



Wie wir durch eine bewusste Verbindung mit unseren Vorfahren innere Stärke erfahren

Von Bianka Seidl

Vieles von dem, was uns Menschen ausmacht, haben wir aufgrund der Entwicklungen in den letzten Jahrhunderten aus den Augen verloren. Alles, was nicht gemessen, gewogen und gezählt werden konnte, wurde aus dem Bewusstsein verdrängt und geriet ins Hintertreffen. Geprägt und gebildet von einer materialistischen Sicht auf die Welt und sich selbst, misstrauen viele Menschen dem, was nicht sichtbar ist, vertrauen ihrer Intuition zu wenig und haben einen wichtigen Teil ihrer selbst aus den Augen verloren. Doch der Kräftebogen ist mittlerweile überspannt und aus einstiger Stärke ist Schwäche geworden. Der moderne Mensch hat seine Balance verloren und die Welt ist in eine Schiefelage geraten.

Die Evolution läutet bereits einen Kräfwechsel ein, der sich in den Krisen der Welt zeigt. Dies ist ein natürlicher Vorgang. Das weibliche Prinzip erstarkt. Das dunkle Reich der Göttin, wozu auch das Reich der Ahnen gehört, bahnt sich langsam den Weg ins Bewusstsein und verlangt nach Integration. Das Tor dazu ist die Stille.

Epigenetik und das Erbe der Ahnen

Die modernen Wissenschaften nähern sich den Bereichen der Mystik und der Spiritualität immer

mehr an. So bringt uns die Epigenetik unsere Ahnen wieder näher. Dieser moderne Zweig der Biologie beschäftigt sich mit der Vererbbarkeit von Erfahrungen, und die neuesten Forschungsergebnisse zeigen, dass:

- wir neben den Genen auch die Erfahrungen unserer Vorfahren, ihren Schmerz, ihre Nöte bis hin zu Hunger, Armut und ihre Krankheiten erben;
- diese Erfahrungen bis zu 4 Generationen weitervererbt werden können;
- das Epigenom, in dem diese Erfahrungen gespeichert sind, veränderbar ist.

Aufgrund meiner eigenen Erfahrung weiß ich, was es bedeutet, zum einen enturzelt und zugleich belastet zu sein von den ererbten Ängsten und Nöten der Vorfahren. Auf meinem langen und steinigen Weg hat mich das Leben zum größten Schatz in meiner Innenwelt, zu mir selbst geführt. Anfangs war es mir nicht möglich, mich hinzugeben und die Stille zu erfahren. Viel Unerlöstes und Unerhörtes schaltete und waltete friedlos in mir. Und so habe ich Keller für Keller in meinem Unterbewusstsein erforscht, aufgeräumt und bin dabei auf die Goldader meiner Existenz gestoßen – meine Berufung.

Schamanische Ahnenarbeit

Das, was die Wissenschaft jetzt ans Licht bringt, ist in den schamanischen Traditionen rund um die Welt seit Jahrtausenden bekannt. Die Arbeit mit den



Ahnen ist ein wichtiger Bestandteil jeglicher Heilarbeit. Doch es braucht heute die alten Riten nicht mehr. Seit über zehn Jahren erforsche und praktiziere ich die schamanische Ahnenarbeit und habe sie in eine moderne Form gebracht. Damit verbinde ich Menschen wieder mit ihren Wurzeln, helfe ihnen, sich von den ererbten Lasten zu befreien und stattdessen das gute Erbe ihrer Vorfahren zu empfangen. Dies sind ihre Stärken, die sie auf ihrem oft schwierigen Weg entwickelt haben. Diese Stärken stehen den Menschen dann als innere Ressourcen zur Verfügung; sie sind zudem wegweisend, wenn diese Gaben als Aufgaben erkannt und verstanden werden. Wie ich diese schamanische Ahnenarbeit vollziehe und noch viel mehr, darüber schreibe ich sehr ausführlich in meinem neuen Buch.

In Verbindung mit unseren Ahnen treten

Es braucht die weiblichen Qualitäten, die wir als Frau und auch als Mann bereits in uns tragen. Den Zugang dazu finden wir in der Stille, da wir in diesen Momenten tiefer im Sein gründen. Hier entdecken wir die Qualitäten des Herzens, wie:

- Verbundenheit mit Mitmenschen und Mitwelt, mit den Ahnen und den anderen Reichen der Schöpfung,
- Mitgefühl und Empathie,
- Vergebung für sich selbst und für andere.

In einer lebendigen Verbundenheit mit unseren Ahnen erfahren wir Rückhalt, finden wir einen größeren inneren Frieden, sind resilienter. Indem wir uns auf unsere Herkunft einlassen und mitfühlend die Sehnsucht unserer Vorfahren nach Würde, nach Wertschätzung, Selbstbestimmung und

einem erfüllten Leben wahrnehmen, gelingt es uns, all das zu vergeben, was wir bewusst oder unbewusst nachgetragen haben. Damit hören wir auf, uns weiter zu beschweren, und finden in eine größere innere Freiheit und Leichtigkeit. Zugleich ist das Empfangen der Ahnengabe sehr bereichernd und wegweisend und führt zu mehr Klarheit und Orientierung über uns selbst und unsere Bestimmung.

Übung: Brief an deine Ahnen

Gerade die Zeit der dunklen Monate eignet sich sehr gut für die Kommunikation mit den Ahnen. So empfehle ich dir: Nimm dir etwas Zeit, in der du nicht gestört wirst. Zünde eine Kerze an, lege ein paar leere Blätter Papier und einen Stift zurecht und dann sammle dich. Bring deine Aufmerksamkeit ganz ins Hier und Jetzt und werde innerlich ruhig.

Denke aus deinem Herzen heraus an jene aus deiner Familie, die bereits gegangen sind. Wer kommt dir in den Sinn? Vielleicht ist es ein Großvater, eine Großmutter, die du gerne mochtest. Fühle deine Dankbarkeit für die Zeit mit ihnen und dann schreibe einen Brief an sie. Berichte darin, wie es dir gerade geht und was dich bewegt. Mache zwischendurch kleine Pausen, spüre in dich hinein. Du kannst ihnen auch Fragen stellen und den Antworten lauschen.

Diesen Brief kannst du auch ganz allgemein an deine Ahnen richten. Wichtig ist, dass du in die Stille hineinspürst. Es können Antworten kommen, die sich auf verschiedenste Weise zeigen, z. B. durch plötzliche Eingebungen, eine Art „Wissen“, Gefühle, Wärme, etc. Bleibe in der Liebe und bedanke dich am Ende für den Kontakt und für das, was sich gezeigt hat.

Durch dich erfüllt sich der Traum deiner Ahnen. Ihre Stärken sind ihre Gaben an dich. Integrierst du sie, leben deine Vorfahren durch dich, und ihr Wohlwollen und ihr Segen sind dir gewiss. Denn durch dich leuchtet ihr Licht und weist dir den Weg zu deiner Bestimmung.

Information & Inspiration



Bianka Seidl: Schamanische Ahnenarbeit. So versöhnen wir uns mit unseren Vorfahren, erfahren ihren Beistand und empfangen ihre wegweisenden Gaben. Mankau Verlag, 2021.

Bianka Maria Seidl ist seit über 30 Jahren als selbstständige Chitektin im Bereich der energetischen Architektur sowie als Dozentin u. a. an der IHK tätig. Seit 2012 führt sie eine eigene Beratungs-praxis im Klosterdorf Windberg, in der sie diverse Mentoring-Programme und Coachings anbietet.



www.biankaseidl.de
www.yoya-chitektur.com

Fotos: Portrait und Trommel ©Petra Homeier