

Livre

**Auteur(s)** : Bstan 'dzin rgya mtsho (dalaï lama XIV ; 1935-...) (Auteur)  
;Du Luart, Yolande (1932?-...) (Traducteur)  
**Titre(s)** : Transformer son esprit : sur le chemin de la sérénité / sa sainteté le Dalaï-lama ; traduit de l'anglais par Yolande du Luart.  
**Editeur(s)** : Paris : Le Livre de poche, 2008.  
**Collection(s)** : (Le Livre de poche ; 15577. Spiritualités).  
**Autres** : 1 vol. (154 p.) . 18 x 11 cm  
**Résumé** : Le Dalaï-lama propose de découvrir une nouvelle voie pouvant donner un nouveau sens à sa vie, à partir du lo-jong (transformer l'esprit) : culture de la compassion, comportement équilibré pour soi comme pour les autres, construction d'une pensée positive, transformation des situations négatives.  
**Sujet(s)** : Bouddhisme tibétain \*\* Doctrines \*\* Introductions



## Exemplaires

| Espace  | Localisation  | Cote      | Utilisation | Disponibilité | Bib. d'origine |
|---------|---------------|-----------|-------------|---------------|----------------|
| Adultes | Documentaires | 294.3 DAL | Prêt normal | Disponible    | Plérin         |