

Charles Baudouin

Das Wesen der Suggestion

**Kritische, geschichtliche und psychologische
Darstellung**

Baudouin gilt seit langem als der erfolgreichste Forscher und die erste Autorität auf dem Gebiet der Suggestion und Autosuggestion, lange bevor man in Deutschland den Namen Coué überhaupt kannte, den er bei uns erst eingeführt hat. Das Geheimnis des außergewöhnlichen Erfolges, den seine Bücher erzielt haben, besteht in dieser einzigartigen Vereinigung von Gelehrten- und Dichternatur, von Philosoph und Praktiker, ausgestattet mit dem Rüstzeug neuester Wissenschaft. Er erfährt mit seinen lebendigen, spannenden, allgemein verständlichen und doch stets in die Tiefe gehenden Darstellungen eine immer größer werdende Gemeinde. Wenn Coué der große Schöpfer und Anreger ist, so ist Baudouin der Vollender. In seinem neuen Buch dokumentieren sich alle diese Vorzüge am besten, denn es bedeutet nicht weniger als eine knappe Zusammenfassung seiner „Lehre“, nicht weniger als die Grundlagen einer neuen Psychologie, und es geht in Weiten des Wissens und der Praxis, die der Zukunft gehören. Überall überraschen den Leser völlig neue Ausblicke, und Altes erscheint im neuen Licht.

VERLAG CARL REISSNER IN DRESDEN

Im

Verlag Carl Reißner, Dresden
erscheinen die Bücher von

RUDOLF VON DELIUS

Dieser Dichterphilosoph vereinigt die Gegensätze Idealismus und Realismus. Auf dem Boden naturwissenschaftlicher Tatsachen fußend, beherrscht er die Welt der großen Denker. Er verehrt die Wirklichkeit in ihrer bunten sinnlichen Fülle, aber er weiß, daß ohne Geist kein Leben sein kann, daß die Materie dem Geist dienen muß. So führt er aus dem Naturbegreifen hinauf in die Schöpferwelt der Kunst und des Denkens. Totalität des Gesamt-erlebens ist das Ziel. Wir müssen wieder das volle starke Leben erreichen.

Die Kultur der Ehe

Geheftet M. 2.-, gebunden M. 3.50

Das Erwachen der Frauen

Neue Ausblicke ins Geschlechtliche
Geheftet M. 2.-, gebunden M. 3.50

Die Verklärung des Körpers

Ein Weltbild von der Verehrung des Wirklichen. Geheftet M. 3.-, gebunden M. 4.50

Bücher der Sehnsucht

Drei Bände in gemeinsamem Karton
Gebunden M. 10.-

Diese Ausgabe vereinigt die drei Werke: Die Kultur der Ehe. Das Erwachen der Frauen. Die Verklärung des Körpers.

Mary Wigman

Mit 40 ganzseitigen Abbildungen
Geheftet M. 4.50, gebunden M. 7.-

Genuß der Welt

Eine Philosophie der Freude
Gebunden M. 5.-

Jesus

Sein Kampf, seine Persönlichkeit, seine
Legende. Gebunden M. 5.50

Das ewige China

Geheftet etwa M. 3.-, gebunden etwa M. 4.50

Prospekte sendet gern der Verlag

1337



20



Im gleichen Verlag erschienen die Werke:

EMIL COUÉ

SELBSTTHEILUNG UND SEELENERZIEHUNG
DURCH AUTOSUGGESTION

*

HANS-THEODOR SANDERS

DIE AUTOSUGGESTION UND DIE MACHT
DES UNTERBEWUSSTEN IN UNS

Von Coués Selbstheilungsmethode durch Erziehung der Seelenkräfte

*

C. HARRY BROOKS

DIE PRAXIS DER AUTOSUGGESTION
WEGE ZUR GESUNDHEIT

Mit einer Einführung von Emil Coué

*

Die genannten drei Werke sind zusammen mit dem vorliegenden
in der folgenden Kasette vereinigt:

DER COUÉISMUS

Seine gesammelten Quellschriften in vier Bänden

CHARLES BAUDOUIN

DAS WESEN DER SUGGESTION

EINFÜHRUNG IN DIE
PSYCHOLOGIE DER SUGGESTION
UND AUTOSUGGESTION

KRITISCHE UND GESCHICHTLICHE
DARSTELLUNG



1926

CARL REISSNER VERLAG / DRESDEN



Im gleichen Verlag erschienen die Werke:

EMIL COUÉ

SELBSTTHEILUNG UND SEELENERZIEHUNG
DURCH AUTOSUGGESTION

*

HANS-THEODOR SANDERS

DIE AUTOSUGGESTION UND DIE MACHT
DES UNTERBEWUSSTEN IN UNS

Von Coués Selbstheilungsmethode durch Erziehung der Seelenkräfte

*

C. HARRY BROOKS

DIE PRAXIS DER AUTOSUGGESTION
WEGE ZUR GESUNDHEIT

Mit einer Einführung von Emil Coué

*

Die genannten drei Werke sind zusammen mit dem vorliegenden
in der folgenden Kassette vereinigt:

DER COUÉISMUS

Seine gesammelten Quellenschriften in vier Bänden

CHARLES BAUDOIN

DAS WESEN DER SUGGESTION

EINFÜHRUNG IN DIE
PSYCHOLOGIE DER SUGGESTION
UND AUTOSUGGESTION

KRITISCHE UND GESCHICHTLICHE
DARSTELLUNG



1926

CARL REISSNER VERLAG / DRESDEN

BERECHTIGTE ÜBERTRAGUNG AUS DEM
FRANZÖSISCHEN VON HILDEGARD BETHKE



1988, 2616
(B3110)

Gedruckt bei Petzschke & Gretschel, Dresden

VORWORT.

Im Jahre 1920 habe ich unter dem Titel „Suggestion und Autosuggestion“ eine Abhandlung veröffentlicht, die ein Interesse erweckte, auf das ich nicht gerechnet hatte. In einigen Ländern wurde durch dieses Buch sogar eine wahre „Bewegung“ ausgelöst, die ich übrigens bei weitem nicht immer billige. Das hatte zur Folge, daß die Frage im Laufe der letzten Jahre ein wenig umgewandelt wurde. Auch meine eigenen Arbeiten haben sich, gestützt auf die Forschungsergebnisse mehrerer Ärzte, fortentwickelt. So bin ich dazu veranlaßt worden, mein eigenes Studium auf einer etwas breiteren Basis wieder aufzunehmen. Daraus entstand jene „Psychologie der Suggestion und Autosuggestion“, die soeben erschienen ist.

Dies kleine Buch ist eine Einführung in jene „Psychologie“, die meine persönliche Theorie der Suggestion entwickeln soll. Die hier vorliegende Einführung faßt nicht nur diese Theorien an sich ins Auge, sondern betrachtet sie als Funktion der hauptsächlichsten, geläufigen Theorien. Handelt es sich doch darum, zu zeigen, wie sie sich auch von diesen natürlich loslöst, worin sie sich ihnen entgegenstellt, aber auch (und das viel-

leicht in besonderem Maße), wie weit sie sich mit ihnen in Übereinstimmung setzen und diese unter sich ausgleichen kann. Ist denn nicht tatsächlich in jedem Zweig der Wissenschaft diejenige Theorie am zweckmäßigsten, die mehrere fragmentarische, früher formulierte Theorien vereinigt und ihre Widersprüche löst? Es handelt sich hier also um eine historische und kritische Abhandlung.

Dieser Schritt war von unbedingter Notwendigkeit. Hat man doch tatsächlich in meinem Buch „Suggestion und Autosuggestion“ das „Manifest der neuen Schule von Nancy“ sehen wollen! Die einen haben mich deswegen verherrlicht, die anderen haben mir unter dem Vorwande, daß „es weder eine neue Schule von Nancy noch eine Autosuggestion gäbe“, einen bitteren Vorwurf daraus gemacht. Dies ist, man wird es zugeben, ein sehr bequemes und — autosuggestives Mittel, um die gegnerische Meinung niederzuhalten. Offengestanden — ich verdiente „weder dies Übermaß von Ruhm noch soviel Unwürdigkeit“.

Ich will glauben, daß jene kürzlich erfolgten Angriffe, die aus Paris stammen, ungenauen Informationen entsprungen sind. Das mag sie entschuldigen (wenn man sich auch leicht hätte informieren können), aber ich würde es bedauern, wenn ich annehmen müßte, daß man den alten, erloschenen Konflikt der beiden Schulen wieder ins Leben rufen wolle. Ich spüre keine Neigung zur Polemik, für die in der Wissenschaft überhaupt kein Platz sein sollte. Es soll also nicht mehr von „Mani-

fest“ die Rede sein und so wenig wie möglich von „Schule“ gesprochen werden. Diese Worte rufen zuviel Irrtümer hervor, die nur zu leicht wieder lebendig werden. Ich ziehe es daher vor, zur Beseitigung dieser Irrtümer beizutragen, indem ich die Beziehungen meiner Auffassung der Suggestion zu den früheren Auffassungen klarlege. Sie steht ihnen vielleicht weniger entgegen, als man gemeinhin annimmt, und bemüht sich vielmehr, ihre wesentlichen Bestandteile in weitaus größtem Maße zusammenzuschließen.

Im März 1924.

C. B.

leicht in besonderem Maße), wie weit sie sich mit ihnen in Übereinstimmung setzen und diese unter sich ausgleichen kann. Ist denn nicht tatsächlich in jedem Zweig der Wissenschaft diejenige Theorie am zweckmäßigsten, die mehrere fragmentarische, früher formulierte Theorien vereinigt und ihre Widersprüche löst? Es handelt sich hier also um eine historische und kritische Abhandlung.

Dieser Schritt war von unbedingter Notwendigkeit. Hat man doch tatsächlich in meinem Buch „Suggestion und Autosuggestion“ das „Manifest der neuen Schule von Nancy“ sehen wollen! Die einen haben mich deswegen verherrlicht, die anderen haben mir unter dem Vorwande, daß „es weder eine neue Schule von Nancy noch eine Autosuggestion gäbe“, einen bitteren Vorwurf daraus gemacht. Dies ist, man wird es zugeben, ein sehr bequemes und — autosuggestives Mittel, um die gegnerische Meinung niederzuhalten. Offengestanden — ich verdiente „weder dies Übermaß von Ruhm noch soviel Unwürdigkeit“.

Ich will glauben, daß jene kürzlich erfolgten Angriffe, die aus Paris stammen, ungenauen Informationen entsprungen sind. Das mag sie entschuldigen (wenn man sich auch leicht hätte informieren können), aber ich würde es bedauern, wenn ich annehmen müßte, daß man den alten, erloschenen Konflikt der beiden Schulen wieder ins Leben rufen wolle. Ich spüre keine Neigung zur Polemik, für die in der Wissenschaft überhaupt kein Platz sein sollte. Es soll also nicht mehr von „Mani-

fest“ die Rede sein und so wenig wie möglich von „Schule“ gesprochen werden. Diese Worte rufen zuviel Irrtümer hervor, die nur zu leicht wieder lebendig werden. Ich ziehe es daher vor, zur Beseitigung dieser Irrtümer beizutragen, indem ich die Beziehungen meiner Auffassung der Suggestion zu den früheren Auffassungen klarlege. Sie steht ihnen vielleicht weniger entgegen, als man gemeinhin annimmt, und bemüht sich vielmehr, ihre wesentlichen Bestandteile in weitaus größtem Maße zusammenzuschließen.

Im März 1924.

C. B.

Erstes Kapitel.

DIE PROBLEME.

Stellen wir nur einige Beispiele für die Vorgänge, die man gewöhnlich mit dem Namen „Suggestion“ bezeichnet, zusammen, so sind wir sofort überrascht von der außerordentlich großen Mannigfaltigkeit ihrer Erscheinungsformen.

Betrachten wir zunächst einmal beiläufig, was die Umgangssprache im großen und ganzen unter Suggestion versteht: Wenn ein Bankier seinem Klienten suggeriert, ein Wertpapier zu kaufen oder zu verkaufen, so drückt dies einfach aus, daß er ihm auf diskrete und zugleich überzeugende Weise zu diesem Kauf oder Verkauf rät. Wenn eine Lektüre, ein Schauspiel auf der Straße mir einen Gedanken oder eine Erinnerung suggeriert, so heißt dies ganz einfach, daß diese Lektüre oder dies Schauspiel einen Gedanken oder eine Erinnerung in mir hervorrufen, die ich weder gewollt noch vorhergesehen habe. Wohlverstanden — wir haben von jetzt an in unserer Abhandlung nichts mit dieser reichlich unbestimmten Art der Suggestion zu tun. Mit ähnlichen Fällen soll ja nur zum Ausdruck gebracht werden, daß sich eine Idee unbemerkt in unsere Gedankengänge hineinstiehlt

— oder eigentlich in sie hineingebracht wird. Diese Idee wird bei ausreichender Empfänglichkeit von unserem Geiste aufgenommen, gleichviel ob dies aus freiem Antrieb oder als unwillkürlicher Reflex einer von außen herangetragenen Einwirkung geschieht.

Der Philologe, der sich mit der Etymologie im Sinne Darmstetters befaßt, dürfte sicherlich ein seltenes Vergnügen dabei finden, wenn er sich einmal anschickte, nachzuforschen, über welche Etappen das Wort „Suggestion“ von diesem landläufigen Sinne zu den verschiedenen schärfer präzisierten Bedeutungen gelangt ist, die die Mediziner und Psychologen ihm beilegen.

Zunächst möchte ich einige Vorgänge anführen, die zwar, wie die oben erwähnten, dem täglichen Leben entnommen, aber doch schon weit spezieller sind; sie können daher als psychologische Vorgänge, die eine besondere Untersuchung wohl wert sind, angesehen werden, so daß wir hiermit zu dem eigentlichen Gegenstande unserer Betrachtung kommen. Da haben wir z. B. den Fall, daß sich jemand unwillkürlich dem Schritt seines Wandergefährten anpaßt, oder die Tatsache, daß ein Gähnen zur Nachahmung reizt oder ein Lachen so ansteckend wirkt, daß es nicht zu bezähmen ist. Alles alltägliche Geschehnisse, die als Suggestionen bezeichnet werden. Häufig machen wir die Beobachtung, daß dieses Gähnen oder Lachen im Augenblick eine ganze Versammlung ergreifen kann. Jeder gähnt, jeder bricht in ein unbändiges

Gelächter aus. Man spricht von einer Massensuggestion. Ebenso ansteckend ist die Furcht, die sich zur Panik auswächst. Und es ist nur noch ein kleiner Schritt von diesen Beispielen zu den Nervenkrisen, die ebenfalls ansteckend wirken — oder zu den Massenfanatikern, die sich in heftigen konvulsivischen Zuckungen in langen Reihen über das Grab irgendeines Heiligen wälzen. Auch das ist Suggestion. Aber wir sind bereits von alltäglichen und normalen Vorgängen zu anderen übergegangen, die weniger den Anspruch darauf erheben können, alltäglich und normal zu sein.

An der Hand einer neuen Reihe von Beispielen werden wir jetzt durch die Unmenge von pathologischen Vorgängen geführt, die ein weitaus eigenartigeres Gepräge tragen. Pierre Janet hat einige typische Beispiele für Suggestionen, die bei den betreffenden Personen von selbst in Erscheinung getreten sind, zusammengestellt und läßt bei dieser Gelegenheit eine Reihe von Kranken an unserem Auge vorüberziehen, deren seltsame Handlungen gar nicht in die augenblickliche Lage hineinpassen wollen. Einer von ihnen geht an einem Hutladen vorbei, sagt sich, daß man darin Hüte kaufen kann und tritt ein, um einen Hut zu erstehen, den er nicht im geringsten braucht. Ein anderer wiederum geht in Lyon am Bahnhof vorüber, sagt sich, daß man dort einen Zug besteigen kann, tritt ein, sieht das Wort „Marseille“ auf einem Plakat, löst eine Fahrkarte nach Marseille und wird sich erst, als der Zug an der Station Ma-

con vorüberbraust, der Sinnlosigkeit seines Unternehmens bewußt.¹ Derartige Fälle bilden nach Janet den eigentlichen Typus der Suggestion. Diese im Grunde sinnlosen Handlungen erinnern uns lebhaft an die von hypnotisierten Personen ausgeführten — sei es während des Schlafes oder nach dem Erwachen. Der Hypnotiseur befiehlt dem Hypnotisierten, auf den Tisch zu steigen, einen Gashahn anzuzünden, auf allen Vieren zu kriechen, und dieser gehorcht. Oder der Hypnotiseur suggeriert ihm, irgend ein Assistent sei Geistlicher, General oder gar Napoleon, und der Hypnotisierte verhält sich hinsichtlich dieser Personen, als wenn das Gesagte wirklich zuträfe: er folgt der ihm aufgezwungenen Idee blindlings und spielt einen ganzen Roman, ohne auf die wirklichen Verhältnisse einzugehen, denen seine Handlungen sich in keiner Weise anpassen. Es ist wohl unnötig, näher auf Beispiele dieser Art einzugehen. So eigenartig sie auch sein mögen, sind sie doch hinreichend bekannt. Jeder hat wohl schon einmal ähnlichen wahren oder simulierten Vorführungen beigewohnt. Diese Suggestionen, die an den „grand hypnotisme“ Charcots und seiner Schüler anknüpfen, sind tatsächlich zum Gegenstand marktschreierischer Schaustellungen und zahlloser Nachahmungen geworden. Das ist leicht verständlich. Interessieren doch diese Vorgänge nicht nur die breite Masse, sondern rufen sie doch auch durch ihren ungewöhnlichen und

¹ Pierre Janet, Les Médications psychologiques, Bd. I, S. 192.

wunderbaren Charakter die leidenschaftlichste Begeisterung wach. — Wir sind bereits weit entfernt von den harmlosen Vorgängen in unseren ersten Beispielen. Der Begriff „Suggestion“ in seiner allgemeinen Bedeutung für die Umgangssprache im Sinne einer diskreten und sanften Beeinflussung liegt uns jetzt ebenso fern. Wir haben im Gegenteil den Eindruck gewonnen, daß die Hypnotisierten (mit Unrecht oder mit Recht) einer tyrannischen Autorität unterworfen sind, der sie sich willenlos offenbaren. Und dennoch wird auch hier der Ausdruck „Suggestion“ gebraucht.

Verschiedene Beispiele für die starke Wirkung der psychischen Vorgänge auf das Physische werden gleichfalls als Suggestion angesprochen. Bald reichlich alltäglich, bald eigenartig, fast seltsam, führen sie zu einer weiteren Reihe von Erscheinungen. Wenn jemand in dem Glauben, ihm sei ein Insekt auf den Nacken gefallen, ein Jucken verspürt, in Wirklichkeit aber nicht der Schatten eines Insektes darauf wahrzunehmen ist, so ist dies eine Suggestion. Wenn eine Idee vasomotorische Erscheinungen hervorruft, wenn am Körper des Mystikers die Wundmale Christi hervorbrechen, wenn die von Bernheim suggestiv Beeinflußten an ihren Händen Brandwunden aufzuweisen hatten, nachdem sie mit dem kalten Ofen, den der Professor als glühendheiß bezeichnete, in Berührung gekommen waren, so sind dies alles gleichfalls Suggestionen. Wenn die Furcht vor der Krankheit den Zustand des Kranken verschlimmert, die Zu-

versicht dagegen zur Heilung beiträgt, so haben wir es wiederum mit Suggestionen zu tun.

Man sieht: die mit gleichem Namen bezeichneten Vorgänge sind bei oberflächlicher Betrachtung grundverschieden. Man möchte fast fragen, ob es nicht Mißbrauch mit der Sprache treiben heißt, wenn man dasselbe Wort zur Bezeichnung all dieser verschiedenen Vorgänge anwendet und es dennoch als wissenschaftlichen Ausdruck zu definieren wagt.

Die Verschiedenheiten, die Widersprüche in den Suggestionstheorien entspringen der Mannigfaltigkeit der betrachteten Vorgänge und dem von den Autoren empfundenen Bedürfnis, den Begriff „Suggestion“ zu definieren. Je nachdem sie in ihren Studien von der einen oder anderen Gruppe von Vorgängen ausgegangen sind, je nach ihren Anschauungen über das Typische darin, haben sie die verschiedenartigsten Theorien und Definitionen aufgestellt. Auf Grund dieser Theorien und Definitionen haben sie gewisse Vorgänge in ihre Studien aufgenommen, andere dagegen systematisch ausgeschlossen. Unter diesen Umständen war es schwierig, zu einem gegenseitigen Verständnis zu gelangen. Der Versuch, in diese Mißverständnisse etwas Klarheit zu bringen, wäre vielleicht kein unnützes Beginnen.

Die Schule von Nancy (Liébeault-Bernheim) ging von den Vorgängen aus, die dem Alltagsleben entnommen sind, — Vorgänge, mit denen wir übrigens auch unsere Reihe von Beispielen be-

gonnen haben. Die Pariser Schule (Charcot), auch Schule der Salpêtrière genannt, ging dagegen von Halluzinationen und im herbeigeführten Somnambulismus suggerierten Handlungen aus. Wie bereits oben erwähnt, sieht Janet das Typische der Suggestion in gewissen pathologischen Impulsen. Und ebenso steht es mit den übrigen Autoren.

* * *

Die hauptsächlichsten Meinungsverschiedenheiten über die Suggestion sind in der mannigfaltigen Art der Klassifizierung der Tatsachen begründet.

I. Eine der am meisten debattierten Fragen ist die, ob die Suggestion als normale oder als pathologische Erscheinung angesehen werden muß.

In diesem Punkte läßt sich am klarsten die schon in den Anfängen gegensätzliche Stellungnahme der beiden Schulen erkennen. Die Pariser Schule, die vom Studium der außergewöhnlichen Suggestionen des „grand hypnotisme“ ausging, neigte natürlich zum Pathologischen. Die Schule von Nancy dagegen bezog den Sinn des Wortes „Suggestion“ auf das Normale. Sie ging darin so weit, daß Bernheim es sogar im gewöhnlichen Sinne der Umgangssprache anzuwenden schien.

Heute noch beharrt Pierre Janet, der in manchen Punkten die primitiven Ansichten der Pariser Schule korrigiert hat, auf seiner Anschauung,

versicht dagegen zur Heilung beiträgt, so haben wir es wiederum mit Suggestionen zu tun.

Man sieht: die mit gleichem Namen bezeichneten Vorgänge sind bei oberflächlicher Betrachtung grundverschieden. Man möchte fast fragen, ob es nicht Mißbrauch mit der Sprache treiben heißt, wenn man dasselbe Wort zur Bezeichnung all dieser verschiedenen Vorgänge anwendet und es dennoch als wissenschaftlichen Ausdruck zu definieren wagt.

Die Verschiedenheiten, die Widersprüche in den Suggestionstheorien entspringen der Mannigfaltigkeit der betrachteten Vorgänge und dem von den Autoren empfundenen Bedürfnis, den Begriff „Suggestion“ zu definieren. Je nachdem sie in ihren Studien von der einen oder anderen Gruppe von Vorgängen ausgegangen sind, je nach ihren Anschauungen über das Typische darin, haben sie die verschiedenartigsten Theorien und Definitionen aufgestellt. Auf Grund dieser Theorien und Definitionen haben sie gewisse Vorgänge in ihre Studien aufgenommen, andere dagegen systematisch ausgeschlossen. Unter diesen Umständen war es schwierig, zu einem gegenseitigen Verständnis zu gelangen. Der Versuch, in diese Mißverständnisse etwas Klarheit zu bringen, wäre vielleicht kein unnützes Beginnen.

Die Schule von Nancy (Liébeault-Bernheim) ging von den Vorgängen aus, die dem Alltagsleben entnommen sind, — Vorgänge, mit denen wir übrigens auch unsere Reihe von Beispielen be-

gonnen haben. Die Pariser Schule (Charcot), auch Schule der Salpêtrière genannt, ging dagegen von Halluzinationen und im herbeigeführten Somnambulismus suggerierten Handlungen aus. Wie bereits oben erwähnt, sieht Janet das Typische der Suggestion in gewissen pathologischen Impulsen. Und ebenso steht es mit den übrigen Autoren.

* * *

Die hauptsächlichsten Meinungsverschiedenheiten über die Suggestion sind in der mannigfaltigen Art der Klassifizierung der Tatsachen begründet.

I. Eine der am meisten debattierten Fragen ist die, ob die Suggestion als normale oder als pathologische Erscheinung angesehen werden muß.

In diesem Punkte läßt sich am klarsten die schon in den Anfängen gegensätzliche Stellungnahme der beiden Schulen erkennen. Die Pariser Schule, die vom Studium der außergewöhnlichen Suggestionen des „grand hypnotisme“ ausging, neigte natürlich zum Pathologischen. Die Schule von Nancy dagegen bezog den Sinn des Wortes „Suggestion“ auf das Normale. Sie ging darin so weit, daß Bernheim es sogar im gewöhnlichen Sinne der Umgangssprache anzuwenden schien.

Heute noch beharrt Pierre Janet, der in manchen Punkten die primitiven Ansichten der Pariser Schule korrigiert hat, auf seiner Anschauung,

daß „die Suggestion eine höchst hysterische Erscheinung sei“.² Die Schule von Nancy dagegen wendet sich zwar entschieden gegen die zu weite Ausdehnung des Begriffes „Suggestion“, wie ihn Bernheim festgelegt hat, betont jedoch, daß die Suggestion als normaler Vorgang aufgefaßt werden kann, ohne deshalb gleich mit einem alltäglichen identifiziert zu werden. Es wird sich bald Gelegenheit finden, zu zeigen, warum, in welchem Sinne und in welchem Umfange wir diese Auffassung am meisten rechtfertigen können.

II. Eine zweite Frage hat zu entscheiden, ob die Suggestion als physiologischer oder psychologischer Vorgang aufgefaßt werden muß.

Wenn man dieser Frage auf den Grund geht, stellt sich heraus, daß sie mit der vorhergehenden in engstem Zusammenhang steht. Denn spricht man von Krankheit, so pflegt man tatsächlich sofort nach den körperlichen Krankheitserscheinungen zu forschen, selbst wenn es sich um eine Geisteskrankheit handelt. So hat auch die Pariser Schule auf der rein physiologischen Auffassung dieser Vorgänge bestanden, und die Tatsache hat uns zu einer stattlichen Reihe von peinlich genauen klinischen Erfahrungen verholfen, die, selbst wenn man sich nicht zu den theoretischen Verallgemeinerungen Charcots bekennen kann, von bleibendem Werte sind. Die Schule von Nancy sah dagegen

² Pierre Janet, Les médications psychologiques, Bd. I, S. 251.

die Suggestion nur als eine rein geistige Erscheinung an.

Man muß übrigens zugestehen, daß die Frage: „Ist die Suggestion ein physiologischer oder psychologischer Vorgang?“ in dieser Form eigentlich sinnlos ist, denn jeder geistige Vorgang muß gleichzeitig als ein körperlicher angesehen werden. So ist also die Suggestion ohne Zweifel gleichzeitig physiologisch und psychologisch, geradeso wie das Gedächtnis, das Gefühl usw.

Man müßte die Frage besser formulieren, man müßte nach den physiologischen und psychologischen Bedingungen der Suggestion fragen, und man müßte prüfen, welche von diesen Bedingungen bei dem jetzigen Stand unserer Forschungen bereits zur Präzisierung geeignet sind. Das Studium dieser Bedingungen umfaßt vor allem das Studium des besonderen Zustandes, der der Suggestion günstig ist. Und hiermit stehen wir vor einer neuen Streitfrage. Ist dieser besondere Zustand für die Suggestion unerläßlich, oder können in jedem beliebigen Zustand des Individuums Suggestionen stattfinden? Dies ist wieder eine Frage, deren Beantwortung eine Funktion des mehr oder minder weiten Sinnes ist, in welchem man den Ausdruck „Suggestion“ anwendet. Außerdem geben aber alle Autoren zu, daß ein gewisser „Zustand der Suggestibilität“ wenn auch nicht gerade notwendig, so doch der Suggestion günstig ist. Muß dieser Zustand mit Hypnose identifiziert werden? Hier steigt das ganze,

noch ziemlich in Dunkel gehüllte Problem des Hypnotismus vor uns auf. Und hiermit die Fragen: Muß die Hypnose unbedingt als ein Schlaf angesehen werden? Ist dieser Schlaf mit dem natürlichen Schlaf identisch? Und wenn er sich wirklich davon unterscheidet, wo sind die unterscheidenden Merkmale? Schließlich — wen kann man hypnotisieren? Fast jeden Menschen, antworten die einen; nur die Hysterischen, meinen die anderen. Dieses Auseinandergehen der Ansichten wäre niederschmetternd, wenn wir nicht ganz klar erkennen könnten, daß hier beide Parteien unter Hypnose nicht genau dasselbe verstehen.

Diese Fragen haben zu sehr vielen Mißverständnissen Anlaß gegeben, aber sie haben wenigstens den Vorteil, daß sie ziemlich klar formuliert sind. Besonders eine unter ihnen und nicht die unwichtigste, haben die Autoren bis jetzt selten recht ins Auge gefaßt, obgleich sie — bewußt oder unbewußt — in bezug auf diese Frage oft hätten Partei ergreifen müssen. Schon der landläufige Sinn des Wortes „Suggestion“ läßt uns erkennen, daß es bald die Einwirkung eines Geistes auf einen andern bezeichnet (der Bankier, der den Kauf eines Wertpapiere suggeriert), bald dagegen eine Handlung, die sich ganz allein im Geiste eines einzigen Individuums abrollt (der Anblick, der eine Erinnerung suggeriert).

Auch in dem spezielleren Sinne, in dem das Wort „Suggestion“ von den Psychologen und Medizinern angewandt wird, lassen sich diese beiden

Arten der Suggestion erkennen. In den meisten Fällen wirken jedoch beide Arten zusammen. Eine Versuchsperson ist eingeschlafen, der Hypnotiseur befiehlt ihr, irgend eine wunderliche Handlung auszuführen und erzwingt sich Gehorsam; oder der Arzt erreicht die Heilung eines Kranken durch die bloße Versicherung, daß die Krankheit vorüber und er — der Kranke — geheilt sei. Bei jedem dieser Versuche sind deutlich zwei Momente zu erkennen:

- a) eine vom Suggestierenden gewissermaßen vorgelegte oder auferlegte Idee³ wird vom Geiste des suggestiv zu Beeinflussenden aufgenommen,
- b) diese aufgenommene Idee verwirklicht sich bei dem suggestiv Beeinflussten: die Handlung oder die Heilung vollzieht sich.

Diese beiden Stufen findet man bei den muster-gültigsten Suggestionerscheinungen wieder, aber welches dieser beiden Momente ist das am meisten charakteristische?

Die allgemeine und populäre Ansicht entschied zugunsten der ersten Stufe. Sie setzt als wesentliches Merkmal der Suggestion zwei Personen voraus, eine, von der die suggestive Beeinflussung ausgeht, und eine andere, auf die diese Beeinflussung übergeht. Für sie besteht die Suggestion ferner darin, daß sich der schwächere Wille des zweiten dem stärkeren Willen des ersten

³ Wir verstehen das Wort „Idee“ hier immer im weiteren Sinne der „Vorstellung einer Sache“ und nicht im engeren des „Begriffs“.

unterordnet. Aber vielleicht ist diese allgemeine und populäre Ansicht im Unrecht. Spricht man denn nicht auch von Autosuggestion, von Suggestion ohne die Beeinflussung eines Suggestierenden? Kurz: gehört die Suggestion in das Gebiet der Sozial- oder in das der Individualpsychologie?

Schließlich haben wir noch über eine Frage mehr praktischer Natur zu sprechen, deren Lösung von den Antworten abhängig ist, die man auf die vorhergehenden Fragen erteilt hat. Angesichts gewisser Vorkommnisse muß die Ausübung der Suggestion gefahrvoll erscheinen. Man kann der Ansicht sein, daß die Unterwerfung eines Willens unter einen anderen leicht zu Gewaltakten und unrechtmäßigen Willensberaubungen führen kann. Und wenn man sie dann auch noch als pathologische Erscheinung ansieht, wird man sich der darin verborgenen Gefahr noch viel deutlicher bewußt werden. Wenn es sich dagegen um einen normalen psychologischen Vorgang handelt, der nicht unbedingt sozial zu sein braucht, die Form der Autosuggestion annehmen kann, und der doch unter keinen Umständen die Persönlichkeit des suggestiv zu Beeinflussenden ausschaltet, dann begreift man, daß diese Methode als Mittel zur Stärkung der Energie und Ausbildung der Selbstbemeisterung gar nicht genug gepriesen werden kann. Jedoch birgt die Tatsache, daß diese ein und dieselbe Methode bald als Mittel zur Unterwerfung, bald als Weg zur Befreiung anzuwenden

ist, einen Widerspruch in sich, der dringend der Aufklärung bedarf. Oder kurz ausgedrückt: Beweist die Suggestion eine Schwäche oder eine Stärke des suggestiv Beeinflussten?

Die einzelnen aufeinanderfolgenden Schulen haben in bezug auf all diese Fragen verschiedene Stellungen eingenommen, die ihnen ihr besonderes Gepräge verleihen. Unsere Aufgabe besteht nun darin, zuerst einmal ihre Stellungnahme zu definieren. Wir werden schneller über die alten Theorien und die heute bereits klassisch gewordenen Diskussionen darüber hinweggehen. Wir werden uns dafür etwas länger bei den in den letzten Jahren umstrittenen Fragen aufhalten und bei dieser Gelegenheit zeigen, warum wir uns für diese oder jene Lösung der Streitfrage entscheiden möchten.

Zweites Kapitel.

DIE SUGGESTION ALS PSYCHOLOGISCHE ERSCHEINUNG.

Die Lehre und die Experimente, die im 18. Jahrhundert unter dem Namen „tierischer Magnetismus“ bekannt waren, bilden den Ausgangspunkt der modernen Studien über Hypnotismus und Suggestion, die jedoch erst endgültig vom Jahre

1880 ab als wesentlicher Bestandteil der Wissenschaft angesehen werden.

Schon Mesmer, der Begründer des „Magnetismus“, und sein Nachfolger riefen aufsehenerregende Krampfanfälle, Krankenheilungen und die Erscheinung des künstlich herbeigeführten Schlafes hervor. Aber alles dies schien lange Zeit eher in das Gebiet des Charlatanismus als in das der Wissenschaft zu gehören. Einige Forscher jedoch nahmen im Laufe des 19. Jahrhunderts diese Mesmerschen Versuche wieder auf und stellten nach eingehendem Studium Theorien auf, die allmählich zu den modernen Theorien hinführten.

Nach den Anschauungen des Magnetismus wurden die Erscheinungen durch ein geheimnisvolles Fluidum physiologischer Natur, das vom Körper des Magnetiseurs ausstrahlen sollte, hervorgerufen. Aber schon in den ersten Anfängen fand man die Ansichten in bezug auf diese Theorie geteilt. Die Anhänger der „Fluidumstheorie“ fanden ihre Gegner in den Anhängern des „Animismus“, nach deren Anschauungen die Aufgabe des Magnetiseurs vor allem darin bestand, den Seelenzustand des Hypnotisierten zu beeinflussen und zu wandeln.

Um das Jahr 1820 präzisiert Bertrand⁴ diesen Standpunkt und wird so Vorläufer der neueren Lehren über die Suggestion. Er vertritt die Ansicht, daß man es mit normalen Erscheinungen zu

⁴ Bertrand, *Traité du Somnambulisme*, Paris 1823.

Ders., *Du magnétisme animal en France*, Paris 1826.

tun hat, die durch besondere Umstände gesteigert werden und findet die Erklärung dieser Vorgänge in den Gesetzen der Einbildungskraft. In genau demselben Sinne behandelt zu gleicher Zeit der Abbé Faria diese Frage. Um das Jahr 1840 herum bestätigt Braid diese Theorien und besteht unter anderem auf der Wichtigkeit einer Konzentration der Aufmerksamkeit des zu Hypnotisierenden. Er ist auch der Entdecker eines Verfahrens zur Herbeiführung des künstlichen Schlafes durch Konzentration der visuellen Aufmerksamkeit. Der zu Hypnotisierende fixiert, um den Schlaf herbeizuführen, einen kleinen, glänzenden Gegenstand, der sich in kurzer Entfernung von seinen Augen befindet — und zwar ein wenig höher als diese, so daß die Augen auf diese Weise in der Stellung eines „nach innen und oben gerichteten — also doppelten Schielens“ verharren. Der Hypnotismus war damit geboren. Er kann Anspruch darauf erheben, bei Erklärung der von Mesmer nur unklar erkannten Erscheinungen, sich an weniger mysteriöse und besser begründete Dinge als das „Fluidum“ gehalten zu haben. Übrigens scheint Braid auch den Ausdruck „Suggestion“ als erster angewandt und eingeführt zu haben.

In Frankreich bilden die Arbeiten einzelner Forscher wie Durand de Gros und Liébeault (auf die wir noch zurückkommen werden) den Übergang zwischen diesen ersten Versuchen und der großen Epoche des Hypnotismus.

* * *

Vom Jahre 1875 an begann der Hypnotismus, infolge der Arbeiten Charles Richets die Aufmerksamkeit der gelehrten Welt auf sich zu lenken. Diese war seit Verdammung des Magnetismus durch die Akademie der Wissenschaften in bezug auf Erscheinungen dieser Art recht skeptisch geblieben.

Um dieselbe Zeit erscheinen auch die klinischen Untersuchungen Charcots⁵ und seiner Schüler an der Salpêtrière. Auf Grund dieser Untersuchungen stellte Charcot seine bis heute berühmt gebliebene Theorie auf. Nach dieser Theorie ist eine besondere Nervenkrankheit — die Hysterie — Grundlage der erforschten Erscheinungen. Die Hysterie ist hiernach die *conditio sine qua non* für die Erzeugung des künstlichen Schlafes und der Hypnose, und die Hypnose wiederum ist die unerläßliche Grundbedingung zur Vollziehung der Suggestion. So bedingen Hysterie, Hypnose und Suggestion einander, und man könnte das System schematisch durch eine dreistöckige Pyramide darstellen: Die Basis bildet die Hysterie, darüber steht die Hypnose und an der Spitze befindet sich die Suggestion.

Da man die Hypnose als Grundbedingung der Suggestion ansah, widmete ihr Charcot ein besonderes Interesse und versuchte, ihre klinischen wesentlichen Merkmale festzustellen. Als Ergebnis unterschied er in der Hypnose drei aufeinander folgende Zustände: die Lethargie, die

⁵ Charcot, Werke, IX.

Katalepsie und den Somnambulismus. Man ließ den zu Hypnotisierenden langsam aus einem Zustand in den anderen hinübergleiten und wirkte dabei durch ganz genau bestimmte Manipulationen auf ihn ein. In der Lethargie schien er in tiefen Schlaf versunken, zeigte jedoch eine gesteigerte Erregbarkeit der Nerven und Muskeln (Zusammenziehung des Muskels durch einen auf ihn oder seinen Nerven ausgeübten leichten Reiz). In der Katalepsie verharrten die Glieder in den mehr oder weniger eigenartigen Stellungen, die man ihnen gab, unbeweglich wie in einer Paralyse: der Hypnotisierte ließ sich formen wie weiches Wachs. Im Somnambulismus kehrte die Beweglichkeit zurück, der Hypnotisierte konnte sich mit dem Hypnotiseur unterhalten und nahm die an ihn herangebrachten Suggestionen mit Leichtigkeit auf. Nunmehr konnte man ihm Halluzinationen oder Handlungen suggerieren.

Die Arbeiten Charcots wurden von der Akademie der Wissenschaften günstig aufgenommen. Der Bann, der auf diesen Studien lag, war aufgehoben. Charcots Ideen brachen sich Bahn und fanden Anhänger. Es mag genügen, wenn wir hier Namen wie Paul Richer,⁶ Brown-Sequard, Babinsky und Lombroso anführen. Überall riefen diese neuen Entdeckungen die größte Begeisterung hervor.

* * *

⁶ Paul Richer, *La grande hystérie*, 1881.

Seit dem Jahre 1884 jedoch brachte Bernheim,⁷ Professor an der medizinischen Fakultät in Nancy, diese Forschungsergebnisse wieder ins Wanken. Bernheim war wie sein Lehrer Dr. Liébeault einfacher Landarzt und hatte sich später in Nancy niedergelassen. Liébeault war einer der aufopferungsfähigsten Menschen und genoß großes Ansehen. Man erzählte von ihm, er hätte wahre Wunder vollbracht. Bereits seit vielen Jahren arbeitete er an diesen Ideen — sein Buch „Le Sommeil et les Etats analogues“ datiert aus dem Jahre 1860. Bernheims Verdienst beruht darauf, daß er den Wert der Methode und der Ideen Liébeaults erkannte und auf dieser Grundlage eine Theorie schuf, die er der Charcots gegenüberstellte. Diese Ideen ließen sich übrigens über Bertrand, Faria und Braid direkt von den alten Anhängern des Animismus herleiten.

Bernheim stellte eine schwerwiegende Tatsache fest: Er hatte nämlich bei seinen Kranken Charcots Gesetz über die drei Stufen der Hypnose nicht bestätigt gefunden. Sollte dies Gesetz, das doch in Paris galt, für Nancy schon nicht mehr anwendbar sein? Bernheim fand folgende Erklärung: Die Kranken Charcots wurden durch dessen Schüler nach dem Beispiel der anderen Kranken vorbereitet, und da sie auf diese Weise schon einigermaßen auf die eintretenden Zustände eingestellt waren, verwirklichten sie diese durch Nachahmung, — also durch Suggestion. Bernheim ging

⁷ H. Bernheim, De la suggestion.

noch viel weiter: die Hypnose selbst, die er durchaus nicht als eine unerläßliche Grundbedingung für die Suggestion ansah, erschien ihm als die Wirkung einer vorhergegangenen Suggestion. Nicht die Manipulationen führten den Schlaf herbei, sondern die Idee des Schlafes, die mit Nachdruck dem Geiste des zu Hypnotisierenden aufgezwungen wurde. Die Manipulationen selbst hatten im wesentlichen nur den Zweck, diese Idee zu bekräftigen. Führt doch auch die Ermüdung der Augen beim Fixieren des glänzenden Punktes den Schlaf herbei, weil sie schon ihrer Natur nach die Idee des Schlafes in sich trägt!

So stellte Bernheim die Pyramide Charcots gerade auf den Kopf: Die Suggestion bildete für ihn die Basis des Ganzen, sie bedingte die Hypnose, wenn auch diese ihrerseits die Suggestion verstärken konnte. Und man mußte sich nun sogar fragen, ob nicht gewisse hysterische Erscheinungen, die Charcot beschrieben hatte, erst durch die Suggestion hervorgerufen worden waren. Anders ausgedrückt: Wurde die Hysterie nicht geradezu von der Salpêtrière gezüchtet?

Was nun die Suggestion anbetrifft, die ja die Grundlage des ganzen Gebäudes bildete, so setzte sie selbst keine besonderen Bedingungen voraus — weder eine Krankheit, noch einen außergewöhnlichen Zustand. Sie war im wesentlichen ein normaler psychologischer Vorgang. Sie war für Bernheim „der Vorgang, durch den eine Idee in den Geist hineingebracht und von ihm auf-

Seit dem Jahre 1884 jedoch brachte Bernheim,⁷ Professor an der medizinischen Fakultät in Nancy, diese Forschungsergebnisse wieder ins Wanken. Bernheim war wie sein Lehrer Dr. Liébeault einfacher Landarzt und hatte sich später in Nancy niedergelassen. Liébeault war einer der aufopferungsfähigsten Menschen und genoß großes Ansehen. Man erzählte von ihm, er hätte wahre Wunder vollbracht. Bereits seit vielen Jahren arbeitete er an diesen Ideen — sein Buch „Le Sommeil et les Etats analogues“ datiert aus dem Jahre 1860. Bernheims Verdienst beruht darauf, daß er den Wert der Methode und der Ideen Liébeaults erkannte und auf dieser Grundlage eine Theorie schuf, die er der Charcots gegenüberstellte. Diese Ideen ließen sich übrigens über Bertrand, Faria und Braid direkt von den alten Anhängern des Animismus herleiten.

Bernheim stellte eine schwerwiegende Tatsache fest: Er hatte nämlich bei seinen Kranken Charcots Gesetz über die drei Stufen der Hypnose nicht bestätigt gefunden. Sollte dies Gesetz, das doch in Paris galt, für Nancy schon nicht mehr anwendbar sein? Bernheim fand folgende Erklärung: Die Kranken Charcots wurden durch dessen Schüler nach dem Beispiel der anderen Kranken vorbereitet, und da sie auf diese Weise schon einigermaßen auf die eintretenden Zustände eingestellt waren, verwirklichten sie diese durch Nachahmung, — also durch Suggestion. Bernheim ging

⁷ H. Bernheim, De la suggestion.

noch viel weiter: die Hypnose selbst, die er durchaus nicht als eine unerläßliche Grundbedingung für die Suggestion ansah, erschien ihm als die Wirkung einer vorhergegangenen Suggestion. Nicht die Manipulationen führten den Schlaf herbei, sondern die Idee des Schlafes, die mit Nachdruck dem Geiste des zu Hypnotisierenden aufgezwungen wurde. Die Manipulationen selbst hatten im wesentlichen nur den Zweck, diese Idee zu bekräftigen. Führt doch auch die Ermüdung der Augen beim Fixieren des glänzenden Punktes den Schlaf herbei, weil sie schon ihrer Natur nach die Idee des Schlafes in sich trägt!

So stellte Bernheim die Pyramide Charcots gerade auf den Kopf: Die Suggestion bildete für ihn die Basis des Ganzen, sie bedingte die Hypnose, wenn auch diese ihrerseits die Suggestion verstärken konnte. Und man mußte sich nun sogar fragen, ob nicht gewisse hysterische Erscheinungen, die Charcot beschrieben hatte, erst durch die Suggestion hervorgerufen worden waren. Anders ausgedrückt: Wurde die Hysterie nicht geradezu von der Salpêtrière gezüchtet?

Was nun die Suggestion anbetrifft, die ja die Grundlage des ganzen Gebäudes bildete, so setzte sie selbst keine besonderen Bedingungen voraus — weder eine Krankheit, noch einen außergewöhnlichen Zustand. Sie war im wesentlichen ein normaler psychologischer Vorgang. Sie war für Bernheim „der Vorgang, durch den eine Idee in den Geist hineingebracht und von ihm auf-

genommen wird“, oder auch „eine Idee, die sich in Handlung umsetzt“.

Liégeois und Beaunis stellten sich auf die Seite von Liébeault und Bernheim. Die Schule von Nancy trat gegen die Pariser Schule (die Schule der Salpêtrière) auf. Diesen Kampf der Anschauungen nahm die gelehrte Welt mit leidenschaftlicher Begeisterung auf. Nach Verlauf einiger Jahre mußte man zugeben, daß Bernheim in bezug auf den Anfangspunkt des Streites im Rechte gewesen war. Das Gesetz von den drei Stufen mußte fallen. Man betrachtete nun die Suggestion — und in hohem Maße auch die Hypnose — als psychologischen Vorgang, als eine Form der Wirkung der Einbildungskraft. Nicht daß man nun gerade das Vorhandensein physiologischer Vorgänge bei diesen Erscheinungen leugnete, aber man mußte doch zugeben, daß unsere wirkliche Kenntnis dieser Vorgänge sehr mangelhaft war und man klüger vorging, wenn man die in Frage kommenden Erscheinungen bis zu weiteren Forschungsergebnissen psychologisch erklärte.

Über diesen Punkt hat sich W. Wundt einmal sehr gut geäußert:

„In der Tat bietet uns der hypnotische Zustand sowohl physische wie psychische Erscheinungen dar. Beide direkt miteinander in Verbindung zu bringen, ist aber vorläufig ebensogut ein Ding der Unmöglichkeit, wie es uns unmöglich ist, aus den bekannten physiologischen Symptomen des Schlafes, den Veränderungen der Pupille, der Puls- und

Atemfrequenz, der Gehirnanämie, die Entstehung und den Verlauf der Traumvorstellungen abzuleiten. In beiden Fällen liegt eben die Sache so, daß uns auf physiologischer Seite für jetzt und wahrscheinlich noch für lange Zeit nur gewisse äußere Merkmale gegeben sind, die mit den tieferen Vorgängen des zentralen Nervensystems nur in mittelbarer Weise zusammenhängen, indes die psychischen Begleiterscheinungen des Schlafes gerade mit diesen tieferen, noch unbekanntem Vorgängen verbunden sind, zu deren Untersuchung bis jetzt noch jedes physiologische Hilfsmittel mangelt.“⁸

Dieser Standpunkt läßt sich auch heute noch vollkommen rechtfertigen. Beim Studium der Hypnose⁹ werden wir feststellen können, daß Claparède vor kurzem noch betont hat, daß wir notwendigerweise an diesem Standpunkt festhalten müssen. Damit gibt man mit einem Worte Bernheim recht und betont gleichzeitig, daß es sich weniger um eine absolute Frage des Vorganges an sich, als um eine Frage der Methode handelt, außerdem mildert man gleichzeitig den Gegensatz der beiden Schulen.

Nachdem Wundt die Notwendigkeit einer psychologischen Theorie der Suggestion und der Hypnose anerkannt hat, fügt er hinzu, daß zwei Arten psychologischer Theorien vorgeschlagen worden sind. Die einen, unglückseligerweise die herrschenden, behandeln Suggestion und Hypnose

⁸ W. Wundt, Hypnotismus und Suggestion, S. 30.

⁹ Psychologie der Suggestion, Band II, Teil II

als vollkommen neue Erscheinungen, die dazu berufen sind, andere psychologische Vorgänge in völlig neuer Beleuchtung erscheinen zu lassen. Die anderen „gehen umgekehrt von dem normalen Bewußtsein aus und suchen aus ihm so gut als möglich die eigentümlichen Abweichungen desselben im hypnotischen Zustand, sowie die Wirkungen, die diesen herbeiführen, zu erklären“.¹⁰ Diese letzten Theorien, bemerkt Wundt, sind die allein wissenschaftlich berechtigten, da sie vom Bekannten auf das Unbekannte schließen.

So machte man sich schließlich allgemein den grundlegenden Standpunkt Bernheims zu eigen, wenn auch nicht als endgültige und ausschließliche Theorie, so doch wenigstens als Methode und Richtschnur: so fand der Konflikt der beiden Schulen ein Ende.

* * *

Das heißt nun nicht, daß alle Ideen Bernheims sich gleichzeitig Geltung verschafften. Seine Definitionen der Suggestion erschienen im allgemeinen — und dies mit vollem Recht — als viel zu unbestimmt. Wenn jede Idee, die dem Geiste eingegeben und von ihm angenommen wird, wenn jede in Handlung umgesetzte Idee eine Suggestion wäre, so würde das ganze psychologische Leben bis auf geringe Ausnahmen zur Suggestion werden. Die Gewohnheit, die Ideenassoziation, der Wille selbst müßten zu den Suggestionen gerechnet werden, und in dem Bestreben, alles zu sagen,

¹⁰ Wundt, *Hypnotismus und Suggestion*, S. 32.

würde dies Wort schließlich gar nichts mehr besagen. Es trat dennoch ganz klar zutage, daß der Praktiker Bernheim in der Praxis die Suggestion als einen besonderen zwingenden, keinesfalls alltäglichen Vorgang hingestellt hatte, — und daß er auch unaufhörlich von der Suggestion als einer solchen Erscheinung sprach, — während er in der Theorie den Glauben aufkommen ließ, daß er sie mit der beliebigsten Sache der Welt identifiziere. War dies nicht vor allem ein Vergehen gegen die Sprache? Jedenfalls sahen sich selbst jene, die die wohlbegründete Stellungnahme Bernheims lobend anerkannt hatten, von vornherein genötigt, seine Theorie und seine Definitionen genauer festzulegen. In diesem Versuch der Präzisierung erschöpft sich die Geschichte der ersten Nachfolger Bernheims.

So beschäftigt sich auch Grasset, — auf den wir in kurzem zurückkommen werden, — eingehend mit dem Widerspruch zwischen der praktischen und theoretischen Stellungnahme Bernheims: mußte man nicht die zweite bekämpfen, wenn man der ersten treu bleiben wollte? „Im Grunde“, sagt er, „erstreckt sich ja der Widerspruch mehr auf die Worte als auf die Ideen.“¹¹ Doch muß man um der Gerechtigkeit willen hinzufügen, daß er sich in gewissem Umfange auch auf die Ideen erstreckt.

„Gewiß“, sagt Grasset, „wenn man eine Erscheinung studiert hat, wie es Liébeault und Bern-

¹¹ Grasset, *L'hypnotisme et la suggestion*, p. 19.

heim mit der Suggestion getan haben, so hat man auch das Recht zu definieren, was man unter dem Wort, das diese Erscheinung zum Ausdruck bringt, versteht. Es erscheint eigentlich recht vermessen, wenn man die Definition der Suggestion, wie sie von Liébeault und Bernheim vorgeschlagen worden ist, nicht ohne weiteres in genau derselben Form annehmen will, sind sie doch die eigentlichen Schöpfer des modernen wissenschaftlichen Begriffs der Suggestion."

"Wir sind trotzdem gezwungen, es zu tun und die Definition Bernheims mit Berufung auf seine eigenen Arbeiten zu widerlegen."

"Denn niemand hat besser bewiesen als Bernheim, daß die Suggestion etwas ganz Besonderes ist, ein wissenschaftlich definiertes Phänomen, das sorgfältig von allen ihm ähnlichen Erscheinungen ferngehalten werden muß. Vor Bernheim hätte man Suggestion, Überredung und Beeinflussung in ein und demselben schlecht analysierten Gemisch miteinander vermengen können. Seit Bernheim ist das nicht mehr möglich, denn gerade seine ausgezeichneten Arbeiten verbieten uns, seine Definition der Suggestion anzunehmen."

"Das Hauptbeweismittel der Schule von Nancy besteht in der Aufzählung und im Studium der für die Übertragung angewandten Ausdrücke von dem die geringste Autorität ausdrückenden Ratschlag bis zum absoluten hypnotischen Befehl."

"Aber diese Art Vernunftsschlüsse verdienen starkes Mißtrauen, da sie schließlich zur Ver-

mischung absolut nicht zusammengehörender Dinge führen und in verallgemeinernder Weise auf eine Verwischung der Grenzen zwischen dem Physiologischen und dem Pathologischen hinauslaufen würde."¹²

Und Grasset, der sich in diesem Punkte der Auffassung der Salpêtrière nähert, sieht in der Suggestion eine Erscheinung, die vielleicht nicht reinweg pathologisch ist, aber doch zumindest das Pathologische streift. Aber wir werden seinen Standpunkt im Laufe des folgenden Kapitels noch genauer festlegen.

* * *

Andere Autoren, die von der Unzulänglichkeit der Definition Bernheims gleichfalls aufs höchste überrascht waren, haben auf anderem Wege versucht, seine Definition zu verbessern. Sie haben die Suggestion einer genauer festgelegten pathologischen Erscheinung angenähert. So haben Lipps und Babinski versucht, sie durch „Irrtum“, andere durch „Gefühl“ zu erklären. Pierre Janet hat mit diesen reichlich willkürlichen Versuchen durch seine ablehnende Kritik scheinbar endgültig aufgeräumt.¹³

Dasselbe Streben nach Präzisierung führt Binet dazu, die Suggestion mit „Befehl“ zu definieren. In der Einleitung seines Buches über Suggestibilität schreibt er:

„Als einen offensichtlichen Irrtum muß man

¹² Grasset, L'hypnotisme et la suggestion, p. 17—18.

¹³ Pierre Janet, Les médications psychologiques, vol. I, p. 204—206.

die Ansicht einer ganzen Gruppe von Gelehrten bezeichnen, für die die Suggestion eine sich in Handlung umsetzende Idee ist. Bei dieser Auffassung müßte man die Suggestion mit der Ideenassoziation und allen übrigen intellektuellen Erscheinungen gleichsetzen, und der Ausdruck bekäme so die denkbar platteste Bedeutung, denn das Umsetzen einer Idee in Handlung ist ein regelmäßig auftretender psychologischer Vorgang, der sich jedesmal vollzieht, wenn die Idee einen genügenden Grad der Lebhaftigkeit erlangt hat. Im engeren Sinne des Wortes, im sozusagen technischen Sinne, ist die Suggestion ein seelischer Druck, den eine Person auf eine andere ausübt. Wenn ich sage, daß der Druck seelischer Natur ist, so bedeutet dies, daß es sich dabei nicht um einen rein körperlichen Vorgang handelt, sondern um einen Einfluß, der durch Ideen bewirkt wird, durch Vermittlung des Verstandes, des Gefühls und des Willens; das Wort ist meistens der Ausdruck dieser Beeinflussung, und der mit lauter Stimme erteilte Befehl ist das beste Beispiel dafür."

Daraus ist nun leicht zu erkennen, daß die abfällige Kritik, die Binet an Bernheim geübt hat, leider auch auf ihn zur Anwendung kommen kann, denn er selbst sieht in der Suggestion die denkbar platteste Erscheinung, wenn für ihn der mit lauter Stimme erteilte Befehl das Typische darin ist. Dies führt ihn sogar dazu, daß er einige Seiten weiter die beiden Ausdrücke „Suggestibilität“ und „Gehorsam“ einfach identifiziert.

All diese Versuche, die Suggestion durch Angleichung an einen anderen psychologischen Vorgang zu erklären, waren von Grund aus verfehlt. Gewiß ist es durchaus richtig, vom Bekannten auf das Unbekannte zu schließen, wie es Wundt wollte, aber ebenso unrichtig ist es, das eine mit dem anderen gleichzusetzen. Es hieße auch nicht, die Eigenart der Suggestion kennzeichnen, wenn man sie auf andere Erscheinungen zurückführte, noch dazu auf so alltägliche, wie Gefühl, Täuschung oder Befehl.

Die Suggestion, dies neuentdeckte Land, mußte noch näher erforscht werden. Gleichartige Entdeckungen gewährten nach und nach einen besseren Einblick in die besondere Eigenart dieser Erscheinung. Ich will von den Entdeckungen sprechen, die uns mit den unterbewußten Vorgängen bekannt gemacht haben.

Drittes Kapitel.

DIE SUGGESTION UND DAS PATHOLOGISCHE UNTERBEWUSSTSEIN.

Die in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts vorgenommenen pathologischen Studien haben unzweifelhaft das Verdienst, daß sie die außerordentliche Bedeutung des seelisch Unbewußten oder Unterbewußten bei gewissen Kranken ins rechte Licht gerückt haben.

Man muß zunächst das Studium der Fälle des

„Doppelbewußtseins“ erwähnen, vor allem aber den Fall (Félida), den uns Dr. Azam (1875) geschildert hat; sein Verdienst war es auch, diese Forschungen in den Mittelpunkt des Interesses gestellt zu haben. Der Hypnotismus gestattete unter anderem, in diesem Sinne Experimente anzustellen und augenblickliche, mehr oder weniger auffällige Spaltungen des Bewußtseins künstlich hervorzurufen. Die im Zustande des Somnambulismus ausgeführten Handlungen hinterlassen tatsächlich auch nicht die geringste Spur im Gedächtnis des Hypnotisierten, und es kann übrigens vorkommen, daß sie in keiner Weise seinem sonstigen Charakter entsprechen.

Pierre Janet lenkte schon seit dem Erscheinen seines ersten Werkes, „Der psychologische Automatismus“ (1889), die Aufmerksamkeit auf die Erscheinung der geistigen Dissoziation, die in verschiedenen Graden, selbst im Wachzustande bei den Hysterikern eintrat; er wies nach, wie wichtig derartige Erscheinungen für das Verständnis der Suggestion sind.

Auf Grund dieser Studien führt Janet den für weitere Forschungen so bedeutsamen Begriff der „Einengung des Bewußtseinsfeldes“ ein. Zwischen dem ausgeschalteten Bewußtsein und dem vollen Bewußtsein im Normalzustande gibt es eine große Zahl von Zwischenstufen. Wenn man nach einer Ohnmacht wieder zu sich kommt, durchlebt man einen Augenblick, in dem das Bewußtsein eingeschränkt ist, auf einzelne Empfindungen und

Bilder begrenzt, die unter sich zusammenhanglos bleiben.¹⁴ Gerade die Katalepsie bietet uns die klarsten Beispiele für diese vereinzelt, sozusagen stagnierenden Empfindungen und Bilder. In diesem Zustande beschränkt sich die Versuchsperson noch darauf, dem Befehl „Hebe den Arm“ durch ein automatisches Wiederholen der Worte nachzukommen (écholalie); ein Grad mehr Bewußtsein, und sie wird nicht mehr die Worte nachsprechen, sondern die befohlene Handlung ausführen.¹⁵

In der Katalepsie, in der die psychologischen Vorgänge völlig isoliert sind, kann sich also die Suggestion eigentlich nicht vollziehen. Die Zustände der Suggestibilität (der Somnambulismus zum Beispiel) sind Zwischenstufen zwischen der Katalepsie und dem Oberbewußtsein. Die Suggestion setzt ein Bewußtsein voraus, das zwar weniger lückenhaft ist als in der Katalepsie, dessen Feld aber doch eingengt ist.¹⁶ In diesem beschränkten Bewußtsein sind die Ideenassoziationen weniger vollkommen, ein gutes Teil der geistigen Arbeit ist ausgeschaltet, und die Versuchsperson, die in stärkerem oder geringerem Grade der Fähigkeit zu denken und zu kontrollieren beraubt ist, übt mehr oder weniger passiv die ihr erteilten Befehle aus. Das ist Automatismus.

Aber mit wachsender Annäherung an das Tagesbewußtsein durchkreuzen die persönlichen

¹⁴ Pierre Janet, L'Automatisme psychologique, p. 43.

¹⁵ Ebenda p. 45.

¹⁶ Ebenda p. 190.

Ideen mehr und mehr die suggerierten Ideen, sie gestalten sie um, stellen sich ihnen sogar entgegen, sobald die beiden Ideen im Widerspruch miteinander stehen. Janet suggeriert seiner Versuchsperson Léonie, die sich allen Halluzinationen außerordentlich gefügig zeigt, sie sei ihr eigener Gatte geworden; jetzt verwünscht sie ihren Mann: „Die Halluzination blieb in den Anfängen stecken; sie sah sich einen Augenblick lang in Männerkleidung; aber dann strafte sie sich selbst mit Entrüstung und stieß den Anzug von sich; die Zahl der entgegenwirkenden Bilder war größer als die der suggerierten.“¹⁷

Janet studiert unter anderem aber auch Fälle, bei denen die Einengung des Bewußtseinsfeldes eine besonders interessante Form annimmt: es sind die Fälle der Dissoziation, bei der gewissermaßen in demselben Wesen zwei Menschen, zwei Gewissen nebeneinander bestehen. Das eine der beiden Gewissen könnte man das zweite oder das sekundäre nennen. Es unterliegt einer außerordentlich starken Einengung, enthält einige Empfindungen, Bilder, Ideen, die vom Hauptbewußtsein losgelöst sind; es führt auch Handlungen ohne Wissen des Hauptbewußtseins aus: das sind unterbewußte Handlungen.

Das Unterbewußtsein ist suggestiven Einflüssen leicht zugänglich, es kann auch ohne Wissen des Oberbewußtseins Suggestionen in Handlung umsetzen. Dies sind Suggestionen im Zustande der

Zerstreutheit, für die uns Janet einige eigenartige Beispiele anführt. Wieder haben wir es mit Léonie zu tun:

„Wenn ich mich direkt an sie wende und ihr eine Bewegung befehle, erstaunt sie, läßt sich mit mir in einen Wortwechsel ein und gehorcht nicht. Wenn sie aber mit anderen spricht, gelingt es mir häufig, daß ich leise hinter ihr spreche, ohne daß sie sich umdreht. Sie versteht mich nicht mehr, aber gerade dann führt sie meine Befehle gut aus, jedoch ohne es zu wissen. Ich befehle ihr ganz leise, die Taschenuhr herauszuziehen, und die Hände tun es sozusagen spielerisch; ich lasse sie umhergehen, ich lasse sie die Handschuhe an- und ausziehen usw. — alles Dinge, die sie nicht täte, wenn ich sie ihr direkt befehlen würde und sie mich hören könnte.“¹⁸

Ein gleiches Verhalten legt Lucie an den Tag:

„Ich habe ihr befohlen, eine lange Nase zu machen, und ihre Hände sind im nächsten Augenblick an der Nasenspitze. Man fragt sie, was sie täte; sie antwortet, sie täte nichts, und setzt ihre Unterhaltung lange fort, ohne zu ahnen, daß sich ihre Hände immer noch an der Nasenspitze befinden. Ich lasse sie quer durch das Zimmer gehen, sie spricht dabei weiter und glaubt, auf ihrem Stuhl zu sitzen.“¹⁹

Janet stellte derartige Erscheinungen nicht nur bei vorher Hypnotisierten fest (bei den eben erwähnten Beispielen traf dies zu); er findet sie zum

Ideen mehr und mehr die suggerierten Ideen, sie gestalten sie um, stellen sich ihnen sogar entgegen, sobald die beiden Ideen im Widerspruch miteinander stehen. Janet suggeriert seiner Versuchsperson Léonie, die sich allen Halluzinationen außerordentlich gefügig zeigt, sie sei ihr eigener Gatte geworden; jetzt verwünscht sie ihren Mann: „Die Halluzination blieb in den Anfängen stecken; sie sah sich einen Augenblick lang in Männerkleidung; aber dann strafte sie sich selbst mit Entrüstung und stieß den Anzug von sich; die Zahl der entgegenwirkenden Bilder war größer als die der suggerierten.“¹⁷

Janet studiert unter anderem aber auch Fälle, bei denen die Einengung des Bewußtseinsfeldes eine besonders interessante Form annimmt: es sind die Fälle der Dissoziation, bei der gewissermaßen in demselben Wesen zwei Menschen, zwei Gewissen nebeneinander bestehen. Das eine der beiden Gewissen könnte man das zweite oder das sekundäre nennen. Es unterliegt einer außerordentlich starken Einengung, enthält einige Empfindungen, Bilder, Ideen, die vom Hauptbewußtsein losgelöst sind; es führt auch Handlungen ohne Wissen des Hauptbewußtseins aus: das sind unterbewußte Handlungen.

Das Unterbewußtsein ist suggestiven Einflüssen leicht zugänglich, es kann auch ohne Wissen des Oberbewußtseins Suggestionen in Handlung umsetzen. Dies sind Suggestionen im Zustande der

¹⁷ Pierre Janet, L'Automatisme psychologique, p. 204.

Zerstreutheit, für die uns Janet einige eigenartige Beispiele anführt. Wieder haben wir es mit Léonie zu tun:

„Wenn ich mich direkt an sie wende und ihr eine Bewegung befehle, erstaunt sie, läßt sich mit mir in einen Wortwechsel ein und gehorcht nicht. Wenn sie aber mit anderen spricht, gelingt es mir häufig, daß ich leise hinter ihr spreche, ohne daß sie sich umdreht. Sie versteht mich nicht mehr, aber gerade dann führt sie meine Befehle gut aus, jedoch ohne es zu wissen. Ich befehle ihr ganz leise, die Taschenuhr herauszuziehen, und die Hände tun es sozusagen spielerisch; ich lasse sie umhergehen, ich lasse sie die Handschuhe an- und ausziehen usw. — alles Dinge, die sie nicht täte, wenn ich sie ihr direkt befehlen würde und sie mich hören könnte.“¹⁸

Ein gleiches Verhalten legt Lucie an den Tag:

„Ich habe ihr befohlen, eine lange Nase zu machen, und ihre Hände sind im nächsten Augenblick an der Nasenspitze. Man fragt sie, was sie täte; sie antwortet, sie täte nichts, und setzt ihre Unterhaltung lange fort, ohne zu ahnen, daß sich ihre Hände immer noch an der Nasenspitze befinden. Ich lasse sie quer durch das Zimmer gehen, sie spricht dabei weiter und glaubt, auf ihrem Stuhl zu sitzen.“¹⁹

Janet stellte derartige Erscheinungen nicht nur bei vorher Hypnotisierten fest (bei den eben erwähnten Beispielen traf dies zu); er findet sie zum

¹⁸ Pierre Janet, L'Automatisme psychologique, p. 238.

¹⁹ Ebenda p. 239.

Beispiel auch bei einem vom Säuerwahnsinn Be-
fallenen.²⁰ Diese Zerstreuungen und die Einengung des Bewußtseinsfeldes sind aber in der Hauptsache wesentliche Merkmale der Hysterie. Man weiß, daß man bei Hysterikern häufig die Erscheinung der „Anästhesie“ beobachten kann: eine Hand, ein Arm, ein Bein werden unempfindlich gegen Schmerzen; aber durch gewisse Experimente läßt sich manchmal beweisen, daß diese Empfindungen doch in einem zerstreuten Bewußtsein vorhanden sind. Diese Anästhesie ist also eng verwandt mit der Unempfindlichkeit gegen Schmerzen, die man in der Form negativer Halluzinationen bei denselben Personen auf suggestivem Wege hervorrufen kann.²¹ Die Heilung müßte also demnach in der Wiederherstellung der Einheit des Bewußtseins bestehen.

Janet stellt unter anderem fest, daß die Handlungen des Unterbewußtseins unzweifelhaft eine gewisse Intelligenz offenbaren können. Léonie schreibt und rechnet im Unterbewußtsein²²; ihre Hand antwortet, ohne daß sie es weiß, schriftlich auf eine gestellte Frage, während ihr Mund ruhig von etwas anderem weiterspricht. Auf die gleiche Weise rechnet ihre Hand ziemlich schwierige arithmetische Aufgaben aus.

Aus dieser Reihe von Beobachtungen, die einen Markstein in der Geschichte der Wissenschaft

²⁰ Ebenda p. 240.

²¹ Ebenda p. 271.

²² Ebenda p. 243.

bilden, zieht Janet die Schlußfolgerung, daß man im menschlichen Geiste zwei Funktionen unterscheiden kann: eine Funktion der Zusammenfassung, die in jedem Augenblick die psychologische Anpassung an die unaufhörlich vom Leben neu geschaffenen Situationen bewirkt und eine Funktion der Automatisierung, die in der bloßen Wiedergabe der bereits bewirkten Zusammenfassungen besteht.²³ Im Normalzustande halten sich die beiden Tätigkeiten das Gleichgewicht. In gewissen pathologischen Zuständen läßt die Tätigkeit der Zusammenfassung nach, und der Automatismus entwickelt sich parasitenhaft. In Augenblicken, wo der normale Mensch nachdenken, kombinieren, erfinden würde, beschränkt sich das Individuum auf eine Wiedergabe bereits vorhandener Reaktionssysteme; so wird seine Handlung mehr oder weniger seltsam und zusammenhanglos. Unter anderem besteht in den Fällen der Zerstreuung die Tätigkeit des Unterbewußtseins trotz einiger Intelligenz vor allem in Automatismen. Was nun die Suggestion anbetrifft, so ist sie die Auslösung dieser automatischen und unterbewußten Tätigkeit.

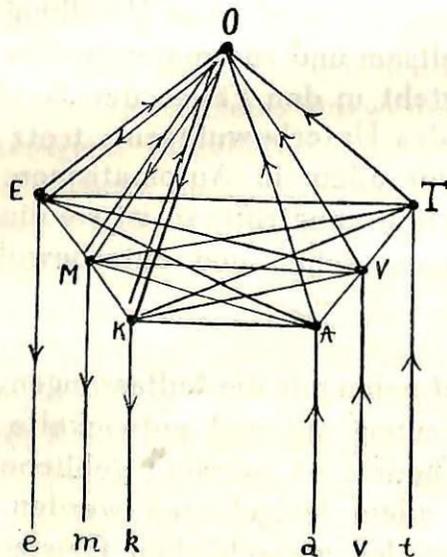
* * *

Grasset nahm nun die Auffassungen Janets über die Zerstreuung auf und entwickelte sie. Seine Polygon-Theorie ist berühmt geblieben. Es muß aber vor allem festgehalten werden, daß diese Darstellung des menschlichen Geistes durch ein

²³ Pierre Janet, L'Automatisme psychologique, p. 486.

Polygon und sein Zentrum nichts weiter sein will, als ein in großen Umrissen gegebenes Schema, das die Auffassung der Ideen durch ein graphisches und konkretes Hilfsmittel erleichtert.

„Bei dem Versuch,“ sagt Grasset selbst, „diese Ideen in einem Schema zusammenzufassen, das keinesfalls eine wissenschaftliche Beweisführung sein will, sondern nur ein Mittel zur Erläuterung, habe ich die Gesamtheit der höheren psychischen Zentren mit „Zentrum O“, die Gesamtheit der niederen psychischen Zentren mit „Polygon“ bezeichnet. Ich habe versucht, die erstgenannten in der vorderen Stirnpartie der Hirnrinde zu lokalisieren (vor der ansteigenden Stirnwindung) und die letztgenannten in der übrigen grauen Hirnrindensubstanz.“²⁴



²⁴ Grasset, *Hypnotisme et suggestion*, p. 7.

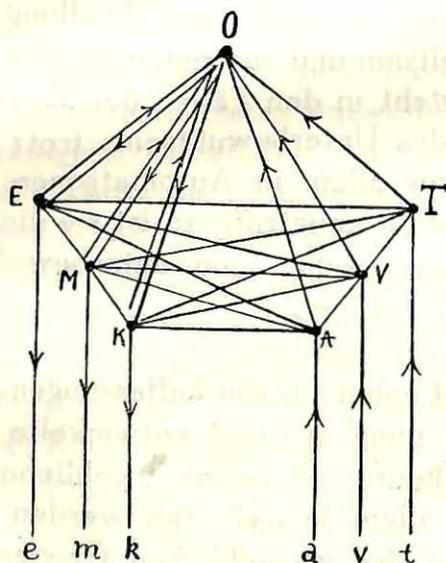
Das Polygon des Grasset.

- O. Höheres psychisches Zentrum (Hirnrinde des vorderen Stirnlappens?)
- AVTEMK. Polygon der niederen psychischen Zentren oder des psychologischen Automatismus.
- A. Gehörszentrum (Rinde der Schläfenwindungen.)
- V. Gesichtszentrum (Rinde der Calcarina.)
- T. Zentrum des Tastsinnes und des allgemeinen Gefühls (Rinde im Gebiet der Rolandoschen Zentralfurche.)
- K. Kinetisches Zentrum, Zentrum der allgemeinen Bewegungen (Rinde im Gebiet der Rolandoschen Zentralfurche.)
- M. Sprachzentrum (untere Rinde der dritten linken Stirnwindung?)
- E. Schreibzentrum (untere Rinde der zweiten linken Stirnwindung?)
- aA, vV, tT. Zentripetale Bahnen des Gehörs, des Gesichts und der allgemeinen Empfindungen.
- Ee, Mm, Kk. Zentrifugale Bahnen des Schreibvermögens, der Sprache, der Bewegungen. . .

(Der Vorgang, bei dem auf eine vom Gehör aufgenommene Frage eine bewußte schriftliche Antwort erteilt wird, verläuft in den Bahnen aA O Ee; der Vorgang, bei dem ein Individuum im Zustande der Bewußtseinspaltung unbewußt eine schriftliche Antwort gibt, verläuft in den Bahnen aA Ee, ohne O zu berühren.)

Polygon und sein Zentrum nichts weiter sein will, als ein in großen Umrissen gegebenes Schema, das die Auffassung der Ideen durch ein graphisches und konkretes Hilfsmittel erleichtert.

„Bei dem Versuch,“ sagt Grasset selbst, „diese Ideen in einem Schema zusammenzufassen, das keinesfalls eine wissenschaftliche Beweisführung sein will, sondern nur ein Mittel zur Erläuterung, habe ich die Gesamtheit der höheren psychischen Zentren mit „Zentrum O“, die Gesamtheit der niederen psychischen Zentren mit „Polygon“ bezeichnet. Ich habe versucht, die erstgenannten in der vorderen Stirnpartie der Hirnrinde zu lokalisieren (vor der ansteigenden Stirnwindung) und die letztgenannten in der übrigen grauen Hirnrindensubstanz.“²⁴



²⁴ Grasset, Hypnotisme et suggestion, p. 7.

Das Polygon des Grasset.

- O. Höheres psychisches Zentrum (Hirnrinde des vorderen Stirnlappens?)
- AVTEMK. Polygon der niederen psychischen Zentren oder des psychologischen Automatismus.
- A. Gehörszentrum (Rinde der Schläfenwindungen.)
- V. Gesichtszentrum (Rinde der Calcarina.)
- T. Zentrum des Tastsinnes und des allgemeinen Gefühls (Rinde im Gebiet der Rolandoschen Zentralfurche.)
- K. Kinetisches Zentrum, Zentrum der allgemeinen Bewegungen (Rinde im Gebiet der Rolandoschen Zentralfurche.)
- M. Sprachzentrum (untere Rinde der dritten linken Stirnwindung?)
- E. Schreibzentrum (untere Rinde der zweiten linken Stirnwindung?)
- aA, vV, tT. Zentripetale Bahnen des Gehörs, des Gesichts und der allgemeinen Empfindungen.
- Ee, Mm, Kk. Zentrifugale Bahnen des Schreibvermögens, der Sprache, der Bewegungen. . .

(Der Vorgang, bei dem auf eine vom Gehör aufgenommene Frage eine bewußte schriftliche Antwort erteilt wird, verläuft in den Bahnen aA O Ee; der Vorgang, bei dem ein Individuum im Zustande der Bewußtseinspaltung unbewußt eine schriftliche Antwort gibt, verläuft in den Bahnen aA Ee, ohne O zu berühren.)

Selbst wenn man die vorgeschlagenen Lokalisierungen bestreitet — und sie sind wirklich stark bestritten worden — so bleibt das Polygon Grassets doch das bequeme Schema, das es im wesentlichen auch nur sein will. Die „niederen Zentren“, die in diesem Schema die Ecken des Polygons bilden, sind zum Beispiel das Gesichts-, Gehörs- und Gefühlszentrum, in dem die zentripetalen Nervenbahnen endigen, gleichzeitig stellen sie aber auch die Zentren der allgemeinen Bewegungen dar, das Sprach- und Schreibzentrum, von denen die zentrifugalen Nervenbahnen ausgehen. Das „Zentrum O“ stellt die „bewußte Persönlichkeit“, die Urteilskraft und den Willen dar.

Im Normalzustande löst eine durch die Vermittlung der zentripetalen Nervenbahnen aufgenommene Wahrnehmung erst dann eine zentrifugale Reaktion — eine Handlung — aus, sobald eine mehr oder minder vollständige Verarbeitung durch das Zentrum O erfolgt ist. Aber es gibt Zustände, in denen sich eine Trennung zwischen dem Zentrum O und dem Polygon vollzieht: das Polygon kann dann allein arbeiten, ohne Vermittlung des Zentrums O. Dem zentripetalen Reiz folgt eine zentrifugale Reaktion, ohne daß sich das Ich dessen bewußt wird. Grasset stellt fest, daß sich dieser Vorgang schon im Normalzustande vollzieht, so zum Beispiel in den Träumen oder bei den Handlungen im Zustande der Zerstreuung. (Dies ist eine Feststellung, die wir uns später noch einmal ins Gedächtnis zurückrufen müssen.) Aber der Vor-

gang ist noch viel überraschender in gewissen pathologischen Fällen, als bei den zerstreuten Hysterikern vom Typ der Kranken Janets. Eines der beachtenswertesten Beispiele hierfür ist die Versuchsperson, von der eine schriftliche Antwort gefordert wurde, und die sie, ruhig in ihrer Unterhaltung fortfahrend, auch gab, ohne sich dessen bewußt zu werden. Die Hand gehorcht dem vernommenen Befehl ohne Nachdenken, ohne Bewußtsein. Oder anders ausgedrückt: der vom Gehörszentrum aufgenommene Reiz ruft eine Reaktion des Schreibzentrums ohne Mitwirkung des Zentrums O hervor. In Grassets Augen ist die Hypnose ein (hervorgerufener) Zustand ähnlicher Spaltung. Dieser Zustand ist nicht „physiologisch“ (was in Grassets Sprache soviel wie „normal“ bedeutet) wie die Zerstreuung und der Traum; er ist auch nicht schlechthin „pathologisch“ wie die Dissoziation der Hysteriker; er steht zwischen diesen beiden Kategorien. Er ist „extraphysiologisch,“²⁶ (das heißt, daß er sich etwas vom Normalzustande entfernt) gerade wie gewisse „unwillkürliche oder unbewußte Bewegungen und wie die Trancezustände der Medien.“

Die Hypnose läßt sich auch als „Zustand der Suggestibilität“ definieren. Diese beiden Ausdrücke sind für Grasset identisch. In der „Hypnose oder im Zustande der Suggestibilität“ vollzieht sich folgender Vorgang: „Ein von seinem Zentrum O losgelöstes Polygon gehorcht dem Zentrum O des

²⁶ Grasset, *Hypnotisme et suggestion*, p. 9.

Hypnotiseurs.²⁶ Und dieser Vorgang ist gleichfalls für die Suggestion charakteristisch.

Nach dieser Auffassung muß die Hypnose nicht gerade ein tiefer Schlaf sein, auch braucht die Dissoziation nicht vollkommen zu sein.

„Die über das Polygon gehenden zentrifugalen Leitungen sind im Zustande der Suggestibilität notwendigerweise gestört. Das Zentrum O hat keinen direkten aktiven Einfluß mehr auf sein Polygon. Aber die über das Polygon gehenden zentripetalen Leitungen können weiter aufrecht erhalten bleiben.

Daher erklären sich die verschiedenen Arten der Hypnose, in denen man sich seiner Eindrücke und seiner polygonalen Handlungen bewußt ist. Das Zentrum O wohnt wohl der polygonalen Tätigkeit bei, leitet sie aber nicht mehr; sie wird vom Zentrum O des Hypnotiseurs bestimmt.²⁷

Es gibt tatsächlich viele Arten und Grade der Hypnose. Schon Liébeault und Bernheim haben nach der Tiefe des Schlafes Klassifizierungen der verschiedenen Formen der Hypnose vorgeschlagen. Bernheim teilte die Hypnose in zwei Kategorien, je nachdem beim Erwachen eine Erinnerung oder ein Vergessen festzustellen war. Die erste Kategorie umfaßte sechs Grade, die zweite drei.²⁸

I. Erinnerung beim Erwachen:

1. Betäubung, Somnolenz.

2. Unmöglichkeit, die Augen spontan zu öffnen.

²⁶ Ebenda p. 23.

²⁷ Ebenda p. 23.

²⁸ Bernheim, De la suggestion, p. 15.

3. Suggestive Katalepsie mit der Möglichkeit, diesen Zustand aufzuheben.

4. Tiefe Katalepsie mit der Unmöglichkeit seitens des Hypnotisierten, den Zustand aufzuheben.

5. Ungewollte suggestive Muskelsteifheit.

6. Automatischer Gehorsam.

II. Erinnerungslosigkeit beim Erwachen:

7. Fehlen der Halluzinationsfähigkeit.

8. Halluzinationsfähigkeit während der Hypnose.

9. Halluzinationsfähigkeit während und nach der Hypnose.

Nach Grasset „kann man sagen, daß diese Klassifizierung Bernheims klinisch die beste bleibt.“²⁹ Er meint jedoch, daß man sie vom psychologischen Standpunkt aus vervollkommen könne, indem man die mannigfaltigen Arten der Hypnose „nach der Intensität der eigenen Tätigkeit des losgelösten Polygons“³⁰ klassifiziert — oder anders ausgedrückt nach der Intensität der Betätigung des Unterbewußtseins — „denn obgleich das Polygon des zu Hypnotisierenden von seinem eigenen Mittelpunkt getrennt ist, und dem Zentrum O des Hypnotiseurs gehorcht, bewahrt es doch noch eine eigene Tätigkeit, und diese eigene Tätigkeit ist je nach dem vorliegenden Fall sehr verschieden.“³¹

²⁹ Grasset, Hypnotisme et suggestion, p. 103.

³⁰ Ebenda p. 104.

³¹ Ebenda p. 106.

Dieser Standpunkt veranlaßt Grasset, drei Gruppen der Hypnose zu unterscheiden.³²

1. Das losgelöste Polygon leitet einen sensorischen Eindruck zu einem motorischen Zentrum. In diesem Falle setzt die Versuchsperson eine begonnene Bewegung fort, verharrt in einer hervorgerufenen Stellung und ahmt die Bewegungen nach, die ein anderer ausführt.

2. Das losgelöste Polygon wandelt einen sensorischen Eindruck um, indem es ihn zu verschiedenen motorischen Zentren weiterleitet. In diesem Falle gehorcht die Versuchsperson einem Befehl, oder sie verwirklicht eine hervorgerufene Halluzination.

3. Das losgelöste Polygon fügt der Suggestion neue, seiner eigenen Betätigung entsprungene Elemente hinzu. In diesem Falle antwortet die Versuchsperson auf die Fragen, oder verwirklicht sogar eine „polygonale Persönlichkeit“ (eine zweite Persönlichkeit), entwirft und spielt einen ganzen Roman in bezug auf diese zweite Persönlichkeit.

Diese verschiedenen Klassifizierungen, die übrigens noch näher untersucht oder vervollkommen werden können, zeigen wenigstens, daß der „Zustand der Suggestibilität“ zahlreiche Formen annehmen kann. Und Grasset kommt das Verdienst zu, daß er das Problem kurz entschlossen als eine Funktion des „Polygons“, das heißt des Unbewußten, hingestellt hat. Spätere Untersuchungen scheinen diesen Standpunkt mehr und mehr be-

³² Ebenda p. 113.

festigt zu haben. Er ist — wie wir gesehen haben — ursprünglich in den ersten Arbeiten Pierre Janets aufgetaucht, und Grasset erkennt auch stets an, was er diesem Autor schuldet. Er geht sogar so weit, mit einer seltenen Bescheidenheit zum Ausdruck zu bringen, daß seine Theorie, „ein Auszug aus den Ideen Pierre Janets ist, die sie in einem Schema zusammenfaßt.“³³

* * *

Pierre Janet selbst hat sich während seiner ganzen Laufbahn bemüht, seine „Definition der Suggestion“ zu vervollkommen und näher zu präzisieren. In seinem Werk „Médications psychologiques“ (1919), das 30 Jahre nach seinem ersten Buch erschienen ist, stellt er eine Betrachtung darüber an, daß die Suggestion dem „Impuls“³⁴ angenähert werden müsse. Er behauptet übrigens nicht, daß er mit dieser Annäherung eine ausreichende Definition gegeben habe; er will damit nur seine Definition durch den Automatismus oder das Unterbewußtsein vervollständigen.

Tatsächlich betrachtet er jetzt seine frühere Definition als unvollständig:

Er sagt darüber: „Ich möchte jetzt beinahe an mir selbst die gleiche Kritik üben, die ich so oft an Bernheim geübt habe, nämlich die, daß die Suggestion durch Charakterzüge definiert wird, die ihr

³³ Grasset, Hypnotisme et suggestion, p. 32.

³⁴ Pierre Janet, Les médications psychologiques, Bd. I, p. 213.

ohne weiteres zukommen, die aber auch vielen anderen Vorgängen eigen sind, die also viel zu allgemein gehalten sind.

„Zweifellos sind Suggestionen automatische Phänomene, fast vollkommene Handlungen, denen bis zur Vollendung ein letzter Grad fehlt; aber dieser Charakterzug findet sich auch bei vielen anderen psychologischen Vorgängen wieder. Reflexbewegungen können regelmäßig, ohne Kontrolle und ohne persönliche Zusammenfassung ausgeführt werden. Nennen wir denn etwa die Abwehrbewegung des Armes bei einem Stich in die Haut Suggestion? Die einfache Tatsache, daß wir orthographisch richtig schreiben, ohne uns darüber Rechenschaft abzulegen, und ohne uns persönlich dessen bewußt zu werden, darf doch auch nicht an die Suggestion angeglichen werden; oder es müßten dann alle zur Gewohnheit gewordenen Handlungen Suggestionen sein.“³⁵

Um genauer zu sein, meint er, müßte man sagen, daß die Suggestion eine Handlung in automatischer Form sei, die aus derselben Familie stamme wie der Impuls. Sie läßt sich durch eine „Störung der überlegten Zustimmung“,³⁶ an deren Stelle sich die unmittelbare Zustimmung setzt, charakterisieren, ob nun von einer eigentlich gewollten Zustimmung die Rede ist, die auf eine Handlung hinausläuft, oder von einer Zustimmung der Vernunft, die auf den „Glauben“ hinausläuft. Kurz, „es handelt sich um

³⁵ Pierre Janet, *Les médications psychologiques*, p. 213—214.

³⁶ Ebenda p. 223.

einen besonderen Automatismus, einen Automatismus des Willens und des Glaubens . . . Die Suggestion ist nur eine Abart vom Impuls.“³⁷

Wir werden uns mit dieser Definition noch später auseinandersetzen müssen. Für jetzt nur so viel, daß die Annäherung zwischen Suggestion und Impuls derselben Kritik unterworfen werden muß, die wir — und auch Janet selbst — an den verschiedenen Annäherungen zwischen der Suggestion und uns geläufigen psychologischen Vorgängen (Gefühl, Täuschung, Gehorsam) geübt haben. Und doch müssen wir gerechterweise feststellen, daß Janet etwas weit Annehmbareres getan hat, indem er seine Theorie auf der Basis des Unterbewußtseins aufgebaut hat.

Es ist interessant, festzustellen, daß der englische Psychologe Drever fast zum selben Zeitpunkt, gelegentlich seiner Forschungen über die Suggestion, eine ähnliche Vereinigung der Handlung mit dem Glauben angestrebt hat. Nach seiner Anschauung „weist der Glaube keine Faktoren auf, die wesentlich verschieden wären von denen, die die in Handlung umgesetzte Suggestion aufweist“.³⁸ Die Idee setze sich aus gleichartigen Gründen bald in Handlung, bald in Glauben um: sobald sie bei der Versuchsperson ein „instinktives Interesse“ an der Aufnahme, eine starke, nicht gestörte Tendenz zur Verwirklichung hervorruft. Dieses Zusammentreffen der Anschauungen

³⁷ Ebenda p. 224.

³⁸ Drever, *Instinct in man*, 1917, p. 244.

von Janet und Drever beweist uns, daß eine solche Auffassung ganz natürlich mit den Fortschritten der zeitgenössischen psychologischen Ideen zusammenhängt.

Es wäre hier zu bemerken, daß diese Auffassung zwei von uns schon beleuchtete Auffassungen zu einer Einheit zusammenschließt und sie dabei näher präzisiert: nämlich die, die in der Suggestion eine Täuschung sah, und die, die sie als einen Befehl betrachtete, dem der zu Hypnotisierende gehorchte. Die Täuschung geht tatsächlich daraus hervor, daß der Glaube eine zu unmittelbare Zustimmung herbeiführt, der Gehorsam entspringt einer mehr oder minder unmittelbaren Einwilligung in die befohlene Handlung. Aber die Definition ist erst präzisiert, wenn die Formen der Zustimmung, die die Suggestion ausmachen, als Funktionen automatischer und unterbewußter Vorgänge definiert werden.

Viertes Kapitel.

DIE SUGGESTION UND DAS NORMALE UNTERBEWUSSTSEIN.

Die ersten wichtigen und genauen Studien über das Unterbewußtsein waren, wie wir vorhin festgestellt haben, klinische Studien; sie erstreckten sich auf pathologische Vorgänge. Das heißt nicht, daß das Unterbewußtsein ein Privileg gewisser Kranker sei, und daß es sich nicht

auch bei dem Normalen auf verschiedene Weise offenbaren könnte.

Die Kenntnis der „unterbewußten psychologischen Vorgänge“ stammt nicht von gestern, wenn auch ihr eingehenderes Studium noch kürzeren Ursprungs ist. Man versteht unter diesem Wort (und heute noch mehr unter dem der „unterbewußten Vorgänge“) Erscheinungen und Handlungen, die alle wesentlichen Merkmale der bewußten Erscheinungen und Handlungen aufweisen, angenommen ist hierbei natürlich das Bewußtsein selbst. Die Handlungen im Zustande der Zerstretheit sind eins der üblichsten Beispiele dafür.

Alle, die mit der Philosophie ein wenig vertraut sind, wissen, daß schon Leibniz bei dem Ausdruck „kleine Perzeptionen“ dasselbe im Auge gehabt hat, was wir unterbewußte Vorgänge nennen; und er hat schon darauf hingewiesen, daß man diese „Perzeptionen“ zu Hilfe nehmen müsse, um in sehr viele dunkle Punkte unseres psychologischen Lebens Licht zu bringen. Mit dieser Theorie hatte Leibniz eigentlich ein Prinzip, das er mit Erfolg in der Mathematik angewandt hatte, und das die Grundlage der Rechnung mit unendlich kleinen Größen bildet, auf die Psychologie übertragen. Eine Idee, ja, sogar eine Empfindung erschien diesem Philosophen nicht als ein einfacher Zustand, sondern als eine Zusammenfassung zahlreicher Zustände des geringsten Bewußtseins, zahlreicher, unendlich kleiner psychologischer Vorgänge, über die wir uns keine Rechenschaft ablegen.

Später hat Eduard von Hartmann auf dem Begriff des „Unterbewußten“ eine ganze Philosophie aufgebaut. Wir können heute sagen, daß er ein bemerkenswerter Vorläufer gewesen ist; seine Theorie umfaßte viele Begriffe, deren Richtigkeit die psychologische Wissenschaft bestätigt hat, wenn auch mit einem Vorbehalt in bezug auf den absoluten und metaphysischen Charakter gewisser Feststellungen über das Unterbewußte.

Er schreibt: „Vergleichen wir nun Bewußtes und Unbewußtes miteinander, so springt zunächst in die Augen, daß es eine Sphäre gibt, welche überall dem Unbewußten allein überlassen bleibt, weil sie dem Bewußtsein ewig unzugänglich ist.“³⁹

Hartmann hat besonders die Wirkung des Unbewußten auf den Organismus richtig erkannt, eine Wirkung, die die Suggestionstherapie heute systematisch anwendet. Er hat auch die Intelligenz erkannt, die der Tätigkeit des Unterbewußten eigen ist, was ich die „unterbewußte Zielstrebigkeit“ genannt habe.

„Das Unterbewußte bildet und erhält den Organismus, stellt innere und äußere Schäden wieder her, leitet seine Bewegungen zweckmäßig und vermittelt seinen Gebrauch für den bewußten Willen.“⁴⁰

Diese Vermittlung ist übrigens um so wertvoller, als das Unbewußte auf eine vom bewußten Willen verschiedene Art arbeitet; seine Tätigkeit

³⁹ Eduard v. Hartmann, Die Psychologie des Unbewußten, S. 356 ff.

⁴⁰ Eduard v. Hartmann, Die Psychologie des Unbewußten, S. 356.

zeichnet sich durch das Fehlen der Anstrengung und der Ermüdung aus. Das ist ein Charakterzug, den wir heute zu den wertvollsten dieser Tätigkeit rechnen können, einer von denen, die uns am besten zum Verständnis der Natur und gleichzeitig der Bedeutung der Suggestion verhelfen. Dieses wesentliche Merkmal der Suggestion ist ja auch von Hartmann nicht entgangen. Dieser Autor ist darüber selbst so überrascht gewesen, daß er die im Unterbewußten ruhenden Möglichkeiten etwas überschätzt hat.

„Alles, was irgend das Bewußtsein zu leisten vermag, kann vom Unbewußten ebenfalls geleistet werden, und zwar immer noch treffender und dabei schneller und für das Individuum bequemer, da man sich bei der bewußten Leistung anstrengen muß, während die unbewußte von selbst und mühelos kommt.“⁴¹

Hartmann geht so weit, daß er das Unbewußte mit einer geistigen transzendenten Wirklichkeit identifiziert, der er eine Art Vollkommenheit zuschreibt. Nach seiner Ansicht „erkrankt das Unbewußte nicht, aber die bewußte Geistestätigkeit kann erkranken, wenn ihre materiellen Organe Störungen erleiden“. Und an anderer Stelle: „Das Unbewußte ermüdet nicht, aber jede bewußte Geistestätigkeit ermüdet, weil ihre materiellen Organe zeitweise gebrauchunfähig werden.“⁴² Wir neigen heute weniger zu übertriebenen Lobreden,

⁴¹ Ebenda, Teil I, S. 356.

⁴² Ebenda, Teil II, C 1.

denn wir wissen, daß auch das Unterbewußtsein seine Pathologie hat; aber wir würden in die gegenteilige Übertreibung verfallen, wenn wir uns nur an die Anschauungen der Pathologen halten wollten und die Existenz eines normalen Unterbewußtseins ableugnen, das imstande ist, sich über das Normale zu erheben, wie dies bei der unterbewußten Arbeit zutage tritt, die die Inspiration eines Künstlers bestimmt oder die plötzliche Entdeckung des Gelehrten (um uns nur an diese klassischen Beispiele zu halten).⁴³

In bezug auf die Suggestion bedeuten die Theorien vom Typus der Theorien Janets und Grassets einen entschiedenen Fortschritt gegenüber den früheren; und diesen Fortschritt verdanken sie ihrer Auffassung über den Nutzen des Unterbewußtseins (oder dem „losgelösten Polygon“). Wie wir aber schon bemerkt haben, betrachten sie die Art der unterbewußten Tätigkeit, die die Suggestion charakterisiert, als pathologisch (Janet) oder wenigstens als „extraphysiologisch“, — das heißt außerhalb des Normalen stehend. Gerade dadurch setzen sich diese Theorien am meisten der Kritik aus. Die höchst bedeutungsvollen Entdeckungen, die Janet auf dem Gebiete des pathologischen Unterbewußtseins gemacht hat, lassen die Annahme zu, daß er geneigt ist, sich auf dieses Gebiet zu beschränken. Aber man muß sich doch fragen, ob der Mechanismus, den er in pathologischen Fällen vorgefunden hat, und der in seinen

⁴³ Dwelshauvers, L'Inconscient, p. 156 ff.

Augen die Suggestion charakterisiert, nicht auch sein Gegenstück beim Normalen findet. Nur um diese Frage zu einer wissenschaftlichen machen zu können, mußte man den Weg über eine frühere Etappe nehmen. Das pathologische Unterbewußtsein war der Gegenstand genauer klinischer Studien geworden. Das normale Unterbewußtsein dagegen war das Erbteil einiger philosophischer, metaphysischer Theorien geblieben. Es war von großer Bedeutung, daß es auf den Boden der Erfahrung und der Wissenschaft verpflanzt wurde.

* * *

Der erste Schritt auf diesem Wege war durch Chevreul⁴⁴ gemacht worden, aber es war nur ein erster Schritt.

Man erinnert sich vielleicht, bei welcher Gelegenheit Chevreul seine Untersuchungen anstellte.⁴⁵ Sein besonderes Interesse war durch das Versuchspendel, das häufig bei den Hellsehern und in den Salons befragt wurde, erregt worden. Dieses Pendel, das man in der Hand hielt, bestand aus einem Ring, der an einem Haar hing. Der Ring tauchte in ein Glas und sollte auf die gestellten Fragen antworten, indem er ein oder mehrere Male an diese oder jene Wand des Glases schlug. Chevreul überzeugte sich von der Tatsache, daß die Per-

⁴⁴ Chevreul, Lettre à M. Ampère . . . 1833.

⁴⁵ Chevreul. De la baguette divinatoire, du pendule dit explorateur et des tables tournantes . . . 1854.

son, die das Pendel hält, sich nicht bewußt wird, daß sie ihm einen Anstoß gibt; und er fragte sich, ob die einfache Idee oder das geistige Bild der Bewegung nicht genügen sollte, um diese Bewegung hervorzurufen. Nach einer allgemein verbreiteten Hypothese sollte das Pendel stärker schwingen, wenn der Merkur in Erdnähe stand. Chevreul stellte mühelos fest, daß der Merkur nichts dabei zu sagen hatte, und daß der Gedanke des Menschen (nicht sein Wille) — durch die Vermittlung nicht vernehmbarer, ungewollter und unbewußter (unterbewußter) Bewegungen — die einzige Ursache der Schwingungen war. Der Anblick einer geraden Linie oder eines Kreises rief die geradlinige oder die Kreisbewegung des Pendels hervor. Chevreul versuchte dann die Phänomene der Wünschelrute und die der „tanzenden Tische“, die allmählich immer mehr Aufsehen erregten, durch dasselbe Prinzip der unbewußten Bewegungen zu erklären. Obgleich sich die Experimente Chevreuls nur auf rudimentäre Bewegungen erstreckten, sind sie doch sehr bedeutend: mit ihnen traten eine ganze Reihe von Erscheinungen in die Wissenschaft ein, die ihr bis dahin entgangen waren.

Aber Chevreul legte sich über die Gesamtheit des Unbewußten noch keine Rechenschaft ab. Die pathologischen Studien aber gestatteten eine Erweiterung. Janet hat recht gut erkannt, in welchem Sinne die Theorie Chevreuls vervollständigt werden mußte. Er bemerkt darüber:

„M. Chevreul erklärt die Erscheinungen soweit

wie möglich durch die Tendenz zur Bewegung, die durch die bewußten Vorstellungen hervorgerufen wird. Wenn die Erscheinungen aber über diese Theorie hinausgehen, verfällt er in die platte Erklärung durch Betrug und Verstellung. Man muß sehen, wie Herr von Mirville gefällig triumphiert, indem er darlegt, daß das selbstregistrierende Pendel sehr geistig sein kann, ohne daß die Person, die es hält, etwas davon weiß; und er kommt dann auf seinen Kehrreim zurück: der Dämon selbst oder die ihm unterworfenen Helfer sprechen durch das Pendel. Man muß noch viel weiter gehen als Herr Chevreul und, wenn man Handlungen ohne den Willen zugegeben hat, auch von Gedanken ohne Bewußtsein oder außerhalb unseres Bewußtseins sprechen, wenn man sich von den unzähligen kleinen Teufeln des Herrn von Mirville befreien will.“⁴⁶

Die ersten Arbeiten Janets hatten zur Folge, daß andere Gelehrte zu einer viel weiteren Auffassung über das Unterbewußte kamen. Schon Grasset spricht, wie wir gesehen haben, von Normalfällen der „Loslösung des Polygons“ oder „der Bewußtseinspaltung“, und er führt als Beispiele für solche Fälle die Träume und die Handlungen in der Zerstretheit an. Aus dem Studium der Erscheinungen dieser Art ist Freuds Psychoanalyse entstanden. Auch er geht von der Beobachtung der Hysteriker⁴⁷ aus, aber er kommt bald zur Fest-

⁴⁶ P. Janet, *L'Automatisme psychologique*, p. 375.

⁴⁷ Breuer und Freud, *Studien über Hysterie* (1895).

son, die das Pendel hält, sich nicht bewußt wird, daß sie ihm einen Anstoß gibt; und er fragte sich, ob die einfache Idee oder das geistige Bild der Bewegung nicht genügen sollte, um diese Bewegung hervorzurufen. Nach einer allgemein verbreiteten Hypothese sollte das Pendel stärker schwingen, wenn der Merkur in Erdnähe stand. Chevreul stellte mühelos fest, daß der Merkur nichts dabei zu sagen hatte, und daß der Gedanke des Menschen (nicht sein Wille) — durch die Vermittlung nicht vernehmbarer, ungewollter und unbewußter (unterbewußter) Bewegungen — die einzige Ursache der Schwingungen war. Der Anblick einer geraden Linie oder eines Kreises rief die geradlinige oder die Kreisbewegung des Pendels hervor. Chevreul versuchte dann die Phänomene der Wünschelrute und die der „tanzenden Tische“, die allmählich immer mehr Aufsehen erregten, durch dasselbe Prinzip der unbewußten Bewegungen zu erklären. Obgleich sich die Experimente Chevreuls nur auf rudimentäre Bewegungen erstreckten, sind sie doch sehr bedeutend: mit ihnen traten eine ganze Reihe von Erscheinungen in die Wissenschaft ein, die ihr bis dahin entgangen waren.

Aber Chevreul legte sich über die Gesamtheit des Unbewußten noch keine Rechenschaft ab. Die pathologischen Studien aber gestatteten eine Erweiterung. Janet hat recht gut erkannt, in welchem Sinne die Theorie Chevreuls vervollständigt werden mußte. Er bemerkt darüber:

„M. Chevreul erklärt die Erscheinungen soweit

wie möglich durch die Tendenz zur Bewegung, die durch die bewußten Vorstellungen hervorgerufen wird. Wenn die Erscheinungen aber über diese Theorie hinausgehen, verfällt er in die platte Erklärung durch Betrug und Verstellung. Man muß sehen, wie Herr von Mirville gefällig triumphiert, indem er darlegt, daß das selbstregistrierende Pendel sehr geistig sein kann, ohne daß die Person, die es hält, etwas davon weiß; und er kommt dann auf seinen Kehrreim zurück: der Dämon selbst oder die ihm unterworfenen Helfer sprechen durch das Pendel. Man muß noch viel weiter gehen als Herr Chevreul und, wenn man Handlungen ohne den Willen zugegeben hat, auch von Gedanken ohne Bewußtsein oder außerhalb unseres Bewußtseins sprechen, wenn man sich von den unzähligen kleinen Teufeln des Herrn von Mirville befreien will.“⁴⁶

Die ersten Arbeiten Janets hatten zur Folge, daß andere Gelehrte zu einer viel weiteren Auffassung über das Unterbewußte kamen. Schon Grasset spricht, wie wir gesehen haben, von Normalfällen der „Loslösung des Polygons“ oder „der Bewußtseinspaltung“, und er führt als Beispiele für solche Fälle die Träume und die Handlungen in der Zerstretheit an. Aus dem Studium der Erscheinungen dieser Art ist Freuds Psychoanalyse entstanden. Auch er geht von der Beobachtung der Hysteriker⁴⁷ aus, aber er kommt bald zur Fest-

⁴⁶ P. Janet, *L'Automatisme psychologique*, p. 375.

⁴⁷ Breuer und Freud, *Studien über Hysterie* (1895).

stellung eines beständigen und normalen Unterbewußtseins („Unbewußten“). Die Träume und die Handlungen im Zustande der Zerstreutheit scheinen Freud am besten zur Enthüllung dieses „Unbewußten“ geeignet. Seine Traumtheorie ist ja hinreichend bekannt. Er setzt sie in seiner „Traumdeutung“⁴⁸ auseinander, und ich habe sie in meinen „Etudes de Psychanalyse“⁴⁹ zusammenfassend behandelt. Man wird sich dieser Auffassung erinnern, nach der der Traum der verkleidete Ausdruck unserer verdrängten und unbewußten Wünsche ist.

Den Handlungen im Zustande der Zerstreutheit und anderen ähnlichen widmet Freud seine „Psychopathologie des Alltagslebens“. Genau so wie die Träume erscheinen ihm diese Handlungen als Offenbarungen unbewußter und verdrängter Wünsche und Gefühle, ob es sich nun um ein Vergessen von Eigennamen,⁵⁰ ein Versprechen,⁵¹ ein Vergreifen oder um Ungeschicklichkeiten⁵² handelt. Die Fälle, bei denen ein Versprechen vorliegt, sind unter anderem sehr eigenartig. Ein junges Mädchen, das in seinem Innern seinen Angehörigen ihren Geiz vorwirft, sagt: „Sie haben allen Geiz“, sie wollte aber sagen „Geist“.⁵³ Ein Vater, der keinerlei patriotisches Gefühl besitzt, sagt zu sei-

⁴⁸ Freud, Die Traumdeutung, 1900.

⁴⁹ S. 29 ff., S. 52 ff.

⁵⁰ Freud, Zur Psychopathologie des Alltagslebens, Kap. I, S. 1.

⁵¹ Ebenda, Kap. V, S. 60.

⁵² Ebenda, Kap. VIII, S. 186.

⁵³ Ebenda S. 72.

nen Kindern, daß ihr Onkel ein „Idiot“ sei, er wollte sagen: „ein Patriot“.⁵⁴ Stekel, ein Schüler Freuds, hat eine Patientin, bei der er Basedowsche Krankheit vermutet. Er will ihr sagen, daß sie einen „Kopf“ größer sei als ihre Schwester, und sagt, sie sei einen „Kropf“ größer als ihre Schwester.⁵⁵ Es kommt auch vor, daß das Versprechen nicht nur augenblicklich unterdrückte Gedanken, sondern der Person völlig unbewußte Wünsche verrät. Dies alles ist sehr eindrucksvoll, und man gewinnt aus diesen einfachen und alltäglichen Beispielen einen kleinen Überblick über die geistige Arbeit, die außerhalb unseres Willens und unseres Bewußtseins in uns stattfindet. Wie man sieht, ist das Unterbewußtsein sogar geistvoll. Nach Freud stammt der Geist (Wortspiele, Witz) aus derselben Familie wie das Versprechen und ist unterbewußten Ursprungs. Wir verstehen jetzt auch, wie es kommt, daß das Pendel in seinen Antworten so viel Geist verraten kann; wir sehen, daß die Psychoanalyse den von Janet gelegentlich des Pendels geäußerten Wunsch erfüllt: sie vervollständigt die Theorie Chevreuls, indem sie neben den „ungewollten Bewegungen“ die „unbewußten Gedanken“ heranzieht.

Tatsächlich geht aus den Arbeiten Freuds und der gesamten psychoanalytischen Literatur hervor, daß ein gewisser Grad der „Bewußtseinspaltung“ (im Sinne Grassets) bei jedem von uns

⁵⁴ Ebenda S. 100.

⁵⁵ Ebenda S. 79.

besteht, und daß sich in jedem von uns ohne unser Wissen in jedem Augenblick eine Arbeit vollzieht, die der unseres bewußten Geistes ähnlich ist.

Die Idee, daß das Unterbewußtsein nicht unbedingt das Resultat einer pathologischen Dissoziation zu sein braucht, hat sich mehr und mehr verbreitet, und Abramowsky hat ein Buch über das normale Unterbewußtsein geschrieben (1914). Vor ganz kurzer Zeit hat Dwelshauvers in seinem Werke über das Unbewußte (1919) sehr gut betont, daß sich diese Tätigkeit nicht auf den Automatismus zurückführen läßt. Neben dem „automatischen Unterbewußtsein“⁵⁶ Janets besteht nach Dwelshauvers ein „dynamisches Unbewußtes“,⁵⁷ das beständig tätig und erfinderisch ist. Es ist vor allem das Verdienst der Psychoanalyse, daß sie die Psychologen mit dieser Auffassung vertraut gemacht hat.

Und aus dieser Auffassung resultiert, daß die Suggestion als Funktion des Unterbewußtseins definiert werden kann, ohne daß sie deshalb unbedingt als ein pathologischer Vorgang angesehen werden muß.

* * *

Selbst die Psychoanalytiker von der Schule Freuds haben sich einen Begriff über die Suggestion gebildet, der ihrer Anschauung über das Un-

⁵⁶ Dwelshauvers, L'Inconscient, p. 34.

⁵⁷ Ebenda p. 112.

bewußte entspricht. Ferenczi⁵⁸ hat unter anderem eine Theorie aufgestellt, nach der sich die Suggestion vor allem aus dem affektbetonten Rapport zwischen dem zu Suggestierenden und dem Suggestor ergibt. Dieser Rapport soll die Wirkung früherer unbewußter Gefühle sein, die aus der Kindheit stammen, sexuellen Ursprungs sind, und die der zu Suggestierende auf die Person des Suggestors „überträgt“. Unter dem Einfluß dieser „Gefühlsübertragung“ wird eine Art augenblicklicher und hervorgerufener Neurose ausgelöst: und das ist die Suggestion.

Ob man nun dieser These vom sexuellen Ursprung der in Frage kommenden Gefühle zustimmt oder nicht, soviel ist doch gewiß, daß in den Beobachtungen der Psychoanalytiker über diese Übertragung viel Wahres steckt. Ich habe diese Frage gleichzeitig mit der Theorie Ferenczis in meinen „Studien über die Psychoanalyse“ einer gründlichen Prüfung unterzogen, und ich möchte an dieser Stelle darauf verweisen.⁵⁹

Ich füge noch hinzu, daß diese Theorie in ihrer Angleichung der Suggestion an die Neurose eigentlich nur die Theorie der Pariser Schule wieder aufnimmt und sie in die psychoanalytische Sprache übersetzt. Die wahrhafte Originalität dieser Theorie besteht eigentlich nur darin, daß sie in dem auf einem Affekt der Liebe oder Furcht beruhenden

⁵⁸ Ferenczi, Introjektion und Übertragung, 1910.

⁵⁹ Etudes de Psychanalyse, p. 90, 101.

besteht, und daß sich in jedem von uns ohne unser Wissen in jedem Augenblick eine Arbeit vollzieht, die der unseres bewußten Geistes ähnlich ist.

Die Idee, daß das Unterbewußtsein nicht unbedingt das Resultat einer pathologischen Dissoziation zu sein braucht, hat sich mehr und mehr verbreitet, und Abramowsky hat ein Buch über das normale Unterbewußtsein geschrieben (1914). Vor ganz kurzer Zeit hat Dwelshauvers in seinem Werke über das Unbewußte (1919) sehr gut betont, daß sich diese Tätigkeit nicht auf den Automatismus zurückführen läßt. Neben dem „automatischen Unterbewußtsein“⁵⁶ Janets besteht nach Dwelshauvers ein „dynamisches Unbewußtes“⁵⁷, das beständig tätig und erfinderisch ist. Es ist vor allem das Verdienst der Psychoanalyse, daß sie die Psychologen mit dieser Auffassung vertraut gemacht hat.

Und aus dieser Auffassung resultiert, daß die Suggestion als Funktion des Unterbewußtseins definiert werden kann, ohne daß sie deshalb unbedingt als ein pathologischer Vorgang angesehen werden muß.

* * *

Selbst die Psychoanalytiker von der Schule Freuds haben sich einen Begriff über die Suggestion gebildet, der ihrer Anschauung über das Un-

⁵⁶ Dwelshauvers, L'Inconscient, p. 34.

⁵⁷ Ebenda p. 112.

bewußte entspricht. Ferenczi⁵⁸ hat unter anderem eine Theorie aufgestellt, nach der sich die Suggestion vor allem aus dem affektbetonten Rapport zwischen dem zu Suggestierenden und dem Suggestor ergibt. Dieser Rapport soll die Wirkung früherer unbewußter Gefühle sein, die aus der Kindheit stammen, sexuellen Ursprungs sind, und die der zu Suggestierende auf die Person des Suggestors „überträgt“. Unter dem Einfluß dieser „Gefühlsübertragung“ wird eine Art augenblicklicher und hervorgerufener Neurose ausgelöst: und das ist die Suggestion.

Ob man nun dieser These vom sexuellen Ursprung der in Frage kommenden Gefühle zustimmt oder nicht, soviel ist doch gewiß, daß in den Beobachtungen der Psychoanalytiker über diese Übertragung viel Wahres steckt. Ich habe diese Frage gleichzeitig mit der Theorie Ferenczis in meinen „Studien über die Psychoanalyse“ einer gründlichen Prüfung unterzogen, und ich möchte an dieser Stelle darauf verweisen.⁵⁹

Ich füge noch hinzu, daß diese Theorie in ihrer Angleichung der Suggestion an die Neurose eigentlich nur die Theorie der Pariser Schule wieder aufnimmt und sie in die psychoanalytische Sprache übersetzt. Die wahrhaftige Originalität dieser Theorie besteht eigentlich nur darin, daß sie in dem auf einem Affekt der Liebe oder Furcht beruhenden

⁵⁸ Ferenczi, Introjektion und Übertragung, 1910.

⁵⁹ Etudes de Psychanalyse, p. 90, 101.

Rapport zum Suggestor, also eigentlich in der Gefühlsübertragung, das Wesentliche dieses Phänomens sieht.

Aber hier ist ein Fehler begangen worden, wie übrigens auch bei den Theorien, die die Suggestion mit dem Gefühl identifizierten. Das Gefühl und auch der affektbetonte Rapport sind ohne Frage für die Suggestion günstig, und wir hätten sie unter der Rubrik der „Faktoren“⁶⁰ zu studieren. Die Theorien, die die Suggestion bald auf das Gefühl, bald auf den affektbetonten Rapport zurückführen, kennzeichnen also sehr gut die Faktoren oder die Bedingungen für diese Erscheinung; aber sie setzen sich ins Unrecht, wenn sie die Erscheinung mit ihren Bedingungen verwechseln und die eine hinter den anderen verschwinden lassen.

* * *

Es ist unter anderem auch ratsam, hier eine allgemeine Beobachtung näher zu formulieren, die sich auf Theorien erstreckt, die systematisch „dynamische“ Ausdrücke, wie Neigung und Instinkt auf die Suggestion zur Anwendung bringen. Sie stehen im engen Zusammenhang mit Theorien, wie die von Janet und Drever, die die Suggestion durch den „Impuls“ und das „instinktive Interesse“ erklären. Sie stehen ferner vor allem der psychoanalytischen Theorie nahe, die wir soeben

⁶⁰ Psychologie de la suggestion, Buch I, Teil 2 und Buch II, Teil 1.

betrachtet haben, und die ihrerseits die Suggestion auch auf gewisse Neigungen zurückführt.

Diese Arten Theorien sind vermutlich nur dann zulässig, wenn man die Erscheinung bis in die kleinsten Einzelheiten analysieren will. Es ist übrigens wahrscheinlich, daß die ganze Psychologie durch Neigung und Instinkt ausgedrückt werden kann (und muß), wie ja die ganze Physik, selbst die der Farben und Töne, in Ausdrücken der Bewegung (Vibrationen) wiedergegeben werden kann. Aber diese Art Zurückführung, die für die allgemeine Theorie und bei gewissen Anwendungen bequem ist, ist nicht in allen Fällen von Nutzen. Eine große Zahl von akustischen Problemen, die nicht gerade von der Höhe der Töne handeln, erfordern nicht die Übersetzung des Tones in Schwingungen. Ebenso wird man in der Chemie dauernd von Verbindungen gewisser Körper sprechen, ohne diese Körper auf ihre Atome oder ihre Moleküle zurückzuführen, und, um es noch klarer zu machen, ohne diese Atome oder Moleküle auf „Kraftzentren“ zurückzuführen, selbst wenn man daran denkt, daß sie sich letzten Endes darauf zurückführen lassen.

In der Psychologie ist die systematische Zurückführung aller Erscheinungen auf dynamische Elemente (Neigung, Instinkt) beim jetzigen Stande unserer Forschung kaum etwas anderes, als eine sehr allgemeine und summarische Theorie, die den entsprechenden Theorien der Physik und Chemie an Genauigkeit bei weitem nicht gleichkommt.

Wenn man diese Zurückführung bei jeder Gelegenheit beibehalten will, so ist dies bei der Suggestion bei weitem weniger günstig als bei den zuletzt genannten Wissenschaften. Unter dem Vorwande bequemer Verallgemeinerung würde man so oft die besondere Eigenart der Erscheinungen verkennen, und dies würde nicht sehr belehrend sein. Wenn alles Neigung und Instinkt ist, gut, dann wird die Suggestion auch Neigung und Instinkt sein; aber das lehrt uns nichts über ihre besondere Natur, ihre näheren Beziehungen zu diesen oder jenen definierten psychologischen Vorgängen.

Die praktisch angewandte Zurückführung mehrerer Vorgänge auf ein einziges Prinzip ist nur unter der Bedingung von Nutzen, daß man anstelle der nun fortfallenden qualitativen Differenzen quantitative Unterschiede einsetzen kann, und daß das gemeinsame Prinzip auch ein Prinzip der Differenzierung ist, ein gemeinsames Maß. Es wäre zwecklos, die Farben auf Schwingungen zurückzuführen, wenn man nicht gleichzeitig jede Farbe durch eine bestimmte Zahl von Schwingungen charakterisieren und die Reihe der Farben auf eine numerische Skala übertragen könnte. Ebenso ist es überflüssig, daß man verschiedene psychologische Vorgänge auf die Neigung zurückführt, wenn man nicht jeden einzelnen durch eine genaue Differenzierung der Neigung charakterisieren kann. Janet versteht dies auch ganz richtig, denn er will verschiedene Formen der Tätigkeit durch verschiedene „Grade der Stärke

der Neigung“ definieren. Es wäre nun noch zu prüfen, wie weit wir diese Differenzierung beim jetzigen Stande unserer Kenntnisse rechtfertigen können.

Diese Bemerkung steht im engsten Zusammenhang mit einer anderen, die ich bereits schon einmal gelegentlich gewisser Auseinandersetzungen über die Psychoanalytiker formuliert habe. Ich bestand nämlich darauf, daß man die beiden Stufen der Psychoanalyse scharf voneinander trennen müsse: nämlich erstens die der beobachteten Vorgänge und zweitens die der Zurückführung dieser Vorgänge auf dynamische Prinzipien.⁶¹ Obgleich sich die zweite letzten Endes in der Gesamtheit aufdrängt, ist es oft recht überflüssig und hypothetisch, sie auf Grund eines besonderen beobachteten Vorganges überschätzen zu wollen.

In den psychoanalytischen Theorien fällt der Fehler ähnlicher systematischer Zurückführungen tatsächlich am meisten in die Augen. Wenn alles Erotik ist, wird die Suggestion natürlich auch Erotik sein, und die Autosuggestion — man errät es mühelos — wird dann einfach Automonosexualismus oder Narzismus sein. Die Theorie, die ich im Auge hatte, seit ich die Prinzipien der Autosuggestion näher erforscht habe, ist auch wirklich kürzlich unterstützt worden,⁶² und zwar auf eine glänzende Weise. Mit dieser Theorie ist uns ein

⁶¹ Siehe Etudes de Psychanalyse, p. 9.

⁶² E. Jones, Papers on Psycho-Analysis: The nature of autosuggestion, 1924.

Wenn man diese Zurückführung bei jeder Gelegenheit beibehalten will, so ist dies bei der Suggestion bei weitem weniger günstig als bei den zuletzt genannten Wissenschaften. Unter dem Vorwande bequemer Verallgemeinerung würde man so oft die besondere Eigenart der Erscheinungen verkennen, und dies würde nicht sehr belehrend sein. Wenn alles Neigung und Instinkt ist, gut, dann wird die Suggestion auch Neigung und Instinkt sein; aber das lehrt uns nichts über ihre besondere Natur, ihre näheren Beziehungen zu diesen oder jenen definierten psychologischen Vorgängen.

Die praktisch angewandte Zurückführung mehrerer Vorgänge auf ein einziges Prinzip ist nur unter der Bedingung von Nutzen, daß man anstelle der nun fortfallenden qualitativen Differenzen quantitative Unterschiede einsetzen kann, und daß das gemeinsame Prinzip auch ein Prinzip der Differenzierung ist, ein gemeinsames Maß. Es wäre zwecklos, die Farben auf Schwingungen zurückzuführen, wenn man nicht gleichzeitig jede Farbe durch eine bestimmte Zahl von Schwingungen charakterisieren und die Reihe der Farben auf eine numerische Skala übertragen könnte. Ebenso ist es überflüssig, daß man verschiedene psychologische Vorgänge auf die Neigung zurückführt, wenn man nicht jeden einzelnen durch eine genaue Differenzierung der Neigung charakterisieren kann. Janet versteht dies auch ganz richtig, denn er will verschiedene Formen der Tätigkeit durch verschiedene „Grade der Stärke

der Neigung“ definieren. Es wäre nun noch zu prüfen, wie weit wir diese Differenzierung beim jetzigen Stande unserer Kenntnisse rechtfertigen können.

Diese Bemerkung steht im engsten Zusammenhang mit einer anderen, die ich bereits schon einmal gelegentlich gewisser Auseinandersetzungen über die Psychoanalytiker formuliert habe. Ich bestand nämlich darauf, daß man die beiden Stufen der Psychoanalyse scharf voneinander trennen müsse: nämlich erstens die der beobachteten Vorgänge und zweitens die der Zurückführung dieser Vorgänge auf dynamische Prinzipien.⁶¹ Obgleich sich die zweite letzten Endes in der Gesamtheit aufdrängt, ist es oft recht überflüssig und hypothetisch, sie auf Grund eines besonderen beobachteten Vorganges überschätzen zu wollen.

In den psychoanalytischen Theorien fällt der Fehler ähnlicher systematischer Zurückführungen tatsächlich am meisten in die Augen. Wenn alles Erotik ist, wird die Suggestion natürlich auch Erotik sein, und die Autosuggestion — man errät es mühelos — wird dann einfach Automonosexualismus oder Narzismus sein. Die Theorie, die ich im Auge hatte, seit ich die Prinzipien der Autosuggestion näher erforscht habe, ist auch wirklich kürzlich unterstützt worden,⁶² und zwar auf eine glänzende Weise. Mit dieser Theorie ist uns ein

⁶¹ Siehe *Etudes de Psychanalyse*, p. 9.

⁶² E. Jones, *Papers on Psycho-Analysis: The nature of autosuggestion*, 1924.

System a priori gegeben, das als leitende Hypothese nützlich sein kann, aber sie lehrt uns nichts Besonderes über die Vorgänge selbst.

Es ist vielleicht klüger, wenn man die Zurückführung auf Ausdrücke der Neigung und des Instinkts erst formuliert, wenn sie sich uns tatsächlich in der Erfahrung aufdrängt, und wenn sie nicht mehr eine einfache Theorie ist, die sich unterschiedslos auf alle psychologischen Vorgänge anwenden läßt. Man muß wenigstens die beiden Fälle scharf unterscheiden. Wenn nun aber die Autoren diese Zurückführung formulieren, weiß man immer nicht recht, ob man sich im ersten oder im zweiten Falle befindet. Das ist ungefähr so, als wenn uns eine physikalische Abhandlung gewisse Vorgänge in mechanischen Ausdrücken auseinandersetzt, ohne uns zu sagen, ob sie sich als solche in der Erfahrung fühlbar gemacht haben, oder ob es sich dagegen um eine Theorie handelt, die auf optische und akustische Erscheinungen angewandt wird. Die Konfusion scheint mir in der psychologischen Sprache an der Tagesordnung zu sein; sie ist gewiß nicht zur Vereinfachung der Dinge angetan.

* * *

Neben den Metaphysikern und Gelehrten, oder eigentlich zwischen beiden, muß man F. W. H. Myers einen besonderen Platz einräumen; er hat sich bemüht, die Experimentalwissenschaft in den Dienst der Metaphysik zu stellen. Er stand an

der Spitze der „Society for psychical research“ in London. Sein nachgelassenes Werk: „Human Personality“^{63,64} stellt sich die verwegene Aufgabe, das Weiterleben der Seele aus der Erfahrung zu beweisen. Man kann Myers nicht bis ins kleinste folgen und muß diese Art Forschungen auf dem Gebiete des Okkultismus als ziemlich kühn ansehen, obgleich Myers sich ständig bemüht, die wissenschaftliche Methode beim Studium dieser Probleme anzuwenden. Man muß aber doch anerkennen, daß uns der erste Teil dieses Werkes auf alle Fälle eine bemerkenswerte Analyse des Unterbewußten gibt, das Myers das „subliminale Ich“ nennt — das heißt unter der Schwelle (limen) des Bewußtseins befindlich. — Dieser Autor faßt die letzten experimentellen Studien über das Unterbewußtsein mit philosophischen Anschauungen zusammen, die mit den Studien Hartmanns verwandt sind; mit diesem teilt er die Begeisterung für die wunderbaren Fähigkeiten, die unser sublimales Ich birgt.

Nach seiner Anschauung ist unser bewußtes Ich nur ein winzig kleiner Bruchteil der Gesamtheit unseres Ichs; gerade so wie das Sonnenspektrum sich durch unsichtbare Strahlen (ultra-rot und ultra-violett) verlängert, so dehnen wir uns durch unsere „subliminale“ Persönlichkeit aus.

⁶³ F. W. H. Myers, Human personality and its survival from bodily death, 1903.

Siehe Flournoy: F. W. H. Myers et son oeuvre posthume.

⁶⁴ Myers, Proceedings of the Society for psychical research, 1891 bis 1896

System a priori gegeben, das als leitende Hypothese nützlich sein kann, aber sie lehrt uns nichts Besonderes über die Vorgänge selbst.

Es ist vielleicht klüger, wenn man die Zurückführung auf Ausdrücke der Neigung und des Instinkts erst formuliert, wenn sie sich uns tatsächlich in der Erfahrung aufdrängt, und wenn sie nicht mehr eine einfache Theorie ist, die sich unterschiedslos auf alle psychologischen Vorgänge anwenden läßt. Man muß wenigstens die beiden Fälle scharf unterscheiden. Wenn nun aber die Autoren diese Zurückführung formulieren, weiß man immer nicht recht, ob man sich im ersten oder im zweiten Falle befindet. Das ist ungefähr so, als wenn uns eine physikalische Abhandlung gewisse Vorgänge in mechanischen Ausdrücken auseinandersetzt, ohne uns zu sagen, ob sie sich als solche in der Erfahrung fühlbar gemacht haben, oder ob es sich dagegen um eine Theorie handelt, die auf optische und akustische Erscheinungen angewandt wird. Die Konfusion scheint mir in der psychologischen Sprache an der Tagesordnung zu sein; sie ist gewiß nicht zur Vereinfachung der Dinge angetan.

Neben den Metaphysikern und Gelehrten, oder eigentlich zwischen beiden, muß man F. W. H. Myers einen besonderen Platz einräumen; er hat sich bemüht, die Experimentalwissenschaft in den Dienst der Metaphysik zu stellen. Er stand an

der Spitze der „Society for psychical research“ in London. Sein nachgelassenes Werk: „Human Personality“^{63,64} stellt sich die verwegene Aufgabe, das Weiterleben der Seele aus der Erfahrung zu beweisen. Man kann Myers nicht bis ins kleinste folgen und muß diese Art Forschungen auf dem Gebiete des Okkultismus als ziemlich kühn ansehen, obgleich Myers sich ständig bemüht, die wissenschaftliche Methode beim Studium dieser Probleme anzuwenden. Man muß aber doch anerkennen, daß uns der erste Teil dieses Werkes auf alle Fälle eine bemerkenswerte Analyse des Unterbewußten gibt, das Myers das „subliminale Ich“ nennt — das heißt unter der Schwelle (limen) des Bewußtseins befindlich. — Dieser Autor faßt die letzten experimentellen Studien über das Unterbewußtsein mit philosophischen Anschauungen zusammen, die mit den Studien Hartmanns verwandt sind; mit diesem teilt er die Begeisterung für die wunderbaren Fähigkeiten, die unser sublimales Ich birgt.

Nach seiner Anschauung ist unser bewußtes Ich nur ein winzig kleiner Bruchteil der Gesamtheit unseres Ichs; gerade so wie das Sonnenspektrum sich durch unsichtbare Strahlen (ultra-rot und ultra-violett) verlängert, so dehnen wir uns durch unsere „subliminale“ Persönlichkeit aus.

⁶³ F. W. H. Myers, Human personality and its survival from bodily death, 1903.

Siehe Flournoy: F. W. H. Myers et son oeuvre posthume.

⁶⁴ Myers, Proceedings of the Society for psychical research, 1891 bis 1896

Diese umfaßt zwei Arten von Fähigkeiten; die einen haben wir von unseren tierischen Vorfahren geerbt, aber das Bewußtsein hat sie im Laufe der Entwicklung verloren, so wie die Fähigkeit, die physiologischen Funktionen (Ernährung, Sekretion, Wachstum) nach unserem Wohlgefallen abzuändern; die anderen sind rein geistig und göttlich. Unsere Persönlichkeit ist so aus mehreren übereinander gelagerten Schichten zusammengesetzt. Nur die an der Oberfläche befindlichen Schichten bilden das Bewußtsein.

Myers studiert im Lichte dieser Auffassung zunächst die Bewußtseinsspaltungen,⁶⁵ besonders die Hysterie, nach den pathologischen Forschungen Janets; dann geht er auf das Studium des Genies⁶⁶ über, das, wie die Bewußtseinsspaltungen, auf einer ausnahmsweise großen Durchdringlichkeit der psychischen Scheidewand beruht; aber hier sind es die subliminalen, normalen, ja sogar übernormalen Schichten, die in die Alltagspersönlichkeit eindringen und sie bereichern. Dann betrachtet er den Schlaf⁶⁷ gleichfalls als einen Zustand, in dem das Unterbewußtsein emporquillt; es legt Rechenschaft ab über die Entfaltung höherer Fähigkeiten, die man oft in den Träumen und Halluzinationen des Halbschlafzustandes beobachtet: Steigerung des Gedächtnisses, der Einbildungskraft, manchmal sogar der Urteilskraft.

Schließlich führt das Studium des Schlafes Myers zu dem des Hypnotismus,⁶⁸ der eine „experimentelle Herbeiführung des Schlafes“ ist, und zu dem der Suggestion. Die verschiedenen hypnotischen Vorgänge sind für Myers, wie für die Schule von Nancy, im wesentlichen suggestiver Natur. Was die Suggestion anbetrifft, so definiert er sie als einen „erfolgreichen Appell an das subliminale Ich“, das heißt, daß sie letzten Endes eine Autosuggestion ist. Die verschiedenen Mittel, die Quacksalberei, Religion oder Wissenschaft angewandt haben, um diesen Appell zu verwirklichen, (abergläubische Gebräuche, Zauberei, Amulette, Pilgerfahrten, Gebete, mind cure Hypnotismus, therapeutische Suggestion) besitzen tatsächlich nicht die gewaltige Macht, die man ihnen gewöhnlich zuschreibt, es sind vielmehr (ungleiche) Mittel, um die Kraft zu wecken, die in unseren Tiefen schlummert. Das subliminale Ich kann nicht nur eine große Wirkung auf die physiologischen Funktionen ausüben, es ist auch tatsächlich ein unerschöpfliches Reservoir der Lebens- und Geisteskraft; durch dieses Ich baut sich der Organismus ständig neu auf, und der bewußte Geist wird gestärkt.

Diese Synthese ist in großen Zügen durchaus annehmbar, selbst wenn man — ich betone es noch einmal — Myers nicht in all seinen Forschungen

Diese umfaßt zwei Arten von Fähigkeiten; die einen haben wir von unseren tierischen Vorfahren geerbt, aber das Bewußtsein hat sie im Laufe der Entwicklung verloren, so wie die Fähigkeit, die physiologischen Funktionen (Ernährung, Sekretion, Wachstum) nach unserem Wohlgefallen abzuändern; die anderen sind rein geistig und göttlich. Unsere Persönlichkeit ist so aus mehreren übereinander gelagerten Schichten zusammengesetzt. Nur die an der Oberfläche befindlichen Schichten bilden das Bewußtsein.

Myers studiert im Lichte dieser Auffassung zunächst die Bewußtseinspaltungen,⁶⁵ besonders die Hysterie, nach den pathologischen Forschungen Janets; dann geht er auf das Studium des Genies⁶⁶ über, das, wie die Bewußtseinspaltungen, auf einer ausnahmsweise großen Durchdringlichkeit der psychischen Scheidewand beruht; aber hier sind es die subliminalen, normalen, ja sogar übernormalen Schichten, die in die Alltagspersönlichkeit eindringen und sie bereichern. Dann betrachtet er den Schlaf⁶⁷ gleichfalls als einen Zustand, in dem das Unterbewußtsein emporquillt; es legt Rechenschaft ab über die Entfaltung höherer Fähigkeiten, die man oft in den Träumen und Halluzinationen des Halbschlafzustandes beobachtet: Steigerung des Gedächtnisses, der Einbildungskraft, manchmal sogar der Urteilskraft.

⁶⁵ Myers, Human personality . . . , Kap. I.

⁶⁶ Ebenda, Kap. II.

⁶⁷ Ebenda, Kap. III.

Schließlich führt das Studium des Schlafes Myers zu dem des Hypnotismus,⁶⁸ der eine „experimentelle Herbeiführung des Schlafes“ ist, und zu dem der Suggestion. Die verschiedenen hypnotischen Vorgänge sind für Myers, wie für die Schule von Nancy, im wesentlichen suggestiver Natur. Was die Suggestion anbetrifft, so definiert er sie als einen „erfolgreichen Appell an das subliminale Ich“, das heißt, daß sie letzten Endes eine Autosuggestion ist. Die verschiedenen Mittel, die Quacksalberei, Religion oder Wissenschaft angewandt haben, um diesen Appell zu verwirklichen, (abergläubische Gebräuche, Zauberei, Amulette, Pilgerfahrten, Gebete, mind cure Hypnotismus, therapeutische Suggestion) besitzen tatsächlich nicht die gewaltige Macht, die man ihnen gewöhnlich zuschreibt, es sind vielmehr (ungleiche) Mittel, um die Kraft zu wecken, die in unseren Tiefen schlummert. Das subliminale Ich kann nicht nur eine große Wirkung auf die physiologischen Funktionen ausüben, es ist auch tatsächlich ein unerschöpfliches Reservoir der Lebens- und Geisteskraft; durch dieses Ich baut sich der Organismus ständig neu auf, und der bewußte Geist wird gestärkt.

Diese Synthese ist in großen Zügen durchaus annehmbar, selbst wenn man — ich betone es noch einmal — Myers nicht in all seinen Forschungen und seiner Metaphysik folgen kann. Dieses Schema des Unterbewußtseins, das man sich aus

⁶⁸ Myers, Human personality . . . , Kap. IV.

übereinander gelagerten Schichten gebildet denken muß, scheint sich zu behaupten, wenn auch noch die Aussicht auf eine Vervollständigung besteht, um die sich C. G. Jung neuerdings bemüht.⁶⁹ „Sogar die Zustände des „Emporquellens,“ des „Eindringens des Unterbewußtseins“ in das Oberbewußtsein sind von Myers gut gekennzeichnet worden. Schließlich ist er auch noch zu einer interessanten Auffassung der Suggestion gelangt: er sieht in ihr den Anstoß, der jene tief verborgenen Kräfte des Menschen zum Handeln bringt, und er führt sie sozusagen auf eine Autosuggestion zurück. Aber um uns über diesen Begriff größere Klarheit zu verschaffen, müssen wir jetzt die Praktiker befragen, die die methodische Anwendung der eigentlichen Autosuggestion empfohlen haben.

Fünftes Kapitel.

DIE METHODEN DER AUTOSUGGESTION.

Die Lehren über die Autosuggestion lassen sich direkt von Liébeault und Bernheim herleiten. Zu dem Buche von Dr. Paul-Emile Lévy, *L'Education rationelle de la volonté* (1898), das vor allem ein Handbuch der Autosuggestion ist, hat Bernheim, als dessen Schüler sich Lévy öffentlich bekennt, ein Vorwort geschrieben. Dies Buch hat gewissermaßen eine Bewegung eingeleitet, die man seitdem allgemein mit dem Namen „die neue

⁶⁹ C. G. Jung, *La Structure de l'Inconscient*.

Schule von Nancy“ bezeichnet. Diese ist durch natürlichen Fortschritt aus der ersten Schule von Nancy hervorgegangen, sie hat sich historisch und logisch aus ihr entwickelt. Trotzdem zeigt sie eine sehr ausgeprägte Physiognomie, die wir jetzt näher definieren müssen.

Das erste charakteristische Merkmal der neuen Schule von Nancy besteht in der immer stärker werdenden Betonung der Autosuggestion, und was man auch darüber sagen mag, sie nimmt doch in der Theorie und in der Praxis eine wirklich einzigartige Stellung ein.

Gewiß bemerkt P. E. Lévy mit vollem Recht, daß die Idee der Autosuggestion bereits von Liébeault vollkommen richtig erkannt worden sei, und er führt eine wirklich charakteristische Äußerung dieses Autors an, die einer Wiedergabe an dieser Stelle wert ist; sie allein würde genügen, um uns einen Begriff von dem selten scharfsinnigen Genie, dem dabei bescheidenen Menschen Liébeault zu geben.

„Das“, sagt er, „ist meine volle Überzeugung. Es ist eine Kunst, wenn man das Seelische auf das Körperliche wirken lassen kann, nicht nur bei den andern, sondern auch bei sich selbst, ohne die Vermittlung einer Person, die die Einschläferung bewirkt, ohne monotone Reize, ohne geheimnisvolle Formeln, ohne Fetisch, ohne etwas Sinnfälliges, einzig durch die Konzentration der Aufmerksamkeit auf die Idee der Heilung. Wirkung, Genauigkeit in den Resultaten, das sind die Eigenschaften,

die kein Heilmittel sonst in so hohem Grade besitzt, und jeder Mensch besitzt die Kraft dazu, diese Resultate herbeizuführen. Nicht daß ich die Bedeutung und die Nützlichkeit der Medikamente ableugnen möchte (ich will ja die Therapie erweitern und sie keinesfalls zerstören), aber ein einfaches Ableugnen der Krankheit läßt sich dem Organismus immerhin so leicht begreiflich machen; und dies allein genügt schon, um vorzügliche Heilungen zu bewirken. Denn über die seelische Heilkunde hat man bisher am wenigsten Erfahrungen in der Welt gesammelt. Denn wenn man nur seine Gedanken mit der bestimmten Hoffnung auf Heilung konzentriert, so hat man schon den wichtigsten Teil dieser Heilkunde richtig erkannt, denn diese Konzentration ist geeignet, Heilwirkungen hervorzubringen. Ich selbst habe mich zweimal in wenigen Minuten von einer starken Migräne befreien können, nur durch die Äußerung des Wunsches bei aufmerksamer Betrachtung eines Gegenstandes⁷⁰

Aber Lévy ist auch so gerecht, zu bemerken, daß diese Zeilen, die um 1866 herum geschrieben worden sind, nicht die Aufmerksamkeit erregt haben, die sie verdienten. Wir wollen auch noch hinzufügen, daß die bloße Kenntnis der Suggestionerscheinung nicht genügt, um sie wirksam anzuwenden; dazu braucht man eine Methode, und diese Methode war nicht vorhanden. Darum blieb

⁷⁰ Liébeault, angeführt von P. E. Lévy: *L'éducation rationelle de la volonté*, p. 48.

die von Liébeault beschriebene Tatsache lange Jahre hindurch ohne Widerhall in der Praxis. Höchstens einige Beobachtungen und vereinzelte Arbeiten wären zu erwähnen, und Lévy bezieht sich auch auf sie:⁷¹ zunächst die persönliche Beobachtung von Coste de Lagrave (1890), dann gewisse Andeutungen in dem Buche von Jules Payot über die Erziehung des Willens, und schließlich ein Artikel von Blech (1897), der selbst über einige in Amerika erschienene Arbeiten Bericht erstattet.

Gewiß, selbst früher war unseren Vorfahren die Autosuggestion nicht ganz fremd; und Lévy kann in dieser Hinsicht Leibniz, Zimmermann (1776), Kant, vor allem aber Feuchtersleben (1838) erwähnen, dessen Buch „Zur Diätetik der Seele“ voller beachtenswerter Bemerkungen ist über die Wirkung der Einbildungskraft und die Art, sich diese Wirkung zunutze zu machen; gleichzeitig sprachen einige Magnetiseure von „Auto-Magnetismus“.

Mit P. E. Lévy kommen wir endlich zu einer allgemeinen Theorie und einer systematischen Methode. Sein Prinzip ist das Bernheims, daß „jede vom Gehirn aufgenommene Idee darnach strebt, sich in Handlung umzusetzen. Jede durch eine Idee in Tätigkeit gesetzte Gehirnzelle setzt ihrerseits wiederum die Nervenfasern in Bewegung, die nun diese Idee verwirklichen müssen“.⁷²

⁷¹ P. E. Lévy, *L'éducation rationelle de la volonté*, p. 49.

⁷² P. E. Lévy, *L'éducation rationelle de la volonté*, p. 21.

die kein Heilmittel sonst in so hohem Grade besitzt, und jeder Mensch besitzt die Kraft dazu, diese Resultate herbeizuführen. Nicht daß ich die Bedeutung und die Nützlichkeit der Medikamente ableugnen möchte (ich will ja die Therapie erweitern und sie keinesfalls zerstören), aber ein einfaches Ableugnen der Krankheit läßt sich dem Organismus immerhin so leicht begreiflich machen; und dies allein genügt schon, um vorzügliche Heilungen zu bewirken. Denn über die seelische Heilkunde hat man bisher am wenigsten Erfahrungen in der Welt gesammelt. Denn wenn man nur seine Gedanken mit der bestimmten Hoffnung auf Heilung konzentriert, so hat man schon den wichtigsten Teil dieser Heilkunde richtig erkannt, denn diese Konzentration ist geeignet, Heilwirkungen hervorzubringen. Ich selbst habe mich zweimal in wenigen Minuten von einer starken Migräne befreien können, nur durch die Äußerung des Wunsches bei aufmerksamer Betrachtung eines Gegenstandes⁷⁰

Aber Lévy ist auch so gerecht, zu bemerken, daß diese Zeilen, die um 1866 herum geschrieben worden sind, nicht die Aufmerksamkeit erregt haben, die sie verdienten. Wir wollen auch noch hinzufügen, daß die bloße Kenntnis der Suggestionerscheinung nicht genügt, um sie wirksam anzuwenden; dazu braucht man eine Methode, und diese Methode war nicht vorhanden. Darum blieb

⁷⁰ Liébeault, angeführt von P. E. Lévy: *L'éducation rationelle de la volonté*, p. 48.

die von Liébeault beschriebene Tatsache lange Jahre hindurch ohne Wiederhall in der Praxis. Höchstens einige Beobachtungen und vereinzelte Arbeiten wären zu erwähnen, und Lévy bezieht sich auch auf sie:⁷¹ zunächst die persönliche Beobachtung von Coste de Lagrave (1890), dann gewisse Andeutungen in dem Buche von Jules Payot über die Erziehung des Willens, und schließlich ein Artikel von Blech (1897), der selbst über einige in Amerika erschienene Arbeiten Bericht erstattet.

Gewiß, selbst früher war unseren Vorfahren die Autosuggestion nicht ganz fremd; und Lévy kann in dieser Hinsicht Leibniz, Zimmermann (1776), Kant, vor allem aber Feuchtersleben (1838) erwähnen, dessen Buch „Zur Diätetik der Seele“ voller beachtenswerter Bemerkungen ist über die Wirkung der Einbildungskraft und die Art, sich diese Wirkung zunutze zu machen; gleichzeitig sprachen einige Magnetiseure von „Auto-Magnetismus“.

Mit P. E. Lévy kommen wir endlich zu einer allgemeinen Theorie und einer systematischen Methode. Sein Prinzip ist das Bernheims, daß „jede vom Gehirn aufgenommene Idee darnach strebt, sich in Handlung umzusetzen. Jede durch eine Idee in Tätigkeit gesetzte Gehirnzelle setzt ihrerseits wiederum die Nervenfasern in Bewegung, die nun diese Idee verwirklichen müssen“⁷².

⁷¹ P. E. Lévy, *L'éducation rationelle de la volonté*, p. 49.

⁷² P. E. Lévy, *L'éducation rationelle de la volonté*, p. 21.

Wie man sich erinnern wird, ist dies das Prinzip der Suggestion nach Bernheim; für Lévy besteht die Autosuggestion darin, daß man die Idee, die man verwirklicht sehen möchte, aus sich selbst heraus verstärkt, daß man sie zu der vorherrschenden macht; denn wenn man nichts dagegen täte, würden andere Ideen, ja sogar die entgegengesetzte Idee die Herrschaft an sich reißen.

Wer ist der Vermittler, der diese Umsetzung bewirkt? Unsere Aufmerksamkeit, über die wir in hohem Maße verfügen. Wenn man sich eine Idee bestätigt, wenn man diese Bestätigung wiederholt, so gibt man ihr dadurch, daß man die Aufmerksamkeit auf sie konzentriert, und sie so mit Leichtigkeit im Geiste festhält, die notwendige Lebenskraft, die sie aus den Tiefen wieder erscheinen läßt, in denen sie im vollen Lichte des Bewußtseins schlummerte.⁷³

Andererseits besteht die Autosuggestion aber in der Ablenkung der Aufmerksamkeit von einer Idee, von einer Schmerzempfindung.

„Die Betätigung unserer Aufmerksamkeit, die je nach ihrer Verstärkung oder Verringerung vergrößert oder vermindert, ins Leben ruft oder vernichtet, das ist der Mechanismus, der sich hinter der einfachen Formel der Autosuggestion verbürgt.“⁷⁴

Diese Lehre von der Aufmerksamkeit ist nach W. James⁷⁵ und Jules Payot die Grundlage des

⁷³ Ebenda p. 43.

⁷⁴ P. E. Lévy, *L'éducation rationelle de la volonté*, p. 44.

⁷⁵ W. James, *Précis de Psychologie*, p. 553, 598.

Willensaktes, und Lévy macht keinen wesentlichen Unterschied zwischen Willen und Autosuggestion. Er stimmt einer Äußerung von James zu, nach dessen Auffassung die ideo-motorische Handlung (deren Anwendung die Suggestion ist) der „Typ der normalen, von jeder Verwicklung und Umkleidung befreiten Willensäußerung ist“.⁷⁶

Es ist jedoch mit der Autosuggestion wie mit der Fremdsuggestion; es ist von Vorteil, wenn sie durch einen besonderen Zustand, durch eine Art leichter Hypnose, verstärkt wird. Gewiß, wenn man sich selbst etwas suggerieren will, kann man schließlich nicht einen Zustand herbeiführen, der den Graden der tiefen Hypnose entspricht, aber man kann wohl einen den ersten Graden der Bernheimschen Hypnose ähnlichen Zustand herbeiführen, einen Zustand, den Lévy „Sammlung“ nennt, und der sich sogar bis zum Halbschlaf steigern kann.⁷⁷

In der Theorie gleicht Lévy die Autosuggestion an einen bekannten und feststehenden Vorgang an (den Willen), wie dies auch Bernheim in bezug auf die Suggestion getan hat; aber in der Praxis schreibt er der Technik der Autosuggestion einen ziemlich speziellen Charakter zu.

* * *

Schon in den ersten Anfängen hat die Autosuggestion in Amerika einen besonders günstigen

⁷⁶ Ebenda p. 564.

⁷⁷ P. E. Lévy, *L'éducation . . .*, p. 59.

Wie man sich erinnern wird, ist dies das Prinzip der Suggestion nach Bernheim; für Lévy besteht die Autosuggestion darin, daß man die Idee, die man verwirklicht sehen möchte, aus sich selbst heraus verstärkt, daß man sie zu der vorherrschenden macht; denn wenn man nichts dagegen täte, würden andere Ideen, ja sogar die entgegengesetzte Idee die Herrschaft an sich reißen.

Wer ist der Vermittler, der diese Umsetzung bewirkt? Unsere Aufmerksamkeit, über die wir in hohem Maße verfügen. Wenn man sich eine Idee bestätigt, wenn man diese Bestätigung wiederholt, so gibt man ihr dadurch, daß man die Aufmerksamkeit auf sie konzentriert, und sie so mit Leichtigkeit im Geiste festhält, die notwendige Lebenskraft, die sie aus den Tiefen wieder erscheinen läßt, in denen sie im vollen Lichte des Bewußtseins schlummerte.⁷³

Andererseits besteht die Autosuggestion aber in der Ablenkung der Aufmerksamkeit von einer Idee, von einer Schmerzempfindung.

„Die Betätigung unserer Aufmerksamkeit, die je nach ihrer Verstärkung oder Verringerung vergrößert oder vermindert, ins Leben ruft oder vernichtet, das ist der Mechanismus, der sich hinter der einfachen Formel der Autosuggestion verbürgt.“⁷⁴

Diese Lehre von der Aufmerksamkeit ist nach W. James⁷⁵ und Jules Payot die Grundlage des

⁷³ Ebenda p. 43.

⁷⁴ P. E. Lévy, *L'éducation rationelle de la volonté*, p. 44.

⁷⁵ W. James, *Précis de Psychologie*, p. 553, 598.

Willensaktes, und Lévy macht keinen wesentlichen Unterschied zwischen Willen und Autosuggestion. Er stimmt einer Äußerung von James zu, nach dessen Auffassung die ideo-motorische Handlung (deren Anwendung die Suggestion ist) der „Typ der normalen, von jeder Verwicklung und Umkleidung befreiten Willensäußerung ist“.⁷⁶

Es ist jedoch mit der Autosuggestion wie mit der Fremdsuggestion; es ist von Vorteil, wenn sie durch einen besonderen Zustand, durch eine Art leichter Hypnose, verstärkt wird. Gewiß, wenn man sich selbst etwas suggerieren will, kann man schließlich nicht einen Zustand herbeiführen, der den Graden der tiefen Hypnose entspricht, aber man kann wohl einen den ersten Graden der Bernheimschen Hypnose ähnlichen Zustand herbeiführen, einen Zustand, den Lévy „Sammlung“ nennt, und der sich sogar bis zum Halbschlaf steigern kann.⁷⁷

In der Theorie gleicht Lévy die Autosuggestion an einen bekannten und feststehenden Vorgang an (den Willen), wie dies auch Bernheim in bezug auf die Suggestion getan hat; aber in der Praxis schreibt er der Technik der Autosuggestion einen ziemlich speziellen Charakter zu.

* * *

Schon in den ersten Anfängen hat die Autosuggestion in Amerika einen besonders günstigen

⁷⁶ Ebenda p. 564.

⁷⁷ P. E. Lévy, *L'éducation . . .*, p. 59.

Boden gefunden; man muß zugeben, daß sie dort populär geworden ist, ehe man sie wissenschaftlich untersucht hat. Der Amerikaner wandte sie sofort praktisch an. Man war übrigens in diesem Lande schon auf die Autosuggestion vorbereitet, und zwar durch die philosophischen und religiösen Lehren der „mind cure“, die dort florierten, wie z. B. „Christian Science“ und „New Thought“⁷⁸. Diese Lehren bestätigten die Macht des Geistes über den Körper und besonders über die Krankheiten; sie machten die Öffentlichkeit so für eine seelische und therapeutische Methode der Einwirkung auf sich selbst empfänglich. Gewisse Freunde des „New Thought“ wirkten mit den Anhängern der Überredungsmethode des Professor Dubois aus Bern zusammen.

Diese amerikanischen Lehren waren teils direkt, teils durch die Vermittlung gewisser Psychologen, wie W. James und vor allem Myers, von großer Bedeutung für die Entwicklung der Autosuggestionsmethoden, und die Psychotherapie von Dubois hat zweifellos auch ihr Teil dazu beigetragen, denn Dubois trat mit Energie gegen die traditionelle Suggestion auf, der er den Vorwurf machte, daß sie unmoralisch sei und die Würde des Menschen mit Füßen trete. Ich habe übrigens in meinem Werk: „La Discipline intérieure“⁷⁹ die verschiedenen Einflüsse angedeutet, die dazu beigetragen haben, der Suggestion die Wege zu ebnen.

⁷⁸ Siehe Baudouin et Lestchinski, La discipline intérieure, p. 60.

⁷⁹ S. 62, 139.

Vor allem in Amerika erschienen zunächst populärwissenschaftliche Broschüren, unter denen einige gute Bücher hervorgehoben werden müssen. Das von Dr. Parkyn: Autosuggestion (1905) verdient besonders lobende Erwähnung. Es ist aus einzelnen Artikeln entstanden, die der Autor in den Jahren 1903 und 1904 veröffentlichte, und die er später noch ergänzte.

Nach seiner Auffassung erklärt die Autosuggestion eine ganze Reihe von Problemen, die bis dahin dem Okkultismus angehörten; sie legt sowohl über die durch Christian Science und andere Sekten erzielten Heilungen, wie auch über alte und moderne Wunder der Heilkunst Rechenschaft ab. Parkyn schreibt darüber:

„Nachdem ich 14 Jahre lang die Suggestionstherapie bei der Krankenbehandlung praktisch angewandt habe, spreche ich ohne Bedenken aus, daß von allen heilkundlichen Studien das der Autosuggestion das wichtigste ist. Aber die Autosuggestion spielt auch in unserem täglichen Leben, in unserer Charakterbildung, in unseren Erfolgen und Fehlschlägen eine so wesentliche Rolle, daß jeder von uns sie erforschen und verstehen und in allen Lebenslagen anwenden müßte.“⁸⁰

Es ist bedauerlich, daß wir hier wieder einmal eine sehr unbestimmte und sehr allgemeine Definition finden.

„Autosuggestion bedeutet „Eindruck in sich selbst“, also eine Einwirkung, die man auf sich

⁸⁰ Parkyn, Autosuggestion, S. 10.

selbst ausübt, oder besser noch eine Einwirkung, die unserem eigenen Geiste entspringt.⁸¹

Das ist kaum belehrend für uns. Aber sobald Parkyn auf das Gebiet der praktischen Anwendung kommt, bringt er glücklicherweise interessantere Präzisierungen. Er unterscheidet: 1. eine willkürliche Autosuggestion: — so z. B., wenn ich meinem Geist den Gedanken einpräge, daß ich morgens zu einer bestimmten Stunde aufstehen muß —, und 2. eine unwillkürliche Autosuggestion: jemand hat ein Kleidungsstück berührt, und als er erfährt, daß es eine von einer Hautkrankheit befallene Person getragen hat, fühlt er ein Jucken. Er fügt schließlich noch 3. einen Typ gemischter Autosuggestion hinzu, den er seltsamerweise mit „unwillkürlich-willkürlich“ bezeichnet. Eine solche Suggestion findet z. B. statt, wenn der Kranke, dem man ohne sein Wissen Brotkügelchen eingibt, an ihre Wirkung glaubt und sie dadurch tatsächlich wirksam macht.

Parkyn unterscheidet gleichfalls einen willkürlichen und einen unwillkürlichen Geist, der „automatisch“ ist. Diese Unterscheidung, die er übrigens nicht vertieft, erinnert an die zwischen dem Bewußtsein und dem Unterbewußtsein: „Der unwillkürliche Geist“, sagt er, „leitet alle Funktionen jedes Organs im Körper“,⁸² dies erinnert an das Unterbewußtsein bei Myers. Die von der Vernunft geleitete Anwendung der Autosuggestion soll

⁸¹ Ebenda S. 14.

⁸² Parkyn, Autosuggestion, S. 19.

den unwillkürlichen Geist ordnen und überwachen; sie ist eine Kontrolle des willkürlichen Geistes über den unwillkürlichen.⁸³ Aber der Autor bleibt nicht bei der Theorie und dem eigentlichen Studium der Vorgänge stehen, er will auch noch einen praktischen Hinweis geben.

Dr. Géraud Bonnet ist in seinem Werk: „Précis d'Autosuggestion“ weniger elementar, wenn er sich auch vor allem vornimmt, eine Abhandlung über die „praktische Willenserziehung“ zu schreiben, in der er sich übrigens in fast denselben Ausdrücken bewegt, die P. E. Lévy selbst angewandt hat. Er sagt:

„Die Autosuggestion weicht vor allem in einem Punkte von der Suggestion ab: bei der Autosuggestion spielt ein und dieselbe Person gleichzeitig die Rolle des Suggestors und die des suggestiv zu Beeinflussenden. Die Person selbst übt also auf sich selbst eine Wirkung aus.“⁸⁴

Er setzt dann zwei Fälle auf dem Gebiet der Heilung durch Suggestion näher auseinander: einen Fall, bei dem sich ein Erfolg einstellt, und einen, bei dem der Erfolg ausbleibt; und auf der Suche nach der Kraft, die den Erfolg bestimmt hat, kommt er zu folgender Formel:

„Diese Kraft ist das Vertrauen auf die Heilung, es ist die Konzentration des Gedankens auf die Heilung.“⁸⁵

⁸³ Ebenda S. 21.

⁸⁴ Bonnet, Précis d'autosuggestion, p. 1.

⁸⁵ Ebenda p. 4.

Dies ist nicht ganz klar ausgedrückt, denn es handelt sich hier um zweierlei, das man wohl voneinander unterscheiden muß: einen mehr oder weniger gefühlsbetonten Zustand des Affekts, und einen Akt der Aufmerksamkeit. Wir wollen indessen an dieser Auffassung festhalten, die die Autosuggestion durch eine Konzentration der Aufmerksamkeit, verbunden mit einem Zustand des Affekts, erklärt.

Nach einigen gewagten, gelegentlich auch unnützen Hypothesen über die Kraft der Nerven und die wahrscheinliche Einheit aller natürlichen Kräfte kommt der Autor auf besser definierte Begriffe zurück:

„Man nennt Suggestion eine Einwirkung, durch die eine fremde Person die Aufmerksamkeit und den Willen einer anderen auf eine bestimmte Idee zu konzentrieren sucht mit dem Endzweck, eine bestimmte Wirkung hervorzurufen. Diese Wirkung ist im allgemeinen die Umsetzung dieser Idee in eine Handlung, die gleich oder später ausgeführt werden soll.“

„Diese Einwirkung kann im Wachzustande ausgeübt werden, meistens aber geht sie im Zustande der Hypnose vor sich . . .“⁸⁶

„Die Suggestibilität kann auch mit Hilfe der Autosuggestion hervorgerufen werden. Das erwünschte Resultat ist das gleiche wie vorher, nur daß hier die Versuchsperson selbst eine Wirkung auf sich selbst ausübt. Sie muß sich in einen Zustand

⁸⁶ Bonnet, Précis d'autosuggestion, p. 31.

möglichst vollkommener Passivität versetzen und muß sich anstrengen, um ihre Gedanken ausschließlich auf die Idee zu konzentrieren, die sie durch Suggestion zu verwirklichen wünscht.“⁸⁷

Auch hier ist nicht alles klar, man fühlt sogar einen Widerspruch heraus. Denn wie kann man „sich in einen Zustand der Passivität versetzen“ und gleichzeitig „Anstrengungen machen, um sich zu konzentrieren“? Dies ist eine heikle Frage, sie erscheint mir überhaupt als eine Kardinalsfrage der Autosuggestion, zu deren Lösung uns die vorhergehenden Autoren nicht verhelfen.

* * *

Es scheint mir die fruchtbare Eigenart Coués zu sein, daß er diese Schwierigkeit erkannt und sie praktisch beseitigt hat. In der Absicht, Coué herabzusetzen, hat man manchmal von ihm gesagt, daß er in gewisser Hinsicht „ein Tor“ sei. Er verteidigt sich nicht dagegen und neigt eher dazu, diese Benennung als eine Huldigung hinzunehmen. Er ist im Recht. Tatsächlich findet man bei ihm in etwas verstärkter Form gewisse Gedanken Liébeaults wieder, der von 1885—1886 sein Lehrer war. Bei dieser Gelegenheit möchte ich daran erinnern, was Bernheim von Liébeault sagte:

„Die Behauptungen des Herrn Liébeault fanden nur Ungläubige. Seine praktischen Anwendungen hatten ein so seltsames, um nicht zu sagen

⁸⁷ Ebenda p.32.

naives Gepräge, daß sie von den Ärzten ohne weitere Prüfung verworfen wurden. Herr Liébeault lebte abseits, getrennt von der Welt der Ärzte, ganz seinen Kranken (die fast alle ärmeren Schichten angehörten) und seiner Überzeugung.⁸⁸

Fast genau so war es mit Coué, dessen größte Stärke stets eine unerschütterliche Güte war. Bei ihm trat noch erschwerend hinzu, daß er nicht einmal Arzt war, daß er keinen Universitätsgrad besaß; und das verzeiht man ihm höheren Ortes nicht. Nichts wäre jedoch ungerechter, als ihn zu den „Heilkundigen“ zu rechnen, wie man dies manchmal hat tun wollen. Wer jemals in den Jahren zwischen 1910 und 1914 unparteiisch dem schlichten Wirken dieses bescheidenen Bieder-
mannes in seinem in Nancy errichteten Gebäude beiwohnen durfte, der muß dies nach meiner Meinung zugeben. Ich bitte zu entschuldigen, daß ich hier von mir selbst sprechen muß. Ich mußte nicht nur die seltene Uneigennützigkeit dieses Wohltäters bewundern, der ohne irgendeinen Entgelt arbeitete, sondern vermutete sofort hinter den verwitterten Mauern einen erstklassigen Praktiker, dessen Praxis neu und durch seine Geschicklichkeit fruchtbar war. Ich fühlte die Pflicht in mir, sie weiteren Kreisen bekannt zu machen: eine Zeugenpflicht, die jeder gebildete Mensch übernehmen mußte. Ich habe mein Ziel erreicht, ich habe einige Gelehrte für Coués Erfolge interessiert, einige Ärzte, die sie freudig aufgegriffen haben.

⁸⁸ Bernheim, De la suggestion, Vorrede, p. II.

Seit 1914 hat sich die Sachlage geändert; heute ist Coué nicht nur allgemein bekannt, es gibt sogar einen „Couéismus“, der zur Mode geworden ist. Nun ist es ja mit der Mode immer eine traurige Sache, je mehr der Couéismus in weite Kreise der Bevölkerung dringt, desto mehr verzerrt sich sein Bild, und seine begeisterten Anhänger schaden ihm oft mehr als seine Feinde. In diesen letzten Jahren ist Coué von der Presse schlecht beurteilt worden, eine Tatsache, die auf den unheilvollen Eifer gewisser Schüler zurückzuführen ist. Wenn eine Idee so übertrieben populär wird wie die seine, wird sie meist Opfer der Karikatur. Der Abhang birgt Gefahren. Aber das schadet nichts. Selbst wenn die Bewegung sich in diesem Sinne weiterentwickelt und in das Gebiet der „Wundertätigkeit“ zurückzufallen droht, so haben genug kluge Köpfe den wahren Kern erkannt; sie haben ihn gerettet und ihn in Bescheidenheit entwickelt, ohne sich um die Übertreibungen und die stets wechselnden Modeströmungen zu kümmern. Coué hat aus der Unmenge der amerikanischen Autoren eine einfache und klare Methode herauszuschälen verstanden, ohne irreführendes Beiwerk und ohne mystisches Postulat. Aber er hat vor allen Dingen den Fehler erkannt, der bei den ersten Herolden der Autosuggestion von Lévy bis zu Bonnet zu finden ist. Dieser Fehler bestand in der Vermischung von Autosuggestion und Willenserziehung. Eins hat er deutlich erkannt: Wenn eine Suggestion entstehen soll, müssen Wille und

Anstrengung ausgeschaltet werden, denn sie bilden ein Hindernis, und ein wirklich guter Suggestor muß den suggestiv zu Beeinflussenden unauhörlich davor zu warnen wissen. Nach seiner Anschauung ist die Autosuggestion eine Erziehung der Einbildungskraft. Er fügt hinzu: „Wenn Wille und Einbildungskraft miteinander ringen, so behält die Einbildungskraft ausnahmslos die Oberhand.“⁹⁰ Die Formel ist ein wenig einfältig und läßt sich vom theoretischen Standpunkt aus anfechten, aber in der Praxis verbirgt sich dahinter ein scharfes Bild der Wirklichkeit. Coué lehrt: Wenn man denkt: „Ich möchte wohl gern, aber ich kann nicht“, so bleiben wir nicht allein bei dem „Nichtkönnen“ stehen. Im Gegenteil, man will mehr, und man kann weniger. Man muß daher aufhören zu wollen und denken lernen. Auf alle Fälle handelt es sich hier um die Beobachtung eines wichtigen Vorganges, der zum Beispiel nervösen Menschen, die an Furcht, Stottern, Schüchternheit etc. leiden, hinreichend bekannt ist, und der unsere besondere Aufmerksamkeit verdient.

Nach Coué gibt es keine Suggestion, es gibt nur Autosuggestion. Die Versuchsperson ist dem Suggestor dem Anschein nach viel stärker unterworfen, als dies in Wirklichkeit der Fall ist. Sie ist ihm nur in dem Maße unterworfen, wie sie es sich einbildet und wie sie es sich selbst suggeriert. Der Praktiker möge sich ruhig der Suggestion (Fremd-

⁹⁰ Coué, La Maitrise de soi-même par l'Autosuggestion consciente, p. 12.

suggestion) bedienen, aber nur als Mittel zur Erzielung der Autosuggestion. Schließlich sieht Coué in der Suggestion einen wertvollen Bundesgenossen der Medizin bei der Heilung der verschiedensten Krankheiten.

* * *

Seit 1920 habe ich versucht, eine psychologische Theorie der Suggestion⁹⁰ zu formulieren, die sich wesentlich von den klassischen Theorien unterschied. Sie gründete sich auf die Lehren über die Autosuggestion, die P. E. Lévy, Parkyn, Bonnet und schließlich Coué im Laufe von 20 Jahren aufgestellt hatten. Dieser Standpunkt ist seitdem von mehreren Autoren näher erläutert worden; einige sind beim Studium dieser Frage mehr oder minder von meinen Arbeiten ausgegangen. Das Buch von Dr. Lestchinski und S. Lorié über die Autosuggestion faßt in verständlicher Form die psychologische und medizinische Seite dieser Frage ins Auge. In England hat Frederick Pierce einen Teil seines Buches „Our Unconscious Mind“ der Autosuggestion gewidmet; er behandelt diese Erscheinung im Sinne meiner Auseinandersetzungen. Im allgemeinen neigen die englischen und amerikanischen Bücher, die meines Wissens auf meinem Werk aufbauen, stark zum Vulgären. Ich möchte zunächst das Büchlein „The Practice of Autosuggestion“ von Brooks erwähnen. In Deutschland sind einige spezielle Studien, wie z. B. „Die

⁹⁰ Suggestion et Autosuggestion.

Anstrengung ausgeschaltet werden, denn sie bilden ein Hindernis, und ein wirklich guter Suggestor muß den suggestiv zu Beeinflussenden unaufhörlich davor zu warnen wissen. Nach seiner Anschauung ist die Autosuggestion eine Erziehung der Einbildungskraft. Er fügt hinzu: „Wenn Wille und Einbildungskraft miteinander ringen, so behält die Einbildungskraft ausnahmslos die Oberhand.“⁸⁹ Die Formel ist ein wenig einfältig und läßt sich vom theoretischen Standpunkt aus anfechten, aber in der Praxis verbirgt sich dahinter ein scharfes Bild der Wirklichkeit. Coué lehrt: Wenn man denkt: „Ich möchte wohl gern, aber ich kann nicht“, so bleiben wir nicht allein bei dem „Nichtkönnen“ stehen. Im Gegenteil, man will mehr, und man kann weniger. Man muß daher aufhören zu wollen und denken lernen. Auf alle Fälle handelt es sich hier um die Beobachtung eines wichtigen Vorganges, der zum Beispiel nervösen Menschen, die an Furcht, Stottern, Schüchternheit etc. leiden, hinreichend bekannt ist, und der unsere besondere Aufmerksamkeit verdient.

Nach Coué gibt es keine Suggestion, es gibt nur Autosuggestion. Die Versuchsperson ist dem Suggestor dem Anschein nach viel stärker unterworfen, als dies in Wirklichkeit der Fall ist. Sie ist ihm nur in dem Maße unterworfen, wie sie es sich einbildet und wie sie es sich selbst suggeriert. Der Praktiker möge sich ruhig der Suggestion (Fremd-

⁸⁹ Coué, La Maîtrise de soi-même par l'Autosuggestion consciente, p. 12.

suggestion) bedienen, aber nur als Mittel zur Erzielung der Autosuggestion. Schließlich sieht Coué in der Suggestion einen wertvollen Bundesgenossen der Medizin bei der Heilung der verschiedensten Krankheiten.

Seit 1920 habe ich versucht, eine psychologische Theorie der Suggestion⁹⁰ zu formulieren, die sich wesentlich von den klassischen Theorien unterschied. Sie gründete sich auf die Lehren über die Autosuggestion, die P. E. Lévy, Parkyn, Bonnet und schließlich Coué im Laufe von 20 Jahren aufgestellt hatten. Dieser Standpunkt ist seitdem von mehreren Autoren näher erläutert worden; einige sind beim Studium dieser Frage mehr oder minder von meinen Arbeiten ausgegangen. Das Buch von Dr. Lestchinski und S. Lorié über die Autosuggestion faßt in verständlicher Form die psychologische und medizinische Seite dieser Frage ins Auge. In England hat Frederick Pierce einen Teil seines Buches „Our Unconscious Mind“ der Autosuggestion gewidmet; er behandelt diese Erscheinung im Sinne meiner Auseinandersetzungen. Im allgemeinen neigen die englischen und amerikanischen Bücher, die meines Wissens auf meinem Werk aufbauen, stark zum Vulgären. Ich möchte zunächst das Büchlein „The Practice of Autosuggestion“ von Brooks erwähnen. In Deutschland sind einige spezielle Studien, wie z. B. „Die

⁹⁰ Suggestion et Autosuggestion.

Suggestion“ von I. E. Heyde, erschienen. Professor Ferdinand Weinhandl aus Kehl versucht in seiner „Einführung in das moderne philosophische Denken“, meine Arbeiten in die Gesamtheit der neueren philosophischen Richtungen einzureihen. Dr. Pontes de Miranda aus Rio de Janeiro hat in seiner Abhandlung „Subjektivismus und Voluntarismus im Recht“ eine Anwendung auf die Soziologie skizziert.

Zur selben Zeit nahm auch die medizinische Anwendung der methodischen Autosuggestion einen bedeutenden Aufschwung; sie hielt sich im allgemeinen an die in „Suggestion und Autosuggestion“ gegebenen Anweisungen. Es wären hier zu erwähnen: in der Schweiz Dr. Lestchinski (in Territet), Dr. Richard (in Neuschâtel), in Frankreich Dr. Fauvel, Dr. Laemmer, Dr. Prost, Dr. Viriot usw. in Paris, Zimmermann in Mülhausen, in Algier Dr. Mersey, in Deutschland Dr. Brauchle, Dr. Brandt, Dr. Lazarus in Berlin, Dr. Leonhardt Müller in Barmen, in England Dr. Monier-Williams und Dr. Ch. F. Harford (aus London).

Nach der Auffassung, die ich verteidigt habe, ist das Wesentliche in der Autosuggestion nicht der Einfluß des Suggestors auf den suggestiv zu Beeinflussenden, sondern ein gewisser Prozeß, der in der Versuchsperson selbst vor sich geht, und dessen Grundform die Autosuggestion ist. Diese Auffassung, die sich die oben erwähnten Autoren und Praktiker mehr oder weniger zu eigen gemacht haben, charakterisiert die „neue Schule von

Nancy“. Dieser Standpunkt scheint sich ganz logisch von den Forschungen der früheren Theorien, wie auch von Erfahrungen der Praktiker auf dem Gebiete der Autosuggestion frei zu machen.

Sechstes Kapitel.

AKZEPTIVITÄT UND VERWIRKLICHUNG.

Die Vorgänge, die gewöhnlich als Suggestionen bezeichnet werden, lassen sich von zwei Seiten ansehen, nämlich einer sozialen und einer individuellen. Wir unterscheiden das Annehmen einer Idee, die von anderen in den Geist der Versuchsperson hineingebracht wird (1. Stufe) und die Verwirklichung der angenommenen Idee (2. Stufe).

Diese beiden Vorgänge sind von den Autoren nur unscharf unterschieden worden. Wir haben gesehen, wie Bernheim die Suggestion bald als „eine in das Gehirn eingeführte und von ihm angenommene Idee“ definiert, bald als „eine Idee, die sich in Handlung umsetzt.“⁹¹ Man muß ja nun gerechter-

⁹¹ Noch in einem der Werke seiner letzten Jahre „Automatismus und Suggestion“ (1917) hält Bernheim diese zweifache Definition aufrecht. Er schreibt tatsächlich (S. 86): „Unter dem Wort Suggestibilität versteht man nicht nur die Fähigkeit, aufzunehmen oder eine Idee hervorzurufen, sondern vielmehr die Fähigkeit, diese Idee in etwas Dynamisches umzuwandeln, in Handlung, Bewegung, Bild, Gefühl usw., das ist Ideo-Dynamik.“ Und weiter (S. 163): „Die Suggestibilität ist eine physiologische Eigenschaft des bewußten Gehirns, die durch die Tendenz, die suggerierten Ideen aufzunehmen, zur Tätigkeit angeregt wird und durch die Ideo-Dynamik, also die Tendenz der Idee, sich in Handlung oder Dynamik umzusetzen.“

weise zugeben, daß die beiden nicht immer leicht zu unterscheiden sind, denn woraus sollte man auf die Annahme einer Idee schließen, wenn nicht aus der Tatsache, daß sie sich verwirklicht hat? Bei der Fremdsuggestion läßt sich wohl sagen, daß die beiden Vorgänge in der Praxis zu einem verschmelzen, und man muß entschuldigen, daß die Praktiker sie nicht besser unterschieden haben.

Wenn man sich jedoch mit der Theorie eingehender befassen will, so muß man sich fragen, welcher der beiden Vorgänge typischer, welcher für die Charakteristik der Suggestion wesentlicher ist.

Da stoßen wir wieder auf die Frage, die wir am Anfang des Buches aufgeworfen haben (Kapitel 1): Ist die Suggestion im wesentlichen ein Vorgang aus dem Gebiet der Sozialpsychologie oder aus dem der Individualpsychologie? Wie wir an jener Stelle schon bemerkten, haben sich die Autoren im allgemeinen diese Frage nicht klar genug gestellt, obgleich sie folgerungsweise dazu hätten Stellung nehmen müssen. Und manchmal haben sie sich dazu gestellt wie weite Kreise des Publikums: das heißt, sie haben sich zu Gunsten der ersten Stufe entschieden. Sie haben die Suggestion als einen Spezialvorgang angesehen, als die Einwirkung einer Person auf eine andere. Man möge sich hier an das klare Schema Grassets erinnern: Das Polygon des suggestiv Behandelten hat sich von seinem Zentrum O losgelöst und gehorcht dem Zentrum O des Hypnotiseurs. Und

selbst wenn man mit Binet die Suggestion durch den Befehl definiert, oder mit den Psychoanalytikern durch die Gefühlsübertragung, so macht man daraus ebenfalls einen Rapport von Person zu Person. Wenn man in der Suggestion eine Gefühlserregung, eine Täuschung, einen Impuls sieht wie andere Autoren, so scheint man sie als einen Vorgang aus dem Gebiete der Individualpsychologie zu betrachten, man tut dies aber niemals ganz entschieden. Es handelt sich auf alle Fälle um eine psychologische Erscheinung, die den Menschen mehr oder weniger einem anderen auf Gnade und Ungnade ausliefert und seine Anpassungsfähigkeit an die näheren Umstände schwächt. Aus diesem Grunde geben all diese Theorien einen falschen Begriff von der Suggestion, einen Begriff, der sie herabsetzen muß, und der sicherlich viel zum Verfall der Suggestionstherapie beigetragen hat. Sie haben die Suggestion bei dem Publikum und bei den Ärzten in einen schlechten Ruf gebracht.

Gewiß schien bei den ersten Suggestionserrscheinungen das Neue und Zwingende in dem Annehmen und nicht in der Verwirklichung zu liegen. Der Somnambule konnte Handlungen ausführen, sich dabei wie jeder andere seiner Hände und Füße bedienen und sich überhaupt wie wir alle bewegen. Seine Handlungen an sich waren nicht seltsam; was daran seltsam war, das war die Tatsache, daß er in seinen Handlungen gehorchte, daß er mit erstaunlicher Passivität die Ideen des

Suggestors annahm. Wir dürfen ferner niemals vergessen, daß der historische Ursprung der Suggestionstheorien im tierischen Magnetismus zu suchen ist. Es hat bis zu unseren Tagen viel Mühe gekostet, die Theorien davon frei zu machen und der Anschauung, daß man in der Suggestion nicht ein Phänomen der Beeinflussung sehen darf, zum Siege zu verhelfen.

Indessen haben gewisse Autoren — und manchmal waren es dieselben, die in dem Annehmen das Wesentliche sahen — zeitweise geahnt, daß die Originalität der Suggestion eher in der Verwirklichung zu suchen sei. Janet hat unter anderem immer auf der Idee bestanden, „daß man diese Phänomene einzig unter dem Gesichtspunkt der Tätigkeit betrachten müsse“⁹² Zwar läßt sich in seinen Augen dasselbe in gewissem Grade von allen psychologischen Phänomenen sagen (also auch vom Annehmen); denn für ihn, wie für die angelsächsischen „behaviorists“, ist die gesamte Psychologie eine Wissenschaft der Haltung in bezug auf die Umwelt. Aber trotzdem verpflichtete dieser Standpunkt zum besonderen Studium des wirksamen Mechanismus der Verwirklichung auf dem Gebiete der Suggestion.

Man muß hier gleichfalls von neuem eine Bemerkung Grassets unterstreichen. Er stellt fest, daß die „über das Polygon gehenden zentrifugalen Leitungen im Zustande der Suggestibilität nur

⁹² Janet, *Les médications psychologiques*, Bd. I, p. 207.

unterbrochen sein müssen; das Zentrum O hat auf sein Polygon keinen direkten aktiven Einfluß mehr. Aber die über das Polygon gehenden zentripetalen Leitungen können aufrechterhalten bleiben.“⁹³ Es handelt sich hier um die Zustände leichter Hypnose, in denen der Hypnotisierte fortgesetzt bewußt aufnimmt (also mit seinem Zentrum O), was der Hypnotiseur befiehlt, und was er selbst verwirklicht. Er sieht sich handeln, ohne seine Handlung anders gestalten zu können. In diesem Falle besteht der Automatismus (oder die Spaltung) nicht auf den zentripetalen oder sensorischen Bahnen, sondern nur auf den zentrifugalen oder motorischen. In den Fällen tieferer Hypnose ist die Spaltung vollkommen. Aber Grasset sagt uns, daß die „Halbspaltung“ zur Erzeugung der Suggestion genügt. Mit anderen Worten: der Automatismus der Wahrnehmung ist nicht erforderlich, allein der Automatismus der Tätigkeit, der Verwirklichung, genügt, um die Suggestion zu charakterisieren. Aber man hat gesehen, daß diese Äußerung, die Grasset einmal so flüchtig eingestreut hat, ihn nicht daran hindert, aus der Suggestion einen Vorgang der Beeinflussung zu machen.

Wenn man noch weiter zurückgreifen will, so kann man feststellen, daß schon nach Faria „die Ursache des Somnambulismus im Individuum selbst liegt und nicht im Magnetiseur, gegen dessen Willen sich auch der Schlaf einstellen kann“, und daß für Braid „der hypnotische Zustand und die

⁹³ Grasset, *Hypnotisme et suggestion*, p. 23.

Erscheinungen, die er zeitigt, eine rein subjektive Quelle im Nervensystem des Hypnotisierten selbst haben." Die Meinung der Autoren über diesen Punkt ist von Bernheim wieder aufgenommen worden.⁹⁴

* * *

Andererseits weiß man auf Grund gewisser Erfahrungen (die allerdings weniger populär sind als die somnambulischen Handlungen), daß man durch Suggestion fühlbare physiologische Veränderungen hervorgerufen hat, so wie z. B. die Entstehung von Blasen. Liébeault und Bernheim sprechen schon von der Wirkung der Suggestion auf physische Krankheiten wie z. B. den Rheumatismus. Bonjour setzt die Stunde einer Entbindung fest und beseitigt Warzen. Er dehnt dann seine Auseinandersetzung noch auf andere Fälle aus, z. B. auf ein Geschwür auf der Hornhaut, ein Geschwür, daß bei weiterer Ausdehnung zu totaler Blindheit geführt hätte, das die hypnotische Behandlung aber beseitigte,⁹⁵ Forel erwähnt unter anderem einen Fall, bei dem organisches Schielen und Tagblindheit durch Suggestion gebessert wurden.⁹⁶ Derartige physiologische Wirkungen bilden keine Ausnahme, und die heute angewandte

⁹⁴ Bernheim, De la suggestion, p. 118 u. 121.

⁹⁵ Dr. Bonjour, Guérisons miraculeuses modernes, 1913.

Dr. Bonjour, Une preuve nouvelle de l'influence du moral sur le physique.

⁹⁶ Forel, Der Hypnotismus.

Methode der Autosuggestion gestattet uns, häufiger dergleichen Fälle feststellen zu können.

Das wären alles Erscheinungen, die vor allem dazu angetan waren, die Aufmerksamkeit auf die Verwirklichung zu lenken. Denn im Gegensatz zu den Handlungen der Somnambulen lag hier das Eigenartige nicht so sehr im Annehmen der Idee, als in der Verwirklichung der Ideen dieser Art und in der Wirkung auf den Organismus. Diese Vorgänge waren tatsächlich viel packender als die possierlichen Handlungen der Somnambulen. Sie hatten außerdem den Vorteil, den die letzteren nicht aufweisen konnten, — daß bei ihnen eine Simulation völlig ausgeschlossen war. Es scheint mir, daß ihr Studium eine ausgezeichnete, feste Grundlage für die Suggestion als Wissenschaft geboten hätte. Da man aber daran gewöhnt war, sah man weiterhin in der Suggestion das Annehmen einer Idee (durch Täuschung, Gefühls-erregung, Gehorsam, Anhänglichkeit, Mangel an Selbstkontrolle). Man war über den erstaunlichen Gehorsam der Somnambulen derartig überrascht gewesen, daß man auch die physiologischen Vorgänge dieser Art als eine andere Erscheinungsform dieses staunenerregenden Gehorsams betrachtete, und man merkte nicht, daß man es hier mit etwas ganz anderem zu tun hatte. Denn wenn ich noch so schön gehorsam bin und mich möglichst gefügig zeige, so wird mich das immer noch nicht in den Stand setzen, auf meinem Körper auf Befehl Wundmale hervorzurufen.

So sind gerade die bedeutsamsten Vorgänge am wenigsten erforscht und geprüft worden. Sie sind umsomehr vernachlässigt worden, als man nicht im Besitz einer Methode war, mit deren Hilfe man sie auf Befehl herbeiführen konnte. Sie blieben also vereinzelte Beobachtungen, ohne daß man eingehende Experimente darüber anstellte. Und die Autoren, denen eine künstliche Erzeugung nicht gelungen war, verharren auf dem Standpunkt des berechtigten Skeptizismus. Selbst wenn ihnen die Erzeugung einmal gelungen war und weitere Bemühungen erfolglos blieben, so fragten sie sich noch mehrfach, ob sie bei den ersten Experimenten nicht das Opfer einer Illusion geworden seien. Das ist noch die Stellungnahme P. Janets,⁹⁷ und der Kommentar, den er zu diesen Phänomenen gibt, gehört zu den denkbar interessantesten, denn er gibt eine Erklärung dafür, daß die sicherste und am besten informierte Wissenschaft von einigen der interessantesten Vorgänge auf dem Gebiete der Psycho-Physiologie bisher unberührt bleiben konnte. Janet sagt: „Es bleibt nur die Erinnerung an eine seltsame Tatsache, die keinen Zutritt in das Gebiet der Wissenschaft gefunden hat.“

Lassen wir einmal die spezielleren Vorgänge, wie z. B. die Blasenbildung, weg, und halten wir uns einmal an die weit einfacheren vasomotorischen Erscheinungen und an die Veränderungen des Pulsschlages. Die Feststellung der Zweifel und

⁹⁷ P. Janet, *Les médications psychologiques*, Bd. I, p. 287—288.

der Zurückhaltung Janets hinsichtlich dieser Vorgänge muß uns zwar in Erstaunen setzen; aber doch ist sie verständlich. Bei unserer Erfahrung könnten wir sie zwar tagtäglich bei der Mehrzahl unserer Versuchspersonen herbeiführen; wenn aber andere Autoren weniger erfolgreich gearbeitet haben, so ist die Schuld gewiß nicht in ihren ungenügenden Kenntnissen, noch in der fehlenden Geschicklichkeit zu suchen, sondern in der mangelhaften Methode, die ihnen die Tradition überliefert hatte. Da die Autoren tatsächlich die auf den Gehorsam zurückgeführten Vorgänge als die typischsten Suggestionen ansahen und diese physiologischen Wirkungen folgerichtig nur als einen Sonderfall betrachteten, so haben sie sich leidenschaftlich bemüht, diese physiologischen Wirkungen nach demselben Verfahren hervorzubringen, das bei den Somnambulen die Handlungen aus Gehorsam bewirkte. Nun ist dies ein vollkommener Irrtum, denn diese physiologischen Wirkungen sind keinesfalls Vorgänge, die auf dem Gehorsam beruhen, sondern Autosuggestionen. An den Mechanismus der Verwirklichung der Ideen mußte man sich halten, nicht an den des Annehmens. Wenn ich mich damit begnüge, jemandem zu befehlen (selbst in sehr scharfem Tone), daß er seinen Pulsschlag verändern oder an seiner Fingerspitze ein fühlbares Pulsieren der Arterien hervorrufen soll, so kann man mit Sicherheit behaupten, daß sich die gewünschte Veränderung nicht einstellt, selbst wenn es sich um eine gefügte Ver-

suchsperson handelt, denn das hat mit Fügsamkeit nichts zu tun.⁹⁸ Und man versteht, daß die Autoren Suggestionen dieser Art gar zu gern als Ausnahmeerfolge hinstellten und die Hypnose im allgemeinen als notwendige Grundbedingung ansahen (die jedoch bei weitem nicht immer genügte). Wenn wir dagegen diese Experimente als Experimente der Autosuggestion ansehen, so wird es nach kurzer Erziehung zur Autosuggestion leicht, sie im Wachzustande an der Mehrzahl der Versuchspersonen vorzunehmen, und zwar mit einer Genauigkeit und Klarheit, die jeden Zweifel ausschließt.

Übrigens ist noch eine andere Klippe zu vermeiden, und man darf daher diese Experimente nicht als Übungen des Willens hinstellen: der Unterschied zwischen Willen und Suggestion erscheint hier ganz klar. Mag man sich noch so bemühen, seinen Pulsschlag „durch eine Willensanstrengung“ zu ändern, man kommt damit zu nichts, und dies erklärt auch, warum derartige physiologische Wirkungen, die sich durch Suggestion sehr leicht herbeiführen lassen, bis jetzt als das Erbteil gewisser bevorzugter Personen betrachtet wurden. Ribot schreibt darüber:

⁹⁸ Bernheim (De la suggestion, 1908, p. 23—25) erwähnt folgenden interessanten Vorgang: Es gelingt ihm, den Pulsschlag durch Suggestion abzuändern, indem er den Pulsschlag mit lauter Stimme zählt und den Rhythmus beim Zählen beschleunigt oder verlangsamt, ohne der Versuchsperson zu sagen, daß er eine Suggestion beabsichtigt. Dies gelingt ihm aber nicht durch direkte Suggestion, durch die bloße Versicherung, daß der Pulsschlag sich ändern wird.

„Gewisse Personen können ihren Herzschlag willkürlich beschleunigen oder verlangsamen, das heißt durch die Wirkung einer intensiven und beharrlichen Vorstellung; der berühmte Physiologe E. F. Weber besaß diese Macht und hat den Mechanismus dieser Erscheinung beschrieben.“⁹⁹

Der berühmte Physiologe besaß damit eine Macht, die durchaus keine Ausnahme bildet, die gewöhnlich nur erst anerzogen werden muß.

* * *

Annehmen und Verwirklichung beginnen uns nun als zwei scharf unterschiedene Dinge zu erscheinen. Die Vorgänge der Autosuggestion stellen die Frage eigentlich viel klarer und scheinen sie mir gleichzeitig zu entscheiden.

Wenn neben den Fremdsuggestionen tatsächlich Autosuggestionen bestehen, so ist gewiß, daß sich in den letzteren nur der Individualfaktor offenbart, während er in den ersteren nur als Folgeerscheinung zum Spezialfaktor zutage tritt. Oder anders ausgedrückt: der Spezialfaktor besteht nur in gewissen Kategorien der Suggestionen (Fremdsuggestionen), während der Individualfaktor bei allen in die Erscheinung tritt. Er ist es also, der zur Definition der Suggestion herangezogen werden muß. Die Autosuggestion ist demnach die charakteristische Grundform jeder Suggestion.

Die wichtigste Frage ist nun aber, ob es tatsächlich Autosuggestionen gibt, das heißt, ob die

⁹⁹ Th. Ribot, Essai sur l'imagination créatrice, p. 3.

mit diesem Namen bezeichneten Vorgänge tatsächlich zur Familie der klassischen Suggestionen gehören. Nun scheint mir dies keinem Zweifel zu unterliegen: In beiden Fällen setzen die Vorgänge gleiche psychologische Bedingungen voraus (der Zustand der Suggestibilität, den man von der Versuchsperson fordert, ist sich hier und da gleich); die Resultate, und besonders die therapeutischen Resultate, sind auch gleicher Natur.

Wenn die Autosuggestion die gleichen Wirkungen hervorruft wie die klassische Suggestion, so wird man vielleicht sagen, daß dies in geringerem Grade geschieht, und daß sie so eigentlich ein unechtes und farbloses Abbild der Suggestion ist. Doch scheint mir diese Behauptung durchaus unberechtigt.

Die Blasenbildung, das Verschwinden der Warzen und andere physiologische Veränderungen dieser Art gehören zweifellos zu den extremsten Resultaten der hypnotischen Suggestion, — zu den Resultaten, die, wie Dr. Bonjour äußert, die „Grenzen der Hypnose“ berühren. Nun haben sich ganz ähnliche Vorgänge durch Autosuggestion von selbst vollzogen. Bernheim äußert gelegentlich gewisser Versuche der Blasenbildung, daß er sich nur an den Fall der Stigmata der Louise Lateau¹⁰⁰ anlehnt, und wenn Bonjour Warzen beseitigt, so ahmt er damit nur die Resultate nach, die durch abergläubische Mittel in den waadtländischen Dörfern erzielt worden sind.

¹⁰⁰ Bernheim, De la suggestion, p. 78.

Gewisse Vorgänge lassen sogar den Gedanken aufkommen, daß gerade die Autosuggestion die Fähigkeit besitzt, die genauesten Resultate hervorzubringen, und daß die hypnotische Suggestion nur ihr mehr oder weniger abgeschwächtes und unbeständiges Abbild ist. In meiner „Psychologie der Suggestion“ findet man die nähere Untersuchung der Vorgänge, die diese These bestätigen. Wir wollen uns augenblicklich darauf beschränken, uns noch einmal ins Gedächtnis zurückzurufen, was wir eben bei den Versuchspersonen mit vasomotorischen Erscheinungen und Pulsveränderungen festgestellt haben, und wollen dann kurz folgendes bemerken:

Wir müssen gewisse nervöse Symptome als „bedingte Autosuggestionen“ betrachten, die gleicher Natur sind wie gewisse posthypnotische Suggestionen, in denen man der Versuchsperson befiehlt, jedesmal, wenn bestimmte Umstände (Signalbedingung) eintreten, dies oder jenes auszuführen. Nur haben diese posthypnotischen Suggestionen gewöhnlich eine beschränkte Wirkungsdauer, während die spontane Autosuggestion der Hysteriker auf Jahre hinaus, um nicht zu sagen auf ein ganzes Leben, Wirkungen bestimmen kann. Die Praxis der therapeutischen Autosuggestion scheint gleichfalls dazu geeignet, Veränderungen herbeizuführen, die weniger unverzüglich eintreten, und weniger aufsehenerregend, aber tiefer und beständiger sind, als die durch Fremdsuggestion in der Hypnose hervorgerufenen.

Kurz, wir haben durchaus das Recht, die Autosuggestion als die Grundform jeder Suggestion anzusehen. Die Suggestion ist mehr ein Individual- als ein Sozialvorgang. Sie muß durch die Verwirklichung, nicht durch das Annehmen erklärt werden.

Nach dieser Feststellung scheinen sich die verwickelten Probleme, die wir im Anfang dieser Abhandlung betrachtet haben, merklich zu klären.

Siebentes Kapitel.

KURZE ZUSAMMENFASSENDE ÜBERSICHT.

Von den beiden Auffassungen, zwischen denen Bernheim schwankte:

1. die Suggestion ist eine in das Gehirn eingeführte und von ihm aufgenommene Idee;
2. die Suggestion ist eine Idee, die sich in Handlung umsetzt (das heißt, die sich verwirklicht),

scheint uns jetzt die zweite den Vorgängen am meisten nahe zu kommen.

Im Laufe der vorliegenden Abhandlung sind wir zu der Erkenntnis gekommen:

1. daß die Suggestion nach dem jetzigen Stande unserer Kenntnisse vor allem als ein psychologischer Vorgang untersucht werden muß,
2. daß die Suggestion als ein Vorgang der Individualpsychologie definiert werden muß, und daß dieser Vorgang auf die zweite Definition Bern-

heims zurückgreift, daß er die Verwirklichung einer Idee ist. Die Auffassung Bernheims, die so auf eine seiner beiden Formeln beschränkt wird, ist zum Teil schon von der mißlichen Allgemeinheit, die man ihr vorwarf, befreit worden; und doch bleibt sie selbst unter dieser Form noch zu allgemein, und die Kritik Binets, die wir in dieser Hinsicht hervorgehoben haben, bleibt zu Recht bestehen.

Aber wir haben gesehen, daß Binet, der Bernheims Definition durch eine andere ersetzen wollte (die Definition durch „Befehl“), mit denselben Schwierigkeiten zu kämpfen hat. Im allgemeinen werden wir uns auf der Suche nach einer befriedigenden Auffassung nicht an die Autoren wenden, die in der Suggestion einen sozialen Vorgang der Beeinflussung gesehen haben. Wir haben ja eben gerade darauf verzichtet, die Suggestion durch einen Vorgang der Beeinflussung zu charakterisieren. Außerdem haben wir ja im Laufe dieser Abhandlung festgestellt, was in den verschiedenen Definitionen, die man in diesem Sinne aufzustellen versucht hat, an Ungenauem und Willkürlichem zu finden war.

Wenn die Definition Bernheims (Verwirklichung einer Idee) unzulänglich ist, so ist damit nicht gesagt, daß sie falsch sein muß, sie ist nur zu allgemein gehalten. Statt sie durch eine andere zu ersetzen, wäre es besser, sie beizubehalten und durch Einschränkung des zu weiten Umfangs zu verbessern.

* * *

Hier werden die Äußerungen Janets für uns wertvoll sein. In ihm sehen wir den Autor, der sich der psychologischen Analyse der Vorgänge, die uns beschäftigen, am meisten gewidmet hat, und man muß unbedingt drei von ihm aufgestellte wesentliche Prinzipien in ihren Grundzügen anerkennen:

1. Bei jeder Suggestion geht die Idee der verwirklichten Sache der Verwirklichung der Sache voraus. Janet sagt: „Man darf nicht von Suggestion sprechen, wenn man nicht die Existenz der vorausgegangenen Idee im Geiste der Versuchsperson nachweisen kann.“¹⁰¹ Dies deckt sich im Grunde mit der Auffassung Bernheims, setzt aber noch den Punkt auf das i.

2. In einem Satz, den wir schon angeführt haben, sagt Janet ferner: „Ich habe versucht zu beweisen, daß man diese Phänomene allein unter dem Gesichtspunkt der Handlung betrachten kann.“¹⁰² Von diesem Gesichtspunkt der Handlung — oder besser von dem der Tätigkeit — müssen wir ausgehen, wenn wir die Suggestion als Verwirklichung einer Idee ansehen.

3. Vor allem hat sich schließlich P. Janet durch das Studium und die Definition der Suggestion als Funktion des Unterbewußtseins verdient gemacht. Es ist heute kaum möglich, sie anders zu erforschen und zu definieren. Es scheint mir, daß wir gerade diesen Appell an das Unterbewußtsein

¹⁰¹ P. Janet, *Les médications psychologiques*, Bd. I, p. 224.

¹⁰² Ebenda p. 207.

brauchen, und daß er uns genügt, um die heute angewandte, zu allgemein gehaltene Definition zu vervollständigen. Statt zu sagen: „Die Suggestion ist die Verwirklichung einer Idee“, drücken wir uns besser so aus: „Die Suggestion ist die unterbewußte Verwirklichung einer Idee“ (oder noch besser: die Verwirklichung einer Idee, die durch einen unterbewußten Prozeß vermittelt wird). Kommen wir damit nicht zu einer Auffassung, die gleichzeitig sehr einfach und doch sehr ausdrucksvoll ist?

Nun können wir zwar Janet nicht bis in die kleinsten Einzelheiten seiner eigenen Auffassung über die Suggestion folgen. Wenn wir auch den drei eben erwähnten Prinzipien in großen Zügen zustimmen, so glaube ich doch, daß wir die Erklärungen Janets in bezug auf die letzten beiden Punkte nur mit einem wichtigen Vorbehalt annehmen können.

1. „Unter dem Gesichtspunkt der Tätigkeit betrachten“ ist eine etwas dehnbare Formel, deren Nachteile wir bereits in Kapitel 4 nachgewiesen haben. Überdies muß „unter dem Gesichtspunkt der Tätigkeit betrachten“ nicht gerade heißen, daß man vom Gesichtspunkt der eigentlichen Handlungen aus urteilt, man kann zum Beispiel dabei auch „die Wirkung des Geistes auf den Körper“ im Auge haben. Da Janet vor allem Vorgänge heranzieht, die ihrer Natur nach den Handlungen der Somnambulen entsprechen, so ist er durchaus zur Annäherung dieser Vorgänge an den „Impuls“

berechtigt. Da er die Fälle betrachtet, in denen die Suggestion Handlungen hervorbringt, die den willkürlichen Handlungen gleichen, sich aber viel weniger den näheren Umständen anpassen als diese, so muß man ihm durchaus das Recht zusprechen, „den unvollkommenen, unvollendeten Charakter dieser Handlungen“¹⁰⁸ hervorzuheben. Wenn man dagegen gewisse physiologische Veränderungen betrachtet, die durch die Suggestion herbeigeführt worden sind (und die uns sicher ebenso uninteressant erschienen sind wie die Handlungen der Somnambulen), so muß man zugestehen, daß die Suggestion da gewirkt hat, wo der Wille nicht wirken konnte. Man wird also nicht mehr von „unvollkommener Handlung“ sprechen können, und man wird eine Konzession — eine durchaus kluge — an die These Myers machen müssen, nach der die unterbewußte Tätigkeit vermag, was die bewußte Tätigkeit nicht vermag. Wir wollen hierbei übrigens gleich feststellen, daß dieselbe Anordnung der Vorgänge bei Liébeault die Grundlage seiner Studien gewesen ist. Sein Buch ist betitelt: „Du sommeil et de quelques états analogues au point de vue de l'action du moral sur le physique“. Diesen Gesichtspunkt hätte man immer beim Studium der Suggestion wahren sollen, das hätte viele Schwankungen erspart; es wäre auch der Weg gewesen, auf dem die psychologische Theorie Schritt für Schritt in das Gebiet der Physiologie hätte gelangen können.

¹⁰⁸ Janet, Les médications psychologiques, p. 207.

2. Dies führt uns zu unserem zweiten Vorbehalt. Wir haben schon festgestellt, daß die Suggestion nach Janet ein pathologisches Unterbewußtsein voraussetzt, daß sie sogar selbst ein pathologischer (hysterischer) Vorgang ist. Aber wir haben es gesehen, das Unterbewußtsein ist normal; es kann in gewisser Hinsicht dem Bewußtsein überlegen sein, und man kann die Suggestion durch das Unterbewußtsein definieren, ohne es zu einem pathologischen Phänomen stempeln zu müssen.

„Die unterbewußte Verwirklichung einer Idee“. Diese Formel entspricht ebenso den Versuchen, die von Liébeault und Bernheim bei den Normalen angestellt wurden, wie den Versuchen Charcots bei den Hysterikern. Sie umfaßt die Vorgänge des „petit hypnotisme“ der Schule von Nancy, wie auch die des „grand hypnotisme“ der Schule der Salpêtrière. Heißt das, daß auch diese Formel zu allgemein gefaßt ist, und daß man sie allein auf das pathologische Unterbewußtsein beschränken muß, um ihr einen genauer präzisierten Sinn zu geben? Es scheint nicht!

Wenn die Formeln Bernheims zu allgemein gehalten waren, so liegt der Grund darin, daß sie zur Vermischung der Suggestion mit den landläufigsten, mit den am sichersten feststehenden Vorgängen der Psychologie führten, wie zum Beispiel mit dem Willensakt, der Ideenassoziation usw. Im Gegenteil, wenn wir die Suggestion als „die unterbewußte Verwirklichung einer Idee“ definieren und sie als einen Normalvorgang betrachten,

so vermengen wir sie trotzdem nicht mit den anderen psychologischen Vorgängen; wir vermischen sie mit der Gewohnheit nicht mehr als mit irgend-einer anderen Sache; der unterbewußte Akt kann nach der Definition der zeitgenössischen Psychologie manchmal die Gewohnheit streifen; aber er ist mit ihr nicht identisch; der Akt der Gewohnheit ist einfach ein bewußter und willkürlicher Akt, der durch die Wiederholung nach und nach weniger bewußt, mechanischer geworden ist. Sein Gebiet ist so ziemlich klar charakterisiert.

Jeder pathologische Vorgang ist die Entstellung eines normalen Vorganges, aber es handelt sich darum, festzustellen, welcher Art dieser normale Vorgang sein muß. Die Suggestion im wissenschaftlichen Sinne dürfte nur als ein pathologischer Vorgang aufgefaßt werden, wenn dieser pathologische Vorgang die Entstellung eines alltäglichen und allgemein bekannten Vorganges wäre (wie z. B. das Gefühl, der Glaube oder der Willensakt). Aber wenn dieser pathologische Vorgang die Entstellung eines normalen Vorganges ist, der an sich eigenartig ist, neu für die Wissenschaft, von der traditionellen Psychologie noch nicht eingeordnet, dann müssen der pathologische und der entsprechende normale Vorgang gemeinsam erforscht werden, und dies kann auch geschehen, ohne daß die Gefahr eines Zurücksinkens in alltägliche und unklare Begriffe besteht.

Nun ist dies auch tatsächlich der Fall. Die unterbewußte Verwirklichung einer Idee ist wirk-

lich etwas Ursprüngliches, das von der klassischen Psychologie noch nicht untersucht worden ist. Sie verdient also, daß man ihretwegen ein neues Kapitel der Psychologie beginnt, und daß man sie mit einem spezifischen Namen bezeichnet. Der Name „Suggestion“ ist der natürlichste, da er ja schon zur Bezeichnung derartiger Vorgänge üblich ist.

Wenn sich diese Definition auch nicht auf die Mehrzahl der Vorgänge, die die Autoren Suggestion genannt haben, anwenden läßt, so trifft sie doch gewisse wesentliche Merkmale, die der Mehrzahl dieser Vorgänge eigen sind. Und so will auch die Definition Bernheims genauer präzisiert werden: nicht, indem man gewisse Gruppen von Vorgängen ausschließt — was immerhin ziemlich willkürlich wäre —, sondern durch die Untersuchung, ob all diese Vorgänge, oder wenigstens die Mehrzahl unter ihnen, nicht eine gewisse, allen gemeinsame, besondere und hervorstechende Eigenschaft besitzen.

Die so aufgefaßte Suggestion ist eine bestimmte Form psychologischer Tätigkeit, der als solcher ein Platz neben den klassischen Formen gebührt, neben dem Instinkt, der Gewohnheit und dem Willen.

Aber halten wir fest: diese Betätigungsformen bewahren immer einen gewissen Grad der Abstraktion: man trennt sorgfältig den reinen Willensvorgang vom reinen Instinkt und der reinen Gewohnheit. Auf dem Gebiet des Konkreten werden unsere Willensakte im allgemeinen durch den In-

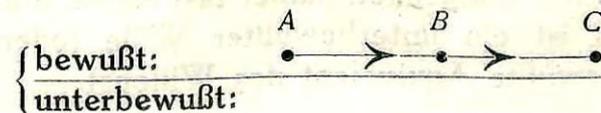
stinkt unterstützt und beruhen mehr oder weniger auf der Gewohnheit. Jemand schreibt einen energischen Brief, um seine Interessen zu verteidigen: Das ist zwar ein Willensakt, jedoch ist es nicht schwer, den Instinkt der Unterhaltung abzugrenzen gegen den Instinkt des Besitzes, ja sogar gegen den Instinkt der Kampflust, wobei wir schon gar nicht die von der Schule anerzogene Gewohnheit zu schreiben in Betracht ziehen wollen. Die Tatsache, daß die geringsten unserer Handlungen einen natürlichen Komplex bilden, ist ein Gemeinplatz der Handbücher der Psychologie. Nun bildet die Suggestion auch eine solche Zusammengesetztheit. Kann man einen absolut reinen Suggestionvorgang isolieren? Unzweifelhaft ist in allen Äußerungen unserer Betätigung ein Teil Suggestion enthalten, geradeso wie darin ein Teil Wille, ein Teil Instinkt und ein Teil Gewohnheit enthalten ist. Bernheim hat also mit Recht das allgemeine Vorkommen der Suggestion festgestellt. Er hat dagegen mit Unrecht behauptet, daß alle Vorgänge, bei denen die Suggestion in Erscheinung tritt, selbst Suggestionen sind, anstatt nur zu sagen, daß die Suggestion bei diesen Vorgängen eine Rolle spielt. Es ist also im Grunde genommen ein Fehler im Ausdruck, den Bernheim selbst durch folgenden Ausspruch berichtigt hat: „Es ist nicht alles in der Suggestion enthalten, aber die Suggestion ist in allem.“

Es ist besonders belehrend, die Suggestion und den Willen zu vergleichen. Wir haben gesehen,

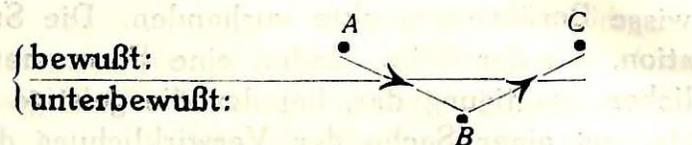
daß gewisse Autoren Autosuggestion und Willen miteinander vermischt haben. Tatsächlich sind gewisse Berührungspunkte vorhanden. Die Suggestion, wie der Wille, stellen eine Form menschlicher Betätigung dar, bei der die geistige Vorstellung einer Sache der Verwirklichung dieser Sache vorangeht. Diese Vorstellung wird sichtbar, da sie eine dynamische Wirkung hat und die Verwirklichung selbst auslöst. (Das ist im Falle der Suggestion nicht mehr und nicht weniger geheimnisvoll als in dem des Willens.)

Unter diesem Gesichtspunkt sind Wille und Suggestion Vorgänge, die aus derselben Familie stammen. Aber doch weichen sie voneinander ab: im ersten Fall ist der Prozeß der Verwirklichung bewußt, wir können die Ausführung von Anfang bis zu Ende überwachen; im zweiten Fall dagegen ist das Unterbewußtsein wirksam. Wir können das folgendermaßen schematisieren:

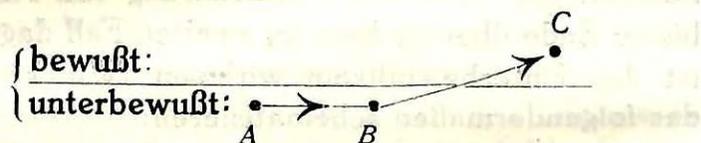
Bezeichnen wir mit A die Idee der physiologischen oder psychologischen Veränderung, die sich verwirklichen soll, mit B den Prozeß der Verwirklichung, mit C die Veränderung nach der Verwirklichung. Stellen wir ferner durch einen horizontalen Strich die Grenze zwischen dem Bewußtsein und dem Unterbewußtsein dar. Bei dem Willen vollzieht sich alles im Bewußtsein, und wir haben folgendes Schema:



Der Typus der Suggestion ließe sich dagegen folgendermaßen schematisieren:



Man kann übrigens eine mehr oder minder starke Beteiligung des Unterbewußtseins an diesem Phänomen feststellen. Nun scheinen einige hysterische Symptome zunächst durchaus nicht mit der Suggestion verwandt zu sein, denn der Hysteriker hat bewußt die Idee vorher nicht gehabt; aber die Psychoanalyse weist zuweilen nach, daß diese Idee doch als unterbewußte Idee vorhanden war. Dies wäre demnach eine Art Suggestion, die folgende Form annimmt:



Aber es ist vielleicht vorzuziehen, daß wir Phänomene dieser Art hier ausschalten und nur von Suggestion sprechen, wenn die vorangegangene Idee bewußt ist und auf irgend eine Art klar nachgewiesen werden kann.

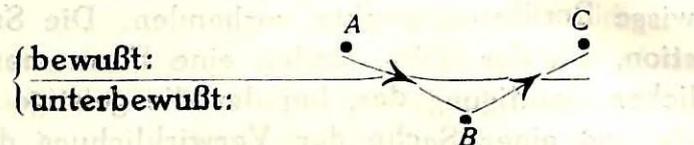
Auf jeden Fall unterscheidet sich die Suggestion vom Willen durch eine mehr oder minder starke Beteiligung des Unterbewußtseins. Man könnte der Einfachheit halber fast sagen: die Suggestion ist ein unterbewußter Wille (oder das unterbewußte Äquivalent des Willens).

* * *

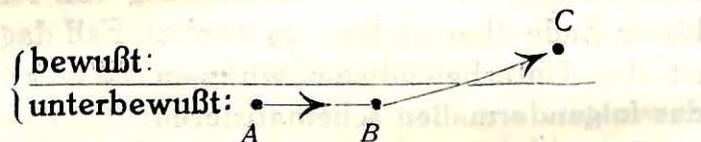
Wenn wir die Suggestion unter diesem Gesichtswinkel betrachten, wollen wir nicht verkennen, daß die anderen Auffassungen wohl begründet waren. Die Mehrzahl behält wenigstens einen relativen Wert; und wenn man sich an die Kritik, die wir geübt haben, erinnert, wird man leicht verstehen, daß wir gegen die Theorien Einspruch erhoben haben, die die Suggestion bald an das Gefühl, bald an die affektbetonte Übertragung angleichen. Wir haben die Angleichung der Suggestion an diese Erscheinungen abgelehnt, haben aber trotzdem erkannt, daß die letzteren als Begleitumstände der Suggestion eine wichtige Rolle spielen können. Wir haben die Suggestion definiert, wie man jede Erscheinung definieren soll, nämlich durch ihre beständigste Eigenschaft, oder die, die uns als solche erschienen ist. Aber wir müssen den Begriff dadurch vervollkommen, daß wir auch den sekundären Eigenschaften und den veränderlichen Faktoren des Phänomens Rechnung tragen. Aus diesen veränderlichen Faktoren ergeben sich verschiedene Formen der Suggestion. Und die Antworten auf die Fragen, die wir ganz am Anfang dieses Buches gestellt haben, können keine absoluten Antworten sein. Gehen wir unter diesem Gesichtspunkte noch einmal jede dieser Fragen durch:

1. Wir geben zu, daß die Suggestion ein Normalvorgang ist, aber wir müssen bemerken, daß sie durch gewisse pathologische Zustände, besonders durch die Hysterie, verändert wird, und

Der Typus der Suggestion ließe sich dagegen folgendermaßen schematisieren:



Man kann übrigens eine mehr oder minder starke Beteiligung des Unterbewußtseins an diesem Phänomen feststellen. Nun scheinen einige hysterische Symptome zunächst durchaus nicht mit der Suggestion verwandt zu sein, denn der Hysteriker hat bewußt die Idee vorher nicht gehabt; aber die Psychoanalyse weist zuweilen nach, daß diese Idee doch als unterbewußte Idee vorhanden war. Dies wäre demnach eine Art Suggestion, die folgende Form annimmt:



Aber es ist vielleicht vorzuziehen, daß wir Phänomene dieser Art hier ausschalten und nur von Suggestion sprechen, wenn die vorangegangene Idee bewußt ist und auf irgend eine Art klar nachgewiesen werden kann.

Auf jeden Fall unterscheidet sich die Suggestion vom Willen durch eine mehr oder minder starke Beteiligung des Unterbewußtseins. Man könnte der Einfachheit halber fast sagen: die Suggestion ist ein unterbewußter Wille (oder das unterbewußte Äquivalent des Willens).

* * *

Wenn wir die Suggestion unter diesem Gesichtswinkel betrachten, wollen wir nicht verkennen, daß die anderen Auffassungen wohl begründet waren. Die Mehrzahl behält wenigstens einen relativen Wert; und wenn man sich an die Kritik, die wir geübt haben, erinnert, wird man leicht verstehen, daß wir gegen die Theorien Einspruch erhoben haben, die die Suggestion bald an das Gefühl, bald an die affektbetonte Übertragung angleichen. Wir haben die Angleichung der Suggestion an diese Erscheinungen abgelehnt, haben aber trotzdem erkannt, daß die letzteren als Begleitumstände der Suggestion eine wichtige Rolle spielen können. Wir haben die Suggestion definiert, wie man jede Erscheinung definieren soll, nämlich durch ihre beständigste Eigenschaft, oder die, die uns als solche erschienen ist. Aber wir müssen den Begriff dadurch vervollkommen, daß wir auch den sekundären Eigenschaften und den veränderlichen Faktoren des Phänomens Rechnung tragen. Aus diesen veränderlichen Faktoren ergeben sich verschiedene Formen der Suggestion. Und die Antworten auf die Fragen, die wir ganz am Anfang dieses Buches gestellt haben, können keine absoluten Antworten sein. Gehen wir unter diesem Gesichtspunkte noch einmal jede dieser Fragen durch:

1. Wir geben zu, daß die Suggestion ein Normalvorgang ist, aber wir müssen bemerken, daß sie durch gewisse pathologische Zustände, besonders durch die Hysterie, verändert wird, und

daß dann gewisse eigenartige Erscheinungen zutage treten. Die Suggestion ist, wenn man es so ausdrücken will, eine Funktion, die, wie jede Funktion, ihre Pathologie hat.

2. Wir sind der Ansicht, daß die Suggestion nach dem jetzigen Stande unserer Kenntnisse zunächst als ein psychologischer Vorgang erforscht werden muß. Dies soll ihren physiologischen Eigenschaften, die wir im Laufe der Zeit zweifellos noch näher kennen lernen werden, keinen Abbruch tun. Übrigens haben wir bemerkt, daß es wünschenswert ist, wenn man die Suggestion „unter dem Gesichtspunkt der Wirkung des Seelischen auf das Körperliche“ erforscht, wie es Liébeault wollte. Dieser Gesichtspunkt ist besonders interessant in bezug auf die therapeutische Anwendung der Suggestion. Außerdem läßt er die Beobachtung klarer und deutlich wahrnehmbarer Vorgänge zu. Das Studium dieser Vorgänge gehört also ebenso gut in das Gebiet der Physiologie wie in das der Psychologie, und es handelt sich scheinbar vor allem um die Physiologie des vegetativen Nervensystems und der vasomotorischen Erscheinungen.

3. Auch der Zustand, der die Suggestion bedingt, muß augenblicklich vor allem vom psychologischen Standpunkt aus ins Auge gefaßt werden. Dieser Zustand kann auch nur mit der Hypnose identifiziert werden, wenn man diesen letzten Ausdruck im weitesten Sinne anwendet. Dies bleibt jedoch zum großen Teil Frage der Definition. Auf jeden Fall setzt aber die „unterbewußte Verwirk-

lichung einer Idee nicht unbedingt den herbeigeführten Schlaf voraus.“ Die ursprüngliche Bedingung dieser Verwirklichung liegt in der Natur des psychologischen Zustandes, der die Idee begleitet: nämlich des Zustandes der Konzentration, der Aufmerksamkeit, des „Monoideismus“ usw. Das Vorhandensein eines begleitenden Gefühls kann diesen Zustand noch begünstigen (und wir stoßen hier auf die Theorien, die die Suggestion an das Gefühl angeglichen haben). Es bleibt noch zu erforschen, in welchem Grade der herbeigeführte Schlaf den psychologischen Zustand, der jeder Suggestion günstig ist, verstärken kann.

4. Die Suggestion gehört in das Gebiet der Individualpsychologie. Das wäre natürlich kein Grund, die Wichtigkeit der sozialen Faktoren zu verkennen, die sie gelegentlich verstärken können. Wir finden dabei alles wieder, was über den Einfluß von Mensch zu Mensch gesagt worden ist; über das Beispiel, den Gehorsam und die Anhänglichkeit an den Hypnotiseur (affektbetonte Übertragung). Aber das sind in unseren Augen veränderliche Faktoren der Suggestion, sie sind nicht selbst die Suggestion.

5. Wir haben bemerkt, daß die Mehrzahl der geläufigen Theorien einen unzulänglichen Begriff von der Suggestion gibt. Dieser Begriff paßt nicht zu den Erfahrungen der Praktiker auf dem Gebiete der Autosuggestion, die in dieser eine „Willenserziehung“ oder wenigstens eine Erziehung zur „Selbstbemeisterung“ sehen (wenn der Ausdruck

„Wille“ hier einen doppelten Sinn zuläßt). Das ist übrigens kein Grund, um der Suggestion als etwas Mystischem Loblieder zu singen. Tatsächlich kann die Suggestion je nach den Begleitumständen gut oder schlecht sein, und man kann Bedingungen schaffen, unter denen sie sich immer heilsam und erzieherisch erweist. Es gibt pathologische Suggestionen, es gibt auch solche, die den Menschen einem Hypnotiseur blindlings ausliefern, aber das sind nur gelegentliche Erscheinungsformen, da die Suggestion an sich weder ein pathologischer Vorgang, noch ein Vorgang der Beeinflussung ist.

* * *

Es ist wichtig, daß wir hier einmal die verschiedenen Formen der Suggestion auseinanderhalten, damit wir uns einen richtigen Begriff von ihnen machen können. Wir wollen hier nur noch folgende Unterscheidung vornehmen:

A. Die spontane Suggestion, die von selbst in uns entsteht, ohne daß wir dies beabsichtigt haben (Beispiel: die Furcht vor Stottern ruft Stottern hervor, usw.).

B. Die willkürlich angewandte Suggestion, das heißt, die Suggestion, die mit einem bestimmten Endzweck auf Befehl hervorgerufen wird. Diese umfaßt zwei Kategorien:

a) die herbeigeführte Suggestion, die von einem Suggestor im Wachzustande oder in der Hypnose bewirkt wird;

b) die nach innen gekehrte Suggestion oder methodische Autosuggestion, durch die wir auf uns selbst erfolgreich einzuwirken lernen.

In dem Werke, das ich der Psychologie der Suggestion gewidmet habe, haben wir nacheinander jede dieser Kategorien untersucht.

* * *

Die Autosuggestion ist seit einiger Zeit geradezu Mode geworden. Volkstümlich geworden ist sie heute (außer durch wirklich geeignete Praktiker) teils durch Schwindler, teils durch Leute, die wohl unterrichtet, aber völlig unfähig sind, — Leute, die den Couéismus oder sonstige Systeme auf ihre Fahne geschrieben haben. Es entsteht da eine große Gefahr und es ist gut, das Publikum hier zu warnen; vor allem in Deutschland, wo die Propaganda wütet.

Ebenso wollen wir die Aufmerksamkeit des Publikums auf das „Institut international de Psychagogie et de Psychothérapie“ lenken, das kürzlich in Genf gegründet wurde unter dem Protektorat eines Ehrenkomitees, das aus folgenden Persönlichkeiten besteht: Dr. Adler (Wien), Dr. Bjerre (Schweden), M. Coué (Nancy), Prof. Driesch (Leipzig), Prof. Flügel (London), Prof. Janet (Paris), Dr. C. G. Jung (Zürich), Prof. Rignano (Mailand), Prof. Wycheslawtzeff (Moskau). Dieses Institut, das die Autosuggestion auf sein Programm setzte, hat sich bemüht, sie in einen gesunden, wissenschaftlichen Rahmen zu bringen und zu behaupten und gleichzeitig das Publikum gemäß seiner Bildung aufzuklären. Der Verfasser des vorliegenden Buches fühlte sich verpflichtet, sich dieser Gründung anzunehmen und hat daher die Leitung übernommen. Er er bietet sich, Lesern, die für diese Frage Interesse zeigen, Aufschluß zu geben. (Adresse: Taconnerie 3, Genf, Schweiz.)

BIBLIOGRAPHISCHER ANHANG.¹⁰⁴

- Abramowsky. Le subconscient normal, Alcan, Paris 1914.
 Azam (Dr. Eugen). Hypnotisme, double conscience et altérations de la personnalité, Paris 1887.
 Baade (W.). Siehe Claparède.
 Baudouin (C.). Suggestion und Autosuggestion, Sibyllen-Verlag, Dresden 1924, deutsche Ausgabe.
 Baudouin (C.). Psychologie der Suggestion und Autosuggestion. 4. verbesserte Auflage des vorigen. Sibyllen-Verlag, Dresden 1926, deutsche Ausgabe.
 Baudouin (C.). Etudes de psychanalyse, Délachaux & Niestlé, Neuchâtel-Paris 1922.
 Baudouin (C.) und Lestchinski (Dr. A.). Innere Disziplin, Sibyllen-Verlag, Dresden, deutsche Ausgabe.
 Beaunis (H.). Le somnambulisme provoque, études physiologiques et psychologiques, Paris 1886.
 Bernheim (H.). De la Suggestion et des ses applications à la thérapeutique, Doin, Paris 1896.
 Bernheim (Dr. H.). Die Suggestion und ihre Heilwirkung, Franz Deuticke, Leipzig und Wien 1888, deutsche Ausgabe.
 Bernheim (Dr. H.). Automatismes et Suggestion, Alcan, Paris 1917.
 Bertrand. Traité du Somnambulisme, Paris 1823.
 Bertrand, Du magnétisme animal en France, Paris 1826.
 Binet (Alfred). La Suggestibilité, Schleicher, Paris 1911.
 Blech, L'auto-suggestion comme moyen thérapeutique, physique et moral in: Revue de l'hypnotisme, Paris 1897.
 Bonjour (Dr.). Une preuve nouvelle de l'influence du psychique sur le physique. Mitgeteilt auf dem 3. internationalen Kongreß für Psychologie und Psychotherapie in München.
 Bonjour (Dr.). Guérisons miraculeuses modernes, Baillière, Paris 1913.
 Bonnet (Dr. Géraud). Précis d'autosuggestion volontaire. 2. Auflage. Jules Roussel, Paris 1911.
 Braid (James). Neurhyponology, Churchill, London-Edinburgh 1843.
 Breuer und Freud, Studien über Hysterie, Deuticke, Leipzig-Wien 1895.
 Brooks (Harry). The practice of autosuggestion by the method of Emile Coué, Allen & Unwin, London 1922.

¹⁰⁴ Alle Angaben, wie genauer Titel, Erscheinungsjahr, Verlag sind hier aufgeführt worden und sind daher im Text des Buches nicht genau angegeben.

- Bumke. Das Unterbewußtsein. Berlin 1922.
 Charcot (Dr. J. M.). Werke, Band IX.
 Chevreul. Lettres à M. Ampère sur une classe particulière de mouvements musculaires, in: Revue des Deux Mondes, 1833.
 Chevreul. De la baguette divinatoire, du pendule dit explorateur et des tables tournantes, au point de vue de l'histoire, de la critique, et de la méthode expérimentale, 1854.
 Claparède (Ed.) et Baade (W.). Recherches expérimentales sur quelques processus psychiques simples dans un cas d'hypnose, in: Archives de Psychologie, Genf 1919.
 Coste de Lagrave. Quelques expériences d'autohypnotisme et d'autosuggestion, in: Revue de l'hypnotisme, Paris 1890.
 Coué (Emile). La maîtrise de soi-même par l'autosuggestion consciente 1913, 43. Auflage, Oliven, Paris 1922. (Deutsche Ausgabe: „Selbstbemeisterung“, Schwabe, Basel.)
 Dessoir. Das Unterbewußtsein. Z. f. Psychotherapie, Bd. I, 1909.
 Drever (James). Instinct in man, Universität Cambridge 1917.
 Durand de Gros (Philips, Pseudonym). Cours théorique et pratique de braidisme, 1860.
 Dwelshauvers (Dr. Georges), L'Inconscient, Flammarion, Paris 1919.
 Ferenczi (S.). Introjektion und Übertragung, Deuticke, Leipzig 1910.
 Feuchtersleben (von). Zur Diätetik der Seele, 1838.
 Flournoy (Th.). F. W. H. Myers et son oeuvre posthume, in: Archives de psychologie, Genf, Band 7, 1903.
 Forel (Dr. Aug.). Der Hypnotismus, Enke, Stuttgart 1905.
 Freud (Dr. Sigmund). Die Traumdeutung 1900, 4. Auflage, Deuticke, Wien 1913.
 Freud (Dr. Sigmund). Zur Psychopathologie des Alltagslebens, 1904, 10. vermehrte Auflage, Internationaler Psychoanalytischer Verlag, Leipzig, Wien, Zürich 1924.
 Freud, siehe Breuer.
 Ganz. Das Unbewußte bei Leibniz in Beziehung zu modernen Theorien, Zürich 1919.
 Grasset (Dr.). L'hypnotisme et la suggestion, 1903, 4. Auflage, Doin, Paris 1916.
 Hartmann (Eduard von). Die Psychologie des Unbewußten, 1868, 3 Bände, 11. Auflage, Hermann Haacke, Leipzig 1904.
 Hennig. Das Wesen der Inspiration. Leipzig 1912.
 Heydl (Johannes Erich). Die Suggestion, in: Grundwissenschaft, phil. Zeitschrift d. Johannes-Rehmke-Gesellschaft, Band 4, Nr. 1—2, Leipzig 1923.
 James (William). Principles of psychology, 1890.

- Janet (Dr. Pierre). *L'Automatisme psychologique*, 1889, 9. Auflage, Alcan, Paris 1919.
- Janet (Dr. Pierre). *Les Médications psychologiques*, 3 Bände, Alcan, Paris 1919.
- Jones (Ernest). *Papers on Psycho-Analysis*, 3. Auflage, Ballière, Tindall & Cox, London 1924.
- Jones (Ernest). The nature of autosuggestion, in: *British Journal of medical psychology*, Band 3, Teil 3, 1923.
- Jung (C. G.). *La Structure de l'Inconscient*, in: *Archives de Psychologie*, Band XVI, Nr. 62, Kündig, Genf 1916.
- Leibniz, *Nouveaux essais sur l'entendement humain*, 1765.
- Lestchinski (Dr. A.) et Lorié (S.). *Essai médico-psychologique sur l'autosuggestion*, Délachaux & Niestlé, Neufchâtel-Paris 1924.
- Lestchinski (Dr. A.). Siehe Baudouin.
- Levy (Dr. Paul-Emile). *L'éducation rationnelle de la volonté, son emploi thérapeutique*, 1898, 2. Auflage, Alcan, Paris 1899.
- Liébeault. *Le sommeil et les états analogues au point de vue de l'action du moral sur le physique*, 1860.
- Lipps (Theodor). *Leitfaden der Psychologie*, 3. Auflage, Leipzig 1909.
- Lorié (S.). Siehe Lestchinski.
- De Mirville, *Pneumatologie. Des esprits et de leurs manifestations diverses*, 1863.
- Myers (F. W. H.). *Proceedings of the Society for psychical research*, London 1891—1896.
- Myers (F. W. H.). *Human personality and its survival from bodily death*, 1903, Longmans, Green & Co., London 1923.
- Parkyn (Dr. Herbert A.). *Autosuggestion*, 1905, Fowler, London 1916.
- Payot (Jules). *L'éducation de la volonté*, 43. Aufl., Alcan, Paris 1918.
- Pierce (Frederick). *Our unconscious mind, and how to use it*, Dutton, New York 1922.
- Pontes de Miranda (Dr.). *Subjektivismus und Voluntarismus im Recht*, in: *Archiv für Rechts- und Wirtschaftsphilosophie*, Band XVI, Nr. 4, 1922.
- Ribot (Th.). *Essai sur l'imagination créatrice*, Alcan, Paris 1900.
- Richer (Paul). *La grande hystérie*, Paris 1881.
- Richet (Charles). *L'homme et l'intelligence. Fragments de physiologie et de psychologie*, 2. Auflage, Alcan, Paris 1887.
- Rulf. *Das Problem des Unbewußten*. *Arch. f. Psychiatrie*, Bd. 68, 1923.
- Weber (E.). *Der Einfluß psych. Vorgänge auf den Körper*. Berlin 1910.
- Weinhandl (Ferdinand). *Einführung in das moderne philosophische Denken*, F. A. Perthes, Gotha-Stuttgart 1924.
- Weinhandl (Ferdinand). *Wege der Lebensgestaltung*, F. A. Perthes, Gotha-Stuttgart 1924.
- Wundt (W.). *Hypnotismus und Suggestion*.

- Janet (Dr. Pierre). L'Automatisme psychologique, 1889, 9. Auflage, Alcan, Paris 1919.
- Janet (Dr. Pierre). Les Médications psychologiques, 3 Bände, Alcan, Paris 1919.
- Jones (Ernest). Papers on Psycho-Analysis, 3. Auflage, Ballière, Tindall & Cox, London 1924.
- Jones (Ernest). The nature of autosuggestion, in: British Journal of medical psychology, Band 3, Teil 3, 1923.
- Jung (C. G.). La Structure de l'Inconscient, in: Archives de Psychologie, Band XVI, Nr. 62, Kündig, Genf 1916.
- Leibniz, Nouveaux essais sur l'entendement humain, 1765.
- Lestchinski (Dr. A.) et Lorié (S.). Essai médico-psychologique sur l'autosuggestion, Délachaux & Niestlé, Neufchâtel-Paris 1924.
- Lestchinski (Dr. A.). Siehe Baudouin.
- Levy (Dr. Paul-Emile). L'éducation rationnelle de la volonté, son emploi thérapeutique, 1898, 2. Auflage, Alcan, Paris 1899.
- Liébeault. Le sommeil et les états analogues au point de vue de l'action du moral sur le physique, 1860.
- Lipps (Theodor). Leitfaden der Psychologie, 3. Auflage, Leipzig 1909.
- Lorié (S.). Siehe Lestchinski.
- De Mirville, Pneumatologie. Des esprits et de leurs manifestations diverses, 1863.
- Myers (F. W. H.). Proceedings of the Society for psychical research, London 1891—1896.
- Myers (F. W. H.). Human personality and its survival from bodily death, 1903, Longmans, Green & Co., London 1923.
- Parkyn (Dr. Herbert A.). Autosuggestion, 1905, Fowler, London 1916.
- Payot (Jules). L'éducation de la volonté, 43. Aufl., Alcan, Paris 1918.
- Pierce (Frederick). Our unconscious mind, and how to use it, Dutton, New York 1922.
- Pontes de Miranda (Dr.). Subjektivismus und Voluntarismus im Recht, in: Archiv für Rechts- und Wirtschaftsphilosophie, Band XVI, Nr. 4, 1922.
- Ribot (Th.). Essai sur l'imagination créatrice, Alcan, Paris 1900.
- Richer (Paul). La grande hystérie, Paris 1881.
- Richet (Charles). L'homme et l'intelligence. Fragments de physiologie et de psychologie, 2. Auflage, Alcan, Paris 1887.
- Rulf. Das Problem des Unbewußten. Arch. f. Psychiatrie, Bd. 68, 1923.
- Weber (E.). Der Einfluß psych. Vorgänge auf den Körper. Berlin 1910.
- Weinhandl (Ferdinand). Einführung in das moderne philosophische Denken, F. A. Perthes, Gotha-Stuttgart 1924.
- Weinhandl (Ferdinand). Wege der Lebensgestaltung, F. A. Perthes, Gotha-Stuttgart 1924.
- Wundt (W.). Hypnotismus und Suggestion.

Im
Verlag Carl Reißner, Dresden
erscheint:

SCHÖPFERISCHE KULTUREN

Eine neue Bücher-Reihe

Primitive Kulturen und Abendland – dieser Widerspruch ist der Inhalt der Bände. Vernichtung europäischer Anmaßung bringen sie, ein Purzeln der Götzen. Ungeheuerlich ist die Kluft zwischen der Scheinkultur der Zivilisation und jenen befruchtenden, verachteten Kulturen mit ihrer Blutfülle, Phantasie und Dämonie, die ins Wunderreich primitiver Kunst eingehen.

**Annemarie von Nathusius:
Im Auto durch Persien**
Gebunden etwa M. 6.—

Hans Much: Die Welt des Buddha
8. Auflage. Gebunden M. 4.50

O. v. Hanstein: Die Welt des Inka
Ein Sozialstaat der Vergangenheit
Gebunden M. 4.50

Pierre Loti: Im Zeichen der Sahara
Mit 16 Bildtafeln. Gebunden M. 7.—

Pierre Loti: Indienreise
Mit 16 Bildtafeln. Gebunden M. 8.—

**Pierre Loti: Aus Persiens
Wunderwelt**
Mit 16 Bildtafeln. Gebunden M. 7.—

**Raoul Francé: Die Kultur
von morgen**
10. Auflage. Gebunden M. 4.50

Hans Schlegel: Kulturgrotesken
Gebunden M. 4.50

**Wilhelm Bölsche:
Die Eroberung des Menschen**
Geheftet M. 3.50, gebunden M. 5.—

Prospekte sendet gern der Verlag

DER COUÉISMUS

Seine gesammelten Quellschriften in 4 Bänden,
mit Coués eigenen grundlegenden Arbeiten, die
ausschließlich hier veröffentlicht sind, und zwar zum
erstenmal in deutscher Sprache.

Erster Band:

**Emil Coué: Selbstheilung und Seelen-
erziehung durch Autosuggestion**

Zweiter Band:

Charles Baudouin: Das Wesen der Suggestion

Dritter Band:

**H. Th. Sanders: Die Autosuggestion und die
Macht des Unterbewußten in uns**

Vierter Band:

**C. Harry Brooks:
Die Praxis der Autosuggestion
Durchgesehen und eingeleitet von E. Coué**

*Preis jedes Bandes: Geheftet M. 3.—, Halbleinen M. 4.50
Alle vier Bände in Halbleinen mit gemeinsamer Kassette M. 17.—*

Hier ist das Fundament einer neuen Psychologie! Eine Erläuterung erübrigt sich, die Namen der Verfasser, die als die maßgebenden Autoritäten gelten, sprechen von selbst. Wenn wir heute im Zeitalter des Couéismus leben, so darf mein Verlag das Verdienst in Anspruch nehmen, daß er als erster deutscher Verlag Coué in Deutschland eingeführt hat, als dieser Name hier noch fast unbekannt war. Der erste Band dieser Schriftenreihe enthält die entscheidenden grundlegenden Arbeiten von Coué selbst mit dessen ausdrücklicher Autorisation, jene Arbeiten, die die wertvollste und wichtigste Darstellung seiner Methode bedeuten. Je stärker eifertige Produzenten, die die Mode ausnutzen wollen, die Literatur über den Couéismus vermehren, um so mehr verlangt man nach diesen Quellschriften.

VERLAG CARL REISSNER IN DRESDEN