



## על הספר: לחיות את היום: חיים ממוקדים, רגועים ויעילים יותר לאור תורתו של רבי נחמן מברסלב

מחברים: מחבר/ת: ובר, רן
סימן מדף: ובר
מספר מיון: 296.675
משפט אחריות: רן ובר ; עריכה: משה רט
מדיה: ספרים
סוג: ספר עיון
ז'אנר: עיון
קהל היעד: מבוגרים
עמודים: 219 עמודים
גובה: 22 ס"מ
מוציאים לאור: אלומות הוצאה לאור
שנת הוצאה: 2020
מס. המרכז לספריות וספרות: 20-1292
שפה: עברית
תאריך קטלוג: 22/02/2026
מילות מפתח: חסידות ברסלב, פסיכולוגיית העצמי

### תקציר:

..."לחיות את היום" הוא מדריך מעשי המעניק כלים ותובנות לחיים מלאי תוכן ומיקוד בהווה. לאור העצות של רבי נחמן ועל ידי תרגילים מעשיים וסיפורים מהחיים - אנו זוכים לבהירות, נוכחות ושמחה. -- מהכריכה האחורית.