

DIE VIER SIEGEL

Die Essenz buddhistischer Lehre

Doppelstunde mit 5 Arbeitsbögen, geeignet für Klasse 9-11, erarbeitet von Doris Wolter

Fachwissenschaftliche Hinweise:

Die Lehre des Buddha wird ‚der Dharma‘ genannt. Es ist ein Wort aus dem Sanskrit (Pali: Dhamma), wörtlich: tragen, halten.

Das *Lexikon der östlichen Weisheitslehren*¹ definiert:

„zentraler Begriff im Buddhismus, der in verschiedenen Bedeutungen verwendet wird:

1. Das **kosmische Gesetz**, die „Große Ordnung“, der unsere Welt unterliegt, vor allem das Gesetz der karmisch gesteuerten Wiedergeburt;
2. **die Lehre des Buddha**, der dieses Gesetz erkannt und formuliert hat, d.h. die Lehre, die die universelle Wahrheit ausdrückt. Der Dharma in diesem Sinne existierte schon vor der Geburt des historischen Buddha, der nichts als eine Manifestation desselben ist. Zu diesem Dharma nimmt der Buddhist Zuflucht;
3. Verhaltensnormen und **ethische Regeln**;
4. **Manifestationen der Wirklichkeit**, allg. Sachverhalte, Dinge, das Phänomenale“ (und zwei weitere Bedeutungen).

Dharma wird manchmal als Pfad gesehen, hier als **Pfad aus der Unwissenheit heraus**, zur Auflösung von Unwissenheit. Obwohl wir uns nicht unwissend fühlen, ist unser Leben voll von Unsicherheit, Ängsten und den guten und schlechten Gefühlen, denen wir uns ausgeliefert sehen. **Hoffnung und Furcht** (die wiederum Begierde und Hass hervorrufen) sind in der Dunkelheit der Unwissenheit begründet und die Lehren des Buddha zeigen auf, wie **Leiden und Unzufriedenheit letztlich auf Illusionen zurückzuführen und zu überwinden sind**. „Der Kern aller echten Dharma-Lehren ist die Auffassung, dass Leiden und Unzufriedenheit aus der Art und Weise entstehen, wie Ihr Geist auf die Lebensumstände anspricht und reagiert – und nicht aus den Fakten des Lebens. Insbesondere lehrt der Buddhismus, dass Ihr Geist Ihr Leiden verursacht, indem er Dingen Beständigkeit zuschreibt und ein separates Selbst konstruiert, wo in Wirklichkeit beides nicht existiert.“²

Innerhalb des Buddhismus gibt es fast unendlich viele Pfade, die nicht auf eine einzige Methode reduziert werden können. Weshalb ist das so? Hier wird ein Bild genutzt: So wie für verschiedene Krankheiten unterschiedliche Medikamenten verschrieben werden, lehrte Buddha eine **Fülle von Methoden**, die dem je unterschiedlichen Entwicklungsstand verschiedener Menschen angemessen ist. Der Buddhismus enthält moralische Grundregeln wie „Sei tugendhaft, stehle nicht, lüge nicht“, er vermittelt Methoden wie **Meditation, Mitgefühl und Kontemplation** und weist eine umfangreiche **Philosophie** auf, deren zentrale Kategorien auf den Begriffen der **Leerheit** oder dem **Nicht-Selbst** sowie der **Interdependenz** bzw. **gegenseitigen Abhängigkeit und Vergänglichkeit** von allem beruhen.

Der **Sangha** ist Sanskrit und bedeutet „Menge“ oder „Schar“ und steht für die buddhistische Gemeinschaft. Im engeren Sinne besteht der Sangha aus Mönchen und Nonnen. Im weiteren Sinne zählen auch die Laienanhänger zum Sangha.

¹ Hrsg. Ehrhard, Fischer-Schreiber, Friedrichs, Diener; O.W. Barth Verlag, Bern, München, Wien, 3. Aufl. 1995, S. 92

² Landaw, Jonathan & Bodian, Stephan, Buddhismus für Dummies; Wiley-VCH Verlag Weinheim, 2006, S. 38f



Das Buddhistische Bekenntnis der DBU (historischer Hintergrund siehe erster Lehrervortrag) enthält die wichtigsten Grundkategorien der buddhistischen Lehre. Oft werden zur Erklärung des Buddhismus nur die **Vier edlen Wahrheiten** erörtert, in dieser Doppelstunde liegt jedoch der Fokus auf den **Vier Siegeln**:

Die 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.*

Die Vier Siegel

<i>Alles Bedingte ist unbeständig.</i>	→ Vergänglichkeit
<i>Alles Bedingte ist leidvoll.</i>	→ Leidhaftigkeit
<i>Alles ist ohne eigenständiges Selbst.</i>	→ Nicht-Ich und Leerheit
<i>Nirvana ist Frieden.</i>	→ Befreiung

Methodisch-didaktische Hinweise:

Thema dieser Unterrichtsstunde sind die Grundlagen der buddhistischen Lehre. Die Schülerinnen und Schüler sollen sich anhand des **Buddhistischen Bekenntnisses der DBU** im Allgemeinen und hier insbesondere der **Vier Siegel** Kenntnisse über **die wichtigsten Aussagen der Lehre des Buddha** erwerben und **die in sich geschlossene Logik ansatzweise zusammenfassen, verstehen und wiedergeben können**.

Gemeinsame Grundlage der Stunde ist für alle das Buddhistische Bekenntnis der DBU, nach ersten Schüleräußerungen folgt eine Tafelsammlung mit den wichtigsten Besonderheiten und ein zusammenfassender Lehrervortrag über den Bekenntnisteil (Absatz 1-3), der sich stark von den theistischen Religionen abhebt, sowie die letzten beiden Abschnitte, bei denen sich offensichtliche Bezüge zu anderen Weltreligionen und zur Goldenen Regel herstellen lassen. Danach werden die Vier Siegel in arbeitsteiliger Gruppenarbeit eingehender erarbeitet. Nach Ablauf der Gruppenarbeitsphase wird ein anfangs benannter Berichterstatter pro Gruppe der Klasse die jeweiligen Ergebnisse vermitteln. (Kurzvorträge)

Die Stunde wird mit einem kurzen, zusammenfassenden Lehrervortrag abgeschlossen, der noch unerwähnte Aspekte ergänzt.

Lernziele

Die Schüler sollen...

- die wichtigsten Aspekte der buddhistischen Lehre benennen können.
- die Unterschiede zu ihnen bekannten Religionen beschreiben können.
- die inneren Zusammenhänge der Vier Siegel notieren, auswerten und erläutern können.
- anhand der Vier Siegel die buddhistische Auffassung von Wirklichkeit beschreiben können.
- die ethischen Grundlagen des Buddhismus kennenlernen und mit der Goldenen Regel vergleichen können.

Kompetenzen:

Die Schüler sollen...

- die Fähigkeit üben, wesentliche Aussagen aus Texten und Materialien unterschiedlicher Art zu erfassen, herauszuarbeiten und zum Ausdruck zu bringen.
- die Fähigkeit entwickeln, die Ergebnisse der eigenen Arbeit bezogen auf die Adressaten zu präsentieren.
- ihre Fähigkeiten zu einer ergebnisorientierten Partnerarbeit vertiefen.
- ihre Fähigkeiten zur Textzusammenfassung vor der Klasse weiter entwickeln.
- sie übernehmen Perspektiven, indem sie sich mit anderen Lebens- und Denkkontexten auseinandersetzen und Entscheidungen bzw. Urteile anderer nachvollziehen.

Einstieg:

Das Buddhistische Bekenntnis der DBU wird idealerweise für jeden Schüler kopiert oder projiziert und als stiller Impuls genutzt (**LINK MA 1**). Die Schüler lesen den Text, während der Lehrer als Grundlage des Tafelbildes die Begriffe **Buddha, Dharma** und **Sangha** anschreibt. Im Anschluss an den kurzen Lehrervortrag füllen die Schüler im Unterrichtsgespräch diese Begriffe mit Inhalt, dies wird im Tafelbild festgehalten. (Falls sich erste Schüleräußerungen mit Vergleichbarkeit und Unterschiedlichkeit in Bezug zum Christentum, Islam oder ihnen bekannten Philosophien und Moralvorstellungen beziehen, müssen diese nicht gewertet werden; spätere Stunden können Vergleiche zwischen Weltreligionen vertiefen.)

Einführender Lehrervortrag:

Seit Mitte des 20. Jahrhunderts kamen in Deutschland erstmals fast alle asiatischen Formen des Buddhismus neu zusammen. Der Dachverband aller Buddhisten, die *Deutsche Buddhistische Union*, suchte wegen der unterschiedlichen Arten des Buddhismus nach der einenden Essenz, die trotz der kulturell sehr unterschiedlich gewachsenen Traditionsrichtungen alle Formen durchdringt. Man einigte sich daher 1984 auf das Buddhistische Bekenntnis, das 2004 nochmals von mehr als 56 Gruppen neu verabschiedet wurde. In dieser Doppelstunde geht es um den Kern der buddhistischen Lehre, der im Mittelteil des Buddhistischen Bekenntnisses der DBU prägnant formuliert wurde. Lasst uns nun betrachten, worin diese Essenz des Buddhismus besteht:

Der Bekenntnisteil (Absätze 1-3), hebt sich stark von den uns bekannten Religionen ab: Ein Buddhist bekennt sich also zu einem erleuchteten Menschen als Vorbild (Buddha ist kein Gott, jeder Mensch kann es ihm gleich tun!), dessen Lehre (Dharma) und der Gemeinschaft (Sangha).

Die folgenden Teile beschäftigen sich zuerst mit der Lehre (**Vier edle Wahrheiten** und **Vier Siegel**) und später auch mit den moralischen Grundlagen zum Zusammenleben mit anderen Menschen. In den letzten beiden Abschnitten lassen sich Bezüge zu anderen Weltreligionen und zur Goldenen Regel herstellen.

Unterrichtsgespräch

Durch welche Aspekte werden die Begriffe ‚Buddha‘, ‚Dharma‘ und ‚Sangha‘ hier näher definiert? (*Die Essenz des Bekenntnisses kann hier in einem Tafelbild festgehalten werden.*)

Tafelbild 1

BUDDHISTISCHES BEKENNTNIS

Buddha = Vorbild und Lehrer

seine Ziele: Befreiung von Leid und Erleuchtung

Dharma = Lehre des Buddha:

- Vier Edlen Wahrheiten
- Vier Siegel (=Alles Bedingte ist unbeständig usw.).
- Moralische Regeln: nicht töten etc.

Sangha = Gemeinschaft der Buddhisten

Begegnung mit Achtung und Offenheit

Mitgefühl gegenüber allen Lebewesen



Buddhistische Schrift auf Palmblättern

Erarbeitung:

Nun gehen die Schüler in vier arbeitsteilige Gruppen zusammen; je eine Gruppe erarbeitet eines der Vier Siegel. Die Arbeitsblätter werden gruppenweise ausgeteilt. Ein Berichterstatter stellt die Ergebnisse später der Klasse vor (Schülerpräsentation). Daraus wird sich das zweite Tafelbild ergeben, dessen Grundstruktur und Oberbegriffe bereits während der Gruppenarbeit von der Lehrkraft an der Tafel angelegt werden.

*Hinweis: Die Texte zum 3. und 4. Siegel sind anspruchsvoller. Bei der Zuordnung der Schüler zu den Gruppen ist also eine **Differenzierung nach Leistungsfähigkeit** der Schüler hilfreich!*

Arbeitsaufträge Gruppen 1 - 4 (LINKs zu MA 2-5)

Gruppe 1: Erstes Siegel: *Alles Bedingte ist unbeständig.*

Gruppe 2: Zweites Siegel: *Alles Bedingte ist leidvoll.*

Gruppe 3: Drittes Siegel: *Alles ist ohne eigenständiges Selbst, d.h. leer.*

Gruppe 4: Viertes Siegel: *Nirvana ist Frieden.*

Lösungsvorschläge Gruppe 1 - Gruppe 4 (entspricht Tafelbild 2)

Die Berichterstatter der Arbeitsgruppen zu den vier Themen berichten über die Essenz der verteilten Texte und über ihre Antworten, Ergebnisse und offene Fragen. Ein je anderer Schüler vervollständigt bei den Gruppenvorträgen das Tafelbild wodurch die Übersicht zu den Vier Siegeln vervollständigt wird.

Tafelbild 2

Vier Siegel - Die grundlegenden Botschaften des Buddha

1: Vergänglichkeit

Wandel ist eine Tatsache des Lebens

Buddha: Es gibt nichts, das sich nicht ändert

Grobe und subtile Ebenen von Veränderung

Vergänglichkeit als Chance / Potential für Veränderung, Fortschritt und zum Lernen

2: Leidhaftigkeit

Alles-durchdringendes oder grundlegendes Leiden

Leiden durch Veränderung

Leiden am Leiden

3: Nicht-Ich bzw. Leerheit

Leerheit: die Dinge existieren nicht so wahrhaft, wie wir fälschlich glauben

Dinge und das Ich sind leer von dieser fälschlich angenommenen Existenz

Vergleich mit Luftspiegelung

Vergänglichkeit = abhängiges Entstehen = Leerheit

4: Befreiung (Nirvana)

Frucht des spirituellen Bemühens

Befreiung von Karma durch Überwindung von Gier, Hass und Verblendung

Kenntnis und Erfahrung der Leerheit

Zusammenfassender Lehrervortrag:

Die wichtigsten Grundkategorien des Buddhismus sind in den Vier Siegeln zusammengefasst: Vergänglichkeit, Leiden und Nicht-Ich (oder Leerheit) und der Hinweis auf die Möglichkeit zur Befreiung im ‚Nirvana‘. Auch wenn sie als unterschiedliche Faktoren aufgeführt werden, sind sie untrennbar miteinander verbunden und beschreiben nur unterschiedliche Arten und Weisen, sich der Wahrheit zu nähern. Der Buddha machte zum Beispiel klar, dass durch falsches Verständnis der Vergänglichkeit Leid entsteht und erklärte auch, wie das Festhalten an der Vorstellung von einem Selbst Leid erzeugt.

Im 3. Siegel – dem Nicht-Ich oder der Leerheit – kommt eine wichtige und oft missverständene Essenz des Buddhismus zum Ausdruck:

„**Shunyata** (Skr., Pali: *Sunnata*), ‚Leere‘, ‚Leerheit‘. Zentralbegriff des Buddhismus. Der Buddhismus erkannte, dass alle zusammengesetzten Dinge leer, vergänglich, ohne Selbst-Wesen und leidbehaftet sind. Während diese Leerheit im *ursprünglichen Buddhismus* speziell auf die Person bezogen wird, gelten im *Mahayana* alle Dinge als leer. *Shunyata* bedeutet nicht, dass die Dinge nicht existieren, sondern dass sie nichts über die Erscheinung hinaus sind.“³

Eine andere Herangehensweise zum Verständnis des Buddhismus ist möglich über die Vier Edlen Wahrheiten, welche in einer anderen Stunde behandelt werden können.

Abschließendes Unterrichtsgespräch

Welchen Eindruck des Buddhismus haben euch die Texte zu den 4 Siegeln vermittelt? Was kommt euch bekannt und was besonders fremd vor?

Mögliche Schüleräußerungen

- Die Vergänglichkeit scheint den Buddhisten besonders wichtig zu sein. Positiv fällt auf, dass sie keine negative Sicht darauf haben, weil Vergänglichkeit Veränderung ermöglicht. Ohne Vergänglichkeit ist keine Entwicklung möglich.
- Die Betonung des Leidens erscheint erst mal fremd, allerdings erfahren bestimmt viele Menschen sehr viel Leid in ihrem Leben. Außerdem ist das Leiden auch bei anderen Religionen wie dem Christentum zentral (Jesus am Kreuz). Das Gute ist: Buddhisten bieten einen Weg aus dem Leiden an (3 Zeile der 4 edlen Wahrheiten: *Erlöschen die Ursachen, erlischt das Leiden* und Achtfacher Pfad).
- Die Konzepte von Leerheit und Nirvana sind eher fremd (daraus resultierende Fragen könnten Thema sein beim Besuch einer buddhistischen Gruppe).

Mögliche Hausaufgaben

(Frage 1 gilt nur, falls die Vier Wahrheiten bereits vorher behandelt wurden.)

1. Vergleiche die Vier Edlen Wahrheiten und die Vier Siegel. Wo gibt es Parallelen, welche Aspekte sind jeweils neu bzw. unterschiedlich?
2. Formuliere Fragen für die Fachleute beim Besuch eines buddhistischen Zentrums.



³Aus: Glossar des Buches *Lebendiger Buddhismus heute* (Hrsg. D. Wolter), Bern, München, Wien 2002