

Samsara

Sterk in tijdloze boeken!

Nu ook met prachtige prentenboeken!



Voorjaar 2019

Verschijningsdata

FEBRUARI 2019

Alan Cohen *Bent u net zo gelukkig als uw hond?*

Shri Ramakant Maharaj *Zelfloos Zelf*

Erica Rijnsburger & Dolly Heuveling van Beek *Verborgen wijsheid*

Marcel Messing *Met een glimlach de wereld rond*

MAART 2019

Elena Brower *Inspiratie dagboek - wegwijzer in jouw leven*

Adyashanti *Niets is belangrijker - ontdek de waarheid in het leven zelf*

Dorothy Hunt *Stoppen met zoeken*

Bette Westera & Sylvia Weve *dit is geen cobra*

Thysa Zevenbergen en Ru de Groen *Kleine Vos*

Mooji *Een Uitnodiging tot Vrijheid*

Jeff Foster *Liefde is het leven omarmen*

Peter Schreuder *Goedheijt Voor Altijd*

APRIL 2019

Mirjam Vos *Liefdevol bevallen*

Ken Wilber *Integrale meditatie*

Karen Brody *Durf je rust te nemen - herstel je kracht met yoga nidra*

MEI 2019

David Lesondak *Fascia – Wat het is en wat het doet*

Boeken zijn een continue bron van inspiratie!

Uitgeverij Samsara is gestoeld op het enthousiasme van de oprichters Wim Zonjee en Wouter Schopman. Voor hen beiden lag hun hart bij de non-duale tradities binnen de diverse wereldreligies.

De uitgeverij is inmiddels uitgegroeid van een gespecialiseerde uitgeverij van boeken op het gebied van non-dualiteit tot een brede uitgeverij op het gebied van psychologie, filosofie, natuurlijke gezondheid en kunst. In deze voorjaarsaanbieding worden deze genres nog verder aangevuld met een segment kinderboeken en starten we grote namen als Sylvia Weve en Bette Westera en met twee debuterende, maar artistiek verrassende, illustratoren.

Vernieuwende inzichten, kwaliteit en verwantschap met de non-duale tradities staan bij onze keuzes van nieuwe boeken voorop. Gezondheid, spirituele verdieping en zinvolle invulling en inzichten in het bestaan, zijn pijlers waaromheen wij onze keuzes maken. Wij zijn als uitgeefteam continue op zoek naar inspirerende teksten die wegwijzers in het leven voor de mens van vandaag kunnen zijn, en tevens teksten die de tand des tijds kunnen doorstaan.

Sinds augustus 2017 is Meinhard van de Reep aangetrokken, om samen met Wouter Schopman de keuzes van nieuwe titels te maken en de verbreding van genres vorm te geven. Wij hebben u als boekhandel nodig als partner en hopen dan ook op een actieve samenwerking. Met Ernst van de Reep en Tamara Butter kun u altijd verkoop- en promotionele acties bespreken.

Een goed nieuw boekenjaar toegewenst!

Het Samsara team

Ernst van de Reep (verkoop), Tamara Butter, (marketing),
Wouter Schopman en Meinhard van de Reep (uitgevers)





THIS IS MY PRAYER FOR EVOLUTION.

Elena Brower

Inspiratie dagboek

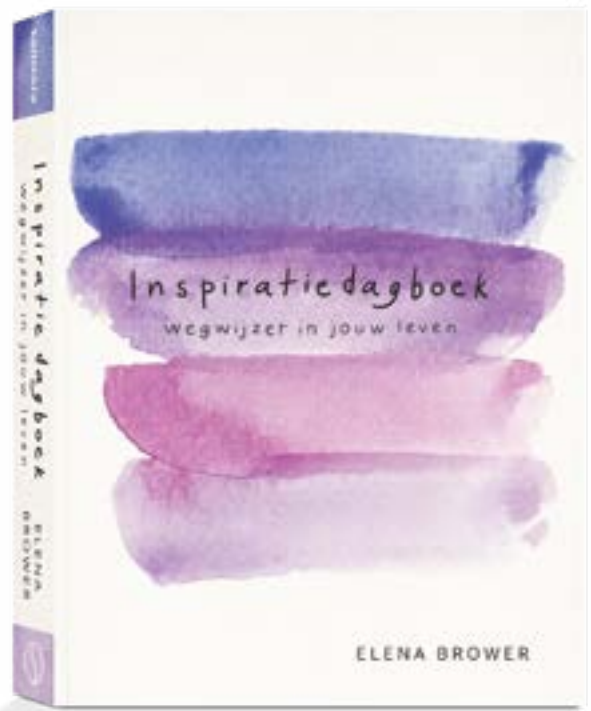
Wegwijzer in jouw leven

‘Als ik kracht, balans en richting nodig heb, kijk ik regelmatig in mijn eigen dagboeken. Waarom? Omdat het antwoord dat we zoeken meestal in onszelf te vinden is.’

De auteur nodigt in dit *Inspiratie dagboek* de lezer en de schrijver uit tot reflecteren. Het boek is een invitatie om door te schrijven, tekenen en reflecteren dicht bij onze eigen wijsheid te komen.

Het fraai geïllustreerde dagboek is een soort kompas, waarin we naast de inspirerende teksten van de auteur onze eigen inzichten kwijt kunnen, opnieuw kunnen aarden, onze doelen kunnen bepalen en bijstellen en ons eigen wordingsproces kunnen observeren.

Met ruim 150 prachtige pagina's vol vragen, citaten, inspirerende illustraties en ook nog voldoende ruimte om zelf te schrijven, tekenen en reflecteren, biedt dit schrijf- en tekenavontuur ons iedere dag nieuwe uitdagingen om twijfel, schoonheid, vragen en oplossingen zelf in boekvorm vast te leggen.



€ 19,90

160 pag./pb
 Formaat 18,5 x 24 cm
 Oorspronkelijke titel
Practice you - a journal
 Vertaald door Refkele Chatillon
 Omslagontwerp
 Hester van Toorenburg
 ISBN 9789492995155 NUR 728
 Verschijnt 20 maart 2019

Verkoopargumenten

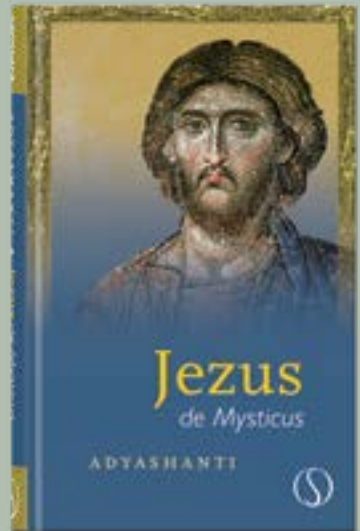
- ◀ Een juweeltje om zelf te gebruiken of te schenken
- ◀ Deze dagboeken zijn trendy en populair

Promotie

- ▶ Brede online campagne



9 789492 995155 >



Adyashanti

Niets is belangrijker

Ontdek de waarheid in het leven zelf

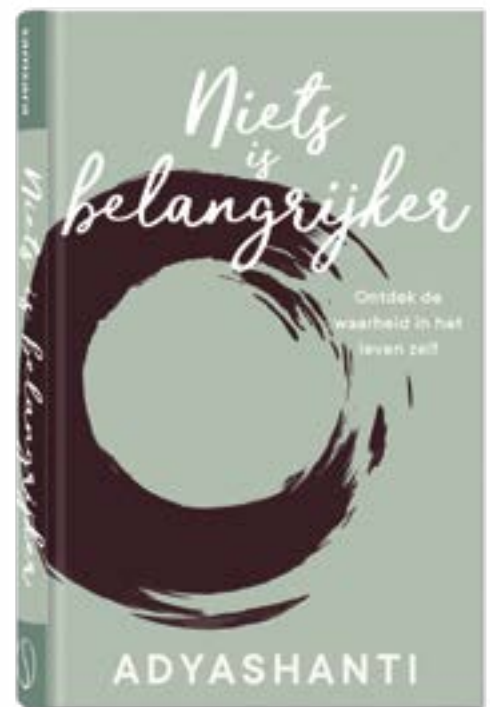
‘Adyashanti bedient zich niet van zenjargon, maar hij doorbreekt net als de grote zenmeesters van weleer de grenzen van het conventionele boeddhistische debat en spreekt rechtstreeks vanuit Zijn zelf. Zijn taal is fris, spontaan en dynamisch.’ (Stephan Bodian)

In *Niets is belangrijker* laat de auteur je zien en ervaren hoe je het spel van de eigen persoonlijkheid kunt herkennen en doorzien. Zonder om de werkelijkheid van de spirituele zoektocht heen te draaien moedigt hij je in een reeks diepgaande ontdekkingstochten aan om de grenzen van je eigen verhalen te onderzoeken, open te staan voor de mogelijkheid van genade en die aspecten van het leven te omarmen die werkelijk en dus het allerbelangrijkst voor je zijn!

Zijn onderricht is een open uitnodiging om een pas op de plaats te maken en te onderzoeken en herkennen wat in de kern waar en bevrijdend is. Adyashanti is niet verbonden aan een bepaalde traditie of ideologie.

‘De waarheid waarnaar ik wijs is niet voorbehouden aan enig religieus gezichtspunt, geloof of dogma, maar staat open voor iedereen en is te vinden in alle mensen.’

Adyashanti is een Amerikaanse spirituele leraar die regelmatig lezingen geeft in de Verenigde Staten, Europa en Australië.



€ 24,90

272 pag./geb.
 Formaat 15 x 23 cm
 Oorspronkelijke titel
The Most Important Thing
 Vertaald uit het Engels door
 Han van den Boogaard
 Vormgeving omslag
 Hester van Toorenburg
 ISBN 9789492995087 NUR 728
 Verschijnt 21 maart 2019

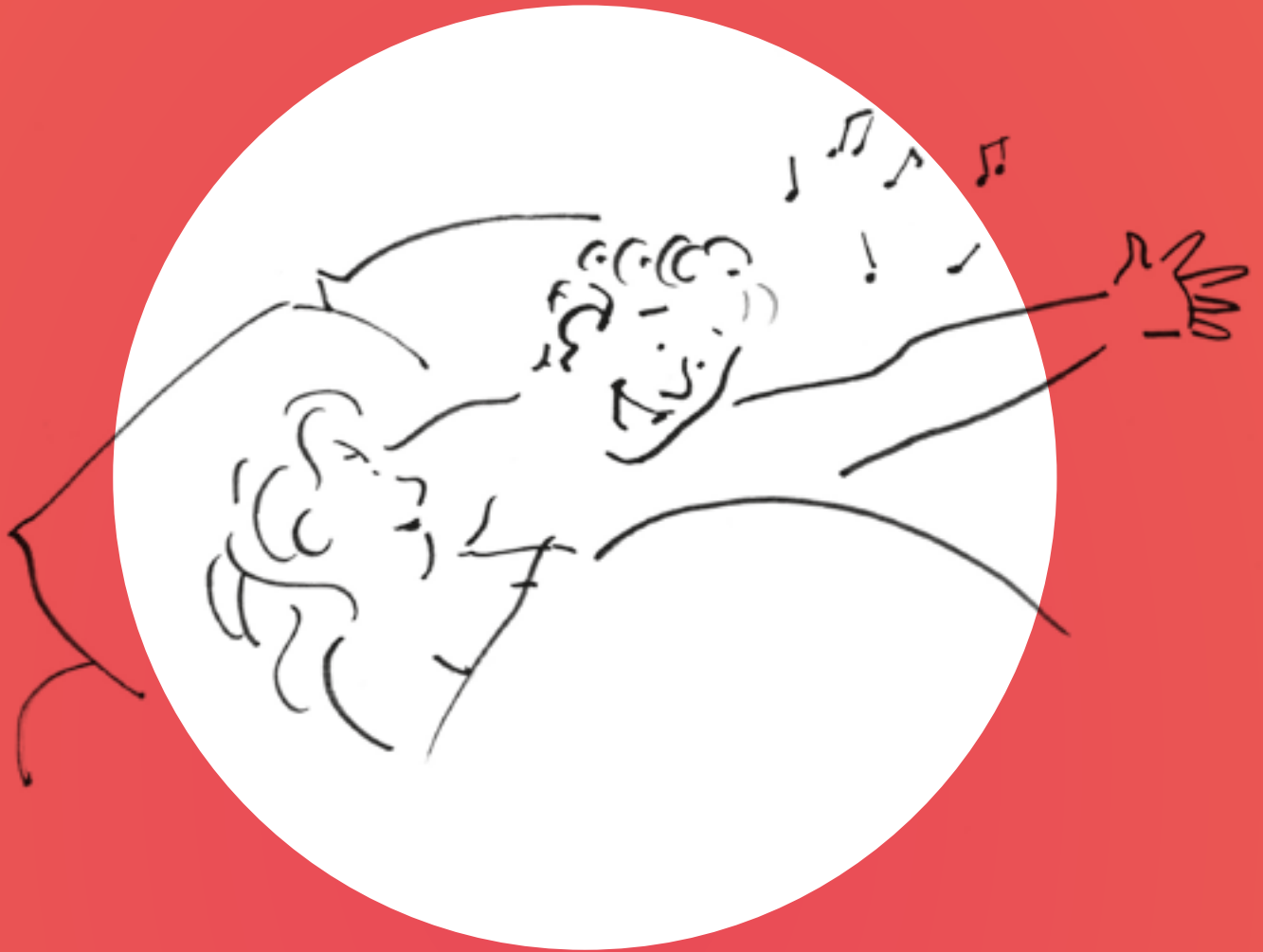
Verkoopargumenten

- ◀ 8ste boek van deze auteur dat bij Samsara verschijnt
- ◀ Vaste schare lezers

Promotie

- ▶ Voorpublicatie in het tijdschrift *Inzicht*
- ▶ Brede online marketingcampagne





Liefdevol bevallen bevat:

- Betrouwbare en eigentijdse informatie die de zwangere ondersteunt in haar keuzes
- Oefeningen die bij de zwangere passen zodat deze beschikt over praktische handvatten en dito tips die zij kan inzetten tijdens de bevalling.

Mirjam Vos geeft in haar werk vrouwen de gelegenheid zoveel mogelijk eigen keuzes te maken in het proces van zwanger zijn, bevallen en moeder worden. Zij schenkt de zwangere en bevallende vrouw vertrouwen, leert hen te vertrouwen op hun eigen wijsheid, laat hen in verbinding blijven met hun ongeboren baby en steunt hen in moedig te durven zijn.

Zij stimuleert de zwangere om met haar partner tijdens de bevalling een team te vormen, zodat hun relatie bekrachtigd wordt en daarmee een stevige basis onder het toekomstige ouderschap gelegd wordt.

Mirjam Vos

Liefdevol bevallen

Een meer dan gewone voorbereiding op de geboorte van je kind

Liefdevol bevallen benadert de bevalling zowel als een fysiek als een mentaal proces waarbij moeder en kind een team vormen. Een team dat, gesteund door de partner en zorgverleners, optimaal samenwerkt.

Liefdevol bevallen laat zich gebruiken als een kompas waarmee je je eigen koers vaart en persoonlijke keuzes maakt die bij jouw situatie passen.

Met *Liefdevol bevallen* bereidt de zwangere vrouw zich op haar eigen wijze voor op de bevalling, kan ze de regie houden tijdens de bevalling en er positief op terugkijken – ook als het anders loopt dan vooraf gedacht.

Mirjam Vos heeft duizenden vrouwen begeleid bij hun zwangerschap en geboorte en heeft paren voorbereid op de bevalling en geboorte van hun kind. Ze geeft daarnaast diverse groepscursussen en privébegeleiding.



€ 22,90

320 pag./pb
Formaat 15 x 23 cm
Geïllustreerd door Lucy Keijser
Omslagontwerp
Hester van Toorenburg
ISBN 9789492995131 NUR 850
Verschijnt 2 april 2019

Verkoopargumenten

- ◀ Een inspirerend en praktisch boek ter voorbereiding op de geboorte van je kind
- ◀ Passend bij de huidige tijdgeest
- ◀ Geschreven vanuit de zwangere, gecheckt door zorgverleners
- ◀ Een eerlijk en pittig boek
- ◀ Bevat praktische oefeningen en handvatten die je kunt gebruiken tijdens de bevalling

Promotie

- ▶ Interviews in diverse special-interestbladen
- ▶ Grote online campagne



9 789492 995131 >



Ken Wilber

Integrale meditatie

Mindfulness als onderdeel van het dagelijks leven

Ken Wilber introduceert een meditatietechniek gebaseerd op zijn baanbrekende *Integrale Theorie*. Hij combineert de aloude paden van meditatie en mindfulness met moderne inzichten in de ontwikkelingspsychologie. Het resultaat is een complete en effectieve meditatiemethode voor persoonlijke groei en ontwikkeling.

In dit boek maakt Wilber ons bewust van onze innerlijke 'landkaart', waarmee we onze weg kunnen vinden in het leven – in relaties, werk, studie en spel. Hij gebruikt mindfulness om ons het pad te wijzen naar een gezond en gelukkig perspectief. Met praktische oefeningen en heldere instructies wijst hij ons de weg naar onze werkelijke identiteit. Hij leert ons de reden voor ons bestaan: om in deze wereld de belichaming te zijn van onze unieke spirituele mogelijkheden.

Ken Wilber (1949) is een van de meest gelezen en meest vertaalde Amerikaanse denkers van onze tijd. In zijn *Integrale Theorie* bouwt hij voort op inzichten uit de cultuurwetenschappen, antropologie, systeemtheorie, ontwikkelingspsychologie, biologie en spiritualiteit. Zijn theoretisch werk vindt praktische toepassingen op uiteenlopende gebieden als duurzaamheid, psychotherapie, spiritualiteit, onderwijs, bedrijfskunde, geneeskunde, politiek, sport en kunst.

Bij Samsara verscheen reeds eerder *Integrale wijsheid*

Verkoopargumenten

- ◀ Mindfulnessstraining onderbouwd met inzichten uit de psychologie
- ◀ Sterke auteursnaam die reeds zijn sporen heeft verdiend
- ◀ Praktische handvatten voor de dagelijkse praktijk van werk en relatie

Promotie

- ▶ Voorpublicaties in diverse bladen
- ▶ Advertenties in special-interestbladen
- ▶ online marketingcampagne



€ 28,90

360 pag./geb.
 Formaat 12,5 x 20 cm
 Oorspronkelijke titel
Integral Meditation
 Vertaald uit het Engels door
 Egbert van Heijningen
 Omslagontwerp
 Hester van Toorenburg
 ISBN 9789492995148 NUR 728
 Verschijnt 22 april 2019





Tijdloze wijsheid in pocketformaat!
Ideale geschenkprijs van 12,50!

Alan Cohen

Bent u net zo gelukkig als uw hond?

Tijdloze klassieker

De auteur ontmoette eens een man die zei: 'Jarenlang voelde ik me zo ellendig dat ik God elke dag smeekte mij net zo gelukkig wakker te laten worden als mijn hond!' Dat bracht de auteur tot de vraag: En ik dan? Ben ik net zo gelukkig als mijn hond? En u? Bent u ooit een hond tegengekomen die niet gelukkig was?

'Mijn hond Rakker lijkt elk moment van zijn leven gelukkig te zijn. Hij verkeert voortdurend in een toestand van vreugde en verwondering. Hij is altijd blij als ik thuiskom! Ik was ervan overtuigd dat mijn hond iets wist wat ik niet wist of vergeten was. Om erachter te komen wat hij dan wel had en ik juist miste, besloot ik zijn gedrag eens grondig te onderzoeken. Gaandeweg ontdekte ik zijn geheim van de kunst van het gelukkig zijn.'

Rakker leerde mij de volgende wijsheden:

- Leef in het hier en nu
- Probeer er elke dag het beste van te maken
- Schaam je nergens voor
- Maak altijd duidelijk wat je wilt
- Probeer eens om jezelf te lachen
- Toon je liefde uitbundig
- Houd het simpel
- Vat niet alles persoonlijk op
- Heb vertrouwen in het leven
- Zeg nooit nooit

*'Fantastisch, down-to-earth en vol wijsheid!
Heel verfrissend en plezierig om te lezen!
Ik heb van het boek genoten en raad het iedereen aan!'*
– Victoria Gamber op goodreads.com



€ 12,50

112 pag./geb.
Formaat 10 x 15 cm
Oorspronkelijke titel
Are you as happy as your dog?
Vertaald uit het Engels door
George Huls Kramer
Omslagontwerp
Hester van Toorenburg
ISBN 9789492995124 NUR 728/372
Verschijnt 25 februari 2019

Verkoopargumenten

- ◀ Vierde deel in de serie Tijdloze Klassiekers
- ◀ Al jarenlang een seller
- ◀ Zie bovenstaande wijsheden



Dorothy Hunt

Stoppen met zoeken

Van ambitie naar simpel Zijn

Dit wijze boek doet wat ieder diepgaand onderricht doet: het ontnemt je met mededogen al je zekerheden, wat uiteindelijk rest is de heldere essentie, het tijdloze, het ongrijpbare nu.

Maar deze ontmanteling voltrekt zich uiterst zorgvuldig en liefdevol, aan de hand van parabels, poëzie en de persoonlijke ervaringen van de auteur. Hierdoor krijg je het gevoel dat je liefdevol wordt begeleid naar je eigen ondergang. *Stoppen met zoeken* ontdoet je van alles wat je dacht te zijn. Wat overblijft is de ongelooflijke rijkdom van wat je werkelijk bent.

Als het zoeken stopt, keren we terug naar het alledaagse. We verblijven in vrijheid in het huidige moment, open voor wat er is, tevreden met een gewoon leven terwijl dat leven doordrongen is van begrip, mededogen en liefde die vanuit zijn ware hart willen stromen.



€ 24,90

Ca. 300 pag./pb

Formaat 15 x 23 cm

Oorspronkelijke titel

Ending the Search

Vertaald door Ronald Hermesen

Omslagontwerp

Hester van Toorenburg

ISBN 9789492995063 NUR 728

Verschijnt 7 maart 2019

Verkoopargumenten

- ◀ Heldere wijsheid in eigentijdse taal
- ◀ Het alledaagse wordt bijzonder
- ◀ Deze woorden halen de angel uit ons opgejaagde bestaan

Promotie

- ▶ Voorpublicatie in het tijdschrift *Inzicht*
- ▶ Online mediacampagne



9 789492 995063 >

Ze stonden op een zolder vol
maanverlichte schilderijen,
die schots en scheef tegen de
schuine wanden
gestapeld waren.
'Wauw!' zei Marie.
'Wie heeft die gemaakt?'
'Wij,' antwoordde Kris. 'Kom...'



Drie avonden in de week ging
Marie met Kris mee naar het
huis van Bram. Ze schilderde paarse
kanaries op wietjes, schaatsende zwanen,
uitgelaten halsbandparkieten en grote
bont-en-blauwe spechten. Soms met een
kwast en soms gewoon met
haar vinger.

Wat moet ik maken?' vroeg Marie. 'Wat je
wilt,' antwoordde Kris. 'Alles mag.' Ze
Marie doopte haar vinger in de gele verf en begon.



En toen kwam Corry.
Dat was de
vriendin van Bram en
ze wist alles van kunst.
Ze zag het roze
bazebamenbos van Herman
en zwevende zeeolifant van Sofie
en riep: 'Geweldig!' Ze zag het groene
jongetje van Kris en paarse kanarie van
Marie en riep: 'Magnifiek, dit is niet
niks, kinderen. Dit moet
de hele wereld zien!'



Dinsdags moesten alle kinderen helpen met schoonmaken
en woensdags kregen alle goed gelukke dode
fazanten een plaats in de entreehal van de
Ambassade.



Bette Westera & Sylvia Weve

dit is geen cobra

Het gouden duo Westera-Weve heeft zich kunnen uitleven in het verhaal *dit is geen cobra*, een prentenboek voor jonge kinderen met een knipoog naar de speelse, kinderlijke, provocerende kunst van de CoBrA-kunstenaars.

‘Marie, dit is geklieder!’ Marie keek naar de jamvlek op haar jurk. ‘Ik heb het niet over die vlek,’ zuchtte juffrouw Vogel. ‘Ik heb het over je tekening. Kanaries zijn geel, met roze snaveltjes. Ze hebben pootjes, geen wielen. En je hebt alweer niet binnen de lijntjes gekleurd.’ Marie legde haar paarse kleurpotlood neer en keek naar de tekening van Peter, die naast haar zat. Zijn vogel was kanarie-geel met roze en keurig ingekleurd.

Het verhaal krijgt een wonderlijke wending als Marie in het geheim lessen krijgt, waarin zij niet meer tussen de lijntjes hoeft te schilderen. Waar haar dieren wilde kleuren mogen hebben en waar haar schilderijen mogen sprankelen van vrijheid en speelsheid.

Het zal u niet verbazen dat Bette Westera en Sylvia Weve zich bij de Cobra-beweging als een vis in het water voelden en dat zij met dit nieuwe boek samen een nieuw pareltje hebben toegevoegd aan hun rijke oeuvre! Een lust voor oog en oor!



€ 16,90

48 pag./geb.
Prentenboek
Formaat 23, 5 x 27 cm
Vormgeving Steef Liefstink
ISBN 9789492995094
NUR 273
Verschijnt 25 maart 2019

Verkoopargumenten

- ◀ Illustrator Sylvia Weve en schrijfster Bette Westera staan garant voor uitzonderlijk en altijd verrassend werk
- ◀ kwaliteit in woord en beeld met een uitnodiging tot creativiteit

Promotie

- ▶ Expositie originelen in het CoBrA-museum en/of uw winkel
- ▶ Creatief lespakket voor scholen en boekhandel
- ▶ de meest aansprekende CoBrA-etage ontvangt een perfect verzorgd weekend op de locatie van het verhaal





Peter Schreuder Goedheijt (Haarlem, 1959) heeft zijn master grafisch-typografisch ontwerpen behaald aan de Koninklijke Academie van Beeldende Kunsten in Den Haag. Hij vervolgde met een postgraduate industriële vormgeving aan hetzelfde instituut. Naast het product-ontwerpen en grafisch vormgeven worden er pop-up boeken door hem ontwikkeld. Hij werkte onder meer samen met Dick Bruna en Max Velthuijs. In 1988 ontving Peter de 'Prijs Voor Het Beste Nederlandse Meubelontwerp'. Hij werkt als zelfstandig interieurontwerper en industrieel meubelontwerper voor de meubelindustrie en schrijft over filosofische onderwerpen.

Peter Schreuder Goedheijt

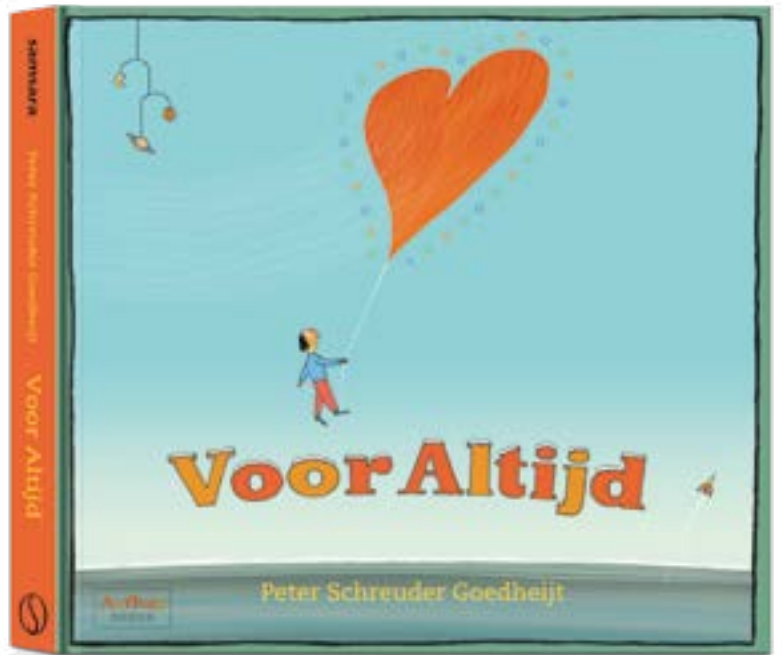
Voor Altijd

Voor Altijd snijdt voor de jonge lezer, in de vorm van prachtig verstilte illustraties en een ontroerend verhaal, een van de grote thema's van het leven aan: Hoe ga je om met het verlies van je meest geliefde?

Het verhaal gaat over Arthur die als kind droomt van verre ruimte-reizen. Als hij groter groeit en op een dag verliefd wordt op Eva, besluiten ze samen een grote reis te maken, nee, geen ruimte-reis! Arthur houdt zo veel van Eva dat hij zijn eerste liefde, de ruimte-reizen, vergeet. Maar Eva wordt ziek, overlijdt plotseling en Arthur blijft alleen achter.

De prachtige, lucide illustraties vertellen in een verwonderende vorm hoe het Arthur lukt zijn verdriet een plek te geven.

Voor Altijd is een ontroerend verhaal over liefde en verdriet voor kinderen, maar ook volwassenen zullen geraakt worden door de fraaie combinatie van beeld en tekst.



€ 14,90

48 pag./geb.
Formaat 27 x 27 cm
Illustraties en tekst
Peter Schreuder Goedheijt
ISBN 9789492995117
NUR 273
Verschijnt maart 2019

Verkoopargumenten

- ▶ De tekst en illustraties verbeelden hoe verdriet een plaats kan krijgen
- ▶ Herkenbaar thema, zonder dramatiek





Thysa Zevenbergen en Ru de Groen

Kleine Vos

Op zoek naar Overal & Nergens

Prentenboeken en mooie verhalen in overvloed en toch duikt er iedere keer weer een pareltje op. Illustrator Thysa Zevenbergen snijdt de beelden uit het papier, met de leegte bouwt zij wonderlijk mooie afbeeldingen en sferen. De tekst van Ru de Groen past perfect bij haar fraaie afbeeldingen en neemt je mee met de reis die Vos maakt naar Overal en Nergens!

Het verhaal begint als Kleine Vos heerlijk in de zon zit, vlinders vliegen om haar hoofd aan de waterkant. Wat heeft ze het toch goed in haar mooie bos. Maar toch komt er een nacht waarop zij niet kan slapen. Gedachten dwarrelen door haar hoofd: Zou er niet ergens een land zijn waar het nog beter en nog mooier is? Dit idee laat haar niet los en zij vraagt het grote, wijze hert naar de weg die zij moet gaan. 'Het land dat jij zoekt ligt overal en nergens,' luidt zijn antwoord. Dan begint haar lange reis op zoek naar geluk.

Een juweel in woord en beeld!



€ 14,90

32 pag./geb.
Formaat 27 x 27 cm
ISBN 9789492995070
NUR 273
Verschijnt 18 maart 2019

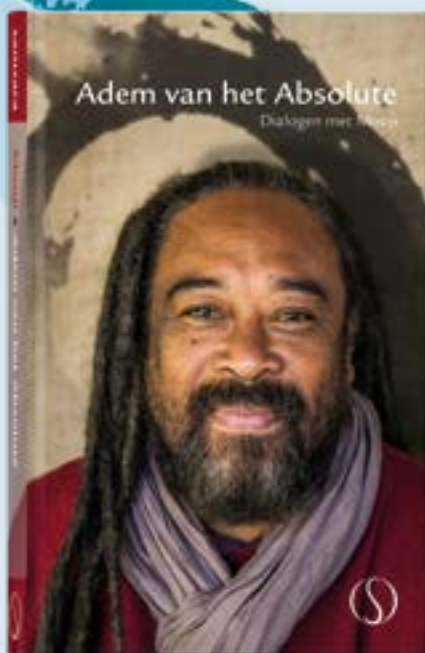
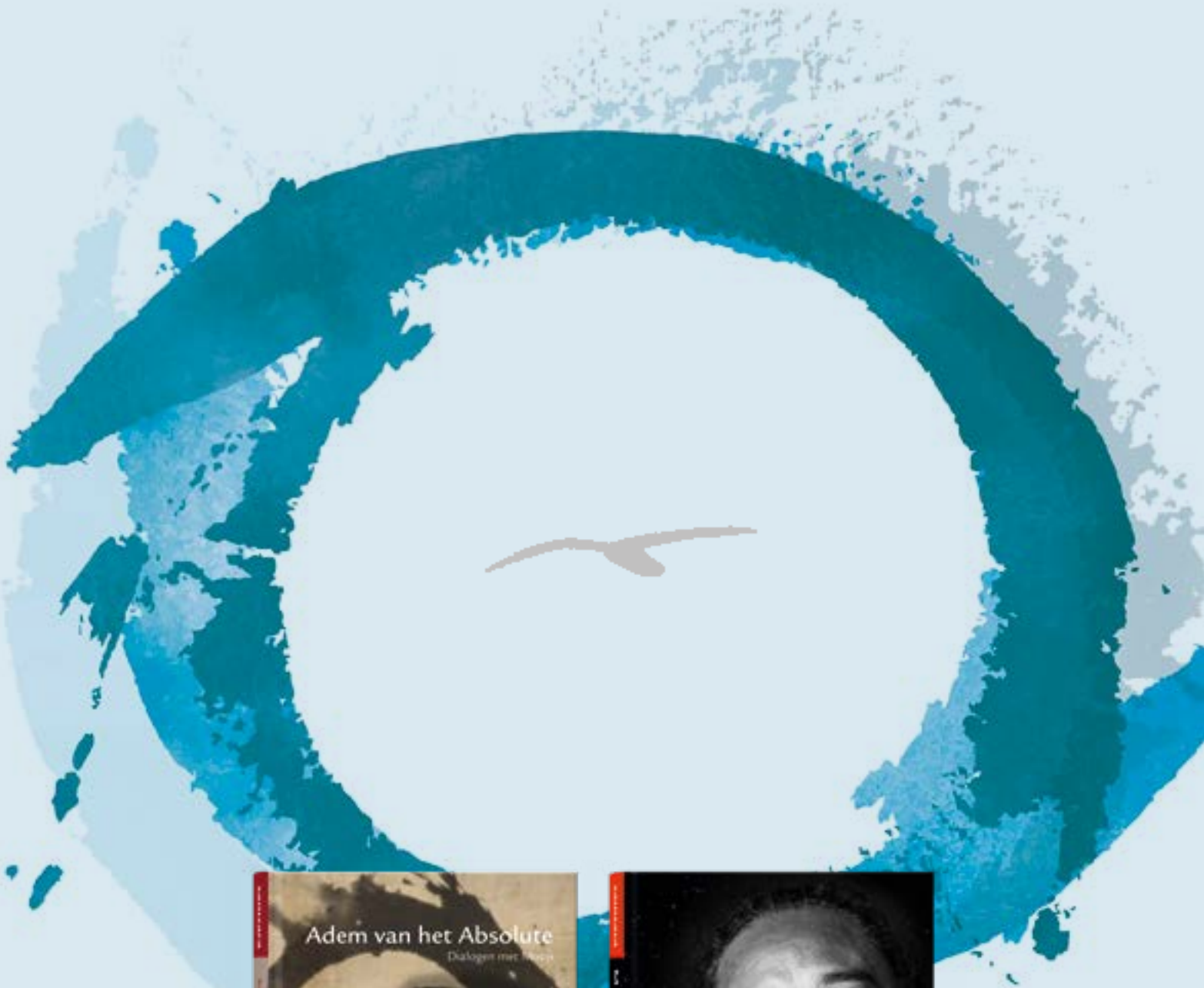
Verkoopargumenten

- ◀ Sterke sfeerbeelden met een unieke techniek
- ◀ Een boek dat je jong en oud kunt schenken

Promotie

- ▶ Exposities in winkels
- ▶ Fraai promotiemateriaal beschikbaar





Mooji

Een Uitnodiging tot Vrijheid

Direct ontwaken voor Iedereen

Dit boek is een uitnodiging, een uitdaging zelfs om vrij te zijn! Het is een kleinood, met een eenvoudige en heldere boodschap. Het directe herkennen van wat je als mens in wezen bent en wat voor iedereen mogelijk is!

Naast de originele illustraties van de auteur bevat het boekje heldere aanwijzingen, vragen en bespiegelingen die richting geven aan het verlangen van velen van ons, het ervaren van werkelijke vrijheid en het doorzien van het persoonlijke drama.

De auteur weet in één-op-één gesprekken vaak tot de essentie van het bestaan door te dringen en biedt de lezer daarbij een unieke gelegenheid zijn ware aard te herontdekken en rust te vinden in een turbulente wereld!

Sinds 1999 geeft Mooji zelf satsangs en retraites en houdt hij één-op-één gesprekken op meerdere plaatsen in Europa en daarbuiten. Van over de hele wereld komen zoekers naar waarheid naar Portugal.

Eerder verscheen van deze auteur bij Samsara:
Adem van het Absolute
Weidser dan de hemel. Grootser dan de ruimte



€ 12,50

Omvang 92 pag./geb.
 Formaat 9 x 14 cm
 Oorspronkelijke titel
An Invitation to Freedom
 Vertaald uit het Engels door
 De Mooji Foundation
 Omslagontwerp Erik Thé
 ISBN 9789492995186
 NUR 728
 Verschijn 13 maart 2019

Verkoopargumenten

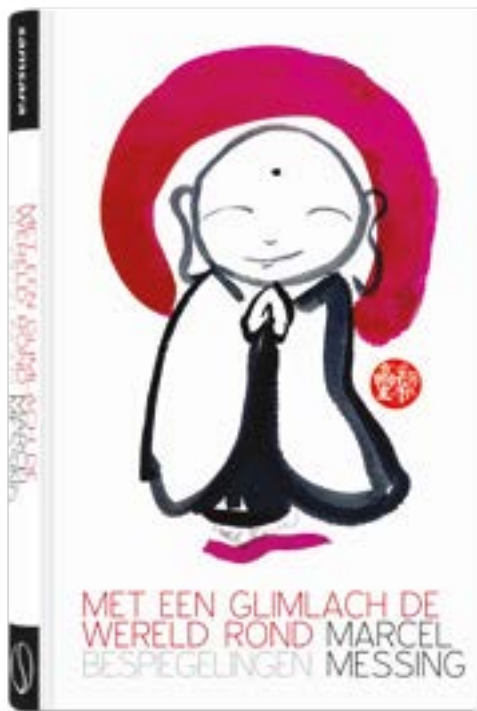
- ◀ auteur met grote lezersschare
- ◀ groot event in Nederland in 2019, met stevige promotionele inspanningen



9 789492 995186 >

Marcel Messing

Met een glimlach de wereld rond



Dit fraai uitgegeven boek omvat een aantal inspirerende bespiegelingen over thema's als de glimlach, geven en ontvangen, haast en stress, het ware geluk, ouderdom, jeugd en troost. Het lezen van dit boek biedt een aangename verstillende in ons roerige bestaan en laat de lezer telkens weer glimlachen om alles dat in ons leven komt en gaat.

Wie met een glimlach de wereld rond kan gaan, brengt een troostend geluid in de wereld van ruwheid, van vergeten liefde en gebrek aan mededogen. Deze simpele uiting kan zich als een energie van genegenheid verspreiden en harten openen. Waar een oprechte glimlach is, ontstaat een sfeer van genegenheid en mededogen. Woordloos, argeloos en ontwapenend is de glimlach.

De auteur van onder andere de titel *Worden wij wakker*, heeft al vele publicaties op zijn naam staan. Na zijn studie antropologie, filosofie en vergelijkende godsdienstwetenschap, doceerde hij in het hoger beroepsonderwijs en was wetenschappelijk medewerker van de Bibliotheeca Philosophica Hermetica te Amsterdam. Met een glimlach trekt hij de wereld rond, zonder zijn huis te verlaten.

€ 19,90

196 pag /geb.
Formaat 12,5 x 20 cm
Geïllustreerd door
Marianne van der Dungen
ISBN 9789492995049
NUR 728
Reeds verschenen



9 789492 995049 >

Verkoopargumenten

- ◀ actuele thema's helder uitgewerkt
- ◀ fraai geschenkboek voor een breed publiek

Promotie

- ▶ lezingen in Nederland en Vlaanderen
- ▶ voorpublicatie in diverse tijdschriften

Shri Ramakant Maharaj

Zelfloos Zelf

Dit boek moet je ademen en daarbij het denken achterwege laten. Er gebeurt meer in de dialogen dan woorden kunnen zeggen. Het doel van deze woorden is om de lezer zichzelf in ware zin te leren kennen, om de illusie over zichzelf en de wereld uit te wissen. Dit boek raakt de werkelijke zoeker recht in het hart.

Zelfloos Zelf zal zonder twijfel bij lezers die zich interesseren in non-duale inzichten een klassieker worden. Het verdient een plaats naast het inmiddels tijdloze boek *Zijn – Ik Ben* van Shri Nisargadatta Maharaj

Zelfloos Zelf is niet gevuld met concepten, maar gaat voorbij aan woorden en denkbeelden. Het boek vibreert van de aanwezigheid van de spreker Ramakant Maharaj. Hij is in de teksten bijna lijfelijk aanwezig en leidt de lezer terug naar zichzelf. Hij is zo dichtbij en aanwezig alsof je voor hem lijkt te zitten.



€ 39,90

Ca. 600 pag./pb, formaat 15 x 23 cm
Oorspronkelijke titel
Selfless Self: Talks with
Shri Ramakant Maharaj
Vertaald uit het Engels door
Jeen Doing
Omslagontwerp Ivar Hamelink
ISBN 9789492995100
NUR 728
Verschijnt 25 februari 2019

Verkoopargumenten

- ◀ Al jarenlang was de Engelse editie een cultboek
- ◀ Geen best-, maar een everseller!

Promotie

- ▶ Voorpublicatie in het tijdschrift *Inzicht*
- ▶ Promotie in diverse special-interestbladen
- ▶ Online marketingcampagne





Karen Brody

Durf je rust te nemen

Herstel je kracht met yoga nidra

Doorbreek de vicieuze cirkel van je oververmoeidheid,
slaap beter en voel je beter met yoga nidra!

Wie zou je zijn als je voldoende rust kreeg? Zou je liefdevoller omgaan met je naasten? Zou je volop energie hebben om al je passies te volgen? Als moderne vrouw zijn we geconditioneerd om 'rust' te beschouwen als iets softs of zelfs egoïstisch. We hebben geleerd om andermans behoeften voorop te stellen en we zijn bang dat 'rustig aan doen' overkomt als falen.

Gelukkig is er een krachtige methode die elke vrouw kan toepassen om haar vitaliteit te herstellen, hoe druk of overweldigd ze zich ook voelt - yoga nidra, de kunst van bewuste ontspanning oftewel 'slaap-yoga'.

In *Durf je rust te nemen*:

- maak je kennis met yoga nidra
- ontvang je middels geleide meditatie een transformerend programma
- leer je verandering te brengen in de ingesleten patronen
- leer je de vicieuze cirkel van onze oververmoeidheid te doorbreken
- en ruimte te creëren voor een rijker en voller leven

Karen Brody is de oprichter van Bold Tranquility. Ze heeft al duizenden vrouwen geleerd weer tot rust te komen met behulp van yoga nidra. Ze levert regelmatig bijdragen aan *The Huffington Post* en is een veelgeprezen scenarioschrijver.

Verkoopargumenten

- ◀ Het boek voor vrouwen die kampen met vermoeidheid
- ◀ Een yogavorm die veel jonge vrouwen aanspreekt

Promotie

- ▶ Uitgebreide mailing en social-media-actie richting yogascholen



€ 19,90

280 pag./pb
Formaat 12,5 x 20 cm
Oorspronkelijke titel *Daring to rest*
Vertaald uit het Engels door
Vera Groen
Omslagontwerp
Hester van Toorenburg
ISBN 9789492995162
NUR 728
Verschijnt 8 april 2019



9 789492 995162 >

LOVE LIFE



Jeff Foster

Liefde is het leven omarmen

*Spijt is het verlangen het verleden te veranderen.
Angst is de wens de toekomst te sturen.
Vrede is de overgave aan het nu.*

Liefde is het leven omarmen laat zien dat het omarmen van het leven, niet het vasthouden, maar juist het loslaten is! De woorden van de auteur laten je herkennen wie je werkelijk bent, voorbij wie je denkt te zijn.

Wanneer we ons openstellen voor het leven, de liefde en elkaar, wanneer we ontwaken uit de droom van gescheidenheid, ontdekken we niet alleen het geluk van het bestaan, maar ook haar pijn; niet alleen de extase van het leven, maar ook zijn kwelling. Hoe vinden we kalmte in het hart van de storm die ons dagelijks leven heet? De kalmte vinden we als we het leven werkelijk omarmen en niets uitsluiten!

Jeff Foster studeerde astrofysica aan de universiteit van Cambridge. Tegenwoordig organiseert hij over de hele wereld bijeenkomsten, retraites en één-op-één ontmoetingen, waarbij hij belangstellenden vriendelijk maar rechtstreeks terugverwijst naar de diepe aanvaarding die inherent is aan dit moment.

Eerder verscheen van deze auteur bij Samsara:

Leven zonder middelpunt

Een buitengewone afwezigheid

Verkoopargumenten

- ◀ Belangrijke auteur op het gebied van non-duale teksten, steady seller!
- ◀ Jonge auteur die nieuw publiek aanspreekt

Promotie

- ▶ Bezoek aan Nederland in 2019
- ▶ Artikelen en advertenties in special interestbladen
- ▶ Online media campagne



€ 24,90

Ca. 284 pag./geb.

Formaat 12,5 x 20 cm

Oorspronkelijke titel

Wonder of Being

Vertaald uit het Engels door

Bob Snoijink

Vormgeving omslag

Hester van Toorenburg

ISBN 9789492995056 NUR 728

Verschijnt 4 maart 2019



9 789492 995056 >

Erica Rijnsburger & Dolly Heuveling van Beek

Verborgen wijsheid

Leer de taal van je onbewuste



De auteurs zijn beiden ervaren coaches en laten zien hoe zelfonderzoek kan leiden tot grotere vrijheid om te zijn wie je daadwerkelijk bent. Je hoeft niet langer iets of iemand te zijn: je kunt eenvoudigweg 'zijn' in het moment met alles wat zich aandient. Zo ervaar je op een diep niveau je eigenwaarde, onafhankelijk van het oordeel van je super-ego of van anderen. Een diepere ontspanning van lichaam en geest is het resultaat.

Jezelf bevrijden van de invloed van conditioneringen en onbewuste patronen is een reis op zich. *Verborgen wijsheid* biedt de lezer inzichten om hierin zijn of haar weg te vinden.

'Onontbeerlijk boek voor coaches en hun cliënten. Want een goede coach gebruikt het hier en nu, kan oordeelloos kijken en past zelfreflectie toe. Dit boek biedt zowel diepgang als inspiratie om daarmee aan de slag te gaan.'
(Aty Boers, auteur Coaching kalender)

€ 24,90

Omvang 382 pag./pb.
Formaat 15,5 x 23,2 cm
Omslagontwerp Ivar Hamelink
ISBN 9789492995193
NUR 770
Verschijnt 25 februari 2019



Verkoopargumenten

- ◀ Handvatten om patronen in gevoelens en gedrag te ontdekken
- ◀ Inzichten uit verschillende disciplines waarbij het zelfonderzoek vanuit een open houding centraal staat
- ◀ Helder beschreven oefeningen waardoor de lezer wordt uitgenodigd eigen gewaarwordingen te onderzoeken
- ◀ Het terugvinden van de heelheid met een specifieke meditatievorm die zorgt voor een voelbare diepe verbinding met het bestaan

Promotie

- ▶ Lezing en congres auteurs
- ▶ Advertenties in special-interestbladen
- ▶ Online marketingcampagne

David Lesondak

FASCIA

Wat het is en wat het doet

Een rijk geïllustreerd en aanstekelijk geschreven boek, dat heldere en essentiële informatie biedt voor alle geïnteresseerden, of je nu leek of therapeut, yogadocent, arts, osteopaat, fysiotherapeut of orthopeed bent. Het geeft je een gedegen begrip van wat fascia is en wat het in het lichaam doet.

Dit boek geeft aan welke rol fascia speelt in het lichaam en hoe het samenwerkt met de andere systemen in het lichaam. Juist omdat het belang van fascia in de algehele gezondheid steeds meer wordt onderkend, sluit dit boek aan bij de behoefte waarbij de feiten duidelijk en beknopt worden weergegeven.

Fascia speelt een belangrijke rol in het hele lichaam en zijn communicatie. Je zou het kunnen zien als beweegbare lijm/elastiekjes die de lagen en structuren van het lichaam met elkaar verbinden. In die hoedanigheid speelt het een rol bij:

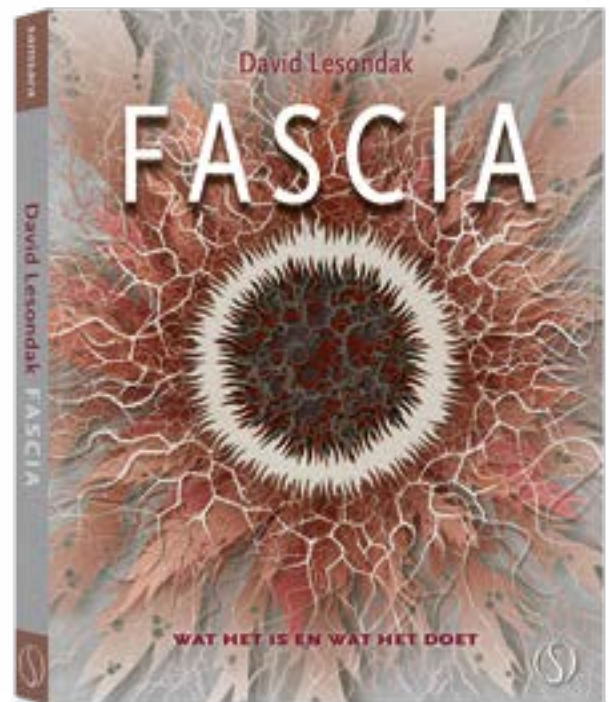
- rug- en nekklachten, spier- en gewrichtspijnen, verklevingen
- somatische klachten, vage pijnen, stressproblemen
- sportblessures en sport-gerelateerde bewegingsproblemen

Verkoopargumenten

- ◀ Een how-to-do-boek voor de leek en professional
- ◀ Het boek biedt handvatten hoe je fascia kun je gezond kunt houden
- ◀ Fascia spelen een rol bij het oplossen van veel kwalen

Promotie

- ▶ Auteursbezoek en seminars auteur in het voorjaar van 2019
- ▶ Voorpublicaties binnen special-interest bladen



€ 29,90

192 pag./pb
 Formaat 15 x 23 cm
 Oorspronkelijke titel
Fascia: What it is and Why it Matters
 Vertaald uit het Engels door
 Rob Beenker
 Omslagontwerp Erik Thé
 ISBN 9789492995179 NUR 860
 Verschijnt mei 2019



9 789492 995179 >

