



il falco

per l'educazione alla vista perfetta

WILLIAM H. BATES, M. D.

- La Concentrazione
- Presbiopía, Causa e Cura
- La Minaccia della Stampa Grande
- La Tabella di Controllo di Snellen

EMILY A. BATES

Lesioni agli Occhi

FRED W. MORRIS, D.O.

Un Caso di Auto-
Trattamento

ALICE AVERY PRICE

La Storia della Zia Kate

EMILY A. MEDER

Occhi Che Non Vedono

FLORIAN A .SHEPARD

Un Gioco per Curare la Paura del Palcoscenico

DOTT. PHILIP POLLACK

La Verità Riguardo gli Esercizi Oculari
("Le Fallacie del Sistema Bates", quinta parte)

MADDALENA CARLIENI

Il Sistema Originario del Dott. Bates come
"Educazione alla Pace Interiore"

RINALDERTO GHETTARDINI

Un Primo Obiettivo Raggiunto: Togliere dalla Patente
la Micidiale Scritta "Obbligo di Guida con Lenti"

LETTERE AL DIRETTORE

Quando un Difetto Lieve È Contro-Produttore nella
Cura della Vista • Un Occhio un Po' Pigro

- Genitori Laserizzati, un Pericolo per i Figli Miopici
- Il Sogno di Guarire la Vista

GRANDI CLASSICI IN STAMPA FINE E MICROSCOPICA:


"Malombra" di Antonio Fogazzaro (parte 4 di 5)

il falco

per l'educazione alla vista perfetta

Periodico quadrimestrale distribuito in abbonamento postale e nelle migliori librerie italiane per la divulgazione al pubblico dei vari metodi per la prevenzione e la cura della vista imperfetta come indicato nelle pubblicazioni dell'oftalmologo americano William H. Bates e della sua assistente Emily C. Lierman diffuse a New York negli Anni Venti attraverso i due libri "Vista Perfetta Senza Occhiali – Bates" e "Storie dalla Clinica – Lierman" e le quattordici annate della rivista mensile "Better Eyesight". IL FALCO pubblica inoltre numerosi articoli moderni che riportano le esperienze di auto-trattamento vissute dai lettori stessi a testimonianza della efficacia dei metodi del Sistema Bates Originario™ quando viene praticato in modo corretto e individualizzato.



Registrazione n. 383 del 16/6/2003, Tribunale di Milano • Iscrizione al Registro Operatori Comunicazione n. 16797 del 20/5/2008 • Associato all'Unione Stampa Periodica Italiana  • EDITORE Juppiter Consulting Publishing Company® (R.I.S.H.I. SRL, via Botta Carlo 7, 20135 Milano) • REDAZIONE viale della Libertà 48, 20097 San Donato Milanese, tel. 02 4873 1565, fax 02 4005 5347, ifalco@juppiterconsulting.it • DIRETTORE RESPONSABILE Rishi Giovanni Gatti • STAMPA Mongrafic, Gardone Val Trompia (Bs).

© 2013, Proprietà Letteraria Riservata.

Riproduzione impossibile se non previo accordo scritto.

ABBONAMENTI parziale 2013 € 18 (nn. 43, 44) ARRETRATI 2012 € 10 cad.
c/c postale n. 83967778, R.I.S.H.I. SRL oppure IBAN IT63A0307502200CC8500307718

IL FALCO è una testata giornalistica indipendente destinata al grande pubblico dei lettori utenti finali e non è in alcun modo collegata a operatori professionali e non-professionali che dichiarino di somministrare corsi o seminari o sedute individuali o lezioni o altre attività qualsivoglia sul così detto "Metodo Bates", né è collegata a operatori di ri/educazione visiva, di "training visivo", di "esercizi per gli occhi", di ortottica, di "optometria comportamentale", o qualsiasi altra cosa attinente alla vista, all'uso di occhiali correttivi di qualunque tipo, di lenti, operazioni, farmaci e quant'altro. ••• L'Editore diffida chiunque dall'utilizzare la rivista IL FALCO – e le altre pubblicazioni a essa attinenti – per scopi commerciali o comunque differenti dal mero uso personale. ••• Il marchio Sistema Bates Originario™ viene qui usato su licenza.



il falco 42

La Concentrazione: Definizione dal dizionario. Come dimostrarla guardando alla cocca della C. Come dimostrarla a occhi chiusi per mezzo della memoria.

Visione imperfetta in presenza di concentrazione. Il caso del professore di Psicologia, afflitto da presbiopia, che diventa miopico concentrandosi. Dimostrazione della concentrazione in un caso di vista normale e lamentele. Rimostranze nei confronti degli insegnanti di concentrazione. Come prevenire la concentrazione e salvarsi la vita. Un bambino di quattro anni afflitto dalla concentrazione. Il ruolo svolto dai giochi per alleviarla. Il ruolo dei genitori.

Presbiopia, Causa e Cura: Definizione dai libri di testo. Collegata in tanti casi a vere e proprie malattie oculari organiche. Indurimento del cristallino non può essere la ragione della presbiopia. Occorrenza nella miopia e nella ipermetropia. Il caso del quarantenne che rifiuta gli occhiali e risolve da solo il problema mediante riposo continuo degli occhi. Uso della retinoscopia simultanea per dimostrare l'origine della presbiopia. Il sistema nervoso nel suo complesso risente la presbiopia. Peggioramento grave dovuto a occhiali. Il rilassamento come cura. Guarigioni precoci. Prevenzione facile mediante stampa fine.

La Minaccia della Stampa Grande: È difficile vedere tutta insieme una lettera grande. Disagio e dolore prodotti nel tentare di farlo, anche con una riga di lettere piccole. Nei casi di vista normale, la stampa piccola è assai riposante. Tutto il contrario di ciò che viene insegnato e praticato a scuola. Il difetto ipermetropico. La cura si esegue mediante riposo e lettura di stampa fine.

La Tabella di Controllo di Snellen: Come utilizzarla per misurare la visione e guarire la vista. Benefici per i bambini scolari in particolare.

Lesioni agli Occhi: Due casi di lesioni gravissime agli occhi curati da Emily mediante i metodi di Bates. Giovane ventitreenne colpito in un ribaltamento automobilistico. I medici lo salvano dalla cecità ma dopo un periodo di occhiali spuntano le cataratte e viene consigliata l'operazione da numerosi dottori. L'ultimo medico consultato lo manda da Emily che lo tratta facilmente perché per il paziente è l'ultima speranza. L'uso della tabella di controllo vuota e della tabella a sfondo nero e lettere bianche. Visione migliorata

a 5/20. Uso della stampa fine e del trattamento con il sole. Lunghi periodi di esposizione al sole in un parco pubblico. Visione a 5/15. Vista al punto prossimo perfettamente guarita con l'uso di stampa fine e lente solare. Visione a 7/15. Un altro caso più grave subisce l'incisione della sclera da una lente di un occhiale, con perdita di fluido. Diverse malattie oculari sofferte in precedenza. Sentimenti di desolazione e sconforto nel paziente, leniti dalla amorevole assistenza di Emily. L'occhio cieco arriva a vedere 2/50, mentre l'occhio sano passa da 15/20 a 12/10.

Un Caso di Auto-Trattamento: Un dottore in Osteopatia cura se stesso grazie al libro originale del Dott. Bates "Vista Perfetta Senza Occhiali".

La Storia della Zia Kate: Una anziana ottantaseienne cieca ricupera la vista in due settimane grazie all'aiuto di una paziente del Dott. Bates.

Occhi Che Non Vedono: Anche personalità eminenti della alta società newyorchese si comportano da struzzi e non riconoscono l'importanza o le possibilità della cura della vista con metodi naturali. Abitudine agli "occhiali mentali".

Un Gioco per Curare la Paura del Palcoscenico: Quando si viene colti di sprovista è sufficiente ricordare qualcosa perfettamente per trovare rilassamento e rinnovata efficienza mentale.

Le Fallacie del Sistema Bates: Seconda parte della analisi di un optometrista molto critico nei confronti dei metodi del Dott. Bates. I commenti de "il falco" invitano il lettore a riflettere sulla superficialità delle accuse mosse e a verificare a livello individuale quanto le critiche siano fuori luogo perché dovute all'ignoranza.

Il Sistema Originario del Dott. Bates come "Educazione alla Pace Interiore": Testimonianza di una socia della A.V.P. che rileva la portata spirituale evolutiva dei metodi originali batesiani.

Un Primo Obiettivo Raggiunto: Togliere dalla Patente la Micidiale Scrittura "Obbligo di Guida con Lenti": Testimonianza di un lettore che supera l'esame della vista passando da 5/10 con correzione a 7/10 senza correzione. Illustrazione delle esperienze conseguite e dei metodi usati.

LETTERE AL DIRETTORE: « Quando un Difetto Lieve È Contro-Produttore nella Cura della Vista ». « Un Occhio un Po' Pigro ». « Genitori Laserizzati, un Pericolo per i Figli Miopici ». « Il Sogno di Guarire la Vista ». Le risposte del Direttore.

Il presente numero è stato chiuso in redazione il 20 marzo 2013.

Discolpe legali: L'Editore dichiara formalmente che i nomi delle persone citate negli articoli della sezione moderna della presente Rivista potrebbero essere stati cambiati per motivi di riservatezza. L'Editore non si assume alcuna responsabilità circa l'utilizzo che il lettore vorrà fare dei contenuti qui esposti. La traduzione in italiano degli articoli batesiani viene fatta in senso letterale e conserva intatta la forma originale anche se questo potrebbe dare luogo a imperfezioni.

La Concentrazione

Di

WILLIAM H. BATES, M.D.

L DIZIONARIO definisce la concentrazione essere un tentativo forzoso di mantenere la mente fissata continuamente su un punto. Può essere dimostrato che questo è impossibile per una qualsiasi grande lunghezza di tempo, per alcuni secondi o per parte di un minuto. Tutte le persone con vista imperfetta dovuta a vista-corta, astigmatismo, cataratta o glaucoma, tentano di concentrarsi. Dato che la concentrazione è impossibile, tentare di fare l'impossibile è uno sforzo. Non fa affatto bene al paziente dirgli che la concentrazione o il tentare di concentrarsi siano un danno. Per ottenere un beneficio reale egli deve provare i fatti, sperimentando sui suoi occhi stessi.

Quasi tutti possono guardare alla cocca sulla sommità della C a dieci o quindici piedi e tentare di mantenere la mente fissata continuamente su un unico punto della cocca. Dopo alcuni secondi, tutti i pazienti dimostrano che è necessario un tentativo forzoso e che più a lungo il punto viene fissato, più grande diventa il tentativo. Gli occhi e la mente si affaticano a causa del tentativo e prima o poi gli occhi si muovono via dalla cocca e la visione diventa sfocata. Questa sembra una dimostrazione semplice, ma potrebbe fallire in quegli individui che hanno la capacità di immaginare erroneamente che si stanno concentrando con successo e continuamente, mentre inconsciamente non ci riescono perché chiudono gli occhi o sbattono le palpebre oppure spostano [lo sguardo] su qualche altro punto. Questi casi sono difficili da gestire e di solito richiedono parecchia pazienza e ingegnosità prima che il paziente diventi capace di dimostrare i fatti.

A occhi chiusi il paziente potrà essere capace di ricordare la C con la sua cocca, continuamente, e dimostrare che gli occhi si stanno muovendo da un dato punto della C a un altro. Se il paziente viene diretto a mantenere

PienaLuceLED

ad ampio spettro solare



Nate per offrire al lettore il massimo del **comfort visivo** insieme al massimo dell'**efficienza energetica** (rendimento > 90%) e al massimo della **durata** (minimo 50.000 ore, garanzia 5 anni), la serie di lampade PienaLuceLED è composta da quattro modelli, tutti in pronta consegna:

- a)** modello da **scrivania**, 9 watt, 400 lumen, ampio spettro, 500 lux a 50 cm, 4000 K di temperatura cromatica;
- b)** modello da **lampadario**, 18 watt, 1400 lumen, ampio spettro, 2000 lux a 1 metro, 5000 K, fascio ampio;
- c)** modello per **tabelle** di controllo, 18 watt, 1400 lumen, ampio spettro, 7000 lux a 1 metro, 5000 K, fascio stretto;
- d)** modello **frontale "zoom"**, 3 watt, 250 lumen, 3000 K, ampio spettro, da 25 a 2000 lux a 30 cm (ottima per lettura)

Caratteristiche Tecniche

modelli **a) b) c)**: attacco: e27 • accensione: < 0,5 secondi (non ha bisogno di riscaldamento) • alimentazione: 220 V c.a. con oscillatore completamente elettronico allo stato solido (assenza totale di ronzii) • efficienza energetica: classe A+ • resa cromatica: Ra > 88 (mod. a), Ra > 92 (mod. b, c) • finitura: opalescente bianca • usi: specialmente indicata per illuminare uno scrittoio o la scrivania dove si legge, si studia, si opera al computer (mod. a) oppure per illuminazione generale a soffitto per stanze e uffici (mod. b) oppure per le tabelle di controllo (mod. c)

modello **d)**: alimentazione: 4,2 V c.c. con pila al litio incorporata e alimentatore allo stato solido a spegnimento automatico • funzione zoom 5°...60° • intensità regolabile 15%, 50% e 100% con pulsante multifunzione on/off.

- prezzi: a) € 39⁹⁵; b) € 89⁹⁵; c) 99⁹⁵; d) 29⁵⁰ iva incl. •

PER ORDINARE TEL. 02 48731565.

TABELLE DI SNELLEN 2013

Per incontrare al meglio le esigenze dei nostri lettori abbiamo preparato per il 2013 tre nuovi insiemi di tabelle di controllo:

Insieme "Avanzato", costituito dall'Insieme "Normale" con l'aggiunta dei **Tre Mazzi** di "Lettere di Snellen" da **36 carte** l'uno, stampa **fronte/retro**, fondo bianco e fondo nero, strumenti essenziali per praticare con lettere sconosciute sia da vicino che da lontano. *Questo insieme è consigliato a chi ha intenzioni serie per il suo trattamento e non vuole lasciare nulla di intentato, facendo pratica in condizioni le piú varie e verificando la affidabilità della sua guarigione praticando anche con lettere estratte a sorte.*

Insieme "Normale", costituito da: — **a)** tabella "**C**" marcata 200 piedi in **doppia copia** e stampa **fronte/retro** (per un totale di **4** facciate); — **b)** tabelle "**C**", "**PH**", "**EPF**", "**Num**" in formato **A2, A3, A5** (marcate 200, 100 e 50 piedi) stampate in **fronte/retro combinato**, fondo bianco e fondo nero (per un totale di $8 \times 3 = 24$ facciate); — **c)** tabelle "**C**", "**PH**", "**EPF**", "**Num**" in formato **A7** (marcate 25 piedi) stampate in **fronte/retro**, fondo bianco e fondo nero, in **doppia copia** (per un totale di $4 \times 2 \times 2 = 16$ facciate); — **d)** tabella "**Fondamentali**" in formato **A5** stampata in **fronte/retro**, fondo bianco e fondo nero; — **e)** tabelle "**C**", "**PH**", "**EPF**", "**Num**" in formato **A7** (marcate 25 piedi) stampa **solo fronte**, fondo bianco e fondo nero (per un totale di $4 \times 2 = 8$ facciate); — **f)** tabella "**C-200 specchio**" in formato **A2, solo fronte**/bianco, stampa speculare. *Questo insieme è consigliato a chi ha difetti minori di visione ma si è purtroppo abituato agli occhiali e ha bisogno di tutto il materiale adatto per praticare bene in modo vario.*

Insieme "Minimo", costituito dalla sola tabella "C" in doppia copia nel formato **A2** (marcato 200 piedi) e nel formato **A7** (marcato 25 piedi), stampati in **fronte/retro**, fondo bianco e fondo nero, per un totale di **8** facciate, su cartoncino. *Questo insieme è consigliato a chi ha difetti minori di visione e non ha mai usato occhiali da vista in modo continuativo.*

ATTENZIONE: il libro di 32 pagine "**L'Uso delle Tabelle di Controllo di Snellen Secondo i Metodi del Sistema Originario del Dott. Bates**" è incluso come omaggio in tutti gli insiemi.

PREZZI: Avanzato € 59; Normale € 39; Minimo € 19. Con i ganci per l'affissione.



« Si dimostrano inestimabili per la pratica dei metodi del Dott. Bates. Possono essere usate per verificare gli occhi, seguire i progressi, e migliorare la vista »

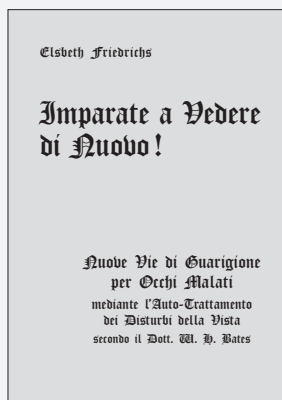
[Da "Better Eyesight"]

IN PRONTA CONSEGNA

Imparate a Vedere di Nuovo !

di Elsbeth Friederichs

L'allieva europea prediletta dal Dott. Bates racconta la sua esperienza di cura e di applicazione del suo sistema originario utilizzando un linguaggio nuovo che colpirà il lettore odierno per la perspicacia dimostrata e per l'originalità dell'intuizione. Arricchito da notevoli citazioni tratte da immortali autori letterari del Vecchio Continente, questo volume diventa essenziale per chi è incontentabile.



- oltre 200 pagine
- fascicolo aggiuntivo in stampa fine e microscopica
- segnalibro con tabella di controllo e "Fondamentali"
- sovracopertina
- stampa in oro
- addenda in coda con la raccolta dei più significativi articoli dell'Autrice
- solamente € 24,50
- sconto abbonati 15%

Parte Prima : Generale

1. La Visione. 2. La Nuova Scienza del Vedere. 3. L'Occhio. 4. La Facoltà Immaginativa ("Imagination"). 5. Capacità di Ricordare o Memoria. 6. Sforzo e Fatica. 7. Le Origini dello Sforzo Visivo. 8. Rilassamento.

Parte Seconda : Esempi

1. Vedere Senza l'Occhio Fisico. 2. Due Medici Come Pazienti Guariti. 3. Sui Bambini. La Tabella di Controllo di Snellen. La Piccola Dottoressa. Isabel nello Specchio Magico. Una Bambina Prodigio? 4. Dibattito Dopo una Conferenza. 5. Il Dondolamento. Tratto da una Seduta. La Visita Segue.

Parte Terza : Terapie

1. Prospettive e Possibilità di Cura. 2. La Tabella di Controllo di Snellen, la Sua Importanza e il Suo Utilizzo. La Tabella di Controllo in Famiglia. Utilizzo Domestico della Tabella. Cure per Chi Prima Portava gli Occhiali. La Tabella Come Mezzo di Prevenzione. La Tabella e "l'Occhio Cieco". Il Retro della Tabella. 3. Palmeggiamento. 4. Il Vagare e i Suoi Scopii. 5. La Cura del Sole. 6. La Lettura della Scrittura Fine Come Metodo Curativo. 7. Cura con l'Immaginazione. 8. Buttate Via gli Occhiali. 9. La Scuola per l'Educazione degli Occhi o, in breve, la "Scuola per la Visione". Nota dell'Editore. 10. Conclusione.

**PER ORDINARLO, TELEFONARE
AL NUMERO 02 48731565**

IN DISTRIBUZIONE A GIUGNO IL NUOVO LIBRO DEL DOTT. BATES

WILLIAM H. BATES, M.D.

Il Trattamento con il Sole e con la Luce

*Per imparare a "Rimirare il Sole",
rinforzare gli occhi e rilassare la mente*



Estratti integrali dalla rivista originaria
batesiana **BETTER EYESIGHT**

Grazie a questo volume, chiunque può arrivare a comprendere i segreti più profondi del Sistema Originario del Dott. Bates e riconoscere nel concetto di "riposo mentale" la chiave del trattamento che guarisce tutti i difetti visivi, inclusi la paura della luce, la cecità notturna e altre fastidiose risultanze dal modo erraneo di usare gli occhi.

PRENOTA LA TUA COPIA PER TELEFONO (02 48731565) O EMAIL (ordini@jupiterconsulting.it)