

Jahrgang: 10

Fach: ev. Rel. (Kurs von DomN)

Ansprechpartnerin: NoaL

Thema der Reihe: Zwischen Geburt und Wiedergeburt – Hinduismus und Buddhismus“,

Kompetenzen/Ziele der Reihe	Materialien	Arbeitsaufträge /Hinweise
<p>Sachkompetenz: Die SuS können</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundstrukturen des Buddhismus darstellen (IF 5) - Vor dem Hintergrund des evangelisch-christlichen Gottesbildes zentrale Gemeinsamkeiten und Unterschiede darstellen (IF5) - Religiöse Elemente des Buddhismus im religiös-kulturellen Zusammenhang einordnen (IF6) <p>Methodenkompetenz: Die SuS können</p> <ul style="list-style-type: none"> - zu religiös relevanten Sachverhalten selbstständig Informationen sammeln und präsentieren (MK7) <p>Urteilskompetenz: Die SuS können</p> <ul style="list-style-type: none"> - aus christlicher Perspektive zu politischen Ideologien, säkularen Weltanschauungen und den anderen Weltreligionen begründet Stellung beziehen (IF 5) - <p>Handlungskompetenz: Die SuS können</p> <ul style="list-style-type: none"> - anderen Religionen mit Respekt und Toleranz begegnen (IF 5) - die Bedeutung religiöser und nicht-religiöser Ausdrucksformen sowie Verhaltensweisen zur Wahrnehmung gesellschaftlicher und globaler Verantwortung auf der Basis christlicher Maßstäbe im Hinblick auf das eigene Verhalten prüfen (IF 6) 	<p>Das gesamte Material befindet sich im Anhang dieser Datei.</p> <p>Die SuS benötigen zum Bearbeiten dieser Aufgaben kein Schulbuch, sondern können sich an den Inhalten der Arbeitsblätter orientieren.</p>	<p>Die Arbeitsblätter sollten, wenn möglich ausgedruckt werden.</p>

Aufgaben

1. **Lies** die Abschnitte.
2. **Markiere** wichtige Inhalte.
3. **Schreibe** die Inhalte der Wahrheiten in die Tabelle.
4. Deine Schwester/dein Bruder möchte wissen, was die Vier Edlen Wahrheiten sind. **Verfasse** einen kurzen Brief, in dem du die Inhalte jeder Wahrheit **in eigenen Worten wiedergibst**.

Die Vier Edlen Wahrheiten

Sieben Wochen nach seiner Erleuchtung lehrte Buddha als Erstes die Vier Edlen Wahrheiten. Sie erklären Grundlage, Weg und Ziel zur Erleuchtung und sind in allen Ebenen der Belehrungen zu finden. Mit seiner Erleuchtung verwirklichte Buddha die Einsicht in die relative und die absolute Wahrheit aller Erscheinungen. Er sah, wie sich auf relativer Ebene Glück und Leid im Leben der Wesen abwechseln. Obwohl alle nach dauerhafter Erfüllung suchen, gelingt es doch keinem, diese zu erlangen. Gleichzeitig sah er aus absoluter Sicht,



wie allen Wesen der Zustand des Buddha als zeitloser Ausdruck des eigenen Geistes innewohnt. Dies veranlasste ihn zu der Aussage: „Sie sind alle Buddhas, doch sie wissen es nicht.“ Aus Unwissenheit erleben die Wesen Leid, obwohl die Natur ihres Geistes zeitlose höchste Freude ist. In den folgenden Erklärungen spannte er den Bogen von der Darstellung der Begrenztheit allgemeiner Erfahrung bis hin zu Befreiung und Erleuchtung. Buddhas Aussagen sind:

1. Die Erste Wahrheit (dukkha) - Alles Bedingte ist Leid

„Das Leben im Daseinskreislauf ist leidvoll: Geburt ist Leiden, Altern ist Leiden, Krankheit ist Leiden, Tod ist Leiden; Kummer, Lamentieren, Schmerz und Verzweiflung sind Leiden. Gesellschaft mit dem Ungeliebten ist Leiden, das Gewünschte nicht zu bekommen ist Leiden. Kurz, die Aneignungen sind Leiden.“ Dukkha wird meist mit „Leiden“ übersetzt. Da der Begriff „Dukkha“ jedoch nicht genau mit dem deutschen Begriff „Leiden“ gleichzusetzen ist, werden in der deutschsprachigen Literatur zusätzliche Begriffe wie „unbefriedigend“, „unvollkommen“ und „ungenügend“ verwendet.

Absolut gesehen, sind Unerschütterlichkeit, Freude und Liebe der spontane Ausdruck des Geistes, wenn er frei von Begrenzungen ist. Dies ist die Erfahrung des Buddha und die mögliche Erfahrung aller Wesen (Buddha-Natur). Verglichen damit, ist selbst das größte bedingte Glück begrenzt und von einem Keim des Leids durchdrungen, da Bedingtes sich verändert und vergänglich ist. Buddha beschreibt drei Arten von Leid, die je nach Bewusstsein mehr oder weniger stark erlebt werden.

2. Die Zweite Wahrheit (samudaya) - Leid hat eine Ursache

Als Ursache des Leids nennt Buddha Unwissenheit. Sie ist die Unfähigkeit des nicht erleuchteten Geistes, seine eigene Natur zu erkennen. Denn der Geist arbeitet wie ein Auge: Er nimmt alles „draußen“ wahr, ohne sich selbst sehen zu können. So ist jede Erfahrung von einem grundlegenden Gefühl der Trennung begleitet (Dualität). Die bekannteste und allgemeinverständlichste Definition, wie man sie in zahlreichen Sanskrittexten findet, lautet wie folgt: „Es ist dieser ‚Durst‘ (tanha), der mit leidenschaftlicher Gier verbunden ist.“ Dieser ‚Durst‘, dieses Verlangen, Sucht, diese Gier offenbart sich in verschiedener Weise und sind der vordergründige Anlass für die Entstehung von dukkha und für die Fortdauer der Wesen. Daraus entstehen Geiz, Abneigung, Eifersucht, Dummheit oder das Streben nach Macht. Dies sind die so genannten Störgefühle. Aus Dummheit nimmt man sie ernst, und schwierige Handlungen sind die Folge. So entstehen weitere Störungen und Leiden für andere und uns selbst. Kommen diese Ursachen als unangenehme Wirkungen auf einen zurück, denkt man meist, es sei die Schuld anderer, und man setzt wieder Negatives in Gang. Dies entfernt uns von der Erleuchtung und erzeugt Leid.

3. Die Dritte Wahrheit (nirodha) - Es gibt ein Ende des Leids

„Durch das Erlöschen (nirodha) der Ursachen erlischt das Leiden: Das restlose Vergehen bzw. Enden, Abkehren, Abtreten, Aufgeben und Loslassen genau dieses Verlangens (tanha). Die Dritte edle Wahrheit beschreibt die Aufhebung von Leiden, und stellt die bedingte Kette in umgekehrter Richtung, und Ausrichtung zur Befreiung und damit Nirvana dar. Als Ziel zeigt Buddha Befreiung und Erleuchtung. Bei der Befreiung (kleines Nirwana) wird die Vorstellung von einem wirklich existierenden Selbst als illusorisch durchschaut. Widerstreitende Gefühle kommen zur Ruhe, und es entstehen mehr Einsicht und Klarheit. Man erkennt, dass das Bewusstsein durch den Körper arbeitet, ohne der Körper zu sein. Gedanken und Gefühle werden als das freie Spiel des Geistes erkannt, ohne dass es ein Ich oder Selbst geben müsste, dass diese Gedanken und Gefühle hat. Es ist ein Zustand des Freiseins von allen Begrenzungen und Einengungen im eigenen Geist. Erleuchtung (großes Nirwana) ist die volle Erfahrung der Natur des Geistes. Auf Tibetisch Sangye genannt, bedeutet es: Die Schleier sind entfernt, und alle dem Geist innewohnenden Eigenschaften sind voll entfaltet. Denn seinem absoluten Wesen nach ist das Bewusstsein allwissender, furchtloser Raum, seine Erfahrung höchste

4. Die Vierte Wahrheit (magga) - Es gibt einen Weg zum Ende des Leids

„Und dieses ist die edle Wahrheit über den Pfad der Ausübung, der zur Beendigung von Leiden führt: genau dieser Edle Achtfache Pfad, rechte Ansicht, rechte Entschlossenheit, rechte Sprache, rechte Handlung, rechter Lebensunterhalt, rechte Anstrengung, rechte Achtsamkeit, rechte

Konzentration.“ Die Vierte edle Wahrheit beschreibt den Weg der Ausübung, der zu Befreiung führt. Die Glieder werden zumeist mit den Begriffen Tugend, Konzentration und Weisheit umschrieben und als Abschnitte der buddhistischen Praxis bezeichnet.

Während die ersten drei Wahrheiten stets in dieser Welt vorhandene Wahrheiten sind, ist die Vierte Edle Wahrheit (der Weg), wie das genaue Aufgliedern der anderen, von einem Buddha abhängig, einem Menschen, welcher nicht nur Befreiung für sich selbst realisiert hat, sondern auch in der Lage ist, diesen Weg darzulegen. In den 45 Jahren seines Lehrens gab Buddha 84.000 Belehrungen, die es seinen Freunden und Schülern erlaubten, jeden Augenblick des Lebens zu einem Schritt auf dem Weg zu Befreiung und Erleuchtung zu machen.

Die Erste Wahrheit - dukkha -	Die Zweite Wahrheit - samudaya-	Die Dritte Wahrheit - nirodha -	Die Vierte Wahrheit - magga -

Die Vier Edlen Wahrheiten

ev. Rel. 10

NoaL

Im Buddhismus unterscheidet man zwischen „Drei Arten Des Leidens“. Diese Arten bauen aufeinander auf.

Aufgaben

1. **Lies** dir die drei Arten des Leids durch.
2. **Markiere** die Kerninhalte der einzelnen Leidformen und schreibe diese heraus.
3. **Schreibe** drei Merksätze, in der du die jeweilige Art des Leids verständlich und in eigenen Formen **erklärst**.
4. **Benenne**, welche der vier edlen Wahrheiten den drei Arten des Leids entspricht.
5. **Beschreibe** die Handlung des Comics.
6. **Setze** das Comic in Bezug mit den drei Arten des Leids. **Begründe**, warum das Mädchen im ersten Fall leidet und im zweiten im Zweiten nicht?

Achtung: Durch den Merksatz müssen deine Eltern/dein Freunde verstehen, was diese Art des Leids beinhaltet. Gehe zu ihnen und erkläre ihnen die Inhalte. Wenn sie es verstanden haben, kannst du weiterarbeiten. Falls nicht, überarbeite deine Ergebnisse.

1. Das Leid des Leidens

Die buddhistische Lehre unterteilt die verschiedenen leidvollen Zustände, in denen man sich befinden kann, in drei Arten. Das Leid des Leidens, das Leid der Veränderung und das Leid der Bedingtheit.

Zunächst gibt es das so genannte Leid des Leidens. Dies ist die größte, offensichtlichste Form: wenn nichts mehr richtig funktioniert, wenn man krank ist, Freunde oder Familienangehörige sterben oder man aus anderen Gründen unangenehme Zustände und Schmerzen erlebt. Stets präzise in seinen Aussagen, hat Buddha dieses Leid weiter aufgeschlüsselt. So beinhaltet es das Leid der Geburt, des Alterns, der Krankheit und des Sterbens; das Leid, von Geliebten getrennt zu sein, Ungeliebtem zu begegnen, Gewünschtes nicht zu erhalten und Erlangtes beschützen zu müssen. In dieser Art leidet man an dem, was unmittelbar weh tut, z.B. Zahnschmerz oder Liebeskummer. Richtig verstanden geht es bei diesen drei Darstellungen über das Leid eigentlich um dauerhaftes Glück. Buddha macht darauf aufmerksam, dass wir sogar den angenehmsten Zuständen, die wir jetzt erleben, nicht vertrauen können. Denn da sie sich wieder auflösen werden, ist letztendlich nur auf dauerhafte Werte wirklich Verlass. Damit ist jedoch nicht gemeint, dass man bedingte Freuden vermeiden müsse; es geht vielmehr um eine Veränderung der inneren Haltung gegenüber den vergänglichen Zuständen des relativen Glücks. Statt von dem Extrem der Anhaftung in das andere Extrem der Entsagung zu wechseln, wählt man den mittleren Weg und genießt, ohne an dem bedingten Glück innerlich zu haften.

2. Das Leid der Veränderung

Die buddhistische Lehre unterteilt die verschiedenen leidvollen Zustände, in denen man sich befinden kann, in drei Arten. Das Leid des Leidens, das Leid der Veränderung und das Leid der Bedingtheit.

Darüber hinaus gibt es eine zweite Form des Leids, die häufig mit Glück verwechselt wird – das Leid der Veränderung. Manchmal empfindet man die sich ständig ändernden Lebenslagen als interessant und abwechslungsreich, oder man erfreut sich an einem bestehenden Zustand. Doch in dem Augenblick, in dem wir versuchen, an angenehmen Eindrücken festzuhalten, ist Leiden schon programmiert. So sehr wir es auch wünschen – nichts kann dauerhaft bleiben, jede Situation und jeder Zustand löst sich wieder auf, und letztendlich zerrinnt alles zwischen den Fingern. Daher machen die Erklärungen über das Leid der Veränderung darauf aufmerksam, wie leidvoll es sein kann, von veränderlichen Dingen andauerndes Glück zu erwarten. Das Leid, das wir erfahren, wenn wir angenehme Zustände nicht festhalten können: Auch die schönste Party wird einmal zu Ende gehen; auch das coolste Handy wird bald out sein. Richtig verstanden geht es bei diesen drei Darstellungen über das Leid eigentlich um dauerhaftes Glück. Buddha macht darauf aufmerksam, dass wir sogar den angenehmsten Zuständen, die wir jetzt erleben, nicht vertrauen können. Denn da sie sich wieder auflösen werden, ist letztendlich nur auf dauerhafte Werte wirklich Verlass. Damit ist jedoch nicht gemeint, dass man bedingte Freuden vermeiden müsse; es geht vielmehr um eine Veränderung der inneren Haltung gegenüber den vergänglichen Zuständen des relativen Glücks. Statt von dem Extrem der Anhaftung in das andere Extrem der Entsagung zu wechseln, wählt man den mittleren Weg und genießt, ohne an dem bedingten Glück innerlich zu haften.

3. Das Leid der Bedingtheit

Die buddhistische Lehre unterteilt die verschiedenen leidvollen Zustände, in denen man sich befinden kann, in drei Arten. Das Leid des Leidens, das Leid der Veränderung und das Leid der Bedingtheit.

Die dritte Form des Leidens wird von den meisten Menschen nie entdeckt, da man mit den beiden ersten zu beschäftigt ist. Es ist die Tatsache, dass der Geist fast immer verschleiert ist und wir daher keinerlei Kontrolle über unser Leben haben. Dieses Leid der Bedingtheit bedeutet, dass im Kreislauf der bedingten Existenz in der einen oder anderen Form immer nur Leid erfahren wird und dass im Vergleich zu unserem wahren Wesen, selbst die angenehmsten

Zustände, die wir kennen, leidvoll sind. Die Freude der Erleuchtung reicht weit über alle bedingten Glückszustände hinaus. Solange wir uns auf veränderliche Dinge verlassen, haben wir keine Kontrolle über unser Leben. Das Leid, dass wir die uns innewohnende riesige Freude nicht ständig erfahren. Richtig verstanden geht es bei diesen drei Darstellungen über das Leid eigentlich um dauerhaftes Glück. Buddha macht darauf aufmerksam, dass wir sogar den angenehmsten Zuständen, die wir jetzt erleben, nicht vertrauen können. Denn da sie sich wieder auflösen werden, ist letztendlich nur auf dauerhafte Werte wirklich Verlass. Damit ist jedoch nicht gemeint, dass man bedingte Freuden vermeiden müsse; es geht vielmehr um eine Veränderung der inneren Haltung gegenüber den vergänglichen Zuständen des relativen Glücks. Statt von dem Extrem der Anhaftung in das andere Extrem der Entsagung zu wechseln, wählt man den mittleren Weg und genießt, ohne an dem bedingten Glück innerlich zu haften.

Bedingtes Glück



Das kaputte Handy



a) Ein Mädchen steht im Laden, kauft ein teures Handy, und als sie es gerade bezahlt hat, fällt das Handy zu Boden und ist kaputt.



b) Dieselbe Situation, aber das Handy fällt einige Sekunden früher zu Boden, bevor sie es bezahlt hat.



Die Situation ist dieselbe, warum leidet das Mädchen im ersten Fall und im zweiten Fall nicht?

Aufgaben

1. Im Schulalltag rufen immer wieder SuS den Begriff „Karma“ durch das Klassenzimmer – **beschreibe**, was sie damit meinen.
2. **Beschreibe** das Wort „Karma“. Nutze dafür die Informationen aus dem Text.
3. **Stelle dar**, welche wichtige Bedeutung das Karma das Leben von Buddhisten, vor allen Dingen für den Tod? (Tipp: Samsara)
4. **Überprüfe** mithilfe deines vorherigen Wissens, wie Buddhisten aus dem Kreislauf des Samsara befreien können.

Karma und Samsara

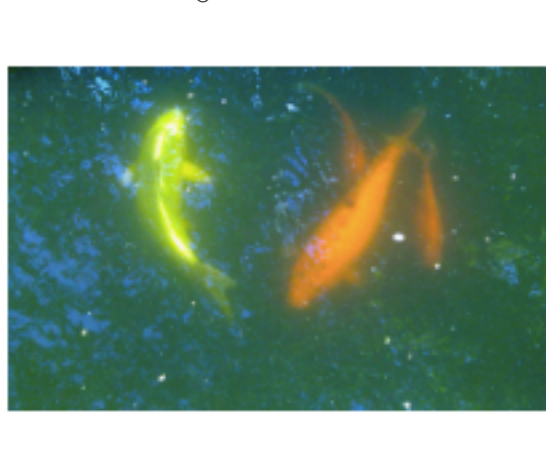
Das Wort 'Karma' bezeichnet kein sich erfüllendes Schicksal, sondern es bedeutet in wörtlicher Übersetzung: Handeln, Tun, Wirken, Tat. Karma bezeichnet aus buddhistischer Sicht das Gesetz von Ursache und Wirkung. Es bedeutet, dass auf jede Handlung eine Wirkung folgt, die der Natur der Handlung entspricht. So haben heilsame Handlungen heilsame Wirkungen und umgekehrt. Diese Kette von Ursache und Wirkung erfolgt aber in einer so komplexen Form, dass bestimmte einzelne Wirkungen nicht auf bestimmte einzelne Handlungen rückgeführt werden können.

Fest steht nur, heilsamer Samen bringt nur heilsame Früchte und umgekehrt. Karma bedeutet also nicht, einem vorbestimmten Schicksal ausgeliefert zu sein; vielmehr sind wir selbst diejenigen, die bestimmen, wie es uns um uns steht. Entscheidend für die karmische Wirkung sind unsere Haltung und unsere Einstellung, mit welcher Absicht wir an unsere Handlungen heran gehen.

Wir selbst sind es, die für unsere Handlungen verantwortlich sind und daher auch die Wirkungen erleben müssen und dürfen. Wir haben keinen 'Dritten', bei dem wir uns um Vergebung unheilsamer Handlungen bemühen können.

Unser einziges Bemühen, muss dem heilsamen Handeln im Hier und Jetzt gewidmet sein. Solange dieser Kreislauf von Ursache und Wirkung aufrecht bleibt, befindet sich unser 'Selbst' (die von uns erzeugte Existenz) im ständigen Kreislauf von Werden und Vergehen. Unser Körper findet ein natürliches Ende, und unsere karmischen Wirkungen manifestieren sich in einer folgenden Existenz. Dieser Prozess wird als bedingter Existenzkreislauf mit dem Begriff 'Samsara' (sich im Kreis bewegen) bezeichnet.

Eine Befreiung aus diesem Existenzkreislauf ist möglich. Die vollständige Befreiung wird als Erleuchtung bezeichnet. Wenn wir achtsam auf die Veränderungen und das Geschehen in unserem Leben schauen, dann erkennen wir dieses Wirkungsgesetz auch in kurzen Kreisläufen dieser Existenz und nicht nur über viele Leben hinweg.



Aufgaben

- 1) **Lies** dir das Buddhistische Bekenntnis durch.
- 2) **Markiere**, zu wie vielen Inhalten sich Buddhisten bekennen und schreibe diese heraus.
Bearbeite folgende Aufgaben schriftlich:
- 3) **Überprüfe**, welche dir bekannten Inhalte du im Bekenntnis wiederfindet. Tipp: Schau im Leporello und den anderen Arbeitsblättern. Schreibe diese heraus.
- 4) Welche Informationen siehst du im Buddhistischen Bekenntnis über das Samsara/bzw. den Ausweg daraus?
- 5) **Lies** dir das christliche Glaubensbekenntnis durch.
Welche Gemeinsamkeiten und welche Unterschiede gibt es?
- 6) **Begründe** mit deinem Vorwissen, wieso das Buddhistische Bekenntnis nicht Glaubensbekenntnis genannt wird.



BUDDHISTISCHES BEKENNTNIS

ICH BEKENNE MICH ZUM BUDDHA

als meinem unübertroffenen Lehrer. Er hat die Vollkommenheiten verwirklicht und ist aus eigener Kraft den Weg zur Befreiung und Erleuchtung gegangen. Aus dieser Erfahrung hat er die Lehre dargelegt, damit auch wir endgültig frei von Leid werden.

ICH BEKENNE MICH ZUM DHARMA,

der Lehre des Buddha. Sie ist klar, zeitlos und lädt alle ein, sie zu prüfen, sie anzuwenden und zu verwirklichen.

ICH BEKENNE MICH ZUM SANGHA,

der Gemeinschaft derer, die den Weg des Buddha gehen und die verschiedenen Stufen der inneren Erfahrung und des Erwachens verwirklichen.

ICH HABE FESTES VERTRAUEN ZU 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.*

ICH HABE FESTES VERTRAUEN IN DIE LEHRE DES BUDDHA:

*Alles Bedingte ist unbeständig.
Alles Bedingte ist leidvoll.
Alles ist ohne eigenständiges Selbst.
Nirvana ist Frieden.*

ICH BEKENNE MICH ZUR EINHEIT ALLER BUDDHISTEN

und begegne allen Mitgliedern dieser Gemeinschaft mit Achtung und Offenheit. Wir folgen dem Buddha, unserem gemeinsamen Lehrer und sind bestrebt, seine Lehre zu verwirklichen. Ethisches Verhalten, Sammlung und Weisheit führen zur Befreiung und Erleuchtung.

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.

ZU ALLEN LEBEWESEN

will ich unbegrenzte Liebe, Mitgefühl, Mitfreude und Gleichmut entfalten, im Wissen um das Streben aller Lebewesen nach Glück.

- 1 Betrachtet und beschreibt die Fotos.
- 2 Sandmandalas werden in Tibet in mühevoller Arbeit, manchmal über mehrere Wochen, angefertigt. Wenn das Mandala seinen „Zweck“ erfüllt hat, wird es wieder weggewischt oder „in alle Winde zerstreut“. Stellt Vermutungen an, welche Symbolik hinter der Zerstörung der Sandmandalas stehen könnte.
- 3 Unter einem Mandala versteht man ein gemaltes oder gelegtes Bild, das sich um einen Mittelpunkt herum von innen nach außen entwickelt. Im Buddhismus finden sich darauf häufig komplexe Darstellungen von Weltsystemen. Entwirf ein individuelles Mandala, das deine Weltvorstellung oder deine momentane Gefühlswelt zum Ausdruck bringt.
- 4 Die Herstellung von Mandalas dient im Buddhismus als Konzentrations- und Meditationsübung. Auch unterschiedliche Übungen in asiatischen Kampfkünsten sollen die Konzentrations- und Meditationsfähigkeit fördern. Welche asiatischen Kampfkünste kennt ihr? Was erinnert euch bei diesen Disziplinen an den Buddhismus?

Mandala – eine Meditationsform

M 15



Fotos: © 1: Thinkstock/Stockphotos; 2 + 3: Thinkstock/Hemera

Vom achtfachen Pfad bis zum Zen – ein Gitterrätsel zum Buddhismus

M 16

In dem nachfolgenden Buchstaben-Gitterrätsel sind elf Begriffe zum Thema „Buddhismus“ versteckt (senkrecht und waagrecht). Schreibt die gefundenen Begriffe unten in die dafür vorgesehenen Zeilen und verseht jeden Begriff mit einer kurzen, stichwortartigen Erklärung. Viel Spaß beim Knobeln!

Q	K	E	R	T	L	E	I	D	E	N	T	A	W	W
L	A	U	Z	H	P	S	F	L	A	R	F	C	D	I
I	R	W	E	U	S	T	U	P	A	E	G	H	F	E
E	M	E	N	Z	O	S	G	K	S	F	E	T	G	D
W	A	F	B	U	D	D	H	A	F	A	D	F	H	E
N	K	G	U	E	I	C	J	I	G	H	S	A	L	R
I	T	H	D	W	U	V	K	U	H	R	A	C	O	G
R	E	J	D	A	Z	E	L	H	J	Z	Q	H	I	E
W	G	K	H	S	T	S	U	T	K	E	W	E	U	B
A	F	L	I	D	T	A	H	R	O	U	E	R	Z	U
N	D	X	S	F	R	K	G	E	I	G	R	P	T	R
A	W	V	M	G	E	F	T	Q	U	E	T	F	R	T
K	S	B	U	H	W	E	R	W	Z	R	J	A	E	N
N	A	N	S	M	M	A	N	D	A	L	A	D	F	M



© Thinkstock/Stockphoto



© Petra Müller-Uebele



© Thinkstock/Hemera

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.

