



Möt en autentisk tibetansk meditationsmästare

VÄGAR UR STRESS

Hur vi frigör oss från stress och hat med ett helat sinne
Stockholm, 12 maj 2026



Lama Thubten Nima

är en framstående mästare inom Drikung Kagyu i tibetansk buddhism och en nära lärjunge till Hans Eminens Garchen Rinpoche. Efter djupgående utbildning från Gar-klostret i Tibet och omfattande studier för stora läromästare förenar han uråldrig visdom med praktisk erfarenhet. Som grundare av Drikung Rinchen Choling i USA vägleder han idag människor globalt i konsten att finna inre frid och balans. Genom meditation och buddhistisk filosofi erbjuder han praktiska verktyg för att transformera stress och störande känslor till lugn och medkänsla i din vardag.

Föredraget översätts från tibetanska till engelska.

Tid: 12 maj kl. 18.30-20.00

Plats: Folkuniversitetet, Sal 520 (Kungstensg. 45, Sthlm)

Inträde: 80 kronor (Swish/kontant på plats, PG: 1287806-2)



Folkuniversitetet



Hela Stockholmsprogrammet (9-17 maj) återfinns på <https://ratnashri.se/20260509.pdf>

Organiserat av Ratnashri Meditation Center i samarbete med Folkuniversitetet

Web: <https://www.ratnashri.se>

Eventuella frågor skickas till info@ratnashri.se