

**FELSŐOKTATÁSI SZAKKÉPZÉS - ÁTTEKINTŐ TANTERV**  
**2022-től (v2022.06.01)**

| ALAPMODUL    |                              |   |   |         |
|--------------|------------------------------|---|---|---------|
| Órák         | 1. félév                     | 2. félév                                  | 3. félév  | 4.félév |
| 30           | Bevezetés a pszichológiába 4 | Gazdasági, jogi, vállalkozási ismeretek 4 | Gyakorlati alkalmazás (Mentor, tanácsadói műhely) 4 |         |
| Sp. kredit   | 4                            | 4   | 4   | 0       |
| Sp. óraszóra | 30                           | 30  | 30  | 0       |

| ÉLETMÓD MODUL |   |   |  |         |
|---------------|---|---|--|---------|
| Órák          | 1. félév  | 2. félév  | 3. félév                                     | 4.félév |
| 30            | Életmód – szövegolvasás 1. 4                              |   | Életmód – szövegolvasás 2. 4                 |         |
| 30            | Buddhista életmód 1. (Anatómia, egyensúly, öngyógyítás) 3 | Buddhista életmód 2. (Légzés, prána, pránájáma, cālung) 3 | Buddhista életmód 3. (Buddhista életvitel) 4 |         |
| Sp. kredit    | 7   | 3   | 8  | 0       |
| Sp. óraszóra  | 60  | 60  | 30   | 0       |

| BUDDHISTA MODUL |  |   |  |                                |
|-----------------|--|---|--|--------------------------------|
| Órák            | 1. félév   | 2. félév  | 3. félév   | 4. félév                       |
| 30              | Buddhista filozófia 1. (Alaptanítások) 3                 | Buddhista filozófia 2. (Szutta-vinaja) 4                  | Alkalmazott buddhizmus 1. (Buddhista pszichológia) 3 |                                |
| 30              | Mozgásmeditáció 1. (Jóga) 2                              | Mozgásmeditáció 2. (Jóga) 2                               | Mozgásmeditáció 3. (Tibeti jóga) 1                   |                                |
| 30              |  |   | Mozgásmeditáció 4. (Tibeti jóga) 1                   |                                |
| 30              | Buddhista meditáció 1. (Ánápánaszati) 2                  | Buddhista meditáció 2. (Vipasszaná) 2                     | Buddhista meditáció 4. (Samatha és vipaszjaná) 2     |                                |
| 30              |  | Buddhista meditáció 3. (Tudati képzés) 2                  | Praxis, mozgásmeditáció 1                            |                                |
| 30              | Buddhista gyakorlat 1. (Hang - sabda, mantra szádhana) 4 | Buddhista gyakorlat 2. (Zen művészetek) 3                 | Buddhista gyakorlat 3. (Tibeti szertartástan) 3      |                                |
| 30              | Meditáció elmélete 1. (Mai meditációs módszerek) 3       | Meditáció elmélete 2. (A meditáció hagyományos típusai) 3 |  |                                |
|                 | Buddhista etika 1. (Ahimszá, alap etika, kommunikáció) 3 | Meditáció elmélete 3. (Meditáció és egészség) 3           | Buddhista etika 2. (Etika) 3                         |                                |
| 30              | Buddhista elvonulás 1. (Zen) 2                           | Buddhista elvonulás 2. (Életmód speckoll) 2               | Buddhista elvonulás 4. (Tibeti) 2                    |                                |
| 30              |  | Buddhista elvonulás 3. (Théraváda) 2                      | Szakdolgozati konzultáció 2                          | Szakmai gyakorlat (560 óra) 30 |
| Összkredit      | 30   | 30  | 30   | 30                             |
| Ósszórá         | 300  | 330   | 360  | 560                            |