

T U T U
Jacob Liberman

*Natürliche Gesundheit
für die Augen*

Sehstörungen beheben,
die Sehkraft verbessern

Aus dem Englischen
von Diane vonWeltzien

Integral

Inhalt

Vorwort von Gary Zukav.	9
Einführung: Mit dem Herzen sehen	15

Teil I: Sehen ist mehr als man auf den ersten Blick sieht

1 «Keine Sorge, Sie werden sich daran gewöhnen!»	22
2 Auf dem College für Optometrie.	38
3 Die Arbeitsweisen des Geistes.	56
4 Offener Fokus: Setzen Sie die Sehkraft Ihrer Augen frei!	69
5 Die Angst durchschauen	93
6 Visionssuche	115

Teil II: Eine neue Realität

7 Veränderte Sehkraft, verändertes Leben!	120
8 Nimm deine Brille ab und sieh!	132
9 Ein Tag im Leben Ihrer neuen Sichtweise	176
10 Wie man die Augen spazierenführt	187
11 Präsent sein und im Fluß bleiben.	198
12 Visionssuche.	218

Teil III: Von der Sehkraft zur Einsicht

13	Das Unsichtbare sehen.	224
14	Die Wahrheit über das Denken.	244
15	Müheloses Sehen, müheloses Lernen.	254
16	Wie man ohne Anstrengung lernt.	270
17	Visionssuche.	294
	Epilog: Offene Lebensführung.	298
	Anmerkungen.	303
	Dank.	309
	Literaturverzeichnis.	311
	Wichtige Adressen.	313
	Personen- und Sachregister.	314