

Die Erdchakren an den Externsteinen

Als Chakren werden Kraftzentren im menschlichen Körper bezeichnet, die die Energieströme impulsieren und transformieren. Diesen Begriff von Chakren hat der Geomant Gregor Arzt in seinem Buch „Chakren der Erde - Spiegel der Menschheit“ auf die Erde angewendet und an einer Fülle von Beispielen ausführlich und detailliert beschrieben. Mit seinem Ansatz habe ich versucht, die Chakren im Gebiet der Externsteine zu finden und zu beschreiben.

Nach Gregor Arzt gliedert sich die Erde in geistige Einheiten, auch als Holon bezeichnet, z.B. Wohnung, Garten, Stadt, Land usw. die ineinander liegen und sich zum Teil auch überlappen. Jedes Holon stellt einen Organismus dar, der alle Chakren enthält. Zur Charakterisierung der Chakren existiert eine umfassende Literatur. Deshalb will ich hier nur diejenigen Aspekte herausgreifen, die für meine Beobachtungen relevant sind¹:

- das **Kronenchakra** über dem Kopf, das die Verbindung zum Kosmos und zur geistigen Welt herstellt. Körperorgan: Fontanellen.
- das **Stirnachakra** an der Stirn, das mit dem „Dritten Auge“ die Außenwelt neu wahrnimmt: Denken; Begriffe bilden, Vorstellungen, ich kenne nur einen Teil der Wahrheit.
- das **Kehlkopfachakra** beim Kehlkopf; Stimme; Wörter finden, Mut, sich zu äußern, sich mitteilen.
- das **Herzachakra**, das wie das Herz als Wärmeorgan mit dem Blut den Austausch zwischen Zentrum und Peripherie belebt; Organ der Liebe.
- der **Solarplexus**, der um den Bauchnabel herum liegt, wo die Verdauung, d.h. der Stoffwechsel, stattfindet. Hier wird die von außen aufgenommene Materie bzw. Energie in eigene Materie bzw. Energie umgeformt. Körperorgane: Magen, Dünndarm, Galle. Seelisch: Lust / Unlust; Sympathie / Antipathie
- das **Sakralchakra** bei den Geschlechtsorganen: Körperlich: Blase, Fortpflanzung, Sexualität, Ausscheiden von Flüssigkeiten.
- das **Wurzelchakra** bei den Beinen, mit denen wir auf der Erde stehen und uns fortbewegen. Körperorgan: Beine, Muskeln, der Leib wird ergriffen.

Weitere Kraftzentren sind:

- **Ying** und **Yan**, männliche und weibliche Energie
- die **Weiß**, **Rote** und **Schwarze Madonna**, etwa: das junge Mädchen / die Amazone, die Mutter, die weise alte Frau,

Wie fühlt man ein Erdchakra?

Ein Erdchakra ist ein Ort in der Natur oder in der Stadt, den man als geschlossenen, geschützten Raum wahrnimmt, wie einen Tempel in der Natur oder einen Heiligen Raum. Man fühlt sich dort geborgen, weit weg vom Alltag, der einen sonst nicht zur Ruhe kommen lässt. Manchmal suchen wir solche Orte in der Natur auch unbewusst auf, weil wir uns dort besonders gut entspannen können. Diese Orte haben jeweils eine besondere Stimmung und Atmosphäre, die von Ort zu Ort unterschiedlich ist und die ich für die Chakren an den Externsteinen beschreibe.

Da man als unerfahrener Mensch seine äußere, physische Umwelt meistens seelisch nicht besonders differenziert beobachtet und reflektiert, braucht man häufig etwas länger, um die feinen, unterschiedlichen atmosphärischen Schwingen solcher besonderen Orte zu erfüllen. Um uns dafür zu sensibilisieren, hat uns Gregor Arzt auf seinen Einführungsseminaren sogar

¹ Die zitierten Merkmale für die Chakren stammen von G .Arzt und Mitschriften mehrerer Seminare von Jaap van den Weg.

90 Minuten an einem Chakra meditieren lassen. Er nannte das Kalibrieren, d.h., ein Messgerät so einstellen, dass es exakt misst.

Mit welchen Kriterien kann man die Erdchakren beschreiben?

Zur Beschreibung der Chakren verwende ich Leitfragen, die zu schönen, reichen und tiefen Wahrnehmungen führen:

Beobachtung des eigenen Körpers:

- *Welche Körperteile spürt man besonders intensiv?*
- *Gibt es Ströme, die durch den eigenen Körper fließen? Zum Beispiel die Wirbelsäule hinauf oder hinunter.*
- *Verkrampfen sich bestimmte Körperteile?*
- *Harmonisieren sich bestimmte Körperteile?*

Beobachtung der eigenen Gefühle und Gedanken:

- *Über welche Themen denke ich plötzlich nach?*
- *In welcher Reihenfolge kommen mir die Themen oder Gedanken in den Sinn?*
- *Welche Gefühle habe ich plötzlich?*
- *In welcher Reihenfolge kommen mir die Gefühle ins Gemüt?*

Wahrnehmung des Raums um mich herum:

- *Wie tief kann ich in den Boden hinunter fühlen?*
- *Wie hoch kann ich in den Himmel hinauf fühlen?*
- *Wie weit kann ich zur Seite bzw. nach vorne fühlen?*
- *Fühle ich mich mit der ganzen Welt verbunden?*
- *Fühle ich mich in einer Blase oder einem Schutzraum?*
- *Kann ich frei mit meiner Umgebung kommunizieren?*

Bewegungen im Raum um mich herum:

- *Ist in dem Raum Bewegung?*
- *Ist der Raum eher starr und unbeweglich?*
- *Interessiert sich der Raum für seine Umgebung?*
- *Oder interessiert sich der Raum nur für den Himmel? Oder nur für die Erde?*
- *Ist die Energie impulsiv oder gleichmäßig?*
- *Ist die Stimmung harmonisch oder konfrontativ?*
- *Will der Ort, dass ich etwas tue?*
- *Erwartet der Ort etwas von mir?*
- *Ist der Ort auf seine Umgebung gerichtet oder lebt er unabhängig von seiner Umgebung?*
- *Ist die Beziehung des Ortes zu seiner Umgebung ein Geben und Nehmen? Oder nur ein Geben oder nur ein Nehmen?*

Wenn ich mit diesen Leitfragen die Atmosphäre eines Ortes charakterisiere, bekomme ich eine Vorstellung von derjenigen geistigen Wesenheit, die in diesem Ort lebt. Mir erscheint der Geist des Ortes, der Genius Loci.

In diesem systematisierenden Zugang zu den Erdchakren drückt sich meine Persönlichkeit aus. Gregor Arzt als Geomant und Wortkünstler brachte seine geistigen Erlebnisse in wunderbaren Gedichten zum Ausdruck. In ihnen deutete er teilweise sehr feine spirituelle Erfahrungen an, die mein relativ grobes Fragenschema überhaupt nicht erfasst.

Die Kronenchakren

An diesen Heiligen Orten scheint man wie vom Himmel aufgehängt zu schweben, ohne den Boden zu berühren. Kronenchakren wirken wie geistige Fixpunkte auf der Erde. Man steht in ihnen als Empfänger einer kosmischen Botschaft für die Wesen auf der Erde.

Ich habe insgesamt vier Kronenchakren gefunden, auf die diese Charakterisierung zutrifft. Bei genauerer Betrachtung fanden sich kleinere Unterschiede zwischen ihnen, die mir für diese Arbeit nebensächlich erschienen.

Für jedes Chakra habe ich einen Screenshot vom Navigationsgerät³ angegeben, auf dem man meine Position erkennt, wenn ich im Chakra stehe, und ein Foto des Ortes von außen. So kann man die Orte schnell in der Natur wiederfinden.

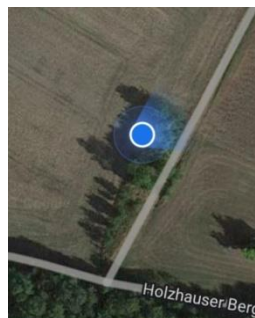
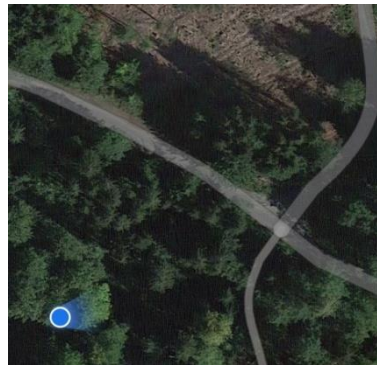
1. Am Bärenstein



2. Am Bestattungswald

3. Beim „Wandergelände Kleiner Rigi“

Dieses Kronenchakra ist so mächtig, dass dort keine Bäume mehr wachsen und eine Lichtung entstanden ist.



4. Holzhauser Berg

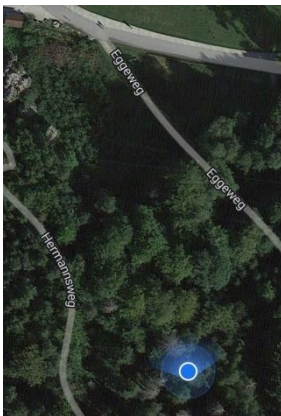
³ Für die Screenshots habe ich den Google Navigator auf dem Handy verwendet.

Das Stirnchakra

Ein heiliger Raum umgibt mich wie eine Schutzhülle ohne Anbindung an den Himmel und an die Erde. Ich habe mein Zentrum in mir und suche mir mit der Stirn die Orte in der Außenwelt, die ich verändern will.



Das Kehlkopfchakra



Das Kehlkopfchakra befindet sich auf dem Felsen Nummer 7. Hier hat man einen weiten Überblick über die Landschaft, es gibt keine Widerstände



und die Landschaftsstimmung fordert dazu auf, eine Frohe Botschaft in die weite Welt zu rufen, weil die Welt darauf wartet.

Das Herzchakra

Im Herzchakra, direkt vor den Externsteinen, fühlt man sich unmittelbar vital verbunden mit dem gesamten Holon, d.h. dem geistigen Gebiet der Externsteine. Ständig strömen von außen Impulse in das Herzchakra, die das Herzchakra neu belebt, in einem vitalisierenden Kreislauf stärkt und an andere Kraftorte der Externsteine weiterleitet.



Solarplexus



Der Ort am Seeufer direkt oberhalb des Weges ist so unauffällig, dass man einfach an ihm vorbeiläuft. Das Zentrum ist im Loch von der Wurzel eines umgestürzten Baums. Ich stehe wie in einer Blase nicht fest auf dem Boden, ohne Kontakt zum Himmel, in einem Raum aus einer helleren und leichteren Atmosphäre. Außerhalb ist die Atmosphäre fester und gröber, sie



diffundiert fast unmerklich in den Innenraum, wird verarbeitet und gereinigt und dringt dann wieder in den Außenraum zurück - ein stiller, aber konstanter Verarbeitungsprozess, der vermutlich die Atmosphäre im Holon der Externsteine stärkt und reinigt.

Die Sakralchakren



Zwischen dem Schliepsteinweg und dem kleinen namenlosen Weg beginnt ein kleiner Sieden, d.h., ein kleines Tal, in dem bei feuchtem Wetter ein Rinnsal aus dem Boden quillt. In der unter Laub verborgenen Quelle dieses Rinnsals liegt versteckt ein Sakralchakra. Tritt man durch das Laub in den nassen Quelluntergrund, bekommt man einen nassen Fuß und erfährt plötzlich die ganze astralische Stärke dieses Sakralchakras, das einen nicht nur wach rüttelt, sondern mit ungeahnter Energie auch über sich hinaus in den Himmel katapultiert: die vitalenergetische Ausatmung.



Das zweite Sakralchakra liegt auf einer Inselgruppe im Unteren Teich, hier blau-rechteckig markiert. Eine große Spannung, die sich nicht



entladen kann, besteht meiner Meinung nach zwischen den Baumgruppen auf dem Wasser einerseits und dem Ufer andererseits.

Diese Spannung kann sich nicht entladen, weil die Pole durch das Wasser getrennt sind: die vitalenergetische Einatmung.



Das Wurzelchakra

Das Wurzelchakra befindet sich auf der nördlichen Seite des Unteren Teichs, hier rot-rund markiert. In ihm fühlt man sich wie schwebend auf einem Krater, der sich unter einem öffnet und tief in die Erde reicht. Aus diesem Krater strömt Erdenenergie in unsere Welt.

Yang - die männliche Energie

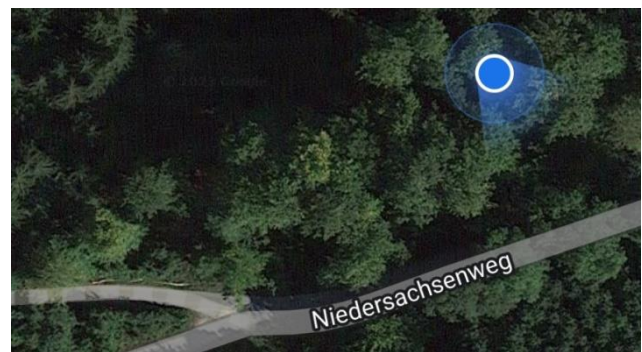
Die Pflanzen und Bäume wachsen ohne Blätter gerade nach oben und bekommen Blätter erst ab 2-3 m Höhe, oder sie sind umgestürzt und haben keine Blätter mehr. Es wirkt so, als ob



die Bäume erst durch eine feste und dichte Atmosphäre am Boden mit viel Kraft hindurchwachsen und sich senkrecht vom Boden abstoßen müssten. Dieser Ort ist voller Willenskraft, die wie mit eisernen Stangen die Schwerkraft der Materie überwindet. Das Zentrum liegt etwas oberhalb des Erdbodens, die Kraft reicht aber in die Erde hinein.

Yin - die weibliche Energie

In dieser heiligen Baumkathedrale leben Weichheit und Lebendigkeit. Immer neue plastische Wellen durchziehen sie blasenförmig in alle Richtungen. Neue Formen und Bewegungen quellen aus sich selber hervor: ein einziger Lebensquell.



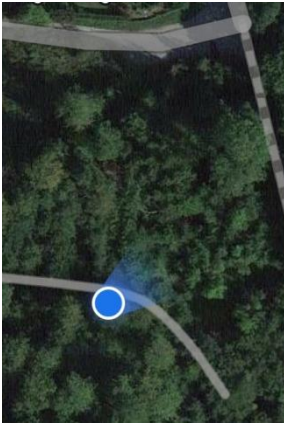
Die Weiße Göttin.

Hier fühle ich mich in einem harmonischen Ausgleich mit der ganzen Welt. Dieser Ort vermittelt mir Ruhe, Glückseligkeit und seelische Zufriedenheit. Ich bin mit der ganzen Welt verbunden und jedes



Detail der Welt steht in einem harmonischen Verhältnis zu mir, so als würde ich jetzt im Fluchtpunkt der Schöpfung stehen. Ich impulsiere sie und sie impulsiert mich und wir können ewig so leben.

Die Rote Göttin



Eine große nasse Pfütze, in der sich das vom Berg herunter fließende Wasser sammelt und nicht weiter hinab fließt. Die Rote Göttin bildet einen geschützten Heiligen Raum, indem sie sich in eine große Pfütze aus unbegehbarem Matsch und verwelkten Blättern stellt. Sie hält das herabfließende Regenwasser auf, um es später, im Sommer, den Pflanzen zu spenden. Sie ist der Quell des Lebens für ihre Umwelt.



Die Schwarze Göttin

Ein kleiner Hügel im Wald mit einem verlassenen Feuerplatz, der zur inneren Einkehr einlädt. In dieser Abgeschiedenheit verbrennen lebendige, wachsende Pflanzen zu formloser, aber ewiger Asche, so wie die schwarze Göttin alle Sorgen der Menschen aufnimmt und zu einem neuen Impuls veredeln will.



Wie auf den meisten Untersuchungen von Gregor Arzt liegen auch bei den Externsteinen die Drei Göttinnen auf einer Achse.



Welche Funktion haben die Chakren?

Über die Funktion der Chakren innerhalb eines Holons macht Gregor Arzt in seinem Buch keine Aussagen. Man kann feststellen, dass die Chakren häufig auf Achsen oder Bögen liegen, die sich schneiden. In der folgenden Karte habe ich immer dann eine Achse eingezeichnet, wenn **mindestens drei** Chakren auf einer Geraden liegen.

- Die *Drei Göttinnen* bilden eine Achse.
- Zwei Kronenchakren verbinden über einen Bogen Solarplexus, Herzchakra, Sakralchakra und Wurzelchakra.
- Die übrigen drei Achsen werden von einem oder sogar zwei Kronenchakren aufgespannt. Offensichtlich stellen die *vier Kronenchakren* am Rande des Holons Fixpunkte für alle Achsen dar.

Fast überall in Europa beobachtet Gregor Arzt „eine leichte Schräglage in der Ost-West-Richtung hin zu Ost-Nord-Ost und West-Süd-West“⁴ Die an den Externsteinen beobachtete Schräglage der Achsen passt also zu den Beobachtungen von Gregor Arzt.0

Dr. Nicole Jeannette Heidorn

⁴ Gregor Arzt, Chakren der Erde, Urachhaus 2019, S.34.

