

<<3D游戏>>

图书基本信息

书名：<<3D游戏>>

13位ISBN编号：9787531727859

10位ISBN编号：7531727854

出版时间：2012-3

出版时间：北方文艺出版社

作者：（英）普瑞斯特，（英）赖文 著，黄宇丽，罗寅 译

页数：264

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<3D游戏>>

内容概要

科学研究表明，视力并不是静止不变的。

即使你戴眼镜已经20年了，你还是有可能改善你的视力。

在全世界广为流传的3D图片就是一种很好的改善和提高视力的工具，被世人称之为“神奇的眼睛体操”。

据相关的统计数字显示，大多数人在19岁之前患上近视。

随着人们年纪的增加，近视变得越来越普遍：10岁时，约有10%的人近视；到15岁时，数字上升到约25%；而到18岁时，约40%的美国人因近视需要佩戴矫正眼镜。

而针对学生的统计数字则更高：约60%的大学生和约75%的研究生都有近视。

现在是时候做“眼睛体操”了。

本书为你介绍200多幅精彩的3D图片，观看这些图片可以帮助你消除眼睛的疲劳，保护和提高你的视力；同时，3D图片还可以放松大脑，增强眼睛和大脑之间的联系，充分开发我们的视觉潜能。

<<3D游戏>>

作者简介

加里·W.普瑞斯特：视光师及纽约州持证针灸师，他一直致力于为出现各种眼部状况的人们提供服务，他在临床实践中常使用3D图片帮助人们保护和提高视力。

1996年，他与人在纽约共同创建了整体健康联盟。

该联盟在美国各地都开设有课程，内容涉及天然的视力改善方法、视力情况的心理情绪影响、视力与学习、全身综合视力疗法、中医和视力护理等。

普瑞斯特还是学校系统、康复中心以及美国西点军校的咨询师。

他于1990年起参与创作了《3D游戏》系列图书，一度掀起3D图像书籍的抢购热潮。

除本书外，其代表作还有《眼睛的骗术》、《天然的眼睛护理》、《抢救视力》等。

吉恩·赖文：视光师及纽约州持证针灸师。

他在从业26年来帮助许多人保持了健康的视力，甚至提高了视力。

他还是一位著名的视力相关话题的演讲者，他于1990年起参与创作了《3D游戏》系列图书，并合作编写了《如何看到三维》、《更棒的视力》等书。

<<3D游戏>>

书籍目录

3D图片与视力

3D图片将如何改善你的视力

观看3D图片的功效

立体时间

紫苑

划分伦敦

三叶草(1)

花浪

水果与蝙蝠

樱花

皇冠

埃及壁画

脚步

立体循环

日晷

湖光

头像

六边形与正方体

庭院

王与王后

格子

点的爆炸

花与twist

未雕琢的钻石

蜻蜓的火花

约翰的花园

泡泡

飞舞的蝴蝶

烟囱

彩色的滤网

龙灯

发光的水

混放的蔬菜

彩色尖刺

海星之家

男女

蜜蜂

隐藏的图案

Go

烟火

花簇

脚印

蜗牛

金色的天空

金鱼

<<3D游戏>>

石头爆炸
颅相学者
起飞和降落
神庙
心中心
心的悸动
露台
守卫者
海马
机器立体图
盒子中的盒子
蝴蝶
凯尔特结(1)
喜剧
色子
DNA
螺旋
双螺旋
幻想新生
般若
Hello
热气球
切开的立方体
错开的球体
锁与钥匙
神秘的图形
两极
圆圈
圆柱
三叶草(2)
五角星
大卫之星
太阳花
三部曲(1)
三部曲(2)
五环
岩画
艾属螺旋
扑克
圆环
立方体与圆
沙漠之花
春分秋分
芝士汉堡
金色的旋律
草丛与圆柱
心中的空白

<<3D游戏>>

沙漠里的洞
锁住的星星
迷宫
官员温基
相互吸引
加号
进出金字塔
螺旋——进来还是出去
楼梯
无限(1)
扭曲的星星
Window
Words
窗外的树
叶子的地球
神奇的立方体
大理石星星
混乱的信息
神秘的管子
猫头鹰
五边形与五角星
松果
行星
螺旋与星星
石头与星星
雪花天使
螺旋8
石头里的星星
分割的圆圈
星星与球体
Stereogram
苏珊的篮子
泰迪熊
Vertigo
风车
交叉的加号
凯尔特结(2)
蜥蜴与碗
牵牛花
橡树叶
管子与圆环
台球
星星与条纹
New Mexico
开门
太极(1)
紫色树篱

<<3D游戏>>

1月10日

椭圆

海马与扇贝

双耳细颈罐

丝带

蓝色天使

立方块

青瓷色

胶囊

环环相扣

危险的海

深洞

沙漠金字塔

不可思议的圆

暴风雨之眼

草丛

三连环

无限(2)

笑脸

无限(3)

常春藤与立方体

1英镑

恐龙

芝加哥映像

韦奇伍陶瓷

圆环与笼子

万花筒螺旋

铭的丛林

蝙蝠

煤矿里的猫

法语Chow

泡泡连泡泡

尼罗河上的日落

日出

幸运的兔子

Mesa Verde

森林里的鸟

两颗心

海洋宫殿

丛林

灵感

玉

莲花

洋槐木雕

漂浮的眼睛

湖之情

拜占庭水晶

<<3D游戏>>

树林的边缘

玫瑰

蝎子

日元硬币

箭头

蓝色蝴蝶

蝴蝶与云层

彩蝶

飞机

狮身人面像与金字塔

太极(2)

海洋

进站

日落

Atmosphere

骚动

美人鱼

答案

章节摘录

版权页：插图：3D图片与视力3D图片不仅非常有趣，而且它们在人类的视力以及人类跟外界的联系方式等方面都给我们带来不可思议的改变。

许多3D图片成为人们视力治疗计划的一个重要组成部分，帮助人们改善视力，并改善他们的生活。

3D图片是科学术语为“黑白单图随机点立体图”的放大版本，常被简称为“立体图”。

立体图是这样一种图像：你可以不凭借任何特殊设备而看到一张图片中所包含的第二张三维图像。

要想看到3D图片所隐藏的图像，你并不需要一副有趣的眼镜，但你确实需要训练你的眼睛以一种新的方式看事物。

这种新的看事物的方法会训练你的大脑和眼睛，你需要学会用一双“温柔的眼睛”来看这个世界。

宫本武藏（17世纪日本著名的剑手）在他对剑斗的经典论述《五轮书》（TheBookofFiveRings）中对这种温柔聚焦的方法进行了阐述。

武藏阐述了两种类型的视力。

其中一种他称之为“ken”，即对表面现象和外部运动的观察。

另一种是“kan”，这是一种更深的看，可以看到事物的本质。

一名武士想要变得剑术娴熟，必须要掌握这种看的方法。

武藏解释说，利用“kan”的外围视野，武士可以快速辨认出敌人，并在袭击发生之前就觉察到。

除了武术方面的好处，“kan”这种看事物的方法还有许多其他好处：它可以帮助我们保持平静、提高注意力、增强创造力和直觉，还可以扩大我们的视野。

我们也是以“kan”这种方法来看3D图片隐藏的图像的。

听起来“kan”好像是一种神秘的技艺，但事实上它有一个简单的生理学上的解释。

眼睛的视网膜可以被分为两部分：一部分叫做“中央凹”，其中密密麻麻地布满了视锥细胞。

视锥细胞将图像变为硬聚焦，硬聚焦是清楚的、有逻辑的，并和看世界的分析方法有关。

每一个视锥细胞都有一根单独的神经来和大脑相连，进入到中央凹里的信息会被大脑有意识地处理。

视网膜的另一部分是其外围部分，其中长着视杆细胞。

尽管数百个视杆细胞都连接在同一根神经上，但视杆细胞却非常灵敏，它们可以感觉到远在数百万米以外的一颗星星。

通俗地说，视锥细胞使我们可以非常近地聚焦到一个物体上——例如一片叶子，而视杆细胞却给了我们更开阔的视野——我们可以看到森林。

通过看3D图片——武藏的“kan”事物方式——你可以尝试在杆视力和锥视力之间获得一种平衡，并尝试更多地使用你的周围视力。

这样你会放松看事物的硬聚焦分析性方式，并会使你的注视变得柔和，从而可以获得更为开阔的视野。

由于我们的视野的外围部分主要是由大脑的下意识层面处理的，所以这种温柔聚焦的注视会产生出一种更为有感情的、直觉的看世界的方式。

我们可以使用这种温柔的聚焦从3D图片中看到隐藏起来的图像。

当隐藏起来的图像浮现出来的时候，这时就不仅仅是一种“观察”了，而变成了一种“体验”！

当视觉世界在我们面前发生改变的时候，我们的心态会变得更加开放，会将世界看做一种全新的体验。

在我们所有的感官（触觉、味觉、嗅觉、听觉和视觉）中，视觉是最发达的，这意味着一个普通人依靠视觉能获取最大比例的信息。

有调查表明，我们一生中所收集的所有信息有将近85%都是通过我们的眼睛进入到大脑的。

眼睛吸收进来的信息是原材料，大脑在此基础上产生出我们的现实感。

建立在以往经验上的背景决定了我们在当前环境里的行为表现。

因此，视力的品质、看事物的真实性和准确性在很大程度上决定了我们个人在现实生活中的品质，在很大程度上塑造了我们如何生活。

3D图片之所以成为如此特别的一种体验，是因为它存在于两层现实层面上。

<<3D游戏>>

一层是明显的、表面上的色彩的重复图样，而另一层则更为深刻，被隐藏起来了。

有些3D图片从表面上看表现为随机的色斑，而另一些从表面上看则表现为规律重复、高度组织化的图案，看起来其自身就已非常完善。

但是，不论图片表面上看起来怎样不同，它总有另一层更深的层面，而这层更深的层面就是3D图片的“真实”存在。

表面存在只是对所隐藏的真实存在的一种干扰。

当你找到3D图片中隐藏的图像后，你就领会了3D图片的真实意义和体验。

观看3D图片的真实体验实际上是一种看到不可见的事物——至少是如果不认真看就无法很容易地看到的事物——的能力。

发现隐藏图像的过程是一个动态事件，它将我们从被动的图画观察者变成了看事物的体验者。

而当我们对自己能看到的事物和不能看到的事物的认识发生改变后，我们的心态会变得更加开放，会将世界看做一种全新的体验。

这样一种看到我们以前看不到的事物的体验，这样一种隐藏的图像突然显现的体验，在生活中会有助于我们开阔视野、开阔对可能性的理解。

就像生活的许多方面一样，视力并不是静止不变的。

即使你戴眼镜已经20年了，你还是有可能改善你的视力。

我们希望3D图片可以帮助你提高宝贵的视力。

即使你看3D图片只是为了乐趣，你也有可能慢慢发现隐藏在表面下的更深的存在层面。

但请不要只是听我说说就行了，要“眼见为实”。

3D图片将如何改善你的视力在美国，就像在其他科技高度发达的国家一样，人们不借助于眼镜以及没有做激光手术而保持良好视力的情况已经变得非常罕见。

在美国有超过1亿的人近视，这意味着在这个国家每3个人当中大约就有1个人患有近视。

为什么有这么多人近视？

我们不能将人们的近视归咎于父母的基因，因为只有不到5%的美国人天生近视的。

患有近视的美国人的数目如此惊人，和基因并没有什么关系，而和我们的生活方式以及我们使用眼睛的方式有关。

比方说，人们开始近视的时间和上学读书或使用电脑工作的时间比较一致，而这种一致并不是一个简单的巧合。

编辑推荐

《3D游戏:保护和提高视力的神奇方法》编辑推荐：全新的眼睛体操。

帮助全球2000多万读者成功改善和提高视力。

许多3D图片成为人们视力治疗计划的一个重要组成部分，帮助人们改善视力，并改善他们的生活。

3D图片还可以放松大脑，增强眼睛和大脑之间的联系，充分开发我们的视觉潜能。

《3D游戏：保护和提高视力的神奇方法》为你介绍200多幅精彩的3D图片，观看这些图片可以帮助你消除眼睛的疲劳，保护和提高你的视力。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>