

WESENSGLIEDERAKTIVITÄT BEI NACHT

In der anthroposophischen Menschenkunde gehen wir davon aus, dass sich beim Erwachsenen Astralleib und Ich nachts beim Einschlafen vom Ätherleib trennen, sich weit ausdehnen und morgens erneuernde Kräfte aus dem Kosmos mitbringen. (Wenn Astralleib und Ich-Organisation nach dem 2. und 3. Jahrsiebt leibfrei geworden sind, verbinden sie sich nie mehr mit dem Körper. Ein kleiner Teil der Ätherkräfte bleibt dagegen immer leibgebunden, um unsere Organe und vor allem unser Gehirn am Leben zu erhalten.)

Manchmal, wenn wir schnell einschlafen, können wir den Trennungsmoment manchmal spüren. Wir erschrecken, weil wir das Bewusstsein zu schnell verlieren, zucken zusammen und kommen für einen kurzen Moment wieder zurück. Wer darauf zu achten versucht, kann diesen Moment mitbekommen.

Auch der tagsüber leibfreie Anteil des Ätherleibes, der Gedankenorganismus, geht nachts in den physischen Körper hinein, um soweit wie möglich an der Regeneration des physischen Leibes zu arbeiten. Der Ätherleib selbst bezieht seine regenerierende Kraft aus dem inneren Kosmos des meditativen Lebens: aus den Idealen und Lebensmotiven. Wenn wir unterm tags gute Gedanken pflegen, werden sie während der Nacht zu heilenden Kräften. Wenn man sich am Tage dagegen nur mit Notwendigkeiten und Pflichten befasst und auf materialistische Art über materialistische Belange nachdenkt, schwächt seinen Organismus.

Mitgestalter am Leib des Kindes

Beim Kind wirken auch Ich-Organisation und Astralleib nachts auf den Leib ein, weil sie gar nicht wegkönnen, solange sie sich als Wesensglieder noch nicht vom Leib emanzipiert haben. Ich-Organisation und Astralleib von Kindern müssen also über die Sinne, über das Erleben im Leib, in einer Art angeregt werden, dass die tagsüber gesammelten Erfahrungen den physischen Leib nachts in positiver Weise prägen. Denn *alles*, was ein Kind an Leib und Seele erlebt, wirkt sich auf die Wachstums-, Reifungs- und Entwicklungsprozesse aus. Erzieher und Lehrer sind somit durch die Art, wie sie bei Tage denken, fühlen und wie sie sich verhalten, Mitgestalter am Leibe des Kindes.

Vgl. Vortrag zum unruhigen Kind am Thementag 2012 in Dornach