In Spirit

Inspiraties voor zingeving, begeleiding en coaching

In Spirit is voor iedereen die op zoek is naar zingeving, inzicht, liefde, hoop, stilte en reflectie. In inspirerende verhalen en bespiegelingen over het leven wordt de lezer weggedragen uit de dagelijkse gedachten en teruggebracht naar het diepere zelf, de levenskern, het eigen zijn. De natuur speelt hierbij een belangrijke rol. Als levendige kracht, metafoor en opening naar bewustwording.

Het boek biedt tevens coaches, psychologen en therapeuten handvatten voor reflectie en gesprek. Het brengt inspiratie voor mindfulness en meditatielessen en kan worden ingezet bij wandel- en natuurcoaching. Ook wordt het gebruikt om betekenis te geven aan gebeurtenissen als geboorte, huwelijk en afscheid.

Bekijk hier de voorleesvideo van De Bast.

Bekijk hier de voorleesvideo van De weg van de Bloem

Beitske Bouwman is bekend schrijver van o.a. vier romans, ze is freelance docent aan de Radboud Universiteit en de Universiteit van Wageningen en oprichter van Anaya Academy waarin zij mensen in verbinding brengt met de natuur. Karst-Janneke Rogaar is illustrator en bekend van oa *Keizer Ei* en *Spinder*. Ze won diverse prijzen waaronder de Zilveren Penseel in 2019 voor haar tekeningen in het filosofieboek *Vriendschap is alles*.

ISBN: 9789085601333
Auteurs: Beitske Bouwman, Karst-Janneke Rogaar
Prijs: € 22,50

www.swpbook.com/2355

> 'Deze schatten van gisteren uit het bos herinneren ons om in het moment te zijn. We knapten op na de workshop in het bos, bedankt ! Iedereen heeft pieken en dalen in het leven, maar de veerkracht van het bos maakt ons jaloers. We wilden even dat je weet, dat je ons geholpen hebt om op de goede weg te blijven. En wat een geweldig boek heb je geschreven, daar gaan we van genieten!' Ben en Yvonne.
>
> Beitske Bouwman voelt het leven in al haar dimensies en brengt dit prachtig tot uitdrukking in deze bundel. Heerlijk om je te laten vangen door haar wijze woorden -of net die ene zin waar je blik op valt - en die weer een tijdje met je mee te dragen. Ik maak dankbaar gebruik van haar doorleefde taal om mensen op een diepere laag te raken in mijn intuïtief

> leiderschapsprogramma's.
>
> *Jolien Slavenburg, directeur Kernzaken*
>
> Ongedwongen, passend voor spontane en eerlijke reflecties, sluiten de teksten aan bij de processen van mijn coachees. Dit is hoe ik de teksten van Beitske Bouwman ervaar. Fluweelzacht nodigen ze uit om bespreekbaar te maken wat onder de oppervlakte leeft. Zowel in mijn veerkracht coachings als bij perfectionisme-, stress- en burn-out begeleiding zet ik ze in. Mijn klanten en ik ervaren de teksten als inspirerend hulpmiddel om te zijn wie we zijn.
>
> *Marie Louise Stevens, coach-consultancy praktijk "Ontdek jouw veerkracht", België*
>
> Deze verzameling krachtige verhalen en beschouwingen is me nu al dierbaar. Vanuit haar bijzondere kijk op de wereld, waarin ze haar sterk intuïtieve beleving combineert met een nuchtere wetenschappelijke achtergrond, weet Beitske Bouwman je rechtstreeks mee te nemen naar een andere dimensie die de dagelijkse werkelijkheid overstijgt. Haar verteltoon daagt je uit vanuit een ruimer perspectief naar gedachten en gevoelens te kijken en zo een verschuiving te maken in je beleving van de werkelijkheid.
>
> *Dr. Léonora Reijn, coach en journalist*

Pers over Bouwman

> 'Een aanwinst voor de Nederlandse literatuur.' *De Recensent*
>
> 'Met krachtige beelden en in fraai taalgebruik zingt Bouwman haar onderwerpen los van het cliché.' *De Telegraaf*
>
> 'Bouwman schrijft 'puur', het is de puurheid die haar kracht is.' *LekkerLezen*

Meer recensies

> ***''De verhalen zijn diepzinnig en poëtisch geschreven. De verhalen nodigen zich echt uit om gelezen te worden en om er daarna op te reflecteren.*** *Bovendien is er een hoofdstuk aan gewijd hoe je dit boek ook professioneel in kunt zetten bij begeleiding, therapie, coaching, meditatielessen en bij bijzondere gebeurtenissen zoals huwelijk, geboorte en overlijden. Het boek is geïllustreerd met zwart-wittekeningen*.''
> - Uit een recensie van NBD Biblion, 2022