



NATUR ALS KRAFTORT

ORTE VOLLER LEBENSKRAFT AN DER FORM DER LANDSCHAFT ERKENNEN

Gegenwärtig wächst bei vielen Menschen die Sehnsucht, die Natur wieder bewusst zu erleben. So haben sich gerade in den vergangenen Jahren Erlebniswanderungen und Waldbaden etabliert. Mit der steigenden Umweltbelastung, den veränderten Klimabedingungen und der technischen Entfremdung gegenüber der Natur erwächst heute ein neues Bewusstsein.

Naturverbundenen Kulturen war die Landschaft heilig. Sie wurde als große lebensspendende Mutter verehrt, die ihre Kinder umsorgt. In der Landschaft entdeckten die Menschen einzelne, besonders heilige Orte. Oft waren es Berge oder markante Felsen. Flüsse galten als heilig, ebenso Seen und Quellen. Auch einzelne alte Bäume und verborgene Haine waren für sie oft Heiligtümer. An diesen Orten vollzogen sie ihre Zeremonien und verehrten die Natur. Doch unter welchen Aspekten suchten sie ihre Kultplätze aus? Und warum geht von einer Insel in einem See

oder einem großen Felsen im Wald eine so starke Anziehungskraft aus, dass das auch heute jeder achtsame Mensch spüren kann? Viele solcher Orte sind beliebte Reiseziele. Guntram Stoehr beobachtete, dass oft die erhöhte Lebenskraft ein grundlegender Faktor für die Qualität dieser Orte ist. Er entdeckte, wie bestimmte Formen der Landschaft und die Anordnung verschiedener Landschaftselemente lebenskraftstarke Orte bilden, wie etwa markante Berge, Uferzonen oder lange, gerade Täler, durch die ein Fluss fließt. Viele solcher Orte werden als Kraftorte bezeichnet.



Bei einem Aufenthalt in der Natur nimmt der Körper Lebenskraft auf und speichert sie. Wer aus der lebensstarken Natur in einen Bereich mit schwächerer Lebenskraft kommt, spürt deshalb zunächst keinen Mangel.



Lebenskraft und Landschaftselemente

Die Lebenskraft ist die entscheidende Naturkraft für das Leben von Pflanze, Tier und Mensch. Sie wird auch Vitalkraft, belebende Kraft oder Ätherkraft genannt. Diese kosmische Kraft durchdringt alle Lebewesen und die Natur. Stirbt ein Lebewesen, zieht sich die Lebenskraft aus dem Organismus zurück und die Lebensfunktionen werden eingestellt. Auch die gesamte Landschaft ist von Lebenskraft durchdrungen. Hier bilden Landschaftselemente Kraftfelder – zum Beispiel Felsen, Berge, Täler, Wälder und Seen. Die Lebenskraft zeigt sich in ihnen in unterschiedlicher Qualität und Intensität.

Stadt und Landschaft

Warum unterscheidet sich ein Spaziergang in der freien Natur so stark von einem Tag in der Stadt? Offensichtlich gibt es in der freien Natur etwas, das

in der Stadt fehlt. Der menschliche Lebensraum hat sich in den vergangenen Jahrtausenden stark verändert. Heute unterscheidet man zwischen Natur und Stadt. Eine naturbelassene Landschaft in Stadtnähe wird gegenwärtig sogar als „Naherholungsgebiet“ bezeichnet. Sollte nicht eigentlich der gesamte Lebensraum so lebensfreundlich sein, dass wir von dieser Umgebung gekräftigt werden, dort Erholung finden und keinen Mangel leiden? Umgekehrt gefragt: Was macht diesen Mangel eigentlich aus?

Offensichtlich entstehen Mangelercheinungen an Orten mit verminderter Lebenskraft. Es gibt allerdings auch Städte mit viel Grün und Wasser. Dort ist das Niveau der Lebenskraft vielleicht noch ausreichend. Doch wer sich einen Tag lang in lebenskraftstarker Natur aufgehalten hat und dann in seine lebenskraftschwächere Stadt zurückkommt, nimmt den Unterschied

mehr oder weniger deutlich wahr. Bei einem Aufenthalt in der Natur nimmt der Körper Lebenskraft auf und speichert sie. Wer aus der lebensstarken Natur in einen Bereich mit schwächerer Lebenskraft kommt, spürt deshalb zunächst keinen Mangel. Gute Laune, Lebensfreude und Tatendrang sind Zeichen dafür. Nach längerem Aufenthalt an einem lebenskraftschwachen Ort entsteht allerdings mehr und mehr ein Mangelzustand – aufgrund des anhaltenden Verlustes von Lebenskraft. Typische Anzeichen sind Ungeduld und Gereiztheit, langfristig auch Trägheit und Antriebsschwäche oder gar das Gefühl, „ausgebrannt“ zu sein. Dann wird es Zeit, wieder einmal einen lebenskraftstarken Ort aufzusuchen.

Vor allem bei starker Erschöpfung empfiehlt sich eine »Lebenskraftkur« über einen längeren Zeitraum. Gerade dann ist es ideal, täglich einen nahe gelegenen Ort mit hoher Lebenskraft aufzusuchen, um dort das Körpersystem mit Vitalkraft aufzuladen. Klar im Vorteil sind dann diejenigen, die selbst erkennen können, wo in ihrer Umgebung Orte sind, an denen sie sich gewissermaßen mit neuen, erholsamen Kräften „aufladen“ können.

Besonders schwach wird die Lebenskraft auf überbauten und versiegelten Flächen. Wenn es in einem Landschaftsabschnitt kaum noch natürliche Oberflächen wie Waldboden oder Wiesen gibt, sinkt das Niveau der Lebenskraft ab. In den indischen Veden wurde im Vastu bereits vor Jahrtausenden darauf hingewiesen, dass auf versiegelten Flächen nach der dritten Generation die Kraft zum Leben zu gering ist. Ein zu niedriges Niveau in der Landschaft und am Wohnort ist nach Vastu sowohl für Gesundheit als auch für den Gemütszu-



Besonders schwach wird die Lebenskraft auf überbauten und versiegelten Flächen. Wenn es in einem Landschaftsabschnitt kaum noch natürliche Oberflächen wie Waldboden oder Wiesen gibt, sinkt das Niveau der Lebenskraft ab.

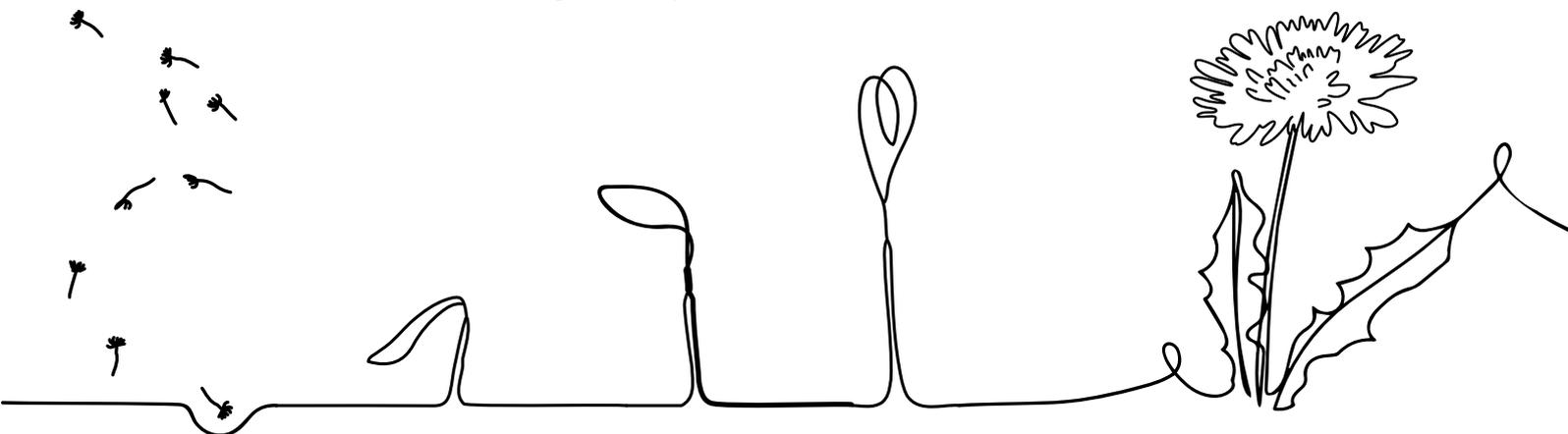
stand der Bewohner eine Belastung. Die Menschen sind gereizt und fühlen sich erschöpft. Als Gegenmaßnahme hilft es, versiegelte Flächen zu renaturieren und möglichst viel Natur zwischen den bebauten Flächen zu schaffen.

Die Elemente und die Lebenskraft

Jedem der vier Elemente Erde, Wasser, Feuer und Luft strömt Lebenskraft zu. Aus dem Zusammenspiel zwischen Elementen und Lebenskraft entstehen belebte und unbelebte Formen: So nimmt etwa ein Samen das Element Wasser und über die in ihm gelösten Mineralien das Element Erde auf. Die Lebenskraft gibt die entscheidende Energie, in der Folge keimt der Samen und es entsteht eine Pflanze.

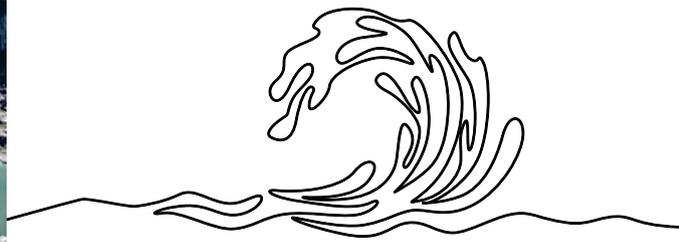
Landschaftselemente wie Berge, Wasser oder Pflanzen werden von den Elementen gebildet und entsprechend geprägt. Für die Landschaft sind vor allem die beiden Elemente Erde und Wasser prägend. Sie bilden Berge und Seen und damit große Lebenskraftfelder. Je größer ein Landschaftselement ist, desto größer ist sein Lebenskraftpotenzial. Ein großer See trägt mehr Lebenskraft in sich als ein Tümpel. Oft kommen verschiedene Landschaftselemente zusammen vor, beispielsweise eine Insel in einem See oder ein Wald mit vorgelagerten Feldern oder Wiesen. So entstehen die verschiedensten Kraftorte in der Natur. Je nach Ausprägung und Größe ist die Lebenskraft dort deutlich oder weniger stark spürbar.

Jedem der vier Elemente Erde, Wasser, Feuer und Luft strömt Lebenskraft zu. Aus dem Zusammenspiel zwischen Elementen und Lebenskraft entstehen belebte und unbelebte Formen: So nimmt etwa ein Samen das Element Wasser und über die in ihm gelösten Mineralien das Element Erde auf. Die Lebenskraft gibt die entscheidende Energie, in der Folge keimt der Samen und es entsteht eine Pflanze.





Die Qualität und vor allem die Intensität der Lebenskraft hängt auch davon ab, wie stark die vier Elemente in Bewegung sind.



Die Form der Landschaft

Bei der Form der Landschaftselemente macht es zum Beispiel einen Unterschied, ob ein Berg steil, rund oder langgezogen ist oder ob er eine Kegelform hat. Diese Formen wirken sich vor allem auf die Strömung der Lebenskraft aus. An einem langgezogenen Hügel wird die Lebenskraft beschleunigt und gerichtet, in einer Mulde stagniert sie.

Die Qualität und vor allem die Intensität der Lebenskraft hängt auch davon ab, wie stark die vier Elemente in Bewegung sind. In einem Wasserfall fließt das Wasser schnell und dynamisch, es hat eine hohe Intensität, in einem See ruht es still und ist weniger intensiv. Die lodernen Flammen eines Kaminfeuers haben eine höhere Intensität als die Flamme

einer Kerze, also ist auch ihre Lebenskraft stärker. In der Landschaft unterstützt die Lebenskraft wie in einem Organismus verschiedenste Abläufe. So versorgen sogenannte Leylinien die Landschaft mit Lebenskraft, sie wirken wie „Adern“. Generell zeichnet sich die Natur durch eine hohe Lebenskraft aus und bietet allen Lebewesen beste Voraussetzungen für ein gesundes und erfülltes Leben. Wenn jedoch beispielsweise auf großen Flächen Monokultur betrieben wird und keine Abwechslung in der Vegetation oder Landschaftsformation vorhanden ist, können sich keine Zonen mit erhöhter Vitalkraft bilden. Als Folge dieser Situation ist dort die Lebenskraft auf einem durchschnittlichen bis niedrigen Niveau. Die sinkende Vitalkraft spiegelt sich auch in der Qualität der Lebensmittel.

Die Lebenskraft

Die Lebenskraft gibt den entscheidenden Impuls für das Leben von Pflanze, Tier und Mensch und ist ihre tragende Kraft. Da die Lebenskraft in der gesamten Natur vorhanden ist, durchdringt sie auch die vier physischen, zunächst unbelebten Elemente, und die Materie gewinnt eine eigene Kraft, die Ausstrahlungskraft. Diese wirkt in umgekehrter Richtung wie der Zustrom der Lebenskraft, weshalb es zum Beispiel Pflanzen möglich ist, entgegen der Schwerkraft emporzuwachsen.

Die Lebenskraft ist also aufbauend und lebenspendend. Wenn sich ein physischer Körper (sei es von Tier, Pflanze oder Mensch) und Lebenskraft gegenseitig durchdringen, entsteht ein empfindliches Gleichgewicht, das wir Leben nennen. Nimmt die Lebenskraft ab, gewinnt die physische Seite Oberhand, und das Leben zieht sich zurück. Es beginnt ein Alterungsprozess, an dessen Ende sich der physi-

sche Körper wieder in die vier Elemente auflöst, aus denen er sich einst mithilfe der Lebenskraft gebildet hatte.

Die Lebenskraft wird von den physischen Elementen angezogen, durchdringt die Materie und bildet ein Lebenskraftfeld. Dieses Kraftfeld reicht über die Gestalt der physischen Materie hinaus und erzeugt eine Aura. Alles Physische – Gesteine wie auch Lebewesen – besitzt ein derartiges Kraftfeld. Es umgibt den physischen Körper; sie wird auch Vitalkraftfeld oder Ätherkörper genannt. Wenn dieses Lebenskraftfeld stark ist und viel Lebenskraft gebunden hat, dehnt es sich aus. Besitzt es weniger Lebenskraft, zieht es sich zusammen. Alle Lebewesen haben solche Lebenskraftfelder. Sie lassen sich jedoch auch bei Landschaftselementen wie beispielsweise Felsen oder Seen beobachten. Lebenskraftstarke Orte haben stets ein großes Kraftfeld, das schon weit vor dem eigentlichen Ort wahrnehmbar ist.



Landschaftselemente

In der Natur existieren Landschaftselemente wie etwa Seen oder Berge. Solche Landschaftsbestandteile sind häufig von einem Element geprägt – Seen vom Element Wasser, Berge vom Element Erde. Aber auch Pflanzen bilden eigenständige Landschaftselemente, beispielsweise als Waldfläche oder ein einzeln stehender Baum auf einer Wiese. Es gibt in der Natur also Landschaftselemente verschiedener Art und Größe. Nach der Analyse von Guntram Stoehr bilden Landschaftselemente ein eigenes Lebenskraftfeld. Außerdem überlagern sich die Kraftfelder dieser Elemente, wodurch die Lebenskraft an einem Ort zunimmt. Dies kann man zum Beispiel am Waldrand spüren, wenn der Wald an eine Wiese grenzt. Je nach Form kann sich die Lebenskraft an einem Ort sammeln oder von ihm fortgeführt werden.

Lebenskraftstarke Orte erkennen

In der Natur gibt es in der Landschaft eine Reihe sichtbarer Anzeichen, die auf Orte mit starker Lebenskraft hinweisen. Treffen zwei verschiedene Landschaftselemente aufeinander, entsteht grundsätzlich ein Bereich mit erhöhter Energie, weil sich hier die Lebenskraftfelder der beiden Landschaftsbereiche überlagern. Dies gilt zum Beispiel für Meeresufer, Waldränder, eine Abbruchkante im Gebirge oder für das Ufer eines Flusses.

Die erhöhte Lebenskraft eines Ortes zeigt sich zudem in der spezifischen Form eines Landschaftselements. Denn diese Form bestimmt die Bewegung der Lebenskraft in der Landschaft und damit ihre Intensität. An einem kegel- oder pyramidenförmigen Berg konzentriert sich zum Beispiel die aufwärts strömende Lebenskraft an der

Bergkuppe und bildet an dieser Stelle einen starken Kraftpunkt. An einem lang gestreckten Bergrücken strömt die Lebenskraft überwiegend in Längsrichtung. Deshalb sind vor allem seine beiden Enden reich an Lebenskraft. Die Form der Landschaft erlaubt also Rückschlüsse auf die Intensität der vorhandenen Lebenskraft.

Wie wir Lebenskraft gewinnen können

Alle Lebewesen wie Pflanzen, Tiere und Menschen stehen in ständiger Verbindung mit der Lebenskraft. Sie ist in der Landschaft auf mannigfaltige Weise vorhanden. Dort durchdringt sie alle Elemente und wird von der Form der jeweiligen Landschaftselemente auf bestimmte Weise beschleunigt und gelenkt. Eine Pflanze nimmt stetig das Element Wasser auf und durch die im Wasser enthaltenen Mineralstoffe gleichzeitig das Element Erde. Auch Tiere und Menschen nehmen diese beiden Elemente über ihre Nahrung auf. Nur wenn sie reich an Lebenskraft ist, wird sie wirklich zu einem „Lebensmittel“. Obst und Gemüse sind besonders wertvoll, wenn sie an lebenskraftstarken Orten wachsen. Lebenskraft wird automatisch bei Aufenthalt an lebenskraftstarken Orten aufgenommen. Es genügt, sich dort eine Weile aufzuhalten. Ein Urlaub an einem Strand, eine Bergwanderung oder ein Aufenthalt an einem See- oder Flussufer werden zu einer besonderen, glückbringenden Erfahrung.

Lebenskraft in zwischenmenschlichen Begegnungen

Wenn Menschen einander begegnen, entsteht zwischen ihnen ein Wechselspiel von Lebenskraft. Wir haben die einzigartige Möglichkeit, durch unser bewusstes Handeln und durch

die Kraft der Gedanken Lebenskraft anziehen und gezielt abzugeben. Zwischenmenschliche Begegnungen sind deshalb immer auch von diesem Wechselspiel der Lebenskraft geprägt. Da der Körper bei diesem Prozess immer auch Lebenskraft abgibt, ist es wichtig, in der Natur gezielt wieder Energie aufzunehmen. Dabei trägt auch jedes der vier Elemente dazu bei, in unserem Körper Lebenskraft anzureichern.

In der nächsten Ausgabe vertiefen wir die verschiedenen Landschaftsformen und in der Winter-Ausgabe widmen wir uns dann den Bäumen als kraftspendende Elemente.



Über den Autor

Guntram Stoehr ist freier Architekt und Buchautor. Er lebt in Deutschland in der Nähe von Freiburg im Breisgau. Vor rund 20 Jahren lernte er die Geomantie kennen, die ihn fortan in seinem Leben begleitet. Seine geomantischen Forschungsreisen führen ihn seitdem in viele Länder.

Auf seinen Indienreisen erlernte er die traditionelle indische Baukunst „Vastu“ und ist heute auch als Vastu-Berater tätig. Sein Wissen über die Kraftfelder der Erde gibt er als Reise- und Seminarleiter sowie in seiner eigenen Akademie für Geomantie und Vastu weiter.

www.architektur-geomantie.com



Die Natur als Kraftort
192 Seiten,
Nymphenburger Verlag, 2020
ISBN 978-3-485-03004-5

Literatur-Tipp

Kraftorte voller Lebenskraft erkennen

Warum fühlen wir uns am Meer oder an einem See mit Blick auf die Berge so wohl? An diesen „Übergängen“ treffen die Lebensströme der Landschaft zusammen. Guntram Stoehr führt seine Leserinnen und Leser an Orte, an denen die Naturenergie am stärksten ist. Er porträtiert lebenskraftstarke Landschaften wie Waldrand, Seeufer, Täler oder Küsten und zeigt, welche Landschaftsbereiche besonders wohltuend sind. Mit diesem Wissen lassen sich gute Orte für das „Waldbaden“ finden, denn nicht jeder Platz ist dafür geeignet. So kann man beim Kraftortbaden von den unsichtbaren Kräften der Erde und des Kosmos profitieren.

