

Begleitschreiben

Oscar Hausdörfer legte seinem Buch "Durch nacht zum Licht" diese Anleitung bei, die eine wertvolle Ergänzung darstellt.

Algemeine Anleitung

Anliegend erhalten Sie das Unterrichtswerk und die spezielle Gebrauchsanweisung. Allgemein bitte ich Sie, sich das Folgende genau einzuprägen.

Fangen Sie auf keinen Fall eher an zu üben, ehe Sie das Buch dreimal gründlich durchgearbeitet haben. Sonst gerät einiges in Vergessenheit und Sie erschweren sich dadurch nur Ihre Arbeit.

Bei den Übungen: Stößt Ihnen etwas auf, was Ihnen nicht klar ist, so suchen Sie sich im Register am Schluß die betreffenden oder ähnliche Kapitel auf und lesen Sie nach, damit Sie sich auf diese Weise vollkommen mit der Materie vertraut machen. Es ist unbedingt notwendig, und sie werden nach Beendigung des Kursus erst so recht ermessen können, daß Sie, so lange Sie noch an der Beseitigung Ihres Stotterns zu arbeiten haben, jeden Tag unbedingt 1 Stunde in dem Buch lesen müssen. Es ist dies notwendig, damit Sie in der Lage sind, vollkommen in Ihre eigene Psyche einzudringen und so auch Ihren unbewußten Gedankengängen folgen können, die in der ersten Zeit Ihrem bewußtem Wollen und Wünschen noch entgegenarbeiten, und so Ihnen Schwierigkeiten machen werden. Das normale Wollen muß Ihnen also gewissermaßen in Fleisch und Blut übergehen. Sie kommen dazu nur, wenn Sie lernen, sich ganz genau zu beobachten, Sie müssen also lernen, zu denken, unbeeinflusst von Ihren sonstigen Gefühls- und Wunschrichtungen, die im täglichen Leben oft ein ganz anderes Ergebnis zeitigen, als uns der klare Verstand sagt. Sie werden im ersten Moment über diese scharfe Spezialisierung erstaunt sein. Bedenken Sie aber, daß Sie bisher in Unkenntnis das Verkehrte gewollt haben. Jetzt kommt es darauf an, das Richtige nicht nur bewußt, auch unbewußt durchzuführen. Je mehr Sie anfangs übertreiben, um so schneller dringt es naturgemäß in Ihr Unterbewusstsein ein.

Lernen Sie vor allen Dingen sich das eine klarmachen, daß Fehler Ihre besten Freunde sind. Würden Sie keine Fehler mehr machen, so hätten Sie keine Gelegenheit, sich abzuhärten, so wüßten Sie nicht im rechten Moment zu beurteilen, was mache ich falsch, wie habe ich es richtig zu machen? Fehler sind Ihre besten Freunde, mit denen Sie kämpfen, an denen Sie sich also stark und unempfindlich machen. Es geht dies zuerst ganz gegen Ihr Gefühl, Sie werden bald merken, daß diese Erkenntnisse von grundlegender Bedeutung für die Schnelligkeit des Erfolges ist. Also an jedem Fehler lernen, was habe ich falsch gemacht? Auch die Fehler dienen Ihnen als Gelegenheit, sich abzuhärten, Gleichgültigkeit, schimpfen zu lernen, auf sich, daß Sie sich haben wieder von irgend einer dämlichen Situation oder Menschen aus der Ruhe bringen lassen, ohne daß Grund vorhanden war, schimpfen auf andere: Ihr könnt mir den Buckel runterrutschen, ihr bringt mich nicht aus der Ruhe. Den Ausdruck 'sprechen' vermeiden Sie künftig grundsätzlich. Es gibt für Sie jetzt nur Hören-Tönen, besonders das Erstere. Will man erfolgreich kämpfen, so muß man sich der richtigen Waffen bedienen, nicht der falschen Waffen, die einen wieder unbewußt zu einer falschen Methode führen können, ohne daß es uns momentan bewußt wird.

Machen Sie sich immer wieder klar, Sie können tadellos sprechen. Sie haben nur zu lernen, sich nicht von der albernen Menschen- Sprech- und Situationsfurcht einschüchtern zu lassen. Stellen Sie sich also von vornherein auf Angriff mit Wut und bewußter Stärke ein, nicht Verteidigung aus Angst; das ist Schwäche. In diesem Zustand lassen Sie sich wieder von Ihren unbewußten Angstströmungen beeinflussen, verlieren die Herrschaft über sich, und geraten wieder, so lange die neue, normale Gewohnheit in Ihnen noch nicht stark geworden ist, zur alten, falschen Sprechgewohnheit, Buchstaben, Worte und Mundstellungen sprechen wollen. Keine Übung durchführen mit dem Hintergedanken, damit ich man bloß nicht stottere, damit keine Fehler vorkommen. Dann befinden Sie sich schon wieder auf dem falschen Wege. Alle Übungen nur als Mittel, um Ruhe, Frechheit, Gleichgültigkeit zu üben, nicht um sprechen zu lernen, (das können Sie tadellos) oder

um nicht zu stottern, (das wäre Angst) nur um ruhig zu bleiben.

Noch eins. Je mehr Sie übertreiben, desto schneller bekämpfen Sie Ihre Empfindlichkeit, Ihre Gedanken, was könnten Menschen denken. Sie werden täglich frecher, selbstbewußter, unempfindlicher. Sie härten sich also ab, weiter, wie gesagt, je schärfer Sie etwas übertreiben, desto mehr prägt es sich Ihrem Bewusstsein und Unterbewusstsein ein. Sie kommen um so schneller dazu, daß Sie das Richtige, normale automatisch befolgen. Berücksichtigen Sie eins: Nicht gleich Meister sein wollen ... sondern Meister werden.

Zu allem gehört Arbeit und Ausdauer, sich selbst keine Konzessionen machen, Unlust, Faulheit energisch bekämpfen, nichts vor sich selbst entschuldigen mit irgend welchen faulen Gründen. Sie müssen sich selbst der beste Freund sein, und das ist derjenige, der mit Ihnen am schärfsten ins Gericht geht, nicht, der alles bei Ihnen entschuldigt und Ihnen immer in's Ohr flüstert: Ja, es ging eben nicht, es war wohl zu schwierig; das nächste mal wird es schon besser gehen. Solche Phrasen dürfen nur bei Schwächlingen zu Hause sein, also aufpassen, wenn etwas derartiges an Sie heran will.

Üben bedeutet wohlgerne nicht nur das Durchführen der am Schluß des Unterrichtswerkes angeführten speziellen Übungen, sondern durchführen des neuen, natürlichen Sprechgesetzes bei jeder Gelegenheit, also jeder Unterhaltung, in jeder Situation, jedem Menschen gegenüber. Die speziellen Übungsstunden dienen immer nur der Festigung des Stoffes, der absoluten Klarlegung, und dazu, das Fundament der Ruhe zu stärken. Im täglichen Leben beginnen dann für Sie die eigentlichen und wichtigsten Übungen, nämlich, was Sie sich theoretisch angeeignet haben auch praktisch durchzuführen.


Auf einen Punkt der Übungen möchte ich Sie hier noch besonders hinweisen. Das übertriebene langsame Tönen um so schärfer durchführen und um so langsamer, je peinlicher es Ihnen ist, gerade weil es am meisten gegen Ihr Gefühl geht, und so lange damit fortsetzen, bis Sie selbst garnicht mehr die Empfindung haben, es ist Ihnen unangenehm, so daß es schließlich wieder von allein abklingt.

Haben Sie hin und wieder noch den Wunsch, ach, ich brauche jetzt nicht mehr so stark zu tönen, dann ist es ein Zeichen, daß Sie Ihre Empfindlichkeit noch bekämpfen müssen und nach wie vor das Sprachgesetz übertrieben durchführen müssen. Manches wird Ihnen allmählich leichter verständlich werden, in seiner Bedeutung. Daher ist es in Ihrem eigensten Interesse, wenn Sie sich diese allgemeine Einleitung so oft wie möglich in Ihr Gedächtnis zurückrufen.

Breslau, Anstalt für Stotterer.

Würde gezeichnet:



P.S. Die Kapitel Seite 40, 77, 80, 89, 90, 92, 95, 96, 99, 101, 103, 105  und sehr belehrend, und Sie müssen dieselben in der ersten Zeit täglich durchlesen, die übrigen Kapitel öfter einmal in der Woche.

Sprechlehranstalt für Stotterer, Stammer und Lispler

gegr. 20. November 1895

Oscar Hausdörfer

BRESLAU 16

Fernruf 40635

Postscheckkonto: Breslau 12379

OSKAR HAUSDÖRFER

**Durch
Nacht
zum
Licht!**

Des Stotterers bester Freund

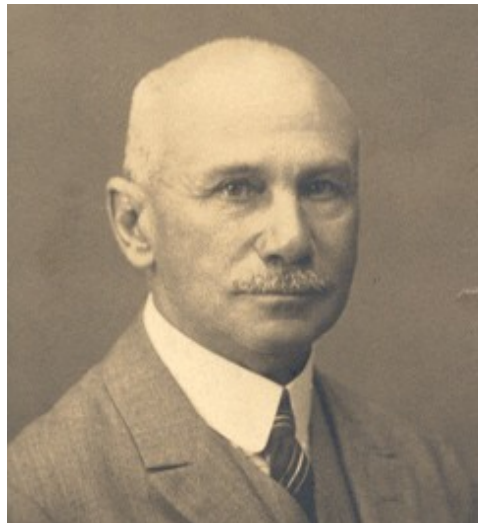
Durch Nacht Zum Licht!

Warum

**habe ich Angst und Störungen beim Sprechen,
trotzdem meine Sprechorgane gesund sind?**

**Die vollständige Erforschung des Wesens der
Sprechhemmungen und der einzig natür-
liche Weg zu ihrer dauernden Beseitigung**

von



Oskar Hausdörfer

(1864 – 1951 †)

**Sprechlehrer und Forscher
auf dem Gebiet des Sprechens**

*Nichts führt zum Guten,
Das nicht natürlich ist.
Schiller*

Nachdruck verboten
Alle Rechte, insbesondere das der Übersetzung, vorbehalten.
Urheberrechtsschutz in den Vereinigten Staaten von Nordamerika

1933

Druck von Wilh. Gottl. Korn, Breslau



Dies ist eine Bearbeitung von dem Buch 'Durch Nacht zum Licht' von Oskar Hausdörfer, 4. Auflage (1933) durch:

Copyright © 2007 - 2022 Jan Heuvel

Diese PDF gilt als Hilfestellung für stotternde Mitmenschen und darf nur unverändert und kostenlos weitergegeben werden.

Zutphen, den 23. November 2022



Hausdörfer-instituut
Voor Natuurlijk Spreken

Webseite: <http://www.vrijvanstotteren.nl>

Inhalt

Begleitschreiben.....	1
A l g e m e i n e A n l e i t u n g	1
Vorwort zur 3. umgearbeiteten Auflage.....	7
Einleitung.....	9
Brief eines Arztes.....	10
Kritik meiner Lehre durch einen Arzt.....	11
Seelenleben und Qualen des Stotterers.....	12
Dankbrief eines Philologen.....	14
Seelenleben eines Stotterers.....	15
Ein trauriger Fall.....	17
Laie — Dilettant.....	17
Der Sprech-Leidende, das Opfer eines schweren Vergehens infolge falschen Sprechunterrichts.	18
Der alte Gelehrte.....	23
Der andere Tag, an dem mir der alte Gelehrte den Weg zu meiner dauernden Befreiung unwiderlegbar klar machte.	26
Der natürliche Weg zur dauernden Befreiung.....	40
Endlich vom Stottern befreit!	45
II. Teil	50
Suggestionen und weitere Aufklärungen für den Stotterer.....	50
Wer ist dein wirklich guter Freund?.....	50
Was ist meine Hauptaufgabe als Lehrer?.....	50
Das Sprechgesetz endlich erforscht.....	51
Warum stottert der Stotterer nicht beim Singen?.....	54
Der normalsprechende Mensch stottert deshalb nicht, weil er sein Sprechen nicht ängstlich beobachtet.....	54
Muss der normalsprechende Mensch genau den Vorgang der normalen Sprechweise kennen?.....	56
Ist Stottern nur ein Nervenleiden ?.....	56
Nur auf dem Boden einer besonderen Nervosität (Feinfühligkeit also Empfindlichkeit) kann Stottern entstehen und gedeihen.	57
Falsche Suggestion.....	58

Stottern — ein Leiden!.....	61
Nervenreizungen.....	63
Angst vor dem Sprechen und Gespensterfurcht, zwei ähnliche Gefühls- und Gedanken-Leiden.....	64
„Angst“	65
Warum stottert der Chinese nicht in seiner Sprache?.....	66
Warum gibt es mehr männliche als weibliche Stotternde?.....	66
Stottern und Taubstummheit — zwei grundverschiedene Leiden, deshalb auch grundverschiedene Unterrichtsweise.....	66
Die Befreiung des Stotterers.....	68
„Phlegmatiker.“	69
Wie unterrichtet man die Kinder, oder wie unterdrückt man das beginnende Leiden?	69
Meine Unterrichtsweise.....	72
Meine Lehre und die der anderen Sprachlehrer.....	74
Kritik über die bisherigen Methoden.....	74
Wer ist vom Stottern befreit ?.....	77
Der Vampir, oder wie schütze ich mich vor Rückfall, bezw. wie befreie ich mich dauernd vom Stottern?.....	77
Nur wer den Hebel an der richtigen Stelle ansetzt, kommt zum Ziele!.....	80
Der folgsame und der unfolgsame Schüler.....	81
Stammeln.....	81
Das Buchstaben- und Laut-Alphabet und dessen schädliche Verständlichmachung... ..	83
Die Schrift und das Buchstaben-Alphabet.....	84
Die Sprache und das Laut-Alphabet.....	84
Bekämpfung des Stotterns seitens der Schule.....	85
Brief an die Lehrer.....	87
Staatliche Sprech-Lehranstalt.....	87
Warum bist du Stotterer geworden?.....	89
Früher und jetzt.....	89
Die Lehre muss so sein, dass sich der Stotterer über sein Sprechen nicht mehr falsch ärgern kann.....	89
Der gesundmachende Ärger.....	90
Die Lehre muss so sein, dass sie den Stotterer zwingt, sein Sprechen nicht mehr in falscher Auffassung zu beobachten.....	91

Was macht der Stotterer grundfalsch?.....	91
Was ist Phlegmatik?.....	92
Soll der Stotterer Atemgymnastik betreiben ?.....	92
Was versteht man unter „schädlichem Beobachten“ des Sprechens?.....	94
Muss sich der Stotterer, wenn er sprechen will, stets in das phlegmatische Gefühl versetzen ?.....	94
Wann muss die Phlegmatik geübt werden?.....	95
Woran erkennt der Stotterer, dass er sich in das richtige, phlegmatische Gefühl beim Sprechen versetzt hat?.....	95
Man muss das Kind stets beim richtigen Namen nennen.....	96
Die höchsten Gesetze für den Stotterer.....	96
Folgsamkeit — Garantie.....	97
Sein eigener, bester Freund.....	98
Gute Suggestion.....	99
Womit macht man den Stotterer machtlos, gegen seinen Gefühls- und Gedankenfehler beim Sprechen anzukämpfen?.....	99
Was ist das Hindernis für den Stotterer, schnell die Ruhe zu erlernen?.....	100
In der Übertreibung liegt die Heilung.....	101
Passive Energie zur Beseitigung des Stotterns.....	101
Aktive Energie zur Beseitigung des Stotterns.....	101
Schlechte Tage.....	101
Frage stets: „Warum habe ich ?“ und sage nie: „Ich habe“.....	103
Womit macht sich der Stotterer unverwundbar?.....	103
Grundfalsch, wenn du einmal Störungen hast, und du lenkst deine Gedanken auf die Folge!.....	104
Welche Unterlassungssünde lässt sich der ehemalige Stotterer zu seinem Schaden oft nach Verlassen der Anstalt zu Schulden kommen?.....	104
Die Beharrlichkeit.....	104
Was ist und bleibt für den Stotterer die Hauptsache, um schnell sein Ziel zu erreichen?.....	105
Noch eine goldene Lehre, um Glück und Zufriedenheit zu erlangen.....	105
Ist es für dich jetzt noch schwer, dein Ziel zu erreichen ?.....	106
Ist meine gänzlich neue Lehre anfechtbar ?.....	106
Das Wissen ist nur wie der Schatz in der Truhe, aber das Üben, das Arbeiten, ist der	

Schlüssel dazu.....	107
Wie unterrichtet man kleine Kinder?	115
Stottern eine Abnormität unter den Psycho-Neurosen.....	115
Hast du noch eine Frage?.....	116
Schlusswort.....	117
Schlusswort zur 4. Auflage.....	118
Biographie.....	120
Literaturliste.....	123