

Kooperation Ethik/Religion/Weltanschauungsunterricht

Baustein A: Die Frage nach dem Sinn des Lebens

Fragen und Antwortversuche aus buddhistischer Sicht

Entwickelt für Lerngruppen des 7./8./9. Jahrgangs und 2-4 Unterrichtsstunden

1. ALLGEMEINES

Die nachstehende Unterrichtsskizze ist sowohl einsetzbar als Teil des o.g. Kooperationsprojektes als auch unabhängig davon im 1. Themenfeld: Identität und Rolle innerhalb des 7./8. Jahrgangs. Da heißt es im Rahmenlehrplan Ethik für die Sek I auf der Seite 27: „Innerhalb des Spannungsfeldes zwischen Autonomie und Rolle sucht jedes Individuum für sich eine persönliche Antwort auf die Frage nach eigener Identität und nach einem gelingenden, glücklichen Leben.“ Und auf Seite 28 unter „**Beispiele für Fragen und Hinweise zu den drei Perspektiven**“ bei der **Individuellen Perspektive**: „Was ist für mich ein gelingendes Leben? Wie stelle ich mir ein glückliches Leben vor? Was kann ich dazu beitragen, dass ich ein glückliches Leben führe? Was erhoffe ich mir für meine Zukunft?“ und unter der **Gesellschaftlichen Perspektive**: „Gesellschaftliche Vorbilder eines gelingenden Lebens. Gesellschaftliches Bild vom Glück bzw. vom Glücklich – Sein. Glücksvorstellungen aus unterschiedlichen Kulturkreisen, Glücksmärchen. Hoffnungsvolle, positive Zukunftsvisionen unserer Zeit.“

Hier sind fraglos Ansätze zur Beantwortung der Frage nach dem Sinn des Lebens angedeutet, die selbstverständlich nur einen Bruchteil möglicher Antworten ausmachen. Andere Antworten sind mit den Stichworten Freundschaft, Partnerschaft, Liebe (ebenfalls 1. Themenfeld) und Freiheit und Selbstbestimmung (siehe 2. Themenfeld) zu sehen.

Aus buddhistischer Sicht sollte bei dieser Unterrichtsskizze die Zielsetzung sein, möglichst schülerbezogen und lebensweltbezogen eher Fragen zu stellen statt fertige Antworten zu liefern. Dabei beziehen sich die Fragestellungen auf Bereiche, die der Buddha bei seinen Lehrreden vor ca. 2500 Jahren gegenüber seinen Zuhörern auch schon angesprochen hat und die deshalb ein hohes Maß an Allgemeingültigkeit aufweisen können.

2. METHODIK

Was Methodik und Didaktik anbelangt, so scheint uns ein demokratischer Ansatz der sinnvollste zu sein. Die Prinzipien des „Kooperativen Lernens“ (Cooperative Learning) wurden von amerikanischen und kanadischen Forschern zu einem Konzept zusammengefasst und von den kanadischen Trainern Norm Green und Barrie Bennett nach Deutschland gebracht.¹

„Kooperatives Lernen steht für ein bestimmtes Lehr- und Lernkonzept das darauf abzielt, in koordinierten und konstruktiven Gruppen- und Partnerarbeiten eine gemeinsame Lösung für ein vorgegebenes Problem zu finden. Schülerinnen und Schüler sollen sich beim Lernen gegenseitig unterstützen und gemeinsam zu Ergebnissen gelangen.“

Die Methoden des KL üben soziale Kompetenzen ein und vermitteln ein problemorientiertes Denken und Handeln. Beim KL geht es darum, gemeinsam zu arbeiten, um gemeinsame Lernerfolge zu erzielen. Die Gruppenaktivitäten des KL fördern einen Wissensgewinn, der nicht nur dem einzelnen Schüler, sondern der gesamten Lerngruppe bzw. der Klasse zugute kommt. Folglich ist jeder einzelne Schüler nicht nur für den eigenen Erfolg, sondern auch für den der gesamten Gruppe verantwortlich. Lernziele werden im Team erreicht. Die Methoden des KL wecken das Interesse der Schüler für den Unterricht und sorgen für nachhaltige Lernerfolge.“²

¹ Green, Norm/Green „Kathy: Kooperatives Lernen im Klassenraum und im Kollegium, Kallmeyer, 2005 sowie Mieke, Kirsten/Mieke, Sven-Olaf: Praxishandbuch Cooperative Learning. Effektives Lernen im Team, Meezen, 2004

² American Jewish Committee und LISUM Berlin: Hands Across the Campus – Praxis-Handbuch für Lehrkräfte, Schülerinnen und Schüler, Teil D, Die Methoden des Hands Curriculum: Kooperatives Lernen, Berlin 2006, Seite D. 1

3. DIAGNOSE

Einstieg über Hausaufgabe in der vorherigen Stunde: „Was ist der Sinn des Lebens?“ – Schüler und Schülerinnen befragen je drei Menschen: z.B. Eltern, Großeltern, Pfarrer, Trainer etc.

Sinn des Lebens – Warum bin ich auf der Welt?

Menschen fragen. Im Gegensatz zu den Tieren verfügen sie über Einsicht und Verstand. Sie wollen wissen, woher sie kommen und wohin sie gehen. Sie wollen verstehen, warum die Dinge so sind, wie sie sind, und sie wollen Orientierung, was sie am besten tun und lassen sollten. Was ist der Sinn des Lebens, und warum bin ich auf der Welt?

Aber Antworten bekommt nur, wer auch Fragen stellt, und wissen wird nur, wer nach der Wahrheit sucht. Und genau das ist der Grund, warum der Buddha seine Schülerinnen und Schüler nachdrücklich aufgefordert hat, Fragen zu stellen.

Bei der Auswertung der Ergebnisse der Hausaufgabe (s.o.) kann von der Lehrkraft an der Tafel eine Ergebnissammlung erfolgen. Geeigneter erscheint aber die Placemat-Methode aus dem Kooperativen Lernen: „Bei dieser Methode gruppieren sich die Schülerteams um ein Plakatpapier (auf dem Tisch der Gruppe). Im Idealfall gruppieren sich je 4 Schüler um ein Plakat. Das Papier wird in vier bzw. fünf Bereiche eingeteilt (in der Mitte des Plakates befindet sich das fünfte Feld). Nachdem die Schüler eine Aufgabe erhalten haben, trägt jeder seine Gedanken und Ideen in seinen eigenen ihm zugewiesenen Bereich auf dem Papier ein. Anschließend werden die Beiträge diskutiert. Danach wird der Konsens der Gruppe in die Mitte des Plakatpapiers eingetragen.“³

Daraufhin tragen die Gruppen ihre Ergebnisse vor, die Lehrkraft kann zusammenfassen und auswerten. Über eine Tafelsammlung werden Vielfalt und Veränderlichkeit deutlich werden. Antworten gehen z.B. in Richtung:

- soziale, gesellschaftliche und politische Fragen, Umweltthemen
- technisches Knowhow, Wissenschaft, Natur
- Kultur, Philosophie, Religion
- der Wunsch nach persönlichem Glück dürfte die häufigste Antwort sein

Unterschiedliche Antworten

Für Menschen, die für nichts ein tieferes Verständnis entwickeln, hat Ananda, ein großer Schüler des Buddha, einen schönen Ausdruck geprägt: Sie altern „nach Ochsenart“ (Theragatha 1025). Sie wachen und schlafen, arbeiten und vergnügen sich, ohne sich bewusst zu sein, was sie tun und worum es eigentlich geht. Dumpf und stumpf vergehen ihre Tage.

Sicher bekommen wir auch anderes zu hören: Der Sinn des Lebens soll zum Beispiel darin bestehen: „Geld zu verdienen, ein schnittiges Auto zu fahren und ein schönes Haus zu bewohnen“; „ein anständiger und freundlicher Mensch zu sein“; „sich selbst zu verwirklichen und Karriere zu machen“; „eine Familie zu gründen“, „für andere da zu sein“ ... Nicht eindeutiger sind die Vorschläge, die die Philosophie und Religionen machen: „Wir müssen Gott dienen und gehorsam sein“, raten manche oder „Wir müssen das Schicksal auf uns nehmen“ vielleicht die nächsten. „Das Leben hat überhaupt keinen Sinn“, behaupten schließlich die Skeptiker.

Fragen wir einmal den Buddha⁴. Als einer der großen Weisen und Menschheitslehrer müsste der es doch wissen. Tatsächlich war ihm, der ein sehr genauer Beobachter war, etwas aufgefallen. Offensichtlich geht das Denken und Handeln der Menschen immer in dieselbe Richtung. Jeder will, dass es ihm gut geht, und keiner, dass er sich elend fühlt. Niemand ist darauf aus, Schmerzhaftes zu erleben oder traurig zu sein. Was immer wir tun, was wir denken und reden, zielt eben nur darauf, leidvolle Erfahrungen zu mindern und freudvolle zu vermehren. Buddha fasste es so zusammen:

„Ich möchte leben und nicht sterben, ich wünsche mir Glück und habe etwas gegen Leid.“ (Der Buddha – Samyutta Nikaya 55,7)

³ AJC und LISUM, a.a.O.: Seite D.17, Abb. dazu in der „Materialsammlung zur buddhistischen Sicht vom Sinn des Lebens“ <http://www.proethik.info/situation-ethik/unterrichtsmaterial-buddhismus/> S. 11

⁴ Siehe hierzu „Materialsammlung...“ S. 1 „Wer war Buddha?“

Auch der Dalai Lama sagt: „Ich bin überzeugt, dass der **Sinn des Lebens** darin besteht, glücklich zu sein. Vom Moment seiner Geburt an sehnt sich jedes menschliche Wesen danach, glücklich zu sein und Leiden zu vermeiden.“⁵

4. PROBLEME UND LEIDERFAHRUNG

Buddhas Unterweisungen werden unter anderem zusammengefasst in den Vier Edlen Wahrheiten: „Das Leben im Daseinskreislauf ist letztlich leidvoll. Ursachen des Leidens sind Gier, Hass und Verblendung. Erlöschen die Ursachen, erlischt das Leiden. Zum Erlöschen des Leidens führt der Edle Achtfache Pfad.“⁶

Um diese Wahrheit für die Schüler verständlicher zu machen, scheint es hilfreich, wenn jeder Schüler sich über eigene, persönliche Leiderfahrungen oder die aus der Familie und dem Bekanntenkreis klar wird und diese mit Mitschülern austauscht. Dazu eignet sich die Kugellagermethode bzw. das „Rotierende Partnergespräch“: „Im Rahmen des rotierenden Partnergesprächs können sowohl Meinungen und Gedanken als auch Arbeitsergebnisse vorgestellt werden. Dazu bilden die Schülerinnen und Schüler einen Innen- und einen Außenkreis, so dass sie sich gegenüber sitzen. Die im Innenkreis sitzenden Schülerinnen und Schüler beginnen, ihre Meinungen, Gedanken der Arbeitsergebnisse ihrem Gegenüber vorzustellen. Die außen Sitzenden fassen anschließend das Erzählte zusammen und tragen dann ihre Statements vor. Auf ein Zeichen des Moderators rücken die Schülerinnen und Schüler des Innenkreises zwei Plätze weiter. Nun beginnen die Außensitzenden damit, ihre Gedanken usw. vorzustellen... Die Dauer hängt von der Vielfalt der Ergebnisse ab.“⁷

5. LÖSUNGSANSÄTZE

Die Lehre des Buddha wurde wegen der Vier Edlen Wahrheiten oft als leidorientiert missverstanden, es geht jedoch vor allem darum, das Leid zu kennen bzw. zu erkennen, dass und woran wir leiden, um dann über die 2. und 3. Edle Wahrheit einen Lösungsweg anzugehen. Buddhisten sehen als Ursachen des Leidens Gier, Hass und Verblendung oder anders formuliert: Anhaftung und Abneigung, die beide letztlich aus Unwissenheit entspringen. Durch Hoffnung und Furcht lehnen wir bestimmte Aspekte des Lebens ab, zu anderen fühlen wir uns hingezogen (mehr zu diesem Punkt im Materialteil auf den Seiten 3, 4 und 8) Die 3. Edle Wahrheit besagt, dass wir das Leiden beenden können, umso mehr wir es erkennen und auflösen. Dies geschieht über die Klärung des Geistes durch Kontemplation, Achtsamkeit, Meditation und Mitgefühl und führt letztlich zur vollständigen Befreiung vom Leid, der sogenannten Erleuchtung.

Hierzu können zur Vertiefung Texte aus der Materialsammlung S. 5-9 hinzugezogen werden.

Die ethischen Grundlagen für ein sinnvolles Leben, das anderen und uns selbst unnötiges Leiden – neben den letztlich nicht zu lösenden Leidensursachen von Alter, Krankheit und Tod – erspart, fassen Buddhisten in den folgenden Zeilen zusammen:

„Ich übe mich darin, keine Lebewesen zu töten oder zu verletzen, Nichtgegebenes nicht zu nehmen, keine unheilsamen sexuellen Handlungen zu begehen, nicht unwahr oder unheilsam zu reden, mir nicht durch berauschende Mittel das Bewusstsein zu trüben.“
(Buddhistisches Bekenntnis der Deutschen Buddhistischen Union)⁸

Exkurs 1: Karma

„Ihren Taten gehören die Wesen, sie sind Erben ihrer Taten, haben ihren Ursprung in ihnen, sind mit ihnen verbunden, sie haben ihre Taten als Rettung.“ (Der Buddha – Majjhima Nikaya 135)

⁵ Aus Dalai Lama: Der Sinn des Lebens, Herder Verlag Freiburg, 2008, mehr in „Materialsammlung...“ (s. Anm. 3) S. 2

⁶ Buddhistisches Bekenntnis, siehe Materialien S. 10 und Website der DBU

<http://www.buddhismus-deutschland.de/wp-content/uploads/Buddh.-Bekenntnis-07-sw.pdf>

Zum Achtfachen Pfad siehe auch „Materialsammlung...“ S. 5

⁷ AJC und LISUM Berlin: a.a.O. Seite D.23

⁸ Ausführlicher in Fünf Achtsamkeitsübungen des Ordens Intersein von Thich Nhat Hanh in „Materialsammlung...“ S. 6)

Die buddhistische Philosophie ist auf der Erkenntnis der gegenseitigen Abhängigkeit aller Dinge begründet, Karma bedeutet hier nicht wie in den brahmanischen Traditionen Schicksal, sondern Handlung und Selbstbestimmung.⁹

Exkurs 2: Mitgefühl

Viele Menschen glauben, man könnte Freude und Zufriedenheit ohne Rücksicht auf seinen Nächsten haben. Vielleicht sogar auf seine Kosten. Wer davon überzeugt ist, wird schnell unfreundlich und rücksichtslos den Mitwesen gegenüber, vielleicht sogar feindselig und böseartig. Wer glaubt, so an sein Ziel zu kommen, ist auf der völlig falschen Spur. Da nach dem Buddha alle guten und schlechten Handlungen zu uns zurückkehren, folgt daraus ohne Zweifel: Wer anderen im Wege ist oder sie gar bewusst zum Stolpern bringt, kann selbst auch nicht vorankommen. Wer dagegen hilfsbereit und freundlich ist, Mitempfinden und Nachsicht zeigt, macht ganz sicher nichts verkehrt. Glücklicherweise kann nur, wer auch andere glücklich macht oder es wenigstens versucht.

Fragen, die wir uns selbst stellen können:

- Ist mir der Gedanke „Hauptsache: Ich“ sehr vertraut oder völlig fremd?
- Habe ich bei meinen Handlungen die Mitmenschen und ihre Interessen mit im Blick?
- Gibt es jemanden, dessen Wohlergehen mir wichtiger ist als mein eigenes?

Ein Textbeispiel:

Mögen alle Wesen glücklich sein und Frieden finden! Was es auch an lebenden Wesen gibt: ob stark oder schwach, ob groß oder klein, ob sichtbar oder unsichtbar, fern oder nah, ob geworden oder werdend – mögen sie alle glücklich sein!
(Der Buddha – Mettasutta/Suttanipata 1,8)

Exkurs 3: Wiedergeburt und Nirvana

Dem Buddha war klar geworden, dass das Leben nicht mit dem Tod endet, sondern sich immer wieder erneuert und fortsetzt. Mit all seinen Höhen und Tiefen. Wer das vor Augen hat, wird vielleicht über den Sinn des Lebens neu und tiefer nachdenken. Worin liegt er, wenn sich Aufstieg und Abstieg, Glück und Unglück nur abwechseln, ohne je zu enden?

Das macht verständlich, warum viele Menschen im alten Indien eine Frage ganz in den Vordergrund rückten: Wo ist der Ausweg aus dem Kreislauf von Fortexistenz und Wiedergeburt bzw. wie lässt sich Unvollkommenheit ein für alle Mal beseitigen? Der Sinn des Lebens, wenn man jetzt noch davon sprechen will, lag für sie in dem Bemühen, die endgültige Freiheit zu erreichen, die der Erwachte Nirvana nannte. Ein Zustand, in dem die Frage nach dem Sinn des Lebens ihre Bedeutung verloren hat.

Nirvana ist das Ziel, die Unverletzbarkeit, die Wahrheit, das Alterlose, das Beständige, das Unzerbrechliche, das Friedvolle, das Todlose, das Erlesene, das Segensreiche, der Frieden, das Aufhören des Verlangens, das Wunderbare, das Vollkommene, das Ende der Not, die Freiheit, das Reine, die Erlösung, die Sicherheit, der Schutz, die Zuflucht, das ganz andere. (Der Buddha – aus dem Samyutta Nikaya 43)

6. AUSBLICK

Nirvana ist also das Ziel für Buddhisten. Für sie gibt es vor diesem Hintergrund keinen Sinn des Lebens mehr, sondern es gibt nur einen Zustand, in dem sich diese Fragen erübrigen.

Was den Buddhismus aber von den meisten anderen Religionen unterscheidet, geht u.a. aus den Äußerungen des Buddha kurz vor seinem Verlöschen und seinen letzten Worten hervor: Zu seinem Lieblingsschüler, dem Mönch Ananda, hatte der Buddha gesagt:

⁹ siehe hierzu Textstellen des Dalai Lama zur „Universellen Verantwortung“, in „Materialsammlung...“ (s. Anm. 3) S. 9

„Wie ein abgenutzter Karren, Ananda, nur noch mit Hilfe von Riemen funktionsfähig gehalten werden kann, so, scheint mir, ist auch der Körper des Vollendeten nur noch mit Bandagen funktionsfähig. Darum, Ananda, seid selbst eure Insel, selbst eure Zuflucht; habt die Lehre als Insel, die Lehre als Zuflucht, habt keine andere Zuflucht!“¹⁰ und:

„Es mag sein, Ananda, dass bei einigen von euch die Meinung aufkommt: "Das Wort des Meisters ist erstorben, wir haben keinen Lehrer mehr!" - So, Ananda, dürft ihr es nicht ansehen. Die Wahrheiten und die Ordensregeln, die ich dargelegt und für euch alle erlassen habe, die sollen nach meinem Tode eure Lehrer sein!“¹¹

Das bedeutet, es gibt keinen Gott, den man anbeten kann, auch Buddha ist mit seinem Eingang ins Nirvana verloschen, kann seinen Anhängern als Person nicht mehr helfen, nicht mehr sagen, was zu tun oder zu lassen ist. Allein seine Lehre (der Dharma) – sowie für die Mönche die Ordensregeln – bleiben als Richtschnur des Handelns, jeder seiner Anhänger muss gemäß der Lehre Verantwortung für sich selbst übernehmen. Buddhas allerletzte Worte weisen auf stete Veränderung im Leben hin und stellen das Bemühen um die Lehre in den Vordergrund:

„Wohlan Bhikkhus (Mönche), höret jetzt, was ich euch noch zu sagen habe: Die Seinerscheinungen¹² sind ihrem Wesen nach vergänglich. Rüstet euch aus mit Wachsamkeit!“ Das war des Tathagata letztes Wort.
(Digha Nikaya 16 - Übersetzung: R. Otto Franke)

Selbstverantwortung bzw. Mitgefühl mit allen Lebewesen, die ethischen Prinzipien des Buddhismus, Meditation und das Streben nach Nirvana machen für Buddhisten den Sinn des Lebens aus, der sich mit dem Erreichen des Nirvana jedoch als Fragestellung auflöst.

Hausaufgabe: Was kann ich zum Begriff Nirvana in Lehrbüchern oder im Internet finden? (Achtung, hier ist nicht die Rockband gemeint...!)

Nach der Besprechung der Hausarbeitsergebnisse können im Verfahren „Think- Pair-Share“ folgende Fragestellung bearbeitet werden: Was ist der Lösungsweg der Buddhisten, welches waren die Antworten unserer Befragung nach dem Sinn des Lebens und was ist nun für mich/uns am Ende der Unterrichtseinheit persönlich der Sinn des Lebens? Wo gibt es Übereinstimmungen, wo sehe ich große Unterschiede?

„**Think-Pair-Share:** Diese Methode eignet sich gut, um zu erreichen, dass sich alle Schüler mit dem Lerngegenstand beschäftigen. Die Methode gliedert sich in drei Phasen:

Think – diese erste Phase besteht aus stiller Einzelarbeit. Die Schüler werden dabei aufgefordert, sich zu einem bestimmten Thema Gedanken zu machen und diese ggf. schriftlich festzuhalten.

Pair – in der zweiten Phase suchen sich die Schüler einen Partner, mit dem sie sich darüber austauschen. Die Schüler üben dabei ein, sich einem anderen Teammitglied gegenüber auszudrücken, die eigenen Gedanken zu formulieren und zu artikulieren. Der Lehrer kann und soll dabei nicht intervenieren. Die Gesprächspartner sollen nach Möglichkeit nachfragen, um Aussagen des Gegenübers präzisieren zu können. Die Partnerarbeit wird erneut durch die Hinweise „Sucht euch jemanden, mit dem ihr noch nicht gesprochen habt“ oder „Sucht euch jemanden, der an einem anderen Tisch sitzt“ gelenkt, um Beziehungen aufzubauen und den Austausch zu erweitern.

Share – Die Ergebnisse der Partnerarbeit werden in dieser dritten Phase der Gesamtgruppe vorgestellt. Falls die Gesamtgruppe bzw. das Plenum zu groß ist, kann die dritte Phase auch in Kleingruppen (mehrere Paare schließen sich zu einer Gruppe zusammen) durchgeführt werden. Die Redner sollen dabei die Gedanken des Partners wiedergeben. Hierbei wird aktives Zuhören trainiert und eine konzentrierte Lernatmosphäre geschaffen. Die Schüler sollen der Angst beraubt werden, etwas Falsches zu sagen, da die Aussagen der jeweiligen Partner im Vorfeld in den Paargruppen besprochen und mit Hilfe von Nachfragen präzisiert wurden. Die Schüler sind für den Inhalt nicht verantwortlich, da sie die jeweils andere Meinung wiedergeben. Letztendlich liegt es aber in der Verantwortung der Lehrkräfte die Diskussion so zu moderieren, dass niemand bloßgestellt wird.“¹³

Diese Unterrichtsskizze wurde im Juni 13 von Dr. Alfred Weil (Frankfurt a.M.), Dr. Gerhard Weil (Berlin) und Doris Wolter (Berlin) im Rahmen der AG Unterrichtsmaterialien der Deutschen Buddhistischen Union erstellt. Weitere Anregungen unter <http://www.buddhismus-deutschland.de/unterrichtsmaterialien/>

¹⁰ Schumann, Hans Wolfgang: Buddhismus, Stifter, Schulen und Systeme, Olten 1976, Seite 46

¹¹ a.a.O.: Seite 47

¹² In einer alternativen Übersetzung von Hans Wolfgang Schumann: „Persönlichkeitsbestandteile“

¹³ AJC und LISUM Berlin: a.a.O. Seite D.13