

# Empfehlenswerte Literatur

## Bewusstseinerweiterung

Bruce H. Lipton  
**Intelligente Zellen**  
*Wie Erfahrungen unsere Gene steuern*  
ISBN 978-3-936862-88-1

Bruce Lipton  
**Wie wir werden, was wir sind DVD**  
*Eltern sind wichtiger als Gene- wie unser Bewusstsein das Wesen unserer Kinder Bestimmt*  
ISBN 978-386728-104-1

Rhonda Byrne  
**The Secret the Power**  
ISBN-10: 3-426-65687-6

Robert M. Williams  
**PSYCH – K**  
*Die Macht der Überzeugung und die Verbindung von Körper, Geist und Seele*  
ISBN 978-3-86728-083-9

Angelika Keil  
**Die AK-Strategie**  
*Wie Sie mit Ihren Gedanken und Emotionen Ihre kühnsten Träume übertreffen*  
ISBN 3-7322-3172-0

Kim-Anne Jannes  
**Das innere Kind umarmen**  
*Die Kraft der Gefühle nutzen und Verhaltensmuster ändern*  
ISBN 978-3-426-87415-8

## Achtsamkeitspraxis

Jon Kabat-Zinn  
**Im Alltag Ruhe finden**  
*Meditationen für ein gelassenes Leben*  
ISBN 978-3-426-87713-5

Thea Rytz  
**Bei sich und in Kontakt**  
*Anregungen zur Emotionsregulation und Stressreduktion durch achtsame Wahrnehmung*  
ISBN 978-3-456-84769-6

Eckhart Tolle  
**Jetzt!**  
*Die Kraft der Gegenwart*  
ISBN-10: 3-89901-301-8

Jack Kornfield  
**Nach der Erleuchtung Wäsche waschen und Kartoffeln schälen**  
*Wie spirituelle Erfahrung das Leben verändert*  
Verlag Goldmann  
ISBN 978-3-442-21916-2

Martin Boroson  
**one moment meditation**  
*Stille in einer hektischen Zeit*  
ISBN 978-3-89901-548-5

Thich Nhat Hanh  
**Versöhnung mit dem inneren Kind**  
*Von der heilsamen Kraft der Achtsamkeit*  
ISBN 978-3-426-29204-4

Kornfield Jack  
**Frag den Buddha und geh den Weg des Herzens**  
ISBN 3-548-74192-4

## **Achtsam essen**

Thich Nhat Hanh und Dr. Lilian Cheung  
**Achtsam essen achtsam leben**  
*Der buddhistische Weg zum gesunden Gewicht*  
ISBN 978-3-426-29200-6

Jan Chozen Bays  
**Achtsam essen**  
*Vergiss alle Diäten und entdecke die Weisheit deines Körpers*  
ISBN 978-3-86781-003-6

## **Geburtsvorbereitung**

Mongan Marie F.  
**HypnoBirthing**  
*Der natürliche Weg zu einer sicheren, sanften und leichten Geburt*  
ISBN-10: 3-938396-20-2

Ina May Gaskin  
**Die selbstbestimmte Geburt**  
*Handbuch für werdende Eltern. Mit Erfahrungsberichten*  
ISBN 978-3-466-34477-2

Frédéric Leboyer  
**Atmen, singen, gebären**  
ISBN 978-3-8436-0186-3

Stadelmann Ingeborg  
**Die Hebammensprechstunde**  
*Einfühlsame und naturheilkundliche Begleitung zu Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Stillzeit mit Kräuterheilkunde, Homöopathie und Aromatherapie*  
ISBN 978-3-9803760-6-8

Kristina Marita Rumpel  
**Flowbirthing**  
*Geboren aus einer Welle der Freude*  
ISBN 978-3-86374-234-8

Gerald Hüther, Inge Krens  
**Das Geheimnis der ersten neun Monate**  
*Unsere frühesten Prägungen*  
ISBN 978-3-491-42110-3

Brigitte Renate Meissner  
**Emotionale Narben aus Schwangerschaft und Geburt auflösen**  
*Mutter-Kind-Bindung heilen oder unterstützen- in jedem Alter*  
ISBN 978-3-9522246-7-0

## **Kinder & Familie**

Susan Kaiser Greenland  
**Wache Kinder**  
*Wie wir unseren Kindern helfen, mit Stress umzugehen und Glück, Freude und Mitgefühl zu erleben*  
ISBN 978-3-86781-047-0

Myla & Jon Kabat-Zinn  
**Mit Kindern wachsen**  
*Die Praxis der Achtsamkeit in der Familie*  
ISBN 978-3-936855-48-7

## **Frau und Mann**

Eldredge Stacy und John  
**Weißt du nicht, wie schön du bist?**  
*Was passiert, wenn Frauen das Geheimnis ihres Herzens entdecken*  
ISBN 3-7655-1934-0

Eldredge John  
**Der ungezähmte Mann**  
*Auf dem Weg zu einer neuen Männlichkeit*  
ISBN 978-3-7655-1840-9

Doris Christinger  
**Auf den Schwingen weiblicher Sexualität**  
*Eine Liebesschule für Frauen*  
ISBN 3-85842-372-6

Schröter Peter A., Meyer Charles  
**Die Kraft der männlichen Sexualität**  
*Lebensbilder für Männer*  
ISBN 978-3-86612-029-7

Bruce Lipton  
**Der Honeymoon Effekt**  
*Liebe geht durch die Zellen*  
ISBN 978-3-86728-211-6

## **Biographiearbeit**

Burkhard Gudrun

### **Das Leben in die Hand nehmen**

*Arbeit an der eigenen Biographie*

ISBN 3-7725-1217-8

## **Kommunikation**

Rosenberg Marshall B.

### **Gewaltfreie Kommunikation**

*Eine Sprache des Lebens*

ISBN 3-87387-454-7

## **Depression**

Hell Daniel

### **Welchen Sinn macht Depression?**

*Ein integrativer Ansatz*

ISBN 3-499-19649-2

## **Essstörungen**

Johnston Anita

### **Die Frau, die im Mondlicht aß**

*Die uralte Weisheit von Märchen und Mythen hilft Frauen, Ess-Störungen zu überwinden*

ISBN 3-426-87204-8

Rytz Thea / Wiesmann Silvia

### **Essstörungen und Adipositas: Akzeptanz verkörpern**

*Formen körperorientierter Gruppentherapien*

ISBN 978-3-456-85198-3

## **Tanz- und Bewegungstherapie / Tanz**

Klein Petra

### **Tanztherapie**

*Ein Weg zum Ganzheitlichen Sein*

ISBN 3-925594-49-3

Schoop Trudi

### **....komm und tanz mit mir!**

*Ein Versuch, dem psychotischen Menschen durch die Elemente des Tanzes zu helfen*

Verlag Musikhaus Pan AG

Zürich

Hausmann Bettina / Neddermeyer Renate

### **Bewegt sein**

*Integrative Bewegungs- und Leibtherapie in der Praxis.*

*Erlebnisaktivierung und Persönlichkeitsentwicklung*

ISBN 3-87387-231-5

Höhnmann- Kost Annette

**Bewegung ist Leben**

*Integrative Leib- und Bewegungstherapie- eine Einführung*

ISBN 3-456-83812-3

Willke Elke/ Hölter Gerd/ Petzold Hilarion (Hrsg.)

**Tanztherapie- Theorie und Praxis**

*Ein Handbuch*

ISBN 3-87387-028-2

Baer Udo / Frick- Baer Gabriele

**Leibbewegungen**

*Methoden und Modelle der Tanz- und Bewegungstherapie*

ISBN 3-934933-03-3

Von Laban Rudolf

**Der moderne Ausdruckstanz in der Erziehung**

*Eine Einführung in die kreative tänzerische Bewegung als Mittel zur Entfaltung der Persönlichkeit*

ISBN 3-7959-0320-3