

MEDITATION

résumé bibliographique 2015

www.meditation-integrative.eu et www.ecoledemeditation.eu

- **ALIDINA Shamash – 2013 - Méditation : la pleine conscience pour les nuls**, Adaptation Hélène Philippe et Elisabeth Couzon, Préface Chr. ANDRE
First Edition, www.pourlesnuls.fr (Belgique), 407 pp.+ CD
- **ANDRÉ Christophe – 2011- Méditer jour après jour**, 25 leçons pour vivre en pleine conscience, Ed. France Loisirs, 302 p.
- **AUROBINDO Shrî - Toute son œuvre et Le guide du Yoga**, Ed. Albin Michel.
- **BERGHMANS Claude** avec la collaboration de **James D.HERBERT - Soigner par la méditation – Thérapies de pleine conscience**, Elsevier Masson, Barcelone, 2010, 190 pages
- **BIBAS Laurence – 2012 - Manuel de Mindfulness – pratiques et méditations de pleine conscience**, Groupe Eyrolles, Paris, France, 218 p.
- **BODIAN Stephan – 1999 - Zen, la méditation pour les nuls**, First Edition, www.efirst.com
- **DESJARDINS Arnaud - Approches de la Méditation**, Ed. Table Ronde, 1989, 215 pages
- **FONTANA David - Le livre de la méditation**, (T.O. “*The Mediator’s Handbook*”), Pocket, Paris, France, 1995, 347 p.
- **GUNARATANA Vénérable Henepola – 2014, Méditer au quotidien**, Editions Robert Laffont, Paris, France, 302 p.
- **KABAT-ZINN Jon – 2009 - Au cœur de la tourmente, la pleine conscience**, MBSR, la réduction du stress basée sur la mindfulness, Préface de Christophe ANDRE, Préface de Thich Nhat Hanh, Editions De Boeck, Paris, mai 2009, 568 pages
- **KABAT-ZINN Jon - Où tu vas, tu es**, Editions J’ai lu, France, 1996, 275 pages.
- **KABAT-ZINN Jon – 2010 - Méditer, 108 leçons de pleine conscience**, ed Les Arènes, 158p. + 1CD 4h (voix de Bernard Giraudeau)
- **MAEX Edel, Mindfulness : apprivoiser le stress par la pleine conscience**, Editions De Boeck, Bruxelles, 2007, 83 pages

- **KORNFIELD Jack** - Une lueur dans l'obscurité - Comment traverser les temps difficiles grâce à la méditation, Préface de JON KABAT-ZINN + un CD de méditation ; L'esprit d'ouverture, Belfond, Paris, 2013, 153 pages
- **KOTSOU Ilios** - Petit cahier d'exercices de pleine conscience, Editions Jouvence, Genève Bernex, 64 p., 2012
- **LACARRIERE Jacques – WHITE Kenneth – DAVY Marie Madeleine – 1993** - L'art de méditer et d'agir, Les Editions du Relié, Gordes, France, 222 pages
- **PATANJALI**, Yogas-sutras, trad Françoise Mazet, Albin Michel, 1991
- **ROSENFELD Frédéric** - Méditer, c'est se soigner Les Arènes, 2007, Paris, 346 pages
- **SEGAL Zindel V., WILLIAMS J. Mark G., TEASDALE John D.**, La thérapie cognitive basée sur la pleine conscience pour la dépression, Editions De Boeck Université, Bruxelles, 2006, 369 pages.
- **SMITH Jonathan C.**, Relaxation, Meditation and Mindfulness (A Mental Practitioner's Guide to New and Traditional Approaches), Springer, New York, 2005, 368 p.
- **STAHL Bob et GOLDSTEIN Elisha**, Apprendre à méditer la méthode MBSR à la portée de tous, Editions des Arènes, Paris, France, 333 p., 2010 + 1 CD audio
- **THICH NHAT HANH** – divers livres
- **VIGNE Jacques (Dr.) (coll. Michèle Cocchi)**, guérir l'anxiété – dépression et spiritualité, Ed. Le Relié, Paris, 2014, 217 p. + CD audio
- **WILLIAMS Mark, TEASDALE John, SEGAL Zindel, KABAT-ZINN Jon**, Méditer pour ne plus déprimer, la pleine conscience, une méthode pour vivre mieux, Préface Christophe ANDRE + un CD de méditation – Ed. Odile Jacob, 2009, Paris, 328 p.