



# il falco

PERIODICO  
BIMESTRALE

per l'educazione alla vista perfetta

---

WILLIAM H. BATES, M.D.

**Visione Multipla ❖ Palmeggiamento**  
**❖ Una Lezione dai Greci ❖ Effetti della**  
**Presbiopia ❖ Trattamento Abituale**  
**❖ *Il New York Times sulla Morte del Dott. Bates***

EMILY C. LIERMAN

***Storie dalla Clinica, #82: La Festa di Natale***

WILLIAM B. MACCRACKEN, M.D.

**Una Nuova Pienezza di Vita**

RAMON RUIZ ARNAU, M.D.

**Centrale Fissazione**

GEORGE GUILD

**I Due Principi**

LA "BETTER EYESIGHT LEAGUE":

**Gennaio 1923**

PAOLA AVVELLARDI

**Vivere Diversamente**

MAJ JEBOVIN

**Il Libro di Bates È Arrivato, le Cose Succedono!**

JOHN V. CODY, PH.D.

**Dal Vangelo di Giovanni alla Nuova Cosmologia  
della Mente, Passando per la *Centrale Fissazione*  
di William H. Bates**

GOETHE, DA "LERNT SEHEN!"

**Il Sole, l'Occhio e Dio**

E INOLTRE **LA PROPOSTA DI STATUTO DELLA "SOCIETÀ VISTA PERFETTA"**

ANNO IV

MARZO/APRILE 2006

NUMERO 16

Editore: Juppiter Consulting Publishing Company — Direttore responsabile: Rishi Giovanni Gatti

Questa copia: €7,00 — Un anno: €37,00

PERIODICO BIMESTRALE PER LA DIVULGAZIONE DEI METODI PER LA PREVENZIONE E LA CURA DELLA VISTA IMPERFETTA COSÌ 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 I CENTOTRENTATRE NUMERI DELLA RIVISTA MENSILE "BETTER EYESIGHT".

Registrazione n. 383, del 16/6/2003, Tribunale di Milano.

EDITORE E REDAZIONE: JUPITER CONSULTING PUBLISHING COMPANY  
48 viale della Libertà, 20097 San Donato Milanese (Mi), tel./fax 025275500.

DIRETTORE RESPONSABILE: RISHI GIOVANNI GATTI.

— © 2006, PROPRIETÀ LETTERARIA RISERVATA —

— Riproduzione impossibile se non previo accordo scritto —

— Il presente numero è stato chiuso in redazione il 30 aprile 2006. —

STAMPA: MONGRAFIC, GARDONE VAL TROMPIA, BRESCIA

PER CONTATTI: [HTTP://WWW.SISTEMABATES.IT](http://www.sistemabates.it)

## IN QUESTO NUMERO

Siamo felici di presentare ai nostri lettori una nuova e migliorata qualità di stampa per la rivista che gode ora della più alta tecnologia attualmente disponibile sul mercato per rendere la stampa fine e ultra-microscopica a livelli "fotografici". Anche il supporto cartaceo è stato migliorato, garantendo praticità e durata nel tempo. Per quanto riguarda i contenuti, abbiamo selezionato alcuni articoli del Dott. Bates di indubbio interesse: nel primo, troviamo suggerimenti su come alleviare il fenomeno della **visione multipla**, che affligge, ai nostri giorni, tutti coloro che lasciano da parte gli occhiali e cominciano a vedere con i propri occhi; il consiglio suggerito è di praticare bene il *dondolio lungo* per ottenere il giusto grado di rilassamento mentale che rimuove le immagini multiple. Nel secondo articolo, il Dott. Bates spiega il *palmeggiamento*: i suggerimenti e gli esempi forniti sono dei più utili per tutti i praticanti, dato che questo metodo è il più incompreso e mal praticato di tutti quelli conosciuti. Il terzo articolo è tanto "strano" quanto serio; affronta infatti il problema della **postura** e dell'**uso razionale** del corpo umano, prendendo spunto da uno studio fatto sulle statue greche antiche e sull'ideale atletico di quella cultura che è il fondamento della nostra cultura moderna. Il quarto articolo è un testo breve, dedicato alla **presbiopia**: in poche parole, vengono spazzati via tutti i dubbi sulla curabilità di questa malattia per la quale la medicina da molti secoli non ha altra risposta che gli occhiali compensativi; in realtà, è la lettura di *stampa in caratteri piccoli* il toccasana di questo disturbo funzionale. Il quinto articolo deve essere considerato un caposaldo del trattamento originale di Bates; sono indicate le **pratiche di rilassamento** che devono essere provate abitualmente, di regola, all'inizio, in tutti i casi,

perché rivelatesi storicamente efficaci in quasi tutti i casi; ovviamente, il vero trattamento rimane individuale, ma per il paziente sapere di poter iniziare con qualcosa di concreto e certo è sempre di beneficio. Le pratiche indicate sono le seguenti: *riposo, oscillamento, sbattere le palpebre, centrale fissazione, immaginazione, memoria, il punto, trattamento con il sole, stampa fine, scartare gli occhiali*. Diamo poi spazio ad uno “speciale” nel quale pubblichiamo la serie di articoli apparsi sul *New York Times* nel 1931 e dedicati alla morte del Dott. Bates; riportiamo anche una riproduzione fac-simile ridotta dei veri ritagli dal grande quotidiano americano. È poi la volta di Emily, che ci parla di tre casi da lei trattati nella loro clinica ambulatoriale, in occasione del resoconto della Festa di Natale del 1925. Si tratta di Margaret Mary, che guarisce dallo **strabismo**; di Bobby, che migliora fortissimo la sua **balbuzie nervosa**; e di un signore anziano che era stato licenziato dalla sua azienda a causa della sua **miopia progressiva**, poi alleviata in sei mesi grazie al Trattamento Bates. Del Dott. MacCracken, pubblichiamo l'introduzione del suo secondo libro “*Normal Sight Without Glasses*”, una versione “alleggerita” (1945) del suo capolavoro, *Usate i Vostri Occhi*. Del Dott. Arnau, pubblichiamo un altro capitolo dal suo libro “*El Uso Natural de la Visión*”, quello dedicato alla Centrale Fissazione, spiegata con un linguaggio un po' alternativo ma perfettamente in linea al significato originario. Per la serie delle *Fiabe della Vista Perfetta*, ci troviamo in compagnia di due principi prigionieri che ricorrono all'aiuto delle fate per farsi liberare. L'articolo che segue, dedicato all'epopea della *Better Eyesight League*, è interessante perché ci informa delle vicende che all'epoca vivevano coloro che volevano portare a conoscenza di tanta gente le nuove scoperte relative alla cura della vista fatte da Bates. In fondo a questo numero, per ricollegarci idealmente all'esperienza del tempo, pubblichiamo la *Proposta di Statuto* per la **Società Vista Perfetta** che andremo a costituire a breve. Nella parte dedicata alle esperienze di oggi, il primo articolo è di una nostra corrispondente da Napoli che racconta dei suoi primi dodici mesi di trattamento, con risultati molto positivi su vari piani esistenziali, non solo della riduzione della **miopia** e della **rigidità muscolare**, ma anche della enormemente migliorata **efficienza mentale** nel suo lavoro di insegnante. Il secondo lungo articolo è la continuazione dello *scambio epistolare* con lo *scienziato americano* che sta attuando la pratica del trattamento, e che ci racconta dei primi risultati concreti davanti alla tabella, grazie alla lettura del libro di Bates originale. Il terzo articolo è una breve dissertazione spirituale sul vero significato della *Centrale Fissazione Batesiana*, con riferimenti a testi biblici (Giovanni, Matteo, Proverbi), che riportiamo in carattere diamante, di grande interesse per chi ha fede nella cura. Chiudiamo il numero con una formidabile citazione di Goethe dalle *Zahme Xenien*, ripresa dal numero 5 della rivista tedesca dedicata a Bates, *Lernt Sehen!*, dalla quale con il prossimo numero inizieremo ad estrarre regolarmente validissimi articoli. Buona lettura a tutti!

# È ora di abbonarsi!

all'unica rivista dedicata al Sistema Originale  
di WILLIAM H. BATES, M.D.



## il falco

per l'educazione alla vista perfetta

### SU OGNI NUMERO, PUBBLICHIAMO

- TRE O PIÙ ARTICOLI INEDITI DI WILLIAM H. BATES
- UN ARTICOLO DI EMILY, DELLA SERIE NON INCLUSA NEL SUO LIBRO "STORIE DALLA CLINICA"
- VARI ARTICOLI DI ALTRI AUTORI DELL'EPOCA
- UN ARTICOLO TRATTO DALLA RIVISTA TEDESCA "LERNT SEHEN!"
- RICERCHE BIBLIOGRAFICHE SU BATES E IL SUO SISTEMA DI CURA
- **E INOLTRE**
- L'ATTUALITÀ DI CHI PRATICA IL SISTEMA ORIGINALE OGGI
- I RISULTATI CONCRETI, CON I RESOCONTI DELLE GUARIGIONI E DEI CERTIFICATI MEDICI
- GLI APPROFONDIMENTI E I CHIARIMENTI SU QUESTIONI SPECIFICHE
- UNA PAGINA SPIRITUALE DEDICATA AI "VISIONARI" DI OGNI TEMPO.

TUTTE LE PAGINE SONO RIPRODOTTE IN CARATTERI DIAMANTE  
E STAMPA ULTRA-MICROSCOPICA

### MODALITÀ DI ABBONAMENTO

**ABBONAMENTO 2006** (NUMERI 15, 16, 17, 18, 19, 20): € 37.

**RINNOVO ABBONAMENTO** PER CHI È STATO ABBONATO NEL 2005: € 30.

**TUTTI I NUMERI 2003/2005** (DALL'1 AL 14): € 79 (OLTRE MILLE PAGINE!)

invia la tua quota di abbonamento a: Juppiter Consulting Rishi, 48 viale della Libertà, 20097 San Donato Milanese Mi, in contanti o assegno in busta chiusa oppure per vaglia postale oppure per bonifico bancario su c/c 103424, ABI 03015, CAB 03200, oppure versandoli sul cc/postale 55266803, oppure ricaricando la carta PostePay numero 4023 6004 2147 4109, oppure mediante PayPal (carta di credito) a [ordini@juppiterconsulting.it](mailto:ordini@juppiterconsulting.it). Specificare nome, indirizzo e causale del versamento e inviare ricevuta per fax allo 02 999 82021.

i dati personali sono trattati secondo legge 196/03 al solo fine di espletare la spedizione della rivista