

LITERATUR ~ EMPFEHLUNG

- **Dr. Ulrich Ott, Meditation für Skeptiker, 2015**
- **Jon Kabat-Zinn, Gesund durch Meditation, 2013**
- **Prof. Dr. Tania Singer und Matthias Bolz, Mitgefühl. In Alltag und Forschung, 2013 (eBook)**
- **Peter Sedlmeier, Die Kraft der Meditation, 2016**
- **Eckhart Tolle, Jetzt! Die Kraft der Gegenwart, 2010**
- **Yongey Mingyur Rinpoche, Buddha und die Wissenschaft vom Glück, 2007**
- **R. Maharshi, Die Botschaft des Ramana Maharshi, 2011**
- **Ralph Skuban, Patanjalis Yogasutra: Der Königsweg zu einem weisen Leben**
- **Ralph Skuban; Pranayama, Die heilsame Kraft des Atems, 2018**

◆ Anna Rita Cozzetto ◆

Heilpraktikerin Psychotherapie | www.diamantspirit.de

Weidenbreite 22a, 37120 Bovenden | Hagelkreuzweg 22, 37115 Duderstadt

LITERATUR ~ EMPFEHLUNG

- **Dipl. Psych. Helmut Brenner, Meditationen, 2004**
- **Jack Kornfield, Meditation für Anfänger, 2007**
- **Jack Kornfield, Das Tor des Erwachens, 2003**
- **Suzuki Shunryu, Zen-Geist, Anfänger-Geist, 2016**
- **Lama Ole Nydahl, Wie die Dinge sind: Eine zeitgemäße Einführung in die Lehre Buddhas**
- **Lama Ole Nydahl, Die Buddhas vom Dach der Welt, 2014**
- **Kalashatra Govinda, Yoga-Sutra Patanjali, 2018**
- **Kalashatra Govinda, Shiva Shiva! Das Geheimnis der indischen Götter, 2014**
- **Osho, Das blaue Buch der Meditation , 2014**
- **Öser Bünker, Der Yoga des großen Mitgefühls**

◆ Anna Rita Cozzetto ◆

Heilpraktikerin Psychotherapie | www.diamantspirit.de

Weidenbreite 22a, 37120 Bovenden | Hagelkreuzweg 22, 37115 Duderstadt