



24012010

Curriculum en publicatielijst Jan de Graaf

JAN DE GRAAF

Jan de Graaf komt oorspronkelijk uit Den Haag, maar woont al meer dan twintig jaar in Bodegraven. Hij heeft daar zijn praktijk als coach en adviseur en geeft er les aan het Essence College, de school voor intuïtieve ontwikkeling die in het Evertshuis gevestigd is.

Zijn opleiding en ervaring omvatten management en marketing en diverse opleidingen en trainingen op het gebied van persoonlijke ontwikkeling, waaronder de opleiding lichaamsgerichte psychotherapie.

Als adviseur en coach werkt hij zowel voor particulieren als bedrijven. Daarnaast is hij als docent/trainer en supervisor betrokken geweest bij verschillende opleidingen coaching persoonlijke ontwikkeling.

Hij heeft twee dochters en is getrouwd met Cora van Vliet, die in 2002 in Bodegraven het Essence College oprichtte. Inmiddels geeft Jan daar, samen met een aantal collega's, les in intuïtieve ontwikkeling.

Over de inzichten die hij kreeg door het werken met mensen heeft hij altijd al gepubliceerd, zowel in tijdschriften als in de boeken die inmiddels van zijn hand verschenen op het gebied van persoonlijke ontwikkeling, waaronder 'De Astrale Werkelijkheid', 'Mythen van de Dierenriem'; 'Astro Cards' en 'De Hemel heeft Voeten in de Aarde'.

Na bij het Essence College in Bodegraven de Basisopleiding en de opleiding tot Reader te hebben afgerond, geeft hij nu zelf ook les in de Reader Opleiding.

Zelf zegt hij daarover: deze manier van leren en jezelf ontwikkelen heeft me ontzettend veel gegeven. Ik ben blij dat ik de stap heb gezet om nog eens een heel leertraject in te gaan. En van lesgeven in intuïtieve ontwikkeling geniet ik elke keer weer.

Voor meer informatie kunt u zijn website bezoeken: www.inspiratiesite.nl

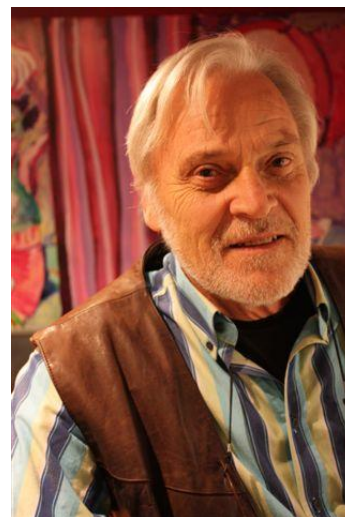
Zie ook de informatie over zijn nieuwe boek over intuïtieve ontwikkeling:

DE ASTRALE WERKELIJKHEID over het ontwikkelen van bewustzijn in de droomwereld

Bijlage:

Wat is intuïtieve ontwikkeling?

Publicatie lijst Jan de Graaf



uitgeverij ~ inspiratie

boeken op het gebied van astrologie en persoonlijke ontwikkeling door Jan de Graaf
KvK 29033590 - Btw nr 569 37 957 B 01 - Bank 54 25 580 - Zuwe 32 - 2411 ZK Bodegraven
www.inspiratiesite.nl - email: jang@inspiratiesite.nl - tel / fax: 0172 - 645950

het nieuwe boek over intuïtieve ontwikkeling!

DE ASTRALE WERKELIJKHEID
over het ontwikkelen van bewustzijn in de droomwereld
door Jan de Graaf

Wat is intuïtieve ontwikkeling?

Intuïtieve ontwikkeling richt zich op bewustwording: helder weten, voelen, horen, zien. Intuïtie, het zesde zintuig, wordt o.a. met visualisatie en concentratieoefeningen vrijgemaakt, zodat intuïtieve vaardigheden beter en gericht benut kunnen worden. Vervolgens is het voor iedereen mogelijk om te leren 'energie te lezen' (te 'readen'); dat wil zeggen: telepathisch contact maken en informatie uitwisselen.

Zoals aan de gebruikte terminologie is te merken, komt intuïtieve ontwikkeling uit de Verenigde Staten. De methode is sinds 1984 ook in Nederland bekend. Het leerproces is intensief. Door oefening ontstaat geleidelijk meer helderheid en aanwezigheid in het nu. Je dwaalt minder gemakkelijk af en het wordt mogelijk om het bewustzijn te focussen en informatie, ook langs telepathische weg, ter beschikking te hebben. Hierbij wordt ook de gevoelswereld ontsloten en komt krachtige energie vrij om het eigen leven op een creatieve manier gestalte te geven. Er wordt zowel gewerkt met licht als met donker.



Bij deze ontwikkeling naar meer helderheid en aanwezigheid komt ieder mens de tegenpool hiervan tegen, waaronder slaap, dromen en dagdromen. Deze tegenpool wordt kortweg de astrale werkelijkheid genoemd en dat is waar het boek over gaat: wakker blijven in deze droomwereld.

OPZET VAN HET BOEK

Dit boek is geschreven vanuit verwondering over de weinige heldere, bewuste momenten die ons gegeven zijn. Niet alleen 's nachts maar ook overdag zijn we in gedachten meestal elders.

Voor fysieke processen als ademen en spijsverteren is het logisch, maar ook vrijwel alle werkzaamheden en karweitjes kunnen we op de automatische of halfautomatische piloot verrichten. Waar zijn we als we verdiept zijn in een boek? Homo sapiens, de wetende, denkende mens, heeft wat bewustwording betreft nog een heel eind te gaan!

Onderzoek heeft uitgewezen dat de attentieboog van de gemiddelde mens circa twintig minuten is. Waar blijft onze aandacht de rest van de tijd? Kennelijk hebben we een ontzettende behoefte om in de astrale droomwereld te vertoeven, en niet alleen om uit te rusten.

Het boek gaat in op de redenen waarom we slapen, dromen en dagdromen en dus astrale reizen maken - en op allerlei manieren om hierover meer controle te verwerven. Bewustzijn is precies wat het woord zegt: bewust zijn, aanwezig zijn. Maar, zodra we onze aandacht ergens op richten, wordt die in beslag genomen. Het heldere bewustzijn is daarom erg kwetsbaar en moet worden ontwikkeld en beschermd. Dit heet: 'zorgen voor je ziel'.

ASTRALE ENERGIE: DE STOF WAARVAN DROMEN ZIJN GEMAAKT'

Bewustzijn is precies wat het woord zegt: bewust zijn, aanwezig zijn. Maar, zodra we onze aandacht ergens op richten, wordt die in beslag genomen. Het heldere bewustzijn is daarom erg kwetsbaar en moet worden ontwikkeld en beschermd. Dit heet: 'zorgen voor je ziel'.

uitgeverij ~ inspiratie

boeken op het gebied van astrologie en persoonlijke ontwikkeling door Jan de Graaf
KvK 29033590 - Btw nr 569 37 957 B 01 - Bank 54 25 580 - Zuwe 32 - 2411 ZK Bodegraven
www.inspiratiesite.nl - email: jang@inspiratiesite.nl - tel / fax: 0172 - 645950

Dromen en Astraal bewustzijn: astrale energie is een soort rookgordijn. Suggestieve klanken, beelden en gevoelens roepen een bepaalde sfeer op, waardoor het bewustzijn gemakkelijk verdwijnt in gedachten, dagdromen, ideeën, emoties. Daardoor is het soms moeilijk om gefocust te blijven. Astrale energie doorzien helpt om je zekerder te voelen, minder beïnvloedbaar te zijn en stelt je in staat om helderheid te verkrijgen waar eerder alles mistig leek. Je leert om misleiding en illusies te doorzien en met meer gemak je eigen groei te bevorderen. Oude spoken die je al heel lang achtervolgen krijgen geen vat meer op je. Je laat je niet meer bepalen door wat je niet wilt, maar je leert doelen te stellen en gefocust te blijven op wat werkelijk belangrijk voor je is. Je ontdekt de kracht van je eigen emotionele natuur, die als vanzelf meer ruimte krijgt, waardoor je jezelf vrijer en completer voelt.

De stof waarvan dromen zijn gemaakt heeft de neiging op te stijgen; naar een hoger bewustzijn, universele liefde, sublieme ervaringen. Een ballon, die loskomt van de aarde. Het ontwikkelen van bewustzijn in de droomwereld houdt in, dat we zowel in de hogere als de lagere regionen en zelfs in de onderwereld spiritualiteit ontdekken en beleven. Intuïtie, het zesde zintuig, houdt ons op koers.

'De astrale werkelijkheid' levert alles wat je altijd al wilde weten, en helaas ook de dingen die misschien liever niet wilt weten, over jezelf, je relaties en het doel van je leven op aarde. Dit boek richt zich op mensen die zich realiseren, dat bewustzijn kwetsbaar is, dat onze tijd op aarde kort is en dat voor bewustwording concrete stappen nodig zijn. Stappen waarvoor je alle kennis die in je besloten ligt nodig hebt. Het biedt handvatten om te komen tot verandering en groei, zowel op emotioneel als op spiritueel gebied.

DE ASTRALE WERKELIJKHEID

over het ontwikkelen van bewustzijn in de droomwereld

door Jan de Graaf

ISBN 97- 90-71495-07-6

Prijs: Paperback met afbeeldingen, 192 blz.; prijs € 18,90

uitgeverij  inspiratie

boeken op het gebied van astrologie en persoonlijke ontwikkeling door Jan de Graaf
KvK 29033590 - Btw nr 569 37 957 B 01 - Bank 54 25 580 - Zuwe 32 - 2411 ZK Bodegraven
www.inspiratiesite.nl - email: jang@inspiratiesite.nl - tel / fax: 0172 - 645950



PUBLICATIES DOOR JAN DE GRAAF

OVERZICHT TITELS

Verkrijgbaar zijn momenteel:

In de loop der jaren heb ik diverse boeken geschreven op het gebied van persoonlijke ontwikkeling. (Mythen van de Dierenriem en Astro Cards zijn in herdruk)

- 📖 **De Astrale Werkelijkheid** – *het ontwikkelen van bewustzijn in de droomwereld*. Astrale energie doorzien helpt om je zekerder te voelen, minder beïnvloedbaar te zijn en stelt je in staat om helderheid te verkrijgen waar eerder alles mistig leek. Je leert om misleiding en illusies te doorzien en met meer gemak je eigen groei te bevorderen. ISBN 97- 90-71495-07-6 Paperback 192 pag. € 18,90
- 📖 **De Hemel heeft Voeten in de Aarde** - *astrologie als persoonlijke en spiritueel pad* ik heb dit boek met veel liefde en plezier geschreven vanuit het gevoel dat astrologie is verbonden met een oeroud weten dat wij allemaal bezitten - ISBN 97- 90-71495-04-3 Paperback 224 pag. € 14,50
- 📖 **Astrologie en Persoonlijke Ontwikkeling** – *een kennismaking met je aura, je chakra's en je planetaire energie* wat zijn chakra's, hoe ervaar je ze, het verband met astrologie en het proces van thuis komen in jezelf - ringband € 13,75
- 📖 **Rebirthing** - *verbonden ademen* informatieboekje over de Rebirthing Ademmethode. Je adem is in computertermen de *interface* tussen voelen en denken. € 3,25
- 📖 **Maankalender** - *verandering en groei van maand tot maand* (incl. computerberekening gebaseerd op je horoscoop) De kalender begint op het moment van bestellen. € 9,-

BESTELLEN: door overmaken op rek. nr. 54 25 580 t.n.v. Uitgeverij Inspiratie te Bodegraven. Bij bestellingen vanaf € 40,- betaalt u geen verzendkosten; daaronder een bijdrage van € 2,- per bestelling. Maak voor de Maankalender incl verzendkosten € 10,- over; voor het Rebirthing boekje € 4,25. Verzendkosten naar België op aanvraag.

Dit aanbod is alleen geldig voor postorder bestellingen bij Uitgeverij Inspiratie.




*We are such stuff as dreams are made on;
and our little life is rounded with a sleep*

Van dezelfde stof zijn wij als onze dromen
en ons kleine leven wordt besloten met een slaap
De tovenaars Prospero in William Shakespeare's toneelstuk 'de Storm' (The Tempest).

uitgeverij inspiratie

boeken op het gebied van astrologie en persoonlijke ontwikkeling door Jan de Graaf
KvK 29033590 - Btw nr 569 37 957 B 01 - Postbank 54 25 580 - Zuwe 32 - 2411 ZK Bodegraven
www.inspiratiesite.nl - email: jangraaf@hetnet.nl - tel / fax: 0172 - 645950

OVERZICHT PUBLICATIES DOOR JAN DE GRAAF

 = nog leverbaar


Pietje en zijn Vriendjes

dit boekje schreef ik toen ik bijna acht jaar was - met inktpot en kroontjespen.

 kosteloze download op mijn website www.inspiratiesite.nl/boeken.html

Rebirthing

verbonden ademen; theorie en praktijk van de rebirthing methode

 'REB' info boekje, 22 blz., met foto's, 14e herziene druk, prijs € 3,25


Astro Cards

de astrologische Tarot met handboek intuïtieve astrologie

Set 64 full color tekstkaarten met Handboek Intuïtieve Astrologie 192 blz - in herdruk;

Maankalender

je persoonlijke groeikalender - volg het Maanjaar in je geboortehoroscoop

 'MK' 17 blz., 12e druk, de Maankalender wordt toegezonden met uitdraai persoonlijke gegevens. € 9,-

Mythen van de Dierenriem

oerbeelden voor dagelijks gebruik

Paperback 384 pagina's, 50 afbeeldingen. Oorspronkelijk uitgave bij Kosmos. Heruitgave in voorbereiding.

Gestalten in de Horoscoop

de horoscoop als affirmatie: werken met positieve bevestiging

Ringband 2e druk, - niet meer verkrijgbaar

De Stier in de Porseleinkast

zelfverwerkelijking en de rol van het tweede huis

Ringband, 5e druk, niet meer verkrijgbaar


Hoe het Heelal zijn Geheimzinnigheid verloor

de invloed van kosmologie op ons wereldbeeld.

Ringband 34 blz. 2e druk, niet meer verkrijgbaar

Astrologie en Therapie

wegen tot verandering en groei

 'AT' 85 blz, 3e druk, Ringband, prijs € 12,50


Astro Analyse

procesbegeleiding vanuit de horoscoop met chakra-psychologie

Ringband 81 blz., 4e druk, niet meer leverbaar.


Sleutel tot de Tarot

Handleiding bij het Waite/Colman Smith Tarot deck

 Kosmos Z&K Uitgevers ISBN 90-215-9420-X


De Hemel heeft Voeten in de Aarde

astrologie als persoonlijk en spiritueel pad

 'Hemel' ISBN 97- 90-71495-04-3 70 afbeeldingen Paperback, 224 pag. € 14,50


Astrologie en persoonlijke ontwikkeling

een kennismaking met je aura, je chakra's en je planetaire energie

 'APO' 89 pagina's, met afbeeldingen en oefeningen. Ringband ,prijs € 13,75

De astrale werkelijkheid

het ontwikkelen van bewustzijn in de droomwereld

 'AW' ISBN 97- 90-71495-07-6 Paperback, 192 pag. € 18,90

Vertalingen

Tussen twee levens (Life between life)

Dr Joel L. Whitton & Joe Fisher;

Uitgave Kosmos 1986 ISBN 9021518856

Mercurius, de communicatie planeet

(Mercury, The Astrological Anatomy of a Planet), Pamela Tyler

Kosmos 1986 - ISBN 90 215 1305 6

Horoscoopduiding volgens Jung

(Jungian Birth Charts) Arbur Dione; Kosmos 1989 - 90 215 1562 8

uitgeverij inspiratie

boeken op het gebied van astrologie en persoonlijke ontwikkeling door Jan de Graaf
KvK 29033590 - Btw nr 569 37 957 B 01 - Postbank 54 25 580 - Zuwe 32 - 2411 ZK Bodegraven
www.inspiratiesite.nl - email: jangraaf@hetnet.nl - tel / fax: 0172 - 645950

Pietje en zijn Vriendjes

mijn eerste boek, geschreven met inktpot en kroontjespen

.. toen ik bijna acht was. Dat moet dus in januari 1948 geweest zijn. Lezen en schrijven deed ik aan de eiken tafel in de woonkamer, de enige kamer die verwarmd was in huis. Het boekje schildert een overzichtelijke, veilige omgeving. Zo zag men de wereld graag in die tijd en ik heb dat feilloos opgepikt. Een dergelijke geborgen sfeer past bij elke kindertijd, waarin huizen per definitie punttaken hebben en rokende schoorstenen en 'moeder lacht en zegt: als jullui je maar goed aankleed'.

📖 kosteloze download op mijn website www.inspiratiesite.nl/boeken.html



Rebirthing

verbonden ademen; theorie en praktijk van de rebirthing methode

Ademen is leven - en de meeste mensen ademen ronduit slecht. Het verbeteren van de ademhaling door middel van deze meditatieve methode heeft een direct effect op je fysieke welbevinden, je emoties en je denkpatronen. Op de samenhang tussen de adem, gevoelens en gedachten wordt uitgebreid ingegaan. Door onze adem onbewust in te houden worden spanningen vastgehouden zodat een vicieuze stresscirkel ontstaat, die o.a. door negatieve gedachten en beelden mede in stand wordt gehouden. Bijna 20% van de bevolking heeft ademhalingsproblemen, waaronder hyperventilatie en apnoe. Werken met de adem leidt van spanning tot ontspanning; van inhouden naar expressie, van benauwde gedachten naar intenser beleven, voelen, plezier hebben en beter functioneren. Aangezien de adem op subtiel niveau verbonden is met beperkende gedachtenpatronen, omvat dit boekje tevens een verhelderend hoofdstuk over de affirmatie techniek.

📖 'REB' info boekje, 22 blz., met foto's, 14e herziene druk, prijs € 3,25

Astro Cards - de astrologische Tarot

Alles wat je nodig hebt om je op een snelle, begrijpelijke en leuke manier astrologie eigen te maken en meer te weten te komen over jezelf, je relaties, familie en vrienden. De set omvat het boek 'Intuïtieve Astrologie' en 64 kaarten met uitgebreide informatie over elk astrologisch symbool en principe. Je kunt er mee kaartleggen en horoscopen duiden. Het boek wijst de weg om met de kaarten snel tot de kern van een probleem door te dringen en de verschillende facetten ervan te belichten. Je kunt de kaarten ook gebruiken om inspiratie op te doen, bijvoorbeeld door dagelijks een kaart te trekken. Zo leer je op een vanzelfsprekende manier de energie te herkennen die door de kaarten wordt voorgesteld.

Boek en kaarten geven praktische aanwijzingen om jezelf en de mensen om je heen te begrijpen en inzicht te krijgen in wat ze beweegt. Ook de processen die zich in relaties afspelen komen uitgebreid aan de orde. Verder kun je met de kaarten horoscopen duiden. De werking van een planeetstand in de horoscoop is meteen af te lezen door de desbetreffende kaarten erbij te zoeken. Voor alles wat er in een horoscoop staat is er een kaart met uitgebreide tekst. Planeten, tekens, huizen, alle aspecten, aspekt-patronen, elementen en kruizen, Maansknopen, Gelukspunt en dominante thema's. En tenslotte vindt je in het boek informatie over het duiden van *transits*: betekenisvolle perioden in je leven waarin zich grote veranderingen afspelen.

📖 Set 64 full color tekstkaarten met Handboek Intuïtieve Astrologie 192 blz - in herdruk;

Maankalender

je persoonlijke groeikalender

volg het Maanjaar in je geboortehoroscoop

Elke nieuwe Maan(d) is een nieuw begin en je eigen horoscoop vertelt hoe je daarvan het beste gebruik zou kunnen maken. De 12 nieuwe Manen in het jaar vormen een volledige groeicyclus die je veel inzicht kan geven in jezelf en je leven. Wat is de beste tijd voor een nieuwe start, bezit en inkomen, contacten leggen, relaties, een vastenkuur, carrièreplanning, verwerken van emoties? De nieuwe Maan is traditioneel het juiste moment om te zaaien en te planten; bij volle Maan komt het gewas 'aan het licht'. Let tegen nieuwe en volle Maan maar eens op het nieuws. Het zal je opvallen dat er rond die tijd veel nieuwe dingen gebeuren of in de openbaarheid komen. Zo ook in je eigen leven. De kalender begint op het moment van bestelling, waarvoor je je (voor)naam en de datum-, tijd- en plaats van geboorte op moet geven. De kalender wordt toegezonden met computer uitdraai voor een heel jaar, is stevig uitgevoerd en klaar om op te hangen en regelmatig te lezen. Ook als je niets weet van astrologie is dit een leuk cadeau!

📖 'MK' 17 blz., 12e druk, de Maankalender wordt toegezonden met uitdraai persoonlijke gegevens. € 9,-



uitgeverij inspiratie

boeken op het gebied van astrologie en persoonlijke ontwikkeling door Jan de Graaf
KvK 29033590 - Btw nr 569 37 957 B 01 - Postbank 54 25 580 - Zuwe 32 - 2411 ZK Bodegraven
www.inspiratiesite.nl - email: jangraaf@hetnet.nl - tel / fax: 0172 - 645950

Mythen van de Dierenriem *oerbeelden voor dagelijks gebruik*

Bij elk van de 12 sterrenbeelden horen prachtige mythologische verhalen die op treffende wijze de dynamiek van de tekens van de dierenriem illustreren. Ze vormen ook een belangrijke ingang om iets over jezelf te weten te komen. In de lotgevallen van de helden en heldinnen uit de oudheid zijn de grondvormen van ons eigen levensverhaal te herkennen. De kwaliteiten, de specifieke problematiek, de opdracht die bij elk astrologisch teken hoort en de beproevingen die we moeten doorstaan om te groeien naar zelfverwerkelijking worden uitgebreid beschreven. Met deze informatie kunnen we onszelf en de mensen om ons heen beter begrijpen - en ook de mythische strijd die elk van ons voert op weg naar vervulling. De verhalen vormen als het ware een handboek voor helden en elk voor zich kan zien, hoe deze lessen in het dagelijks leven steeds opnieuw gestalte krijgen. Verder omvat dit boek verhelderende hoofdstukken over de ontwikkeling van onze psyche, de vormende kracht van verhalen en het herkennen van onze innerlijke Olympus aan subpersonen; die stuk voor stuk zijn geënt op het hemelgebeuren en de planeten in de horoscoop.

Pocket  384 pagina's, 50 afbeeldingen. Heruitgave in voorbereiding.

Gestalten in de Horoscoop *de horoscoop als affirmatie: werken met positieve bevestiging*

Een horoscoopduiding kan overkomen als een vonnis of als een ondersteuning. Aan de hand van twee karakterbeschrijvingen van dezelfde horoscoop wordt duidelijk hoe een 'traditionele' interpretatie bijna ongemerkt kan leiden tot een soort 'slecht nieuws gesprek'. De horoscoop kan ook dienen als een ontwikkelingsmodel dat betrokkene veel steun kan geven. Deze positieve bevestiging werkt als een affirmatie die ertoe kan bijdragen om onbewuste negatieve beelden op te lossen. Verder wordt ingegaan op het gebruik van geleide fantasie om het contact met innerlijke beelden en gestalten aan te gaan en het zelfbeeld te verbeteren.

Ringband 2e druk, - niet meer verkrijgbaar

De Stier in de Porseleinkast *zelfverwerkelijking en de rol van het tweede huis*

Zelfwaardering, basiszekerheid, je overal op je gemak voelen en een onbezorgde, opgeruimde levenshouding is ons niet aangeboren. Werken aan jezelf begint gewoonlijk met het opruimen van oude, onbewuste tekortbeelden die zijn ontstaan in de vroege jeugd. Deze beelden vinden hun oorsprong in het tweede huis van de horoscoop. Wonderlijk genoeg horen bij het tweede traditioneel ook het ontwikkelen van talenten en gaven. Naast de aanpak en de structuur van het astrologische consult en het verschil met counseling methodes wordt ingegaan op de samenhang tussen tekortbeelden en het ontwikkelen van talenten en mogelijkheden om het ontplooiën daarvan aan te kaarten.

Ringband, 5e druk, niet meer verkrijgbaar

Hoe het Heelal zijn Geheimzinnigheid verloor *de invloed van kosmologie op ons wereldbeeld.*

Dit is de uitgebreide tekst van een lezing tijdens een symposium aan de Erasmus universiteit over dit onderwerp De kosmoloog was ooit zowel astroloog als astronoom: Galilei en Kepler maakten horoscopen. Sinds de 17e eeuw is wetenschap gebaseerd op wat je kunt meten en wegen (aarde) en logisch beredeneren (lucht). Astrologen erkennen echter ook de principes vuur (verbeelding) en water (gevoel, suggestie en inleving). Aangezien onze cultuur uitsluitend waarde hecht aan de eerste twee, is een enorm terrein aan mogelijke kennis vrijwel ontoegankelijk geworden. Dromen, gevoelens en emoties, psychosomatische klachten, kunst, psychologie, astrologie, religie en paranormale verschijnselen kun je niet meten en wegen en ook niet logisch beredeneren. Hiervoor heb je niet alleen je verstand nodig, maar ook je gevoel en je intuïtie. De huidige wetenschappelijke basishouding streeft er naar om deze aan de persoon gebonden inzichten uit te schakelen of ze naar het land der fabelen te verwijzen. Toch heeft ook hier de verbeelding vaak vrij spel.

Ringband 34 blz. 2e druk, niet meer verkrijgbaar

Astrologie en Therapie *wegen tot verandering en groei*

Dit boek geeft inzicht in de basisbenadering van diverse therapievormen en de aard van het therapie proces. Tevens wordt gekeken welke rol astrologie daarbij kan vervullen. De horoscoop kan bij persoonlijke ontwikkeling een prima hulpmiddel zijn bij het verkrijgen van dieper inzicht in de problematiek en het stellen van een diagnose. Allereerst door duidelijk aan te geven hoe de verschillende kanten van een bepaalde persoon er uit zien en hoe ze zich tot elkaar verhouden. Dat is belangrijke informatie. Vervolgens biedt astrologie de mogelijkheid om specifieke

uitgeverij inspiratie

boeken op het gebied van astrologie en persoonlijke ontwikkeling door Jan de Graaf
KvK 29033590 - Btw nr 569 37 957 B 01 - Postbank 54 25 580 - Zuwe 32 - 2411 ZK Bodegraven
www.inspiratiesite.nl - email: jangraaf@hetnet.nl - tel / fax: 0172 - 645950

kwaliteiten te identificeren en aan te geven hoe die kunnen worden ontwikkeld. In dit boek komen de kenmerken, **werkwijze** en **doelstellingen** van een aantal belangrijke op ontplooiing gerichte therapievormen en de koppeling aan astrologie uitgebreid aan de orde: Gestalt, Jung en op Jung gebaseerde astrologie, Psychosynthese, Process Oriented Psychology, Lichaamsgerichte Psychotherapie. De **horoscopen** van de **stichters** van deze scholen (Freud, Jung, Assagioli, Perls en Arnold Mindell) geven een verrassend inzicht in de aard van hun leer en methodiek. Hierdoor ontstaat een verhelderende indruk van de manier waarop astrologie inzicht kan verschaffen en essentiële thema's kan aangeven die van belang zijn bij de persoonlijke ontwikkeling.

📖 'AT' 85 blz, 3e druk, Ringband, prijs € 12,50

Astro Analyse

procesbegeleiding vanuit de horoscoop met chakra-psychologie

Een werkboek met veel informatie, oefeningen en checklists om astrologie te gebruiken bij het begrijpen en begeleiden van persoonlijke ontwikkelingsprocessen. Aangegeven wordt hoe horoscoopfactoren kunnen worden vertaald in processen en ontplooiingsmogelijkheden. De chakra's of energiecentra worden als basis gebruikt en gekoppeld aan de functies en de ontwikkeling van de persoonlijke planeten. De hiermee samenhangende problematiek spitst zich toe op het ontwikkelen en versterken van basiskwaliteiten: zekerheid, (zelf) vertrouwen, emotionaliteit, sensitiviteit, assertiviteit en identiteit (zelfbeeld). Het duiden van de horoscoop komt zo in het teken te staan van het begrijpen en aangeven van de innerlijke dynamiek: 'variëties rond een veranderlijk evenwicht'.

Ringband 81 blz., 4e druk, niet meer leverbaar.

De Hemel heeft Voeten in de Aarde

astrologie als persoonlijk en spiritueel pad

Ik heb dit boek met veel liefde en plezier geschreven vanuit het gevoel dat astrologie geen papieren wetenschap is, maar verbonden met een oeroud weten dat wij allemaal bezitten. Astrologie gaat over onze oriëntatie in de ruimte; het leven op aarde en de goden van vuur, lucht, aarde en water die ons daarbij van oudsher terzijde kunnen staan.

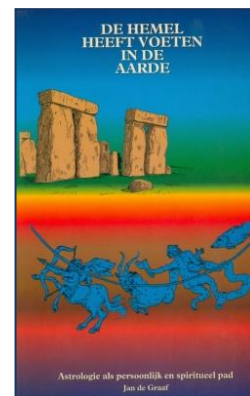
Tot ver voorbij de Renaissance waren hemel en aarde innig verbonden. Je kon de hemel 'lezen' om te weten hoe het hier beneden toeging, maar ook andersom. De kwaliteiten van planeten en tekens waren overal op aarde zichtbaar. Alles wat mooi en zacht is en lekker ruikt toont de kwaliteiten van Venus; Mars openbaart zich in ijzer en ruzie en de kleur rood; wie in de greep van Saturnus was geraakt en dus ten prooi aan depressie of ziekte kon genezen door Venus in te zetten: een bloemetje naast je bed, druiven eten, lichte opbeurende lectuur en zo meer. Het bloemenstalletje in de hal van het ziekenhuis doet nog steeds goede zaken; maar we zijn tegenwoordig de sleutel kwijt om het verband te zien. Veel van onze gewoontes en tradities verwijzen naar een tijd, dat je de wereld astrologisch kon duiden. Voor de moderne astroloog is dat nog steeds zo. 'Planeten' zijn gewoon natuurkrachten die we in en om ons heen kunnen waarnemen en waardoor we onszelf en de mensen om ons heen beter kunnen begrijpen.

Astrologie leert je om jezelf weerspiegeld te zien in de natuur. De Zon, de Maan en de planeten vormen zowel een uiterlijke als een innerlijke werkelijkheid. Onze innerlijke kosmos is een magisch landschap dat we middels onze eigen horoscoop kunnen bereizen. Verschillende marsroutes komen in dit boek aan de orde. Het inzicht dat we onderweg opdoen gaat over de manier waarop conflicten ontstaan, wat nodig is in een bepaalde situatie en hoe we ons eigen pad kunnen vinden. De titels van de delen geven een idee van de thema's die aan de orde komen:

1. **Astrologie en de bezielde wereld** - de kosmos wordt in onze tijd steeds meer als een machine gezien - niet als een bezielde groter geheel waarvan wij deel uitmaken. We kijken naar de pijnlijke scheiding tussen geest en natuur en onderzoeken de weg van vervreemding naar vriendschap; de kennis van het hart.
2. **Leven vanuit je hart** - ziet de kosmos als een leefomgeving met een centrum en een aantal levenswegen om te bewandelen: de weg van de aarde en die van de hemel.
3. **De hemel leven** - onderzoekt onze spirituele horizon en de beleving vanuit verschillende culturen: de kosmos als medicijnwiel, obelisk, zonnedanshut, yinyang symbool.
4. **De innerlijke kosmos** - besluit met de weg naar huis; geïnspireerd op de tocht van de Zon langs de hemel en de 12 stadia die we daarin tegen zullen komen.

Een introductie om met Intuïtieve Astrologie te leren werken en om de horoscoop op een dieper niveau te duiden. Bij de beschrijving van de psychologische en spirituele processen rond de elementen en de huizen in de horoscoop zijn vragen en experimenten opgenomen om er zelf mee aan de slag te kunnen gaan.

📖 'Hemel' ISBN 97- 90-71495-04-3 70 afbeeldingen Paperback, 224 pag. € 14,50



uitgeverij inspiratie

boeken op het gebied van astrologie en persoonlijke ontwikkeling door Jan de Graaf
KvK 29033590 - Btw nr 569 37 957 B 01 - Postbank 54 25 580 - Zuwe 32 - 2411 ZK Bodegraven
www.inspiratiesite.nl - email: jangraaf@hetnet.nl - tel / fax: 0172 - 645950

Astrologie en persoonlijke ontwikkeling *een kennismaking met je aura, je chakra's en je planetaire energie*

Als je geïnteresseerd bent in yoga, astrologie, healing, intuïtieve ontwikkeling en dergelijke zal dit boek je zeker aanspreken. Ik leg zo helder en begrijpelijk mogelijk uit wat chakra's zijn, hoe je ze zelf ervaart vanuit je emotionele beleving en wat het verband is met de zeven klassieke planeten uit de astrologie. Astrologie is niet alleen een mentaal (lucht) proces van inzicht en begrijpen. Het is nodig om ook daadwerkelijk in beweging te komen (vuur), lichaamsgericht te werken (aarde) en je intuïtie te gebruiken (water). De Maan voel je in je buik; met Mars kun je behoorlijk in je maag zitten, Saturnus manifesteert zich het sterkst in alles wat je op je nek genomen hebt. Het boek bevat daarom diverse oefeningen en experimenten om aan de slag te gaan; o.a. met je eigen emotionele beleving en het aanboren van je mogelijkheden om jezelf te ontplooien en vorm te geven aan wat het meest uniek en eigen aan je is. Deze vorm van astrologie is zowel een ondersteuning om aan jezelf te werken als een ingang om astrologie op een vernieuwende en verrassende manier te begrijpen.

Vanuit de chakra psychologie vind je verhelderende hoofdstukken over het omgaan met emoties, de aard van conflicten en het oplossen daarvan.

Onderwerpen als stress, het overwinnen van weerstand, communicatieproblemen in relaties ed komen uitgebreid aan de orde maar ook de stappen die nodig zijn om op een vervullender manier in relaties te staan - zowel met jezelf als met anderen. Naast persoonlijke groei is het proces van thuis komen in jezelf en de noodzaak tot quitte spelen en uiteindelijk vergeven van groot belang.

📖 'APO' 89 pagina's, met afbeeldingen en oefeningen. Ringband ,prijs € 13,75

DE ASTRALE WERKELIJKHEID *het ontwikkelen van bewustzijn in de droomwereld*

Dromen en Astraal bewustzijn: astrale energie is een soort rookgordijn. Suggestieve klanken, beelden en gevoelens roepen een bepaalde sfeer op, waardoor het bewustzijn gemakkelijk verdwijnt in gedachten, dagdromen, ideeën, emoties. Daardoor is het soms moeilijk om gefocust te blijven. Astrale energie doorzien helpt om je zekerder te voelen, minder beïnvloedbaar te zijn en stelt je in staat om helderheid te verkrijgen waar eerder alles mistig leek. Je leert om misleiding en illusies te doorzien en met meer gemak je eigen groei te bevorderen. Oude spoken die je al heel lang achtervolgen krijgen geen vat meer op je. Je laat je niet meer bepalen door wat je niet wilt, maar je leert doelen te stellen en gefocust te blijven op wat werkelijk belangrijk voor je is. Je ontdekt de kracht van je eigen emotionele natuur, die als vanzelf meer ruimte krijgt, waardoor je jezelf vrijer en completer voelt.



De stof waarvan dromen zijn gemaakt heeft de neiging op te stijgen; naar een hoger bewustzijn, universele liefde, sublieme ervaringen. Een ballon, die loskomt van de aarde. Het ontwikkelen van bewustzijn in de droomwereld houdt in, dat we zowel in de hogere als de lagere regionen en zelfs in de onderwereld spiritualiteit ontdekken en beleven. Intuïtie, het zesde zintuig, houdt ons op koers. 'De astrale werkelijkheid' levert alles wat je altijd al wilde weten, en helaas ook de dingen die misschien liever niet wilt weten, over jezelf, je relaties en het doel van je leven op aarde.

'**De astrale werkelijkheid**' levert alles wat je altijd al wilde weten, en helaas ook de dingen die misschien liever niet wilt weten, over jezelf, je relaties en het doel van je leven op aarde. Dit boek richt zich op mensen die zich realiseren, dat bewustzijn kwetsbaar is, dat onze tijd op aarde kort is en dat voor bewustwording concrete stappen nodig zijn. Stappen waarvoor je alle kennis die in je besloten ligt nodig hebt. Het biedt handvatten om te komen tot verandering en groei, zowel op emotioneel als op spiritueel gebied.

📖 'AW' ISBN 97- 90-71495-07-6 Paperback, 192 pag. € 18,90

uitgeverij inspiratie

boeken op het gebied van astrologie en persoonlijke ontwikkeling door Jan de Graaf
KvK 29033590 - Btw nr 569 37 957 B 01 - Postbank 54 25 580 - Zuwe 32 - 2411 ZK Bodegraven
www.inspiratiesite.nl - email: jangraaf@hetnet.nl - tel / fax: 0172 - 645950