

ИСТОРИИ •

ИЗ • • •

КЛИНИКИ •

ЛИЕРМАН •

0+

Эмили Лиерман

Истории из клиники

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67285101

SelfPub; 2023

Аннотация

В данной книге Эмили Лиерман-Бейтс, ассистентка знаменитого американского врача-офтальмолога Уильяма Бейтса – а позднее его супруга, – подробно описывает реальные случаи излечения пациентов клиники от атрофии зрительного нерва, интерстициального кератита, пигментного ретинита, миопии, пресбиопии, катаракты, глаукомы, слепоты, паралича, помутнения роговицы, нистагма и других дефектов зрения. Практические рекомендации, данные в книге, позволят вам убедиться на собственном опыте в том, что проблемы со зрением целиком и полностью являются следствием неправильного мышления. Администрация сайта ЛитРес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста

Содержание

От издателя	10
Предисловие	13
Вступление	14
Определения	16
Рекомендации	19
Вспомогательные средства для совершенного зрения без очков	21
Практика с проверочной таблицей	24
Фундаментальные принципы	28
Лечение солнцем	31
Глава I. Опыт работы со школьниками	33
Топси	33
Три похожих случая	36
Джоуи и Пэтси	43
Хайман	50
Бетти и Джон	54
Марджори и Катерина	56
Марджори	56
Катерина	57
Пял	60
Память	62
Как воспоминание помогло Дженни	64
Элис	68

Джим и другие	70
Исправление зрения у детей дошкольного возраста	73
Маленькая учительница	76
Улучшение зрения с использованием увеличительного стекла и яркого солнечного света	80
Нистагм	82
Истерическая слепота	83
Две выпускницы	85
Как Мари помогла своей маме	87
Мальчики из средней школы	90
История Лиллиан и ее сестры Розы	98
Праздник	107
Конец ознакомительного фрагмента.	108

Эмили Лиерман

Истории из клиники

Перевод Ирины Головой

Электронная книга, основанная на изданиях:

Stories from the Clinic

by Emily C. Lierman, New York city, U.S.A.

Central Fixation Publishing co., 1926 (*англ.*)

и

Istorii iz kliniki – Emily C. Lierman



УИЛЬЯМ Г. БЕЙТС

Офтальмолог и Первооткрыватель Методов Лечения Несовершенного Зрения Без Помощи Очков



Emily C. Lierman

Эмили Лиерман

От издателя

Дорогие читатели!

Для меня является честью представить вашему вниманию книгу Эмили Лиерман «Истории из клиники» на русском языке. И снова, для того чтобы передать вам дух оригинальной книги, я попыталась не только передать сам текст, но и воссоздать оформление страниц подобно тому, каким оно было в 1926 году, когда впервые вышла эта книга.

Уже с первых страниц вы сможете почувствовать, что рассказы здесь просты и в то же время потрясающи. Всю же мощь исцеляющей силы, излучаемой с этих страниц, смогут почувствовать те, чьи глаза и чей ум открыты для того, чтобы все это здесь и сейчас увидеть.

В настоящее время, когда прошло уже более века с тех пор, как первые труды Бейтса стали доступны публике, очень многие интеллигентные люди на всех континентах на своем личном опыте продолжают подтверждать то, что данная система лечения действительно работает.

Когда я говорю «это работает», я не имею в виду, что кто-либо, имеющий проблемы с глазами, сможет просто получить улучшение и уменьшить степень своего недуга, если он таковым страдает. То, что я говорю, несколько отличается от написанного выше. Согласно сказанному Бейтс – Лиерман, «добросовестная практика делает зрение посто-

янно нормальным»: вы можете излечить свое зрение и все проблемы, с ним связанные, если поймете, что нужно быть преданным лечению и нельзя останавливаться, получив временные псевдорезультаты.

Если вам даже не удастся достичь «как бы результатов», то это всего лишь означает, что вы делаете что-то неправильно и вам необходимо прочитать книгу заново, медитировать над словами более глубоко, с бóльшим интересом, больше соображать и практиковать в соответствии со всем этим.

Немного грустно, что люди, профессионально занимающиеся офтальмологией, а также непрофессионалы заявляют о том, что эта система лечения является шарлатанством. Это попросту не так. Система – это просто звук для тех, кто понял ее и практиковался в ней, и ее цель – полное и постоянное исцеление зрения. Когда оно произойдет, в очень скором времени в вашей жизни начнет появляться все больше и больше прекрасных открытий.

Те, кто критикует Систему Бейтса, – это просто люди, не понявшие ее, и, что хуже всего, даже не пытавшиеся сделать шаг ей навстречу, променяв ее на жизнь, полную лишений и страданий.

Истина же проста. Ничего загадочного и сложного в ней нет. Внимательно читая и ежедневно практикуя методы, представленные в этой книге, вы сможете продемонстрировать, что то, что мы видим, напрямую связано с тем,

что мы думаем или представляем, что мы видим. И что настоящая свобода для человека заключается в способности мыслить и представлять наше будущее таким, каким нам желанно его видеть, вне зависимости от физических и психических моделей поведения, которые мы могли перенять у кого-то в прошлом.

Излечение от несовершенного зрения без помощи очков, контактных линз и хирургии – это вопрос духовной свободы и правильного мышления, что редко связано с глазами и состоянием их рефракции. Все, что нужно, – это открыть свой прекрасный ум и день за днем возвращать в нем это.

Пусть исцеляющий дух Эмили Лиерман будет с вами в течение всего времени прочтения ее книги. Искренне желаю вам найти для себя там именно те истины, которые направят вас на путь познания себя и своего здоровья в его истинном понимании.

Ирина Голова,

автор перевода текста книги с английского на русский язык

Декабрь 2012 года

Осло, Норвегия

Предисловие

Эта книга была составлена из статей, изначально опубликованных в ежемесячном журнале «[Лучшее зрение](#)» на протяжении пяти лет.

Различные дефекты зрения описаны простым и понятным языком, поэтому те, кто этим интересуется, могут следовать практическим рекомендациям и улучшать свое собственное зрение или зрение других людей.

Истории взяты из моего личного опыта работы в области лечения несовершенного зрения без помощи очков. Я являюсь ассистенткой доктора Бейтса вот уже на протяжении одиннадцати лет, и все эти годы были годами величайшего познания мною как науки о глазе здоровом, так и науки о глазе, пораженном недугом.

Всем этим я обязана доктору У. Г. Бейтсу, первооткрывателю метода, за его наставления и помощь.

Эмили Лиерман

Вступление

Для меня является честью написать вступление к этой замечательной книге, [«Истории из клиники»](#) Эмили Лиерман.

Истории взяты непосредственно из опыта миссис Лиерман и, следовательно, их значимость – колоссальна. Пациенты, их симптомы несовершенного зрения и методы лечения описаны таким языком, который будет понятен каждому.

В течение более чем девяти лет миссис Лиерман была моей ассистенткой в амбулаторном отделении больницы Гарлема. Она продемонстрировала огромное понимание в лечении пациентов, подбирая мои методы для каждого индивидуального случая. Полученные ею случаи излечения чрезвычайно значимы. В частности, ее интересовали дети школьного возраста, и она была к ним настолько добра и терпелива, что все они ее очень любили. Случаи излечения от несовершенного зрения под ее руководством бесчисленны. То, каким образом она проводила лечение пациентов, и результаты, полученные ею, внесли весомый вклад в офтальмологическую практику. Например, пожилая дама с абсолютной глаукомой в одном глазу, полностью слепая, с отсутствием световосприятия, пришла в клинику с просьбой избавить ее от мучительной боли. До этого многие доктора рекомендовали ей удалить один или оба глаза, что вот уже на протяжении многих лет считается хорошей врачебной практикой.

Также у них говорилось о том, что никакая операция или лечение не способны излечить от слепоты, вызванной абсолютной глаукомой. Миссис Лиерман сказали, что это был безнадежный случай, но ее попросили попытаться избавить пациентку от боли. Она тут же принялась лечить женщину и, к моему глубокому удивлению, она не только избавила ее от боли, но и улучшила ее зрение до такой степени, что пациентка стала видеть вдаль и читать мелкий шрифт без очков!

Конечно же, ее работа привлекла и внимание, и критику. Как-то раз к нам с проверкой был отправлен один выдающийся врач. Мы поведали ему факты и сказали, что сейчас у нас лечится много пациентов, поэтому он сам может выбрать того, кого захочет. Он был сильно заинтересован в одной пожилой темнокожей женщине с катарактой. Эта пациентка стала способной читать без очков шрифт «диамант» с диапазона расстояний от шести до четырнадцати дюймов от глаз. Сам доктор носил очки для зрения вдаль и более сильную пару очков для чтения. Также миссис Лиерман провела с ним сеанс лечения и значительно улучшила его зрение. Его личный опыт и наблюдения за лечением пациентов под руководством миссис Лиерман убедили его в том, что метод имеет огромную значимость. Доводы доктора в пользу методов впоследствии признали негодными, а факты были преданы забвению.

У. Г. Бейтс

Определения

НОРМАЛЬНОЕ ЗРЕНИЕ – это совершенное зрение на всех расстояниях. Проверочная таблица Снеллена является стандартом для проверки зрения. Когда десятифутовая строка таблицы может быть прочитана с расстояния десяти футов и дальше, а мелкий шрифт может быть прочитан с расстояния шести дюймов и ближе, человек имеет нормальное зрение.

МИОПИЯ, или БЛИЗОРУКОСТЬ: Зрение для объектов вблизи хорошее, тогда как имеется несовершенство зрения вдаль.

ГИПЕРМЕТРОПИЯ, или ДАЛЬНОЗОРКОСТЬ: Человек видит вблизи не так хорошо, как он может видеть вдаль.

ПРЕСБИОПИЯ, или СТАРЧЕСКОЕ ЗРЕНИЕ: Зрение несовершенно, когда пациент пытается прочитать мелкий шрифт вблизи. Зрение вдаль может быть хорошим, а может и не быть таковым.

АСТИГМАТИЗМ – это несовершенство кривизны глаза. Обычно передняя часть глаза имеет один изгиб, отличный от других изгибов.

КАТАРАКТА – это помутнение хрусталика в зрачке, которое препятствует нормальному зрению.

ПИГМЕНТНЫЙ РЕТИНИТ – заболевание внутренней части глаза, сопровождающееся появлением пигментных пя-

тен черного цвета.

ПЛАВАЮЩИЕ ЧАСТИЧКИ не существуют в реальности, человек их просто представляет.

ИРИТ – это воспаление радужной оболочки, или окрашенной части глаза.

ХАЛАЗИОН – это опухоль одной из желез глазного века.

ПАМЯТЬ, или **ВООБРАЖЕНИЕ**, – это способность видеть или вспоминать буквы или другие объекты с закрытыми глазами так же хорошо, как они могут быть увидены, когда глаза открыты.

На **ПРОВЕРОЧНОЙ ТАБЛИЦЕ СНЕЛЛЕНА** изображены буквы или другие объекты разной величины. Самые маленькие буквы или картинки, которые были увидены на таблице, и используются для измерения остроты зрения.

ТАБЛИЦА Ш-ТИПА – это таблица, на которой напечатана буква «Ш» (или ориг. «Е» – *прим. перев.*), повернутая в разные стороны, где открытая часть буквы «Ш» направлена вверх, вниз, влево или вправо. Буква для проверки зрения напечатана шрифтами разного размера, подобно тому как это делается на других проверочных таблицах Снеллена. Ее обычно используют для проверки зрения детей или взрослых, не знающих алфавита. Самая маленькая буква «Ш», направление которой правильно распознает пациент, измеряет величину остроты зрения.

ШРИФТ «ДИАМАНТ» – один из самых маленьких шрифтов, используемых в печати. Он способствует улучше-

нию зрения, если читать его каждый день.

Рекомендации

1. Если зрение пациента улучшается во время приема под руководством доктора, а пациент, уходя из кабинета, пренебрегает тем, что ему было велено выполнять дома, от лечения не будет никакой пользы. Улучшение зрения было всего лишь временным. Добросовестная практика способствует улучшению зрения до нормального.

2. Если пациент непрерывно практикует методы, следуя рекомендациям доктора, его зрение всегда улучшается. Это касается как пациентов с аномалиями рефракции, так и пациентов, имеющих органические нарушения.

3. Как показал наш опыт, в случаях косоглазия и взрослым, и детям лучше всего помогает ЛОНГ СВИНГ.

4. Если пациент страдает катарактой, то, как правило, наиболее эффективен пальминг. Его нужно практиковать по многу раз ежедневно.

5. Все пациенты, имеющие несовершенное зрение, бессознательно пялятся (смотрят слишком пристально), и тем, кто находится рядом с ними, следует напоминать пациенту о том, чтобы он не забывал часто моргать. Пялиться – значит напрягать глаза. Напряжение – причина несовершенного зрения.

Следующие правила, если они прочитаны и осмыслены

правильно, будут также полезны:

6. Когда вы сидите, не смотрите вверх, не поднимая при этом подбородка. Всегда поворачивайте голову в направлении взгляда. Часто моргайте.

7. Не делайте усилия с целью увидеть более четко. Если вы оставите глаза в покое, предметы станут четкими сами.

8. Не смотрите ни на что дольше доли секунды без перемещения взгляда.

9. Читая, не думайте о своих глазах, а позвольте уму и воображению руководить этим процессом.

10. Когда вы смотрите и при этом ощущаете свои глаза, это вызывает дискомфорт и ухудшает зрение.

11. Очень важно научиться представлять неподвижные объекты движущимися, не поворачивая головы и тела.

12. Хорошо помогает пальминг, и я рекомендую делать его несколько раз в день по несколько минут (хотя бы десять раз). Непосредственно перед отходом ко сну хорошо сделать пальминг в течение получаса и дольше.

но подтверждавших свою действенность открытий было следующее:

**МЕЛКИЙ ШРИФТ ПОЛЕЗЕН ДЛЯ ГЛАЗ –
КРУПНЫЙ ШРИФТ ТАИТ В СЕБЕ УГРОЗУ.**

Невозможно прочитать микроскопический шрифт, либо очень мелкий шрифт, делая какое-либо усилие его увидеть. Такой шрифт может быть прочитан только тогда, когда ум и глаза находятся в состоянии покоя.

Напечатанные на этой странице главы исполнены шрифтом «диамант» и микроскопическим шрифтом. С первой попытки может показаться сложным привыкнуть к мелкому шрифту, но если смотреть на него, не пытаясь при этом его прочитать, то шрифт начнет проясняться.

Некоторые люди замечают улучшения зрения, когда представляют белые пространства между строк, как будто бы они более белые, нежели все остальные белые участки страницы. Когда человек представляет белые пространства совершенно белыми, шрифт становится очень черным и четким, и должно быть хорошо заметно, что он становится таким сам по себе.

Крупный шрифт наносит вред совершенному зрению, потому что глаз старается увидеть всю букву сразу. Когда человек смотрит на какой-то объект, например, на кресло, он видит его размытым, если видит весь объект одинаково хорошо одновременно. Возможно, вы не можете видеть подлокотники, ножки, спинку и сидение одинаково хорошо од-

новременно. Вы видите сначала либо спинку, либо сидение. Это – центральная фиксация. Видеть лучше всего там, где вы смотрите.

Мы знаем, что если вы будете аккуратно следовать данным инструкциям, то напечатанные выше статьи подтвердят то, что они приносят пользу зрению.

Практика с проверочной таблицей

1. В каждом доме должна быть таблица для проверки зрения.
2. Лучше всего, если таблица будет постоянно висеть на стене в хорошем освещении.
3. Каждый член семьи или каждый из домочадцев должен читать таблицу ежедневно.
4. Для того чтобы проверить зрение по таблице, требуется всего одна минута. Если вы проведете пять минут утром, занимаясь с таблицей, это будет огромной помощью глазам на весь день.
5. Отойдите на расстояние десяти футов (ок. 3 метров – *прим. перев.*) от таблицы и читайте то, что сможете увидеть, без усилия или напряжения. Над каждой строкой букв располагаются маленькие цифры, обозначающие расстояние, с которого их может увидеть нормальный глаз. Над большой буквой «С» вверху таблицы расположено число «200». Следовательно, большая буква «С» должна быть прочитана с расстояния двухсот футов. Если вы можете прочитать эту строку только с расстояния десяти футов, то острота вашего зрения $10/200$. Числитель дроби всегда обозначает расстояние от таблицы до глаз. Знаменатель всегда равен числу над строкой. Если вы способны прочитать только строку, обозначенную числом «40», то ваше зрение $10/40$.

6. Если вы можете видеть только пятую строку, то заметьте, что последняя буква в этой строке – это буква «R». Теперь закройте глаза, накройте их ладонями рук и вспомните букву «R». Если вы вспомните, что ее левая сторона прямая, правая сторона частично искривлена, а низ открыт, то вы сможете получить хорошую мысленную картинку буквы «R» с закрытыми глазами. Эта мысленная картинка поможет вам увидеть букву, расположенную прямо под буквой «R», то есть букву «T».

7. Перемещение взгляда хорошо помогает остановить пристальное всматривание (*пял*). Если вы будете *пялиться* (смотреть неподвижно, пристально) на букву «T», то вы заметите, что все буквы на этой строке начнут терять свою четкость. Полезно закрыть глаза сразу же, как только вы увидели букву «T», затем открыть их и посмотреть на первый символ той же строки, то есть на цифру «3». Затем закройте глаза и вспомните цифру «3». Так вы сможете прочитать все буквы на этой строке, закрывая глаза после прочтения каждой буквы.

8. Ведите записи изменений вашего зрения, для того чтобы отмечать ежедневные улучшения.

9. Когда вы сможете прочитать нижнюю строку каждым глазом с расстояния десяти футов, ваше зрение вдаль будет нормальным, 10/10.

10. Расстояние между проверочной таблицей Снеллена и пациентом – очень важный аспект. Однако некоторые паци-

енты получают более быстрые улучшения, когда таблица помещается на расстояние пятнадцати или двадцати футов от них, тогда как другим не удастся получить каких-либо улучшений с этого расстояния. В некоторых случаях наилучшие результаты получаются, когда таблица располагается на расстоянии одного фута. Кто-то, у кого слабое зрение, может не получить улучшений, когда таблица расположена на расстоянии двадцати футов или дальше от него или на расстоянии одного фута или ближе, но их дела обстоят гораздо лучше, если таблица находится на половине этого расстояния – на расстоянии около восьми футов. Некоторые пациенты могут совсем не получить улучшений зрения, практикуя на расстоянии десяти футов, но могут улучшить зрение, находясь в двадцати футах от таблицы или на расстоянии одного фута. Тогда как некоторые пациенты получают улучшения, ежедневно практикуя на одном и том же расстоянии, другие могут получать улучшения, только если они каждый день изменяют расстояние до таблицы.

50 ΦΥΤΟΒ

C

30 ΦΥΤΟΒ

R B

20 ΦΥΤΟΒ

T F P

15 ΦΥΤΟΒ

5 C G O

10 ΦΥΤΟΒ

4 K B F B

Фундаментальные принципы

У. Г. Бейтс

1. Полный отказ от очков.

2. Центральная фиксация – видно лучше всего там, где вы смотрите.

3. Благоприятные условия: Свет может быть ярким и неярким. Расстояние от текста до глаз, на котором видно лучше всего, индивидуально для каждого человека.

4. Перемещения: Глаза с нормальным зрением находятся в постоянном движении.

5. Качания: Во время быстрых или медленных перемещений взгляда из одной стороны в другую кажется, что неподвижные объекты перемещаются в направлении, противоположном направлению движения взгляда.

6. ЛОНГ СВИНГ: В положении стоя поставьте стопы ног на расстоянии одного фута друг от друга, поверните тело вправо, одновременно оторвав левую пятку от пола. Голова и глаза неподвижны относительно тела, то есть все внимание обращено на наблюдение за движением неподвижных объектов в поле зрения. Теперь опустите левую пятку на пол, поверните тело влево, отрывая при этом правую пятку от пола. Чередуйте повороты тела вправо и влево так, как описано выше.

7. Дрейфующее качание: При использовании данного ме-

тогда нужно не обращать внимания на четкость неподвижных объектов, которые вы видите в движении. Глаза перемещаются из одной точки в другую медленно, легко или слегка лениво, так чтобы избежать пристального неподвижного всматривания – пяла.

8. Качания переменной амплитуды: Держите указательный палец в шести дюймах от правого глаза и в шести дюймах вправо от него, смотрите прямо вперед и поворачивайте голову из стороны в сторону на небольшое расстояние. Заметьте, что палец начнет двигаться.

9. Неподвижные объекты движутся: Поворачивая голову из стороны в сторону на небольшое расстояние, не забывая при этом моргать, можно научиться представлять неподвижные объекты в движении.

10. Память: С улучшением памяти букв на таблице и других объектов улучшается способность видеть четко и все остальное.

11. Представление: Мы видим только то, что мы думаем, что мы видим, то есть то, что мы представляем. Мы можем представить только то, что мы помним, то есть то, что мы видели раньше.

12. Отдых: Во всех случаях несовершенного зрения улучшение достигалось простым закрыванием глаз, что давало им возможность отдохнуть.

13. Пальминг: Закрытые глаза можно дополнительно накрыть ладонями одной или обеих рук.

14. Моргание: Нормальный глаз моргает, то есть открывается и закрывается, достаточно часто.

15. Мысленные картинки: Когда человек бодрствует, в его уме постоянно присутствуют различные изображения. Если эти изображения вспоминаются легко, совершенно, то и зрение становится лучше.

Лечение солнцем

Многие врачи-офтальмологи прописывают очки с темными стеклами практически всем своим пациентам, страдающим от яркого света. На мой взгляд, так делать неправильно. Я помню одну пациентку, которая провела два года в темной палате больницы. На ней была повязка, закрывавшая оба ее глаза, и она не снимала ее ни днем, ни ночью. Покидая больницу, она находилась в очень плохом состоянии. Яркий солнечный свет практически ослеплял ее. Она посетила множество клиник и глазных врачей, но все, что они для нее делали, заключалось в том, что они давали ей очки с все более темными стеклами. По прошествии времени эти темные очки не облегчили ее состояния. Наоборот, вместо того, чтобы помогать ее ослабленным глазам, очки создавали эффект еще большей, чем была раньше, чувствительности глаз к свету. На моем опыте, у всех людей, носящих очки с темными стеклами, рано или поздно развиваются серьезные воспаления глаз. Человеческому глазу необходим свет для поддержания нормального функционирования органа зрения. Использование затенений и светозащитных приспособлений всех типов на глазах очень опасно для глаз.

Солнечный свет так же необходим нормальным глазам, как отдых и релаксация. Если имеется такая возможность, начинайте день, подставляя закрытые глаза солнцу. Даже

сделав это всего лишь в течение нескольких минут, вы окажете им огромную помощь. Приучите глаза к яркому свету солнца, позволяя лучам освещать закрытые веки. Позднее, смотря глубоко вниз, осторожно приподнимите верхнее веко таким образом, чтобы солнечные лучи непосредственно освещали белую часть глаза. Хорошо при этом слегка поворачивать голову из стороны в сторону во избежание появления напряжения. Лечения солнцем не может быть слишком много.

Глава I. Опыт работы со школьниками

Топси

Пациенты, приходящие к нам в клинику, делают удивительные вещи. Особенно – школьники. Каждому из них мы можем уделить, как правило, лишь около пяти минут нашего времени, и, несмотря на это, они умудряются выполнять данные им инструкции дома и получать результаты. И это великолепная награда из всех тех наград, что они могли бы получать за свои терпение и сообразительность.

Большинству детей и взрослых помогает пальминг, и замечательные случаи излечения были получены с помощью только этого метода. Один маленький мальчик в результате автомобильной аварии получил настолько серьезную травму, что его левый глаз мог лишь отличать свет от тьмы. Прошло какое-то время, прежде чем я смогла сделать так, чтобы он регулярно выполнял пальминг, ну а поскольку он загорелся желанием делать его по несколько раз в день, то его зрение стало стремительно улучшаться и сейчас он полностью излечен.

Правда, некоторые пациенты не могут или не хотят де-

лать пальминг. Одним из таких пациентов была маленькая темнокожая кучерявая девочка, которая сильно походила на Топси из «Хижины дяди Тома». Ее отправили в клинику из-за того, что она не могла читать надписи на школьной доске, и школьная медсестра позже рассказала мне, что девочка не слушается и что учителям непросто с ней справляться. Для меня поначалу она тоже была чем-то вроде испытания, потому что мне не удавалось уговорить ее сделать пальминг даже ненадолго и я не знала, что мне с ней делать. Но затем, когда она выбрала метод с использованием воспоминания, я поняла, что у нее превосходная память, и решила лечить ее с помощью этого метода. Я смогла значительно улучшить ее зрение.

Учительница Топси сразу заметила разительную перемену в поведении девочки, и на следующий день вместе с Топси в клинику пришла школьная медсестра. Ей хотелось узнать, что я сделала с ребенком, чтобы получить такие результаты. Тогда я попросила девочку закрыть глаза и вспомнить букву на проверочной таблице не черной, а серой. Эта попытка создала настолько сильное напряжение, что девочка не смогла усидеть ни минуты спокойно, и когда она открыла глаза, не было никакого улучшения в ее зрении. Затем я попросила ее вспомнить голубые бусы, которые были у нее на шее. Она проделала это в течение нескольких минут – ее глаза при этом были закрыты, – и когда она открыла глаза, она прочитала другую строку букв на проверочной таблице. И снова

она закрыла глаза и вспомнила голубые бусы совершенно. За короткий промежуток времени с помощью совершенно-го воспоминания голубых бус то с закрытыми глазами, то с глазами открытыми ее зрение улучшилось до 10/10.

Медсестра была поражена этой демонстрацией, доказавшей то, что совершенное воспоминание улучшает зрение и устраняет нервозность. Она возвратилась на следующий день и привела ребенка, которому она сама не смогла помочь. Некоторое время спустя она сообщила мне, что Топси излечилась и каждый день на переменах она занимается тем, что учит девочек в классе тому, как давать отдых глазам, и проверяет их зрение по проверочной таблице, которую я ей дала. Школьная уборщица каждый день прятала таблицу у себя до тех пор, пока сама не была готова играть в «лечение глаз». С помощью Топси уборщица теперь прекрасно обходится без очков. Хотелось бы, чтобы таких Топси было больше.

Три похожих случая

Джордж, Глэдис и Чарли – вот трое детей, которые пришли к нам лечиться примерно в одно и то же время. Они были одного и того же возраста, девяти лет, и всех троих мучили головные боли. Да и степень дефекта зрения у всех была примерно одна и та же. Они вступили в очень интересное трехстороннее соревнование, в котором каждый из них старался победить остальных и вылечиться быстрее всех. Джордж и Глэдис были темнокожими ребятами, а Чарли был белокожим мальчиком наиболее ярко выраженного светло-волосого типа с красивыми кудряшками и голубыми глазами.

Из этого трио Джордж пришел к нам первым. Его отправили сюда из школы, в которой он учился, с тем чтобы на него надели очки: его донимали головные боли. И несложно было заметить по наполовину закрытым глазам и выражению лица, что его мучения не прекращались ни на минуту. Первым моим желанием было заставить его улыбнуться, но мои усилия в этом направлении большим успехом не увенчались.

– Ты позволишь мне тебе помочь? – спросила я.

– Может быть, вы можете, а может быть, и нет, – был его безрадостный ответ.

– Но ты же собираешься дать мне попробовать, не правда ли? – продолжала я настаивать на своем, глядя его по кудря-

вой голове.

Он отказался довериться мне, но все же дал согласие на то, чтобы я проверила его зрение, которое было 20/70 обоими глазами. Я показала ему, как нужно делать пальминг и как давать отдых глазам. Он продолжил приходить в клинику, но за три недели я так ни разу и не увидела улыбки на его лице, а он постоянно жаловался на головную боль.

Затем пришла Глэдис в сопровождении своей мамы. Мама поведала мне историю случая Глэдис, очень похожего на случай Джорджа. Зрение Глэдис было 20/200, и за очень короткое время я улучшила его до 20/40. На ее следующем приеме оно стало временно нормальным, и это произвело огромное впечатление на Джорджа. Я видела, как он широко раскрыл свои черные глаза и наблюдал за Глэдис, в то время как я занималась ею. Позже, когда он думал, что я на него не смотрю, я увидела, как он подошел к Глэдис и сказал ей:

– Ты меня не перегонишь, я пришел раньше тебя. Я хочу вылечиться первым. Поняла?

Я быстро развела детей, так как у меня было нехорошее предчувствие; но все это время я была благодарна Глэдис за то, что она, хоть и непреднамеренно, но раззадоривает Джорджа.

На следующей неделе пришел Чарли. Он выглядел очень грустным, и его мама, пришедшая вместе с ним, также была грустна. Голова у него болела сильнее, чем у других детей, и головные боли препятствовали его успеваемости в школе.

Ему уже скоро нужно было переходить в следующий класс, поэтому и мама, и ребенок беспокоились о том, что мальчик будет отставать. Они надеялись, что очки помогут им отвести эту беду. Конечно же, я объяснила маме, что мы никогда не выписываем очков в нашей клинике, а лечим людей так, что очки им становятся не нужны. Я проверила зрение Чарли и обнаружила, что он видит 20/100. Я велела ему закрыть глаза и вспомнить букву совершенно черной – точь-в-точь такой же черной, какой он видел ее на проверочной таблице. Он испуганно замотал головой и сказал:

– Я не могу ничего вспомнить, мне очень и очень больно.

– Закрой глаза на долю минуты, – сказала я, – открой их всего лишь на секундочку и посмотри на букву, на которую я указываю, затем быстро закрой их снова. Прodelай это в течение нескольких минут и посмотри, что произойдет.

А случилось вот что. Спустя несколько минут Чарли заулыбался и сказал:

– Боль прошла.

Поочередное открывание и закрывание глаз помогло ему расслабиться и устранило сильнейшее напряжение его глаз, которое и было причиной его проблемы.

Я показала ему, как нужно делать пальминг, и оставила его одного на некоторое время. К моему возвращению его зрение улучшилось до 20/70. Меня это очень порадовало. Рада была и мама Чарли, довольная тем известием, что ему не придется носить очки.

Чарли продолжил регулярные посещения. Он стал необычным пациентом. Однажды он рассказал мне, как он катался на санках с ребятами, а солнце, отражаясь от снега, светило так ярко, что он не мог открыть глаз. У него так сильно разболелась голова, что ему пришлось пойти домой и лечь в кровать.

– Почему ты не делал пальминг время от времени и не вспоминал одну из тех букв на таблице? – спросила я.

– Точно, – сказал он. – Самому интересно, почему я не подумал этого сделать.

И в следующий раз, когда он пришел ко мне, опять был снегопад и ему сильно не терпелось рассказать мне о том, что с ним приключилось.

– Я пошел еще раз прокатиться на санках вместе с ребятами, – сказал он сразу, как только мы смогли с ним поговорить, – и боль вернулась тогда, когда я веселился. Но на этот раз я не пошел домой и не лег в кровать. Я вспомнил, что вы сказали, накрыл глаза ладонями рук прямо на улице, и через какое-то время боль полностью ушла. Я мог смотреть прямо на снег, когда на него светило солнце, и мне ничего от этого не было.

С самого начала Чарли очень заинтересовал двух темнокожих ребят, и, принимая это больше за соревнование, что в случае Джорджа было так эффективно и что не причинило бы им никакого вреда, я сказала: «Увидим, кто победит». Но им и не требовалось стимулирования с моей стороны.

Каждый день в клинике за час до назначенного времени черно-белое трио стояло у двери больницы. Если была толпа, дети не церемонясь пробивали себе дорогу сквозь нее, а затем гнались сломя голову в глазную комнату. Там они прилежно практиковали до прихода доктора Бейтса и меня и, боюсь, они также много ссорились по пустякам. Теперь здесь не было нехватки улыбок, а что касается Джорджа, то широкая улыбка просто не сходила с его лица.

Чарли излечился первым. Лишь только месяц спустя после его первого визита его зрение улучшилось до 20/10. Обычно пациенты не возвращаются после того, как излечиваются, но этот мальчик продолжил практиковать дома и возвратился, чтобы показать мне, да и, кстати, тем самым своим соперникам, какой прогресс он совершил. У нас в тот день был доктор с визитом. Я заподозрила Чарли в том, что он хочет похвастаться таким образом, когда он двинулся к самому концу комнаты – а это было расстояние в тридцать футов от таблицы. К моему удивлению и к великой досаде Джорджа и Глэдис, он прочитал все буквы на нижней строке правильно. Темнокожие дети поспешили выдвинуть предположение о том, что он выучил буквы. Чтобы развеять сомнения, я повесила таблицу Ш-типа – такую, что мы используем для пациентов, не знающих букв, – и попросила его сказать, в каком направлении были повернуты буквы «Ш» на ней. Он не сделал ни единой ошибки. Казалось, что здесь не оставалось места сомнению в том, что его зрение действительно

улучшилось до 30/10 – трижды принятый стандарт нормального зрения. Не было больше пациента в клинике, кто мог бы читать таблицу с такого расстояния. После этого Чарли возвращался несколько раз – и, боюсь, не из лучших побуждений; а для меня было великим удовольствием демонстрировать его способности медсестрам и просто посетителям.

Джордж и Глэдис вылечились очень скоро вслед за Чарли. Теперь они могут читать 20/10. Жаль, что у них не все было так же гладко, как у Чарли, но поскольку их зрение сейчас в два раза лучше того, что принимается за нормальное зрение, то я думаю, что они должны быть довольны.

Сейчас прошло уже два года с того момента, как Джордж, мой крошечный мальчик, излечился, но он по-прежнему приходит в клинику, чтобы меня навестить. Около шести месяцев спустя после того, как он обрел нормальное зрение, я заметила, что он стоит в дальнем углу комнаты и явно пытается спрятаться. Когда я, наконец, подошла к нему и спросила, не болят ли снова его глазки, он ответил:

– Нет, мэм, мои глаза в порядке, но я хочу приходить к вам и видеть вас.

Я сказала:

– О, ты просто хочешь немножко моей любви, так ведь?

Джордж выглядел очень смущенным. Он поднял на меня свои большие глаза так, как это может делать только негренок, и смотрел на меня до тех пор, пока его кучерявая голова не оказалась на моей руке: прямо как совсем еще кро-

ЩЕЧНЫЙ МАЛЬЧИК, ГОЛОДНЫЙ ДО ЛЮБВИ.

Джоуи и Пэтси

Девятилетний мальчик-итальянец по имени Джоуи получил черепно-мозговую травму в результате автомобильной аварии. В результате травмы он практически ослеп на левый глаз. От его брата Пэтси я узнала о том, что в момент аварии Джоуи был во главе своих войск и проводил хорошо организованное отступление после ожесточенного конфликта, в котором он вынужден был сдаться более многочисленной армии. Он стоял лицом к врагу, а автомобиль был сзади. К тому же Джоуи не знал о том, что автомобиль его сбил. Он думал, что кто-то еще из врагов атаковал его с тыла. Позднее, когда он обнаружил себя лежащим на больничной койке и понял, что ранен, его первыми словами были: «Пустите меня к тем пацанам, что замочили меня со спины».

Позже Пэтси мне рассказал, что ужасно сложно было убедить Джоуи в том, что именно автомобиль (а никак не враги) врезался в него. Каким же наказанием, должно быть, было для Джоуи лежать в больнице! Боль мучила его достаточно сильно, но еще более болезненным было для него осознавать, что его банда осталась без главаря.

Неделю спустя тетя привела его в клинику при больнице. Доктор Бейтс осмотрел мальчика и обнаружил, что у него поврежден зрительный нерв левого глаза, в результате чего зрение этого глаза упало до такой степени, что он мог лишь

отличать свет от тьмы.

Затем ребенка привели ко мне. Я еще не видела никого, кто выглядел бы более жалко, чем этот мальчик. Я тогда не знала о том, что какая-то там банда уличных мальчишек когда-то смотрела снизу вверх на него как на их лидера; да мне бы никогда это и в голову не пришло. Не было и тени улыбки на его лице, он не произносил ни слова. И его лицо, и одежда были испачканы. Одежда к тому же была рваной, а обувь – дырявой. Однако у него были прекрасные зубы, а под слоем сажи на его маленьком лице можно было заметить участки совершенно здоровой кожи. Я велела ему дать отдых своим глазам, закрыв их и накрыв их ладонями рук, и через несколько минут слепым глазом он смог увидеть самую большую букву на проверочной таблице с расстояния пяти футов. Зрение правого глаза было нормальным. Я велела ему давать отдых глазам, закрывая их, шесть раз в течение дня по пять минут за подход и прийти ко мне снова на следующий день.

В следующий раз, когда я его увидела, он не только не добился никакого прогресса, но и не мог ничего видеть, как и вначале. Его тетя сказала:

– Отружьте его. Скажите ему, что оставите его здесь, потому что он не будет ни пальмить, ни делать ничего из того, что ему велено делать дома.

Я ответила:

– Вы же не хотите, чтобы я ему лгала, правильно?

Джоуи, такой грустный и обеспокоенный, поднял на меня глаза, ожидая, что я снова буду его защищать, когда его тетя отвечала:

– Ну, тогда я оставляю его здесь и не заберу его домой.

– Хорошо, – сказала я, – я живу за городом и, возможно, Джоуи пойдет домой вместе со мной, будет играть в поле и смотреть, как птицы выют гнезда. Может быть, тогда он научится улыбаться так, как должны улыбаться мальчики.

Было приятно увидеть, как на его маленьком грязном личике внезапно появились выражения приятного ожидания и удовольствия. Я действительно имела в виду то, что я сказала, но Джоуи не дал мне шанса взять его с собой домой, потому что он не вернулся после того, как его глаза были вылечены. Однако, заметив, что он начинает понемногу интересоваться тем, что я пытаюсь для него сделать, я сказала:

– Джоуи, ты полюбишь меня сильно-сильно, потому что я уже люблю тебя, но ты должен слушать то, что я тебе говорю, потому что если ты не сделаешь этого, то ослепнешь.

Джоуи согласился сделать пальминг в течение нескольких минут, и его зрение улучшилось так, что он стал способен видеть большую букву на проверочной таблице с расстояния трех футов. Теперь он сделал усилие увидеть следующую строку букв, но у него не только не получилось этого сделать, но он также потерял из виду и большую букву. Напряжение снова сделало его слепым.

Как же я хотела уделять ему больше времени! Но кабинет

был полон пациентов, и они приходили и приходили. Поэтому я была вынуждена уделять внимание и им тоже. Я, очень нежно, попросила Джоуи пальмить и не убирать рук от глаз до тех пор, пока я к нему не вернусь. Спустя десять минут или около я вернулась и спросила, что он может видеть. К моему удивлению, он прочитал пять строк проверочной таблицы тем глазом, который был слепым. Очень обнадеженная, я отправила его домой, и он пообещал делать пальминг шесть раз в день. Он не приходил ко мне около недели, и я о нем беспокоилась, потому что знала, что он забудет то, что я велела ему делать. Затем в один день он вернулся со своим братом Пэтси. Хм, как Пэтси и говорил! Джоуи нечего было сказать, и он не улыбался, пока я его не попросила. Пэтси сказал, что Джоуи не практиковал и что отец шлепнул его по голове и пригрозил, что сделает с ним нечто такое, после чего он выполнит то, что ему было велено делать. Нельзя было не заметить, что он не практиковал. Когда я попросила его прочесть таблицу, все, что он смог увидеть, была большая буква вверху таблицы с расстояния трех футов.

Бедный маленький Джоуи! Я обняла его, погладила его грязное личико и сказала, показывая ему количество на пальцах, что если он сможет сосчитать до шести и будет практиковать пальминг столько же раз в день каждый день, то я уверена в том, что Санта-Клаус припасет для него игрушки к Рождеству. Джоуи засиял в улыбке. И он очень долго просидел с накрытыми ладонями рук глазами. Когда он

снова посмотрел на таблицу, он прочитал пятую строку, которой была сорокафутовая строка букв. Между тем Пэтси поведал мне все обо всех остальных членах их семьи. Он рассказал мне, что его старший брат собирается жениться, но ему нужно повременить со свадьбой до тех пор, пока из тюрьмы не выйдет другой их брат, которому было восемнадцать лет. Пэтси говорил как мужчина и его голос звучал как сирена; но я видела, что у него был мягкий характер, и дала ему поручение помогать Джоуи. Я попросила его сделать все возможное для того, чтобы Джоуи больше палмил, и быть с ним всегда как можно мягче. Отец был предупрежден о недопустимости снова бить Джоуи по голове, потому что это усугубляло кровоизлияния и Джоуи мог ослепнуть. Спасибо Пэтси за его доброе сердце! Он обещал помогать мне всем, чем только сможет, и я уверена, что он заслуживает многого из того, чем я была ему обязана и что собиралась сделать в ближайшем будущем для его брата.

С того времени у Джоуи стали наблюдаться решительные улучшения. Он откликался на доброту, как цветок откликается на солнечный свет. Но если я когда-либо забывалась и начинала разговаривать с ним без максимально возможной нежности, если только я повышала голос, даже ненамного, он тут же становился нервным и начинал напрягаться. Однажды я пререкнулась с ним из-за того, что он не сделал что-то, что я велела ему сделать, и через несколько мгновений, когда он читал проверочную таблицу левым глазом, он ска-

зал: «Я могу видеть только большую букву». Я объяснила, насколько важным было для него смотреть обоими глазами, потому что, возможно, когда-то он станет великим человеком. Он улыбнулся и сделал пальминг, и не прошло много времени, прежде чем он снова читал пять строк таблицы.

Во время одного из последующих своих визитов он начал обращать на себя внимание, потому что умыл лицо. Я видела, что он хочет, чтобы я это заметила, и, конечно же, я это сделала и наградила его комплиментами по поводу его улучшенной внешности. Он улыбнулся и начал пальмить сам, без напоминания, и его зрение улучшилось более быстрыми темпами, чем в какое-либо из предыдущих посещений.

Его последний визит был одним из радостных. Он видел всю нижнюю строку с расстояния пятнадцати футов, без того чтобы пальмить. Затем доктор Бейтс осмотрел его глаза с помощью офтальмоскопа и обнаружил, что сетчатка стала чистой и что там больше нет кровоизлияний. Зрительный нерв пришел в норму.

Как-то раз Пэтси появился в клинике, и на нем были очки.

– Боже мой, Пэтси, зачем же ты носишь эти штуковины? – стала я его расспрашивать.

– Медсестра в школе сказала, что мне нужны очки, и папа заплатил за них четыре доллара, но я могу видеть и без них.

Его зрение без очков было 20/200. После того как он дал отдых своим глазам с помощью пятиминутного пальминга, его зрение значительно улучшилось.

– Ты хочешь вылечить себя без очков? – спросила его я.

– Ну конечно же. Я не хочу их носить.

– Хорошо, ты просишь разрешения у папы и я лечиваю тебя.

К счастью, папа ничего против этого не имел, и теперь Пэтси видит без очков гораздо лучше, чем он видел когда-либо в них. Он говорит, что школьная доска выглядит чернее, чем раньше, и что занятия кажутся не такими уютными.

Пэтси продолжил приходить вместе с Джоуи на приемы до тех пор, пока они оба не были излечены.

Приближалось Рождество, и когда праздничный день настал, на праздник в клинику пришли и мальчики. Они пришли за два часа до начала, чтобы удостовериться в том, что ничто не сможет их расстроить. Я никогда не видела более счастливых или более благодарных детей, чем эти двое, когда они вышагивали из комнаты, держа в руках свои подарки и сладости.

Хайман

Хайман, еврейский мальчик десяти лет, не был пациентом, а лишь сопровождал маму. Ее мучили головные боли, и поэтому она стала лечить глаза. Но ее проблема даже наполовину не была настолько серьезной, как у ее сына. Его несчастные глаза пялились за толстыми стеклами очков, и для того, чтобы видеть сквозь них, он, преодолевая боль, корчил самые чудовищные гримасы. Его голова постоянно двигалась во всех направлениях, и позже я узнала о том, что у него была хоррея, или «пляска святого Вита». Он был необыкновенно смышленным мальчиком и никак не мог успокоиться, пока не увидит все, что происходит в клинике. Каждый раз, когда он был в кабинете, он становился как можно ближе ко мне, вникая в каждое произносимое мною слово и ловя каждое мое движение. Однажды я сказала ему:

– Смотри сюда, молодой человек, ничего страшного, что ты смотришь на меня, но я не думаю, что пациентам нравится, что ты так пристально смотришь на них. Если ты хочешь узнать, как я помогаю людям, почему же тогда ты не позволишь мне вылечить тебя так, чтобы тебе не нужно было носить очки?

– Учительница говорит, что я должен носить очки, потому что я не могу читать с доски без них, – ответил он.

Позже я сказала его маме, что я уверена в том, что мо-

гу помочь не только решить его проблемы с глазами, но и исправить нервные подергивания его головы. Она сделала недоумевающее лицо и выразила сомнение по поводу того, что я как-то могу помочь ребенку: врачи ей сказали, что, возможно, с возрастом он избавится от повышенной возбудимости. Сам мальчик также выказывал свое недоверие, но тем не менее он был очень заинтересован. Ему явно было любопытно узнать, что же я могу для него сделать, и он хотел позволить мне поразвлечь его.

Я проверила его зрение в очках и обнаружила, что мальчик может читать только 10/50, а все остальное пространство на таблице было для него размытым. Я сняла с него очки и заметила, что без них он меньше пялится. Когда на нем были очки, его лицо выглядело неприятным, с множеством морщин, как у старичка. Когда доктор Бейтс проверил очки, он сказал, что налицо факт того, что они и вызывают «пляску святого Вита». Напряжение увидеть сквозь линзы, которые ему не подходят, и вызывало это нервное состояние.

Я велела мальчику накрыть глаза ладонями рук так, чтобы исключить весь свет, и вспомнить одну из букв проверочной таблицы совершенно черной. Он подумал, что я играю с ним в прятки, и поэтому то и дело подглядывал сквозь пальцы. Мое терпение было испытано уже достаточно, но я не подавала виду, чтобы он не узнал об этом. Наоборот я сказала ему, что мне особенно нравятся маленькие мальчики и что я желаю ему помочь. Он распрямил плечи и сделал усилие

удержать голову прямо, но у него ничего не вышло. Наконец моя попытка сделать так, чтобы он понял, что я хочу остановить подергивание его головы, увенчалась успехом. Он не должен был убирать ладоней от глаз до тех пор, пока я не скажу. Он сделал такое же серьезное лицо, какое было и у меня самой, но тем не менее я за ним присматривала, в то время как занималась лечением других пациентов. Я не раз видела, как он убирает руки от глаз или украдкой подглядывает сквозь пальцы. Не сомневаюсь, что пятнадцать минут, проведенные таким образом, показались ему часами. Когда я смогла снова подойти к нему, я сказала очень ласково:

– Теперь убери руки от глаз, посмотри на меня и часто моргай, для того чтобы не давать себе паяльаться.

Он сделал то, о чем я его попросила, и, к моему удивлению, его голова держалась идеально прямо. Тогда, будучи очень осторожной, дабы сохранить то же ласковое звучание моего голоса, я рассказала ему историю про мальчика, который жил в небольшом поселке, где жила я, и который украл несколько вкусных сочных яблок у фермера. Он съел слишком много яблок, и вскоре у него разболелся живот. Фермер поймал и наказал его; так что теперь мальчик страдал и снаружи, и внутри и пришел к выводу о том, что воровать яблоки нехорошо. Я уделила рассказу этой простой истории столько времени, сколько у меня было, потому что моей целью было не давать пациенту думать о себе, о своих глазах. Он выглядел безумно увлеченным моим рассказом. Его гла-

за сияли, пока он меня слушал, а его голова ни разу не шелохнулась.

– Теперь, – сказала я, – сделай еще немного пальминга для меня, а затем мы будем читать таблицу.

Когда он убрал руки от глаз во второй раз, его зрение улучшилось до 10/30. Равнодушие его мамы куда-то испарилось. Она не знала, как ей выразить переполнявшее ее чувство благодарности за то, что было сделано для ее мальчика, но пообещала следить за тем, чтобы он уделял пальмингу достаточное количество времени каждый день. На следующий день в клинике она сказала мне, что подергивание его головы стало менее частым. Я попросила ее присматривать за мальчиком и следить за тем, чтобы он делал пальминг сразу же, как только заметит подергивание. Это всегда помогало избавляться от недомоганий.

Хайман очень хотел вылечиться до начала каникул, поэтому он достаточно усердно выполнял данные мною указания. Он и его мама практиковали чтение проверочной таблицы каждый день в течение часа за подход. Летом они приходили довольно регулярно и мама излечилась от напряжения глаз и головных болей. Хайман выглядел совершенно другим мальчиком, и осенью, когда начались занятия в школе, он был, судя по всему, излечен, так как подергивания его головы прекратились, а его зрение улучшилось до 10/10.

Бетти и Джон

Тринадцатилетняя Бетти обычно отыскивала удобный уголок в нашем кабинете, откуда она могла наблюдать за тем, как пациенты лечат свои глаза. У нее не было проблем со зрением, но с ней всегда приходил ее школьный товарищ, который и находился на лечении. Она внимательно слушала, когда я давала указания пациентам, но никогда не доставляла хлопот и никогда не задавала вопросов. Как-то раз она раздобыла проверочную таблицу Снеллена и помогла некоторым из своих друзей исправить зрение. Она привела нескольких из них ко мне, чтобы убедиться в том, что они могут обходиться без очков.

Одним из детей был мальчик двенадцати лет по имени Джон. Он носил очки в течение пяти лет и был очень близоруком. Школьный доктор прописал ему очки, когда ему было семь лет. Доктор Бейтс осмотрел их и обнаружил, что мальчик носит очки для дальнозоркости при миопии, или близорукости. Когда их заменяли, годом ранее, оптик, продавший их, совершил ужасную ошибку. Неудивительно, что Джонни хотел, чтобы Бетти помогла ему! Она сказала, что он может видеть лишь пятидесятифутовую строку таблицы с расстояния десяти футов без очков. Когда я проверяла зрение Джонни, он встал в пятнадцати футах от таблицы и прочитал каждую строку букв без единой ошибки. Он рассказал мне,

как Бетти проводила с ним по часу практически каждый день в течение трех недель и хотела, чтобы он читал таблицу до тех пор, пока не сможет прочитать ее с любого расстояния. Мне было жаль, что она перестала приходить в клинику. Ее пациенты поразъехались кто куда, а я лишилась очень хорошей помощницы.

Марджори и Катерина

Марджори

Затем одна мама пришла в клинику с двумя своими дочерьми. Марджори, старшая, была у нас несколько лет назад и мы ее вылечили. Младшего ребенка школьная медсестра отправила домой и велела ей сходить к доктору, чтобы проконсультироваться по поводу глаз. Доктор Бейтс попросил маму подождать, пока не подойду я и не проверю зрение детей. Мама долго не сводила с меня глаз, все время улыбаясь. Она спросила:

– Разве вы не помните меня? Не помните мою маленькую девочку? Я приводила ее к вам и к доктору Бейтсу шесть лет назад. В три года у нее было переменное косоглазие, и доктор Бейтс вылечил ее без операции.

Сотни пациентов лечились и были излечены за это время, и эта милая девочка из крохотного трехлетнего ребеночка превратилась в большую девочку девяти лет. Мама терпеливо ждала, когда я отвечу ей «да». Я старалась, как могла, вспомнить, потому что обычно у меня хорошая память, но на этот раз у меня не вышло. До того как я об этом узнала, я ответила: «Да, конечно же, я помню». И как же благодарна была эта мама за то, что я не забыла ее ребенка, и как жаль

было мне, что я сказала неправду. Она просто знала, что я не забыла, поэтому я не смогла бы ее переубедить. Если бы здесь был доктор Бейтс с ретиноскопом в руке, то он обнаружил бы, что я сделалась близорукой, говоря ложь. Когда человек говорит неправду, ретиноскоп всегда это распознает.

Глаза Марджори смотрели прямо, как и мои, но все, кто был в клинике в тот день и общался с этой мамой, узнали от нее историю о том, как мы излечивали ее ребенка от косоглазия.

Катерина

Ее семилетняя сестра Катерина стояла рядом, интересуясь тем, что же мы собираемся с ней делать. Обе девочки были одеты с величайшей заботой, а Катерина сильно походила на большую французскую куклу с головой, покрытой кудряшками. Доктор Бейтс осмотрел ее и сказал, что у нее миопия, но это не тяжелый случай. Я расположила ее в десяти футах от проверочной таблицы, и она прочла каждую букву правильно, спускаясь все ниже и ниже к сорокафутовой строке. Когда я шла к тому месту, где висела таблица, чтобы помочь моей маленькой пациентке, мама обогнала меня и, с мягким тоном в голосе, велела Катерине пальмить и вспоминать последнюю букву на сорокафутовой строке проверочной таблицы. Катерина сделала это, но она закрыла глаза лишь на минуту, а потом убрала руки и открыла их, для

того чтобы прочитать снова. Я хотела сказать ребенку, что такого короткого пальминга было недостаточно, но, прежде чем я смогла что-либо произнести, она начала читать следующую строку букв, в то время как мама указывала на каждую из них. После того как каждая буква была прочитана, мама, очень нежно, велела ей моргать, и это помогло девочке увидеть следующую букву без напряжения.

Когда Катерина закончила чтение всей тридцатифутовой строки, ни разу не ошибившись, мама не остановилась, а продолжила двигаться вниз по таблице, указывая на букву следующей строки, а затем переходя к другой букве, до тех пор, пока Катерина не прочитала все буквы на двадцатифутовой строке.

Затем мама попросила Катерину делать повороты тела из стороны в сторону и замечать, что ей кажется, что все в комнате движется в противоположном направлении. Когда мама говорила ребенку, что нужно делать, девочка делала все, что только она могла, для того чтобы прочитать таблицу. Мама улыбнулась, когда увидела меня, изумленную тем, что она улучшает зрение Катерины без моей помощи. Я спросила:

– Где вы этому научились?

Она ответила:

– Из ваших статей из [«Лучшего зрения»](#). Я уже много лет выписываю этот журнал.

Несколько месяцев спустя я увидела их снова. Зрение Катерины было 10/10 в каждом глазу. Интересно констатиро-

вать тот факт, что ребенок был излечен исключительно при помощи своей мамы.

Пял

Пял (сущ. от гл. «*пялиться*») – одно из самых коварных зол. Снова и снова мы замечаем, что дети его имеют.

Маленькая еврейская девочка приходила к нам в течение года. В первый визит она рассказала нам о том, что школьная медсестра настаивает на осмотре ее глаз с целью выписать ей очки. Мама девочки была с нею и умоляла меня не надевать очков на ребенка, потому что она их очень не любила. Она также была уверена в том, что очки не смогут вылечить ее дочь. Я была рада, что мне не придется тратить времени на то, чтобы пытаться убедить маму, что ее маленькой дочери не понадобятся очки.

Я проверила зрение ребенка с помощью таблицы: она видела 20/70 правым глазом и 20/100 – левым. Девочка постоянно *пялилась* в процессе чтения букв, и я обратила внимание мамы на это. Я велела ребенку отводить взгляд от таблицы, после того как она прочтет одну или две буквы в строке; тогда она улучшила свое зрение обоими глазами до 20/50. Мама оказывала неоценимую помощь: она помогала мне следить за тем, чтобы ребенок практиковал дома. Что бы ни делала девочка, но когда она читала книгу или занималась уроками, мама велела ей не пялиться.

Указания для лечения дома и в школе были простыми. Например, когда ее просили что-либо прочитать с доски, ей

нужно было не смотреть на все слово или предложение сразу. Ей было необходимо смотреть на первую букву слова и моргать. Тогда буква прояснялась и девочка могла увидеть все слово, не паясь. Для того чтобы прочитать предложение без пая, ей нужно было посмотреть на первую букву первого слова, а затем посмотреть на последнюю букву последнего слова предложения и часто моргать глазами при этом.

Я очень ею гордилась, когда она перешла в следующий класс, не пользуясь очками. Она была очень признательна за то, что мы сделали. Ее школьная учительница, у которой была очень высокая степень миопии, была настолько потрясена заметным улучшением зрения своей ученицы, что тоже стала пациенткой доктора Бейтса и теперь наслаждается хорошим зрением без очков. И в подтверждение ее излечения можно посмотреть на те чудесные предметы ручной вышивки, которые она способна создавать.

Память

Школьная медсестра привела к нам девочку, доставлявшую ей очень много беспокойств по причине того, что она не могла ничего запоминать. Медсестра думала, что, возможно, очки помогут школьнице. Девочка была очень нервной, и ее лицо ясно показывало наличие напряжения. С расстояния десяти футов буквы на нижней строке проверочной таблицы казались ей черными пятнами. Этот маленький ребенок не любил пальмить, поэтому я попросила ее посмотреть на букву нижней строки – это была буква «С» – и с закрытыми глазами представить, что верх у буквы прямой. Она сказала, что она лучше представила бы, что он закруглен. Затем она обнаружила, что может представлять и две другие стороны буквы: одну – закругленной, а другую – открытой, и когда она открыла глаза, она отчетливо увидела букву «С». Я также заметила, что она перестала щуриться.

С помощью того же самого метода она смогла прочитать все остальные буквы на нижней строке, демонстрируя то, что ее несовершенная память была вызвана напряжением глаз. Она бессознательно видела буквы, но напряжение глаз подавляло ее воспоминание этих букв. Когда она закрывала глаза, напряжение исчезало и она становилась способной вспоминать или представлять буквы.

Нужно подчеркнуть, что регулярный пальминг – это ко-

лоссальная помощь не только зрению, но и помощь для ума. Поэтому очень жаль, что не все школьные медсестры знают о том, что на самом деле можно делать ежедневно по пять минут в день для того, чтобы устранять напряжение глаз у школьников. Учителя также благодарны, когда их ученики излечиваются от напряжения глаз, потому что после того, как дети излечены, их гораздо легче обучать.

Как воспоминание помогло Дженни

Маме Дженни сообщили о том, что ее дочери нужны очки. Я сказала маме, что доктор Бейтс не прописывает очков в клинике и для того, чтобы их заказать, ей нужно прийти в другой день и к другому доктору. Мама говорила по-английски не очень хорошо. Ее первым вопросом было:

– Очки я получить бесплатно, да?

– Нет, – ответила я, – мне очень жаль, но вам придется за них заплатить.

Она уже направилась к двери, чтобы покинуть комнату, когда я попросила ее вернуться, для того чтобы я смогла проверить зрение Дженни. Мне было жаль маленькую девочку, потому что она была очень красивой, за исключением ее глаз, которые почти все время были полузакрыты.

– Я не люблю носить очки, – сказала она. – Я носила их две недели, а потом разбила. Пожалуйста, помогите мне сделать так, чтобы никогда их больше не надевать.

Мама сначала сделала недоумевающее лицо, но затем, с внезапно завладевшим ею чувством уверенности, она сказала:

– Знаете, сестра, если бы очки быть даром, то я бы подсутиться. Но все время деньги, деньги за очки, когда она ломать их постоянно.

Я сказала бедной матери, чтобы та не беспокоилась, пото-

му что ребенка можно вылечить, и очки ей не понадобятся, если она будет делать то, что я ей скажу.

– Конечно-конечно, – ответила она. – Все в порядке, мадам. Вы исправить глаза моей Дженни, да? Если мы не покупать очки, у нас быть больше денег купить что-нибудь поест, да?

Ирландская женщина стояла неподалеку и умирала со смеху. Для того чтобы сохранить спокойствие в кабинете, мне пришлось использовать некую тактичность, и я подумала, что лучше всего было бы препроводить ирландку за пределы помещения, пока я осматриваю маленькую девочку, которая к тому же оказалась очень интересной пациенткой. Дженни никогда раньше не видела проверочной таблицы. После пальминга она смогла прочесть тридцатифутовую строку с расстояния пятнадцати футов. Ниже этой строки таблица была для нее пустой. Я велела ей следовать взглядом за моим пальцем, в то время как я быстрым движением указывала на большую букву на верхней строке таблицы, и так далее – вниз, до десятифутовой строки. Я попросила ее сделать пальминг и, указывая на последнюю букву десятифутовой строки, которой была буква «F» (она была довольно маленькой), спросила ее, может ли она представить некую букву, которую ее учительница написала на школьной доске в тот день. Она ответила:

- Да, я могу представить, что вижу букву «O», белую «O».
- Держи глаза закрытыми, – сказала я, – и представь, что

буква, на которую я указываю, имеет закругленный верх. Можешь все еще представлять букву «О»?

– Нет, – сказала она, – я не могу сейчас ничего представить.

– Ты можешь представить, открыт ли ее верх или он прямой? – спросила я.

Ее обуял восторг и она сказала:

– Если я представляю, что ее верх прямой, я все еще могу помнить белую букву «О».

– Замечательно, – сказала я. – Можешь представить ровную линию внизу?

– Нет, если я это делаю, то теряю букву «О». У меня лучше получается представлять, что низ у буквы – открытый.

– Хорошо, – сказала я. – Он открытый. Теперь представь левый бок открытым или прямым.

Она ответила:

– Я могу представить, что он прямой. Я думаю, что это буква «F».

И, открыв глаза, она отчетливо увидела букву. Дело было в том, что, хоть она и не могла видеть букву сознательно, бессознательно она все же видела ее в течение доли секунды и не могла представить, что это было чем-то другим, без напряжения, вызывавшего утрату ее контроля над воспоминанием. И когда она представила букву правильно, это принесло ей такое расслабление, что, открыв глаза, она смогла ее увидеть. Дженни продолжала приходить на приемы до тех

пор, пока не излечилась. Месяц спустя ее зрение стало нормальным, и больше у нее не возникало проблем. Было бы замечательно, если бы у всех пациентов было такое же хорошее воображение. В таком случае излечение от несовершенного зрения происходило бы гораздо быстрее.

Элис

Девятилетняя Элис уже давно жаловалась на головные боли. Она не любила носить очки, и ее мама тоже была против них. Зрение Элис каждым глазом по отдельности было 10/20. Я сказала ей, что ее можно легко вылечить, и велела немного поделаться пальминг. Тут она расплакалась, и тогда я задала ей несколько вопросов. Я узнала, что она боится своей учительницы, но вскоре я поняла, что ее страхи были ни на чем не основаны. Она сказала:

– По утрам перед школой я чувствую себя идеально хорошо. После того как я поиграю с друзьями на улице, я тоже чувствую себя хорошо. Но когда я вхожу в класс и начинаю заниматься, у меня начинает болеть голова. Также она болит, когда я делаю домашние задания, но не так сильно.

Я снова попросила ее прочитать проверочную таблицу с расстояния десяти футов и ненарочно слегка повысила голос. Тут же я увидела в ее глазах такой сильный испуг, что казалось, что ее кто-то до смерти напугал. Я сразу же догадалась, в чем причина, и, делая голос чуть тише, я сказала ей так нежно, как только могла, что бояться нечего.

– То, что ты не можешь прочитать на проверочной таблице сегодня, ты прочтешь в следующий раз, – сказала я.

Я дала ей указание делать пальминг и покинула ее на какое-то время, оставив ее одну. Возвратившись через

несколько минут, я велела ей убрать руки от глаз и сказать мне, что же она может прочитать. Я говорила так тихо, как только могла, ненамного громче шепота. На этот раз я разместила ее в пятнадцати футах от таблицы, и она прочла все буквы без единой ошибки. Ее зрение было лучше нормального, и она сказала, что боль прошла. После этого она приходила в клинику несколько раз, для того чтобы сообщать о том, что головные боли не возобновлялись. Она практиковала пальминг много раз в день и не забывала моргать все то время, что она бодрствовала.

Элис рассказала мне по секрету, что один непослушный ученик в ее классе не любил учительницу и этим оказал влияние на Элис. Я спросила ее, может ли она назвать количество учеников у себя в классе.

– Да, могу. Около шестидесяти, – ответила она.

– Хм, – сказала я. – Если бы у твоей мамы было шестьдесят детей, разве она бы не нервничала, разве не беспокоилась бы она? Не горела бы ты желанием помочь ей всем, чем ты могла бы ей помочь? Представь, что учительница – это твоя мама, и попробуй помочь ей всем, чем только ты сможешь.

Это оказало положительное влияние на Элис. Когда она пришла в следующий раз, казалось, что ее отношение к учительнице полностью изменилось. На каждом последующем приеме она всегда рассказывала что-нибудь хорошее про свою замечательную учительницу.

Джим и другие

Хотя работа с детьми интересна всегда, но иногда к нам приходит пациент, чей случай настолько замечателен, что выделяется на фоне остальных.

У Джима было несовершенное зрение и постоянные боли позади глаз. Он не любил поднимать голову, потому что его очень беспокоил свет. Проверив его зрение – а оно составляло 15/70, – я разместила его в кресле и велела не открывать глаз ни на секунду. После того как я подошла к нескольким другим пациентам и вернулась, я попросила его открыть глаза. То, что произошло, было как будто бы чудом. Он выглядел совершенно другим ребенком. До этого полузакрытые глаза были широко раскрыты, и без какого-либо замешательства он прочитал нижнюю строку проверочной таблицы с расстояния пятнадцати футов. Когда я похвалила его за это, он улыбнулся и спросил: «Когда мне прийти снова?» Я полечила его солнцем и велела ему сидеть на солнышке с закрытыми глазами всегда, когда у него выдастся такая возможность.

На следующем приеме он прочитал 20/10 обоими глазами и сказал, что свет больше не причиняет ему беспокойства.

Позже Джим привел друга, которому было двенадцать лет и который носил очки два года или дольше. Когда друг Джима вошел в кабинет, он не стал дожидаться своей очереди, а

в каком-то рвении прошелся, встал прямо передо мной, снял очки и сказал:

– Вы вылечили глаза Джимми. А меня вы вылечите?

– Конечно, – сказала я, – если ты подождешь своей очереди.

Как только я освободилась, я проверила его зрение и обнаружила, что он может видеть без очков так же, как и в них – 15/20. Я велела ему пальмить, и, прежде чем он покинул клинику в тот день, он отчетливо увидел несколько букв на нижней строке таблицы с расстояния пятнадцати футов. Это было даже гораздо более замечательным, чем в случае с Джимми, потому что пациенты, носившие очки, обычно излечиваются с большим трудом, нежели те, кто никогда не носил очков.

Иногда мамы приходят с детьми, и в этом случае я всегда стараюсь заручиться их помощью. Если они носят очки, я пытаюсь убедить их излечиться самим, для того чтобы дети не перенимали их пагубные зрительные привычки и не были подвержены влиянию напряженных людей. Не так давно одна мама, у которой были проблемы с глазами, привела своего ребенка на лечение и согласилась помогать последнему дома. Я сказала, что это было бы хорошо, а затем попросила дочку помочь мне вылечить ее маму.

– После того как мама полечит тебя, – сказала я, – вели ей закрыть глаза, накрыть их ладонями рук и оставаться в таком положении до тех пор, пока она не почувствует себя отдох-

нущей. Веди себя очень тихо, так чтобы не потревожить ее, и когда она откроет глаза, ты, конечно же, обнаружишь, что мама может видеть лучше.

Обе совершали быстрый прогресс. На первом приеме зрение ребенка, которое было 15/50, улучшилось до 15/30, а через шесть недель оно стало 20/15. Теперь мама с гордостью демонстрирует друзьям свою способность вдевать нитку в иголку без очков.

Только одно по поводу этой работы с детьми навевает мне грустные мысли, а именно то, что мы имеем возможность делать лишь малость. Многие дети приезжали из других районов, и диспансерный клерк отправлял их обратно. Но даже если бы правила больницы не требовали от него этого делать, мы все равно не смогли бы принять всех приходящих. Существовало ограничение на количество пациентов, которых мы могли лечить, и места в глазной комнате было так мало, что тех, кто не помещался в кабинете, нам приходилось лечить в приемной. Мне хотелось бы, чтобы учителя и медсестры в школах были обучены этому очень простому искусству – искусству сохранения зрения будущего поколения.

Исправление зрения у детей дошкольного возраста

Воспитательница из детского сада попросила меня помочь одной из ее маленьких подопечных, у которой было косоглазие. Она сообщила мне о том, что малышка была из бедной семьи, поэтому я порекомендовала воспитательнице привести ее ко мне в клинику.

Для того чтобы узнать друг друга получше и послушать, как она занималась с ребяташками, эта воспитательница по моему приглашению пришла в клинику. Интересно отметить, что она сделала, особо не вдаваясь в подробности о нашем методе.

У нее был жизнерадостный характер, и мне не составило труда отчетливо представить, как дети каждый день приветствуют ее в классе. Она отдавала всю себя своим маленьким ученикам, а также очень любила природу. Со всей свойственной ей любовью она объясняла классу, как растут цветы, и делала это так, чтобы они понимали, что же происходит, прежде чем первые ростки высовывают свои носики из-под земли.

Эту учительницу зовут Сесилией Эшбах, а детский сад связан с сиротским приютом в Бруклине. Некоторое время назад я получила от нее письмо следующего содержания:

Дорогая миссис Лиерман!

Несмотря на еще холодное дыхание северного ветра, малыши из детского сада знают о том, что Весна – уже здесь. Их сады демонстрируют это, потому что крокусы уже распустились, у желтых нарциссов появилось двенадцать увесистых бутонов; гиацинты и тюльпаны тоже подросли. Для того чтобы начать разговор о просыпающейся Весне, я положила восемь цветочных горшков в бумажный пакет. Тот, кто открыл пакет, был назван садовником. Он выбрал восьмерых ребят и дал каждому из них имя цветка, который был в горшке.

Каждый ребенок был знаком со следующими цветами и мог их назвать и определить те, что были настоящими: крокус, тюльпан, одуванчик, нарцисс, гиацинт, белая лилия, гвоздика, роза. Маленький садовник решил раздать свои цветы, но не смог вспомнить названия восьмого цветка. Я сказала: «Сделай пальминг, Уильям». Он сделал и через минуту сказал: «Гвоздика».

Дети научились делать пальминг с хорошими результатами. Двое имеющих протезы в глазах играют в игру в повороты и смотрят в потолок. Иногда мы поем или поворачиваемся в ритм музыке, исполняемой на пианино. Они добиваются успехов.

Надеюсь, что этот отчет будет Вам интересен, и благодарю Вас за Вашу доброту.

*С искренним уважением,
Сесилия Эшбах.*

Маленькая учительница

Десятилетнюю Дженни доктор Бейтс и я всегда будем вспоминать. Для своего возраста она была очень сообразительной маленькой девочкой. Из тех детей, кого я знала, она могла сказать больше всех остальных. Большинство из повествующих тебя не впечатляет, разве что утомляет, – но не Дженни. Ее левый глаз уже давно причинял ей много мучений и боли, поэтому она была готова сделать все что угодно для того, чтобы излечиться. Пальминг и моргания помогли ей. Вначале ее зрение было 10/10 в правом глазу и 10/200 – в левом.

После ее первого визита к нам у себя в школе она была готова вылечить всех, у кого были проблемы с глазами. Когда она пришла к нам во второй раз, она рассказала о своем опыте с некоторыми из учителей и учеников. Сначала ее наказали за нарушение дисциплины в классе. Но потом, когда учительница увидела, как та с идеальной легкостью читает задания с доски без очков, она начала задавать ей вопросы.

В результате Дженни разрешили пальмить в течение нескольких минут перед началом каждого урока, а затем это было позволено делать и всем остальным детям из ее класса. Было интересно услышать ее описание того, как она улучшала зрение своей учительницы, носившей очки для чтения. Мы так и не смогли разузнать, как долго учительница прохо-

дила в очках, но Дженни сказала, что по окончании лечения она больше не видела учительницу в очках.

Зрение Дженни решительно улучшалось и она больше не чувствовала боли, но несмотря на то, что она излечилась, она все равно пришла в клинику, как обычно. Пока я была больна и не могла приходить на работу в течение нескольких месяцев, Дженни, к счастью, туда заходила. Она была такого низенького роста, что ей приходилось вставать на стул, для того чтобы дотягиваться до букв на проверочной таблице кончиками пальцев. Доктор Бейтс просил ее указывать на различные буквы, которые он хотел, чтобы другие пациенты увидели, и это было огромной помощью как для пациента, так и для доктора.

Однажды шестнадцатилетний мальчик пришел проверить зрение. Он вел себя плохо, он ехидничал, потому что хотел быть где угодно, только не в клинике. Так как кабинет был полон пациентов, Дженни принялась помогать. Она заметила этого мальчика и взрослым голосом сказала: «Теперь не бойся, маленький мальчик, буквы тебя не обидят. Скажи мне, сколько ты можешь увидеть». На это высказывание мальчик рассмеялся так громко, как мог: он воспринял это как шутку. В конце концов ей удалось убедить его в том, что она сказала это со всей серьезностью, и, прежде чем он покинул клинику в тот день, у него было нормальное зрение. У мальчика была миопия и его зрение в обоих глазах было 15/70. Когда он покидал кабинет, его зрение улучшилось до

15/10. После этого он приходил несколько раз, но больше проблем с тем, чтобы видеть с нормальным зрением, у него не возникало.

В другой день Дженни продемонстрировала свою сообразительность, когда вылечила доктора, приехавшего с Запада, с тем чтобы разузнать все про лечение. Естественно, она не знала, что разговаривает с доктором, потому что если бы она знала об этом, боюсь, она потеряла бы контроль над собой. Доктор стоял там, где лучше всего было находиться пациенту во время лечения. Дженни осторожно подошла к нему со словами: «На какие проблемы с глазами вы жалуетесь?» Можете представить, как улыбнулся доктор, увидев маленькую девочку, желавшую что-то сделать с большим дядей. Не улыбнувшись ему в ответ, она прошлась к стулу, задрав носик вверх, как будто бы она была принцессой, и, указывая на букву, спросила доктора, может ли он ее увидеть. Пациентов это забавляло, но Дженни от этого ничуть не смутилась. Доктор, который выступал в качестве пациента, ответил, что нет, он не может увидеть букву, на которую она указывает, – букву, находившуюся на семидесятифутовой строке. Он стоял на расстоянии пятнадцати футов от таблицы. Дженни велела ему пальмить, и он подчинился. Сначала в шутку, но когда он увидел, что маленькая девочка действительно старается ему помочь, он сделал то, что она велела ему сделать. Результат был таков, что зрение доктора улучшилось до 15/15. Дженни научила его давать отдых глазам

при помощи пальминга и поочередного закрывания и открывания глаз. Теперь доктор использует метод Бейтса, когда лечит своих пациентов от несовершенного зрения.

Улучшение зрения с использованием увеличительного стекла и яркого солнечного света

Другой пациенткой была Мери, темнокожая девочка двенадцати лет. Она жаловалась на настолько интенсивные головные боли, что она больше не могла посещать школу и лежала в кровати почти все время. Школьная медсестра порекомендовала очки, и девочка пришла для того, чтобы ей их прописали. Мери держала голову опущенной большую часть времени, но когда я начала проводить с ней лечение, она попыталась приоткрыть один глаз и посмотреть на меня. Усилие было настолько огромным, что все мышцы ее лица сократились. Поскольку свет причинял ей боль, я решила провести с ней лечение солнцем, то есть сфокусировать лучи солнца на верхней части глазных яблок с помощью увеличительного стекла. Я усадила ее на стуле там, где солнце не светило ей в глаза, но когда я попыталась использовать увеличительное стекло, она до смерти испугалась. Чтобы убедить ее, я попросила пациентку, которая уже получала лечение, позволить мне повторить это на ней. Когда Мери увидела, как та пациентка наслаждается солнечной ванной, она тут же захотела попробовать сама. После этого ее глаза широко раскрылись и я смогла проверить ее зрение. Она виде-

ла 10/50 обоими глазами. Я показала ей, как нужно делать пальминг, и когда спустя десять минут она открыла глаза, ее боль прошла, а зрение улучшилось до 10/20. Я даже немного гордилась тем, что мы с ней сделали так много за время одного приема.

Два дня спустя Мери пришла вновь, а с ней пришли ее школьная медсестра и подружка: обеим не терпелось услышать больше о том чуде, которое произошло с Мери. Медсестра спросила, как такое возможно, что ребенок был излечен так быстро, как она говорит. Я сама была поражена тем, как изменилась моя пациентка внешне. Ее глаза все еще были широко раскрыты, а ведь та неизменная гримаса, которую я видела на ее лице два дня назад, делала ее почти неузнаваемым грустным созданием. Я рассказала медсестре, что мы делали с ребенком и как она смогла помочь другим детям в школе: она велела им каждый день по несколько минут стоять перед солнцем с закрытыми глазами, позволяя ему светить на закрытые веки. Медсестра приходила еще несколько раз для того, чтобы посмотреть на наши методы, и рассказала, что обучает пальмингу всех детей, отправленных к ней для осмотра глаз. Она сказала, что это всегда в существенной степени немедленно устраняет их симптомы. Однако более сложные случаи она отправляла к нам без промедления.

Нистагм

Другим замечательным случаем излечения был случай с девочкой, у которой был нистагм – состояние, при котором глаза ритмично двигаются из стороны в сторону. Пациенты, такие как она, приходили к нам время от времени, и им всегда помогал пальминг. Ее зрение было 10/30. Оно быстро улучшалось, и вскоре она обрела нормальное зрение. Когда что-то ее беспокоило, ритмичные движения глаз возвращались. По ее рассказам, это всегда случалось, когда учительница задавала ей вопрос. В тот же миг она все забывала. Учительница позволяла ей накрывать глаза ладонями рук и давать им отдохнуть, и через несколько минут движения глаз прекращались, а память улучшалась. До прихода в клинику ее часто одолевали истерики и она была вынуждена покидать классную комнату. Позже атаки истерии прекратились.

Истерическая слепота

Случился один озадачивший нас случай с маленькой девочкой десяти лет. Наша пациентка, учившаяся в одной школе с ней, сказала мне, что та девочка глупа. И она, честно говоря, казалась такой. Я спросила ее, знает ли она свои инициалы, и, пытаясь ответить, она стала болезненно заикаться. Я попыталась ее успокоить, произнося слова так нежно, как только я могла, но это оказалось бесполезным. Я не смогла услышать внятного ответа. Я попыталась сделать так, чтобы она попальмила, но – безрезультатно. Я поднесла проверочную таблицу близко к ее глазам и попросила указывать мне на определенные буквы, начиная с верхней и заканчивая пятидесятифутовой строкой, по мере того как я эти буквы называю, но всего лишь несколько раз она сделала это правильно. Окончательно сбитая с толку, я обратилась к доктору Бейтсу. Он попросил ребенка подойти к нему и дотронуться до пуговицы на его халате, что она сделала. Он попросил ее коснуться другой пуговицы, на что она ответила:

– Я ее не вижу.

– Глянь вниз, на свои туфли, – сказал он. – Ты их видишь?

– Нет, – ответила она.

– Пройдись и положи палец на дверную ручку, – сказал он, и она тут же сделала это.

– Это случай истерической слепоты, – сказал доктор.

Девочка приходила регулярно в течение какого-то времени и стала способной читать 10/10 правильно обоими глазами. Пальминг, моргания, повороты и представление букв на проверочной таблице и других объектов улучшали ее зрение. Она перестала заикаться и вскоре утратила свою репутацию глупой девочки. Она стала доброй самаритянкой для всех, кто жил в ее округе, потому что она неоднократно приводила с собой кого-то из своих маленьких друзей, чтобы вылечить их от несовершенного зрения. У нее никогда не было сомнения в нашей способности излечивать ее друзей, и до настоящего времени мы еще ни разу ее не разочаровали. Я надеялась, что она не приведет человека, которого мы не сможем вылечить, так как мне было бы жаль увидеть, как разбивается та хрупкая вера, которую мы зародили в ее душе.

Две выпускницы

Две наши пациентки заканчивали школу. После выпускных экзаменов они рассказали мне о том, как во время сдачи им очень помогло воспоминание качающейся черной точки. Одной из них директор школы сказал, что если та завалит экзамен, то все потому, что она отказывается носить очки. Девочка дала директору книгу доктора Бейтса, которая была для нее самым драгоценным сокровищем, и после этого, хоть он и тщательно за ней присматривал, он не проронил больше ни слова о ее глазах.

– Я решила сдавать без помощи очков, – сказала она, – и «перехитрить» директора, но вы должны быть уверены в том, что я никогда не потеряю из виду своей драгоценной качающейся точки. Книга стала семейным сокровищем, – продолжила она. – Когда у кого-то из нас что-то болит, голова или глаза, с книжной полки достается книга. Уже нормальным стало видеть маму делающей пальминг, после того как она закончила работу по дому. Она наслаждается вечерами, которые проводит со своей семьей, потому что пальминг дает ей отдых и ее не одолевает сонливость до того времени, когда пора ложиться спать.

Другая выпускница сказала:

– Мне не приходилось думать о черной точке, когда экзамен был легким, но когда мне нужно было отвечать на во-

просы по более сложным предметам, точка, конечно же, спасала мне жизнь. Я знаю, что провалила бы экзамен, не будь у меня точки.

Как Мари помогла своей маме

Десятилетняя Мари рассказала нам о том, что ее головные боли и боль в глазах временами были такими сильными, что ей приходилось лежать в кровати по несколько дней. Мама отправила ее к нам, для того чтобы мы выписали рецепт на очки, которые назначил ее дочери школьный доктор.

Поначалу я никак не могла вызвать улыбку на лице Мари. У нее так сильно болели голова и глаза, что ей стоило большого усилия выглядеть милой девочкой. Она тоже не хотела носить очки. Она сказала, что они ее пугают.

Я усадила ее поудобнее и показала ей, как нужно делать пальминг. После того как я позанималась с несколькими другими пациентами, я попросила ее убрать руки от глаз и посмотреть вверх на меня. Она это сделала и улыбнулась. Это был хороший знак. Взрослые, особенно некоторые мои знакомые женщины, заподозривают неладное, если кто-то вдруг начинает улыбаться. Мари улыбалась, потому что пальминг излечил ее от боли.

Я проверила ее зрение и обнаружила, что зрение каждого глаза было нормальным. Я попросила ее встать и стала учить ее делать повороты тела из стороны в сторону. Я делала повороты вместе с ней, чтобы было больше уверенности в том, что она выполняет их правильно. Поначалу она жаловалась на головокружение, которое указывало на то, что она дела-

ет бессознательное усилие увидеть вещи неподвижными. Когда я попросила ее не усердствовать, а поворачиваться более изящно, головокружение прошло, она стала более расслабленной и наслаждалась этим.

– Я могла бы делать их хоть весь день, – сказала она. – Мне это нравится, потому что вся моя боль прошла.

Я дала ей задание делать пальминг и повороты дома и прийти в клинику на следующий день.

Когда Мари вернулась, она привела свою маму, которой не терпелось узнать все о пальминге и о поворотах, которые излечивают напряжение глаз. Было ли это верой, которая излечивает, или же мы сотворили чудо? Она сказала, что в течение долгого времени Мари страдала от боли в глазах и это не позволяло ей регулярно посещать занятия в школе. Теперь вот уже несколько дней Мари после школы играет с детьми на улице, вместо того чтобы идти в кровать. Она садится за уроки без напоминания, после того как сделает пальминг в течение десяти минут либо же дольше.

Маме не терпелось рассказать мне о том, что пальминг сделал и для нее.

– Поначалу мой муж и я подумали, что Мари шутит, – сказала она. – Мы не думали, что такая простая вещь, как накрывание глаз ладонями рук, может устранять боль. С тех пор как у меня родились дети, меня мучили боли в спине, а глаза причиняли мне беспокойство. Мари предложила мне попробовать сделать пальминг. В результате мои глаза полу-

чили отдых, а боли в спине прошли. Теперь не могли бы вы рассказать мне и о поворотах тоже?

Мы проделали с ней эти движения до тех пор, пока у нее не получилось. В последний раз, когда я ее увидела, она рассказала мне о том, что она больше ни разу не сердилась на детей, с тех пор как научилась делать повороты тела и видеть все в движении. Пальминг помог ей читать для мужа. Она сказала, что Мари больше не жаловалась на боли, но охотнее стремилась помогать по дому и никогда не шла спать раньше времени. Расслабление напряжения, релаксация с помощью пальминга и поворотов тела из стороны в сторону излечили и усталую маму, и Мари.

Мальчики из средней школы

За последний год многие школьники получили улучшения и излечились от несовершенного зрения в нашей клинике. Некоторые носили очки, но большинство из них очков не носило. Последние излечивались быстро, и в некоторых случаях на прием нужно было прийти только один раз. Записи показывают, что все, кто очки носил, приобретали более хорошее зрение без очков. Исключений не было. Для интересующихся тем, как мы работаем в глазной клинике, я расскажу о нескольких мальчиках, учениках старших классов школы. Все они учились в одной и той же школе и все приходили к нам лечиться.

Заведующий факультетом физического воспитания для мальчиков в одной из самых крупных средних школ Нью-Йорка был наслышан о нашей клинике. Около девяти десятых мальчиков, находившихся на его попечении, носили очки. Другие же изо всех сил старались обходиться без очков, даже те, у кого было несовершенное зрение. Возраст мальчиков был от 13 до 17 лет. Поздней осенью 1924 года один из них по имени Артур пришел с запиской от заведующего факультетом физического воспитания. Мы с радостью приняли мальчика и начали курс лечения под руководством мисс Милдрид Шепард, моей ассистентки. В первый день его зрение каждым глазом было 20/100. Было заметно, что его гла-

за наполовину закрыты, когда он смотрит на проверочную таблицу. Когда его выводили на яркий свет, ему было трудно держать глаза открытыми, а его лоб чудовищно морщился. Любой, увидев его впервые, подумал бы, что Артур никогда не улыбается. Я сама так подумала, потому что он выглядел таким неделю за неделей в течение всех зимних месяцев. Недавно я лечила его и смогла помочь ему прочитать 10/10 на незнакомой таблице. Также я испытала шок. Он улыбнулся. Закрывая глаза, чтобы дать им отдохнуть, и кидая быстрый взгляд на каждую букву, он прочитал 10/15 без единой ошибки. После этого я хотела закончить лечение, потому что еще около двадцати пациентов ждали меня. Однако Артур умолял дать ему еще один шанс. Мы провели с ним лечение солнцем, а затем он возвратился к проверочной таблице и прочитал 10/10. В тот раз я обнаружила, что на самом деле Артур может улыбаться. Пальминг, моргания, повороты и лечение солнцем излечили его.

Следующим пациентом был Уильям, чье зрение было 10/200 в каждом глазу. Я действительно уверена в том, что Уильям добросовестно практиковал дома и в других местах, но он был из множества тех пациентов с миопией, излечение которых занимает много времени. Он не пал духом и знает, что в конце концов у него будет нормальное зрение, если он продолжит практику. Его зрение улучшилось до 10/40, или одной четвертой от нормы, за шесть месяцев.

Заведующий факультетом физического воспитания напи-

сал мне снова, спрашивая, можно ли отправить к нам еще мальчиков, хотевших избавиться от очков. У нас нет ни мест, ни времени для того, чтобы позаботиться даже о малом проценте молящих о помощи. Я прочитала письмо доктору Бейтсу. Он не ответил сразу, а лишь окинул меня взглядом. Потом он сказал: «Теперь ты понимаешь, как сильно я люблю школьников. Ты также знаешь, как я осуждаю очки». Я сказала: «Все в порядке, вопрос решен». Ответ, который я получила, был следующим: «Присылай их ко мне. Ограничений на количество пациентов у нас нет».

В ответ на мое письмо пришло двадцать или больше человек, и все они были милыми мальчишками. Как я была рада, что написала то, что я написала. После того как они получили свое первое лечение и я провела более трех часов с ними, в комнате появился доктор Бейтс, чтобы спросить, не устала ли я. Его голос звучал крайне сочувствующим, но я была совершенно расслаблена и ничуть не устала. Когда я говорила мальчикам пальмить и делать повороты, я практиковала вместе с ними. По мере того как улучшалось их зрение, мои нервы становились все более и более расслабленными. Я была счастлива, но не устала. Лечение мальчиков не было простым, но поскольку каждый из них делал то, что я говорила, это облегчало мне работу.

Сэмюэл носил очки около двух лет. У него сильно болели глаза, а зрение становилось все хуже и хуже. Оптик, от которого он получил очки, сказал, что их придется носить до

конца жизни. Его зрение без очков было 10/200 правым глазом и 10/100 – левым. Он постоянно паялился – то, что, я уверена, причиняло ему больше всего боли. Первое, что я сделала, – я научила его моргать. Это ослабило боль. Пальминг и повороты улучшили его зрение в обоих глазах до 10/50 на первом приеме. Каждый раз, когда он приходил на лечение, его зрение по проверочной таблице улучшалось. Временами его дела шли не так гладко и он просил простить его.

Когда я получше познакомилась с Сэмюэлом, он сказал: «Видите ли, мама не вынуждена этого делать, но она торгует мелочами и помогает папе зарабатывать больше денег. Так она надеется отправить меня в колледж». Я сказала ему, что он должен гордиться такой замечательной мамой. Я подняла глаза и посмотрела на нее с великим уважением и гордостью за ее отвагу и жертвенность. Благослови Небо таких мам! Сэмюэлу пришлось пролечиться четыре месяца, прежде чем он смог читать с нормальным зрением, но он был решителен и настроен на победу.

У Авраама присутствовали симптомы «пляски святого Вита» с сильной болью в обоих глазах. Зрение его правого глаза было 10/15, а левого – 10/10. Органических заболеваний глаз у него не было, но офтальмоскоп показывал напряжение глаз. После трех визитов в кабинет симптомы «пляски святого Вита» полностью исчезли, а боль прошла. Его зрение также стало нормальным, 10/10.

Моррис ненавидел очки и надевал их только на короткое

время. У него было нормальное зрение в правом глазу, но левый глаз лишь отличал свет от тьмы. Я поднесла проверочную таблицу близко к его левому глазу и велела ему прикрыть правый глаз. Мы чередовали моргания и смотрение мельком на белые участки таблицы, после этого сразу же закрывая глаза, и, таким образом, он стал способен распознавать буквы в виде черных клякс. Ему было дано указание практиковаться с проверочной таблицей каждый день, видя, что буквы движутся в направлении, противоположном направлению движения его тела. В то время как он это делал, ему нужно было держать прикрытым правый глаз. После третьего прихода на прием он прочитал нижнюю строку проверочной таблицы с расстояния трех футов, или 3/10, левым глазом. Многие доктора говорили ему, что ничего нельзя сделать с левым глазом, потому что он неизлечимо слеп. Доктор Бейтс обследовал его с помощью офтальмоскопа и сказал, что проблема называется амблиопией, то есть слепотой, вызванной усилением. Доктор Бейтс говорил, что такие состояния обычно признают неизлечимыми. Моррис уверен в том, что если он будет практиковать постоянно, то нет такой причины, по которой он не обретет нормального зрения в левом глазу.

Бенджамин никогда не носил очков. В течение долгого времени постоянная боль в глазах не давала ему учиться. Офтальмоскоп определил только напряжение глаз. Зрение его правого глаза было 10/10, левого – 10/20. После неболь-

шого пальминга и с помощью поворотов зрение его левого глаза улучшилось до нормального – 10/10. Мы в общей сложности проделали лечение четыре раза. На его последнем приеме я помогла ему прочитав 20/10 правым глазом и 20/20 – левым. Ему давалось задание ежедневно практиковаться с очень мелким шрифтом, и я уверена, что чтение очень мелкого шрифта было тем, что в наибольшей степени способствовало его постоянному избавлению от боли. Он был более чем благодарен за полученное им облегчение. У него был младший брат Джозеф, который носил очки. Бенджамин робко спросил, можем ли мы помочь также и его брату.

– Конечно, – сказала я. – Приводи его в следующий раз.

Джозеф проходил в очках три года, но его зрение было не таким уж и плохим без них. Без очков его зрение было 10/15 каждым глазом. Моргания во время выполнения поворотов тела улучшили его зрение до нормального за пять минут. Он пообещал больше не надевать очков и прийти ко мне еще четыре раза. Этого можно было бы и не делать, потому что его зрение оставалось нормальным, 10/10. Если бы наш метод был всеобщее принят для использования его в школах, этого мальчика и других детей не пришлось бы заставлять носить очки.

Хайман носил очки в течение четырех лет. У него была прогрессирующая миопия. Его зрение правым глазом было 10/100, а левым глазом он видел 10/70. После первого про-

веденного сеанса лечения он стал способным читать 10/50 каждым глазом. Постоянная ежедневная практика – с помощью пальминга и улучшения памяти – помогла ему улучшить зрение до нормального, 10/10. Этому мальчику потребовалось только пять сеансов лечения.

Чарльз носил очки около десяти лет, хотя органических проблем у него не было, было лишь только напряжение глаз. Он видел 10/30 каждым глазом. Ему велели закрыть глаза и во время пальминга вспоминать маленький квадратик, напечатанный на проверочной таблице. Ему было сказано не вспоминать все его части сразу, а вспоминать или представлять одну часть лучше всего в каждый отдельный момент времени. Тогда его зрение улучшилось до нормального, или 10/10. Ему также было сделано лечение солнцем. Чарльз был вылечен за один прием.

Гарри носил очки один год. Его зрение было 10/30 правым глазом и 10/70 – левым. Регулярная ежедневная практика и лечение солнцем улучшили его зрение до 10/10 за три прихода на прием. Он торжественно обещает больше никогда не надевать очков.

Тоби был чудным симпатичным мальцом чуть-чуть помладше остальных. Он был не очень уверен в том, что ему нравится видеть свое имя в напечатанном виде (я говорила всем своим замечательным мальчикам, что собираюсь написать о них), но ничего против этого не имел, когда понял, что это послужит подспорьем всем остальным. Его зрение

было 10/50 правым глазом и 10/70 – левым. Пальминг и лечение солнцем улучшили его зрение до нормального после трех приемов на прием. Другие мальчики были вылечены по большей части за один прием. Задача состояла лишь в том, чтобы обучить их использовать свои глаза правильно.

История Лиллиан и ее сестры Розы

Моя деятельность не ограничивалась работой в клинике. Я продолжала заниматься ею и в других местах. Случалось так, что я заходила в универмаг за покупками, а девушка, меня обслуживавшая, выглядела так, как будто бы ее беспокоило напряжение глаз, боли в глазах или головные боли. Мне всегда доставляло удовольствие мгновенно устранять эти симптомы с помощью пальминга, поворотов или с помощью каких-то других методов. Я могла бы написать много историй о том, как я помогала этим девушкам. Их благодарность, конечно же, стоила потраченных сил и времени.

Я живу за городом и поэтому мне приходится ездить на работу и обратно на поезде. Машинисты очень хорошо меня знают. Они всегда приходят ко мне, для того чтобы я убрала угольную крошку из глаза или помогла им в том случае, если у них плохое зрение.

Каждый день осенью, зимой и весной на нашей станции я встречаю компании радостных девчонок, которые посещают среднюю школу в другом городе. Некоторых из них я знаю с рождения и, находясь в их компании в поезде, я иногда забываю о том, что я уже взрослая, и присоединяюсь к их веселью. Несколько из этих девочек носят очки, и я предложила вылечить их в любой день, как только они пожелают отказаться от очков.

Больше ничего не было сказано по этому поводу; до одного дня. Прямо перед закрытием школы на лето одна девочка попросила меня о помощи. Ее звали Лиллиан, ей было 16. У нее была более высокая степень миопии, чем у всех остальных. Я настояла на том, чтобы она посоветовалась с родителями. Если они не против и будут со мной сотрудничать, то я попытаюсь сделать все от меня зависящее для того, чтобы вылечить ее до начала учебного года.

Лиллиан очень разволновалась и стала просить других девочек тоже отказаться от очков. Одна сказала, что мама напугала ее, сказав, что та не сможет излечиться таким чудесным образом. Другая девочка думала, что ей нужно немного подождать. Я все еще чувствую, что они не поверили в меня. На следующий день после закрытия школы Лиллиан пришла ко мне домой со своей сестрой Розой, которой было 13 лет и которая имела ярко выраженное косоглазие левого глаза. Лиллиан не рассказывала о Розе, как будто боялась мне ее навязывать, но когда Лиллиан пришла ко мне, Роза решила для себя, что она тоже излечится.

Я прикрепила проверочную таблицу к дубу во дворе дома и усадила моих пациенток на расстоянии десяти футов от таблицы. Я начала с Лиллиан, потому что больше всего мне хотелось вылечить ее, как я и запланировала. В очках она читала 10/15, а без очков – 10/70. Я научила ее пальмить и вспоминать с закрытыми глазами что-либо совершенно: что-нибудь вроде белого облака, заката или цветка. Она продела-

ла это в течение нескольких минут, а затем, без остановки и без единой ошибки, прочитала еще две строки на проверочной таблице. Ее зрение улучшилось до 10/40 обоими глазами. Затем я проверила зрение каждого глаза по отдельности. К счастью, благодаря тому, что ее зрение было одинаковым в обоих глазах, было легко продолжать лечение. С помощью закрывания глаз, при этом вспоминая последнюю букву, которую она смогла увидеть на таблице, она стала способной читать другую строку букв – строку 10/30. Когда она сделала небольшое усилие прочитать более маленькие буквы на таблице, они исчезли. Я объяснила ей, что когда она пялится, ее зрение ухудшается, и это ее главная проблема. Я велела ей подержать взгляд зафиксированным на букве, не моргая, и посмотреть, что произойдет. Она тут же начала хмуриться и ее веки воспалились. Она пожаловалась на боль в глазах и сказала:

– Теперь я знаю, почему у меня возникают эти боли и беспокойства.

На втором приеме ее зрение улучшилось до 10/20. Я обучила ее ЛОНГ СВИНГУ с медленным движением головы из стороны в сторону слева направо, смотря через плечо, а затем – в другую сторону. Ей, как и всем пациентам, нужно было напоминать, чтобы она пресекала пял и моргала часто – так часто, как это делает нормальный глаз. Все лето Лиллиан добросовестно практиковала, получая поддержку от своей сестры Розы и от любящих мамы и папы. Она приходила

ко мне на лечение где-то раз в неделю. За несколько недель до открытия школы мы начали заниматься в помещении при искусственном освещении, то есть уже не на свежем воздухе и не в свете солнца. Я сделала это намеренно, потому что знала, что свет в школе не такой яркий, как на улице. Когда Лиллиан в первый раз читала проверочную таблицу при искусственном освещении, она сильно занервничала и перепугалась. Все, что она смогла увидеть, была большая буква «С» на 200-футовой строке с расстояния десяти футов. Пальминг в течение нескольких минут помог ей расслабиться достаточно для того, чтобы она смогла прочитать несколько строк. Повороты и взгляд на одну букву с последующим перемещением его куда-то еще, а потом вновь возвращением его к букве, помогли ей прочитать 10/15.

На каждом приеме она улучшала свое зрение, и теперь она читает 10/10 все время. До начала лечения она держала книгу на расстоянии трех дюймов от глаз во время чтения – и это тогда, когда на ней были очки. С возраста семи лет она их носила постоянно и в течение всего этого времени ежедневно страдала от головных болей. Она рассказала, что с того дня, когда она убрала очки и начала лечиться, у нее не возникало ни головных болей, ни боли в глазах. Она так благодарна за это, что теперь практически топит меня в своих объятиях каждый раз, когда я ее встречаю.

Несколько друзей, которых она не видела в течение года, пришли навестить ее семью и насладиться днем у них на

ферме. Лиллиан проходила в очках так много лет, что не была удивлена, когда друзья не узнали ее. Она стояла у двери дома, готовая встретить их, но они приняли ее за незнакомку. Выражение ее лица полностью изменилось. Веки, которые раньше были опухшими от напряжения, выглядели естественно, а ее большие карие глаза были на порядок больше крошечных глазок-бисеринок, пытавшихся увидеть сквозь те ужасные толстые очки, что она носила раньше. Когда друзья наконец-то ее узнали, им пришлось услышать все про лечение и про исцеление.

Если бы Лиллиан не была так предана лечению, я бы не добилась столь быстрого прогресса. В течение лета часто наступали дни, когда она падала духом и начинала волноваться и бояться того, что ей придется снова надеть очки. Ее мама оказывала неоценимую помощь касательно разных вещей. Она осторожно прятала очки Лиллиан, с тем чтобы у нее не было возможности надеть их снова, даже если бы она того захотела.

В первый день школы я встретила ее в привычной компании девочек в поезде. Проходя, она пожала мне руку и сказала: «Пожелайте мне удачи». Я попросила ее позвонить мне вечером, и она это сделала. Она рассказала мне следующее:

– Когда учителя увидели меня, они были поражены тем, как сильно изменилась моя внешность. Я рассказала им все про лечение и про то, что вы для меня сделали. Они удивились, когда я попросила пересадить меня на заднюю парту

в классе. Знаете, когда я носила очки, мне всегда приходилось садиться за переднюю парту близко к доске. Сегодня я смогла прочитать каждое слово на доске в каждой классной комнате, сидя за последней партой. Я также читала учебники с расстояния восьми дюймов от глаз без какого бы там ни было дискомфорта.

Я похвалила Лиллиан и сказала, что рада за нее. Я более чем счастлива, что отдавала ей все свое время по вечерам, когда мне нужен был отдых после сложного, но приятного рабочего дня.

На каждом приеме, в то время как лечилась Лиллиан, ее сестра Роза смотрела и внимательно слушала все, что я говорила. У нее было сходящееся косоглазие левого глаза, и когда она была взволнована или старалась увидеть вдаль, ее глаз поворачивался вовнутрь так, что была видна одна только склера, или белая часть глаза. В возрасте трех лет заметили, что ее левый глаз повернулся вовнутрь, и когда ей исполнилось четыре года, ей прописали очки. Я проверила ее зрение, и двумя глазами она прочитала 10/100. Затем она прочитала каждым глазом по отдельности: 10/70 правым и 10/100 левым. Я велела ей сделать пальминг и вспоминать последнюю букву, которую она увидела на проверочной таблице. Она держала глаза закрытыми не меньше получаса, и когда она снова читала таблицу, ее зрение обоими глазами улучшилось до 10/20. Я проверила зрение каждого глаза: правым глазом она прочитала 10/20, а левым – 10/10.

Я посчитала улучшение ее зрения чудесным, и Роза была восхищена результатами своего первого сеанса лечения. Ее сестру Лиллиан взбудоражило, когда она увидела, как левый глаз Розы стал смотреть прямо, при том что ее зрение улучшилось. Она приходила ко мне на лечение вместе с Лиллиан один раз в неделю каждую неделю и выполняла абсолютно все, что я велела ей делать дома.

Ей было дано задание весь день носить тканевую повязку на хорошо видевшем глазу и помогать маме по дому так, как она сможет, пользуясь при этом косящим глазом. Каким же добросовестным ребенком она была и как она ненавидела повязку! Каждый раз, когда она приходила ко мне, я спрашивала ее, как она обходится с повязкой. «Хорошо, миссис Лиерман, – говорила она, – мне совсем не нравится эта черная повязка. Несколько раз в день мне хочется ее снять. Я не люблю, когда прикрыт мой хорошо видящий глаз, но я знаю, что должна ее носить, если хочу излечиться. Я действительно этого хочу, поэтому я просто думаю о вас и о том, как намного лучше выглядит мой глаз, и затем я перестаю волноваться по этому поводу».

На втором приеме зрение ее левого глаза улучшилось до 10/20, а зрение правого глаза стало нормальным, 10/10. У меня никогда не было более увлеченного пациента. На третьем приеме она передала мне посылку от своей мамы, которая постаралась в дружеской манере выразить мне свою признательность. В посылке было вкусное сладкое домашнее

сливочное масло. Роза продолжила приходить на приемы, и через два месяца ее зрение стало нормальным, а глаза смотрели идеально прямо. Она практиковала добросовестно, и результат был таков, что за неделю до начала занятий в школе она стала полностью обходиться без повязки и без возвращения косоглазия при этом.

В первый день в школе Роза была очень взволнована. Она сказала, что учительница не узнавала ее до тех пор, пока та не улыбнулась. Когда Роза улыбается, вы не можете ее не узнать и не можете не полюбить ее. Ее тетя говорит, что то, что произошло, – это чудо.

С этого момента у Розы больше не было проблем с чтением с доски с последней парты – оттуда, куда ее посадили по ее же просьбе, – а книжный шрифт она могла видеть более четко, чем когда-либо. Роза ходила в школу вот уже где-то с неделю, когда учительница заметила, что одна девочка двенадцати лет не может читать с доски, сидя за передней партой. Учительница велела девочке проверить глаза у глазного врача, чтобы тот прописал ей очки. Роза нечаянно услышала этот разговор и в тот же день встретила школьную подружку возле двери. Роза рассказала ей, как она вылечилась без помощи очков, и сказала, что хочет показать ей, как она также может излечиться. На следующий день на перемене, вместо того чтобы присоединиться к играм в школьных коридорах, Роза и ее подружка вернулись в класс. По проверочной таблице Снеллена, которую Роза принесла в тот день в школу,

она улучшила зрение маленькой девочки с 12/70 до 12/15 с помощью пальминга, морганий и поворотов. Каждый день две маленькие девочки добросовестно трудились, и трудились с величайшим успехом. Менее чем через неделю обе девочки заняли задние парты, с которых они могли без труда читать то, что было написано на школьной доске.

Праздник

Мне очень хочется рассказать о пятнадцати школьницах. Все они учились в одном и том же классе общеобразовательной школы номер 90 Нью-Йорка. Возраст девочек был от девяти до четырнадцати лет. В первый раз они пришли на прием 5 января 1922 года. В тот день доктору Бейтсу и мне пришлось просить разрешения войти в наш кабинет.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.