

Book List

推薦図書一覧です。A列にある「☆」マークは授業で使う本で、トレーニング費用に含まれています。

下記の本のうち3つ書籍を各自で購入し、読書感想文をレポートとして提出してください。B列のカテゴリーを参考に別々のカテゴリーから3つ本を選んでください。

	カテゴリー	タイトル	著者	タイトル(英語)	著者(英語)
☆	Anatomy	ヨガの解剖学	中村尚人	-	-
☆	Asana	アイアンガーヨガ	ジュディ・スミス	Iyengar Yoga: Classic yoga postures for mind, body and spirit	Judy Smith
	Asana	-	-	Yoga: The Path to Holistic Health	B.K.S. Iyengar
	Asana	-	-	YOGA A Gem for Women	Geeta S. Iyengar
	Asana	ライト・オン・ヨガ	B.K.S. Iyengar	Light on Yoga: Yoga Dipika	B.K.S. Iyengar
	Ayurveda	毒を出す食 ためる食 食べてカラダをキレイにする40の法則	蓮村 誠	-	-
	Ayurveda	-	-	The Complete Book of Ayurvedic Home Remedies	Vasant Lad
	Ayurveda	現代に生きるアーユルヴェーダー インド伝承医学の日常実践法	ヴァサント ラッド	Ayurveda / A Practical Guide	Vasant Lad
	Healing	愛の選択	ドン・ミゲル ルイス	The Mastery of Love: A Practical Guide to the Art of Relationship: A Toltec Wisdom Book	Don Miguel Ruiz
	India Philosophy	-	-	God Talks with Arjuna: The Bhagavad Gita (Self-Realization Fellowship)	Paramahansa Yogananda
☆	India Philosophy	バガヴァッド・ギーター	上村勝彦	-	-
☆	India Philosophy	インテグラル・ヨーガ	サッチダーナンダ	The Yoga Sutras of Patanjali	Swami Satchidananda
	India Philosophy	アイ・アム・ザット 私は在る	ニサルガダッタ・マハラジ	I Am That	Nisargadatta Maharaj
	Meditation	微笑みを生きる—“気づき”の瞑想と実践	ティクナットハン	Peace Is Every Step: The Path of Mindfulness in Everyday Life	Thich Nhat Hanh
	Self-Realization	Joy 喜び	Osho	Joy: The Happiness That Comes from Within	Osho
	Self-Realization	あるヨギの自叙伝	パラマハンサ・ヨガナンダ	Autobiography of a Yogi	Paramahansa Yogananda
	Western Research	ヨガを科学する—その効用と危険に迫る科学的アプローチ	ウィリアム・J. ブロード	The Science of Yoga: The Risks and the Rewards	William J Broad
	Zen	マンガ 禅の思想	蔡 志忠	-	-