

**Zeitschrift:** Die Berner Woche in Wort und Bild : ein Blatt für heimatliche Art und Kunst

**Band:** 16 (1926)

**Heft:** 35

**Artikel:** Coués Vermächtnis

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-644599>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 16.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

das Haus des berühmten Pathologen, dessen Entdeckungen auf dem Gebiete der Medizin die gewagtesten und modernsten Theorien über den Haufen geworfen haben.

Das Stubenmädchen führte mich in einen großen Salon.

Es wartete niemand. Auf dem großen, blanken Tisch in der Mitte kein Buch, keine Zeitung. Auf einem Sessel in der Ecke sah ich einen großen Pelzmantel; ich schloß daraus, daß der Doktor mit einer Patientin beschäftigt war.

Ich ließ mich auf den Diwan nieder und dachte entsezt an die bevorstehende Unterredung. Würde der Doktor sofort merken, daß ich nicht frank sei? Wie sollte ich das Gespräch beginnen? Ich konnte doch unmöglich sogleich seine Hand ergreifen und ausrufen: „Verzeihen Sie Eveline...!“ Beim bloßen Gedanken ließ es mir heiß und kalt über den Rücken.

Ich erhob mich und ging nervös im Zimmer auf und ab. Ich trat zum Fenster und betrachtete die leuchtende Kurve der Alare. Und plötzlich dachte ich daran, zu fliehen. Doch in diesem Augenblick öffnete sich die Türe, die in das Arbeitszimmer des Arztes führte, und auf der Schwelle erschien eine Dame.

Sie war blaß, etwas dick und hatte rötliches Haar. Sie durchquerte hastig den Salon, holte ihren Pelz und kehrte zum Ordinationszimmer zurück. Ich bemerkte, daß der gequälte Ausdruck ihres Gesichtes einen seltsamen Gegensatz zu ihrem schönen, blühenden Neuzern und der ausgewählten Kleidung bildete. Indessen war der Professor an der Türe erschienen; ein schöner Mann mit hoher, offener Stirne, strengen Augen und lebhaftem Auge; einige Silberfäden schimmerten in seinem dichten, braunen Haar.

Die Patientin grüßte nervös und er sagte freundlich zu ihr:

„Erholen Sie sich bald von dem kleinen Schreden, den ich Ihnen verursacht habe, und kommen Sie morgen vormittag um neun Uhr wieder, um das Ergebnis der Untersuchung zu erfahren.“

Die Dame verabschiedete sich. Der Professor wandte sich zu mir und lud mich mit einem leichten Kopfnicken ein, in sein Zimmer einzutreten. „Nehmen Sie Platz“, sagte er und wies auf einen Lehnsstuhl neben dem Schreibtisch; er ließ sich mir gegenüber nieder und richtete seine Augen fest und durchdringend auf mich.

Dieser Blick verwirrte mich; ich fühlte mich verlegen und sprach kein Wort.

„Womit kann ich dienen?“ fragte er endlich.

„Ich... ich habe so viel von Ihnen sprechen gehört“, begann ich, „von einer Freundin...“

Er hob ein wenig die Hand, als wollte er Komplimente abwehren.

„Was für Beschwerden haben Sie?“ unterbrach er etwas trocken.

„Ja... eigentlich... ich kann sie nicht so genau beschreiben...“

Der Doktor richtete seinen Blick auf die Wand, wo eine große Pendeluhr mit rhythmischem Ticken die eilende Zeit bezeichnete.

Nach einem kurzen Schweigen fragte er wieder:

„Woran leiden Sie?“

Ich wollte ihm zuschreien: „Nicht ich leide, sondern Ihre Gattin! Die arme Eveline leidet und verzehrt sich in Sehnsucht. Verzeihen Sie ihr! Nehmen Sie sie wieder zu sich...“

Aber vor diesem ehernen, gleichmütigen Antlitz schwand all mein Mut. Ich schwieg.

„Wollen Sie mir Ihre Symptome beschreiben?“

Der Professor trommelte mit den Fingern auf dem Schreibtisch.

„Manchmal“, stotterte ich verwirrt, „habe ich eine Art Schwindel. So... es dreht sich alles vor mir...“

„So?“ sagte der Professor.

„Ja“, sagte ich.

Und wieder war es still.

Dann ergriff er meinen Puls und drückte leise seine Finger dagegen; dann schob er ein Buch vor sich, öffnete es und tauchte die Feder in die Tinte.

„Sie heißen?“

Ich sagte es ihm.

„Wie alt?“

Ich nannte mein Alter.

„Frühere Krankheiten?“

Wie zum Trost fiel mir nur eine entfernte Kinderkrankheit ein. „Ziegenpeter“, murmelte ich.

Der Professor trug in das Buch ein: „Ziegenpeter“. Dann schaute er mich lange scharf an.

„Gnädige Frau“, sagte er, „ich glaube, ich kann schon jetzt ein günstiges Urteil bezüglich Ihres... physischen Gesundheitszustandes abgeben.“

Ich glaubte, aus seinen Worten herauszuhören, daß er bezüglich des geistigen Zweifel hege.

„Tedo...“, fuhr er fort, „stelle ich, wie Sie vielleicht wissen, eine Diagnose erst nach einer genauen Untersuchung des Blutes...“

„Ah, ich weiß es“, unterbrach ich ihn, „meine Freundin hat mir von Ihnen wunderbaren Entdeckungen auf diesem Gebiete erzählt. Diese Freundin, Herr Professor, ist ein liebes Geschöpf und so unglücklich!“ (Schluß folgt.)

## Coués Vermächtnis.

Die nachfolgenden Ausführungen des kürzlich verstorbenen Mancher Menschenfreundes entnehmen wir dem soeben im Verlage Benvo Schwabe & Co. in Basel erscheinenden Büchlein: Emil Coué „Was ich sage“.

### Suggestion und Autosuggestion.

Angenommen, wir haben ein Kind vor uns, das vergangene Nacht oder heute morgen auf die Welt gekommen ist. Dieses ruht in seiner Wiege. Auf einmal hört man ein leises Wimmern. Sofort stürzt sich eine der anwesenden Personen, etwa der Vater, wenn er gegenwärtig ist, an die Wiege und nimmt das Kind in seine Arme. Wenn diesem nicht tatsächlich etwas fehlt, so hört es nach Verlauf einiger Minuten auf zu schreien. Man legt es alsdann in seine Wiege zurück. Allein das Kind fängt von neuem an zu schreien; man nimmt es abermals auf, und das Geschrei verstummt abermals. Man legt es wiederum auf sein Lager, und das Geschrei beginnt wiederum usw. Ich glaube mich nicht zu irren, wenn ich behaupte: dieses Kind sucht seinen Eltern etwas zu suggerieren, anders ausgedrückt, es sucht ihnen „Beine zu machen“. Und leider gelingt ihm das nur allzu oft. Wenn nämlich die Eltern sich einbilden, wenn sie sich selber „einreden“, es sei nötig, das Kind aufzunehmen, wenn es schreit, um seinem Schreien ein Ende zu machen, so verdammen sie sich dazu, fünfzehn oder achtzehn Monate ihres Lebens hindurch einen großen Teil der Nächte mit dem Kind auf den Armen zu verbringen, wo dieses doch unendlich viel besser in der Wiege läge und sie selber in ihrem Bett. Und das Kind, seinerseits, sagt sich in seiner Sprache, die wir nicht kennen, die es aber vollkommen versteht: „So oft ich will, daß Papa oder Mama mich aus meiner Wiege nehmen, brauch' ich nur zu schreien“; und also schreit es. Läßt man es dagegen eine Viertelstunde, eine halbe Stunde oder noch länger einfach schreien, so sagt sich das Kind, angesichts seines Mißerfolges, wiederum in seiner kleinen Sprache: „Oh! Es lohnt nicht mehr der Mühe zu schreien“; und schreit nicht mehr.

Wie Sie also sehen, beginnen wir schon an unserem ersten Lebenstage Suggestion und Autosuggestion zu treiben und fahren damit fort, bei Tag und bei Nacht, bis zu unserer Todesstunde. Auch unsere Träume sind Autosuggestion; sie sind das Werk unseres Unbewußten, und alles, was wir sprechen, und alles, was wir tun im Laufe eines Tages, ist gleichfalls bestimmt durch Autosuggestionen, die so lange unbewußt sind, bis wir sie eines Tages bewußt zu machen wissen.

### Das Unbewußte.

Das Unbewußte ist ein intelligentes Wesen, begabt mit einem geradezu wunderbaren Gedächtnis. Es bewahrt unsere sämtlichen Gesichtseindrücke, unsere sämtlichen Gehörseindrücke, alles, was wir lesen, alle unsere Empfindungen, alles, was zu unbewußter Autosuggestion Anlaß gibt.

Es läßt sich jenen alten Dienern vergleichen, denen man in gewissen Familien mitunter noch begegnet: Neuerst zuverlässige und gehorsame Leute, vorausgesetzt allerdings, daß man mit ihnen umzugehen wisse. Sagt man, beispielshalber, einem solchen in freundlichem Tone: „Johann, tun Sie mir doch bitte das und das“, so wird es Johann auf der Stelle und mit dem größten Eifer tun. Sagt man ihm dagegen mit barscher und strenger Stimme: „Johann, machen Sie mir das und das“, so wird Johann den Gehorsam verweigern; nicht selten sogar wird er gerade das Gegenteil tun.

Das Unbewußte ist sehr gewissenhaft in dem Sinne, daß es ausführt, was man ihm aufträgt, freilich nur so viel und nicht mehr. Wenn Sie Johann auffordern, den Staub von einem bestimmten Möbel zu wischen, wird er's tun und dann seiner Wege gehen, ohne sich um den Staub zu kümmern, der allenfalls auf den anderen Möbeln liegt. Er hat das getan, was Sie ihn tun hießen, nicht mehr und nicht weniger. Hätten Sie ihm jedoch aufgetragen, die sämtlichen Möbel abzustauben, so würde er gehorcht haben. Genau so macht es auch das Unbewußte. Es tut nichts von sich aus und selbstständig, es sei denn, daß Sie es dazu auffordern. Wollen Sie also, daß es von sich aus und selbstständig vorgehe, so müssen Sie ihm einen allgemeinen Befehl erteilen, den es dann, soweit möglich, ausführen wird. In diesem Falle dürfen Sie auf seine Wirksamkeit zählen: Es wird in Ihrem Leibe und in Ihrer Seele alles heilen und wiederherstellen, was überhaupt heilbar und wiederherstellbar ist.

### Wie man bewußte Autosuggestion ausüben soll.

Jeden Morgen beim Erwachen und jeden Abend nach dem Schlafengehen spreche man, ohne die Aufmerksamkeit absichtlich auf seine Worte zu heften, mit den Lippen und laut genug, um es selber zu hören, an den zwanzig Knoten einer Schnur abzählend, zwanzigmal den Satz: „Mit jedem Tage geht es mir in jeder Hinsicht immer besser und besser.“

Diese allgemeine Autosuggestion ist in möglichst einfacher, kindlicher, maschinenmäiger Weise auszuführen, folglich ohne die geringste Anstrengung.

Derart gelangt man dazu, sie ganz mechanisch durchs Ohr dem Unbewußten einzuverleiben. Und wenn sie ihm einverleibt ist, beginnt sie zu wirken.

Allemal sodann, wenn man im Laufe des Tages oder der Nacht einen körperlichen oder seelischen Schmerz verspürt, gebe man sich selber sofort die Zusicherung, man werde nicht bewußt dazu mithelfen, sondern ihn zum Schwinden bringen. Alsdann sondre man sich möglichst ab, schließe die Augen, streiche mit der Hand über die Stirne, falls es sich um Seelisches, über die schmerzende Stelle, falls es sich um Körperliches handelt, und spreche dabei mit äußerster Schnelligkeit die Worte: „Es geht vorüber, es geht vorüber usw.“, solange es nötig ist.

## Zur Zoologie des Reisenden.

Von Julius Kreis.

Der Lodenfremde (*homo lodensis*) ist allmählich im Aussterben begriffen. Die Gattung trat vor dem Krieg noch sehr zahlreich auf und war über und über mit grünlichgrauen oder bräunlichem Lodenfell bedeckt. Dem weiblichen Lodenfremden hat die Natur zum Schmuck eigene Rockhalter aus Blech, dem männlichen einen auf dem Hut wachsenden Gemshart aus ausgefallenen Bürstenhaaren

verliehen. Das Lodenkleid ist eine Schutzfarbe gegen den in der Großstadt herrschenden Staub und Schmutz, der an hellen oder glatten Kleidern leicht auffallend in Erscheinung treten könnte. Am Rücken angewachsen ist — analog dem Bauchbeutel der Känguruhs — der Rückenbeutel, der neben dem für alle Fälle vorgesehenen Hemd zum Wechseln ein paar Ersatzrößchen, die Hausapotheke, 5 Rilo Wurststullen und bei weiblichen Gattungsangehörigen eine Nachtjafe birgt. Bewaffnet ist der Lodenfremde männlichen wie weiblichen Geschlechts mit einer eisenbeschlagenen Alpenstange, und während er seine geistige Nahrung aus Großpapas Baedeker schöpft, sammelt er sich mit alt und jung der zugehörigen Sippe an den Weideplätzen, um hier bei einem Nierenbraten die zugehörigen Wurststullen zu verzehren. Er ist hervorragend trinkgeldfeindlich und scheut vor allen Plätzen mit Eintrittsgeld. Tagsüber ist er ständig unterwegs, einzeln, paarweise oder in Gruppen die Stadt abgrasend, ununterbrochen bildungshungrig und, wenn nicht durch Geldforderungen gereizt, zutraulichen Gemüts. Die neue Zeit mit Bubikopf, kurzem Rock, Kniderbodens und Hygiene, mit Mensendiek und „Wie bleibe ich jung und schön“ macht dem Lodenfremden immer mehr den Garaus, und er paßt sich in seinem Neueren immer mehr aus der rauen Lodenhülle und dem Jägerhemd heraus einem gefälligeren und leicht geschürzteren Zeitbild an. Bald werden an Stelle der großen Herden von einst nur mehr wenige Exemplare in freier Wildbahn anzutreffen sein, und man wird sie vielleicht nur mehr in den Schaukästen und Gärten der Fremdenverkehrsvereine als Zeugen der Fremdenvergangenheit antreffen.

### Der Wanderknabe (*puer schlampinus*).

An die Stelle der Lodenfremden ist der Wanderknabe getreten. Sein Feld ist die weite Welt und er zeichnet sich aus durch seine weithin wallende Mähne, die infolge eines Gattungsgelübbes weder gepflegt noch geschnitten wird. Er trägt eine grüne, gelbe oder schwarze Russenbluse, die die werdende Männerbrust bis zum Nabel freiläßt, dazu ein leinenes Schwimmhöschen, aus dem die nervigen, behaarten Schenkel braun und verkrustet herauswachsen. Auf dem Rücken trägt er einen ruzigen Eisentiegel, in dem er die Früchte des Feldes abkocht. Die weiblichen Angehörigen dieser Spezies, die an Stelle der Leinenhöschen einen kurzen Rock tragen, lassen neben dem Tiegel nicht selten eine Laute oder Gitarre baumeln, mit der sie von Zeit zu Zeit Geräusche von sich geben.

Der Wanderknabe bzw. das Wandermädchen fällt nächtlicherweise in die Heustadel und Holzschöpfe der Umgebung ein. An sonnigen Tagen führt er nicht selten mit seinem Rudel Licht- und Sonnenläufe im Freien auf oder geht als Nachtwanderer seinen Pfad, bis ihn der homo civilis agricolus mit einem Hadschstock winkend in die Flucht jagt.

Der Gruppenfremde (*homo admassatus*) tritt nur in Rudeln auf und wird ohne Unterschied des Alters, des Geschlechts und der Stammeszugehörigkeit auf einem Fremdenrundfahrtswagen verfrachtet. Er hat einen eigenen Gedächtnis, der es ihm möglich macht, stundenlang nach oben, links, rechts und rückwärts gewendet, die Sehenswürdigkeiten der Stadt gewissenhaft in Augenschein zu nehmen. Der Wagenfremde ist harmlos, bescheiden und, auf sich selbst angewiesen, etwas unbeholfen. Ein Teil davon hat eine große Abneigung, die Gehwerkzeuge zu gebrauchen. Sie werden schon oft in ihrem Heimatland von privaten Unternehmern oder Ausschüssen von Spar-Regel-Stammisch, Schützen- oder Gesangvereinigungen in Rudeln von 20, 50 und 100 eingefangen und dann in fremde Länder verfandt. Der Gruppenfremde handelt nie einzeln. Er ist, schlafst, wacht, trauert, lacht, begeistert und entrüstet sich mindestens duzendweise und hält sich dabei an die Weisung des Rudelführers. Noch nach Jahren wird er auf der Regel-