



AHNEN &
AHNINNEN HEILUNG

AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



DIE WURZELN DER AHNEN & AHNINNEN

"Eines ist klar: Das Leben schickt uns mit etwas Unerledigtem aus der Vergangenheit vorwärts." - Mark Wolynn

Wir haben eine lange Tradition im Umgang mit unseren Ahnen und Ahninnen. Praktisch jede Kultur hat eine Tradition die Ahnen & Ahninnen in das Leben miteinzubeziehen.

Vorchristlich als auch christliche Traditionen beziehen den Ahnenkult mit ein. Friedhöfe mit Kerzen, Allerheiligen und Allerseelen und zuhause die Kerze für den/die Verstorbene/n als Andenken.

In der römisch-katholischen Kirche herrschte über Jahrhunderte der Glaube ans Fegefeuer in der Gesellschaft. Jeder Gläubige fürchtete, dass er nach seinem Tod dorthin kommt, damit seine Seele geläutert wird. Jeder wusste auch, dass seine Vorfahren in dieses Fegefeuer kamen und dass er deshalb für seine Toten beten muss, um deren Aufenthalt an diesem unfreundlichen Ort zu verkürzen. (pure Angstmache...)

In den Wappen sind Tiere teil der Wurzeln der Ahnen & Ahninnen. Stämme oder Gruppierungen von Menschen erzählten sich herausragende Geschichten und nahmen symbolisch dann ein Tier, um diese Geschichte sichtbar zu machen. Zum Beispiel in Österreich der Doppeladler. Der Doppeladler ist ein Symbol des dualen Prinzips wie Ost–West oder Reichshälften und die Mehrflügeligkeit, zB. als „besonders umsichtiger, vieräugiger Wächter“ zu deuten.



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



DEINE AHNEN & AHNINNEN

Was sind Ahnen & Ahninnen?

Alle deine biologischen Vorfahren, auch jene von denen du die Namen nicht kennst, oder nicht weißt, dass sie existiert haben.

Damit du auf die Welt kommen konntest, gab es zuvor unglaublich viele Menschen, die sich mit der Geburt eines Kindes wieder weiter fortgepflanzt haben. Sie alle sind als deine Bluts-Ahnen & Ahninnen mit dir verbunden.

Bis zur 7. Generation vor dir, sind es 254 Personen deiner Familie und damit verbundene Talente, Fähigkeiten, Charakterzüge, Lebensgeschichten, Lasten, Glücksmomente und vieles mehr.

DIE AHNEN & AHNINNEN DEINER VORLEBEN

Auch mit den Ahnen und Ahninnen deiner Vorleben bist du, manchmal mehr, manchmal weniger – je nach Lebensphase – verbunden. Sie kommen in unseren Träumen, Visionen und geführten Ritualen, Meditationen zu uns.

Wenn du starkes Interesse an einer Kultur in diesem Leben hast, kann der Grund in einem Vorleben in dieser Kultur liegen.



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



GEISTIGE AHNEN & AHNINNEN

Manche nehmen auch die geistigen FührerInnen und MeisterInnen als geistige Ahnen & Ahninnen hinzu.

Beispiel:

Du warst in einem früheren Leben ein Mönch und hast Einweihungen zu bestimmten Gottheiten, wie Chenrezig erhalten.

Dann kann es sein, dass du in einem deiner nächsten Leben, wieder den Buddhismus und die Chenrezig Einweihung suchst, weil du die Verbindung vermisst zu dieser Gottheit.

Oder du hast Träume, wo du dich in einer Meditationshalle siehst, mit anderen Mönchen zusammen, meditierend, du hörst die Mantren, die Musik und spürst, den inneren Frieden.

Oder du fängst zu weinen an, sobald du an ein bestimmtes Land denkst, wenn du dir vorstellst, dort den Boden zu betreten.

Du findest die MEDITATION dazu im Mitgliederbereich.

ZEITLINIEN

Unsere früheren und jetzigen Leben laufen gleichzeitig vertikal und horizontal ab.

Das bedeutet einerseits gibt es die Leben nacheinander und gleichzeitig laufen sie vertikal in diesem Moment ab.

ÜBUNG:

Probiere es aus und verbeuge dich zuerst vor deinen Leben, die vorher passiert sind (Horizontale Linie) – lege dich lang ausgestreckt auf den Boden und sage:

„Ich erkenne dein Schicksal, deine Entscheidungen an und verbeuge mich aus tiefem Respekt vor dir. Ja, so ist es.“



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



Dann verbeuge dich vor der vertikalen Linie deiner Leben und sage denselben Satz.

Dann vergleiche, was dich mehr berührt hat.

Somit weißt du, mit welcher zeitlichen Linie du aktuell mehr verbunden bist.

Es bringt dir einfach für deinen Kopf mehr Klarheit und Ausrichtung.

DER SEGEN DER AHNEN & AHNINNEN

Wenn du den Segen deiner Ahnen & Ahninnen ungebrochen zu dir fließen fühlst, ist das ein sehr erhebendes und stärkendes Gefühl.

Die Ahnenlinie kann in verschiedenen Lebensbereichen gebrochen sein. Manchmal hat es Auswirkung auf dich und manchmal nicht. Je nachdem, wo du dich gerade in deinem Leben befindest und welche Themen gerade für dich wichtig sind.

Es kann sein, dass wenn du dir einen neuen Bereich erschließen willst (zB mehr Geld verdienen) und es funktioniert nicht so, wie es du dir wünschst. Dann kann es sein, dass ein Ahne, eine Ahnin mit dem Thema Geld eine karmische Last auf dich gegeben, hat, damit du sie lösen kannst und damit die Linie heilst. Bis das Thema der Ahnin, des Ahnen nicht geheilt ist, versanden alle versucht, finanziell stabiler zu werden oder mehr Geld zu verdienen. Dasselbe gilt für alle anderen Bereich des Lebens – Beziehungen, Gesundheit...etc



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



ÜBUNG: DER SEGEN DER AHNEN & AHNINNEN

Zünde dir 2 Kerzen an.

Stelle dich hin und die Kerzen stehen hinter deiner rechten und deiner linken Schulter.

Stelle dir vor, wie dein Vater die Hand auf deine rechte Schulter legt.

Deine Mutter legt in deiner Vorstellung die Hand auf die linke Schulter.

Hinter deinen Eltern stehen viele Ahnen und Ahninnen.

Stelle dir vor, wie die Liebe, Licht und Segen von all diesen Ahnen und Ahninnen zu dir fließt.

Fülle dich auf mit der Energie und dem Segen deiner Ahnen und Ahninnen.

Sollte kein Energiefluss spürbar sein, ist die Linie irgendwo gebrochen.

Und dann kannst du testen, in welcher Linie, welche Generation hier eine Last oder ähnliches trägt.

Das Testen lernst du in der Session „Emotionen und Blockaden lösen“



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



VERSÖHNUNG MIT DEN AHNEN & AHNINNEN

In jedem Leben geht es auf und ab. Es werden unangenehme Entscheidungen getroffen und nicht jeder ist mit diesen zufrieden.

Wenn du beginnst, mit den Ahnen & Ahninnen zu arbeiten, geht es darum, dass du ganz bewusst deinen Platz im Familiensystem einnimmst.

Deine innere Haltung sollte sagen: „Ich sehe was passiert ist und akzeptiere es.“

Das bedeutet nicht, dass alles gut finden musst. Du sagst nur, dass du es siehst und bejahst, dass es so war. Du kannst es sowieso nicht mehr ändern.

Jede/r hat seine eigene Lebensgeschichte, Umstände und Kulturkreise, auch wenn wir glauben, wir haben das Recht andere zu be- und verurteilen – wir wissen immer nur einen Bruchteil. Die Frage nach einem „Was wäre, wenn dies oder das nicht passiert wäre...?“ ist in Bezug auf die vergangenen Lebensgeschichten nicht zu stellen und es stellt die Entscheidungen der AhnInnen in Frage. Mit „Ja, es war so.“ gibst du eine Anerkennung für deine AhnInnen, dass bedeutet nicht, dass du allem zustimmen musst. Auch habe manches erst 30 Jahre nach einer Situation mit meinen Eltern erfahren, erst dann verstanden, konnte es nachfühlen. Deshalb habe ich mir eine Art innere Flexibilität angeeignet. Schon mit Grenzen, aber man weiß nie, was im Hintergrund alles abgelaufen ist.

ÜBUNG:

Stelle dir ein paar Sessel hin und belege die Sessel mit den Ahnen oder Ahninnen mit denen du in Kontakt gehen möchtest.

Ein Sessel steht für dich.

Sprich mit den Personen und erkläre ihnen wie es dir geht und was du möchtest.

Dann setze dich auf den Sessel der Ahnin oder des Ahnen mit dem du gesprochen hattest. Blicke auf deinen Sessel und spüre die innere Haltung, die Worte, Bilder des/der AhnIn. Setze das Gespräch fort, bis du merkst, es bewegt sich etwas. Etwas verändert sich.



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



DAS GENOGRAMM

Nachfolgend findest du einen Baum mit Feldern zum Ausfüllen. Deinen Stammbaum sozusagen.

Ich weiß der Platz wird nicht reichen, und du kannst dir auf einem Blatt Papier, deine eigene Familienstruktur erstellen.

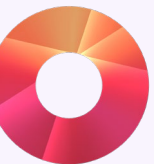
Finde deine Symbole für die verschiedenen, ausgegrenzten Personen deiner Familie.

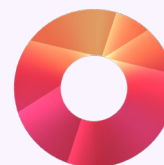
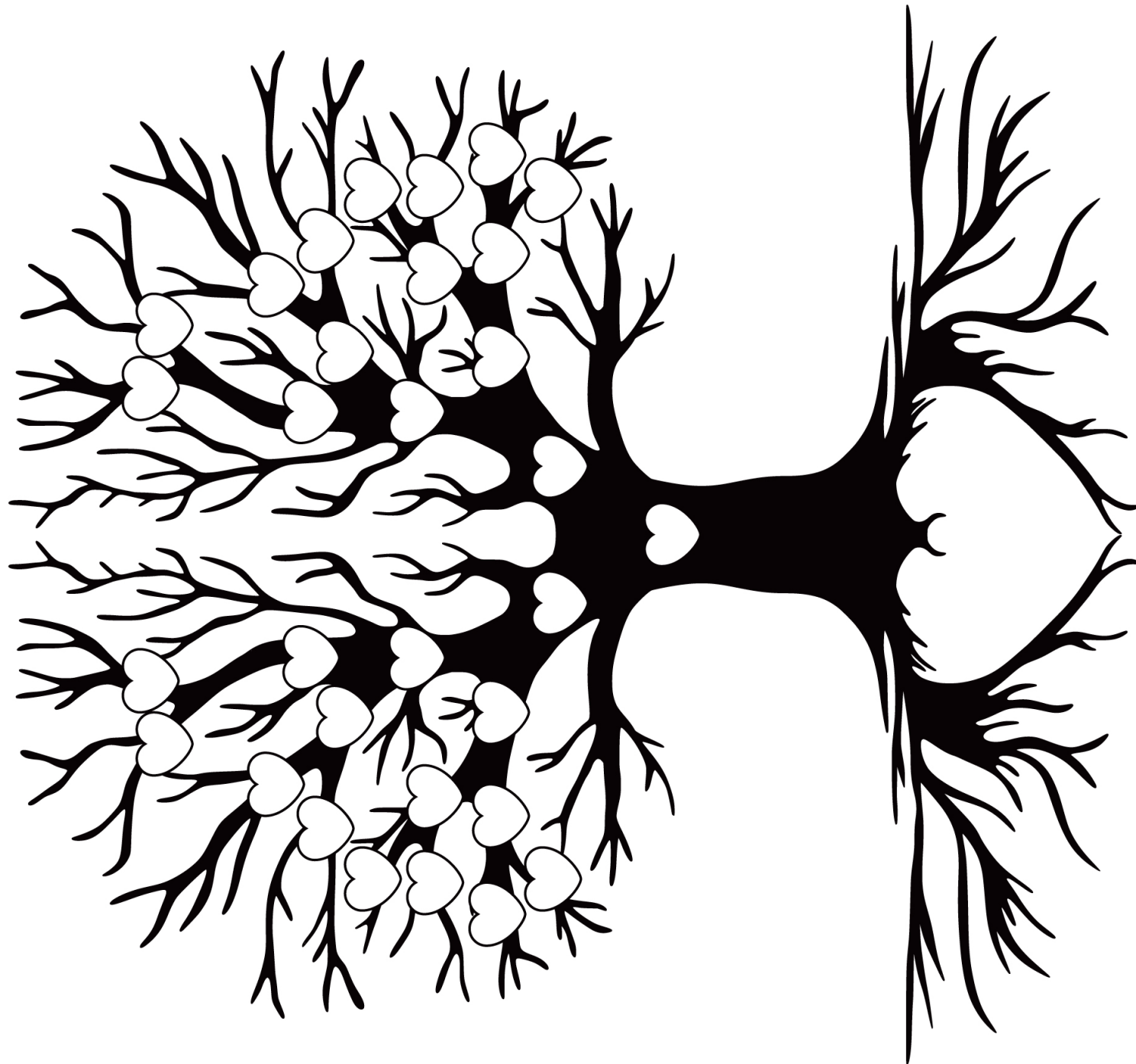
Vergiss bei den Frauen nicht zu testen, wieviele Babys oder Kinder gar nicht auf die Welt gekommen sind, oder früh gestorben sind, und leis dir den Teil mit den Ausgestoßenen aus der Familie durch.

Auch hier ist es wichtig zu Testen, ob jemand fehlt, von dem niemand weiß.

Hier gibt's noch einen Link für ein Online Genogramm:

<https://qwoach.com/tools/genogram>





AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



DIE AUS DER AHNENFAMILIE GEFALENNEN

In jeder Familie gib es Menschen die unbequem waren, die man ausgestoßen hat oder gar nicht erwähnt wurden. Ich erinnere mich an eine Geschichte von einem Nonnen-Kloster im späten Mittelalter – bei Ausgrabungen wurden die Skelette von 753 Neugeborenen gefunden.

Manche Seelen wünschen sich einen Ort um zur Ruhe zu kommen - einen Abschied, und dass man sich ab und zu an sie erinnert. Andere wieder wollen ein Ritual um wieder an ihren rechtmäßigen Platz zu kommen.

Du kannst Kinesiologisch austesten, ob eine Seele im deinem Ahnenbaum fehlt und dann kannst du zusätzlich ein kleines Ritual dafür machen.

RITUAL FÜR SEELEN DIE NOCH KEINE RUHE GEFUNDEN HABEN:

Wenn du weisst, welche Person du Frieden geben möchtest, nimm einen Stein, bei dem du etwas spürst. Eine Verbindung zu dieser Seele. Du spürst das. Wenn du dir unsicher bist, kannst du auch zwei Steine nehmen und vergleichen, was du fühlst.

Dann gehst du zu einem Baum oder einen Ort, der dir passend vorkommt. Du nimmst, etwas Zucker, Wein und Milch und beerdigst diese Seele in Form dieses Steins. Du sprichst oder denkst ein paar Worte in Andenken an dieses unbekannte oder bekannte Wesen. Bedanke dich bei ihr, dass sie Teil deines Ahnenbaum ist und verbeuge dich innerlich (oder äußerlich) vor ihrem Schicksal.



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



UNGEBOREN GESTORBENE

Wenn die Eizelle befruchtet wird, teilt sich die Eizelle mehrmals. Und es kann passieren, dass eine Eizelle nach kurzer Zeit stirbt. Auch dies ist systemisch von Bedeutung.

Wenn Menschen Depressionen haben oder immer auf der Suche sind, kann hier die Ursache liegen.

FRÜHGEBOREN GESTORBENE ODER TOTGEBORENE

Babys die geboren werden, aber nicht überlebensfähig sind, weil es zu früh war.

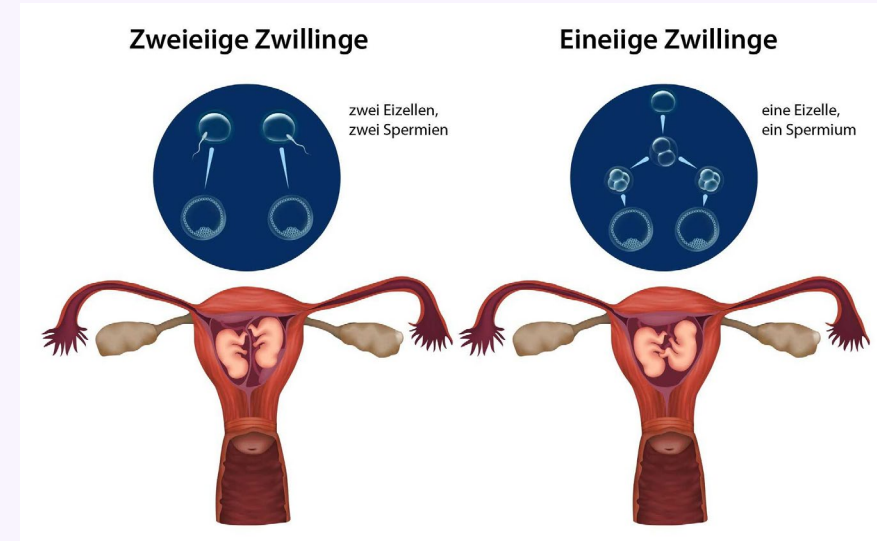
Ein Abgang des Fötus kann schon nach ein paar Wochen passieren.

VERMISSTE

Durch Kriege oder berufliche Umstände

VERLEUGNETE

Wenn eine Frau als Prostituierte arbeitete wurde sie von der Familie verleugnet und ausgrenzt. Es gibt viele Beispiele für die Tabus von Familien, die zur Verleugnung führen können.



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



VERBANNT

Aus dem Clan, der Familie, dem Dorf, Stamm verbannt, wegen Diebstahl, unrechtmäßigen Handlungen, Pflichtverletzungen, etc.

UNEHELICHE MENSCHEN, DIE VON DER FAMILIE VERLEUGNET UND AUSGEGRENZT WORDEN SIND

Früher wurde die Mutter für ein uneheliches Kind häufig geächtet. Das Kind erfuhr ebenfalls Verachtung und wurde nicht selten weggegeben oder ausgesetzt.

Es konnte sein, dass der Vater eines unehelich gezeugten Menschen gar nicht bekannt gegeben wurde. Vielleicht hatte die Mutter Angst oder war von niedrigeren Standes. Vielleicht hat die Mutter später geheiratet und weitere Kinder bekommen, und so wurde diese frühere Episode oder Affäre schnell vergessen.

Das bedeutet nicht, dass es dem ersten Kind schlecht ergangen ist, aber es fehlt im System der Vater.

SELBSTMÖRDER

die Tatsache wurde verdrängt oder aus religiösen Gründen „vergessen“

MENSCHEN MIT BEHINDERUNG ODER PSYCHISCH KRANKE

wurden früher kategorische abgeschoben, es wurde über diesen Menschen nicht mehr gesprochen und sie wurden vergessen.



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



AUSWANDERER

Die waren einfach zu weit weg, als dass man sich weiter an sie erinnerte.

HOMOSEXUELLE

wurden oft ausgestoßen aus der Familie.

EINE ANDERE RELIGION

Wenn jemand eine andere Religion annahm, wurde er/sie von der Ursprungsfamilie verstoßen



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



DU BRAUCHST FÜR DIE RITUALE:

Genügend Platz am Boden oder auf einem großen Tisch

30 Teelichter oder Steine oder Zettel

einen größeren Stein, der alte Energien aufnehmen kann

Vielleicht noch zusätzlich ein paar Teelichter ;)

Einen oder zwei besondere/n Stein/e oder eine besondere Kerze

FÜR DICH EIN WENIG SPÄTER NACH DEM RITUAL:

Milch, Zucker, Wein, Blumen



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



RITUAL - HERAUSGEFALLENE PERSONEN INS AHNENFELD ZURÜCKHOLEN

★👉 Suche dir einen Stein, der all die Ausgestoßenen deines Ahnenfeldes repräsentiert. Du kannst auch 2 Steine nehmen und dann in jede Hand einen nehmen.

★👉 Wasche und räuchere ihn. Frage den Stein ob er bereit ist, diese Energien aufzunehmen.

★👉 Mach den Raum gemütlich, mit einer Kerze, einem schönen Tuch auf einem Tisch, ein paar Blumen. Lege dir Milch, Zucker und Wein für das spätere Eingraben des Steines zurecht.

★👉 Räuchere und lade Himmel und Erde, die 4 Himmelsrichtungen ein, dich hier zu unterstützen.

★👉 Komme zur Ruhe, atme und überlasse dich einfach deinen inneren Bildern.

★👉 Dann mache dir bewusst, um was es jetzt geht: Du willst all die Menschen in den Kreis Ihrer Vorfahren zurückholen, die ausgestoßen, verdrängt oder vergessen wurden.

★👉 Vertraue, dass die Engel, Buddhas und MeisterInnen beistehen.

★👉 Spüre den Stein in deiner Hand und fokussiere dich ganz in Ruhe auf all die Menschen, die zu deinem Ahnenfeld gehören, aber nicht gewürdigt, nicht geachtet, ausgestoßen, vergessen, an den Rand gedrängt wurden. Es ist egal, ob diese Menschen aus deiner väterlichen oder mütterlichen Linie stammen. Ebenso gleichgültig ist es, aus welcher Generation sie kommen.

★👉 Sammle jetzt einfach all diese Menschen in deinem Bewusstsein und lassen diese Energie in den Stein in deiner Hand fließen.



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



★👉 Bitte darum, dass all diese Ausgestoßenen mit diesem Ritual über dein Bewusstsein und über diesen Stein ihren rechtmäßigen Platz im Feld zurückbekommen.

★👉 Fühle wie sich dein Ahnenfeld JETZT vervollständigt.

★👉 Lege nun den Stein auf den Tisch legen.

★👉 Stelle dir eine Lichtsäule vor, die Himmel und Erde verbindet und du stehst inmitten dieser Lichtsäule.
Lass diese Lichtsäule so groß werden, dass der Stein in dieser Lichtsäule ist.

★👉 Lass goldenes Licht durch den Stein fließen.

★👉 Bitte darum, dass all die Vergessenen, Ausgestoßenen, Verbannten in diesem Licht rehabilitiert werden und ihren Platz im Ahnenfeld erhalten.

★👉 Nimm dir Zeit dies zu fühlen.

★👉 Wenn du merkst, dass sich das Ritual seinem Ende zuneigt, dass alle Ahnen ihren ordnungsgemäßen Platz gefunden haben und die ihnen gebührende Wertschätzung aus dem göttlichen Licht annehmen konnten, lasse in deiner Vorstellung dieses Licht von Himmel und Erde allmählich weniger werden.

★👉 Danke allen Kräften, die dich bei diesem Ritual unterstützt haben, und lösche am Ende die Kerze.

★👉 Sitze noch einige Minuten still, um nachzuspüren, was gerade passiert ist



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG

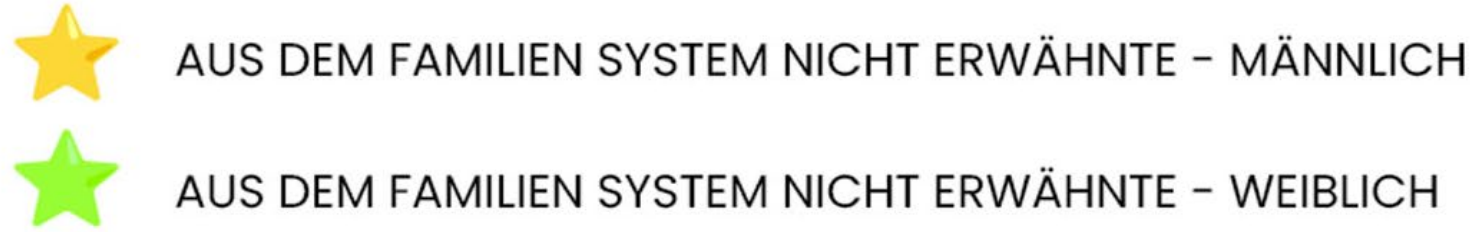
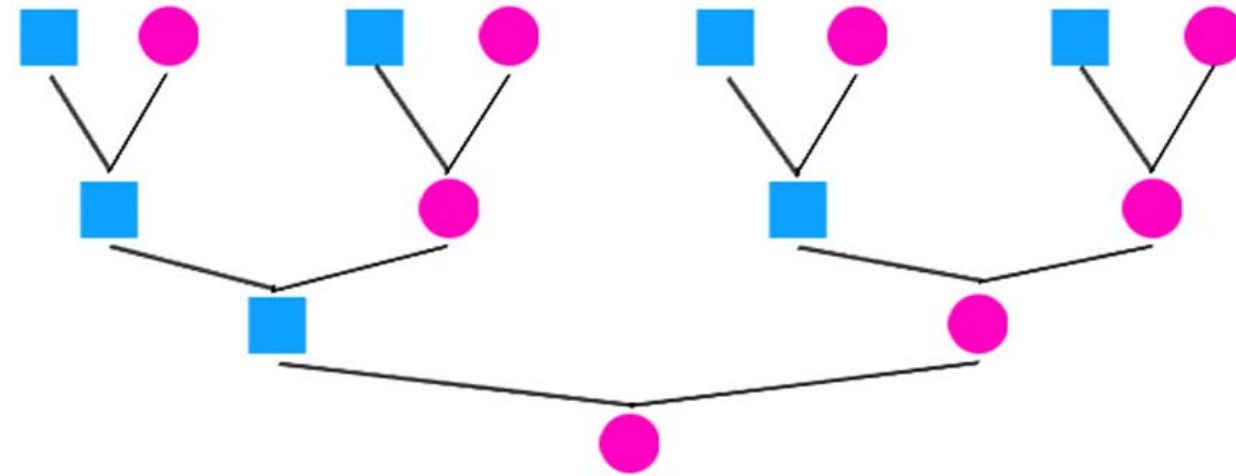
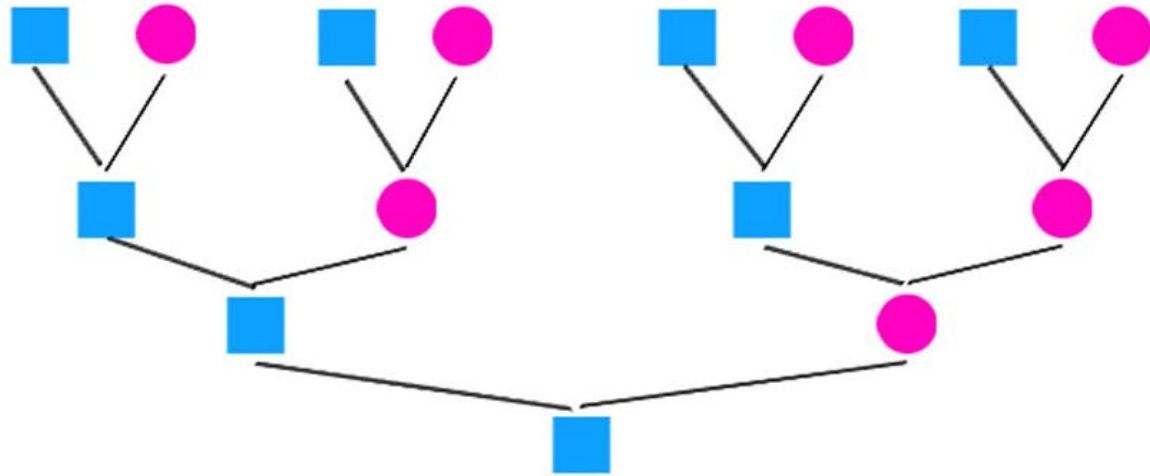


★👉 Du kannst den Stein ein paar Tage liegen lassen oder ihn in die Erde eingraben und als Gaben für Mutter Erde, Milch, Zucker und etwas Wein in das Erdloch zu dem Stein geben.

Beobachte die nächsten Tage, ob sich Gefühle, Situationen anders anfühlen, ob etwas leichter geworden ist.



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



RITUAL UM LASTEN ODER PÄCKCHEN DER AHNEN & AHNINNEN ZURÜCKZUGEBEN

Wir kommen, wie ein (fast) unbeschriebenes Blatt auf diese Welt und aus Liebe und Mitgefühl zu unseren Ahnen & Ahninnen, nehmen wir ab und an eine Last an. Manchmal unbewusst, manchmal bewusst.

Wir dürfen diese Lasten wieder zurückgeben und unseren Ahnen & Ahninnen ihr Schicksal zumuten. Wenn wir etwas abnehmen, glauben wir helfen zu müssen, und machen damit auch die andere Person kleiner, weil wir ihr ihr Schicksal nicht zumuten. Aber, wir dürfen und müssen, diese Last wieder an ihren Platz zurückgeben.

Du brauchst für dieses Ritual 30 Kerzen, oder Teelichter, Steine oder Zettel PLUS einen größeren Stein, der alte Energien aufnehmen kann. Es ist aber besser, wenn du dir mehr Teelichter bereit hältst und so das Ahnenfeld spontan erweitern kannst.

- ♥ Schaffe dir einen guten Raum für dieses Ritual – mit genügend Platz – am Boden oder auf einem großen Tisch.
- ♥ Räuchere dich selbst und dein Raum – Verbinde dich mit Mutter Erde und Vater Himmel und bitte sie um Unterstützung. ♥ Vertraue, dass es gut wird.
- ♥ Lege dein Ahnenfeld in Ruhe aus, sei dir dabei bewusst, wer es ist (die Urgroßmutter, der Ururgroßvater,..) und wenn du fertig bist, sieh es an und begrüße deine AhnInnen: Liebe Ahnen und Ahninnen, herzlich willkommen hier in diesem Raum, bei diesem Ritual. Vielen Dank, dass ihr hier seid.
- ♥ Dann zünde die Teelichter an und begrüße den/die AhnIn einzeln.



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



♥️👉 Dann stellst du dich vor dein Ahnenfeld und teilst ihnen mit, was du vorhast:

»Liebe Ahnen, ich habe von euch etwas getragen, übernommen und heute gebe ich es zurück. Alles, was nicht zu mir gehört und gebe ich in Achtung vor euch nun zurück.«

♥️👉 Lass deinen Körper sich so bewegen, wie er möchte, während du sprichst. Wenn deine Hände, Arme etwas ausdrücken möchten, lasse es zu.

♥️👉 Setze dich gegenüber deines Ahnenfeldes und nimm den großen Stein in deine Hände.

♥️👉 Atme und entspanne dich. Lass in dir Bilder aufsteigen, die Gedanken fließen, Gefühle – gib dich dem hin, was sich zeigen möchte (es kann auch nichts passieren und das ist okay).

♥️👉 Lass alles, was sich zeigt in den Stein fließen. Spüre, welche Stelle des Ahnenfeldes gerade dran ist und arbeitet.

♥️👉 Lege den Stein immer wieder, an eine Stelle im Ahnenfeld, wo du das Gefühl hast, dass er gerade hinmöchte.

♥️👉 Du musst nicht alles wissen, was hier gerade passiert. (Wenn du noch eine Reihe Kerzen aufstellen möchtest, dann mache dies – oder auch, wenn eine Ahnenlinie in den nächsten Generationen eine Erweiterung möchte)

♥️👉 Wenn du das Gefühl hast, du möchtest dich verbeugen vor einem Ahnen, einer Ahnin, dann machst du das. Übergib dich dem Ganzen, und vertraue – alles ist gut.



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



♥️👉 Du kannst auch immer wieder ein Gespräch mit den Ahnen und Ahninnen beginnen, und ihnen immer wieder sagen: Ich habe Energien, Emotionen, Gedanken, Verhaltensweisen, Einstellungen übernommen und sie gehören nicht zu mir. Ich gebe sie dir zurück, da der rechtmäßige Platz bei dir ist. Ich gebe sie in diesen Stein, lege ihn auf dem Ahnenfeld ab und gebe dir das Getragene somit zurück. Auf diese Weise wird alles wieder vollkommen, alles kommt in die göttliche/richtige Ordnung.

♥️👉 Komme dann zu einem Ende und sammle dich.

♥️👉 Lasse bewusst alles bei den Ahnen und tritt wieder aus dem Ahnenfeld heraus.

♥️👉 Danke deinen Ahnen und Ahninnen und verabschiede dich.

♥️👉 Lösche die Kerzen, sammle die Steine ein und entlasse sie aus ihrer Funktion.

♥️👉 Sag den Ahnen und Ahninnen „Danke, dass ihr da wart, geht nun wieder dorthin, wo ihr zu Hause seid.“ Für die Ahnen & Ahninnen die kein Zuhause haben, kannst du sagen: „Geht mit mir, ich grabe diesen Stein ein und dass ist, wenn ihr wollt, dann euer Zuhause.“ Grabe diesen Stein dann umgehend ein.

♥️👉 Den großen Stein, der so viel Arbeit geleistet hat, gräbst du in der Natur in der Erde ein und gibst als Dank für Mutter Erde Milch, Zucker und etwas Wein hinzu.

♥️👉 Bedanke dich bei diesem Stein.



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



WENN DU DIE AHNENARBEIT BEENDEST:

DREHST DU DICH BEWUSST UM
UND BLICKST WIEDER IN DEINE RICHTUNG
IN DEIN LEBEN DER GEGENWART
DEINER ZUKUNFT.

HOMÖOPATHISCHE MISCHUNG UM SEHR TIEF IM UNTERBEWUSSTSEIN VERANKERTEN VERHAFTUNGEN ZU LÖSEN:

16 Betula Alba 70 %
76 Viscum Album 30 %

50 ml Fläschchen: 3mal täglich fünf bis zehn Tropfen auf die Zunge träufeln.
Das löst die Belastungen, die von den Ahnen geerbt sind, innerhalb weniger Wochen auf.



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



RITUAL - DIE KRAFT/DEN SEGEN DER AHNEN UND AHNINNEN IM RÜCKEN HABEN

Wenn der Segen der Ahnen & Ahninnen KRAFTVOLL über die Generationen zu dir fließt, wird dein Leben leichter und lebendiger.

Du brauchst für dieses Ritual 30 Kerzen, oder Teelichter, Steine oder Zettel PLUS einen größeren Stein, der alte Energien aufnehmen kann. Es ist aber besser, wenn du dir mehr Teelichter bereit hältst und so das Ahnenfeld spontan erweitern kannst.

- ♥ Schaffe dir einen guten Raum für dieses Ritual – mit genügend Platz – am Boden oder auf einem großen Tisch.
- ♥ Räuchere dich selbst und dein Raum – Verbinde dich mit Mutter Erde und Vater Himmel und bitte sie um Unterstützung. ♥ Vertraue, dass es gut wird.
- ♥ Lege dein Ahnenfeld in Ruhe aus, sei dir dabei bewusst, wer es ist (die Urgroßmutter, der Urgroßvater,..) und wenn du fertig bist, sieh es an und begrüße deine AhnInnen: Liebe Ahnen und Ahninnen, herzlich willkommen hier in diesem Raum, bei diesem Ritual. Vielen Dank, dass ihr hier seid.
- ♥ Dann zünde die Teelichter an und begrüße den/die AhnIn einzeln.



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



♥ Blicke auf das Ahnenfeld und spüre, dass sie immer ein Teil von dir sein werden. Der Wunsch deiner Ahnen und Ahninnen ist es, dass du glücklich bist. Das sie dir ihre Kraft und ihren Segen geben können. Das du deinen Weg gut gehen kannst.

♥ Sieh, dass es gut ist.

♥ Und mit diesem Wissen, drehst du dich um, sodass du deine Ahnen und Ahninnen im Rücken hast.

♥ Fühle, wie das ist. Lass alle Geschichten deiner AhnInnen dabei weg.

♥ Spüre in deine Zukunft hinein.

♥ Der Segen und die Kraft deiner Ahnen und Ahninnen fließt jetzt zu dir. Spüre es. Wie fühlt es sich an, sooo viel Unterstützung, Wohlwollen und gute Wünsche zu dir fließen zu spüren? Wie fühlt sich dein Rücken an?

♥ Nimm wahr, wie du stehst. Aufrecht, würdevoll? Lass dich durchdringen von diesem Segen deiner Ahnen und Ahninnen.

♥ Fühle: Das Wissen deiner Vorfahren, ihre Erfahrungen, ihre Weisheit, all ihre Talente und Gaben, all das steht als Potenzial hinter dir – so viele große Geschenke!



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



♥ Wenn du spürst, dass du dich genug mit der Kraft deiner Ahnen und Ahninnen aufgeladen hast, kannst du dich wieder umdrehen.

♥ Beende das Ritual, indem du dich bedankst und verabschiedest.

♥ Lösche dann die Teelichter und wende dich bewusst wieder deinen alltäglichen Dingen zu.

WENN DU DIE AHNENARBEIT BEENDEST:

DREHST DU DICH BEWUSST UM
UND BLICKST WIEDER IN DEINE RICHTUNG
IN DEIN LEBEN DER GEGENWART
DEINER ZUKUNFT.



AHNEN & AHNINNEN-HEILUNG



5 Zitate zur Inspiration für deine Ahnenheilungsreise

♥ "Du bist der Traum all deiner Vorfahren." - Bert Hellinger

♥ "Eines ist klar: Das Leben schickt uns mit etwas Unerledigtem aus der Vergangenheit vorwärts." - Mark Wolynn

♥ "Wenn wir uns selbst heilen, heilen wir die Vergangenheit, die Gegenwart und die Zukunft." - Steven D. Farmer

♥ "Die Ahnen sind wohlwollende Wesen, die uns lieben. Du bist ihr Vermächtnis, und sie wollen das Beste für ihre Nachkommen." - Steven D. Farmer

♥ "Der Ahnenanteil wird uns von unserem Körper gegeben; wir übernehmen auf diese Weise das Leben unserer Vorfahren. Es ist die Terrasse des Lebens, denn hier erneuert sich das Leben." - Carl Jung

