

SPUREN

Magazin für Spiritualität und Ökologie

142 Winter 2022



FAMILIENBANDE

Zwischen Wärme und Distanz

Über sieben Generationen zurück

Wie die schamanische Ahnenarbeit das Potenzial einer Verbindung zu den Vorfahren erleben lässt.

MANJA MARIA SEUL

Die Stürze des Wandels wirken derzeit im Außen und auch in der Innenwelt der Menschen. Das, was vielen einstmalige Sicherheit gab, fällt wie ein Karrenkasten in sich zusammen. Verzweiflung, Halt- und Orientierungslosigkeit erfassen die Menschen und machen sie anfällig für Manipulation und für Gefahren des Geistes. Viele greifen nach neu proklamierten Sicherheiten, wenn gleich viel inneren bereits gesamt wird, dass dies wieder nur ein Schein ist. Wo finden wir Halt, Sicherheit und Orientierung in dieser von Krisen gebeutelten Zeit? Aufgrund der Entwicklungen in den vergangenen Jahrhunderten haben wir ein mitziales Bewusstsein entwickelt und dabei oft das aus den Augen verloren, was nicht gemessen, gezählt und gewogen werden konnte. So auch unsere Wurzeln, diesen so wichtigen Teil unseres Daseins.



Über 7 Generationen zurück

Wie die schamanische Ahnenarbeit uns das Potenzial der Verbindung mit unseren Ahnen erfahren lässt

Die Stürme des Wandels wüten derzeit im Außen und auch in der Innenwelt der Menschen. Das, was vielen einstmals Sicherheit gab, fällt wie ein Kartenhaus in sich zusammen. Verzweiflung, Halt- und Orientierungslosigkeit erfasst die Menschen und macht sie anfällig für Manipulation und für Parasiten des Geistes. Viele greifen nach den neu proklamierten Sicherheiten, wenngleich tief innen bereits geahnt wird, dass dies wieder nur ein Schein ist.

Wo finden wir Halt, Sicherheit und Orientierung in dieser von Krisen gebeutelten Zeit? Aufgrund der Entwicklungen in den vergangenen Jahrhunderten haben wir ein mentales Bewusstsein entwickelt und dabei all das aus den Augen verloren, was nicht gemessen, gezählt und gewogen werden konnte. So auch unsere Wurzeln, diesen so wichtigen Teil unseres Daseins.

Die Wissenschaft bringt uns die Ahnen wieder näher

In früheren Zeiten waren die Ahnen ein wichtiger geistiger Teil der Familie, der Familientradition und Familienkultur. Sie hatten einen Platz im Haus. Ihrer wurde gedacht in zahlreichen Geschichten und zu bestimmten Anlässen wurden sie um Rat gefragt und in wichtige Entscheidungen miteinbezogen.

Heute haben die meisten Menschen gerade noch zu ihren Eltern und Großeltern einen Bezug, während alle anderen keine Rolle mehr spielen. Was viele nicht wissen ist, dass uns noch heute die Erfahrungen unserer Vorfahren in den Knochen sitzen und unser Leben beeinflussen - sowohl förderlich, wie auch belastend. Zumindest beweisen das die Forschungsergebnisse der Epigenetik, die sich mit der Vererbbarkeit von Erfahrungen beschäftigt. Die Forscher weisen auch nach, dass diese Erfahrungen über vier Generationen weitervererbt werden können und dass das Epigenom, in dem die Erfahrungen gespeichert sind, veränderbar ist. Genau genommen heißt das, dass wir uns von den belastenden Erfahrungen unserer Vorfahren, ihrem Schmerz und von tiefsitzenden Gefühlen der Schuld, Scham, Angst und auch Sprachlosigkeit befreien können.

Warum eine systemische Familienaufstellung oftmals nicht ausreicht

Die systemische Familienaufstellung nach Bert Hellinger ist in den letzten vier Jahrzehnten bekannt geworden. Sie hat vielen Menschen geholfen ihre familiären und partnerschaftlichen Probleme zu lösen, die in der Herkunftsfamilie begründet sind. Weiter zurückliegende Generationen werden dabei jedoch nicht berücksichtigt. Und so kommt es, dass viele Menschen nach mehreren Aufstellungen immer noch das Gefühl haben, dass etwas in ihrem Familienverbund nicht in Ordnung ist.

So erging es auch mir. Durch den Freitod meines Vaters war ich eine Entwurzelte von Kindesbeinen an. Viele Jahre lief ich mit einer offenen Nabelschnur herum, suchte vergeblich nach Zugehörigkeit und fand schließlich zur Familienaufstellung. Obwohl ich dadurch eine Verbesserung meiner Lebensqualität erfuhr, konnte ein tiefsitzendes Gefühl der Bodenlosigkeit, das mich zeit meines Lebens begleitet hatte, nicht gelöst werden. Erst als mich das Leben zu einem Schamanen führte, der mit mir eine Ahnenaufstellung der letzten sieben Generationen machte, entdeckte ich die Ursache für dieses tiefsitzende Gefühl in der fünften Generation. Diese Vorfahren waren auf einem Gehöft verbrannt und fortan als arme Seelen unterwegs. Dadurch war der Generationenstrom unterbrochen und das hatte ich als ein Gefühl der Bodenlosigkeit erfahren. Nach dieser Aufstellung war ich davon befreit und seither stehe ich wohl und kann auch Wohlstand generieren, was früher nicht möglich war.

Wie läuft eine schamanische Ahnenaufstellung ab?

Wie bei der systemischen Familienaufstellung auch, werden die Informationen über ein morphogenetisches Feld abgerufen. Darin gespeichert sind die Erfahrungen der letzten sieben Generationen. Der Hilfe suchende Mensch tritt bei der Aufstellung mit jeder einzelnen Generation in Verbindung. Die schmerzhaften Erfahrungen der jeweiligen Generation werden als Belastung auf der körperlichen Ebene wahrgenommen. Dabei können sich Körperempfindungen unterschiedlichster Art einstellen, die von Druck über Verhärtung, Instabilität und Bewegungsunfähigkeit bis hin zu Übelkeit und auch Schmerzen reichen können.

Nachdem die Belastung klar erkannt wurde, gilt es herauszufinden, was dadurch begrenzt oder gar verhindert ist. Dies zu erkennen fällt in diesem Zustand sehr leicht, denn die Menschen stehen mit geschlossenen Augen auf einem Bodenanker und sind mittels der rhythmischen Schläge meiner Trommel tief in ihr Unterbewusstsein eingetaucht. Im Anschluss bitte ich den Aufsteller in sein Leben zu „switchen“ und sich zu fragen, in welchem Lebensbereich sich diese ererbte Last zeigt. Im zweiten Schritt gilt es eine bewusste Entscheidung für die Auflösung zu treffen. Dabei werden mehrere Ritualsätze gesprochen.

Dann erfolgt die Transformationsphase. Hier leite ich dazu an, zu erspüren, was es braucht, um diese Last zu lösen. In Kooperation mit dem Höheren Bewusstsein, mit dem ich meinen Klienten vorher fühlbar verbunden habe, gelingt dies zumeist sehr leicht. Zumeist sind die Menschen erstaunt, was möglich ist, wenn sie sich der inneren Führung ihres höheren Bewusstseins anvertrauen. Sehr ausführlich beschreibe ich diese Aufstellungsarbeit in zahlreichen Fallbeispielen in meinem neuen Buch **SCHAMANISCHE AHNENARBEIT**, das im Mankau Verlag erschienen ist und im gleichnamigen Audio-Ratgeber ermöglichen drei geführte schamanische Reisen tiefe Erfahrungen mit den eigenen Vorfahren.

Nachdem die ererbten Lasten gelöst sind, gilt es in der vierten Phase die Ahnengabe zu empfangen. Dies sind die Stärken der jeweiligen Generation, die diese auf ihrem oftmals schwierigen Weg entwickelt hatten und die den Menschen fortan als innere Ressourcen zur Verfügung stehen. Ritualsätze, Segenswünsche und Dankbarkeitsbezeugungen folgen und runden die Aufstellung ab und die Menschen fühlen sich danach zum einen erleichtert und zum anderen reich beschenkt. Viele berichtet danach von einer größeren

Ruhe, mehr bei sich selbst zu sein, Verbundenheit und Rückhalt zu spüren und sich bereichert zu fühlen durch den Zuwachs an Stärken der Vorfahren. In einem anschließenden 21-Tage-Prozess werden die Menschen darin unterstützt, die Gaben zu verinnerlichen, sodass sie bei Bedarf im Alltag auch erinnert und abgerufen werden können.

Das Potenzial der Verbindung mit unseren Ahnen

Die schamanische Ahnenarbeit stellt eine Vertiefung und Erweiterung der systemischen Familienaufstellung dar und ermöglicht zudem eine Ausrichtung auf die eigene Bestimmung. Das ist das Neue.

Durch mein eigenes Erleben sowie intensives Erforschen und Praktizieren der Ahnenarbeit seit mehr als zehn Jahren, sehe ich sie als eine Erweiterung und Vertiefung der systemischen Familienaufstellung. Dabei wird das familiäre Gefüge weiter gestärkt und das Potenzial, das in der Verbindung mit unseren Ahnen steckt, gelangt ans Licht. Verbundenheit, Rückhalt und Sicherheit werden erfahrbar und schenken Menschen auch in stürmischen Zeit innere Stärke.

Indem die Gaben der Ahnen gelebt und im besten Fall sogar als Auf-Gaben verstanden und erfüllt werden, leuchtet ihr Licht durch uns, schenkt uns Klarheit und Orientierung über unsere Bestimmung und weist uns so letztendlich den Weg zu einer tiefen Erfüllung. Darum lasst uns unsere Ahnen wieder in unser Bewusstsein integrieren. Lasst uns von der Loyalität zu ihrem Leid verabschieden, ihnen dennoch unsere Achtung und unsere Wertschätzung entgegenbringen. Gestärkt und mit ihrem Segen gelingt es uns in dieser krisengebeutelten Zeit neue Wege zu gehen und unser Licht in eine langsam erwachende Welt erstrahlen zu lassen.

Anmerkung:

Drei Tipps, wie du die Verbindung mit deinen Ahnen aufnehmen kannst

1. Hege die Absicht, die Verbindung mit deinen Vorfahren aufzunehmen. Bekunde es mehrmals in der Meditation oder auch kurz vor dem Einschlafen.
2. Geh eine Weile mit dieser Absicht schwanger und halte den Fokus. Sei wach und nimm wahr, was sich dir zeigt.
3. Vergib alles und jedem, auch dir selbst. Ein hilfreiches Mantra hierfür ist: Alles was war und ist, ist zu meinem Besten.

Über die Autorin

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 Beratungspraxis im Klosterdorf Windberg, in der sie diverse Mentoring-Programme und Coachings anbietet.

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

Fotos: Portrait ©Petra Homeier

Informationen Buch

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