

Yoga

Academy

Winterthur

**ZERTIFIZIERTER
AUSBILDUNGSLEHRGANG
2026/27**

**BUDDHISTISCHE
PSYCHOLOGIE**

LHARAMPA TENZIN KALDEN



EIN LEBEN IN
WEISHEIT
UND
MITGEFÜHL



LHARAMPA TENZIN KALDEN



Der buddhistische Mönch Lharampa Tenzin Kalden, 1972 in Tibet geboren, lebt in der Schweiz. Mit elf Jahren trat er ins Mönchsleben ein und absolvierte eine 17-jährige Ausbildung an der Klosteruniversität Sera. 2012 schloss er ein Masterstudium in «Spiritualität im interreligiösen Prozess» ab. Seit 14 Jahren vermittelt er erfolgreich buddhistische Lehren in der Schweiz und in Europa. Seine Belehrungen sind wie ein kostbares Juwel und wirken lebensverändernd.

BUDDHISTISCHE PSYCHOLOGIE

Dieser zertifizierte Ausbildungslehrgang in buddhistischer Psychologie ist ein Studium des menschlichen Bewusstseins und seiner Potenziale. In der tibetischen Philosophie wird er als „innere Wissenschaft“ bezeichnet. Die Erkenntnis über die Funktionsweise des eigenen Geistes ist unerlässlich, um unser Leben zu verstehen, es zu transformieren und dauerhaftes Glück zu erlangen.

Die buddhistische Psychologie geht auf Buddha selbst zurück und stellt einen wertvollen Schatz der Menschheit dar. Unser Geist ist massgeblich dafür verantwortlich, ob wir glücklich sind oder leiden. Er besitzt die Fähigkeit zur fokussierten Konzentration, Bewusstheit, Achtsamkeit und Ausgeglichenheit.

Im Rahmen des Ausbildungslehrgangs werden zudem wirkungsvolle Coaching-Methoden aus der Perspektive der buddhistischen Psychologie vermittelt.

UNTERRICHTS-MODULE

Buddhas Lehren über den Körper und Geist

Die vier Siegel des Dharma

Nirvana ist Frieden

Die fünf Ur-Weisheiten unseres Geistes

**Das Karma-Training mit den vier
Gegenmitteln**

Die Schulung des Gleichmuts

**Relativer Bodhi-Geist und ultimativer
Bodhi-Geist**

Atem- und Meditationstechniken

MODUL-TERMINI

jeweils sonntags von 10:00-13:00 Uhr

07. Juni 2026
21. Juni 2026
05. Juli 2026
16. August 2026
27. September 2026
25. Oktober 2026
15. November 2026
13. Dezember 2026
21. Februar 2027
14. März 2027

**Yoga Academy Winterthur
Dialogplatz 10 (1. Stock)
8400 Winterthur**

Teilnahme: Präsenz (Winterthur) oder LIVE-ONLINE (Zoom)
Die Module werden aufgezeichnet und als Video sowie Audio
zur Verfügung gestellt.

Kosten: CHF 2'250.- (inkl. Manual + Zertifikat)

Anmeldung: behappy@yoga-academy-winterthur.ch

