

**Отвечает: Александр Дулгер**

Филипп спрашивает: У меня плохое зрение и мне один человек в церкви посоветывал лечить глаза методом Бейтса пальмингом. Но потом я узнал что этот метод связан с йогой а я об этом не знал. Скажите мне пожалуйста я Согрешил?, и что мне надо сделать?

Мир Вам, брат Филипп!

Метод восстановления зрения д-ра Бейтса основан на тренировке глазных мышц, чтобы они могли эффективно менять форму глазного яблока и хрусталика. Этот метод достаточно эффективен при регулярных занятиях. Я лично знаю людей, которые восстановили очень плохое зрение этим методом. Именно поэтому эта методика и популярна среди членов многих церквей. Она бесплатна, доступна, не требует никаких чудо-препаратов, имеет научное объяснение, не заимствована из каких-то восточных оккультных практик, не требует медикаментозного лечения.

Первый раз слышу о связи этого метода с йогой. Возможно кто-то и комбинирует упражнения д-ра Бейтса с йогой, но Вам то зачем это повторять. Найдите перечень оригинальных упражнений, как он был разработан Бейтсом и делайте только их.

С уважением,  
Александр