

STEFAN LIMMER  
Die Macht der zwei Seelen in dir



GOLDMANN

Lesen erleben

### *Buch*

Eine Krankheit kann aus schamanischer Sicht eine Botschaft der Seele sein, dass wir uns von unserer Bestimmung entfernt haben. Verbinden wir uns mit unseren Ahnen und unserer Seele, sind wir wieder im Einklang mit unserer Lebensaufgabe und tiefgehende Heilung kann stattfinden. Mit Meditationen, Ritualen und Seelenreisen führt uns Stefan Limmer zu Selbstheilung und einem sinnerfüllten Leben.

### *Autor*

Stefan Limmer, geboren 1964, ist Baubiologe, Heilpraktiker, Seminarleiter und initiierter Schamane. Neben naturheilkundlichen Verfahren liegt der Schwerpunkt seiner Praxis auf energetischen und schamanischen Heilmethoden. Daraus ist ein ureigener Weg entstanden, der optimal auf die Bedürfnisse, Verhaltensmuster und Krankheitsbilder des westlichen Menschen abgestimmt ist. Stefan Limmer lebt in der Nähe von Regensburg und leitet Seminare und Ausbildungen.

Stefan Limmer

# Die Macht der zwei Seelen in dir

Die Ahnen- und die Individualeseele heilen  
und die eigene Bestimmung finden

GOLDMANN

**Wichtiger Hinweis:** Autor und Verlag haben die Empfehlungen und Übungen in diesem Buch sorgfältig erwogen und geprüft. Die Anwendung erfolgt jedoch auf eigene Verantwortung. Weder der Autor noch der Verlag und dessen Mitarbeiter übernehmen eine Haftung für etwaige Schäden jeglicher Art, die durch die Anwendung entstehen. Keinesfalls dürfen vom Arzt oder Heilpraktiker verordnete Medikamente eigenmächtig abgesetzt werden oder Therapien abgebrochen werden. Die hier vorgestellten Methoden ersetzen nicht den Besuch eines Arztes oder Heilpraktikers und sind kein Ersatz für eine notwendige Therapie.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten,  
so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung,  
da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf  
deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

 Dieses Buch ist auch als E-Book erhältlich.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

1. Auflage

Originalausgabe Juni 2020

© 2020 Wilhelm Goldmann Verlag, München,  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH,  
Neumarkter Str. 28, 81673 München

Lektorat: Christian Wolf, Benediktbeuern

Umschlaggestaltung: UNO Werbeagentur, München

Umschlagmotiv: FinePic®, München

JG · Herstellung: cb

Satz: Uhl + Massopust, Aalen

Druck und Einband: GGP Media GmbH; Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-442-22274-2

[www.goldmann-verlag.de](http://www.goldmann-verlag.de)

Besuchen Sie den Goldmann Verlag im Netz:



# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	<b>7</b>
<b>Die Felder der Macht</b> .....	<b>13</b>
Energiefelder .....	14
Das Energiefeld der Individualseele .....	20
Das Kraftfeld der Ahnenseele .....	23
Die Macht der zwei Seelen .....	28
<b>Krankheit und Gesundheit</b> .....	<b>38</b>
Wann sind wir krank, wann gesund? .....	39
Verbindungen und Zusammenhänge .....	48
Blockaden und Störungen .....	51
<b>Seelenheilung</b> .....	<b>52</b>
Der Weg zur Heilung .....	53
Die Reise des Helden .....	57
Das Seelenrad .....	58
Das Heilungsritual als wichtigster Begleiter .....	65

<b>Die Heldenreise</b> . . . . .	<b>80</b>
Bevor du startest . . . . .	80
Reiseetappe 1: die Bestandsaufnahme . . . . .	83
Reiseetappe 2: die Verbindung mit dem Herz und mit der Liebe . . . . .	95
Reiseetappe 3: unser Kopfhirn, Herzhirn und Bauchhirn verbinden . . . . .	108
Reiseetappe 4: die Felder der Kraft aktivieren . . . . .	117
Reiseetappe 5: die Fesseln der Vergangenheit lösen. .	133
Reiseetappe 6: die Zukunftsängste überwinden . . . . .	143
Reiseetappe 7: die Schöpferkraft im Hier und Jetzt aktivieren . . . . .	156
Reiseetappe 8: deine Vision und Bestimmung . . . . .	171
Reiseetappe 9: die innere Heilkraft aktivieren . . . . .	184
Reiseetappe 10: das Energiefeld heilen . . . . .	198
Reiseetappe 11: das Zellgedächtnis heilen . . . . .	216
Reiseetappe 12: loslassen . . . . .	226

## **Der Pfad der Kriegerinnen und Krieger**

<b>der Herzen</b> . . . . .	<b>239</b>
Gesundheit erhalten . . . . .	241
Eigenverantwortung und Freiheit . . . . .	248
Das Leben als Schöpfer gestalten . . . . .	250
Buchempfehlungen . . . . .	253
Adressen . . . . .	253

# Vorwort

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wir alle wollen erfolgreich unser Leben gestalten, wir möchten gesund und glücklich sein, wir wollen lieben und geliebt werden. Aber in der Realität gibt es immer wieder Bereiche, in denen uns das nicht oder nur teilweise gelingt und wir in alten Mustern des Leidens, des Schmerzes und des Unglücks steckenbleiben. Viele unserer Probleme und vermeintlichen Blockaden, viele aktuelle Beschwerden besonders im psychisch-seelischen Bereich begleiten uns hartnäckig und verhindern, dass es uns richtig gutgeht. Oft ahnen wir, was wir verändern müssten, aber immer wieder erleben wir auch, wie schwierig es ist, theoretische Erkenntnisse und Einsichten in die Praxis umzusetzen und in unseren Alltag zu integrieren.

Aber warum fällt es uns so schwer, zu handeln und unser Leben konsequent so zu gestalten, dass wir damit glücklich und zufrieden sind? Aus schamanischer Sicht gibt es dafür wesentliche Gründe: Durch traumatische Erlebnisse ist der Zugang zu unserer Seele verschüttet, wir haben keinen Zugang

zur Selbstliebe, und unsere Verbindungen zu den unterstützenden spirituellen Kräften um uns und in uns sind blockiert. Wir sind in der Vergangenheit oder in den Ängsten und Sorgen vor der Zukunft gefangen und kommen nicht in unsere Schöpferkraft. Uns fehlt eine klare Vision für unser Leben, wir sind nicht in unserer wahren Kraft und Stärke und wir haben keinen Zugang zu unserem Herz und zu unserer Intuition. Letztendlich geht es um Blockierungen in unseren eigenen inneren Energiefeldern und Energiesystemen, und um fehlende Verbindungen zu uns unterstützenden Energien und Kräften.

Schamanen sehen das Leben als ein Wechselspiel dieser verschiedenen Kräfte und Energiefelder, in die wir alle eingebunden sind. Für unser Wohlbefinden, für unsere Gesundheit, für unser Lebensgefühl, unserer Tatkraft und unsere Sinnfindung spielt es eine entscheidende Rolle, wie wir mit diesen Kräften umgehen. Das Energiefeld unserer Individualseele mit ihren ureigenen, einzigartigen Themen, Erfahrungen und Lernaufgaben, die sie mit hierher in diese Inkarnation gebracht hat, spielt dabei eine wesentliche Rolle. Nun finden aber auch bei dieser tiefgehenden Betrachtungsweise Menschen oft keinen anhaltenden, befriedigenden Ausweg aus ihren individuellen Problemen. Trotz bester Absicht, intensiver Bemühungen und der Arbeit auf unterschiedlichen Ebenen des Körpers, des Geistes, der Seele, des Energiekörpers usw. bleiben Probleme und Beschwerden hartnäckig bestehen oder kehren wieder zurück.



Deshalb beleuchten wir unser Leben hier von einem völlig anderen, auch im Schamanismus wenig beachteten Standpunkt aus: Neben unserer Individualseele wohnt in uns als zweite große Instanz unsere Ahnenseele, die sich aus der Energie unserer Herkunftsfamilie speist. Hier spielen besonders die letzten sieben Generationen eine bedeutende Rolle, da deren Energie in direkter Resonanz zu unserer Individualseele steht. Wenn wir uns in diese Welt inkarnieren, sucht sich unsere Seele die Herkunftsfamilie nach exakten Resonanzkriterien aus und wir finden unsere eigenen, in unserer Individualseele abgespeicherten und mitgebrachten Themen genauso im Ahnensystem. Beide Instanzen bedingen sich je nach Thematik gegenseitig und unterstützen oder blockieren sich. Ein weiterer wichtiger und entscheidender Aspekt ist die Kenntnis dessen, was wir oft als Bestimmung oder Lebensaufgabe bezeichnen. Indem wir die von unserer Seele in diese Inkarnation mitgebrachten Aufgaben erkennen und leben, haben wir einen weiteren wichtigen Schlüssel, um ein gesundes und sinnerfülltes Leben zu führen.

Öffnen wir uns für diese Betrachtungsweisen, verwandeln sich unsere Probleme im Leben und werden zu wertvollen und sinnvollen – wenn auch manchmal schmerzhaften – Lehrern, die uns wieder mit der ursprünglichen Absicht unserer Individualseele und unserer Ahnenseele verbinden und uns aufzeigen, wo wir nicht unsere Bestimmung leben.

Als Weg der Erkenntnis und der Selbstheilung begeben wir uns in diesem Buch auf unsere persönliche hoch spannende und erkenntnisreiche Heldenreise durch das schamanische Seelenrad. Dieses hilft uns, Krankheitsursachen zu erkennen, zu verstehen und dauerhaft und effektiv aufzulösen.

Gleichzeitig stellen wir auf unserer Reise die Verbindungen zwischen unserer Ahnenseele und unserer Individualseele wieder her, sodass diese ihr gemeinsames Potenzial entfalten können und wir Zugang zu unserer Lebensaufgabe bekommen.

Mit der Heldenreise durch das Seelenrad kann jeder selbstständig ohne Vorkenntnisse arbeiten und damit die Verbindung zu seiner ureigenen inneren Weisheit herstellen. Damit haben wir die Möglichkeit zu tiefgehender Erkenntnis und Veränderung und damit den Schlüssel zur Selbstheilung in der Hand.

Dieses Buch ist ein Praxisbuch. Nur vom Lesen alleine wird sich nicht viel verändern. Für die praktische Arbeit besorge dir vorab einen Schreibblock oder ein schönes Schreibbuch – dein persönliches Heldenreisejournal –, in das du alles aufschreibst, was dir wichtig erscheint. Wir machen immer wieder auch schriftliche Übungen, die du dir bitte ebenfalls hier notierst. Zusätzlich benötigst du mindestens eine Kerze und im Idealfall Räucherwerk, das du gerne magst, eine Reinigungsräuchermischung und eine CD mit Meditationsmusik oder mit schamanischen Trommelklängen.

Ich verwende im Text ausschließlich die männliche Schreibweise. Dies dient nur der besseren Lesbarkeit und ist keinesfalls diskriminierend gemeint. Natürlich spreche ich insbesondere auch alle Leserinnen an und hoffe, dass damit niemand ein Problem hat.

Nun wünsche ich dir alles Gute auf deiner ganz persönlichen Heldenreise durch die Welt deiner Individualseele und deiner Ahnenseele und durch dein Seelenrad.

Stefan Limmer

Rettenbach, im Dezember 2019



# Die Felder der Macht

**Die Menschen stehen unter dem Gesetze der Macht.**

Friedrich von Wieser,  
österreichischer Wirtschaftswissenschaftler  
und Soziologe (1851–1926)

Wir alle unterliegen den unterschiedlichsten energetischen Einflüssen. Ständig wirken grob- und feinstoffliche Energien, Informationen und Schwingungen auf uns ein, und gleichzeitig strahlen wir ununterbrochen Energie, Informationen und Schwingungen ab. Sowohl wir als auch die Menschen in unserem Umfeld reagieren bewusst und unterbewusst auf diese Felder. Auf diesen Ebenen findet viel mehr Informationsaustausch statt, als uns bewusst ist.

Genauso wie wir nach außen über Schwingungen kommunizieren, finden wir auch in uns neben den klassischen Informationssystemen »Nervensystem« und »Hormonsystem« eine dritte, rein energetische Ebene der Kommunikation. So wissen wir inzwischen, dass sich unsere Zellen über Schwingungen und feinste Energieabstrahlungen in einem ständigen Austausch mit allen anderen Körperzellen befinden.

# Energiefelder

Wir verwenden hier den Begriff der Energiefelder nicht nach klassischen physikalischen Kriterien, sondern in Anlehnung an die Theorie der morphischen Felder, wie sie der britische Biologe Rupert Sheldrake formuliert hat. Demnach gibt es »formgebende Felder« bzw. Informationsfelder, die alle Informationen und Energien eines Systems enthalten.

Unter all den Schwingungen und Feldern, die uns ausmachen und in denen wir uns bewegen, können wir drei Felder benennen, die den größten Einfluss auf uns, unsere Gesundheit und unser Wohlergehen haben und die größtenteils bestimmen, wie wir uns fühlen, wohin wir uns im Leben wenden und wie wir im Leben agieren:

- Das Energiefeld unserer Individualseele.
- Das Energiefeld unserer Ahnen.
- Das Umgebungsenergiefeld, in das wir geboren wurden.

Die Individualseele wird gespeist durch alle Erfahrungen, die unsere Seele in früheren Inkarnationen gemacht hat, und durch die daraus resultierende Aufgabe für dieses Leben. Die Ahnenseele wird gespeist durch die Erlebnisse und Erfahrungen unserer Vorfahren. Diese Energien bestimmen wiederum unsere Gene und kreieren das Energiefeld der Ahnenseele in uns.

Wenn sich eine Individualseele inkarniert, dann verbindet sie sich bei der Zeugung über die Gene der Eizelle und des Spermias zunächst mit dem Energiefeld der Ahnen, wodurch die Ahnenseele und ihre Verbindung zur Individualseele entsteht.

Im Außen wirkt gleichzeitig das Umgebungsenergiefeld auf die Seele ein. Dadurch entstehen bereits ab der Zeugung entsprechende energetische Verbindungen, und die Seele erfährt ihre entsprechenden Färbungen. Das Umgebungsenergiefeld wird bestimmt durch die Energien und Erinnerungen des Ortes, an dem wir unsere Kindheit verbringen, durch die dort lebenden Menschen, durch die Religion, die Glaubenssätze und Weltanschauungen der Menschen um uns herum, also auch durch unsere Eltern und Verwandten, die gleichzeitig auch Teil des Ahnenfeldes sind. Dieses Umgebungsenergiefeld installiert entsprechende Systeme und Muster in uns, die in Resonanz zur Ahnenseele und zur Individualseele stehen. Dessen Hauptaufgabe ist es, als Spiegel der Seelen in uns zu fungieren und im Außen die notwendigen Reibungsflächen zu bieten, damit wir uns entsprechend der Kräfte in uns entwickeln können.

## Übergeordnete kosmische Gesetzmäßigkeiten

Unser Leben hier auf der Erde findet nach bestimmten Gesetzmäßigkeiten statt. Es handelt sich wiederum um Ener-

giefelder, denen wir uns nicht entziehen können. Zwei der wichtigsten Gesetze sind das Resonanzgesetz und das Spiegelgesetz.

- Das Resonanzgesetz besagt, dass wir nur mit anderen Menschen, Situationen, Energien und Feldern in Resonanz gehen können, wenn wir dieselben Energien in uns tragen.
- Das Spiegelgesetz besagt, dass alles, was uns im Leben begegnet, uns immer nur unser eigenes Inneres spiegelt. Wenn wir in die Welt blicken, blicken wir wie in einen Spiegel und sehen immer nur uns selbst.

Diese beiden Gesetze bedingen sich gegenseitig und erklären, dass alle Ereignisse in unserem Leben etwas mit uns zu tun haben müssen.

Es ist also kein Zufall, wenn wir handlungsblockiert sind und wir im Außen Widerständen begegnen. Solcherlei äußere Blockaden zeigen nur unsere inneren Blockaden auf und machen uns darauf aufmerksam, dass wir keinen tieferen Zugang zu uns und unserer Seelenabsicht haben. Hier wirkt das Spiegelgesetz, das Außen spiegelt uns immer nur unser eigenes energetisches Innenleben. Wer hier den Zufall bemüht, stiehlt sich aus der Eigenverantwortung und ist nicht wirklich bereit, Verantwortung für sich und sein Leben zu übernehmen.



## Die Herausforderungen des Lebens

Hier geht es nicht darum, irgendein negatives Verhalten von Menschen zu entschuldigen, die uns womöglich gequält, geschlagen, psychisch verbogen oder verletzt haben. Solcherlei Dinge sind und bleiben verwerflich, aber Schuldzuweisungen helfen uns leider überhaupt nicht weiter. Es hilft uns auch nicht weiter, für Kriege oder Naturkatastrophen »Schuldige« zu finden oder sie als Strafe einer höheren Macht zu erachten. Das Leben stellt uns immer wieder vor schwere Herausforderungen, und es geht darum, mit den Folgen der Ereignisse klarzukommen.

Das Leben stellt uns manchmal sehr schmerzliche und manchmal fast nicht zu beantwortende Fragen, an denen Menschen scheitern oder schwer traumatisiert zerbrechen:

- Wie gehst du mit dieser Herausforderung um?
- Zerbrichst du daran oder wachst du daran?
- Findest du Frieden und Liebe auch in schwersten Zeiten in dir?

Eines müssen wir uns hierbei immer wieder klarmachen: Was passiert ist, ist passiert. Unsere Vergangenheit können wir nicht mehr ändern, aber unsere Gegenwart können wir aus den Erfahrungen der Vergangenheit neu bewerten, alte Muster und Traumata in Heilung bringen, Frieden schließen und verzeihen, in die Liebe gehen und die Verantwortung für uns,

unser Leben, unseren Gemütszustand, unsere Entwicklung usw. übernehmen. Damit lösen wir uns aus der Ohnmacht, aus der Passivität, aus dem Leid und aus der Abhängigkeit. Niemand anders, wie zum Beispiel die böse, lieblose Mutter oder der Vater, der uns geschlagen hat, ist weiter verantwortlich für unser Befinden und unsere Probleme, sondern nur noch wir selbst. Damit lösen wir uns auch endgültig aus der Kindrolle und übernehmen selbst die Verantwortung für unser inneres Kind. Wir werden zum Schöpfer unserer inneren und unserer äußeren Realität und gehen selbstbestimmt unseren weiteren Lebensweg.

## Die Vielschichtigkeit des Menschen

In jedem Erdenleben ist die Seele untrennbarer Bestandteil des »Systems Mensch«, das sich aus verschiedenen Bereichen zusammensetzt. So kennen wir zum Beispiel eine Differenzierung in Körper, Geist und Seele oder auch in Körper, Geist, Psyche und Seele. Eine klassische schamanische Einteilung ist die Unterscheidung von Körper, Seele, Geist und Herz. Nach rein energetischen Gesichtspunkten können wir eine Differenzierung in unterschiedlich »dichte« Energieschichten treffen wie den materiellen Körper, den Emotionalkörper, den Mentalkörper, den energetischen, spirituellen Körper und/oder den Ätherleib.

Bei all den Versuchen einer Klassifizierung dürfen wir nicht vergessen, dass es unser logischer Verstand ist, der solcherlei Einteilungen und Benennungen braucht, da er mit dem Begriff der Einheit und Verbundenheit nicht gut zurechtkommt. Unser logischer Verstand braucht klare Systeme, an denen er sich orientieren kann. Aber die Summe von allem ist wesentlich mehr und kann mit keinem System erfasst oder beschrieben werden.

Für unsere Betrachtung sprechen wir von der Individualseele und der Ahnenseele. Dabei dürfen wir ebenfalls nicht vergessen, dass auch diese Differenzierung menschengemacht ist, um damit Dinge zu verstehen, die uns ansonsten auf der Ebene der Logik nicht zugänglich wären. Die Realität des Menschen ist aber von einer höheren Ebene aus betrachtet immer multidimensional, alles ist mit allem verbunden, und eine Trennung, so wie wir sie wahrnehmen und empfinden, existiert überhaupt nicht. Philosophen und Religionen sprechen von der Illusion, in der wir gefangen sind, von einem Traum, den wir träumen. Erst wenn wir erwachen und die Realität hinter den Schleiern des Traumes und der Illusion erkennen und erfassen, sind wir wieder ganz in der Einheit und das Gefühl der Trennung verschwindet.

Darum geht es auch auf unserer Heldenreise, auf die wir uns später begeben werden (ab Seite 57). Wir verbinden die Dinge miteinander, die wir als getrennt erleben, sodass wir wieder ein Gefühl für das große Ganze hinter unseren eigenen

Beschränkungen, hinter unserem Leid und unseren Krankheiten erkennen und erfahren und uns so aus diesen negativen Zuständen mehr und mehr lösen können.

Bleiben wir aber zunächst bei unserer Einteilung in die Individualeseele und die Ahnenseele und schauen wir uns diese genauer an.

## Das Energiefeld der Individualeseele

Wir alle befinden uns auf einer Reise durch die Unendlichkeit von Raum und Zeit. Unsere Seele hat sich einst auf den Weg gemacht, hat ihre wahre geistige Heimat – die Einheit in der Unendlichkeit jenseits von Raum und Zeit – verlassen und inkarniert sich seitdem immer wieder auf der Erde. Jedes Erdenleben erfüllt einen bestimmten Zweck und dient der Erkenntnis und dem Lernen. So entwickelt sich unsere Individualeseele immer weiter, bis sie irgendwann nach Hause zurückkehrt. Erst wenn sie alles gelernt und erfahren hat, was ihr wichtig ist und was dem Erkenntnisprozess des großen Ganzen dient, wird sich die innere Trennung wieder auflösen, werden die Begrenzungen überwunden, und die Seele wird wieder in der Einheit verweilen. Letztendlich kehren wir dauerhaft nach Hause zurück, wenn wir gelernt haben, bedingungslos zu lieben: uns selbst, alle anderen Wesen, die Welt

um uns herum, alle geistigen und energetischen Erscheinungen usw. Diese bedingungslose Liebe umfasst aber auch alles, was wir normalerweise ablehnen und als negativ empfinden: Krankheiten, Gewalt, Egoismus, unsere schlechten Angewohnheiten ... Diese Liebe, die der Schlüssel für unsere Fahrkarte nach Hause ist, liebt ohne jegliche Bedingung und ohne jegliche Wertung.

## Die Aufgaben der Individualseele

Fassen wir die wichtigsten Aufgaben der Individualseele im Menschen zusammen:

- Sie hält die Verbindung zu unserem göttlichen Ursprung aufrecht.
- Sie verbindet unseren wahren inneren Kern, unseren geistigen Wesenskern, mit der materiellen Welt.
- Sie speichert alles, was uns auf unserer Wanderung durch Raum und Zeit und durch sämtliche Inkarnationen widerfährt.
- Sie sorgt für die energetische Anbindung an die kosmischen, feinstofflichen Energien.
- Sie verbindet unser Nervensystem mit dem feinstofflichen System.
- Sie ermöglicht uns, uns und unseren Eigenraum auf feinstofflicher Ebene wahrzunehmen.

- Sie sorgt für Stabilität im Außen.
- Sie sorgt für Stabilität in uns, also im Inneren.
- Durch sie fließt unsere grundlegende Lebensenergie.
- Sie ermöglicht uns, die Realität und den Sinn unserer Existenz zu erfassen.
- Sie sorgt für unsere spirituelle Führung.
- Sie kümmert sich darum, dass wir unseren Lebenssinn nicht aus den Augen verlieren.
- Sie ist maßgeblich und entscheidend für die Gesundheit und Gesundwerdung eines Menschen verantwortlich.
- Sie steuert und koordiniert die großen Übergänge des Lebens – die Geburt und den Tod.
- Sie verbindet sich in jeder Inkarnation mit dem Energiefeld unserer genetischen Herkunftsfamilie, baut entsprechende Resonanzfelder auf und kreiert damit das einzigartige, genau aufeinander abgestimmte Energiefeld der Individual- und der Ahnenseele.

Die Seele hat also vielerlei Aufgaben zu erfüllen. Damit sie das tun kann, ist sie von ihrem energetischen Aufbau optimal dafür gerüstet. (Wer hier tiefer einsteigen will, siehe Literaturempfehlungen im Anhang Seite 253.) Auf unserer Heldenreise (ab Seite 57) werden wir verschiedene Bereiche unserer Seele betreten und diese in einen optimalen Energiezustand versetzen, damit sie ihre Aufgaben bestmöglich erfüllen kann.

Damit sich die Individualseele hier auf der Erde zurechtfindet, sucht sie sich ein ihr entsprechendes Energiefeld einer Ahnenreihe und inkarniert dann genau in dieses Familiensystem, das ihr zu hundert Prozent entspricht und in dem sie sich somit am besten weiterentwickeln kann. Sie verbindet sich mit der Ahnenseele als einen Teil von ihr selbst, und diese hilft ihr, auf der Erde ihren Weg zu gehen.

## Das Kraftfeld der Ahnenseele

Das zweite wichtige Energiefeld, das uns durch unser Leben begleitet und massiv beeinflusst, ist das Kraftfeld unserer Ahnen. Durch das morphische Feld, das uns mit unseren Ahnen verbindet, sind wir automatisch mit allen Ahnenseelen unserer Herkunftsfamilie verbunden, und diese Energie durchdringt und begleitet uns. Gleichzeitig sind wir auch durch unsere Gene und die darin abgespeicherten Informationen unweigerlich mit unserer genetischen Herkunftsfamilie verbunden. Wir können unsere Herkunft noch so sehr verleugnen, ablehnen oder damit hadern – diese energetische und genetische Verbindung bleibt bestehen und beeinflusst uns und unser Leben.

Das heißt nicht, dass wir den negativen oder auch krankmachenden Einflüssen und Dispositionen ohnmächtig aus-

geliefert sind. Im Gegenteil haben wir durch verschiedenste Techniken wie das Familienaufstellen oder den Prozess der »Versöhnung mit den Ahnen«, den ich im gleichnamigen Buch (Literaturangabe Seite 253) ausführlich beschrieben habe, die wunderbare Möglichkeit, uns aus allen belastenden Faktoren zu lösen, Frieden zu schließen und in uns das Kraftfeld unserer Ahnen zum Erblühen zu bringen und damit unsere Ahnenseele zu nähren. So erschließen wir uns eine unendliche Quelle der Kraft, Liebe, Freude und Unterstützung, die uns durch unser Leben begleitet.

## Die Ahnenseele

Der Begriff der Ahnenseele taucht in unterschiedlichsten Kulturen auf, sowohl in der germanischen Mythologie als auch in der Mongolei, in Afrika, Ägypten und im Grunde in allen schamanischen Kulturen. Damit wird meist die Seele eines Verstorbenen aus der eigenen Herkunftsfamilie bezeichnet. Gleichzeitig bildet sich aus der Energie von allen unseren Vorfahren, zurückwirkend bis in die siebte Generation hinter uns und dann über das Ahnensystem noch weiter zurück, unser eigenes morphisches Ahnenfeld, und daraus resultiert die kollektive Seelenenergie unserer Herkunftsfamilie. Dieses Energiefeld ist für uns einzigartig und birgt alle Erfahrungen, Gedanken, Gefühle, Wünsche und Taten unserer Vor-



fahren und beinhaltet alle Ereignisse, die auf diese eingewirkt haben. So finden wir hier zum Beispiel auch alle Kriegsgeschehnisse, Naturkatastrophen und Tragödien, in die unsere Vorfahren verwickelt waren, ebenso die Energien, Glaubenssätze und Dogmen der Religionen, Gemeinschaften und der Kulturen, denen diese ausgesetzt waren.

## Die Bedeutung der Ahnen

Unsere Ahnen bilden ein eigenes Energiefeld, in das wir untrennbar verwoben und eingebunden sind. Wie eine große Pyramide aus Energie begleiten uns unsere Vorfahren durch unser Leben. Ihre Energie fokussiert sich in unserem Rücken und lebt in uns in unserer Ahnenseele. Ist diese Energie im freien Fluss und verbindet uns mit dem ursprünglichen Kraftfeld unserer Familie, so erfahren wir echte, kraftvolle Unterstützung für unser Leben:

- Das Kraftfeld der Ahnen nährt und versorgt unsere Aura.
- Es nährt und versorgt unsere Chakras.
- Es versorgt all unsere Körperzellen mit Energie.
- Es stärkt uns den Rücken.
- Es hilft uns, aufrecht durch unser Leben zu gehen.
- Es verbindet uns mit der Weisheit unserer Vorfahren.
- Es schenkt uns Liebe und Geborgenheit.
- Es verbindet uns mit unserem göttlichen Ursprung.