

Jennifer Weidmann



ANSUZ

Die Kraft der Ahnenenergie

JENNIFER WEIDMANN

Die Rune ANSUZ

Die Kraft der Ahnen

Runenmagie



Achtung: Die Arbeit mit diesem Buch ersetzt keine Behandlung beim Arzt oder ausgebildeten Psychotherapeuten. Alle Übungen übernimmt der Leser auf eigene Verantwortung. Es wird keine Haftung übernommen.

Impressum

Jennifer Weidmann

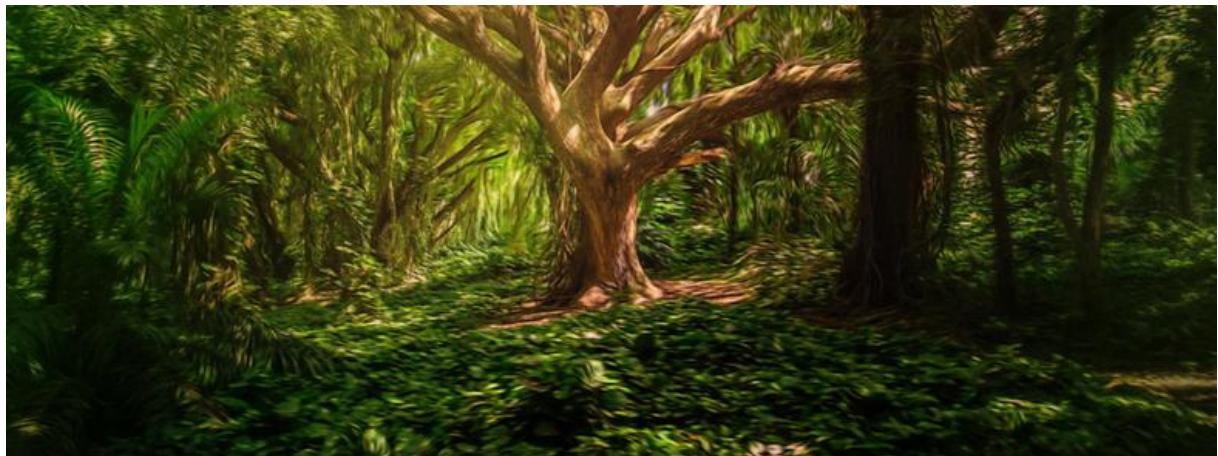
Winderatt 4, 24966 Sörup

Deutschland

Jennifer.weidmann@gmx.de

Copyright 2016 – alle Rechte vorbehalten

Sämtliche Fotos wurden freundlicherweise von der Plattform pixabay.de gemeinfrei zur Verfügung gestellt.



Ansuz

Mit Ansuz tauchen wir ein in die Magie, Kraft und Energie der Ahnen. Ich wähle hier bewusst die Bezeichnung DER Ahnen und nicht deiner Ahnen. Wenn du magst, schließe mal deine Augen und fühl nach: einmal für „Die Ahnen“ und einmal für „Meine Ahnen“.... Kannst du den Unterschied wahrnehmen?

„Die Ahnen“ weiten den Raum, „Meine Ahnen“ werden konkreter und verkleinern den Raum. Ansuz spricht natürlich beide an, die allgemeinen Ahnen und die speziellen Ahnen. Aber es ist wichtig, wenn du mit Ansuz arbeitest, zu wissen: a) letztendlich ist alles eins und b) in der konkreten Ahnenarbeit gibt es aber doch Unterschiede.

Gerade Menschen, die wirkliche Probleme haben mit ihrer derzeitigen Ursprungsfamilie (häufig durch starken Missbrauch und Misshandlungen) benötigen erstmal die Verbindung zu den allgemeinen Ahnen, fernab IHRER Ahnen. Denn gerade diese Menschen fühlen sich häufig verloren, haben keine Wurzeln (im übertragenen Sinn), kommen nicht in ihrer Kraft. Hier ist die Anbindung an die Ahnenenergie Gold wert.

Ansuz öffnet uns das Reich zu der Kraft der Ahnen, und zwar im positiven Sinne. Die Ahnen, alle, die vor uns auf dieser Erde gewandelt sind (und wenn man an Inkarnation glaubt, dann auch du in unterschiedlichen Erdenleben), hinterlassen eine Spur, Erfahrungen, Potenziale an die wir uns anbinden können und die wir für unser Leben nutzbar machen können.

Wenn wir symbolisch uns daran erinnern, dass unser ICH der Lebensbaum ist, so strecken wir mit Ansuz unsere Wurzeln tief ins Erdenreich und holen uns von dort die Nährstoffe, die wir benötigen, um in die Richtung unseres gewünschten Schöpfungsprozesses weiter wachsen zu können. Das ist das Geschenk, welches uns Ansuz bringt, wenn wir denn bereit sind es anzunehmen.

Gerade mit Familie und Ahnen wollen sehr viele Menschen nichts mehr zu tun haben und unser einst stark ausgeprägter Ahnenkult ist mehr oder weniger verschüttet gegangen. In der Arbeit mit den Runen dürfen wir diese wundervolle Kraft wieder ausgraben und für unser Leben und das unserer Klienten nutzbar machen.

So wie du von der Kraft der Ahnen profitieren kannst, so werden die später Nachkommen von dir und deinem Potenzial, welches du als Fußspur in dieser Inkarnation zurücklässt, positiv sich energetisch nähren können. Ein ewiger Kreislauf von geben und nehmen. Wir geben in die Erde und wir dürfen von der Erde nehmen. Das ist das Geschenk von Ansuz.

Ansuz lädt uns ein, diesen Kreislauf zu verstehen und zu ehren. Ihn wertzuschätzen, weil wir alle davon nehmen können, um unseren Schöpfungskreislauf in unserem Sinne zu gestalten. Und wir alle in ihn hineingeben, gleichgültig ob bewusst oder unbewusst, gleichgültig ob wir um die Macht der Energie und Reinkarnation wissen oder nicht.

Ansuz kann uns dabei helfen unseren Blick zu erweitern, uns nicht mehr nur auf unser „kleines“ jetziges Leben richten, sondern größere Räume einnehmen. Zu verstehen, dass Seele nicht herausgehoben verstanden werden kann, sondern eingebunden ist in einen langandauernden Kreislauf von Leben und Sterben. Und das, was wir heute in die Welt geben, dass sein wird, was wir erfahren dürfen, wenn wir dereinst wieder geboren werden. Die Verantwortungen verschieben sich und gelten längerfristig.

Ansuz fordert uns auf, dies wieder zu verstehen und dementsprechend zu handeln. Wenn nach uns die Sintflut kommt, dann wird es das sein, was du in einer neuen Inkarnation erfahren wirst. Es ist ein Kreislauf von Nehmen und Geben. Ansuz hilft uns dies zu erkennen und zu ehren.

Ehre ist ein großes Thema bei Ansuz. Ein Wort, welches heute nicht mehr so gewertschätzt wird wie früher, weil wir die Zusammenhänge verloren haben, weil wir das Gefühl des Eingebunden Seins in eine große Gemeinschaft verloren haben. Doch Ansuz existiert und wartet nur darauf, dass wir uns wieder mit ihr verbinden und zurückfinden in den Schoss der großen Seelenfamilie, damit wir uns daraus nähren können und Nahrhaftes hineingeben.

Ich liebe Ansuz sehr und kann dich nur einladen sie in dein Leben zu holen. Sanft, liebevoll dir selbst gegenüber mit ihr zu arbeiten, mit ihr die Verbindung zu den Ahnen wieder herzustellen und dich von ihnen unterstützen zu lassen für dein derzeitiges Lebensprojekt.

ANSUZ

Signale für die Arbeit

1. sich alleine und/oder verlassen, einsam zu fühlen
2. keine Wurzeln haben, mangelndes Heimatgefühl, Heimweh bis ihn zu Todessehnsucht
3. Ablehnung der eigenen Familie bis hinein in die Ahnenreihe
4. das Gefühl haben nirgendwo dazu zu gehören
5. seine Potenziale nicht entfalten können
6. unter seinen Fähigkeiten bleiben
7. sich als Versager, Verlierer und wertlos fühlen
8. sich selbst aufgeben

Die Arbeit mit Ansuz

Mit der Rune Ansuz nehmen wir ganz klar Kontakt zur Energie der Ahnen auf. Wenn du mit der Energie der Ahnen Kontakt aufnehmen möchtest, empfehle ich dir Ansuz auf die Körperstelle malen, wo du am empfänglichsten bist, z.B.:

- Drittes Auge
- Herzschakra
- Nabelchakra

Ich mache die Reise zu den Ahnen am liebsten, wenn es dunkel ist mit einem schönen Feuer (muss gar nicht groß sein – es gehen auch ein paar Kerzen) draußen in der Natur (aber selbstverständlich geht es auch drinnen. Folge einfach deinem Gefühl und deinen Bedürfnissen), am liebsten noch mit nackten Füßen die Erde berührend. Und dann mache ich als erstes die Ansuz Körperübung. Ich strecke meine beiden Arme und Hände Richtung Boden, denke Ansuz, stelle mir vor wie Ansuz mich mit jedem Atemzug erfüllt und durch meinen gesamten Körper strömt. Ich stelle mir vor wie aus meinen Füßen Wurzeln in den Boden hineinwachsen und sich tief in die Erde eingraben, ich fühle meine Verbindung zur Erde, ich atme ein und aus und fühle. Und dann lade ich die Ahnen ein zu mir zu kommen.

Vielleicht fragst du dich, wann man mit den Ahnen Kontakt aufnimmt. Also selbstverständlich immer dann, wenn bei dir oder bei deinen Klienten Themen aus der Liste „Signale für die Arbeit mit Ansuz“ auftreten.

Aber ehrlich gesagt, nehme ich fast jede Nacht mit den Ahnen Kontakt auf und wenn es nur ein kurzer Augenblick ist in dem ich mich „rückverbinde“, anbinde an die gemeinsame Seelenenergie. Manchmal führe ich längere Gespräche, gerade wenn das verletzte Kind in mir wieder anfangen möchte Egospelchen zu spielen (und in den Jammermodus stellen möchte: Keiner hat mich lieb, keiner sieht mich, ich kann nichts usw.). Dann tut die Verbindung zu den Ahnen besonders gut. Und vor allem dann ist ihre Unterstützung wertvoll. Der liebevolle, kraftvolle Fluss von Energie, die Signale nicht aufzugeben, bei dir und deinen Potenzialen und Bedürfnissen zu bleiben. Immer im Bewusstsein, dass du eben nicht alleine bist. Dass es Kräfte gibt, die in deinem Rücken stehen und dich stärken, konstant, unaufhörlich, ob du es nun wahrnimmst oder nicht. Die Energie ist immer für dich da.

Ich liebe die Ahnenarbeit sehr. Die Verbindung dorthin ist eine segensreiche Bereicherung. Ahnenarbeit ist gut, wenn du dich angebunden fühlen möchtest an die Seelengemeinschaft, wenn du dich nicht alleine fühlen möchtest, wenn du das Gefühl von Heimat und Geborgenheit benötigst. Ahnen sind gute Ratgeber, wenn es um Potenzialentfaltung und Mut zum eigenen Leben geht.

Die Ahnenenergie stärkt, unterstützt, bringt Liebe, Geborgenheit, Zuversicht, Vertrauen, dass es besser wird und dass noch viele Geschenke im Leben auf einen warten.

Ritual : Dein Brief an die Ahnen

Die Vorbereitungen für dieses Ritual sind erdenklich einfach: du brauchst einfach nur ein Blatt Papier (wer mag kann sich extra ein schönes Blatt besorgen) und eine Kerze und ein wenig Zeit und Ruhe.

Zünde die Kerze an. Suche dir nun aus deiner Ahnenreihe einen Verwandten aus mit dem du dich besonders verbunden fühlst. Manchmal hilft es, wenn man vorher ein Fotoalbum durchblättert. Vielleicht fällt dir auch sofort jemand ein. Es muss kein Verwandter sein, den du persönlich gekannt hast. Vielleicht kennst du diesen Ahnen nur aus den Erzählungen deiner Familie und doch fühlst du dich mit ihm verbunden. Nimm den Ahnen zu dem du jetzt die stärkste Anziehung verspürst. (Du kannst diese Übung auch machen, wenn du adoptiert wurdest. Du kannst Ahnen aus deiner Adoptionsfamilie nehmen. Du wurdest in diese neue Ahnenreihe aufgenommen, sie haben ihren Kreis für dich geöffnet.)

Dann komme ruhig zu dir, atme tief ein und aus, wenn du magst, schließe die Augen und denke an deinen ausgewählten Verwandten. Stelle eine geistige Verbindung zu ihm her.

Wenn du das Gefühl hast, dass du soweit bist, öffnest du die Augen und schreibst einen Brief an diesen Ahnen und zwar schreibe in diesen Brief, was du an ihm schätzt. Womit er oder sie mit seinem/ihrem Sein Licht in die Welt gebracht hast, Wesenszüge, die du dir zum Vorbild nehmen kannst und möchtest. Danke ihm, dass er/sie inkarniert war und den Lebensweg wacker mit allen Höhen und Tiefen gegangen ist. Bitte ihn darum, dich mit seiner Kraft und dem Erreichten zu Segnen und freundlich auf dich und die deinigen zu schauen und zu beschützen. Deine Unterschrift

(z.B. könntest du schreiben: Liebe Onkel Wilfried, ich danke dir, dass ich zu deiner Ahnenreihe gehören darf. Ich bewundere an dir wie gelassen du durch das Leben gegangen bist, auch bei den schwersten Schicksalsschlägen hast du niemals deinen positiven Blick auf das Leben verloren. Du hast immer an das Gute im Menschen geglaubt. Bitte segne mich mit dieser wundervollen Eigenschaft. Ich danke dir, dass du den Erdenweg gegangen bist, bitte schau freundlich auf mich und die meinigen. Halte beschützend deine Hand über uns. In Liebe und Ehre, deine)

Wenn du deinen Brief fertig geschrieben hast, lies ihn noch einmal laut vor. Wenn du die Möglichkeit hast, gehe nun hinaus in den Garten, es geht aber auch der Balkon und zünde deinen Brief an deiner Kerze an und lass die Asche mit dem Wind gehen. Verbeuge dich innerlich noch einmal vor deinen Ahnen und lasse wenn möglich die Kerze so lange wie möglich an diesem Abend brennen.

Ende des Rituals

Tipp: Wenn du bestimmte Knackpunkte im Leben hast, wie z.B. Geldsorgen, Probleme den richtigen Partner zu finden, Depressionen usw., kannst du dich ganz gezielt auf die Suche

nach einem Ahnen in deiner Familie machen, der dieses Thema erlöst leben konnte. Wie der reiche Onkel aus Amerika, die glückliche Tante, die 60 Jahre verheiratet war mit Onkel Wille, Wilfried, der in allem das Gute gesehen hat usw. Nimm dir einen Verwandten der dir bei deinem Problem helfen kann. Er hat es in seinem Leben geschafft dein Problemthema erlöst zu leben, bitte ihn um sein Wissen, seine Kraft und Stärke damit auch du dieses Thema jetzt erlöst erfahren und leben kannst.

Tipp 2: Dieses Ritual eignet sich auch hervorragend, um es mit Kindern zu machen. Sie können dadurch lernen, dass der Tod zu unserem Lebenskreislauf gehört, dass man aber nicht vergessen wird, sie lernen die Ahnen in Ehren zu halten für das Gute, was sie getan haben und das wir das Licht der Ahnen nutzen können für unseren eigenen Lebensweg.

Ich wünsche dir ein schönes Ahnenritual und möge dir Kraft der Ahnen deinen Lebensweg schützen und stärken.