

**Olaf Jacobsen
Verlag**

**Erkenntnisse,
die
Systeme sprengen**

Gesamtprogramm



Olaf Jacobsen

Olaf Jacobsen ist ein deutscher Empathie-Spezialist und Autor. Er gilt als Pionier der klientenzentrierten Systemaufstellung. 2003 entwickelte er die Freie Systemische Aufstellung, erfand 2014 das NeuroSonanz-Modell und leitet die von ihm begründete Empathie-Schule NeuroSonanz in Karlsruhe und in Köln. Alle seine Bücher veröffentlicht er im Olaf Jacobsen Verlag.



Geboren am 11. Juni 1967 in Neumünster, Studium in Karlsruhe an der Staatlichen Hochschule für Musik und Universität (Musik und Mathematik), Dirigent, Pianist, Tenor, Musikpädagoge, intensives Studium und Erforschung eigener Gefühle, Empathie-Coach, Systemischer und Psychologischer Coach, Unternehmensberater im Bereich "Kommunikation & Gefühle", Experte für Resonierende Empfindungen, NeuroSonanz-Modell-Lehrer, Veröffentlichung mehrerer Bücher und Artikel, Bestseller-Autor, Initiator der Empathie Union Deutschland.

ausführlicher Lebenslauf und Erkenntnisweg:

https://www.in-resonanz.net/Olaf-Jacobsen_Lebenslauf.html



Angebote an Buchhandlungen

Die folgenden Pakete können von Buchhandlungen über die E-Mail-Adresse bestellt werden: bestellung@in-resonanz.net. Die bestellende Buchhandlung muss im Internet mit gültigem Impressum auffindbar sein - oder eine Gewerbeanmeldung vorweisen. In Zweifelsfällen und bei einer Bestellung von mehreren Paketen gleichzeitig bitten wir um Vorkasse. Auslieferungen ab 16.8.2021.

PAKET 1: 12 Bücher (max. 2 Pakete pro Monat pro Buchhandlung)

- 5 x [Ich stehe nicht mehr zur Verfügung](#)
- 4 x [Ich stehe nicht mehr zur Verfügung Band 2](#)
- 3 x [Hilfe! Ich stehe unbewusst zur Verfügung](#)

50% Rabatt (= 106,40 € brutto), 3% Skonto (Zahlung 14 Tage), versandkostenfrei, Remissionsrecht 6 Monate*

PAKET 2: 12 Bücher (max. 2 Pakete pro Monat pro Buchhandlung)

- 3 x [Der Mann, der sich glücklich weinte](#)
- 3 x [Der lebendige Spiegel](#)
- 3 x [Die Kriegs-Trance und das Mitgefühl](#)
- 3 x [Das Erwachsene in dir muss Klarheit finden](#)

50% Rabatt (= 95,40 € brutto), 3% Skonto (Zahlung 14 Tage), versandkostenfrei, Remissionsrecht 6 Monate*

PAKET 3: 10-15 Bücher (max. 2 Pakete pro Monat pro Buchhandlung)

Zwischen 10 und 15 Bücher frei zusammengestellt aus dem Programm vom Olaf Jacobsen Verlag.

45% Rabatt, 3% Skonto (Zahlung 14 Tage), versandkostenfrei, Remissionsrecht 6 Monate*

PAKET 4: mindestens 6 Bücher frei zusammengestellt aus dem Programm vom Olaf Jacobsen Verlag

40% Rabatt, 3% Skonto (Zahlung 14 Tage), versandkostenfrei, Remissionsrecht 6 Monate*

Sonstige Bestellungen: Kleinere Mengen unter 6 Büchern, Einzelbestellungen

35% Rabatt, 3% Skonto (Zahlung 14 Tage), versandkostenfrei, Remissionsrecht 3 Monate*

Remittenden

Werden durch Abnutzung oder falschen Gebrauch beschädigte Remittenden zurückgeschickt, behält sich der Verlag vor, nur einen der Wertminderung entsprechenden Betrag zu erstatten.

*** Wegfall des Remissionsrechts:** Hat eine Buchhandlung bereits ein Paket erhalten und bestellt nun ein zweites Paket, in welchem ein (oder mehrere) Titel enthalten ist, der bereits mit dem zuerst bestellten Paket geliefert wurde, dann geht der Verlag davon aus, dass die Bücher dieses Titels aus dem zuerst bestellten Paket von der Buchhandlung vollständig verkauft wurden. Daher verliert die Buchhandlung das Remissionsrecht für die Bücher dieses Titels des zuerst bestellten Pakets.

Beispiel 1: Hat eine Buchhandlung das Paket 1 erhalten und bestellt nach drei Wochen das Paket 1 noch einmal, dann verliert sie das Remissionsrecht aller Bücher aus dem zuerst erhaltenen Paket. Das Remissionsrecht für die Bücher des neu bestellten Pakets bleibt bestehen.

Beispiel 2: Hat eine Buchhandlung das Paket 2 erhalten und bestellt nach fünf Wochen das Paket 3, in welchem es u. a. 3 x den Titel "Der Mann, der sich glücklich weinte" nachbestellt, dann verfällt das Remissionsrecht der 3 Exemplare "Der Mann, der sich glücklich weinte" aus dem zuerst erhaltenen Paket 2. Das Remissionsrecht der drei neu erhaltenen Exemplare bleibt bestehen.

Im Falle eines Lockdowns verlängert sich das Remissionsrecht entsprechend.

Leseexemplare werden gerne in digitaler Form als PDF-Datei zur Verfügung gestellt.

Kontakt und Auslieferung:

Olaf Jacobsen Verlag, Theodor-Rehbock-Str. 7, 76131 Karlsruhe
0721 4700 5258 (AB), bestellung@in-resonanz.net

Website zu diesen Angeboten: <https://www.in-resonanz.net/buchhandlungen.html>

Olaf Jacobsen

*Das Erwachsene
in dir
muss
Klarheit
finden*

Geborgenheit, Liebe und Urvertrauen
brauchen den sicheren Überblick

QM

Das NEUE!

Endlich umfassende Klarheit!

Das NeuroSonanz®-Modell praktisch
auf den Alltag übertragen – für alle
Bereiche: Familie, Schule, Freizeit,
Unternehmen, Politik, Gesundheit

2021, Erstveröffentlichung am 18. Oktober

Verkauf im Laden: noch nicht getestet

Eine Revolution in unserem Miteinander!

Mithilfe des einfachen NeuroSonanz®-Modells von Empathie-Spezialist Olaf Jacobsen sind unsere Gefühle in Kontakten zu anderen Menschen logisch erklärbar. Dabei geht es selten um Schmerzliches aus der Kindheit. Vielmehr werden ungelöste Zusammenhänge im gegenwärtigen Miteinander klar sichtbar.

Wusstest du, dass dein Unsicherheitsgefühl den Sinn hat, einen anderen Menschen zu würdigen? Wusstest du, dass dir deine Eifersucht zeigt, dass dein*e Partner*in dich tatsächlich für einen Moment innerlich verlassen hat? Wusstest du, dass dein Schuldgefühl ein tiefes Gespür dafür ist, dass andere Menschen dir tatsächlich eine Schuld zuweisen? Bedenke dabei: Wenn andere Menschen dich bewerten, dann hängen ihre Bewertungen mit ihren aktuellen Zielen zusammen. Nicht mit dir. Du bist unschuldig an fremden Bewertungen. Und dein Gefühl, nicht verstanden zu werden, ist komplett richtig, weil du *immer* missverstanden wirst.

Jede Spekulation darüber, wie ein anderer Mensch wohl „ist“ und welche Ziele er warum verfolgt, ist eine Entwürdigung des anderen. Deshalb ist deine Sehnsucht nach Anerkennung völlig normal. Du spürst permanent, dass sich andere Menschen ein falsches Bild von dir machen und du dadurch tatsächlich entwürdigt wirst.

Entdecke in diesem Buch noch viel mehr einleuchtende Zusammenhänge und finde heraus, was genau in unserer Erwachsenenwelt nicht stimmt. Mit dieser Klarheit kannst du dich völlig neu orientieren, dich in dieser Welt wesentlich besser zurechtfinden und das Miteinander befreiend konstruktiv gestalten.

Broschur, 272 Seiten, 19 x 12,5 cm

ISBN 978-3-936116-74-8

14,90 € [D] 15,40 € [A]



9 783936 116748



Der Bestseller

Endlich authentisch sein!

Mit über 130.000 verkauften Exemplaren eines der erfolgreichsten Bücher im Bereich Lebenshilfe, Coaching und Systemaufstellungen

2006, im Jahr 2021 aktualisiert und erweitert. Jetzt 40 Seiten mehr! Gendergerecht formuliert. **Der Titel zieht:** Legen Sie das Buch offen im Laden aus und Sie verkaufen zwischen 5 und 8 Exemplare im Monat an die Laufkundschaft.

Jeder Mensch sehnt sich nach guten Gefühlen, nach Harmonie, besonders in der Begegnung mit anderen Menschen. Doch wir übernehmen zumeist unbewusst „stellvertretende Rollen“ und rutschen in die damit korrespondierenden Gefühle hinein. Wir sind nicht zu hundert Prozent wir selbst, sondern wir erleben „resonierende Empfindungen“, die uns steuern.

Empathie-Spezialist Olaf Jacobsen deckt den Hintergrund auf, warum wir uns automatisch und unbewusst in andere Menschen einfühlen. Mit Hilfe zahlreicher Beispiele aus alltäglichen Lebenssituationen stellt er Möglichkeiten vor, wie wir uns unabsichtlichen Rollen nicht mehr zur Verfügung stellen, um damit eine wirklich authentische Kommunikation und authentisches Verhalten zu ermöglichen.

Legen wir bewusst eine Rolle ab, so verschwinden gleichzeitig alle daran gekoppelten seelischen und körperlichen Beschwerden, und wir fühlen uns erleichtert.

Wir haben in unserem Leben viel öfter die freie Wahl, als wir bisher dachten.

„Du hast absolut recht. Dieser Satz ‚Ich stehe nicht (mehr) zur Verfügung‘ passt erstaunlich oft und es lebt sich damit langfristig sehr viel besser. Vor allem im Job habe ich in den letzten Wochen sehr häufig davon Gebrauch gemacht und siehe da: Plötzlich hat sich die Lage total entspannt.“
(Kerstin S.)

Broschur, 302 Seiten, 21,5 x 13,5 cm
ISBN 978-3-936116-60-1
16,90 € [D] 17,40 € [A]





Der Realität-Browser

Endlich Kritik beherrschen!

Das Folge-Buch zum Bestseller und
gleichzeitig die erste Einführung in das
wirkungsvolle „NeuroSonanz-Modell“

2010, im Jahr 2021 aktualisiert
und gendergerecht formuliert.

In neuem Design! Ansprechender! Spannender!

Verkauf im Laden: noch nicht getestet.

In der Hirnforschung ist klar: Unser Gehirn nimmt die Wirklichkeit nicht wahr, wie sie ist, sondern es konstruiert die Realität in sich selbst. Es braucht optimal funktionierende Programme (neuronale Netzwerke), um die äußere Realität so gut wie möglich in sich selbst abzubilden. Je empathischer die „inneren Browser“ gestaltet sind, umso näher leben wir an der wirklichen Realität.

Wir alle kennen es, dass Menschen mit schmerzvollen inneren Programmen aus der Kindheit viel öfter dazu neigen, die Realität zu verzerren. Sie missverstehen andere, sind unklar, vermischen vieles, verbreiten Unwahrheiten und verhalten sich destruktiv, distanziert und unkooperativ.

Olaf Jacobsen bietet einen aktualisierten „Realität-Browser“ an, den Sie sich durch Lesen und Übungen allmählich in Ihr Gehirn und ins Herz „herunterladen“. Mithilfe der in diesem Buch angebotenen Erkenntnisse und Sichtweisen werden Sie neu auf Ihr Umfeld schauen. Sie können „sehen“ und damit auch spüren, dass destruktives Verhalten und Kritik anderer Menschen tatsächlich nichts mit Ihnen zu tun haben.

Vielleicht lösen Sie durch Ihr Verhalten im Gegenüber Reaktionsmuster aus – doch wie Ihr Gegenüber mit seinen aktivierten Mustern umgeht, ist vollkommen unabhängig von Ihnen.

Jeder Mensch ist frei, den eigenen Realität-Browser im Gehirn selbst zu gestalten und dadurch entweder ein anstrengendes oder ein angenehmes, möglicherweise sogar glückliches Leben zu führen.

Sie lernen eine Flexibilität im Denken und Fühlen, mit der Sie fremden unangenehmen Sichtweisen nicht mehr zur Verfügung stehen. Stattdessen entwickeln Sie Betroffenheit und Mitgefühl für diejenigen, die einen Zusammenhang schmerzvoll betrachten und kommunizieren müssen ...

Dieses Buch führt Neurowissenschaften, kreative Lebenshilfe und Achtsamkeit zusammen – und bringt es auf den Punkt.

Broschur, 364 Seiten, 21,5 x 13,5 cm

ISBN 978-3-936116-26-7

17,90 € [D] 18,40 € [A]





Befreiungs-Buch

Endlich unabhängig fühlen!

Der dritte Band der „Ich stehe nicht mehr zur Verfügung“-Reihe.

Mit einer absolut neuen Sichtweise auf unser Unterbewusstsein und auf menschliche Verhaltensmuster

2016, im Jahr 2021 aktualisiert
und gendergerecht formuliert.

Mit neuem Cover-Bild

Verkauf im Laden: 2 – 4 Exemplare im Monat

Wir sind permanent von Menschen umgeben, die etwas von uns wollen – bewusst oder unbewusst. Sie wollen, dass wir etwas tun oder lassen, dass wir etwas kaufen oder unser Verhalten ändern, dass wir etwas einsehen oder zustimmen. Dementsprechend tun sie ihr Bestes, uns zu beeinflussen. Die Quellen der Einflüsse, denen wir ausgesetzt sind, reichen von der Werbeindustrie bis hin zur eigenen Partnerin, von unseren Eltern und den Lehrer*innen bis hin zum Vorgesetzten im Job, von der Hausärztin oder Therapeutin bis hin zum Handwerker, vom Internet und deren Großkonzernen bis hin zur Filmindustrie. Dabei wirken viele Beeinflussungen auch auf der unbewussten Ebene.

Wie können wir zuverlässig all diese Beeinflussungen erkennen? Wie durchschauen wir die Absichten anderer Menschen? Wie nutzen wir Einflüsse sogar konstruktiv für uns selbst? Wie gehen wir mit fremden Wünschen so um, dass wir uns dabei immer frei und ausgeglichen fühlen? Wie können wir uns von Beeinflussungen unabhängig machen und befreit unser ganz eigenes Leben leben?

Olaf Jacobsen eröffnet in diesem dritten Buch der „Ich stehe nicht mehr zur Verfügung“-Reihe höchst interessante und neue Aspekte unseres Unbewussten, denn: Das Unbewusste ist ganz anders als wir bisher dachten. Durch dieses Wissen lernen wir leichter, uns selbst zu beeinflussen. Gleichzeitig schulen wir uns darin, mit den Wünschen anderer Menschen gut umzugehen. Mithilfe der Popin-Methode befreien wir uns von belastenden Beeinflussungen und erleben endlich Unabhängigkeit, während wir uns mit allem tief verbunden fühlen.

Dieses Buch berührt die Substanz unseres Menschseins. Es enthält ein Feuerwerk neuer Erkenntnisse und Denkmodelle, die uns darin unterstützen, unseren Alltag und unsere Gefühlswelt aus neuen Perspektiven immer besser zu verstehen.

Broschur, 428 Seiten, 21,5 x 13,5 cm

ISBN 978-3-936116-07-6

18,90 € [D] 19,50 € [A]





Das Tränen-Buch

Endlich hemmungslos weinen!

Der erste Mann, der über 30 Jahre bewusst und gezielt seine Tränen fließen lässt und genau beobachtet, was dadurch mit ihm passiert.

2019 als kostenlose PDF-Datei, im Jahr 2021 ausgebaut, aktualisiert und als Druckversion veröffentlicht. - Anziehend für viele Menschen, die emotional an sich arbeiten.

Verkauf im Laden: noch nicht getestet.

Wenn Menschen weinen, dann geht es ihnen zunächst nicht gut. Befragt man sie aber einige Zeit danach erneut über ihre Stimmung, dann haben sich die meisten erholt und fühlen sich sogar besser als vor dem Weinen. So lautet das Ergebnis einer wissenschaftlichen Studie.

Olaf geht weit darüber hinaus. Seit über dreißig Jahren hat er sein Weinen kultiviert und nennt es inzwischen „Tränen-Yoga“. Heute kann er darüber berichten, wie ein Mensch lebt und fühlt, wenn er Tränen wieder so fließen lässt, wie es für Kinder völlig natürlich ist. Zusätzlich setzt er das Weinen gezielt dafür ein, unverarbeitete Verlusterlebnisse aus der Vergangenheit nachträglich vollständig zu verarbeiten.

Mit dem Begriff „Glück“ lässt sich diese natürliche Form des Menschseins nur ansatzweise beschreiben. Es geht viel tiefer.

Olaf erlebt nach seinen tränenreichen Verarbeitungsprozessen eine große innere Freiheit – und gleichzeitig mehr Verständnis und Offenheit für andere Menschen. Er kann die Schicksale anderer besser nachvollziehen und kann sie mit tiefem Mitgefühl mittragen – egal welches Schicksal.

Daraus könnte sich folgende Formel ergeben: Ist man mit seinen eigenen Gefühlen im Reinen, dann ist man das auch mit allen Gefühlen aller anderen Menschen. Man fühlt zu jedem eine tiefe Verbundenheit – egal zu wem ...

Broschur, 210 Seiten, 19 x 12,5 cm
ISBN 978-3-936116-40-3
14,90 € [D] 15,40 € [A]





Das Empathie-Buch

Endlich umfassend mitfühlen!

Von Dr. Gerald Hüther empfohlen:
„Ihr Buch ist wirklich ausgezeichnet.“
Ein neuer und tiefer Blick auf unsere
heutige Gesellschaft

2015, im Jahr 2021 aktualisiert und
gendergerecht formuliert.

Verkauf im Laden: 2 – 3 Exemplare im Monat

Neurobiologe Dr. Gerald Hüther im Austausch mit Olaf Jacobsen:

„Ihr Buch ist wirklich ausgezeichnet. Allerdings verrät der Titel nicht, was für ein Schatz sich dahinter verbirgt: eine sehr saubere und überzeugende Beschreibung unseres gegenwärtigen Zustandes und unserer vorherrschenden Beziehungskultur und eine konstruktive Beschreibung eines – und wie ich denke einzigen – Ausweges.“

Olaf Jacobsen vertritt die These, dass unsere Zivilisation seit Jahrtausenden unter einer bestimmten Krankheit leidet. Er nennt diese Krankheit „Kriegs-Trance“. Eine Kriegs-Trance entsteht, wenn ein Soldat im Krieg sein Mitgefühl für sein Gegenüber abstellt, um den anderen erschießen zu können.

Auf unsere Gesellschaft übertragen: Bevor ein Mensch einen anderen Menschen verletzt, hat er unbewusst sein Mitgefühl abgestellt. Dadurch befindet er sich in einer Kriegs-Trance, aus der er handelt. Dieser Trance-Zustand wird von Generation zu Generation durch die Erziehung weitergegeben und durch Unwissenheit aufrechterhalten.

In der Neurowissenschaft wird immer deutlicher, dass der Mensch von Grund auf ein mitfühlendes, offenes und empathisches Wesen ist. Wir sehen dies bei freien Kindern. Wie kommt es dann zu Kriegs-Trancen? Wieso stellen wir unser Mitgefühl zueinander ab? Wie können sich Krieg und Terrorismus entfalten?

Dieses Buch liefert erstmalig schlüssige, tiefgehende und aufrüttelnde Antworten. Zusätzlich zeigt es, wie wir aus Kriegs-Trance-Zuständen aufwachen, uns von verletzenden Denk- und Verhaltensmustern befreien und wieder Zugang zu unserem ursprünglich authentischen Wesen erhalten: zum selbstbestimmten, kreativen, mitfühlenden und empathischen Menschsein.

Broschur, 250 Seiten, 21,5 x 13,5 cm
ISBN 978-3-936116-00-7
16,90 € [D] 17,40 € [A]





Das Spiegel-Buch

Endlich erfolgreich reflektieren!

**Die erste lebensnahe Kombination
von Konstruktivismus und dem Phä-
nomen der resonierenden Empfin-
dungen – ein Pionierbuch**

2014, im Jahr 2021 aktualisiert und
gendergerecht formuliert.

Verkauf im Laden: 2 – 4 Exemplare im Monat

In der Neurobiologie weiß man, dass unser Gehirn die Realität in sich selbst konstruiert. In den Systemischen Aufstellungen werden im zwischenmenschlichen Bereich „resonierende Empfindungen“ erlebt. Jacqueline und Olaf Jacobsen entwickeln daraus ein einzigartiges Menschenbild – und nutzen es für ihre Beziehung.

In diesem atemberaubenden Pionier-Buch beschreiben sie ihre heilenden Sichtweisen, Umgangsformen und Methoden, die auf alle Arten von Beziehungen übertragbar sind und Augen öffnen.

Die Scheidungsquote in Deutschland ist hoch. Viele Partnerschaften zerbrechen. Auch Jacqueline und Olaf hatten sich nach fünf anstrengenden Beziehungsjahren im Jahr 2009 getrennt. Beide nahmen dieses Schicksal als Spiegel, zur Selbstreflexion. Knapp zwei Jahre später beobachteten sie, dass sie sich wieder näherkommen – fast automatisch. Es folgte die Verlobung und 2012 die Hochzeit.

Heute sagen sie begeistert: *„Die Annäherung hört einfach nicht auf! Wir reflektieren viel – und unsere Ehe wird immer liebevoller, offener, herzlicher, kuscheliger und freier!“*

Sie schildern mit ergreifenden Beispielen, wie man allein oder zu zweit Spiegel-Methoden anwenden kann, um sich im Leben immer harmonischer und stimmiger zu fühlen – auch im Job.

„Wir erleben mehr Selbstvertrauen, Offenheit, innere Stärke und einen klaren Überblick. In unseren Gefühlen entfalten sich sowohl fundamentale Selbstliebe als auch eine tiefe empathische Liebe zum Gegenüber.“

Broschur, 324 Seiten, 21 x 14,8 cm
ISBN 978-3-936116-04-5
17,90 € [D] 18,40 € [A]





Das Dynamik-Buch

Endlich Gruppendynamik verstehen!

Das allererste Buch über die Methode „Freie Systemische Aufstellungen“. Eine effektive Selbsthilfe, vorgestellt vom Begründer Olaf Jacobsen

2003, im Jahr 2021 aktualisiert und gendergerecht formuliert.

Verkauf im Laden: 1 – 2 Exemplare im Monat

Die Freien Systemischen Aufstellungen sind im Jahr 2003 von Olaf Jacobsen begründet worden. Dieses Buch ist das allererste, das über das Freie Aufstellen geschrieben wurde, und bildet die Basis zu allen weiteren Büchern über diese effektive Selbsthilfemethode.

Das Freie Aufstellen nutzt das Phänomen der „Resonanz“ in unseren Gefühlen. Sogenannte „resonierende Empfindungen“ tauchen auf, sobald wir uns als Stellvertreter*in für die Probleme und Fragen anderer Menschen zur Verfügung stellen. Wir beginnen, die Personen oder Anteile des fremden Problems in uns selbst zu spüren, und bieten dadurch der aufstellenden Person einen Spiegel für ihr Anliegen.

Olaf Jacobsen entwickelte diese Methode, damit die resonierenden Empfindungen auch außerhalb eines therapeutischen oder fachlich geleiteten Rahmens von allen selbstständig genutzt werden können.

Dadurch handelt es sich um die erste „echte“ Form der klientenzentrierten Systemaufstellung. Jede Person, die daran Interesse hat, sich mithilfe anderer Menschen ihr Anliegen spiegeln zu lassen und eigenverantwortlich Lösungen dafür zu finden, kann an einer Gruppe für Freies Aufstellen teilnehmen. Auch im Freundeskreis kann eine solche Gruppe selbstständig organisiert werden.

Dieses Buch enthält die ersten praktischen Anleitungen und theoretischen Hintergründe zu den Freien Systemischen Aufstellungen.

Broschur, 222 Seiten, 21 x 14,8 cm
ISBN 978-3-936116-61-8
14,90 € [D] 15,40 € [A]





Das Fühl-Buch

Endlich richtig empfinden!

Die Grundlagen zum strukturierten
Lernen von Freien Systemaufstellungen - in vier anschaulich formulierten
Kapiteln

2012 im Kamphausen Verlag erschienen, im
Jahr 2021 im OJVerlag aktualisiert und gender-
gerecht formuliert.

Verkauf im Laden: 2 - 3 Exemplare im Monat

Man kann es nicht beschreiben, man muss es selbst erlebt haben ...

Systemaufstellungen sind ein tiefgreifendes Werkzeug der Zukunft. In ihnen zeigt sich, dass der Mensch grundsätzlich empathisch veranlagt ist und dass „Intuition“ in engem Zusammenhang zum Umfeld steht.

Permanent und unbewusst fühlen wir uns in unser Umfeld ein und passen uns an. Das zeigt sich darin, dass wir in jedem Kontakt immer ein bisschen anders fühlen und uns anders verhalten. Manchmal so extrem, dass wir uns fragen: „Was mache ich hier eigentlich?!“

In Systemaufstellungen wird die natürliche Gabe, sich in das Umfeld einzufühlen, gezielt angewendet und für kreative Weiterentwicklungen, Projektentwicklungen als auch für Problemlösungen in allen Bereichen eingesetzt.

Olaf Jacobsen entwickelte 2003 die „Freien Systemaufstellungen“. Hier kann jeder frei und selbstbestimmt mit seiner eigenen Aufstellung experimentieren.

Lernen Sie mithilfe dieses Buches von Grund auf spielerisch das Systemstellen. Freie Systemaufstellungen sind einfach, machen Spaß und brauchen keinen therapeutischen Rahmen.

In vier strukturierten Kapiteln wird beschrieben, wie Sie die Freie Systemaufstellung lernen, durchführen und organisieren können. Im ersten Kapitel geht es um das Aufstellen mit sich allein – mithilfe von Fühlfeldern, die auf den Boden gelegt werden. Im zweiten Kapitel beschreibt Olaf Jacobsen, wie man zu zweit aufstellen kann. Dies kann sehr hilfreich für Beratungssituationen sein. Wie in einem kleinen Freundeskreis das Aufstellen gegenseitig genutzt wird, ist im dritten Kapitel nachlesbar. Und wie Sie das Freie Aufstellen in größeren Gruppen optimal organisieren, steht im letzten Kapitel.

Broschur, 248 Seiten, 21,5 x 13,5 cm

ISBN 978-3-936116-63-2

16,90 € [D] 17,40 € [A]





Aufstellungs-Buch

Endlich selbstständig Lösungen finden!

Freie Systemaufstellungen für Fortgeschrittene – zur Verfeinerung der eigenen Fähigkeiten. Gleichzeitig auch für Anfänger geeignet.

2011, im Jahr 2021 aktualisiert und gendergerecht formuliert.

Verkauf im Laden: 1 – 3 Exemplare im Monat

Haben Sie eine verständnisvolle Partnerin? Oder haben Sie Arbeitskolleg*innen oder Freund*innen, denen Sie vertrauen? Dann können Sie sich gegenseitig zur Verfügung stehen und frei aufstellen.

Mithilfe von resonierenden Empfindungen geben Sie sich unerwartete, spannende, interessante Impulse. Sie lösen Probleme oder entwickeln kreativ Projekte weiter. Sie helfen sich beim Treffen von Entscheidungen, beim Erreichen von Zielen und Sie aktivieren Ihre Selbstheilungskräfte. Auch Konflikte in Partnerschaften, Familien und in Firmen können mit dieser Methode gebnet werden. Stellen Sie einfach den Konflikt gemeinsam frei auf und beobachten Sie, was passiert.

Die von Olaf Jacobsen begründeten Freien Systemischen Aufstellungen sind von keinem therapeutischen Rahmen und keinem Beratungssetting abhängig. Sie können von jedem Menschen selbstständig angewendet werden. Auch alleine kann man das Freie Aufstellen mithilfe von Fühlfeldern und Figuren einsetzen.

Dieses Buch ist die Fortsetzung zum Grundlagenbuch des Freien Aufstellens „Freie Systemaufstellung: Das fühlt sich richtig gut an!“.

Aus der Perspektive einer aufstellenden Person kann bis in jede Einzelheit hinein nachvollzogen werden, wie eine Freie Aufstellung mithilfe einer Gruppe optimal genutzt wird. Außerdem beschreibt Olaf Jacobsen weitere Techniken und Erkenntnisse, z. B. wie Sie die Resonanzphänomene der Freien Systemischen Aufstellungen auf alle Bereiche Ihres Alltags erfolgreich übertragen werden.

Broschur, 262 Seiten, 21 x 14,8 cm

ISBN 978-3-936116-62-5

16,90 € [D] 17,40 € [A]





Aufstellungs-Hilfe

Endlich weiterwissen!

**Dieses Kartenset unterstützt darin,
jede freie Aufstellung zu einem Happy
End zu führen.**

2012 im Kamphausen Verlag erschienen, im
Jahr 2021 im OJVerlag aktualisiert

Verkauf im Laden: nicht getestet

Dieses Set enthält auf 52 Karten über 120 Einzelbegriffe. Alle in den Büchern aufgeführten Hilfsangebote wie auch weitere Anregungen sind dort versammelt.

Wenn Sie in Ihrer Aufstellung nicht mehr weiterwissen, keine Idee haben, was Sie tun können oder was als Nächstes dran ist, dann mischen Sie die Karten verdeckt, ziehen eine und beobachten, ob und wie Ihnen dieses „zufällig“ gezogene Werkzeug weiterhilft.

Sie können auch eine Karte am Anfang einer Aufstellung ziehen, um zu schauen, um welches Thema es sich bei dieser Aufstellung möglicherweise drehen wird.

Wenn Sie eine Karte ziehen, die mehrere Begriffe enthält, dann fühlen Sie nach, welcher Begriff Sie gerade am stärksten anspricht, und stellen diesen einfach als StellvertreterIn in Ihre Aufstellung hinein. Beobachten Sie, inwieweit das hilfreich wirkt und was sich Neues entwickelt.

Zusätzlich enthält das Kartenset fünf Leerkarten, die man selbst beschriften kann, wenn man fehlende Begriffe ergänzen möchte. Außerdem drei Anleitungskarten.

60 handliche Karten, Format: 59 x 91 mm
in stabiler Plastik-Stülp schachtel
ISBN 978-3-936116-64-9
14,95 € [D] 15,40 € [A]





Versöhnungsbuch

Endlich Schuld verarbeiten!

Das erste Buch, in dem klar Verantwortlichkeiten sortiert werden – zur eigenen Befreiung und Weiterentwicklung. Ohne Groll und Wut.

2014, im Jahr 2021 aktualisiert und gendergerecht formuliert.

Verkauf im Laden: nicht getestet

Eine Chance zur Weiterentwicklung

Heute wissen wir über die Gehirne von Kindern, dass sie sich optimal entfalten können, wenn die Kinder verwöhnt und vor Stress geschützt werden. Optimales Lernen, Erforschen der Welt und Selbstfindung können am besten in einer stressfreien, liebevollen und unterstützenden Umgebung geschehen. Aus dieser Perspektive betrachtet können wir rückwirkend unser Leben neu bewerten. Ohne Wut und ohne Groll können wir erkennen, was damals unsere Eltern, viele andere Erwachsene und die allgemeine Gesellschaft noch nicht wussten. Wir sehen, welche Fehler damals in der Erziehung gemacht wurden. Ein Kind kann nichts dafür. Die Verantwortung für den Entwicklungsrahmen eines Kindes tragen immer die Eltern als auch das übrige erwachsene Umfeld.

Olaf Jacobsen zeigt in diesem besonderen Buch, wie eine Schuld durch Anerkennung und Ernstnehmen in eine glückliche Weiterentwicklung transformiert werden kann.

Dabei geht es *nicht* darum, Eltern zu verurteilen, zu bestrafen oder sich anmaßend über sie zu stellen. Sondern es geht darum, sich gemeinsam dem Schmerz hinter einer Schuld zu stellen, ihn zu verarbeiten und aus der gesamten Situation optimal zu lernen. So reifen wir und befreien in der Gegenwart unsere Klarheit darüber, was wir in unserem Leben wirklich wollen und was demnach für uns „falsch“ und was „richtig“ ist.

Eine einfache Glücksformel kann uns darin unterstützen, unsere Bewertungen auf positive Weise unserem Umfeld zu vermitteln ...

Broschur, 194 Seiten, 21 x 14,8 cm

ISBN 978-3-936116-06-9

14,90 € [D] 15,40 € [A]



9 783936 116069



Das Schicksal

Endlich den Sinn erkennen!

Eine Autobiographie über den Zeitraum von schicksalhaften vier Wochen – mit geplanter Fortsetzung

2018 veröffentlicht

Verkauf im Laden: nicht getestet

Olaf: „Wenn wir unseren Weg veröffentlichen, welcher Titel würde passen?“

Jacqueline schließt die Augen und überlegt eine Weile. Dann sagt sie: „Das trifft sich gut.“

Einige Monate vor seinem fünfzigsten Geburtstag ahnt Olaf, dass etwas schief laufen wird. Denkt er an die Geburtstagsfeier, wird er traurig. Eines Abends fühlt sich auch Jacqueline plötzlich traurig, weiß aber nicht, warum. Zwei Tage später erleidet sie eine Blutung im Gehirn und wird in die Intensivstation eingeliefert. Ihre rechte Körperhälfte ist taub und gelähmt und ihr Gedächtnis funktioniert nicht mehr ...

Die beiden berichten über das Drama dieses schweren Schlaganfalls, über lehrreiche Erlebnisse im Krankenhaus, über Verlustschmerzen, über Abschiede – als auch über wundervolle Fügungen, spannende Erfahrungen und über die Zahl 17, die auf seltsame Weise immer wieder auftaucht. Sie wirkt wie eine Botschaft vom Universum: „Alles gehört dazu. Ihr seid auf dem richtigen Weg.“

Jacqueline und Olaf wenden alles, was sie als Heilpraktikerin und Empathie-Trainer gelernt und gelehrt haben, auf sich selbst an. Einfühlungsvermögen und freie Aufstellungsarbeit spielen eine große Rolle. Im Mittelpunkt steht die erfolgreiche Verarbeitung schmerzvoller Erlebnisse. Sie lässt beide „im Fluss“ bleiben und optimal mit diesem Schicksal umgehen.

Dieses Buch ist ein leidenschaftliches Plädoyer für eine besondere Form der Empathie, die jeder Mensch seit der Kindheit bereits lebt. Es ist hilfreich für jeden, der sich auf irgendeine Weise mit einem schmerzvollen Schicksal konfrontiert sieht und Anregungen für den inneren und äußeren Umgang damit sucht.

Broschur, 340 Seiten, 21,5 x 13,5 cm

ISBN 978-3-936116-08-3

17,11 € [D] 17,71 € [A]



9 783936 116083



Die Weltformel

Endlich klar sehen!

Das allererste Buch von Olaf Jacobsen. Seine Erkenntnis der Weltformel, auf der alle seine Bücher aufbauen, ist hier „live“ miterlebbar.

1996, Erstveröffentlichung 2006, im Jahr 2014 überarbeitet

Verkauf im Laden: nicht getestet

Teil 1 der Trilogie „Basis-Erkenntnisse“

Ein plötzlicher Wandel

Im Alter von 28 Jahren erlebt Olaf Jacobsen einen starken inneren Energieschub. Mit dem Satz „So, jetzt ist aber genug!“ beginnt er zu schreiben. Er will endlich ein schon lange vorhandenes tiefes Gefühl treffend in Worte fassen.

Nach ein paar Wochen führt seine Schreib-Suche tatsächlich zum Erfolg: Er kann plötzlich ein universelles Grundgesetz formulieren.

Ab da ist alles anders.

Olaf erfährt, dass sich eine jahrelange innere Suche wie von selbst beendet hat – und er „findet“ nur noch! Eine Erkenntnis nach der anderen ...

Aus dem Jahr 1996 – neu überarbeitet und immer wieder hochaktuell:

Das allererste Buch der Olaf-Jacobsen-Bücher.

Broschur, 256 Seiten, 21 x 14,8 cm
ISBN 978-3-936116-01-4
15,50 € [D] 16,20 € [A]





Der ewige Wandel

Endlich sich verändern!

Die erste große Sammlung verschiedenster Erkenntnisse von Olaf Jacobsen, die später in seinen weiteren Büchern ausgefeilt werden.

2000, Erstveröffentlichung 2006, im Jahr 2014 überarbeitet

Verkauf im Laden: nicht getestet

Teil 2 der Trilogie „Basis-Erkenntnisse“

Der Schlüssel zur Klarheit

Im Alter von 28 Jahren entdeckte Olaf Jacobsen ein universelles Grundgesetz. Ab da änderte sich sein Leben radikal. Er beobachtete, dass sich eine jahrelange innere Suche wie von selbst beendet hat – und er „findet“ nur noch!

Eine Erkenntnis nach der anderen ...

In seinem zweiten Buch schreibt er darüber, wie man sein Leben mit Hilfe von tiefgreifenden Lösungsprozessen bereichern kann. Dadurch werden Verstand und Gefühl immer mehr befreit, in immer bessere Gleichgewichtszustände bewegt – und es entsteht eine allumfassende Klarheit, eine integrale Weltsicht.

Olaf demonstriert seine eigene Klarheit, indem er das von ihm entdeckte universelle Grundgesetz auf viele Lebenssituationen überträgt und sie aus neuen Perspektiven heraus beschreibt und stimmig erklärt. Erklärungen, die anstecken und befreien.

Aus dem Jahr 2000 – neu überarbeitet und zeitlos gültig: Das zweite Buch der Olaf-Jacobsen-Bücher.

Broschur, 288 Seiten, 21 x 14,8 cm
ISBN 978-3-936116-02-1
16,90 € [D] 17,50 € [A]





Vollkommenheit

Endlich überall ankommen!

Die Vorlage für dieses Buch wurde „zufällig“ an einem ganz speziellen Tag zur Druckerei geschickt und ist mit diesem Schicksal unweigerlich verbunden: am 11. September 2001

2001 veröffentlicht, im Jahr 2014 zuletzt überarbeitet, **Verkauf im Laden:** nicht getestet

Teil 3 der Trilogie „Basis-Erkenntnisse“

Vollkommenes Umdenken

Im Alter von 28 Jahren entdeckte Olaf Jacobsen ein universelles Grundgesetz. Ab da änderte sich sein Leben radikal. Er beobachtete, dass sich eine jahrelange innere Suche wie von selbst beendet hat – und er „findet“ nur noch!

Eine Erkenntnis nach der anderen ...

In seinem dritten Buch zeigt Olaf, wie wir unser Weltbild erweitern werden, wenn wir davon ausgehen, dass „jedes Element den Wunsch nach Gleichgewicht hat“. Er demonstriert, wie das Wissen über dieses Grundgesetz unsere Wachstumsprozesse in alle möglichen und unmöglichen Richtungen aktiviert.

Der Leser wird zu einer neuen Wahrnehmung von sich und von seinem Umfeld angeregt. Viele Probleme erscheinen dadurch in einem universellen Zusammenhang – und sind plötzlich keine „Probleme“ mehr. Ganz im Gegenteil: Sie verwandeln sich in vollkommene Schätze innerhalb des großen Ganzen.

Aus dem Jahr 2001 – neu überarbeitet und zeitlos gültig: Das dritte Buch der Olaf-Jacobsen-Bücher.

Broschur, 256 Seiten, 21 x 14,8 cm
ISBN 978-3-936116-03-8
18,90 € [D] 19,50 € [A]



Weitere Schriftwerke von Olaf Jacobsen

als E-Books (PDF-Dateien) - nur für Verbraucher*innen

Olafs komplette Werkzeugkiste

Das umfassende E-Kartenset. 20 €

https://www.in-resonanz.net/Olafs_komplette_Werkzeugkiste.html

Das NeuroSonanz-Modell

Die vollständige Erklärung unseres Menschseins. 0 €

https://www.in-resonanz.net/Das_NeuroSonanz-Modell.html

HAUPTROLLE

Es geht immer um das stimmigste Rollengefühl. 0 €

<https://www.in-resonanz.net/HauptRolle.html>

Heilungshierarchien

Wie durch Schmerz Hierarchien entstehen, die alle in ihren Bann ziehen. 0 €

<https://www.in-resonanz.net/Heilungshierarchien.html>

Wie wir uns ändern und die Erde retten

Wir haben alles Wissen - nur die Umsetzung fehlt noch. 0 €

https://www.in-resonanz.net/Die_Erde_rettet.html

Spielregeln für eine empathische Gemeinschaft

Wie Gemeinschaft gelingen kann. 0 €

<https://www.in-resonanz.net/Spielregeln-empathische-Gemeinschaft.html>

Die tiefen Ursachen unseres Unglücks

Warum wir in der Kindheit unsere innere Heimat verlieren und niemand schuld daran ist. 0 €

https://www.in-resonanz.net/Ursachen_unseres_Ungluecks.html