

קוים אידעם העצמים - צעק האלען

# חיבור לעצמי

מנחם ישראל





# חיבור לעצמי

הסוד: המפתח לשינוי המציאות  
מתחיל דווקא מתוך עבודה פנימית מדויקת?

שק  
01

האם ואיך אירועי העבר שרצינו לשכוח -  
משפיעים על "החיבור העצמי" שלי היום!

שק  
02

הבלמים שמונעים מאיתנו להתקדם;  
מנגנוני הבריחה והמאבק - הם יהיו כלי הריפוי!

שק  
03

המודל הקדוש של רבי עקיבא:  
צמיחה מתוך משבר + ערך עצמי גבוה מול כל ניסיון.

שק  
04

בסייעתא דשמיא ננפץ את המשוואה האכזרית:  
הערך שלנו נקבע לפי דעת הסביבה.

שק  
05



# חיבור לעצמי

עוד סוד שיוצא לאור: להפוך "חוסר שלמות" לשלמות פנימית עוצמתית! + "תרגיל המראה".

שק  
06

שלום ולא להתראות לאזיקי אשמה מקפואים. ביחד נשתחרר ונתפטר מהם.

שק  
07

נחליף את הביקורת הקטלנית ב"קול חיובי ומחזק". נחייך לקולות השליליים ולא נתרגש מהם...

שק  
08

החופש הגדול: נתמקד בייחודיות שלנו, מבלי לנהל את חיינו לפי ההצלחות של אחרים. (וזה אפשרי בהחלט)

שק  
09

נתחבר לערך העצמי המזוקק שלנו. ואיך נפסיק להזדהות עם מה שאנשים אחרים חושבים עלינו?

שק  
10



# חיבור לעצמי

הגמילה הגדולה מריצוי.  
איך אומרים 'לא' למי ולמה שלא מתאים לנו, מתוך נינוחות?

שק  
11

תרגיל השעון המעורר - נהפוך כל כאב רגשי או חרדה  
כהזדמנות שמיימית לצמיחה.

שק  
12

בסייעתא דשמיא נלמד לקחת אחריות על האושר שלנו.  
נעניק לעצמנו את האהבה והמחמאות שאנחנו זקוקים להם!

שק  
13

"אנרגיה כלואה"; נזהה את החוזקות הייחודיות שלנו,  
נפרוץ את מחסום התסכול בדרך למימוש עצמי מלא.

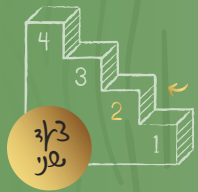
שק  
14

קוים אידעם העצלים - צקז שני

# הסרת מחדסומים

מנחם ישראל





# הסרת מחסומים

כאן נלמד איך להיות "המטפלים של עצמנו", עם מוטיבציה ובניה עצמאית של הכלים שיביאו את השינוי המיוחל.



איפה השפע? הוא כבר קיים עבורנו בכל תחום. נלמד איך אמונות ומחשבות בונות מציאות.



המחסומים השקופים. למה אנחנו נקלעים לאותן הסיטואציות השליליות שוב ושוב? איך עוצרים זאת?

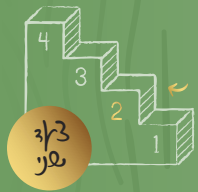


טיפול שורש תת-מודע. נכיר את המנגנונים במוח שפועלים כמגנט בהתאם לתדר האישי שבנינו בעבר.



נאמץ תרגילים מעשיים של "ראייה הפוכה" כדי ללמוד ולראות סיטואציות בצורה נכונה.





# הסרת מחסומים

זיהוי הרגלים. מהו המפתח לשינוי ההרגלים השליליים?  
ופרקטית - איך עושים את זה.



מחושך לאור ע"י "משקפי גישה" נקיים. וגם:  
איך טיפוח הערך העצמי מגרש את חשכת הפחד.



בררנות יתר עלולה להיות המחסום לאושר.  
אפשר לקבל חוסר שלימות? איך עושים את זה? ולמה זה טוב?



לפתוח דף חדש, להפסיק לחשוב על "שידוך ישן שירד",  
להתפנות רגשית להווה ולעתיד שה' מכין עבורנו.



נעים מאוד. ה"דבק" שיוצר חיבור אמיתי:  
אמון. איפה קונים אותו?





# הסרת מחסומים

להחליט. להציב דד-ליין ברור,  
להפוך את ההתלבטות למעשה. איך?

שקל  
11

פחד חתונה (חלק א'). נכיר את "מנוע ההגנה" המנהל אותנו,  
ונגלה מהו השורש האמיתי של הפחד שמעכב אותנו...

שקל  
12

פחד חתונה (חלק ב'). ניתן לה' להוביל אותנו אל היעד.  
רק ככה ננצח את החרדה, ונוכל לעשות תיאום ציפיות נינוח.

שקל  
13

לעלות על הרכבת, מתוך קבלה מוחלטת של המסלול הייחודי  
שהבורא קבע לנו, עם אנרגיות של שמחה, חיבור ואהבה!

שקל  
14

כוח המחשבה העוצמתי יכול וצריך למשוך את השפע:  
מדריך מעשי והפעולות שבע"ה יהפכו את הציור - למציאות.

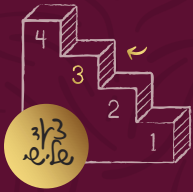
שקל  
15

קוים אידעם העצמים - צעק שלישי

# פרקטיקה בשידוכים

מנחם ישראל





# פרקטיקה בשידוכים

מהי הגישה הנכונה לשידוכים;  
והאם יהיה נכון לומר שהחתונה היא רק תחילתו של המסע?



בין הלב למוח, כך נגיע להחלטות מושכלות  
המובילות אותנו לזוגיות יציבה, רגשית ומופלאה.



שותפות אמת בין איש ואישה,  
עם אחריות הדדית וראיית הטוב שבאדם - אפשרי?



המידות הטובות הם הבסיס.  
ומה בדיוק בדיוק נוכל ללמוד מרחל ורבי עקיבא?



ביחד נלמד מהו האיזון המדויק והסודי  
בין מציאת חן חיצונית לחיבור פנימי עמוק.





# פרקטיקה בשידוכים

"פרופיל הזהב": נוסחת ה-4,3,2,1 שממקדת אותנו במה שבאמת הכרחי להקמת הבית!

שק  
06

"גמיש זה טוב": כולם אומרים לי להתגמש. זה נכון? כדאי? למה להתגמש?

שק  
07

כאן נלמד את אומנות הבירורים. איך נזהה פוטנציאל, ונשאל את השאלות הנכונות.

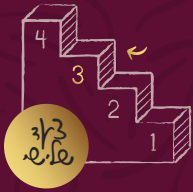
שק  
08

מציאת השידוך צריכה להיות חוויה מהנה. להגיע לפגישות עם נוכחות וביטחון!

שק  
09

נלמד איך להציב יעדים ברורים לכל שלב בקשר, ליצור זרימה הדדית טובה ועוד.

שק  
10



# פרקטיקה בשידוכים

להיות "משודך" זה לא קל.  
נבנה לעצמנו יכולת להבחין בין זוטות למהות,  
ולנטרל התנהגויות מפריעות.

שק  
11

חוסן רגשי - דווקא בתקופת השידוכים!  
זו ההזדמנות לצמיחה! להשתחרר מכעסים ואשמה!

שק  
12

ההחלטה הגדולה! איך מגבשים החלטה בלב שלם,  
על בסיס ערכים, תקשורת והערכה?

שק  
13

תקופת האירוסין. מה עושים בה?  
איזה מין זמן היא? אפשר לנצל אותה בצורה מיטבית?

שק  
14

סגולות לשידוך: ענווה, כיבוד הורים והרבה תפילה.  
נתחזק בע"ה באמונה ושמחה ושפע סיעתא דשמיא!

שק  
15



# פרקטיקה בשידונים

הדרכה לפרק ב': נלמד איך פותחים דף חדש ונטול משקעים, באמונה ובדעת תורה. עם כל המורכבות המשפחתית

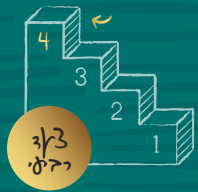


קום אידעם העצציס - עצצ רדיעי

# אומנות התקשורת

מנחם ישראל





# אומנות התקשורת

מהו המפתח להשפעה חברתית  
ובניית קשרים חזקים עם האנשים הנכונים לנו.



להתגונן או לתקוף - מהו המנגנון הבסיסי המיוחד הזה,  
ואיך ננהל אותו נכון בחיי הנישואין.



מהם "מחשבות מעכבות"  
וכיצד הן יכולות להיות כלי לריפוי ולשחרור מתלות חברתית.

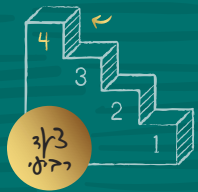


נאמץ את "שיטת שתי העיניים" לניהול קשרים בריאים +  
התבוננות פנימה והבנה עמוקה של הזולת.



לחוש ביטחון ורוגע עם תפיסת "אין ממה להיבהל" +  
שבירת חרדה חברתית





# אומנות התקשורת

סיפור של אנרגיה. אפשר ללמוד להיות "מגנט חברתי"?  
ועל הדרך גם להקרין אנרגיה חיובית?



איך נבנה עוצמה פנימית שמקרבת אנשים,  
ולמה חוסר ביטחון יוצר ריחוק.



כוחה של אמפתיה: איך התעניינות כנה  
יוצרת שייכות וחיבור עמוק,  
והופכת אותנו לשותפי - אמת בחיי הזולת.

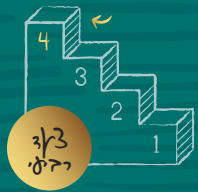


קשר בונה ומעצים עם "ארגז כלי הזהב":  
נלמד למקד את החוזקות שלנו לבניית אמון בלתי שביר!



"הקשבה פעילה" - מה זה בכלל,  
ואיך ניצור שפה שמתאימה בדיוק לצד השני +  
הומור ובהירות כדי להעביר טוב את המסר שלנו.





# אומנות התקשורת

ניהול משברים ושיטות להורדת מפלס הכעס.  
בלי להישאב לעבר. מתוך הערכה הדדית וביטחון.

שק  
11

ביקורת בונה ולא מחריבה. כלל ה-24 שעות ופרגון מעצים.  
וגם: איך לגרום לצד השני לרצות להשתנות למעננו?

שק  
12

כוחה של אסרטיביות: אפשר ללמוד לומר "לא" ברור  
מבלי להתנצל או לפגוע. להיות גם רגישים וגם ברורים!

שק  
13

נסכם את התהליך עם כלים לחיזוק הערך העצמי של הצד השני  
ויצירת קרבה אמיתית.

שק  
14

# חגיגה של בשורות טובות!

בנווסים שווים לשמחה שלך:



**גישה למאגר שידוכים אדיר:**  
לא רק תיאוריה –  
אלא הזדמנויות בשטח.  
שער פתוח להמון הצעות שידוך  
מגוונות ללא תלות בשדכניות.



**ספרי "הפגישה" ו"הכוח הסודי":**  
המצפן האישי שלך. כלים  
מעשיים שמעניקים ביטחון  
ובהירות בכל שלב בדרך.

הבנוסים האלו מוענקים במתנה  
מעבר ל-4 קורסים שבחבילה