

**DIE Gelegenheit in der Deutschschweiz ab Herbst 2011!
Für Yogalehrer, Meditationslehrer, Psychologen, Therapeuten und sonst Interessierte:**

**3-JÄHRIGER AUSBILDUNGS-LEHRGANG
FÜR BUDDHISTISCHE PHILOSOPHIE & PSYCHOLOGIE
MIT DIPLOM-ABSCHLUSS
MIT LHARAMPA TENZIN KALDEN, TIBETISCHER MÖNCH
UND GELEHRTER**



Lhampa Tenzin Kalden wurde 1972 in Tibet geboren und ist in Europa aufgewachsen. An der Klosteruniversität Sere in Südindien studierte er 17 Jahre, erlangte den Titel eines Rabjampa und erreichte die höchste akademische Stufe der Gelug-Tradition, Lhampa. Der in Zürich lebende Mönch ist einer der wenigen Tibetischen Gelehrten, die die umfangreiche Lehre des Buddhismus direkt auf Deutsch erläutern.

Daten der 3 Ausbildungsjahre

je 10 Wochenende: Samstags 13.00 - 17.00, Sonntags 9.30 - 13.30

1. Jahr: 2011/2012

15./16.	Oktober	2011
5./6.	November	2011
3./4.	Dezember	2011
18./19.	Februar	2012
3./4.	März	2012
7./8.	April	2012
5./6.	Mai	2012
2./3.	Juni	2012
18./19.	August	2012
1./2.	September	2012

2. Jahr: 2012/2013

13./14.	Oktober	2012
10./11.	November	2012
1./2.	Dezember	2012
16./17.	Februar	2013
2./3.	März	2013
6./7.	April	2013
4./5.	Mai	2013
1./2.	Juni	2013
17./18.	August	2013
7./8.	September	2013

3. Jahr: 2013/2014

5./6.	Oktober	2013
2./3.	November	2013
7./8.	Dezember	2013
15./16.	Februar	2014
1./2.	März	2014
5./6.	April	2014
3./4.	Mai	2014
7./8.	Juni	2014
16./17.	August	2014
6./7.	September	2014

Kosten

bei Vorauszahlung für:

3 Jahre: Fr. 3600.-

1 Jahr: Fr. 1300.-

Es ist möglich mit einer Aufnahmeprüfung in die laufende Ausbildung einzusteigen.

Teilnehmende an der 3-jährigen Ausbildung erhalten bei Absenzen jeweils Audioaufnahmen des entsprechenden Wochenendes.

Es sind keine anderen Zahlungskonditionen möglich.
Keine Rückerstattungen / Gutschriften möglich.

Diplom

Der Anspruch auf einen Diplom-Abschluss besteht nur beim Besuch von mind. 2/3 des 3-jährigen Lehrganges.

Anmeldung

info@yogastudio-zurich.ch
www.yogastudio-zurich.ch

Inhalt der Ausbildung

Ein Studium in buddhistischer Psychologie ist von ausserordentlicher Wichtigkeit für Laien, Psychologen und Psychotherapeuten. Sie wird uns aus Jahrtausend alter Erfahrung und Weisheit unseren Geist und seine Geheimnisse offenbaren und uns ermöglichen, ihn aus einer andere Perspektive anzuschauen und zu untersuchen.

Die buddhistische Psychologie wird uns die Ursachen der tief verankerten geistigen Spuren und der störenden Emotionen offenbaren und lehren, wie wir sie reinigen.

Lharampa Tenzin Kalden wird anhand buddhistischer Schriften der Pramana (Epistemologie), Abhidharma (Phänomenologie), Madayamika (Philosophie der Leerheit) sowie Ngagrim Chemo (Stufenweg des Tantra) unterrichten. Textstellen einiger Bücher S.H. des Dalai Lama, Chögyam Trungpa, Sogyal Rinpoche und Trarap Tulku werden als Literaturergänzung benutzt. Eventueller Austausch mit westlichen Psychologen ist auch als Zukunftsplan des Lehrgangs vorgesehen.

Das Studium des Geistes und seine Funktionen, sowie die Schulung des Geistes stellen den Mittelpunkt der Lehre des Buddha dar. Es werden im tibetischen Buddhismus Philosophie, Meditationen und Praxis gelehrt, wie wir mit Unwissenheit, Gier, Hass, Angst und Unzufriedenheit umgehen können.

Der Lehrgang buddhistischer Psychologie baut auf drei Teilen auf:

- I. Studium der Basiswissenschaft der buddhistischen Psychologie
- II. Studium der Wissenschaft der psychischen Störungen
- III. Studium der Wissenschaft der Behebung der psychischen Störungen

I. Studium der Basiswissenschaft der buddhistischen Psychologie

- Das Studium über buddhistische Kosmologie, Geist und die Funktionen des Geistes.
- Anhand der Textstellen aus den buddhistischen Schriften der Kosmologie namens "Schatzkammer des Wissens" und aus der Dharmakirtis Schriften der buddhistischen Epistemologie namens "Pramana" werden wir die Basiswissenschaft studieren.
- In "Schatzkammer des Wissen" wird die Welt der Umgebung und die Welt der Lebewesen erklärt.
- In der Schrift "Pramana" wird gelehrt, dass die Person aus Körper, Geist und Karma oder "Bag Chags" geistiger Eindrücke des Unterbewusstseins bestehen.
- Klar und erkennend zu sein wird als die allgemeine Definition unseres Geistes erklärt.
- Die fünf immer anwesenden Faktoren: Wahrnehmung, Empfindung, Unterscheidung, Absicht und Aufmerksamkeit sind fünf Aggregate aus denen der Geistes besteht.
- Die fünf objektbestimmenden Faktoren des Geistes: Streben, Mögen, Erinnerung, Konzentration und Intelligenz machen unser Geist funktionsfähig.

II. Studium der Wissenschaft der psychischen Störungen

- Das Studium der Entstehungsweise der geistigen Störungen wie Angst, Depression, beschädigtes Selbstwertgefühl, extreme Verletzbarkeit.
- In der Schrift "Schatzkammer des Wissens" und in "Madyamika" ist die Entstehungsweise der psychischen Störungen klar dargestellt, so werden wir uns auf sie stützen.
- Aus den drei geistigen Giften wachsen alle psychischen Störungen.
- Die Aufzählung der psychischen Wurzelgifte und Nebengifte.
- Die Definition allgemeiner und einzelner geistiger Gifte.

III. Studium der Wissenschaft der Behebung der psychischen Störungen

- Die Behebung der psychischen Störungen sind in den Texten von "Madyamika" beschrieben.
- Die Wurzel aller psychischen Störungen liegt in der Unwissenheit über das eigene Ich.
- Aus dem Greifen nach einem falschen Ich entstehen alle dualistischen Ansichten und Gefühle.
- Die subtile Erkenntnis der wechselseitigen Verbundenheit zwischen Objekt und Subjekt, Selbst und Anderen, Körper und Geist, Menschen und Natur, Karma und Auswirkung, wird als wirksamstes Mittel zur Behebung psychischer Störungen betrachtet.
- Die Lehre der Leerheit der buddhistischen Philosophie der Mitte wird als Folgerkenntnis der wechselseitigen Verbundenheit der Dinge erkannt.
- Die Meditation über die Leerheit wird als diamantene Waffe zur Beseitigung der geistigen Gifte betrachtet.