



Gib dem Dämonen Nahrung

Nach dem Buch von Tsültrim Allione

📌 Wie Du Deine ungeliebten Anteile zu Deinem stärksten Verbündeten machst

📌 Anleitung - die Wahl des Dämons

1. Suche Dir einen Raum, wo Du mindestens 45 min ungestört bist und stelle Dir 2 Stühle gegenüber oder vielleicht 2 Polster damit Du zwischen Deinem Platz und dem Deines Gesprächspartners (der Dämon oder Verbündete) hin und her wechseln kannst.
2. Nachdem wir uns entschieden haben, mit welchem inneren Dämon wir arbeiten wollen, spüren wir ihn in unserem Körper auf und erkunden, wie er sich dort zeigt und anfühlt.
3. Personifiziere jetzt den Dämon und stelle ihn Dir vor (Wie sieht er aus? Welche Beschaffenheit hat seine Haut? Ist sie stachelig/glitschig/..? Wie ist sein Blick? Wie ist seine Stimme? Ist er groß/klein/...? Male Dir seine Form in allen Einzelheiten aus. Wir visualisieren nun unseren Dämon als lebendiges Wesen uns gegenüber und sehen es uns genau an.

Beschreibe in kurzen Stichworten Deinen Dämonen mit dem Du jetzt arbeiten willst:



Anleitung – der Dialog

Jetzt stellen wir ihm die drei Fragen:

Was willst du von mir?

Jetzt setze Dich auf die gegenüberliegende Position nimm wahr welche Antwort auftaucht. Aus der Perspektive des Dämons antwortest Du:

Was ich von dir will, ist ...

Danach wanderst Du in Deinem Tempo wieder auf Deine Position und stellst die nächste Frage

Was brauchst du von mir?

Jetzt setze Dich auf die gegenüberliegende Position nimm wahr welche Antwort auftaucht. Aus der Perspektive des Dämons antwortest Du:

Was ich von dir brauche, ist ...

Danach wanderst Du in Deinem Tempo wieder auf Deine Position und stellst die nächste Frage

Wie fühlst du dich, wenn du bekommst, was du brauchst?

Jetzt setze Dich auf die gegenüberliegende Position nimm wahr welche Antwort auftaucht. Aus der Perspektive des Dämons antwortest Du:

Wenn ich bekomme, was ich brauche, fühle ich ...



Anleitung – den Dämonen füttern und: die Verwandlung zum Verbündeten

Wir visualisieren, wie sich unsere körperliche Substanz in einen wohlschmeckenden Nektar verwandelt (wir lösen uns also quasi auf und transformieren uns). Wichtiges muss der Nektar sein, der genau die Eigenschaften hat, die unseren Dämon zufrieden und glücklich machen.

Diese Substanz stellen wir ihm dann in unbegrenzter Menge zur Verfügung und beobachten, wie er all den Nektar in gänzlicher Menge trinkt, bis er ganz und gar satt ist.

Wenn es funktioniert, dann können wir währenddessen oder danach beobachten, wie sich unser »Dämon« verwandelt.

Ein verändertes Wesen sitzt uns nun gegenüber.

Wir eruieren, ob es ein Verbündeter ist. Wenn es sich als solcher zeigt, stellen wir ihm wieder Fragen. <Wenn Du Dir leichter tust kannst Du gerne wieder die Plätze zwischen den Fragen wechseln >

Wie wirst du mir helfen?

Ich werde dir helfen, indem ich ...

Wie wirst du mich beschützen?

Ich werde dich beschützen, indem ich ...

Welches Versprechen kannst du mir geben?

Ich verspreche dir, dass ...

Wie kann ich Kontakt zu dir aufnehmen?

Du kannst mich herbeirufen, indem du ...



 Abschluss – den neuen Verbündeten aufnehmen und willkommen heißen

Gehe nun wieder auf Deinen Platz und bleibe hier solange es Dir gut tut und erlaube Dir die Antworten und Eindrücke nachzuspüren.

Nachdem wir die Wirkung dieser Unterstützung erfahren und wahrnehmen konnten, lassen wir nun das verwandelte Wesen – den neuen Verbündeten - wieder in unseren Körper zurückkehren und erlauben uns in der entsprechenden Zeit die Eindrücke auf uns wirken zu lassen sowie eine neue Art der Ordnung einzustellen.

Hier ist Raum für Deine Notizen falls Du Dir Deine Eindrücke niederschreiben möchtest:

Und wenn Du Unterstützung für Deinen Veränderungsprozess suchst oder Du deine hinderlichen Überzeugungen und Zweifel loslassen möchtest, stehe ich Dir gerne mit meinen energetischen Techniken zur Verfügung.

Mache Dir einfach [ein unverbindliches Vorgespräch zum Kennenlernen aus](#) und damit den 1. Schritt in eine neue Richtung.

Viel Erfolg beim Ausprobieren !
Maresa