

Buddhas Weg zum Glück

Systematisches Studium des Buddhismus in Hamburg – und von überall auf der Welt



**Tibetisches
Zentrum**

UNTER DER SCHIRMHERRSCHAFT
S.H. DES 14. DALAI LAMA

ཏུང་ལྷན་ཚོམས་ཤིང་།

DAS SYSTEMATISCHE STUDIUM DES BUDDHISMUS

Liebe Leserinnen und Leser,

ich freue mich wirklich sehr, dass Sie sich für unser Systematisches Studium des Buddhismus interessieren.

Im Tibetischen Zentrum e. V. in Hamburg kann man seit 30 Jahren den Buddhismus berufsbegleitend studieren – dank modernster Technik – auch live als Fernkurs von überall auf der Welt.

Das Curriculum des Studiums ist in Anlehnung an das über 20jährige Studium der Mönche und Nonnen in den tibetischen Klosteruniversitäten entstanden und speziell für westliche Laienschülerinnen und -schüler konzipiert worden. Die tiefgreifenden und umfassenden Inhalte der Lehre des Buddha sind die Basis für eine Geistesschulung, die in der modernen westlichen Welt immer mehr an Bedeutung gewinnt.

Die buddhistische Lehre in der Tibetischen Tradition ist in ihrer Vollständigkeit weltweit einzigartig und wird ohne Unterbrechung seit hunderten von Jahren in der Überlieferung weiter gegeben. Sprache und Didaktik wurden für das Systematische Studium an moderne westliche Anforderungen angepasst, die essenziellen Inhalte sind geblieben.

Wenn Sie sich das Wissen der grundlegenden Inhalte des Buddhismus aneignen möchten, wird Ihnen das Studium sowohl einen umfassenden Überblick verschaffen, als auch ein tiefes Verständnis der Lehre des Buddha ermöglichen. Last but not least können die Inhalte über das umfassende Meditations- und Praxisangebot im eigenen Leben Anwendung finden.

In dieser Broschüre haben wir alle relevanten Informationen über das Systematische Studium zusammen getragen. Wenn bei Ihnen noch Fragen bleiben, bitte melden Sie sich sehr gerne bei uns, Sie finden am Ende der Broschüre die Kontaktdaten. Wir wünschen Ihnen eine informative Lektüre und allen Studierenden eine wertvolle, lehrreiche und inspirierende Zeit.

Herzlichst

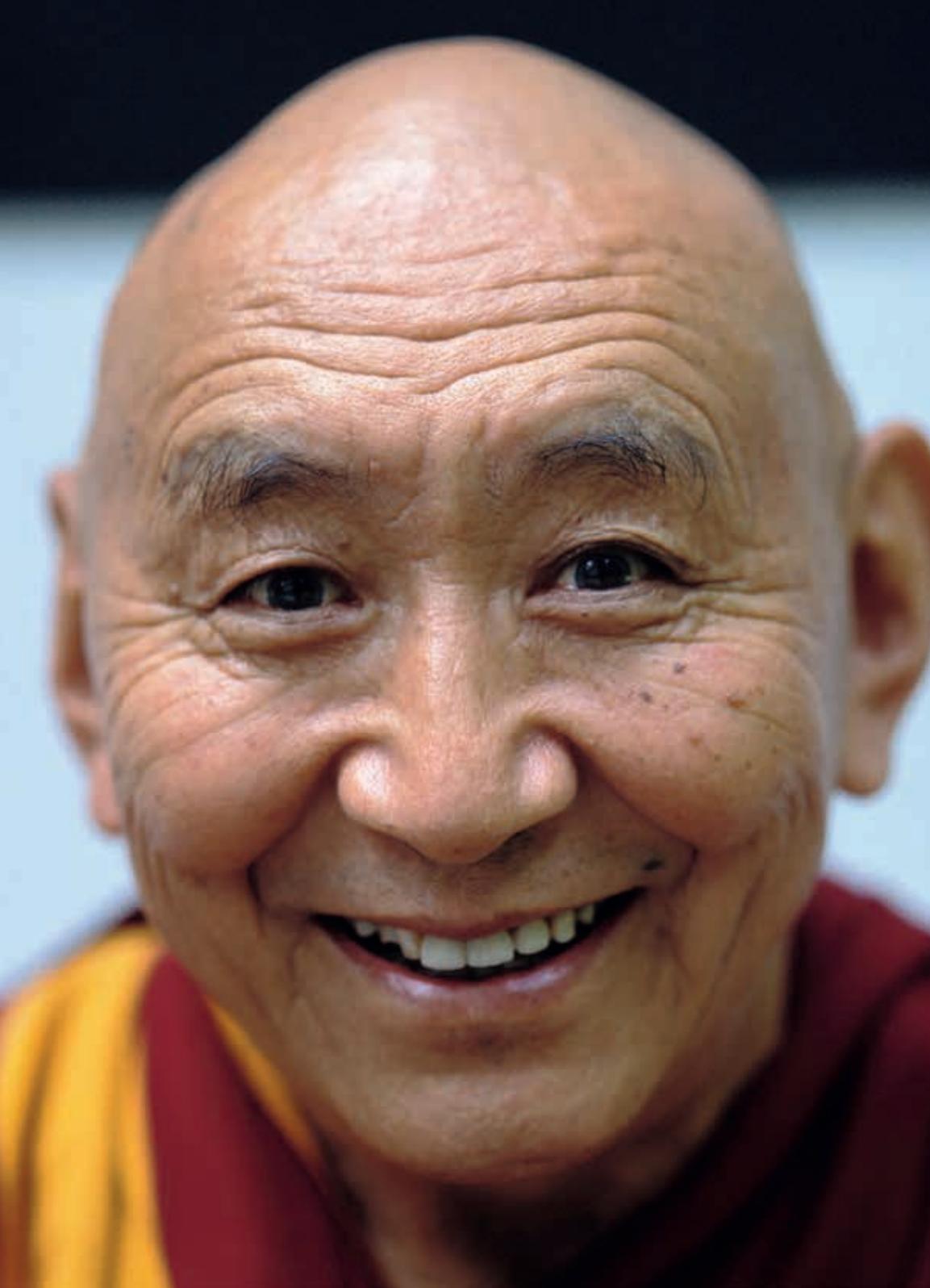
Hamburg, August 2018

Ihr Andreas Bründer



Geschäftsführung Tibetisches Zentrum e.V.





BEGRÜNDER UND LEHRENDE IM SYSTEMATISCHEN STUDIUM

Für die Vermittlung des Buddhismus im Rahmen des Studiums sorgen zum einen qualifizierte tibetische Meister, die ihre umfangreiche Ausbildung in der Klosteruniversität Sera Jhe, Südindien, erhielten. Zum anderen gibt es westliche Lehrkräfte, die des Tibetischen kundig sind und den Buddhismus seit 30 Jahren studieren und praktizieren. Darüber hinaus werden zu ausgewählten Themen externe Referenten aus anderen buddhistischen Traditionen oder von Universitäten hinzugezogen.

Geshe Thubten Ngawang (1932-2003) hat das Systematische Studium des Buddhismus konzipiert, das 1988 an den Start ging. Die schriftlichen Unterlagen basieren größtenteils auf seinen Unterweisungen, die er über einen Zeitraum von sieben Jahren im Tibetischen Zentrum gegeben hat. Geshe Thubten Ngawang war einer der großen tibetischen Meister, die ihre Ausbildung teilweise noch im alten Tibet erhielten. Von 1979 bis zu seinem Tod im Januar 2003 war er Geistlicher Leiter des Tibetischen Zentrums.

DIE LEHRKRÄFTE



Geshe Pema Samten, 1957 geboren, ist tibetischer Gelehrter mit dem Titel eines Lharampa-Geshes (dem höchsten Ausbildungsgrad an tibetischen Klosteruniversitäten) und Meditationsmeister. Seit 2003 ist er ständiger Lehrer im Tibetischen Zentrum und zudem Abt des Klosters Dargye in Tibet.



Bhikṣuṇī Sönam Chökyi, 1948 geboren, leitet Meditationen, Kurse und Studienkreise in Hamburg und im Meditationshaus Semkye Ling. Sie arbeitete acht Jahre als Ärztin und erhielt 1995 das Gelübde zur vollen Ordination.



Oliver Petersen, 1961 geboren, leitet buddhistische Seminare und Meditationskurse und blickt auf über 30 Jahre Erfahrung in Studium und Praxis zurück. Er hat wesentlich an der Neukonzeption des Studiums mitgewirkt. Er hat neben seiner tibetisch-buddhistischen Ausbildung eine gestalttherapeutische Ausbildung und ist seit vielen Jahren im Interreligiösen Dialog aktiv.



Frank Dick, 1970 geboren, ist Tibetisch-Dolmetscher und Hauptübersetzer von Geshe Pema Samten. Er leitet Meditationen und Kurse zur Geistes-schulung. Er ist seit 1994 Buddhist und Absolvent des III. Lehrgangs des Systematischen Studiums des Buddhismus.



Jürgen Manshardt, 1960 geboren, ist Buddhismuslehrer (hauptsächlich im Vertiefungsstudium) und Tibetisch-Dolmetscher in Berlin. Er studiert und praktiziert Buddhismus seit 1979, davon sieben Jahre als Mönch. Er hat wesentlich an der Neukonzeption des Studiums mitgewirkt.



Dr. Wolfgang Trescher, 1950 geboren, ist Allgemeinmediziner in eigener Praxis. Er kam 1979 zum Buddhismus und hat das Systematische Studium mit dem Lehrgang VI im Tibetischen Zentrum absolviert.

DAS SYSTEMATISCHE STUDIUM DES BUDDHISMUS (SSdB)

Dank moderner Technik können Studierende von überall auf der Welt die **Studienkreise** verfolgen und das Studium absolvieren. Alle Fernstudierenden sind natürlich trotzdem jederzeit und auch ohne Voranmeldung vor Ort bei den Studienkreisen sehr herzlich willkommen. Umgekehrt können auch Direkt-Teilnehmende von zu Hause oder einem anderen Ort live teilnehmen, wenn sie einmal nicht in das Tibetische Zentrum fahren können.

Über die E-Learning-Plattform bieten die Lehrkräfte außerdem ca. einmal pro Monat **Webinare** an, also Seminare im virtuellen Klassenzimmer mit Vorträgen, Präsentationen und Zeit für den gemeinsamen Austausch. Besonders bei Fernstudierenden sind diese Online-Seminare sehr beliebt. Der Zugang dazu erfolgt kinderleicht über einen Link im Moodle-Lehrgangsraum.

Außer einem Zugang zum spezifischen Lehrgangsraum stellen wir allen Teilnehmenden des Systematischen Studiums auch einen Raum für den Austausch untereinander zur Verfügung. Im Lehrraum „*Campus Nalanda*“ werden von Seiten des Tibetischen Zentrums die Nachrichten veröffentlicht, die alle Studierenden betreffen und es gibt dazu noch **diverse Foren** für den Austausch der Studierenden untereinander, z.B. die Foren „*Organisatorisches*“, „*Eure Themen*“, oder „*Regionalgruppen*“. So können die Studierenden untereinander die Internet-Plattform nutzen, um sich auszutauschen oder den „*Dharmatipp*“ der Woche zu besprechen. Sie können sich auch verabreden, z.B. zum gemeinsamen Vorbereiten von Prüfungen.

Das gesamte Studium unterteilt sich in ein dreijähriges **Grundstudium** und ein **Vertiefungsstudium**, das insgesamt vier Vertiefungsstudienblöcke umfasst. Ein Vertiefungsstudienblock beinhaltet jeweils zwei thematisch verschiedene Jahreskurse.

Für das dreijährige Grundstudium gibt es eine komplette Studienkreis- und Präsenztage-Planung, für die eigene Planung sollte bitte jeweils die **halbjährige Terminvorschau** genutzt werden. Diese Terminvorschauen werden vor Beginn eines jeden Halbjahres verschickt, sodass in der Regel eine Planung über 5 – 6 Monate gut möglich ist. Kurzfristige Terminänderungen werden den Studierenden über das Nachrichtenforum in Moodle mitgeteilt.

DAS GRUNDSTUDIUM

Das dreijährige Grundstudium vermittelt einen kompakten Überblick über alle relevanten Themenblöcke der Lehre und ist unterteilt in drei Studienabschnitte: Grundlagen sowie die beiden sogenannten Fahrzeuge (Śrāvakayāna und Mahāyāna). An ca. 35 Samstagen im Jahr finden 2-stündige Studienkreise im Tempel des Tibetischen Zentrums statt. Hinzu kommen 1-2 Webinare im Monat. Sie finden wochentags von 19.45–21.00 Uhr statt.

Nach dem Grundstudium werden die Studierenden automatisch für die kommenden zwei Jahre in den Vertiefungsstrang „Meditation & Lebensführung“ übergeleitet. Alle, die eine andere Kombination der Jahreskurse wünschen, melden sich bitte rechtzeitig vor Ende des Grundstudiums bei der Studienverwaltung unter studium@tibet.de.



Curriculum des Grundstudiums

1. Teil: GRUNDLAGEN DES BUDDHISMUS

- DIE ALLGEMEINEN LEHREN DES BUDDHA
- BUDDHA DER STIFTER
- BUDDHISTISCHE PHILOSOPHIE UND LEBENSFÜHRUNG
- NĀLANDĀ UND DIE ANFÄNGE DES BUDDHISMUS IN TIBET

2. Teil: ŚRĀVAKAYĀNA (HÖRER-FAHRZEUG)

- BUDDHISTISCHE DASEINSANALYSE (ABHIDHARMA) UND GRUNDKATEGORIEN DER EXISTENZ (Teil I+II)
- KAUSALITÄT
- FESSELN DES DASEINSKREISLAUFES
- DIE VIER EDLEN WAHRHEITEN
- DER PFAD ZUR BEFREIUNG
- ERKENNTNISTHEORIE & LOGIK
- BUDDHISTISCHE PSYCHOLOGIE
- DIE ZWÖLF GLIEDER DES ABHÄNGIGEN ENTSTEHENS
- DIE DREI ZUFLUCHTEN
- ETHIK UND LEBENSFÜHRUNG
- DIE 37 FÜR DIE ERLEUCHTUNG FÖRDERLICHEN EIGENSCHAFTEN
- MEDITATION
- WEISHEIT IM ŚRĀVAKAYĀNA

3. Teil: MAHĀYĀNA (WEG DES BODHISATTVAS)

- DER ERLEUCHTUNGSGEIST, DIE ESSENZ DES MAHĀYĀNA
- BODHISATTVA ÜBUNGEN
- WEISHEIT IM MAHĀYĀNA
- BUDDHANATUR UND BUDDHASCHAFT
- VAJRAYĀNA - BUDDHISTISCHES TANTRA

DAS VERTIEFUNGSTUDIUM

Die Voraussetzung für das Vertiefungsstudium ist ein abgeschlossenes Grundstudium (auch ohne Prüfungen!). Es gibt insgesamt 8 Jahreskurse im Vertiefungsstudium, jeweils 4 Kurse in den beiden Themensträngen „Meditation & Lebensführung“ und „Philosophie“. Von den acht Jahreskursen werden in jedem Jahr parallel je ein Kurs aus jedem der beiden Themenstränge angeboten. Gegen Ende des Grundstudiums erhalten alle Studierenden ausführliche Informationen über die Lehrinhalte dieser Jahreskurse des Vertiefungsstudiums.

Abfolge der Jahreskurse im Vertiefungsstudium

	VERTIEFUNGSSTRANG: MEDITATION & LEBENSFÜHRUNG	VERTIEFUNGSSTRANG: PHILOSOPHIE
1	Gomrim – Die Stufen der Meditation	Mādhyamakavatara – Die Philosophie des Mittleren Weges
2	Bodhicaryāvātara – Die Lebensweise eines Bodhisattvas	Ost/West – Westliche Denkmodelle im Spiegel des Buddhismus
3	Lamrim – Die Stufen auf dem Weg zur Erleuchtung	Siddhānta – Die philosophischen Lehrmeinungen des Buddhismus
4	Tantra – Die Lehre des Geheimen Mantra	Śūnyatā – Die Weisheit der Leerheit

Nach 4 Jahren beginnt die Abfolge von Neuem.

Eine Anmeldung zum Vertiefungsstudium erfolgt immer für 2 Jahre. Man kann dann unter den jeweils zur Auswahl stehenden Jahreskursen aus beiden Vertiefungssträngen frei wählen. Ein Jahreskurs im Vertiefungsstudium hat einen Umfang von 10 Doppelstudienkreisen bzw. 3-stündige Unterweisungen sonntags, 15 2-stündigen Studienkreisen samstags sowie 10 Webinaren wochentags von 19.45–21.00 Uhr.

Nach dem Grundstudium werden die Studierenden automatisch für die kommenden zwei Jahre in den Vertiefungsstrang „**Meditation und Lebensführung**“ übergeleitet. Alle, die eine andere Kombination der Jahreskurse wünschen, melden sich bitte rechtzeitig vor Ende des Grundstudiums bei der Studienverwaltung unter studium@tibet.de

UNTERLAGEN

Die Studienunterlagen basieren größtenteils auf den Unterweisungen, die der tibetische Meister Geshe Thubten Ngawang in den Jahren von 1988 bis 1995 im Tibetischen Zentrum gegeben hat und wurden seit 2009 grundlegend überarbeitet. Zu jedem Themenblock gibt es umfangreiches Studienmaterial. Die Themenblöcke beginnen immer mit einer Zusammenfassung, sodass Studierende mit wenig Zeit sich gut einen Überblick verschaffen können. Für diejenigen, die besonders intensiv studieren möchten, gibt es auch optionale Textpassagen, die als solche gekennzeichnet sind.

Allen Studierenden werden die Unterlagen vor Beginn der jeweiligen Themenblöcke per Post zugesandt. Sollte dies nicht gewünscht werden, weil ein **digitaler Zugriff auf die Studienunterlagen** über die Lernplattform Moodle als ausreichend angesehen wird, kann der automatische Unterlagenversand mit einer kurzen Mail an studium@tibet.de abbestellt werden.

STUDIENKREISE, WEBINARE, PRAXIS- UND WISSENSMODULE

Studienkreise

Die Studienkreise im Grundstudium finden wöchentlich an ca. 35 Samstagen im Studienjahr je nach Lehrgang jeweils von 14.00–16.00 Uhr oder von 16.30–18.30 Uhr im Tempel des Tibetischen Zentrums statt. Im Vertiefungsstudium gibt es 10 Doppelstudienkreise / Unterweisungen (2x 1,5 Std.) sonntags und 15 zweistündige Studienkreise samstags (10.30–12.30 Uhr). In den Studienkreisen wird zunächst in Vorträgen Wissen vermittelt. In Austausch- und Diskussionsrunden können die Studierenden den Stoff vertiefen und mit ihrem Leben in Verbindung bringen. Darüber hinaus gibt es einen „*Dharmatipp der Woche*“, der dazu dient, das Gelernte anzuwenden und zu vertiefen. Auch gemeinsame Meditationen werden angeboten.

Die Studienkreise werden per Livestream übertragen und aufgezeichnet, sodass sie im Anschluss auch jederzeit als Video in Moodle angesehen werden können. Darüber hinaus werden die Audioaufnahmen der Studienkreise als herunterladbare MP3-Dateien in den Downloadbereich des jeweiligen Themenblocks eingestellt. Alle Teilnehmenden haben die Möglichkeit, über die Internet-Plattform Fragen für die nächste Sitzung einzubringen und offene Punkte mit anderen Studierenden zu klären.

Wer keinen Zugang zum Internet hat, erhält CDs von allen erstellten Audioaufnahmen in regelmäßigen Abständen per Post. Aber auch für alle anderen Studierenden besteht die Möglichkeit eines (dann kostenpflichtigen) CD-Versands. Der Wunsch nach CDs muss bitte auf dem Anmeldebogen vermerkt werden oder der CD-Versand kann im Nachhinein per Mail an studium@tibet.de bestellt werden.

Webinare

Webinare ermöglichen die direkte Kommunikation zwischen den Lehrenden und Studierenden. Sie erfreuen sich großer Beliebtheit und sind besonders für Fernstudierende eine wunderbare Möglichkeit, aktiv zu lernen und sich mit anderen auszutauschen. Sie finden in der Woche abends von 19.45–21.00 Uhr statt.

Die Teilnehmenden kommen mit einer Lehrkraft im virtuellen Klassenzimmer zusammen und können sich per Chat oder direkt beteiligen. Im kürzeren ersten Teil wird der Stoff des Unterrichts aus den Studienkreisen wiederholt, im zweiten Teil gibt es Zeit für Fragen und Diskussionen, auch eigene Themen können dabei gerne eingebracht werden. Die Sitzungen werden aufgezeichnet und befinden sich später im Videoarchiv.

Wer beim Webinar mitmachen möchte, braucht keine besondere Software, man betritt das virtuelle Klassenzimmer einfach über einen Link im Moodle-Lehrgangsraum. Für die aktive Live-Teilnahme ist der Gebrauch eines Headsets (Kopfhörer mit Mikrofon) nötig. Wer nur zuhören und Fragen per Chat stellen möchte, kann den im Computer befindlichen Lautsprecher benutzen.



Praxis- und Wissensmodule

Zusätzlich zum eigentlichen Studium haben die Studierenden des SSdB die Möglichkeit, aus dem allgemeinen Programm des Tibetischen Zentrums einige als Praxismodule (PM) bzw. Wissensmodule (WM) gekennzeichnete Kurse zur eigenen Weiterbildung zu belegen. Diese Kurse werden den Teilnehmenden zu einem stark vergünstigten Preis angeboten. Die Module dienen dazu, das Wissen je nach persönlichen Interessen zu vertiefen und zu intensivieren, die Teilnahme an ihnen ist grundsätzlich freiwillig. Es stehen zwei Arten von Zusatzmodulen zur Auswahl:

In den **Praxismodulen** lernen die Studierenden unter qualifizierter Anleitung grundlegende Meditationsformen des Buddhismus, Achtsamkeitsübungen oder andere Körperübungen kennen. Praxismodule gibt es nur als Vor-Ort-Angebot in Hamburg oder in unserem Meditationshaus Semkye Ling. In den **Wissensmodulen** wird Wissen vermittelt, das über die Inhalte des Kern-Curriculums hinausgeht. Wissensmodule werden zum Teil auch als Fernkurse angeboten.

In den Modulen wird der Buddhismus auch in interdisziplinären Zusammenhängen behandelt. Themen sind zum Beispiel:

- ✿ Buddhismus und moderne Wissenschaft
- ✿ Rezeption des Buddhismus im Westen
- ✿ soziale Aspekte des Buddhismus

Eine Liste der zur Verfügung stehenden Praxis- und Wissensmodule wird ausser im Programmheft auch halbjährlich im Moodle-Nachrichtenforum veröffentlicht.

ONLINE-FOREN

Für jeden Studienlehrgang gibt es einen **geschlossenen lehrgangsspezifischen Lehrraum** sowie den Raum „*Campus Nalanda*“ in der virtuellen Lernplattform Moodle. In beiden Räumen finden sich verschiedene Foren, die für einen Austausch unter den Studierenden genutzt werden können. Das gemeinsame Lernen fördert die Motivation.

In den Foren können die Studierenden Fragen stellen, Kontakt mit TutorInnen aufnehmen, mit anderen diskutieren oder einfach ins Gespräch kommen. Sie haben auch die Möglichkeit, Fragen für die Studienkreise zu posten und den „Dharmatipp der Woche“ zu diskutieren.

Manche Studierende nutzen das Internetforum auch, um gemeinsame Online-Konferenzen oder Regionalgruppentreffen zu verabreden. Oder sie informieren sich über Termine für Sprechstunden, Webinare und andere Angebote der Lehrkräfte und TutorInnen. Auch ein Teil der Prüfungsvorbereitung kann über ein Forum erfolgen.

Es wäre wünschenswert, wenn insbesondere die Fernteilnehmenden Zeit für die aktive Beteiligung im Internet einplanen, je mehr Studierende sich beteiligen, umso lebendiger kann das Studium gestaltet werden.

LERN- UND REGIONALGRUPPEN

Der gemeinsame Austausch stärkt die Motivation für das Studium und fördert das Lernen. Deshalb möchte das Tibetische Zentrum die **Vernetzung der Studierenden fördern**, wir regen daher die **Bildung von Lern- und Regionalgruppen** an.

Das Tibetische Zentrum unterstützt durch gemeinsame Präsenztage und der Bereitstellung des Forums „*Regionalgruppen*“ im „*Campus Nalanda*“ die Bildung von lehrgangsspezifischen Lerngruppen und lehrgangsübergreifenden Regionalgruppen. Die Initiative geht dabei aber von den Studierenden selbst aus.

Die Einrichtung von Regionalgruppen hat sich bewährt. Manche Gruppen treffen sich einmal im Monat, andere in größeren Abständen. Möglich ist auch, dass die Gruppen Lehrkräfte oder TutorInnen aus dem Tibetischen Zentrum in ihre Region einladen, um gemeinsam Veranstaltungen abzuhalten.

URKUNDEN: Teilnahmebescheinigung oder Zertifikat

Urkunden in Form einer **Teilnahmebescheinigung** (ohne Voraussetzungen) oder eines **Zertifikats** (mit Voraussetzungen) müssen von den Studierenden am Ende eines Studienabschnitts (Grundstudium und/oder einem zweijährigen Vertiefungsstudium-Block) bei der Studienverwaltung unter studium@tibet.de schriftlich mittels eines **Urkundenabfragebogens** beantragt werden.

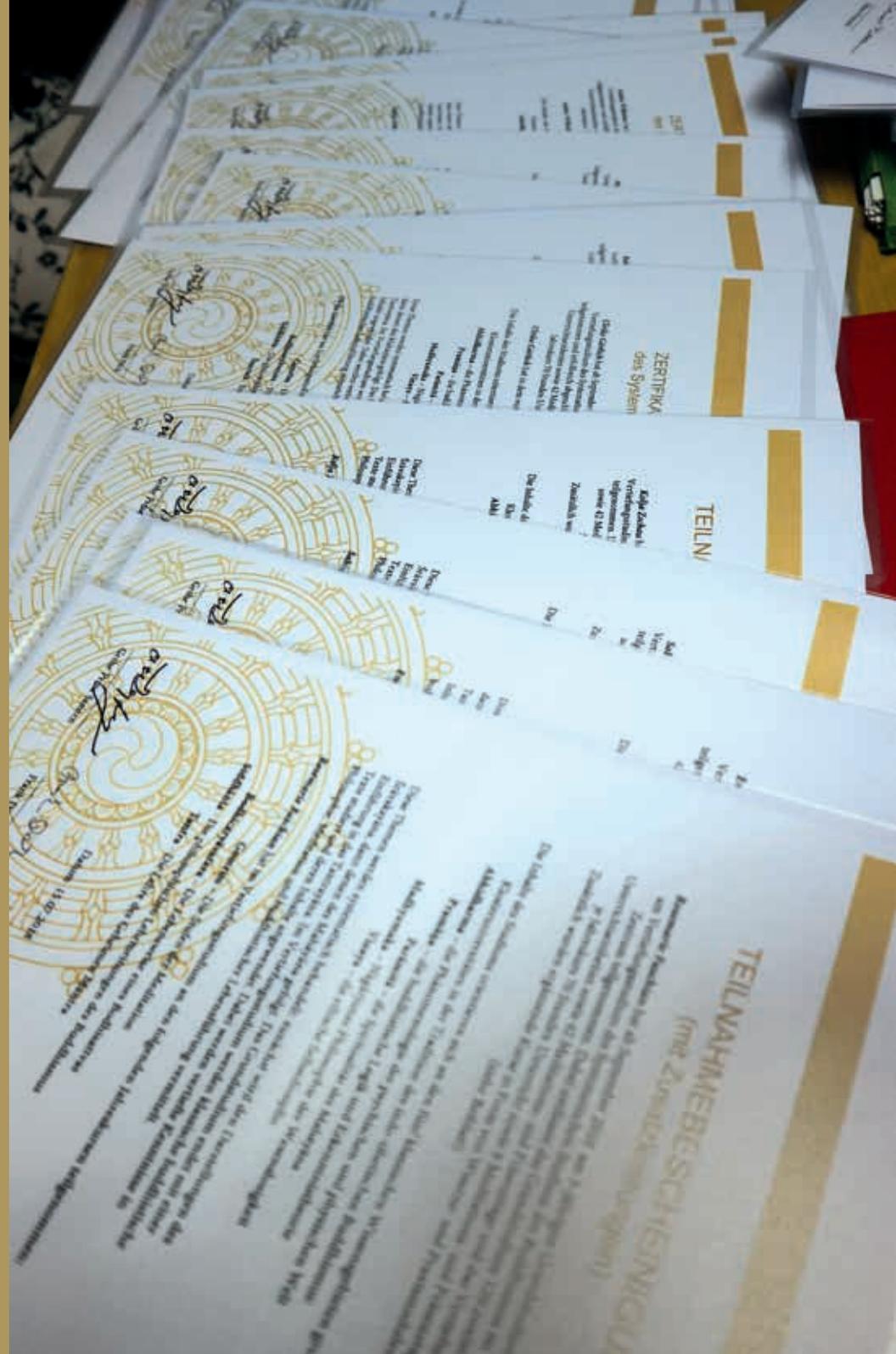
Zertifikate

Studierende können mit den entsprechenden Voraussetzungen nach jedem Studienabschnitt ein **Zertifikat ohne oder mit Zusatzleistungen** erhalten. Wir erstellen die Urkunden am Ende des Grundstudiums (3 Jahre) oder nach 5, 7, 9 bzw. 11 Jahren im Vertiefungsstudium.

Wer ein einfaches **Zertifikat** erhalten möchte, muss im **Grundstudium** folgende Bedingungen erfüllen:

- ❖ 20 Punkte für die Anwesenheit bei **Präsenz- bzw. Meditationstagen** sammeln, (später im **Vertiefungsstudium** in 2 Jahren 10 Punkte)
- ❖ 5 von 6 **Prüfungen** erfolgreich ablegen. (später im **Vertiefungsstudium** in 2 Jahren 3 von 4 Prüfungen)

Mit dem Zertifikat werden auf einem Beiblatt die erreichten Punktzahlen der Prüfungen dokumentiert. Wer über das Kernstudium hinaus Zusatzmodule belegt hat, erhält ein **Zertifikat mit Zusatzleistungen**. Dann werden in einem weiteren Beiblatt die zusätzlich absolvierten Praxis- und Wissensmodule aufgelistet.



PRÜFUNGEN

Alle Studierenden erhalten die **Prüfungsunterlagen** zusammen mit ihren Studienunterlagen per Post. Die Prüfungen können während der Präsenztage im Meditationshaus oder zu Hause geschrieben werden. Dafür bedarf es keiner Anmeldung. Der **Prüfungszeitraum** beträgt 4-6 Wochen und wird in der Terminvorschau vor Beginn eines jeden Semesters bekannt gegeben. Für eine mögliche **Fristverlängerung** (als Ausnahme) ist eine kurze Mail mit der Bitte und einer Begründung an die Studienverwaltung unter studium@tibet.de erforderlich.

Die Prüfung besteht aus zwei Teilen, es können max. 100 Punkte erreicht werden:

- ✿ **sechs Fragen zum Basiswissen** – Definitionen und Einteilungen, Daten, Fakten (max. 30 Punkte)
- ✿ **eine komplexere Verständnisfrage**, zu der ein kurzer Aufsatz verfasst wird – Wiedergabe des Inhalts, Aufzeigen von Zusammenhängen, Entwicklung eigener Gedanken (max. 70 Punkte)

Für das Bestehen einer Prüfung werden insgesamt 65 von 100 Punkten benötigt, wobei aber mindestens 50% beider Frage-Gruppen (Basiswissen mind. 15 von 30 Punkte und Verständnisfrage mind. 35 von 70 Punkte) erreicht werden müssen. Sollte einer der drei Faktoren (Gesamtpunktzahl von 65 Punkten oder 50 % der Punkte beim Basiswissen oder der Verständnisfrage) nicht erreicht worden sein, gilt die Prüfung als nicht bestanden.

Vorbereitung auf die Prüfung

Zur Vorbereitung auf die Prüfung bekommen die Studierenden am Ende jedes Themenblocks eine Auswahl an Fragen zum Basiswissen und eine Verständnisfrage. Bei kurzen Themenblöcken gibt es zum Teil keine eigene Verständnisfrage. Vor Beginn des Prüfungszeitraumes wird eine **Sammlung der prüfungsrelevanten Fragen** veröffentlicht.

Für die Prüfung bereiten sich die Studierenden auf drei Verständnisfragen vor, mindestens eine davon werden sie dann in der Prüfung wiederfinden und beantworten können. Die Wissensfragen sollen alle vorbereitet werden; welche in der Prüfung abgefragt werden, bleibt eine Überraschung.

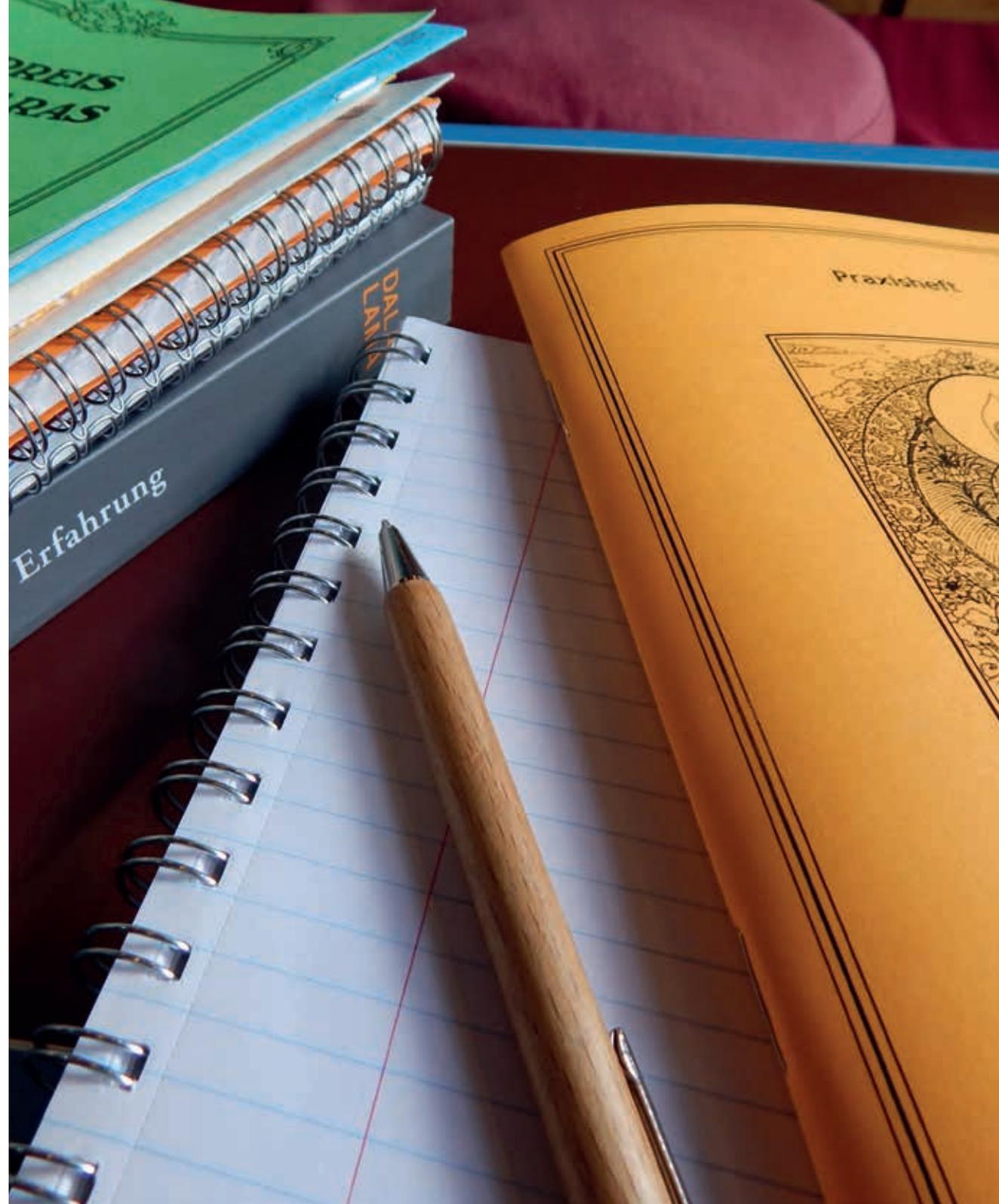
Prüfungskorrektur

Bevor das Original an die Studienverwaltung geschickt wird, bitte unbedingt eine Kopie der geschriebenen Prüfung machen! Es werden PC-geschriebene Prüfungen bevorzugt, da es die Korrektur erleichtert. Lehrkräfte und TutorInnen korrigieren die Prüfungen. Nach der Korrektur werden die korrigierten Prüfungen den Studierenden zusammen mit neuen Studienunterlagen wieder zugesendet.

Nachholen von Prüfungen und Präsenzpunkten

Wenn eine Prüfung nicht bestanden oder nicht mitgeschrieben wurde und am Ende eine Prüfung für ein Zertifikat fehlt, gibt es verschiedene Möglichkeiten eine Prüfung nachzuholen.

In diesem Fall bitte **innerhalb eines halben Jahres** nach Abschluss des Studiums Kontakt mit Gesine Bruners unter studium@tibet.de aufnehmen. Das gleiche gilt auch bei fehlenden Präsenzpunkten.



PRÄSENZTAGE UND MEDITATIONSTAGE

Weil der gemeinsame Austausch so wichtig ist, laden wir alle Direkt- und Fernstudierenden zwei Mal im Jahr zu **lehrgangsspezifischen Präsenztagen** und **lehrgangsübergreifenden Meditationstagen** ein. Diese dauern fünf Tage in unserem Meditationshaus Semkye Ling in der Lüneburger Heide bzw. finden an einem Wochenende im Tibetischen Zentrum in Hamburg-Berne statt und sind ein wichtiger Teil des Studiums. Mit der Teilnahme an den Präsenz- und Meditationstagen werden **Präsenzpunkte** für ein Zertifikat gesammelt.

Präsenztage

Die fünftägigen Präsenztage finden jeweils von Freitag bis Mittwoch im Meditationshaus Semkye Ling in Schneverdingen in der Lüneburger Heide statt. Dort treffen sich die Studierenden eines Lehrgangs mit einer Lehrkraft und ein bis zwei TutorInnen. Die gemeinsamen Tage bieten eine gute Gelegenheit, sich untereinander kennenzulernen sowie das Gelernte aus dem vergangenen Semester zu vertiefen und anzuwenden.

Die Präsenztage bestehen aus verschiedenen Elementen: Vorträge, gemeinsame Meditation, Gruppenarbeit und Gesprächskreise. Wer am Ende des Studiums ein Zertifikat erhalten möchte, kann an einem Vormittag gemeinsam mit anderen Studierenden die (freiwillige) Prüfungen schreiben; für alle anderen gibt es in den zwei Stunden ein Alternativprogramm.

In der Freizeit kann man gemeinsame Spaziergänge und andere Unternehmungen machen. Die Studierenden finden diese gemeinsame Zeit sehr kostbar und nutzen die Möglichkeit, sich mit Gleichgesinnten über den Dharma auszutauschen. Möglicherweise findet man hier auch Studierende aus der eigenen Region, sodass man sich später verabreden kann, um z.B. den Studienstoff gemeinsam zu erarbeiten und Fragen zu klären. Es besteht auch die Möglichkeit, vor Ort eine Lehrersprechstunde mit der Lehrkraft zu vereinbaren und durchzuführen.

Neben Kosten für Unterkunft und Verpflegung fallen keine weiteren Gebühren bei den Präsenztagen an. Für den Besuch von **fünftägigen Präsenztagen** erhalten die Studierenden **10 Präsenzpunkte**.

Für die **Anmeldung zu den Präsenztagen** in Semkye Ling bitte einen ausgefüllten und unterschriebenen „**Anmeldebogen für ein Seminar im Meditationshaus**“ an sl@tibet.de schicken. Eine frühzeitige Anmeldung erleichtert die Planung im Meditationshaus.

Meditationstage

Die Meditationstage sind zweitägig (Sa/So) und finden im Tempel des Tibetischen Zentrum Hamburg-Berne statt. Hier treffen sich aktiv Studierende aller Lehrgänge und Vertiefungskurse. Deshalb sind die Themen allgemeinerer Art. Da im Tibetischen Zentrum keine Übernachtungsmöglichkeiten vorhanden sind, müssen sich die Teilnehmenden eine Unterkunft und Verpflegung selbst organisieren. Auch hier entstehen bei Teilnahme keine zusätzlichen Beiträge, die Kosten sind über die monatlichen Beiträge gedeckt.

Für den Besuch von **zweitägigen Meditationstagen** erhalten die Studierenden **5 Präsenzpunkte**.

Für die **Anmeldung zu den Meditationstagen** in Hamburg bitte den ausgefüllten (der Abschnitt Zahlweise entfällt!) und unterschriebenen „**Anmeldebogen für ein Seminar in Hamburg**“ an studium@tibet.de schicken.





**„WORÜBER WILLST DU MEDITIEREN,
WENN DU NICHTS WEISST?“**

S.H. der 14. Dalai Lama, Schirmherr des Tibetischen Zentrums e.V.

SPRECHSTUNDEN MIT DEN LEHRKRÄFTEN

Während der Präsenztage können Sprechstunden vor Ort geführt werden. Einmal im Monat bietet eine Lehrkraft für studienspezifische oder persönliche Themen eine telefonische Sprechstunde an. Die Termine stehen mindestens für ein halbes Jahr im Voraus fest, eine Übersicht ist im Lehrgangsraum einsehbar bzw. herunterladbar. Innerhalb einer Sprechzeit werden die Termine halbstündig vergeben.

Für einen Termin bitte rechtzeitig (mind. eine Woche vorher) bei Gesine Bruners per Mail studium@tibet.de anmelden. Dabei bitte den Lehrgang sowie die aktuelle Telefonnummer, unter der zurückgerufen werden soll, angeben und welcher Art und Inhalt das Anliegen ist, damit sich die Lehrkraft darauf vorbereiten kann.

TUTORINNENSCHAFT

Das Studium im Tibetischen Zentrum dient vor allem dazu, das eigene Wissen zu vertiefen und eine solide Basis für die Meditationspraxis zu schaffen. Darüber hinaus kann es die Teilnehmenden in die Lage versetzen, Wissen und Erfahrung im Dharma auch an andere weiterzugeben. Dies gilt besonders für diejenigen, die alle Studienabschnitte absolvieren.

Tutorinnen und Tutoren sind AbsolventInnen früherer Lehrgänge bzw. haben das Grundstudium bereits abgeschlossen. Sie unterstützen die Lehrkräfte in den Studienkreisen und Webinaren und stehen im Internet den Studierenden für Fragen und Diskussionen über die Inhalte zur Verfügung.

Alle, die Interesse an einer praxisnahen Vertiefung und Wiederholung der Studieninhalte haben, können mit den verschiedenen Aufgaben der TutorInnen-Tätigkeit im Studium weiterreichende Erfahrungen sammeln. Bei Interesse bitte die Studienverwaltung kontaktieren.



KOSTEN UND LEISTUNGEN

Das Studium kostet 85 Euro pro Monat, eine Ermäßigung ist nach Absprache möglich.

Grundsätzlich wollen wir allen ein Studium ermöglichen und geben zum Teil auch Ermäßigungen über den normalen Ermäßigungssatz (25%) hinaus, gleichzeitig sind wir aber zum Wohle aller auch der eigenen Wirtschaftlichkeit verpflichtet. In der Regel finden wir dann im Gespräch eine für beide Seiten gute Lösung. Deshalb kontaktieren Sie bei einem Wunsch nach Ermäßigung bitte unbedingt die Studienberatung unter studium@tibet.de

Der monatliche Beitrag wird in den 3 Jahren des Grundstudiums bzw. den Jahreskursen des Vertiefungsstudiums durchgehend gezahlt, auch wenn keine Studienkreise stattfinden. Mit ihm sind alle Kosten für das Systematische Studium abgedeckt:

- ✿ die Teilnahme an den Studienkreisen bzw. am Livestream, alternativ das nachträgliche Ansehen der Videoaufzeichnung oder das zeitnahe Herunterladen der Audioaufzeichnungen eines Studienkreises
- ✿ die schriftlichen Studien- und Prüfungsunterlagen
- ✿ die Nutzung des geschlossenen Internetforums
- ✿ die Teilnahme an regelmäßig stattfindenden Webinaren, also Seminaren, die über das Web gehalten werden.
- ✿ die Betreuung durch Lehrkräfte (auch Sprechstunden) und TutorInnen
- ✿ die Teilnahme an den Präsenz- und Meditationstagen (hier kommen ggf. nur Kosten für Übernachtung und Verpflegung hinzu)
- ✿ die Teilnahme an Prüfungen (freiwillig)



KÜNDIGUNG DES SYSTEMATISCHEN STUDIUMS

Eine vorzeitige Kündigung des Studiums ist jederzeit mit einer 6-wöchigen Frist zum Quartalsende möglich. Bitte die Kündigung schriftlich per Mail unter studium@tibet.de, per Fax unter 040 298434-199 oder per Post an:

Tibetisches Zentrum e.V.
Studienverwaltung
Hermann-Balk-Straße 106
22147 Hamburg

Wir freuen uns im Falle der Kündigung immer über ein Feedback und schicken eine schriftliche Kündigungsbestätigung.

Wird das Systematische Studium zu einem späteren Zeitpunkt fortgesetzt, können bereits abgeschlossene Semester in einem neuen Lehrgang zu einem stark reduzierten Wiederholertarif studiert werden.



Liebe Leserinnen und Leser,

mehr als 2.500 Studierende haben seit 1988 die Chance dieses besonderen Buddhismus-Studiums in den Lehrgängen 1–13 bereits für sich genutzt – übrigens ganz gleich, ob Buddhistin/Buddhist oder nicht. Damit sie alle das Lernen in den Alltag integrieren konnten und können, möchten wir die bestmöglichen Bedingungen schaffen.

Sie bestimmen, wann Sie lernen:

Alle Studierenden, sowohl Direkt- als auch Fernstudierende, haben Zugang zu einer **gemeinsamen E-Learning-Plattform**. Hier haben alle Teilnehmenden die Möglichkeit, online am Livestream teilzunehmen bzw. die Videoaufzeichnungen des Livestreams nachträglich anzuschauen, sowie die Audiodateien der wöchentlichen Studienkreise herunterzuladen.

Darüber hinaus gibt der Aufbau des Studiums allen Teilnehmenden die Freiheit, die Intensität ihres Studierens selbst zu bestimmen.

Die Broschüre, die Sie in den Händen halten, soll Ihnen möglichst viele Informationen geben und Fragen bereits beantworten. Trotzdem unsere Herzensbitte an Sie: Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie uns gerne an. Sie erreichen uns telefonisch unter 040 298434-103 oder per Mail an studium@tibet.de

Gesine Bruners und Viola Fischer



G. Bruners



V. Fischer

Khen Rinpoche Geshe Pema Samten, ständiger tibetischer Gelehrter im Zentrum





Tibetisches Zentrum e.V.
Hermann-Balk-Straße 106 · 22147 Hamburg
www.tibet.de