

El sueño lúcido

Descubre quién eres y quién puedes llegar a ser mediante la luz onírica

Barea, Consuelo

Editorial: Océano-Ambar

ISBN: 9788475561479

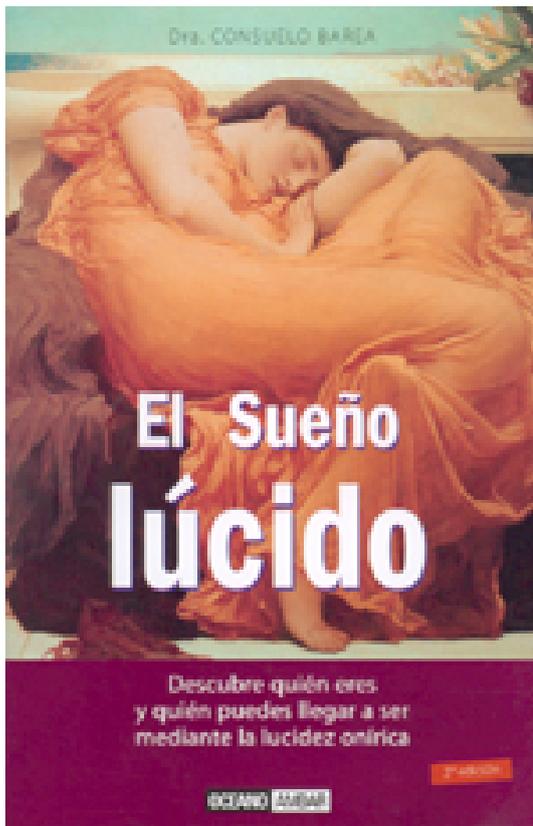
Páginas: 430

Dimensiones: 13,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 18,90 €

Coleccion: Muy personal / Relaciones



SINOPSIS

Los sueños lúcidos tienen lugar cuando, sin llegar a despertar, advertimos que estamos soñando. Este afortunado estado de conciencia nos permite explorar mundos inimaginables como actores y observadores al mismo tiempo.

Este manual práctico ha sido concebido para que cualquier persona pueda ejercitarse en la lucidez onírica y sacar partido de esta fuente de inspiración y creatividad. Además de comprender todos los factores que intervienen en los sueños lúcidos, el lector aprenderá técnicas para adentrarse, paso a paso, en los fascinantes parajes de la mente.