



VV.AA.

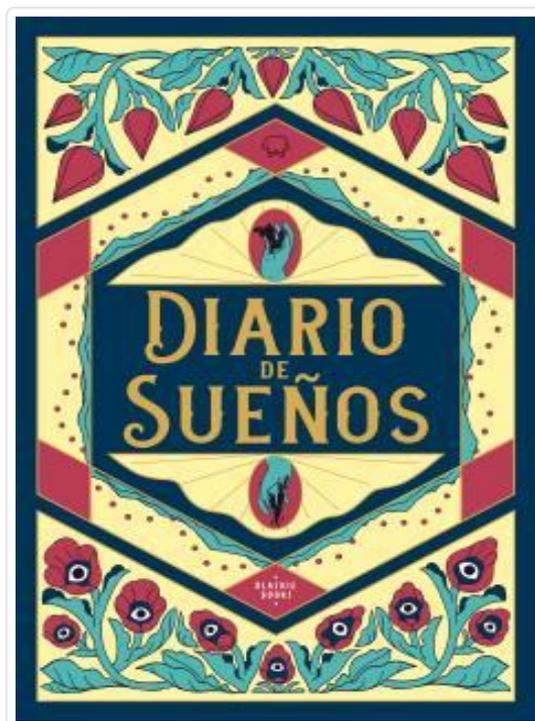
Diario de sueños (Nueva edición ampliada)

Si dormimos un tercio de nuestra vida... ¿Por qué no aprender de nuestros sueños? Con este diario podrás llevar un registro de cuánto, cómo y por qué sueñas. A través de unos sencillos pasos aprenderás a conciliar tu vida de vigilia con la del sueño. Aprenderás de tu subconsciente. Aprenderás de ti. Bienvenido al mundo de tus sueños.

«Diario de sueños» es un diario secreto para que conviertas tus sueños en grandes relatos.

- Fichas técnicas para ayudarte a entender tus sueños.
- Una guía para soñar mejor.
- Técnicas para tener sueños lúcidos.
- Curiosidades del mundo de los sueños.
- Trucos prácticos para recordar lo que sueñas.
- Páginas atrapasueños.

Y muchísimas cosas más...



Editorial	Blackie Books
Encuadernación	Tapa dura
Páginas	224
Tamaño	155x221x mm.
Peso	300
Idioma	Español
Tema	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788418187254
PVP	19,90 €
PVP sin IVA	19,13 €

