

PETITE BIBLIOTHÈQUE PAYOT

ALDOUS HUXLEY

L'ART  
DE  
VOIR

Avant-propos de Georges Neveux



PS 133

ALDOUS HUXLEY

L'ART  
DE  
VOIR

5 DC 1890  $\frac{1}{1}$

L'histoire d'une cure miraculeuse.  
Une étude de psychologie visuelle.  
Un message d'espérance pour qui-  
conque est atteint de défaut visuel.

Avant-propos de Georges Neveux

150

PETITE BIBLIOTHÈQUE PAYOT  
106, Boulevard Saint-Germain, Paris (6<sup>e</sup>)

## TABLE DES MATIÈRES

|                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| AVANT-PROPOS de Georges NEVEUX ..... | 5 |
| PRÉFACE .....                        | 9 |

### PREMIÈRE PARTIE

|   |    |
|---|----|
| 1. — Médecine et vision défectueuse .....   | 13 |
| 2. — Une méthode de rééducation visuelle .....  | 20 |
| 3. — La vision : résultante d'une sensation, d'une<br>sélection et d'une perception ..... | 33 |
| 4. — Variations dans le fonctionnement du corps<br>et de l'esprit .....                   | 42 |
| 5. — Causes du mauvais fonctionnement visuel :<br>maladies et troubles émotionnels .....  | 49 |

### DEUXIÈME PARTIE

|   |     |
|---|-----|
| 6. — Relaxation .....   | 63  |
| 7. — Clignement et respiration .....  | 70  |
| 8. — L'œil, organe de la vue .....  | 79  |
| 9. — Fixation centrale .....  | 91  |
| 10. — Méthodes d'éducation des yeux et de l'atten-<br>tion, pour leur apprendre à se mouvoir .. | 98  |
| 11. — Flashing : coups d'œil rapides .....  | 111 |
| 12. — Shifting : changements de direction de la<br>vue .....                                    | 120 |
| 13. — L'aspect mental de la vue .....   | 135 |
| 14. — Mémoire et imagination .....  | 141 |
| 15. — Myopie .....  | 162 |
| 16. — Hypermétropie, astigmatisme, strabisme ..   | 174 |
| 17. — De quelques situations difficiles dans la<br>fonction visuelle .....                      | 187 |
| 18. — Conditions d'éclairage .....  | 201 |
| APPENDICE I .....   | 209 |
| APPENDICE II .....  | 218 |