

Inhalt

Worum geht es in diesem Buch? 7

Einladung zum Perspektivwechsel **10**

Fühlendes Sehen 17

Ihre Augen: Ihr Potenzial, Ihr Erbe **20** • Kontakt mit dem mütterlichen/väterlichen Teil in Ihnen aufnehmen **21**

Fokussiertes und peripheres Sehen 25

Gesichtsfeldübung **30** • Bewusstes Fokussieren **32** •
Fusionsübung (Schielübungen) **35**

Einzelne Sehstörungen 42

Kurzsichtigkeit **42** • Weitsichtigkeit **43** • Alters-sichtigkeit **45** • Unterschiedliche Fehlsichtigkeiten rechts und links **47** • Legasthenie **49** • Schielfehler **51** • Sehschwächen bedingt durch Computerarbeiten **54** • Stressbedingte Sehstörungen **55**

Über das Sehen hinaus – spirituelle Qualitäten in der Wahrnehmung 56

Die Autoren 57