

il falco

per l'educazione alla vista perfetta

SistemaBATES.it®

GUGLIELMO ORAZIO BATES

Strabismo

EMILIA LIERMAN

La miopía e il ballo di San Vito

RESOCONTI DEGLI EVENTI DELLA ASSOCIAZIONE VISTA PERFETTA®

• Prima di méttere gli occhiali, conviene guarire senza • Luce bio-coerente, un aiuto immediato contro la presbiopía • Una ritrattista ci sbircia fra le fronde dell' ulivo • Il giuoco del pallone aiuta un ragazzino di otto anni a sconfiggere 4 diottríe di astigmatismo ipermetropico • Tavolo informativo della AVP® a Pordenone • L' uso dei «ganci delle pentole» nella cura della vista con il riposo mentale • Due ore di sole in giardino (nel pomeriggio) • Scoperta importante per migliorare il palmeggiamento • Occhiali e mal di testa, binomio indissolubile! Ma abbiamo la soluzione • Cura della presbiopía parlando di questioni filosofiche associative • Una giornata divisa in due: al mattino il sole (bello forte nel cielo limpido), al pomeriggio la luce elettrica (non proprio confortevole) • Scetticismo silenzioso temporaneamente sconfitto in una diciottenne con quattro diottríe di miopía che conquista 10/10 per mezzo del riposo mentale progressivo • Come aiutare un bimbo piccolo in caso di strabismo • «Potevi dirmelo prima!», le meraviglie del dondolío del pollice…

I GRANDI CLASSICI IN STAMPA FINE E MICROSCOPICA:

«Ricordi» *di Marco Aurelio Antonino*

anno ventiduesimo **luglio/dicembre 2024** **numero sessantotto**

Casa Editrice delle Consulenze Gioviali .it® ••• Direttore Responsabile: Riscí 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 librerîe italiane per la divulgazione al pubblico dei varii metodi per la prevenzione e la cura della vista imperfetta come indicato originariamente dall'oftalmologo americano Guglielmo Orazio Bates e dalla sua assistente Emilia 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 oggigiorno 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, ilfalco@ConsulenzeGioviali.it • DIRETTORE RESPONSABILE Riscí Giovanni Gatti • STAMPA Mongrafic, Gardone Val Trompia (Bs) • ISSN 2283-5385 • © 2024, proprietà letteraria riservata. Riproduzione impossibile se non previo accordo scritto. • ABBONAMENTI 2019/2023 € 99 (nn. 57-66) 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 operatóri professionali e non-professionali che dichiarino di somministrare corsi o seminarî o sedute individuali o lezioni o altre attività qualsivoglia sul cosí détto "Metodo Bates", né è collegata a operatóri di ri/educazione visiva, di "training visivo", di "esercizî 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 scòpi commerciali o comunque differenti dal mèro uso personale. ••• Il marchio Sistema Bates® viene qui usato su licenza.

il falco 68

Strabismo: Definizione e tipi diversi. Connessione con l' ambliopía e la vista imperfetta, con assenza di cambiamenti organici dell' occhio. Il ruolo dell'astenopía. Cure inaspettate anche da parte di medici che lo credono incurabile. Imparare a manifestare lo strabismo a volontà per aiutare i pazienti. Visione doppia con una candela. Immaginazione pure doppia a volontà. Fusione delle immagini e guarigione. CASI: Ragazza quattordicenne con occhio strabico e ambliopico da 3/200 guarisce usando memoria dell'occhio buono da 20/10. Ragazzina di otto anni con entrambi gli occhi molto miopici e uno permanentemente assai strabico usa la centrale fissazione prima sulle lettere grandi e poi su quelle piccolissime; acquisisce la super-vista microscopica.

La miopía e il Ballo di San Vito: Il caso di Hyman, che non riusciva a stare fermo ma fissava sempre gli occhi. Occhiali inutili che gli consentivano di vedere solamente 10/50. Il palmeggiamento guarisce occhi e frenesía.

RESOCONTO EVENTI AVP®: Riposo mentale per una ragazzina diagnosticata di vista scarsa a una visita sportiva, ha un lampo di 17/15 con 17/30 iniziali. • La luce bio-coerente aiuta una nuova socia a sconfiggere la presbiopía passando da «3V» a «RZ» in pochissimo tempo. • Matilde, sette anni, usa la sua immaginazione visiva e disegna da lontano, con 20/15. Bruna salva un occhio quasi cieco grazie ai metodi della AVP®. Antony lègge una intera pagina senza occhiali. Giuseppe toglie l'obbligo di guida con lenti dalla patente. • Filippo di otto anni vede 17/15 dopo avere giocato a pallone col presidente e altri socii e poi lègge anche il carattere diamante con facilità. Il palmeggiamento «al raddoppio» aiuta tutti i presenti al termine di una giornata complessa. Una soluzione per la elettro-sensibilità. • Usare le «E» rovesciate può risolvere un blocco nella cura. • La lampada termica e il dondolío lungo alleviano un attacco di tosse stizzosa. Uso prolungato della luce del sole. • Palmeggio e sfarfallo accoppiati sono piú efficaci. Immaginazione della panna montata. Rilassamento contro le geopatíe. • Mal di testa da occhiali, come risolvere buttandoli grazie a una buona luce elettrica. • Poggiare la fronte su uno schérmo anti-radiazioni durante il palmeggio aiuta a rilassare la mente e a ragionare meglio. • Il dondolío peripatetico in pieno sole toglie il fastidio della luce. Effetti dello sfarfallamento lungo. È necessario togliere gli occhiali. • Papà e mamma ottengono ottimi risultati in pochi giorni e cercano di coinvolgere la figlia diciottenne che conquista súbito i 10/10 ma si rimette gli occhiali. Un metodo strano: strisciare le dita sui pantaloni di velluto! Spiegare un concetto astruso come quello della «centrale fissazione» può indurre uno stordimento che sblocca la miopía. • Straordinaria impresa di un bimbo di quattro anni che risolve lo strabismo aiutato dalla luce e da sua mamma. • Studio speciale su come lavorare allo schérmo senza occhiali. Il dondolío del pollice risolve una presbiopía ostinata. Un caso grave di ambliopía sbloccato dall'uso della luce lampeggiante sul bianco dell'occhio. L' astigmatismo migliora praticando lo sfarfallo lungo. Occhio operato di cataratta impara a méttere a fuoco naturalmente senza lenti aggiuntive.

Il presente numero è stato chiuso in redazione il 6 dicembre 2024.

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.

STRABISMO

di Guglielmo Orazio Bates, M. D.

NELLO STRABISMO, l'occhio destro o il sinistro potrà girare in déntro verso il naso mentre l'altro occhio potrà essere continuamente diritto. Quando l'occhio diritto viene coperto con uno schérmo, l'occhio strabico di solito diventa diritto temporaneamente. Vi sono diversi tipi di strabismo, uno dei quali viene chiamato *strabismo divergente*, nel quale uno o entrambi gli occhi potranno essere girati all' infuori per un grado piú o meno grande. In un altro tipo, lo *strabismo verticale*, uno qualsiasi dei due occhi potrà essere girato verso l'alto, mentre l'altro rimane diritto. In rari casi entrambi gli occhi potranno essere girati al di sopra del meridiano orizzontale, oppure gli occhi potranno essere girati al di sotto del meridiano orizzontale. Lo strabismo viene di solito acquisito presto dopo la nascita, ma tantissimi bambini non stortano gli occhi finché non hanno tre o quattro anni di età o sono piú grandi. Casi rari acquisiranno lo strabismo passati i cinquant'anni di età.

L'occhio che gira abitualmente in differenti direzioni ha di solito vista imperfetta, che non viene sempre corretta mediante occhiali. La visione dell'occhio strabico, quando imperfetta, viene chiamata *ambliopía*. Ambliopía significa cecità senza alcuna causa che possa essere vista o descritta dal medico curante. Il miglior trattamento è quello di sbarazzarsi dello sforzo, che è sempre presente. Uno dei primi autori sullo strabismo, sul suo trattamento e la sua cura, disse che la cecità dello strabismo era una condizione nella quale né il paziente né il dottore potevano vedere nulla di male nell' occhio.

L'ambliopía è una condizione di vista imperfetta nella quale la rètina, il nervo ottico e altre parti dell'occhio non mostrano cambiamenti organici. La cecità dell'occhio strabico potrà essere cosí grande che il paziente potrà non essere capace di vedere persino alla luce del giorno. Questi casi potranno sviluppare la cecità assoluta con nessuna percezione di luce eppure sono stati guariti mediante trattamento, sbarazzandosi dello sforzo. Dovrebbe essere enfatizzato che l'astenopía

LA MIOPÍA E IL BALLO DI SAN VITO

Storie dalla Clinica, n. 20

di Emilia Lierman

HYMAN, di dieci anni, venne alla clinica non come paziente, ma come accompagnatore di sua madre. Lei veniva trattata agli occhi, ma la sua difficoltà non era cattiva neanche la metà rispetto a quella del figlio. I suoi poveri occhi fissavano dolorosamente lo sguardo dietro a spessi occhiali, e per vederci proprio un minimo attraverso di essi, lui faceva le smorfie piú orribili ch'io avessi mai visto. La sua testa si muoveva costantemente in tutte le direzioni e piú avanti scoprii che soffriva del ballo di San Vito. Era un ragazzo insolitamente brillante e non fu soddisfatto fin quando non èbbe visto tutto quello che accadeva alla clinica. Ogni qual volta fosse in sala sarebbe rimasto il piú possibile vicino a me, ascoltando attentamente ogni mia parola e osservando ogni mio movimento. Un giorno gli dissi:

«Guarda qui, giovanotto, a me non importa che mi osservi, ma non penso che ai pazienti faccia piacere essere fissati cosí tanto. Se vuoi sapere come aiuto la gente, perché non ti fai trattare da me cosí da non dover piú portare gli occhiali?».

«La mia maestra dice che dèvo indossare gli occhiali, perché non posso vedere la lavagna senza di essi», rispose.

Spiegai a sua madre che ero sicura di poter curare non soltanto la difficoltà agli occhi, ma anche la contrazione nervosa della testa. Lei non sembrava capirmi e pareva che dubitasse della mia capacità di fare una cosa qualsiasi per lui. Il ragazzo stesso sembrò essere ugualmente scettico, ma era, ciò non di meno, interessatissimo. Era evidentemente curioso di sapere cosa avrei fatto per lui e piuttosto disponibile a lasciare che lo intrattenessi.

Gli controllai la vista con gli occhiali indosso e trovai che era capace di lèggere soltanto 10/50, essendo sfocato tutto il resto della tabella. Gli tolsi gli occhiali e notai che fissava meno lo sguardo senza di essi. In aggiunta, la sua parvenza personale venne grandemente migliorata, perché gli occhiali lo facevano sembrare orribile. Ora gli dissi di coprire gli occhi con i palmi delle mani cosí da escludere tutta la luce e

Associazione Vista Perfetta®

Durante le riunioni della AVP® i Socii partecipanti mettono in pratica le informazioni auto-terapeutiche apprese tramite la rivista «il falco» e le altre pubblicazioni della *Casa Editrice delle Consulenze Gioviali* nella collana *Sistema Bates® Originario™*. Caratteristica inimitabile delle Giornate di Studio AVP® è che «nessuno insegna» a pagamento ma «tutti imparano» gratuitamente in uno spirito di condivisione e mutuo-aiuto, unica vera fonte sicura di conoscenza e crescita personale. Tutti possono partecipare agli eventi di studio pratico, previa iscrizione e accettazione delle nòrme statutarie e di comportamento. Telefonare al 335 1780 575 per informazioni, adesioni e prenotazioni.

Hai mai partecipato a una Tele-pratica AVP® ?

Sono passati oramai molti anni da quando, il 1 marzo del 2017, abbiamo iniziato a condurre le sedute di Tele-pratica via telefono per tutti i socii regolarmente iscritti alla **Associazione Vista Perfetta®**. In principio, l'appuntamento era settimanale, poi abbiamo intensificato l'impegno e siamo riusciti a riunirci in modo virtuale a giorni alterni. In questo modo diamo la possibilità veramente a tutti – e in particolare ai casi ostinati che sono fortemente intenzionati a procedere nella cura fino in fondo, costi quel che costi – di studiare il proprio caso nel modo migliore. La partecipazione è gratuita e richiede solamente un po' di buona volontà. Tu ce l'hai?

RESOCONTO EVENTI AVP®
(da settembre 2022 a gennaio 2023)

Di ogni riunione della Associazione Vista Perfetta® viene estesa una minuta che viene pubblicata in anteprima sul sito ufficiale https://vistaperfetta.it e poi sulle colonne cartacee della rivista.

Prima di méttere gli occhiali, conviene guarire senza

GIOVEDÍ 22 SETTEMBRE 2022 alle ore 16:30 la *Associazione Vista Perfetta®* ha svolto un gruppo ristretto di studio pratico per venire incontro alle richieste di una nuova iscritta che era preoccupata per la vista della figlia minore, tredici anni compiuti, la quale mostrava una certa titubanza nel méttere a fuoco da lontano e al contempo un odio assoluto per gli occhiali, che lei non avrebbe mai messo nella vita comunque.

Il difetto era stato riscontrato a una «visita sportiva», dove le era stato détto che aveva bisogno di una visita oculistica piú approfondita con il fine di farsi prescrivere le lenti correttive dato che non si poteva fare niente per curarsi diversamente.

Fatto sta che la mamma, una signora orientata già di per sé verso la ricerca di soluzioni alternative, disamante della medicina ufficiale il piú possibile, aveva già acquistato e letto il nostro libro originale della «VISTA PERFETTA SENZA OCCHIALI» circa dieci anni prima e aveva per lo meno acquisito il concetto che la vista difettosa non dipendeva dai *problemi degli occhi* ma da uno *sforzo mentale* che andava trattato prima di tutto, senza rimettersi agli occhiali, che sono – in sostanza – un palliativo, per quanto possano soddisfare tantissima gente che non trova di meglio. Questa signora quindi non si è persa d'animo e si è rivolta alla AVP® per cercare aiuto. Nel frattempo, in questi dieci anni, complice un uso intenso del calcolatore da tavolo per lunghe ore quotidiane di lavoro su cifre e immagini, lei ha riscontrato nel suo stesso caso che la sua vista non era piú quella di una volta e faceva fatica a méttere a fuoco da vicino, essendo anche prossima alla cinquantina e quindi a rischio quasi certo di «presbiopía», come dicono sia gli oculisti ufficiali sia gli «educatori visivi Metodo Bates» sedicenti che ignorano totalmente il lavoro originario del Dott. Bates, che invece *negava questo insultante automatismo*.

Quale occasione migliore per combinare una riunione AVP® per fare del bene sia al genitore adulto che al figlio pre-adolescente?

Poiché la *Associazione Vista Perfetta®* è per il beneficio dei suoi socii, ci siamo dati un appuntamento comodo presso la nostra sède nella campagna fuori Gubbio e grazie all'aiuto del sole del tardo pomeriggio abbiamo potuto fare un ottimo lavoro con la giovanissima Martina, la quale non si è persa d'animo quando ha scoperto che vedeva ben poco, solamente 17/30 scarsi in ottima luce esterna su tabella di controllo a sfondo bianco. Al contrario, lei ha voluto cimentarsi con il «ri-

UN COMPLETAMENTO A «VISTA PERFETTA SENZA OCCHIALI»

di William H. Bates, M.D.

I Piú Avanzati Metodi nella Cura della Vista (con Domande & Risposte)

Il volume propone in raccolta la serie completa (in traduzione letterale, e quindi fedele al 100% all'originale americano batesiano) di tutte le «Pagina Due» della rivista *Better Eyesight*. Si tratta di un formidabile compendio al volume *Vista perfetta senza occhiali* in quanto consente al lettore di ampliare la sua conoscenza del sistema originario e usufruire dei progressi fatti dal suo fondatore nel corso dei dieci anni successivi alla pubblicazione del testo base. Questo libro viene diffuso in italiano su espressa richiesta dello stesso Dott. Bates aveva raccomandato ai suoi lettori di archiviare queste pagine per rivederle spesso durante il trattamento senza occhiali.

La sezione «Domande & Risposte» comprende tutta la numerosa serie di quesiti ai quali il Dott. Bates rispose per aiutare lettori e pazienti a praticare nel modo corretto i suoi metodi per trarne la massima efficacia possibile.



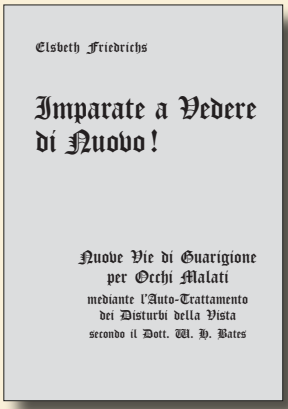
Carta pregiata italiana, oltre 350 pagine a solamente € 39,95. Include il *SegnaLibro della Vista Perfetta*, il fascicolo in stampa fine e microscopica, la sovracopertina a colori. Tel. 02 8715 9708.

IN PRONTA CONSEGNA

Imparate a Vedere di Nuovo !

di Elsbeth Friedrichs

L'allieva europea prediletta dal Dott. Bates racconta la sua esperienza di cura e di applicazione del suo sistema originario usando 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 letterarî 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 piú significativi articoli dell'Autrice**
- **solamente € 24,50**

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: Esempî

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 seguente.

Parte Terza: Terapíe

1. Prospettive e possibilità di cura. 2. La tabella di controllo di Snellen, la sua importanza e il suo impiego. La tabella di controllo in famiglia. Uso 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 scòpi. 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 8715 9708.