

GLÜCKLICH LEBEN FRIEDLICH STERBEN

MIT LHARAMPA TENZIN KALDEN



Weiterbildung 2026

GLÜCKLICH LEBEN FRIEDLICH STERBEN

Das Tibetische Totenbuch - dem Sterben begegnen

Diese achtsame Weiterbildung richtet sich an Menschen, die sich mit dem Thema Leben und Sterben aus der Sicht der buddhistischen Psychologie auseinandersetzen möchten – sei es zur persönlichen Weiterentwicklung oder als Fachperson aus den Bereichen Gesundheit, Pflege, Therapie oder Sterbebegleitung.

Die Intention ist es, eine heilsame Lebenseinstellung zu entwickeln, die inneren Frieden, mehr Lebensglück und einen gelasseneren Umgang mit dem Sterben ermöglicht.

Weiterbildungs-Daten

Die 8 Weiterbildung-Module finden jeweils samstags von 09:00-12:00 Uhr statt.

- **21. Februar 2026**
- **14. März 2026**
- **04. April 2026**
- **09. Mai 2026**
- **06. Juni 2026**
- **04. Juli 2026**
- **15. August 2026**
- **19. September 2026**

Teilnahmegebühr: CHF 1'850.–
inkl. Unterlagen, Getränke und Snacks

**Es besteht die Möglichkeit, flexibel an den Modulen teilzunehmen –
entweder vor Ort oder online dank hochwertiger Videoübertragung.**

LHARAMPA TENZIN KALDEN



Lharampa Tenzin Kalden gehört zu den wenigen tibetischen Gelehrten, die die umfassende Lehre des Tibetischen Totenbuchs direkt auf Deutsch vermitteln. Seit 2010 leitet er erfolgreich Ausbildungen in buddhistischer Philosophie, Psychologie und Meditation in der Schweiz sowie in anderen europäischen Ländern. Sein Masterstudium in Spiritualität im interreligiösen Dialog macht ihn zu einem authentischen Brückenbauer zwischen den Kulturen.

THEMATISCHE SCHWERPUNKTE

- Auseinandersetzung mit der Endlichkeit des Lebens und der eigenen Sterblichkeit
- Reflexion über Sterbehilfe und ethische Fragen am Lebensende
- Einführung in das Tibetische Totenbuch und das Konzept des Bardo - Zustand zwischen Tod und Wiedergeburt
- Anwendung buddhistischer Lehren im Alltag: wie wir durch Mitgefühl, Achtsamkeit und Weisheit erfüllter leben können
- Psychologische Aspekte der Todesvorbereitung und der Umgang mit Angst, Trauer und Loslassen



Buddhist Psychology
Wisdom for Daily Life

Wie der grosse Yogi
Milarepa sagte: "Ich
hatte Angst vor dem
Tod, also floh ich in
die Berge. Dort
erkannte ich, dass es
keinen Tod gibt."





Aus der Sicht buddhitischer Praxis bedeutet ein guter Tod:

- Ein fortgeschrittener Übender stirbt glücklich
- Ein durchschnittlicher Übender stirbt furchtlos
- Ein Anfänger stirbt ohne Reue

ANMELDUNG

behappy@yoga-academy-winterthur.ch

