AB 1

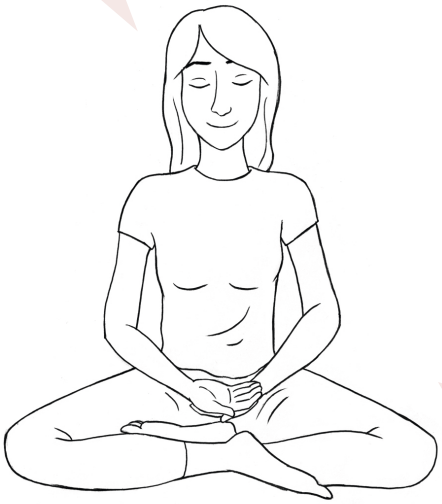
BUDDHISTISCHE MEDITATION

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. Vergleicht 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