

LE RÊVE LUCIDE - UNE APPROCHE SIMPLE ET CLAIRE - LIVRE AUDIO CD MP3

Robert Waggoner, Caroline McCready

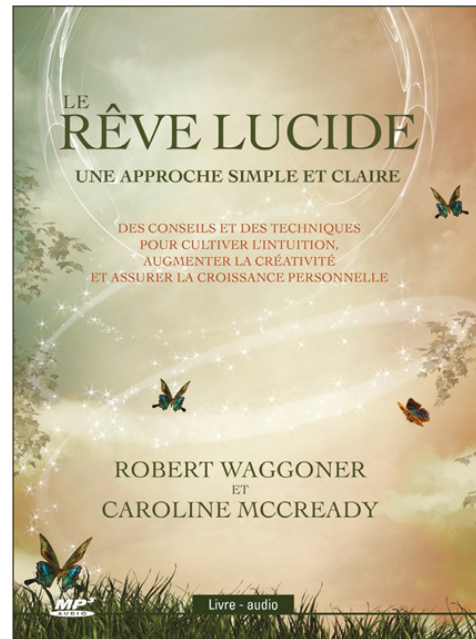
Vous trouverez ici une approche simple et claire tout ce qu'il vous faut pour accéder à l'état d'éveil lucide, le rester pendant que vous rêvez, et utiliser cet état spécial pour cultiver votre intuition, accroître votre créativité et assurer votre croissance personnelle.

Ce livre audio présente tous les outils dont le rêveur lucide débutant a besoin pour devenir un expert en la matière et tirer le maximum de ses rêves, de sa créativité et de ses aptitudes.

Dans un **vocabulaire simple et accessible**, Robert Waggoner et Caroline McCready, deux adeptes chevronnés du rêve lucide, vous proposent des **conseils** ainsi que les **étapes à suivre** pour :

- déterminer de manière consciente les gestes à poser pendant que vous êtes dans un état de rêve ;
- explorer l'univers de vos rêves (ou le contenu de votre subconscient) ;
- entrer en communication avec les personnages qui peuplent vos rêves ;
- mener des expériences personnelles et scientifiques ;
- se libérer des contraintes du monde réel (par exemple, voler, marcher à travers les murs ou découvrir des solutions originales à des problèmes concrets).

Que vous soyez un novice en la matière ou que vous ayez déjà vécu des moments exaltants, ce livre audio vous offre des conseils précieux, ainsi que des **techniques validées par la recherche scientifique** et des décennies d'expériences qui vous permettront d'explorer plus en profondeur cet état de conscience unique en son genre.



Réf. 62637

Précommande n° : L99110

11/09/2017

21,75 €

CD MP3 • 14 x 17 cm

Durée : 140:00

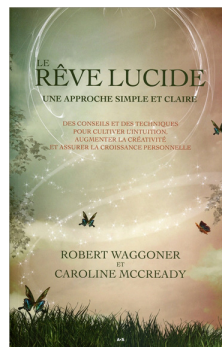
Santé - Bien-être

Rêves - 051

Rêve lucide
Transformation
Expérimentation

Conseils et techniques pour cultiver l'intuition et augmenter sa créativité.

Existe aussi en version papier.



Réf. 60584



DG DIFFUSION – La distribution alternative – Z.I. de Bogues – 31750 Escalquens
Tél. : +33 (0)5 61 000 999 – Fax : +33 (0)5 61 00 23 12