



על הספר: איקיגאי : הסוד היפני לחיים ארוכים ומאושרים

מחברים: מחבר/ת: גרסיה, הקטור, מחבר/ת: מירייס, פרנססק

סימן מדף: גרס

מספר מיון: 613

משפט אחריות: הקטור גרסיה, פרנססק מיראייס ; מאנגלית: דליה צחור

מדיה: ספרים

סוג: ספר עיון

קהל היעד: מבוגרים

עמודים: 208 ע'

גובה: 18 ס"מ

מוציאים לאור: כנרת

שנת הוצאה: 2018

מסת"ב: 9789655667301

מס. המרכז לספריות וספרות: 18-1873

שפה: עברית

תאריך קטלוג: 08/02/2026

מילות מפתח: יפן, תזונה, פסיכולוגיית העצמי, מדיטציה, אריכות ימים

תקציר:

איקיגאי הוא תכלית הקיום. הוא מניע את החיים ומאט הזדקנות. הוא הסיבה שבגללה קמים בבוקר. היפנים מאמינים שלכל אדם יש איקיגאי. הוא חבוי עמוק בכל אחד מאיתנו. השאלה היא איך מגלים אותו בתוכנו...