

Оглавление

От автора7

Часть первая

ВОЗВРАЩЕНИЕ К СВОЕМУ ЕСТЕСТВУ

Глава 1. Ведение записей о вашем путешествии17

Глава 2. Инкубация сновидений и получение руководства к действию36

Глава 3. Толкование полученного послания.....54

Глава 4. Почему мы прячемся, убегаем, падаем и летаем75

Глава 5. Переосмысление «ночных кошмаров»94

Глава 6. Игра во сне и раскрытие ваших врождённых способностей112

Часть вторая

ПРИЗНАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ВСЕГО СУЩЕГО

Глава 7. Море обычных снов и «большие сновидения»135

Глава 8. Образы во сне: знакомые и незнакомые.....157



Глава 9. Взаимодействие с архетипами животных	175
Глава 10. Исцеление в осознанном сновидении	222
Глава 11. Измени свои сны, измени свою жизнь	241
Глава 12. Техника совместного осознанного сновидения для коллективного исцеления	265
Заключение	282
Примечания	283

