

Los sueños van un paso más allá de la vigilia, revelándonos información sobre nuestra vida, que escapa al consciente. Sin embargo, aún existe una forma más compleja de acceder a los contenidos de nuestra mente: a través de los sueños lúcidos. En ellos somos conscientes de que estamos soñando. No es fácil aprender su manejo, pues, por lo general, cuando tenemos uno, se nos escapa entre los dedos, pero tampoco es imposible. Y esta obra pretende enseñarnos a retenerlos y sacar provecho de ellos.

**Dylan Tuccillo, Jared Zeizel y
Thomas Peisel.**

Urano. Barcelona, 2014. 287 págs.

Rústica. 16 €.

SUEÑOS LÚCIDOS

