

DAS ÄTHERISCHE ALS TRÄGER VON KÖRPERGEDÄCHTNIS UND TRAUMA

Was zeichnet das Lebendige aus?

Worauf beruht Nachtlernen?

Wie hängen der unbewusste und der bewusste Ätherleib zusammen?

Alles Lebendige ist in Resonanz miteinander

Leben als solches können wir nicht sehen. Wir können nur die Lebensäußerungen studieren. Sie sind rhythmischer, zeitlicher, prozesshafter Natur. Diese Prozessqualitäten zusammengekommen charakterisieren den ätherischen Organismus: Er ist die Summe aller Vitalität und rhythmischen Prozesse, aller Selbstheilungs- und Regenerationskräfte. Er bildet das komplexe System, bei dem alles mit allem zusammenhängt, auch alle Organe in unserem Körper.

Das Leben als solches hat zudem die Eigenart, alles zu verbinden: die Gesetze der großen Welt mit den Gesetzen der kleinen Welt, das Ganze mit dem Teil. Alles, was lebt, steht mit allem in Wechselwirkung. Das Leben bildet immer eine Ganzheit, zu der auch das Sterben gehört.

Man kann sagen, der Unterschied zwischen etwas Lebendigem und etwas Totem besteht darin, dass etwas Lebendiges einen Umkreis braucht, aus dem und für den es lebt.

Wenn ich mir z.B. meinen kleinen Finger oder Zeh verletze, muss sich der ganze Körper darauf einstellen, muss diese Störung wahrnehmen und damit umgehen. Mein Gehirn lernt das entsprechende Körperteil zu schonen, doch nicht nur das: Mein ganzer Bewegungsapparat muss sich darauf einstellen, muss mir helfen, den Funktionsverlust auszugleichen. Die Verletzung betrifft also nicht nur isoliert den Ort der Verletzung. Egal, was wir an Verletzungen oder Schmerzen haben, aber auch, was wir essen: Der ganze Körper muss daran Anteil nehmen.

Unerkannte Implikationen für die Pädagogik

Wir wissen heute aus Zytologie, Embryologie und Biologie, dass alle lebenden Systeme, alle Zellen, alle Organe und Organsysteme, ja der ganze Körper, resonanzfähig sind, dass im lebendigen Organismus alles mit allem zusammenhängt.

Dazu passt die Aussage Rudolf Steiners, dass ein kleines Kind ganz Sinnesorgan ist. Diese Eigenschaft bringt es aus dem Mutterleib mit, wo der ganze Körper unglaublich offen für Eindrücke jeglicher Art ist.

Dieser Ansatz stellt ein völlig neues Konzept von Wahrnehmung dar, das Auswirkungen auf die Pädagogik haben sollte: dass (Körper)Wahrnehmung sich nicht nur auf die bekannten äußeren Sinnesorgane beschränkt, sondern auch die Organoberflächen und Zelloberflächen miteinschließt, die alle sensitiv und wahrnehmend sind für das, was in der Nachbarschaft geschieht.

Nachtlernen als Leistung des Ätherischen

Rudolf Steiner verdanken wir die Einsicht, dass das „unbewusste Leben“ in uns, der unbewusste Teil des Ätherleibes, einerseits Organresonanz aber auch Nachtlernen ermöglicht.

Es wird seit Jahren daran geforscht, wie die Eindrücke des Tages, sich in der Nacht einprägen und später über das Langzeitgedächtnis abgerufen werden können.

Fakt ist: Alles, was man bei Tage tut, hinterlässt eine erste Prägung schon während des Wachzustandes. Doch nachts vertieft sich diese Einprägung um ein Vielfaches - weswegen man diesen Prozess des sogenannten Nachtlernens heute auch in der Lernpsychologie immer stärker berücksichtigt. Man nützt diesen Mechanismus, dass sich die Dinge über Nacht noch tiefer einprägen, auch, um Menschen zu manipulieren. Da sollten wir uns nichts vormachen.

All das tut der unbewusste Ätherleib. Über ihn prägt sich auch jegliche Art von Traumatisierung ein. Man arbeitet mit diesem Prinzip, aber man kennt den Ätherleib nicht und man könnte noch gezielter damit arbeiten, wenn man seine Funktionsweise kennen würde. Man kann sagen: Unser Körpergedächtnis „sitzt“ im Ätherleib.

Verwandlung unbewusster in bewusste Ätherkräfte

Rudolf Steiner hat neben der Beobachtung des Lebens durch Rhythmen, durch Resonanz, durch Sensitivität der Organe füreinander noch eine zweite Beobachtungslandschaft gegeben, den bewusst arbeitenden Ätherleib.

- **Denkvermögen dank freiwerdender Lebenskräfte**

Diesen bewussten Anteil kann man beobachten, wenn man sein Denken beobachtet. Das war Rudolf Steiners für die Menschenkunde tiefgreifendste Entdeckung: dass die Lebenskräfte des Menschen sich in Denkkkräfte verwandeln, wenn sie der Körper nicht mehr braucht, weil er z.B. nicht mehr weiterwächst oder die Regeneration mit zunehmendem Alter nachlässt. Dafür ein paar Beispiele:

Die Wachstumsphase dauert bis 18-22. Bis dahin sind alle Wachstumskräfte sukzessive in Gedankenkräfte umgewandelt, weswegen wir dann auch mit 21 strafmündig sind und die volle Verantwortung für unser Tun und unsere Entscheidungen tragen.

Dann gibt es aber noch eine weitere Quelle in der zweiten Lebenshälfte. **Wenn der Alterungsprozess einsetzt**, werden wieder Lebenskräfte frei für das Denken und jetzt nicht mehr die Wachstumskräfte, sondern die Regenerationskräfte.

Es werden auch ätherische Kräfte frei, wenn ein Bein amputiert wird oder wenn man z.B. die Galle herausoperiert bekommt. Immer **wenn der Körper ein Organ verliert**, werden die daran gebundenen Lebenskräfte frei. Wenn man das weiß und davon betroffen ist, kann man die freigewordenen Kräfte bewusst in Erkenntnisprozesse oder neue schöpferische Gedanken umwandeln und so weiter nützen.

Sterben ist dann das letzte Herauslösen des Ätherleibes aus dem physischen Körper, wo wir in das Licht unseres Denkens eintreten, in das Bewusstseinslicht. Die ätherischen Kräfte gehen also nicht verloren, sondern verwandeln sich in diejenigen Kräfte, die uns bis über die Todesschwelle tragen.

- **Gedanken wirken auf den Körper zurück**

Doch es geht auch umgekehrt. Wir können über unsere bewussten Ätherkräfte, über unser Denken bewusst Einfluss nehmen auf körperlich-seelische Prozesse. Wir wissen ja alle, wie machtvoll Gedanken sind, z.B. wenn wir sagen: „*Dieser Gedanke hat mich gerettet!*“ oder „*Dieser Gedanke hat mich durchs Leben getragen!*“ Oder wenn man erlebt, wie man durch einen fixen Gedanken vollkommen paralysiert wird. Daran erleben wir unmittelbar, welche Macht Gedanken haben. Das ist eine unglaubliche Erkenntnis, sich klarzumachen, Gedanken haben ihre Kraft deswegen, weil sie verwandelte Lebenskräfte sind bzw. den Lebenskräften entspringen.

Gesundes Denken ist im Grunde Anpassung an Tatsächlichkeit, an Wahrhaftigkeit, an Gesetzlichkeit, an Stimmigkeit. Das hängt damit zusammen, dass wir uns wie in einem offenen System, an unsere geistige und auch materielle Umwelt anpassen, wenn wir Dinge und Vorgänge genau beobachten und ihre Gesetzmäßigkeiten erforschen. Das ist genau polar der Arbeitsweise, mit der unser Ätherleib unbewusst in den Organen tätig ist.

- **Ätherwirken bei Tag und bei Nacht**

Diese polare Arbeitsweise wechselt rhythmisch zwischen Tag und Nacht. **Bei Tage** ist der Teil der Lebenskräfte, die der Körper nicht mehr für Wachstum und Regeneration braucht, aus dem Körper herausgehoben und bildet eine Art geistige Aura, unser Denkvermögen. Es ist das geistige Kräftegefüge, aus dem wir unsere Gedanken bilden. Nicht das Gehirn bildet die Gedanken, es reflektiert sie nur, es ist ein „Gedankenreflexionsapparat“. Und wenn das Gehirn organisch krank ist, kann es nicht mehr gut reflektieren.

In der Nacht dagegen ziehen zur Regeneration alle Ätherkräfte in den Körper hinein. In dem Moment hören wir auf zu denken. Selbst die Sinneswahrnehmung hört auf, die wir ja mithilfe unserer ätherischen Kräfte „erzeugt“ haben. Jetzt kümmern sich alle Ätherkräfte um den Wiederaufbau des bei Tage Abgebauten.

Das ist die Verständnisgrundlage und Zugangsmöglichkeit aus der anthroposophischen Menschenkunde, um diese geheimnisvolle Welt der Innenwahrnehmung, des Nachtlernens, der Resonanz, der nachhaltigen Einprägung und des Organgedächtnisses für traumatische Ereignisse gut zu verstehen.

Vgl. Vortrag „Trauma - Ursache und Behandlung“ beim Chiophonetik-Treffen in Erlangen, März 2019