

Die Kunst der Achtsamkeit und die Ethik des Buddhismus

ARBEITSAUFTRAG bis 26.06.2020

Für die folgenden Aufgaben hast du bis zum Ende des Schuljahres, also bis zum 26.06.2020 Zeit.

Du kannst mir deine Aufgaben gerne schicken an: davina.teheesen@wbq-marl.nrw.schule

Wenn du keine E-Mail schicken möchtest, lege sie einfach in mein Fach im Lehrerzimmer oder gib sie im Team 5 an mich ab.



Im bisherigen Verlauf des Religionsunterrichts haben wir über die Wichtigkeit der Achtsamkeit im Buddhismus gesprochen (vgl. Achtsamkeitsübungen). Alle Achtsamkeitsübungen stellen eine wertvolle Richtlinie für das ethische Handeln dar in allen Bereichen des Lebens. Bisher stand unser Verhalten gegenüber der Natur und unseren Mitmenschen im Zentrum der Aufmerksamkeit. Wie aber steht es um den Umgang mit Konsumgütern? Gehen wir achtsam mit Lebensmitteln oder Medien um?

Aufgaben

1. Überlege, was mit „Giften“ gemeint sein könnte, die in verschiedenen Medien (Fernsehen, Zeitschriften, Büchern, Filmen) und Gesprächen enthalten sind.
2. Fasse deine Überlegungen zusammen und begründe deine Beispiele kurz.
3. Erläutere, wie ein Buddhist den Verzicht auf Drogen begründen würde. Beziehe dich dabei auch auf die im Unterricht herausgearbeitete Ethik im Buddhismus

Im Bewusstsein des Leides, das durch unachtsamen Umgang mit Konsumgütern entsteht, bin ich entschlossen, auf körperliche und geistige Gesundheit zu achten – sowohl meine eigene als auch die meiner Familie und meiner Gesellschaft – indem ich achtsames Essen, Trinken und Konsumieren praktiziere. Ich will nur das zu mir nehmen, was den Frieden, das Wohlbefinden und die Freude in meinem Körper, meinem Bewusstsein und im kollektiven Körper meiner Familie und Gesellschaft erhält.

Ich bin entschlossen, weder Alkohol noch andere Rauschmittel zu mir zu nehmen und keine Nahrungsmittel oder andere Dinge zu konsumieren, die Gifte enthalten, wie z. B. bestimmte Fernsehprogramme, Zeitschriften, Bücher, Filme und Gespräche. Ich bin mir bewusst, dass ich das Vertrauen meiner Vorfahren, meiner Eltern, meiner Gesellschaft und zukünftiger Generationen missbrauche, wenn ich meinen Körper oder mein Bewusstsein derart schädigenden Einflüssen aussetze. Ich werde daran arbeiten, Gewalt, Angst, Ärger und Verwirrung in mir selbst und in der Gesellschaft zu transformieren, indem ich eine angemessene körperliche und geistige Nahrung zu mir nehme. Ich weiß, dass eine bewusste Lebensweise entscheidend ist für meine eigene Veränderung und für die Veränderung der Gesellschaft.

Thich Nhat Hanh: Nimm das Leben ganz in deine Arme. Die Lehre des Buddha über die Liebe. Deutscher Taschenbuch Verlag, München 2006. S. 142.

Schicke mir deine Aufgaben entweder als Word-Datei, PDF-Datei oder Foto an davina.teheesen@wbq-marl.nrw.schule oder lege sie in mein Fach im Lehrerzimmer. Wenn du Fragen zu den Aufgaben hast, kannst du dich per E-Mail jederzeit an mich wenden!

Aspekte buddhistischer Ethik – Eine Abschlussreflexion

Die folgenden Bilder illustrieren unterschiedliche Themen buddhistischer Ethik. Welche könnten das sein? Wenn du Hilfe brauchst, schau in deinen Unterlagen die Notizen zu den verschiedenen Achtsamkeitsübungen nach.

Aufgaben

1. Wähle ein Bild aus, das dich anspricht. Welche Assoziationen, Gedanken und Gefühle ruft es in dir wach?
2. Erläutere, welchen Aspekt buddhistischer Ethik es veranschaulicht.



© SolStock / iStock / Getty Images Plus



© Catherine Delahaye / DigitalVision



© oatawa / iStock / Getty Images Plus



© NextSer / iStock / Getty Images Plus



© ridvan_celik / E+



© MrAdvertising / iStock / Getty Images Plus

Schicke mir deine Aufgaben entweder als Word-Datei, PDF-Datei oder Foto an davina.teheesen@wbg-marl.nrw.schule oder lege sie in mein Fach im Lehrerzimmer. Wenn du Fragen zu den Aufgaben hast, kannst du dich per E-Mail jederzeit an mich wenden!