



Sueños lúcidos

Thomas Peisel, Dylan Tuccillo, Jarel Ziezel
Urano

16 €

287 páginas

Tres jóvenes autores, onironautas experimentados, despliegan el ya de por sí sugerente tema de los sueños. Con evocadoras ilustraciones de Mahendra Singh, este delicioso tratado invita a los lectores a incorporar la experiencia del sueño a su mundo real y recoge las técnicas más sencillas para poner el sueño lúcido (ser consciente del sueño mientras sucede) al alcance de todos, desde los primeros pasos, recordar y reconectar con los sueños, hasta las sugerentes experiencias que el sueño lúcido nos puede brindar: volar, reconducir las pesadillas, reencontrar a los seres queridos, e incluso aspectos del crecimiento personal.