

**Amala KLEP KREMMEL**  
**Oh mon rêve ! Grimoire magique et alchimique**

Oh, mon rêve ! est un carnet de rêves, un grimoire précieux, dans lequel les lecteurices pourront y inscrire leurs rêves nocturnes et être guidés dans leur compréhension. Un moyen simple pour se sentir plus épanoui.e et en lien avec son âme.

ISBN : 9782840587590

Format : 16.5 X 24

Nombre de pages : 404

Prix papier : 28 €

Prix numérique :

MISE EN VENTE : 26 octobre 2021



Nous rêvons jusqu'à six rêves par nuit. Combien d'entre nous connaissent véritablement le vrai potentiel de leurs rêves ? Jour après jour, en prenant l'habitude d'inscrire vos rêves dans ce Carnet et en suivant la méthode qui y est enseignée, vous apprendrez à appréhender leur sens caché et les actions concrètes vers lesquelles ils vous guident.

**Amala Klep Kremmel, autrice du Souffle d'Or, propose un vrai compagnon d'ouverture de vos rêves, composé en deux parties : une première avec une méthode pour les comprendre et une seconde pour les noter et attester de leur évolution.**

C'est donc à la fois un manuel pratique pour comprendre les rêves, et un carnet de notes précieux se transformant en véritable grimoire de rêves à remplir et feuilleter au fil des nuits. Grâce à une approche théorique et personnelle, illustrée par de jolis dessins, ce carnet s'adresse à la fois aux rêveurs et rêveuses confirmés, ainsi qu'aux novices ; pour prendre conscience de l'importance essentielle de ce dialogue quotidien avec ses voyages oniriques.

Nos rêves n'ont que cette intention : nous enseigner plus d'authenticité, de vérité, de justesse afin de nous guider vers une union intérieure. Ils nous aident à identifier nos croyances limitantes, nos blessures, nos réussites, nos conflits, nos idées de génie et d'agir en fonction de ces ressentis.

**Amala Klep KREMMEL** a été actrice, professeure de théâtre et de cinéma et metteuse en scène. Elle partage son don à travers enseignements, conférences et écrits autour du Rêve, du Yoga et du Voice Dialogue.

Elle vit aujourd'hui au milieu de la nature dans le Sud de la France avec son mari et son fils, et est co-fondatrice du Centre Duo MoonDo. Ils y proposent la rencontre du monde intérieur et du monde extérieur, à travers séances, ateliers initiatiques, séminaires, retraites individuelles, de couple et artistiques.



**ATTACHÉE DE PRESSE :** Pascale Stouvenot - [presse@souffledor.fr](mailto:presse@souffledor.fr) - 04 92 65 10 63

**DÉLÉGUÉE COMMERCIALE :** Fanny Rey - [commercial@souffledor.fr](mailto:commercial@souffledor.fr) - 04 92 65 52 21

**Amala KLEP KREMMEL**  
**Oh mon rêve ! Grimoire magique et alchimique**

**TABLE DES MATIÈRES**

<b>PRÉAMBULE ONIRIQUE.....</b>	<b>3</b>
<b>UN DIALOGUE ESSENTIEL AVEC SON ÂME.....</b>	<b>5</b>
Le monde intérieur.....	5
Isis, une déesse des rêves.....	7
Asibikaashi et vos divinités personnelles.....	8
<b>RÊVER, CLÉ SECRÈTE</b>	
<b>POUR MATÉRIALISER SES DÉSIRES.....</b>	<b>11</b>
L'ADN du rêve .....	11
Vertus et bénéfices des rêves.....	14
L'Alchimie onirique.....	15
<b>LESDITS « CAUCHEMARS ».....</b>	<b>20</b>
Qu'est-ce qu'un cauchemar ?.....	20
Comment venir à bout des cauchemars ?.....	21
<b>SE SOUVENIR DE SES RÊVES.....</b>	<b>23</b>
« Si je ne me souviens jamais de mes rêves ? » .....	23
« Je rêvais beaucoup dans l'enfance puis plus du tout... ».....	24
<b>LE LANGAGE DES RÊVES.....</b>	<b>26</b>
L'art des glyphes.....	26
Différents types de rêves .....	28
Maitriser l'art de rêver : les rêves lucides .....	33

**Amala KLEP KREMMEL**  
**Oh mon rêve ! Grimoire magique et alchimique**

<b>ARCHÉTYPES ET SYMBOLES.....</b>	<b>35</b>
Le pouvoir des archétypes.....	35
Le secret du mécanisme de vos rêves .....	37
Glyphes des thèmes de rêves .....	39
<b>DIVINATION PAR LE RÊVE.....</b>	<b>40</b>
Devenir médium de sa vie.....	40
La Lune, gardienne des rêves.....	41
<b>RITUELS ONIRIQUES.....</b>	<b>43</b>
La Magie des rêves.....	43
Pratique des Chakras des rêves.....	45
Un autel des rêves.....	48
<b>FONCTIONNEMENT DU GRIMOIRE DES RÊVES.....</b>	<b>49</b>
Une pratique rituelle quotidienne.....	49
Comment le remplir.....	51
C'est parti !.....	55
<b>ALLER PLUS LOIN .....</b>	<b>356</b>
<b>REMERCIEMENTS.....</b>	<b>357</b>
Glyphes de rêve.....	359