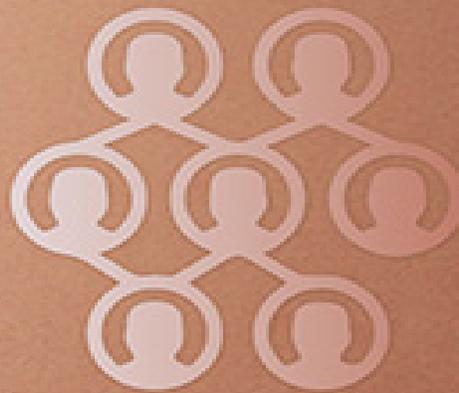


CHRISTIANE LEICHER

DIE VERBORGENEN
KRÄFTE
UNSERER AHNEN



*Unheilsame Muster aus der Familie
aufspüren und lösen*

G|U

HINWEIS ZUR OPTIMIERUNG

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tofino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Impressum

© eBook: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2020

© Printausgabe: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2020

Alle Rechte vorbehalten. Weiterverbreitung und öffentliche Zugänglichmachung, auch auszugsweise, sowie die Verbreitung durch Film und Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Zustimmung des Verlags.

Projektleitung: Anja Schmidt

Lektorat: Dr. Diane Zilliges, Ralf Lay

Covergestaltung: independent Medien-Design, Horst Moser, München

eBook-Herstellung: Lena-Maria Stahl

 ISBN 978-3-8338-7611-0

1. Auflage 2020

Bildnachweis

Coverabbildung: The Noun Project; Shutterstock

Illustrationen: The Noun Project; Shutterstock

Syndication: www.seasons.agency

GuU 8-7611 07_2020_01

Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter www.gu.de

 www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE

Garantie



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteuren/innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.

Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden? Haben Sie weitere Fragen zu diesem Thema? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung, auf Lob, Kritik und Anregungen, damit wir für Sie immer besser werden können. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem online-Kauf.

KONTAKT

GRÄFE UND UNZER VERLAG
Leserservice

Postfach 86 03 13
81630 München
E-Mail: leserservice@graefe-und-unzer.de

Telefon: 00800 / 72 37 33 33*
Telefax: 00800 / 50 12 05 44*
Mo-Do: 9.00 - 17.00 Uhr
Fr: 9.00 bis 16.00 Uhr (*gebührenfrei in D,A,CH)

Raus aus der Vergangenheit - rein in die eigene Kraft

Möchten Sie wissen, warum Ängste, Krankheiten oder unglückliche Beziehungen entstehen? Dann finden Sie hier eine faszinierende Antwort: Erstaunlich viele unserer Probleme kommen aus der Vergangenheit von unseren Ahnen. Unbewusst wiederholen wir ererbte Muster oder versuchen sie auszugleichen.

Um Licht in dieses oft verworrene Dunkel zu bringen, stellt die Heilpraktikerin Christiane Leicher eine äußerst wirksame Methode vor. Schritt für Schritt lernen Sie, Ihr Genogramm zu erstellen, mithilfe kinesiologischer Tests unheilsame alte Muster herauszufiltern und in geführten inneren Reisen zu lösen.

So können Gesundheit und Lebensfreude zurückkehren und der Weg wird frei in Ihre ureigene Kraft!

EXTRA

GEFÜHRTE AUDIO-REISEN
über die kostenlose GU MIND&SOUL PLUS APP
(Anleitung im Buch)

MEDITATIVE LÖSUNGSÜBUNGEN ZUM MITHÖREN

Mit der **GU MIND&SOUL PLUS APP** können Sie die vielfältigen meditativen Lösungsübungen dieses Buches als Audio hören. Von Christiane Leicher persönlich gelesen – einfach scannen, bequem machen und lauschend für Heilung sorgen.

Und so geht's:

1. App herunterladen

Laden Sie die kostenlose GU Mind&Soul Plus App im Apple Store oder im Google Play Store auf Ihr Smartphone. Starten Sie die App und wählen Sie anschließend dieses Buch aus.

2. Bild scannen

Scannen Sie das Bild mit dem Kopf, das Sie am Ende jedes Kapitels finden, mit der Kamera Ihres Smartphones und klicken Sie dann im Display den Button »Audio abspielen«.

DER SCHLÜSSEL ZUM GLÜCK ODER UNGLÜCK LIEGT IN UNS!

In jedem von uns wirkt ein starkes Programm aus ferner Vorzeit: Nicht sippenkonformes Verhalten führte damals zum Ausschluss aus der Gemeinschaft – und damit zum sicheren Tod. Diese Urerfahrung hat die tiefe, unbewusste Überzeugung entstehen lassen: »Bin ich anders, bin ich tot!« Auch wenn dies heute nicht mehr der Realität entspricht, wiederholen wir geradezu zwanghaft die heilsamen und unheilsamen Muster unserer Ahnen. Und sehr häufig tut uns das nicht gut.

Was immer wir an Angst oder Schmerz, Leid oder Überlebensstrategien von unseren Eltern, Großeltern oder Urururgroßeltern übernommen haben – die gute Nachricht lautet, dass wir es JETZT in uns selbst finden und endlich hinter uns lassen können.

Christiane Leicher zeigt mit großer Klarheit, wie wir durch eine ganzheitliche Ahnenarbeit unser individuelles Erbe aufspüren und alles, was uns krank oder unglücklich macht, lösen können. Damit einem Leben in Frieden, Freude und Gesundheit nichts mehr im Weg steht.



VORWORT

Unsere Vorfahren wirken in uns weiter, mal hilfreich und oftmals bremsend. Doch wir können entscheiden, wie wir

damit umgehen.

Piraterie, Drogenhandel, Verbrechen, verbotene Liebschaften, Waffenhandel, okkultes Priestertum, Kriegsverbrechen, kriminelle Machenschaften, Intrigen, Geheimbünde, Morde, Abtreibungen, Kuckuckskinder, Vergewaltigungen: Was auch immer bei unserer Ahnenvielfalt von sieben bis neun zurückliegenden Generationen geschah (so lange reichen die Übernahmen mindestens), ist in uns, in unserem Unterbewusstsein, gespeichert – tief, geheimnisvoll, unentdeckt. Wie ein Schatten. Stark beeinflusst werden wir außerdem von den Glaubenssätzen, Überzeugungen und Prägungen, die unsere Ahnen aus ihren Erfahrungen gewonnen haben. Und genau das kann ziemlich bremsend sein. Es kann uns davon abhalten, das zu leben, was wir eigentlich leben wollen. Es kann uns daran hindern, unser Potenzial zu entfalten und ganz wir selbst zu sein.

Wir tragen die Informationen vieler Generationen in uns, sie sind in unserem Unterbewusstsein wie in unserem Zellgedächtnis gespeichert und steuern maßgeblich unsere Gefühle, Gedanken und Handlungen. Wenn ich mit dem Titel dieses Buches von den verborgenen Kräften unserer Ahnen spreche, beschreibt das treffend, wie wenig wir von den Lebensumständen unserer Vorfahren wissen, deren Auswirkungen wir dennoch bis heute zu spüren bekommen. Das meiste davon liegt für uns im Dunkeln, weil schon allein der Detailreichtum jeden Chronisten überfordern würde. Aber oft handelt es sich auch um Informationen, die aus guten Gründen bewusst verschwiegen wurden. Gerade diese Gegebenheiten sind es jedoch, die einen prägenden Einfluss auf das Leben damals und – wie mittlerweile auch wissenschaftlich bewiesen werden konnte – heute haben. Schlagen sich doch vor allem Traumata, extreme

Lebensumstände sowie Verhaltensweisen und so weiter nicht nur massiv im Energiefeld nieder, das uns alle umgibt und durchdringt, sondern ebenso in der (epi)-genetischen Struktur, sodass sie generationenübergreifend unterschwellig präsent bleiben.

ZURÜCK ZUR EIGENEN KRAFT

Ursprünglich und in unserem tiefsten Wesen sind wir alle von Ruhe und Gelassenheit, von Vertrauen und bedingungsloser Liebe erfüllt. Doch wir haben unser »wahres Wesen« im Laufe unseres Erdendaseins mit Mangelempfinden, Angst und weiteren negativen Gedanken und Mustern überfrachtet und irgendwann ganz vergessen. An dieser Stelle kommt die Ahnenarbeit, wie ich sie verstehe und Ihnen hier vorstellen möchte, ins Spiel: Je mehr wir nämlich von den über Generationen hinweg überlieferten und übernommenen negativen Angst- und Mangelprogrammen erkennen und auflösen, desto mehr kommen wir zurück in unser ursprünglich heiles Grundgefühl entspannter Gelassenheit. In der Folge erleben wir wieder die Fülle, das Glück und die Liebe in unserem Inneren wie auch in unserem Umfeld. Bringen wir Licht in die verborgenen Kräfte unserer Ahnen, wird unser ganzes Leben heller.

Dann können wir die Dinge um uns herum sein lassen, wie sie sind. Wir können sie erst einmal annehmen und »bei uns« bleiben. Aus unserer Mitte heraus können wir klarer erkennen, was wir tun müssten, um eine positive Veränderung in unser Leben einzuladen. Zentriert und klar können wir auch die subtilsten Mangel- und Angstprogramme in uns noch besser erforschen und ihnen zu Leibe rücken. Wir beginnen, die Reihen unserer Ahnen als Kraftquelle und nicht mehr als Bremse und Last zu

empfinden, und kommen in unsere eigene ursprüngliche Kraft.

Es ist ein Weg. Ahnenarbeit tut sich nicht über Nacht. Doch von Anfang an ist sie befreiend und macht Sie stärker.

Es ist mein inniges Bestreben, Ihnen diese Möglichkeit zu vermitteln. Es war eine innere Stimme, die mich wiederholt dazu aufforderte, und ich hatte sie lange genug ignoriert, bis mich sogar einzelne meiner Mitmenschen, speziell ein lieber Freund, anhielten, mir selbst an den Fersen zu bleiben und dieses Buch endlich zu schreiben. Und hier ist es nun.

Ich möchte Sie einladen: Haben Sie den Mut, zumindest mit einer der in diesem Buch angesprochenen Thematiken in Ihrem System gute und heilsame Erfahrungen zu machen! Dazu ist es entscheidend, erst einmal die Aspekte zu identifizieren, die Sie möglicherweise daran hindern, Ihre eigene Ihnen innewohnende Schönheit zu erkennen und Ihr Potenzial zu leben. Das scheint am Anfang etwas mühsam zu sein, denn es handelt sich ja um verdrängte Erfahrungen, die wir »wegzuschieben« versucht haben, eben weil wir sie als zu schmerzhaft, als zu angsterregend empfanden. Der Lohn ist die Mühe aber allemal wert, denn nach dem Erkennen eröffnen sich Ihnen Möglichkeiten, die Sie sich vielleicht in Ihren kühnsten Träumen nicht haben vorstellen können. Das wird Sie sicher dazu ermutigen, weiter auf diesem Weg voranzuschreiten und so in immer mehr Bereichen Ihres Lebens Klarheit und ein grundlegendes Gefühl des Gutseins zu gewinnen.

Dabei wünsche ich Ihnen von ganzem Herzen viel Erfolg!

Ihre Christiane Leicher



**DURCH AHNENARBEIT ZU
WAHRER KRAFT**

Können Jahrtausende wechselvoller Menschheitsgeschichte spurlos an uns vorübergegangen sein? Es ist eine Geschichte, die unsere Vorfahren hautnah miterlebten. Ohne einen genauen Blick auf das epigenetische Erbe unserer Ahnen können wir daher kaum kraftvoll und frei sein.

UNFASSBAR VIELE FACETTEN

»Jeder Mensch ist eine kleine Gesellschaft.«

NOVALIS

Kennen Sie das? Sie träumen von einer Südseeinsel, von Schlachtfeldern oder von irrationalen Vorgängen, die mit Ihrem jetzigen Leben auf den ersten Blick nichts zu tun haben. Sie verspüren Gelüste, Neigungen, Sehnsüchte, Befindlichkeiten, Eigenarten in sich und haben keine Ahnung, woher sie wohl kommen könnten – haben Sie doch ganz biedere und brave Eltern gehabt. Oder Ihre Eltern waren völlig ausgeflippt und Sie sind so brav geraten, vielleicht sogar ängstlich, Sie trauen sich keinerlei Verhalten zu, das auch nur im Entferntesten von der Norm abweicht. Auf welche Art auch immer, Sie denken manchmal, Sie seien völlig aus der Art geschlagen.

Vielleicht können Sie mit Ihren Eltern wenig anfangen, Sie fühlen sich bei ihnen »gefangen«. Sie stoßen Sie ab, gleichzeitig bewundern Sie sie und fühlen sich bei ihnen geborgen. Vielleicht empfinden Sie sich in vielerlei Hinsicht als von ihnen unverstanden, gleichzeitig sind sie die Einzigen, die Ihnen Halt geben.

Bei solchen Entdeckungen fragen wir uns: Was sind das für verschiedene Strömungen in mir? Woher kommen sie? Wer bin ich eigentlich? Woher komme ich? Woraus ist der Stoff meiner Träume? Wie entstehen meine inneren Befindlichkeiten? Habe ich Angst vor meinen verrückten Träumen, Wünschen, Ideen, vor meinem tiefen Verlangen in mir, vielleicht ganz anders sein zu wollen, als mein Umfeld es anscheinend verlangt? Was beeinflusst mich so? Warum fühle ich mich so unfrei, so getrieben, so ferngesteuert? Wieso kann ich nicht aus meiner Haut?

Fragen über Fragen, die sich uns hier stellen können. Als ich angefangen hatte, die Geheimnisse wie auch die

bekanntem Ereignisse, die Überzeugungen, Glaubenssätze und Gedankenformen meiner Ahnen in mir zu erkennen und zu entschlüsseln, konnte ich für vieles eine Erklärung und daraufhin fast immer auch eine Lösung finden. Es war tatsächlich oft so, dass ich die von mir unbewusst übernommenen Befindlichkeiten, Gefühle, Erfahrungen, Programmierungen und Aktivitäten meiner Ahnen zum Teil auf den Tag genau wiederholte. Hinter solche Geheimnisse zu kommen, das ist der Weg zur Freiheit, zu dem ich Sie hier einlade.

SCHRITT FÜR SCHRITT DIE GEHEIMNISSE LÜFTEN

Jetzt werden Sie vielleicht einwenden: »Aber ich weiß doch kaum etwas über meine Ahnen. Wie soll ich da einzelne Geschehnisse, geschweige denn Geheimnisse entschlüsseln und Schatten erhellen?« Nun, Sie können es langsam angehen lassen. Wenn Sie mit den Methoden, die ich Ihnen hier vorstelle, zu arbeiten beginnen, werden Sie wahrscheinlich erstaunt sein, wie viel Sie tatsächlich über Ihre Vorfahren wissen. Zumindest geht das den meisten von uns so. Da gibt es so viele Erzählungen aus der Familie, die Sie vielleicht von klein auf immer wieder gehört haben. Außerdem können Sie sich bei passender Gelegenheit im Verwandtenkreis erkundigen. Unsere Angehörigen wissen oft deutlich mehr über unsere Ahnen, als sie von sich aus äußern würden. Auch im Internet kann man erstaunliche Einzelheiten erfahren. Ganze Kirchenbücher, Standesamt-Eintragungen und so weiter sind dort online einsehbar. Darüber hinaus ist das gesamte, auch das geheime, nicht weitergegebene Wissen ja in jedem von uns im Unterbeziehungsweise Zellbewusstsein gespeichert und abrufbar. Wenn Sie diesen Weg verfolgen, können Sie durch Ihre eigene Aktivität zum Meister, zur Meisterin Ihres Lebens

werden. Wie Sie dabei vorgehen können, erkläre ich in diesem Buch.

Wenn Sie beginnen, Ihr Genogramm – Ihren Stammbaum – aufzustellen, wird bereits sehr viel ans Tageslicht kommen, das Ihnen bislang nicht so bewusst war. Nach und nach können Sie dann aber auch an die wirklichen Geheimnisse in Ihrer Familie herankommen. Geheimnisse entstehen meist aus der Angst heraus, für etwas bestraft oder verurteilt zu werden. Die Furcht, dass man entdeckt, an den Pranger gestellt, aus der Familie ausgeschlossen wird oder das Ansehen verliert, ist ganz oft ein Motiv für die Geheimhaltung. Scham und Moral, Stolz, Ego und Eitelkeiten sind weitere Ursachen für Geheimnisse. Gerade die Generationen vor uns mussten sich noch deutlich mehr den Geboten der Kirche, der Gesellschaft und des politischen Systems fügen und oft schlimme Zeiten durchleben.

Manchmal gibt es so ein ungewisses Gefühl, wenn es um die Eltern oder ihre Vorfahren geht. Einer solchen Spur lässt sich folgen.

In den Kriegen wurden zum Beispiel deutlich mehr Frauen vergewaltigt, als wir vielleicht annehmen. Wurden sie dabei geschwängert, wählten viele die Option, das Kind ihrem Ehemann »unterzuschieben«, allein um der Schmach zu entgehen, als »unrein« zu gelten oder sogar verstoßen zu werden. Ein solches Geheimnis um den wirklichen Vater oder Großvater ist eines der vielen, die möglicherweise in uns gespeichert sind.

Viele Geheimnisse haben ihren Ursprung in den Kriegserfahrungen unserer Ahnen, die, oft um selbst zu überleben, grausame Handlungen begangen haben oder miterleben mussten. So kann es sein, dass wir bei den unterschiedlichsten Aktivitäten ein merkwürdiges subtiles Schuldgefühl, Unwohlsein oder Angst verspüren, obwohl wir

uns überhaupt keiner Schuld bewusst sind, und ganz sicher haben wir auch keine grausame Tat begangen.

Fahnenflucht, Verrat, Duldung von Unrecht, Anklagen, verschwörerische Pakte, Intrigen, Gewalt – dies alles sind Geschehnisse, die unsere Ahnen bestimmt nicht an die große Glocke hängten. Trotzdem sind solche Ereignisse als Informationen im Unterbewusstsein der Nachfahren gespeichert. Alles, was je geschah, geglaubt und gedacht wurde, ist als Information, als feinstoffliche Energie in dem kosmischen Feld gespeichert, in dem wir Menschen leben. Dies und die Angelegenheiten, die uns individuell betreffen und in unserem Zellbewusstsein archiviert sind, unterliegen dabei keinerlei Wertung. Das bedeutet, dass sie ähnlich wie bei der Festplatte Ihres Computers einfach aufgenommen werden, ohne eine Kategorisierung nach moralischen oder sonstigen Kriterien zu erfahren. Die Wertung erfolgt durch unser Herz und unseren Verstand.

Über das bereits Erwähnte hinaus gibt es meist auch viele bekannte und gar nicht »geheime« Ereignisse im Leben unserer Vorfahren, die uns blockieren können. Ein zu früher Tod in der Ahnenreihe kann zum Beispiel bei uns bewirken, dass wir eine unerklärliche, aber tiefe »Überlebensschuld« empfinden. Sich dieser Zusammenhänge bewusst zu werden reicht meist schon aus, um das ungute Gefühl nachhaltig aufzulösen.

DER AUFWAND LOHNT SICH

Selbstredend gab es auch günstige bis glückliche Umstände und positive Aktivitäten im Leben unserer Ahnen, die ebenfalls auf uns und in uns wirken. Sie geben uns Rückendeckung und Stärke. Diese Prägungen wollen wir natürlich nicht überwinden, sondern sie nutzen und uns mit ihnen verbinden.

Das Ganze ist mit einem gewissen Aufwand verbunden. Doch haben wir erfolgreich ein wenig »gebuddelt« und nach der hier vorgestellten Methode unsere Ahnenreihe ein Stück weit erkundet, gehen uns immer mehr Lichter auf, die sich zu einem regelrechten Kronleuchter der Erkenntnis und Erleuchtung auswachsen können. Die Unklarheit, die von inneren Schatten und Geheimnissen herrührt, wird in innere Klarheit, Kraft und Stärke umgewandelt. Aus undefinierbaren Gefühlen wie Schuld, Angst und einem schlechten Gewissen entspringen Stärke, Energie und Tatkraft. Aus unserem durch Zweifel und Angst blockierten Denken entstehen ein tiefes Vertrauen und der Glaube an uns selbst. Wir hören auf, Spielball der Ereignisse zu sein, und fangen an, den Ball selbst in die von uns gewünschte Richtung zu werfen. Aus der Abhängigkeit entsteht Eigenverantwortung.

Aus der Erkenntnis der Zusammenhänge resultieren innere Ruhe und Gelassenheit, die mit keinem Geld der Welt zu bezahlen sind.

All das können wir erreichen, wenn wir uns mit unserem Unterbewusstsein beschäftigen und es »entstressen«. Wir können aus den Wertungen und Verurteilungen, die sich aus unseren von den Ahnen übernommenen Programmierungen heraus entwickelt haben, aussteigen und in uns frei werden. Wir können ein verzeihender, vergebender und unabhängiger Mensch werden. Einer, der die Großartigkeit, die bedingungslose, allumfassende Liebe und das strahlende Licht in sich erkennen und leben kann. Der die Schönheit von Mutter Erde sieht und die Liebe in sich anzunehmen vermag. Ein Mensch, der die innere und äußere Fülle annimmt, der aus seiner permanenten Opferrolle aussteigt und imstande ist, sein Leben mittels seiner Schöpferkraft und seines Geistes selbst zu lenken.

Diese innere Freiheit, die zum Beispiel über die Befreiung von einschränkenden Glaubenssätzen entsteht, ist die Voraussetzung für ein wirklich anhaltendes Wohlfühl in uns. Die innere Freiheit basiert auch auf der Unabhängigkeit von anderen in dem Sinne, dass sich mit ihnen zu vergleichen und zu konkurrieren in keiner Weise lohnt. Innerlich frei können wir nicht nur uns selbst, sondern auch andere annehmen und lieben, ohne sie zu manipulieren oder von ihnen manipuliert zu werden.

HIN ZU WAHRER SCHÖPFERKRAFT

Für mich gibt es keinen Zweifel: Ursprünglich ist der Mensch als einzigartiges, universelles, göttliches, kreatives und ganzheitliches Geschöpf der Liebe erschaffen worden, dem ein grenzenloses Potenzial zur Verfügung steht. Dieser heilige Ursprung ist im Laufe der Menschheitsentwicklung mit negativen Erfahrungen, Programmierungen und Glaubenssätzen so überlagert worden, dass wir ihn nicht mehr wirklich wahrnehmen. Wir glauben, dem Schicksal ausgeliefert zu sein. Und wir nehmen uns getrennt vom universellen Geschehen und den anderen Menschen wahr. Dies alles ist eine Täuschung, eine Illusion! Denn wir können viel verändern, wenn wir an uns arbeiten, wenn wir die Schöpferkraft in uns annehmen, wenn wir erkennen, wer wir wirklich sind, wenn wir es wirklich wollen, wenn wir an uns glauben, uns wirklich wertschätzen und lieben!

Unsere tiefere Schöpferkraft ist völlig frei von den Programmierungen unseres Zellbewusstseins. Unser göttlicher Kern ist reine Liebe. Schließen wir uns ganz bewusst an diese einmalige Kraft in uns an, können wir die uns behindernden Programmierungen erlösen. Mit dieser Kraft arbeite ich bei meinen Lösungsübungen.

Doch wie kommen wir zu diesem ganzheitlichen Wissen, zu dieser ganzheitlichen Wahrnehmung? Der Schlüssel liegt in unserer Entscheidung, den Weg der Erlösung zu gehen und nicht mehr den Weg von Schuld und Angst. In dem Moment, in dem Sie der geistigen Welt Ihre Bereitschaft verkünden, sich ihr wieder zuzuwenden, unterstützt und hilft sie Ihnen in jeder erdenklichen Richtung.

GANZHEITLICHE BALANCE

Ich beziehe in der Arbeit in meiner Praxis alle Ebenen mit ein: die spirituelle, geistige, emotionale, physische, psychische und außerkörperliche. Analytik, Kinesiologie, Psycho-Kinesiologie, Geistheilung, Seelenarbeit und das systemische Arbeiten der Familientherapie sind Bestandteile meiner Vorgehensweise. Aus all diesen Elementen setzt sich eine Balance zusammen - und genauso nenne ich auch meine Sitzungen.

Was bedeutet Balance? Über die Einbeziehung aller Ebenen, Positionen und Zeiten eines Menschenlebens balanciere ich das menschliche System aus und bringe es wieder in seine Kraft, in Energie, Freude und Glück. So kann jeder seine ureigenen Selbstheilungskräfte, die er von Anfang an in sich trägt, wieder aktivieren. Indem die negativen Programmierungen abfließen, können die neuen positiven Programmierungen fruchten. Abfließen lassen kann man die negativen Informationen, indem man über das Erkennen an diese Energien andockt, sie sozusagen scannt und entlarvt, sich an sie zurückerinnert und sie entschlüsselt. Jetzt hat man die nötige Klarheit und kann sich entscheiden, sie loszulassen und zum Beispiel an Mutter Erde abfließen zu lassen, ohne dass dieser dadurch ein Schaden entstünde. Man kann sich ebenso entscheiden, sie dem göttlichen Licht, den Engeln oder seinem Höheren Selbst zur Lösung und Heilung zu überlassen. Jeder hat hier seine Vorlieben. Im Kapitel zum Handwerkszeug stelle ich Ihnen einige Möglichkeiten genauer vor.

Mit den Angeboten in diesem Buch haben auch Sie die große Chance, Ihre Negativprogrammierungen zu erkennen. Ich werde Ihnen aus meiner langjährigen Praxiserfahrung viele der inneren Bremsen aufzeigen. Sie gehen mit dem Geschriebenen in Resonanz und können sich dadurch scannen, sich erkennen und spüren, ob es da noch Dinge gibt, die Sie sich tunlichst anschauen sollten, um frei zu

werden und sich von jeglichem Stress zu befreien. Ist das ein Angebot?

MEIN WEG ZU DEN AHNEN

Auch für mich stand am Beginn der Reise zu meinen Ahnen persönliches Leid. Letztlich brachte es mir große Befreiung.

Als ich das Licht dieser Welt erblickte, wäre sicher niemand auf die Idee gekommen, dass ich eines Tages ein Buch mit diesem Inhalt verfassen würde. Oder vielleicht doch? War es mir vorherbestimmt? Habe ich von einem meiner Ahnen genau diese Aufgabe übernommen? Hat meine Seele mich auf ebenjenen Lebensweg geschickt, um daran zu reifen und mich an diesen Punkt zu bringen, damit ich Ihnen hier darüber berichten kann?

Mein Leben mit all meinen Erfahrungen und Schicksalsschlägen hat mich meine Berufung immer stärker spüren, erfahren und erkennen lassen. Ich musste den Umständen meines Daseins auf den Grund gehen und viele Ereignisse hinterfragen, um mein Dasein wieder lebenswert zu machen. Denn ich fühlte mich lange Zeit unwohl mit meiner Situation. Meine ganze Energie floss in meine Familie, mich selbst schien es gar nicht mehr wirklich zu geben. Ich funktionierte zwar, lebte aber nicht in der wirklichen Fülle.

Als ich sechsundzwanzig Jahre alt war, starb mein erstes Kind einige Wochen nach einer Herzoperation. Ich bekam noch drei gesunde Kinder und doch hatte ich über lange Phasen hinweg kein wirklich glückliches Lebensgefühl. Langwierige chronische Krankheiten kamen hinzu.

Irgendwann reichte es mir und ich wollte wissen, wie das Leben spielt und wo die Ursachen meiner Misere zu finden wären. Ab diesem Zeitpunkt belegte ich jedes Jahr mindestens zwei Selbsterfahrungsseminare, besuchte kinesiologische Kurse, Transzendenz- und Intuitionsseminare, ließ mich systemisch schulen und

absolvierte die Ausbildung zur Heilpraktikerin (Psychotherapie). Ich nutzte fortan all die erlernten Wege und Methoden für mich und meine Familie. Mithilfe der Kinesiologie konnte mein mittlerer Sohn von einer Neurodermitis geheilt werden. Das war ein erster großer Erfolg. Doch etwas in mir trieb mich weiter an zu forschen, ich wollte bis zu den Wurzeln des jeweiligen Problems vordringen. Ich musste die Ursache hinter den Symptomen, den Blockaden, den negativen Programmierungen, dem Stress und den Krankheiten herausfinden und sie ganzheitlich – das heißt auf körperlicher, emotionaler, geistiger und seelischer Ebene – lösen und integrieren.

ENDLICH KLARHEIT!

Schließlich kam ich zu einer Ausbildung, die sich mit den Ahnen beschäftigte. Ich fing daher an, mich mit meiner Familie und mit meinen Vorfahren zu befassen. Als ich hier erste Zusammenhänge erkennen durfte, liefen mir kalte Schauer über den Rücken: In jeder Generation meiner Familie gab es eine Frau, die ein Kind verloren hatte. Ich habe es den Frauen aus meiner Sippe also eins zu eins nachgemacht! Ich spürte, dass diese Programmierung in mir einen wesentlichen Anteil am Tod meines Kindes hatte. Ebenso durfte ich erkennen, dass der Vater meines Kindes entsprechende Programmierungen in sich trug, die dieses Geschehen ebenfalls anzogen und möglich machten.

Neben alldem spürte ich seit jeher eine tiefe undefinierbare Sehnsucht in mir. Ich konnte gar nicht wirklich sagen, wonach. Ich fühlte mich oft nicht erkannt und angenommen. Ich fühlte mich unverstanden und unvollständig. Meine innere Sehnsucht konnte immer nur für kurze Zeit durch andere Menschen befriedet werden. Ganz schnell war sie wieder präsent. Es war das Gefühl, nicht wirklich angekommen zu sein. Mir fehlte etwas in meinem

Leben, das ich nicht definieren konnte. Als ich mich mit meiner Familie auseinandersetzte, wurde mir auch in diesem Zusammenhang wieder ganz anders, weil ich erneut erstaunliche Parallelen entdeckte: Meine Großmutter durfte den Mann, den sie liebte, nicht heiraten. Er galt der Familie als nicht standesgemäß. Sie wurde mit einem deutlich älteren Witwer verkuppelt, der Frau und Kind im Kindbett verloren hatte. So hatten beide, meine Großmutter wie auch mein Großvater, in ihrer Beziehung Sehnsucht nach anderen, verloren gegangenen Personen. Diese Sehnsucht war nicht zu stillen, da Frau und Kind des Großvaters tot waren und das Verbot der Liebesheirat zu Zeiten meiner Großmutter lich war. Nun lebte ich die unerfüllte Sehnsucht meiner Vorfahren in meiner eigenen Beziehung und in meinem Leben aus.

Ein abgegangener Zwilling bei der Schwangerschaft meiner Mutter kam noch erschwerend dazu. Ich verspürte die Sehnsucht nach diesem nie geborenen Menschen, der immerhin anfänglich mit mir im Bauch meiner Mutter existiert hatte und dann verstorben war.

Für all das fand ich folgende Erklärung: Die Ereignisse, die sich in meinem Leben zutragen, zeigen mir meine Programmierungen auf. Unwillkürlich ziehe ich im Außen Situationen, Reaktionen und Ereignisse an, die meinen Gedanken, Befindlichkeiten und Glaubenssätzen entsprechen. Diese Zusammenhänge sind auch als »Gesetz der Anziehung« bekannt (siehe Kapitel »Das Resonanzprinzip«[>](#)). Und vor allem: Die Hintergründe zu entdecken ist bereits der erste Schritt zur Befreiung.

VERBLÜFFENDE PRÄZISION

Im Laufe meiner Forschungen habe ich entdeckt, dass wir die von den Ahnen übernommenen Inhalte zum Teil auf das Jahr, den Monat und sogar den Tag und die Stunde genau

nachmachen. Die nicht erkannten und dominant übernommenen Muster in uns dirigieren unsere Handlungen und Erfahrungen bis zu 80 Prozent. Das zu bemerken kann zuweilen sehr schmerzhaft sein, es ist aber auch eine gute Gelegenheit hinzusehen, zu erkennen und sich damit von diesen negativen Mustern zu befreien. So habe ich mich aufgemacht, die übernommenen Gedanken, Befindlichkeiten, Einstellungen, Muster und Programmierungen folgendermaßen zu entschlüsseln:

- Woher kommen sie?
- Wie beeinflussen sie mich?
- Was kann ich dagegen tun?

Ein Beispiel zur Veranschaulichung: Nehmen wir an, ich habe Glaubenssätze meiner Urgroßmutter väterlicherseits in mir gespeichert, gleichzeitig die Glaubenssätze meines Urgroßvaters mütterlicherseits. Die Urgroßmutter war überzeugte Pazifistin, der Urgroßvater überzeugter Kriegsbefürworter. Sie ist alt geworden, er ist früh gestorben. Habe ich nun diese Informationen alle in mir vereint, so bin ich unbewusst permanent hin- und hergerissen zwischen Pazifist und Krieger, zwischen früh sterben oder lange leben. Allein dadurch, dass ich nun aber die Wirkung dieser Muster in mir erkenne und bewusst verabschiede, können sie schon abfließen und ich bin nicht länger Spielball dieser alten, unbewusst übernommenen Programmierungen.

Dank meiner vielen Klienten, Erfahrungen und Ausbildungen durfte ich solche Zusammenhänge bereits unzählige Male entdecken. Und ich durfte entsprechende Methoden zur Erkennung und Lösung weiterentwickeln und zusammenführen. Dies alles werde ich nun Schritt für Schritt an Sie weitergeben.

Es geht darum, eine Programmierung zu erkennen, anzunehmen und zu erlösen. Das mag anfangs kompliziert wirken, doch lesen (und erkunden) Sie bitte weiter. Es lohnt sich sehr!

DAS PRINZIP DER AHNEN

Niemand ist eine Insel – das wussten unsere frühen Ahnen sehr genau. Und so prägt uns bis heute ein Dazugehöremüssen um (beinahe) jeden Preis.

Wir haben in unserem Zellbewusstsein nicht nur die Erfahrungen unserer unmittelbaren Vorfahren gespeichert, denn unsere grundsätzlichen Verhaltensmuster strecken ihre Wurzeln bis in die Frühzeit des Menschen. Dort aber galten völlig andere Gesetze, als wir sie heute kennen und zumindest in unserem Alltag wahrnehmen. Nur im Zusammenhalt der Gemeinschaft konnte der Homo sapiens überleben und sich vor den Gefahren schützen, die in der Natur lauerten oder von anderen Stämmen ausgingen. So hatte jeder Einzelne eine klar zugeordnete Rolle und Funktion, die er einhalten und erfüllen musste. Es herrschte das Gruppenbewusstsein. War jemand ausgeschert, gefährdete er die Sicherheit der Gruppe und wurde ausgegrenzt und verstoßen. Ohne den Schutz und die Versorgung über die Sippe jedoch war er den allgegenwärtigen Gefahren ausgeliefert. Meistens bedeutete dies für die betreffende Person den sicheren Tod.

Dieses unbedingte Dazugehöremüssen ist in unserem Zellbewusstsein immer noch als Überlebenswille gespeichert: ein instinktives, automatisiertes Muster in unserem Gehirn und in unserem menschlichen System. Es hat absolute Priorität vor allen anderen Körperfunktionen.

Was bedeutet dies aber für uns im Hier und Jetzt? Haben wir uns nicht schon lange vom Gruppenbewusstsein zum »Individualbewusstsein« weiterentwickelt? Natürlich konnten wir im Lauf der sehr langen Zeit seit den Anfängen der Menschheit immer mehr Individualität, Autonomie und Unabhängigkeit gewinnen, obwohl wir auch heute nicht