

METODO BALLYAYOGA®

Corso di MINFULNESS&MEDITAZIONE PER BAMBINI E BAMBINE

Bibliografia

ALBI ILLUSTRATI PER BAMBINI E BAMBINE:

- Alemagna, La gigantesca piccola cosa, Donzelli
- Alemagna, Le cose che passano, Topipittori
- Ballerini, Mulazzani, Un posto silenzioso, Lapis ed.
- Becker, Viaggio e Scoperta, Feltrinelli
- Belli, Baladan, La prima risata, Topipittori
- Berrino e altri, Fiabe per i custodi del pianeta, Terranuova
- Blake, Zagazoo, Camelozampa
- Brunetti, Bruscoli, Cauzzi, Come catturare il sole, Sinnos ed.
- Cali, Il venditore di felicità, Kite
- Campo R., La figlia del re drago, Il battello a vapore
- Campo R., Piccoli Buddha, Gallucci ed.
- Carnavas, L'ultimo albero in città, Valentina ed.
- Clément S. Montmoulineix, La parola senza la quale nulla esiste, Il Punto d'Incontro
- Clima, Il bimboleone e altri bambini, Ed. Corsare
- Coombs K., Mi fermo respiro e ascolto, Red ed.
- Cosme, Piccole storie che fanno bene, Emme ed.
- Cozza G., Alice salva il pianeta, Il Leone Verde ed.
- Dalai Lama, Le radici dell'amore, Nord Sud ed.
- Del Amo J-B., Sei come me!, Sonda ed.
- Davies B., La balena della tempesta, Edt Giralangolo
- Farley, La casetta segreta sull'albero, Terre di mezzo
- Felix, Storia di un topo chiuso in un libro, Emme edizioni
- Fitzgerald, Bounce Bounce, Carthusia
- Giarratana, Amica terra, Fatatrac
- Gregory, Il sassolino stanco e altre storie, Einaudi Ragazzi
- Gruhl, Tutte le cose sono connesse, TerraNuova
- Guojing, *Il figlio unico*, Mondadori
- Hare, Gita sulla luna, Babalibri
- Hiratsuka, La gara delle chioccioline, Pulce ed.
- Idle, Flora and flamingo, Chronicle Books
- Iela e Enzo Mari, *La mela e la farfalla*, Babalibri
- Jackson, Una splendida giornata, Terredimezzo
- Krouse Rosenthal, Lettera a una bambina, Il Castoro

- Land, Dove comincia la felicità, Ed. A colori
- Lee S., L'onda, Corraini ed.
- Liao J., La luna e il bambino, Ed. Gruppo Abele
- Lorenzoni Vignaga, La forma del tempo, Lapis
- Loricangi, La meraviglia, Fulmino ed.
- Luyken, Il mio cuore, Fatatrac
- Marcerò, Un barattolo di stelle, Terredimezzo
- Mayer, Frog, Where are you? ,Dial books for young readers
- Mortier, Le cose della vita, Kite ed.
- Nielander, La gara delle coccinelle, Terredimezzo
- Norac, Dolci parole, Babalibri
- Novesky, Il principe elefante, Eifis
- Pintor, Barcelona, Kalandraka
- Polimeni E: "52 cose mindfulness per bambini", Magazzini Salani, 2019
- Portis, Ora sono felice, Terredimezzo
- Reynolds, Felicità è, Ape Junior
- Rosen, Oxenbury, A caccia dell'orso, Mondadori
- Sanna, *Fiume Lento*, Rizzoli
- Sarah L. Davies B., Sulla collina, Edt Giralangolo
- Shaun Tan, *L'approdo*, Elliot edizioni
- Sozapato, Matilde, Kalandraka ed.
- Teckentrup, Il seme della gentilezza, De Agostini ed.
- Tringale M., Julia e la sequoia, Terranuova
- Willard, Alphabreaths, Sounds true ed.
- Willard, The breathing book, Sounds true ed.
- Willey, Respira insieme all'orso, Il castoro ed.
- Zanotti, Io fuori, Io dentro, Ed. A colori

LIBRI ADULTI:

- Baruffaldi V., Esercizi di meraviglia, Einaudi
- Chopra M., Chiudi gli occhi e respira, Macro Junior
- Kabat Zinn, Dovunque tu vada ci sei già, Corbaccio
- Marcel Mauss, Saggio sul dono, Einaudi ed.
- Thich Nhat Hanh , Camminare in consapevolezza. Meraviglia e gratitudine ad ogni passo, Terra Nuova
- Thich Nhat Hanh, Insegnanti felici cambiano il mondo. Una guida per coltivare la consapevolezza nell'educazione, Terra Nuova ed.
- Thich Nhat Hanh, La pace è ogni passo. La via della presenza mentale nella vita quotidiana, Astrolabio Ubaldini
- Thich Nhat Hanh, Semi di felicità, Terra Nuova

- Uf Azal, Mindfulness for children, Hachette ed.
- Willard C. Mindfulness per bambini e adolescenti, Terra Nuova ed
- Goleman “La forza del Bene, Rizzoli

Scienza Estetica

- Cameron J.,-“ La via dell’artista”, Longanesi 1998
- Gannon N.,“ Teach me to fly”, InnerWorld publication,1999
- Inayatullah S, Bussey M, Milojević I. :” *Neohumanist Educational Futures: Liberating the Pedagogical Intellect*”, Tamkang University Press in association with Gurukula Press and Metafuture.org, 2006
- L’Ecuyer C., “Educare allo stupore”, Ultra (Lit edizioni), 2013
- Musaio M., (a cura di) “Il Bello che educa”, edizioni Vita e Pensiero, 2016
- Porro S., “Educare alla bellezza”, Elledici editrice, 2018
- Shrii Shrii Anandamurti, discorsi “ The Supreme Aesthetic Science and the cult of Devotion” in Subhasita Samgraha, part 19, 1st edition

Rilassamento e visualizzazioni per bambini

- Murdock M., “L’immaginazione guidata con i bambini e gli adolescenti”, Astrolabio Editori, 1989
- Nadeau M., “ Quaranta giochi di rilassamento”, edizioni Il punto d’Incontro, 2003
- Pavy P.: “Piccoli riti della Buonanotte” Red edizioni 2019

Pedagogia della meditazione:

- Roncaglia G.: “Verso un’educazione risvegliata”, edizioni Lindau, 2020
- Fontana D., “ La meditazione per i bambini” Astrolabio edizioni, 1999
- Snel E., “Calmo e attento come una ranocchia”, Red edizioni, 2015
- Lamera D-De Vivo I., “Biologia della gentilezza”, Mondadori editori, 2020
- Musaio M., “ Pedagogia della persona educabile”, edizioni Vita e Pensiero, 2010
- Viviani S., “L’intelligenza Inattesa”, ETS editori, 2014
- Thich Nhat Hanh: “Discorsi ai bambini”, Ubaldini Editore , 2002
- Meregalli D., “ Abitare la solitudine”, edizioni Vita e Pensiero, 2017
- Vecchini S. “Una frescura al centro del petto” edizioni TopiPittori, 2019

Sulla spiritualità e la meditazione:

- Thich Nhat Hanh, Il miracolo della presenza Mentale, Ubaldini
- Shrii Shrii Anandamurti, "Ananda Marga Caryacarya (part. III), Ananda Marga Edizioni
- Swami Satyananda Saraswati, "Asana Pranayama Mudra Bandha", Satyananda Edizioni
- D. Goleman "La forza della meditazione" BUR edizioni
- Ananda Mitra Acarya, "Filosofia spirituale di Shrii Shrii Anandamurti- commento all'Ananda Sutram", Edizioni Rinascita Universale
- Shrii Shrii Anandamurti, Ananda Sutram, Ananda Marga Edizioni
- Shrii Shrii Anandamurti, Lo Yoga del Cuore, Ananda Marga Edizioni
- Shrii Shrii Anandamurti, Namami Krsnasundaram, Ananda Marga Edizioni
- P.R. Sarkar, Pensieri di P.R. Sarkar, La saggezza del Tantra, Ananda Marga Edizioni
- Paramansa Yogananda, "Autobiografia di uno Yogi", Astrolabio Edizioni
- Atanasio di Alessandria, Vita di Antonio, E. Paoline
- Ermanno Cavazzoni, Gli eremiti del deserto, Quodlibet
- Thomas Merton, La saggezza del deserto, I pellicani
- J. Bacot, La vita di Milarepa, Gli Adelphi

Sulle emozioni:

- Thich Nhat Hanh, Trasformare la sofferenza, Terra Nuova
- Goleman, Intelligenza Emotiva, BUR
- Paul Ekman, Te lo leggo in faccia, Edizioni Amrita
- Paul Ekman e Dalai Lama, Felicità emotiva, Pickwick
- Paul Ekman, W. Friesen, Giù La maschera, Giunti edizioni

Sulla meditazione vipassana:

- MAHA-SATIPATTHANA SUTTA IL GRANDE SERMONE SUI FONDAMENTI DELLA PRESENZA MENTALE Testo: Digha Nikaya DN22
- La meditazione Vipassana come insegnata da S.N. Goenka di William Hart, Edizioni Artestampa

Su karma e dharma:

- Filosofia spirituale di Shrii Shrii Anandamurti (commento agli Ananda Sutram), edizioni Rinascita Universale, di Avadhutika Anandamitra Acharya