Wenn man in der Kindheit z.B. ein Schock-Erlebnis, einen großen Schreck erlebt, wirkt dieses ungeheuer stark auf den Atmungsprozess und kann zur Folge haben, dass Erscheinungen wie Asthma auftreten. Das ist Asthma, das von oben bewirkt wird.

Wenn andererseits der physische Organismus exudatives, einen zu starken Überschuss an Stoffwechselkräften von unten ins rhythmische System herauf drängt, können so die Asthma-Erscheinungen entstehen. Das ist Asthma, das von unten kommt.

Diese beiden Prozesse sind es hauptsächlich, die den Atmungsprozess stören, der dadurch in Unordnung kommt. Selten kommen Asthmaanfälle aus dem Atmungsprozess selber.

Es ist eine Erkrankung innerhalb des rhythmischen Systems und bei den Anfällen greift entweder der obere oder der untere Teil des Astralleibes zu stark in die mittlere, rhythmische Organisation ein und verursacht die Asthmaerscheinungen. Eine Heilung für diese Krankheit kann man am besten mit den drei Atemübungen erreichen.

Es gibt viel mehr Menschen, die an Asthma leiden, als man denkt. Manchmal wissen die Leute selber nicht einmal, dass sie Asthma haben, weil die Krankheit sich noch im ersten Anfangsstadium befindet. Aber mancher Mensch ist schon in seinem Reden ganz asthmatisch, nur merkt er es nicht, weil es noch nicht organisch geworden ist. Deshalb sollten diese Atemübungen direkt prophylaktisch verwendet werden, denn sie sind antiasthmatisch, ihrem ganzen Wesen nach.

Asthmaleidende sind stärker von ihrer Umgebung, von der Beschaffenheit des Bodens und des Klimas abhängig. So gibt es Gegenden, wo die Einwohner besonders unter Asthma leiden. In Stuttgart z.B. werden die am Gablenberg wohnenden dies sicherlich sehr stark fühlen. Doch ist es auch vorgekommen, dass bei einem Asthmakranken, der gerade dorthin verzogen ist, die Beschwerden verschwanden!

Mit dem Alter hört diese Krankheit öfters auf.

Nun, alle Asthmatiker sollten viel singen. Nicht die Schulung, sondern Freude am Singen müsste ihnen gegeben werden. Man müsste sie in einem Chor, dessen Stamm aus Klangstromsängern besteht, mitsingen lassen, - freudiges und musikalisches Singen nach der richtigen Schule, und sie würden sicher unendlich dankbar sein!

Eine weitere Krankheit, die sich im Atmungsprozess auslebt, ist das Stottern. Stottern ist eigentlich ein dem Bewusstsein etwas näher gelegenes Asthma. Es liegt mehr nach dem Sprechen hin, und wenn wir reines Asthma, als Asthma im Atem