

Joga oczu na bis

Było to na spacerze:
Aż tu własnym oczom nie wierzę,
Więc muszę to opowiedzieć, najlepiej szczerze.

Pewna zabawna kobieta
Błyskała oczętami niczym kometa.
Sądziłem, że musi w tym tkwić jakaś podnieta.

Wnikliwie patrzyła do góry, to znów w dół,
Do przodu, to znów do tyłu spoglądała.
A może toczyła wewnętrzny bój?
Lub kogoś czy coś szukała?

Co rusz zasłaniała oczy,
Jakby brakowało jej nocy.
To znowu powabnie mrugała,
Takie zalotne sygnały wysyłała.

Czyżby rzucała uroki
Patrząc do przodu i na boki?
A może tak podziwiała leśne widoki?
Dziwił się temu przechodzący błękitnooki.

Patrzyła daleko i zaraz blisko,
Zapowiadało się niezłe widowisko.
Kiedy otrząsnąłem się, będąc nieco w amoku,
Zrozumiałem wtedy, że ćwiczę jogę wzroku.

To znów mrugała,
Czyżby oczy masowała?
Zapewne gałkę oczną rozciągała.
Zajęta tym cała, na nic już nie zważała.

To znów jeden palec blisko nosa trzymała,
Drugi na wyciągniętej ręce pokazywała.
Wszystko to działo się w lesie,
Gdzie i wilka poniesie.

Tak ćwiczyła mięśnie oka,
Jak to czyni sroka bystrooka,
By mózg je zdrowo aktywował
I swej wielkiej mocy nie żałował.

Patrzyła do przodu, to znów rozglądała na boki,
Sprawdzała akomodację, zarazem liczyła kroki.
Czyżby ćwiczyła koordynację mięśni oka
Wpatrując się w czubek nosa?

Widzenie rotacyjne
Jest nie tylko edukacyjne.
Trenowanie mrugania ma wzięcie
Albowiem w mięśniach oka usuwa napięcie.

Zasłanianie oczu w geście proroka
Ma na celu rewitalizację i rozluźnienie mięśni oka,
Co stymuluje krążenie cieczy wodnistej, a więc szklistej.
A wszystko to miało miejsce w lesie, w oprawie uroczystej.

Kiedy tym zajęta była cała,
Swoje zmysły zdyscyplinowała
Tak, by dobre widzenie miało powodzenie.
Jak widać każdy z nas jest aktorem na życia scenie.