

- HET LEERBOEK DES LEVENS (1935)
- DE WEG NAAR GELUK (1937)

Titel boek: Het leerboek des levens en De weg naar geluk

ISBN: 9789464051865

Uitgegeven via BraveNewBooks.nl

© 2020 Opdegolf.nl

## TWEE BOEKEN SAMENGEBUNDELD

EERSTE BOEK: HET LEERBOEK DES LEVENS  
OORSPRONKELIJK: DAS LEHRBUCH DES LEBENS  
SCHRIJVER: DR. MARTIN KOJC (PSYCHIATER)  
EERSTE UITGAVE: 1935  
VERTALING DOOR: DR. A. VOKER (1935)

TWEEDE BOEK: DE WEG NAAR GELUK  
OORSPRONKELIJK: DER WEG ZUM GLÜCK  
SCHRIJVER: DR. MARTIN KOJC (PSYCHIATER)  
EERSTE UITGAVE: 1937  
VERTALING DOOR: J. BEKKER – FOCKENS (1937)

HET LEERBOEK  
DES LEVENS

DOOR

MARTIN KOJC

1935

Vertaald naar de oorspronkelijke uitgave, die onder de titel “Das Lehrbuch des Lebens” het licht zag in Središče ob Dravi, Joegoslavië.

Auteur: Dr. Martin Kojc - 1935

Nederlandse vertaling: gebaseerd op de publicatie in 1935 van uitgever Servire te Den Haag en oorspronkelijke vertaling dr. A. Voker. Europese richtlijn verweesde werken ('Orphan Works Directive'). Opnieuw bewerkt voor deze versie anno 2020 door E. Middelkoop inclusief verzorgen opmaak en drukwerk.

No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of E. Middelkoop - [contact@opdegolf.nl](mailto:contact@opdegolf.nl)

Titel boek: Het leerboek des levens en De weg naar geluk

ISBN: 9789464051865

Uitgegeven via [BraveNewBooks.nl](https://www.bravenewbooks.nl)

© 2020 [Opdegolf.nl](https://www.opdegolf.nl)

## INLEIDEND WOORD

Het is mij een genoegen enige woorden bij de Hollandse vertaling van Martin Kojc's meesterlijk boek te mogen schrijven. Ik begroet die vertaling met blijdschap, omdat ik uit persoonlijke ervaring weet, dat velen er steun in hebben gevonden voor de opvatting en inrichting van hun leven. Kojc behoort tot hen, die aan het Geestelijke de absolute macht over het Stoffelijke toekennen, niet door suggestie maar door inzicht, en hij geeft tevens een praktische wegwijzer om tot die geestelijke opperheerschappij te komen. Velen — ook dat weten we uit ervaring — hebben met zeer goeden uitslag de lessen toegepast. Zoals men weet, is Kojc een nog jong psychiater. Uit zijn geneeskundige praktijk is het Leerboek ontstaan, en het is zeker merkwaardig in deze tijd, waarin wetenschap en religie elkaar steeds dichter naderen, dat ook deze geleerde bij de toepassing van zijn wetenschap, onafhankelijk van Bijbel, Godsdienst of Kerk, komt tot het resultaat, dat de religie zou weergeven als: Absoluut Godsvertrouwen. Moge het boek in deze tijden van verwarring en verdwazing, nu het in de Nederlandsche taal spreken kan, een talrijk en nieuw lezerskring vinden en daarin opnieuw de moed wekken tot een blijmoedige aanvaarding van leven en lot, omdat het inzicht is geboren in de waarheid van het oude Bijbelwoord, dat voor hem, die gelooft, alle dingen mede-werken ten goede.

Den Haag, 12 oktober 1935. Dr. L.A. Rademaker

## VOORWOORD

Dit boek is een leerboek, Het brengt u in kennis met natuurwetten, waarvan gij toe moet passen, om aan uw lot overeenkomstig uw wensen richting te geven. Het boek brengt u een geheel nieuwe levensbeschouwing, die hemelsbreed verschilt van die, welke thans gehuldigd wordt. Maar om een beter leven te kunnen leiden, moeten wij ook betere wegen vinden en gaan. Ik vestig er uw aandacht op, dat het inspanning en veel geduld zal vorderen, vóór-dat gij u alles eigen gemaakt en de macht verkregen zult hebben om ziekte, ongevallen, mislukkingen, armoede, nood en vertwijfeling uit uw leven te bannen, Het zou daarom geheel verkeerd zijn dit boek als een roman door te lezen en het dan terzijde te leggen. Het boek is zó geschreven, dat het — bij zekeren graad van algemene ontwikkeling — na ernstige studie door iedereen begrepen kan worden, dat iedereen er in alle levensomstandigheden nuttig effect van kan hebben. Ik voelde mij geroepen deze boodschap bekend te maken en daarom heb ik ze eenvoudig en duidelijk hier te boek gesteld.

DE SCHRIJVER

## INLEIDING

MISSCHIEN herinnert gij u nog de dagen en weken, waarin de naam van de Franse wonderdokter Coué in dag- en weekbladen door enthousiaste artikelen vol lof, alsook door fanatieke bestrijdingen doordrong in de kringen van leken en wetenschappers over de gehele beschaafde wereld, Het was een opschudding, die te vergelijken is met de verbazing over Zeppelin's ontdekking. Zoals deze door zijn ballon het rijk der lucht had bedwongen, zo drong die wonderdokter door in de geheimste schuilhoeken van ziekten, zowel van ziel als lichaam, en proclameerde zijn toverformule: „Iedere dag gaat het mij in elk opzicht steeds beter en beter”. De grote droom der mensheid scheen vervuld te zijn. Deze toverformule zou niet alleen alle ziekten, maar bovendien alle slagen van het noodlot uit het menselijk leven bannen. Zo hoopte men tenminste, zolang de grote Coué-bedwelmeling duurde.

Het ging intussen Coué niet anders dan zijn grote voorganger Mesmer in Parijs, die het dierlijk magnetisme weder in de herinnering van de Europese beschaafde wereld terugriep. De man, die Koningin Antoinette, het gehele hof, de knapste mannen van Frankrijk bewonderd hadden, die een sensatie voor Frankrijk geworden was, zonk daarna weder in de schemering van verflauwde belangstelling terug.

Waarom vergat men ook Coué zo snel, die toch zonder twijfel veel mensen geholpen had? Was dan met het Couéïsme de steen der wijzen, het universele geneesmiddel voor de lijdende mensheid toch niet gevonden? Destijds, toen de naam van Coué hoog opvlamde, was het mijn hoogste ideaal datgene op te bouwen wat een

Theophrastus Bombastus Paracelsus, D'Aspinti, Faria, Mesmer e.a. gewild hadden en het met de sluitsteen te bekronen tot heil der mensheid. Ik had destijds een gehele reeks van patiënten met verschillende organische en psychische aandoeningen. Ik behandelde met hypnose, suggestie, magnetisme en Couéisme. In vele gevallen was het voldoende, dat de patiënten alleen maar bij mij kwamen om al beter te worden; dikwijls was een geruststellend, troostend woord voldoende om de ziekteverschijnselen te doen verdwijnen. Blijkbaar was het hun geloof aan mijn geneeskraft, die deze vermeende wondergenezingen tot stand bracht. Ik pas derhalve zowel de psychische behandelingswijzen van oude meesters toe, alsook die van de meer moderne Coué. Al deze mannen erkenden de ongelooftelijke mogelijkheden van genezing door de macht van de geest. Zij wekten, òf door hun persoonlijkheid, òf door hun mystieke manipulaties in de patiënten het geloof op aan een geheimzinnige kracht, die hen zou helpen. De patiënten geloofden in hun genezing en daardoor kwam die genezing, omdat het geloof aan het gezond worden hun lichaam en geest weder normaal liet Functioneren. Maar niet steeds lukt dit schijnbare wonder der genezing, omdat niet alle mensen blindelings geloven kunnen in wat men hun als feit voorhoudt. Het niet kunnen geloven neemt toe met de graad van hogere ontwikkeling van de mens. In de plaats van het geloven komt dan het weten. Zodra de mens een bepaalde ontwikkelingsgraad bereikt heeft, kan hij een bewering alleen dan als waar aannemen, als hij van de juistheid overtuigd is. Bij zulke mensen blijft elke suggestie zonder uitwerking. Men kan hen niet helpen door eenvoudig te beweren, dat het nu beter zal worden. Men kan hen alleen helpen, wanneer men hen overtuigt, waarom het nu beter moet worden, Is dit geschied, dan vindt hetzelfde wonder der genezing plaats als bij hen, die blindelings geloven. Zulke mensen — en deze zijn er steeds meer — kan men met de tot dusverre gebruike-



lijke behandelingswijzen niet helpen. Hiermede is niet gezegd, dat deze patiënten wantrouwend zijn en zich tegen de suggesties verzetten — het tegendeel is het geval. Zij geven zich zelfs de grootst mogelijke moeite, om ze te laten inwerken. Alleen hun kritisch verstand laat hen niet toe die suggesties zonder meer te aanvaarden. Het verschijnsel van de z.g. genezing-door-geloven werkt echter niet meer vanaf het ogenblik, dat men het kritisch wil onderzoeken. Bij deze patiënten bleef ook mijn kunst zonder resultaat. Bijzondere moeilijkheden bezorgde mij een 73-jarige patiënte, die aan verouderde arthritis, zwaar maagen hartlijden en ouderdomsverschijnselen leed. Ik beproefde verschillende psychische behandelingen. Zij had, vóór zij bij mij onder behandeling kwam, al het mogelijke tevergeefs geprobeerd. Telkens belette haar kritisch verstand enig resultaat. Ik verkreeg wel enkele kleine verbeteringen, maar de weg naar de algehele genezing — die tenslotte verkregen werd — zij maakt thans urenlange wandelingen, leert niettegenstaande haar hogen leeftijd vreemde talen en heeft geen klachten meer — was zeer lang. Het duurde geruime tijd vóór ik de oplossing voor al haar problemen gevonden had.

Allen, die zich in meerdere of mindere mate met theosofische of occulte literatuur hebben vertrouwd gemaakt, zullen het als een vaststaande waarheid aanvaarden, wanneer ik zeg: De menselijke gedachte is een macht, even werkelijk, even reëel als een motor met honderden paardenkrachten. Een gedachte, de twijfel van een filosoof, de oproep van een filantroop, het in de hersens van een volksmenner opbruiseende, dat onzichtbare iets, dat zich bij hem hoogstens in het boos fronsen van het voorhoofd aftekent — heeft bastilles omvergeworpen, tronen doen vallen, legers op de vlucht gedreven, koningen op het schavot gebracht. Deze gedachte, — die het grofste materialisme jaren geleden als een afscheiding van de hersens

verklaarde op dezelfde wijze als de urine van de nieren, — wordt heden ten dage hoger gewaardeerd, omdat wij weten, dat zij als soeverein de stof beheerst, ons gehele levenslot bepaalt en in staat is ons lichaam — complex van miljoenen cellen — op te bouwen en te vernietigen. Wij zien toch, dat sombere gedachten: spleen, melancholie, vertwijfeling, depressie, wereldverachting, mensenhaat, enzovoort de mens ook lichamelijk neerdrukken, zijn gang splend maken, zijn voorhoofd doorgroeven, zijn spijsvertering verzwakken, zijn lichamelijke energie wegnemen en zijn werklust verlamdend beïnvloeden. Wij zien, dat de zieke, die over zijn kwaal klaagt en moedeloos in bed gaat liggen, dagelijks zieker wordt.

In een medisch weekblad stond een opvallend bericht:

Een arts ging met zomervakantie. Hij had o.a. twee longpatiënten: de één had een lichte longaandoening, de ander een zeer ernstige, was rijp voor Davos of Egypte. De arts lichtte zijn plaatsvervanger in over zijn patiënten. Over de twee bedoelde zieken zei hij: voor degene met de lichte aandoening een lichte kuur, voor de ander vertrek naar Davos. De vervangende arts verwisselde echter de beide informaties, hij sprak met de licht-zieke over een verblijf in Davos en omgekeerd. Het gevolg van die verwisseling was: de zwaar-zieke ging plotseling aanmerkelijk vooruit, de lichtzieke daarentegen werd werkelijk ernstig en zwaar ziek. Al zouden wij aannemen, dat dit bericht overdreven is, ofschoon het medisch weekblad borg is voor serieuze berichtgeving, dan moet toch ook een scepticus toegeven, dat in het geval van de zwaar-zieke longpatiënt, die in het Davos-stadium was, de mededeling van de arts, dat hij slechts een lichte aandoening had, allereerst een blijde, optimistische en opgewekte stemming te voorschijn riep, dat die stemming o.a. eetlust en spijsvertering bevorderde, bacillen vernietigde en dat daar-

door zijn gehele lichamelijke toestand op verrassende wijze verbeterde. Bij de lichtzieke daarentegen riep de mededeling van de arts een geestelijke depressie tevoorschijn, die een ernstige achteruitgang veroorzaakte. De kracht der gedachte kan genezen of doden. Zij heeft wonden gesloten, die geen balsem helen kon. De gedachte was het geneesmiddel.

Marden deelt een geval mede, waarin een man in een ziekenhuis gebracht werd, vreselijke pijnen lijdend en zó zwak, dat hij ternauwernood het hoofd kon opheffen. Hij vertelde, dat hij een uit meerdere tanden bestaand kunstgebit met een brug had ingeslikt, waardoor hij de vreselijkste pijnen in zijn maag leed. De dokter trachtte hem zijn denkbeeld uit het hoofd te praten, doch tevergeefs, totdat een telegram uit zijn woonplaats kwam met de mededeling, dat het gebit onder zijn bed gevonden was! Plotseeling van zijn ingebeeld lijden verlost, stond de man op, kleepte zich aan en ging naar huis. Zolang hij in de mening verkeerde, dat het gebit in zijn maag zat, kon niets hem van zijn pijnen bevrijden, Wat eerst veranderd moest worden, was zijn voorstelling, zijn gedachte. Ook de vatbaarheid voor besmetting berust uitsluitend op de geestestoestand: men kan met volkomen veiligheid werken onder zieken, die aan besmettelijke ziekten lijdend, als men zonder vrees en zonder aan gevaar te denken tegenover die ziekten staat.

Napoleon bezocht pestlijders — zelfs wanneer de artsen bevreesd waren er heen te gaan — en ontzag zich zelfs niet de hand op meer dan een dier lijders te leggen.

„Wie niet bang is" zeide hij, „zal ook de pest bedwingen'. Mensen met nerveuze spijsverteringsstoornissen, in het bijzonder vrouwen, kunnen zelf niet goed begrijpen, hoe het mogelijk is, dat zij bij invitaties 's avonds laat alle

mogelijke spijszen kunnen eten, die hun anders in het geheel niet goed bekomen, en toch geen last ondervinden. De oorzaak ligt eenvoudig in hun gedachten. Zij hebben een prettig gesprek gevoerd, hebben hartelijk gelachen en daarbij hun ziekten en zorgen vergeten. Die vrolijke en zorgeloze gedachten werkten terstond gunstig op het lichaam en daarmee op de spijsvertering. Het lachen behoort in ieder geval tot de krachtigste middelen, waarmee de natuur ons lichaam sterkt. Voorwaarde voor hartelijk lachen zijn steeds opgewekte en levensblijde gedachten, Deze brengen de stoornissen van ons lichaam weer in orde, zij werken op de bezigheid van de geest als smeerolie op een machine, doordat zij de wrijvingen, die het eentonige en afmattende leven van iedere dag tevoorschijn roept, beletten.

Dr. Snow spreekt in een Londens tijdschrift zijn overtuiging uit, dat sommige delen van het lichaam de invloed van bepaalde geestelijke toestanden ondervinden. Overgroot egoïsme, hebzucht en afgunst beïnvloeden speciaal lever en milt. Haat en toorn daarentegen de nieren. Jaloezie schaadt hart en lever. Wanneer vrees, zorg en angst de geest vervullen, blijkt dit terstond uit de hartwerking, De meeste gevallen van kanker, speciaal borst- en baarmoederkanker, vinden hun oorsprong in voortdurende zorg en angst. Geelzucht treedt dikwijls op als gevolg van sterke geestelijke schokken, in het bijzonder ook na krachtige en lang aanhoudende woede-uitbarstingen, zoals dit uit Bismarck's leven meer dan eens is gebleken.

Dr. Murchison zegt: Ik was verrast te constateren hoe vele van hen, die aan leverkanker lijdten, hun ziekte te wijten hebben aan langdurig verdriet. Hun aantal was veel te groot om in een toevallige samenloop te kunnen geloven. Het is een vaststaand feit, dat in openbare bibliotheken een verbazende vraag naar werken van medische aard

bestaat, Velen, die vermoeden aan een of andere ziekte te lijden, lezen met ziekelijke nieuwsgierigheid, wat zij daarover kunnen opsporen. Wanneer zij nu menen, dat de beschreven ziekteverschijnselen een zekere gelijkenis vertonen met wat zij bij zichzelf bespeuren, bevestigt dit geheel hun overtuiging, dat zij die ziekte werkelijk hebben en dit denken maakt dan de oorspronkelijk slechts veronderstelde ziekte tot een werkelijkheid.

Een verder voorbeeld hoe sterk de gedachte invloed op het lichaam kan uitoefenen: Een ter dood veroordeelden misdadiger in Cleveland (U.S.A.) werd medegedeeld — het was in het jaar 1928 — dat men hem pijnloos zou laten sterven door de halsslagader te openen. De man werd met geblinddoekte ogen op een operatietafel gelegd en er werd een kleine snede in de hals gemaakt, waaronder een bekken geplaatst was, waarin men water hoorbaar liet druppelen. In korten tijd was de man dood. Slechts weinigen kennen de beslissende kracht, waarmee onze gedachten ons gehele lot bepalen. De mensheid verkeert heden ten dage nog in een grote dwaling, voor zover zij meent, dat de geest wel veel tot stand kan brengen, doch dat hij niet in staat is op het materiële leven van de mens in elk opzicht invloed uit te oefenen. Dit leidt tot valse veronderstellingen en tot bedenkelijke conclusies, Het geestelijke is de enige oorzaak van het materiële en een mens, die dit nog niet kan inzien, zal steeds onder zijn verkeerde levensbeschouwing te lijden hebben.

Onder de vele en velerlei nadelen, die de stijgende verfijning van het leven ten gevolge heeft, is één der grootste de voortdurende, onophoudelijke strijd tegen ziekte. Overal vindt men de uitgebreidste voorzorgsmaatregelen tegen ziek worden, men verwacht als het ware, dat men ziek moet worden, men denkt er steeds aan en natuurlijk wordt men het dan ook. Nooit kan men een ziekte door

maatregelen van buitenaf beletten op te treden of wegemen, want de oorzaak ligt in de gedachte van de mens.

Eerst wanneer die gedachten op gezond zijn omgeschakeld worden, kan men gezond worden — anders niet. De mens kan in zijn leven alleen dat verkrijgen, waarvan hij denkt, dat het komen zal, waarom het ook moge gaan. Als men voor iets bang is, denkt men, dat iets ongewenst zal komen. Derhalve is de vrees voor een ziekte het zekerste middel om die ziekte te krijgen. Er bestaat op de gehele wereld geen ongeluk, dat van buitenaf op ons afkomen kan. Alles moet eerst in onze fantasie geschapen worden. Wij strijden derhalve uitsluitend tegen de beelden van onze fantasie, Wij vrezen steeds slechts de spoken, die onze eigen geest schept. De angst voor iets verwekt een gevoel van onmacht tegenover dat iets, derhalve een negatieve voorstelling, dat het gevreesde werkelijkheid, zal worden.

Een voorbeeld: door boeken, besprekingen met vrienden, dingen, die men ziet, of dergelijke krijgt de mens een duidelijke voorstelling van een bepaalde ziekte of ander ongeluk. Door zijn onwetendheid komt hij nu op een of andere wijze tot de veronderstelling, dat ook hem die ziekte of dat ongeluk zal treffen en het logische gevolg is, dat hij begint daarvoor vrees te koesteren. Hetgeen men vreest, probeert men tegen te gaan. Op die wijze ontstaat in de mens de angst voor een gevaar, dat hem bedreigt en hoe meer hij zich daartegen verzet, des te sneller komt dit tot hem, omdat de bestrijding gelijken tred houdt met de angst, waarvan de kracht op haar beurt weer een graadmeter is voor de verwezenlijking der negatieve voorstelling, d.i. die ziekte of dat ongeluk, Hoe meer men een kwaad bestrijdt, des te groter wordt het. Het ongeluk ontstaat door de pogingen om het te voorkomen. Het ongeluk komt, omdat men zich druk maakt over het geluk.

Een mens, die de slagen van het noodlot, ziekten, ongelukken, mislukkingen, enz. zonder vrees en met gering-schatting tegemoet treedt, ontwikkelt een magische, de overwinning garanderende kracht, welke al die gevaren reeds in de kiem verstikt. De vrees is een hol iets, gekweekt in de menselijke verbeelding, zijn grootste vijand, die zijn slachtoffers bij massa's maakt. De mens, die op de toekomst vertrouwt, kan niets overkomen. Langzaam, maar beslissend baant de geestelijke geneeswijze zich een weg in de geneeskunde en het zal niet lang meer duren, of alle andere methoden moeten de plaats voor haar ruimen. Reeds de door Kant verkondigde leer der ontkenning van het pijngevoel bij bijzonder daartoe gedisponeerde personen heeft tot de merkwaardigste resultaten geleid. De bekende fakirs Taimu en To Rahma en korte tijd geleden ook de Silezische bergwerker Diebel laten zich b.v. onder strenge controle met handen en voeten op een toestel vastspijkeren zonder een spier te vertrekken en genezen hun wonden, waarvan zij de bloedingen eveneens doen ophouden in de kortst denkbare tijd, uitsluitend door de kracht van hun denken. Deze resultaten, die ook de verklaring geven voor het geheim der Indische fakirs, bewijzen duidelijk en zonder tegenspraak, dat de geestelijke krachten in de mens volkomen in staat zijn een beslissende invloed uit te oefenen, niet alleen op de psychische, maar ook op de organische functies van het menselijk organisme.

Als logische slotsom volgt daaruit de mogelijkheid om de menselijke geest te gebruiken ter genezing van psychische en organische gebreken, derhalve tot behandeling van zieken. De erkenning van dit feit dateert niet van vandaag of gisteren. Zij werd reeds voor duizenden jaren door de priesterartsen van het oude Egypte, het oude Griekenland, het oude Assyrië en later door de grote tover-artsen

uit de middeleeuwen — Roger Bacon, Theophrastus Paracelsus, Chevalier d' Aspinti — vastgesteld en doelbewust als grondslag voor hun optreden als genezers aangenomen. Later is zij met de toenemende toepassing van organische en anorganische geneesmiddelen voor zekeren tijd op de achtergrond gedrongen. Toch heeft zij door de loop der eeuwen heen steeds haar plaats behouden bij de medicijnmannen der Zuid-Amerikaanse Indianenstammen en bij de z.g. sjamanen van de oorspronkelijke bevolking van Siberië. Drie eeuwen geleden bracht de leider der Katholieke missies in Portugees Indië, de abt Faria, de wetenschap der hypnose, die hij bij de Indische Yogi's had leren kennen, naar Europa. Weliswaar ontkwam hij zelf ternauwernood aan het gevaar om als verspreider der "zwarte" kunst op de brandstapel te komen, maar de wetenschap, waarmee hij Europa verrijkt had, drong door.

Twee artsen, de Engelsman Braid en de Fransman Charcot van de Sorbonne bereikten met de nieuwe methode resultaten, die de gehele medische wereld in stomme verbazing brachten, terwijl in het grote werk van Karl Kiesewetter „Geschichte des Okkultismus" de theorie der nieuwe geneeswijze op wetenschappelijke wijze werd uiteengezet. Aan de door de hypnose gebrachte erkenning, dat de gedachten van een lijder van groot belang zijn voor diens genezing, sluit zich de psychotherapie aan, die zich ten doel gesteld heeft de patiënt bewust door eigen geesteskracht gezond te doen worden. Toch hielpen ook al deze erkenningen niet veel. Men stelde weliswaar vast, dat de geest wonderen verrichtte, maar men wist toch nog niet, hoe men er de patiënten met stelligheid toe brengen moest, opdat zijn gedachten in elk geval op gezond worden gericht werden. En omdat men dit niet vinden kon, wendde men zich opnieuw tot de materiële behandelingsmethode en begon weder met kruiden, medicijnen en andere hulpmiddelen. Weliswaar waren er nog steeds



geestdriftige en fanatieke aanhangers der geestelijke geneeswijze, doch deze beweerden steeds, dat men geloven moest, wilde men gezond worden. Geloven kan echter de “verstandelijke” mens nu eenmaal niet. Hij moet overtuigd worden. Om iemand van het primaat en de geneeskraft van de geest te kunnen overtuigen, moet men tevoren de wetten van de geest onderzoeken om ze vervolgens te kunnen duiden. Dat geschiedde echter niet en zo bleef alles bij het oude: het lijden der mensheid duurde voort, omdat men de werking van de geest, het hoe en waarom niet vaststellen kon.

De medische wetenschap heeft weliswaar — het moet gewaardeerd worden — speciaal gedurende de grote Europese oorlog — ter genezing van psychische schokken — stotteren, nerveuse tics, het 's nachts wakker schrikken, bij dwang- en angst-voorstellingen en dergelijke — niet versmaad, dezelfde hypnose, die nog kort tevoren met een minachtend gebaar als afgedaan was beschouwd, als geneesmethode te gebruiken. Maar daarmee hield het op, verder kwam men niet en men bestreed zelfs nadrukkelijk elke mogelijkheid van genezing door geestelijke methoden, wanneer het organische defecten betrof. Weliswaar kon men verschillende plotselinge genezingen, waar alle medische kunst gefaald had en de dood als vanzelfsprekend verwacht werd, niet zonder meer ontkennen, maar omdat de oorzaak daarvan verborgen was, versmaadt de officiële wetenschap het te trachten die onbekende oorzaken op te sporen en na te gaan en vervolgt haar weg langs oude lang betreden paden. Het gevolg is, dat de mensen van tegenwoordig zich steeds meer van de medische wetenschap afwenden, omdat hun ontwikkelde geest hen niet meer toelaat haar gelovige discipelen te blijven en zij nieuwe feiten leren kennen, waaruit voor hen volgt, dat die leer op dwalingen berust. De mensheid zoekt nieuwe wegen om van haar lijden verlost te worden. De mens ziet

meer en meer in de stof een dood ding, dat uit de geest voortspruit en door de geest tot leven wordt gebracht. De mens ziet in, dat hij, wanneer hij zich van ziekten, mislukkingen en slagen van het lot bevrijden wil, eerst de wetten van de geest moet begrijpen om deze dan doelbewust te gebruiken voor de verzorging van zijn levenslot.

De menselijke gedachte bezit het scheppende vermogen werkelijkheid te worden, zich zelf te belichamen, in de materiële wereld zichtbaar te voorschijn te treden, Men denke slechts aan de vele genezingen, door zuiver denken mogelijk geworden, waarbij het allerminst alleen nerveuse aandoeningen betreft, maar ook de bevrijding van zware organische ziektegevallen, die menig buitenstaander wonderen toeschijnen, vooral ook daarom, omdat onder de genezenen menige zieke was, die tevoren jarenlang zonder resultaten door artsen behandeld werd, In al die gevallen is de genezende kracht een toepasselijke gedachte, die van binnenuit de genezing bewerkt. Of nu die genezingen bewerkt worden door gebeden in Lourdes, door het baden in een heiligen stroom in Indië of door iets anders, komt er in dit geval niet op aan. Steeds is het de gedachte, dat men gezond wordt, die het vermeende wonder bewerkstelligt. Genezen kan in elk geval slechts één kracht — de juiste gedachte in ons zelf. De buitengewoon toegenomen gecompliceerdheid van onze leefwijze heeft de tegenwoordige mens onloochebaar gevoeliger en tegelijk ook ontvankelijker gemaakt voor al, wat boven het lichamelijke uit, ons innerlijk leven, onze ziel beroert. Het slagveld der beschaving hamert steeds sterker, steeds onverbiddelijker op onze zenuwen. De moderne mens, die naar verhouding een veel hardere strijd om het bestaan te voeren, heeft dan zijn overgrootvader 100 jaar geleden, wiens zenuwen door de nerveuse haast, genotzucht, eerezucht, het bankroet der religie, seksuele uitpattingen, enz. verscheurd worden, wiens instinctleven minder

belemmerd wordt, wiens gevoelsprikkels meer verscheiden, gevoeliger, lichter kwetsbaar zijn, heeft niet meer dat rustige wezen van de mens uit de Biedermeiertijd, toen deze nog op kon gaan in behaaglijke, half grillige, sentimentele en zalige idylles. De moderne mens is versplinterd, Het despotisme van zijn zenuwen, veroorzaakt door concurrentiestrijd en sociale dwang drukt hem neer. Neurosen, zonderlinge eigenaardigheden, verlammen hem, wat men de modernen tijd noemt, holt hem uit. In dezelfde mate als hij de natuur tracht te bedwingen met radio, vliegtuig, raketenschap e.d., wordt zijn instinctleven onbeheerster, zijn innerlijk wezen nerveuser. De moderne mens tracht krampachtig zijn geestelijk evenwicht weder terug te krijgen. Zoals tegenwoordig steeds bredere kringen zich voor sport- en lichaams oefeningen interesseren, zoals de zakenman niettegenstaande zijn drukken werkkring tijd genoeg vindt om zijn lichaam door tennis, hockey, golf, voetbal, enz. krachtig te maken, zo moest men een nog veel grotere aandacht schenken aan een leervak, dat men gezond worden, gezond blijven en beheersing van het levenslot zou kunnen noemen. Zoals de moderne mens door sport zijn spieren staalt, zo moet hij door geestelijke training zijn innerlijk evenwicht verkrijgen, dat door de nerveuse haast van het dagelijks leven verloren ging en waardoor zijn lichaam de voedingsbodem van allerlei organische en geestelijke ziekten werd. Omdat de geest de materie beheerst en wij voortdurend door de geest ons lot bepalen, is het eerst nodig, dat wij de wetten kennen, waardoor hij werkt.

Ik denk terug aan het bovenvermelde geval der 73-jarige patiënte. Juist bij haar constateerde ik, dat alle tot dusver toegepaste psychische methoden van behandeling hun zwakke zijde hebben. Het geval leek mij bijna hopeloos. Ik zelf leed daaronder. De doffe blik der vrouw maakte mij verwijten.

Zij zag, dat ik andere zwaardere gevallen genas, o.a. een vrouw met een ernstige nierziekte, die tot dusver al het mogelijke tevergeefs beproefd had, een ander, die het waandenkbeeld had een gerstekorrel te zijn en vol schrik wegluchtte, als zij een kip hoorde kakelen. Merkwaaardig is, dat ook een professor in de meteorologie in Praag (1870) ditzelfde waandenkbeeld had en toch zijn ambt op uitstekende wijze vervulde, totdat een student, die bij het examen gezakt was, hem onmogelijk maakte door op het college het geluid van een kakelende kip na te bootsen. Wel bereikte ik bij de genoemde 73-jarige patiënte enig resultaat, maar tot de volkomen genezing was het nog een zeer lange weg. Het werd mij steeds duidelijker, dat een nieuwe weg gevonden moest worden, waarmee men ook de gedachten van kritische, niet lichtgelovige personen op gezond worden zou kunnen omschakelen.

Meerdere gevallen van de ernstigste organische en geestesziekten werden genezen, terwijl bij andere, dikwijls minder ernstige gevallen elke verbetering uitbleef. Het stond bij mij vast, dat suggestie, hypnose, magnetisme en couéisme vervangen moesten worden door een diepgaand besef van hetgeen er in de geest omgaat. Op dezen grondslag bouwde ik mijn methode op en liet dit gronddenkbeeld als richtsnoer dienen bij al mijn onderzoekingen en proeven in deze richting. De kwintessens van deze pogingen is, dat bij mijn methode elke toevallige genezing uitgesloten is. Opdat mijn methode begrepen zal kunnen worden, moeten vóór alles de begrippen suggestie en autosuggestie ons duidelijk voor ogen staan. In principe verstaat men onder suggestie: iemand iets zó aannemelijk maken, respectievelijk zó levendig in zijn bewustzijn wakker roepen, dat zijn daden en zijn houding tegenover één of andere zaak daardoor geheel worden beheerst en bestuurd.