

Leseprobe aus: **Kraftquelle Ahnen** von Monnica Hackl.  
Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung des Verlages.  
Alle Rechte vorbehalten.

---

**PRANAHAUS**<sup>®</sup>  
Alles Gute für Körper, Geist und Seele

Hier geht's zum Buch

[>> Kraftquelle Ahnen](#)

MONNICA HACKL

# KRAFTQUELLE AHNEN

Wie wir uns mit den Vorfahren  
versöhnen und ihren Schutz und  
Beistand gewinnen

*Ansata*

Das vorliegende Buch ist sorgfältig erarbeitet worden. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autorin noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch gemachten praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.

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.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

Ansata Verlag

Ansata ist ein Verlag der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH.

ISBN 978-3-7787-7511-0

Dritte Auflage 2021

Copyright © 2016 by Ansata Verlag, München,  
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,  
Neumarkter Straße 28, 81673 München

Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.

Redaktion: Dr. Diane Zilliges

Einbandgestaltung: no-mind.graphics, München,  
unter Verwendung eines Motivs von shutterstock.

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: Friedrich Pustet KG, Regensburg

www.ansata-verlag.de

# Inhalt

|   |    |
|---|----|
| <b>Einleitung</b> .....                     | 11 |
| Weshalb dieses Buch geschrieben wurde ..... | 12 |
| Was dieses Buch Ihnen bietet .....          | 13 |

## **Warum sich mit den Ahnen befassen?**

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| <b>Wer sind unsere Ahnen?</b> ..... | 19 |
| Was uns die Ahnen schenken .....    | 22 |
| Können Ahnen uns schaden? .....     | 30 |
| Belastende Erbschaften .....        | 35 |

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| <b>Die vergessenen Ahnen</b> .....  | 49 |
| Die Ahnen im Schamanismus .....     | 49 |
| Geheimnisvolle Orte .....           | 55 |
| Umgang mit vergessenen Seelen ..... | 59 |
| Eine Welt ohne Ahnen .....          | 62 |
| Lebendige Begegnungen .....         | 66 |
| Der Rückzug der Ahnen selbst .....  | 68 |

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| <b>Wenn die Ahnen rufen</b> .....    | 73 |
| Das »Friedhofsvirus« .....           | 73 |
| Geister der Ahnen .....              | 74 |
| Richard III. und seine Gebeine ..... | 76 |
| Dunkle Schwingungen .....            | 79 |

## Versöhnung, Heilung und Befreiung

|  |     |
|--|-----|
| <b>Das große Ahnenritual</b> .....                     | 88  |
| Die Entwicklung des Rituals .....                      | 90  |
| Die Premiere .....                                     | 92  |
| Anleitung zum großen Ahnenritual .....                 | 95  |
| Was macht es so heilsam? .....                         | 104 |
| <br>   |     |
| <b>Die heilende Magie der Säulen und Pfeiler</b> ..... | 110 |
| Glastonbury .....                                      | 111 |
| Anleitung für ein eigenes Ritual .....                 | 116 |
| <br>   |     |
| <b>Andere Seelen spüren</b> .....                      | 118 |
| <br>   |     |
| <b>Begegnung auf schamanischen Reisen</b> .....        | 123 |
| Die schamanische Reise .....                           | 123 |
| Imagination .....                                      | 128 |
| Das Erleben der Ahnen .....                            | 129 |
| Himmelsreisen der Schamanen .....                      | 134 |
| Die Reise zu den eigenen Kindern .....                 | 135 |
| <br>   |     |
| <b>Schamanische Arbeit im Zellgedächtnis</b> .....     | 138 |
| <br>   |     |
| <b>Die Stammbaumheilung</b> .....                      | 147 |
| Vorbereitungen .....                                   | 148 |
| Die Zeremonie selbst .....                             | 153 |
| Einen Stammbaum bauen .....                            | 155 |
| <br>   |     |
| <b>Die Pflanzen der Ahnen</b> .....                    | 157 |
| Spagyrische Heilung .....                              | 159 |
| Die heilende Kraft von Birke und Mistel .....          | 161 |

|  |     |
|--|-----|
| <b>Weitere außergewöhnliche Fallgeschichten</b> .....          | 164 |
| <b>Selbst zu guten Ahnen werden</b> .....                      | 177 |
| Für Klarheit sorgen .....                                      | 179 |
| Keine Geheimnisse! .....                                       | 180 |
| Seien Sie Sie selbst .....                                     | 184 |
| <br>   |     |
| Literatur .....  | 187 |
| Lieder und Songempfehlungen für das<br>große Ahnenritual ..... | 189 |
| Über die Autorin .....   | 191 |

»Nimm den Tafelbehälter aus Zedernholz,  
löse seinen Verschluss aus Bronze,  
öffne den Zugang zu seinem Geheimnis.«

Gilgamesch-Epos, Tafel 1

# Einleitung

Wenn heute das Wort »Ahnen« fällt, kann es leicht passieren, dass es etwas gelangweilt gleich in die Schublade »Märchen und Sagen« geschoben wird. Leider gibt es kaum ein Wissen darüber, wie spannend, aktuell und nicht zuletzt heilsam die Beschäftigung mit den Vorfahren tatsächlich sein kann. Die Ahnen nämlich sind es, die uns eine stabile Grundlage für Gesundheit, Glück und Wohlstand geben können. Zum Teil leben sie gemeinsam mit uns auf dieser Welt: insbesondere als die uns am nächsten stehenden Verwandten, unsere Eltern. Sie sind manchen Menschen etwas fremd in ihrer Wesensart und in ihren Ansichten. Und doch kommt niemand darum herum, sich mit ihnen und dem körperlichen und psychischen Erbe, das sie uns hinterlassen haben, zu befassen.

Die Ahnen, seien sie lebendig oder schon verstorben, üben einen mächtigen positiven oder negativen Einfluss auf das Leben jedes Einzelnen aus, und zwar unabhängig davon, ob wir das erkennen oder nicht. Die Generationen, die vor uns waren, bestimmen ganz maßgeblich, was wir heute sind. Wäre es da nicht reizvoll, ein tieferes und klareres Bewusstsein für sie und ihr Wirken zu bekommen? Zweifellos zeichnen sie in gewisser Weise unsere Laufbahn vor, denn sie schenken uns viele ihrer Fähigkeiten und Talente, ihr Weltbild und ihre Handlungsmuster. Oder denken Sie zum Beispiel an die vielen Schauspieler-, Musiker- oder Sportler-



familien, in denen eine Begabung weitergegeben wird. Dazu kommt, dass wir unausweichlich selbst irgendwann einmal zu den Ahnen gehören werden.

Das große Geheimnis, das sich mir aus der langjährigen persönlichen und beruflichen Beschäftigung mit den Ahnen zeigte, ist: Wenn wir uns mit ihnen versöhnen und uns gut mit ihnen stellen, geben sie uns beinahe so etwas wie eine Garantie für ein glückliches und erfolgreiches Leben.

## Weshalb dieses Buch geschrieben wurde

Mir selbst dämmerte erst, als ich älter wurde, was ich meinen Eltern alles zu verdanken habe. Eine vielfältige Bildung beispielsweise, Interesse an Kunst und Literatur und das Wissen darum, in religiöser Hinsicht geborgen zu sein. Was für ein Schatz! Was für ein Geschenk, das mein ganzes Leben bereichert hat! Was machte es dann aus, dass ich mich gelegentlich über meine Eltern geärgert habe, wie es alle Kinder mal tun? Natürlich war nicht alles perfekt. Doch überlebt haben schließlich nur die positiven Gaben, aus deren Pool ich heute noch schöpfe.

Es gibt aber auch ganz andere Geschichten, wie ich hautnah vor allem während meines Berufslebens in der Zusammenarbeit mit Klienten erfuhr. Im Laufe meiner langjährigen schamanischen Arbeit begegnete ich immer wieder Schicksalen, die ganz stark mit negativen Einflüssen der Ahnen verbunden waren. Ich lernte mit der Zeit, immer bessere Werkzeuge zur Lösung der verschiedenartigen Verstrickungen mit den Vorfahren zu nutzen. Die Ergebnisse dieser therapeutischen Arbeit waren stets bewegend und hatten eine enorm befreiende Wirkung auf das Leben der Betreffen-

den. Schon das regte mich an, diese Erfahrungen mit anderen Menschen zu teilen. Über dieses Buch können Sie einen persönlichen Gewinn aus meiner Arbeit ziehen oder zumindest eine Ahnung davon bekommen, welche zunächst verborgenen systemischen Zusammenhänge sich hinter so manchem Problem verstecken können.

Aber ich hatte noch einen anderen wichtigen Grund, dieses Buch zu schreiben. Während der schamanischen Arbeit mit Patienten wurde mir nämlich ein Ritual geschenkt, das Verletzungen und Belastungen, die von den Ahnen herrühren, auflöst und uns damit letztlich zu glücklicheren Menschen macht. Genau dieses Ritual lernen Sie in diesem Buch kennen und nutzen.

## Was dieses Buch Ihnen bietet

Wer schon einmal erlebt hat, wie bedrückend ein Problem sein kann, dessen Ursache in der familiären Vergangenheit zu suchen ist, wird sich auch vorstellen können, wie befreiend es ist, wenn die Bürde wegfällt. Gerade Belastungen, die von den Ahnen herrühren, liegen fast immer im Unbewussten und ziehen sich wie ein dunkler Nebel durch das Leben und das Schicksal einer Person. Werden die negativen Einflüsse von einem Familienmitglied erkannt und aufgelöst, profitieren auch die anderen Verwandten davon. Es entsteht nämlich eine Art der epigenetischen Umstrukturierung. Daher freue ich mich, dass ich Ihnen verschiedene Methoden anbieten kann, die der ganzen Familie helfen, die Beziehung zu den Ahnen zu verbessern und den verlorenen Schutz durch den Familienverband wiederherzustellen. Ich werde Ihnen ein schönes Repertoire an wirksamen und praktischen

Techniken an die Hand geben, die seelische und körperliche Leiden lindern können, die auf einen Einfluss der Ahnen zurückzuführen sind. So vielfältig, wie die Probleme sein können, so reichhaltig ist auch die Palette an Heilwerkzeugen. Sie reicht von einfachen Imaginationen bis hin zu besagtem großem Ritual und einer Stammbaumheilung.

Sie haben die Gelegenheit, sich in den Kapiteln zu informieren und aus den Praxisangeboten auszuwählen und auszuprobieren, was Ihnen am besten hilft. Nehmen Sie sich die Zeit dafür. »Sofort und schnell anwendbar«, das sind zwar beliebte Worte, wenn man neugierige Leser anlocken möchte. Ich halte diese Ausdrücke jedoch für wenig passend, wenn es darum geht, sich mit den Ahnen zu versöhnen und sich ihrer Hilfe und ihres Schutzes zu versichern. Die geschilderten Heilmethoden sind zwar ohne großen Aufwand anwendbar, benötigen aber eine sorgfältige innere Vorbereitung. Für den Erfolg ist es wichtig, sich für die Übungen und Techniken genügend Zeit zu lassen, damit sie voll zur Wirkung kommen können. Diese Zeit ist zum einen ganz allein für Sie selbst gedacht, und doch strahlt die daraus gewonnene Befreiung weit in Ihr eigenes Leben und das Ihrer Familie hinein.

In mehreren Schritten möchte ich Sie an die verschiedenen Facetten des Themas »Ahnen« heranzuführen. Ganz zentral ist die Einweihung in ein mächtiges Ritual, das zur Versöhnung mit den Ahnen führt. Zum besseren Verständnis erfahren Sie außerdem immer wieder anhand lebendiger Fallbeispiele, wie vielfältig die Ahnen in unser alltägliches Dasein hineinwirken können.

Ich möchte Sie dazu ermutigen, sich auf die Techniken, die Ihnen dieses Buch vorstellt, einzulassen, auch wenn sie Ihnen fremd erscheinen mögen. Der Gewinn, den Sie selbst

und Ihre Familie erfahren, ist ein großes Geschenk, das Ihrem Leben eine positive Richtung gibt. Ist es nicht eine wunderbare Option, wieder vermehrt Lebensqualität zu spüren? Genau das wünsche ich Ihnen!

# WARUM SICH MIT DEN AHNEN BEFASSEN?



## Wer sind unsere Ahnen?

Sind die Ahnen denn überhaupt noch wichtig für uns? Sie stammen schließlich aus einer anderen Zeit und hatten Ansichten, die uns heute kaum weiterhelfen können. Oder etwa doch? Lassen Sie uns einmal genauer betrachten, was die Ahnen für uns heute bedeuten könnten.

Oft höre ich: »Ach, die sind doch schon alle tot.« Und das bedeutet meistens, dass sie aus dem Bewusstsein der Menschen gestrichen worden sind, denn für viele ist der Tod das Ende von allem. Er ist in der Tat ein gewaltiger Einschnitt, denn danach sind die vertrauten Personen erst einmal nicht mehr in unserem alltäglichen Leben vorhanden. Kein Austausch im Gespräch, keine körperlichen Begegnungen sind mehr möglich. Der bittere Ausspruch »Was weg ist, ist weg«, stimmt er also doch?

Die fünf großen Weltreligionen Judentum, Christentum, Islam, Buddhismus und Hinduismus sehen das ganz anders, denn sie lehren alle dasselbe, wenn es um das Thema Tod geht: Sie sind sich gewiss, dass im Tod zwar das irdische Leben endet, aber nicht die Existenz der Seele. Auch die antiken Philosophen geben in dieser Hinsicht Trost, denn sie alle glauben, dass die unsterbliche Seele in der Himmelswelt weiterlebt. Gemeinsam mit den großen Religionen stehen sie damit in einer ununterbrochenen Linie geschichtlicher Zeugnisse, die von der Vorzeit über die assyrisch-babylonischen Hochkulturen des Zweistromlandes und die bewun-