

Ein Hilfsprojekt für Kinder in Myanmar





MUDITA FOUNDATION

Über Mudita Foundation

Mudita Foundation ist ein Verein in Hamburg, der Hilfsprojekte in Myanmar unterstützt und selber aufbaut. Wir haben im letzten Jahr mehrere Hilfsaktionen in der Klosterschule Aung Myae Oo in Sagain durchgeführt.



Jetzt geht Mudita Foundation in die nächste Runde.

Anfang 2017 wird Das Projekt Mudita am Inle-See in Myanmar umgesetzt. Das geplante Projekt wird aus einer Schule, einem Trainings-Center und einem Heil- und Meditations-Zentrum bestehen.

Bhante Mokkhita

Bhante Mokkhita ist 1982 in Hamburg geboren.

Bevor er als buddhistischer Mönch ordinierte, lebte er in Heidelberg, wo er 2005 mit der Vipassana Meditation begann. Dort baute er ein kleines Meditationszentrum auf, in dem er 5 Jahre lehrte. In dieser Zeit machte er auch seine Ausbildung zum Heilpraktiker. 2011 ging er nach Asien, um verschiedene Heiltechniken zu erlernen.

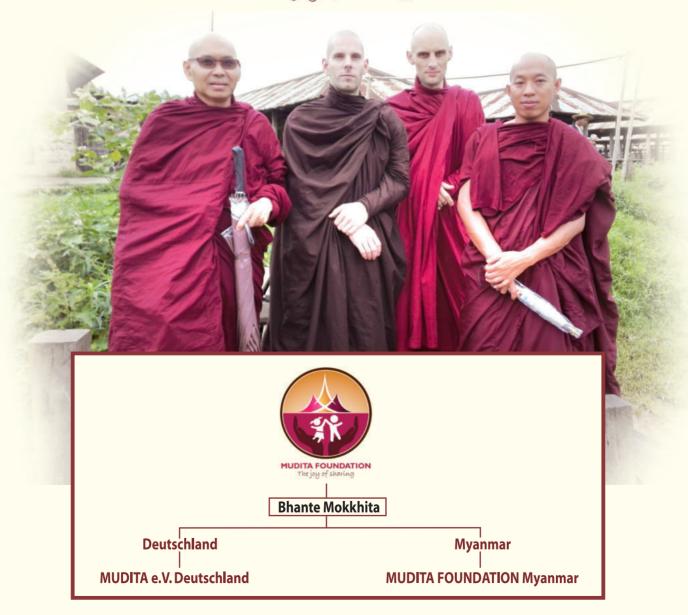


2012 ordinierte er als buddhistischer Mönch im Pa Auk Kloster Myanmar, wo er 2 Jahre verbrachte. Seit 2014 pendelt er zwischen Asien und Europa um seine eigene Praxis zu vertiefen und das Dhamma weiter zu geben. Im Jahr 2015 verbrachte er ein halbes Jahr im Kloster / Seminar & Heilzentrum Buddhas Weg nahe Heidelberg wo er Meditation und Yoga unterrichtete. Seit Anfang 2016 arbeitet Bhante Mokkhita in Hilfsprojekten in Myanmar. Im Juli 2016 gründete er den Hilfsverein Mudita Foundation. Für 2017 plant er, gemeinsam mit einem Team von Mönchen und freihen Helfern das Mudita Projekt in Myanmar umzusetzen.



Wer ist Mudita?





Mudita e.V.

Deutschland



Die Mitglieder



Vorstandsvorsitzender Bhante Mokkhita

Mudita Foundation in Myanmar



Abt Mine Thaut Forest Monastery Bhante Dr. Sandobhasa



Mitarbeiter Bhante Siha Nyana



Ehrenvorsitzender:

Mitarbeiter: Nikita Krivoshey



Jessica Tyerman Leitung Mudita School



Teacher Team Mudita School

Partner



Beisitzender:

Beisitzende:

Malena Meier

Vidita Dhamma



Silvan und Veronika





Bhante Vilasa (links) Monastic Education School



Wie hat alles angefangen?

2014 hat mich Silvan von der **Heft Fundation** Schweiz eingeladen, nach AMO zu kommen. Er ist Lehrer und hat mit seiner Frau Veronica, einer Krankenschwester, bis Ende 2015 drei Einsätze von je einem Monat in der Klosterschule durchgeführt. Sie haben Reinigungsaktionen durchgeführt und Kurse gegeben.

AMO ist eine Klosterschule mit über 2500 Kindern. Viele der Kinder sind Waisen oder stammen aus sehr armen Familien. Sie werden teilweise einfach in der Schule "abgegeben", ohne dass ihr Name, ihre Eltern oder der Wohnort bekannt sind. Der Abt nimmt all diese Kinder wie seine eigenen auf und gibt ihnen Unterkunft, Essen, Kleidung, medizinische Versorgung und Bildung. Die Institution Klosterschule war in den vergangenen 60 Jahren häufig die einzige Einrichtung, die sich um diese bedürftigen Kinder gekümmert hat. Die meisten Kinder die in AMO leben werden als Novizen ordiniert.

Der Hauptgrund für diese Zustände ist mangelndes Wissen. Myanmar hat durch die vergangenen 60 Jahre Militärdiktatur eines der schlechtesten Bildungssysteme der Welt. Freies Denken an den Schulen wurde nicht gefördert. Lehrer erhalten teils nur 50 US-Dollar im Monat und sind kaum ausgebildet. Wissen über Hygiene, Entstehung von Krankheiten, gesunde Lebensführung, Umweltschutz usw. ist kaum vorhanden. Darum ist eines unserer Hauptaufgaben, Wissen in vielen Bereichen zu vermitteln, um nachhaltig gesunde Strukturen zu schaffen.

Eingefahrene Strukturen zu verändern ist jedoch nicht leicht. Kleine Veränderungen waren zu sehen, aber der Müllberg, den sie im Kloster beseitigt hatten, war bald im gleichen Ausmaß wieder angewachsen. Die Kinder, die sie behandelt hatten, kamen nach kurzer Zeit wieder mit Fieber und vereiterten Wunden in die Klinik.

Wirkliche Hilfe kann also nur "Hilfe zur Selbsthilfe" sein.

Um dies umzusetzen, haben wir:

- Eine Verbindung zu der lokalen Bevölkerung und den Mönchen in AMO aufgebaut. (Der Mangel an Verständnis über die lokalen Strukturen führt bei vielen Hilfsorganisationen nicht zum gewünschten Erfolg und nachhaltiger Hilfe.)
- Die Lösungsansätze selbst vorgelebt und dadurch eine Vertrauensbasis und Inspiration geschaffen
- Schulungen angeboten, um Wissen weiterzugeben
- Organisationsstrukturen geschaffen, damit die Schule auch nach unserer Abreise gut weitergeführt werden kann.
- Weitere Unterstützung sichergestellt (finanziell und organisatorisch), damit die positiven Veränderungen Bestand haben.
- Regelmäßige Video-Konferenzen eingeführt, um informiert zu bleiben und weiterhin motivierend, inspirierend und unterstützend einzuwirken.

Bei meinem ersten Einsatz hatte ich zunächst einen Großputz organisiert, die vielen Infektionskrankheiten der Kinder behandelt und die Klinik mit Medikamenten neu ausgestattet. Ich habe das Personal in der Kloster-Medizin-Station geschult. Durch meinen Beruf als Heilpraktiker habe ich das nötige Wissen und Verständnis, das vor Ort leider häufig fehlt, denn das Wissen über die Entstehung von Krankheiten, Infektionen und Hygiene etc. ist in Burma sehr gering.

Auch Organisationsstrukturen im Büro, Lagerraum, Klinik und Bibliothek waren kaum vorhanden. Durch kleine Schulungen meinerseits konnte dies verbessert werden. Die Zeit reichte jedoch nicht aus, um alle Bereiche auf Vordermann zu bringen.

Deshalb habe ich eine Gruppe von ca. 10 Lehrern und die Abteilungsleiter auf eine Schulung nach Phaung Daw Oo (PDO) geschickt. PDO ist die größte Klosterschule Burmas mit über 8000 Schülern und ca. 400 Lehrern.

Hier werden auch Kurse für externe Lehrer und Kloster-Manager durchgeführt. Hier ein ausführlicher Bericht über meinen ersten Einsatz in AMO mit Bildern und Videos:











MIDITA FOLINDATION

Meine Rückkehr einige Monate später im Juni 2016

Diesmal hatte ich Verstärkung mitgebracht. Zwei weitere westliche Mönche und zwei Volontäre aus Deutschland und den USA kamen zur Unterstützung mit. Wir machten da weiter, wo ich aufgehört hatte. Cleaning, schulen und strukturieren. Die Schulung der Lehrer hatte Früchte getragen. Eine Verbesserung der Kloster-Organisation war zu sehen. Jetzt hieß es, diese Strukturen zu festigen und für ein nachhaltiges eigenständiges System zu sorgen.

Kurz gefasst, waren es 4 Programme, die wir durchgeführt haben:

1. Säuberung der Schule:

Es wurde eine Karte der Schule erstellt (Action Map), um Bereiche einzuteilen. Dann wurden die Bereiche markiert, an denen der meiste Müll und Unrat lag. Um diesen zu beseitigen, wurde ein Kloster-Großputztag einberufen. 2500 Schüler und alle Lehrer waren beteiligt. Den Klassenlehrern wurden Aufgabenbereiche zugeteilt, die gemeinsam mit ihren Schülern zu reinigen waren. Supervisors checkten, ob die Bereiche auch wie vereinbart gesäubert wurden. Eine solche Organisation in Myanmar durchzuführen war eine echte Herausforderung. Aufgrund unseres Motivationsvortrags vor allen 2500 Schülern und unserem tatkräftigen persönlichen Putzeinsatz ist es uns jedoch sehr gut gelungen. Nach nur 8 Stunden war die Schule komplett gereinigt und von über 5 Lastwagen-Ladungen Müll und Unrat befreit.

2. Aufstellen eines Schulputzplans:

Nachdem die Schule nun blitz-blank geputzt war, musste sichergestellt werden, dass dieser Zustand auch Bestand hat. Wir haben Reinigungsstandards und tägliche Ablaufpläne entwickelt und die Lehrer geschult. Grundlage für die täglich stattfindende Reinigung ist die von uns erstellte Action Map und die Excel Tabellen, in denen alle Schüler und Lehrer aufgeführt sind.

3. Regelmäßiges Waschen der Kinder und ihrer Roben:

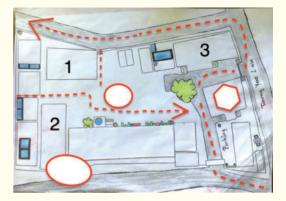
Das Hauptprobleme in AMO ist, dass sich die Kinder häufig über viele Tage nicht waschen und auch ihre Roben teilweise stark verschmutzt oder sogar mit Blut und Eiter verkrustet sind. Folglich breiten sich Infektionen leicht aus und Wunden infizieren sich.

Wir haben die Kinder in Gruppen eingeteilt und den Klassenlehrern zugeordnet (je 1 Lehrer zu 5 Kindern). Diese werden zu verschiedenen Waschzeiten an jeweils 3 Waschplätze geschickt. Auch hier geht es um die Nachhaltigkeit dieser Aktion. Deshalb wurden die Kinder zunächst über die Wichtigkeit von Hygiene, Krankheitsübertragung etc. in den Klassenräumen informiert. Das abendliche Duschen gehört jetzt zur Klosterroutine und wird spielerisch anhand von Singspielen mit den Kindern durchgeführt. Niemand hatte ihnen bisher gezeigt, wie man sich richtig wäscht und die Zähne putzt. Es wurde sichergestellt, dass jedes Kind genügend Roben erhält und diese regelmäßig von ihnen selber gewaschen werden.

4. Kloster-Organisation:

Das Errichten einer guten Leitstruktur ist essentiell für jede Schule oder Organisation dieser Größe. Der Leiter der Schule ist der Abt Sayadaw Vilasa. Er ist ein herzensguter Mönch, der aber Organisation und Management nie gelernt hat. Wie in den meisten Klöstern üblich, läuft jedoch alles über den Abt persönlich. Er ist damit häufig überfordert und kann so die Klosterschule objektiv nicht angemessen leiten.

Wir haben häufig mit ihm über die Probleme in AMO gesprochen. Er ist sich darüber bewusst, weiß jedoch häufig nicht, wie er die Probleme lösen soll. Die Hauptprobleme sind dabei mangelndes Wissen und fehlende Kenntnisse über Organisationsstrukturen.



Deshalb haben wir eine neue Klosterorganisation aufgestellt:

Zunächst wurde ein Konto eingerichtet, auf das die Heft-Foundation Gelder überweisen kann. Ein **Kassenwart** wurde geschult und eingesetzt. Er ist auch der Kloster-Chauffeur und kann somit Einkäufe für die Heft-Foundation erledigen.

Eine **Kontaktperson** für unsere Foundation wurde geschult und mit den nötigen technischen Geräten wie z.B. Handy und Tablet ausgestattet.

Die **Bibliothekarin** arbeitet nach ihrer Schulung in Phaung Daw Oo jetzt mit einem Computer. Neuer Bücher wurden gekauft und die Bibliothek besser sortiert.

Das Personal in der **Kloster-Medizin-Station** wurde intern geschult und der Medikamentenvorrat wieder aufgefüllt. Der Behandlungsraum war sehr schmutzig und unorganisiert. Jetzt wird mehr auf Hygiene geachtet und das Personal kann gezielter behandeln. Durch die verbesserte Organisation kann Medika-mentenknappheit schneller erkannt und nachbe-stellt werden.

Der Lagerraum des Klosters ist angefüllt mit Stiften, Heften, Schuhen, Handtüchern etc. Diese liegen jedoch kreuz und quer in Kisten verstaut. Vieles ist also vorhanden, doch niemand hat einen Überblick, wo was zu finden ist. Der Platz im Lagerraum war auch viel zu klein. Deshalb wurde der Lagerraum um etwa die Hälfte erweitert. Wir haben neue Regale anfertigen lassen und aufgestellt, sowie neue Lagerungskisten besorgt. Alle Artikel wurden gereinigt und neu sortiert. Dazu waren dutzende Novizen und Helfer 3 Tage lang beschäftigt. Alle Artikel wurden in Excel-Listen eingetragen und den neuen Boxen zugeordnet. Der Lagermeister ist der einzige, der Zugang zu dem Raum hat. Er führt die Listen und gibt die Artikel heraus

Auch das **Klosterbüro** arbeitet jetzt mit einem Computer. Die Buchführung und die Transparenz wurden verbessert.



Die Novizen erhalten ein **besseres Training** und werden intensiver durch einen neu eingesetzten leitenden Mönch vor Ort betreut.

Der Kindergarten wurde mit neuem Spielzeug ausgestattet. In den vorherigen Jahren hatten die Kinder kaum Spielzeug und wurden nach dem alten burmesischen Schulsystem unterrichtet. Das besteht hauptsächlich aus dem Auswendiglernen von Texten

Es wurde für ca. 300 \$ Kita-Material und Spielsachen gekauft.

Dieses Jahr hat die neue demokratische Regierung eine Schulreform angekündigt. Angefangen wird mit dem Kindergarten. Alle Kita-Lehrer wurden vom Staat in kindgerechtem Unterricht geschult. Alle Klassen sollten theoretisch mit neuem Unterrichtsmaterial ausgestattet werden. Dieses geschah jedoch nicht ausreichend.

Unser Komplettprogramm hat dieses Mal sehr gut gegriffen, so dass wir nachhaltige Veränderungen hervorrufen konnten. Wir stehen jetzt täglich mit den Lehrern und Abteilungsleitern in AMO in Kontakt. Bei Meetings können wir uns per Video-Konferenz dazu schalten. Dieser enge Kontakt macht es möglich, die Schule auch von Deutschland aus zu unterstützen und zu leiten.

Weitere Investitionen:

Errichtung eines neuen Duschbereichs, Erweiterung des Mobiliars (Lehrerpults und Regale fürs Lager) und eine Hitzeschutzvorrichtung für das Dach sind nur einige Beispiele.





MUDITA FOUNDATION

Das neue Mudita-Projekt

Myanmar befindet sich in einer Zeit des Wandels. Nach 60 Jahren Militärdiktatur öffnen sich die Pforten für die Demokratie und damit für die Welt. Die neue Regierung mit Aung San Suu Kyi (Friedensnobelpreisträgerin) reformiert das Land und unter anderem auch das Bildungssystem.



Was ist das Problem? Wie ist unser Lösungsansatz?

Wie oben schon erwähnt, wurde an Burmas Schulen über die letzten 60 Jahre nur auswendig gelernt. Kritisches Denken und eigene kreative Ideen waren nicht erwünscht. Das soll sich jetzt ändern. Für ein neues demokratisches Burma braucht es selbst denkende Bürger mit einer guten Bildung und einer Offenheit für das Geschehen in der Welt.

Um den Bildungslevel in Burma anzuheben, gibt es nur zwei Möglichkeiten: Entweder müssen burmesische Lehrer im Ausland geschult oder westliche Lehrer nach Burma eingeladen werden. Für unsere neue Schule haben wir gleich beide Optionen gewählt. Wir schicken 5 unserer Lehrer für ein Englischtraining nach Australien. Ausländische Lehrer und Volontäre werden in der Mudita-Schule in Myanmar arbeiten.

Dieses Konzept fahren hunderte neuer Privatschulen in Myanmar. Die Schulen sind jedoch für die breite Masse der Bevölkerung unbezahlbar. Damit steht eine gute berufliche Karriere nur für die Oberschicht offen. Wir möchten eine Schule für Kinder aus benachteiligten Familien und Waisenkindern schaffen, die ein hohes Bildungsniveau liefert. Die Schule wird wie AMO in einen klösterlichen Rahmen eingebettet sein. Damit wird sie von der lokalen Bevölkerung besser unterstützt und gefördert. Die Schulform, Klosterschule" ist in Burma sehr häufig zu finden. Lange Zeit war sie fast die einzige noch existierende Schulform. Die Mudita-School wird eine westlich orientierte Privatschule werden, jedoch im Rahmen einer Klosterschule geführt werden. Somit können wir frei entscheiden, welche Strukturen wir aus der Klosterschule für heilsam empfinden und übernehmen möchten.

Unsere Vision

Dieser klösterliche Rahmen vermittelt buddhistische Werte wie Nächstenliebe, Bescheidenheit und ein harmonisches Miteinander. Besonders als buddhistischer Mönch liegt es mir am Herzen, diese Werte zu bewahren und zu fördern. Neben der Besinnung auf die alten Weisheitslehren des Buddhas öffnet sich die Schule auch der modernen Welt.

Die Hauptsprache und alle Unterrichtsmaterialien werden auf English sein. Der Unterricht wird unterstützt mit Computern, Projektoren und modernen Lehrmethoden. Diese PC-Classen wurden auch schon mit Erfolg in einem Testprogramm in AMO durchgeführt.

Somit bewahren wir die alte buddhistische Weisheitslehre und führen sie mit dem modernen Wissen unserer Neuzeit zusammen. Auch in unserer westlichen Kultur steckt viel Weisheit. Wir haben es z.B. umgesetzt in alternativen Energien, cleveren Lehrmethoden und ganzheitlicher Medizin.

Dieses Wissen hat unsere westliche Kultur in der Neuzeit sehr positiv beeinflusst. Für die Mudita-School picken wir uns diese besten Teile der modernen westlichen Welt heraus und pflanzen sie auf burmesischen Boden.

Diese sind z. B. Neue Lehransätze, wie der "Child Centered Approach" (Stichwort: Maria Montessori, Förderung der Individualität und Gemeinschaft.) In der Landwirtschaft: Permakultur (Schaffung von naturnahen, nachhaltigen Kreisläufen). Solche "Farmen im Wald" gibt es schon einige in der Inle-Region. Diese müssen nur weiter erforscht und gefördert werden. Ich habe selber einige Jahre auf einer Bio-Farm in Heidelberg mitgearbeitet, wo wir diese Ansätze gelebt haben.





Mudita Education-Center

Die Grundidee war es, die **Mudita School** in Kombination mit einem Waisenheim zu bauen, nach dem Vorbild von unserem verbesserten Aung Myae Oo.

Nach dem Besuch der Inle-See-Region hat sich unser Konzept jedoch schnell erweitert. Es gibt einen großen Bedarf an Englisch- und Computer-Kursen. Neue Berufe wie Tourist-Guide, IT-Spezialist, Krankenpfleger etc. sind sehr gefragt. Die Ausund Weiterbildungsmöglichkeiten sind im Moment jedoch noch sehr begrenzt. Für die große Unterschicht der burmesischen Bevölkerung bleiben diese Möglichkeiten meist verschlossen.

Diese Tür möchten wir besonders für arme Familien weiter öffnen. Deshalb werden wir neben der Mudita-School das **Mudita-Trainings-Center** (ein Aus-und Weiterbildungszentrum) errichten. Dort werden wir mit Englisch-Unterricht und PC-Trainings beginnen. Später können weitere Sprachen hinzukommen. Medizinisches Wissen sowie Hygiene-Kurse werde ich persönlich anbieten. Kurse zu gesunder Lebensführung und Umweltschutz gehören genauso zum Programm wie Community Care und Human Rights. Das Curriculum für diese Fortbildungen wird bereitgestellt von UNICEF und anderen Hilfsorganisationen.



Die Grundstücke für diesen Komplex sind uns vom Abt des Klosters bereits gespendet worden. Das Land wurde bereits vermessen und abgesteckt. Dort stehen schon ungefähr 10 Kutis mit Infrastruktur.

Leben und Lernen

In der Mudita-School ist jeder Lehrer auch Schüler. Das Prinzip ist "Mudita: The Joy of Sharing" (die Freude am Teilen). - Wissen erwerben und weitergeben. Wir starten zunächst mit 2 Kindergarten-Klassen zu je 30 Kindern. Die Lehrer werden zu 50 % im Unterricht und zu 50 % in der Unterrichtsvorbereitung auf das nächste Schuljahr sein. Jedes Jahr wird die Mudita-School um einen Jahrgang wachsen. Um die Qualität des Unterrichts ständig zu verbessern, müssen wir unser eigenes Lehrer-Trainings-Center aufbauen und das Curriculum für unsere Schule selber schreiben bzw. anpassen.

Wir arbeiten mit der Monastery Education High School Phaung Daw Oo in Mandalay zusammen. Diese wiederum arbeitet eng mit NGO Teaching Teams aus Europa und den USA zusammen. Auch die deutsche Regierung fördert "PDO".

Einige der neuen ausschließlich in englischer Sprache angebotenen





Arriya Abt des Klosters am Inle See (zukünftige Mudita School)

Das Curriculum der verschiedenen Fächer können wir als Grundlage verwenden und noch weiter verbessern. Der Fokus in der Mudita-School wird auf der Qualität des Unterrichts liegen. Wir wollen ein Pilot-Projekt schaffen, das später auch an anderen Schulen durchgeführt werden kann. Um den Standard der Bildung in Myanmar zu erhöhen, müssen wir Zeit und Ressourcen darauf verwenden, bestmögliche Lehrpläne und Lehrmethoden zu entwickeln.

Dieses Prinzip gilt auch für das Fortbildungszentrum. In Workshops werden wir gemeinsam das Curriculum für den jeweiligen Kurs entwerfen bzw. überarbeiten. Dafür werden Experten aus dem jeweiligen Gebiet eingeladen und das Wissen weitergegeben.



Ausländische Volontäre und Lehrer

... werden ein wichtiger Teil des Projekts sein. Bei unserem letzten Hilfseinsatz in AMO waren 3 westliche Mönche und 2 Volontäre (aus Deutschland und den USA) vor Ort. Wie oben erwähnt, bringen die "Westler" ein Wissen mit, das in Myanmar dringend benötigt wird. Volontäre selber suchen nach Plätzen, an denen sie helfen und ihr Wissen weitergeben können. Oft ist es gar nicht leicht für sie, einen geeigneten Platz zu finden, an dem sie ihren Service leisten können, denn an Schulprojekten in Thailand müssen die Volontäre teilweise hohe Beträge zahlen, um unterrichten zu dürfen.

Bei uns werden die **Volontäre** Unterkunft und Essen gestellt bekommen. Das Lehrmaterial können Sie schon vor ihrer Anreise per Email erhalten und sich auf ihren Einsatz in der Mudita-School vorbereiten. Somit können die lokalen Lehrer und ausländischen Volontäre synchronisiert werden. Die Eingliederung in den Lehrablauf wird damit wesentlich reibungsloser verlaufen.

Da der zweitgrößte Markt (ein Touristen Hot Spot der Region) direkt an das Kloster angrenzt, werden auch viele Besuchergruppen in der Schule erwartet. In AMO kommen häufig solche Gruppen mit teils über 100 Personen ins Kloster und in die Schule. Ab und zu sind einige dabei, die gerne bleiben möchten, um mitzuhelfen. Diese Kurzzeit-Helfer können in einfachen Bereichen des Unterrichts integriert werden wie z. B. den Kindergarten oder den Englischunterricht. Die Spenden von den Touristengruppen leisten einen wesentlichen Beitrag zur Klosterkasse. Auf diese Spenden ist die Mudita-School angewiesen, da sie komplett von Spendengeldern finanziert wird.

Eine dritte Gruppe sind die **qualifizierten Lehrer**, die in einem speziellen Fachgebiet ausgebildet sind. Englische Muttersprachler sind z.B. schon von Haus aus geeignet für die Sprachkurse im Teaching-Center. Diese Lehrer können eine Festanstellung bekommen und eine Abteilung in der Schule leiten.

Auch **Mönche** bringen aus ihrem Laienleben ebenfals Qualitäten mit, die sie einsetzten können, wie z. B. Vidita Dhamma, mit dem ich das Projekt zusammen organisiere. Er ist Tischler und Zimmermann. Er wird sein Wissen in einem Handwerkskurs weitergeben. Lehrer für Computer bekommen wir aus AMO. Diese können auch mit ausländischen Volontären zusammenarbeiten. Windows und die Office-Programme sind den meisten "Westlern" gut bekannt. Sie können dieses Wissen recht einfach an die Burmesen weitergeben und damit eine große Hilfe leisten. Gerade im IT-Bereich sind die Möglichkeiten sehr vielseitig.

Auch die **Zuarbeit** von Volontären aus Deutschland oder anderen Ländern der Welt ist möglich. Wir werden unsere Aktionen per Video und Bildmaterial transparent halten und auf sozialen Netzwerken und unserer Webseite posten. Mit Video- und Foto-Bearbeitung könnt ihr uns z. B. vom Sofa in Deutschland aus unterstützen. Wer Erfahrung auf einem speziellen Gebiet hat, kann ein Curriculum erstellen oder sich online an einer Arbeitsgruppe beteiligen.

Stamm-Team der burmesischen Lehrer

Aus AMO werden 5 Lehrer zu uns stoßen. Ende des Jahres werden sie für 4 Monate nach Australien gehen, um ihr Englisch aufzubessern und die westliche Kultur besser kennenzulernen. Eine Lehrerin wird für ein Jahr als Au-pair-Mädchen in die Schweiz gehen und später in unserer Schule Deutsch unterrichten. Mit zwei weiteren Lehrern aus der Region am Inle-Lake hatten wir schon ein Bewerbungsgespräch. Auch mit interessierten Lehrern aus Yangon haben wir Vereinbarungen getroffen. An lokaler Lehrerunterstützung mangelt es also nicht.









Deutschland:

Mudita Foundation Annaberg 6 22119 Hamburg Tel: 0407323679 Mobil: 016097778573 Mail: mokkhita@gmail.

Mail: mokkhita@gmail.com Web: muditafoundation.de

Unterstützen Sie Mudita Foundation mit Ihrer Spende!

Bankverbindung:

Markus Meier Comdirect Bank IBAN: DE30 2004 1155 0119 8910 00 BIC: COBADEHD055

Weitere Möglichkeiten, das Projekt zu unterstützen, erfahren Sie im persönlichen Kontakt.



Mudita Dhamma-Center

Warum ein Heilzentrum zusammen mit Meditationszentrum?

Als Heilpraktiker verfolge ich einen ganzheitlichen Ansatz von Gesundheit für Körper, Geist und Seele (bzw. höherer geistiger Aspekt). In den vergangenen Jahren habe ich hauptsächlich in "Pa-Auk International Meditation-Center" in Süd-Myanmar gelebt. Es ist das größte Meditation Zentrum Myanmars mit bis zu 1500 Mönchen, Nonnen und Laien. Dort haben viele Mönche körperliche Probleme vom langen Meditieren und einem ungesunden Lebensstil. Deshalb habe ich manuelle Therapien für meine Brüder angeboten. Thai- Massage, Schröpfen, Neuraltherapie. Auch führen wir dort regelmäßig Fastenkurse durch. (10 Tage Wasserfasten/Leberentgiftung etc.). Diese Therapien haben zusammen mit einem Yogatraining einen sehr positiven Effekt auf das Wohlbefinden und damit auch auf die spirituelle Entwicklung der Mönche. In "Buddhas Weg", meinem deutschen Kloster in der Nähe von Heidelberg, ist ebenfalls ein Heil- und Seminarzentrum angeschlossen.



Auch dort biete ich in meinen Retreats Yoga und teils manuelle Therapien 🕯 an. Ich konnte mich daher selber davon überzeugen, dass dieser ganzheitliche Ansatz in Asien und in Europa zu guten Ergebnissen führt.

Das Gesundheits- und Meditations-Zentrum

Räumlich getrennt, ca. 15 min. von der Mudita-School entfernt, wird das Heil-, Gesundheits-und Meditationszentrum entstehen. Dort liegt das Kloster Mein Thaut, ein traditionelles Ausbildungszentrum für ca. 30 Novizen. Der Abt hat uns eingeladen, dort mit ihm zusammen ein Meditationszentrum für westliche Mönche und Laien aufzubauen. Ca. 10 Häuser mit kompletter Infrastruktur bestehen bereits. Wir werden weitere Gebäude errichten, außerdem eine Meditationshalle und einen Speisesaal.

Für die angebotenen Therapien werden kaum Materialien benötigt. Manuelle Therapien wie Thai-Massage, Schröpfen, Neutral-Therapie und TCM habe ich schon in meinem Hauskloster für die Mönche angeboten. Diese wurden unterstützt von Collon Hydro und Eigenbluttherapie. In Thailand habe ich diese Art Leberreinigungskur im Tunya Samui Detox Zentrum selbst kennengelernt und erlebt.



Später habe ich diese Leberreinigung selbst auch in Pa Auk angeboten. All diese Verfahren sind unkompliziert, kostengünstig und können leicht erlernt und weitergegeben werden. Auch Yoga gehört für mich zum

ganzheitlichen meditativen Leben. Tägliche Praxis-Session dessen wird Teil unseres Tagesablaufs werden.

Meditation

Mindfullness-Kurse und buddhistische Psychologie sind auch im Westen sehr beliebt. Hier sind die buddhistischen Mönche in ihrem Metier. Wie heilsam Meditation und Achtsamkeitstraining sein kann, entdeckt die westliche Medizinforschung gerade erst. In Asien sind diese Weisheitslehren seit 2500 Jahren bekannt. Die Meditation ist Zentrum unserer Mönchskultur und -praxis. Es ist die Aufgabe der Mönche, dieses Wissen zu bewahren, es zu leben und weiterzugeben.

Wir werden 3-Tages-, 10-Tages-**Retreats** und Self-Retreats anbieten. Diese Kurse stehen gleichermaßen für unsere Mönche als auch für Volontäre und Besucher zu Verfügung, ebenso Dhamma-Vorträge und Seminare. Alle Kurse und Retreats werden traditionell ausschließlich durch Spenden finanziert. Auch hier gilt das Prinzip des





Dr. Sandobhasa Mine Thaut Forest Monastery (zukünftiges Mudita-Dhamma-Center) am Inle See

Western Monk Community

Als westlicher Mönch habe ich lange nach einem Kloster gesucht, in dem sich die westliche Offenheit mit der authentischen asiatischen Mönchskultur mischt. In Asien ist der Aspekt des Glaubens und der Hingabe sehr stark, wärend im Westen die Weisheit und die Kontemplation mehr zur Geltung kommen. Im Mudita-Dhamma-Center können diese beiden Aspekte gleichermaßen gelebt werden.

In Mein Thaut haben wir genügend Raum und Kapazität, eine große Gemeinschaft von Mönchen und Nonnen zu beherbergen. Etwa 10 Mönche könnten schon bald in die noch leerstehenden Häuser einziehen. Mönche und Nonnen aus allen Nationen sind willkommen. Es werden jedoch besonders Mönche und Nonnen aus dem Westen sein, die das Mudita-Dhamma-Center anziehen wird. Wer ordinieren und bei uns in der Gemeinschaft als Mönch oder Nonne leben möchte, ist auch herzlich willkommen. Die burmesische Sangha (Mönchsgemeinschaft) in unserem Kloster wird die Ordination durchführen und den jungen Mönchen ein gutes Training ermöglichen und ältere westliche Mönche können ihre eigenen Erfahrungen weitergeben. Auch hier wird die Balance zwischen alter Tradition und modernem Mönchstum deutlich.

In der Mönchsgemeinschaft wird es verschiedene Interessengruppen geben. Einige Mönche lieben es zu chanten, andere, Roben selber zu nähen oder auf Mönchswanderschaft zu gehen. In unserem Kloster werden wir die Möglichkeiten schaffen, um diesen Interessen freien Raum zu geben. In der nahen Umgebung gibt es z.B. viele Höhlen, die zu hervorragenden Retreatplätzen ausgebaut werden können. Ich selber liebe die Mönchswanderschaft "Tudong" und die asketischen Praktiken:

Das einfache Leben in der Natur schafft Freiheit und Glück, das ich auch anderen Mönchen gerne zeigen möchte. Dazu auch:

Das Projekt Mudita schlägt diesen weiten Bogen, um die Weisheitslehre in alle Aspekte unseres modernen Lebens zu bringen und damit weiterleben zu lassen.



Gestaltung: GTM Schubert, Hirschberg a. d. Bergstraße, www.gtm-schubert.de