

S A M S A R A

Voorjaar 2023



Sterk in tijdloze en eigentijdse boeken!

Beste boekverkoper,

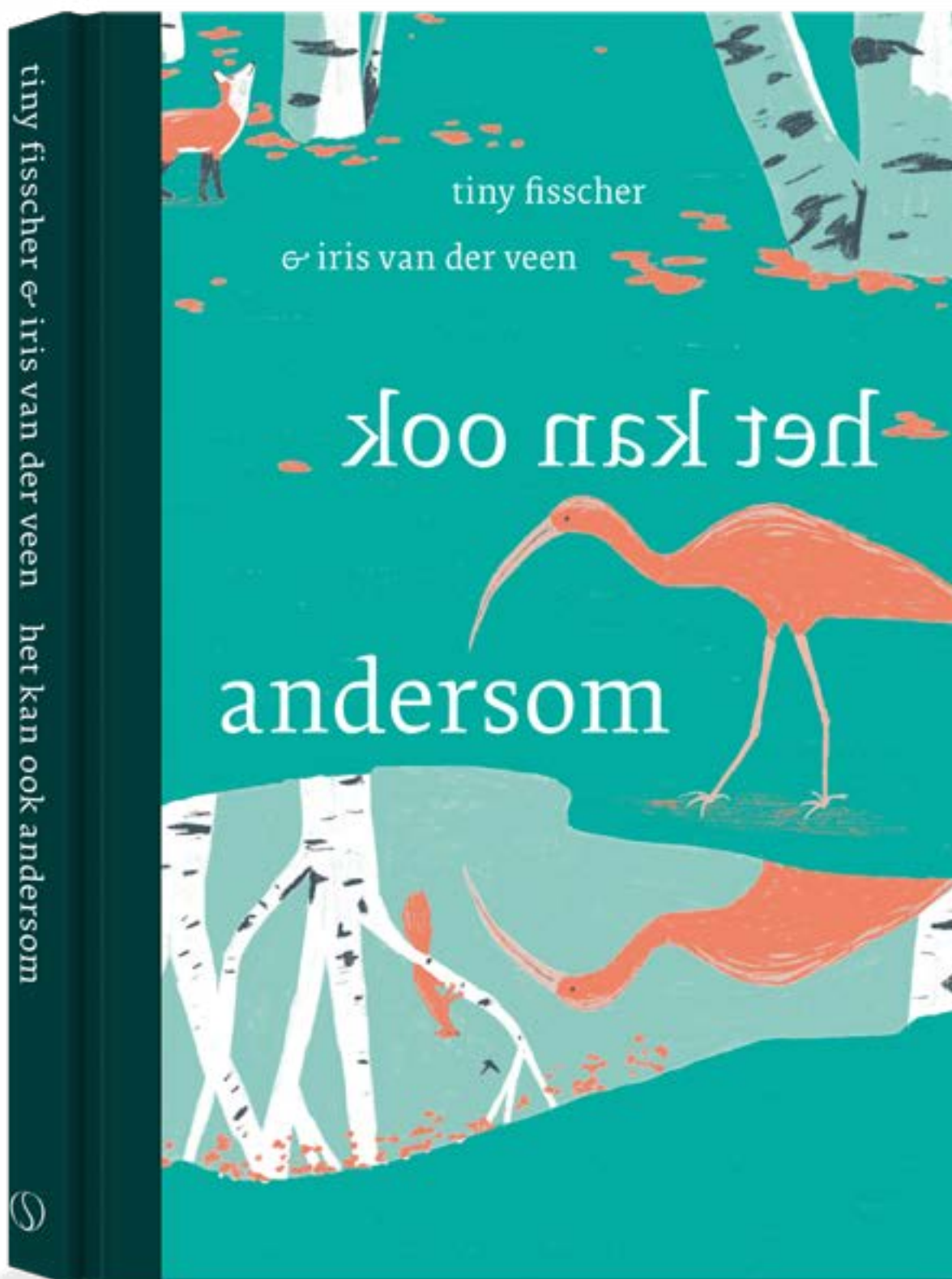
Een kort woord vooraf in deze aanbieding, want we hebben iets te vieren! In 2023 bestaat uitgeverij Samsara 20 jaar. Opgericht in 2003 begonnen we klein en gepassioneerd met het uitgeven van boeken over non-dualiteit. Dit kernfonds breidde zich in de loop der tijd uit met de genres filosofie, psychologie, natuurlijke gezondheid, bewust ouderschap en bijzondere prentenboeken. Inmiddels bereiken onze boeken zowel de gespecialiseerde als de algemene boekhandels en een breed scala aan lezers; een beweging die we willen voortzetten. Vanuit een liefde voor het boek en de lezer blijven we ons oriënteren op tijdloze en eigentijdse zienswijzen, gedachtegoeden en verhalen die volgens ons de moeite waard zijn om in inkt te drukken.

Ter ere van dit twintigjarig bestaan brengen wij een van onze toptitels uit als jubileumuitgave voor een mooie actieprijs, werken we aan een Samsara-magazine met daarin verdiepende artikelen, interviews en boekfragmenten, én vieren we het groots met een Samsara-festival. Daarnaast vindt u ook in deze aanbieding weer een rijk en divers aanbod van prachtige nieuwe titels. Viert u met ons mee?

Een feestelijke groet,
Team Samsara

INHOUD

- Tiny Fisscher & Iris van der Veen, *Het kan ook andersom* **4-7**
- Sharon Salzberg, *Echt leven* **8-9**
- Tosca Tetteroo, *Alles over de kracht van edelstenen* **10-11**
- Iain S. Thomas & Jasmine Wang, *Wat ons mens maakt* **12-13**
- Robert Saltzman, *De tienduizend dingen* **14-17**
- Rupert Spira, *Je bent het geluk dat je zoekt* **18-19**
- Jeroen de Jong, *Vadervuur* **20-21**
- Bernie Clark, *Yin yoga* **22-23**
- Barbara Brennan, *Core light healing* **24-25**
- Peter van Ineveld, *Groot handboek medicinale paddenstoelen* **26-27**
- Samsara 20 jaar! **28-29**
- Merel Sprong & Mikal van Leeuwen, *Moeiteloos opvoeden* **30-31**
- Siddharameshwar, *Sleutel tot Zelfrealisatie* **32-33**
- David Richo, *Liefhebben met aandacht* **34-35**
- Sri Ramesh S. Balsekar, *De Bhagavad Gita* **36-37**
- Heng Ou, Marisa Belger, Amely Greeven, *Negen gouden maanden* **38-39**
- Peter Fenner, *Radiant mind* **40-41**
- Milli Hill, *Positief over bevallen (herziene editie)* **42-43**
- Salah Naoura & Britta Teckentrup,
De wonderlijke reis van mevrouw Suzette **44-47**
- Alex Latimer, *De eend die maar niet knipperde* **48-51**
- Andie Powers & Betsy Petersen, *Ik ben stil* **52-55**



PROMOTIE

- ◀ mediakit voor de pers
- ◀ Promotiekit voor boekhandels (o.a. raamposter)
- ◀ Bladerfilmpje
- ◀ Inspiratiekaarten
- ◀ Boekenleggers
- ◀ Veel zichtbaarheid op recensiesites, Instagram (Bookstagram) en BookTok

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Kleurrijk vervolg op bestseller
- ★ Cadeauboek voor breed publiek

Tiny Fisscher & Iris van der Veen

Het kan ook andersom

VERRASSENDE NIEUWE BUNDEL VAN EEN TOP-DUO!

Na het succes van de fraai geïllustreerde gedachten- en gedichtenbundel *d i t.*, komen Tiny Fisscher en Iris van der Veen met een gloednieuw boek dat op meerdere fronten verrast.

De teksten gaan opnieuw over dieren die tegen van alles aanlopen in het leven, maar dit keer lopen de speels-poëtische teksten en beelden op een bijzondere manier in elkaar over. Zo loopt Vleermuis tegen het thema schaamte aan, vraagt Eekhoorn zich af waar zijn moeder ineens gebleven is, en dubben Das en Schildpad over de vraag of nooit en altijd even lang duren.

De illustraties van Iris van der Veen zijn een lust voor het oog, en in deze bundel heeft ze ook met kleuren gewerkt, waardoor haar veelzeggende werk een heel nieuwe dimensie krijgt.

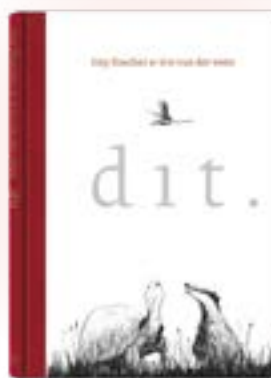
Tot slot verrast dit boek omdat je het – onverwachts – leest als dwarsligger. Wel in hetzelfde formaat als *d i t.*, dan kunnen ze toch fijn samen in de boekenkast!

Een bijzondere cadeaubundel voor iedere gelegenheid en voor elk moment van het jaar. Voor volwassenen, maar ook heel geschikt voor een gezin met al wat oudere kinderen.

Eerder verschenen van dit top-duo bij Samsara

‘*d i t.* is een prachtig, laagdrempelig boek met veel diepgang.’

– Rubén Rodríguez da Silva, op libris.nl over *d i t.*



Tiny Fisscher schrijft voor alle leeftijden en in diverse genres, van prentenboek tot 12+-roman. Daarnaast hertaalt ze met veel succes beroemde klassiekers, waaronder *Alleen op de wereld*, en *De kleine prins*, die beide bestsellers werden. Bij Samsara verschenen eerder twee dierenbundels. Voor *Het geluk van Schildpad*, dat ze maakte met Barbara de Wolf, ontving ze een zilveren griffel.



Iris van der Veen is met een potlood en een schetsboek in haar hand het gelukkigst. Ze werkt voornamelijk in zwart-wit, al dan niet met subtiel kleurgebruik. Ze gebruikt traditionele materialen als potlood, inkt, gouache of aquarel, maar ook digitale middelen of een combinatie daarvan. Haar werk is sferisch te noemen, met veel zeggingskracht. Het liefst maakt ze illustraties die het hart raken en haar illustraties geven teksten dan ook altijd extra diepte en gevoel.

‘Verhalen/dialogen die je aan elkaar moet voorlezen, ongeacht welke leeftijd je hebt.’

— Toin Duijx in het *Friesch Dagblad* over *d i t.*



*

'En nu is het genoeg!
De stem klinkt niet boos,
eerder gefrustreerd.

Het is Vleermuis,
hangend aan een tak,
haar vleugels gevouwen.

'Wat is genoeg, Vleermuis?' vraagt Wezel,
die toevallig in de buurt is.

Even is Vleermuis stil, dan zegt ze:

'Ik heb zo genoeg van mijn schaamte...'



Schaamte, daar weet Wezel alles van.
Nergens voor nodig, dat weet hij best,
maar wat doe je eraan...

'Maar ik heb er dus genoeg van,' zegt Vleermuis.
'Ik wil ervan af.'

Ze kijkt omhoog,
De maan is een flauwe sikkkel aan de hemel,
de ochtend heeft een trage start.





‘Inspirerend, liefdevol en bekrachtigend. Het perfecte medicijn voor deze lastige tijden.’

— Jack Kornfield, auteur van *A Path With Heart over Real Change*.

Sharon Salzberg

Echt leven

Van eenzaamheid
naar openheid en vrijheid

ECHT LEVEN GAAT OVER DE REIS DIE WE MAKEN
ALS WE BESLUITEN OM HET LEVEN TE LEVEN
DAT PAST BIJ ONS INNERLIJKE VERLANGEN
OM VRIJ TE ZIJN.

Als we met pijn en tegenslagen te maken krijgen, schrikken we vaak terug en krimpen uit angst en teleurstelling ineen. Dit kan een manier van leven worden. In *Echt leven* laat Sharon Salzberg zien dat het ook anders kan.

Als we ons alleen, geïsoleerd of gevangen voelen, kunnen we deze hindernissen gebruiken als pad naar een authentiek en florerend leven, een leven waardoor we de heelheid in onszelf kunnen vinden. Ook als we alleen leven, kan een gevoel van saamhorigheid ons door stormachtige perioden leiden. We kunnen onze woorden, ons hart en ons handelen afstemmen op een grotere visie, zonder dat ze worden bepaald door de benauwde blik ingegeven door zorgelijke en angstige gedachten.

Als we onbeperkter willen leven – een leven met meer ruimte en besef van mogelijkheden, creativiteit, verbondenheid en vreugde – dienen we dat wat echt belangrijk is volgens Salzberg serieus te nemen en onszelf de vraag te stellen: wat is mijn diepste verlangen? Wat kan ik maar beter loslaten? Wat denk ik dat mijn mogelijkheden zijn?

Grote vrijheid – *Echt leven* – vinden we als we bepaalde vaardigheden ontwikkelen, zoals mindful gewaarzijn, vriendschap en een groter besef van doelgerichtheid/aspiratie. We leren:

-  bepaalde risico's te nemen bij wat we ons durven voorstellen
-  geïnteresseerd te zijn in innerlijke gemoedstoestanden die we normaal gesproken proberen te vermijden
-  geïnteresseerd te zijn in mensen die we normaal gesproken proberen te ontlopen



Sharon Salzberg (1952) is een centrale figuur op het gebied van meditatie en een wereldwijd bekende meditatieleraar. Ze begon in 1974 met lesgeven en is een van de pioniers die de beoefening van liefdevolle vriendelijkheid en mindfulness een brede bekendheid hebben gegeven in het Westen. Ze is de auteur van vele boeken waaronder *Liefdevolle vriendelijkheid*, *Houden van wat je haat*, *Echte liefde*, *Geloof en vertrouwen* en *Meditatie op het werk*. Ze heeft haar eigen podcast, *The Metta Hour*, waar ze onder meer in gesprek gaat met belangrijke denkers uit de mindfulnessbeweging.

PROMOTIE

- ◀ Auteur is bekend en beschikbaar voor interviews
- ◀ Auteur heeft een goed beluisterde podcast
- ◀ Aandacht in *special interest*-bladen
- ◀ Artikelen op blogs

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Internationale topauteur
- ★ Praktische invulling van mindfulness

samsara

TOSCA
TETTEROO ♦ Alles over
de kracht van edelstenen



TOSCA TETTEROO

Alles over de kracht van edelstenen





Tosca Tetteroo

Alles over de kracht van edelstenen

IN DIT COMPLETE HANDBOEK
ALLES OVER DE KRACHT VAN EDELSTENEN LEGT
TOSCA TETTEROO OP HELDERE EN LOGISCHE
MANIER UIT HOE JE EEN VERANTWOORDE EN
WAARDEVOLLE VERBINDING MET EDELSTENEN
EN MINERALEN KUNT AANGAAN EN
HOE JE KUNT BEPALEN WAT DE JUISTE STEEN
VOOR JOU OP DIT MOMENT IS.

Het is een boek over edelsteentherapie zonder franje en geschreven vanuit een diep respect voor de natuur. Het laat zien dat het kiezen voor een bepaalde steen je bewuster maakt, want een steen nodigt uit tot 'herkenning en erkenning', waardoor veranderingen zullen plaatsvinden die tot een betere balans leiden in alle facetten van het leven.

Naast een hoofdstuk over het ontstaan en gebruik van stenen, bevat het boek onder meer hoofdstukken over de verzorging van stenen en behandeling met edelsteentherapie, bergkristallen, therapie voor dieren, en toepassing van stenen in diverse levensfasen en in de leefomgeving. Ten slotte volgen een alfabetisch overzicht van de algemene betekenis van de stenen en een register.

‘Prachtig boek. Mooie vormgeving. Goede omschrijvingen. De kleurenfoto’s van de edelstenen zijn van zo’n schoonheid dat het soms snoepjes lijken. Wonderlijk!’

— lezer over *Alles over de kracht van edelstenen*



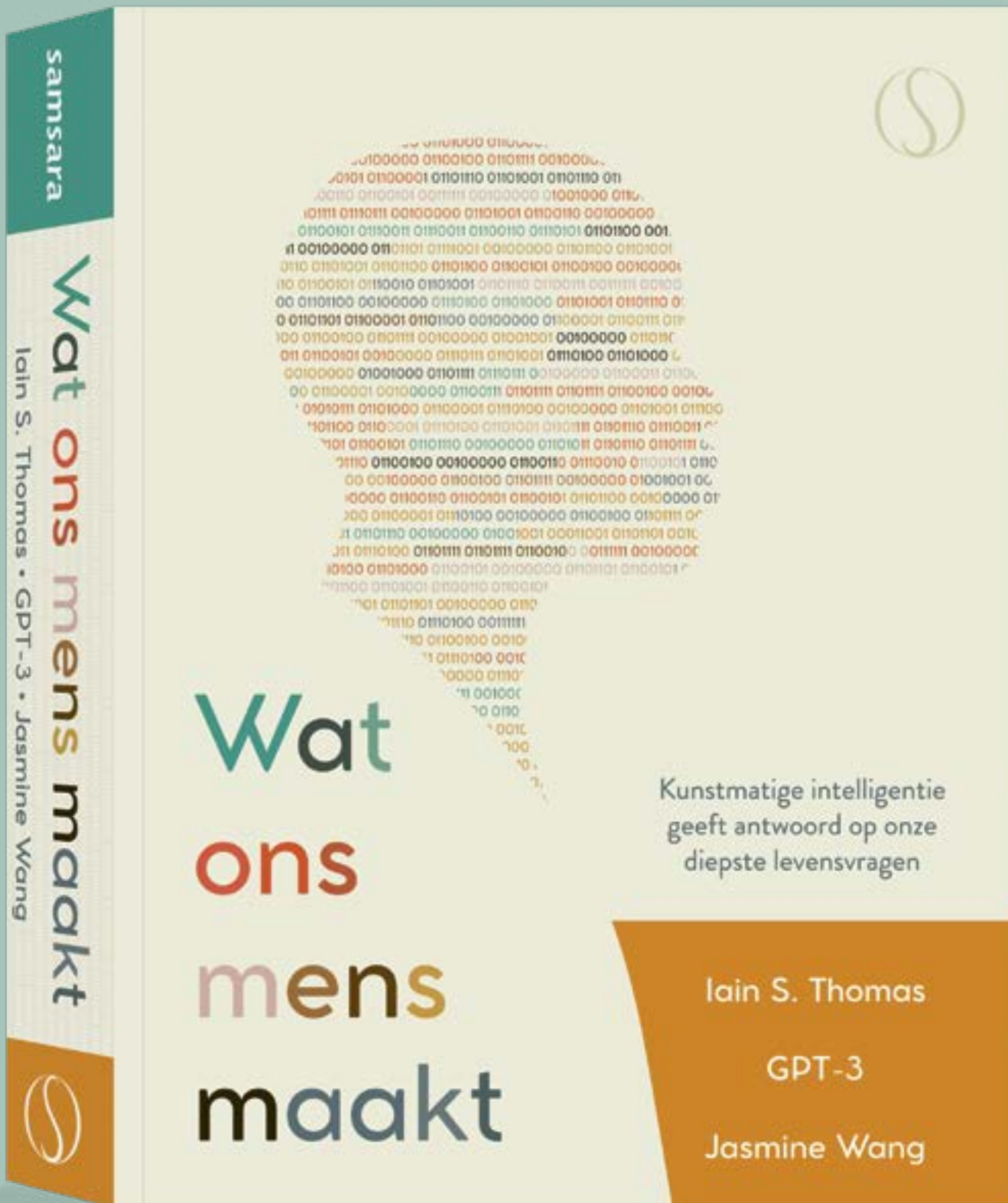
Tosca Tetteroo is een autoriteit op het gebied van edelsteentherapie. Zij was een van de eerste edelsteentherapeuten in ons land en houdt zich al haar hele leven bezig met edelstenen en hun betekenis voor mens en dier. In 1980 richtte ze De Krater op met de bedoeling edelsteentherapie een grotere bekendheid te geven. Nog altijd begeleidt Tosca mensen op deze locatie. Ze helpt iedereen die in contact wil komen met de zuivere energie van edelstenen, mineralen en kristallen en ze geeft cursussen, workshops en healings.

PROMOTIE

- ◀ Auteur is de autoriteit op dit vakgebied
- ◀ Inspiratiekaarten om weg te geven in de boekhandel
- ◀ Bladerfilmpje
- ◀ Aandacht in gezondheidsbladen

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ *Everseller* in vernieuwde uitvoering
- ★ Sluit aan bij de huidige grote belangstelling voor edelstenen



‘Deze diepe, verhelderende tekst over waar we ons bevinden op de grote cirkel-boog van kunstmatige intelligentie, is verbazingwekkend mooi en inspirerend. Een ontroerende, genuanceerde en prachtige contemplatie, geboren uit poëtische samenwerking.’

— BT, muzikant en technoloog, genomineerd voor een Grammy

Iain S. Thomas & Jasmine Wang

Wat ons mens maakt

Kunstmatige intelligentie
geeft antwoord op onze
diepste levensvragen

**WAT ONS MENS MAAKT IS EEN BAANBREKENDE
POGING DIE HET MENS-ZIJN ONDERZOEKT
MET BEHULP VAN HOOGONTWIKKELDE
KUNSTMATIGE INTELLIGENTIE (AI).**

Waarom zijn we hier? Wat betekenen liefde en houden van precies? Hoe bevrijden we ons van lijden? Bestaat echt geluk? Voor antwoorden op deze vragen richten we ons al duizenden jaren tot dezelfde, geliefde teksten, van de Bijbel en de Dao De Jing tot de poëzie van Roemi en Sappho en de woorden van hedendaagse mystici.

Maar wat als je met behulp van de meest vooruitstrevende kunstmatige intelligentie over alle wijsheid uit deze boeken kunt beschikken en zo antwoord op deze vragen krijgt?

Voor *Wat ons mens maakt* legden de wereldwijd bekende dichter Iain S. Thomas en de alom gerespecteerde, vooruitstrevende onderzoeker Jasmine Wang onze meest geliefde en gewaardeerde teksten voor aan de hoogst geavanceerde AI, GPT-3. Vervolgens stelden ze GPT-3 onze diepste levensvragen. Dit boek bevat de gesprekken en uitwisselingen die volgden.

PROMOTIE

- ◀ Aandacht in *special interest*-bladen
- ◀ Online campagne binnen de doelgroep

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Uniek onderzoek naar mens-zijn
- ★ Grote belangstelling van de media



Iain S. Thomas is een alom gewaardeerd schrijver en dichter, die bekend werd door zijn blog 'I wrote this for you', teksten die later gebundeld werden in een boek met dezelfde titel. Hij won tal van prijzen en heeft miljoenen lezers over de hele wereld. Veel beroemdheden zijn fan van zijn proza en poëzie, van Steven Spielberg tot Arianna Huffington. Thomas heeft meerdere internationale bestsellers op zijn naam staan en werkte samen met de grootste bedrijven en instellingen, die hij hielp om hun ideeën in de wereld te zetten.



Jasmine Wang is technoloog, filosoof en onderzoeker. In 2020 kreeg ze een Thiel-studiebeurs voor haar onderzoekswerk. Ze woont in New York. Ze werkte onder andere samen met OpenAI, het onderzoekslaboratorium voor kunstmatige intelligentie dat GPT-3 ontwikkelde. Dit laboratorium is opgezet door Elon Musk om het gebruik van AI te stimuleren ten bate van de hele mensheid.

samsara

ROBERT SALTZMAN De tienduizend dingen



ROBERT SALTZMAN

De tienduizend dingen (S)



‘Als je van recht voor z’n raap houdt, dan is dit het! Je zult hier geen spirituele fopspenen of praatjes over non-dualiteit aantreffen. [...] Noch zul je hier gefantaseerde bedenksels vinden. Roberts antwoorden op vragen zijn zo klaar en natuurlijk als een bergbeek.’

— John Troy



Robert Saltzman

De tienduizend dingen

EEN UNIEKE EN PRAGMATISCHE KIJK OP
ONTWAKEN, VRIJE WIL, ZELFBESCHIKKING,
HET LOT EN WIE WE NU ECHT ZIJN.
EEN BOEK DAT JE BIJ ZAL BLIJVEN.

De helderheid van geest schijnt helder door in elke zin van dit boek. Saltzmans vaardigheid om de ingewikkeldste vertakkingen en subtiliteiten van ontwaakt bewustzijn duidelijk te maken, is zo vrij van het conventionele, verwarde denken, zo vrij van clichés, zo vrij van de smet van religieuze dogma's en conventionele manieren om over zulke ingewikkelde zaken te spreken, dat dit boek eruit springt als een verfrissende en verlichte uiteenzetting van ontwaakt bewustzijn: een ontwaakt begrip van wat het is om mens te zijn.

Voordat Saltzman een diep ontwaken ervoer en besloot zijn praktijk in psychotherapie te openen, had hij een carrière als kunstenaar en fotograaf. Hij staat bekend om zijn zwart-witfoto's die nog altijd wereldwijd tentoongesteld en gedrukt worden. Zo ook in *De tienduizend dingen*: elk hoofdstuk begint met een prachtig, paginavullend zwart-witbeeld.

‘Wanneer je je interesse in spirituele pijpdromen verliest, zal je verlangen naar een pijnvrij leven afnemen. Dan blijft je aandacht daar waar hij hoort – niet in een of andere gefantaseerde, probleemloze toekomst, maar op dit moment, het enige moment dat je ooit hebt, het enige moment waar je mee om moet gaan en het enige moment waar je echt mee om kunt gaan. Dat vereenvoudigt de zaken aanzienlijk, vind ik. De wijzen onder ons genieten en verdragen een volledig menselijke ervaring met een gelijkmoedigheid die ze niet kunnen verklaren, hoewel tallozen het hebben geprobeerd.’

— Robert Saltzman



Robert Saltzman is een levenslange kunstenaar en gepensioneerd psychotherapeut. Hij is auteur van twee recente boeken over een ontwaakte kijk op de menselijke conditie: *The Ten Thousand Things* (2017) en *Depending On No-Thing* (2019). Ook schrijft hij online commentaren over dit onderwerp: <https://dr-robert.com/>

‘Dit boek springt er voor mij uit als een geheel verfrissende en verlichte uiteenzetting van ontwaakt bewustzijn: een ontwaakt begrip van wat het is om mens te zijn.’

— Dr. Robert K. Hall

PROMOTIE

- ◀ Bladerfilmpje
- ◀ Aandacht in bladen
- ◀ Aandacht op blogs en social media
- ◀ Auteur beschikbaar voor (online) interviews

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Spiritualiteit in klare taal





Als mensen vragen hoe ze kunnen ontwaken, zal ik waarschijnlijk antwoorden dat er geen hoe aan te pas komt. Vrijheid is een natuurlijke toestand die verschijnt zodra men ophoudt zich ertegen te verzetten. Maar vrijheid kan beangstigend zijn, omdat het een “mijzelf” impliceert dat noch over gebeurtenissen noch over gedachten en gevoelens enige controle heeft. Daarom vrezen we vrijheid, en verzetten we ons er op verschillende manieren tegen.

“Step on a crack, you break your mother’s back,” een spelletje dat kinderen spelen als ze op de stoep lopen, is een voorbeeld van magisch denken dat dient om de angst van het kind te verminderen dat er iets ergs met hun moeder kan gebeuren. De volwassen balspeler die een kruisje slaat voordat hij het slagperk betreedt, speelt een soortgelijk spelletje met zichzelf, alsof een handgebaar echt een snelle bal tegen je kop kan voorkomen.

Magisch denken is dus een manier om de totale onzekerheid van het hier en nu te ontkennen — om te veronderstellen en te veinzen dat we controle hebben over dit huidige moment waarin alles wat we echt weten het feit is dat er van alles kan gebeuren, of we dat nu leuk vinden of niet. Die ontkenning van het evidente feit van totale kwetsbaarheid in het licht van gebeurtenissen is een belangrijke hinderpaal voor het vinden van de vrijheid en de gemoedsrust die de hartewens van ons allen lijkt te zijn, of althans van de meesten van ons.

Kwetsbaarheid kan beangstigend zijn, dus voelen we ons aangetrokken tot magisch denken ten einde kwetsbaarheid te ontkennen en als een manier om angsten onder het tapijt te vegen. Maar iemand in ontkenning zal nooit weten dat vrijheid een natuurlijke eigenschap van de geest is, en geen verdienste die verdiend moet worden, maar enkel opgemerkt en gewaardeerd hoeft te worden.

Vrijheid is alleen vrij op dit moment, en biedt geen enkele garantie voor de toekomst. Men kan de ingebeelde toekomstgaranties van religie en andere vormen van magisch denken omarmen, of men kan vrijheid hebben — maar niet beide tegelijk, zeg ik.





**‘Laat Rupert Spira, een van de beste leraren van het moment,
je op zachte wijze naar je innerlijke vrede en geluk begeleiden.’**

— Peter Russell, auteur van *Letting Go of Nothing*

Rupert Spira

Je bent het geluk dat je zoekt

EEN LIEFDEVOLLE BEGELEIDING NAAR HET FEIT
DAT HET GELUK DAT WE ZOEKEN AL IN ONS ZIT.

Hoe kunnen we geluk en vrede vinden? In dit boek brengt Rupert Spira de boodschap van alle grote religieuze en spirituele tradities terug tot twee essentiële waarheden: geluk is wat we zijn, en we delen ons zijn met alles en iedereen. Op basis van talloze voorbeelden uit zijn eigen leven laat Spira zien dat blijvend geluk zoeken aan de hand van objecten, situaties en relaties gedoemd is te mislukken en tot teleurstellingen leidt. Bekwaam leidt hij de lezer naar de herkenning toe dat we al het geluk zijn dat we zoeken.

Dit boek is voor iedereen die verlangt naar blijvend geluk en openstaat voor de mogelijkheid dat het ons altijd ter beschikking staat binnen onszelf, ongeacht onze omstandigheden.

‘Ik heb dieper begrip gekregen door het luisteren naar Rupert Spira dan door enig andere vorm van moderne spiritualiteit. De realiteit stuurt ons een boodschap die we móeten horen, en op dit moment is er geen boodschapper die Spira en zijn transformatieve essays kan overtreffen.’

— Deepak Chopra, auteur van *You Are the Universe*, *Spiritual Solutions* en *Super Brain*

‘Rupert Spira’s gearticuleerde en intieme stijl van lesgeven is werkelijk transformationeel. Ik heb al zijn boeken gelezen en koester ze.’

— Rhonda Byrne, auteur van *The Secret* en *The Greatest Secret*

Eerder verschenen van Rupert Spira bij Samsara



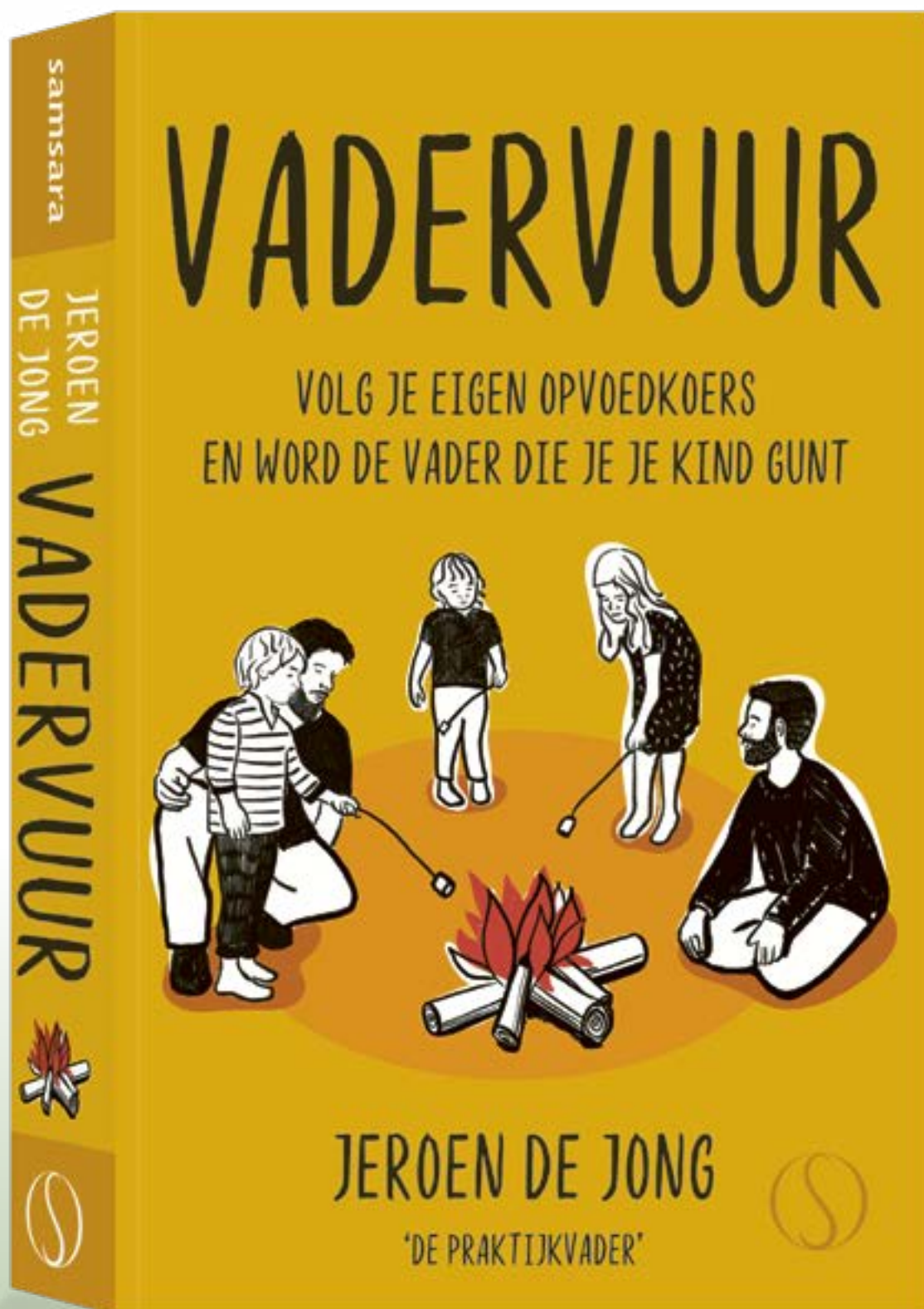
Rupert Spira (1960) is een Engelse non-dualistische leraar en een beroemd keramist. Op vijftienjarige leeftijd leerde Rupert de gedichten van de soefidichter Rumi kennen en niet veel later ook de soefidans, -gebeden en -meditaties. Via zijn eerste leraar dr. Francis Roles kwam hij in aanraking met de werken van Ramana Maharshi en Sri Nisargadatta Maharaj, die hij jarenlang diepgaand bestudeerde. Halverwege de jaren negentig kwam hij in contact met de Amerikaanse leraar Robert Adams, en na diens dood met de Fransman Francis Lucille. Tijdens een ontmoeting met Lucille had Rupert de diepe gewaarwording dat hij was thuisgekomen. Dit betekende het einde van dertig jaar zoeken. Momenteel woont hij in Oxford met zijn vrouw Ellen en zoon Matthew. Hij houdt wereldwijd bijeenkomsten en retraites.

PROMOTIE

- ◀ Geeft lezingen in Nederland en heeft hier veel volgers
- ◀ Aandacht in *special interest*-bladen en op blogs
- ◀ Auteur houdt wereldwijd bijeenkomsten en retraites

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Sterk groeiende lezersschare in Nederland



‘Jeroen is echt een man van de 21e eeuw. Sterk maar gevoelig, humoristisch en in contact met z’n emoties, gevoel en lichaam. Elke sessie met hem geeft weer nieuwe energie en inzichten. Ab-so-luut een aanrader voor elke vader die zichzelf verder wil ontwikkelen.’

— Johan Kezer (deelnemer)

Jeroen de Jong

VADERVUUR

Volg je eigen opvoedkoers en
word de vader die je je kind gunt

HAAL DE BESTE VADER UIT JEZELF!

Als vader ben je een groot voorbeeld voor je kind. Het wil met je spelen en moet op je kunnen bouwen. Maar hoe vul je je vaderrol in? Zoals je omgeving of je eigen vader? Of stap je buiten de kaders en maak je van het leven met je gezin een reis waarin niet alleen je kind, maar ook jijzelf kunt groeien en ontdekken?

Dit boek is niet het zoveelste opvoedboek, maar een moderne inwijdingsreis in het vaderschap. Het schuift hardnekkige en beperkende ideeën over hoe je je kind op zou moeten voeden aan de kant zodat je met een heldere blik kunt kijken naar wat wél werkt voor jou en je gezin.

Vadervuur daagt je uit om het vaderschap helemaal op je eigen manier in te vullen en zo de vader te worden die je je kinderen gunt: aanwezig, betrokken, ontspannen. En dat hoeft je niet, zoals de meeste mannen doen, in je eentje uit te zoeken. Leer je eigen vadervuur kennen en opstoken aan de hand van thema's als de rol van je eigen ouders, de veranderende relatie met je partner en de stap van opvoeden naar voorleven. Zo ga je echt het verschil maken in het leven met je kinderen.



‘Sinds ik vader ben volg ik trainingen bij Jeroen. Hij weet een veilige sfeer te creëren waarin iedereen tot zijn recht komt. Iedere keer neem ik waardevolle inzichten mee naar huis. Ik gun elke (aankomende) vader een ervaring met De Praktijkvader!’

— Matthijs (deelnemer)



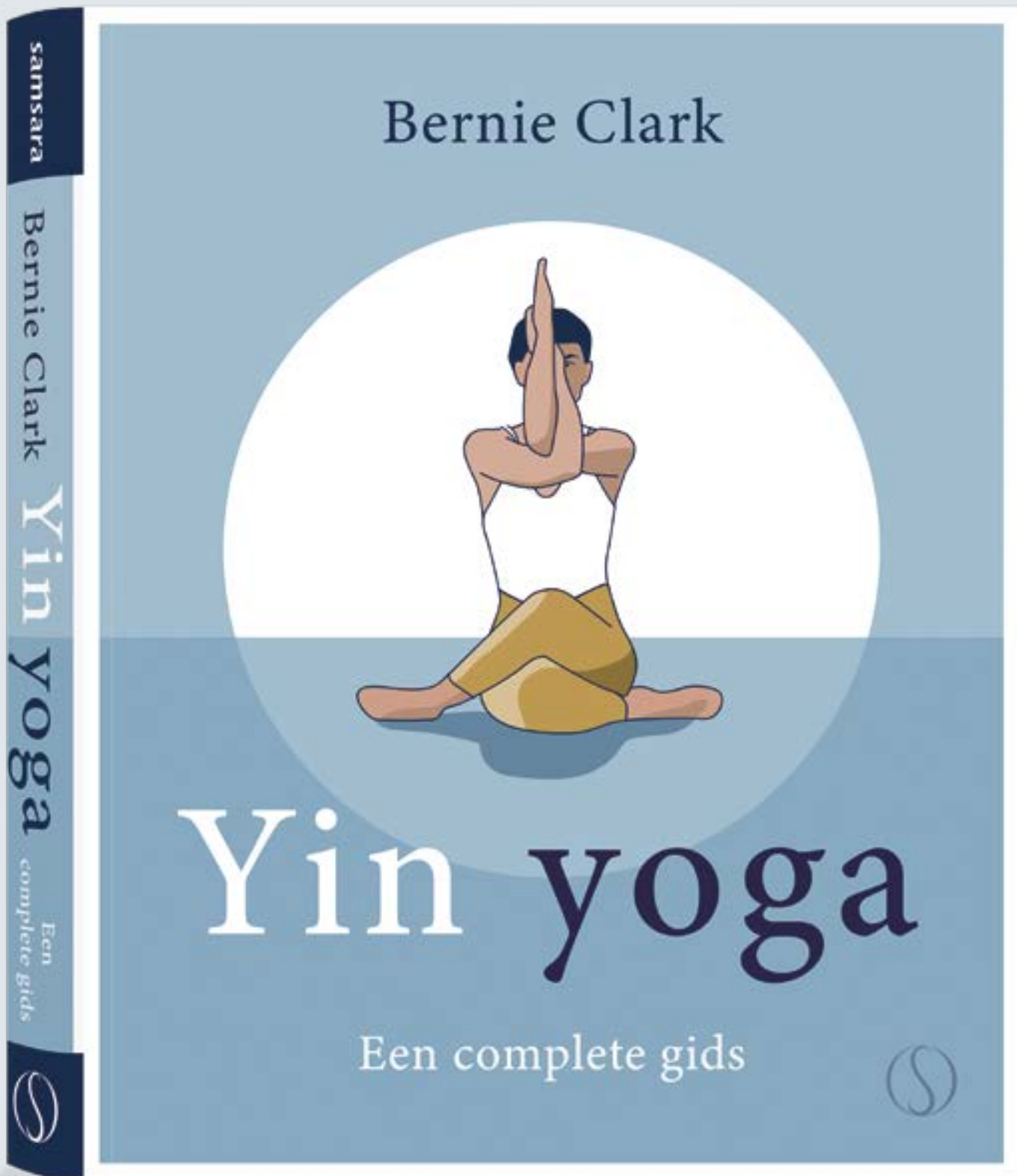
Jeroen de Jong is vader van drie opgroeiende kinderen en oprichter van De Praktijkvader. Met zijn praktijk wilde hij een plek creëren waar vaders alles wat ze tegenkomen in het vaderschap kunnen delen, bevragen en onderzoeken. Sinds 2014 geeft hij trainingen voor mannen waarin het vaderschap en persoonlijk leiderschap samenkomen. En in die trainingen wordt altijd wel een vuurtje gestookt.

PROMOTIE

- ◀ Inspiratiekaarten
- ◀ Auteur beschikbaar voor interviews, actief op social media en heeft goed beluisterde podcast
- ◀ Volgers binnen de doelgroep
- ◀ Evenement rondom het boek
- ◀ Online campagne en winacties binnen de doelgroep
- ◀ Groot netwerk van bladen en blogs binnen de doelgroep

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Actueel en prettig leesbaar boek over vaderschap
- ★ Cadeauboek voor (aankomende) vaders



‘Een zeer lijvig werk waarin Bernie Clark zijn fascinatie voor wetenschap, gezondheid, sport en spiritualiteit neerlegt. Een zeer compleet boek, een echt naslagwerk.’

— Corine Lepoutre over *Your body your yoga*, *Tijdschrift voor Yoga*

Bernie Clark

Yin yoga

Een complete gids

OVER DE VOORDELEN VAN YIN YOGA OP
FYSIOLOGISCH, ENERGETISCH EN MENTAAL VLAK.

Yin yoga is populairder dan ooit. Dit boek geeft een diepgaande kijk op de filosofie en de beoefening van yin yoga. Het fascinerende en uitgebreide boek van Bernie Clark is verdeeld in drie delen:

- Wat is yin yoga?
- De voordelen van yin yoga (met besprekingen van anatomie, het energielichaam, en het lichaam van hart, mind en body)
- De beoefening van yin yoga, met geïllustreerde beschrijvingen van 30 yin yoga asana's (houdingen).

Yin yoga heeft dezelfde doelen en streefdoelen als elke andere yogavorm, maar gaat verder. De stimulansen die door de oefeningen ontstaan gaan dieper dan alleen de oppervlakkige spierweefsels (de yang weefsels). Ze bereiken ook de bindweefsels van de heupen, het bekken en de lage ruggengraat. Het is daardoor een perfecte aanvulling op de dynamische en spiergerichte yogastijlen die de nadruk leggen op interne warmte, en het strekken en aanspannen van onze spieren. Daarnaast geven yin yoga oefeningen door hun vorm de ruimte om ook dieper in het meditatieve aspect van yoga te zinken. Een yogavorm geschikt voor bijna alle niveaus.

Yin yoga is een go-to bron voor yogaleraren over de hele wereld en is verplichte kost in veel yogaopleidingen. Maar alle yogabeoefenaars kunnen – en zouden – hun voordeel moeten doen met dit gedetailleerde verslag van de geschiedenis, filosofie en praktische beoefening door Bernie Clark.

PROMOTIE

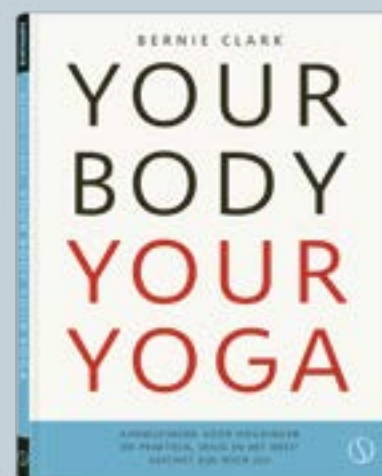
- ◀ Serie artikelen in *Yoga Internationaal* over het werk van de auteur
- ◀ Sterk netwerk binnen de doelgroep
- ◀ Aandacht in diverse bladen en online media
- ◀ Bladerflimpje

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Populaire rustige vorm van yoga geschikt voor iedereen

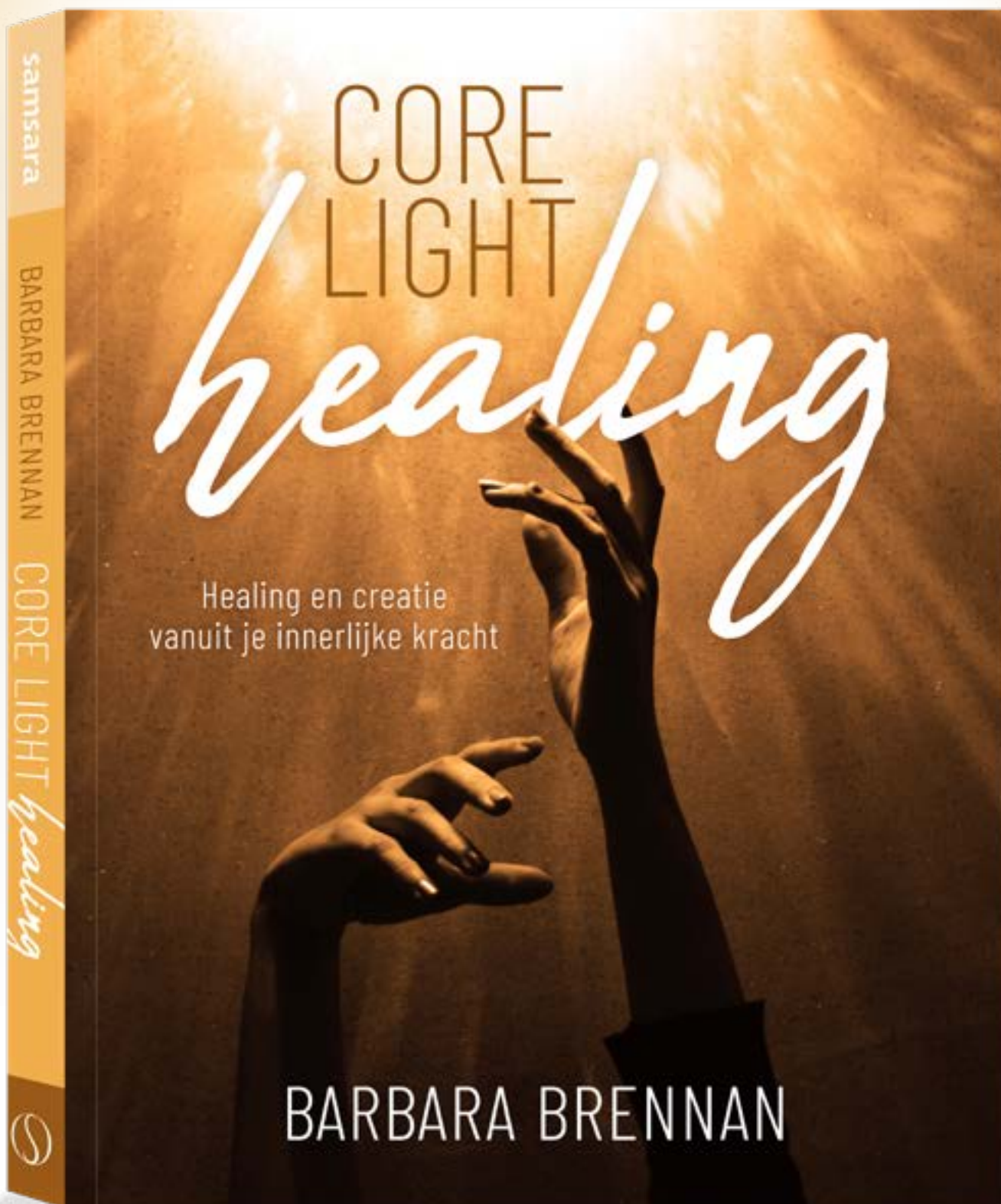


Van jongs af aan heeft **Bernie Clark** (1953) een passie voor wetenschap, gezondheid, sport en spiritualiteit. Hij studeerde aan de universiteit van Waterloo en werkte lange tijd als leidinggevende in de hightechindustrie. Al meer dan dertig jaar verkent hij de weg van de meditatie, en in 1998 begon hij met lesgeven in yoga en meditatie. Meerdere keren per jaar begeleidt hij yogadocentenopleidingen, waarbij hij een brug wil slaan tussen de yoga-ervaring en de moderne wetenschap. Hij richtte de website www.YinYoga.com op. Bernie woont en geeft les in Vancouver, Canada.



Eerder verschenen van Bernie Clark bij Samsara





‘De gevorderde healer die reeds bekend is met het geven van readings en healings zal zeker profijt hebben van de aanvullende technieken uit dit (werk)boek.’

— Marjan van Druenen, op Hebban.nl

Barbara Brennan

Core light healing

Healing en creatie vanuit je innerlijke kracht

BARBARA BRENNAN NEEMT JE IN HAAR BESTSELLER
MEE OP REIS OM VANUIT JE LEVENSENERGIE
HET LEVEN TE CREËREN DAT JE WILT.

In *Core light healing*, beschrijft de auteur hoe je het leven waarnaar je verlangt kunt creëren door je creatieve levensenergie die vanuit je core-essentie in de kern van je bestaan oprijst, te leren begrijpen, te helen, bevrijden en benutten. Deze bron van creativiteit in jou is veel krachtiger dan je kunt bedenken. Je leven zal voorgoed veranderen als je haar leert accepteren en je met haar verbindt.

Barbara Brennan is een van de invloedrijkste healers van de 21e eeuw. In dit boek, het vervolg op *Licht op de aura* en *Bronnen van licht*, zet ze haar werk voort met grensverleggende en nieuwe informatie. Het boek gaat in op hoe je gebruik kunt maken van chakrahealings en bevat een verslag van de auteurs persoonlijke ervaringen. Daarnaast komen de volgende onderwerpen aan bod:

- De manier waarop wij blokkades in ons leven, lichaam en onze relaties creëren; hoe deze blokkades eruitzien, op elkaar reageren, en uiteindelijk storingen veroorzaken.
- Het proces waarmee we onze blokkades kunnen opschonen en ons creatieve vermogen kunnen versterken.
- Hoe we hogere zintuiglijke waarneming kunnen ontwikkelen en gebruiken.

Haar werk heeft zich ontwikkeld tot de Brennan Healing Science, een holistische healingmethode gebaseerd op het Human Energy Consciousness System.



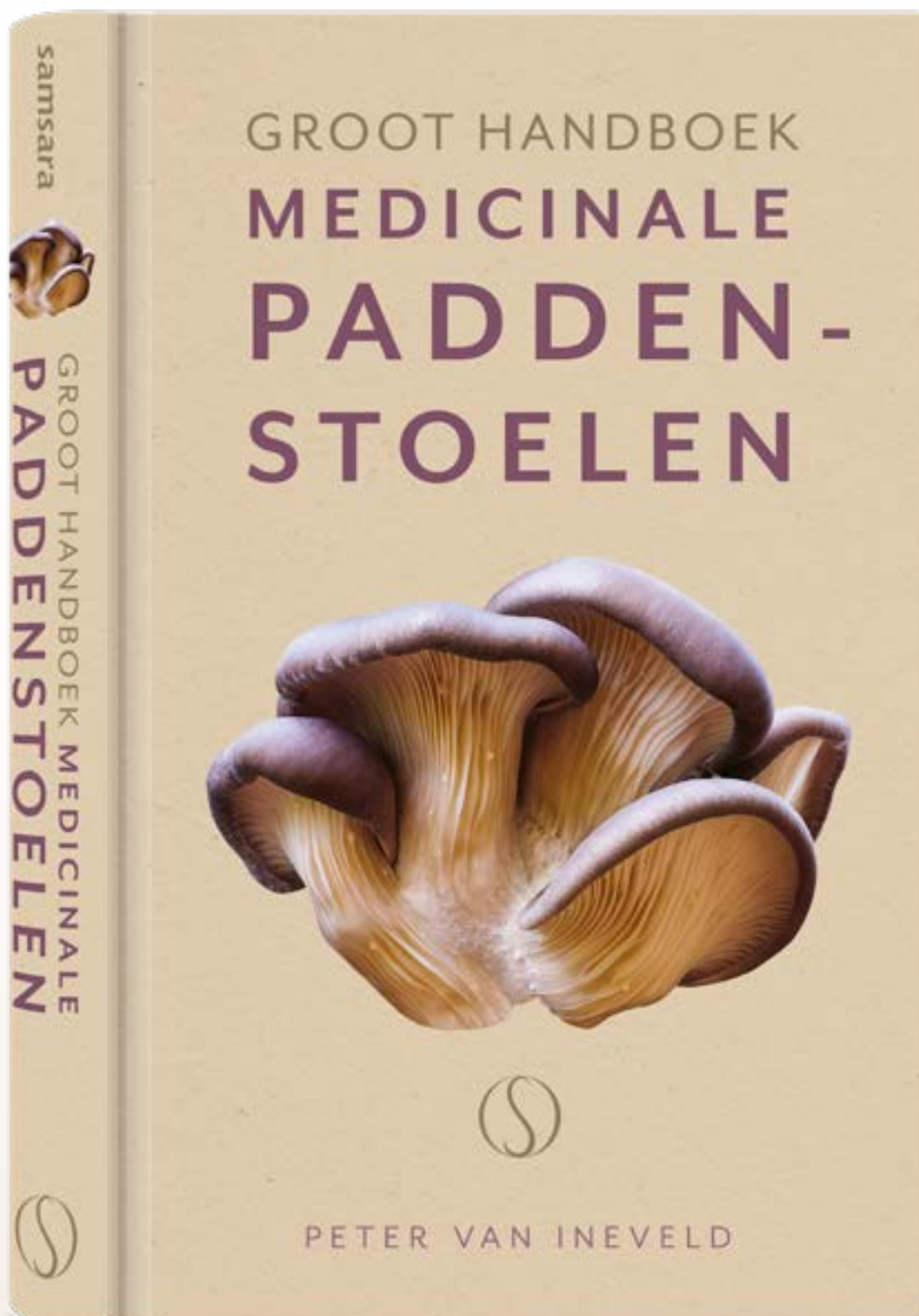
Barbara Ann Brennan is al ruim 35 jaar onderzoeker van het menselijk energieveld. Haar bestsellerboeken, *Licht op de aura* en *Bronnen van licht*, zijn klassiekers op het gebied van energetisch werk en aanvullende geneeskunde. Van *Licht op de aura* zijn meer dan 125.000 exemplaren verkocht, de auteur wordt gezien als absolute autoriteit op het gebied van chakrahealing.

PROMOTIE

- ◀ Auteur heeft veel volgers wereldwijd
- ◀ Aandacht in *special interest*-bladen en op blogs
- ◀ Boektrailer
- ◀ Inspiratiekaarten

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Heruitgave van bestsellerauteur
- ★ Auteur is de autoriteit op het gebied van chakrahealing



‘Dit boek is een aanrader voor wie geïnteresseerd is in de mogelijkheden van “paddenstoelentherapie”.’

— +gezond over Medicinale paddenstoelen

Peter van Ineveld

Groot handboek medicinale paddenstoelen

Medicinale paddenstoelen en schimmels krijgen wereldwijd steeds meer aandacht vanwege hun wetenschappelijk bewezen krachtige en heilzame eigenschappen. Peter van Ineveld legt in dit boekwerk de focus op die helende en geneeskrachtige eigenschappen en beschrijft hoe paddenstoelen ingezet kunnen worden bij verschillende gezondheidsproblemen.

In het *Groot handboek medicinale paddenstoelen* worden de inhouds-stoffen, werking, indicaties en verwerkingsvormen van de 28 meest gebruikte medicinale paddenstoelen beschreven. Ook komen de contra-indicaties en interacties met medicijnen en voedingssupple-menten aan de orde, en de nomenclatuur en historisch gebruik.

Daarnaast behandelt Van Ineveld:

- De betekenis van heilzame paddenstoelen voor onze huisdieren. Binnen de veterinaire geneeskunde vinden medicinale paddenstoelen steeds meer hun weg om een antwoord te geven aan tal van aandoeningen en ziekten.
- Het toenemende gebruik van paddenstoelen in de bio-industrie, onder andere om antibiotica af te remmen.
- De plaats en rol van medicinale paddenstoelen binnen de homeo-pathie
- De wereld van de magic mushrooms, truffels, psilocybine en micro-dosering. De tijd is rijp om deze bijzondere paddenstoelen de plek te geven die zij verdienen! Van Ineveld omschrijft de meest gebruikte paddo's, het gebruik, de verschillende protocol-len en de helende eigenschappen.

De hoofdstukken worden aangevuld met verhalen uit de praktijk.



Peter van Ineveld, Roosendaal 1959, is auteur van het boek *Medicinale paddenstoelen, een nieuw perspectief op geneeskunde* (Samsara 2020). Naast zijn praktijk, waar hij vooral mensen op basis van mycotherapie behandelt met een vorm van kanker en auto-immuunaandoeningen, is Peter van Ineveld columnist voor diverse vaktijdschriften en docent.

PROMOTIE

- ◀ Boektrailer, inclusief bladerfilmpje
- ◀ Artikelen en interviews in *special interest*-bladen
- ◀ Socialmediacampagne
- ◀ Winacties binnen de doelgroep

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Auteur is een autoriteit in Nederland in dit vakgebied
- ★ Groeiende belangstelling voor gebruik van paddenstoelen
- ★ Meest uitgebreide boek over gebruik van paddenstoelen



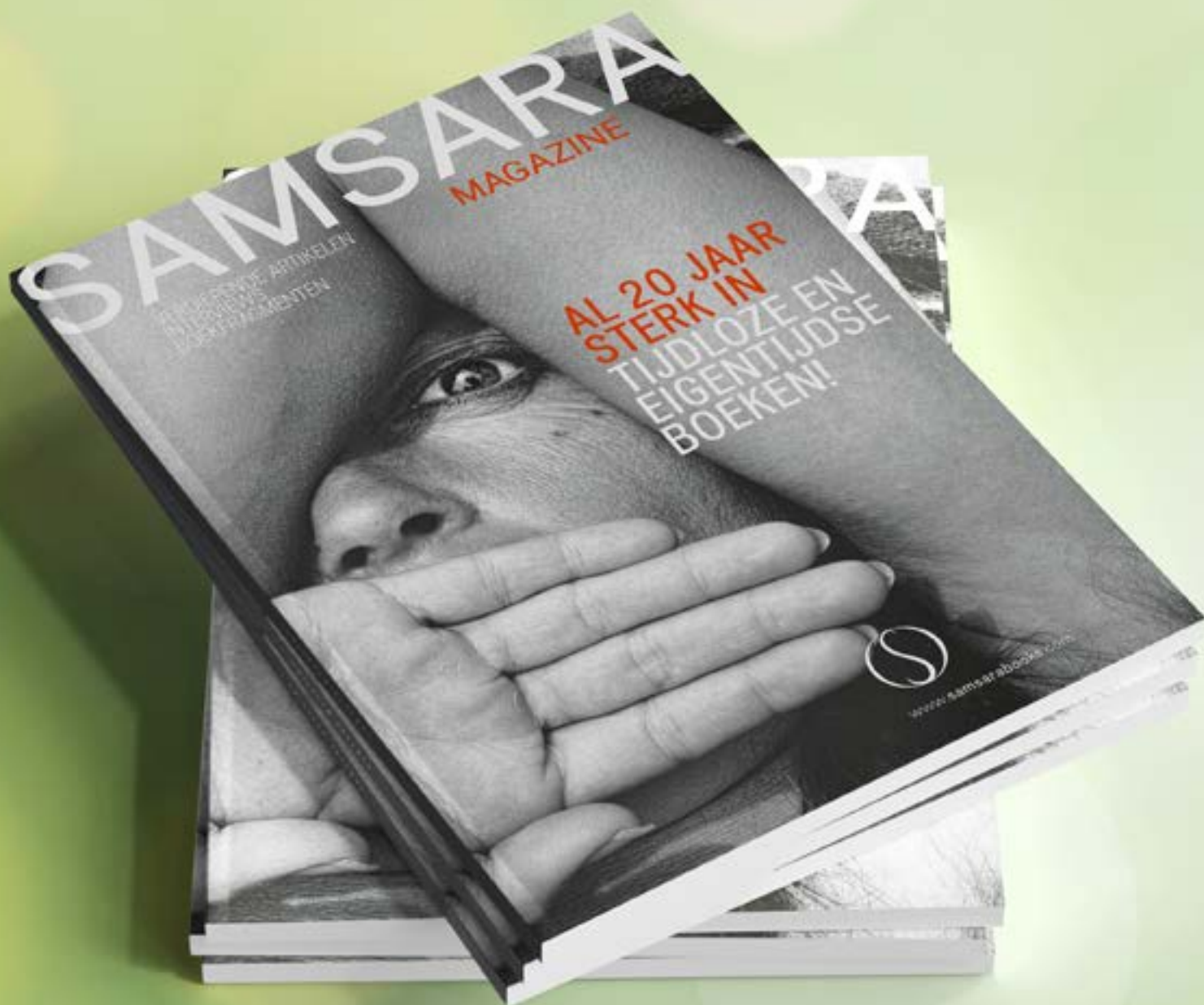
Eerder verschenen van Peter van Ineveld bij Samsara



Samsara
20 jaar!

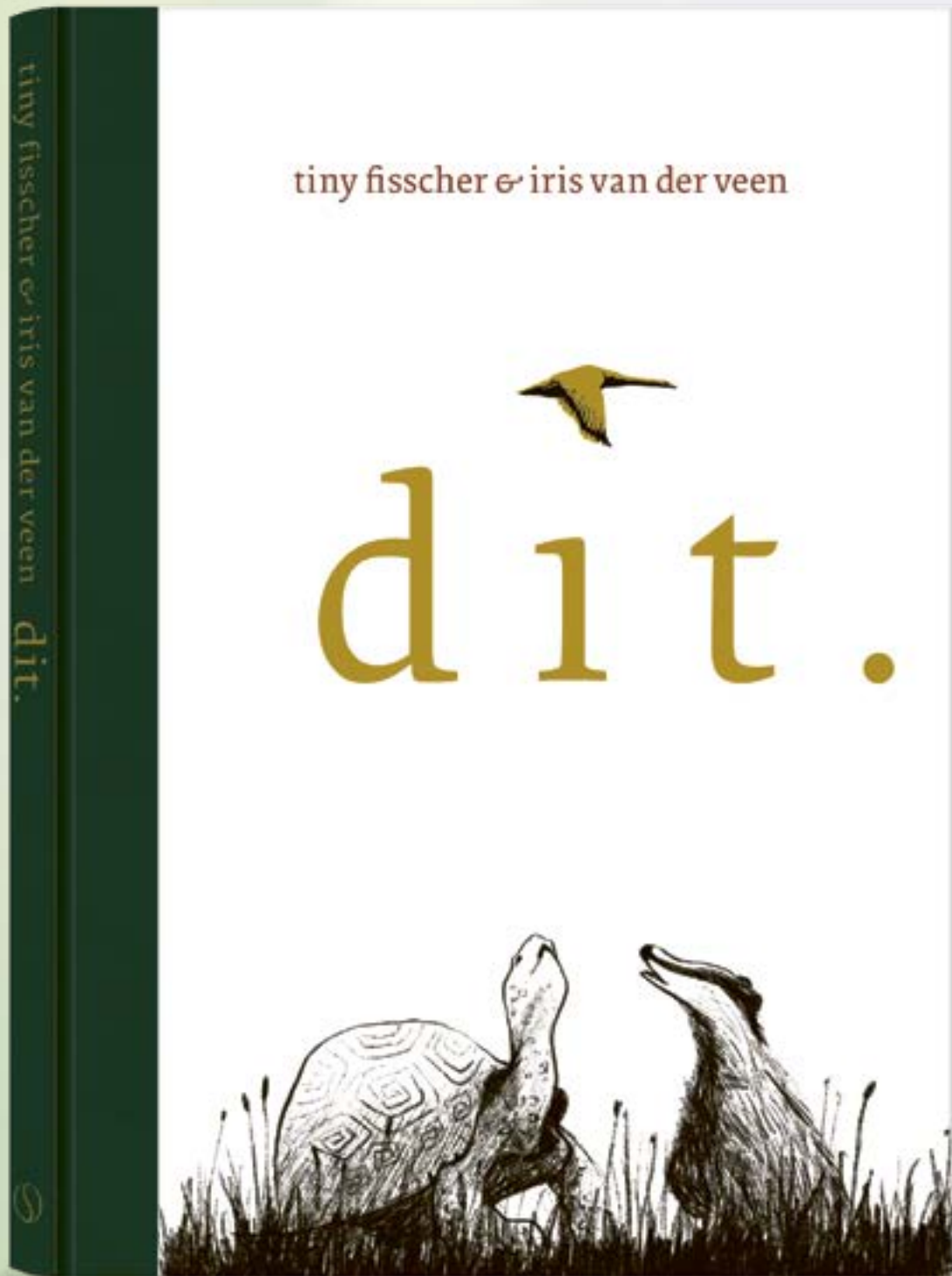
Samsara magazine

met verdiepende artikelen,
interviews en boekfragmenten



Magazines image by pmychamara on Freepik. Achtergrondbeeld designed by Freepik

Jubileumuitgave *d i t*.
met extra verhaal en tekening





‘Heel prettig om te lezen als je denkt dat je opvoedproblemen hebt. Misschien ontdek je dat er niet zozeer een probleem is, maar dat je onder een misverstand lijdt.’

— Angela Mastwijk

Merel Sprong & Mikal van Leeuwen

Moeiteloos opvoeden

Van ploeteren naar plezier

EEN BOEK BOMVOL INZICHTEN
WAARDOOR JE SIMPELWEG ZIET HOE FANTASTISCH
ONZE KINDEREN AL ZIJN. EN DAT MAAKT
OPVOEDEN KINDERSPEL!

Wat voor een kind heb jij? Een slim, stil, ziek, gemakkelijk, gelabeld, temperamentvol of juist verlegen kind? De kans is groot dat, hoe je jouw kind ook beschrijft, je zo nu en dan zorgen hebt. Je ziet je kind graag floreren, maar soms weet je niet wat je moet doen in verschillende opvoedsituaties.

Merel Sprong is moeder en leerkracht en neemt je mee in haar inzichten rondom opgroeiende kinderen en de rol die wij als volwassenen hebben in hun leven. Haar grootste inzichten – namelijk dat kinderen van nature vol veerkracht zitten, bestand zijn tegen wat er op hun pad komt en stuk voor stuk een prima portie zelfvertrouwen bezitten – zorgden ervoor dat het opvoeden moeitelozer én speelser werd. Samen met haar man Mikal beschrijft ze openhartig herkenbare situaties waarin de zorgen en onzekerheden van ouders een rol spelen. Door deze situaties te koppelen aan de 3 principes van Sydney Banks, maakt ze haarfijn duidelijk wat nu werkelijk onze rol als opvoeder is. En dat is een rol die veel eenvoudiger is dan de bochten waar we ons vaak in wringen.

Na een ingrijpende eenheidservaring formuleerde de Schot Sydney Banks in de jaren negentig de **3 PRINCIPES**: *Mind*, *Consciousness* en *Thought*. Deze zag hij als natuurkrachten (vergelijkbaar met zwaartekracht) die gezamenlijk onze menselijke ervaring creëren. En dan wel altijd.

MIND is de universele energie, het leven, God, dat wat een zaadje tot boom maakt. **CONSCIOUSNESS** is de kracht waarmee we gewaarzijn ervaren. Eeuwig en constant. **THOUGHT** is de creatieve kracht die vorm en gevoelens in het leven roept. Wij creëren onze ervaring altijd van binnenuit met en via deze 3 krachten.



Merel houdt van creëren en coachen. Ze kent ook dat kritische stemmetje in je hoofd, dat alles beoordeelt en eindeloze rampscenario's uitdenkt. Inzichten in de 3 principes hielpen haar weer zorgeloos te kunnen genieten van haar kinderen, wat ze graag deelt met andere ouders en leerkrachten die hierin vastlopen.



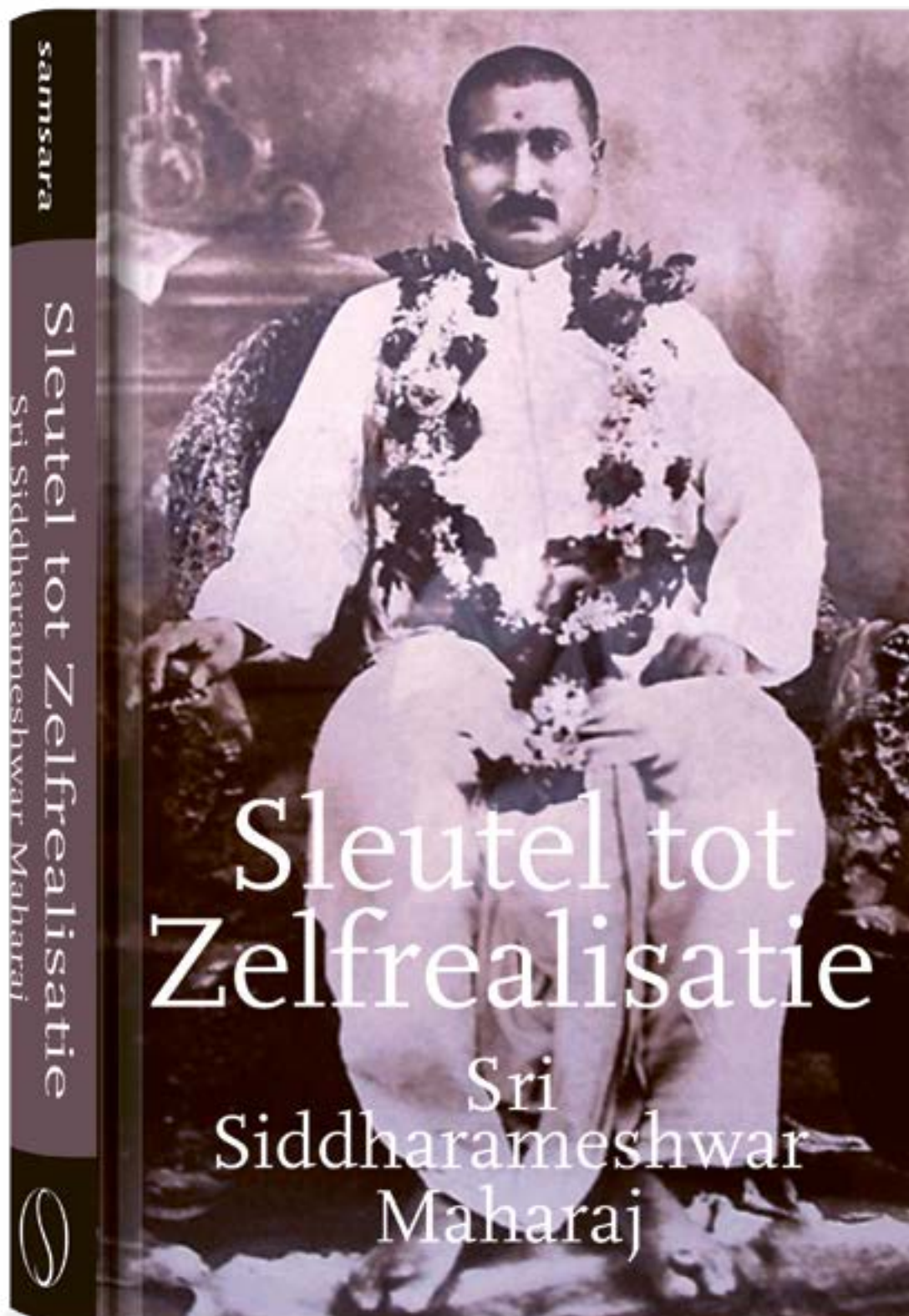
Mikal studeerde scheikunde en werd daardoor erg goed in analyseren, overpeinzen en uitdenken. Zijn kennismaking met de 3 principes bezorgde hem voor het eerst sinds lange tijd weer een leeg hoofd, wat alles opeens zoveel makkelijker maakte. Niet alleen op werk, maar ook in relaties en opvoeden. Op dit moment is Mikal naast 3P-coach ook kunstenaar en wetenschapscommunicator.

PROMOTIE

- ◀ Evenement rondom het boek
- ◀ Groot relevant publiciteitsnetwerk binnen de doelgroep
- ◀ Auteurs beschikbaar voor interviews
- ◀ Auteurs actief op social media en in relevante groepen

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Opvoeden mag weer leuk zijn en dat maakt dit boek fijn om cadeau te doen
- ★ Eerste boek over opvoeding op basis van de 3 principes.



PROMOTIE

- ◀ Aandacht in tijdschrift *InZicht*
- ◀ Aandacht in *special interest*-bladen
- ◀ Quote campagne

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Eerste Nederlandse uitgave van oude Indiase wijsgeer

Siddharameshwar

Sleutel tot Zelfrealisatie

Nisargadatta (1897-1981) werd in de jaren zeventig bekend over de hele wereld door zijn boek *I Am That*. Hij was de eerste Indiase advaita-leermeester bij wie zoekers uit het Westen terechtkwamen. Daarentegen is nauwelijks bekend wie zijn leermeester was: Sri Siddharameshwar Maharaj (1888-1936). Siddharameshwar kwam in 1919 tot Zelfrealisatie en gaf sindsdien onderricht overal waar hij kwam.

Vlak voor zijn dood schreef hij *Sleutel tot Zelfrealisatie*. Op 25 september 1935 zei hij in een lezing daarover:

‘De Meestersleutel tot wat hier gezegd wordt, is dat hij wiens conceptuele identiteit opgelost is, een Jnani is. De illusie is voorbij, de elementen zijn verdwenen, en ook het Kennen is er niet meer. Alleen het “Hoogste Kennen” (Vijnana) oftewel Brahman blijft over. Zodra één huis is leeggehaald, zijn alle huizen leeg.’

Cruciaal in zijn benadering is dus de overgang van het herkennen van Bewustzijn (*Jnana*) naar het Hoogste Kennen (*Vijnana*), namelijk dat je uiteindelijk zelfs dat niet bent. Je bent Dat, waarin en waaruit alles ontstaat en weer vergaat. In de opbouw van het betoog van *Sleutel tot Zelfrealisatie* staan vier ‘lichamen’ centraal, namelijk het fysieke, subtiele, causale en supra-causale lichaam. Deze worden nauwgezet uitgewerkt als stappen omhoog op een ladder, waarbij het ‘ik’ telkens vergeefs zijn ware identiteit als die lichamen denkt te vinden. Zo wordt uiteindelijk *Vijnana* bereikt, de Hoogste Werkelijkheid, het Hoogste Kennen, waaruit de lichamen ontstaan als conceptualiseringen van Zijn onkenbare absolute aard. En vervolgens kan die ladder omgekeerd ook weer worden afgedaald.

Siddharameshwar wordt tot de grootste advaitameesters van de 20e eeuw gerekend. Nu verschijnt voor het eerst een Nederlandse vertaling van dit genoemde boek, waarin Siddharameshwar kernachtig zijn leer uiteenzette. De vertaling wordt voorafgegaan door een inleiding van de vertaler over het leven en de leer van Siddharameshwar en in een bijlage zijn enkele teksten van Nisargadatta over zijn leermeester bijeengebracht.



Siddharameshwar werd geboren in augustus 1888 in Midden-India als boerenzoon. Als achttienjarige trouwde hij en ging werken voor een katoenfabriek. Hij had een sterke spirituele interesse en werd al jong ingewijd als leerling van Sri Bhausaheb Maharaj (1843-1914). Eenheid van kennis (*jnana*), devotie (*bhakti*) en de vereniging met het ultieme (*yoga*) was de sleutel van de benadering van deze bescheiden leermeester. Vijf jaar na het overlijden van zijn leermeester kwam hij tot Zelfrealisatie. Hij werkte inmiddels voor een advocatenkantoor, waarvoor hij regelmatig door India moest reizen. Overal waar hij was, gaf hij onderricht aan hen die dat wilden. In 1928 vestigde hij een ashram. In de jaren dertig had hij meerdere leerlingen, die uitvoerig aantekeningen maakten van zijn lezingen, die later werden geredigeerd en gepubliceerd in het Marathi. Siddharameshwar overleed op 9 november 1936 in Bombay.



‘Gebruikmakend van de boeddhistische opvattingen over mindfulness onderzoekt dit boek de vijf kenmerken van mindful liefhebben, en hoe die een belangrijke rol in ons leven, onze overgangsperiodes en onze relaties spelen.’

— Jennifer Coren, assistent-professor psychotherapie aan Wake Forest University

David Richo

Liefhebben met aandacht

De vijf elementen van bewuste relaties

‘DE MEESTE MENSEN DENKEN DAT LIEFDE
EEN GEVOEL IS, MAAR LIEFDE IS NIET ZOZEER
EEN GEVOEL, ALS WEL EEN MANIER OM
AANWEZIG TE ZIJN.’

In zijn boek onderzoekt Richo de vijf kenmerken van bewust liefhebben en hoe die een sleutelrol spelen in onze relaties. Volwassen liefhebben is gebaseerd op gezamenlijk werken met de ‘vijf A’s’: aandacht, acceptatie, appreciatie, affectie en aanmoediging. Het boek zit vol praktische oefeningen voor zowel stellen als singles en biedt bemoedigende inzichten in hoe je met liefde kunt omgaan.

Enkele onderwerpen die in het boek aan de orde komen:

- Bewustwording van je relatiepatronen en hoe die verband houden met je kindertijd.
- Iemand herkennen en aantrekken die op een volwassen manier kan liefhebben.
- De fases van een liefdesrelatie begrijpen.
- Gezonde grenzen creëren en in stand houden.

De diepzinnige en bruikbare adviezen van Richo hebben honderdduizenden mensen geraakt. Naast zijn boodschap over hoe je bewuster met liefdesrelaties omgaat, bevat dit boek ook informatie over leven en liefde in de huidige tijd. In het nieuwe voorwoord staan belangrijke aanvullingen op de eerste druk – zoals online dating en moderne manieren van communicatie – en geeft Richo een nieuwe visie op boosheid en het beëindigen van relaties.



David Richo is psychotherapeut, leraar, auteur en workshopleider. In zijn werk benadrukt hij vanuit een jungiaans en spiritueel perspectief de voordelen van mindfulness en liefdevolle vriendelijkheid ten behoeve van persoonlijke groei en emotioneel welzijn. In zijn workshops geeft hij aandacht aan boeddhistische en christelijke manieren van spirituele beoefening, en streeft hij naar de integratie van psychotherapeutische en spirituele benaderingen. Hij is auteur van talrijke boeken waaronder *Triggers* en *The Five Things We Cannot Change, Mijn schaduw en ik* en *Onverwachte wonderen*. Zijn website is davericho.com.

PROMOTIE

- ◀ Inspiratiekaarten
- ◀ Online mediakit (met A3-poster)
- ◀ Winacties binnen de doelgroep
- ◀ Online evenement met de auteur
- ◀ Auteur beschikbaar voor interviews

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Praktisch boek over het bereiken van volwassen liefdesrelaties voor singles en stellen

samsara

Ramesh S.
Balsekar
DE BHAGAVAD GITA



DE BHAGAVAD GITA

*Ramesh S.
Balsekar*



EEN SELECTIE



Sri Ramesh S. Balsekar

De Bhagavad Gita

AAN DE HAND VAN EEN VIJFTIGTAL
VERZEN UIT DE *BHAGAVAD GITA* MAAKT
SRI RAMESH S. BALSEKAR DUIDELIJK
DAT HET EGO DOOR MISLEIDING MEENT EEN
ZELFSTANDIG HANDELEND PERSOON TE ZIJN.

Zelfbeschikking en vrije wil zijn een illusie. Deze selectie uit de *Bhagavad Gita* is een heldere instructie voor hoe in vrede en harmonie het leven te leven.

‘Vergeet alles wat je hebt gehoord en onthoud één ding: Bewustzijn is alles wat is, doordrongen in het kleinste deeltje van het universum. Hoe zou je moeten handelen in deze wereld? Wees er alleen maar van overtuigd dat jij slechts een instrument bent, een machine die door Bewustzijn wordt bediend om die acties voort te brengen zoals het Bewustzijn gepast acht. Als je hiervan werkelijk overtuigd bent, dan betekent dat ware overgave aan Bewustzijn. Geef je op deze wijze over, en dan kun je handelen en je leven leiden op elke manier die je goeddunkt.’



De in 2007 overleden **Ramesh Balsekar** is opgeleid aan de London School of Economics. Hij is lange tijd CEO van de Bank of India geweest. Na zijn pensionering werd hij vertaler tijdens de samenkomsten met Sri Nisargadatta Maharaj. Als geen ander slaagt hij erin traditionele begrippen uit de Advaita Vedanta-traditie te vatten in voor westerlingen kristalheldere en begrijpelijke taal.

PROMOTIE

- ◀ Aandacht in *special interest*-bladen en op blogs
- ◀ Aandacht in tijdschrift *InZicht*

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Ramesh Balsekar slaagt er als geen ander in traditionele begrippen uit de Advaita Vedanta-traditie te vatten in voor westerlingen kristalheldere en begrijpelijke taal
- ★ Een klassieker voor iedereen die geïnteresseerd is in de Waarheid

Eerder verschenen van Ramesh Balsekar bij Samsara



samsara

HENG OU Negen gouden maanden



Van de bestsellerauteur van *De eerste veertig dagen*

Negen gouden maanden

*De elementaire kunst van het zorgen
voor de aanstaande moeder*



HENG OU

AMELY GREEVEN EN MARISA BELGER



‘De kraamtijd wordt in elke cultuur anders beleefd. In deze ‘gids’ geeft de auteur voedings-, geestelijke en sociale adviezen voor de eerste zes weken. Oude en nieuwe gewoonten, oosterse en westerse culturen vinden hierin elkaar.’

— C. Witjens-v.d. Burg van NDB Biblion over *De eerste veertig dagen*

Heng Ou

met Marisa Belger en Amely Greeven

Negen gouden maanden

EEN TIJDLOZE GIDS OMTRENT ALLE ASPECTEN
VAN ZWANGERSCHAP EN BEVALLING.

Rond zwangerschap en bevalling klinkt een hoop ruis. Er bestaan talloze boeken die uitpuilen van informatie – over alle testen en wat die voor je doen, over zogenaamd goed of fout eten en over ‘veilige’ of ‘risicovolle’ manieren van leven. Maar weinig boeken laten zien hoe je een vrouw tijdens deze ervaring op handen kunt dragen zoals een oudere zus, een moederfiguur of een kring van vrouwen dat zou doen, namelijk met compassie, zonder oordeel en vooral met veel wijsheid. Dat is precies wat er volgens de auteurs van *Negen gouden maanden* broodnodig is in een tijd waarin we op topsnelheid leven en kampen met niet-aflatende eisen en te veel stress en angst.

Als vrouw wil je je verbonden voelen met anderen, je geaard voelen in de wetenschap dat velen je zijn voorgegaan. Je wilt rust en kracht putten uit aloude gebruiken die je lichaam voeden, je geest kalmeren en je stemming optimaal houden. Het aanhoudende succes van Heng Ou's vorige boek, *De eerste veertig dagen*, toont hoezeer vrouwen verlangen naar een diepere beleving van hun moederschap.

Negen gouden maanden biedt zwangeren een tijdloze gids die is ontsproten aan de kring van therapeuten, genezers en wijzen op het gebied van prenatale zorg die de auteurs rond zich hebben verzameld; het put uit traditionele Chinese geneeskunst en ayurveda en bevat rituelen en unieke inzichten omtrent alle aspecten van de zwangerschapsbeleving, zowel emotioneel als mentaal, fysiek en spiritueel.

‘Dit boek is inspirerend voor de jonge moeder en haar ondersteunend netwerk. Het draagt in belangrijke mate bij aan de bewustwording over het belang van een stressvrije en verbindende kraamtijd.’

— Ingrid Bal, voorzitter, trainer en coördinator van het Postnatal Support Network over *De eerste veertig dagen*



Heng Ou woont in Los Angeles en begon na de geboorte van haar derde kind met ‘MotherBees’ – ze kookte voedzame gerechten voor vrouwen die net moeder waren geworden en zette die voor hun deur. Haar inspiratie vindt ze in eigen ervaringen met *zuo yuezi*, een Chinese traditionele vorm van uitgebreide kraamzorg die veertig dagen duurt. Hierop is ook haar boek gebaseerd. Inmiddels bestaat MotherBees uit een netwerk van vrouwen die andere vrouwen in alle levensfasen ondersteunen.

PROMOTIE

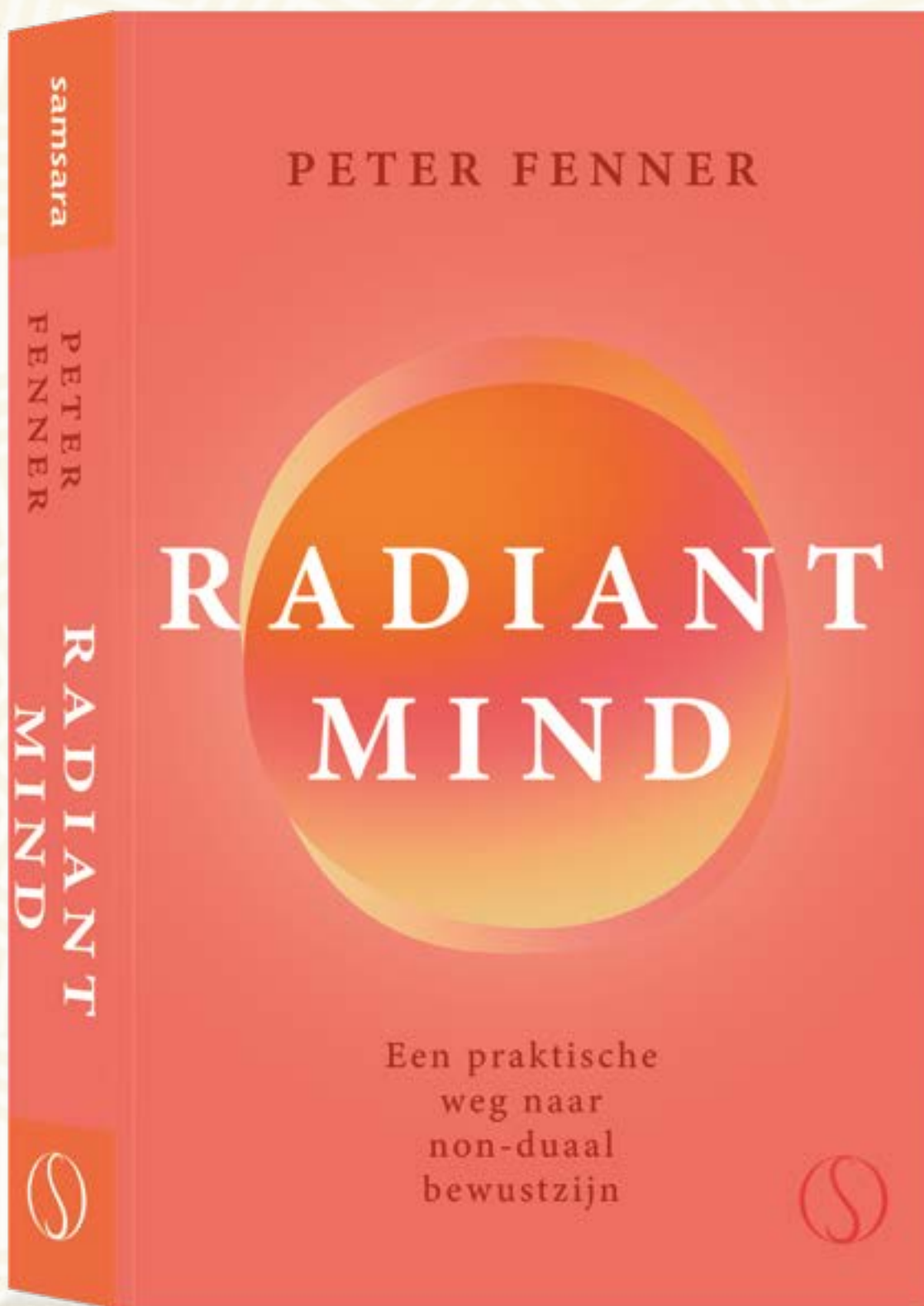
- ◀ Groot netwerk binnen de doelgroep
- ◀ Winacties binnen de doelgroep
- ◀ Aandacht in diverse bladen en (online) media
- ◀ Promotie via verloskundigen

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Holistische benadering van zwangerschap die het welbevinden van de vrouw centraal stelt, puttend uit verschillende eeuwenoude tradities



Eerder verschenen van Heng Ou bij Samsara



Peter Fenner

Radiant mind

EEN PRAKTISCHE WEG NAAR NON-DUAAL BEWUSTZIJN

Zo buitengewoon als non-duaal bewustzijn ook klinkt, het is niet ver verwijderd van ons dagelijks leven en altijd direct voor ons beschikbaar. Door de ervaring van onbeperkt bewustzijn kunnen we volledige vervulling vinden te midden van ons geconditioneerde bestaan.

We hoeven niet van bepaalde gedachten of gevoelens af te komen, of onze omstandigheden op wat voor manier dan ook te veranderen. Gedachten, gevoelens en waarnemingen komen op, maar zij bepalen ons niet langer. *Radiant mind* richt zich op dit non-duale bewustzijn, omdat dat het uiteindelijke doel is van al het menselijk streven.

Alles wat wij doen op welk gebied dan ook – religieus, wetenschappelijk, politiek, economisch en artistiek – is gericht op het bereiken van een staat waarin alle behoeften en verlangens vervuld zijn. Zoals de Dalai Lama vaak zegt: ‘Alle wezens zoeken geluk en vervulling.’ Zolang al onze behoeften niet vervuld zijn, hebben wij ons uiteindelijke doel nog niet bereikt. De geconditioneerde mind vertelt ons dat we nog verder moeten zoeken! We onderzoeken ontelbare wegen om deze voldoening te bereiken, maar de enige ervaring die al onze behoeften kan vervullen is non-duaal bewustzijn. Waarom? Omdat we niets nodig hebben als wij rusten in non-duaal bewustzijn. We zijn compleet en voldaan precies zoals we zijn.

De oefeningen die in *Radiant mind* aangereikt worden, omvatten onder andere:

- Je contemplatieve beoefening ontwikkelen en uitbreiden.
- De vaardigheid ontwikkelen om gedachtepatronen te observeren en los te laten.
- Verkennen wat het betekent om in het hier en nu te leven en een basis te vinden om te handelen op een manier die je verlangens en voorkeuren overstijgt.
- Leren luisteren en spreken vanuit pure openheid.



Peter Fenner is een leider in de aanpassing en overdracht van Aziatische non-dualistische wijsheid wereldwijd. Hij is een pionier in de ontwikkeling van non-dualistische therapie en bedenker van de negen maanden durende Radiant Mind Course® en de Natural Awakening: Advanced Non-dual Training. Hij was negen jaar celibatair monnik in de Tibetaans-boeddhistische traditie en heeft een Ph.D. in de filosofische psychologie van het Mahayana-boeddhisme.

PROMOTIE

- ◀ Aandacht in *special interest*-bladen
- ◀ Quote campagne
- ◀ Aandacht in tijdschrift *InZicht*
- ◀ Groot medianetwerk binnen de doelgroep

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Oosterse wijsheid en de praktische toepassing ervan in het dagelijks leven



‘Dit moet je lezen als je op zoek bent naar een krachtig boek over positief bevallen. Het is inclusief, voor álle vrouwen, en lekker duidelijk. Daar houden wij van.’

— Sandii Zachte, hoofdredacteur *Kiind*

Milli Hill

Positief over bevallen

(herziene editie)

EEN VERFRISSENDE KIJK OP
ZWANGERSCHAP, GEBOORTE EN KRAAMTIJD

De herziene editie van Milli Hills succesvolle boek *Positief over bevallen*.

Vergeet alle negatieve berichtgeving en angst rondom bevallen en lees *Positief over bevallen*. Een heerlijk, positief boek vol met alles wat je moet weten over zwangerschap, geboorte en kraamtijd.

Bedenk zelf wat voor bevalling je graag wilt en hoe je de kans vergroot dat je die ook daadwerkelijk krijgt met dit verfrissende, warme en grappige handboek over zwangerschap, geboorte en de kraamtijd.

Positief over bevallen laat zien hoe je jouw optimale bevalling kunt krijgen, of je nu van plan bent je baby thuis, in het ziekenhuis, een geboortecentrum of via een geplande keizersnede ter wereld te brengen. Het boek staat boordevol met de allernieuwste informatie over het maken van het ultieme geboorteplan, je keuzes en rechten in de verloskamer, het afklemmen van de navelstreng, borstvoeding, een keizersnede en nog veel en veel meer.

Ontdek hoe de omgeving, je mindset en verwachtingen van invloed kunnen zijn op je bevalling, en laat je inspireren door de verhalen van echte vrouwen die eerlijk vertellen hoe het voelt om een baby te baren.

Eerder verschenen van Milli Hill bij Samsara



Milli Hill is een Britse journalist, auteur en de oprichter van The Positive Birth Movement (PBM). Regelmatig spreekt ze op internationale evenementen en conferenties en is ze te gast bij verschillende praatprogramma's, waaronder BBC Radio 2 en BBC 5 Live. Ze schrijft voor onder meer *The Telegraph*, *The Guardian*, *Independent* en *ipaper* over kwesties rond moederschap, bevallen, vrouwenrechten en autonomie. Voorafgaand aan haar schrijverschap werkte Milli Hill als creatief psychotherapeut met kinderen en volwassenen met als specialisatie het ondersteunen van kinderen die trauma en misbruik hebben meegemaakt.

‘Wat een verademing is dit boek. Een nuchter, informatief én grappig geschreven boek over bevallen. Dit boek is fijn voor iedere zwangere die van haar bevalling dé ervaring van haar leven wil maken.’

— Elsbeth Teeling, schrijver en oprichter van de Club van Relaxte Moeders

PROMOTIE

- ◀ Boek wordt door veel verloskundigen en kraambureaus aangeraden als standaardwerk
- ◀ Auteur is toonaangevend binnen de doelgroep
- ◀ Interviews in relevante bladen
- ◀ Auteur naar Nederland voor evenementen en interviews

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Herziene uitgave van modern standaardwerk over bevallen
- ★ Milli Hill is grondlegger van internationale beweging: The Positive Birth Movement



‘Britta Teckentrup geeft dit sprookjesachtige verhaal met haar poëtische, sfeervolle beelden een kleurrijk en prachtig decor.’

— *Süddeutsche Zeitung*

Salah Naoura & Britta Teckentrup

De wonderlijke reis van mevrouw Suzette

Vertaald door
Edward van de Vendel

WAAR HET GELUK ONS BRENGT.

Mevrouw Suzette woont op een oude brug, waar de huizen dicht op elkaar staan. Ze is heel aardig, maar haar burens vinden dat ze te veel lawaai maakt. In haar werkplaats bouwt ze fluiten, waar ze graag op speelt, en dan biedt ze in de loop van de tijd ook nog onderdak aan een baby, een slang, een hond en nog wat andere dieren – en die zijn bijna allemaal niet heel erg stil. De burens besluiten dat mevrouw Suzette weg moet. Maar waar kan ze naartoe? Haar huis staat nu eenmaal waar het staat! Dan neemt een onverwachte bezoeker mevrouw Suzette met huis én logees mee op een grote reis...

Een hartverwarmend verhaal voor kinderen vanaf vier jaar, over het aangaan van avonturen die op je pad komen en trouw blijven aan je eigen weg. Met prachtige illustraties van Britta Teckentrup, die al vele succesvolle prentenboeken op haar naam heeft staan.

‘Een prachtig prentenboek over familie, vriendschap en bij elkaar blijven.’

— Maria Witlif, ekz.bibliotheksservice GmbH

‘Een fantastisch geïllustreerd verhaal vol sfeerbeelden, waarin mevrouw Suzette en haar kleurrijke huis een grijze wereld verlichte.’

— Susanne Brenner, Saarbrücker Zeitung

**Salah Naoura en Britta Teckentrup:
een eerste klas duo.**



© T. Hülsenmann

Salah Naoura studeerde Duits en Zweeds in Berlijn en Stockholm, en is sinds 1995 vertaler en schrijver. Hij publiceerde boeken voor kinderen, eerste leesboekjes, gedichten en verhalen en werd meermaals bekroond.



© Privat

Britta Teckentrup heeft in Londen een kunst- en illustratie-opleiding gedaan. Ze schreef en tekende talrijke prenten- en non-fictieboeken, die in meer dan dertig talen werden vertaald en veelvuldig zijn bekroond. Ze woont in Berlijn.

PROMOTIE

- ◀ Bladerfilmpje
- ◀ Voorleesfilmpje
- ◀ Aandacht in bladen en diverse media
- ◀ Bekroonde auteur en illustrator

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Bekroonde auteur en illustrator
- ★ Hartverwarmend verhaal over trouw aan jezelf blijven



Bastiaan redde een kat, een papegaai en een geit. En die mochten allemaal bij mevrouw Suzette intrekken! Maar stil waren ze niet. De kat mauwde, de papegaai krijste en de geit mekkerde!

‘Stilte!’ riepen de buren.
‘Eerst die fluiten, toen een baby, toen een hond, toen een kat, toen een papegaai en nu die geit! Het moet eindelijk eens afgelopen zijn!’





De EEND die
MAAR NIET
KNIPPERDE

Alex Latimer



Alex Latimer

De eend die maar niet knipperde

Vertaald door Bette Westera

DOE MEE MET DEZE ONMOGELIJKE
NIET-KNIPPER-WEDSTRIJD IN DIT
HILARISCH GRAPPIGE PRENTENBOEK.

Zie je die eend daar? Je kunt de hele dag naar hem kijken zonder hem te zien knipperen. Wat je ook probeert – roepen, grappjes maken, zielige verhalen vertellen – het werkt niet. Blijf kijken en *dénk* er niet aan om zelf te knipperen, geen moment!

Door de uitgesproken toon van de schrijver en de onverstoorbare koppigheid van de eend spelen kinderen het spelletje maar al te graag mee... Je wilt toch zeker niet verliezen van een eend! Voor kinderen vanaf drie jaar.

‘Een heerlijk vrolijk en kleurrijk boek dat alle kinderen van vier jaar en ouder zou moeten kunnen bekoren, met ook nog een hele belangrijke les voor wie tussen de regels door leest.’

— De Kinderboekenbaas over *Pip & Ei* van Alex Latimer

‘De schrijfstijl van Alex Latimer is liefdevol, hartverwarmend en kindvriendelijk. Dit prentenboek is natuurlijk veel en veel te snel uit. Maar gelukkig kun je het steeds weer opnieuw voorlezen en blijft het net zo betoverend als de eerste keer dat je het voorlas. Absoluut een aanrader om dit mooie verhaal voor te lezen aan je kinderen.’

— HeavenLeighBooks over *Pip & Ei* van Alex Latimer op libris.nl



Alex Latimer is een in Kaapstad woonachtige Zuid-Afrikaanse schrijver en illustrator. Hij studeerde Engels en Filosofie en geniet als illustrator wereldwijde bekendheid. Latimers prentenboeken zijn eigenzinnig en grappig. Zijn humor spreekt zowel kinderen als volwassenen aan. Hij won de Hampshire Picture Book Award, de CELI Read Aloud Book Award en stond op de shortlist van de Commonwealth Short Story Prize. Als hij niet schrijft of tekent beklimt Latimer bergen in de buurt, zwemt in de baai of speelt het merkwaardige spelletje tafeltennis.

PROMOTIE

- ◀ Bladerfilmpje
- ◀ Voorleesfilmpje
- ◀ Aandacht op boekenblogs

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Hypnotiserend en grappig prentenboek

Zie je deze EEND?

Ik zit al de hele dag naar hem te kijken
en hij heeft niet geknipperd.

LATIMER DE EEND DIE  MAAR NIET KNIPPERDE





‘Dit is een boek voor ieder kind dat van volwassenen te horen kreeg dat het “verlegen” was, op dat neerbuigende toontje dat eigenlijk aangaf dat de manier van zijn van het kind als een fase werd gezien waar het nog overheen moet groeien. Emiel laat ons zien dat kracht, antwoorden en vriendschap ook stil kunnen zijn.’

— Booklist, Starred Review

Andie Powers & Betsy Petersen

Ik ben stil

Vertaald door
Edward van de Vendel

EEN PRACHTIG VERHAAL OVER DE BLOEIENDE
BINNENWERELD VAN EEN STIL (NIET VERLEGEN!)
KIND EN EEN WAARDEVOLLE BRON VOOR OUDERS
DIE HET INTROVERTE KARAKTER VAN HUN KIND
WILLEN ERKENNEN EN BEKRACHTIGEN.

Emiel is niet verlegen – hij is stil.

Van buitenaf lijkt Emiel misschien timide en verlegen, maar vanbinnen bruist hij van de fantasie. Volwassenen en zelfs andere kinderen zien Emiel dan misschien als het verlegen kind dat nooit zijn vinger opsteekt, maar wij weten dat Emiel eigenlijk een avonturier van de zeven zeeën is, een dappere ontdekkingsreiziger, en bevriend met allerlei wilde beesten.

Dit verhaal eert en viert de schoonheid van jezelf erkennen om wie je werkelijk bent.

De wereld van Emiel toont ons dat de gedachten van een stil kind net zo rijk, uitgebreid en dapper kunnen zijn als dat van elk ander (meer extrovert) kind.

‘Of lezers hun energie nu uit alleen zijn of uit met een groep zijn halen, elk van hen zal veel bewonderenswaardigs aantreffen in de hoofdpersoon van dit boek, die zich op zijn plek voelt in de wereld en in zijn vel.’

— Publishers Weekly

PROMOTIE

- ◀ Bladerfilmpje
- ◀ Voorleesfilmpje
- ◀ Winacties binnen de doelgroep
- ◀ Aandacht op boekenblogs

VERKOOPARGUMENTEN

- ★ Belangrijk boek voor erkenning van het stille kind
- ★ Voor ouders en iedereen die met kinderen werkt



Andie Powers schrijft voor *Bravery*-magazine (braverymag.com), een educatief tijdschrift voor kinderen dat in elke uitgave een moedige vrouw centraal stelt, een vrouw die van grote betekenis is geweest voor de wereld. Haar liefde voor de kinderliteratuur ontstond toen ze voor haar opleiding stage liep bij *The Horn Book*-magazine. Nadien werd haar werk voor kinderen gepubliceerd in *Root & Star*, *Brite Light* en *Bravery*, en recent deed ze schrijf- en social-mediawerk voor klanten als Red Cap Cards en *Seattle's Child*-magazine. In 2016 publiceerde ze samen met Emily Grosse bij uitgeverij Taunton een geïllustreerd non-fictie knutselboek: *Print, Paint, and Ink: Over 20 Modern Craft Projects for You and Your Home*.



Betsy Petersen is kunstenaar, illustrator en ondernemer. Ze bouwde in zeven jaar een kunstbedrijf op en werkte samen met creativiteitsorganisaties om leuke, speelse ontwerpen te maken voor een brede variatie aan producten. Betsy is dol op rennen, op boeken lezen en buiten zijn. Ze woont in Michigan met haar echtgenoot, twee kinderen, een hond en een kat.



Aan de binnenkant,

ben ik de brutale kapitein van een enorm schip. Ik roep naar mijn bemanning dat ze het anker op moeten halen en voorwaarts gaan we! De golven bulderen, ze sproeien zoutig zeewater in mijn gezicht. Ik groet de grootste walvis en ze sluit zich bij me aan.





www.samsarabooks.com

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
ernst@samsarabooks.com
www.ernstvandereep.nl

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

Pers en promotie:
Tamara Butter
tamara@samsarabooks.com

Ontwerp catalogus: Erik Thé

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

Levering in Nederland en België:
Centraal Boekhuis,
Culemborg

www.samsarabooks.shop / winkel@samsarabooks.com



Oude Spiegelstraat 7 (winkelgebied 'De Negen Straatjes'), 1016 BM Amsterdam, +31 (0)20 5550307
Maandag t/m zaterdag: 10:00 - 18:00, zondag: 12:00 - 17:00