

„Ahnenfrieden“: Frieden für und mit den Ahnen.

Ich habe mich kaum mit meinen Ahnen befasst. Mal das eine oder andere über sie gehört, es aber nicht mit mir in Verbindung gebracht. Mir war nur manchmal bewusst, dass sie in wenig friedlichen Zeiten gelebt haben müssen, dass sie Frieden brauchen.

Als ich von Bianka Maria Seidls „Ahnenfrieden“ hörte, dachte ich nebulös an vergangene Kriege und hatte die Vorstellung, dass sie den Seelen der Ahnen helfen könnte, ihren Frieden zu finden. Dass es auch für mich wichtig wäre, mich mit den Ahnen auszusöhnen – daran dachte ich nicht.

Ich hatte also nicht vor, an Biankas „Ahnenfrieden“ teilzunehmen. Doch dann wurde ich so klar, so eindeutig durch die Lektüre eines Buches an diese Veranstaltung erinnert, dass ich sie schließlich buchte.

Noch auf dem Weg zu Bianka, bei der ersten Begegnung mit ihr und den Teilnehmern fielen mir „gute Gründe“ ein, um mich wieder davon zu machen. Ich merkte, ich hatte Angst. Intuitiv fühlte ich, dass es vieles zu klären, auszusöhnen gab zwischen den vergangenen Generationen meiner Vorfahren und mir. Ich entspannte mich erst, als Bianka per Los entscheiden ließ, welche zwei Teilnehmer anfangen sollten, während die anderen zuschauen und eventuell das Procedere notieren sollten. Ich durfte erstmal zuschauen, mitschreiben, mich beruhigen und Mut sammeln.

In dem hellen Raum mit großen Fenstern auf sattes, sanftes Grün waren drei „Wege“ aus bunten Papierblättern auf dem Boden angeordnet. Jeweils sieben Seiten in den Farben der sieben Chakras symbolisierten die sieben Generationen, mit denen wir uns verbinden, uns versöhnen wollten. Nach einem Einführungs- und einem Einstimmungsritual bat Bianka die beiden ersten Teilnehmer, sich neben das erste Blatt zu stellen: Die Farbe Rot – das Wurzelchakra, die Verbindung mit Mutter Erde. Das Urvertrauen. Bianka sagte: „Macht euch bewusst, dass ihr jetzt energetisch mit der ersten Generation, mit der Generation eurer Eltern, in Kontakt treten werdet“. Sie bat die Teilnehmer, die Augen zu schließen, begann leise, ihre weiße Schamanentrommel zu schlagen, in die Stille hinein. Biankas Trommel bewegte sich leicht im Rhythmus, ließ die feinen weichen Fellhaare an ihrem Rand vibrieren, wurde schneller, lauter und die Trommelklänge gingen über in Biankas bestimmte Worte: „Und ihr geht – jetzt!“. In diesem Moment stellten sich die Teilnehmer mit beiden Beinen auf das rote Blatt Papier, verharrten mit geschlossenen Augen.

Es war faszinierend zu sehen, wie sie ihre Haltung und Mimik veränderten, wie unterschiedlich sie standen, schauten, sich in eine nur ihnen bekannte Situation „hineinbegaben“. Bianka ließ ihnen einige Minuten Zeit. Dann stellte sie sich neben einen der Teilnehmer, sprach ihn mit Namen an und fragte: „Wie fühlst du dich?“.

Als ich – nun schon viel ruhiger – auf dem ersten, dem roten, Blatt stand, fühlte ich mich unwohl. So, als ob es nicht mein Platz wäre, nicht meine Energie, konnte keine rechte Position finden, bewegte mich hin und her. Ich erzählte es Bianka, erzählte von dem düsteren Himmel, der tief über den Köpfen meiner Eltern hing, und wie sie leicht geduckt und immer in Hab-Acht-Stellung vorsichtig in der Stadt ihrer Jugend umhergingen. Es war kurz nach dem 2. Weltkrieg, und ich verstand die ängstliche Vorsicht, die Bewegungslosigkeit, zu der sie sich selbst und später auch mich „verurteilt“ hatten.

Bianka fragte mich schließlich, was meine Eltern gebraucht hätten, und ich wusste es sofort. „Freude“. Sie brauchen Freude. Und ich gab sie ihnen gerne. „Und was ist ihre Ahnengabe an dich?“ Ich zögerte und sagte dann sehr leise: „Liebe“. „Es ist einfach Liebe...“.

Nach jeder Generation machten wir eine kurze Pause, schüttelten und streckten uns. Dann betraten wir nach Biankas Trommelwirbel das jeweilige Blatt Papier. Manchmal fühlte ich mich entspannt und gut. Spürte die Lebensfreude, die Liebe der Ahnen. Manchmal war die Stimmung bedrückt, sogar bedrohlich, und ich drehte mich im Kreis, suchte nach einem Ausweg oder ging in die Knie vor Anspannung. Nicht immer konnte ich die Situation deuten. Bianka fragte dann nach, half teilweise mit Worten, mit Bestärkung und Rat, teilweise mit der Trommel. Schließlich wurde immer ersichtlich, was es gerade in dieser Generation aufzulösen galt, worunter die Ahnen gelitten und was sie mir ungewollt als Erbe, als Last mitgegeben hatten. Und Bianka fragte: „Bist du bereit, das, was nicht zu dir gehört, den Ahnen zurückzugeben?“ Meistens sagte ich ja. Doch es gab Generationen, die mich bremsen, mich zurückhalten wollten. Dann half Bianka nach, wandte sich auch mal an geistige Helfer, die sie rufen durfte, wenn eine Verbindung mit den Ahnen allzu schwierig wurde.

Die Begegnung mit der 6. Generation war für mich besonders schwierig, ja geradezu schmerzhaft. Ich sah Frauen, die still duldeten und litten. Und Männer, scheinbar ohne Mitgefühl und Liebe. Bianka fragte, was sie (von mir) brauchen. Ich antwortete: Verständnis und Verständigung und Mitgefühl füreinander.

Doch es gab auch eine Generation, bei der ich mich besonders wohl fühlte. Ich sah ihre Lebensfreude, sah Wälder und Wiesen, ein Landschloss in herrlicher Umgebung. Die Menschen tanzten, feierten und liebten sich, sie

sangen, spielten und lachten – auch über sich selbst und das Leben. „Ich schwebe davon und überlass mich dem Augenblick“, sagte ich zu Bianka. Und als sie mich fragte, was diese Generation von mir brauchen könnte, sah ich in die dunklen Augen eines jungen Mannes. Er sagte leichthin und voller Selbstvertrauen: „Wir brauchen nichts,... aber wir nehmen gerne!“. Da gab ich ihnen Dank - für die Lebensfreude, die ich immer wieder in mir finden und spüren kann: Die Ahnengabe der 5. Generation, der Ur-Ur-Ur-Großeltern. Symbolisiert durch die Farbe Blau. Das Hals-Chakra.

Auf dem letzten Blatt, violett, in der Farbe des Kronenchakras, kam etwas zum Vorschein, was ich lange nicht wahrhaben wollte. Und ich bin immer noch erstaunt, dass Bianka mir helfen konnte, dieser Wahrheit ins Gesicht zu sehen. Dass sie sich nicht täuschen ließ, so wie ich selbst es tat. Ich sah eine Frau, kunstvoll zurecht gemacht, mit hoch erhobenem Kopf in einer artifiziellen Grünanlage. Alles schien perfekt. In perfektem Rahmen. Doch Bianka fragte: „Was hat das mit deinem Leben zu tun? Welchen Preis bezahlst du für diese Maskerade, diese Attrappe auf einer fernen Insel?“. Ich wehrte mich zuerst, sprach von den Ahnengaben: Charme, Anziehungskraft, weibliche Koketterie. Doch Bianka bohrte weiter, zwang mich hinzusehen, fragte, ob ich bereit wäre, das Inseldasein zu verlassen, um endlich *leben* zu können. Und was ich *wirklich* von diesen Ahnen wirklich brauche. Ich sagte lange nichts, dann im letzten Moment, so schien mir: „Die Fähigkeit zu lieben“.

Ich habe sieben Generationen zurückgehen müssen, um diese wichtigste aller Gaben zu empfangen. Um überhaupt zu merken, dass ich sie brauche, um geben, empfangen, um lieben zu können.

Dagmara Anna Gaar