

Kleine Literaturliste zum Thema Meditation

Haus Tao Meditationsgruppe Zürich / Herbst 2007



Buddhistische Grundlagen zur Haus Tao-Praxis	
Geisser, Marcel (2003) Die Buddhas der Zukunft Ein authentischer Buddhismus für den Westen - Wege zu unserer Befreiung (Kösel) ISBN 3-466-36629-1	Grundlagen der buddhistischen Praxis, wie sie im Haus Tao seit vielen Jahren gepflegt und weiterentw- ckelt wird. Mit vielen anschaulichen Beispielen aus Leben, langjähriger Meditations- und Lehrerfahrung von Marcel Geisser.
Rezitationen der Sati-Zen-Sangha Haus Tao (Hrsg. Haus Tao)	Zusammenstellung von Texten, die im Haus Tao rezi- tiert werden.
Meditation, Buddhismus	
Chödrön, Pema (2001) Wenn alles zusammenbricht Hilfestellung für schwierige Zeiten (Goldmann) ISBN 978-3-442-21525-6	Gute Einführung in buddhistisches Denken, aber auch praktische Lebenshilfe in schwierigen Zeiten.
Goldstein, Joseph (2006) Vipassana-Meditation. Die Praxis der Freiheit. Buddhistische Achtsamkeitsmeditation als Weg zu innerer Freiheit. (Arbor) ISBN 978-3-924195-46-5	Klare, alltagsnahe Erläuterungen zur buddhistischen Meditationspraxis.
Kornfield, Jack (2004) Frag den Buddha und geh den Weg des Herzens (Ullstein) ISBN 978-3-548-74192-5	Umfassende, systematische Beschreibung der budd- histischen Meditationspraxis. Mit ausführlichen Erklä- rungen zur Lehre und zahlreichen Meditations- anleitungen.
Salzberg, Sharon (2003) Metta Meditation Buddhas revolutionärer Weg zum Glück (Arbor) ISBN 978-3-924195-90-8	Praxisorientierte Anleitung zur Meditation der Lieben- den Güte.
Suzuki, Shunryu (2002) Zen-Geist, Anfänger-Geist Einführung in Zen-Meditation (Theseus) ISBN 978-3-89620-131-7	Schlicht, erfrischend, direkt – ein Klassiker.
Thich Nhat Hanh (1999) Das Herz von Buddhas Lehre Leiden verwandeln - die Praxis des glücklichen Lebens (Herder) ISBN 978-3-451-05412-9	Auch ein Klassiker – die Grundlagen des Buddhismus klar strukturiert und verständlich beschrieben.
Thich Nhat Hanh Der Geruch von frisch geschnittenem Gras Anleitung zur Gehmeditation (Theseus) ISBN 978-3-89620-184-3	Poetisch geschriebene, praxisnahe Anleitung zur Gehmeditation, eignet sich auch gut für Neuein- steigerInnen.