

## STORIE DALLA CLINICA

### CAPITOLO 2 - MIOPIA

#### L'AUTISTA DELLE AMBULANZE

VENNE da noi uno degli autisti di ambulanze che operavano all'Harlem Hospital. Portava occhiali molto forti e, siccome si sforzava molto per vedere, i suoi occhi parevano grandi quanto una capocchia di spillo. Aveva saputo del Dott. Bates e della sua cura, ed era impaziente di vedere alleviata la sua tensione oculare.

Altri oculisti gli avevano detto che non era possibile fare assolutamente niente di più per lui. La sua vista calava progressivamente, e lui temeva di perdere presto il suo posto di lavoro. Il Dott. Bates esaminò i suoi occhi, e gli disse che aveva una miopia molto alta, ma poteva guarire, se si fosse assunto questo compito.

Il nostro ambulatorio non era mai stato così affollato di pazienti come quel giorno, così dovette aspettare un bel po' prima di essere preso in considerazione. Ma nonostante ciò, mentre ero impegnata con un bambino al quale piaceva il palming perché migliorava la sua vista molto velocemente, l'autista si diede da fare anche lui. Lo shifting e lo swinging erano di aiuto al piccolo Jack, il quale trovava un gran giovamento nel provare i differenti metodi che lo aiutavano a rilassarsi. Questo incuriosì molto l'uomo, come dimostrava il suo sorriso. Io ero desiderosa di aiutare anche lui, e ne fui lieta quando venne il momento. Stava proprio dietro a Jack, il mio giovane paziente, e lo imitava meglio che poteva in ciò che stava facendo.

Quando entrò nell'ambulatorio per la prima volta, la sua vista senza occhiali era di 10/200. Prima che avessi modo di applicargli il trattamento era migliorato a 10/70 da solo. Aveva ascoltato mentre continuavo a ripetere al bambino di non fissare, e quando gli avevo detto di non guardare una lettera per più di un secondo, perché se lo avesse fatto la vista gli si sarebbe offuscata, l'uomo aveva seguito queste indicazioni. Quando cominciai la cura di quest'ultimo, mi disse che non si era mai accorto di fissare, e si accorse che quando non ammiccava spesso, come l'occhio normale fa, la vista gli si offuscava, e alla distanza di tre metri non era più in grado di vedere nessuna lettera sulla tabella di prova. Quel giorno migliorai la sua vista fino a 10/40.

#### ALTRI CASI DI MIOPIA

Parecchi pazienti guarirono di miopia in una o due sedute. Alcuni non erano casi gravi, perciò non ci volle molto per curarli.

Una donna di mezza età, che aveva portato gli occhiali per due anni, mi raccontò delle cose che penso possano interessare ai lettori. In quel periodo aveva molto poco da fare, e per passare il tempo soleva fissare un oggetto finché non appariva distorto. Fissava così a lungo che gli oggetti diventavano due anziché uno. In seguito imparò a vedere tre immagini, e si vantava di questa sua abilità con chiunque parlasse. Accadde allora che una mattina, svegliatasi da un sonno profondo, non poté più vedere le lancette del suo orologio. Le immagini erano sfocate, ogni cosa nella stanza sembrava coperta da un velo. Provò il suo solito esperimento fissando più intensamente che poté, pensando che questo potesse aiutarla a vedere bene.

Invece la sua vista peggiorò, e così andò da un oculista. Questo le disse che probabilmente avrebbe dovuto portare gli occhiali per il resto della sua vita.

Gliene prescrisse un paio e le consigliò di non farne mai a meno. Sei mesi più tardi dovette mettere lenti più forti. La prima volta che vidi questa paziente pensai che le sue palpebre fossero incapaci di muoversi: la guardai per tre interi minuti, senza vederla ammiccare una sola volta. Poi mi raccontò ciò che ho già scritto. Le dissi che secondo me si era procurata da sola tutti quei problemi e lei mi sorprese dicendo: "Beh, se ho potuto causare tanto danno ai miei occhi, di certo potrò rimediare con il suo aiuto."

Fece esattamente ciò che le dissi di fare, e anche di più. Si applicò coscienziosamente, e non parlò dei suoi occhi a nessuno finché non fu guarita. Faceva palming per un'ora ogni mattina, dalle sei alle sette. Viaggiava mattina e sera in treno per un'ora, e per tutto il tempo non apriva mai gli occhi. Da quando disse alle sue amiche di non parlare dei suoi occhi, loro non la infastidirono. Si esercitava con le scritte del giornale o di un libro ogni volta che ne aveva il tempo. Lavorava ogni giorno alla macchina da scrivere, e trovò che la memoria la aiutava nel lavoro.

A volte richiamava alla memoria la grande e bianca perla finta del suo orecchino, oppure il luccichio di un piccolo diamante del suo anello. Di fare lo stesso con un puntino nero non se ne parlava. Non appena le menzionavo un punto, cominciava a fissare. Diceva che le ricordava gli oggetti sfocati che vedeva quando erano iniziati i suoi problemi. Dimostrò per certo che ricordare qualcosa di errato produce tensione. Sei settimane dopo che la curai per la prima volta, era guarita senza l'uso di occhiali. Ora vede chiaramente da lontano, ma solo se batte le palpebre, che è proprio ciò che l'occhio normale deve fare per mantenere una visione normale. Le sue amiche si divertono con lei, quando è di buon umore, perché ricorda sempre loro di ammiccare.

Un giorno arrivò un giovane che aveva portato gli occhiali continuamente per dieci anni. Con i suoi occhiali riusciva a leggere 10/15, e 10/30 senza. Fece una smorfia non appena provò a leggere le lettere sul tabellone. Si lamentava che il bianco della tabella era abbagliante, e gli faceva molto male quando si sforzava per vedere. Dopo aver

fatto palming per pochi minuti, la smorfia sparì temporaneamente. Lo feci andare al sole, e facendolo guardare in basso sollevai la palpebra superiore e focalizzai con la lente di ingrandimento i raggi diretti del sole sulla parte bianca di ciascun occhio. Questa operazione non prese che un minuto. Ritornammo alla tabella e, senza fare alcun errore, lesse ogni lettera. Gli dissi di stare al sole il più possibile, lasciando che battesse sulle sue palpebre chiuse, e di fare palming ogni giorno a tratti per almeno un'ora.

Non tornò mai più per un'altra visita, e spero che la sua guarigione sia stata permanente.

Una bambina di nove anni, che era molto miope, vedeva molto male anche con gli occhiali. Venni a sapere che, sebbene la sua vista fosse cattiva già prima di mettere gli occhiali, nell'ultimo anno era molto peggiorata. Li aveva portati solo per un anno, e penso che fossero stati proprio loro a farla peggiorare. Il primo giorno la sua vista senza occhiali era 7/200, con entrambi gli occhi e con ciascun occhio separatamente. Le dissi che se voleva guarire avrebbe dovuto smettere di portare gli occhiali. La bimba aveva paura di farlo, perché la sua maestra le aveva detto che doveva portarli sempre. Io naturalmente divenni meno entusiasta riguardo alla sua guarigione.

Quel giorno le applicai la cura e migliorai la sua vista a 7/70 facendole fare palming per dieci minuti o giù di lì, e facendole poi guardare una lettera che io le indicavo sulla tabella. Non mi aspettavo di rivederla alla clinica, perché mettendo gli occhiali non rispettava le mie indicazioni, ma il seguente giorno di apertura della clinica era lì, e teneva i suoi occhiali in mano. Disse che li aveva portati ogni giorno, solo durante le ore di scuola. In altri orari, dopo aver finito di fare i compiti, si esercitava con la tabella di prova e faceva palming il più possibile.

Fui sorpresa di scoprire che la sua vista era migliorata nonostante continuasse a usare gli occhiali. Il Dr. Bates e io rimanemmo sorpresi più di una volta nello scoprire che un paziente migliorava anche se metteva gli occhiali per i casi di emergenza. Questa piccola bambina venne alla clinica per quattro volte, e la sua vista migliorò a 8/40.

### MIOPIA PROGRESSIVA

Uno dei peggiori casi di miopia progressiva che mi capitò fu quello di una ragazza di ventitré anni. Le lenti che portava erano così spesse che i suoi occhi sembravano piccolissimi. A Philadelphia, dove viveva, il libro del Dr. Bates, "Vista perfetta senza occhiali", è abbastanza conosciuto. Venne a sapere del Dr. Bates tramite un amico che possedeva il libro. Lei era l'unico sostegno per sua madre, il che le rendeva molto difficile lasciare il suo buon posto di lavoro come dattilografa. Era venuta nella nostra città solo per vedere il Dr. Bates, che, ne era sicura, avrebbe potuto curare i suoi occhi dopo che altri avevano fallito.

Essendo povera, Yetta non poteva permettersi di venire a curarsi privatamente, così venne alla clinica. L'impiegato allo sportello la informò che non poteva essere curata lì perché non viveva nel distretto dell'ospedale. Comunque quel giorno fu ammessa, per una sola seduta, ed ebbe il privilegio di essere visitata. Il Dr. Bates la visitò e disse che il suo problema era una miopia progressiva in una forma molto grave. Mi chiese cosa si poteva fare per curarla alla clinica. E' quando ci capita un caso grave come questo che sento la necessità di un Bates Institute. Chiesi alla ragazza se poteva venire ad abitare nelle vicinanze della clinica, in modo che potessimo curarla, e lei accettò di provare. Senza occhiali la vista di Yetta era 2/200. In quel primo giorno la migliorai a 2/100, che è il doppio di quella che aveva prima.

Il suo caso richiedeva più tempo di quanto io potessi dedicarle, così le spiegai di praticare il palming nella sua stanza per lunghi periodi di tempo, durante la giornata e anche la sera, e di cercare di tornare prima possibile. Le fu detto di non mettere mai più gli occhiali. Quale shock fu per lei! Come avrebbe mai potuto andare per strada senza di essi? ci chiese. Le dissi che non avrei potuto provare a migliorare la sua vista se non lo avesse fatto. Ero consapevole delle difficoltà che avrebbe incontrato senza i suoi occhiali, e ne ero dispiaciuta. Quando lasciai l'ambulatorio potevo vedere quanto fosse in difficoltà, ma prima di raggiungere la fine del corridoio si rimise gli occhiali. Si era scoraggiata molto in fretta, ma io non persi la fiducia in lei. Qualsiasi ragazza che lasci sua madre, la sua casa e il suo posto di lavoro per guarire i suoi occhi, non potrebbe mai cedere completamente, anche se fosse tentata di indossare di nuovo gli occhiali. Tornò due giorni dopo, mostrando il suo foglio di accettazione, che dichiarava che ora abitava nelle vicinanze. Yetta era ansiosa di farmi sapere che aveva ottenuto un posto di accompagnatrice nel luogo dove abitava. E mi disse che aveva rotto i suoi occhiali.

Questa era la miglior cosa che potesse capitare, perché sapevo che sarebbe stata molto più determinata a guarire.

Questa volta misi la tabella di prova a tre piedi (meno di un metro) dai suoi occhi, e tutto ciò che fu in grado di vedere fu la riga dei 200esimi. Ammiccare e fare oscillazioni brevi le fu d'aiuto, e in pochi minuti la sua vista migliorò a 3/100. In seguito venne ogni giorno di apertura della clinica, ed era sempre in anticipo. I suoi progressi erano lenti ma sicuri e il suo viso, che prima assomigliava in tutto e per tutto a una maschera di pietra con due fessure al posto degli occhi, ora aveva un aspetto naturale.

Per la prima volta nella vita poteva godersi i film, ed era felice perché poteva andare per la strada senza timore di farsi male. Durante una delle visite seguenti, a tratti le apparvero le lettere della decima riga a dieci piedi (tre metri). Mi domandò se andavo in chiesa.

La domanda era piuttosto inaspettata, tuttavia le dissi che ci andavo, e che ero orgogliosa di questo. Considero anche la clinica come la mia chiesa. Centinaia di povere anime entravano nel nostro ambulatorio, solamente per implorare parola di conforto. Gli ebrei stavano accanto alla gente di colore, i tedeschi con gli irlandesi, gli spagnoli con gli italiani. Alcuni erano cattolici, altri protestanti. Molte altre religioni erano rappresentate lì, ma tutti noi adoravamo l'unico Dio. C'era bisogno di una parola gentile e di un sorriso, e noi ne davamo in abbondanza ai nostri pazienti. La giovane ebrea

mi spiegò il motivo della domanda: aveva notato che il sentimento di benevolenza che esiste in molte chiese predominava anche nella nostra clinica.

### **GUARITO IN UNA SEDUTA**

Anche se oggi la nostra clinica non è così grande come era all'Harlem Hospital, ci capitano dei casi molto interessanti, e molti di loro sono bambini che vanno a scuola.

Un tipetto di sette anni era uno dei miei ragazzi svegli. Suo padre era un carpentiere che aiutava a mettere su le tramezzature nel nostro edificio. Avevamo iniziato a curare i pazienti molto tempo prima che l'odierno edificio degli ambulatori fosse completato. Egli, perciò, aveva l'opportunità di vedere i nostri pazienti quando arrivavano alla clinica, e quando lasciavano l'ambulatorio dopo il loro primo trattamento. Notò che alcuni casi sembravano tanto migliorati dopo una sola seduta, che sembrava fosse avvenuto un miracolo.

Dal momento che era povero, mi offrì di aiutare lui o un qualunque membro della sua famiglia, se avessero avuto bisogno di curarsi gli occhi. "Oh!" disse, "ho due ragazzini, ma non hanno problemi agli occhi."

Il 12 aprile 1924, proprio un anno dopo che gli avevo parlato, suo figlio, Frederick, venne con sua madre. Mentre parlavo era molto attento e i suoi grandi occhi blu guardavano dentro ai miei. Penso che stesse decidendo se io andassi bene o no. Sembrava trovarsi a suo agio con me già dall'inizio, così non ebbi difficoltà a migliorare la sua vista.

Sua madre mi disse che l'infermiera della scuola lo aveva mandato a casa con un biglietto, dicendo che aveva bisogno di occhiali. Suo padre rifiutò di procurarglieli e disse alla madre di portarlo da me. Mentre rispondeva alle mie domande, Frederick mi guardava direttamente, e non dava segno di fare smorfie o sforzi di alcun tipo, ma notai che ascoltava senza ammiccare per due minuti o più. L'occhio normale ammicca inconsapevolmente ogni pochi secondi, perciò presto mi accorsi di quale fosse il suo problema, e che poteva guarire in breve tempo. Il Dr. Bates lo esaminò con l'oftalmoscopio e disse che non c'era nulla di organicamente sbagliato nei suoi occhi, solo tensione.

Dal momento che all'inizio la tabella con le lettere lo imbarazzava, gli feci leggere la tabella con le E orientate in diverse direzioni. Come guardò la tabella, la sua espressione cambiò completamente. La sua fronte si raggrinzò completamente non appena tentò di vedere in che direzione fossero orientate le E. La sua vista con entrambi gli occhi era 10/20. Leggeva 10/20 con l'occhio destro, e 10/30 con il sinistro. Lo lasciai per una mezz'ora dopo avergli spiegato di fare palming e di non aprire gli occhi finché non glielo avessi detto. Quando tornai da lui, misurai di nuovo la sua vista, e lesse 10/10 con ciascun occhio separatamente. Ammiccava dopo aver visto ciascuna lettera, senza fare smorfie né cambiare espressione. Sua madre comperò una tabella di prova e promise di aiutarlo ogni giorno a casa, prima e dopo la scuola.

Le fu detto di riportare Frederick in clinica dopo qualche settimana. Il 3 maggio 1924, lo rividi e mi sembrò molto contento.

La madre mi disse con orgoglio che in pagella aveva i voti più alti in tutte le materie. Mi chiesi perché Frederick non guardasse verso sua madre mentre lei lo elogiava, ma non dovetti aspettare a lungo per capirne il motivo. Prima che arrivassero, lei lo avvisò che mi avrebbe detto quello che combinava con le sue calze, e lui non voleva che io lo sapessi. Sì, Frederick aveva un solo difetto, disse sua madre: faceva i buchi alle ginocchia delle calze. Naturalmente, dissi io, questo era un delitto molto grave, ma fargli mettere gli occhiali sarebbe stato un crimine peggiore.

Frederick sembrò guadagnare un punto quando sua madre gli sorrise. L'infermiera che gli aveva ordinato di mettere gli occhiali osservò che Frederick non aggrottava più le sopracciglia. Era in grado di vedere la lavagna senza problemi a qualunque distanza. Il nostro giovanotto era guarito in una sola seduta.