

WESENSGLIEDER UND IHR BEZUG ZU ANGST

Welchen Bezug haben die einzelnen Wesensglieder zur Angst?

Wesensglieder und Entwicklungsgesetze

Bevor ich auf diese Frage eingehe, möchte ich nochmals die Grundkompetenzen der einzelnen Wesensglieder zusammenfassen. Folgende Entwicklungsgesetze resultieren aus der jeweiligen Wesensgliedertätigkeit:

- Die Bildekräfte der **Ich-Organisation** integrieren und harmonisieren den werdenden, in Entwicklung begriffenen Organismus über den Wärmeorganismus und machen ihn so zu einem in sich stimmigen kohärenten Ganzen.
- Der **Astralleib** strukturiert, differenziert und polarisiert.
- Der **Ätherleib** bildet und gestaltet, proliferiert.
- Das Festeste, was auf diese Art entsteht, sind die Knochen (**physischer Leib**): Wenn man diese Zusammenziehung seelisch fühlen würde, wäre das reine Angst darüber, sich bis auf einen Punkt zusammenzuziehen.

Angst als erstarrte Bewegung

Alle Angstbilder haben die Signatur einer erstarrten Bewegung: Denken wir nur an ein Kind, das Angst hat loszulaufen oder an jemanden, der gänzlich verschränkt und verschlossen darsitzt, sodass es aussieht, als würde sich etwas in ihm wie auf ein Zentrum, einen Mittelpunkt, zurückziehen. Manche Angstpatienten rollen sich im Bett in einer Art Embryonalhaltung zusammen – sie verknäueln sich fast bis zu einem Punkt und ahmen damit den Kristallisierungsprozess nach.

Wenn die Angst eines Kindes den normalen Rahmen sprengt, kann es sehr hilfreich sein, den Wesensgliederbezug zum Thema Angst zu kennen. So wie physischer Leib und Ätherleib eng verbunden sind, haben auch Astralleib und Ich einen engen Bezug zueinander. So kann der Ätherleib auf den physischen Leib und das Ich auf den Astralleib beruhigend einwirken.

1. PHYSISCHER LEIB ALS KERN ALLER ANGST

Der physische Leib ist der Kern und Träger der Angst, weil wir ihm körperlich unsere Grenzen verdanken und weil er verwundbar und sterblich ist. Das ist so und kann durch nichts abgemildert werden.

Im 1. Lebensjahr tritt die Leibesangst als Fremdeln archetypisch auf. Von den Kinderuntersuchungen kennen wir Ärzte die „Fremdel-Räume“: Es ist von Kind zu Kind sehr unterschiedlich, wie nah man sich als Arzt annähern darf, wenn ein Kind auf dem Arm der Mutter ist, ohne dass die kindliche Seele kollabiert – was man daran sieht, dass das Kind sich abwendet und sich fest an die Mutter klammert. Es wird wie eins mit dem mütterlichen Leib, schlüpft wie hinein. Wenn man aber weit genug weg ist, schaut es ganz keck. Man spürt, das Erlebnis von Angst ist total abhängig von der Distanz zwischen den Körpergrenzen. Man sieht auch, wie die Wesensglieder des Kindes – Ich, Seele und auch der Lebensorganismus – noch

gar nicht voll inkarniert sind, sondern sich in einer Aura um das Kind herum befinden. Wenn diese Aura berührt wird, fühlt sich der Körper als Bewusstseinszentrum bedroht.

Die Leibesangst wird durch physische Geborgenheit überwunden.

2. ÄTHERLEIB UND BEWUSSTSEINSÄNGSTE

Was kann nun der Ätherleib dazu beitragen, dass unsere dem physischen Leib entstammenden Ängste abgemildert werden?

Der Ätherleib als Träger unserer Wachstumskräfte ist zuständig für Selbstregulation und Selbstheilung. Er ermöglicht alle im guten Sinn verbindenden, sich nicht abgrenzenden, vermittelnden Prozesse. Die ätherische körpergebundene Lebenstätigkeit ist vollkommen angstfrei, d.h. das Leben selbst kennt keine Angst, es grünt und blüht sogar in Ruinen. Wir sagen ja auch: „*Das Leben geht weiter...*“

Der leibfreie Ätherleib ist als Träger des denkenden Bewusstseins jedoch stark Bewusstseinsängsten, also Ängsten, die durch Vorstellungen und innere Bilder hervorgerufen werden, ausgesetzt. Deshalb kommt der Pflege des Ätherischen und der Umgang mit dem Denken der Kinder bzw. der Begleitung der Gedankenentwicklung eine große Bedeutung zu.

Anamnese der Lebensverhältnisse

Wenn ein Kind in die Sprechstunde kommt und ich vermute, dass seiner Angst eine ätherische Schwäche zugrunde liegt in dem Sinne, dass die angstfreie Lebenskraft des Ätherleibes nicht stark genug ist, um die aus dem Physischen stammenden Ängste zu überwinden, dann mache ich eine sorgfältige Anamnese in Bezug auf die Abläufe und Verhältnisse zuhause, angefangen von der Wandfarbe, der Muster der Vorhänge, über den Blick aus dem Fenster – alles unter der Fragestellung:

Was muss das Kind ständig sehen?

Welche Lebensgewohnheiten hat die Familie?

Herrscht dort Chaos oder Ordnung?

Atmet das Lebensmilieu Lebensfreude und Ästhetik?

In allen natürlichen Lebensbezügen herrscht eine wunderschöne Ordnung. Alles Lebendige ist ein kleiner Kosmos, was übersetzt „schöne Ordnung“ bedeutet. Dazu passt auch, dass das Ätherische Träger des Denkens und der wunderbaren Gedankenordnung ist.

Wenn nun im Lebensumfeld des Kindes Schmutz, Unordnung, Chaos, Unästhetisches, Ekliges vorhanden ist, bis hin zu Gerüchen, die nicht angenehm sind, oder ständig Lärm aus dem Radio oder anderen Medien erschallt als Geplärre im Hintergrund (ich will es nicht Musik nennen!), betrifft und beeinträchtigt das den Ätherleib. Man muss sich kleine Kinder vorstellen, die ständig zerrissenen Rhythmen und brechenden Stimmen ausgesetzt sind, die noch dazu unterlegt sind von Emotionen und Worten, zu denen das Kind noch gar keinen Bezug hat, die der Erwachsenenwelt entstammen – alles Eindrücke, die den Ätherleib schädigen. Sie vermitteln nicht das Gefühl einer schönen Ordnung, durch die das Kind sich im Leben gerechtfertigt fühlen könnte.

Entängstigung durch Ordnung und Schönheit

Ganz anders verhält es sich, wenn das Kind strukturierte, geordnete Töne und Klänge erleben darf, z.B. aus einer gestimmten Leier, beim Singen und Musizieren in klassischen Rhythmen. Das gibt Halt und Struktur, fördert Intelligenz durch die musikalische Abbildung von Gedankenklarheit. Musikmachen und Singen sind entscheidende Entängstigungsmittel, weil dadurch der Ätherleib gestärkt wird. Ordnung und Schönheit entängstigen, da sie Freude bereiten und Leben im Grunde etwas Freudiges ist.

„Freut euch eures Lebens!“ ist das Motiv zur Stärkung des Ätherischen.

3. ASTRALLEIB UND ANGST

Der Astralleib ist erfüllt von seelischer Angst, hier leben sich Furcht und Angst richtiggehend aus. Das ist ein Bewusstseinsphänomen.

- Der physische Leib macht die Angst konstitutionell möglich.
- Der Astralleib ermöglicht, dass wir sie erleben.

Seelisch ist die Angst im Astralleib zuhause, aber dass wir uns dieses Erlebnis bewusst machen können, liegt am physischen Leib. Und so, wie der physische Leib durch den Ätherleib in die Lebensfreude miteingeschlossen wird in dem Glauben an das Leben, an das vergängliche und das ewige Leben, in dem Wissen, dass das Leben immer weitergeht durch Tode und Geburten und dadurch Heilung findet, so muss der kränkbare Astralleib durch das Ich geheilt werden. Das geschieht zunächst durch religiöse Erziehung.

Entängstigung der Seele durch Religion

Bevor das Kind selbst einen spirituellen Weg suchen kann, bei dem es Andacht, Verehrung, Rituale erlebt, muss die Umgebung das übernehmen. Dazu gehört auch das Ringen der Eltern um einen ruhigen Wesensmittelpunkt. Die Seele ist nur gesund, wenn das Ich darin präsent ist, wenn sie in all ihrem Schwanken und ihrer Zerrissenheit, in ihrer Emotionalität und Flatterhaftigkeit ein Zentrum hat, das mit diesen seelischen Kräften und Sensibilitäten umgehen und sie handhaben kann. Solange das Kind ein solches Zentrum nicht ausgebildet hat, muss über die Erziehung daran gearbeitet werden. Bei jeder Angstbehandlung auf seelischer Ebene betonte ich Eltern gegenüber die Bedeutung religiöser Erziehung und eines konsequenten religiösen Lebens im Alltag. Dadurch ist manch ein Kind der Taufe in der jeweiligen Kirche seiner Eltern zugeführt worden...

Rituale religiöser Art ermöglichen dem Kind neue Erlebnisse dadurch, dass sie über Tage, Monate und Jahre fortgeführt werden. Irgendwann wird das Erlebnis durch die ständige Wiederholung so stark, dass es sogar eine Phobie kompensieren kann. Das ist quasi ein sehr effizienter verhaltenstherapeutischer Ansatz mit den Mitteln der Religion.

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