

## Persbericht stichting Tibetaans Boeddhisme Limburg (TBL)

### Lezing Lama TashiNyima over “vooruitgang en valkuilen in meditatie”

### Hoe herkennen we obstakels en progressie wanneer we regelmatig mediteren?

Maastricht, 26 april 2013

Donderdag 16 mei geeft boeddhistisch leraar Lama TashiNyima om 20 uur in Maastricht in de Natuurtuinen Jekerdalop de Drabbelstraat uitleg over wat we aan moeilijkheden we tegenkomen tijdens mediteren en hoe we kunnen vaststellen hoe we op de juiste manier progressie maken. Toegang € 5,- en €2,50,- voor UM studenten. Vooraf inschrijven is noodzakelijk, email naar [info@tibetaans-boeddhisme.eu](mailto:info@tibetaans-boeddhisme.eu)

Mediteren is tegenwoordig heel normaal om te doen. Bij velen is het bekend dat het meehelpt om geestelijk gezond te blijven of fit te worden. Daarvoor hoeft je ook geen boeddhist te zijn: inzicht in je geestelijk functioneren en positieve concentratie ontwikkelen door meditatie komt in alle lagen van de bevolking voor. Maar hoe kan je vaststellen of je eigenlijk wel vooruitgang boekt? En welke valkuilen kom je tegen tijdens je meditatie?

In een intieme sfeer van hooguit 40 deelnemers, zal de Tibetaans boeddhistisch leraar Lama TashiNyima ons inspirerende adviezen geven en onverwachte invalshoeken belichten hoe we progressie constateren en obstakels kunnen herkennen en aanpakken. Lama TashiNyima is leraar en resident van het Tibetaans instituut Yeunten Ling te Huy in België en gekend door zijn standvastige meditatie.

Deze bijeenkomst is in het Tibetaans met Nederlandse vertaling, reserveren van te voren is verplicht. Kijk voor meer informatie op [www.tibetaans-boeddhisme.eu](http://www.tibetaans-boeddhisme.eu)

-----einde persbericht-----

Stichting Tibetaans Boeddhisme Limburg (TBL) bestaat uit vrijwilligers en mensen die het boeddhisme een warm hart toedragen. TBL wil door middel van het organiseren van verschillende activiteiten in Nederlands Limburg een entree bieden tot de boeddhistische levensbeschouwing en in het bijzonder tot het instituut Yeunten Ling, België.

Voor meer informatie, beeldmateriaal en het aanvragen van interviews kunt u contact opnemen met:  
Ellen van der Velden, 06-205 18 427 of 043 - 361 15 70, [pers@tibetaans-boeddhisme.eu](mailto:pers@tibetaans-boeddhisme.eu)

TBL op facebook: <http://www.facebook.com/Tibetaans.Boeddhisme>

TBL op twitter: <http://www.twitter.com/TBL limburg>