

LEIBESANGST UND IHRE URSACHEN

Was ist der Grund für Leibesangst?

Warum der Prozess der Inkarnation von Natur aus mit Angst und Furcht verbunden ist, können wir uns gut vorstellen, wenn wir uns Folgendes vergegenwärtigen:

- Kinder und Erwachsene fühlen sich bedroht, wenn ihre körperlichen und seelischen Grenzen nicht respektiert bzw. sogar zerstört werden, wenn diese einfach ignoriert und überrannt werden – wenn also schwere Verletzung und Vernichtung drohen (Wirken von Ahriman auf Erden).
- Angst tritt außerdem auf, wenn man sich klein, begrenzt, limitiert und schwach fühlt in einer unendlich großen, weiten Welt. Was bedeutet schon ein einzelner Mensch als winziges Etwas in dem unendlich großen Weltall und unter den 7,5 Milliarden Menschen! Was zählt da ein Mensch! (Wirken von Luzifer auf Erden).

Solche elementaren Empfindungen ob unserer Kleinheit im physischen Leib, ob unserer „Dinglichkeit“, ob unseres Zusammengezogen-Seins, werden in der Medizin unter „Leibesangst“ zusammengefasst: Wir haben Angst um unseren Leib, weil er so eng, so limitiert, so leicht zu bedrohen, so verletzlich ist. Ahriman ist die gewaltige kosmische Macht, die die Mineralisation der Materie und damit den Tod herbeigeführt hat. Denn wenn etwas mineralisiert ist, hat es kein Leben mehr. Alles Mineralisierte kann zerfallen. Damit ist auch die wichtigste Voraussetzung für Entwicklung gegeben, denn nur wenn das Alte stirbt, kann sich etwas Neues entwickeln. Angst gehört also zur Enge und Dichte des physischen Leibes.

Rudolf Steiner sagt, der Großteil der Leibesangst säße im Knochen, weil er am stärksten mineralisiert sei.¹ Er sagt sogar, Knochen bestünden aus kristallisierter Angst. Und die Kräfte, die unsere Organe bilden, treten später auch im Seelischen als Bildekräfte auf: Die organ- und auch knochenbildenden Kräfte strahlen quasi in das Seelische hinein. Das seelische Erleben von Angst ist also etwas ganz Natürliches.

- Ahriman verdanken wir die mineralische Konstitution unseres Leibes und damit auch die Furcht.
- Luzifer verdanken wir die Fähigkeit uns aufzulösen, uns hinzugeben, uns zu entgrenzen: das Symbiotische; aber auch unsere Tendenz, uns über alles auszubreiten und zu erheben: das Überhebliche.

Die Leibesangst hat also zwei Komponenten:

- Die Angst, an der Grenze bedroht zu werden, weshalb man sich in den Grenzen zusammenzieht und verengt (ahrimanische Komponente).
- Die Angst, sich zu verlieren, die Grenzen und damit das Selbstbewusstsein zu verlieren, mit der gefühlten Erweiterung nicht mitzukommen (luzifische Komponente).

Umgewandelte vorgeburtliche Furcht

Im Vortragswerk Rudolf Steiners gibt es wirklich erstaunliche Passagen. Dazu gehört die Aussage, dass das Selbstgefühl – die Fähigkeit sich als ein Selbst zu fühlen, das sich in sich selbst halten kann – umgewandelte Furcht aus dem vorirdischen Leben ist.

Außerdem verwandelt sich die Furcht in Willenskraft: Alle Willensimpulse, die unserer Betätigung in der Welt zugrunde liegen, sind vor dem Heruntersteigen ins Irdische als Furcht vorhanden.

¹ Rudolf Steiner, *Die Wissenschaft vom Werden des Menschen*, GA 183. Neun Vorträge, gehalten in Dornach.

Ich kann mir gut vorstellen, dass jemand, der aus einem jammervollen Leben in die geistige Welt kommt und dort alles aufgearbeitet und den Sinn der ganzen „Veranstaltung“ erfahren hat, wenn er schließlich in die Weltenmitternacht eingeht, versucht ist, dort zu bleiben, weil er kaum Lust verspürt, das Ganze nochmal mitzumachen. Man möchte dort bleiben, will nicht wiedergeboren werden.

Dann kommt es zu einem eigentümlichen Vorgang: Der Makrokosmos, der Weltenplan, der göttliche Wille, der uns trägt, hilft uns, uns zur Wiedergeburt zu entschließen und neue Entwicklungsziele ins Auge zu fassen.

Zwei Inkarnationsgesten

Denn wenn wir uns wieder auf den Weg der Inkarnation begeben, geschehen zwei Dinge:

1. Geste - Zusammenziehung

Wir ziehen unsere Wesensglieder gemäß unserem Schicksal aus den Weltenkräften erneut zusammen:

- die Ich-Organisation als Wärmeorganismus,
- den Astralleib als Luft- und Lichtorganismus,
- den ätherischen Leib, der später im Wasserorganismus wirkt,
- aber vor allem den physischen Leib, der die Gesetzmäßigkeiten unserer physischen Konstitution beinhaltet und uns ermöglicht, neue Grenzen zu finden.

Das Zusammenziehen gemäß der wunderbaren Gesetzmäßigkeiten von fester, flüssiger und gasförmiger Materie sowie von Wärmezuständen ist also die eine Geste.

2. Geste – Entfremdung vom Makrokosmos

Die andere Geste ist, dass uns der Makrokosmos wie in einer grandiosen Antipathie-Geste, wie in einem makrokosmischen Geburtsvorgang aussondert und „hinauswirft“ aus der Weltenmitternacht und den Sphären der geistigen Welt, hin zur Erde. Der Makrokosmos wird uns fremd, wir entfremden uns ihm: So weist er uns aus sich heraus in Richtung Erde. Diese Entfremdung erleben wir als Furcht, die den Impuls verstärkt, uns zu inkarnieren und so diese Furcht zu überwinden.

Jetzt leuchtet ein, wieso das Selbstgefühl bzw. das Selbstbewusstsein aus der makrokosmischen vorgeburtlichen Furcht erwächst. Denn der eigentliche Grund, warum wir uns aus der geistigen Welt wieder herauslösen und uns auf der Erde inkarnieren wollen, ist unser Wunsch, Selbstbewusstsein zu entwickeln. Das können wir in der geistigen Welt nicht erreichen. Dort entwickeln wir Welt- und Gottesbewusstsein, Bewusstsein für große Zusammenhänge, Bewusstsein über den Sinn der Menschheitsentwicklung. Wir leben eingebettet in diese Entwicklung, aber wir haben nicht die Möglichkeit, auf diese Weise Selbstbewusstsein zu entwickeln. Unser Selbstbewusstsein bringen wir als große Erdenergenschaft mit.

Wir haben in früheren Jahren oft das Wort von Meister Ekkehart zitiert: „*Wär ich ein König und wüsste es nicht, ich wäre kein König.*“ Wäre ich ein wunderbares, ewiges gottgeschaffenes Ich und könnte mein Einzelsein nicht wirklich erleben und empfinden, wäre ich wie ein Fisch im Wasser und wüsste nicht, dass ich da bin.

Individualisierung des Bewusstseins

Wir ziehen uns also mit unseren Wesensgliedern aus dem Makrokosmos heraus – mit Ich-Organisation, Astrallaib, Ätherleib, physischer Leib – und entwickeln uns dann so weit, dass diese Kräfte sukzessive wieder leibfrei werden als unsere spirituelle Aura:

- Der Ätherleib, der sich nach und nach aus dem Körper befreit, wird zu

unserem Denkvermögen, das Selbstbewusstsein ermöglicht.

- Der Astralleib wird im Zuge des Wachstums frei und lässt uns über unser Fühlen Selbstgefühl entwickeln.
- Die Ich-Organisation wird, nachdem sie den Körper durchgearbeitet hat, frei und ermöglicht uns das eigene Wollen.
- Der physische Leib wird zu unserer irdischen Behausung.

Wir entwickeln also die Fähigkeit, uns selbst zu denken, uns selbst zu fühlen, uns selbst zu wollen und uns selbst zu entwickeln. Jetzt können die uns bildenden Kräfte, die wir uns vom Vorgeburtlichen mitgebracht haben, individuelles Geistbewusstsein entwickeln und denkend, fühlend und wollend sagen: Ich denke. Ich empfinde. Ich will.

Selbstbewusstsein als edelste Frucht der Angst

Man kann sich aus alledem gut vorstellen, dass das Ergebnis der Bildetätigkeit das Selbstbewusstsein ist. Selbstbewusstsein ist die edelste Frucht der Angst. Jede Form von Angst steigert das Selbstbewusstsein unendlich – insofern als man im Vollbild der Angst nur noch sich selbst im Bewusstsein hat und in Bezug auf alles andere in Panik ist. Man weiß weder ein noch aus, man weiß nur noch, dass man DA ist und furchtbare Angst hat.

Selbstbewusstsein entsteht am physischen Leib. Unser wahres Ich ist ein rein geistiges Wesen und verbleibt in der geistigen Welt. Wir sind körperlich Abbilder oder Ebenbilder Gottes, nicht das Urbild: Die Ich-Organisation bildet das Urbild ab und baut den physischen Leib mithilfe der anderen Wesensglieder so auf, dass ein Bewusstsein dieser „Abbildunglichkeit“ entstehen kann. Selbstbewusstsein zu haben bedeutet also, sich bewusst zu sein, dass man das Abbild von einem wahren Selbst ist.

Wenn dieses Selbstbewusstsein in gesunder Weise erwacht, resultiert daraus eine Sehnsucht nach dem wahren Ich, nach dem wahren Menschentum, nach „des Lebens vollen-detem Menschsein“, nach Höher- und Weiterentwicklung, nach Verwandlung, nach Veränderung. Man hat über das Selbstbewusstsein quasieinen festen Punkt erreicht, von dem aus man sich weiterentwickeln möchte.

Wenn dieses Selbstbewusstsein in gesunder Weise erwacht, resultiert daraus eine Sehnsucht nach dem wahren Ich, nach dem wahren Menschentum, nach „des Lebens vollen-detem Menschsein“, nach Höher- und Weiterentwicklung, nach Verwandlung, nach Veränderung. Man hat über das Selbstbewusstsein quasieinen festen Punkt erreicht, von dem aus man sich weiterentwickeln möchte.

Vgl. „Vorgeburtliche Disposition zu Angststörungen“, Vortrag auf der Schulärztetagung 2013