

Angst und Radionik

Ein Bericht über Phobien, Neurosen, Panikattacken und deren Behandlung mit Radionik und Klang

Von Claudia Ritt

Angst – was ist das und welche Bedeutung hat sie?

Unser heute gebräuchliches Wort Angst stammt vom lateinischen *angustia* = Enge, Beengung, Bedrängnis; diese *angustia* wiederum ist vom lateinischen *ango* abgeleitet, was zuschnüren oder beklemmen bedeutet, und vom griechischen Wort für würgen, drosseln, ängstigen. Die Geschichte des Wortes weist die Angst also als eine mit Gefahr- und Bedrohungserlebnissen verbundene leibliche Befindlichkeit aus.

Anders ausgedrückt ist die Angst ein unangenehm empfundener, eine unbestimmte Bedrohung oder Gefahr signalisierender Gefühlszustand, der in unterschiedlichen Schweregraden auftreten kann. Sie ist in der Regel begleitet von psychischen und physischen Symptomen wie z.B. Unsicherheit, Unruhe, Erregung (evt. Panik), Bewusstseins-, Denk- oder Wahrnehmungsstörungen, Anstieg von Puls- und Atemfrequenzen, verstärkter Darm- und Blasentätigkeit, Übelkeit, Zittern, Schweißausbrüchen.

Jeder von uns kennt sie, die Angst, und sie gehört zu unserem Leben einfach dazu. Ein Krankheitssymptom wird die Angst allerdings dann, wenn sie alle Gedanken beherrscht und das Alltagsleben beeinträchtigt. Menschen mit Angstzuständen werden ständig vom Gefühl beherrscht, dass etwas Schlimmes passieren wird, beispielsweise befürchten sie den Ausbruch einer chronischen oder gefährlichen Krankheit, oder sie machen sich massive Sorgen um die Gesundheit und Sicherheit von Angehörigen. Dieses Symptom kann bis zur „Entpersönlichung“ wahrgenommen werden, dem Gefühl, sich selbst fremd zu sein, bis zum Realitätsverlust (dem Gefühl, von der ganzen Welt abgeschnitten zu sein).

Angstneurosen sind eine Gruppe psychischer Erkrankungen, deren Hauptmerkmal die Angst ist. Sie sind relativ weit verbreitet und betreffen besonders junge Erwachsene; die Veranlagung dafür dürfte erblich sein. Im Verlauf der Krankheit können sich die Symptome verändern.

Einige Formen der Angstneurosen:

- pathologische Angst: wenn eine Periode von Angstempfindungen erlebt wird in Begleitung eines für das Leben und Handeln beeinträchtigenden Symptoms
- panische Formen von Angst: Plötzliche, intensive Panik-Attacken zeigen sich durch extreme, nicht vernünftige Furcht oder Angst, dauern oft nur einige Minuten und haben meist körperliche Begleiterscheinungen, wie z.B. das Gefühl, nicht genügend Luft zu bekommen, Schmerzen in der Brust, Schwindel, Schweißausbrüche usw.
- Phobien sind gekennzeichnet durch irrationale Ängste, die dazu führen, dass der Betroffene bestimmte Situationen oder auch Gegenstände und Orte fürchtet und meidet. Als Beispiel sei hier die Agoraphobie angeführt. Dabei handelt es sich um eine Angst, sich auf öffentlichen Plätzen aufzuhalten. Ein anderes Beispiel ist die Klaustrophobie. Dabei besteht die Angst vor geschlossenen Räumen. Die Tierphobie zeigt sich am häufigsten in Zusammenhang mit Hunden, Schlangen, Spinnen oder Mäusen.
- Posttraumatische Stressreaktionen kommen von einem schwerwiegenden Erlebnis, wie z. B. einer Vergewaltigung oder einem schweren Unfall. Die Symptome bestehen in dem stetigen Wiedererleben des Ereignisses im Traum und einem Gefühl allgemeiner Leere und Interesselosigkeit. Merkmal zwanghafter Vorstellungen sind stets wiederkehrende, hartnäckige Gedanken und ritualisiertes, wiederholendes Verhalten, wie Zwangsneurosen.

Aus der Sicht der TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) gehören Gefühle zu einem Warnsystem, das Überleben gewährleisten soll. Angst führt zur Flucht, der Mensch bringt sich in Sicherheit. Wut hilft, sich abzugrenzen und notfalls auch, um den eigenen Lebensraum zu kämpfen. Die Sorge ist als Wurzel der Fürsorge Voraussetzung für jede soziale Gemeinschaft. Die Trauer hilft zahlreiche Abschiede und große oder kleine Verluste zu verwunden und birgt das Potential für den Neubeginn. Die Freude ist die Eigenschaft des Herzens, die mit Liebe und Mitgefühl den Menschen zum Menschen erhebt.

Eines der psychischen Grundbedürfnisse des Menschen ist das Bedürfnis nach Sicherheit, Struktur und Stabilität.

Das Bedürfnis nach Sicherheit ist sehr ursprünglich und elementar. Sicherheit erfährt man zuallererst in der Geborgenheit des Mutterleibes und in den ersten Wochen und Monaten nach der Geburt. Hier liegt die Wurzel eines lebenslangen Urvertrauens, aus dem man innere wie äußere Stabilität und Struktur gewinnt. „Was auch immer geschieht, es ist für mich gesorgt. Ich brauche keine Angst zu haben.“ Sicherheit und Stabilität sind mit den Nieren assoziiert und sie entsprechen als psychisches Bedürfnis der Niere. Die Emotion der Niere ist Angst, und diese dient der Sicherung des Lebens. Die Angst findet sich in allen möglichen Schattierungen – von der existentiellen Angst ums Überleben über die Angst um den Arbeitsplatz, Angst vor Verlust, vor Krankheit, Versagensangst, Angst ums Geld bis hin zum Gefühl allgemeiner Unsicherheit und innerer Unruhe. Kam es im Leben zu einem Mangel an Geborgenheit und Sicherheit, so wird das zu einem ständigen Thema. Der verunsicherte Mensch hat Angst, fürchtet sich und ist stets bemüht, sich überall abzusichern. *1)

Welche Auswirkungen solch ein Mangel haben kann, möchte ich an Hand einer Falldarstellung zeigen.

Sophie (Name aus Datenschutzgründen geändert), 21 Jahre, suchte uns gemeinsam mit ihrer Mutter in unserer Praxis „hor dai welab“ in Weyer/Enns auf. Ihr Problem seien Angstzustände (Verlassenheitsängste, Panikattacken), Einschlafprobleme (100 000 Gedanken), Depressionen und / oder Traurigkeit.

Die verschiedenen Schattierungen der Angst der Klientin

- Es ist ihr eigentlich kaum mehr möglich mit dem Auto, Bus od. Zug mitzufahren, sie habe das Gefühl ausgeliefert zu sein, empfinde diese Fortbewegungsmittel als zu eng und zu schnell. Kurze und bekannte Strecken könne sie selber mit dem Auto bewerkstelligen, es koste sie aber eine enorme Angstüberwindung.
- Es fällt ihr schwer, einkaufen zu gehen. Sie sucht nur kleine Geschäfte auf, da ihr Lärm, viele Leute und große Einkaufszentren Angst machen und sie überfordern. Der Ausgang vom Geschäft sollte immer in Sichtnähe sein, da sie Angst hat, dass sie sich übergeben muss und daher einen schnellen Fluchtweg braucht. Deshalb verwendet sie auch keinen Einkaufswagen, der sei ihr dann nur im Weg. Lieber trage sie die benötigten Waren auf ihren Armen.
- Einkäufe bzw. Tätigkeiten, bei denen sie ihre sichere Umgebung aufgeben muss, sind begleitet von starker Nervosität, Schwindel, schweißnassen Händen, Herzklopfen, Angst (Panikattacken bzw. Verfolgungsangst).
- Früher habe sie sich oft in der freien Natur aufgehalten; das ist ihr derzeit auch kaum mehr möglich, da sie sich im Freien schutzlos fühlt.
- In fremden Wohnungen fühle sie sich nicht sicher, daher macht sie auch kaum mehr Besuche.
- Einladungen in ihre Wohnung spreche sie nicht aus, da sie Angst hat, sich übergeben zu müssen.

Sicherheit geben ihr die eigene Wohnung, das eigene Auto, der Ort, in dem sie lebt, und Menschen, denen sie vertraut.

Sie möchte wieder glücklich sein, mehr Freude im und am Leben haben und ihre Ängste überwinden.

Mein persönlicher Eindruck von der Klientin:

Objektiv macht Sophie einen großen, stattlichen, vollschlanken und kräftigen Eindruck auf mich. Die Gesichtsfarbe ist blass, die Augen getrübt. Subjektiv wirkt der Blick in sich gekehrt; der Gesamteindruck von Sophie ist niedergedrückt, freudlos und ängstlich. Ihre Selbstwahrnehmungsfähigkeit und ihr Zugang zu sich selbst scheint eingeschränkt. Ich habe den Eindruck, sie nicht wirklich erreichen zu können und dass ich sie mit meinen Fragen überfordere. Deshalb halte ich das Gespräch (Anamnese) kurz und beginne mit der radionischen Austestung.

Als Anliegen definieren wir die Ursachenforschung der oben angeführten Probleme.

Erklärung der Analyse

Besonders hervorheben möchte ich die äußere Aura: diese stellt die Grenze des Außenlebens dar. Äußere Geschehnisse treffen auf diese Aura und werden von dieser abgehalten. Bei Sklerotisierung können Außenereignisse zu nahe an den Menschen kommen. Er fühlt sich möglicherweise unangemessen oft angesprochen bzw. vom Außengeschehen erreicht, kann sich also nicht genug abgrenzen. Das Gefühl, überrollt zu werden, ist dafür sehr charakteristisch.

Das Solarplexus-Chakra ist körperlich u.a. dem Verdauungssystem, Magen und Milz zugeordnet. Thema bzw. Lernaufgabe ist die Entfaltung der Persönlichkeit. Hier befindet sich unser Kraftzentrum, der Sitz der Persönlichkeit. Es ist für die Verarbeitung von Gefühlen und Erlebnissen zuständig.

Die organischen Strukturen im Funktionskreislauf Niere-Blase sind auf das Thema Sicherung des Lebens - Überlebens - ausgerichtet. Die Emotion der Niere ist Angst. (Sophie hatte ein Jahr lang eine Blasenentzündung). Um den seelischen Bereich zusätzlich zu unterstützen, wurden Blüten ausgetestet, die folgendes Bild zeigten:

Master's Blütenessenz:

Strawberry – fördert Würde, Selbstvertrauen, Selbstwertgefühl, Selbstbewusstsein; in der eigenen Mitte (zentriert) sein und Boden unter den Füßen haben; sinnvoll bei Übersensibilität

Himalaya Chakra-Set:

4. Chakra – hilft beim Gefühl von Ungeliebtheit, Enttäuschung, zu wenig Vertrauen, überkritisch gegenüber anderen zu sein

Lichtwesen-Erzengel-Essenzen:

Metatron – hilft allumfassende Liebe und vollkommenes Bewusstsein entfalten; Bewusstseinstore öffnen

Michael – gibt Schutz, Willenskraft und Struktur, Mut zum Handeln und zur Wahrheit, hilft Situationen zu reinigen und zu klären

Bailey-Blütenessenz:

Yew – fördert Biegsamkeit, wenn der Mensch bisher zu spröde war und sich dem Unvermeidlichen nicht beugen wollte

Mit der radionischen Balancierung und den Blüten hat die Klientin einen beachtlichen Aktionsradius erreicht:

Sophie konnte die ca. 30 km lange Wegstrecke zu uns in die Praxis zum 2. Termin alleine zurücklegen – Angst hat sie nur mehr bei weiteren Strecken, die sie nicht kennt. Trotzdem kann sie diese bewerkstelligen.

Die Angst vor der Angst ist ebenso weg wie die Unruhe und die Einschlafprobleme. Depression bzw. Traurigkeit haben sich gebessert, sind nicht mehr so stark vorhanden, aber noch da. Sophie stand mit lächelndem Gesicht und freudigen Augen vor der Eingangstüre und wirkte viel lebendiger und aufgeschlossener als beim ersten Termin.

Mit dieser Balancierung wurde ein guter Grundstein für die noch vor uns liegende Arbeit gesetzt – Sophie wurde offener, und im Laufe der Anamnese konnten wir einige Ankerpunkte in ihrem Leben herausarbeiten, die im Prozessverlauf eine wichtige Rolle spielen können.

Bei genauer Betrachtung gab es bei der Klientin einige Ankerpunkte im Lebensskript:

- Säugling fast an Erstickung (Keuchhusten) gestorben
- im Alter von 4 Jahren hatte sie Nierenprobleme und wurde im Krankenhaus punktiert; sie wollte von der Mutter nicht weg und hat fürchterlich geschrien – wurde an das Bett gefesselt und gewaltsam von der Mutter entfernt – für Sophie ein Schockerlebnis!
- wurde im Alter von 4 bis 5 Jahren in einem Einkaufszentrum in die Spielecke gegeben, während die Eltern einkaufte. Sophie hatte nach kurzer Zeit panische Angst, dass sie von den Eltern nicht mehr abgeholt wird – die Eltern mussten ausgerufen werden

Es ist anzunehmen, dass durch diese frühkindlichen Erlebnisse das Grundbedürfnis nach Sicherheit und Geborgenheit und das Urvertrauen von Sophie stark beeinträchtigt wurde. Ein Erstickungsanfall bedeutet bei einem Säugling Todesangst, und die gewaltsame Trennung von der Mutter stellt für ein 4-jähriges Kind ein traumatisches Erlebnis dar.

Spätere unangenehme Erlebnisse

- Scheidung der Eltern, Sophie war ca. 12 Jahre alt – beide hatten außereheliche Beziehungen, von denen Sophie nichts wusste; plötzlich traten der Freund der Mutter und die Freundin des Vaters in ihr Familiensystem ein; der Freund der Mutter zog sehr schnell nach der Scheidung bei ihnen ein
- für Sophie völlig überraschende Wiederverheiratung ihres Vaters
- plötzlicher Auszug der Mutter mit ihrem Freund, sodass Sophie auf einmal mit ca. 17 Jahren alleine in der Wohnung lebte
- mit 19 Jahren ein Autounfall mit Schock

Diese Erlebnisse in der Kindheit und der Jugend der Klientin haben sicher nicht dazu beigetragen, das psychische Grundbedürfnis nach Sicherheit und Geborgenheit zu stillen.

Fallsupervision

Bei der Fallsupervision bei MTK mit Ing. Werner Kosmus wurde folgende These herausgearbeitet:
Es ist möglich, dass durch die frühkindlichen Erfahrungen und die späteren Erlebnisse der feste Boden unter den Füßen von Sophie destabilisiert wurde. Daraus kann durchaus eine Phobie entstehen (bei schwankendem Boden wird einem schwindlig und man hat das Gefühl erbrechen zu müssen). Weiters erkläre diese Destabilisierung auch das große Schutzbedürfnis von Sophie. Die späteren unangenehmen Erlebnisse waren für Sophie zu große Brocken, die sie einfach nicht verdauen konnte. Es kann nämlich geschehen, dass der Magen die Zerkleinerung der psychischen Nahrung einstellt, wenn er zu große Brocken verdauen soll. Hier sei es wichtig, dass die unverdauten Erlebnisse so zerkleinert werden, dass Sophie sie verdauen und verarbeiten kann.

Therapieverlauf

Sophie wurde dabei unterstützt, die „unverdauten Ereignisse“ für sie annehmbar und verdaubar zu machen. Als sehr wirkungsvolle Methoden stellten sich schamanische Reisen und die Klangtherapie heraus. Diese führte ganz tief in das Erlebte hinein, alte Emotionen und Eindrücke konnten aus der körperlichen Verfestigung gelöst werden, und die neue (verdauliche) Version des Erlebnisses ließ sich leicht verankern.

Außerdem erfolgten regelmäßige radionische Testungen, welche u.a. folgende Disharmonien zeigten:
Nierenmeridian, Solarplexus Chakra (schielen bei jeder Testung auf, die Werte verbesserten sich aber laufend);
Sakral Chakra UF 6 (ist auch für die Energieversorgung der Nieren u. Blase zuständig – gibt die Fähigkeit, vertrauensvoll mit dem Leben zu fließen); Magen Nebenchakra UF 7 (wirkt auf die Verdauung ein);
Magenmeridian UF 7 (garantiert die Fähigkeit, die Welt in sich aufzunehmen – ist er schwach oder überfordert, wird der Mensch allen Schwierigkeiten ausweichen, da „er sie nicht verdauen kann“); Milz Nebenchakra UF 7 (bringt vitale Kraft, Lebensfreude); Wurzel Chakra UF 7 / C 35 (regelt die grundlegenden Überlebensbedürfnisse des Menschen; Urvertrauen; Stabilität, Sicherheit); Element Erde UF 7 / C 30 (gibt Stabilität, Sicherheit, Struktur und Erdung).

Zusätzlich wurde Sophie mit Blüten begleitet, die besonders auf Schutz und Erdung ausgetestet wurden, u.a. zeigten sich die

Kakteen-Essenz:

Opuntia dejecta – fördert Erdung und Schutz, bessere Verbindung zur Erde durch Aktivierung des 1. Chakras, breiteren Stand und bessere Standhaftigkeit, in der eigenen Mitte Ruhe finden, sich abgrenzen können, man selbst sein;

Alaska Blütenessenz:

Yarrow – fördert allgemeine Stärkung der Integrität des Energiefeldes, die Quelle des eigenen Schutzes kennen und sein.

Highlight und was bis jetzt erreicht werden konnte

Sophie kam bei den ersten drei Terminen immer um 20 Minuten früher, weil sie Angst hatte, es könnte unterwegs irgend etwas passieren. Beim dritten Termin war zur vereinbarten Zeit weit und breit noch keine Sophie zu sehen. Mit 15 Minuten Verspätung trudelte sie gelassen und ruhig ein und meinte: „Ich habe geglaubt, das geht sich eh leicht aus“. Obwohl normalerweise Verspätungen unangenehm sind, erfüllte mich diese Verspätung wirklich mit Freude – zeigte sie mir doch eindeutig, dass Sophie wesentlich lockerer und sicherer wurde.

Sehr viele Ängste konnten abgebaut werden. Einkäufe erledigen ist kein Problem (Waren werden weiterhin auf den Arm genommen. Sie sieht darin aber den Vorteil, dass sie auf diese Weise nicht so viel Geld ausgibt). Sie konnte eine neue Beziehung eingehen. Sie lädt gerne und oft in die eigene Wohnung ein und fühlt sich auch in anderen Wohnungen wohl. Das Gefühl, sich übergeben zu müssen, taucht nicht mehr auf.

Sophie ist nun wesentlich sicherer. Die noch vorhandenen Ängste und ihre Unsicherheit gegenüber anderen belasten ihr Leben nicht mehr so massiv. Sie hat neue Lebenslust gefunden und hat das Gefühl, die Welt neu entdecken zu wollen.

Ich bedanke mich bei Sophie für die gute Zusammenarbeit, ihr Vertrauen und für die Bereitschaft, ihren Fall zur Veröffentlichung zur Verfügung zu stellen. Ihr Ziel dabei ist, anderen von Angst Betroffenen Mut zu machen.

*1) Buch: Psychosomatik in der Chinesischen Medizin

*2) Zur Erklärung: Unterfunktionale (UF) Überfunktionale (OF) Unausgewogenheit; (bei diesem Gerät eine Skala von 0 bis 9). Bei Erwachsenen sind Unausgewogenheiten von mehr als 4 nicht mehr selbstregulierend. C 40, LM 190dabei handelt es sich um Potenzen, vergleichbar mit der Homöopathie (D-Potenzen, C-Potenzen, M-Potenzen, LM-Potenzen usw....)