

LITERATURLISTE PRANAYAMA YA300+



* Bei den mit einem * versehenen Büchern kann jeweils eines davon ausgewählt werden.

1) Inhalte dieser Bücher werden bei der Ausbildung vorausgesetzt. Bitte vorab Inhalte verinnerlichen.

2) Diese Bücher bitte vor der Ausbildung lesen

PFLICHTLITERATUR

AUTORIN	TITEL	ISBN	VERMERK
Lucia Nirmala Schmidt	Atmen jetzt	978-3-485-01435-9	1) / 2)
Anna Trökes	Pranayama - Studienbegleitheft	3-9229-900-10	kann bei BMS bestellt werden
A. Trökes & M. Seyd	Yoga und Atemtypen	978-3-95883-017-2	
Swami Rama	Die Wissenschaft vom Atem eine praktische Einführung in Pranayama	3-89767-474-2	1) evt. vergriffen
R. Dahlke & A. Neumann	Die Wunderbare Heilkraft des Atmens	978-3-453-70125-0	
A. Trökes, B. Glet	Hatha-Yoga-Pradipika - Eine Abhandlung über den Hatha Yoga		1) kann bei BMS bestellt werden
Alexander Kobs	Shatkarma	978-3-89385-477-6	
Lucia Nirmala Schmidt	Detox-Yoga	978-3-485-02810-3	
Dr. David Frawley	Yoga und Ayurveda	978-3-89385-612-1	eins auswählen
U. Brunner & R. Hanewald	Yoga und Ayurveda. Sinnlich und körperbewusst erleben	978-3-53070-018-3	
Anna Trökes	Die kleine Yoga-Philosophie	978-3-426-29205-1	2)
T. K. V. Desikachar	ber Freiheit und Meditation. Das S tra des Patanjali	978-3-928632-30-0	* 1)
P.Y. Deshpande	Patanjali - Die Wurzeln des Yoga	978-3-426-29122-1	* 1)
R. Sriram	Das Yogasutra	978-3-89901-241-5	* 1)
Ralph Skuban	Patanjalis Yogasutra	978-3-442-34107-8	* 1)
Paramahansa Yogananda	Der Yoga der Bhagavad-Gita	978-0-87612-034-7	
Eknath Easwaran	Die Upanischaden	978-3-442-21826-4	

Bettina Bäumer	Vijnana Bhairava Göttliches Bewusstsein	978-3-458-72006-5	
Anna Elisabeth Röcker	Meditation für alle	978-3-86374-230-0	
I. Dalmann & M. Soder	Warum Yoga – ber Praxis, Konzepte und Hintergründe	978-3-9809497-0-5	
Mathias Tietke	Yoga kontrovers	978-84-941609-0-5	
Daniel Odier	Tantra – Eintauchen in die absolute Liebe	978-3-89427-246-3	2)
Veit Lindau	Seelengevögelt	978-3-442-22056-4	2)
Wilfried Huchzermeyer	Das Yoga-Lexikon	978-3-93117-228-2	kann bei BMS bestellt werden

EMPFOHLENE LITERATUR

AUTORIN	TITEL	ISBN	VERMERK
M. B. B. S. Shrikrishna	Essence of Pranayama		kann bei BMS bestellt werden
Dr. M. L. Gharote	Pranayama The Science of Breath		kann bei BMS bestellt werden
Swami Kuvalayananda	Pranayama		kann bei BMS bestellt werden
Dr. M. L. Gharote	Kumbhaka paddhati of Raghuvira		kann bei BMS bestellt werden
David Fontana	Das Leben atmen	3-7831-2362-3	
Christian Hagena	Terlusologie: Durch typgerechtes Atem zu mehr Körpergefühl	3-8304-2088-9	
R. Alavi Kia & R. Schulze	Sonne, Mond und Stimme	3-89901-349-2	
B.K.S. Iyengar	Licht auf Pranayama. (Pranayama Dipika) Das grundlegende Lehrbuch der Atemschule des Yoga	3-502610614	
W. Singer & M. Ricard	Hirnforschung & Meditation	3-518-26004-9	
G. Hüther	Die Macht der inneren Bilder	3-525-46213-1	
S. Begley	Neue Gedanken neues Gehirn	3-442-33738-0	
L. McTaggart	Intention –Mit Gedankenkraft die Welt verändern	3-86731-009-2	

B. Lipton	Intelligente Zellen – Wie Erfahrungen unsere Gene steuern	3-936862-88-5	
M. Storch / B. Cantieni G. Hütter / W. Tschacher	Embodiment – Die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen	3-456-84323-2	
Anna Trökes	Yoga Meditation für Anfänger	978-3-86616-193-1	
Anna Trökes	Yogameditation	978-3-89901-571-3	
Eckard Wolz-Gottwald	Yoga-Philosophie-Atlas	978-3-936486-04-9	
BDY	Der Weg des Yoga Handbuch für lernende und Lehrende	978-3-928632-02-7	
Milton H. Erickson	Milton. Hypnotische Sprachmuster	978-3-87387-589-0	
Ruediger Dahlke	Die Schicksalsgesetze	978-3-442-33856-6	
John C. Parkin	Fuck It Loslassen – Entspannen – Glücklich sein	978-3-424-20030-0	
Petra Bock	Mindfuck	978-3-426-65507-8	
Masaru Emoto	Die Antwort des Wassers	978-3-86728-145-4	
Anna Trökes	Wie der Yoga zu den Menschen kam	978-3-89901-748-9	
Anna Trökes	Yoga Was Sie schon immer wissen wollten	978-3-89901-751-9	
Lucia Nirmala Schmidt	Faszien-Yoga	978-3-485-02850-9	
Leslie Kaminoff	Yoga Anatomie	978-3-86883-232-7	
Ray Long	Yoga-Anatomie 3D I. Die wichtigsten Muskeln	978-3-86883-092-7	