

## Verbunden seit Generationen. Die nährende Essenz der Ahnenlinie von Ada Stefanie Namani \* Devinderjit und Bernd Jai Shama Singh Marnau

„Du willst mit Yogis in deren Familiengeschichte arbeiten, sodass diese ihre Ahnen als Quelle von Kraft und Segen spüren? Na, viel Spaß: Yogis möchten ihre Toten nicht um sich haben. Sie wollen, dass ihre Vorfahren schön sauber in die Äther aufgestiegen sind und sie in ihren Leben nicht weiter behelligen.“ Das war mein spontanes Statement, als Bernd Jai Shama Singh mir von den Ahnenheilung-Lehren seines Lehrers und Freundes Dieter Bishop erzählte. Indes, die beiden finden, es lohne sich gerade für uns Yogis sehr, uns mit den Ahnen zu verbinden.

### **Ein Beitrag zur Heilung der Kundalini Yoga-Familie**

Als inkarnierte Wesen, oder, wie Yogi Bhajan es bezeichnete, als spirituelle Wesen, die hier sind, um eine menschliche Erfahrung zu machen, besitzen wir Gene, eine Geschichte, Muttersprache und Kultur, die Einfluss auf uns haben. Bewusst oder unbewusst, willentlich oder entgegen unserem Willen. Darin steckt viel Gutes: unsere Ahnen wollten im wesentlichen, dass wir erfüllt leben, sie haben auch unsere Freiheiten mit erkämpft. Und manches Belastende, wenn sie sich irrten oder das Kämpferische ihre Herzensqualitäten überschattete.

Mit der Goldenen Kette haben wir als Kundalini Yogis eine zweite Ahnenreihe integriert. Betrachten wir unsere biologische Ahnenreihe als eine Energielinie und die Goldene Kette als eine weitere. Vielleicht haben wir gar energetisch unsere Vorfahren durch die yogischen zu ersetzen versucht? Nun wünschen wir uns, da in der eigenen Ahnenlinie Verletzungen bestehen, die Goldene Kette möge vollkommen und unverletzt sein; Gibt es dort Ent-Täuschungen, geht uns die Anbindung verloren.

Hier kann Ahnen-Heilung helfen. Der Segen der Ahnen, wenn wir ihn in Reinheit zu spüren lernen, unterstützt das Wurzelchakra. Wer Stärke und Herz-Qualität entwickelt hat, kann in Frieden sein und Frieden schaffen. Was tun wir aber konkret, wenn sich in der Geschichte unserer Familie, Heimat, oder sogar spirituellen Gemeinschaft Traumatisierungen ereignet haben? Wenn wir unsere Herkunft als belastet empfinden und am liebsten alles transzendieren würden?

### **Begreifen, die Verantwortung an die richtige Stelle geben und integrieren**

Es lohnt, historisch-intuitive Forschungsreisen in die Vergangenheit zu unternehmen. Selbst wenn uns wenig über unsere Vorfahren überliefert wurde, besitzen wir erstaunlich viel Wissen über sie. So es neben den guten Kräften der Ahnen, ihrem Segen, ihrer Herz-Energie auch Verletzungen gibt, werden wir alles spüren.

Folgen von Ausschluss, Wut, Trauer, Trennung, Leid und Angst können über Generationen fortauern. Deren Ursache liegt meist nicht bei den Vorfahren selbst. Viel häufiger sind es Kriege, religiöse Dogmen oder Machtinteressen einzelner einflussreicher historischer Personen, die unsere Vorfahren dazu brachten, nicht von Herzen zu handeln.

Das erleben wir immer wieder, auch heute, wenn öffentliche Meinung von Spin Doctors gesteuert wird, um gewisse politische oder wirtschaftliche Ziele durchzusetzen. Viele fühlen sich, so gesteuert, ganz richtig, einem vermeintlich höheren Ziel verpflichtet, indem sie Unmenschliches tun. Damit richten sie Schaden an; die Verantwortung gehört aber den Initiatoren, deren Absichten so durchgesetzt werden.

In der Ahnenheilung gilt es, herauszufinden: In welcher Generation war ein Elternpaar noch frei und glücklich? Diese Schwingung erkennen wir als Familien-Ressource. Dann gilt es, die ersten Verletzungen und deren Verursacher zu finden. Mit der Übernahme des Leides durch diese

Verantwortlichen können die Verletzungen energetisch aufgelöst werden. Wir gewinnen ein immer kraftvolleres inneres Bild entlasteter Vorfahren, die uns mit ihrer vollen männlichen und weiblichen Energie stärken.

So leben wir mit dem Segen der Ahnen, ihrer uns weitergeschenkten Vitalität, auch Überlebenstechniken. Und es gelingt eine Rückbesinnung auf die starken, ausgewogenen Kräfte unserer Lehrer: Yogi Bhajan wollte im wesentlichen Lehren in den Westen bringen und uns zu guten Lehrenden machen. Uns Kräfte für diese Zeiten des Überganges und Wahnsinns zur Verfügung stellen. Nutzen wir die Zeiten, um wahrhaftiger, stärker und authentischer zu werden.

Ada Devinderjit ist Heilpraktikerin für Psychotherapie in Hamburg und Malente. White Sound Gongmeditation bildet sie in Nanak Dev Singhs Nachfolge aus. Sie erlebt den Gong als ein kostbares Mittel, um mit aufgestiegenen Seelen in Verbindung zu sein.

Bernd Jai Shama Singh unterrichtet AhnenYoga in und um Bad Segeberg. Er ist Dipl.-Ingenieur, Business Coach und in der Stufe 2 der Kundalini Yoga Lehrerausbildung. Sein Motto, die eigene Vision achtsam zu leben, setzte er auch mit Sat Nam Rasayan, Breathwalk und White Sound Gongmeditationen um.