

על הספר: החיים שאני : יסודות שיטת המנהיגות התודעתית : מה שמואר צומח

מחברים: מחבר/ת: הר-לב, מתי

סימן מדף: הרל

מספר מיון: 158.1

משפט אחריות: מתי הר-לב ; עורכת הספר: חוה רימון

מדיה: ספרים

סוג: ספר עיון

ז'אנר: 70 - עיון מבוגרים

קהל היעד: מבוגרים

עמודים: 383 עמודים

גובה: 21 ס"מ

מוציאים לאור: כנרת, זמורה מקום הוצאה: חבל מודיעין

שנת הוצאה: 2025

מסת"ב: 9789655850994

מס. המרכז לספריות וספרות: 25-2450

שפה: עברית

תאריך קטלוג: 04/05/2026

מילות מפתח: אושר, ביטחון עצמי, שיפור עצמי

הערות: כולל מפתח.

תקציר:

•האם אתם חיים את תשוקותיכם או "מתגלגלים על אוטומט" – חיים את החיים שמצפים מכם לחיות? •האם אתם מרוצים מחייכם או חשים שחיקה וריקנות, תסכול, כאב ובדידות? •עד כמה גדול הפער בין מה שאתם רוצים – למה שיש? בין האופן שבו אחרים רואים אתכם – לבין מי שאתם? דבר אינו קורה במקרה. גם כשאנינו יודעים להצביע על הסיבות – הן שם. גם כשאנחנו מרגישים שאין לנו שליטה במציאות, זאת לא גזירת גורל. המציאות שאנחנו חווים היא השתקפות מדויקת של תודעתנו, וכשמצב התודעה משתנה, משתנה איתו גם המציאות. אם הרמתם את הספר הזה, הוא לא סתם משך את תשומת ליבכם. התודעה שלכם מבקשת שינוי. בואו לגלות יחד עם ד"ר מתי הר-לב מה השינוי שתודעתכם מבקשת. מנהיגות תודעתית היא שפה שמעניקה מפת דרכים מעשית ומעוררת השראה לחיים מלאים ולהגשמה. אם יש בכם אומץ להסתכל במראה, יוליך אתכם הספר בנבכי מנהרת התודעה, וידריך אתכם בהפיכת הפערים בחייכם לשערי התפתחות ויצירה. במהלך הקריאה בו, תגלו איך להשתמש בתודעתכם כדי למשוך בחוטים ולטוות את המציאות כרצונכם. הספר נועד לכל אלה שמבקשים בהירות וחופש אמיתי ליצור את החיים שמרגשים אותם. ד"ר מתי הר-לב, יוצרת השפה למנהיגות תודעתית, מציגה בין דפי ספרה שיטה שפיתחה מתוך מסע ריפוי אישי. היא מגבה את מסעה במחקר מדעי פורץ-דרך, אודות הקשר בין תודעה למציאות, בין הרוח והרגש – למדע ולשכל. מתי הר-לב היא דוקטור למדעי המוח והקוגניציה. כחלק ממסע חייה, היא חוקרת, מלמדת ומתרגלת תודעה. ד"ר הר-לב היא יוצרת הפודקאסט המצליח מדברות מנהיגות ויוצרת ומגישת התוכנית מנהיגות תודעתית – המדריך למשתמש בערוץ של הוט. היא חברה מובילה בפורום המנכ"ליות של ישראל, מנחה סדנאות ומלווה יחידים וארגונים בהטמעת שפת

המנהיגות התודעתית בחייהם ובארגונם. -- מאתר ההוצאה.