



il falco

per l'educazione alla vista perfetta

..... www.SistemaBATES.it

WILLIAM H. BATES

Fondamentali • Un Esperimento con la Retinoscopia Simultanea • Scartate gli Occhiali • “*Better Eyesight*” Apprezzata

EMILY A. BATES

Perché i Pazienti Falliscono

CONTIENE
QUATTRO TIPI DI
“STAMPA FINE”

KATHERINE HAYES

Bambini Scolari, Resoconto di Casi

ELSBETH FRIEDRICHS

Origine ed Essenza del Sistema del Dott. Bates

STEFANO ZACCARDIAN

La Verità è da rivelare a tutti ma va spiegata soltanto a chi è in grado di comprenderla

ANDREA OROBIN

Diario di sette giorni di pratica “post-residenziale”

SPECIALE: UN GRANDE RITORNO

Il Questionario della Vista Perfetta (numero 22)

SPECIALE: RESOCONTO DELLE ATTIVITÀ AVP (PRIMA PARTE)

«E un bambino piccolo li guiderà» • Un successo inaspettato... • La lampada termica... • A Carnevale ogni scherzo vale • Benefici dal tiepido sole • Un appuntamento duplice con risultati incoraggianti • “Metodo Bates”? **NÒ, GRAZIE!** • Buone condizioni operative nel salone dalle grandi vetrate • Pochissimi ma buonissimi • Un nuovo metodo di pratica con la tabella • Tutto liscio • Due giornate in una volta • Come evitare il contagio della vista difettosa • Un sabato un po' rocambolesco • Strabismo risolto quasi del tutto • Ostilità dei minori • Raddoppio!!! • Qui Diace Salvino... • Oltre trentacinque presenze

I GRANDI CLASSICI IN STAMPA FINE E MICROSCOPICA:

“Fior di Passione” di *MATILDE SERAO*

anno **tedicesimo**

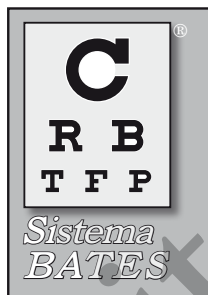
maggio/agosto 2015

numero **quarantanove**

Editore: Juppiter Consulting Publishing Company® ••• Direttore Responsabile: Rishi Giovanni Gatti

QUESTA COPIA: € 9,99 • UN ANNO: € 27

Pacchetti Scontati *per ampliare la collezione* *di libri e altri strumenti del* **Sistema Bates® Originario™**



Tutti i prezzi indicati includono IVA e spese di trasporto 24/48h.

PENTALOGÍA BATESIANA AVANZATA PLUS 2015

contiene

libro "VISTA PERFETTA SENZA OCCHIALI — BATES" settima edizione (ristampa 2014/2015)

libro "STORIE DALLA CLINICA — LIERMAN" quarta edizione

libro "I PIÚ AVANZATI METODI NELLA CURA DELLA VISTA — BATES" prima edizione

libro "IMPARATE A VEDERE DI NUOVO! — FRIEDRICH" prima edizione

libro "LE FIABE DELLA VISTA PERFETTA — BATES" seconda edizione ampliata

Insieme "Avanzato" di Tabelle di Controllo di Snellen 2015 (con i tre Mazzi di Lettere di Snellen e il saggio "L' Uso delle Tabelle di Controllo"...)

Cinque "SegnaLibri della Vista Perfetta" · La "Lente Solare" del Dott. Bates · Occluse Piratesco modello grande (54...58 cm) · Puntatore Laser Rosso con luce ausiliaria e portachiavi **Totale € 189,35** (al prezzo è già applicato lo sconto di **€ 80**)

TRILOGÍA BATESIANA AVANZATA PLUS 2015

contiene

libro "VISTA PERFETTA SENZA OCCHIALI — BATES" settima edizione (ristampa 2014/2015)

libro "STORIE DALLA CLINICA — LIERMAN" quarta edizione

libro "I PIÚ AVANZATI METODI NELLA CURA DELLA VISTA — BATES" prima edizione

Insieme "Avanzato" di Tabelle di Controllo di Snellen 2015 (con i tre Mazzi di Lettere di Snellen e il saggio "L' Uso delle Tabelle di Controllo"...)

Cinque "SegnaLibri della Vista Perfetta" · Puntatore Laser Rosso con luce ausiliaria e portachiavi **Totale € 139,95** (al prezzo è già applicato lo sconto di **€ 50**)

COMPLETAMENTO ALLA PENTALOGÍA 2015

pacchetto speciale per chi ha già acquistato il libro "VISTA PERFETTA SENZA OCCHIALI":

contiene tutto l'altro materiale della Pentalogía a € 151,50 (sconto di oltre € 70)

COMPLETAMENTO ALLA TRILOGÍA 2015

pacchetto speciale per chi ha già acquistato il libro "VISTA PERFETTA SENZA OCCHIALI":

contiene tutto l'altro materiale della Trilogía a € 99,95 (sconto di oltre € 20)

P.A.M. E TABELLE DI CONTROLLO 2015 *contiene:*

libro "I PIÚ AVANZATI METODI..." · Insieme "Normale" di Tabelle di Controllo di Snellen

2015 (con il saggio "L' Uso delle Tabelle di Controllo"...)

· una copia de "IL FALCO"

il tutto a **€ 71,95 (sconto di € 16,95)**


tel. 02 48731565

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 riuscite esperienze di auto-trattamento vissute dai Lettori e dai Socii AVP, a testimonianza della efficacia dei metodi del *Sistema Bates® Originario™* quando viene praticato su base individuale.



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) • ISSN 2283-5385.

© 2015, Proprietà Letteraria Riservata.

Riproduzione impossibile se non previo accordo scritto.

ABBONAMENTI parziale 2015 € 18 (nn. 48, 50) ARRETRATI 2014 € 10 cad.
versamenti su IBAN IT 85 G 02008 01781 000103215023, R.I.S.H.I. SRL

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 49

Fondamentali: Il Dott. Bates offre nuovi spunti di riflessione sui capisaldi del suo Sistema di cura, fra i quali abbiamo il Primo e piú importante "OCCHIALI SCARTATI PERMANENTEMENTE"

seguito da "CENTRALE FISSAZIONE", "CONDIZIONI FAVOREVOLI", "SPOSTAMENTO E DONDOLAMENTO", "MEMORIA E IMMAGINAZIONE", "RIPOSO", "PALMEGGIAMENTO", "SBATTERE LE PALPEBRE", "IMMAGINI MENTALI", concludendo l'esposizione citando il caso di una ragazza quindicenne che cura sé stessa in un giorno soltanto, perché questa era la sua esigenza.

Un Esperimento con la Retinoscopia Simultanea: Definizione. Condizioni ambientali per la sua ottimale verifica. Spostamento veloce degli occhi. Stazionarietà istantanea all'inversione. Come rimediare mediante spostamento circolare o ellittico.

Scartate gli Occhiali: Tutti i motivi per non perdere tempo e passare direttamente all'azione per ottenere presto una guarigione dalla vista imperfetta.

"Better Eyesight" Apprezzata: Interessante lettera di un abbonato alla rivista originaria batesiana che spiega come le informazioni ivi contenute lo abbiano aiutato a risolvere la sindrome da stanchezza cronica, con il beneficio aggiuntivo di risolvere i suoi difetti visivi.

Perché i Pazienti Falliscono: Emily cerca di spiegare perché alcuni pazienti non riescono a portare a termine la cura nel migliore dei modi, ponendo l'ènfasi sulla importanza della pratica domestica quotidiana. I casi della signora che non amava il colore nero; del sessantenne con vista doppia e della piccola bimba con cataratta e cecità. Uso del colore nella pratica. Benefici per le malattie gravi.

Bambini Scolari, Resoconto di Casi: Un'assistente del Dott. Bates riferisce la storia di una bambina di undici anni e di un ragazzo di tredici. La prima aveva

un occhio storto e voleva fare l'attrice; il secondo voleva fare tante attività sportive ma gli occhiali lo impedivano gradamente. Entrambi guariscono in poche settimane praticando con fiducia a casa.

Origine ed Essenza del Sistema del Dott. Bates: Fondamentale testo di Elsbeth Friedrichs che affronta il tema dell'"olismo" in Medicina, che è molto frainteso anche oggi quando tutti ne parlano. Alcuni importanti aneddoti sulla vita del Dott. Bates rivelati dalla scrittrice tedesca. Il ruolo del riposo.

La Verità è da rivelare a tutti ma va spiegata soltanto a chi è in grado di comprenderla: Un membro della Associazione Vista Perfetta® racconta la storia della sua guarigione dalla miopia certificata dal medico oculista in cicloplegia. Prevalenza delle lenti in famiglia. Soluzione peggiore del male. Metodo Bates commerciale inutile. Successo con Sistema Bates® Originario™ e partecipazione agli eventi AVP. La visita dall'oculista. Patente senza occhiali. Segreti per il successo nella pratica.

Diario di sette giorni di pratica "post-residenziale": Un altro membro AVP condivide nei dettagli gli appunti presi mentre fa pratica a casa in séguito alla sua partecipazione a un gruppo di studio. "Dieci decimi" non costanti. Nuovi metodi mai provati prima si rivelano validi, "venti decimi" temporanei. L'ambiente naturale favorisce la vista piú della tabella di controllo. Idem la guida. Le giornate "no" e come continuare la cura per la vista perfetta. "Dieci decimi" facili.

Questionario a Quiz (22): Una comprensione intellettuale delle opere batesiane risulta necessaria per trattare sé stessi e aiutare gli altri. Provate a rispondere alle dieci domande e verificate quanto ci avete capito veramente....

Resoconto degli Eventi AVP 2014: A futura memoria riproduciamo su carta stampata le minute delle giornate di studio svolte l'anno scorso con l'obiettivo di consentire a tutti i Lettori di conoscerle e migliorarsi ulteriormente... [prima parte]

Il presente numero è stato chiuso in redazione il 10 luglio 2015.

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 quivi 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.

Fondamentali

Di

WILLIAM H. BATES, M.D.

OCCIALI SCARTATI PERMANENTEMENTE: gli occhiali dovrebbero essere scartati permanentemente perché è impossibile guarire le persone mediante trattamento senza occhiali quando gli occhiali vengono indossati per lunghi o brevi intervalli di tempo. Tutti i casi di miopia vengono aumentati dall'indossamento degli occhiali. Se gli occhiali non vengono indossati, la visione di quasi tutte le persone migliora senza altro trattamento.

CENTRALE FISSAZIONE: Quando la visione è al meglio dove gli occhi stanno guardando, e peggio dove gli occhi non stanno guardando, la centrale fissazione è evidente. La centrale fissazione, quando viene usata propriamente, è un rilassamento e un beneficio. È interessante osservare che uno non può avere vista perfetta senza centrale fissazione. Uno non dovrebbe sforzarsi o fare tentativi per ottenere la centrale fissazione di una lettera o di un qualsiasi oggetto, dato che facendo così, la vista imperfetta diventa evidente molto presto. L'occhio normale si sposta inconsciamente da una parte di un oggetto a un'altra, vedendo al meglio la parte riguardata e le altre parti peggio, e l'occhio con vista imperfetta deve acquisire questa abitudine praticandola intenzionalmente finché non diventi una abitudine inconscia.

CONDIZIONI FAVOREVOLI: vi sono tanti modi nei quali la visione potrà essere migliorata avendo condizioni oppure l'ambiente favorevoli. Vi sono tanti fatti da considerare quando discutiamo le condizioni più favorevoli per il miglioramento della vista senza occhiali. Alcune persone vedono meglio in luce brillante, mentre altre vedono meglio in luce attenuata. La distanza della stampa dagli occhi, dove viene vista al meglio, pure varia con persone differenti.

La Verità è da rivelare a tutti ma va spiegata soltanto a chi è in grado di comprenderla

DI STEFANO ZACCARDIAN

SONO NATO cieco all'occhio sinistro, una malformazione congenita che ha comportato il riempimento del vitreo di materiale primitivo che non permette alla luce di passare. Per non farmi mancare nulla, durante l'adolescenza l'occhio "buono" iniziò a perdere la sua acutezza portandomi a dover indossare occhiali. A undici anni quella delle lenti fu per me una gioia, una conquista. Finalmente anch'io potevo avere un paio di protesi, nella mia famiglia mancavo solo io.

Poi gradualmente la vista peggiorò e con essa la fiducia per gli occhiali. L'ultima prescrizione prevedeva una correzione di due diottrie ma il mio *visus*, pur indossando gli occhiali, non superava i 9/10. Per vent'anni ho indossato quelle protesi opache che puntualmente, la sera, dopo una giornata al lavoro davanti allo schermo del calcolatore, non mi permettevano di vedere la televisione senza sforzo ulteriore, tanto erano stanchi e arrossati i miei occhi. Quando si abbandonano le lenti ci si dimentica troppo in fretta dei disagi e della sensazione di oppressione che abbiamo così tanto subito e che era diventata per lo più inconscia a causa dell'abitudine.

"Metodo Bates commerciale": un fallimento

Impiegai due anni per convincermi che dovevo provare altre strade e il "Metodo Bates" che trovai descritto sul "primo" sito Internet che ne parlava in Rete non mi convinceva granché; alla fine, comunque, decisi di tentare lo stesso, dandogli credito. Le informazioni che raccolsi su quel sito mi procurarono un tale grado di confusione e disorientamento che sentii necessario cercare ulteriori letture di approfondimento,

Diario di sette giorni di pratica “post-residenziale”

DI ANDREA OROBIN

DURANTE IL GRUPPO di studio “residenziale” della *Associazione Vista Perfetta®*, svoltosi a Cattolica (RN) nel giugno del 2015, la situazione della mia vista è rimasta pressoché stabile per tutti i due giorni e mezzo che ho potuto frequentare, con una certa difficoltà a raggiungere i 10/10 davanti alla tabella di controllo. Si trattava di una difficoltà che mi portavo dietro da qualche settimana, dato che nelle “sfide” serali da me condotte con le “lettere sconosciute” sulla tabella, riuscivo sí a vincere, cioè a vederle e riconoscerle, ma soltanto grazie a brevissimi lampi. Le grandi dosi di luce solare sperimentate al mare non hanno, pur troppo, migliorato il palmeggiamento, se non in un paio di occasioni. Sono stati molto notevoli, invece, il rilassamento muscolare “estremo”, che ho avuto modo di provare praticando i metodi visivi, e la conseguente drastica riduzione dei pensieri nella mente, che ha anche favorito, stranamente, una presa di coscienza riguardo ai miei atteggiamenti mentali legati all’uso degli occhi. Tale consapevolezza stava già maturando nel periodo immediatamente precedente al Residenziale, ma il confronto con gli altri partecipanti, pure loro in auto-trattamento, mi ha aiutato a definirla ancorá meglio.

Al termine del gruppo di studio, ritornato cioè alla normale vita quotidiana e lavorativa, ho pensato di prendere appunti giornalieri sulla mia pratica domestica, in modo da dividerli con i lettori de “il falco”, sperando di essere d’aiuto e incoraggiamento a tutti loro e di ricevere a mia volta altri consigli da chi magari vorrà raccontare le sue esperienze in futuro.

Resoconto degli Eventi AVP 2014

A CURA DELLA PRESIDENZA AVP

Ripubblichiamo sulle colonne de “il falco” i resoconti relativi agli eventi della Associazione Vista Perfetta® già svolti nell’anno 2014, inizialmente apparsi nelle pagine ufficiali associative ospitate sul sito Internet www.SistemaBates.it. In questo modo rendiamo possibile a tutti i lettori di poterle leggere con la massima comodità su carta stampata e in caratteri diamante e/o microscopici.

«E un bambino piccolo li guiderà» (*)

IL PRIMO appuntamento dell’anno 2014 con i soci della Associazione Vista Perfetta® si è svolto a Reggio Emilia domenica 26 gennaio dove circa 30 persone hanno partecipato a una giornata di studio dedicata alla pratica con le tabelle di controllo di Snellen secondo i vari metodi di riposo del Sistema Bates® Originario™.

La particolare positività della giornata è stata garantita dalla presenza di numerosissimi soci *infra-14*, accompagnati dai genitori. Ci piace segnalarne i nomi dal più piccolo al più grande (incluso un “fuori quota” sedicenne): Sofia, Matteo (*mascolte* AVP), Tiziano, Thomas, Eleonora, Arianna (presidentessa onoraria AVP), Francesca, Bianca, Stefano, Josephine, Alessio, Domitilla, Ginevra, Pietro, Matteo 2. Precisiamo che diversi di questi piccoli soci hanno partecipato a scopo preventivo dato che hanno vista normale senza occhiali e non la vogliono perdere.

Segnaliamo gli ottimi risultati ottenuti da Domitilla che in pochi mesi (dal 22 settembre 2013 a oggi) ha risolto il suo problema di astenopia e sforzo oculare per lo studio, dato che oggi legge 20/10 sulla tabella Snellen e legge il carattere diamante facilmente a pochi centimetri dagli occhi, notando – senza saperlo preventivamente – che le lettere piccole sulla tabella appaiono essere più nere di quelle grandi, il che è indicazione, secondo il Dott. Bates, di

guarigione completa e riposo mentale assicurato grazie al buon funzionamento della facoltà di immaginazione.

Notevole anche il commento del piccolo Matteo (sette anni) che in sei mesi ha raddrizzato completamente il suo occhio storto e ha guarito la sua ipermetropia dato che legge facilmente l’ultima riga del *SegnaLibro della Vista Perfetta* a 15 centimetri dagli occhi senza alcun problema: «Io adesso sono guarito e quell’oculista da cui ero andato non ci capiva un tubo, mi aveva dato degli occhiali come un fondo di bicchiere!!!».

L’incantevole presenza di Arianna (nove anni) ci ha confermato che i miracoli esistono e che – non ostante il parere dei medici – questi metodi di riposo mentale funzionano veramente: Da 2/10 a 25/10 in due settimane e la guarigione rimane ancora oggi, dopo nove mesi, anche se a volte la nostra presidentessa onoraria non si esercita con la tabella di controllo e quindi perde una riga, che però viene immediatamente recuperata mediante dondolio corto e lungo. Anche questo importantissimo caso verrà analizzato nei dettagli in un prossimo numero de “IL FALCO PER L’EDUCAZIONE ALLA VISTA PERFETTA”.

(*) Citazione biblica tratta da *I METODI DI TRATTAMENTO NELLE STORIE DALLA CLINICA* di Emily C. Lierman, pag. 156.

SECONDA EDIZIONE



con la nuova divertentissima storia
“Jerry e la Fata Buja”

128 pagine, grande formato 17 x 24 cm, carta pregiata
risguardi in nero, rilegatura olandese, quattro tipi di stampa fine
con fascicolo aggiuntivo incluso • euro 23,-

è in duplicazione

1° AUDIOLIBRO

della VISTA PERFETTA!

in formato "mp3" su DVD o USB

VISTA PERFETTA SENZA OCCHIALI - BATES
Rahy Giovanni Gatti, William Horatio Bates • 2015

1	IL PRINCIPIO FONDAMENTALE	2:52	21	CAPITOLO DICIASSETTESIMO - VISIONE IN...	25:09
2	PRIFAZIONE	3:02	22	CAPITOLO DIOOTTESIMO - OPTIMUM E PE...	7:08
3	CONTENUTI	29:54	23	CAPITOLO DICIANNOVESIMO - IL SOGLIO...	12:05
4	LISTA DELLE ILLUSTRAZIONI	6:57	24	CAPITOLO VENTESIMO - PRISIBIOMIA, SUA...	22:55
5	CAPITOLO PRIMO - INTRODUZIONE	20:19	25	CAPITOLO VENTUNESIMO - STRABISMO E...	11:28
6	CAPITOLO SECONDO - RETINOCOFIA SIM...	8:53	26	CAPITOLO VENTIDUESIMO - STRABISMO E...	15:44
7	CAPITOLO TERZO - EVIDENZA PER L'OCCE...	21:44	27	CAPITOLO VENTITRESIMO - MACCHIE FLU...	11:22
8	CAPITOLO QUARTO - LA VISTA RIGUARDO...	11:14	28	CAPITOLO VENTICQUATTRESIMO - TRATTAM...	7:44
9	CAPITOLO QUINTO - LA VERITÀ RIGUARDO...	18:17	29	CAPITOLO VENTICINQUESIMO - TRATTAM...	9:52
10	CAPITOLO SESTO - LA VERITÀ RIGUARDO...	10:52	30	CAPITOLO VENTISESTESIMO - LA PREVENZ...	13:55
11	CAPITOLO SETTIMO - LA VARIABILITÀ DELL...	10:43	31	CAPITOLO VENTITRETTESIMO - LA PREVENZ...	23:06
12	CAPITOLO OTTAVO - COSA CI FANNO GLI D...	15:47	32	CAPITOLO VENTISOTTESIMO - LA STORIA DE...	8:40
13	CAPITOLO NONO - CAUSA E CURA DEGLI E...	16:47	33	CAPITOLO VENTINOVESIMO - MENTE E VISI...	23:26
14	CAPITOLO DECIMO - SFORZO	15:46	34	CAPITOLO TRENTESIMO - VISTA NORMALE...	12:04
15	CAPITOLO UNDICESIMO - CENTRALE FISSA...	19:23	35	CAPITOLO TRENTUNESIMO - LETTERE DAL...	28:52
16	CAPITOLO DODICESIMO - PALMEGGIAMENTO	30:59	36	CAPITOLO TRENTADUESIMO - RAGIONE E A...	12:32
17	CAPITOLO TREDICESIMO - MEMORIA COM...	32:50	37	CAPITOLO TRENTATRETTESIMO - COME DIMO...	20:18
18	CAPITOLO QUATTORDICESIMO - *****	21:46	38	SETTE VERITÀ SULLA VISTA NORMALE	2:13
19	CAPITOLO QUINDICESIMO - SPOSTAMENT...	29:58	39	LA MINACCIA DELLA STAMPA GRANDE	8:00
20	CAPITOLO SEDICESIMO - LE ILLUSIONI DEL...	29:52			

oltre dieci ore di registrazione da ascoltare come e quando si vuole, anche mentre si dorme (apprendimento sub-liminale)

INCLUDE LA STAMPA FINE DELLA OTTAVA EDIZIONE DI "VISTA PERFETTA SENZA OCCHIALI"