

BIBLIOGRAPHIE

- André, Christophe, **Méditer jour après jour**. Paris, L'Iconoclaste, 2011.
- André, Christophe, **Les états d'âme: un apprentissage de la sérénité**. Paris, Odile Jacob, 2009.
- Biba, Laurence, **Manuel de Mindfulness : techniques de méditation en pleine conscience**, éditions Eyrolles. 2012
- Brach, Tara, **Radical acceptance**. Bantam, 2004.
- Chödrön, Pema, **Quand tout s'effondre**, Paris, La Table Ronde, 1999
- Chödrön, Pema, **Les Bastions de la Peur**, Paris, La Table Ronde, 2002
- Hanh Thich Nhat, **La Plénitude de l'Instant**, Saint-Jean-de Braye, Dangles, 1994
- Hanh Thich Nhat, **Le miracle de la pleine conscience**, J'ai lu, 2008
- Hanh Thich Nhat, **Soyez libres là ou vous êtes**
- Kabat-Zinn, Jon, **Où tu vas, tu es : Apprendre à méditer pour se libérer du stress et des tensions profondes**, Paris, J'ai Lu ,2005
- Kabat-Zinn, Jon, **Au coeur de la tourmente, la pleine conscience - MBSR, la réduction du stress basée sur la mindfulness : programme complet en 8 semaines**, De Boeck 2009
- Kabat-Zinn, Jon, **L'éveil des sens (en anglais: Coming to our senses, 2006)**, Les Arènes, 2009.
- Kabat-Zinn, Jon , **Méditer, 108 leçons de pleine conscience**, Paris, Les Arènes, 2010 (livre + CD)
- Kornfield, Jack, **Périls et promesses de la vie spirituelle**, Paris, La Table Ronde, 1998
- Kotsou, Ilios, **Petit cahier d'exercices de pleine conscience**, Genève, Jouvence, 2012
- Kotsou, Ilios, Heeren, Alexandre, **Pleine conscience et acceptation : les thérapies de la troisième vague**, Bruxelles, De Boeck, 2012
- Klein, Jean, **Transmettre la Lumière**, Gordes, France, Les Editions du Relié, 1993
- Kramer, Gregory, **Insight Dialogue: The Interpersonal Path to Freedom**, Shambala Publications Inc, 2007
- Maex, Edel, **Mindfulness: apprivoiser le stress par la pleine conscience**, Bruxelles, Editions De Boeck Université, 2007
- Philippot, Pierre, **Emotion et Psychothérapie**, Mardaga, 2007.
- Ricard, Matthieu, **L'art de la Méditation**, NIL éditions, Paris, 2008.
- Ricard, Matthieu, **Plaidoyer pour le bonheur**, éditions Pocket, 2004
- Rosenfeld, Frédéric, **Méditer, c'est se soigner**, Les Arènes, 2007.
- Santorelli, Saki, **Heal Thy Self: Lessons on Mindfulness in Medicine**, Crown Publications, 2000.
- Segal, SV, Williams, JMG & Teasdale, JD , **La thérapie cognitive basée sur la pleine conscience pour la dépression**, Bruxelles, De Boeck, 2006
- Snel, Elinel, **Calme et attentif comme une grenouille**, éditions Les Arènes, 2012
- Tolle, Eckhart, **Le pouvoir du moment présent**, éditions J'ai Lu, 2010
- Williams JM, Teasdale JD, Segal ZV, Kabat-Zinn J, **Méditer pour ne plus déprimer: La pleine conscience, une méthode pour vivre mieux (+ 1 CD audio enregistré par Christophe André)**, 2009.