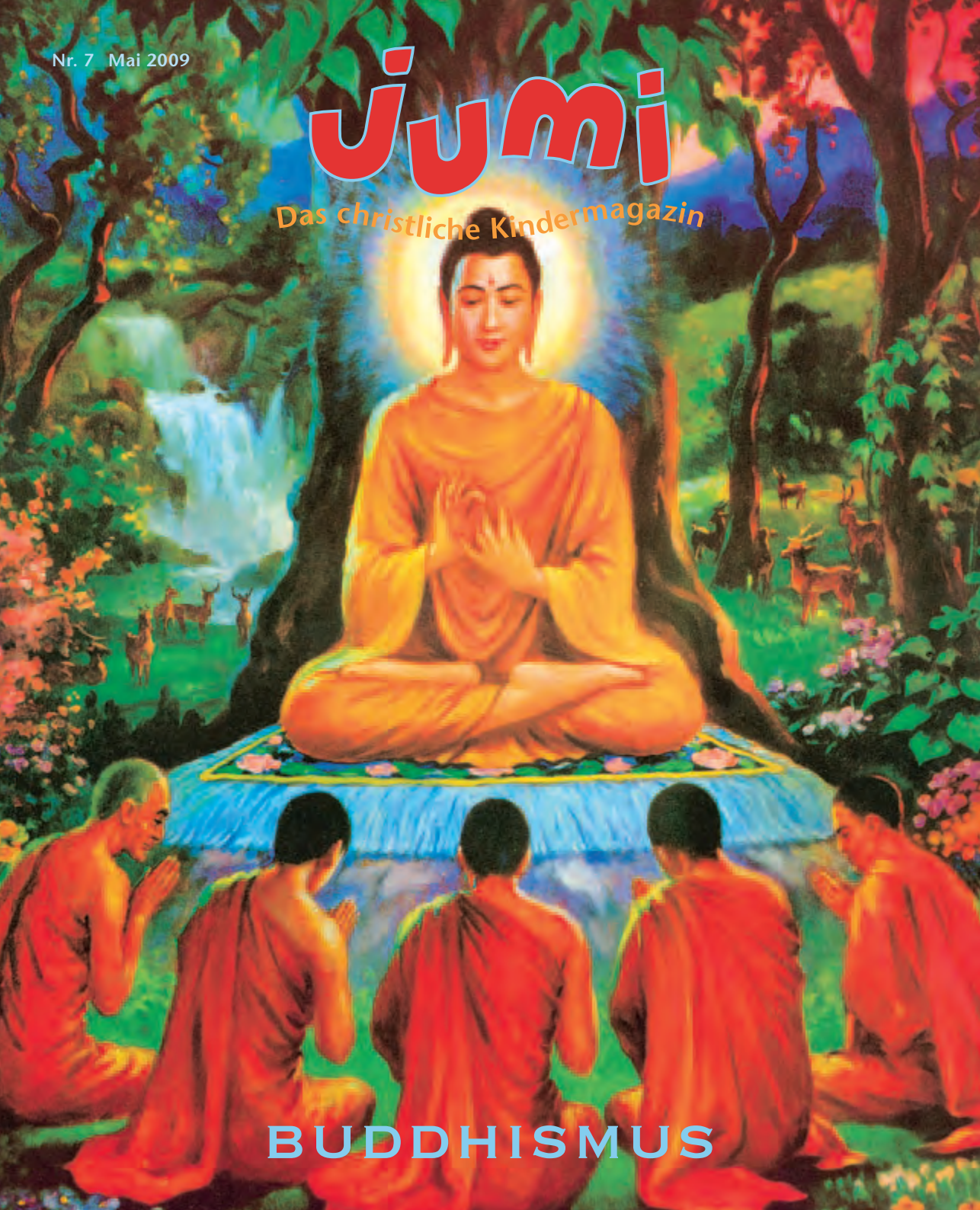


Nr. 7 Mai 2009

# jumi

Das christliche Kindermagazin



**BUDDHISMUS**



Wie viele Fische findest du im Mandala? Lösung Seite 23

Daniela Rütimann





# Lebendiger Buddhismus

Auch in der Schweiz leben Menschen mit buddhistischem Glauben. Trotzdem kennen nur wenige von uns diese Religion. In asiatischen Ländern ist der Buddhismus weit verbreitet und prägt das Leben der Menschen. In Thailand oder Myanmar etwa sind die Tempel, Pagoden und Altäre für Buddha allgegenwärtig. Wer sich an einer solchen Stätte aufhält, taucht in eine geheimnisvolle und farbige Welt ein: Der Geruch von Räucherstäbchen liegt in der Luft, Blumenkränze und Blüten dekorieren Statuen. Kerzen flackern und Menschen murmeln, Mönche schreiten in wallenden Gewändern umher oder sitzen still meditierend da. Buddhismus ist eine lebendige Religion. Viele Geschichten erzählen davon, wie Buddha gelebt und gehandelt hat. Das Jumi hat ein paar davon ausgesucht.

Eine friedliche Zeit wünscht dir

**Christine Weber**

vom Jumi-Team



Im ganzen Heft findest du kleine Weisheiten aus dem Buddhismus. Du kannst sie lesen und in aller Ruhe darüber nachdenken.



Wir sind, was wir denken. Alles was wir sind,  
entsteht mit unseren Gedanken.  
Mit unseren Gedanken machen wir die Welt.

# Der Mönch und der Skorpion

Text: Beat Rööfli, Bild: margouillat photo/Fotolia.com

**Weltweit bekennen sich über 350 Millionen Menschen zum Buddhismus. Viele Länder in Asien sind buddhistisch geprägt. Im Buddhismus gibt es viele Geschichten. Wer sie genau liest, erfährt dabei viel über diese Religion.**

Ein Mönch sass am Ufer und meditierte. Still und ganz in sich versunken. Als er die Augen öffnete, sah er einen Skorpion, der ins Wasser gefallen war und verzweifelt um sein Leben kämpfte. Der Mönch hatte Mitgefühl, streckte seine Hand aus und legte den Skorpion ans Ufer. Der Skorpion aber stach seinen Retter und es schmerzte sehr. Der Mönch meditierte weiter. Nach einer Weile, als er seine Augen wieder öffnete, sah er, dass der Skorpion wieder ins Wasser gefallen war und am Ertrinken war. Wieder streckte er die Hand aus und rettete das Tier. Und der Skorpion? Er stach den Mönch ein zweites Mal und zwar so heftig, dass der Mönch aufschrie. Ein Schüler des Mönchs hatte alles beobachtet und fragte: «Meister, weshalb rettest du den Skorpion, wenn du anstatt Dank nur Schmerzen erntest?» Der Mönch antwortete: «Wir beide folgen doch nur unserer Natur. Es liegt in der Natur des Skorpions zu stechen. Und meine Natur ist es, Mitgefühl zu haben.»

Diese kleine Geschichte erklärt, was wichtig ist, wenn man dem Buddha nachfolgen will. Das Ziel ist, dass man selber so wie Buddha wird, ein «Erleuchteter». Normalerweise denkt ja jeder Mensch zuerst nur an sich. Wir handeln egoistisch. Wenn der Mönch egoistisch wäre, würde er dem Skorpion bestimmt nicht helfen. Er würde nur an sich denken und sagen: «Am wichtigsten ist, dass ich nicht gestochen werde. Also helfe ich dem Skorpion nicht. Und es ist ja sowieso nur ein Tier.» Der Mönch aber handelt, wie er es von Buddha gelernt hat: Er überwindet seinen Egoismus. Er denkt nicht an sich, sondern hat Mitgefühl mit allen Lebewesen. Er rettet das Tier; sogar wenn er dabei gestochen wird. Er ist dem Tier auch nicht böse. Er weiss, dass es die Natur des Skorpions ist, zu stechen. Der kann ja gar nicht anders.

Im Buddhismus glaubt man an das «Rad der Wiedergeburt». Sie nennen es «Samsara»: Jedes Lebewesen wird nach dem Tod wiedergeboren. Menschen können auch als Tiere wiedergeboren werden. Und Tiere als Menschen. Deshalb achtet der Mönch das Leben von jedem Lebewesen. Er tötet kein Tier und hilft allen. Er behandelt sogar den Skorpion wie einen Freund.







# Wer ist Buddha?

Text: Pirmin Bossart, Bild: Fotolia.com

Vor über 2000 Jahren kam im heutigen Nepal ein kleiner Junge zur Welt. Er war der Sohn des Landadeligen Suddhodana und der Prinzessin Maya. Die Eltern nannten ihn Siddharta. Er wurde verwöhnt, bekam das beste Essen und die schönsten Kleider. Nur den Palast durfte er nicht verlassen. Denn dem Vater war prophezeit worden, dass Siddharta das Leid der Welt nicht sehen dürfe. Sonst würde er sein gewohntes Leben verlassen.

Der junge Prinz genoss das Leben in vollen Zügen. Als Siddharta 29 Jahre alt war, entdeckte er bei ein paar heimlichen Ausflügen aus dem Palast ein anderes Leben, als er es in seinem Luxus gewohnt war. Er sah einen schwer kranken Menschen, einen Alten, einen Toten und einen Asketen. Er merkte, dass das Leben vergänglich und von Alter, Tod, Krankheit und Schmerz geprägt ist. Das erschütterte ihn. Er schnitt sich die Haare ab, verließ den Palast und zog hinaus in die Wälder, um einen Weg aus

dem Leid zu finden. Viele Jahre lebte er ganz zurückgezogen und ass fast nichts. Doch er realisierte, dass dieses Extrem auch kein guter Weg war. So setzte er sich eines Tages unter einen Feigenbaum und beschloss, solange sitzen zu bleiben, bis er die Ursachen des Leids erkannt hatte. Nach sieben Tagen erlangte er die Erleuchtung. So wurde er zum Buddha, zum Erleuchteten. Er war 35 Jahre alt.

Die Leute wollten wissen, was er erlebt hatte und wie man selber ein Buddha werden konnte. So lehrte Buddha, wie man das Leiden überwinden und sich selbst aus dem Samsara befreien konnte. 45 Jahre lang zog er mit seinen Schülern durch ganz Nordindien. Er achtete nicht darauf, ob eine Person ein Adliger oder ein Bettler war. Alle waren bei ihm willkommen.

Im Alter von 80 Jahren starb Buddha an einer Lebensmittelvergiftung. Nach seinem Tod wurden seine 84 000 Belehrungen aufgeschrieben und so für die Zukunft bewahrt.



# Gutes Tun als Lebensaufgabe

Text: Jay Altenbach-Hoffmann

**Pad Saovanee Jenzer ist Thailänderin. Sie lebt seit 25 Jahren in der Schweiz und praktiziert den Buddhismus. Sie lebte auch schon ein paar Tage in einem buddhistischen Tempel.**

«Im Tempel habe ich viel an Buddha und seine Lehre gedacht und mit den Mönchen geredet. Ich habe ihnen meine Lebensgeschichte erzählt und viele Fragen gestellt. Das hat mir gut getan. Hier in der Schweiz habe ich in einem Zimmer einen Platz eingerichtet, wo ich jeden Tag mit meinen Kindern den Lehren Buddhas folgen und an ihn denken kann. Der Buddhismus beschränkt sich nicht nur auf das Befolgen der Lehren Buddhas, sondern auf das ganze Leben. Wenn wir zum

Beispiel einen leidenden Menschen sehen, versuchen wir ihm Glück, Hoffnung und Zufriedenheit zu wünschen. Ich hole dann tief Luft und atme aus. Mit meinem Atem versuche ich, seine Selbstheilungskräfte zu mobilisieren, weil ich glaube, dass das hilft.

Sehr oft fahren wir auch nach Gretzenbach in unseren thailändisch-buddhistischen Tempel.

Dort feiern wir Feste. Wir bringen Opfergaben mit. Zuerst dürfen die Mönche davon essen. Was übrig bleibt, essen wir anschließend gemeinsam. Am Nachmittag gibt es verschiedene Angebote, wo Kinder Tempeltänze erlernen und vorführen. Es sind immer sehr schöne Tage, die uns in unserem Glauben stärken.»

Das, was du heute denkst,  
wirst du morgen sein.





## KLEINES LEXIKON ZUM BUDDHISMUS

Zusammenstellung: Christine Weber,

Illustration: Daniela Rütimann

### **Buddha**

Der Fürstensohn Siddhartha Gautama begründete ca. im 6–4 Jh. v. Chr. den Buddhismus und wird mit dem Ehrentitel «Buddha» (der Erleuchtete) benannt.

### **Die Lehre Buddhas**

Der Buddhismus kennt keinen Gott und keine Götter. Im Mittelpunkt von Buddhas Lehren stehen die vier edlen Wahrheiten.

### **Die vier edlen Wahrheiten sind:**

Das Leben im Kreislauf der Wiedergeburten ist «Leiden» (1). «Leiden» entsteht durch unerfüllte Wünsche, Abneigung und Unwissenheit (Ursachen des Leidens, 2). «Leiden» hört auf, wenn die Ursachen weg sind (3) und die Ursachen gehen weg, wenn man den Lehren Buddhas folgt (4).

### **Rad der Wiedergeburt («Samsara»)**

Buddhisten glauben an die Wiedergeburt aller Lebewesen, solange diese unerfüllte Wünsche und Unwissenheit haben. Wer den Lehren Buddhas folgt und sich auf den Pfad der Erleuchtung begibt, kann das Nirvana erreichen. Das ist der Punkt der Erleuchtung, die Wiedergeburten hören auf.





Tu was du willst –  
aber nicht, weil du musst.



### **Meditation**

Bei der Meditation konzentriert man sich ganz auf eine Sache und sein Bewusstsein.

### **Karma**

Für gute Taten bekommt der Mensch gutes Karma, für böse Taten schlechtes. Hat ein Mensch viel gutes Karma gesammelt, bekommt er eine bessere Wiedergeburt.

### **Tripitaka**

Die älteste Schriftensammlung heisst Tripitaka («Dreikorb»). Die Schriften erzählen vom Leben Buddhas und seinen Lehren.

### **Mönche und Nonnen ...**

... sind hoch angesehen. Auch Jungen und Mädchen verbringen oft eine Zeit im Kloster.

### **Wichtige Feste und Feiertage:**

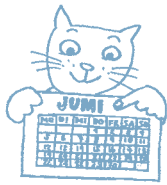
Je nach Region und Art der buddhistischen Lehre werde die Feste sehr unterschiedlich gefeiert.

### **Vesakh-Fest**

Wichtigstes Fest im Buddhismus (s. Seite 10).

### **Songkran, das Blumenfest**

Im April feiern manche Buddhisten mit einem fröhlichen Fest den Geburtstag Buddhas. Da dieser einer Legende nach in einem Garten voller Blüten geboren wurde, spricht man auch vom «Blumenfest». Zudem gilt es auch als Frühlings- und Neujahrsfest.



## Vesakh-Fest

Text: Lucia Hager,

Foto: LenseGoneBad, Fotolia.com

Die Feierlichkeiten zu Vesakh gehören zu den wichtigsten Tagen im buddhistischen Kalender. Sie finden jeweils um Vollmond im Mai statt, dieses Jahr am 9. Mai. Das Fest erinnert an die Geburt Buddhas, an seine Erleuchtung und an seinen Tod. Tagsüber versammeln sich die Gläubigen in den Tempeln. Dort lesen sie religiöse Schriften, hören die Lehren des Buddha, die ihnen von Mönchen vorgelesen werden oder sie meditieren. Sie denken daran, dass auch sie wie Buddha nach Erleuchtung streben und ein friedvolles Leben führen wollen. In der Dämmerung ist das Fest oft geprägt von Lichterprozessionen um die Tempel, Blumenopfern und dem Duft von Räucherstäbchen. Die vielen Lichter weisen auf die grosse Freude hin, die Buddha mit seinem Leben in die Welt gebracht hat.



# GULK

löst knifflige Fragen



### Was ist Meditation?

Psssssst...ich bin am Meditieren. Ich konzentriere mich auf mein Bewusstsein. In mir ist es ganz still und friedlich, wie im Auge eines Wirbelsturms. Ich höre, wie du leise vor meine Tür trittst und sie sachte öffnest. Ich bemerke, wie du leise atmest. Ich denke an nichts, sondern verweile einfach im Augenblick. Dann höre ich, wie du langsam den Mund öffnest und fragst: «Was machst du da?» – «Ich meditiere!», sage ich. Das ist Meditation. Ich trainiere mein Bewusstsein.

### Das kannst du ausprobieren:

Such dir einen ruhigen Platz. Setz dich bequem hin. Schliesse die Augen und atme tief und regelmässig. Konzentriere dich auf deine Atmung. So kann es dir gelingen, ganz ruhig zu werden.







Siesta

«Hallo, ich bin Sofie.  
Ich schreibe dir.  
Schreibst du mir auch?»  
E-Mail: sofie@jumi.ch



# Die goldene Regel

Gestern flog wieder dieser fremde, alte Kauz in unserem Revier herum. Er macht immer einen Lärm, schimpft und stört uns alle. Den jungen Eulen jagt er Angst ein und verbietet ihnen zu spielen. «Habt ihr nichts Besseres zu tun?», krächzt er laut. Nina wollte schon loslegen und hätte ihn wohl prompt angegriffen. Doch da flog ich dazwischen, liess den Kauz schimpfen und rief alle andern in die Eulenschule.

«Jetzt stellt euch mal vor, ihr wäret wie dieser alte, verbitterte Kauz», begann ich. Nina wollte schon rufen: «So blöd wie der.» Jetzt wurde ich

aber ernst: «Schau Nina, du weisst nicht, weshalb der alte Kauz so wurde, wie er jetzt ist. Stell dir einfach mal vor, du wärest an seiner Stelle. Wie möchtest du dann, dass wir dich behandeln? Möchtest du, dass wir dich beschimpfen? Oder sogar verjagen? Merkt euch gut, was ich euch jetzt sage: Was du nicht willst, das man dir tu', das füg auch keinem andern zu. Oder umgekehrt: Be-

handle die anderen so, wie du von ihnen behandelt werden möchtest.» – «Ist das von dir?», fragt Theo. «Das nennt man die goldene Regel. Die gilt in allen Religionen: im Judentum, im Christentum, im Islam, im Hinduismus, im Buddhismus. Das sagte Buddha, das sagte Jesus, und ja: Sofie sagt es auch.»

«Haha», lacht Nina, «stellt euch vor, die Sofie sähe wie der Buddha aus!» Alle lachen. Ich schmunzle auch und sage: «So, ich warte auf Vorschläge: Wie möchtet ihr als der fremde Kauz behandelt werden?»

*Deine Sofie*



Hanna Girard (11) aus Basel hat der Zeichnung für das Jumi den Titel «Eulenschule, Religionsunterricht» gegeben.



Werk-Atelier

# origami

## Die japanische Kunst des Papierfaltens

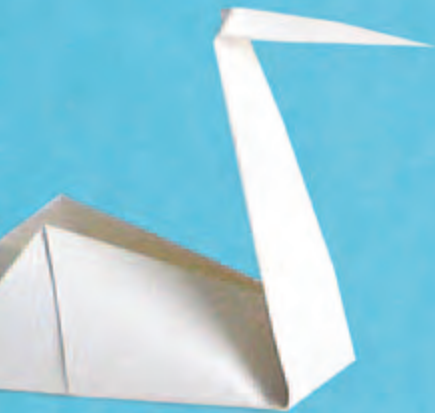
Text und Bild: Daniela Rütimann



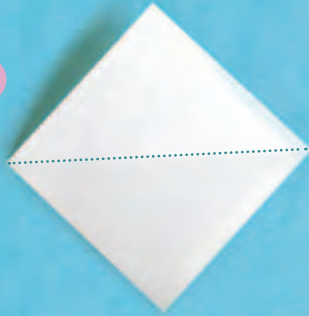
12 So wird aus einem quadratischen Papier ein Schwan:

1. Die untere Ecke auf die obere Ecke falten und wieder entfalten.
2. Die obere und die untere Ecke auf den Mittelbruch falten.
3. Das Modell wenden, die obere und die untere Ecke auf den Mittelbruch falten.
4. Den linken Spitz zum rechten Spitz falten.
5. Die kleine Spitze nach links falten.
6. Modell wenden und in der Mitte falten.
7. Hals und Kopf aufrichten und am Körperansatz zusammendrücken.
8. Fertiger Schwan.

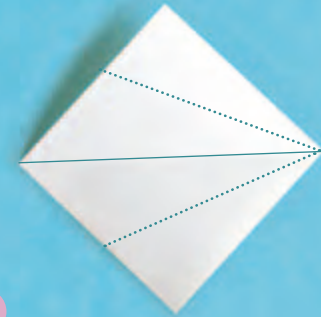




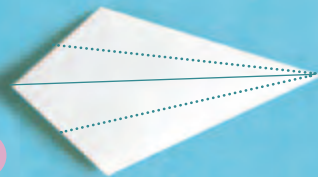
1



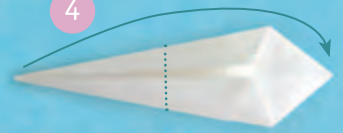
2



3



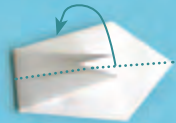
4



5



6



7



8





# junge Mönche im buddhistischen

Text: Christine Weber, Bild: J-F Perigois/Fotolia.com

**In Myanmar, auch Burma genannt, ist der Buddhismus Staatsreligion: 90% der Bevölkerung des ostasiatischen Lands befolgen die Lehren Buddhas. Im ganzen Land gibt es zahlreiche Klöster mit über 170000 Mönchen und Nonnen. In den Klöstern finden auch viele Kinder aus armen Familien ein Dach über dem Kopf.**

Die Mönche sind in Myanmar hoch angesehen. Damit sie Zeit für das Studium der Lehren Buddhas und zur Meditation haben, müssen sie nicht arbeiten, sondern werden von der Bevölkerung beschenkt. Jeden Tag ziehen sie frühmorgens mit Bettelschalen durch die nächste Ortschaft und erhalten von den Bewohnern Nahrung. Das Leben im Kloster ist streng, es gibt viele Regeln, die befolgt werden müssen: Essen nach 12 Uhr ist verboten, von Vergnügungen müssen sich Mönche fernhalten und jegliche Art von Luxus ist untersagt. Mönche tragen wallende, rote und orangefarbene Gewänder und haben keine Haare auf dem Kopf, weil sie sich diesen scheeren müssen. Nonnen sind rosarot gekleidet, ebenfalls geschoren und leben in eigenen Klöstern. Die Tradition in Myanmar sieht vor, dass alle Jungen eine Zeit ihres Lebens im

Kloster verbringen und so Buddha und seinen Lehren näher kommen. Der Eintritt in diesen Lebensabschnitt wird mit der «Shin Pyu-Zeremonie» gefeiert: Der Junge ist prächtig gekleidet und wird von der Familie und Freunden ins Kloster begleitet. Manchmal sitzt er auf einem geschmückten Pferd, manchmal wird er auf den Schultern getragen. Im Kloster angekommen, werden ihm die Haare geschoren und das Mönchsgewand angezogen. Während der nächsten Wochen lebt er als Novize und hält sich an die Regeln im Kloster, bis er wieder in sein normales Leben zurückkehrt.

Myanmar ist ein bitterarmes Land, das seit Jahrzehnten von einer Militärregierung geführt wird, die viele Teile der Bevölkerung unterdrückt. In ländlichen Gebieten gibt es oft keine Schulen. So schicken viele arme und kinderreiche Familien ihre Kinder ins Kloster. Hier lernen die Jungen und Mädchen von den Mönchen lesen und schreiben und sie bekommen zu essen. Das Kloster bietet den Menschen auch bei anderen Gefahren Unterschlupf. So flüchteten Tausende von Obdachlosen in die Klöster, als 2008 der Wirbelsturm Nagris verheerende Schäden anrichtete.

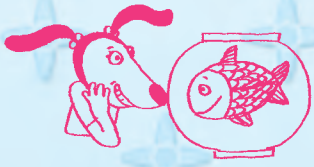


# रोडइए



Es gibt nur eine Zeit,  
in der es wesentlich ist  
aufzuwachen.  
Diese Zeit ist jetzt.





Nicht ausserhalb,  
nur in sich selbst  
soll man den Frieden  
suchen.

# Geheimnisvolles Mischwesen: Naga

Text: Christine Weber, Bild: J-F Perigois/Fotolia.com



Schlangen sind Reptilien, ihre Vorfahren stammen von den Echsen ab. Mit ganz wenigen Ausnahmen leben Schlangen in allen Ländern und Gebieten der Welt. Es gibt über 3000 Arten davon: kleine, grosse, giftige, harmlose, schwarze, bunte oder gescheckte. Die Schlange hat in fast allen Religionen eine wichtige Bedeutung. So erzählt die Schöpfungsgeschichte von der Schlange, die im Paradies Adam und Eva dazu verführt, den Apfel zu essen. Nicht überall wird die Schlange als Symbol für Hinterlistigkeit und Bosheit gebraucht, im Gegenteil: In vielen Ländern gilt die Schlange als Sinnbild für Weisheit. Besonders im Hinduismus und im Buddhismus spielt die Schlange eine wichtige Rolle und wird von den Menschen verehrt – so gilt die Naga (das heisst «Schlange») als Wächterin und Beschützerin der Weisheit. Davon erzählt eine Legende:

Einst sass Buddha in tiefer Meditation unter dem Bodhi-Baum (das ist eine Pappel-Feige, unter der Buddha seine Erleuchtung erlangte). Nach

vier Wochen kam ein schweres Gewitter und es stürmte und regnete. Ganz in der Nähe hielt sich der siebenköpfige Schlangenkönig Mucalinda auf, der «König der Nagas». Er umrundete Buddha, hob ihn vom durchnässten Boden auf und beschützte ihn mit seinen sieben Köpfen vor den Regentropfen und dem Sturm. Der Legende nach soll es sieben Tage lang geregnet haben. So lange beschützte der Schlangenkönig Buddha vor dem Unwetter – aus Anerkennung der Grösse und Weisheit Buddhas.

Nagas werden unterschiedlich dargestellt: Manchmal als normale Schlangen, häufig als Schlangen mit mehreren Köpfen oder als Mischwesen mit einem Schlangenkörper und einem Menschenkopf. Manche Buddhisten glauben auch, dass Nagas menschliche Gestalt annehmen können, ihr Reich manchmal verlassen und sich unter die Menschen mischen. Ausserdem gelten die Nagas als Wächter von Übergängen und Türschwellen.



## Steckbrief

**Name:** Naga (= Schlange); männliche Tiere werden als Naga und weibliche als Nagi bezeichnet.

**Vorkommen:** In hinduistischen und buddhistischen Legenden, insbesondere in Südostasien, wo Hinduismus und Buddhismus besonders verbreitet sind. Darstellungen der Naga finden sich in vielen Tempeln.

**Aussehen:** Wird als gewöhnliche Schlange, als Schlange mit mehreren Köpfen oder als Mischwesen zwischen Schlange und Mensch dargestellt.

**Besonderheit:** Nagas können menschliche Gestalt annehmen. Sie gelten als Wächter und Beschützer der Weisheit.





## «... der werfe den ersten Stein»

Text: Beat Rösli, Illustration: Daniela Rütimann

Und frühmorgens kam Jesus wieder in den Tempel. Das Volk kam zu ihm; und er setzte sich und lehrte sie. Aber die Schriftgelehrten und Pharisäer brachten eine Frau zu ihm, stellten sie in die Mitte und sprachen zu ihm: Meister, diese Frau wurde auf frischer Tat beim Ehebruch erwischt. Unser Gesetz sagt, dass wir sie steinigen müssen; was sagst du?

*Bevor wir weiterlesen, was Jesus sagen wird, müsst ihr Folgendes wissen: Zur Zeit von Jesus galt in Israel die Todesstrafe. Schwere Verbrecher wurden vor Gericht angeklagt und, falls sie schuldig waren, zum Tode verurteilt. Ehebruch galt damals als schweres Verbrechen.*

Jesus bückte sich nieder und schrieb mit dem Finger auf die Erde. Dann stand er auf und sprach zu ihnen: «Wer unter euch ohne Sünde ist, der werfe den ersten Stein auf sie.»

18

Er bückte sich wieder nieder und schrieb auf die Erde. Als sie das hörten, gingen sie hinaus, einer nach dem andern. Am Schluss war Jesus allein und nur die Frau stand in der Mitte. Jesus richtete sich auf; und da er niemand sah, sprach er zu ihr: «Wo sind alle anderen, die dich angeklagt haben? Hat dich niemand verurteilt? Sie sprach: «HERR, niemand.» Jesus aber sprach: «So verurteile ich dich auch nicht; gehe hin und sündige hinfort nicht mehr!»

*In dieser Geschichte geht es um Leben und Tod. Aber es beginnt schon im Kleinen: Wir sollen niemand verurteilen; niemand bestrafen. Auch nicht, wenn wir es gerecht finden. Weil keiner von uns ohne Fehler ist.*

Die Geschichte von der Sünderin findest du im Johannes-Evangelium, Kapitel 8,1–11.



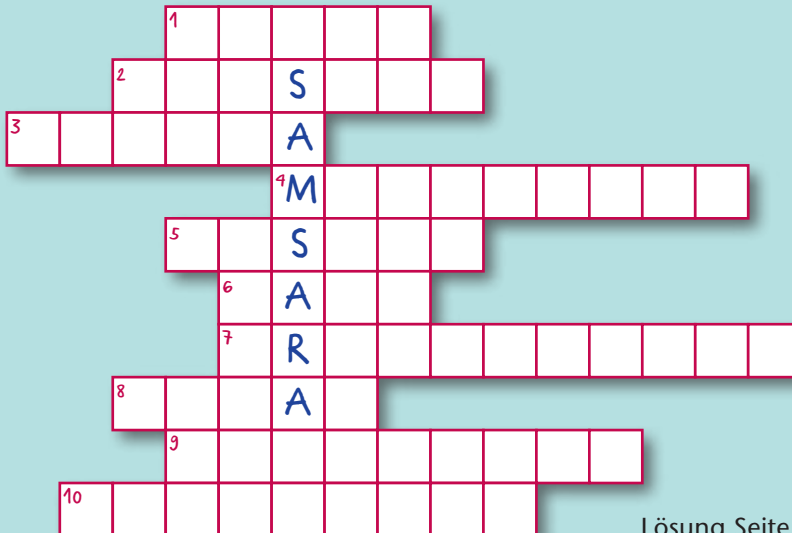




## Samśāra das Rad der Wiedergeburt

Teste dein Wissen zum Buddhismus! Schaffst du es, das Rätsel zu lösen? Wenn du Mühe hast, alle Fragen zu beantworten, findest du Hilfe auf den Seiten 4, 6, 7 und 16.

1. Was bekommt man für gute und für schlechte Taten?
2. Wo leben Mönche und Nonnen?
3. Wer hat den Buddhismus begründet?
4. Was für ein Gefühl bringt ein Buddhist allen Lebewesen entgegen?
5. Wie heisst das wichtigste Fest im Buddhismus?
6. Wie hiesst die Schlange, die Buddha beschützte?
7. Wie wird Buddha auch noch genannt? Der ...
8. In welchem Land wurde Buddha geboren?
9. Wie wurde Buddha von seinen Eltern genannt?
10. Wie heisst die älteste Schriftensammlung im Buddhismus?





### Das braucht es zum Bogenschiessen

Pfeil, Bogen und Köcher

Finger-, Arm- und Brustschutz

Gute Augen und eine ruhige Hand

# Mit Pfeil und Bogen

Text: Jay Altenbach-Hoffmann, Bild: Beat Vollenweider

«In der Schule wurde im Turnen Bogenschiessen angeboten. Da ich gerne mal etwas Neues mache, habe ich Bogenschiessen ausprobiert und auf Anhieb viele Treffer gemacht. Nach dem Schnuppertraining gab es sogar eine Auszeichnung für mich», erzählt Géraldine Murer aus Büren (SO). Seither ist sie eine begeisterte Schützin.

Géraldine besucht jeden Mittwoch das Training. Der Club stellt für die Anfänger das Material zur Verfügung. Géraldine hat einen Recurcebogen aus Holz bekommen. Dieser Bogen ist extra für AnfängerInnen und die Pfeile haben eine Metallspitze. Einen Köcher braucht es auch, um die Pfeile darin aufzubewahren.

Der Trainer lehrt die Neulinge, wie der Bogen gespannt und der Pfeil aufgezogen wird. Auch die Haltung beim Abschuss ist wichtig. «Wenn man sich konzentriert, wird man automatisch ruhig», erzählt Géraldine. Im Sommer, wenn die Bogenschützen draussen üben, muss der Pfeil 40 Meter weit durch die Luft fliegen. Dazu braucht es viel Muskelkraft. Daran muss Géraldine noch arbeiten – aber mit viel Übung wird sie es bis zum Sommer schaffen.





Du lächelst – und die Welt  
verändert sich.

## ich will Buddhistin werden

Text: Jay Altenbach-Hoffmann

«Mir gefällt der Buddhismus. Ich habe in der Schule immer den christlichen Religionsunterricht besucht, aber ich will Buddhistin sein. Seit einem Jahr nehme ich Unterricht in Thailändisch. Meine Mutter hat immer mit uns Thailändisch gesprochen, aber Schreiben und Lesen konnte ich bis jetzt noch nicht. Jetzt kann ich meinen thailändischen Namen selbst schreiben. Thailändisch ist schwierig, weil es viel mehr Buchstaben gibt als bei unserem Alphabet. Letztes Jahr waren wir in den Sommerferien sechs Wochen in Thailand. Das war so schön. Da wir Thailändisch sprechen, konnten wir mit den anderen Kindern spielen. Einer hatte einen Scooter und so sind wir dort die Strassen rauf und runter gefahren. Hier in der Schweiz wäre so was nie im Leben möglich.

22

In meiner Freizeit reite ich. Immer am Mittwochnachmittag habe ich Reitstunden. Danach kommt mein Opa und wir zwei reiten noch ein bisschen aus. Das macht mir grossen Spass. Ich habe coole Grosseltern. Seit ich ein Baby bin, haben wir immer einen Tag und eine Nacht bei den Grosseltern verbracht. Das ist schön.»



**Kathrin (Pupkui) Jenzer ist 13 Jahre alt, wohnt in Arlesheim und besucht die 7. Klasse.**



# Pixelpost

Die Samen der Vergangenheit  
sind die Früchte der Zukunft.

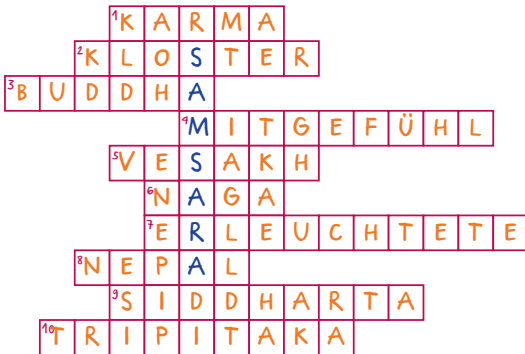
## Kleines buddhistisches Gedicht:

Nicht soll mein Gemüt verstört werden.  
Kein böser Laut meinem Munde entfahren.  
Freundlich und mitfühlend will ich bleiben.  
Liebevollen Gemütes, ohne heimlichen Gröhl.

## Lösung Bilderrätsel, Seite 2

Im Mandala sind 72 Fische.

## Lösung Buchstabensalat, Seite 20



## Kleine

## buddhistische Geschichte:

### Die Schlange, die ein Seil ist

Ein Mann geht in die Höhle und fürchtet sich sehr, denn er sieht eine Schlange. Erst als Licht den Raum erhellt, sieht er, dass es sich um ein Seil handelt und seine Angst der Unwissenheit entsprang. Mit dieser Geschichte will Buddha sagen, dass es wichtig ist, genau hinzusehen – dann zeigt sich manchmal eine ganz andere Wahrheit.

## Impressum

Jumi Nr. 7, Mai 2009; 41. Jahrgang;  
ISSN: 1420-1690  
erscheint 8-mal jährlich  
www.jumi.ch

### Herausgeberverein Jumi, 14 Missionsinstitutionen:

Baldegger Schwestern, Baldegg; Benediktiner Missionare, Uznach; Bethlehem Mission, Immensee; Dominikanerinnen, Ilanz; Fastenopfer, Luzern; Gemeinschaft der Laien-Missionarinnen, Villars-sur-Glâne; Barmherzige Schwestern vom Hl. Kreuz, Ingenbohl; Jesuitenmission, Zürich; Marianhiller Missionare, Altdorf; Schwestern vom Hl. Kreuz, Menzingen; Missio, Fribourg; Schweizer Kapuziner, Olten; Schwestern von St. Ursula, Brig; Weisse Väter, Fribourg.

**Verlagsleitung:** Stefan Rüde, Olten

**Redaktionsleitung:** Christine Weber, Jay Altenbach-Hoffmann  
redaktion@jumi.ch

**Redaktion:** Lucia Hager, Beat Rösli, Daniela Rütimann  
**Mitarbeit:** Frank André Weigelt, Religionswissenschaftliches Seminar, Universität Luzern

**Layout:** Jürg Meyer, Luzern

**Illustration:** Daniela Rütimann, Luzern

**Titelbild:** unbekannter Maler aus Myanmar

**Korrektorat:** Lisbeth Schmid-Keiser

**Druck:** Ziegler Druck- und Verlags AG, Winterthur

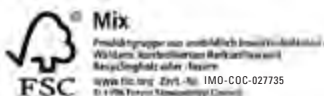
**Administration:** Juerg Lustenberger, Wolfwil  
Abos und Probenummern können unter 062 926 45 22 oder per E-Mail: info@jumi.ch bestellt werden.

Sammelabonnements: je Kind und Schuljahr CHF 6.–  
Vertrieb durch Pfarreien und Schulen  
Einzelabonnement: CHF 20.–, Einzelnummer: CHF 1.–

**Adresse:** Jumi, Postfach 25, 4628 Wolfwil;

Tel.: 062 926 45 22, Fax: 062 926 45 21

E-Mail: info@jumi.ch; Internet: www.jumi.ch





# Lilo und Balz

