt, denn dieser belohnt oder bestraft mich. Ich danke für Glück oder bitte um gute Lebensumstände.	Ich kann mein Schicksal annehmen oder ablehnen, aber nicht verändern.	Kann nicht von Menschen gesteuert werden. Es ist ganz egal, wie ich mich verhalte.	Jeder Gedanke, jedes Wort und jede Handlung hat Wirkung. Dadurch beeinflusse ich mein künftiges Leben. Ich kann mich für glückbringende Gedanken, Worte und Taten entscheiden.

5. Was bedeutet die Aussage „sich wie ein Buddha benehmen, bis man ein Buddha geworden ist“?

   Man ist achtsam, klar und hat den nötigen Abstand; man nimmt die Dinge nicht mehr persönlich und hat innere Freiheit; man verhält sich glückbringend und handelt sinnvoll zum Besten der Wesen.



MATERIAL 2

EINE KURZE ERKLÄRUNG ZU KARMA – URSACHE UND WIRKUNG

Karma bedeutet übersetzt Tat, Aktivität oder Handlung (mit Körper, Rede und Geist).

Karma ist die Lehre von Ursache und Wirkung. Aus buddhistischer Sicht hinterlässt alles, was wir denken, sagen oder tun, einen Eindruck in unserem Geist. Aus diesen Eindrücken entsteht die Welt, die wir erleben. Negative Taten, Worte und Gedanken führen zu schwierigen oder unangenehmen Situationen; positive Gedanken, Worte und Handlungen dagegen führen dazu, dass wir angenehme Erfahrungen machen.

Diese Eindrücke sind wie Samen, die im Bewusstsein gespeichert sind und die, wenn die Bedingungen dafür vorhanden sind, eine ihnen entsprechende Frucht hervorbringen.

Es würde niemand erwarten, dass man z. B. Kakteen sät und dann auf diesem Feld Sonnenblumen erntet. Ein kluger Gärtner wählt die Samen gezielt aus und pflegt die Pflanzen, bis er die Früchte ernten kann. Er sorgt für gute Wachstumsbedingungen.

An diesem Beispiel aus der Pflanzenwelt erkennt man, dass längere Zeit vergehen kann, bevor sich ein Same zur Frucht entwickelt. Vergleichbar verhält es sich mit den Eindrücken im Geist. Manchmal dauert es sogar länger als eine Lebensspanne, bis ein Eindruck im Geist seine Wirkung entfaltet. Aus diesem Grund erkennt man nicht immer, auf welche Ursachen das, was wir erleben, zurückzuführen ist. So fragt man sich manchmal: „Warum gerade ich?“ Man ist sich nicht bewusst, dass man durch eigene Taten, Worte und Gedanken in früheren Zeiten selbst die Ursachen für diese Erlebnisse gelegt hat.

Wird ein Buddhist mit unangenehmen Situationen konfrontiert, so nimmt er die Herausforderung an, um die Lage möglichst zu verbessern. Dies kann auch durch die innere Haltung geschehen, wenn außen nichts zu ändern ist. Er übernimmt Verantwortung, weil er verstanden hat, dass er jetzt die Samen für die Zukunft legt.



Die grundlegende Einstellung und Motivation ist sehr wichtig, Wohlwollen und Mitgefühl sind die Basis des Handelns. Um Glück zu erleben und in die Welt zu bringen, entscheidet man sich bewusst, positiv zu handeln und Schädliches zu vermeiden. Im Buddhismus geht man sehr achtsam mit seinen Worten, Taten und Gedanken um, denn jeder Augenblick ist bewusstes Gestalten zukünftiger Erlebnisse.

Als Buddhist verwendet man auch das wirksame Mittel der Meditation, um gezielt negative Eindrücke im Geist zu entfernen und positive aufzubauen, so wie der Gärtner Unkraut jätet und so das Wachstum der gewünschten Pflanzen fördert. Man bekommt durch die entstehende Geistesruhe den nötigen Abstand zu Störgefühlen und gewinnt mehr Klarheit. Zunehmend wird man bewusster und kann entscheiden, Leidbringendes zu lassen und sich glückbringend zu verhalten. Man nimmt die Dinge nicht mehr persönlich und ist durch die daraus entstehende Freiheit in der Lage, sinnvoll und kraftvoll zum Besten aller Wesen handeln zu können. Man benimmt sich wie ein Buddha bis man ein Buddha geworden ist.

AB 2A

WIE KARMISCHE EINDRÜCKE HERANREIFEN

ARBEITSAUFTRAG FÜR PARTNERARBEIT

Findet die Parallelen zwischen der Entwicklung von Pflanzen (vom Samen bis zur Frucht) und dem Heranreifen von karmischen Eindrücken (Ursache und Wirkung). Tragt eure Überlegungen in die Tabelle ein.

 **ENTWICKLUNG VON PFLANZEN (VOM SAMEN ZUR FRUCHT)**	 **HERANREIFEN VON KARMISCHEN EINDRÜCKEN (URSACHE UND WIRKUNG)**

AB 2B

WIE KARMISCHE EINDRÜCKE HERANREIFEN

ARBEITSAUFTRAG FÜR PARTNERARBEIT

Ergänzt in der rechten Spalte der Tabelle, wie karmischen Eindrücken (gemäß Ursache und Wirkung) heranreifen, vergleichbar dem Wachstum der Pflanzen.

 **ENTWICKLUNG VON PFLANZEN (VOM SAMEN ZUR FRUCHT)**	 **HERANREIFEN VON KARMISCHEN EINDRÜCKEN (URSACHE UND WIRKUNG)**
Samen werden gesät.	
Man sät, was man ernten will. Aus einem bestimmten Samen wird die entsprechende Frucht.	
Die Frucht benötigt Zeit und die notwendigen Bedingungen (Erde, Sonne, Wasser, Dünger) um heranzureifen.	
Aus dem Samen wächst die Pflanze und diese bringt Früchte hervor. In diesen reifen neue Samen.	
Wachstumsbedingungen können verbessert werden.	
Samen können entfernt, Unkraut gejätet und Pflanzen in Form geschnitten werden. Dazu braucht man Wissen und muss unterscheiden können.	

AB 2C

WIE KARMISCHE EINDRÜCKE HERANREIFEN

ARBEITSAUFTRAG FÜR PARTNERARBEIT

Buddha gab die Analogie von Same und Pflanze. Schneidet die Textbausteine aus und sortiert sie in die zwei Spalten der Tabelle, wobei ihr diese in logischer Abfolge ordnet.

Man sät, was man ernten will. Aus einem bestimmten Samen wird die entsprechende Frucht.

Aus dem Samen wächst die Pflanze und diese bringt Früchte hervor. In diesen reifen neue Samen.

Wachstumsbedingungen können verbessert werden.

Die Eindrücke im Geist sind wie Samen und bei entsprechenden Auslösern und Reizen (man wird getriggert) werden sie aktiviert.

Ursachen haben Wirkungen. Erfahrungen werden gemacht. Und dementsprechend handelt man wieder.

Durch Meditation, eine bewusste Einstellung und positive Taten werden positive Eindrücke im Geist vermehrt.

Samen werden gesät.

Die Frucht benötigt Zeit und die notwendigen Bedingungen (Erde, Sonne, Wasser, Dünger) um heranzureifen

Samen können entfernt, Unkraut gejätet und Pflanzen in Form geschnitten werden. Dazu braucht man Wissen und muss unterscheiden können.

Die Ursachen, die man setzt, haben entsprechende Wirkungen. Positive Taten führen zu Glück, negative zu Leid.

Eindrücke entstehen im Geist durch Gedanken, Worte und Taten.

Negative Eindrücke können im Geist durch entsprechende Meditationen entfernt werden, bevor sie heranreifen. Man entscheidet sich bewusst, nichts Negatives zu tun.

ENTWICKLUNG VON PFLANZEN (VOM SAMEN ZUR FRUCHT)	HERANREIFEN VON KARMISCHEN EINDRÜCKEN (URSACHE UND WIRKUNG)

LÖSUNG
AB 2A+B+C

WIE KARMISCHE EINDRÜCKE HERANREIFEN

ARBEITSAUFTRAG FÜR PARTNERARBEIT

Zu AB 2 A
Findet die Parallelen zwischen der Entwicklung von Pflanzen (vom Samen bis zur Frucht) und dem Heranreifen von karmischen Eindrücken (Ursache und Wirkung). Tragt eure Überlegungen in die Tabelle ein.

Zu AB 2 B
Ergänzt in der rechten Spalte der Tabelle, wie karmischen Eindrücken (gemäß Ursache und Wirkung) heranreifen, vergleichbar dem Wachstum der Pflanzen.

Zu AB 2 C
Buddha gab die Analogie von Same und Pflanze. Schneidet die Textbausteine aus und sortiert sie in die zwei Spalten der Tabelle, wobei ihr diese in logischer Abfolge ordnet.

ENTWICKLUNG VON PFLANZEN (VOM SAMEN ZUR FRUCHT)	HERANREIFEN VON KARMISCHEN EINDRÜCKEN (URSACHE UND WIRKUNG)
Samen werden gesät.	Eindrücke entstehen im Geist durch Gedanken, Worte und Taten.
Man sät, was man ernten will. Aus einem bestimmten Samen wird die entsprechende Frucht.	Die Ursachen, die man setzt, haben entsprechende Wirkungen. Positive Taten führen zu Glück, negative zu Leid.
Die Frucht benötigt Zeit und die notwendigen Bedingungen (Erde, Sonne, Wasser, Dünger) um heranzureifen.	Die Eindrücke im Geist sind wie Samen und bei entsprechenden Auslösern und Reizen (man wird getriggert) werden sie aktiviert.
Aus dem Samen wächst die Pflanze und diese bringt Früchte hervor. In diesen reifen neue Samen.	Ursachen haben Wirkungen. Erfahrungen werden gemacht. Und dementsprechend handelt man wieder.
Wachstumsbedingungen können verbessert werden.	Durch Meditation, eine bewusste Einstellung und positive Taten werden positive Eindrücke im Geist vermehrt.
Samen können entfernt, Unkraut gejätet und Pflanzen in Form geschnitten werden. Dazu braucht man Wissen und muss unterscheiden können.	Negative Eindrücke können im Geist durch entsprechende Meditationen entfernt werden, bevor sie heranreifen. Man entscheidet sich bewusst, nichts Negatives zu tun.

MATERIAL 3

JEDER IST SEINES GLÜCKES SCHMIED

„JEDER IST SEINES GLÜCKES SCHMIED?“
WIE STEHT IHR NUN ZU DIESER AUSSAGE?

