Wiener Parapsychische Bibliothek 3

(Die Okkulte Welt 126)

Gesundung durch Erziehung

Pädagogische Psychogymnastik, Persuasion und Couéismus

von

Prof. Dr. med. et phil. et jur. Ferdinand Winkler

Johannes Baum Verlag, Pfullingen in Württemberg

PS
61
W

Für jeden, der wissenschaftlich auf der Höhe der Zeit sein will,
40. Auflage ganz unentbehrlich ist: 40 Auflage

Die Wissenschaft für Alle

Allgemeinverständliches Taschenwörterbuch des Weltwissens
von **OSKAR KRESSE** mit ausführlichen Abhandlungen über:

Teil I. **1. Die vier Hauptgrundgesetze der Natur. 2. Entwicklungslehre (Evolutionismus). 3. Kunstlehre (Aesthetik) mit 16 Abbild.: Gipfelwerke der bildenden Künste. 4. Weisheitslehre (Philosophie) mit einer Untersuchung über das Wesen von Raum und Zeit.**

Teil II. **1. Das Fehlen der Zeit in der Natur und die Folgen dieser Erkenntnis, mit einem durch einen wissenschaftlichen Versuch (Experiment) geführten Beweise. 2. Gesundheitspflege (Hygiene). 3. Volkswirtschaft (Nationalökonomie) mit 8 Seiten Kunstdruckbildern.**

Das Werk enthält derart wichtige neue naturwissenschaftliche Erkenntnisse und Entdeckungen, die jeder ohne weiteres und ohne irgendwelche Ausgaben und Unkosten auf sich selbst anwenden kann, daß es für jeden und jede unentbehrlich ist. Wer vernünftige wirtschaftliche Zustände, ein das Notwendige angemessen übersteigendes Einkommen für sich selbst, sowie den Schutz gegen Unterhaltslosigkeit für sich und seine Angehörigen herbeiführen will, findet alles Erforderliche in der Volkswirtschaftslehre (Nationalökonomie) auf wissenschaftlicher Grundlage. Die Einreihung der Artikel und Schlagworte wie bei Wörterbüchern verschafft dem Buche auch alle Vorzüge eines handlichen, immer zur Antwort bereiten Nachschlagewerkes.

Jeder der beiden Teile ist für sich abgeschlossen und kostet bei Bestellung auf Grund dieser Anzeige Mk. 1.50, beide Teile Mk. 3.— franko.

Aus Presse-Urteilen: In diesem Buche ist zum ersten Male der, übrigens vollkommen gelungene, Versuch gemacht worden, sämtliche Fremdwörter, auch die der schwierigsten wissenschaftlichen Fachausdrücke, durch deutsche Worte wiederzugeben. Dadurch ist jeder in der Lage, auch die schwierigsten Untersuchungen der Weisheitslehre (Philosophie) ohne weiteres zu verstehen. „Tägl. Rundschau", Berlin, vom 2. 3. 22.

„. . . . Das wertvolle und einzigartige Buch enthält die Weisheitsschätze aller Zeiten und Völker. . . . ." „Nach der Arbeit", Berlin, Jahrg. 1921, Heft 2718.

„. . . . Kurz und klar, in den meisten Fällen mit den eigenen Worten der großen Denker, wird das Wesentliche ihrer Lehren zusammengefaßt wiedergegeben. . . ." „Darmstädter Tagblatt", 184 Jahrg., No. 244 vom 4. 9. 21.

„. . . . dieses „Taschenwörterbuch des Weltwissens" ist nicht für den Bücherschrank oder gar für den Salontisch bestimmt, sondern es soll in dienstfreien Minuten aus der Tasche geholt und gelesen werden. . . ." „Lübecker Volksbote" Organ für die Interessen der werktätigen Bevölkerung. 28. Jahrg., No. 160 vom 12. 7. 21.

Vom gleichen Verfasser ist ferner in **220. bis 240. Auflage** erschienen

Fremdwörterbuch

(Verdeutschung entbehrlicher Fremdwörter).

Diese neue Auflage ist vollständig umgearbeitet und bedeutend vermehrt. Sie enthält rund 15000 verdeutschte Fremdwörter und fremdsprachliche Sinnsprüche mit Aussprachebezeichnung, ferner über 700 deutsche Vornamen. Preis 80 Pfg.

Endlich können noch wenige Exemplare des berühmten okkultistischen Romans

Ueberwinder des Todes

von **OSKAR KRESSE** geliefert werden u. zw. brosch. Textausgabe für **Mk. 3.—** in Ganzleinen gebd. Textausgabe für **Mk. 5.—**, illustrierte Ausgabe in Großquart mit Bildern von dem auf dem russischen Kriegsschauplatz gefallenen Maler Reimann (Schüler Franz Stucks) **Mk. 12.—**.

Bezug durch PRANA-VERLAG, PFULLINGEN in Württemberg.

Wiener Parapsychische Bibliothek 3

(Die Okkulte Welt 126)

Gesundung durch Erziehung

Pädagogische Psychogymnastik Persuasion und Couéismus

Ein Vortrag

von

Prof. Dr. med. et phil. et jur. Ferdinand Winkler

PPS 151

2011.113
(CB 6P76)

Johannes Baum Verlag, Pfullingen in Württemberg

Die „Wiener Parapsychische Bibliothek" („W. P. B.", Schriftleitung Regierungsrat U. Tartaruga) enthält die Publikationen des „Wiener Parapsychischen Instituts" (W. P. I.) und will bezüglich Gediegenheit, Reichhaltigkeit und Wohlfeilheit eine würdige deutsche Sammelstelle internationaler Grenzforschungsarbeit sein. Das W. P. I. (Präsident Univ.-Prof. Dr. K. C. Schneider, Direktor Reg.-Rat Ubald Tartaruga) errichtete am 5. Januar 1924 die erste akademische Lehrkanzel für Xenologie in der Absicht, mittels systematischer Führung durch das Gebiet der Schulwissenschaft und deren in das Reich des Unerforschten vorgetriebenen Spitzen kritisches Beurteilungsvermögen gegenüber sämtlichen paranormalen Erscheinungen zu verschaffen.

* *

In der „W. P. B." sind erschienen bezw. erscheinen bis Herbst 1924:

Aus dem Reiche des Hellsehwunders. Neue retroskopische Versuche. Von Regierungsrat U. Tartaruga, Oberpolizeirat a. D., Direktor des „W. P. I.". *Mk. 1.20.*

Die Stellung der heutigen Wissenschaft zu den parapsychischen Phänomenen. Von Univ.-Prof. K. C. Schneider. *Mk. 1.20.*

Psychologie der Suggestion. Von Dr. Anton Mißriegler. *90 Pfg.*

Das Leuchtvermögen des menschlichen Körpers. Von Prof. Dr. Rudolf Schmid.

Der künstliche Mensch. Von Dr. Desiderius Papp.

Der böse Blick. Von Prof. Dr. Ferd. Winkler.

Alle Rechte vom Johannes Baum Verlag vorbehalten.
Gedruckt in der Neugeistdruckerei Pfullingen in Württ.

Pädagogische Psychogymnastik ist die Kunst der Erziehung des Willens zum Gesundwerden und zum Gesundbleiben; ihr gehört einerseits die Unterweisung, die Persuasion und anderseits die Übung, das Coué'sche Verfahren, zu und beiden zusammen eröffnet sich das große Gebiet der Psychotherapie, die nicht bloß psychische, sondern auch körperliche Leiden heilt und als Psychotherapie bezeichnet wird, weil sie mit seelischen Mitteln arbeitet; sie ist die wirklich naturgemäße Heilmethode, und ihr eröffnet sich ein weiter Ausblick auf fruchtbringende Fortentwicklung.

Seit alters bemüht sich die Heilkunde, den kranken Menschen selbst in den Dienst seines Gesundwerdens zu stellen, und vom Tempelschlafe an bis zur Vaccinetherapie zieht sich wie ein roter Faden durch die Gedankenarbeit des Arztes das Streben, die im Kranken liegenden Heilfaktoren zur Bekämpfung der Krankheit heranzuziehen. In den griechischen Tempeln des Asklepios, des Gottes der Heilkunde, sahen die Kranken im Schlafe die ihnen vom Gotte verkündigten Heilmethoden und nach dem Erwachen deuteten die priesterlichen Ärzte das Geschaute um und ordneten die Behandlung an; das Bewußtsein, selbst der Empfänger der übernatürlichen Erkenntnis zu sein, hat sicherlich sehr viel zu den Heilerfolgen beigetragen, von denen uns die Erztafeln in Epidauros Kenntnis geben. Und wenn der moderne Arzt durch seine Impfungen den Organismus zur Bildung von Gegengiften anregt, so handelt er im gleichen Sinne; er macht den Kranken nicht gesund, aber er sorgt dafür, daß der Kranke gesund werde.

Medici sunt ministri naturae, sie sind die Diener der Natur, nicht ihre Herren; wenn die natürliche Heilkraft des Organismus erlahmt, sind die Ärzte machtlos, und ihre Kunst geht dahin, das wundervolle Streben der Natur, die Organe zu normaler Funktion zurückzuführen, und damit die Gesundheit wieder herzustellen. Doch der Einfluß des guten Arztes auf seine Kranken, das Vertrauen, welches er ihnen einflößt, und der Gehorsam, den sie ihm entgegenbringen, sind jene Heilfaktoren, ohne welche eine Beeinflussung der Krankheit nur schwer gelingt.

Der Kranke muß den Willen zum Gesundwerden haben, er muß bei der Heilung mittun, wie sich das Volk in seiner Weisheit auszudrücken liebt; aber der Arzt muß dem Kranken als Mitkämpfer zu Seite stehen, er muß gewissermaßen seine Beschwerden mit ihm fühlen und alles unterstützen, was der Selbstheilung förderlich ist. Deshalb haben die Ärzte der alten Zeit einen großen Unterschied zwischen der inneren und äußeren Behandlung gemacht und der ersteren den Vorzug gegeben, weil nur sie ihnen die Gewähr einer vollkommenen Zurückführung zum normalen Leben zu bieten schien, während die äußere Behandlung, namentlich die Chirurgie, mit ihren schnei-

denden und brennenden Methoden im Widerspruch mit dem wahren Wesen der Heilkunde zu stehen schien.

Alle Wunderheilungen, die uns aus dem Altertum überliefert werden, beziehen sich deshalb auf Selbstheilung unter dem Einfluß einer überragenden Persönlichkeit, und in besonderer Weise tritt uns dieser Charakter der ärztlichen Funktion in den Erzählungen der Bibel entgegen. Aber auch die Berichte über die Erfolge des Exorcismus des Mittelalters lassen deutlich erkennen, wie das Mystische in der priesterlichen Handlung den Organismus im eigentlichen Sinne des Wortes umzustimmen versuchte, und nicht anders dürfte es um die Heilungen beschaffen sein, welche den Medizinmännern der primitiven Völker gelingen.

Es ist sehr leicht, mit dem Worte „Suggestionswirkung" die ganze Sache abtun zu wollen; wenn es sich nur um Suggestion handeln würde, warum haben sich diese Wunderheilungen so leicht dem Gedächtnis der Menschen eingeprägt, daß sie nicht aufhören, von ihnen zu erzählen? und warum sind diese Suggestivmethoden nicht schon längst Gemeingut aller Ärzte geworden? Mit der Suggestion allein ist es eben nicht getan; bei einem Ausfall einzelner Organe, wie beim Fehlen der Schilddrüsenfunktion oder beim Fehlen der Eierstockfunktion ist von einer Suggestion nichts zu erwarten, und das grundsätzlich arzneilose Heilverfahren, von dem die Naturheilkunde träumt, ist von der Wissenschaft zu verwerfen; das unsterbliche Verdienst von Ehrlich und von Behring ist es, uns gelehrt zu haben, wie wir die Heilvorgänge im Organismus zielbewußt fördern können.

Diese Förderung der Heilvorgänge kann auf chemischem und auf psychischem Wege geschehen; der chemische Weg ist die Methode der heutigen Arzneitherapie, welche es gelernt hat, bestimmte Heilwirkungen durch bestimmte Arzneimittel zu erzielen, also in zielbewußter Weise — „chemisch zielen" sagt Ehrlich — die Heilvorgänge in bestimmten Organen anzuregen. Die psychische Methode ist der Weg, welchen die moderne Psychotherapie geht, sei es, daß sie die von Liébault und Bernheim in die wissenschaftliche Therapie eingeführte Hypnose oder die von Freud ersonnene Psychoanalyse oder die von Coué empfohlene Persuasion verwendet; dabei ist zu bemerken, daß hier der Ausdruck „Persuasion" nicht mit der in der Psychotherapie für das Verfahren von Dubois gebrauchte gleichnamige Bezeichnung identisch ist, da Dubois auf jeden gewollten Suggestiveffekt verzichtet und dem Kranken als wissender Freund, nicht als Wundertäter gegenübertritt, der dem Kranken in sorgfältig individueller Ausforschung einen Einblick in die Entstehung seiner Symptome und ihrer psychischen Vermittlung verschaffe. Durch Appell an die Einsicht und den guten Willen des Kranken sucht der Arzt zur Heilung zu gelangen.

Bei der im Couéschen Verfahren geübten Persuasion handelt es sich aber darum, den ganzen kranken Menschen in den Bereich der Beeinflussung zu ziehen und ihm in seiner Haltlosigkeit eine ausreichende Stütze zu geben.

Wenn der Lehrer dem Schüler, der eine an ihn gestellte Frage nicht zu beantworten weiß, zu helfen sucht und ihm sagt, er sei davon überzeugt, daß der Schüler die richtige Antwort kenne, da überkommt es plötzlich den Schüler wie ein Licht der Erkenntnis, und er vermag die Antwort, die irgendwo bereit zu sein schien, aber von einer Vorstellung gleichsam überdeckt war, tadellos zu geben. Und dem gleichen Phänomen entspricht die alltägliche

Erfahrung, daß uns ein Name nicht einfallen will, trotzdem er uns „auf der Zunge liegt" und daß späterhin bei Fortsetzung des Gespräches plötzlich der gesuchte Name auftaucht. Aber es ist oftmals nicht leicht, allein und für sich den gewollten Namen zu finden, während es mit Unterstützung einer helfenden Person leicht gelingt.

Wenn meine Versuchsperson, die ich zur Findung einer in der Hypnose gegebenen Wortvorstellung, die sie beim Erwachen vergessen hat, veranlassen will, sich an das Wort nicht einmal dem fernen Klange nach erinnert, so sage ich ihr, daß ein bestimmter Buchstabe im Worte besonders hervorklingt, und ich erlebe regelmäßig das staunenswerte Auftauchen ähnlicher Worte, welche die Versuchsperson selbst immer verwirft, bis sie an das Richtige kommt und mit Sicherheit sagt, dieses Wort müsse es gewesen sein. Ich habe also meine Versuchsperson gewissermaßen überredet, solange im Gedächtnis zu suchen, bis sie tastend zur richtigen Vorstellung gelangt, ich habe somit eine Persuasion (persuadere = überreden) gebraucht, aber ich habe ihr nicht eine Suggestion (suggerere = einreden) gegeben, daß sie sich erinnern müsse. Ich habe ihr den Weg gezeigt, auf dem sie zur Erinnerung kommt, und ich habe den normalen Weg der Wortfindung ablaufen lassen, ich habe aber nicht gewaltsam eine bestimmte Vorstellung aus der Reihe der andern hervorgerissen und sie in den Glanz des Bewußtseins gestellt, wie es bei der Suggestion geschieht.

Die Persuasion ist auch keine Autosuggestion, sie tritt nicht durch eigene Kraft auf, sondern sie braucht die Hilfe einer helfenden, einer überredenden Person; in dem oben besprochenen Falle des Schülers wird diese Hilfe von dem Lehrer geleistet, und in dem Falle der Heilung durch Persuasion wird die Überredung vom Arzte durchgeführt. Aber es scheint nicht notwendig, daß der Arzt die Persuasion selbst leitet; es genügt oft, daß sich der Kranke den Arzt genau vorstellt, wie er die Persuasion das erstemal vorgenommen hat und wie er zu ihm gesprochen hat, und daß er sich das Bild dieser Szene so lebendig vor Augen führt, daß er den Arzt zu sehen und zu hören vermag und auf dem Wege der von der Psychologie als subjektives Anschauungsbild oder als eidetisches Bild bezeichneten Vorstellung die Persuasion empfängt. Es ist deshalb zweckmäßig, daß man dem Kranken sagt, er habe sich bei der ihm aufgetragenen Gedankenfolge, welche seine Heilung betrifft, stets den Arzt und das Sprechzimmer des Arztes, beziehentlich die Situation, in welcher die erste Persuasion stattfand, vorzustellen, um die entsprechenden Gedanken immer in gleichmäßiger Weise ablaufen zu lassen.

Coué[1]) schreibt Willensübungen vor, um den Kranken schrittweise an den Glauben an sich selbst zu gewöhnen; er läßt etwa einen an einem Faden hängenden Ring frei vor das Gesicht halten und fordert den Übenden auf, daran zu denken, daß der Ring schwingen werde; wenn der Ring infolge der mit diesem Gedanken verbundenen Muskelbewegung wirklich schwingt, fordert Coué dazu auf, sich in Gedanken eine neue andere Schwingungsrichtung vorzustellen, und ohne Schwierigkeit beginnt der Ring die neue gedachte Schwingungs-Richtung anzunehmen, ohne daß der Übende bewußt dem Ringe die neue Richtung gegeben hat; der Gedanke allein hat die Muskelbewegung

[1]) Coué, Die Selbstbemeisterung durch bewußte Autosuggestion. Deutsch von Dr. Paul Amann. Basel 1924

in der entsprechenden Weise beeinflußt. Man kann auf die gleiche Weise auch die Schwingungen vollkommen sistieren und den Ring bloß durch Gedankenarbeit ruhig stellen. Wer sich jemals mit den Erscheinungen des sogenannten „siderischen Pendels" beschäftigt hat, findet in diesen Couéschen Übungen wohlbekannte Faktoren und erinnert sich auch, daß bei dem Wünschelrutenphänomen ähnliche Momente mitspielen.

Es ist aber wirklich nicht notwendig, solche Übungen zu wiederholten Malen zu machen, es genügt schon eine einzige Übung, um dem Übenden zu beweisen, wieviel man mit seinen bloßen Gedanken zustande bringt; natürlich darf man nicht glauben, daß es sich um eine Gedankenübertragung auf das leblose Objekt handle oder daß man auf einem der drahtlosen Telegraphie analogen Wege den Ring lenken könne; es handelt sich immer nur um eine durch die Gedankenarbeit hervorgerufene Muskelbewegung im Arme.

Diese von Coué angegebenen Übungen fallen mit den seit langem studierten Suggestibilitätsproben zusammen, bei denen untersucht wird, ob eine hypnotisierende Person einer Suggestion fähig ist. Vor dreißig Jahren hat Bérillon solche Methoden mit viel Glück verwendet und neuerdings hat sie Schultz empfohlen. Die eine der auch von J. H. Schultz empfohlenen Methoden, welche bei achtzig Prozent der Untersuchten positiv ausfällt, beruht auch auf dem Prinzip des siderischen Pendels, die zweite Methode, welche in sechzig Prozent positiv ist, ist der bekannte Fallversuch[2]).

Den Pendelversuch führt Schultz in der Weise aus, daß er aus einem zangenförmig gebogenen festen Eisendraht einen Bügel von etwa 20 cm Länge herstellt und an der vorderen Biegung des Bügels einen etwa 20 cm langen Faden mit einer 1 cm Durchmesser haltenden Bleikugel anhängt. Die Versuchsperson ergreift den Bügel, stellt sich mit ungezwungen hingehaltenem Arme an den Tisch und erhält die Aufgabe, die Kugel über die Mitte eines aufgezeichneten großen Kreises frei in der Luft zu halten und jede willkürliche Bewegung zu vermeiden. Darauf erhält sie die Anweisung, mit Blick und Gedanken der Kreislinie zu folgen, weder an die Hand mit dem Pendel noch an sonst etwas zu denken, sondern sich nur an den Eindruck der Kreislinie zu halten; bei den meisten Menschen tritt nun ein unwillkürliches Schwanken des Pendels auf, in der Längsrichtung oder in Kreisbewegung. Der Fallversuch besteht darin, daß man die Versuchsperson in strammer Haltung vor einen Sessel stellt und sie anweist, sich vollkommen auf die Vorstellung zu konzentrieren: Ich falle jetzt nach hinten. Man betont ihr gegenüber, daß diese Vorstellung sie ganz ausfülle und ihr ununterbrochen gegenwärtig sein müsse; bei vielen Personen tritt nun tatsächlich rasch ein schnelles und oft plötzliches Umfallen auf.

Schultz sucht mit diesen beiden Versuchen seinen Kranken zu zeigen, wie der Körper durch bloße Vorstellungen zu beeinflussen ist, und weist sie darauf hin, daß der normale Mensch nicht imstande ist, durch seinen Willen das Erröten oder das Erblassen des Gesichts hervorzurufen, daß dies aber durch die bloße Vorstellung von Kälte gelinge.

Als Ziel der Behandlung durch Persuasion erscheint, um mit Schultz zu reden, die Herstellung eines Zustandes, der die Verlebendigung von Vorstellungen gestattet, die geeignet sind, den Krankheitserscheinungen entgegenzuwirken; der Erwerb solcher Vorstellungen ist an ein Üben und an ein Lernen gebunden, und deshalb ist sowohl in den Couéschen wie in den Schultzschen Vorschriften für ein Training Vorsorge getroffen. Man zeigt dem zu behandelnden Kranken zunächst die Beeinflußbarkeit der willkürlichen Muskulatur; man läßt ihn bequem Platz nehmen, die Augen schließen und seelisch eine vollständig passive Haltung einnehmen; nur soll er sich auf die Vorstellung „Mein Arm ist schwer" konzentrieren, und es tritt wirklich bald die sogenannte zentrale Hypotonie auf, die sich nach Schultz zweckmäßig durch den von Großmann angegebenen Handgriff demonstrieren läßt: der Unterarm wird leicht vom Arzt in die Höhe gehoben und fällt, dem eigenen Gewicht folgend, bleischwer zurück; bei einem Teile der Kranken kann man auch Spannungszustände des Armes feststellen. Man kann auch den Oberarm des Kranken unter Druck umfassen und läßt den Kranken sich auf die Vorstellung einstellen, daß der Arm steif sei, wobei man immer wieder hervorhebt, daß, wie beim Pendelversuch und beim Fallversuche jede bewußte Mitwirkung zu vermeiden sei, und der Kranke sich mit der gegebenen Vorstellung beschäftigen müsse; in den meisten Fällen wird der Arm auch wirklich steif. In den folgenden Sitzungen läßt Schultz die Vorstellung wirken, daß der Arm warm sei, wobei meist eine Wärmeempfindung, von der Schulter wellenförmig absteigend, beobachtet wird. Schultz meint, daß man nach Absolvierung dieser Übungen zur Behandlung der wirklichen Krankheit übergehen könne, weil in dem zu Behandelnden die Überzeugung gefestigt ist, daß er sich nicht dem ihm fremden Willen des Arztes unterwirft, sondern daß er durch die Hilfe, welche ihm der Arzt leistet, seine eigenen Willenserlebnisse aus der Herrschaft psychogener Widerstände und Sperrungen lösen und frei durchführen könne.

Die Methodik der Persuasion beruht darauf, daß sie die gesunkene Willensenergie anregen, eine von Haus aus bestehende Willenschwäche bekämpfen, alle die Willensbetätigung hemmenden Momente beseitigen, durch Übungen den Willenseinfluß steigern kann und L. Loewenfeld bemerkt mit Recht, daß so in der Willenssphäre Erfolge erzielt werden können, welche von keiner Art psychischer Behandlung übertroffen wurden. „Bei sehr vielen neuropathischen und psychopathischen Individuen wird das Handeln durch Zwangsvorstellungen, Theorien, Autosuggestionen oder durch Furcht vor Schmerzen und anderen Beschwerden, mitunter in sehr hohem Grade gehemmt und dabei gelegentlich die Befriedigung der körperlichen Bedürfnisse und die geistige Fähigkeit beschränkt. Wir haben hier die Aufgabe, diese Hemmungen wegzuräumen und dann dem Willen die Möglichkeit seiner vollen Entfaltung zu verschaffen, was durch Aufklärungen, Mahnungen, suggestive Einwirkung auf einzelne Symptome, Erteilung bestimmter Vorschriften und sukzessive Steigerung der Forderungen geschieht. Wir sind so beispielsweise imstande, einen sogenannten Agoraphoben oder einen Topophoben, der sich jahrelang über die nächste Umgebung seines Hauses nicht hinauswagte, sukzessive dahin zu bringen, daß er sich wieder völlig frei in der Stadt umher bewegen kann. Wir können einen sich ständig mit Zwangszweifeln abmühenden Kranken dazu bestimmen, daß er sich mit dem ganzen Aufgebot seines Willens bemüht, die ihn quälende Vorstellung zu ignorieren, und unbekümmert um die von diesen ausgehenden Erschwernisse seine Tätigkeit

[2]) J. H. Schultz: Zur Technik der Suggestivbehandlung, besonders bei gebildeten Patienten. Klinische Wochenschrift, Jahrgang 2, 1923, Nr. 9, Seite 402.

fortzusetzen. Wir können mit gesteigerter Emotivität behaftete Kranke dazu anhalten, gegen ihre nach Entladung drängenden Gefühle und Affekte ihren Willen kräftig zu gebrauchen und sich so die Fähigkeit der Selbstbeherrschung mehr und mehr anzueignen, ebenso auch melancholisch oder hypochondrisch Verstimmte, die sich zu keinem Entschluß und keiner Tätigkeit aufraffen können, aus ihrer Apathie aufrütteln und sie mit Erfolg anspornen, den Pflichten ihres Berufes oder ihrer Stellung nachzukommen". Loewenfeld hat zwar diese Worte als Ziel der hypnotischen Behandlung[3]) niedergeschrieben, sie gelten aber in gleichem Umfange für die Persuasion, die sich direkt an den Willen wendet und den Umweg über die Hypnose nicht braucht.

Coué selbst bezeichnet seine Methode als „Selbstbemeisterung durch bewußte Autosuggestion". Es ist sehr fraglich, ob es wirklich sich um Autosuggestion handelt, da dabei die Persönlichkeit des die Behandlung leitenden Arztes eine große Rolle spielt. In vielen Fällen tritt der gewünschte Erfolg nur dann ein, wenn sich der Kranke die Situation, in welcher ihm der Arzt die „Suggestion" gegeben hat, lebendig vorstellt, und die auf die Hebung der Willensenergie gerichteten Bemühungen des Arztes wirken in diesem Sinne fort, daß sich der Kranke immer wieder an den Arzt und seine Worte erinnert. Dieses vom Kranken willkürlich heraufbeschworene Bild des behandelnden Arztes mag vielleicht auf dem Wege der Autosuggestion zustande kommen, die Beeinflussung des Willens und ihre wohltätigen Folgen auf den Krankheitsprozeß sind aber nicht auf das Gebiet der Autosuggestion zu beziehen. Gelingt es dem Kranken nicht, sich das subjektive Anschauungsbild des Arztes zu reproduzieren, so bleibt auch die Persuasion ohne Erfolg.

Mit der Psychoanalyse im Sinne von Freud hat natürlich die Persuasion gar nichts zu tun, wenn auch die Persönlichkeit des behandelnden Arztes sowohl für das Gelingen der Psychoanalyse wie für das Gelingen der Persuasion eine große Rolle spielt; gerade in dieser Hinsicht erkennt man, daß die Persönlichkeit wirklich das „höchste Glück der Erdenkinder" darstellt.

Selbstverständlich hat die Persuasionsbehandlung auch nichts mit der Verbalsuggestion und mit der darauf beruhenden Gebetsheilung zu tun. Es sind zahlreiche Fälle bekannt, in welchen die Verbalsuggestionen einen vollen Erfolg gehabt haben, und sogar Fälle, in welchen der Arzt einen bestimmten Termin für die Heilung angab und der Kranke gleichsam das Versprechen des Arztes selbst einlöste. Es ist vielen auf psychischem Wege sich betätigenden Ärzten gelungen, durch eine in Befehlsform gekleidete Verbalsuggestion, die im Wachzustande erteilt wurde, überraschende Heilungen zu erzielen; doch hat schon der erfahrene Charcot bemerkt, daß man den Arzt nicht genug davor warnen könne, selbst bei unzweifelhaft psychogenen Lähmungen die Rolle eines Thaumaturgen zu spielen, da der Erfolg eines im Wachen gegebenen Befehles nicht im voraus zu bestimmen sei. Und Löwenfeld nennt die Befehlsform der Heilsuggestion bei länger bestehenden Leiden ein sehr unsicheres und riskiertes Vorgehen und darum wohl nur in vereinzelten Fällen ratsam; zwar sei es bei seit längerer Zeit bettlägerigen Hysterischen

[3]) L. Loewenfeld, Hypnotismus und Medizin. Grundriß der Lehre von der Hypnose und der Suggestion mit besonderer Berücksichtigung der ärztlichen Praxis. München und Wiesbaden, 1922.

mit Lähmung der Beine dadurch, daß man sie ohne weiteres aus dem Bette nahm, auf die Füße stellte und ihnen den Befehl erteilte, nunmehr zu gehen, öfters gelungen, sie von ihrer Lähmung zu befreien; allein der Versuch, derartige Wunderkuren zu vollbringen, sei ohne entsprechende Vorbereitung nicht viel mehr als ein Glücksspiel; auch der Arzt von guter Autorität sei keineswegs sicher, bei dem Patienten sofort jenen Grad von Suggestibilität zu finden, welcher seinem Worte Erfolg verschaffe, und es empfehle sich in jenen Fällen, in welchen man mit dem Imperativ vorgehen wolle, den Kranken für die Annahme dieser Art von Heilsuggestion vorher durch geeignete psychische Einwirkungen zu präparieren, wenn auch hierdurch der Erfolg keineswegs gesichert werde.

Wachsuggestion zu treiben ist eine ärztliche Kunst; man kann sie kaum erlernen, da eine ganze Reihe von vorher unbestimmten Faktoren dazu gehören, es ist aber viel leichter, die Persuasion zu verwenden, weil die dazu notwendigen Übungen den Arzt und den Kranken so nahe an einander bringen, daß der Kranke, wie er sich manchmal ausdrückt, dem Arzt zuliebe gesund wird. Wie schon oben erwähnt wurde, ist das Lehren und Zeigen von seiten des Arztes für die Persuasion ebenso unumgänglich notwendig wie das Lernen und Üben von seiten des Kranken; und deshalb ist sie im echten und wahren Sinne eine pädagogische Psychogymnastik, ein Turnen des Geistes und ein zielbewußtes vom pädagogischem Gesichtspunkt ausgehendes Turnen des Willens.

Freilich weiß jeder psychotherapeutisch tätige Arzt, daß nicht jede Heilung der von ihm geübten Methode zuzuschreiben ist. So erzählte Sobernheim von einem an Zungenlähmung leidenden Kranken, dessen Arzt trotz aller Mühe keinen Erfolg erzielen konnte; eines Tages teilte er dem Kranken mit, daß es ihm nach vielen Anstrengungen gelungen sei, ein Instrument zu erfinden, welches in den Schlund eingeführt, die Zungennerven an ihrem Ursprung treffen und die Heilung herbeiführen werde; gespannt wartete der Kranke auf das neue Instrument, das der Arzt ausschließlich für ihn habe machen lassen, und wurde gesund, als der Arzt vor der Einführung des Instrumentes ein Thermometer in den Mund einführte, um vor der Applikation des Instrumentes die Mundtemperatur zu bestimmen. Der Kranke hielt das Thermometer für das neue Instrument und war wenige Minuten nach dessen Einführung von seiner Lähmung befreit. Anderseits berichtete Löwenfeld von einer Kranken, die infolge eines Unfalles erkrankt war und aus der Provinz zu ihm nach München geschickt wurde; die verschiedensten Heilmethoden wurden versucht, jedes neue Verfahren brachte anfangs eine Besserung hervor, aber bald kehrten die Erscheinungen in voller Stärke wieder zurück; da erklärte er ihr, daß er sie nur mehr zwei Wochen behandeln und nach Ablauf dieser Frist auf jeden Fall in ihre Heimat zurückschicken werde, und sah nun zu seinem Erstaunen, wie sich die Kranke von Tag zu Tag besserte und nach Ablauf der Frist als gesund entlassen werden konnte. Offenbar war durch die Fristbestimmung in der Kranken die Vorstellung des Gesundwerdens nicht bloß geweckt worden, sondern sie hatte die entgegenstehenden heilungsschädlichen Vorstellungen, wie die Befürchtung wegen der Heilbarkeit des Leidens und die Sorge um die Zukunft, ganz unterdrückt.

Coué bemerkt, daß es ihm gelungen sei, nach seiner Methode eine Blutung nach Zahnextraktion zu stillen; bei aller Verehrung für den geübten

Psychotherapeuten ist wohl erlaubt, hier zu bemerken, daß Zahnblutungen zumeist selbst aufhören und mit der psychischen Beeinflussung nichts zu tun haben; daß aber die Wachsuggestion ebenso wie die Persuasion heftige Zahnschmerzen zum Verschwinden bringen kann; und daß es manchmal gelingt, bei entsprechend vorbereiteten Kranken auch eine schmerzlose Zahnextraktion im Wachzustande vorzunehmen, ist eine jedem Psychotherapeuten geläufige Sache.

Die von mir seit langem geübte Methode, Zahnschmerzen durch lokale Behandlung des schmerzenden Zahnes mit Amylnitrit, einer auffallend riechenden und eine Blutüberfüllung der Gesichtshaut hervorrufenden Flüssigkeit zu beseitigen, gab mir die Gelegenheit zu instruktiver Beobachtung auf psychotherapeutischem Gebiete. Eine meiner Kranken, die oft von Zahnschmerzen heimgesucht wurde, und ein einziges Mal die Wohltat der Amylnitritbehandlung an sich erfahren hatte, brauchte sich von da an bei der Wiederkehr von Zahnschmerzen nur meine Person und den charakteristischen Geruch des Amylnitrits vorzustellen, um den Zahnschmerz zum Verschwinden zu bringen; ja, nicht selten war die Vorstellung so lebhaft, daß ihre Umgebung auch auf die Blutüberfüllung und die dadurch bedingte Rötung des Gesichts aufmerksam wurde.

Eine andere wichtige Beobachtung machte ich bei der Behandlung des Juckens. Es gibt quälende Formen von Jucken, die spontan, ohne äußere Ursachen auftreten und sich bald auf einzelne Körperregionen beschränkt zeigen, bald aber den ganzen Körper umfassen. Die Empfindung des Juckens ist dabei nicht kontinuierlich vorhanden, sondern tritt anfallsweise, mehrmals bei Tag oder Nacht auf. Der berühmte Wiener Dermatologe Moritz Kaposi bemerkt in seinen Vorlesungen über Hautkrankheiten[4]), daß die Anfälle von Jucken unter dem Einflusse der Hitze oder der Bettwärme, bei heftiger Bewegung, aber auch bei erzwungener Ruhe, wie in Gesellschaft, geweckt werden können, und daß psychische Affekte einen zweifellosen Einfluß auf das Jucken haben; der bloße Gedanke und die Furcht, das Jucken könnte nun beginnen und es könnte, etwa im Theater, die Möglichkeit sich zu kratzen, fehlen, genügen oft zur Auslösung des Juckanfalls, und andererseits vermöge die Ablenkung der Gedanken auch den Anfall zu verhüten oder zu verzögern. Das Jucken beginne unregelmäßig da und dort, ähnlich einem sanften Kitzeln, welchem die Kranken einige Zeit hindurch Widerstand leisten können; alsbald werde die Empfindung heftiger und die Kranken fangen an, durch Druck oder mäßiges Kratzen das Jucken zu bekämpfen; endlich breche aber das Jucken mit enormer Heftigkeit los und dies um so intensiver je länger dasselbe moralisch bekämpft wurde, und es nütze alsdann auch nicht die größte Willensanstrengung zur Einhaltung der Ruhe. Die Kranken seien gezwungen, einen Ort aufzusuchen, wo sie ungehindert ihre Haut mit den Nägeln bearbeiten können; der Kratztrieb sei so mächtig, daß die Kranken alle Rücksichten des Anstandes und der Verhältnisse außer acht zu lassen gezwungen seien, und daß ihnen das Kratzen mit den Nägeln nicht genüge, sondern daß sie zur Befriedigung ihrer Nervenempfindung sich rauher Körper, wie etwa der Frottierbürsten, bedienen. Besonders quälend werden die Nächte, indem die Kranken häufig schon beim Entkleiden einen Juckanfall durchzumachen haben, manchmal wohl auch sofort einschlafen, aber nach kurzer Zeit durch den Juckanfall aus dem Schlafe geweckt werden, und mehrere Stunden vom Jucken gequält wiederholt das Bett verlassen, kratzen, mit kühlenden Gegenständen die Haut berühren, kurzum sich auf alle mögliche Weise zu beruhigen trachten, bis sie des Morgens ermattet einschlafen. Daß im Verlaufe eines viele Monate und Jahre dauernden derartigen Zustandes die Kranken durch Schlaflosigkeit herabkommen, psychisch deprimiert oder auch exaltiert werden, ja nicht selten in einem solchen Anfalle ihrem Leben und Leiden ein rasches Ende machen, ist begreiflich, zumal die Therapie bisher ziemlich machtlos diesem Leiden gegenüberstand.

[4]) Mor. Kaposi, Pathologie und Therapie der Hautkrankheiten, Wien 1899.

Erst durch meine Arbeiten über das Jucken, welche auf experimentellem Wege das Zustandekommen des Juckens klärten, ist es gelungen, auch therapeutisch der Krankheit näher zu kommen, und das oben erwähnte für Zahnschmerzen als wirkungsvoll erprobte Amylnitrit hat sich auch als ein das Jucken sofort beseitigendes Mittel erwiesen; leider wirkt es nur vorübergehend, es ist nicht imstande, der Wiederkehr der Anfälle vorzubeugen, wohl aber den Juckanfall abzukürzen. Da hat sich nun die interessante Tatsache ergeben, daß die Kranken, welche die Beseitigung des Juckens durch die Amylnitritbehandlung in meiner Sprechstunde kennen gelernt haben, sich durch die lebendige Vorstellung, daß ich sie wieder mit Amylnitrit behandle und ihnen helfe, über einen beginnenden Juckanfall selbst hinwegbringen, daß sie also durch die Vorstellung der Amylnitritbehandlung mit ihren sinnfälligen Begleiterscheinungen der psychogenen Entstehung des Juckens entgegenwirken; gar mancher Theaterabend oder gar manche gesellschaftliche Verpflichtung ist bei diesen Kranken nur durch den Willen, das Jucken zu überwinden, ermöglicht worden, weil dieser Willen durch die lebendig gewordene Heilvorstellung auf das kräftigste unterstützt wurde; denn wie Kaposi auseinandersetzt, ist sonst auch die intensivste Willensanstrengung nicht imstande, den Kratztrieb zu unterdrücken.

Auch bei der Bekämpfung der Schlaflosigkeit habe ich mich mit Glück derselben Kunstgriffe bedient; bei einem meiner Kranken, der gewohnt war, jeden Abend ein Schlafmittel zu nehmen, und bei dem diese Übung zu krankhaften Erscheinungen geführt hatte, so daß eine Entziehung der Schlafmittel nötig wurde, habe ich eine Äthernarkose vorgenommen, um dem Kranken auf eine andere Weise den Schlaf zu bringen, und ihn veranlaßt, von da ab sich jeden Abend die Situation der Narkose vorzustellen; der Kranke gab an, er habe die Vorstellung der Narkose so lebhaft, daß er den Äthergeruch in der Nase spüre und alsbald wirklich einschlafe. Es brauchte nicht lange, und der Kranke konnte auch auf die Verlebendigung der Narkosenvorstellung verzichten, er brauchte nur intensiv an den Äther zu denken und schlief ein.

Ein anderer Fall betraf einen an Schreibkrampf leidenden Arzt, der nach vielfachen Bemühungen, den Schreibkrampf durch Willensanstrengung unter Leitung geübter Schreiblehrer zu bekämpfen, zu mir kam, um sich mit dem Leduc'schen Strome behandeln zu lassen; in der Tat konnte er, solange die Muskulatur unter dem Einflusse des Stromes stand, ohne Schwierigkeit schreiben; kaum war aber die Wirkung des Stromes zu Ende, so trat bei dem Versuche zu schreiben, die Schreibneurose wieder auf. Auch hier erwies sich die Persuasion als Heilung bringend; der Kranke versetzte sich bei jedem

Versuche zu schreiben, in die bei mir gewohnte Situation, unter der Einwirkung des ganz eigenartige Empfindungen veranlassenden Leduc'schen Stromes schreiben zu müssen und zu können, und mit Hilfe dieser Vorstellung überwand er regelmäßig den beginnenden Schreibkrampf.

Auch bei gewissen Formen des Stotterns erwies sich die gleiche Methode als zweckmäßig. Ich habe zu wiederholtenmalen gesehen, wie Stotterer unter der Einwirkung des Leduc'schen Stromes auf den Kehlkopf ohne Schwierigkeit zu reden vermögen, sowohl während der elektrischen Sitzung wie kurze Zeit nachher, daß sich aber der gute Einfluß der elektrischen Prozedur rasch verlor. Bei einigen meiner stotternden Patienten, bei denen die sprachärztliche und auch die psychoanalytische Behandlung versagt hatten, brachte die psychische Methodik der Persuasion überraschende Erfolge; auch sie erhielten die Anweisung, bei den vorgeschriebenen Sprechübungen sich die Situation meiner Ordination jeweils lebendig vorzustellen, wie sie unter der Einwirkung des Stromes ihre Sprechübungen unter meiner Leitung ausführen. Es war überraschend, wie in manchen Fällen die Kranken um vieles leichter sprachen, auch wenn sie die Vorstellung der elektrischen Behandlung etwa während ihrer täglichen Beschäftigung nicht verlebendigen konnten, und wie die Sprechübungen und die Atemübungen, die früher durch Jahre hindurch ohne Resultat vorgenommen worden waren, nun mit einem Schlage zum Erfolge führten.

Die bei dem Stottern auftretenden Angstgefühle verschwinden ebenso unter der Persuasion wie auch sonst Angstneurosen in hervorragender Weise der Persuasionsbehandlung zugänglich sind. Eine verhältnismäßig einfache Behandlung erfordert die Platzangst, die Unmöglichkeit für den Kranken, einen Platz oder eine Straße zu überschreiten; ein bekannter Schauspieler, der durch seine Platzangst sogar in seinem Berufe gestört wurde, wandte sich an mich mit dem Ersuchen, ihn durch Hypnose von seiner Platzangst zu befreien; ich schlug ihm vor, zunächst die Persuasion zu versuchen, und führte ihn über die Plätze, welche er sonst nicht zu überschreiten wagte, ohne daß das Angstgefühl aufgetreten wäre, hinweg; es zeigte sich nun, daß er besonders bei gewissen großen Plätzen vom Angstgefühle überfallen wurde und da riet ich ihm, sich vorzustellen, daß ich ihn in gewohnter Weise hinüberführe; die Vorstellung geführt zu werden ersetzte die wirkliche Führung und die Angstneurose verschwand.

Auch die vielen und verschiedenen Formen der Zwangsvorstellungen, der Grübelsucht und der Zweifelsucht, lassen sich durch die hier geschilderte Methode in glänzender Weise beinflussen; schon vor einem Vierteljahrhundert hat Theodor Ziehen[3]) die psychische Behandlung der Zwangsvorstellungen empfohlen und verlangt, daß nach einer mehrwöchentlichen Bettruhe die Übungsbehandlung mit den leichtesten Versuchen beginne; so läßt er die Kranke, welche das Aufhängen von Gegenständen mit Zwangsvorstellungen des Erhängens begleitet, ein Kleid aufhängen und nach wenigen Minuten wieder abnehmen, oder er führt die Hand der Kranken beim Aufhängen des Kleides oder hilft ihr in anderer Weise dabei. Bei einem Kranken mit Feuerfurcht läßt er ihn zunächst das Streichholz nur aus der

[3]) Th. Ziehen, Psychotherapie. Lehrbuch der allgemeinen Therapie, herausgegeben von Eulenburg und Samuel. Zweiter Band. Wien, 1898.

Schachtel nehmen und erst nach einigen Tagen gestattet er ihm in seiner Gegenwart das Streichholz anzuzünden, dann nimmt er ihm das brennende Hölzchen aus der Hand und sagt ihm, er nehme die Verantwortung vom Kranken auf sich selbst und werde das Streichholz selbst beseitigen, und noch später läßt er den Kranken das brennende Streichhölzchen selbst auslöschen und endlich selbst wegwerfen. So gewöhnt man den Kranken allmählich an den Kampf mit seinen Zwangsvorstellungen. Bei den ersten Versuchen muß der Arzt selbst zugegen sein, und langsam wird der Kranke daran gewöhnt, auch allein seine Zwangsvorstellungen zu unterdrücken. Selbstverständlich — bemerkt Ziehen — muß der Kranke volles Vertrauen zum Arzt haben; die autoritative Versicherung des Arztes, daß er alle Verantwortung für die Folgen übernehme, erleichtert dem Kranken den Kampf oft ungemein. Doch klagt Ziehen, daß in vielen Fällen die Krankheit allen Bemühungen trotze und daß in andern Fällen erst eine halbjährige oder eine ganzjährige Behandlung zum Ziele führe. Hier zeigt sich nun die Überlegenheit der mit dieser Methode sehr verwandten Persuasion; auch sie überträgt dem Kranken den Hauptteil der Leistung, sie setzt ihn aber in den Stand, mit seinem Willen die Zwangsvorstellung zu überwinden; natürlich darf die Persuasion nicht darin bestehen, daß man den Kranken das Widersinnige ihrer Besorgnisse klar macht. Die Kranken wissen meist ohnehin genau, daß ihre Zwangsvorstellungen ganz grundlos sind, sie können sich aber doch von ihnen nicht befreien. Es genügt auch nicht die Verbalsuggestion, daß der Kranke keine Angst haben werde und daß er die Zwangsvorstellung überwinden könne, und auch die Hypnose gibt keine befriedigenden Resultate.

Die Persuasion aber mit der lebendigen Vorstellung, daß unter der Mithilfe und der Begleitung des Arztes, der alle Verantwortung auf sich nimmt, nichts geschehen könne, befreit den Kranken von dem lähmenden Gefühle, daß ihm oder daß durch ihn etwas Unangenehmes geschehen müsse, und gibt ihm die Möglichkeit, die „Intention zu durchbrechen", wie der Fachausdruck im Sinne von Ludwig Meyer lautet. Aber zum Unterschiede von der Ziehen'schen Methode knüpft die Persuasion zunächst nicht an die Objekte der Zwangsvorstellungen an, sondern zeigt durch gewisse Übungen den Kranken die Abhängigkeit der Vorstellungen von dem Willen und sucht den Willen zu kräftigen; erst wenn sich in Gebieten, welche den Objekten der Zwangsideen fernliegen, der Wille der Kranken als zuverlässig und sicher erweist, dann beginnt die Trainierung des Willens hinsichtlich der Empfindungen, an welche sich sonst die Zwangsvorstellungen anknüpfen, also hinsichtlich der Intention im oben gebrauchten Wortsinn. Es gelingt nun leicht, durch entsprechend ausgewählte Willensübungen eine Handlung vornehmen zu lassen, bei welcher der Kranke an einen abseits liegenden Gegenstand denken muß, und auf diese Weise kann man die sonst sicher eintretende Verknüpfung von Handlung und Zwangsvorstellung verhindern, vorausgesetzt, daß man den Kranken so weit gebracht hat, daß er mit Hilfe des Arztes eine der gefährlichen Handlungen vornehmen kann und dabei gleichzeitig mit dem Arzte einen anderen Gegenstand bespricht. Hier feiert also die pädagogische Psychotherapie ihre Triumphe.

Die Persuasion gibt auch die Möglichkeit, die sonst kaum einer Behandlung zugängliche Beachtungsneurose (Phobie du regard), welche mit der in Italien und Frankreich sowie im ganzen Orient vielverbreiteten Angst

Versuche zu schreiben, in die bei mir gewohnte Situation, unter der Einwirkung des ganz eigenartige Empfindungen veranlassenden Leduc'schen Stromes schreiben zu müssen und zu können, und mit Hilfe dieser Vorstellung überwand er regelmäßig den beginnenden Schreibkrampf.

Auch bei gewissen Formen des Stotterns erwies sich die gleiche Methode als zweckmäßig. Ich habe zu wiederholtenmalen gesehen, wie Stotterer unter der Einwirkung des Leduc'schen Stromes auf den Kehlkopf ohne Schwierigkeit zu reden vermögen, sowohl während der elektrischen Sitzung wie kurze Zeit nachher, daß sich aber der gute Einfluß der elektrischen Prozedur rasch verlor. Bei einigen meiner stotternden Patienten, bei denen die sprachärztliche und auch die psychoanalytische Behandlung versagt hatten, brachte die psychische Methodik der Persuasion überraschende Erfolge; auch sie erhielten die Anweisung, bei den vorgeschriebenen Sprechübungen sich die Situation meiner Ordination jeweils lebendig vorzustellen, wie sie unter der Einwirkung des Stromes ihre Sprechübungen unter meiner Leitung ausführen. Es war überraschend, wie in manchen Fällen die Kranken um vieles leichter sprachen, auch wenn sie die Vorstellung der elektrischen Behandlung etwa während ihrer täglichen Beschäftigung nicht verlebendigen konnten, und wie die Sprechübungen und die Atemübungen, die früher durch Jahre hindurch ohne Resultat vorgenommen worden waren, nun mit einem Schlage zum Erfolge führten.

Die bei dem Stottern auftretenden Angstgefühle verschwinden ebenso unter der Persuasion wie auch sonst Angstneurosen in hervorragender Weise der Persuasionsbehandlung zugänglich sind. Eine verhältnismäßig einfache Behandlung erfordert die Platzangst, die Unmöglichkeit für den Kranken, einen Platz oder eine Straße zu überschreiten; ein bekannter Schauspieler, der durch seine Platzangst sogar in seinem Berufe gestört wurde, wandte sich an mich mit dem Ersuchen, ihn durch Hypnose von seiner Platzangst zu befreien; ich schlug ihm vor, zunächst die Persuasion zu versuchen, und führte ihn über die Plätze, welche er sonst nicht zu überschreiten wagte, ohne daß das Angstgefühl aufgetreten wäre, hinweg; es zeigte sich nun, daß er besonders bei gewissen großen Plätzen vom Angstgefühle überfallen wurde und da riet ich ihm, sich vorzustellen, daß ich ihn in gewohnter Weise hinüberführe; die Vorstellung geführt zu werden ersetzte die wirkliche Führung und die Angstneurose verschwand.

Auch die vielen und verschiedenen Formen der Zwangsvorstellungen, der Grübelsucht und der Zweifelsucht, lassen sich durch die hier geschilderte Methode in glänzender Weise beinflussen; schon vor einem Vierteljahrhundert hat Theodor Ziehen[5]) die psychische Behandlung der Zwangsvorstellungen empfohlen und verlangt, daß nach einer mehrwöchentlichen Bettruhe die Übungsbehandlung mit den leichtesten Versuchen beginne; so läßt er die Kranke, welche das Aufhängen von Gegenständen mit Zwangsvorstellungen des Erhängens begleitet, ein Kleid aufhängen und nach wenigen Minuten wieder abnehmen, oder er führt die Hand der Kranken beim Aufhängen des Kleides oder hilft ihr in anderer Weise dabei. Bei einem Kranken mit Feuerfurcht läßt er ihn zunächst das Streichholz nur aus der

[5]) Th. Ziehen, Psychotherapie. Lehrbuch der allgemeinen Therapie, herausgegeben von Eulenburg und Samuel. Zweiter Band. Wien, 1898.

Schachtel nehmen und erst nach einigen Tagen gestattet er ihm in seiner Gegenwart das Streichholz anzuzünden, dann nimmt er ihm das brennende Hölzchen aus der Hand und sagt ihm, er nehme die Verantwortung vom Kranken auf sich selbst und werde das Streichholz selbst beseitigen, und noch später läßt er den Kranken das brennende Streichhölzchen selbst auslöschen und endlich selbst wegwerfen. So gewöhnt man den Kranken allmählich an den Kampf mit seinen Zwangsvorstellungen. Bei den ersten Versuchen muß der Arzt selbst zugegen sein, und langsam wird der Kranke daran gewöhnt, auch allein seine Zwangsvorstellungen zu unterdrücken. Selbstverständlich — bemerkt Ziehen — muß der Kranke volles Vertrauen zum Arzt haben; die autoritative Versicherung des Arztes, daß er alle Verantwortung für die Folgen übernehme, erleichtert dem Kranken den Kampf oft ungemein. Doch klagt Ziehen, daß in vielen Fällen die Krankheit allen Bemühungen trotze und daß in andern Fällen erst eine halbjährige oder eine ganzjährige Behandlung zum Ziele führe. Hier zeigt sich nun die Überlegenheit der mit dieser Methode sehr verwandten Persuasion; auch sie überträgt dem Kranken den Hauptteil der Leistung, sie setzt ihn aber in den Stand, mit seinem Willen die Zwangsvorstellung zu überwinden; natürlich darf die Persuasion nicht darin bestehen, daß man den Kranken das Widersinnige ihrer Besorgnisse klar macht. Die Kranken wissen meist ohnehin genau, daß ihre Zwangsvorstellungen ganz grundlos sind, sie können sich aber doch von ihnen nicht befreien. Es genügt auch nicht die Verbalsuggestion, daß der Kranke keine Angst haben werde und daß er die Zwangsvorstellung überwinden könne, und auch die Hypnose gibt keine befriedigenden Resultate.

Die Persuasion aber mit der lebendigen Vorstellung, daß unter der Mithilfe und der Begleitung des Arztes, der alle Verantwortung auf sich nimmt, nichts geschehen könne, befreit den Kranken von dem lähmenden Gefühle, daß ihm oder daß durch ihn etwas Unangenehmes geschehen müsse, und gibt ihm die Möglichkeit, die „Intention zu durchbrechen", wie der Fachausdruck im Sinne von Ludwig Meyer lautet. Aber zum Unterschiede von der Ziehen'schen Methode knüpft die Persuasion zunächst nicht an die Objekte der Zwangsvorstellungen an, sondern zeigt durch gewisse Übungen den Kranken die Abhängigkeit der Vorstellungen von dem Willen und sucht den Willen zu kräftigen; erst wenn sich in Gebieten, welche den Objekten der Zwangsideen fernliegen, der Wille der Kranken als zuverlässig und sicher erweist, dann beginnt die Trainierung des Willens hinsichtlich der Empfindungen, an welche sich sonst die Zwangsvorstellungen anknüpfen, also hinsichtlich der Intention im oben gebrauchten Wortsinn. Es gelingt nun leicht, durch entsprechend ausgewählte Willensübungen eine Handlung vornehmen zu lassen, bei welcher der Kranke an einen abseits liegenden Gegenstand denken muß, und auf diese Weise kann man die sonst sicher eintretende Verknüpfung von Handlung und Zwangsvorstellung verhindern, vorausgesetzt, daß man den Kranken so weit gebracht hat, daß er mit Hilfe des Arztes eine der gefährlichen Handlungen vornehmen kann und dabei gleichzeitig mit dem Arzte einen anderen Gegenstand bespricht. Hier feiert also die pädagogische Psychotherapie ihre Triumphe.

Die Persuasion gibt auch die Möglichkeit, die sonst kaum einer Behandlung zugängliche Beachtungsneurose (Phobie du regard), welche mit der in Italien und Frankreich sowie im ganzen Orient vielverbreiteten Angst

vor dem Bösen Blicke zusammenhängt, einer Heilung zuzuführen. Nach Christomanos litt die ermordete Kaiserin Elisabeth von Österreich an dieser Phobie, ging deshalb immer verschleiert und deckte ihr Gesicht stets mit einem Sonnenschirm. Sie ist zweifellos eine der Berührungsfurcht verwandte Neurose, und teilt mit ihr den Charakter der Angst vor fremdem Einflusse. Die bisher geübten Behandlungsmethoden haben wohl sämtlich im Stiche gelassen, aber der Persuasion mit der Psychogymnastik gerade in Hinsicht auf den Willen, sich um die Umgebung nicht zu kümmern und die Berührung mit ihr nicht zu beachten, kommt die Bedeutung einer auch diese merkwürdigen Neurosen heilenden Methode zu, wenn auch nicht in Abrede gestellt werden soll, daß die Psychoanalyse als eine die Heilung unterstützende Methode hier sehr willkommene Dienste leistet.

Die Erzielung des Willensgehorsams durch die Psychogymnastik leistet auch auf rein somatischem Gebiete viel Gutes; so ist die Obstipation und die Darmträgheit ein dankbares Gebiet der hier besprochenen Methode. Die bekannte Erscheinung, daß man eine regelmäßige Darmentleerung ohne Abführmittel von seinem Organismus sozusagen erzwingen kann, läßt es begreiflich erscheinen, daß die bewußte Steigerung des Patientengehorsams für die Behandlung der Störungen der Magen- und Darmtätigkeit einen wichtigen Faktor bedeutet. Durch kleine, sonst unwirksame Dosen eines Abführmittels kann man bei der Heranziehung der Willensübung eine zu ganz bestimmten Tageszeiten täglich wiederkehrende Darmentleerung erzielen, wenn der Kranke einmal durch die entsprechend große Dosis desselben Mittels sich von der Wirksamkeit des Präparates überzeugt hat.

Georg Klemperer hat sich in einem Vortrag über Suggestion und Autosuggestion, den er im Dezember 1923 in der Berliner medizinischen Gesellschaft hielt[6]), mit den von Coué und seinem Schüler Baudouin entwickelten „Gesetzen", dem Gesetze der gesammelten Aufmerksamkeit und der unterstützenden Erregung, sowie dem Gesetze von der das Gegenteil bewirkenden Anstrengung und der unterbewußten Zielstrebigkeit beschäftigt und gezeigt, daß es sich dabei nur um die Umschreibung der Grundtatsache handle, daß für die Suggestion der Wille und die Intelligenz schädlich, die Einengung des Denkens (die Sammlung) notwendig und der Affekt (die Erregung) unentbehrlich sei. Wie weit das Unbewußte oder das Unterbewußte bei der Suggestion eine besondere Rolle spiele, müsse solange unentschieden bleiben, bis über die Bedeutung desselben für die seelischen Vorgänge überhaupt etwas Präziseres gesagt werden könne. Das Entscheidende an der Suggestion sei die Übertragung der Vorstellung, die durch die Persönlichkeit des Suggestors die unerläßliche Affektbetonung erhalte; es sei selbstverständlich, daß die übertragene Vorstellung ins Bewußtsein des Suggerierten übergehe, dies sei aber für die seelische Weiterentwicklung der Vorstellung und für ihr Einwirken auf die psychisch-somatischen Funktionen ohne Bedeutung. Klemperer vertritt die Meinung, daß die Autosuggestion nur eine Unterabteilung, eine besondere Form der Suggestion darstelle. Ehe eine eigene Vorstellung intrapsychische Veränderungen erzielen könne, müsse sie

[6]) Therapie der Gegenwart. Wien und Berlin, 1924, Heft 1.

ihre spezifische Affektladung erhalten, und diese gebe sich der Mensch scheinbar selbst. In Wirklichkeit gehe jeder Autosuggestion eine primäre Suggestion voraus. Er erinnert an die Wunderheilung einer Frau, die zwölf Jahre an Blutfluß gelitten hatte und durch die bloße Berührung des Kleides des Heilands gesund wurde, worauf Jesus zu ihr sagte: „Tochter, dein Glaube hat dir geholfen". Die Heilung trat in diesem Falle ein, ohne daß der Heiland zu ihr sprach; und doch handelt es sich nicht um eine Autosuggestion, sondern um eine stumme Suggestion durch Jesus, die ohne den Suggestor undenkbar ist, weil seine Persönlichkeit den Erfolg der Suggestion entschied. Wie in diesem eklatanten Falle, so sei es auch in den weniger durchsichtigen, in denen das persönliche Wirken des Suggestors nicht so überragend hervortrete. Meist sei die Autosuggestion die Wiederholung gegebener Suggestionen, immer bleibe sie bedingt durch die affektbetonte Abhängigkeit von der Person oder der Lehre des Suggestors. Der Unterschied zwischen Suggestion und Autosuggestion liege nur darin, daß bei der Suggestion der Suggestor für seine seelische Einwirkung eine körperliche Vermittlung, wenn auch nur die der Sprache, anwende, während bei der Autosuggestion dieses direkte Übertragungsmittel fortfalle und nur das rein seelische Fluidum der Lehre indirekt übertragend wirke. Die Lehre könne durch Beispiel, durch Briefe oder Bücher übertragen werden; entscheidend bleibt, daß sie von einer suggestiv wirkenden autoritativen Persönlichkeit herrühre. Auf diesen Überlegungen basiert Klemperer seine Meinung, daß die Autosuggestion eine indirekte Suggestion sei.

Nicht jeder, der suggestiv zu beeinflussen ist, erscheint auch für die Autosuggestion zugänglich. Klemperer betont, daß es für die indirekte Beeinflussung, ohne Anwesenheit des Suggestors, eines höheren Grades von Suggerierbarkeit bedürfe und auch wohl ein ganz besonderes Vertrauen zur Lehre des Meisters, von dem die Lehre ausgehe, zur Voraussetzung habe. Es bedeutet dies das Gleiche, wenn wir sagen, daß Intelligenz und Kritik sich bei der Autosuggestion in besonderer Weise zurückhalten müssen. Gewiß können, wie Klemperer ausführt, auch sehr intelligente Menschen der Wohltaten der Autosuggestion teilhaft werden, aber dann müssen sie die seltene Gabe besitzen, auf Kommando ihrem Verstand Schweigen zu gebieten. Er zieht daraus die Folgerung, daß der praktischen Anwendung der Autosuggestion im allgemeinen engere Grenzen gezogen sind und daß wohl wenig Ärzten gegeben sein werde, ihren Patienten so schöne Heilresultate zu verschaffen, wie sie Coué erzielt. Immerhin verdiene die Methode unsere volle Beachtung und wer sich die Zeit und Mühe nehmen könne, um sich mit ihr eingehend zu beschäftigen, werde vielleicht bessere Resultate erzielen als Klemperer selbst sie verzeichnen konnte. Aus dieser Methode könne man aber lernen, wie natürliche Begabung, Menschenkenntnis und Erfahrung in der Suggestionstherapie zum Erfolge beitragen können, und es könne dem Patienten nur zum Nutzen gereichen, wenn die Ärzte auch die Laienerfahrungen — Coué ist nicht Arzt, sondern Pharmazeut — mit dem Rüstzeuge der wissenschaftlichen Medizin prüfen, ihre Übertragungen auf das rechte Maß zurückführen und ihren guten Kern für das eklektische Heilbestreben verwerten. Wer die Suggestion in der indirekten Form der Autosuggestion verwerten wolle, der brauche nicht nur gelehrtes Wissen und geübtes Können, er müsse sich auch mit innerster Anteilnahme in das Seelenleben seiner Schützlinge vertiefen.

Nur wenn in seinem Herzen das Gebot „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst" lebendig bleibe, werde er der Hingebung fähig sein, welche eine segensreiche Anwendung der Suggestionstherapie ermögliche.

Die von Coué gerne geübten Vorübungen, welche dem Kranken die Wirksamkeit der Suggestion demonstrieren sollen, — er läßt ihn die Finger möglichst stark zusammendrücken und sagt ihm sehr eindringlich, daß er sie nicht öffnen könne — sind nach Klemperer nicht bloß eine Probe für die Suggerierbarkeit des Kranken sondern auch für das Suggeriertalent des Arztes.

Die eigentliche Heilmethode von Coué besteht darin, daß man den Kranken in das Wesen der Behandlung einführt und ihn anweist, seine Aufmerksamkeit von allem äußeren und inneren Geschehen abzulenken und sich mit geschlossenen Augen in einen Zustand der Muskelerschlaffung und der Beruhigung zu versetzen, welcher dem Halbschlaf ähnlich ist; darauf spricht man mit ihm mit monotoner Stimme möglichst ausführlich und ins Einzelne gehend vor, welche Veränderungen mit ihm vorgehen werden, welche Verbesserungen seines Befindens er zu erwarten hat; man beginnt mit den allgemeinen Ankündigungen der Besserung des Allgemeinbefindens und der Gefühlslage, geht dann zur Voraussage eines guten Schlafes und zur Verheißung der Änderung aller einzelnen Organbeschwerden über. Diese ausführliche Suggestion muß in der darauffolgenden Zeit in wachsenden Zwischenräumen wiederholt werden, und der Kranke muß erkennen, daß er selbst das Werkzeug seiner Heilung sei und daß der Suggestor nur sein Lehrer gewesen sei, der ihm gezeigt habe, auf welchem Wege man zur Heilung kommen könne. Coué legt Wert darauf, daß jeder Kranke wisse, daß ohne seine eigene Mitarbeit kein Erfolg zu erzielen sei. Am Morgen vor dem Aufstehen und am Abend vor dem Einschlafen muß der Kranke die Augen schließen, sich in die Nähe des Arztes versetzen und 15 bis 20 Mal die wenigen Worte wiederholen: „Mir geht es in jeder Hinsicht und mit jedem Tage besser und besser". Aber auch während des Tages soll sich der Kranke, wenn irgend welche Beschwerden eintreten, in den Zustand der Konzentration und der Entspannung versetzen und mit lauter Stimme möglichst schnell und eintönig die Worte „Es geht vorüber" in häufiger Wiederholung sich vorsagen, wobei er mit der Hand über den kranken Körperteil einige streichende Bewegungen ausführt. Und Coué berichtet, daß bei dieser Methode sehr schnell eine deutliche Besserung und oft ein volles Verschwinden der Beschwerden eintrete. Besonders wirksam sei die Hervorrufung des Schlafbedürfnisses, wenn der Kranke den Willen ganz ausschalte und bei unermüdlicher Lippenbewegung schnell und oft die Worte wiederhole „Ich werde schlafen".

Außerordentlich wesentlich ist dabei, daß der Kranke nicht irgend eine seiner seelischen Trägheit mystisch zu Hilfe kommende Entzauberung erwartet, sondern sich bewußt ist, hier in selbständige und nur bei Konsequenz und Ausdauer erfolgbringende eigene Arbeit eingeführt zu werden. Der Kranke muß von der sogenannten Realisierungstendenz seiner eigenen Vorstellung und von der Möglichkeit überzeugt werden, daß seine eigenen Ideen — Forel spricht von einem ideoplastischen Vermögen — über ihn ohne fremde Beeinflussung Macht gewinnen; er muß einsehen, daß jedem Menschen Kräfte zu Verfügung stehen, mit denen er Wirkungen erreichen kann, welche dem alltäglichen Willensmechanismus fremd sind und daß die

merkwürdigen Leistungen der indischen Yogi nicht auf ganz unerklärlichen Eigenschaften beruhen. Er muß erkennen, daß die Kunst, gewisse Vorstellungen so lebendig zu machen, daß sie den bestehenden Krankheitserscheinungen entgegenwirken, an ein Üben und an ein Lernen geknüpft sei und daß nur ein systematisches täglich ausgeführtes Training zum seelischen Besitze dieser Vorstellungen führen könne. J. H. Schultz vergleicht dies mit unserem Verhältnis zu den Buchstaben der Schrift; wir haben die an sich bedeutungslosen Zeichen mit Fleiß und Ausdauer uns eingeprägt und dieser Lernvorgang ist in seiner Folge so beherrschend, daß wir jeden uns vorgehaltenen Buchstaben lesen müssen, so sehr wir uns auch dagegen sträuben wollten. Für die Behandlung kommt also das konsequente Selbstanwenden der gelernten Mechanismen und ein ruhiges ausdauerndes Üben als unerläßlich in Betracht; dann wird sich die intensive Arbeitsgemeinschaft zwischen dem Arzt und dem Kranken herstellen, wie sie zur Erzielung der Heilung notwendig ist.

Das Üben der gelernten Mechanismen ist der Zweck der oben genannten pädagogischen Psychotherapie, und sie bedient sich gerne gewisser Kunstgriffe, zu welchen in erster Linie die konsequente Beibehaltung gewisser Situationen gehört, dem von Marbe entdeckten Gesetz der Gleichförmigkeit des psychischen Geschehens entsprechend, und deshalb hat Horatio W. Dresser[7]) recht, wenn er erzählt, daß ihn die Kranken selbst um die Erlaubnis baten, auf jenem Stuhl sitzen zu dürfen, auf dem sie früher behandelt wurden, da sie hier leichter ihre Beschwernisse ablegen und empfänglich werden konnten. In gewissem Sinne gehört dies in das Kapitel über den heilenden Glauben — la foi guérissante, wie Charcot die Unterstützung der Heilung durch den Glauben an das Übernatürliche genannt hat —, wenn auch bei der Psychogymnastik der Glaube an die sichere Wirksamkeit der vorgenommenen Übungen in der vordersten Linie steht.

In der Hypnose ist es bekanntlich sehr leicht, eine Spaltung der Persönlichkeit hervorzurufen, und Ch. Richet[8]) hat schon vor vierzig Jahren einige Beobachtungen veröffentlicht, welche zeigten, wie man das Bewußtsein des eigenen Ichs durch Verwandlung in eine andere Person verdunkeln kann. Eine Reihe von hierher gehörigen interessanten Fällen findet sich in dem Buche von H. Bernheim, dem wissenschaftlichen Begründer des Hypnotismus, über die Suggestion[9]). Man kann von dieser Spaltung der Persönlichkeit auch im Wachzustande der Kranken Gebrauch machen, indem man dem Kranken anrät, den quälenden Gedanken oder den gestörten Körperteil gewissermaßen aus dem eigenen Ich auszuschalten. Dresser gibt dazu folgende instruktive Anleitung:

„Sage daher zu diesem Teil von dir: „Empfinde im voraus und plage dich, soviel du willst, ich will mich währenddessen an allem Guten und Schönen erfreuen". Bist du nachts ruhelos, sage dir selbst: „Wälze dich hin und her und denke, solange es dir gefällt. Wenn du damit fertig bist, dann will ich

[7]) H. W. Dresser, Methoden und Probleme der geistigen Heilbehandlung. Übersetzung von M. Müller, Leipzig, 1902.

[8]) Charles Richet, Revue philosophique, März 1883.

[9]) H. Bernheim, Die Suggestion und ihre Heilwirkung. Übersetzt von Sigmund Freud. Zweite Auflage, besorgt von Max Kahane. Leipzig und Wien, 1896.

schlafen". Oder wenn dein Gehirn in einer Richtung übermäßig tätig ist und du wünschest, an etwas anderes zu denken, so sage: „Quäle dich nur immer weiter; ich werde mich nicht davon stören lassen und in aller Ruhe das Ende abwarten". In neun von zehn Fällen wird sofort eine Erleichterung eintreten, denn wenn der Widerstand fortfällt, hat der Geist keine Lust mehr, sich mit ein und demselben Gedanken zu beschäftigen, oder besser gesagt, der Sitz der Kraft ist auf eine andere Stelle verlegt worden. In derselben Weise kann man auch nervöse Spannung durch diese Seitenbewegung bemeistern. Errichte in dir an einer anderen Stelle einen Mittelpunkt der Ruhe und des Gleichgewichts und sage „ich lege in aller Gelassenheit meine Hände in den Schoß und warte". Zeigst du dich in dieser Weise entgegenkommend, dann wird die gute Mutter Natur das vollbringen, was sie bei deinem Widerstand nicht konnte".

Jeder erfahrene Psychotherapeut kann Fälle berichten, in denen er die Heilmethode des Till Eulenspiegel angewendet hat; der sagenumwobene Spaßmacher vermaß sich einmal in einem Krankenhaus, in welchem bewegungsunfähige gelähmte Kranke lagen, diesen Kranken rasch auf die Beine zu helfen; die Ärzte zweifelten mit Recht und Eulenspiegel gewann seine Wette, als er die Kranken durch den plötzlichen Feuerruf in Angst setzte und sie tatsächlich allesamt veranlaßte, ihr Bett zu verlassen und ins Freie zu humpeln. In der Tat kann bei den hartnäckigen Lähmungen neurotischer Natur durch lebhafte Gemütsbewegungen und, wie Charcot meint, durch ein Zusammentreffen von Umständen, welche auf die Phantasie einen starken Eindruck machen, eine plötzliche Heilung herbeigeführt werden. Von diesen wunderbaren Heilungen wußten schon die Alten zu erzählen, wie Herodot berichtet, daß der stumme Sohn des Krösus, als bei der Eroberung der Hauptstadt Sardes durch Cyrus ein persischer Soldat den ihm unbekannten Krösus angriff, bei dem Anblick der Todesgefahr seines Vaters seine Sprache gewann und dem Angreifer zurief: „Mann, töte den König nicht". Die Heilung der Stummheit durch die plötzliche Erregung ist den Ärzten von heute wohlbekannt wie wir aus den Kriegserfahrungen auch wissen, daß große Nervenerschütterungen eine vollständige Stimmlosigkeit, ja eine wirkliche Stummheit hervorrufen können und daß diese Erkrankung mit Hilfe starker elektrischer Ströme, aber auch ohne diese durch entsprechende Suggestivbehandlung geheilt werden können. So erzählte H. Bernheim von einem jungen Mädchen, das wegen vollständiger, seit vier Wochen bestehender Stimmlosigkeit (Aphonie) an seine Klinik in Nancy aufgenommen wurde und wie er bei der Vorstellung in der klinischen Vorlesung seinen Hörern auseinandersetzte, daß die elektrische Behandlung des Kehlkopfes die Erkrankung heile, er ließ nun den elektrischen Apparat zum Scheine in Tätigkeit setzen, legte seine eigene Hand an den Kehlkopf der Kranken, sagte ihr, daß sie wieder laut sprechen könne und erzielte sofort das Verschwinden der Sprachstörung.

Charcot[10]) erklärte auf diesem Wege die Heilungen, die sich bei einer Wallfahrt zum Grabe des heiligen Königs Louis IX. in Saint Dénis vollzogen, und H. Bernheim in dem oben zitierten Buche die Heilungen, die sich nach dem Zeugnisse zuverlässiger Beobachter in Lourdes ereignet haben. Es kommt immer nur darauf an, daß der Kranke den Willen zum Gesundwerden in sich habe und daß er sich in einer entsprechenden geistigen Atmosphäre befinde; ob diese Atmosphäre eine Klinik ist, in welcher der Kranke viele Beispiele von Heilungen durch die Macht des Wortes sieht, oder ob sie in einem Wallfahrtsort geschaffen ist, in welchem die Heilungen durch die Macht des Gebetes erfolgen, immer ist die Suggestion des Milieus von entscheidender Bedeutung.

[10]) Charcot, Leçons sur les maladies du système nerveux. Paris, 1872.

Das große Verdienst von Coué ist, daß er gezeigt hat, wie man sich von der Atmosphäre des Milieus unabhängig machen kann und wie man den Kranken an jedem Orte in die geeignete Heilungsbereitschaft versetzen kann. Die ganze pädagogische Psychogymnastik hat die Hervorrufung der Heilungsbereitschaft zum Ziele; der Boden für die Heilungsbereitschaft muß durch die gemeinschaftliche Tätigkeit des Arztes und des Patienten vorbereitet werden; und es ist bei dieser Gelegenheit an das Wort des griechischen weisen Arztes Hippokrates zu erinnern, der seinen Jüngern und Schülern riet: „Lasse es dich nicht gereuen, auch vom gewöhnlichen Manne anzunehmen, was zur Heilung dient".

Deshalb steht die Psychogymnastik keineswegs ablehnend der Volksmedizin gegenüber, sie fördert sie sogar gerne und sucht sich ihrer im Bewußtsein, daß der einfache Mensch an dem Altüberlieferten hängt, oft zu bedienen. Aber auch die beim Volke so beliebte Behandlung durch „Sympathiemittel", so verachtet sie auch von der strengen Schulmedizin sind, werden vom erfahrenen Psychotherapeuten im Hinblick auf den Zweck der Behandlung, welche die Heilung der Kranken im Auge hat, nicht selten verwendet, zumal sogar hervorragende Denker, wie Schopenhauer, an ihrer Wirkung nicht zweifelten, und zumal ihre richtige Verwertung mitunter die Heilungsbereitschaft auslöst.

Auch der Gebetsheilung, wie sie in den angelsächsischen Staaten in Form der Christian science auch in geistig hochstehenden Kreisen gepflegt wird, stellt sich die Psychogymnastik nicht feindselig entgegen, da sie ebenso wie die Wunderheilungen, welche vor hundert Jahren in Süddeutschland der Prinz Hohenlohe zustande brachte, auf der durch die Lehre der Christian science veranlaßten, beziehungsweise durch die fromme Gläubigkeit bedingten Heilungsbereitschaft beruht. Und die Darstellung, welche Generaloberarzt Neumann[11]) von der Christian science gibt, zeigt deutlich, wie die Heilungsbereitschaft im Kranken durch die Einwirkung auf sein religiöses Gefühl hervorgerufen werden kann.

„Die christliche Wissenschaft ging davon aus, Heilungen vorzunehmen, wie sie in den biblischen Zeiten vor sich gingen. Der Fehler lag darin, daß alle physischen Wirkungen auf eine mentale Ursache zurückgeführt werden. Die Ursache wurde „Mind" genannt, das etwa mit Geist oder Gemüt zu übersetzen ist. Ein anderer Fehler liegt darin, daß das Lesen des Buches Christliche Wissenschaft schon Heilung bewirken soll. Den Scientisten ist die Materie nur Annahme. Das Zeugnis des materiellen Sinnes wird für falsch erklärt. „Mind" ist Alles in Allem als das Prinzip göttlicher Metaphysik. Krankheiten, sagt die Christian science, sind keine Wirklichkeiten, sie sind Irrtümer, sterbliche Annahmen. Krankheit, so heißt es, hat ihre Ursache

[11]) Neumann, Die seelische Behandlung von Krankheiten. Verlag von Johannes Baum, Pfullingen in Württemberg.

nur im Geistigen. Krankheit als materieller Zustand ist undenkbar. Die Ursache aller Krankheiten ist eine sterbliche Furcht, eine irrtümliche Annahme von der Notwendigkeit und Macht schlechter Gesundheit. Krankheit wird als Sünde aufgefaßt. Das Heilen der Kranken und die Umwandlung des Sünders ist dasselbe. Das Prinzip der Heilung, so heißt es bei der christlichen Wissenschaft, ist allein Gott und die Vergegenwärtigung Gottes nicht Suggestion, Hypnose, Gedankenübertragung. Das Zeugnis der materiellen Sinne wird als Lüge erkannt. So heißt es z. B. bei einer Verstauchung des Handgelenks mit starken Schmerzen und Anschwellung: ich muß jede Einflüsterung des Irrtums, der mir sagt, daß ich Schmerzen leide und daß mein Handgelenk geschwollen sei, verneinen und jeden Gedanken daran aus meinem Bewußtsein ausschließen. Wirke dies schon bei äußeren Leiden, sagen die christlichen Scientisten, so wirke es besonders bei inneren Krankheiten und seelischen Leiden".

„Daß die Christian science wesentlich Suggestion ist, wo sie überhaupt hilft, geht daraus hervor, daß der Kranke stets des Beistandes eines erfahrenen Scientisten bedarf. Es wird dies auch besonders ausgesprochen und Kawerau legt in seinen Richtlinien zum Verständnis der Christian science besonderen Wert darauf, daß der erfahrene Scientist in erster Linie Seelenarzt und Seelsorger ist. Er muß, so heißt es, die seelischen Ursachen der Krankheit erkennen. Nach der Christian science wurzeln diese Ursachen in Furcht, Sünde oder Unwissenheit, und zur Beseitigung der „Verklemmungen im geistigen Unterbewußtsein" ist die „Erleuchtung des geistigen Verständnisses" und die „stille Versenkung des Helfers in Gott" nötig. Der Helfer verrichtet also die Heilarbeit. Es wird ausdrücklich gesagt, daß der „Patient nicht zugegen zu sein" braucht und die Möglichkeit einer Fernbehandlung wird besonders betont".

Die Heilungsbereitschaft setzt den persönlichen Kontakt zwischen dem Arzt und dem Kranken eben nicht immer voraus, und die Zuversicht des Kranken, daß für seine Heilung ein Wunder im Werden sei, mag in vielen Fällen wirklich einen überraschenden Effekt hervorrufen. Aber der Erfolg bleibt oft aus. Der vielerfahrene Bernheim spricht zum Schlusse seines Buches von den Autosuggestionen, welche die Heilung hemmen, auch bei Kranken, welche leicht in tiefe Hypnose verfallen und der Suggestion schnell zugänglich erscheinen; die Kranken geben eben immer ihren eigenen Empfindungen Gehör, wecken sie immer wieder auf und stehen nur mit sich selbst in Rapport. Wenn sich die Heilungsbereitschaft nicht zeigt, sei es, weil der Kranke sich aus irgend einem Grunde — nach einem geistreichen Worte von Sigmund Freud, dem Begründer der psychoanalytischen Heilmethode — in die Krankheit geflüchtet und sich hier wohnlich eingerichtet hat, sei es, weil zur Schaffung der Heilungsbereitschaft nur eine einzige Methode angewendet wurde, braucht der Kranke für die Psychotherapie nicht als ungeeignet betrachtet zu werden, der Arzt muß zu einer anderen Methode greifen. Coué meint, daß seine Methode nicht bloß bei geistig Zurückgebliebenen, die nicht erfassen, was man ihnen sagt, unverwendbar sei, sondern auch bei Menschen, die nicht verstehen wollen, — und diese sind es, die am schwersten zu behandeln sind, weil sie sich in ihrer Krankheit relativ wohl fühlen und gar keinen Grund zu haben glauben, ihren Zustand zu ändern. Aber auch solche Kranke sind dem heilenden Einflusse des geschickten Psychotherapeuten zugänglich; der Arzt muß dem Kranken den Beweis liefern, daß er ihn durchschaue; er muß ihm zeigen, daß er von der Krankheitsgeschichte mehr wisse als der Kranke ihm erzählt, und muß intuitiv erkennen, warum der Kranke sich aus seiner Krankheit nicht herausrühren wolle. Hat der Arzt einmal das Vertrauen des widerstrebenden Patienten gewonnen, dann dauert es nicht lange, bis durch eine oder die andere Methode der Wille gesund zu werden beim Kranken lebendig wird und die Heilungsbereitschaft auftritt.

Will man zum Erfolge kommen, so ist es zweckmäßig, zunächst sich an die von Coué gegebenen Vorschriften zu halten, und es ist nicht uninteressant, aus dem oben Vorgetragenen zu wiederholen, was Coué seinen Hörern, denen er die Vorzüge seiner Methode auseinandersetzen wollte, über sein Verfahren zu sagen wußte:

„Wenn man von meinem Verfahren schon darin abweicht, daß man gleich zu Beginn den Patienten in Schlaf zu versenken sucht, ohne irgend welche Erklärungen oder vorbereitende Versuche vorhergehen zu lassen, die unumgänglich nötig sind, damit der Betreffende die Suggestion annehme und in Autosuggestion verwandle, so wird und kann man nur bei äußerst empfindsamen Personen, deren es aber nur wenige gibt, eine Wirkung erzielen.

Durch ausreichende Schulung kann es jeder dahin bringen; aber nur wenige sind schon ohne jene Einführung so weit, die mir rätlich scheint und die sich übrigens in ein paar Minuten bewerkstelligen läßt.

Früher war ich der Meinung, die Suggestion könne nur bei in Schlaf Versenkten zu voller Wirkung gelangen und dementsprechend suchte ich meine Patienten auch einzuschläfern; aber als ich festgestellt hatte, dies sei nicht unumgänglich nötig, gab ich dieses Verfahren auf, um dem zu Behandelnden die Angst und Aufregung zu ersparen, die ihn fast regelmäßig befällt, sobald er erfährt, man werde ihn in Schlaf versenken. Auf solche Anwandlungen von Furcht ist es ja auch zurückzuführen, wenn er allen Versuchen, ihn einzuschläfern, oft unwillkürlich Widerstand entgegensetzt. Versichert man ihm aber, man wolle ihn durchaus nicht einschläfern, es sei dies ganz unnötig, so gewinnt man sein Vertrauen; er hört uns furchtlos, ohne jeden Hintergedanken an, und sehr oft kommt es vor, daß er, wenn schon nicht beim ersten Male, so doch nach wenigen Sitzungen, sich vom monotonen Klange unsrer Stimme einlullen läßt und in tiefen Schlaf verfällt; beim Erwachen ist er dann höchst erstaunt, daß er doch geschlafen hat.

Ich will aber nicht den Glauben erwecken, als könnte die Anwendung von Suggestion und ein Bewirken von Autosuggestion ausschließlich in der eben geschilderten Weise erfolgen. Die Suggestion kann auch ohne jede Vorbereitung ausgeübt werden und ohne daß der Patient überhaupt davon weiß. Nehmen wir den Fall, daß ein Arzt, der doch schon vermöge seines Titels den Kranken suggestiv beeinflußt, diesem mitteilt, er könne ihm leider nicht helfen, seine Krankheit sei eben unheilbar, so wird ein solcher Arzt bei jenem Kranken eine möglicherweise höchst verhängnisvolle Autosuggestion hervorrufen. Sagt der Arzt hingegen dem Kranken, sein Zustand sei zwar ernst, aber durch sorgsame Pflege werde er im Laufe der Zeit wiederhergestellt werden, er müsse nur recht geduldig sein, so wird er schon mit dieser Prognose manchmal, ja recht häufig, überraschende Heilerfolge erzielen.

Um die Wirkungsweise der Suggestion bei der Heilung sittlicher Gebrechen recht begreiflich zu machen, will ich mich eines Vergleiches bedienen. Stellen wir uns das Gehirn als ein Brett vor mit hineingeschlagenen Stiften, die unsere Gedanken, Gewohnheiten und Triebe bedeuten, durch die unsere Handlungen bestimmt werden. Bemerken wir nun bei irgendjemanden einen schlechten Gedanken, eine schlechte Gewohnheit, einen schlechten Trieb, kurz einen schlechten Stift, so nehmen wir einen anderen Stift, der einen wünschenswerten Gedanken, eine ersprießliche Gewohnheit, einen erfreulichen Trieb bedeutet, stellen ihn gerade auf den Kopf des schlechten Stiftes und schlagen mit dem Hammer darauf, das heißt, wir wenden Suggestion an. Der neue Stift dringt nun zum Beispiel einen mm ein, während der alte um 1 mm herausgedrängt wird, so daß er nach einer gewissen Anzahl von Hammerschlägen ganz draußen und durch den neuen ersetzt ist. Ist dieser Ersatz durchgeführt, so gehorcht der Mensch dem neuen seelischen Elemente.

Wenn man bewußte Autosuggestion anwendet, soll man sie als eine ganz natürliche, höchst einfache, kinderleichte Sache ansehen, von deren Wirkung man fest überzeugt ist; vor allem ist dabei jede Anspannung und Anstrengung zu vermeiden. Gerade darum verwirklicht sich unbewußte und oft schädliche Autosuggestion so leicht, weil sie ganz ohne Anspannung und Anstrengung erfolgt.

Man muß immer fest überzeugt sein, man werde sein Ziel erreichen und dann erreicht man es auch, wenn es sich nur um eine vernunftgemäße Sache handelt.

Nicht zu mir sollen Sie Vertrauen haben, sondern zu sich selber, denn in Ihnen allein schlummert die Kraft, von der Sie Gesundung zu erwarten haben. Meine Rolle beschränkt sich einzig darauf, Sie zu lehren, wie Sie jene Kraft gebrauchen sollen.

Die Dinge, die allem Gewohnten zu widersprechen scheinen, haben eine ganz natürliche Ursache; nur darum erscheinen sie Ihnen so absonderlich, weil Sie eben jene Ursache übersehen. Sobald Sie diese erst einmal erkannt haben, bemerken Sie, daß alles ganz natürlich zugeht.

Bei einem Widerstreit zwischen Willen und Einbildungskraft siegt immer die Einbildungskraft. In diesem nur allzu häufigen Falle tun wir nicht nur keineswegs das, was wir wollen, sondern gerade das Gegenteil. Beispiele: Je heftiger wir den Schlaf herbeizwingen wollen, je hartnäckiger wir uns wegen eines entfallenen Personennamens den Kopf zerbrechen, je krampfhafter wir das Lachen verbeißen, je mehr wir einem Hindernis auszuweichen streben, mit dem Hintergedanken, daß es uns nicht gelingen wird, desto wacher, aufgeregter werden wir, umso boshafter versteckt sich der Name in den Falten des Gedächtnisses, umso heftiger platzt unser Lachen heraus, umso sicherer rennen wir gerade auf das Hindernis los.

Somit ist die Einbildungskraft und nicht der Wille die vorherrschende Kraft im Menschen; deshalb ist es ein grober Irrtum, den Leuten Willenserziehung anzupreisen; Erziehung ihrer Einbildungskraft tut ihnen not.

Die Dinge sind für uns nicht, wie sie in Wirklichkeit sind, sondern was sie uns zu sein scheinen: so erklären sich die einander widersprechenden Aussagen von Menschen, die alle in gutem Glauben reden.

Wer den Glauben nährt, Herr seiner Gedanken zu sein, wird es auch.

Jeder unserer Gedanken, ob gut oder böse, drängt nach Verwirklichung, stellt zuletzt seinen Inhalt, in den Grenzen des physisch Möglichen, als greifbare, körperliche Tatsache in unser Leben hinein.

Wir sind das, wozu wir selber uns machen, nicht wozu das Schicksal uns machen will.

Wer mit der Vorstellung ins Leben hinaustritt: „Ich werde mich durchsetzen!" setzt sich unbedingt durch, weil er instinktiv alles tun wird, was dazu nötig ist. Bietet sich ihm nur ein einziges Mal eine Gelegenheit zum Emporkommen, so braucht sie keinen dicken Schopf zu haben, damit er sie daran fasse: ihm genügt ein einziges dünnes Härchen. Ferner führt er oft selber, bewußt oder unbewußt, günstige Ereignisse herbei.

Wer hingegen ewig an sich zweifelt („bin eben ein rechter Pechvogel"), wird es nie zu etwas bringen. Ihm kann man Gelegenheiten auf dem Präsentierteller bringen, er sieht sie nicht und bekommt nicht eine zu fassen, auch wenn er bloß die Hand auszustrecken hätte. Und wenn er irgendwelche Ereignisse auslöst, so sind es gewiß ungünstige Ereignisse. Man klage also nicht über Mißgeschick: man hat es sich selber zuzuschreiben.

Es heißt immer, man solle sich recht anstrengen. Ich lehne dergleichen Mahnungen entschieden ab. Denn Anstrengung bedeutet soviel als Willensspannung; bei Willensspannung ist wieder mit der Möglichkeit zu rechnen, daß die Einbildungskraft in entgegengesetzter Richtung zu wirken beginnt: in diesem Falle würde aber gerade das Gegenteil des Angestrebten verwirklicht werden.

Die Autosuggestion ist ein Werkzeug, dessen richtiger Gebrauch genau so erlernt werden muß wie der eines anderen Werkzeuges. Das beste Gewehr taugt nicht viel, wenn es ein unerfahrener Schütze handhabt, aber je geübter dessen Hände werden, desto leichter treffen die Kugeln ins Schwarze.

Immer muß man als leicht ansehen, was man tun will, soweit es sich um Mögliches handelt. In solcher Stimmung wird man nur eben soviel Kraft aufwenden, als gerade nötig ist; sieht man die Sache als ungemein schwer an, so verbraucht man mehr Kraft, und man vergeudet Kraft.

Mit Vertrauen, in festem Glauben und mit Ausdauer angewandt, setzt sich die bewußte Autosuggestion im Bereiche vernunftgemäßer Ziele mit mathematischer Gewißheit in Wirklichkeit um.

Daß manche Leute mit der Anwendung der Autosuggestion auf keinen grünen Zweig kommen, liegt entweder an ihrem Mangel an Zutrauen in die Sache oder — der Fall ist häufiger —, daß sie sich dabei Mühe geben. Um gute Autosuggestionen ins Werk zu setzen, ist es unerläßlich, daß man jede Mühe und Anstrengung vermeide. Denn solche Anspannung ist nicht denkbar ohne daß der Wille in Tätigkeit tritt, und diesen kann man dabei durchaus nicht brauchen. Man darf sich nur an die Einbildungskraft halten.

Viele Menschen, die ihr lebenlang durch alle möglichen Kuren irgendwelche Krankheiten loszuwerden suchten, bilden sich ein, daß die Suggestion ihre augenblickliche Genesung herbeiführen werde. Das ist ein Irrtum und widerspricht aller Vernunft. Man darf von der Suggestion nicht mehr erwarten als was sie normalerweise leisten kann, das heißt eine allmählich eintretende Besserung, die nach und nach zu völliger Genesung wird, wenn eine solche möglich ist.

Die praktische Verwendung des Verfahrens besteht darin, daß man jeden Morgen beim Erwachen, und jeden Abend, gleich nach dem Zubettgehen, die Augen schließt, um so die Aufmerksamkeit zu sammeln und zwanzigmal hintereinander, indem man dabei die Lippen bewegt und mechanisch die Anzahl der Wiederholungen an einer mit zwanzig Knoten versehenen Schnur abzählt, die Worte wiederholt: „Mit jedem Tag geht es mir in jeder Hinsicht besser und besser". Dabei soll man an nichts besonderes denken, da sich die Worte „in jeder Hinsicht" auf alles beziehen.

Diese Autosuggestion ist mit unbedingtem Vertrauen vorzunehmen, in der festen Überzeugung, man werde das Gewünschte erlangen. Je stärker diese Zuversicht, desto größer sind die Erfolge und desto rascher stellen sie sich ein.

So oft man ferner im Laufe des Tages oder der Nacht ein körperliches oder seelisches Unbehagen spürt, gibt man sich sogleich die Gewißheit, man werde es nicht auch noch bewußt unterstützen, vielmehr werde man es zum Verschwinden bringen. Dann sucht man eine Weile möglichst ungestört zu bleiben, schließt die Augen, fährt mit der Hand über die Stirn, wenn es sich um Seelisches handelt, oder über die schmerzende Stelle, wenn einen ein körperliches Leiden quält und wiederholt, indem man die Lippen bewegt, mit größter Schnelligkeit die Worte: „Es geht vorüber", solange es nötig ist. Bei einiger Übung verschwindet der seelische oder körperliche Schmerz innerhalb eines Zeitraumes von 20 bis 25 Sekunden. Die Übung ist im Bedarfsfalle zu wiederholen".

Wer die Coué'sche Methode der Psychogymnastik eine Zeitlang geübt hat, ist sicherlich zu jenem Grade der Heilungsbereitschaft gekommen, welcher dem Therapeuten auch weitere Beeinflussungen möglich macht. Ich habe eine reiche Anzahl von Kranken gesehen, welche nach diesen Übungen zwar die von ihnen erwartete Heilung nicht gefunden hatten, die aber durch sie in den von mir erwarteten Zustand gekommen waren, in welchem andere psychische oder körperliche Heilmethoden zur Geltung kommen konnten. Die ärztliche Kunst besteht nicht darin, daß man einer einzelnen Methode vertraut; denn jeder Heilmethode sind ihre Grenzen gesteckt; nur aus der Vereinigung verschiedener Heilfaktoren erwächst die wirkliche und dauernde Heilung, denn Heilen heißt das Vermögen, verschobene Wechselbeziehungen zwischen den Funktionen und den Organsystemen in ein normales Verhältnis zurückzuführen, und zu diesem Ziele führen oft verborgene Pfade, die zu finden nur wenigen vergönnt ist.

Der Wille des Arztes, gesund zu machen, und der Wille des Kranken, gesund zu werden, müssen sich zu einem Ganzen zusammenschließen, will man zum erwünschten Ziele gelangen. Und Coué hat nicht recht, wenn er den Grundzug seiner Methode in der Erkenntnis sucht, daß uns nicht der Wille, sondern die Einbildungskraft lenke, und daß die Triebfeder unserer Handlungen im Unbewußten liegen. Coué erzielt seine Erfolge, nicht weil seine Anschauungen über unser psychisches Leben richtig sind, sondern weil er auf richtigen, aber von ihm falsch gedeuteten Beobachtungen aufgebaut hat. Seine Übungen und seine Ratschläge nimmt die Wissenschaft gerne an, weil sie auch ihren voraussetzungslosen Forderungen entsprechen; gegen seine Theorien aber muß sie sich ablehnend verhalten, weil sie Ursache und Wirkung miteinander vertauschen und weil sie nicht dem ärztlichen Denken ent-

sprechen. Die Psychogymnastik baut sich ihr Haus, und in ihrem Ehrenbuche wird sich der Name von Coué an einer der ersten Stellen finden, nicht weil er die Entdeckung neuer seelischer Kräfte gemacht hat, sondern weil er durch seine zwanzigjährige Tätigkeit den Beweis geliefert hat, wie man durch zielbewußte Arbeit im Dienste der kranken Menschheit alte Gedanken neu zu beleben und Vergessenes wieder an das strahlende Licht zu bringen vermag. Kommende Zeiten werden die Dunkelheit, in welcher für uns dasjenige, was man heute das Unterbewußtsein nennt, noch liegt, wohl vollkommen erhellen, dann wird das leere Wort zum Begriffe werden, und wir werden die Rolle, welche der Willen auch in dem Coué'schen Verfahren spielt, genau erkennen. Heute aber braucht die Wissenschaft sich um Erklärungsmöglichkeiten nicht zu streiten; sie greift nach dem Guten in den Coué'schen Ausführungen und erinnert sich dabei an die schönen Worte, welche der Wiener Kliniker Hermann Nothnagel in seinem berühmten Vortrage über die Grenzen der Heilkunst auf dem Naturforschertage in Halle des Jahres 1891 gesprochen hat: „Die sorgfältige, den verschiedensten Zuständen auf Grund gewissenhafter Naturbeobachtung und erweiterter Erkenntnis der Krankheitsvorgänge angepaßte, immer feiner ausgebildete Unterstützung der natürlichen Ausgleichungen und Anpassungen ist einer der Wege, auf welchem die Heilkunst wandeln muß, um ihr Leistungsgebiet zu erweitern". Die Psychogymnastik mit den ihr zugehörigen Verfahren der Persuasion und der Coué'schen Übungen bietet einen solchen Weg; ihn zu gehen und die Straße zu pflegen, ist eine lohnende Aufgabe, ganz im Sinne von Faust, der sich von der Allkraft der Natur wohl Rechenschaft zu geben wußte: "Und wenn Natur dich unterweist, dann geht die Seelenkraft dir auf, wie spricht ein Geist zum andern Geist". In der Psychogymnastik, in der Methode des Gesundwerdens durch Erziehung, spricht ein Geist zum andern; ihr blüht der Erfolg, und ihr gehört die Zukunft.

Literatur:

Coué: Die Selbstbemeisterung durch bewußte Autosuggestion. Deutsch von Dr. Paul Amann. Basel 1924. *Mk. 2.20.*

Couéismus. Die Kunst der Selbstbeherrschung. Von Dr. Fr. Schulhof, Wien. *Mk. 1.20.*

Dr. *Neumann:* Die seelische Behandlung von Krankheiten. *Mk. 1.20.*

Dr. *H. W. Dresser:* Methoden und Probleme der geistigen Heilbehandlung. *Mk. 2.40.*

Ferner erscheint neu bei Johannes Baum Verlag:

Coué *und Neugeist.* Praktischer Ratgeber für geistige Selbstheilung. Von Heinrich Jürgens. Preis *60 Pfg.*

Bücher der „Weißen Fahne“:

1. **Grundsätze der Neugeistlehre.** Nach Vorträgen von Dr. J. Seton, bearbeitet von A. Hall-Simpson. Mk. 1.20
2. **Die Schule der Seele.** Geistliche Uebungen von Bruder Ekkehard. Deutscher Yoga auf religiöser Grundlage. Mk. 1.80
3. **Heilwissen.** Von A. M. Grimm. Mk. 1.20
4. **In dir ist die Kraft!** Von H. Th. Hamblin. Mk. 1.20
5. **Die Heilkräfte des Geistes.** (Ueber spirituelle Heilung.) Von Ch. Spencer. Deutsche Ausgabe besorgt von W. Adelmann-Hüttula. Mk. 1.20
6. **Das Lampenfieber.** Sein Wesen und seine Vernichtung. Von Prof. Fr. Weber-Robine. 60 Pfg.
7. **Die Neugeistschule.** Von A. M. Schwindt. 30 Pfg.
8. **Wie man die Lebenskräfte steigert.** Von Theodor Sheldon. 90 Pfg.
9. **Die Wissenschaft der Gedankenkräfte.** Von H. Th. Hamblin. 90 Pfg.
10. **Der Mensch ohne Furcht.** Ein Brevier für Tatmenschen. Von W. Steding. 90 Pfg.
11. **Tagebuch eines Gottsuchers.** Mitgeteilt von Dr. A. Liebernickel. 60 Pfg.
12. **Das Sexualproblem im Lichte der esoterischen Philosophie.** Ein vertraulicher Yoga-Brief. Von Arya Pathika. 60 Pfg.
13. **Carl Huter's Psycho-Physiognomik.** Eine neue praktische Lebensweisheitslehre von Am. Kupfer. Mit 17 Abbildungen. 60 Pfg.

Mitglieder und Abonnenten der „W. F.“ bekommen diese Publikationen zum Subskriptionspreis (= halben Ladenpreis).

* * *

Empfehlenswerte Werke betr. Yoga-Praxis und seelische Schulung:

Yoga-Katechismus von Patanjali. Nach der Judge-Übertragung deutsch bearbeitet und mit Einleitung und Erläuterungen versehen von W. Adelmann-Hüttula. Mk. 1.80

Jeder Deutsche ein Yoga-Praktiker. Der Radscha-Yoga als Lebenskunst und Lebenswissenschaft. Von W. Adelmann-Hüttula. Mk. 1.—

Konzentration und Meditation als Mittel zur Entfaltung der höheren Willens- und Erkenntniskräfte. Von W. Adelmann-Hüttula. Mk. 1.20

Arya Marga, Der Pfad zur göttlichen Seherschaft. Praktische Einführung in den Okkultismus der Upanishaden. Von W. Adelmann-Hüttula. Mk. 1.20

Die Ausbildung okkulter Kräfte durch indische Geheimschulung. Zwei Originalabhandlungen von W. Q. Judge Verdeutscht und eingeleitet von W. Adelmann-Hüttula. 60 Pfg.

Das Yogi-System. Eine Anleitung zu Erlangung vollkommener Gesundheit und Verhütung vorzeitigen Todes und Alterns. Von W. Hudson. Mk. 1.50

Yoga-Praxis. Ein Schlüssel zum Studium der Geheimlehren aller Religionen und zur Entwicklung höherer Seelenkräfte. Von Peryt Shou. Mk. 1.20

Hatha Yoga. Die indische Fakirlehre zur Entwicklung magischer Gewalten im Menschen. Von Max Wilke. Mk. 1.—

Yogi-Künste. Von Graf Karl v. Klinckowstroem. 60 Pfg.

Prospekte gratis durch Johannes Baum Verlag, Pfullingen in Württ.

Bezug durch Prana-Verlag, Pfullingen in Württ.
Vorrätig bei der Geschäftsstelle der „Weißen Fahne“, Pfullingen in Württ.

Die Bücher der „Okkulten Welt“!

Bis jetzt sind folgende Bände erschienen, bzw. zur Zeit noch erlebar:

1. Was ist Okkultismus und worauf beruhen die okkulten Erscheinungen? Von Sanitätsrat Dr. med. Bergmann-Berlin.
2. Der telepathische Traum. Erfahrungen über Hellsehen im Wachen und im Traum. Von Dr. med. Wilhelm Stekel-Wien.
3. Astrale und elementare Einflüsse. Von Dr. med. Franz Freudenberg.

4/5. Die Jenseitigen. Untersuchungen über die Möglichkeit und Tatsächlichkeit eines geistigen Lebens ohne Sinnesorgane und Gehirn. Von Dr. Fritz Quade, Berlin

6. Okkultismus und bildende Kunst. Mit 14 Abbild. Von Dr. Rudolf Bernoulli.
7. Die Wunder der Kabbalah und die okkulte Praxis der Kabbalisten. Von Dr. Erich Bischoff, Leipzig.
8. Fernfühlen und Fernwirken. Von Dr. W. Gerard, Berlin.

9/10. Goethe als Okkultist. Von Hofrat Prof. Max Seiling, München.

11. Die odische Lohe. Von Albert Hofmann. Mit 2 Abbildungen.
12. Die wandernde Seele. Von Prof. Dr. K. J. Jordan, Berlin.

13/16. Physikalisch-mediumistische Untersuchungen. Von Ing. Fritz Grunewald, Charlottenburg. Mit 29 Abbildungen auf Kunstdruckbeilagen.

17. Seele und Kosmos. Von Dr. med. Georg Lomer, Hannover.
18. Das Wesen der Alchemie. Von Dr. med. Ferdinand Maack, Hamburg.
19. Das Geheimnis der Lebenszahlen. Von Arthur Grobe-Wutischky.
20. Handlesekunst und Wissenschaft. Von Dr. A. Freiherr v. Schrenck-Notzing. Mit 7 Abbild.

21/22. Das Tischrücken. Von Hans Freimark.

23/24. Der siderische Pendel, die Wünschelrute und der dynamische Kreis. Von Albert Hofmann. Mit 14 Abbildungen.

25/26. Grundbegriffe der Parapsychologie. Von Univers.-Prof. Dr. Konstantin Oesterreich, Tübingen.

27. Jenseits von Vergangenheit und Zukunft. (Vom überzeitlichen Sein.) Von Dr. F. W. Beck.
28. Unsterblichkeit. Von Heinrich Bode.
29. Jenseits der Sinne. Von Dr. E. Nordberg, Graz.
30. Sir Oliver Lodge's „Raymond oder Leben und Tod“. Von Pfarrer Dr. C. Vogl.

31/32. Die Photographie des Unsichtbaren. Von Generalmajor J. Peter. Mit 4 Abbildungen.

33. Spaltung und Verdoppelung der Persönlichkeit. Von Privatdozent Dr. W. Moog, Greifswald.
34. Die Mystik des Traumes. Von Dr. med. Georg Lomer, Hannover.

35/36. Der Seelenspiegel. Von Herbert Silberer, Wien.

37/38. Seelisches Erfühlen. (Telepathie und räumliches Hellsehen.) Von Dr. phil. Joseph Böhm, Nürnberg.

39/4. Phantome Lebender. Von Generalmajor Jos. Peter, München. Mit 2 Abbildungen.

41/42. Erscheinungen Toter. Von Gen.-Maj. Jos. Peter.

43. Seelenwanderung und Wiederverkörperung (Reincarnation und Karma). Von Pastor Theod. Devaranne, Berlin.

44/45. Das Reich des Unsichtbaren. Elisabeth d'Esperance als Mittlerin zwischen Diesseits und Jenseits. Von Dr. Ernst Planck.

46. Das Ende des Materialismus. Die okkulten Erscheinungen im Lichte von R. H. Francés Philosophie von Fr. Prof. J. Quincke.
47. Magische Erscheinungen des Seelenlebens. Von Dr. E. Nordberg, Graz.
48. Die okkulten Quellen der künstlerischen Begabung. Von P. Cohen-Portheim.

49/50. Arya Marga, der Pfad zur göttlichen Seherschaft. Prakt. Einführ. in d. Okkultismus der Upanishaden. Von W. Adelmann-Hüttula, Nürnberg.

51/52. Die somnambulen Tische. Von Dr. Justinus Kerner. Neu herausgegeben und eingeleitet von Hans Freimark.

53. Die Wirklichkeit der Träume. Von Pfarrer P. Wallis.

54/55. Die seelische Behandlung der Krankheiten. Von Generaloberarzt Dr. Neumann, Naumburg.

56. Katholische Rosenkreuzerei. Mit 7 Abbildungen. Von Anton Mailly, Wien.

57/58. Die Entwicklung der seelischen Kräfte. Von Studienrat H. Hänig.

59/60. Konzentration und Meditation als Mittel zur Entfaltung der höheren Willens- und Erkenntniskräfte. Von W. Adelmann-Hüttula.

61. Menschenschicksal und Sternenlauf. Von A. M. Grimm, München.

62/65. Aus den Lebenserinnerungen eines Okkultisten. Rätselhafte Tatsachen aus der übersinnlichen Welt. Von Paul v. Rechenberg-Linten.

66. Die Ausbildung okkulter Kräfte durch indische Geheimschulung. Von W. Q. Judge. Deutsch bearbeitet v. W. Adelmann-Hüttula.

67/70. Wunder der Bibel. Von Universitätsprofessor Lic. Dr. Rust, Königsberg.

71/72. Psychometrie (Hellsehen in Raum und Zeit.) Von Generalmajor J. Peter.

73. Das Problem des Lebens. Von Prof. Dr. v. Mikuska, Prag.

74/75. Genesis. Die geheime Bedeutung der biblischen Schöpfungsgeschichte. Nach esoterischen und arischen Quellen. Von W. Adelmann-Hüttula. Nürnberg.

76/78. Yoga-Katechismus von Patanjali. Mit Einleitung und Erläuterungen versehen von Willy Adelmann-Hüttula.

79/81. Die Geheimnisse der Offenbarung. Ueber die Symbolik der Apokalypse des Johannes. Von Dr. Emil Schlegel, Tübingen.

82/83. Die innere Stimme und das höhere Selbst. Betrachtungen über die okkulte Leitung des Menschen und die praktische Bedeutung der „Gefühlszeichen“ Von Paul v. Rechenberg-Linten

84/85. Die Stunde nach dem Tode. Von Generalmajor a. D. Jos. Peter.

86/87. Das Mysterium der Geschlechter. Von Dr. Eduard v. Mayer, Locarno.

88/89. Atlantis, die versunkene Welt. Von Generalmajor a. D. Jos. Peter. Mit 4 Abbild.

90/92. Das erotische Element im Okkultismus. Von Hans Freimark.

93/95. Historische Prophezeiungen. Von Johannes Jillig, Göppingen.

96. Die Wanderung der Lebensatome. Von H. P. Blavatsky. Erstmalig ins Deutsche übertragen und eingeleitet v. W. Adelmann-Hüttula

97/98. Die sangyrische Kunst als Behandlungsmethode der okkulten Medizin. Von Albert Hofmann.

99. Yogi-Künste. Von Graf Carl v. Klinckowstroem.

100. Das Phänomen der eingebrannten Hand. Von Generalmajor a. D. Jos. Peter. Mit 1 Abbild.

101/2. Das Problem des Hypnotismus. Von Dr. med. Erich Kindborg, Breslau.

103. Das Zungenreden. Von Universitätsprofessor Lic. Dr. Hans Rust, Königsberg.

104. Auf der Schwelle zur Geisterwelt. (Ueber das Wesen des Spiritismus und die Schwierigkeiten im Verkehr zwischen Lebenden und Abgeschiedenen.) Von Generalmajor a. D. Jos. Peter, München.

105. Mysterien der deutschen Bauhütte. Beiträge zur Geschichte der mittelalterlichen Freimaurerei. Von Anton v. Mailly. Mit 7 Abbild.

Preis pro Nr. 60 Pfg. Prospekte gratis. Johannes Baum Verlag, Pfullingen (Württ.

Das grundlegende Werk
des deutschen wissenschaftlichen Okkultismus:

MATERIALISATIONS-PHAENOMENE

EIN BEITRAG ZUR ERFORSCHUNG DER
MEDIUMISTISCHEN TELEPLASTIE
von
DR. FRHRN. von SCHRENCK-NOTZING

Zweite, starkvermehrte Auflage, 636 Seiten mit
275 Abbildungen auf 167 Tafeln.

Preis Mk. 20.—.

Das Schrencksche Buch bringt die parapsychische Forschung zu einem gewissen Abschluß, indem es das beste Beobachtungsmaterial der letzten 15 Jahre in sonst nirgends gebotener Genauigkeit und Vollständigkeit, meist nach eigenen Experimenten, der wissenschaftlichen Erklärung vorlegt. Die nachprüfende Kritik hat jetzt das Wort. Die offizielle Wissenschaft kann jetzt diesen Erscheinungen nicht mehr aus dem Wege gehen. Sie muß sich nunmehr mit ihnen auseinandersetzen und entweder Betrug oder Selbsttäuschung nachweisen — nicht bloß vermuten! — oder aber das Berichtete als Tatsachen anerkennen und den Anschluß an die bisherigen Ergebnisse ihrer Forschungen suchen. Soweit sich jetzt die Erscheinungen, ihre einwandfreie Sicherstellung vorausgesetzt, beurteilen lassen, scheint der seit Reinke, Pauly und besonders Driesch immer erfolgreicher vordringende Psychovitalismus sich zu bestätigen, die Lehre, daß eine seelenähnliche unbewußte Kraft (Entelechie) den Organismus aus den bereitstehenden Stoffen aufbaue und als Individualitätskonstante seine individuelle Entwicklung bedinge, eine Lehre, die letzten Endes auf Plato und Aristoteles zurückgeht. Augsburger Abendzeitung (1. Mai 1922).

Eine Einführung in das Verständnis der „Materialisationsphänomene" ist:

PHYSIKALISCHE PHAENOMENE DES MEDIUMISMUS

STUDIEN ZUR ERFORSCHUNG DER TELEKINETISCHEN VORGÄNGE
von
Dr. A. FRHRN. VON SCHRENCK-NOTZING
200 Seiten mit 15 Tafeln und 33 Strichzeichnungen im Text. Preis Mk. 3.50.

• • •

Ankauf älterer und neuerer okkultistischer Werke sowie ganzer Büchereien, ferner Zusammenstellung okkultistischer Fachbibliotheken durch
Prana-Verlag, Pfullingen in Württ.

Neueste Verzeichnisse kostenlos und portofrei.

»Welterkenntnis«

Das Sein, die Wirklichkeit, die Natur und der Tod.

Von Prof. **William Daumar, New-York.**

Diese neue, durch den amerikanischen Mediumismus veranlaßte Weltphilosophie enthält die einzige naturalistische Geist-Theorie. Für Widerlegung des wissenschaftlichen Grundprinzips waren vergeblich hohe Preise ausgesetzt. Grundpreis 2 Mark. — Für Mitglieder des Neugeistbundes und Abonnenten der „W. F." Vorzugspreis für die in solides Ganzleinen gebundene Ausgabe nur Mk. 1.— dazu 20 Pfg. Beitrag für Porto und Verpackung.

= Bezug durch **Prana-Verlag, Pfullingen** in Württemberg =

Seltene Werke für Bücherfreunde!

Aus der längstvergriffenen Sammlung gemeinverständlicher Vorträge

herausgeg. v. **Rudolf Virchow** und **Fr. v. Holtzendorff**, können wir noch folgende, Geisteswissenschaftler und Okkultisten besonders interessierende Schriften liefern:

Über die Schnelligkeit unseres Empfindens und Wollens. Von W. v. Wittich.
Tun und Handeln. Von Dr. J. Jensen.
Licht u. Leben. Von Prof. Dr. Cohn, Breslau.
Schlaf und Traum. Von Dr. Frensburg, Irrenanstaltsdirektor.
Traumen und Denken Von Dr. J. Jensen
Der Alp. Von Dr. W. Cubasch, Zürich.
Ueber Geistesstörungen u. Geisteskranke Von Geh. Med.-Rat Dr. C. F. Flemming.
Der Hypnotismus. Von Prof. Dr. Mendel
Ueber den Hypnotismus, besond. in prakt. Beziehung. Von Prof. Dr. Fr. Schultze.
Sinneswahrnehmungen und Sinnestäuschungen. Von Dr. H. Wendt.
Ueber die allmähliche Entwicklung des sinnlich. Unterscheidungsvermögens der Menschen. Von Dr. H. Schmidt.
Bewegungs- und Sinnesvorstellungen der Menschen. (Mit 6 Abb.). Von Dr. Caro.
Elementares Leben. Von Prof. Dr. Kollmann
Gehör und Sprache. Von Dr. A. Magnus.
Das Sehen und der Blick. Von Prof Dr. H. v. Meyer.
Der Farbensinn (m. 1 Abb.) Von Dr. A. Nagel.
Das Sinnen- u. Seelenleben des Menschen unter den Tropen Von Dr. Franz Engel.
Der Kult u. die Mysterien v. Eleusis. Von Dr. Leo Bloch, Privatdoz., Zürich.
Ueber die Heilkräfte des Organismus. Von Prof. Dr. Rud. Virchow.
Die Alchemie und die Alchemisten. Von Dr. Gust. Lewinstein.
Physiognomik u. Phrenologie v. W. v. Wittich
Ueber Aberglauben und Mysticismus in der Medizin. V. Prof. Siegm. Rosenstein.
Arzneikunst und Alchemie im 17. Jahrh. Von Franz Eyssenhardt.
Ueber die Mittel Licht und Wärme zu erzeugen. Von Dr. C. F. Rammelsberg.
Die Bedeutung des Atmungsprozesses für das Leben des tierischen Organismus Von Prof. Dr. H. v. Meyer, Zürich.
Die Psychologie des Mordes. Von Franz v. Höltzendorff.
Ueber die Leichenverbrennung. Von Dr. med. L. Wittmeyer.
Die Gifte als bezaubernde Macht in der Hand d. Laien. V. Dr. C. Ed. Pfotenhauer
Ueber Nervosität Von Prof. Dr. F. Martius.
Die Trunksucht in ihrer Bedeutung für die Gesundheit und die Gesundheitspflege Von Dr. A. Baer.
Darwinismus u. Sittlichkeit. V Dr. G. Graue
Der Einfluß der Natur auf die Kulturentwicklung der Menschen. V Dr. Hoffmann
Die Idee des ewigen Völkerfriedens. Von Franz von Holtzendorff.
Mohammed. Ein Charakterbild von E. P. Goergens.
Ueber den Begriff der Liebe in einigen alten u. neuen Sprachen. V. Dr. C. Abel.
Die Liebe der Blumen Von Dr. A. Nagel.
Tierpflanzen u. Pflanzentiere. V. Dr. Pfuhl
Die menschenähnl. Affen. V. R. Hartmann.
Die gasförmigen Körper. Von Dr. H. Töpfer.

Preis pro Stück nur **60** Pfg. 10 Stück beliebiger Mischung, franko u. verpackungsfrei, geg. Einsendung von Mk. **5.—**, da nur kleiner Vorrat, sei sofortige Bestellung empfohlen.

Johannes Baum Verlag, Pfullingen in Württemberg.

Die wichtigsten Lehrbücher der Astrologie:

» Astrologische Bibliothek «

1. **Astrologisches Lehrbuch** zur Einführung in die astrologische Wissenschaft. Von Karl Brandler-Pracht. III. verb. und verm. Auflage von Otto Pöllner. Mit 25 Zeichn. und einem Anhang wertvoller Tabellen. Preis Mk. 3.50.
2. **Astrologische Deutungsregeln.** Von K. Brandler-Pracht. II. verb. u. verm. Aufl., bearb. von J. Wehofer. Mk. 4.—.
3. **Häusertabellen** von 40—56° geographischer Breite. Von K. Brandler-Pracht. Anhang: Mathematische Tafeln zum Gebrauch für die Astrologie. Mk. 2.50.
4. **Die Hilfshoroskopie.** (Jahreshoroskop. Geburtstagshoroskop (Solar), Progressionshoroskop, Lunationshoroskop). Von R. v. Sebottendorf. Mk. 2.50.
5. **Direktionen der wissenschaftlichen Astrologie.** Von K. Brandler-Pracht. II. vollständig umgearbeitete Aufl. von A. M. Grimm. Mk. 4.—.
6. **Stunden- und Frage-Horoskopie.** Mit Berücksichtigung der Perioden, Zyklen und Tattwas kabbalistische Horoskopie. Von R. v. Sebottendorf. Mk. 2.50.
7. **Mundan-Astrologie.** Politische und meteorologische Astrologie. Von K. Brandler-Pracht. Neu bearbeitet v. Otto Pöllner. Mk. 3.50.
8. **Schicksal und Sterne.** Von Otto Pöllner. Mk. 3.50.
9. **Medizinische Astrologie.** Unter besonderer Berücksichtigung des Pflanzenheilverfahrens, der Homöopathie, Biochemie, von Dr. Fr. Feerhow. Mk. 4.—.
10. **Berechnungstabellen** für die astrol. Praxis zum Gebrauche bei den verschied. Direktionsverfahren. Von Fr. Mörbitz. Mk. 4.—.
11. **Tafeln der schiefen Aufsteigung** für die Polhöhe (geograph. Breite von 1—60°. Von Otto Pöllner. Mk. 4.—.
12. **Vereinfachte wissenschaftl. Astrologie.** Von Max Heindel. Dieses Werk setzt die Ideen der neuen rosenkreuzerischen Bewegung in Beziehung zur Astrologie und bringt einen systematischen, klaren Lehrgang der Wirkung der Gestirne auf den Menschen. Mk. 5.—.
13. **Botschaft der Sterne.** Von Max Heindel. Vorzügl. Stoffsammlung betr. Ausdeutung des Horoskops. Mk. 6.—.
14. **Astrologisches Lexikon.** Von Ernst Tiede. Das erste enzyklopädische Werk dieser Art, in dem mehr als 5000 Worte erläutert werden. Mk. 6.—.
15. **Geschichte der Astrologie.** Bd. I. Von R. v. Sebottendorf. Mk. 3.50.
16. **Sterntafeln** (Ephemeriden) von 1838—1922 und Hilfstabellen. Von R. v. Sebottendorf. Mk. 6.—.
17. **Praktischer Lehrgang zur Horoskopie,** nebst Deklination der Wandelsterne von 1850—1923. Von R. v. Sebottendorf. Mk. 6.—.
18. **Sonnen- und Mondorte.** Von R. v. Sebottendorf. Mk. 6.—.

Die 3 letzten Bände 16—18 bilden das deutsche Ephemeriden-Werk.

Inhalt v. Bd. 16: Häusertafeln von 2° bis 40° in Abständen von 5°, die Länge der Wandelsterne von 1850 bis 1922, Mondorte von 1900 bis 1923, Sonnenorte 1900 und Hilfstafeln; Mondknotentafeln und Finsternistabellen.

Inhalt v. Bd. 17: Einfache Berechnung von Horoskopen; die Regel des Hermes; Berechnungen von Sonnen- und Mondfinsternissen; Deklination der Wandelsterne 1851 bis 1923; Hilfstafeln; Ephemeriden 1923.

Inhalt v. Bd. 18: Häuserberechnung; Finsternisse; Sonnenort; Sternzeit; Deklination von Sonne und Mond 1850 bis 1922; Mondorte für 1850 bis 1900 etc.

Damit ist nun das von den deutschen Astrologen heißersehnte Ephemeridenwerk abgeschlossen und wir sind vom Ausande unabhängig geworden. Es ist an der Hand dieser drei Bände möglich, die Horoskope der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft mit größter Genauigkeit zu berechnen.

Zur Einführung: **Menschenschicksal und Sternenlauf.** Von A. M. Grimm. 60 Pfg.

Bezug durch die Bundeshandlungen oder die Geschäftsstelle der „W. F.".

Beachtenswerte Bücher über die

Probleme des Jenseits und des Nachtlebens der Seele

Geschichte der okkultistischen (metapsychischen) Forschung

von der Antike bis zur Mitte des 19. Jahrhunderts. Von Dr. jur. et rer. pol. A. Fr. Ludwig, ord. Hochschulprofessor. Mk. 3.—

Materialisationen (Ueber die Geisterexperimente von Crookes, Die Erscheinungen der Katie King. Die Versuche mit Henry Slade, Florence Cook, Mrs. Showers, den Eddys usw.) v. Prof. Dr. Maximilian Perty. Mk. 1.20

Die Wünschelrute von Hofrat v. Eckartshausen. Neu herausgegeben aus den Aufschlüssen zur Magie von Heinz Bauer. 60 Pfg.

55 Thesen zur Geisterkunde von Jung-Stilling (Hofrat Dr. Joh. Jung). Neu herausgegeben und eingeleitet von W. v. Bühl. 60 Pfg.

Die Offenbarungen der Seherin von Prevorst. Nach den Berichten von Just. Kerner. Herausgegeben von Hans Freimark. 50 Pfg.

Geschichte der Somnambule Philippine Demuth Bäurle (ihre Reisen in Sonne, Mond und Sterne) bearbeitet und neu herausgegeben von Dr. W. Gerard. 50 Pfg.

Das Mädchen von Orlach. Die Geschichte einer Besessenen von Justinus Kerner. Mit einer Einleitung über das Problem der Besessenheit v. Hans Freimark. 50 Pfg.

„Die Magie der Liebe". Von Dr. med. Georg Lomer. (Die Geheimnisse der indischen Liebeskunst. Die 10 Stufen der Liebe im Kamasutram. Liebe als Bezauberung. Die Methode der Einflüsterung. Der Bildzauber und seine Ausführung. Der Liebesknoten. Liebestalismane. Der magische Kreis der Ehe. Die Beschwörung geliebter Schatten usw.) Mk. 1.20

Irrwege des Sexualtriebs und d. Sinn. Eine okkultistische Beleuchtung des Problems perverser Liebesempfindungen von J. V. Schäffel. Mk. 1.50

Der krankhafte Verkleidungstrieb. Beiträge zur Erforschung der Transvestie von Dr. Ralph Pettow. Mk. 1.50

Der Liebestod (Ueber das wahre Liebesglück und die Idealehe als mystische Seelenweihe und Todesgemeinschaft) von Dr. F. Beier. Mk. 1.20

Liebeszauber. Rezepte aus dem Schatzkästlein wunderbarer Geheimkünste usw. von Meister Albertus und von Margareiha Sybilla v. Neitschütz, der Geliebten Johann Georgs IV. von Sachsen. 60 Pfg.

Wie schütze ich mich gegen Suggestion und Hypnose? (Psychische Mittel zum Selbstschutz gegen fremde Beeinflussung) von Dr. W. Gerard. 60 Pfg.

Geschichte des neueren Spiritismus

Von Generalmajor a. D. Josef Peter, Vorsitzender der metapsychischen Gesellschaft, München. Mk. 1.20

Spuk. Geister- u. Gespenster-Erscheinungen Generalmajor Jos. Peter, München. Mk. 1.—

Geisterschriften. Gedanken Heimgegangener vom Jenseits des Grabes. Von einem Freunde der Erkenntnis. (Spez. üb. d. Offenbarungen, die Baron Ludw. v. Güldenstubbe auf dem Wege der direkten Schrift erhielt.) 60 Pfg.

Dämonen und Himmelsboten als geistige Führer der Menschheit von Prof. Dr. Adolf Claus. Mk. 1.20

Der Weg durchs Jenseits. Ueber den Tod als Neugeburt und über das Leben jenseits des Grabes. Von F. V. Schäffel, Wien. Mk. 1.50

Die Seele und ihre Todesfahrt nach okkulter Erfahrung von Dr. G. Lomer. 60 Pfg.

Die Befragung der Jenseitigen von Dr. Fr. Quade, Berlin. Mk. 1.20

Botschaften aus dem Geisterreich. Uebersinnliche Erlebnisse von Lona Heirad. Herausgeg. v. Prof. Dr. R. Nagel, Wien. Mk. 1.20

Das Evangelium des Groß-Kophta. Erinnerungen an Cagliostro von Clementina Vanetti. Deutsche Ausg. m. Einleitung von Hans Freimark. 50 Pfg.

Geschichten von Kopf- und Plagegeistern. Ein neues Gespensterbuch. Herausgeg. v. Prospero. Mk. 1.50

Das Reich der Geister. Sonderbare Geschichten aus alter Zeit, gesammelt von Stephanus. (U. a.: Geisterliebe. Ein magischer Kampf. Das Gespenstergastmahl. Die Prophezeiung des Herrn v. Gazotte.) Mk. 1.50

Der Verkehr mit dem Jenseits. Von Prof. Weber-Robine. Mk. 1.20

„Die Geheimnisse der Magie" von Dr. H. Anthor. Ueber Problem und Wesen des Magiers von der persönlich-praktischen Seite aus u. zw. an Hand des Lebens des taubstummen Hellsehers Duncan Campbell. Mk. 1.50

Vom übersinnlichen Leben. Gespräch eines Meisters und Jüngers von Jakob Böhme. 50 Pfg.

Der enthüllte Mensch. Lavaters physiognomische Geheimregeln nach dem alten Geheimmanuskript für Freunde neu herausgegeben von Fr. Sassen. 50 Pfg.

Schwarze und weiße Magie. (Der Schlüssel zum Okkultismus) von Dr. W. Gerard, Berlin. Mk. 1.50

In neuen Auflagen sind erschienen:

Gedankenlesen und Hellsehen. Nebst Anleitung entsprechende Experimente selbst auszuführen, zugleich ein Lehrbuch der modernen Gedankentelegraphie. Von Dr. Werner-Hagen. 80 Pfg.

Wie Du schreibst, so bist Du. Handbuch der modernen Graphologie. Anleitung, Charakter und seelische Eigenart aus der Handschrift zu deuten. Von Dr. Werner-Hagen. 80 Pfg.

In den Sternen stehts geschrieben! Volkstümliches Handbuch der Astrologie. Von Dr. Werner-Hagen. 80 Pfg.

Das Geheimnis der Redekunst. (Schilderung der Mittel und Tricks erfolgreicher Redner, sowie eine Anleitung dazu, auf andere seine Gedanken überzeugend zu übertragen). Von Dr. Werner-Hagen. 80 Pfg.

Mensch ärgere dich nicht! Ein Führer zu Frohsinn und Lebensfreude. Von F. Hermann. 80 Pfg.

Die hypnotische Erziehung der Kinder bei Stehlsucht, Naschhaftigkeit, Faulheit, Nägelkauen, Stottern, Bettnässen, Onanie usw. Von W. Rose mit Vorwort von Reinh. Gerling. 75 Pfg.

2 Handbücher der Biosophie von W. Adelmann-Hüttula

Einführung in die okkulte Seelenkunde und die psychische Geheimschulung Indiens (Der königliche Yoga des Taraka usw.). Mk. 1.20

Einführung in die okkulte Weltanschauung. (Die indische Geheimlehre im Umriß) Mk. 1.20

Neue Prospekte gratis durch **Johannes Baum Verlag, Pfullingen** in Württemberg

Bu/er. 280 P7
0241/P7

Das Seelenleben des Menschen

aus seinem Aeußern zu erforschen

lehrt die

Carl Hutersche Psycho-Physiognomik

Zur Einführung in diese neue Wissenschaft empfehlen wir:

1. **Grundlagen der Menschenkenntnis** von Am. Kupfer, 160 Abbildungen, 8. Auflage, zwei stattliche Studienbände, Preis zusammen Mk. 4.—.
2. **Illustriertes Handbuch der prakt. Menschenkenntnis.** Körper-, Kopf-, Gesichts- u. Augenausdruckskunde. Von Carl Huter, 300 Abbild., Figuren, anatomischen Tafeln, Porträts und Studienköpfen, zweite Neuauflage, Taschenformat, fein geb. Preis Mk. 5.—
3. **Liebe, Ehe, Familie und Gesellschaft der Zukunft. Die neue Ethik und Sittenreform** von Carl Huter. Ein religiöses Neu-Sittenleben auf naturwissenschaftlicher Grundlage. Grundlegende Reformen. Gut broschiert, mit Bildnis des Verf. Preis Mk. 3.— Vorrätig bei der Geschäftsstelle der „W. F." od. geg. Einsendung obig. Beträge (alle 4 Bände zus. für Mk. 12.—) durch

Prana-Verlag, Pfullingen (Württ.)

Dr. Lomers „Lehrbriefe zur geheimwissenschaftlichen Selbstschulung"

sind nunmehr mit Lehrbrief Nr. 7 vollständig geworden. Speziell solchen, die Bruder Ekkehards **„Schule der Seele"** (Preis für Mitglieder Mk. 1.20) und Loyolas **„Geistliche Uebungen"** (Preis Mk. 2.—) durchgenommen haben und die darin enthaltenen Anregungen weiter ausbauen und vertiefen wollen, kann Anschaffung dieser Lehrbriefe empfohlen werden. Preis des einzelnen Lehrbriefes 50 Pfg., des kompletten Werkes, das den Gesamttitel „Briefe zur Entwickelung geheimer Seelenkräfte" trägt, Mk. 3.50 Zusendung erfolgt für diesen Betrag durch die Geschäftsstelle der „Weißen Fahne" od. durch den **Prana-Verlag, Pfullingen** in Württ.

Bücher der „Weißen Fahne"

1.) **Grundsätze der Neugeist-Lehre.** Nach Vorträgen von Dr. J. Seton bearbeitet von A. Hall-Simpson. Deutsche Ausgabe mit Einleitung von Dr. Georg Lomer. Mk. 1.20

2.) **Die Schule der Seele.** Geistliche Uebungen von Bruder Ekkehard. Deutscher Yoga auf religiöser Grundlage. Mk. 1.80

3.) **Hellwissen.** Von A. M. Grimm. 1.20

4.) **In dir ist die Kraft.** Von H. Th. Hamblin. Deutsch von Dr. G. Lomer. Mk. 1.20

5.) **Die Heilkräfte des Geistes** (Spirituelle Heilung) von Ch. N. Spencer. Deutsche Ausgabe besorgt v. W. Adelmann-Huttula. Mk. 1.20

6.) **Das Lampenfieber.** Sein Wesen und seine Vernichtung. Von Prof. Friedrich Weber-Robine. 60 Pfg.

7.) **Die Neugeist-Schule** von A. M. Schwindt. 30 Pfg.

8.) **Wie man die Lebenskräfte steigert** von Theodor Sheldon. 90 Pfg.

9.) **Die Wissenschaft der Gedankenkräfte** von H. Th. Hamblin. 90 Pfg.

10.) **Der Mensch ohne Furcht.** Ein Brevier für Tatmenschen. Von W. Steding. 90 Pfg.

Zu beziehen durch alle Buchhandlungen.

Zwei wichtige Neuerscheinungen!

Unentbehrliche Orientierungsschriften für Anfänger und Fortgeschrittene.

Einführung in die
Okkulte Seelenkunde

und die psychische Geheimschulung Indiens.

Der Königliche Yoga des Taraka.

In allgemein verständlicher Form erläutert und europäischen Bedürfnissen angepaßt von Willy Adelmann-Huttula. Preis Mk. 1,20.

Aus der Fülle des hochinteressanten Inhalts seien nur einige Themata herausgegriffen:

Die deutsche Psychologie und das Ausland. Vom Unbewußten und Unterbewußtsein. Von den verschiedenen Yoga-Systemen. Schulen des Radscha-Yoga. Der königliche Yoga des Taraka". Die Entwicklungslehre der Yoga-Schulen. Die drei Pfeiler. Das Problem des Sexuellen. Die Atmung des Yoga-Praktikers. Die Selbsterkenntnis des Geheimkundigen. Geistige und seelische Tätigkeitszentren. Haßgedanken und Völkerhaß. Negative und positive Liebe. Vedanta-Lehre und chinesischer Radscha-Yoga. Von der Natur und dem Ursprung unseres göttlichen Genius. Wie man den geistigen Willen erweckt, das Bewußtsein klärt und die Unterscheidungskraft schärft. Knechtsgesinnung. Vom Ausbau des religiösen Bewußtseins etc.

Der Verfasser schreibt aus der Praxis für die Praxis. In klarer, nicht mißzuverstehender Sprache hebt er den Schleier, der das indische Heiligtum verbirgt, bietet uns den Schlüssel, welcher die „enge Pforte" sperrt, die zu dem großen Mysterium der arischen Glanzperiode Einlaß gewährt. Diesen Schlüssel bildet der „Königs-Yoga" (Radscha-Yoga), die altberühmte, geheime Lehre von der Göttlichkeit des menschlichen Genius und seinen großartigen Entwicklungsmöglichkeiten. Radscha-Yoga ist die Wissenschaft des Lebens und die Kunst zu leben. Er ist der „vornehme Pfad", der nicht nur zum höhergeistigen Lebensgenuß, sondern auch zu jenen lichtumflossenen Höhen wahrer Geisteskultur führt, die das Endziel menschlicher Erkenntnis bedeuten. Die Abfassung dieses Buches erfolgte aus menschenfreundlichen Gründen: es war dem Verfasser vornehmlich darum zu tun, die landläufigen, irrtümlichen Auffassungen vom Wesen der sogenannten „Geheimschulung" richtigzustellen und strebenden Wahrheitssuchern die richtige Einstellung zu ermöglichen. — — — — — —

Johannes Baum Verlag, Pfullingen in Württemberg

Für Seelisch-Suchende und Geistig-Strebende.

Eine neue „PHILOSOPHIA OKKULTA"

Einführung in die
Okkulte Weltanschauung

Die indische Geheimlehre im Umriß.

Nach maßgebenden Quellenwerken und unter Zugrundelegung der höheren Seelenkunde bearbeitet von Willy Adelmann-Hüttula.

Preis Mk. 1.20.

Inhaltsverzeichnis: Aphorismen. Die Uebermittlerin der okkulten Philosophie. Die arisch-philosophische Bewegung. Vom Ursprung der okkulten Weltanschauung. Das Buch des Dzyan. Universale Einheit als Grundgedanke. Die Welt als Lebewesen. Entwicklung der Planeten. Des Menschen Vorfahren. Ursprung und Entstehung der menschlichen Rasse. Die ersten und zweiten Rassen. Der Fluidalleib im Lichte der menschlichen Entwicklungsgeschichte. Lemuria, die Wiege der Menschheit. Der Mensch in Deutschland. Der Aufstieg der Atlantis. Die Zukunft der Menschheit. Kosmische Befreiung. Von den sieben okkulten Grundkräften. Wer bin ich? Karma, das Gesetz der Vergeltung. Vom Wiederverkörperungsgesetz. Der Tod und was dann? Denkwürdige Lehrsätze. Das Gebet der Söhne des Mahabharatam.

Diese von vielen mit Ungeduld erwartete Veröffentlichung entspricht einem längstgefühlten Bedürfnis. Eine gedrängte, übersichtliche und doch wohlfeile Darstellung der okkulten Philosophie mit Auszügen aus den maßgebenden Quellenwerken war bisher nicht erhältlich. Diesem Notstand ist jetzt abgeholfen. Die vorliegende, von einem bekannten Praktiker verfaßte Arbeit macht uns nicht nur mit allen wichtigeren Lehren bekannt, sondern bietet noch weit mehr. Sie enthält wertvolle Winke über höhere Yogapraxis, erläutert uns an Hand eines wertvollen Diagramms die praktische Bedeutung und Anwendung der wichtigen Lehre von den sieben okkulten Grundkräften, veröffentlicht bisher unbekannt gewesene Einzelheiten über die Mission H. P. Blavatskys und sagt uns z. B., wo H. P. B. wohnte, während sie in Würzburg Teile der berühmten „Geheimlehre" niederschrieb. Das Studium dieses überzeugend geschriebenen Bändchens dürfte für viele einen Wendepunkt im Leben bedeuten. Es kommt einer Initiation (Einweihung) gleich, deren Einfluß sich kein tieferdenkender Mensch zu entziehen vermag. Einige erhebende Dichtungen des berühmten Yogaphilosophen Sri Ananda Acharya tragen zur Erhöhung der magischen Stimmung, welche das fesselnde Buch durchzieht, ganz wesentlich bei

Johannes Baum Verlag, Pfullingen in Württemberg