

על הספר: ליצור מציאות : איך לשנות את חייכם צעד אחר צעד

מחברים: מחבר/ת: נפוסי, רוקסי
סימן מדף: נפו
מספר מיון: 158.1
משפט אחריות: רוקסי נפוסי ; מאנגלית: ניצן לפידות ; עורך התרגום: יובל גלעד
מדיה: ספרים
סוג: ספר עיון
קהל היעד: מבוגרים
עמודים: 237 עמודים, כולל מקורות עמ' 237
גובה: 18 ס"מ
מוציאים לאור: כנרת, זמורה, דביר - מוציאים לאור בע"מ מקום הוצאה: חבל מודיעין
שנת הוצאה: 2026
מסת"ב: 9789655850390
מס. המרכז לספריות וספרות: 26-0643
שפה: עברית
תאריך קטלוג: 27/05/2026
מילות מפתח: הדרכה, שיפור עצמי
הערות: ספר ההמשך לרב-המכר "להזמין מציאות"

תקציר:

"כדי להזמין משהו לחיינו, עלינו להאמין קודם שאנחנו ראויים לקבלו". "אל תפחדו לתת לייחודיות שלכן לנצוץ. חיו את חייכן בתנאים שלכן". * המשפטים האהובים על מיליוני קוראי הספר ליצור מציאות ברחבי העולם "מלכת זימון המציאות". פייננשייל טיימס בזמנים בהם היקום מעמיד אותנו במבחנים חוזרים ונשנים, הראה לנו ספרה הראשון של רוקסי נפוסי, להזמין מציאות, שאנחנו יכולים לשנות את חיינו בעצמנו. ספרה השני, ליצור מציאות, נכתב בעקבות שאלות שהגיעו מקוראות ומקוראים, ומעניק לנו תרגילים להעמקה ולמימוש השיטה הייחודית של נפוסי. בספר "ליצור מציאות" מתארת נפוסי בכנות את חוסר הביטחון שהיא לומדת להתגבר עליו, ומדגישה שזימון מציאות איננו קסם, אלא עבודה מתמשכת שדורשת זיהוי רגשות בזמן אמת, הכרת האמונות הבלתי מודעות שלנו והבנת תחושת הערך העצמי שלנו. החסמים והפחדים שלנו מונעים מאיתנו להגיע למציאות שאנחנו רוצים, ומתחפשים להגנות. ספר זה מסביר כיצד לפרק אותם בעזרת תרגילים פשוטים ומעוררי השראה – לזיהוי הטריגרים שלנו ולטיפול בהם (ולא בסימפטומים), להפיכת קנאה להשראה ולקבלת אישור פנימי – ולא חיצוני. רוקסי נפוסי היא מאמנת בינלאומית לפיתוח אישי, מרצה מעוררת השראה, מומחית עולמית לזימון מציאות וסופרת רבי מכר. ספרה הראשון, להזמין מציאות, תורגם ל־37 שפות ויצא גם הוא בהוצאת כנרת-זמורה. -- מהכריכה האחורית