

Litteraturliste til

Den Intuitive yogalæreruddannelse

Opstart 5. oktober 2019

Denne liste viser de obligatoriske bøger på uddannelsen
- og i den rækkefølge de vil blive anvendt

Yogafilosofi

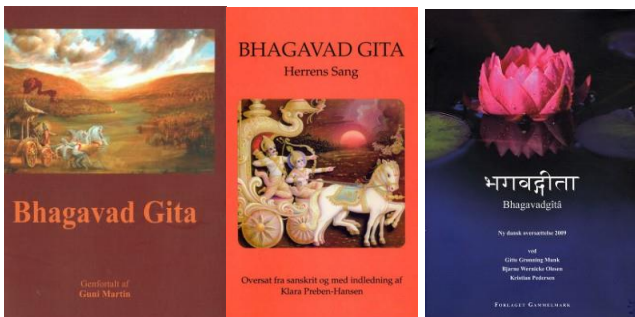
Bhagavad Gita. Der findes rigtig mange oversættelser af Bhagavad Gita.

Det er en smagssag om man synes bedst om den ene eller den anden oversættelse.

Du kan vælge lige den oversættelse, som du har lyst til.

Oversættelsen fra 2009 (den med lotusblomsten på forsiden) er efter min vurdering den bedste oversættelse, den er lidt lettere at læse end de andre og sproget er meget smukt, desuden indeholder den også et kapitel som giver en introduktion til yogafilosofien, som vi arbejder med på yogauddannelsen – den er dog ca. dobbelt så dyr som de andre oversættelser).

Pris ca. kr. 150-300,-

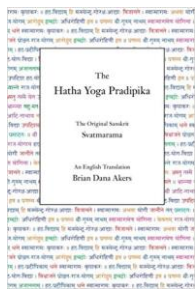


https://www.saxo.com/dk/bhagavad-gita_haefdet_9788791388231

<https://www.bog-mystik.dk/bhagavad-gita-herrens-sang.html>

<https://www.bog-mystik.dk/bhagavadgita-ny-dansk-oversaettelse-2009.html>

The Hatha Yoga Pradipika, The Original Sanskrit Svratmarama, An English Translation
Brian Dana Akers, YogaVidya.com
Pris ca. kr. 160,-

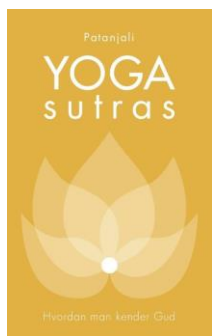


<https://www.fruugo.dk/the-hatha-yoga-pradipika-by-svatmarama-brian-dana-akers/p-8347690-17758960?gclid=CJiplv3P59QCFUgtGQodZz0O7g>

<https://www.saxo.com/dk/soeg/bog?query=hatha+yoga+pradipika>

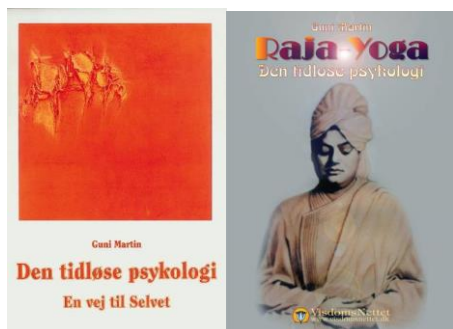
Der findes pt. ingen oversættelser til dansk af denne bog. Bogen er dog skrevet i et relativt let forståeligt engelsk og er en sød lille bog. Dog er der mange – formentlig nye – yogabegreber, som du til at starte med, blot skal læse henover. Bogen bliver gennemgået!

Patanjalis Yoga Sutras – Visdomsbøgerne
Pris ca. kr. 180,-



https://www.saxo.com/dk/yoga-sutras_patanjali_haefet_9788791388057

Der findes også denne oversættelse på dansk, hvis du kan finde denne fx brugt:



Bogen kan downloades gratis her: <http://www.visdomsnettet.dk/a-537/>

Anatomi og fysiologi

Anatomi og fysiologi, Vibeke Von Der Lieth, Marianne Looft
Pris ca. kr. 275,-

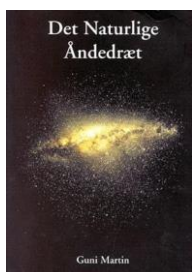


https://www.saxo.com/dk/anatomi-og-fysiologi_vibeke-von-der-lieth_haefdet_9788762808928

Bogen er en grundbog i anatomi, hvis du har andre anatomibøger fra tidligere kurser/uddannelser, kan du bruge disse. Undervisningen tager blot udgangspunkt i denne bog

Yogisk anatomi (Åndedrættet)

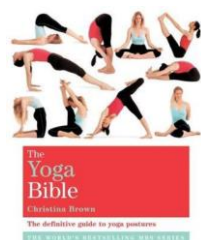
Det naturlige åndedræt, Guni Martin
Pris ca. kr. 80,-



<https://www.imusic.dk/book/9788790548315/guni-martin-2000-det-naturlige-aandedraet-bog>

Yogastillinger

The Yoga Bible (Godsfield Bible Series) - Godsfield Bibles af Christina Brown
Pris ca. kr. 190,-



https://www.saxo.com/dk/the-yoga-bible_christina-brown_paperback_9781841813684

Den resterende obligatoriske litteratur på uddannelsen er manualen og enkelte artikler – som udleveres på uddannelsen.

Hvis du kan låne andre versioner/oversættelser af: Hatha Yoga Pradipika, Patanjalis Yoga Sutra og Bhagavad Gita, end det ovenfor foreslåede, så kan disse fint bruges. Også fx engelske oversættelser. Det kan ligefrem være en fordel at vi sidder med flere oversættelser af disse tekster. Ældre versioner af anatomibogen og bogen om yogastillinger er også helt i orden.

De links der er sat ind er udelukkende ment som en hjælp/service. Der er ikke tjekket for, at det rent faktisk er den laveste pris på markedet.

Hvis muligt medbring filosofibøgerne, når du starter på uddannelsen.