

HET COUEÏSME IN 's-GRAVENWEZEL

Hugo Lambrechts-Augustijns

Aan het einde van de 19^{de} eeuw ontwikkelde de Franse apotheker Emile Coué, uit Nancy, (1857-1926) een methode die uitging van het herhalen van bepaalde zinnnetjes. De bekendste daarvan is: *“Elke dag gaat het op alle mogelijke manieren steeds beter met mij.”*

Op grond van deze opvattingen werd de zelfhypnose of de ‘*Selbstbemeisterung*’ ontwikkeld.

Men kan het zinnnetje ook in het Duits herhalen: *“Mit jedem Tag geht es mir immer besser und besser.”* In de vakliteratuur wordt aandacht gegeven aan deze methode. Het bekendste werk is van Richard Remmy, *Raadsele der Ziel. Over de wonderen van suggestie, hypnose, couéïsme en den Godsdienst* (Zutphen 1926) en ook Richard Sterba besprak de methode in zijn *Handwörterbuch der Psychoanalyse* (Wien, 1936).



Als opdracht moet U dagelijks, 's morgens op de nuchtere maag, driemaal het zinnnetje herhalen: *“Ik ga elke maand naar de activiteiten van De Drie Rozen.”* En U zult zien, dat geht immer besser und besser (met U en met De Drie Rozen).