



# КАК НАУЧИТЬСЯ РАССМАТРИВАТЬ СТЕРЕОКАРТИНКИ

Для того чтобы увидеть объемное изображение на стереокартинке, нужно немного потренироваться. Возможно, придется запастись терпением и даже попробовать разные способы рассматривания, чтобы выбрать самый удобный для вас. Зато когда вы научитесь видеть на стереограммах трехмерное изображение, то уже не захотите расстаться с волшебным миром 3D-картинок! Ведь это занятие — сродни медитации и, по мнению ученых, прекрасный способ расслабиться, успокоиться и настроиться на позитивный лад. К тому же просматривание стереограмм — отличная гимнастика для уставших глаз. Итак, прежде всего необходимо сесть прямо перед картинкой и сосредоточиться, желательно в тихом и спокойном месте: шум и помехи будут вас отвлекать. Чтобы уловить изображение стереограммы, применяют несколько способов.

## ВАЖНЫЙ СОВЕТ

Ни в коем случае не перенапрягайте зрение! Напротив, взгляд должен быть как можно более расслабленным. Если ваши глаза упорно не хотят видеть 3D-картинку, попробуйте рассмотреть другую. Когда вы поймете сам принцип разглядывания стереоизображений, вы сможете видеть их на стереокартинках любого уровня сложности!

## СПОСОБ 1

Расположите карандаш или ручку на расстоянии 5—7 см перед изображением, сосредоточьте взгляд на самом кончике и плавно перемещайте его вперед-назад. Благодаря этому картинка начнет размываться, и вскоре вы увидите объемное изображение.

## СПОСОБ 2

Разместите стереограмму на расстоянии примерно 10 см от лица. Сфокусируйте взгляд на ней, после чего расслабьте мышцы глаз, как будто смотрите сквозь картинку. Сначала рисунок расплывется, однако в скором времени перед глазами должно возникнуть четкое трехмерное изображение.

## СПОСОБ 3

Разместите стереограмму на расстоянии около 20 см от лица. Как можно медленнее приближайте ее настолько, чтобы взгляд уже не мог сфокусироваться на каком-то одном элементе и изображение размылось. Приблизив картинку вплотную, не отводя глаз от изображения, начните медленно и плавно ее отдалять, сохраняя расфокусировку зрения.



























