

هذا العمل محاولة هدفت منها مساندة التطور الهائل الذى كشفت عنه بحوث التدريب البصرى فى السنوات الأخيرة ... فهو يعنى بمجالات ليست تهم الكثير من الناس بل تهم كل الناس لارتباطها بصحة أعينهم والمحافظة عليها وتحسينها للاستمتاع بالحياة بالشكل الأفضل والأفضل . جاء الكتاب فى ثلاثة أبواب تعبر عن مجالاته الرئيسية ويجمع بينها هدف واحد مشترك هو صحة العين وتحسين الأداء البصرى لجميع طوائف وأفراد المجتمع (الأطفال ، الكبار ، اللاعبين وأبطال الرياضة) . واستهل الكتاب بفصل عن حاسة البصر كأحد العمليات الأساسية فى تفاعل الإنسان مع بيئته والتى تحكم استقبال الإنسان للمعلومات الخاصة بالمثيرات والأحداث والظواهر المحيطة به ، وتضمن تشريح العين ومكونات الجهاز البصرى وتكوين العين وحركات العين والعضلات المسؤولة عن ذلك والعوامل الواجب توافرها لتحدث عملية الرؤية. وتدور الفكرة الرئيسية للكتاب حول مدى إمكانية تدريب العينين لتحسين وظائفها أو حتى استعادة قوتها الطبيعية ، فقد يبدو من غير المعقول أو حتى لا يمكن تصديق فكرة أنه من الممكن استعادة قوة الإبصار الطبيعية من خلال التدريب البصرى ؛ ومع ذلك وحتى الآن هناك الكثير والكثير من الأشخاص الذين استفادوا من التدريب البصرى دون أن يتضمن ذلك استخدام أجهزة باهظة الثمن أو إجراءات مرهقة . وقد روعى تقديم مادة الكتاب بأسلوب متميز يزيد التفاعل مع القارئ باستخدام لغة سهلة واضحة تتناسب مع كافة المستويات مع الالتزام بالدقة والأمانة العلمية فى النقل والتوثيق للمعلومات التى جاءت فيه وإمكانية التطبيق العملى لها مع توضيح للمصطلحات العلمية والطبية مكان ذكرها ، واستهدافه فئات المجتمع من الصغار والكبار وأبطال الرياضة ، إضافةً إلى تذييل الكتاب بمجموعة كبيرة من المراجع الحديثة ومواقع الإنترنت Web Review المرتبطة والمتخصصة فى تدريب الرؤية . أمل أن يحقق هذا الكتاب الهدف منه وأن تعم فائدته فى نشر الوعى الثقافى للصحة البصرية وتدريب الرؤية لمختلف طوائف وفئات المجتمع وأن يساهم فى تنمية الأداء البصرى ورفع الكفاءة البصرية حتى تكتمل منظومة الأداء المهنى التخصصى للمهتمين باللياقة الصحية وتحسين نوعية الحياة