

BIBLIOGRAFIA

Qualche osservazione preliminare:

- questa lista è introduttiva sullo Yoga, Buddismo, Zen e dintorni
- lo Yoga è una scienza estremamente vasta destinata a condurre l'individuo verso un grado di evoluzione personale molto elevato
- i libri qui citati non si limitano allo Hatha Yoga che non è altro che una via fra le tante

Manuali per la pratica

"Il cuore dello yoga. Lo sviluppo di una pratica personale"

aut. DESIKACHAR T.K. - Ed. Astrolabio - Roma 1997

"Pramayama. La dinamica del respiro"

aut. VAN LYSEBETH A. - Ed. Astrolabio - Roma 1973

"Kriya yoga. La via pura"

aut. ALBANESE M. - CELLA AI CHAMALI - Ed. Xenia - Milano 1998

"Anatomia e fisiologia delle tecniche yoga"

aut. GORE M.M. - Ed. Magnanelli - Torino 1991

"Enciclopedia dello yoga"

aut. STEFANO PIANO - Ed. Promolibri - Torino 1996

Testi di carattere generale

"Lo yoga"

aut. ALBANESE M. - Ed. Xenia - Milano 1998

"L'insegnamento spirituale"

aut. RAMANA M. - Ed. Mediterranee - Roma 1992

"L'induismo"

aut. RENO L. - Ed. Xenia - Milano 1994

"Storia della filosofia indiana"

aut. TUCCI G. - Ed. Laterza - Bari 1987

Visione filosofica alla base dello yoga

"La naturalezza dell'Essere"

aut. J. KLEIN - Ed. Promolibri - Torino 1985

Tutti i libri di KRISHNAMURTI J.

"La conoscenza del tremendo. Il Vijnanabhairava"

aut. GNOLI R. - Ed. Adelphi - Milano 1989

"Il mistero del silenzio"

aut. VIMALA THAKAR - Ed. Ubaldini - Roma 1988

"La scienza dello yoga. Commento agli Yoga Sutra di Patanjali"

aut. TAIMNI I. K. - Ed. Astrolabio

Buddhismo e zen : testi di un certo interesse

“L'intelligenza spirituale”

aut. CORRADO PENSA – Ed. Astrolabio – 2002

“Dare il cuore a ciò che conta”

aut. CORRADO PENSA – Ed. Mondadori – 2012

“Lasciarsi andare per non cadere a pezzi”

aut. MARK EPSTEIN – Ed. Pozza – 1999

“L'arte di comunicare: nutri le tue relazioni con amore e rispetto”

aut. THICH NHAT HANH – Ed. Bis – 2014

“La luce del Dharma: dialogo tra cristianesimo e buddhismo”

aut. THICH NHAT HANH – Ed. Mondadori – 2003

“Il sutra del loto”

aut. MEAZZA LUCIANA – Ed. Bur – Milano 2013

... Dintorni ...

“Il principio passione”

aut. VITO MANCUSO – Ed. Garzanti – 2013

“Obbedienza e libertà”

aut. VITO MANCUSO – Ed. Fazi - 2012