

Миф о чёрных очках: глаза нужно
спасать от солнца.



* Среди большинства распространено пагубное и совершенно безосновательное убеждение, что свет вреден для глаз. Орган, который в течение миллионов лет адаптировался к солнечному свету всех уровней интенсивности, теперь объявлен неспособным обходиться без защиты темных очков. Это нелепое заблуждение, что орган восприятия света портится от света, приобрело популярность только в последние годы. Ношение темных очков стало повсеместным, превратилось в моду.





Взгляните на обложку любого журнала – черные очки везде. Даже девушки на рекламе нижнего белья – и те в них. Темные очки перестали быть признаком страдания и слабости. Теперь они – спутники молодости, обаяния и сексуальности. Причуда затемнять глаза родилась в определенных медицинских кругах и была небескорыстно подогрета производителями и продавцами окрашенных стекол и целлулоидных оправ. Их пропаганда возымела успех. Миллионы людей носят темные очки, и не только на солнечном пляже, но и в сумерках, и в тускло освещенных коридорах. Нет необходимости говорить, что чем дольше они их носят, тем слабее становятся глаза и тем большей становится потребность в защите глаз от света.

- * Приобрести пагубную привычку к темным очкам так же просто, как пристраститься к табаку и алкоголю. А ведь глаз создан таким образом, что может выдерживать освещение очень высокой интенсивности. Почему же тогда так много людей во всем мире испытывают дискомфорт, когда подвергаются действию света даже относительно невысокой интенсивности?



Похоже, этому есть две причины.

* Первая – глупая мода защищаться от света, о которой сказано выше. Паникеры от медицины, торговцы и рекламодатели, эксплуатирующие ученых мужей ради собственной выгоды, убедили широкую общественность, что свет вреден для глаз. Это неправда.

Вторая причина дискомфорта (даже тех, кто не имеет страха перед светом) — неспособность постоянно напряженного органа зрения нормально реагировать на изменения освещенности из-за привычки неправильного использования органа зрения. Яркий свет болезнен для утомленных глаз, поэтому у человека зарождается страх перед светом, а он, в свою очередь, становится причиной дальнейшего напряжения и дискомфорта.

В итоге:

- * Во-первых, не травмируйте свои глаза, ведь от солнечных очков наносится еще больше урона органам зрения, чем без них.
- * Во-вторых, солнечные очки вещь чисто-индивидуальная, поэтому не стоит гнаться за модой в ущерб своему здоровью. Мода пройдет, а плохое зрение останется навсегда.
- * В-третьих, солнечные очки очень сильно искажают окружающую среду. Мир прекрасен в своих истинных красках и цветах, и лучше наслаждаться им без помех для глаз. Ведь наш мир и природа действительно великолепны, стоит лишь присмотреться повнимательней 😊