

Bücherliste Teacher Training Vishnus Couch 2012

BUCHREPORTE

Buchreporate gehören zur Ausbildung. Insgesamt werden 4 Buchreporate zu den Pflicht-Büchern, ein Bericht zu einem Buch deiner Wahl, sowie eine Abschlussarbeit zu Deinen Hausaufgaben gehören. Die Berichte sind zu bestimmten Terminen in deutscher Sprache fällig.

Ein REPORT/BERICHT umfasst:

- 1000 Wörter, 1 _ Zeilen Abstand, Punktgröße 12, Schriftart: ARIAL

Ein Report/Bericht gibt entweder einen Überblick über das gesamte Buch oder setzt sich mit einem bestimmten Kapitel des Buches auseinander. Das kannst du auch als deine persönliche Auseinandersetzung mit dem Thema beschreiben.

PFLICHT-BÜCHER:

1) Yoga, Tradition und Erfahrung. Von T.K.V. Desikachar. Via Nova Verlag.

2) Das Yoga-Handbuch nach der Iyengar Methode. Von Silva, Mira & Shyam Mehta. Christian Verlag.

3) Der Weg des Yoga. Handbuch für Übende und Lehrende. Via Nova Verlag.

4) Patanjali. Das Yogasutra. Von der Erkenntnis zur Befreiung. Von R.Sriram. Theseus Verlag

5) Yoga – Anatomie: Ihr Begleiter durch die Asanas, Bewegungen und Atemtechniken. Von Leslie Kaminoff. Riva Verlag.

EMPFOHLENE BÜCHER:

- **Licht auf Yoga. Yoga Dipika. Das grundlegende Lehrbuch des Hatha- Yoga.** Von B.K.S. Iyengar, O.W. Barth Verlag

- **Über Freiheit und Meditation,** m. Audio-CD von Patanjali, T. K. V. Desikachar Via Nova Verlag.

- **Licht auf Pranayama. Das grundlegende Lehrbuch der Atemschule des Yoga.** Von B.K.S. Iyengar. O. W. Barth Verlag.

- **Yoga der Befreiung. Das Praxisbuch des Jivamukti Yoga.** Von David Life und Sharon Gannon. Via Nova Verlag.

- **Das Yogabuch. Die Geburt des Individuums** von Osho. Osho Verlag.

- **Probleme lösen mit Meditation.** Von Safi Nidiaye. Ullstein Verlag.
- **Anatomie der Bewegung. Einführung in die Bewegungsanalyse.** von Blandine Calais-Germain, Eckart Stofft Fourier. Marixverlag.
- **Bhagavad Gita. Das heilige Buch des Hinduismus** von Jack Hawley.
Arkana-Goldmann Verlag
- **Kraftquelle Yoga. Das Praxisbuch des Viniyoga** von Gary Kraftsow. ViaNova Verlag.
- **Siddhartha.** von Hermann Hesse. Suhrkamp Verlag.
- **Autobiographie eines Yogi.** Von Paramahansa Yogananda. Self-Realization Fellowship.

EMPFOHLENE BÜCHER IN ENGLISCHER SPRACHE:

- **Hatha Yoga Pradipika** by Swami Muktibodhananda, Swami Muktibodhanada Bihar School of Yoga.
- **Yoga Mind Body & Spirit** by Donna Farhi. A Return to Wholeness. Owl Books.
- **Relax and Renew: Restful Yoga for Stressful Times** by Judith Lasater, Rodmell Press.
- **Yoga Mala** by Sri K. Pattabhi Jois. North Point Press.