



#### Sogni lucidi

Il sogno è fondamentale nella storia dell'uomo. Fonte di ispirazione nel campo della ricerca scientifica o artistica, o semplice guida nelle scelte quotidiane, i sogni hanno determinato alcune delle più importanti vicende umane in un modo che va ben oltre la definizione di "pura coincidenza". L'autore di questo libro sorprendente ci rivela come i sogni abbiano guidato il destino degli uomini - "agendo come veri e propri motori invisibili" - e come la consapevolezza della nostra realtà sognata possa determinare il nostro stesso futuro. In questo volume, Robert Moss - uno dei massimi esperti a livello internazionale in fatto di sogni - ci racconta le storie di grandi personaggi la cui vita è stata segnata dall'elemento onirico, dalla bellissima Lucrecia de Leon, le cui premonizioni determinarono le scelte dei più potenti uomini di Spagna, all'affascinante corrispondenza di sogni tra Carl Gustav Jung e Wolfgang Pauli, passando per gli incredibili episodi che hanno scandito le vite di Mark Twain, Giovanna d'Arco, Winston Churchill, e molti altri. In questo libro visionario, narrato con l'abilità del romanziere, Moss getta le basi per un nuovo modo di esplorare e interpretare la storia e la coscienza umana, un viatico per penetrare con strumenti non tecnicamente "razionali" la parte più profonda, originale e inaccessibile di noi stessi.

Sogni lucidi: come i sogni lucidi possono aiutarti a percepire in modo cosciente i tuoi sogni Tramite preziosi consigli imparerai a poter provocare, controllare e manovrare i sogni lucidi Ti sei gi❖ ritrovato in sogni che sembrano pi❖ realistici di altri? Hai gi❖ provato l'esperienza di essere cosciente di sognare all'interno di un sogno? Vuoi scoprire in che modo gestire i tuoi sogni e muoverli nella direzione da te desiderata?Allora questo libro ❖ ci❖ che fa per te. In esso troverai tutte le risposte alle tue domande riguardo i sogni lucidi, conosciuti anche con il nome di sogni vividi. Imparerai a conoscere cosa sono i sogni lucidi, in che modo si differenziano da quelli normali, come gestirli e manovrarli con consapevolezza. Ti verranno forniti anche degli esercizi che ti aiuteranno a controllare le diverse fasi dell'esser cosciente e a riconoscere i confini tra un'esperienza extracorporea e un sogno lucido. Rimarrai veramente stupito nello scoprire ci❖ di cui ❖ capace il tuo spirito quando dispone degli strumenti adatti e impara a farne uso. Frase dopo frase, imparerai anche a conoscere le connessioni tra i diversi livelli di consapevolezza e le interazioni tra le fasi del sonno e del sogno, che per la maggior parte delle volte sperimenti in modo inconscio. Se prenderai a cuore ci❖ che questa opera ha in serbo per te, allora, oltre a maturare e crescere spiritualmente ti si apriranno prospettive del tutto nuove. Lasciati rapire da un mondo pieno di nuove possibili❖! Grazie a questo utile manuale imparerai a... ..poter controllare meglio la tua coscienza e il tuo inconscio. ... beneficiare dei risultati della ricerca scientifica in materia. ... sperimentare gli esercizi capaci di causare i sogni lucidi. ... conoscere la differenza tra un sogno lucido, un viaggio astrale e un sogno normale ... scoprire i vantaggi racchiusi in un sogno vivido e se comporta dei rischi ... e molto, molto altro ancora! Non indugiare ancora a lungo, segui adesso i consigli racchiusi in questo libro e inizia il viaggio nelle profondi❖ della tua coscienza.

La popolarità dei sogni lucidi autoindotti è cresciuta negli ultimi anni. Le ragioni più comuni per indurre sogni lucidi includono la realizzazione dei desideri, il superamento delle paure e la guarigione. Alcuni studi hanno anche mostrato un legame tra l'induzione di sogni lucidi e il superamento della paura e dell'angoscia associati agli incubi.Per la maggior parte degli individui i sogni lucidi si verificano spontaneamente di rado, tuttavia, vi è una sostanziale variazione nella frequenza dei sogni lucidi, che va, secondo le stime attuali, da mai (circa il 40-50%) a mensile (circa il 20%) a una piccola percentuale di persone che sperimentano sogni lucidi più volte alla settimana.

Teoria e pratica del viaggio astrale. Aprite le ali e «Volate»!

La Creazione Minore

Impara a usare il sogno lucido

Dormire Bene Sognare Meglio. Come Dominare i tuoi Sogni e Migliorare la Qualità del Riposo. (Ebook Italiano - Anteprima Gratis)

Dormire bene. I benefici di un sonno naturale

Dal sogno alla conoscenza di sè