

Transformer son esprit PDF

Bstan-,dzin-rgya-mtsho



Ceci est juste un extrait du livre de Transformer son esprit. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



DOWNLOAD PDF

Auteur: Bstan-,dzin-rgya-mtsho

ISBN-10: 9782253155775

Langue: Français

Taille du fichier: 4402 KB

LA DESCRIPTION

Sa Sainteté le Dalaï-Lama Transformer son esprit Sur le chemin de la sérénité L'Occident est malade. Malade de vitesse, d'énervement, de surexcitation. On saute d'un avion dans un autre. On travaille sous la pression de chefs d'entreprise qui imposent un maximum de rendement, on regarde pendant des heures des émissions abrutissantes à la télévision, on vit dans le stress et l'angoisse. Même les enfants sont touchés. Dès les classes primaires, pèse sur eux la lancinante question : seront-ils capables de suivre de bonnes études, d'intégrer une grande école ? Ce livre tente d'offrir une pause de réflexion spirituelle. Le Dalaï-Lama, symbole de la paix de l'âme, nous propose de découvrir une voie nouvelle capable de donner un sens à notre vie. En s'inspirant des principes du lojong, qui signifie littéralement «transformer l'esprit», le maître en développe les thèmes : culture de la compassion, comportement équilibré à l'égard de soi-même et des autres, construction d'une pensée positive... Lire la suite, transformation des situations négatives en moyens d'évoluer vers l'harmonie. Cette discipline intérieure a un objectif : apprendre à distinguer l'important du superflu et, au bout de la voie, trouver le bonheur et la sérénité.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Découvrez des commentaires utiles de client et des classements de commentaires pour Transformer son esprit sur Amazon.fr. Lisez des commentaires honnêtes et non ...

Transformer son esprit Sur le chemin de la sérénité Ecrit par le Dalaï-Lama Un livre extraordinaire, qui regorge d'énergie et [...]

Paru le 5 novembre 2003 chez Le Livre de Poche - Poche, 154 pages d'Occasion ou neuf - Comparez les prix en ligne et achetez ce livre moins cher. ISBN 9782253155775.

TRANSFORMER SON ESPRIT

[Lire la suite...](#)