

ものの見方

リラックスからはじめる 視力改善

【実践講座 20】

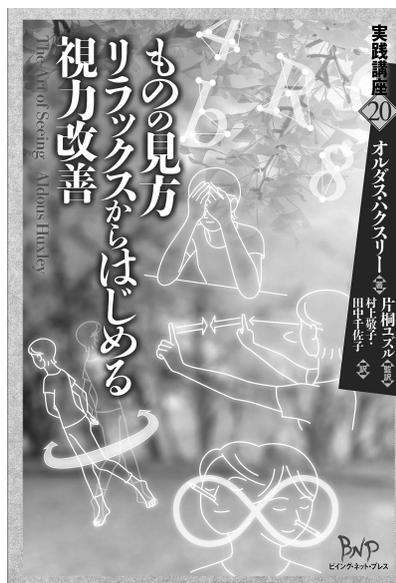
2023年
5月25日
刊行

四六判 並製
224頁

本体価格
2,640円
(税込)

オルダス・ハクスリー 著 片桐ユズル 監訳 村上敬子・田中千佐子 訳

近視・遠視・乱視・老眼・斜視に悩む人のための、
自然治癒力を高める視力改善 ベイツメソッド。



著者ハクスリーは、16歳から視力障害に苦しみました。医師の治療や拡大鏡に頼る状況が続き、45歳頃にはさらに悪化。

そんな中「ものの見方」のルール、「ベイツメソッド」に出会います。

眼と心身の適切な協調により「ものの見方」を改善する、緊張をとる視覚回復法です。

彼は数ヶ月後、メガネ無しで読書が出来るほどになりました。

眼のリラックス、まばたき、日光浴、視覚のスイング（動き）や切り替えなど、シンプルな訓練が心身の緊張をほぐして様々な視覚障害の改善につなげる技術方法を、彼はこの1冊の本にまとめました。

◎著者紹介◎ 1894年－1963年。イギリスの作家。1937年、眼の治療のためアメリカ合衆国に移住。ベイツメソッドとアレクサンダー・テクニークが視力回復に効を成した。小説・エッセイ・詩・旅行記など多数発表した。小説『すばらしい新世界』によってその名を広く知られている。また、神秘主義の研究も深め『知覚の扉』は高評価を得た。

申込書	書店名・番線印	冊	もの見方 リラックスからはじめる視力改善 定価 = 本体 2,400円 + 税 ISBN978-4-908055-30-0 C0011
	ご担当者様名		
	月 日		TEL 042-702-9213 FAX 042-702-9218

●取引取扱はトーハン、日販、楽天ブックスネットワークです。（担当 埋田）