



il falco

per l'educazione alla vista perfetta

.....SistemaBATES.it*

WILLIAM H. BATES

Miopia

EMILY C. LIERMAN

Tre casi di strabismo

MARY M. W. TAYLOR

Il metodo in Inghilterra

JIM JARDINE

Resoconto

RESOCONTI DEGLI EVENTI DELLA ASSOCIAZIONE VISTA PERFETTA®

Nuova socia con occhio pigro torna a casa guidando senza occhiali • Costruirsi una tana di cartone per praticare la vista perfetta con pochissima luce • Lo Spostamento con la luce laser verde aiuta i socii AVP® che studiano all'università • La AVP® sbarca a Torino e aiuta diversi nuovi socii tra cui un ragazzino capellone che acquisisce 20/10 e vista microscopica in meno di un'ora • Tempo di Carnevale a Padova usando la luce laser rossa sulle tabelle di controllo in un caso di alta miopia (-10 D) • Riflessi spirituali della cura della vista per mezzo del riposo mentale • Esaurimento nervoso risolto e vista migliorata grazie al riposo mentale e alla decontaminazione dalle radiazioni • A piedi scalzi sulla terra battuta rimiriamo il sole continuamente, con beneficio • La luce lampeggiante di una torcia elettrica su un occhio aiuta a vedere 20/10 con l'altro • Ricercatore sanitario con miopia progressiva di quindici diottrie vede 30/200 dopo quindici minuti di dondolio lungo aiutandosi con il puntatore laser rosso • Se uno non vede le scritte piccole con poca luce, invece di mettersi gli occhiali può usare la luce del lampeggiatore del telefonino • Dopo un periodo di vacanza, la vista perfetta torna a tentennare davanti al videoterminale • Guarigione mediante palmeggiamento in un visitatore ignaro di tutto quello che compete la vista normale senza occhiali • Trenta persone presenti nel pomeriggio introduttivo svolto a Quinto di Treviso, con sorprendenti risultati inaspettati in un caso in particolare.

I GRANDI CLASSICI IN STAMPA FINE E MICROSCOPICA:

«La Biondina» di MARCO PRAGA

anno diciottesimo

luglio/dicembre 2020

numero sessanta

Casa Editrice delle Consulenze Gioviali .it® ••• Direttore Responsabile: Riscé Giovanni Gatti

QUESTA COPIA: € 13,99 • UN ANNO: € 21,99

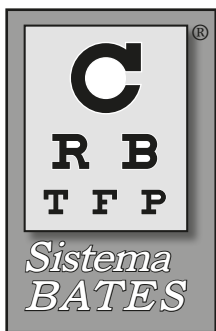
il falco

per l'educazione alla vista perfetta

Periodico semestrale 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 originariamente dall'oftalmologo americano William H. Bates e dalla sua assistente Emily C. Lierman nei libri «Vista perfetta senza occhiali» e «I metodi di trattamento nelle <Storie dalla clinica>», e nei quattordici volumi della rivista originaria batesiana *Better Eyesight*. «il falco» pubblica inoltre numerosi articoli moderni che riportano le riuscite esperienze di auto-trattamento vissute oggi dai Lettori e dai Socii della *Associazione Vista Perfetta*[®], a testimonianza della efficacia dei metodi del *Sistema Bates*[®] quando viene praticato in modo corretto e coerente, su base individuale e non commerciale.

Registrazione n. 383 del 16/6/2003, Tribunale di Milano • Iscrizione al Registro Operatori Comunicazione n. 16797 del 20/5/2008 • EDITORE Casa Editrice delle Consulenze Gioviali .it[®] (R.I.S.H.I. SRL, viale Emilio Caldara 44, 20122 Milano) • REDAZIONE viale della Libertà 48, 20097 San Donato Milanese, tel. 02 8715 9708, ifalco@ConsulenzeGioviali.it • DIRETTORE RESPONSABILE Risci' Giovanni Gatti • STAMPA Mongrafic, Gardone Val Trompia (Bs) • ISSN 2283-5385 • © 2020, proprietà letteraria riservata. Riproduzione impossibile se non previo accordo scritto. • ABBONAMENTI 2018/2020 € 59 (nn. 55-60) ARRETRATI € 15 cad. • Versamenti su IBAN IT 22 N 02008 01612 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[®] viene qui usato su licenza.



il falco 60

Miopia: È acquisita ma non dipende dal lavoro da vicino. Misure igieniche inutili. Trattamento abituinario inizia con il dondolio lungo, poi memoria e tabella di controllo.

Scartare gli occhiali. Trattamento con la luce concentrata e con il sole. La polmonite atipica e il dondolio del pollice. *Angina pectoris* e dondolio. Cura scoperta.

Tre casi di strabismo: Il ruolo dei genitori nello strabismo. I bambini possono curare sé stessi con il riposo mentale.

Il metodo in Inghilterra: Da Londra riferiscono al Dott. Bates dello sviluppo del metodo anche presso le istituzioni governative locali. Candidatura al premio Nobel.

Resoconto: Da Johannesburg, un revisore contabile racconta la sua guarigione senza occhiali da una malattia oculare incurabile.

Resoconti AVP[®], note salienti: *Ambliopia grave in un occhio aiutata per guidare senza occhiali; brutto episodio durante una visita oculistica; presbiopia ostinata sconfitta dopo tre mesi.* • È importante esercitarsi al buio; il laser verde ci aiuta nello spostamento; studiare filosofia aiuta la cura della ipermetropia. • Studiare troppo abbassa la vista, usare il puntatore per svagarsi aiuta. • Errori nella pratica di un socio ostinato; il capellone Leo suona il clarinetto e ottiene vista perfetta da lontano e da vicino in pochi minuti ascoltando gli altri soci che spiegano i metodi di riposo; quindici anni dopo la lettura di V.P.S.O. un socio chiede aiuto per recuperare dopo uno spavento. • Ancora il laser rosso aiuta un caso di alta miopia; come pure la stampa microscopica e ultra-microscopica. • Elevazione spirituale con la scusa della vista perfetta; uno che doveva essere diventato cieco legge con cinque decimi la tabella da lontano; socia originaria dall'Australia testimonia come per gli aborigeni gli

occhiali sono un oltraggio; la condivisione della cura trattiene i soci oltre il tempo. • Il riposo mentale aiuta la cura dell'esaurimento nervoso; il "cacaggio" migliorato dopo il palmeggio; 7,5 diottrie di miopia alleviate in tre ore con vista di 10/20. • Rimirare il sole a piedi scalzi; mantenere lo sguardo all'interno della tabella; allenarsi con 1 lux. • Un occhio inondato di luce aiuta a vedere bene l'altro occhio al buio; se non continui a casa il trattamento, tutto è inutile; socio autodidatta toglie l'obbligo degli occhiali per guidare ma sua figlia si mette le lenti; entusiasmo per la lampada da 36 watt «piena luce». • Il dondolio lungo con il laser rosso «risolve» una miopia progressiva di quindici diottrie; aiutare la cecità notturna dopo la operazione laser agli occhi; principio di glaucoma tenuto sotto controllo con il palmeggiamento. • Uso della torcia del telefono invece degli occhiali al buio; complimenti alla tenacia che vince il pessimismo; risultati universitari migliori grazie all'uso della luce negli occhi; il socio «Ironman» legge da vicino sotto esame le letterine grazie alle nostre tabelle tascabili; è così facile, perché non impegnarsi fino in fondo una volta per tutte? • Il videotermine annulla i benefici delle vacanze; occhi stanchi al risveglio; una socia quindicenne con occhio strabico inizia bene misurando vista normale a occhi separati; imparare a guardare lo spartito riposando gli occhi. • Uno che non sa nulla guarisce subito se non ha mai portato occhiali; cura della presbiopia: tenere la stampa fine lontano e avvicinarla lentissimamente; ancora utile la luce concentrata della torcia lampeggiante. • Giovane studente di medicina migliora la sua vista di cinque volte ma si rimette gli occhiali; cataratta bianca dimezzata in due ore (dondolio variabile); il ricordo di un vestito azzurro annulla lo strabismo convergente in una nuova socia quindicenne; il dondolio lungo fatto a gruppi può aiutare a sbloccare il nervosismo.

Stampa fine e microscopica: «La Biondina», romanzo italiano proto-maschilista.

Il presente numero è stato chiuso in redazione il 6 dicembre 2020.

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'uso 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.

PIANO EDITORIALE 2020/2021

1. «**VISTA PERFETTA SENZA OCCHIALI**», *il vero libro originale del Dott. Bates, nona edizione* (include l'opuscolo «Riferimenti per la lettura e la pratica efficace», l'intero volume riprodotto in quattro tipi di stampa fine e finissima, una copia omaggio della rivista «IL FALCO» e l'audiolibro mp3 per l'apprendimento sub-liminale).
2. «**I METODI DI TRATTAMENTO NELLE «STORIE DALLA CLINICA»**», *il vero libro originale di Emilia Lierman, quinta edizione.*
3. «**I PIÙ AVANZATI METODI NELLA CURA DELLA VISTA**», *la Pagina Due e le Domande e Risposte tratte dalla rivista originale batesiana «Better Eyesight», seconda edizione.*
4. «**LE FIABE DELLA VISTA PERFETTA**», *i personaggi della Terra delle Fate insegnano a grandi e piccoli il riposo mentale, terza edizione.*
5. «**IMPARATE A VEDERE DI NUOVO**», *il libro originale di Elisabetta Friedrichs, prima discepola di lingua germanica del Dott. Bates.*
6. «**USATE I VOSTRI OCCHI**», *il libro originale del Dott. MacCracken, primo discepolo californiano del Dott. Bates, quarta edizione.*
7. «**L'USO NATURALE DELLA VISIONE**», *il libro originale del Dott. Ruiz Arnau, primo discepolo di lingua spagnola del Dott. Bates, seconda edizione.*
8. «**VISTA NORMALE SENZA OCCHIALI**», *il secondo libro del Dott. MacCracken, con importanti avvisi sulle manipolazioni subite dal sistema originale batesiano a 25 anni dalla pubblicazione di V.P.S.O.*
9. «**IL TRATTAMENTO CON IL SOLE E CON LA LUCE**», *le vere parole del Dott. Bates su un argomento apparentemente controverso ma fondamentale per la cura definitiva di ogni malattia oculare e fastidio mentale.*
10. «**RISTAMPE**», *vecchi articoli del Dott. Bates comparsi su riviste mediche a partire dal 1911.*
11. «**VISTA DIFETTOSA E COME CURARLA**», *un medico nuovayorchese di origine tedesca racconta la sua straordinaria esperienza di auto-guarigione grazie ai suoi esperimenti con i raggi infrarossi dopo avere incontrato il Dott. Bates che gli salvò gli occhi e l'equilibrio mentale.*
12. «**LA VISTA IMPERFETTA DELL'OCCHIO NORMALE**», *raccolta dei numeri 45, 46 e 47 della rivista «il falco» contenente oltre sessanta articoli di autori antichi e moderni nonché tre romanzi classici riprodotti in stampa fine e finissima.*
13. «**LA VERITÀ SULLA FATICA**», *raccolta dei numeri 48, 49 e 50 della rivista «il falco» contenente decine di articoli di autori antichi e moderni oltre ai romanzi classici riprodotti in stampa fine e finissima.*

NOTA: le pubblicazioni di cui sopra (1...11) includono l'intero volume riprodotto in quattro tipi di stampa fine e finissima, una copia omaggio della rivista «il falco» e l'audiolibro mp3 per l'apprendimento sub-liminale.

PER PRENOTARE LE VOSTRE COPIE SCRIVETE A:

direttore @ consulenzegioviai.it

[HTTPS://CONSULENZE GIOVIALI.IT®](https://consulenzegioviai.it)

MIOPÍA

di William H. Bates, M. D.

LA MIOPÍA o vista-corta viene di solito acquisita. Nella miopía la visione per gli oggetti distanti è molto minore di quella per gli oggetti alla distanza di lettura. Il riposo degli occhi e della mente è la cura per la miopía. Qualsiasi tentativo di migliorare la visione fallisce sempre. Come può la gente con la miopía essere conscia di uno sforzo? Questa è una domanda importantissima. Quando vengono praticati metodi nel modo sbagliato o senza successo, uno sforzo o un tentativo per vedere meglio può di solito essere avvertito, dimostrato o realizzato toccando leggermente con la punta delle dita sulle pàlpebre chiuse di uno o entrambi gli occhi.

Piuttosto frequentemente è difficile per le persone con vista imperfetta credere che la vista perfetta non richieda nessun tentativo e che qualsiasi tentativo per migliorare la vista è sbagliato. È stato cosí abitudinario sforzarsi, e l'abitudine di sforzarsi per migliorare la vista, la memoria o l'immaginazione è stata praticata cosí a lungo, che essa richiede molto tempo e pazienza per essere interrotta.

Recentemente un ragazzo scolaro, di 12 anni di età, si vantò di poter fissare lo sguardo su una lettera di una tabella di controllo a occhi ampiamente aperti senza sbattere le pàlpebre o chiuderli per una durata di tempo piú lunga di quanto quasi tutti gli altri bambini avrebbero potuto fare. Egli inoltre produsse un piú grande ammontare di miopía rispetto agli altri scolari della sua scuola.

Il Sig. Priestly Smith dice: «Per prevenire la miopía dobbiamo prevenire che i giovani usino i loro occhi troppo da vicino e troppo a lungo su oggetti vicini. Questo principio fu stabilito da tempo sin nelle opere di Donders, Arlt e altri, ed è stato praticamente sviluppato da Cohn e altri riformatori dell'igiene scolastica».

Non è vero che la miopía sia causata dal troppo uso degli occhi al punto prossimo. Al contrario, l'uso da vicino degli occhi in una luce scarsa diminuisce la miopía. Questo fatto è stato dimostrato frequentemente con l'aiuto del retinoscopio, mentre gli occhi venivano usati troppo da vicino per lunghi

RESOCONTO EVENTI AVP® 2019 (1)

Di séguito pubblichiamo i resoconti relativi agli eventi di studio pratico svolti dai socii della Associazione Vista Perfetta® nel corso del 2019 (prima parte) nella speranza che possano essere di aiuto ai nuovi associati e ai lettori in generale.

Nuova socia con occhio pigro torna a casa guidando senza occhiali

LA «DUE GIORNI» DI STUDIO della Associazione Vista Perfetta® svoltasi a Padova il 12 e il 13 di gennaio del 2019 ha visto la partecipazione di **21 socii** di cui **tre nuovi** con i quali abbiamo svolto interessanti discussioni vertenti sulla difficoltà, in certi casi, di rimuovere completamente l'uso degli occhiali correttivi che pregiudica la cura praticamente sempre. La socia A. conosce la nostra associazione da diversi anni e aveva già acquistato i libri principali del *Sistema Bates® Originario™* e le tabelle di controllo di Snellen originali, e aveva iniziato a praticare la cura senza però potersi permettere la rimozione delle lenti correttive in particolare quando si trovava all'ufficio e durante la guida notturna. Il suo caso è complicato perché per un errore fatto in gioventù uno dei due occhi era stato *operato con il laser* ma la operazione non era andata bene e la visione non era migliorata granché, anche perché questo occhio sembra essere piuttosto «pigro» e c'è poco da aspettarsi se non si ricorre al trattamento mentale, magari usando le luci concentrate o lampeggianti. Adesso però la signora ha sentito che era il momento di iniziare a partecipare alle nostre riunioni perché si era stufata di fare poco e niente da sola e quindi ecco

che si è presentata puntuale e intenzionata a ritornare anche alla domenica. Nel corso della giornata le cose sono andate piuttosto bene e lei è riuscita, grazie alla energia del gruppo padovano, a migliorare materialmente la sua visione tanto che è potuta tornare a casa guidando senza occhiali, visto che ci vedeva a sufficienza con i due occhi insieme. Ottimo risultato sul quale dobbiamo continuare a costruire. Il giorno successivo la nostra nuova socia si è convinta che leggere il carattere piccolo con l'aiuto di una buona luce elettrica bilanciata come quella fornita dalla lampada da 12 watt a spettro completo e fascio angolato di circa 30 gradi da noi proposta (marchio PienaLuceLED™) sarebbe stato essenziale per lei e così la ha voluta acquistare, avvisando che ci avrebbe relazionato alla successiva riunione o magari anche collegandosi a una telegrafica alla prima occasione utile.

Un altro nuovo socio di nome R. aveva già partecipato a una nostra presentazione alcuni anni prima e finalmente anche lui si è deciso a sottoscrivere la sua adesione in quanto che, con l'età che avanza, non soltanto sente il bisogno di perfezionare la sua vista da vicino e da lontano, ma vuole fare pratica seria perché deve

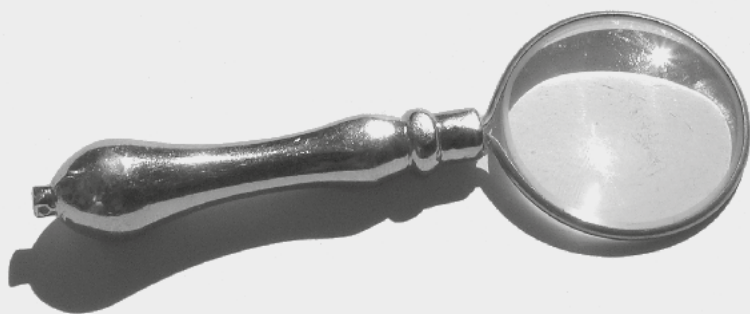
CONSULENZE[®]
GIOVIALI.IT
CASA EDITRICE

vi presenta la:

LENTE SOLARE

(SUN-GLASS)

del Dott. BATES



Uno strumento essenziale per la cura della vista con metodi naturali quando l'individuo avverte una sensazione di sforzo passando dal *bujo* alla *luce*. Chi ha vista normale *non sente alcun fastidio* quando deve abituare gli occhi alle condizioni cosiddette sfavorevoli. Seguendo le istruzioni incluse in questo opuscolo è facile conquistare ciò senza alcun rischio ma con *pieno beneficio*.

€ 15 (con LENTE in OMAGGIO)

13 dicembre 2019

«SANTA LUCÍA»

protettrice degli occhi e della vista

È PRONTA LA NUOVA EDIZIONE DI VISTA PERFETTA SENZA OCCHIALI

con **doppia
sovracopertina**
e **segnalibro** in
omaggio

edizione
integrale

carta pregiata
italiana

stampato e
rilegato in **Italia**

l'unico **vero**
libro scritto dal
Dott. Bates in
persona

traduzione
letterale senza
tagli e senza
commenti



completamente riscritta, in collaborazione con i soci della
Associazione Vista Perfetta®

Acquistabile a partire da € 25 (€ 45 con inserti e contenuti aggiuntivi)