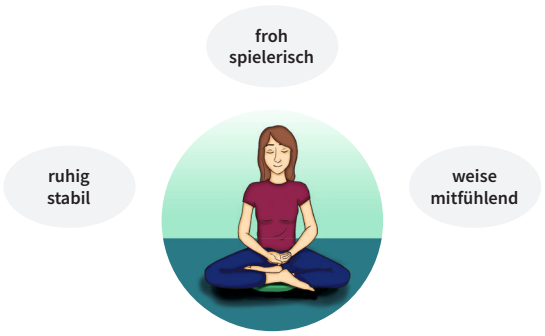
LÖSUNG AB 3

BUDDHAS LEHRE: WEGE ZU DAUERHAFTEM GLÜCK

AUFGABEN

1. Erläutert untenstehende Abbildung und erklärt den Zusammenhang mit Glück.

- Wenn man Ursache und Wirkung bedenkt, ist man achtsam in seinen Taten, Worten und Gedanken. Durch positive Handlungen entsteht Glück.
- Mit Mitgefühl bezieht man andere Wesen ein und wünscht, dass es ihnen gut geht. Mit Weisheit kann man sinnvolle Entscheidungen treffen, dadurch entsteht Glück.
- Meditation entfernt Verwirrung und man gewinnt innere Freiheit. Statt in Problemen verstrickt zu sein, kann man froh und spielerisch handeln.



2. Lest den Text in **Material 2** und tragt in die Tabelle die wichtigsten Merkmale ein. Besprecht euch in der Gruppe.

BUDDHAS LEHRE IM ÜBERBLICK

	Wissen über Weg und Ziel	Meditation als Methode	Anwendung im Alltag
Diamantweg	• Vertrauen in die eigene Buddhanatur • Erleuchtung	• Identifikation mit Erleuchtung	• Reine Sicht • Alles als freudvoll erfahren
Großer Weg	• Mitgefühl und Weisheit • Leerheit erkennen • Erleuchtung	• Alle Wesen werden einbezogen	• Sechs Befreiende Handlungen
Theravada	• Karma • Ursache und Wirkung • Ich-Illusion auflösen • Befreiung	• Geistesruhe • Stabiler Geist	• Achtsamkeit mit Körper, Rede, Geist