



DAS EINJÄHRIGE INTENSIVSTUDIUM STARTET ENDE AUGUST 2026

Für alle, die fundiertes Wissen über die Lehrinhalte und deren offenkundig großartigen praktischen Nutzen aus dem Buddhismus erfahren und lernen möchten, ist dieser kompakte Einjahreskurs genau das Richtige. Für alle, die können und möchten, ist es die Chance, ein Jahr lang an vier Tagen der Woche jeweils einen halben Tag in die Wissensgebiete des Buddha eintauchen.

ANMELDUNG, VORAUSSETZUNGEN UND KOSTEN

Es gibt keine inhaltlichen Voraussetzungen. Neben dem finanziellen Aspekt sollten genügend Zeitressourcen u.a. für die eigene Vor- und Nachbereitung des Unterrichts zur Verfügung stehen.

Anmeldung und Beratung:

Heike Schmick
E-Mail: dharma-kolleg@tibet.de

Weitere Infos und Online-Anmeldung:



DAS STUDIUM IM ÜBERBLICK Ablauf:

- ✿ Studieren vor Ort (Hamburg, Güntherstraße 39) oder/und online per Livestream
- ✿ Ca. 37 Wochen Unterricht/Praxistage/Lernwochen sowie alle 5–8 Wochen eine freie Woche (zusätzliche freie Zeiten im Dez/Jan/Aug)
- ✿ 34 Wochen Unterricht mit Geshe Sönam Namgyäl: Di–Fr, 9.30–13 Uhr
- ✿ 34 Wochen Morgen-Meditationen: Di–Fr, 9–9.20 Uhr
- ✿ Auftakt- und Praxistage im Meditationshaus auf dem Land

Inhalt:

Alle Themen der buddhistischen Weisheitstradition werden anhand des Textes „Der kostbare Kranz der Lehrmeinungen“ gelehrt. In den fünf klassischen Lehrmeinungen, die den Kern dieser Ausbildung bilden, sind alle wesentlichen Inhalte der Buddha-Lehre enthalten. Die Darstellung lehnt sich an die indo-tibetische Tradition an.

- ✿ Vaibhashika
- ✿ Sautrantika
- ✿ Cittamātrīn
- ✿ Svatantrika-Madhyamika
- ✿ Prasāngika-Madhyamika



AUCH ALS
FERNKURS
MIT LIVE-
STREAM



**Tibetisches
Zentrum**

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

བྱང་ཆུབ་ཚེས་གླིང་།

**EINJÄHRIGES
INTENSIVSTUDIUM
DES BUDDHISMUS**



Seit der Gründung 1977 steht das Tibetische Zentrum unter der Schirmherrschaft von S. H. dem 14. Dalai Lama. Er betont stets die Wichtigkeit der Kombination von Lernen und Meditieren.

Du hast mit diesem Studium eine einmalige Möglichkeit, tief in die buddhistische Philosophie und Lehre einzutauchen, sie theoretisch zu lernen und praktisch zu erfahren. Unser ganz neues Konzept ermöglicht eine in Europa einmalige Möglichkeit, besonders intensiv einzusteigen, ohne dass der eigene Alltag und Beruf komplett aufgegeben werden muss. So kannst du Geistesschulung mit deinen täglichen Abläufen vereinbaren und weiterhin einer Erwerbstätigkeit nachgehen.

Nach einem Jahr hast du umfassende Kenntnisse und Erfahrungen gesammelt, die du weiterführen oder in dein weiteres Leben mitnehmen kannst.

Das einjährige Intensivstudium ist außerdem die ideale Möglichkeit, zu testen, ob du vielleicht am 6-jährigen Dharmakolleg teilnehmen möchtest oder ob das komplett berufsbegleitend Systematische Studium vielleicht doch besser zu dir passt.

WAS DIE INTENSIV-AUSBILDUNG KOSTET

Für den Erhalt des Studienbetriebes ist grundsätzlich eine monatliche Studiengebühr vorgesehen.

Die Kosten staffeln sich nach der Teilnahme, wobei die Vorort-Teilnahme durch einen günstigeren monatlichen Beitrag unterstützt werden soll. Bei Zahlung des gesamten Jahresbeitrags wird nochmals eine 10% Ermäßigung gewährt:

- ✿ Beitrag für Vorort-Teilnahme*: 230 € /Monat
- ✿ Beitrag für Fernteilnahme: 250 € /Monat
- ✿ Förderbeitrag: 300 € /Monat

*Für eine ermäßigte Vorort-Teilnahme verpflichtet man sich zu einer mind. 90% Präsenz-Anwesenheit vor Ort.

Für mögliche Nachlässe sprechen Sie uns bitte an.

Verpflegung, Unterkunft sowie weitere Lebenshaltungskosten sind nicht im Studium enthalten.

Für Gespräche hinsichtlich der zu bedenkenden finanziellen Aspekte stehen wir zur Verfügung.

LEHRER

Geshe Sönam Namgyäl hat ab seinem 16. Lebensjahr in der Klosteruniversität Sera Jey (Indien) studiert. 2015 hat er seine Ausbildung mit dem höchsten Grad (Lharampa-Geshe) abgeschlossen. Im Juni 2019 kam er nach Hamburg, um hauptverantwortlich im ersten buddhistischen sechsjährigen Vollzeitstudium (Dharma-Kolleg) zu unterrichten. Zudem bietet er Vorträge, mehrjährige Kursen sowie Klausuren im Tibetischen Zentrum und in befreundeten Vereinen an.

ÜBERSETZERIN



Elisabeth Steinbrückner studierte in Berlin Indische Philologie (M.A.) mit Indischer Kunstgeschichte und Psychologie im Nebenfach. Bereits während des Studiums setzte sie sich mit original buddhistischen Schriften auseinander und begann nach dem Abschluss des Studiums, die tibetische Sprache zu lernen. Sie ist Absolventin des Lehrgangs XIII des Systematischen Studiums des Buddhismus im Tibetischen Zentrum und kam 2020 für ihre Teilnahme am buddhistischen Vollzeitstudium, dem Dharma-Kolleg, nach Hamburg. Seit Mitte 2021 übersetzt sie Geshe Sönam Namgyäl bei Kursen und Vorträgen.

Sie ist Absolventin des Lehrgangs XIII des Systematischen Studiums des Buddhismus im Tibetischen Zentrum und kam 2020 für ihre Teilnahme am buddhistischen Vollzeitstudium, dem Dharma-Kolleg, nach Hamburg. Seit Mitte 2021 übersetzt sie Geshe Sönam Namgyäl bei Kursen und Vorträgen.