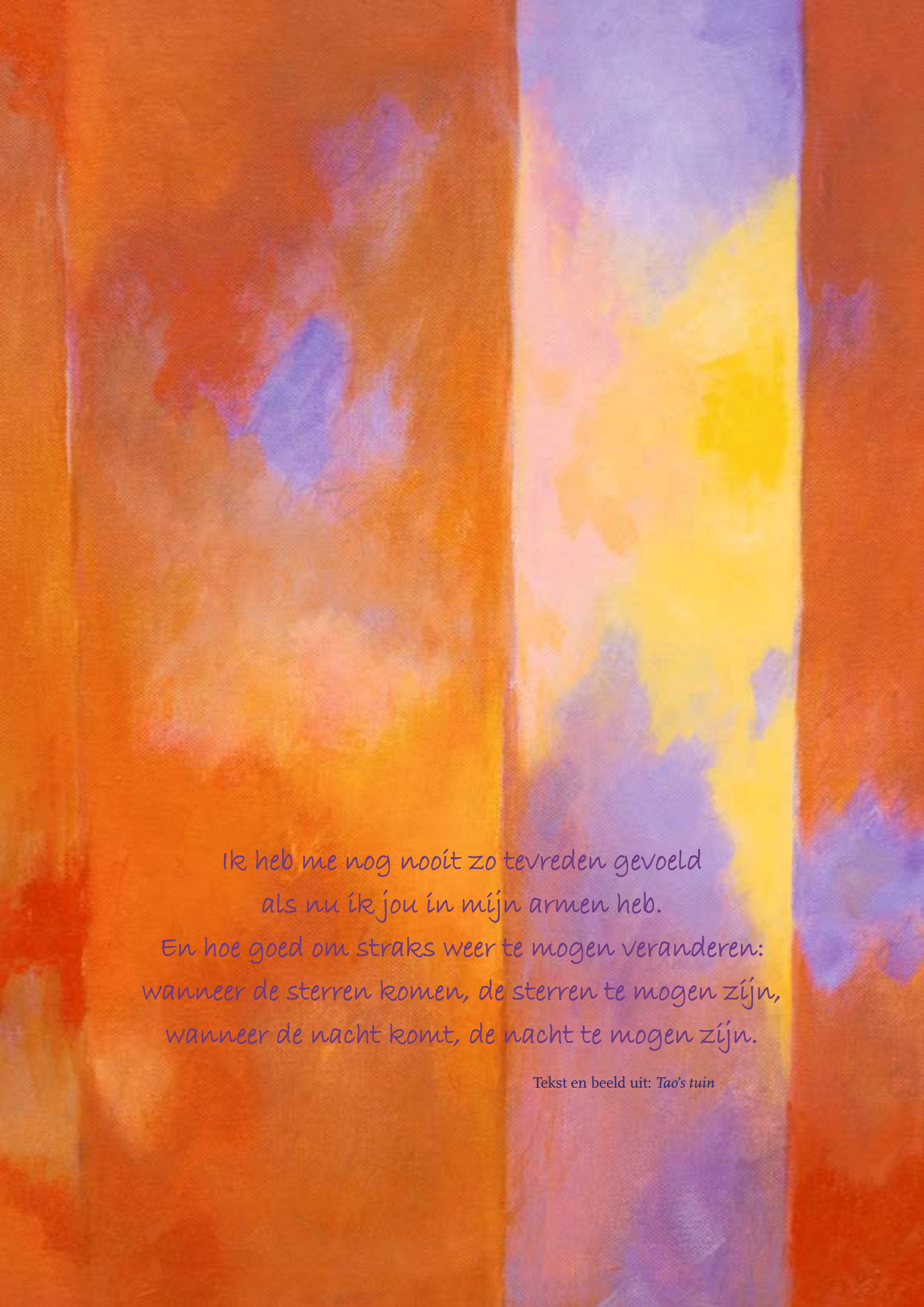


Samsara

Sterk in tijdloze en
eigentijdse boeken!



Najaar 2020



Ik heb me nog nooit zo tevreden gevoeld
als nu ik jou in mijn armen heb.
En hoe goed om straks weer te mogen veranderen:
wanneer de sterren komen, de sterren te mogen zijn,
wanneer de nacht komt, de nacht te mogen zijn.

Tekst en beeld uit: *Tao's tuin*

INHOUD

Milli Hill, <i>Mijn lichaam. Mijn baby. Mijn keuzes.</i>	4 – 5
Bob Stahl & Elisha Goldstein, <i>Mindful omgaan met stress</i>	6 – 7
Wolter Keers, <i>Tao's tuin</i>	8 – 9
Jackie Azúa Kramer & Cindy Derby, <i>De jongen en de gorilla</i>	10 – 11
Susan Verde & Peter Reynolds, <i>Ik ben Yoga</i>	12
Susan Verde & Peter Reynolds, <i>Ik ben Mens</i>	13
Graham Carter, <i>De Verhalendief</i>	14 – 15
Ian Lendler & Pamela Zagarenski, <i>Het fabuleuze leven van Aesopus</i>	16 – 17
Kimberly Ann Johnson, <i>Het vierde trimester</i>	18 – 19
Jed McKenna, <i>Het geheim van de druppel en de zee</i>	20 – 21
Wendy Lammers van Toorenborg, <i>Hoogbegaafd, nou én?</i>	22
Joseph Chilton Pearce, <i>De barst in het kosmisch ei</i>	23
Mindi Counts, <i>Chinese geneeskunde voor iedereen</i>	24 – 25
Darryl Bailey, <i>Nu en niets anders</i>	26
Nisargadatta, <i>Bewustzijn en het absolute</i>	27

MIJN LICHAAM.
MIJN BABY.
MIJN KEUZES.

‘Eindelijk is iemand dapper genoeg om de woorden “feminist” en “bevallen” in één zin te gebruiken in een boek dat niet leest als academische polemiëk. Bevallen is DE feministische kwestie van onze eeuw, omdat feministen het erbij hebben laten zitten en we deze vergissing moeten herstellen. Milli Hill is zo dapper en scherp geweest om dit te doen door de kwestie simpelweg te bekijken vanuit haar positie als moeder, feminist en geboortearchivist.’

– Hannah Dahlen, professor in de verloskunde

Milli Hill

Mijn lichaam. Mijn baby. Mijn keuzes.

Bevallen als een feminist

Dit boek is zowel een inspirerende gids voor zwangere vrouwen als een strijdkreet. Het legt uit waarom vrouwen de belangrijkste beslissers zijn bij de bevalling, waarom ze hun rechten moeten kennen, actief keuzes moeten maken, en waarom ze hun stem moeten vinden en hun zegje moeten doen in de bevalkamer, net zoals ze dat al hebben gedaan in de directiekamer en de slaapkamer.

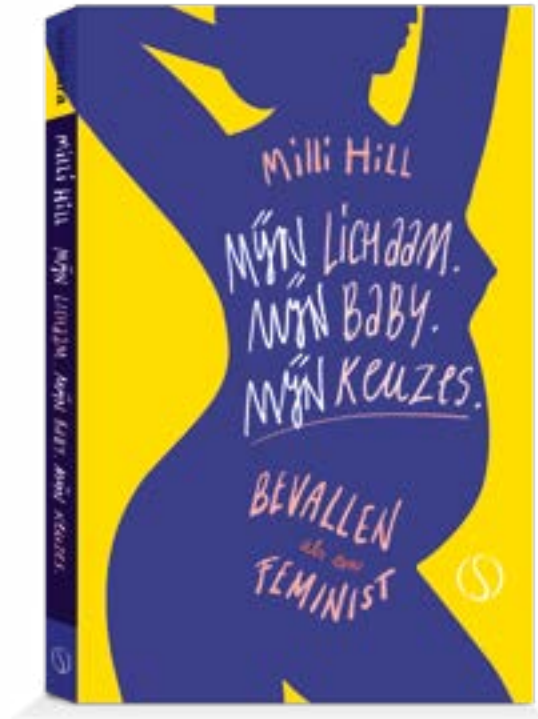
Bevallen is de feministische kwestie waar niemand over spreekt – het door feminisme vergeten land – maar dit boek wil dat veranderen. Geschreven door de oprichter van de wereldwijde *Positive Birth Movement* en auteur van *Positief over bevallen*.

Milli Hill illustreert hoe de medicalisering en de systemen van een patriarchale samenleving zich zo hebben ontwikkeld dat ze vrouwen op de drempel van het moederschap machteloos maken en zelfs ontmenselijken. Dat doet ze door middel van wetenschappelijk onderzoek, haar persoonlijke verhaal én dat van honderden moeders met haar. Vervolgens bereidt ze de huidige generatie vrouwen voor en zet ze hun vaak veronachtzaamde mogelijkheden en rechten uiteen.

- ◀ Eindelijk een feministische kijk op zwangerschap
- ◀ Van de auteur van *Positief over bevallen*
- ◀ Met verhalen uit landen over de hele wereld

- ▶ Milli Hill naar Nederland voor themazezing
- ▶ Artikel in magazine *Kiind*

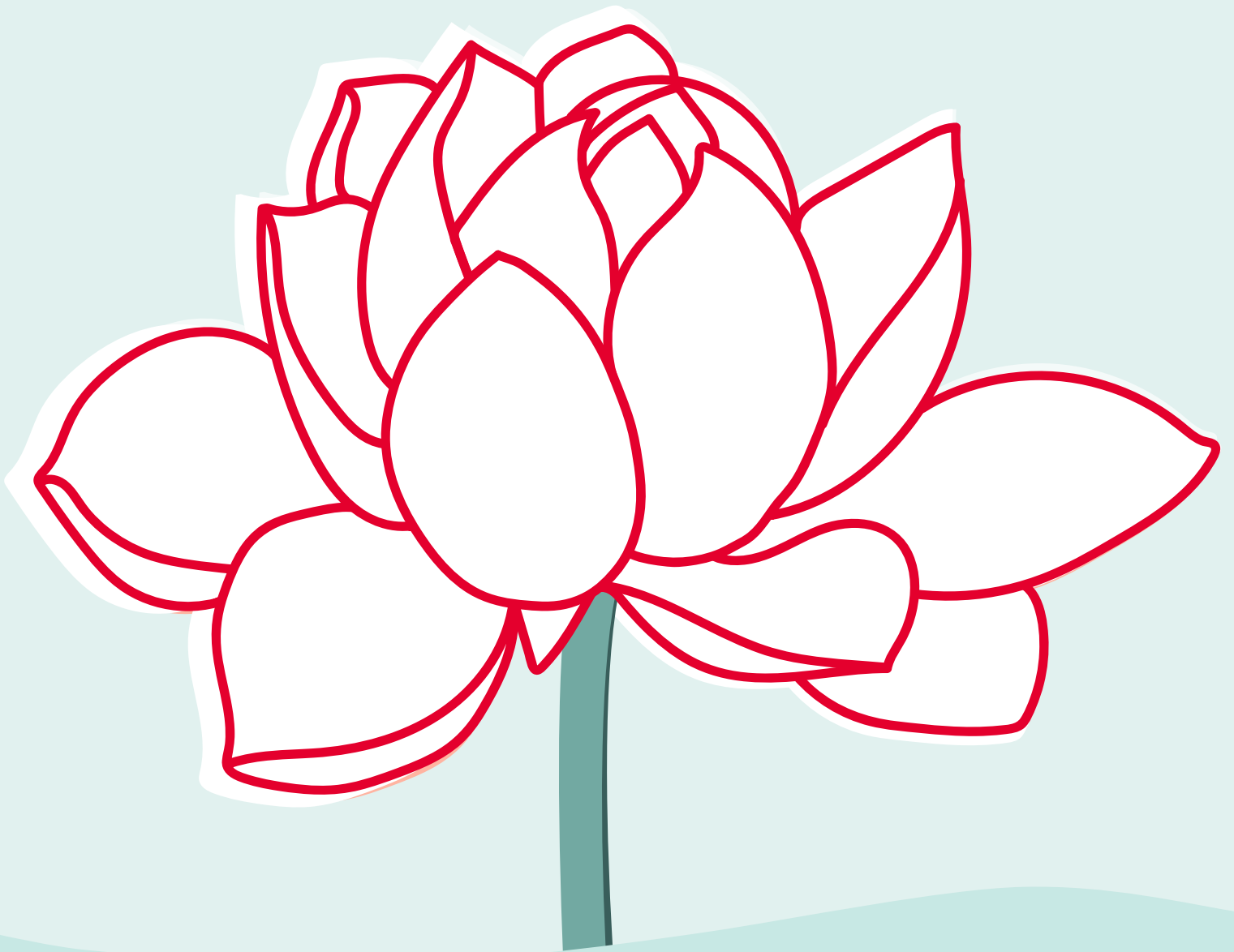
Van de auteur van:



€ 22,90

Ca. 240 pag. /pb
15 x 23 cm
Oorspronkelijke titel *Give Birth like a Feminist. Your body. Your baby. Your choices.*
Vertaald uit het Engels door Minou op den Velde
Omslagontwerp Erik Thé
ISBN 978-94-92995742
NUR 850





‘Mindful omgaan met stress

biedt mensen die hun stress hanteerbaar willen maken en verminderen een heldere en inzichtelijke methode. De auteurs zijn er op meesterlijke wijze in geslaagd een eenvoudig te gebruiken methode te creëren die een grote diepgang bezit.’

– Jonathan Barkin, partner van het San Francisco Bay Area Center for Cognitive Therapy, assistent-professor in de klinische psychologie aan de University of California, Berkeley, en medeauteur van *Stress minder ontspan meer: praktisch werkboek voor tieners*.

Bob Stahl & Elisha Goldstein

Mindful omgaan met stress

Werkboek Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)

Met een voorwoord van Jon Kabat-Zinn.

Van de *ultieme* praktijkgids voor MBSR, waarvan in het Engelse taalgebied meer dan 115.000 exemplaren zijn verkocht, is nu een volledig herziene en bijgewerkte editie vertaald.

Naast de heldere oefeningen, overdenkingen en inspirerende verhalen die je in dit prachtige boek vindt, onderzoeken en onderwijzen de auteurs een van de belangrijkste vaardigheden in een mensenleven: *aanwezig zijn*. Wij kunnen stress in ons leven niet uitbannen, maar dit boek kan je wel leren om er anders mee om te gaan en je vrijer te voelen.

MBSR helpt bij het verminderen van stress, angst, paniek, depressie, chronische pijn en een scala aan medische aandoeningen. Het is een krachtige methode die je leert om je aandacht op het huidige moment te richten en kan de manier waarop je met stress omgaat definitief veranderen.

Bob Stahl heeft in drie medische centra in het San Francisco Bay Area MBSR-programma's opgezet. Hij is senior adjunct-teacher aan het Center for Mindfulness in Medicine, Health Care, and Society van de University of Massachusetts en aan het Mindfulness Center van de Brown University.

Elisha Goldstein is grondlegger van The Mindful Living Collective, een belangrijke online community op het gebied van mindfulness, en is medeoprichter van het Center for Mindful Living in Los Angeles. Tevens schrijft hij op www.elishagoldstein.com populaire blogs en geeft hij internationaal lezingen over MBSR.

- ◀ Gebaseerd op de effectief bewezen MBSR-methode
- ◀ Volledig herziene en bijgewerkte editie
- ◀ Inclusief 21 audiobestanden met geleide meditaties

- ▶ Besprekingen in psychologietijdschriften
- ▶ Sociale mediacampagne



€ 24,99

Ca. 256 pag./pb

15 x 23 cm

Oorspronkelijke titel

A Mindfulness-Based Stress

Reduction Workbook

Vertaald uit het Engels

door Ananto Dirksen

Omslagontwerp

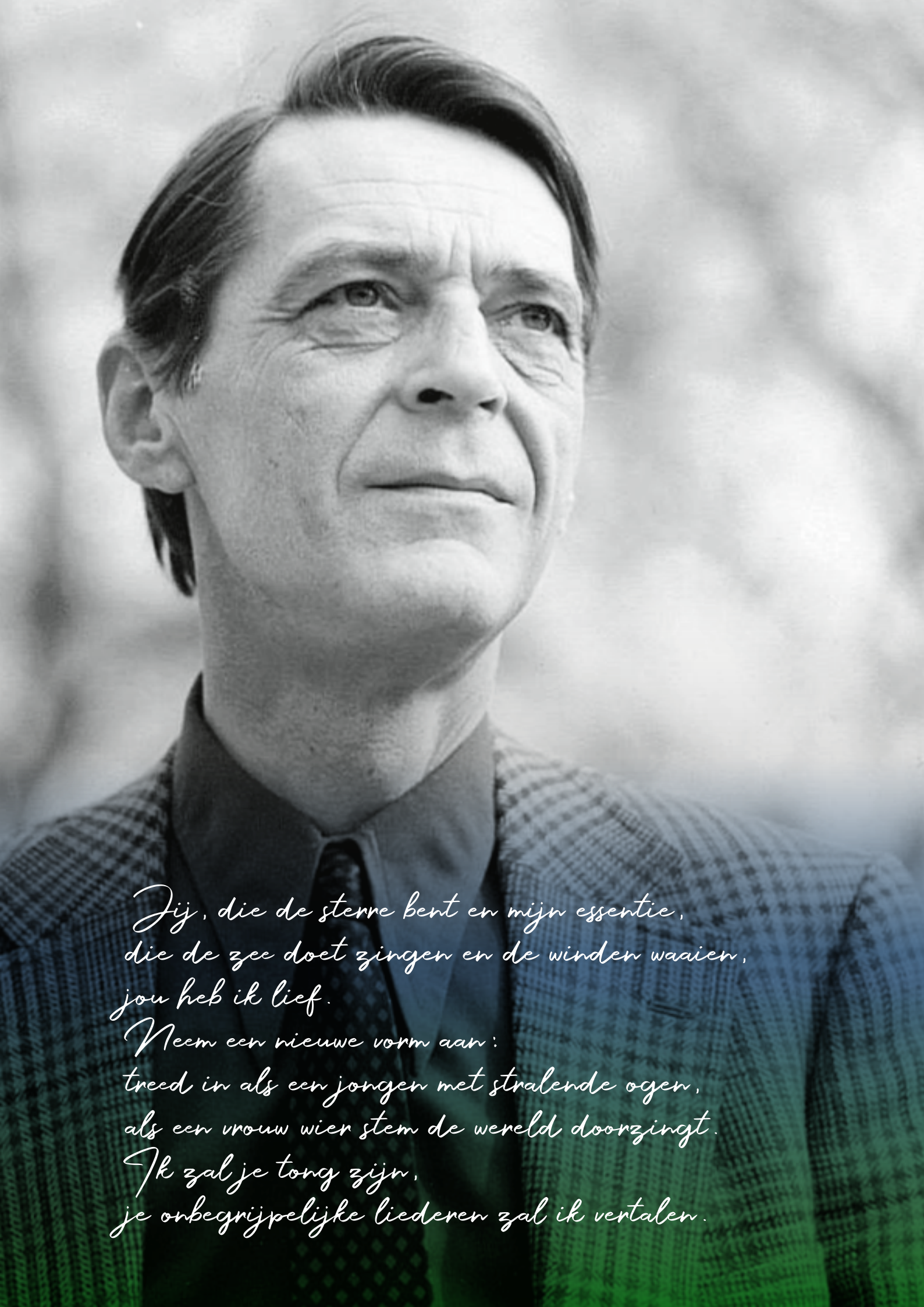
Hester van Toorenburg

ISBN 978-94-92995773

NUR 728



9 789492 995773



*Jij, die de sterre bent en mijn essentie,
die de zee doet zingen en de winden waaien,
jou heb ik lief.*

*Neem een nieuwe vorm aan:
treed in als een jongen met stralende ogen,
als een vrouw wier stem de wereld doorzingt.*

*Ik zal je tong zijn,
je onbegrijpelijke liederen zal ik vertalen.*

Wolter Keers

Tao's tuin

Je naaste liefhebben is je naaste zijn

In *Tao's tuin* is de *Tao Teh King*, een Chinese tekst uit de 5e eeuw voor Christus die als één van de belangrijkste brongeschriften van het taoïsme geldt, hertaald tot een poëtische tekst over meegaan met de stroom van het leven, loslaten en het omarmen van de fundamentele leegte van het bestaan.

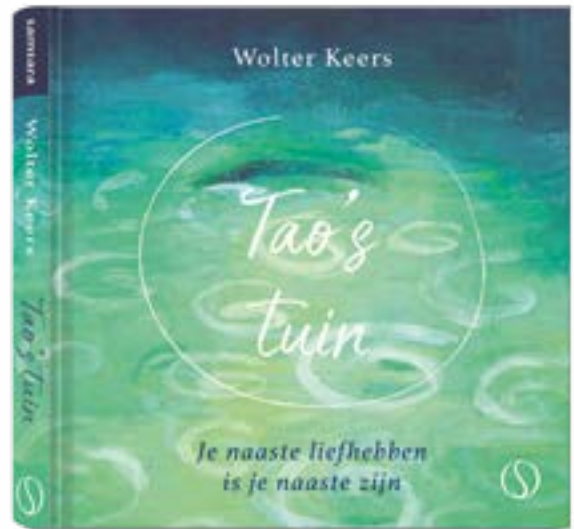
Wolter Keers schreef *Tao's tuin* toen hij 26 jaar was, en droeg de tekst op aan zijn jeugdvriend Jan Madsen. In de originele tekst schreef hij met pen: 'Als dit werk uitgegeven zal worden, ligt het in mijn bedoeling ook de hele uitgave aan deze vriendschap, die tot een hechte verbondenheid uitgroeide, op te dragen. Arnhem, 18 Sep. 1949.'

De *Tao Teh King* heeft eindeloos veel vertalers geïnspireerd. Waar velen de Chinese karakters vaak zo letterlijk mogelijk proberen te interpreteren, lijkt Wolter Keers juist te streven naar een zo vrij mogelijke interpretatie van het origineel.

Inhoudelijk biedt *Tao's tuin* de lezer net als de *Tao Teh King* geen eenduidigheid. De woorden meanderen als het leven zelf. Volgens de Deense filosoof en mysticus Sören Kierkegaard kan er tijdens het lezen en overdenken van de *Tao Teh King* 'een plotselinge gelijktijdigheid en een nabijheid optreden die ons bijna met ontsteltenis vervult.' *Tao's tuin* neemt je mee voorbij alle grenzen naar een plaats zonder oordelen, waar het Zijn zichzelf mag zijn, als Tao.

Zo is er sprake van een reis die je feitelijk niet hebt gemaakt, maar wel hebt ervaren.

- ◀ Nieuwe vertaling van een van de belangrijkste taoïstische bronteksten
- ◀ Kunstzinnige uitgave met werken van Theodora Plas
- ◀ Voor iedere yogaliefhebber



€ 12,50

Ca. 96 pag./gebonden/

full colour illustraties

15 x 15 cm

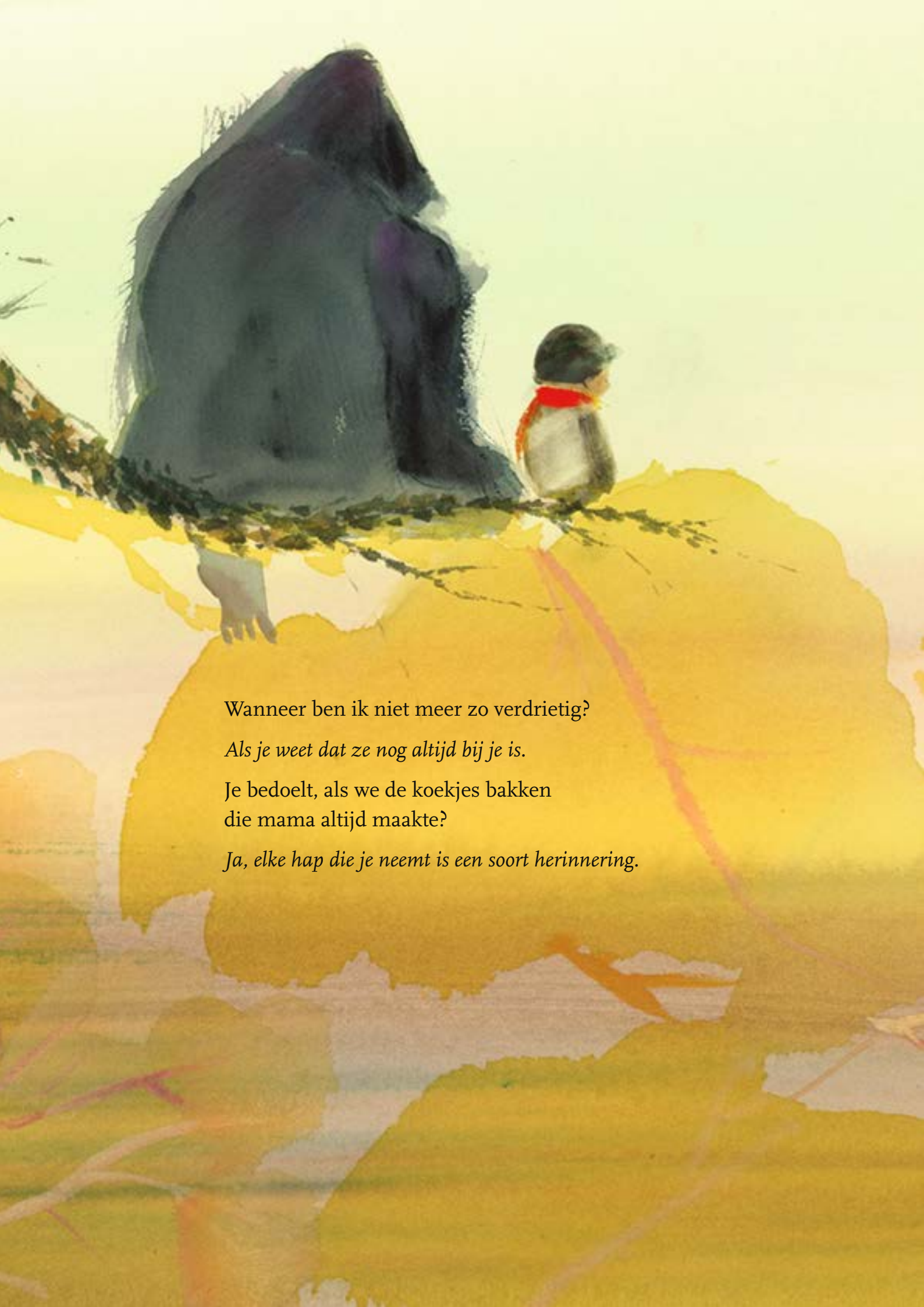
Omslagontwerp Theodora Plas
& Hester van Toorenburg

ISBN 978-94-92995704

NUR 728



9 789492 995704



Wanneer ben ik niet meer zo verdrietig?

Als je weet dat ze nog altijd bij je is.

Je bedoelt, als we de koekjes bakken
die mama altijd maakte?

Ja, elke hap die je neemt is een soort herinnering.

Jackie Azúa Kramer & Cindy Derby

De jongen en de gorilla

Deze ontroerende vertelling over een jongen in rouw en een denkbeeldige gorilla toont de kracht aan van het praten over verlies.

Op de dag van zijn moeders begrafenis roept een jongen de vriend op aan wie hij behoefte heeft: een gorilla. De gorilla is wijs en zacht-aardig en hij beantwoordt alle moeilijke vragen die de jongen liever niet aan zijn vader stelt: waar is zijn moeder naartoe? Komt ze nog terug? Gaat iedereen dood? Door de vriendschap met de gorilla begint de jongen langzaam momenten van troost te ontdekken in het verzorgen van bloemen, in tikkertje spelen en in het in bomen klimmen. Maar bovenal weet de gorilla dat het helpt om gewoonweg over het verlies te praten, met name met degenen die je verdriet delen en zich misschien ook alleen voelen.



De kalme, bedachtzame tekst van schrijver **Jackie Azúa Kramer** en de prachtige impressionistische beelden van **Cindy Derby** laten zien hoe deze zorgzame vriendschap ertoe leidt dat de jongen zich openstelt voor zijn vader en een manier vindt om door te gaan. Dit directe en diep ontroerende prentenboek, dat enkel in dialogezinnen verteld wordt, zal de lezers inspireren tot het bespreken van verdriet, empathie en verwerking, zelfs tot na de hoopvolle eindscène.

- ◀ Een steun voor kinderen die een ouder verliezen
- ◀ Verschijnt gelijktijdig met Engelstalige editie
- ◀ Bescheiden tekst, sprekende impressionistische beelden

- ▶ Levensgrote gorillaknuffel voor winkels die hun etalage met dit boek inrichten

€ 14,90

Ca. 48 pag./gebonden

22 x 25 cm

Oorspronkelijke titel

The boy and the gorilla

Vertaald uit het Engels

door Edward van de Vendel

Omslagontwerp en vormgeving

binnenwerk Erik Thé

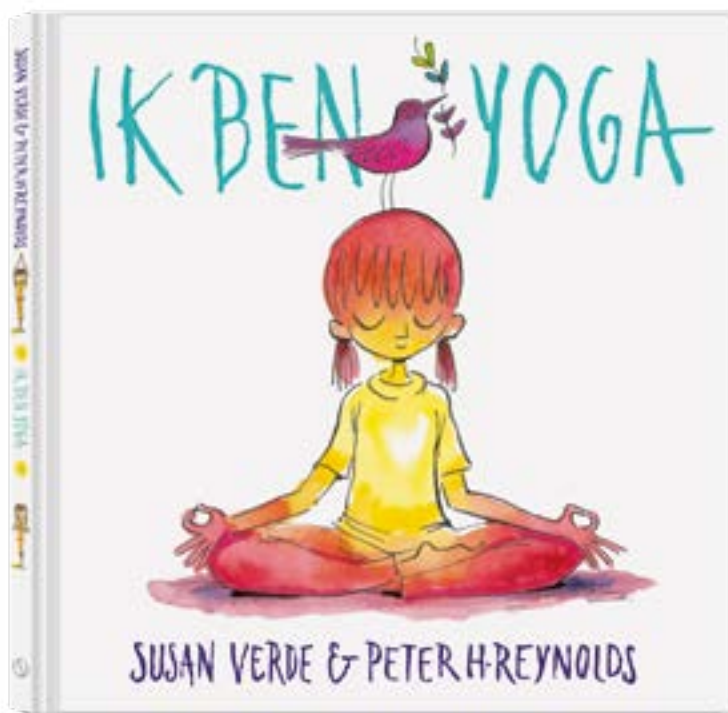
ISBN 978-94-92995674

NUR 280



Susan Verde & Peter Reynolds

Ik ben Yoga



€ 10,00

Ca. 24 pag./gebonden
20 x 20 cm
Oorspronkelijke titel
I Am Yoga
Vertaald uit het Engels
door Stine Jensen
Omslagontwerp en vormgeving
binnenwerk Steef Liefing
ISBN 978-94-92995797
NUR 280



9 789492 995797

Als ik me klein voel in de wereld zo groot,
kalmeer ik mijn geest, mijn lichaam,
mijn adem.

Ik kan scheppen en verbeelden.

Ik ben yoga.

Een adelaar die opstijgt tussen de wolken of een ster die twinkelt aan de avondhemel... Een kameel in de woestijn of een boot die de zee oversteekt. Yoga heeft de kracht tot transformatie. Niet alleen maakt het onze lichamen sterker en brengt het onze geest tot rust, met een beetje verbeelding laat het ons zien dat alles mogelijk is.

New York Times bestseller-illustrator Peter H. Reynolds en gecertificeerd yogadocent Susan Verde bundelen hun krachten in dit boek over creativiteit en zelfexpressie. *Ik ben Yoga* moedigt kinderen aan de wereld

van yoga te verkennen en ruimte in hun hart te maken voor de wereld daarbuiten.

Susan Verde is de bestsellerschrijfster van *Ik ben Yoga*, *Ik ben Vrede*, *Ik ben Mens*, en *Het Museum*, geïllustreerd door Peter Reynolds. Ze doceert yoga en mindfulness aan kinderen en woont met haar drie kinderen in East-Hampton, New York, met de oceaan aan haar voeten.

Peter H. Reynolds is de illustrator van veel bestsellers en prijswinnende boeken waaronder *Dot* en *Ish*. Hij woont in het historische Dedham, Massachusetts, waar hij de geliefde winkel *Blue Bunny Books and Toys* runt.

- ◀ Sluit aan op de trend van kinderyoga
- ◀ Een boek van bestseller-duo Reynolds & Verde
- ◀ Inclusief kindvriendelijke handleiding met yogahoudingen

► Besprekingen en acties in yogatijdschriften

Susan Verde & Peter Reynolds

Ik ben Mens

Ik ben Mens.

Maar Mens betekent
dat ik *niet* perfect ben.

Ik maak fouten.

Mens zijn betekent dat we vol mogelijkheden zitten. We leren, we dromen, en we verwonderen ons over de wereld om ons heen. Maar we maken ook fouten en kunnen ons bang en verdrietig voelen. *Ik ben Mens* bevestigt dat we goede keuzes kunnen maken door compassievol te handelen en empathisch te zijn naar anderen en onszelf. Als we overeenkomsten vinden, voelen we ons verbonden met de grote wereld om ons heen en spannen we ons in om de beste versie van onszelf te zijn.

Susan Verde is de bestsellerschrijfster van *Ik ben Yoga*, *Ik ben Vrede*, *Ik ben Mens*, en *Het Museum*, geïllustreerd door Peter Reynolds.

Ze doceert yoga en mindfulness aan kinderen en woont met haar drie kinderen in East-Hampton, New York, met de oceaan aan haar voeten.

Peter H. Reynolds is de illustrator van veel prijswinnende boeken waaronder *The Dot*, *Ish*, *Ik ben Yoga*, *Ik ben Vrede*, *Ik ben Mens*. Hij woont in Dedham, Massachusetts, waar hij de geliefde winkel *Blue Bunny Books and Toys* runt.

- ◀ Kinderen ontdekken op speelse wijze wat 'mens-zijn' met zich meebrengt
- ◀ Een boek van bestseller-duo Reynolds & Verde
- ◀ Inclusief zorgvuldig beschreven geleide meditatie

- Besprekingen en acties in yogatijdschriften



€ 10,00

Ca. 32 pag./gebonden
20 x 20 cm

Oorspronkelijke titel

I am Human

Vertaald uit het Engels
door Stine Jensen

Omslagontwerp en vormgeving
binnenwerk Steef Liefing

ISBN 978-94-92995803

NUR 280



9 789492 995803



Graham Carter

De Verhalendief

Olivia beleeft haar avonturen altijd in boeken. Maar als alle boeken van de stad door de Verhalendief gestolen zijn, besluit ze dat ze net zo'n dappere heldin moet worden als die waarover ze vaak leest. Ondertussen weet de dief niet goed wat hij met die gestolen verhalen aan moet. Het is Olivia's taak om de misdaad op te lossen, en de dief te leren hoe leuk het lezen en delen van verhalen is!

Ontdek de magie van lezen in dit prachtig geïllustreerde avontuur, dat zich voltrekt rondom het uitwisselen van verhalen.

Graham Carter is een prentkunstenaar met een enorme schare volgers. Pas recentelijk stapte hij in de wereld van de prentenboeken.



€ 14,90

Ca. 32 pag. /gebonden

26 x 25 cm

Oorspronkelijke titel

The Story Thief

Vertaald uit het Engels

door Edward van de Vendel

Omslagontwerp en vormgeving

binnenwerk Erik Thé

ISBN 978-94-92995810

NUR 280



- ◀ Stimuleert jonge kinderen om te lezen
- ◀ Illustrator is o.a. bekend van werk in *The New Scientist*, *The Guardian* en *The Sunday Times*.
- ◀ Eerdere prentenboek op shortlist voor Waterstones Children's Book Prize 2020





Ian Lendler & Pamela Zagarenski

Het fabuleuze leven van Aesopus

De fabels van Aesopus worden al meer dan 2500 jaar over de hele wereld verteld. Al generaties lang maken zijn dierenverhalen mensen aan het lachen en zetten hen aan het denken. Maar het meest inspirerende verhaal van Aesopus is zijn eigen levensverhaal.

Aesopus werd als slavenkind geboren in het oude Griekenland. Zijn talent voor het vertellen van verhalen gebruikte hij om zichzelf te bevrijden uit zijn gevangenschap. Sterke, gevoelige schilderijen brengen zijn fabels – die tot de oudste bewaard gebleven verhalen uit de geschiedenis van de mensheid gerekend worden – tot leven, en laten het levensverhaal zien van de man die deugden als eerlijkheid, volharding en vriendelijkheid eeuwenlang doorgaf. Met o.a. de verhalen van *De haas en de schildpad*, *De krekels en de mier* en *De leeuw en de muis*.

Pamela Zagarenski is een getalenteerd schilder. Ze ontving voor twee van door haar geïllustreerde boeken een eervolle vermelding bij de jaarlijkse Amerikaanse prentenboekprijs: een Caldecott Honor Medal. Naast het illustreren van prentenboeken maakt ze beelden en grote schilderijen, die ze ook exposeert.

- ◀ De wereldberoemde fabels van Aesopus in een prachtig geïllustreerd prentenboek
- ◀ Van de illustrator van *Zola heeft een olifant*
- ◀ Sluit aan op het actuele thema slavernij

► Gratis poster!



€ 14,90

Ca. 64 pag./gebonden

22 x 25 cm

Oorspronkelijke titel

The Fabled Life of Aesop

Vertaald uit het Engels

door Bette Westera

Omslagontwerp en vormgeving

binnenwerk Erik Thé

ISBN 978-94-92995780

NUR 280

Van de illustrator van:



9 789492 995780

17 Najaar 2020



‘Iedereen die geeft om vrouwen, kinderen en gezinnen zal in dit verrassende en belangrijke boek een schat aan informatie en methodes vinden die essentieel zijn voor de gezondheid van de samenleving. Ik raad dit boek sterk aan.’

— Christiane Northrup

‘Kimberly Ann Johnson wijst ons de weg naar ons meest oprechte, geactualiseerde en bekrachtigde vrouwelijke zelf. Iedere aanstaande moeder heeft deze bladzijden nodig om te leren hoe ze deze mystieke overgang eer kan bewijzen.’

— Kelly Brogan

Kimberly Ann Johnson

Het vierde trimester

Jouw gids voor de kraamtijd

Voor lichamelijk herstel, emotionele balans & hernieuwde vitaliteit

Deze eigentijdse en holistische gids biedt praktisch advies om vrouwen te ondersteunen bij het herstel tijdens de kraamtijd op fysiek, emotioneel, relationeel en spiritueel niveau. Het boek geeft vrouwen een stappenplan voor deze belangrijke overgangperiode.

Naast haar eigen ervaringen baseert Kimberly Ann Johnson zich op de helende tradities van Ayurveda, traditionele Chinese geneeskunst en kruidengeneeskunde.

Met adviezen over...

- hoe jezelf en je lichaam kunt voorbereiden op de bevalling
- hoe je je huishouden kunt inrichten op de best mogelijke overgang naar het moederschap
- eenvoudige methoden om te herstellen en je energie terug te krijgen
- het versterken van relaties en hulp bij de terugkeer naar je seksleven
- leren hoe je na de bevalling veilig kunt sporten
- het makkelijk dragen van je baby
- het verkennen van de complexe en vaak tegenstrijdige emoties die na de bevalling opkomen

Kimberly Ann Johnson is de oprichter van *magamama.com*, een internationaal holistisch platform voor zwangere vrouwen en nieuwe moeders. Ze is medeoprichter van de STREAM School for Postpartum Care, waar ze geboortezorgprofessionals traint hoe zij vrouwen kunnen voorbereiden op de bevalling en het herstel daarvan. Ze leidt internationale workshops en trainingen waarbij ze onderwijst over kraamzorg, zelfzorg en seksuele gezondheid.

- ◀ Een *must read* voor (toekomstige) moeders
- ◀ Praktisch en eigentijds
- ◀ Populair onder Amerikaanse lezers en media

- ▶ Diverse artikelen in special interestbladen



€ 19,90

Ca. 240 pag. /pb

15 x 23 cm

Oorspronkelijke titel

The fourth Trimester

– A Postpartum Guide to Healing Your Body, Balancing Your Emotions, and Restoring Your Vitality

Vertaald uit het Engels

door Minou op den Velde

Omslagontwerp Erik Thé

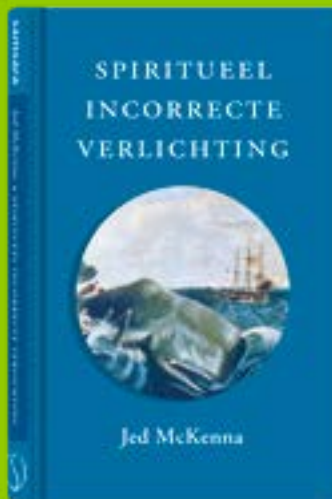
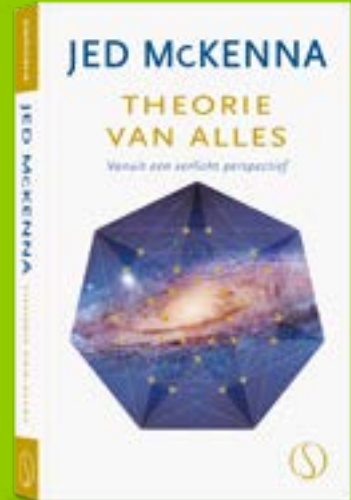
ISBN 978-94-92995735

NUR 850



9 789492 995735

JED McKENNA



Jed McKenna

Het geheim van de druppel en de zee

Jed Talks 3

Het geheim van de druppel en de zee is het derde deel van de *Jed Talks*, waarin Jed McKenna een aantal van zijn favoriete thema's verder uitdiept: bewustzijn, verlichting, menselijke volwassenheid, het zwarte gat, het Kleine Loeder, geen-zelf en de spirituele markt.

De rode draad in het boek is de ontstaansgeschiedenis van het taoïsme, opgeschreven in de vorm van een satirisch toneelstuk. Daarin komt Lao Tzu zelf aan het woord en wordt zijn spirituele erfenis opgetekend. Zoals in al zijn eerdere boeken is het kenmerk: diepgaand confronterend en ongemeen hilarisch!

McKenna verpakt zijn boodschap in een boeiende context: met verhalen, dialogen, uitspraken van anderen, en middels verwijzingen naar en besprekingen van films en boeken verheldert hij zijn thema's en zet ze kracht bij. Prachtig geschreven en amusant, volslagen compromisloos en indringend.

- ◀ Zijn werk wordt gezien als underground klassieker
- ◀ Wereldwijd al meer dan een miljoen McKenna-boeken verkocht
- ◀ Hilarisch, confronterend en compromisloos



€ 12,50

Ca. 223 pag./pb
12,5 x 20 cm
Oorspronkelijke titel *Jed Talks #3: The Tao of the Large-Breasted Goddess with the Shapely Behind*
Vertaald uit het Engels
door Maggy Wishaupt
Omslagontwerp Erik Thé
ISBN 978-94-92995728
NUR 728



9 789492 995728



Wendy Lammers van Toorenburg

Hoogbegaafd, nou én?

(Handboek)

Geheel herziene druk
Al meer dan
27.000
exemplaren
verkocht!
★ ★ ★

Voor kinderen van 5 tot 99 jaar!



Wat is dat nu precies, hoogbegaafd zijn? Wanneer ben je dan hoogbegaafd? En moet je daar dan iets mee? Dit boek geeft antwoorden op deze en nog veel meer vragen over hoogbegaafdheid. Want soms kan het best lastig zijn dat je hoogbegaafd bent. Soms ook leuk. In ieder geval ben je in een aantal opzichten gewoon anders dan andere kinderen. Dat 'anders zijn' ervaar je misschien wel elke dag.

Als ervaren adviseur en therapeut van hoogbegaafde kinderen verheldert Lammers van Toorenburg, theoretisch en praktisch, hoe hoogbegaafde kinderen de wereld om zich heen kunnen ervaren. Daarbij spreekt ze de kinderen persoonlijk aan en gebruikt hun eigen taal.

Waar de meeste boeken over hoogbegaafdheid zich richten op de ouders, richt dit boek zich juist op de kinderen.

Specifieke onderwerpen die besproken worden zijn: je 'anders' of eenzaam voelen, onderpresteren, verveling op school, pesten, aanpassen en leerstijlen. De auteur laat zien hoe deze problemen kunnen ontstaan en reikt volop manieren aan om daarmee om te gaan.

€ 29,90

Ca. 259 pag./gebonden
21 x 21 cm
Omslagontwerp Erica Ringelberg
& Kees Schreuder
ISBN 978-94-92995759
NUR 847

Het boek bevat ruim 100 illustraties van Erica Ringelberg.

- ◀ Geheel herziene ge druk!
- ◀ Reeds meer dan 27.000 exemplaren verkocht
- ◀ Inmiddels een standaardwerk voor kinderen, ouders, docenten en therapeuten



Joseph Chilton Pearce

De barst in het kosmisch ei

Nieuwe concepten over geest en werkelijkheid

Actuele klassieker over de relatie geest – werkelijkheid



Wij leven in een vicieuze cirkel van mentale voorstellingen over de wereld en de mogelijkheden die de wereld ons — volgens diezelfde voorstellingen — te bieden heeft. Binnen deze schil bevinden wij ons. Joseph Pearce noemt deze schil het 'kosmisch ei'. Binnen dit 'ei' is het leven schijnbaar overzichtelijk en duidelijkheid en heerst de 'zekerheid' waarnaar de geest zo verlangt.

Maar dit is slechts schijn. Het leven is voortdurend in beweging en er gebeuren regelmatig dingen in ons leven die de 'zekerheid' van dit mentale wereldbeeld verstoren. Vervolgens doen wij ons best om dit beeld te herstellen. Zo houden we de cirkel in stand. Dit slurpt energie en voorkomt dat we ons volledige potentieel benutten.

Hoe we hiermee kunnen ophouden, toont Pearce aan de hand van de rijke inzichten van onder meer Carl Gustav Jung, Jezus en Carlos Castaneda. Ook geeft hij praktische oefeningen waarmee we de vicieuze cirkel van mentale voorstellingen kunnen doorbreken, zodat we op een creatievere en spontanere manier kunnen leven.

'Dit is geen pseudowetenschappelijk boek, noch een boek dat een zweverig wereldbeeld propageert. Pearce gaat vooral serieus aan de slag met allerlei denkers. (...) Een buitengewoon interessant boek, dat boeiender wordt hoe verder je komt.'

— Dr. Taede A. Smedes, godsdienstfilosoof, theoloog en schrijver

- ◀ Actuele klassieker nu in prijs verlaagd
- ◀ Een heldere verkenning van rijke inzichten
- ◀ Met praktische oefeningen



€ ~~27,90~~

€ 15,00

326 pag./gebonden

12,5 x 20 cm

Oorspronkelijke titel *The Crack in the Cosmic Egg – New Constructs of Mind and Reality*

Vertaald uit het Engels

door Egbert van Heijningen

Omslagontwerp Erik Thé

ISBN 978-94-91411717

NUR 730



9 789491 411700



Mindi Counts

Chinese geneeskunde voor iedereen

*Oude wijsheid en praktische tips voor afweer,
vitaliteit en optimale gezondheid*

Deze praktische gids bevat een schat aan tips voor lichamelijke balans en optimale gezondheid. Het boek maakt je in heldere taal wegwijs in de theorie van de Vijf Elementen en andere wijsheid uit de 2000 jaar oude Chinese geneeskunde.

Aan de hand van de seizoenen, de elementen en de organen van het menselijk lichaam leer je begrijpen wat jouw individuele lichamelijke behoeftes zijn en hoe je een energetische en fysieke balans bereikt. Het boek staat vol eenvoudig te bereiden recepten, tips voor zelfhulp en beproefde geneesmiddelen op basis van kruiden.

- Een schat aan tips voor lichamelijke balans en optimale gezondheid
- Maakt duidelijk welke patronen in jouw leven en eetgewoontes bepalend zijn
- Tips en ervaringen om een energetische en fysieke balans te ondersteunen

Mindi Counts is holistisch therapeut, acupuncturist en kruidkundige. Ze is medeoprichter van het Inner Ocean Empowerment Project, een non-profit-organisatie die zich wereldwijd inzet voor holistische gezondheidszorg en onderwijs. Ze studeerde contemplatieve psychologie en behaalde haar masterdiploma in klassieke acupunctuur aan het Institute of Taoist Education and Acupuncture.

- ◀ Inspirerend, praktisch en informatief
- ◀ De basisprincipes van de oude Chinese geneeskunde in een modern jasje
- ◀ Sluit aan bij de huidige interesse voorbij de reguliere geneeskunde

- Aandacht in special interestbladen



€ 24,90

Ca. 368 pag./pb
15 x 23 cm
Oorspronkelijke titel
*Everyday Chinese Medicine:
Healing Remedies for Immunity,
Vitality, and Optimal Health*
Vertaald uit het Engels
door Egbert van Heijningen
Omslagontwerp Erik Thé
ISBN 978-94-92995766
NUR 861



Darryl Bailey

Nu en niets anders

Een gesprek over het leven



Hoe we over het leven denken komt vaak niet overeen met onze werkelijke ervaring, en de verwarring die dat met zich meebrengt kan bij velen van ons mentale en emotionele conflicten veroorzaken.

Die verwarring kan ongedaan gemaakt worden door onze werkelijke ervaring rechtstreeks te onderzoeken. Er zijn een paar simpele vragen die we onszelf kunnen stellen en die ons op weg kunnen helpen. In dit boek bespreekt de auteur op diepgravende wijze de levensvragen die voor iedereen herkenbaar zijn.

Geworteld in de traditie van mindfulness en het boeddhisme, baseert Darryl Bailey zich uitsluitend op zijn eigen rechtstreekse ervaring. Waar de meesten van ons een dualistische wereld vol tegenstellingen en individuen zien, ziet Bailey slechts een ondeelbare onophoudelijke beweging.

€ 21,90

Ca. 96 pag./gebonden
12,5 x 20 cm
Oorspronkelijke titel "What the..."
– A Conversation about Living
Vertaald uit het Engels
door Han van den Boogaard
Omslagontwerp
Hester van Toorenburg
ISBN 978-94-92995698
NUR 728

- ◀ Voor de lezers met interesse in mindfulness, boeddhisme en non-dualiteit
- ◀ Verheldert de filosofie van non-dualiteit
- ◀ Eenvoudig en *to the point* geformuleerd

Van Darryl Bailey verscheen eerder bij Samsara:



9 789492 995698



Nisargadatta

Bewustzijn en het absolute

Nisargadatta onderwijst in de traditie van Advaita Vedanta, net als bijvoorbeeld Sri Ramana Maharshi.

Bewustzijn en het absolute bevat de dialogen tussen hem en zijn bezoekers die zijn opgenomen in de laatste twee jaar voor zijn dood. Zijn boodschap was voor velen al radicaal, maar de nadere dood geven deze teksten een heldere en krachtige urgentie.

‘De waarheid is dat je toestand een toestand is van Absolute gelukzaligheid en niet deze toestand van verschijnselen. In die verschijnsel-loze toestand ben jij vol gelukzaligheid, maar er is geen ervaring dat die gelukzaligheid er is. In die staat is er geen spootje ellende of narigheid, louter pure gelukzaligheid.’

– Nisargadatta



€ 19,90

- ◀ Een nieuw werk in de Nisargadatta-reeks
- ◀ Een van de grootste advaita-leraren van de 20e eeuw
- ◀ Radicaal, direct en bevrijdend

Ca. 140 pag./gebonden
12,5 x 20 cm
Oorspronkelijke titel
Consciousness and the Absolute
Vertaald uit het Engels
door Belle Bruins
Omslagontwerp
Hester van Toerenburg
ISBN 978-94-92995711
NUR 728

Van Nisargadatta verscheen eerder bij Samsara:



SAMSARA UITGEVERIJ BV
Herengracht 341
1016 AZ Amsterdam
T: +31(0)20 555 03 66
info@samsarabooks.com
www.samsarabooks.com

Verkoop Nederland:
Ernst van de Reep
T: +31(0)612150181
info@ernstvandereep.nl
www.ernstvandereep.nl

Verkoop België:
L&M Books
Hessenstraatje 3,
2000 Antwerpen, België
T: +32 32936814

Pers en promotie:
Tamara Butter
tamara@samsarabooks.com

Uitgevers:
Wouter Schopman en
Meinhard van de Reep
meinhard@samsarabooks.com
T: +31(0)649385734

Levering in Nederland en België:
Centraal Boekhuis,
Culemborg

Samsara
opent poorten naar
oude en nieuwe
wijsheid!

www.samsarabooks.com

