



Se souvenir de ses rêves : Faits, explications, conséquences

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Se souvenir de ses rêves : Faits, explications, conséquences

M Michelazzo

Se souvenir de ses rêves : Faits, explications, conséquences M Michelazzo

 [Télécharger Se souvenir de ses rêves : Faits, explications, c ...pdf](#)

 [Lire en ligne Se souvenir de ses rêves : Faits, explications, ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Se souvenir de ses rêves : Faits, explications, conséquences M Michelazzo

137 pages

Extrait

Extrait de l'introduction : dédiée à tous ceux qui croient qu'ils ne rêvent jamais

Bien que, comme je le suppose, nous passons tous une partie importante de notre vie à rêver, il est curieux de constater que de nombreuses personnes, interrogées à ce propos, ne savent pas répondre et n'ont aucun souvenir précis sur cet aspect de leur vie onirique.

Mary Arnold Foster, *Studies in Dreams* (1921)

Chacun de nous rêve toutes les nuits, à différents moments, durant au moins une heure. Les rêves sont nombreux mais, au moment du réveil, ils sont déjà oubliés. C'est pourquoi certains pensent qu'ils ne rêvent jamais et ont la sensation de perdre quelque chose, peut-être l'accès à un monde intérieur plus riche. Ils se comparent aux autres et les voient plus créatifs, plus imaginatifs. Ils écoutent le récit de rêves qui ressemblent à des films d'aventures, d'autres qui semblent bizarres, remplis de visions curieuses.

Désormais, on parle partout d'inconscient, d'analyse psychologique des rêves et de leur interprétation : à la télévision, dans les feuilletons, dans les journaux et les revues spécialisées. Et notre pauvre rêveur qui s'ignore se demande : «Pourquoi est-ce que je ne rêve jamais ? Rêver, est-ce si important ?» En effet, les rêves sont importants parce qu'ils stimulent des sentiments, des pensées et même des actions. Ils donnent de nouvelles informations concernant nos sentiments, notre corps, notre milieu. Ils sont les indices précieux des conflits et des problèmes qui nous angoissent. De plus, ils mettent en lumière notre propre face cachée, nos pensées négatives, les émotions que nous acceptons le plus mal, celles que nous n'osons même pas nous révéler à nous-même. Découvrir sans appréhension cette partie de notre personnalité nous permet de mûrir, d'évoluer. C'est pourquoi l'homme, au cours de son histoire, a toujours cherché à exploiter cette possibilité. Car le rêve fait partie de l'activité inconsciente de l'esprit, celle-là même qui élabore, sans que nous nous en rendions compte, les idées, les intuitions, les inspirations artistiques. Présentation de l'éditeur

Les rêves sont nécessaires. À travers eux, l'homme transcende ses angoisses, ses sentiments refoulés, ses frustrations. Ils sont porteurs de messages issus de l'inconscient. C'est pourquoi analyser ses songes permet de mieux se connaître, d'effectuer un retour sur soi.

M. Michelazzo vous guide dans cette démarche. Elle vous propose une méthode efficace pour vous rappeler vos rêves, une méthode qui recourt à l'écrit.

Elle propose également des exercices de relaxation et de détente qui favoriseront le souvenir. Par ailleurs, grâce à une approche psychanalytique, ce livre vous aidera à interpréter vos rêves.

À travers de nombreux exemples, vous apprendrez facilement la signification de tel symbole, telle situation, etc. Un ouvrage qui vous livre la clé des songes ! Avec lui, désormais, vous ne pourrez plus dire : «Moi, je ne rêve jamais !»

Download and Read Online Se souvenir de ses rêves : Faits, explications, conséquences M Michelazzo
#CX5I9LYOGUS

Lire Se souvenir de ses rêves : Faits, explications, conséquences par M Michelazzo pour ebook en ligne Se souvenir de ses rêves : Faits, explications, conséquences par M Michelazzo Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Se souvenir de ses rêves : Faits, explications, conséquences par M Michelazzo à lire en ligne. Online Se souvenir de ses rêves : Faits, explications, conséquences par M Michelazzo ebook Téléchargement PDF Se souvenir de ses rêves : Faits, explications, conséquences par M Michelazzo Doc Se souvenir de ses rêves : Faits, explications, conséquences par M Michelazzo Mobipocket Se souvenir de ses rêves : Faits, explications, conséquences par M Michelazzo EPub

CX5I9LYOGUSCX5I9LYOGUSCX5I9LYOGUS