

# Neues Wachstum



## AHNEN & GEISTIGE WURZELN

Von und mit  
Günter Kerschbaummayr  
[www.matrix-coaching.at](http://www.matrix-coaching.at)

## Inhaltsverzeichnis

- Ahnen sind ein Lebensthema
- Genogramm und Ahnenforschung
- Vertiefende Erforschung der Wurzeln
- Aufbruch in die Neue Zeit
- Annahme
- Was ist meins, was ist deins?
- Geistige Wurzeln

## AHNEN & GEISTIGE WURZELN

Wenn du den Themen deiner Familie ausreichend Raum gibst, bist du bei der Selbsterforschung einen großen Schritt weiter. Dies bildet die wahrscheinlich wichtigste Basis für wesentliche Erkenntnis- und Entwicklungsschritte. Die nächste Ebene, auf die ich in diesem Zusammenhang eingehen möchte, ist die der Ahnen, also die deiner Großeltern und die Ebenen davor. Dies lässt dich noch besser verstehen, was deine Eltern wiederum von ihren Eltern übernommen haben.

Es gibt einfache Herangehensweisen, um blinde Flecken aufzuspüren oder ein tieferes Verständnis für unsere Wurzeln zu bekommen. Dafür kannst du einen Stammbaum skizzieren oder auch ein Genogramm anfertigen. Ein Genogramm stellt eine Verfeinerung des Familienstammbaums dar und repräsentiert eine grafische Struktur deiner Vorfahren und auch jener Personen, die in deiner Familie und bei deinen Ahnen eine wichtige Rolle gespielt haben. Dies können Liebhaften, Mentoren, beste Freunde, Verstoßene, Außenseiter, Opfer usw. sein.

Die Auseinandersetzung damit ist in der Regel sehr spannend, wenn du mehr über deine Ahnen und deren Geschichte erfahren möchtest. Du könntest dich damit beschäftigen, die Besonderheiten deiner Familie in einem größeren Bild wahrzunehmen. Du wirst mit Sicherheit neue Zusammenhänge erkennen. In jedem Fall liefert das Erforschen der eigenen Wurzeln wertvolle Antworten, und nicht selten entdecken wir Parallelen zu unserem eigenen Leben. Auf diese Weise finden wir auch Lösungsmöglichkeiten für Verstrickungen.

### Ahnen sind ein Lebensthema

Viele glauben, in Frieden mit ihren Ahnen zu sein. Aber Hand aufs Herz: Sind wir es wirklich? Mental vielleicht, aber in unserem Emotionalkörper und im Unterbewusstsein verbergen sich meist noch offene, ungelöste Themen. Es bedarf daher einer größeren Aufgeschlossenheit und eines gewissen Engagements, dem auf die Spur zu kommen. Wir finden immer wieder etwas, das gelöst werden will. Mögen wir deshalb offen genug dafür sein, dass wir diese unbewussten Programme nach und nach identifizieren. Das Leben zeigt uns ohnedies, wann es wieder einmal Zeit dafür ist.

Wir befinden uns an der Spitze unserer Ahnenreihe und haben die Chance, vieles auch zu Ehren der Ahnen abzuschließen. Dadurch geschieht auch Heilung für alle, die vor uns waren. Wir sind es, die das Leben der Ahnen dadurch ebenso würdigen. Was sie nicht zu Ende bringen konnten, können wir nun finalisieren. Ist dir das bewusst? Unser Karma ist

mit ihnen verwoben und durch die Haltung der Verbundenheit und der Liebe heilen wir, was wir für uns lösen, immer auch unsere Ahnen.

Wenn wir sie geistig hinter uns aufstellen und sie um Segen und Kraft bitten, fühlen wir die kraftvolle Wirkung im Rücken – die Stärke für unsere Zukunft. Besonders dort, wo es an Verwurzelung fehlt, kann das sehr kraftvoll und unterstützend sein. Dankbarkeit dafür, dass sie vor uns waren und wir durch sie in dieses Umfeld inkarnieren konnten, ist ein heilsamer Schlüssel für unser Leben. Du kannst jederzeit ein kleines Dankbarkeitsritual mit deinen Ahnen für dich durchführen.

### ***Innenschau & NOTIZEN*** ✍

*Wo hast du das Gefühl, dass du (trotz aller Erfahrung) noch immer mit unterbewussten Mustern aus der Sphäre deiner Ahnen zu tun hast?*

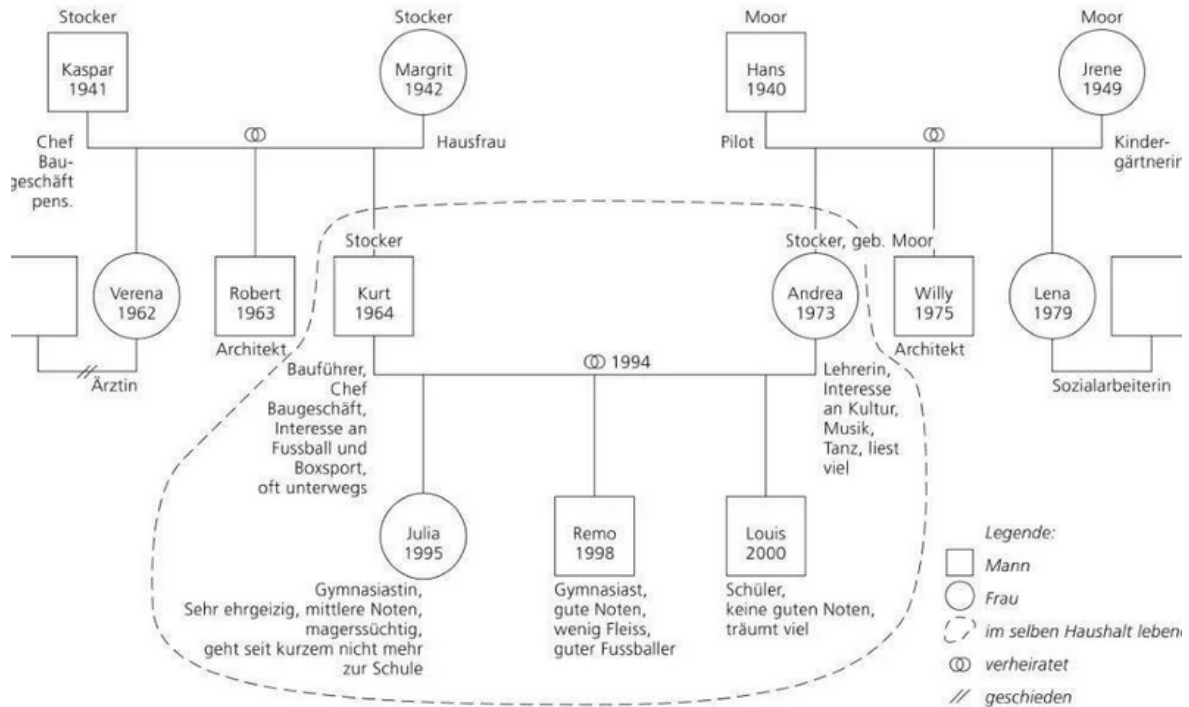
## Genogramm und Ahnenforschung

Wenn du den Themen deiner Familie ausreichend Raum gibst, bist du bei der Selbsterforschung einen großen Schritt weiter. Dies bildet die wahrscheinlich wichtigste Basis für wesentliche Erkenntnis- und Entwicklungsschritte. Die nächste Ebene, auf die ich in diesem Zusammenhang eingehen möchte, ist die der Ahnen, also die deiner Großeltern und die Ebenen davor. Dies lässt dich noch besser verstehen, was deine Eltern wiederum von ihren Eltern übernommen haben.

Es gibt einfache Herangehensweisen, um blinde Flecken aufzuspüren oder ein tieferes Verständnis für unsere Wurzeln zu bekommen. Dafür kannst du einen Stammbaum skizzieren oder auch ein Genogramm anfertigen. Ein Genogramm stellt eine Verfeinerung des Familienstammbaums dar und repräsentiert eine grafische Struktur deiner Vorfahren und auch jener Personen, die in deiner Familie und bei deinen Ahnen eine wichtige Rolle gespielt haben. Dies können Liebschaften, Mentoren, beste Freunde, Verstoßene, Außenseiter, Opfer usw. sein.

Vielleicht ist es dir möglich, bis zu den Urgroßeltern zurückzugehen. Lege den Fokus jedoch auf alle Fälle auf deine Großeltern, da bei ihnen meist viel zu entdecken und noch mehr herauszufinden ist. Lass dich dabei auch intuitiv führen. Du kannst deine Eltern oder Großeltern auch zu den jeweiligen Details befragen, wenn sie noch leben. Tauche in deren Leben ein und mach dir die Auffälligkeiten bewusst, auf die du stößt.

Das lässt dich die Prägungen deiner Eltern noch besser verstehen. Damit erkennst du auch, was sie mehr oder weniger bewusst an dich weitergegeben haben und auch, was du unbewusst von ihnen übernommen hast.



## Innenschau & NOTIZEN

Skizziere deinen Stammbaum oder dein Genogramm. Widme dich anschließend den folgenden Fragen.

### Vertiefende Erforschung der Wurzeln

Du kannst dich mit deinem Genogramm oder Stammbaum intensiver auseinandersetzen, indem du den folgenden Fragen nachgehst. Die Antworten helfen dir dabei, das größere Bild zu sehen und Zusammenhänge zu erkennen, die dich und dein Leben heute betreffen.

- Gab es Personen, die sehr früh verstorben sind, Abtreibungen oder Totgeburten? Dies ist besonders wichtig, wenn Geschwister davon betroffen sind.
- Wer wurde aus dem Kreis der Familie ausgeschlossen? Wodurch? Was hat diese Person getan?
- Verbotene Liebesbeziehungen, die nicht stattfinden durften?
- Besondere Ähnlichkeiten oder besondere gemeinsame geistige oder körperliche Merkmale?
- Welche schweren Schicksale gibt es in der Familie?
- Wiederkehrende Ereignisse (Unfälle, Krankheiten ...)

- Synchronizitäten in der Familie? Zum Beispiel verlor der Vater im selben Alter den Job wie sein Sohn? Zum Zeitpunkt, als die Großmutter starb, lernt jemand seine spätere Ehefrau kennen usw.
- Geheimnisse oder Tabus? Worüber wurde nicht gesprochen?
- Familienkrisen und wie wurde damit umgegangen?
- Normen und Regeln, Zwänge, Anforderungen, Vereinbarungen (offen oder verdeckt?)
- Welche Rolle spielten Leistung, Disziplin und Ordnung? Zum Beispiel Schulnoten, sozialer Status, Verdienst?
- Wie und was wurde in der Familie über andere Familienmitglieder gesprochen?
- Welche Grundstimmung herrschte?
- Welche Gefühle durften ausgedrückt werden? Welche nicht?
- Macht: Wer traf in der Familie die Entscheidungen?
- Gab es Gewalt?
- Streitigkeiten: Worüber wurde gestritten? Wie wurden die Streitigkeiten gelöst?
- Geld: Welchen Stellenwert hatte Geld?
- Erfolg und Anerkennung: Wie erfolgreich oder anerkannt war deine Familie? Gab es zwischen den jeweiligen Herkunftsfamilien Unterschiede?
- Sexualität: Wie wurde mit dem Thema umgegangen?
- Welchen Stellenwert hatten soziale Kontakte?
- Status der Familie in der Nachbarschaft und Außenwelt?
- (...)

Fast immer zeigen sich Muster, Parallelen und Wiederholungen, die eine große Relevanz haben. Mit der Kenntnis darüber schaffst du die Grundlagen für Heilung und dein Wachstum.

### ***Innenschau & NOTIZEN*** ✍

- *Welche Aspekte berühren dich besonders?*
- *Wo gibt es in deinem Leben Parallelen zu deinen Ahnen?*
- *Was wiederholt sich?*
- *Gibt es blinde Flecken?*
- *Welche Erkenntnisse kannst du daraus gewinnen?*

## Aufbruch in die neue Zeit

Obwohl es hilfreich ist, wenn wir bestimmte Zusammenhänge und Verstrickungen in Bezug auf die Parallelen zu den Ahnen erkennen, ist es keine Notwendigkeit, dass wir alles zu 100 Prozent über sie wissen oder analysieren müssen. Wenn du verstehst, dass die herausfordernden Erfahrungen und Verletzungen auch eine positive Seite haben, sie erkennst und annimmst, kannst du die Ahnenforschung etwas dezenter halten. In Frieden zu sein mit dem, was ist, wäre die heilende Basis. Das bedeutet nicht, dass alles schöngeredet werden muss.

## Annahme

Wenn du fühlen und annehmen kannst, dass durch tiefere Kenntnis deiner Wurzeln wichtige Heilerfahrungen zu machen sind, hast du einen großen Schritt gemeistert. Ein verständnisvoller Blick auf deine Vorfahren und die Erkenntnis, dass du vieles bereits transformiert hast, lässt dich dankbar für all das sein. Du bist verbunden und durch diesen Prozess schreitet auch unsere Entwicklung weiter voran. Du bist ein wesentlicher Teil davon, indem du deine Wurzeln heilst. Du heilst die Welt, indem du dich selbst heilst! Sei für alles dankbar, was du in dir heilen kannst. Das ist ein Wesenskern für dein *Neues Wachstum!*

## Was ist meins, was ist deins?

Wenn du all das reflektierst, was dein Wurzeln betrifft, die Prägungen durch die Eltern und ebenso der gesellschaftlichen Einflüsse, was wäre eine besondere Erkenntnis? Vor allem dadurch, da wir ja am Übergang in eine völlig neue Zeit sind und es ja auch darum geht, was wir aus all dem lernen.

Besonders jene Aspekte, die gesellschaftlich geprägt sind, bekommen in diesem Licht dieses Formates von Neues Wachstum ein besonderes Gewicht. Letzen Endes auch deswegen, weil wir erkennen, dass vieles, worunter wir litten, nicht originär durch unsere Eltern verursacht wurde, sondern indirekt durch das System dahinter.

## *Innenschau & NOTIZEN* ✍

- *Wenn wir nun aufbrechen in ein neues Paradigma, was bedeutet das für dich?*
- *Wie kannst du aus deinen Lernerfahrungen etwas Positives für dich und diese Welt beitragen?*



*Nimm ein A4 Blatt und schreib auf die eine Seite, was du zurücklässt, und auf die andere was du an Erkenntnissen und Geschenken mitnimmst in die Neue Zeit.*

## Geistige Wurzeln

»Wir sind auf dieser Welt, aber nicht von dieser Welt!« Uns bewusst zu machen, dass unsere wahren Wurzeln geistiger Natur sind, ist von großer Bedeutung! Erwinnere dich immer wieder daran und versuche, dieses Bewusstsein auch zu leben! Wir sind in enger Verbindung und Verbundenheit mit dem göttlichen Prinzip – das bietet die Antwort für ALLES. Die Schöpferkraft liegt in uns, und Intuition führt uns auf unserem Weg.

Sich mit den irdischen Wurzeln zu beschäftigen, ist für wirkliches Wachstum unausweichlich. Deine Eltern und deine Ahnen bieten dir, wie gesagt, in ihren Hinterlassenschaften viele Möglichkeiten dazu, alte Erfahrungen zu transzendieren. Es verändert so viel, wenn wir uns im Laufe unseres Lebens bewusstwerden, dass unsere wahren Wurzeln nicht von dieser Erde sind. Wir stehen mit geistigen Ebenen in Verbindung, die uns eine große Hilfe sind. Deshalb ist es enorm hilfreich, wenn wir uns immer wieder daran erinnern, worin unsere wahre Natur besteht.

## *Innenschau & NOTIZEN* ✍

- *Inwiefern fühlst du dich im Themenkreis des alleingeborenen Zwillinges angesprochen?*
- *Welche anderen geistigen Verbindungen fühlst du und wie zeigen sich diese? Es sind jene Wurzeln, welche dich an deine höheren Ebenen deines Seins erinnern.*

