

Von: Dr. Beate Latour [mailto:praxis-latour@freenet.de]
Gesendet: Dienstag, 19. Mai 2009 07:59
Betreff: dämonenarbeit für Andreas

Katrin: Dämon (griech) Seelenbegleiter.

Etymologisches Wörterbuch:

Griechisch: **daimon: göttliche Macht**, Gottgeschick mit der

Grundbedeutung „Verteiler“ (des Schicksals).

Lateinisch ab dem Ende des 16. Jahrhunderts:

„Teufel, böser Teufel, (böser) Geist“

(Mittelwesen zwischen Gott und Mensch).

„Füttere Deine Dämonen“

(Quelle: Tultrim Allione, Feeding Your Demons - Ancient Wisdom for Resolving inner Conflict, 2008“)

Zum Anfang

Schließe Deine Augen und stelle Dir vor, dass Du mit 9 Atemzügen entspannst:

- 3 ruhige tiefe Atemzüge – entspanne Deinen physischen Körper
- 3 ruhige tiefe Atemzüge – entspanne alle Körperstellen, die eine emotionale Spannung haben
- 3 ruhige tiefe Atemzüge – entspanne alle Körperstellen, die eine geistige Spannung haben

Schritt 1: Finde den Dämon

- Entscheide Dich, mit welchem Dämon Du arbeiten möchtest
- Wo sitzt der Dämon in Deinem Körper? (Gehe durch Deinen Körper ohne Bewertung und nimm die Empfindungen wahr)
- Wenn Du ihn gefunden hast, intensiviere diese Empfindung
- Betrachte die Qualität dieser Empfindung: Form, Textur, Farbe, Temperatur

Schritt 2: Personifiziere den Dämon und frage ihn nach seinen Bedürfnissen

- Lass den Dämon **zu einer Gestalt werden** (eine Person, ein Tier, ein Monster etc.)
- Betrachte genau die **Form** dieser Gestalt (Größe, Farbe, Textur, Geschlecht, emotionaler Zustand, hat der Dämon Arme, Beine etc.?)
- Nimm **Kontakt/Verbindung** mit dem Dämon auf, schau genau hin, schau ihm in die Augen - vielleicht entdeckst Du noch eine nicht gesehene Eigenschaft
- **Frage** den Dämon laut:
 - Was willst Du von mir?
 - Was brauchst Du von mir? Was sind Deine Bedürfnisse?
 - Wie fühlst Du Dich, wenn Du das von mir bekommen hast?

--- *Platzwechsel* (setze Dich möglichst mit geschlossenen Augen gegenüber hin) ---

Schritt 3: Werde der Dämon

- **Werde der Dämon** und setze Dich gegenüber dem Platz, wo Du vorher gesessen hast
- Lass Dir etwas Zeit, um die Gestalt des Dämon zu fühlen
- **Antworte** auf die drei Fragen laut:
 - Was ich von Dir will ist . . .
 - Was ich von Dir brauche ist . . .
 - Wenn mein Bedürfnis erfüllt ist, fühle ich mich . . .

Hinweis: Das Bedürfnis ist die Essenz des Futters (i.d.R. Liebe, Annahme, Kraft/Energie)

--- *Platzwechsel in die Ursprungsposition* ---

Schritt 4: Füttere den Dämon

Füttere den Dämon:

- Nimm Dir etwas Zeit, um wieder in Deiner ursprünglichen Position anzukommen (atmen)
- Gehe mit Deinem Bewusstsein in eine **Beobachter-Position**
- Stell Dir, vor Dein **Körper löst sich auf** und wird zu Futter für den Dämon, z.B. bei den Füßen anfangen und bis hoch zum Kopf gehen oder der ganze Körper löst sich auf einmal auf - in Form eines Stroms, Licht, einer Wolke etc. (Die Essenz des Futters zeigt sich am Ende von Schritt 3).
- **Füttere** den Dämon so lange, bis er richtig satt ist und betrachte den Dämon wie er das Futter aufnimmt (z.B. durch den Mund, die Poren, Inhalieren etc.) und beobachte, wie er sich verändert. Er muss komplett satt sein. Dann kann er auch eventuell eine andere Gestalt annehmen.

Heile den Dämon

Schritt 5: Ruhe in der Bewusstheit

- Ruhe für eine Weile in dieser Bewusstheit/ Leerheit