

Anmerkungen für Studienleiter & Studienleiterinnen

Das Modul „Der Weg der Achtsamkeit“ ist sehr anspruchsvoll und hat als Ziel, Lehre und Praxis zusammen zu bringen. Es verlangt einen hohen, kontinuierlichen Einsatz von Mitras und Ordensmitglieder für die Dauer des Moduls. Um die Mitras angemessen und effektiv zu begleiten, müssen auch die Studienleiter sich auf die Praxisanweisungen (Meditation und Alltagspraxis) einlassen. Daraus werden zentrale Aspekte für den Austausch in der Gruppe entstehen.

*Ein besonderer Focus dieses Studienmoduls liegt im Praxis- und Erfahrungsaustausch. Hier soll das Be-
richten „aus der Erfahrung“, anstelle „über die Erfahrung“ geübt werden. Es könnte hilfreich sein, den
Austausch u.a. auch in Paaren oder Kleingruppen zu gestalten.*

Anders als bei anderen Modulen werden die Inhalte des Suttas und deren praktische Anwendung in Audio Form vermittelt. Das Blatt *Audiodateien* zeigt den zeitlichen Umfang der einzelnen Audio-Dateien. Die Anhänge enthalten Notizen zu wichtigen Aspekten aus den Vorträgen.

Vor dem ersten Treffen sollten die Mitras sich die ersten beiden Vorträge anhören. Es wäre auch hilfreich beim ersten Treffen das Format und Konzept des Moduls gemeinsam anzuschauen. Hierzu hilft *die Kursbeschreibung (S. 5)* und das Blatt *Audiodateien (S. 53)*.

Es empfiehlt sich in der Gruppe das Sutta auch laut vorlesen zu lassen.

Feedback, Evaluierung

Trotz gründlicher Erarbeitung des Moduls könnten sich Schwachstellen bei der Anwendung in den Gruppen zeigen.

Daher bitten wir nach Beenden des Moduls um Feedback und Verbesserungsvorschläge.

*„Vayadhamma sankhara. Appamadena sampadetha“
Alle bedingten Dinge sind unbeständig. Mit Achtsamkeit strebt weiter.*
