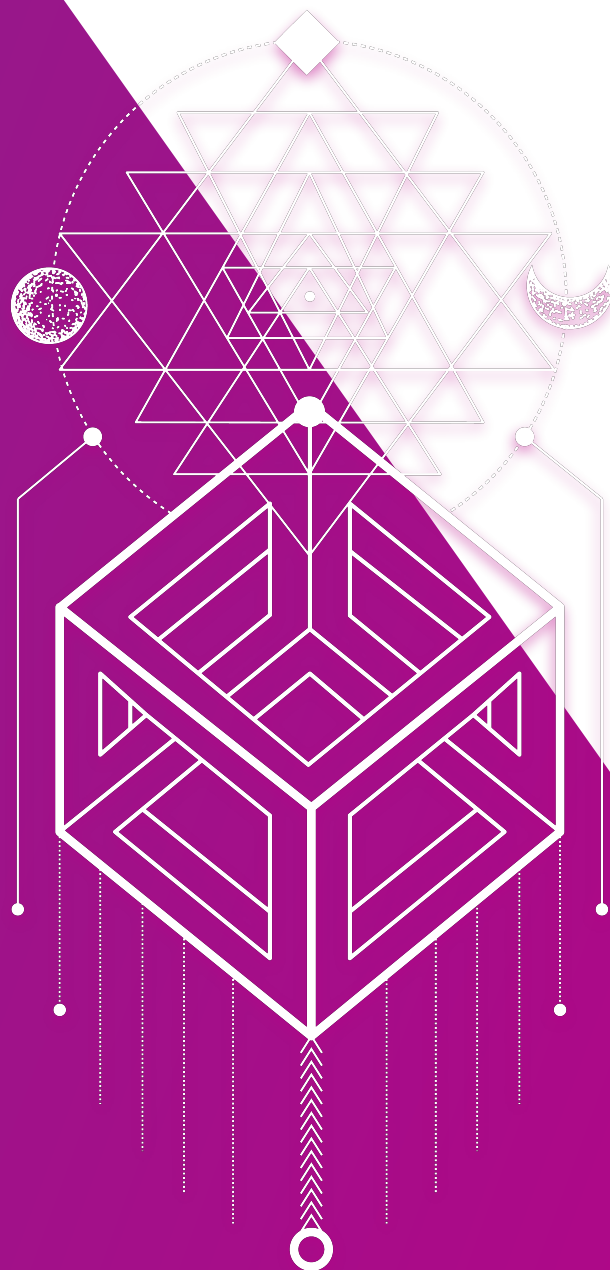


AHNEN RITUAL



HEY FREE SPIRIT!

Schön, dass du hier bist!

Wir befinden uns in einer Zeit, die es in dieser Form noch nie gab. Immer mehr Menschen erwachen in ihr Seelenpotential und tragen zur kollektiven Bewusstseinshebung bei - so wie du.

Dabei ist es die einzigartige Kombination unserer Gaben, die wir nun einsetzen müssen, um unsere Seelenaufgabe erfüllen zu können.

Doch oft ist es schwer herauszufinden, was unsere Seelengaben wirklich sind.

Meine Seelenaufgabe ist es, dir dabei zu helfen, dies zu entdecken und zu klären, damit du alles zur Verfügung hast, um dein Seelenpotential maximal zum Ausdruck zu bringen.

Denn wir brauchen dich und deine Seelenkraft!

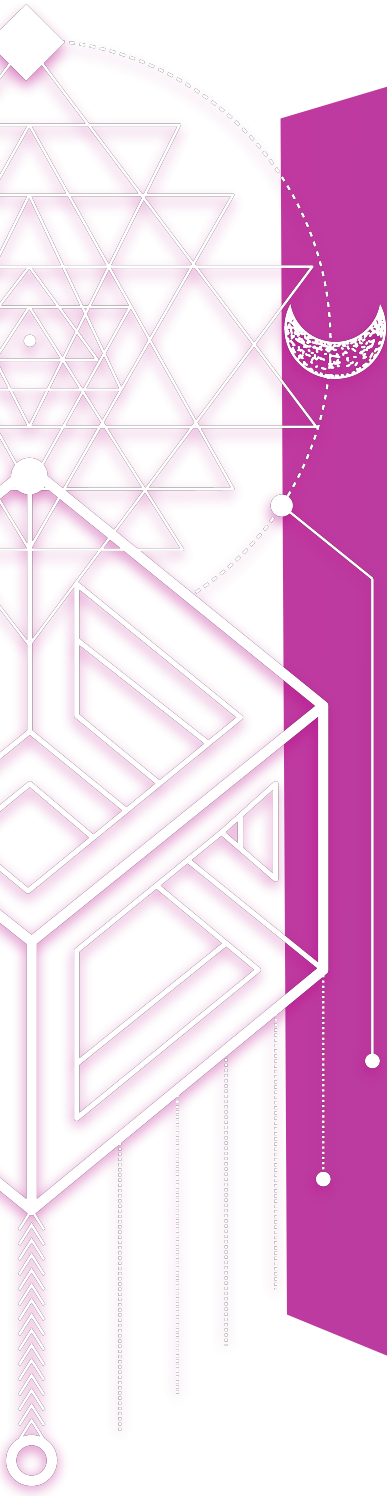
Und daher habe ich diese Rituale aus dem GAIA-Schamanismus aufgenommen, damit du durch die Kraft deiner Ahnenreihe genau erfährst, warum du auf der Welt bist - und was du hier bewirkst.

Ich wünsche dir ein wundervolles Ritual mit vielen wundervollen Einsichten!

LET'S ROCK YOUR SPIRIT POWER!

xo, SUE





Diese Rituale verbindet dich mit deiner weiblichen und deiner männlichen Ahnenlinie bis hin zur Urmutter und zum Urvater aller Frauen und Männer.

Auf dem Weg dorthin lernst du deine Ahninnen bzw. Ahnen und ihre Leben, ihre Entscheidungen und ihre Gefühle näher kennen, und kannst diese Erkenntnisse in dein Leben mit einflechten.

Du wirst durch die Rituale klarer erkennen, was deine Seelenaufgabe ist, und somit noch stärker in deine Kraft kommen.

Mit diesen Ritualen bringst du auch Heilung in deine weibliche bzw. männliche Ahnenreihe, bis einschließlich zu dir.

Wenn du deine Ahninnen bzw. Ahnen nicht kennst, weil du z.B. adoptiert wurdest, ist das unerheblich für dieses Ritual. Du bist trotz allem energetisch und durch dein Blut verbunden mit deiner Ursprungsfamilie, so dass du dieses Ritual auch ausüben kannst, wenn du diese Familie nicht persönlich kennst. Tatsächlich erhältst du durch dieses Ritual Informationen, die dich ihnen näher bringen, sodass du vieles besser nachvollziehen kannst.

Für jedes Ritual brauchst du Folgendes:

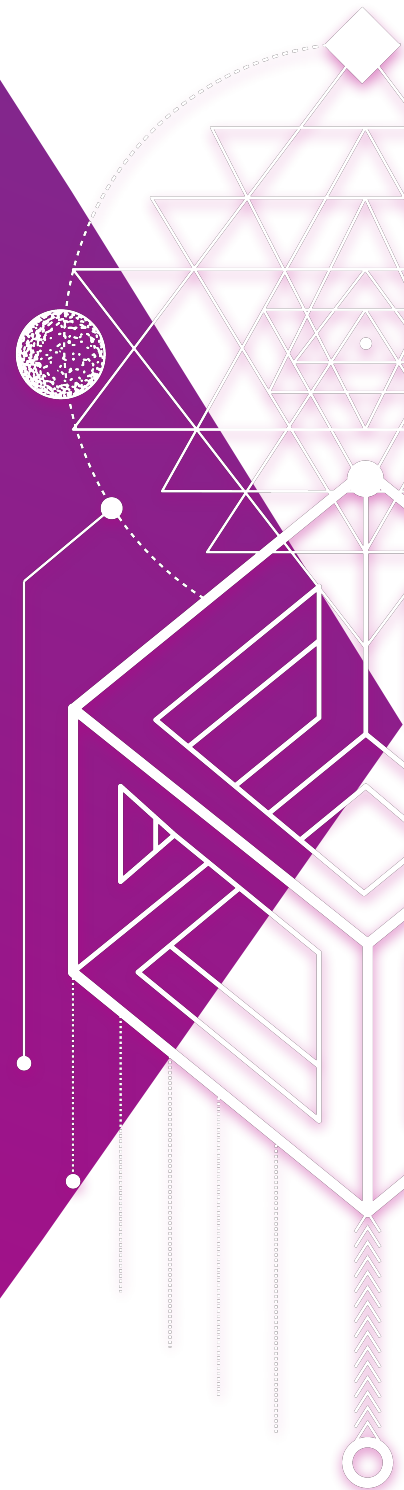
- ▶ **Einen ruhigen Raum**, in dem du ungestört bist und in dem du **ohne Hindernisse 7 Schritte** zurück und wieder nach vorne gehen kannst.
- ▶ **ca. 1 Stunde Zeitaufwand pro Ritual**

TIPP 1: Ich empfehle dir, vor dem Ritual die **Meditation „Klärung & Kraft“** zu machen, um möglichst entspannt und fokussiert zu sein.

TIPP 2: Am besten führst du die Rituale barfuß durch, damit du voll in die Kraft & Energie deiner Ahninnen bzw. Ahnen eintreten kannst.

TIPP 3: Damit du sowohl deine weibliche als auch deine männliche Kraft aufnimmst und in Balance bringst, solltest du beide Rituale durchführen.

TIPP 4: Um ihre Kraft und Energie und deine Erkenntnisse zu integrieren, ist es sinnvoll, wenn etwas Zeit (einige Tage/ Wochen) zwischen beiden Ritualen liegt.



DAS RITUAL

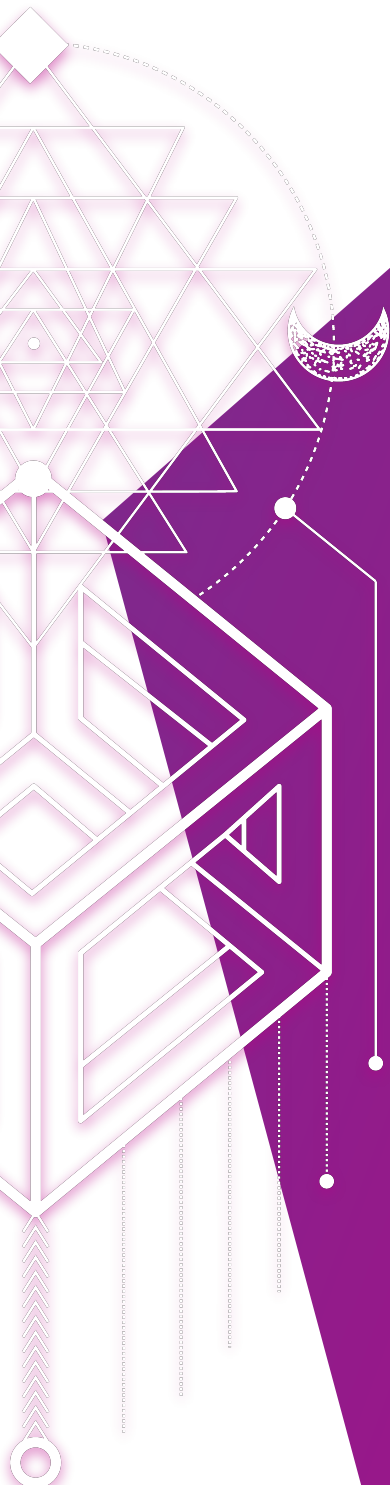
- ▶ Stelle dich direkt an die Wand mit dem Gesicht zur Wand.
- ▶ Begib dich mit geschlossenen Augen in einen entspannten Zustand.
- ▶ Nimm wahr, wie es dir geht - physisch und emotional.

Wie geht es dir? In welcher Stimmung befindest du dich? Welche Körperteile spürst du mehr, welche weniger?

- ▶ Erweitere deine Aufmerksamkeit auf deine Lebensumstände.

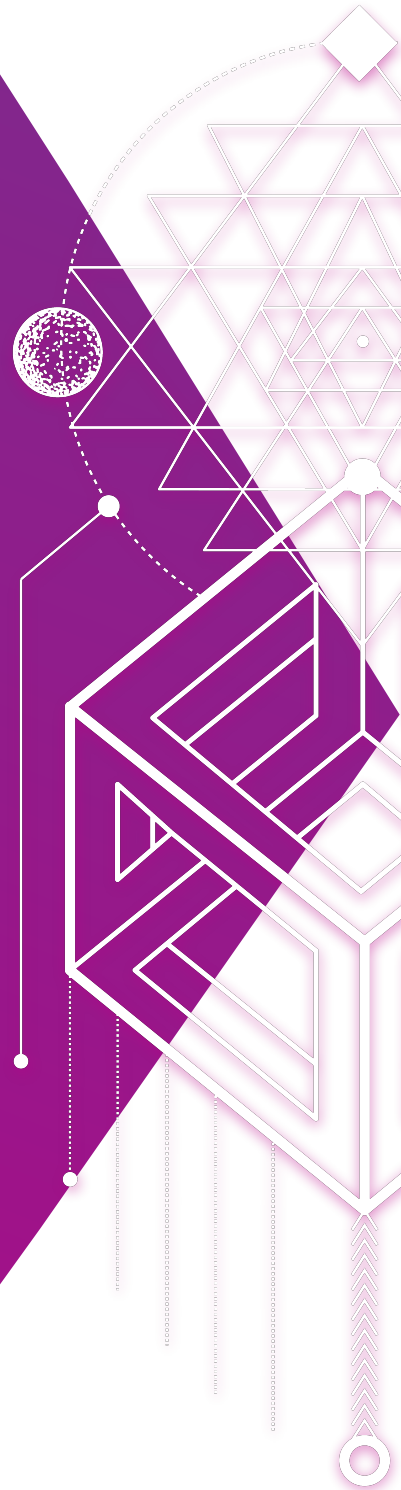
Was für ein Leben führst du? Hast du eine Familie? Wenn ja, wie bist du mit ihr verbunden? Was ist dein Beruf? Wie geht es dir damit? Wofür interessierst und engagierst du dich besonders? Was liebst du aus ganzem Herzen, was weniger?

- ▶ Spüre jetzt, wie sich hinter dir die energetische Präsenz deiner Mutter/deines Vaters einfindet. Ihre/Seine Kraft wird stärker und deutlich spürbar.

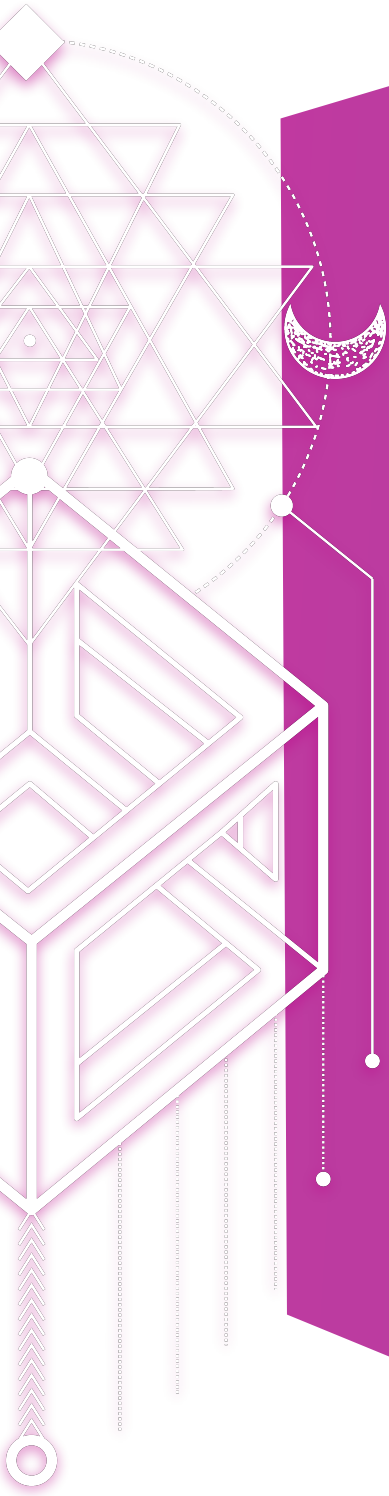


AHNEN RITUAL

- ▶ Wenn du die Präsenz deiner Mutter/deines Vaters wahrnimmst und du bereit bist, gehe einen Schritt zurück und tritt in ihre/seine Präsenz - also ihr/sein Energiefeld - ein.
- ▶ Nimm dir einen Moment Zeit, um in das Energiefeld deiner Mutter/deines Vaters hineinzuspüren.
Wie fühlt es sich an, an Stelle deiner Mutter/deines Vaters zu stehen?
Welche Gedanken, welche Bilder, welche Gefühle tauchen in dir auf?
Warum hat sie/er die Entscheidungen getroffen und die Dinge unternommen, die sie/er getan hat?
Wie sieht die Welt aus ihren/seinen Augen aus?
- ▶ Wenn du die Lebenswelt deiner Mutter/deines Vaters genügend erforscht hast, nimm wahr, wie sich hinter dir die energetische Präsenz deiner Großmutter/deines Großvaters bildet, der Frau/der Mann, die/der die/der Mutter/Vater deiner Mutter /deines Vaters ist.
- ▶ Mache einen Schritt rückwärts und tritt in die Präsenz deiner Großmutter/deines Großvaters ein.



AHNEN RITUAL



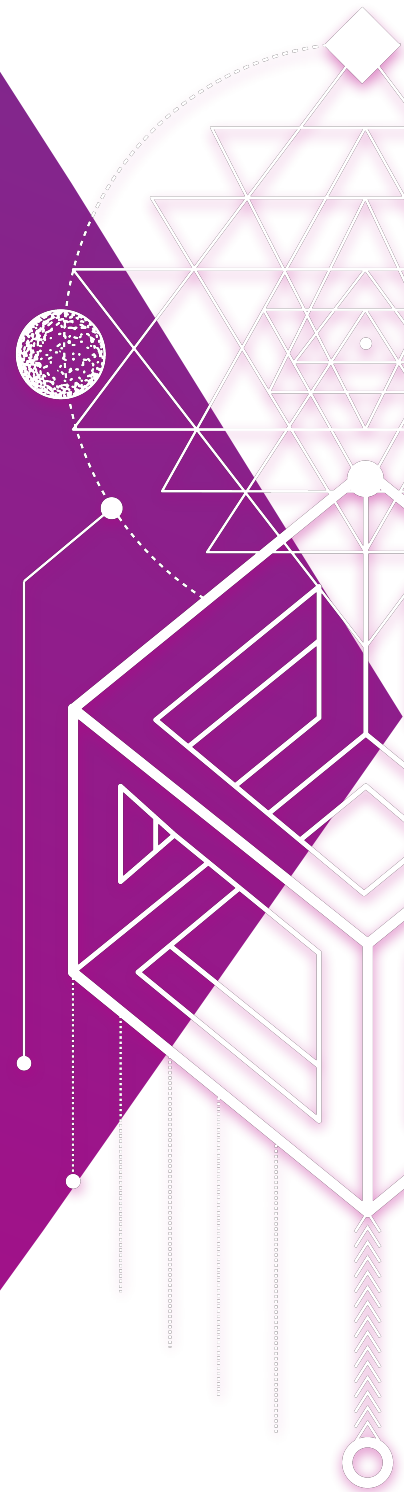
- ▶ Lass dir auch ihr/sein Leben zeigen, so, wie sie/er es wahrnimmt oder wahrgenommen hat. Was sie/er erlebt hat, wie sie/er gefühlt hat, was sie/er gedacht hat.
- ▶ Spüre nach einer Weile, wie sich eine weitere energetische Präsenz hinter dir bildet. Es ist die Präsenz deiner Urgroßmutter/deines Urgroßvaters.
- ▶ Tritt einen Schritt zurück und begib dich in ihr/sein Energiefeld. Erforsche auch ihr/sein Leben, ihre/seine Gefühls- und Gedankenwelt. Was hat sie/ihn dazu bewogen, so zu leben, wie sie/er es tat?
- ▶ Fühle jetzt hinter dir die Präsenz deiner Ahnin/deines Ahnen, die/der im Mittelalter gelebt hat.
- ▶ Gehe einen Schritt zurück und tritt in die Präsenz deiner Ahnin/deines Ahnen aus dem Mittelalter ein. Sei offen für ihre/seine Erfahrungen, ihre/seine Gefühle und Denkweisen. Wie war ihr/sein Leben?



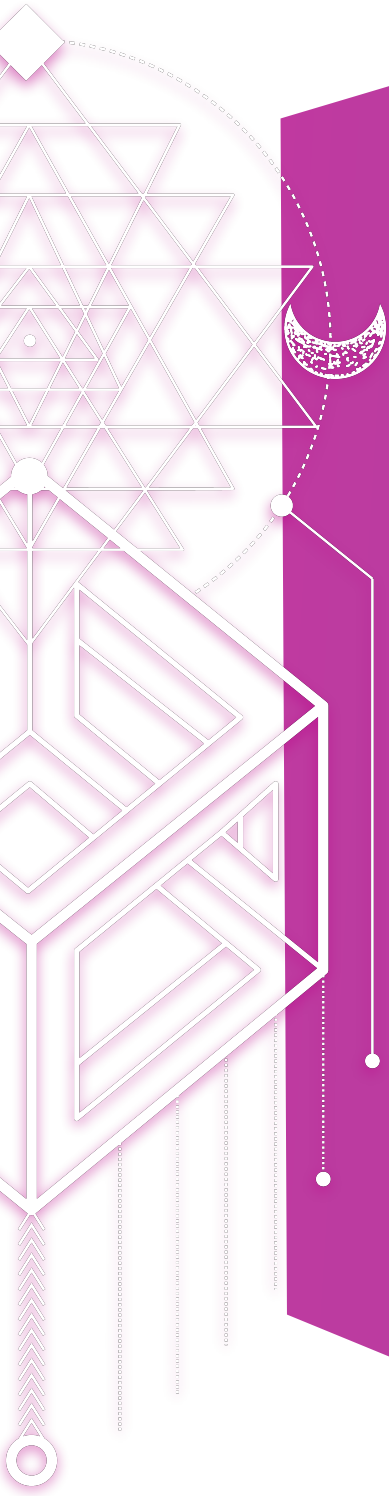
- ▶ Jetzt kannst du die energetische Präsenz einer weiteren Ahnin/eines weiteren Ahnen in deinem Rücken wahrnehmen. Es ist deine Ahnin/dein Ahne, die/der zu Beginn unserer Zeitrechnung lebte.
- ▶ Begib dich mit einem Rückwärtsschritt in ihr/sein Energiefeld und lass dich auch in ihr/sein Leben führen.
- ▶ Wenn du die Welt deiner Ahnin/deines Ahnen, die/der zu Beginn unserer Zeitrechnung lebte, erfahren hast, nimm wahr, wie sich hinter dir die energetische Präsenz deiner Ahnin/deines Ahnen bildet, die/der in der Steinzeit lebte.
- ▶ Mache einen Schritt rückwärts und tritt in die Präsenz deiner Steinzeit-Ahnin/deines Steinzeit-Ahnen ein.
- ▶ Lass dir auch ihr/sein Leben zeigen, so, wie sie/er es wahrnimmt bzw. wahrgenommen hat. Was sie/er erlebt hat, wie sie/er gefühlt hat, was sie/er gedacht hat.

AHNEN RITUAL

- ▶ Spüre jetzt, wie sich hinter dir eine Präsenz aufbaut, die wesentlich größer und kraftvoller als die deiner Ahninnen/Ahnen ist. Eine unglaubliche Macht und Energie geht von dieser Präsenz aus. Es ist deine Urahnin/dein Urahne, die göttliche Urfrau/der göttliche Urmann, aus der alle Frauen/dem alle Männer gekommen sind.
- ▶ Tritt einen Schritt zurück und begib dich in ihr/sein Energiefeld.
- ▶ Vereinige dich mit dem Feld ihrer/seiner machtvollen Energie, dieser weiblichen/männlichen Urkraft. Spüre, wie du vom Urpotential der Weiblichkeit/Männlichkeit erfüllt wirst, wie dich die Informationen darüber, wie du als Frau/als Mann wirklich gemeint bist, durchströmen. Was es tatsächlich heißt, als Frau/als Mann gesund und in deiner ganzen körperlichen wie auch seelischen Kraft zu sein.



AHNEN RITUAL



- ▶ Wenn du vollkommen von dieser Energie erfüllt bist, trete einen Schritt nach vorne in die energetische Präsenz deiner Steinzeit-Ahnin/deines Steinzeit-Ahnen ein. Bringe ihr/ihm diese Kraft, bringe ihr/ihm diese Information, damit sie/er all das in ihr/sein Leben integrieren und daraus Heilung beziehen kann.
- ▶ Wenn das geschehen ist, nimm die Energie auf, die aus dieser Vereinigung entstanden ist, und gehe einen Schritt weiter in die nächste Präsenz der Ahnin/des Ahnen, die/der zu Beginn unserer Zeitrechnung lebte, hinein.
- ▶ Gehe nun Schritt für Schritt wieder nach vorne von Ahnin zu Ahnin/Ahne zu Ahne, und bringe von jeder Ahnin/jedem Ahnen die Vereinigung der weiblichen/männlichen Urkraft mit all den Heilungsinformationen, die du empfangen hast, von einer Ahnin/einem Ahnen zur/zum nächsten, über die Mittelalter-Ahnin/den Mittelalter-Ahnen und deine Urgroßmutter/deinen Urgroßvater hin zu deiner Großmutter/deinem Großvater und deiner Mutter/deinem Vater.



- ▶ Nimm die Kraft jedes Mal erneut auf, bevor du weitergehst, weil jeder Akt der Heilung neue, gesunde Informationen in deine Ahninnenlinie bringt, von denen deine Ahninnen/Ahnen auch profitieren.
- ▶ Schließlich lass diese wunderbare Energie und all das damit verbundene heilsame Wissen auch in dich selbst einfließen, wenn du aus der Präsenz deiner Mutter/deines Vaters wieder auf den Platz trittst, den dir deine Ahninnen/deine Ahnen durch ihre Leben bereitet haben, und den du in dieser Welt ausfüllen sollst.
- ▶ Wahrscheinlich weißt du jetzt viel mehr darüber, warum du ausgerechnet an dieser Stelle stehst und welche heilige Aufgabe du in diesem Leben hast.
- ▶ Du weißt nun auch mehr über die Gaben und Fähigkeiten, die speziell deine Frauenlinie/deine Männerlinie besitzt und an dich weitergegeben wurde, damit du diesen Aufgaben gerecht werden kannst.

AHNEN RITUAL

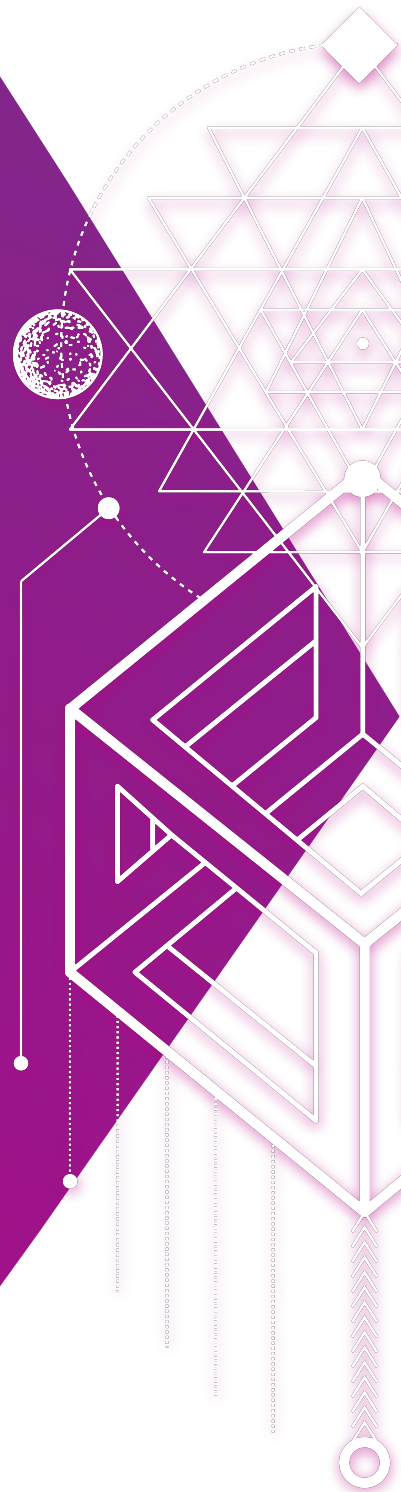
- ▶ Nun bedanke dich bei deinen Ahninnen/Ahnen dafür, dass sie dir dein Leben ermöglicht haben.

Denn niemals zuvor gab es einen Menschen wie dich, und du bist das Beste und Kraftvollste aus der wunderbaren Energie deiner weiblichen und männlichen Ahnenlinie!

- ▶ Schließe das Ritual ab, indem du dich nach und nach wieder bewusst mit dem Hier und Jetzt verbindest.

Lass dir dabei ausreichend Zeit, um wieder vollkommen in deiner Energie anzukommen.

- ▶ Trinke anschließend mindestens 1 großes Glas Wasser, um dein vegetatives Nervensystem zu unterstützen.
- ▶ Achte darauf, dass du im Anschluss an das Ritual noch Zeit für dich hast, um in Ruhe die Erkenntnisse und Erlebnisse zu integrieren.
- ▶ Sei liebevoll mit dir, und wenn du spürst, dass noch Vergebung erforderlich ist - dir oder deinen Ahninnen/Ahnen gegenüber - ist mein **FORGIVE RITUAL** hilfreich.



SO, FREE SPIRIT!

Wenn dir das **AHNEN RITUAL** gefallen hat,
findest du auf meiner Website

www.freespirit.rocks

weitere Angebote für dein Seelenwachstum.

Mit Blogartikeln, Podcast, geführten
Meditationen und Ritualen bis hin zu Live
Workshops, Retreats und 1:1-Mentorships
begleite ich dich bei deiner Entfaltung in dein
Seelenpotential.

LET'S ROCK YOUR SPIRIT POWER!

XO, SUE

ICH BIN SUE MESSLINGER...

... DEINE MENTORIN & TRAINERIN FÜR DEINE
SPIRITUELLE ENTFALTUNG!

Als INTUITIVE TRUTH GUIDE & TRANCE MEDIUM
unterstütze und begleite ich dich im Aufstiegsprozess
und zeige dir, wie du deine eigenen Fähigkeiten
bewusst, klar und mit Leichtigkeit für deinen Seelenweg
einsetzt.

Meine Mission ist es, dich so mit deiner Essenz ,
deinem inneren Wissen und deinem Seelenweg zu
verbinden, dass du die Welt durch deine Einzigartigkeit
bereicherst.

DENN DIE WELT BRAUCHT DEIN LEUCHTEN!

LET'S ROCK YOUR SPIRIT POWER!

xo, SUE

