

Radikale Erlaubnis

Newsletter 2018 - 03

Das Radikale Erlaubnis Projekt



Liebe Interessierte an der Radikalen Erlaubnis,

auf dem Bild oben seht Ihr - zusammen mit der aktuellen Neuveröffentlichung meiner Erzählungen - meine letzten fünf Bücher. In einem intensiven Prozess, der die letzten Monate und das ganze letzte Jahr geprägt hat, hat sich mir tiefer erschlossen, wovon ich in meiner therapeutischen und schriftstellerischen Arbeit zutiefst bewegt bin - und in welchen Zusammenhang die einzelnen Bücher stehen: Jedes Buch ist eine in sich geschlossene Reise in die Radikale Erlaubnis, wobei ein jede den nächsten Schritt in eine "noch erlaubendere" Erlaubnis eröffnet. Diese Fusion und Vision meiner Arbeit möchte ich in diesem Newsletter ausführlich vorstellen, zugleich gebe ich einen Überblick über meine Bücher:

Das Radikale Erlaubnis Projekt

In seinem *Radikale Erlaubnis Projekt* unternimmt der für seine Authentizität und radikal ehrliche Direktheit bekannte Therapeut und Schriftsteller Mike Hellwig den grandiosen Versuch einer Wegbestimmung für den Menschen unserer Zeit.

Mike Hellwig leuchtet die dunkelsten Ecken aus, reißt die Tücher einer toxisch-falschen Scham herunter, um zum Kern des Menschlichen vorzudringen. Als Nihilist, Anarchist und Gläubiger zugleich entlarvt er eine Welt aus Konvention und Anpassung, um eine schönere und bessere wiederaufzubauen: eine alles radikal erlaubende Welt, in der das Echtsein und das Bekennen zu dem, was wahrhaftig und wirklich in uns lebt, oberste Priorität haben.

Mike Hellwigs Kosmos der Radikalen Erlaubnis eröffnet sich mit der Entscheidung, sein Heil darin zu finden, offen, schonungslos und radikal das eigene Erleben zum Gegenstand des Erforschens zu machen. Mike Hellwigs Seminare, Bücher, Videos und Newsletter-Artikel ebnet den Weg, sich Schritt für Schritt vom zensierenden, tabubehafteten Neurotikerdasein zu verabschieden und die authentische, künstlerisch-kreativ sich offenbarende Persönlichkeit radikal zu befreien.

Die einzelnen Bände

Band 1 bis 3

gestalten sich in Form einer therapeutischen Unterweisung:

- *Band 1: Energetischen Missbrauch erkennen und beenden*

Jeden Gedanken, jedes Gefühl, jede Empfindung, auch jeden die Tiefe des Empfindens vermeidenden Schutzimpuls wahrnehmen

- *Band 2: Traumaheilung durch Radikale Erlaubnis*

Die eigene große Wunde anerkennen und durchwandern

- *Band 3: Radikale Kreativität*

beantwortet die Frage, wohin die Energie, die in der Vermeidung des tiefsten Schmerzes gebunden war, gehen kann: in den künstlerisch-kreativen, völlig spielerischen Ausdruck einer unzensurierten Selbstoffenbarung

Band 4 und 5

In den fortschreitenden Bänden tritt immer mehr der sich bekennende Mensch Mike Hellwig hervor, der die psychotherapeutische Instanz des unterweisenden Ratgebers (Bände 1-3) als letzte Bastion einer Distanzierung vom unzensurierten Erlebnisstrom erkennt, abstreift und in *Band 4: Paradise Beach* und *Band 5: Das unentdeckte Land* hinter sich lässt.

Radikale Erlaubnis Projekt Band 5

Das unentdeckte Land

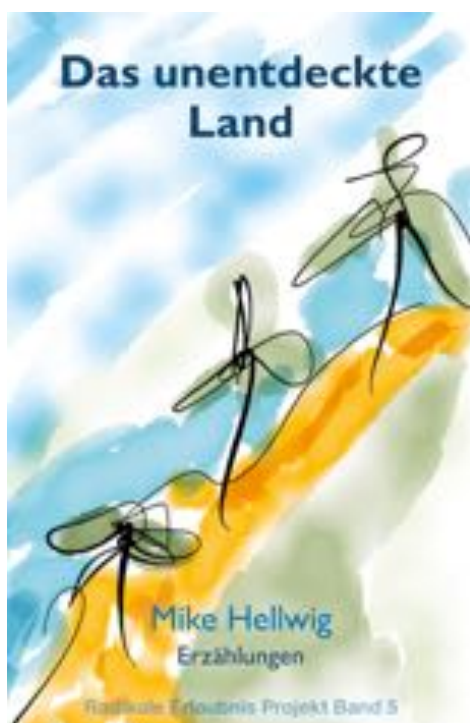
Erzählungen

Mike Hellwigs Erzählungen machen etwas mit dir.

Sie bringen dich mit der Intensität in Kontakt, mit der du als Kind die Welt erlebt hast.

Sie führen dich in unentdecktes Land, berühren dich, erschüttern dich, konfrontieren dich mit einem Humor, der dir das Lachen gefrieren lässt. Sie fordern dich heraus, deine Gefühle in der Tiefe zu spüren.

Immer laden dich die Erzählungen dazu ein, etwas in dir, was bislang fremd war, radikal zu erlauben: es zu genießen, wirklich allem, was in dir lebt, die volle Daseinsberechtigung zu geben.



Neu erschienen:

276 Seiten; Euro (inkl. MwSt.)

Nur bei Amazon: [Jetzt bestellen](#)

Kindle-Version: 9,99 Euro (inkl. MwSt.)

Nur bei Amazon: [Jetzt bestellen](#)

[Blick ins Buch und Rezensionen](#)

In dem fünften Band seines groß angelegten Radikale Erlaubnis Projekts geht der bekannte Therapeut und Schriftsteller den vorerst letzten Schritt auf dem Weg zu einem Menschen, der sich vollumfänglich offenbart.

Mike Hellwig bekennt sich zu dem Leben, das er gelebt hat: zu der zerrissenen Jugend zwischen Hamburg und Jamaika, zu verräterischen Freunden und verführerischen Frauen. Indem er Wahrheit mit Fantasie verwebt, kann er dem Abgrund eine Sprache geben und die

verlorene kindliche Geborgenheit zurückgewinnen, diesmal in einer neuen, alles radikal erlaubenden Welt.

(Überarbeitete, ergänzte, unzensierte Neuveröffentlichung von „Stillwasserzeit“)

Radikale Erlaubnis Projekt Band 4:

Paradise Beach

Wenn die Seele nicht hinterherkommt. Novelle

Du reist voller Hoffnungen mit dem Rucksack nach Thailand. Kaum bist du gelandet, wird alles wahr, was du insgeheim befürchtet hast. Jeder Schritt, den du tust, führt dich tiefer in einen Horrortrip, auf dem sich ein Unheil an das nächste reiht ...

Mit abgründigem Humor und einer Empörung, die bis in den Himmel reicht - schonungslos ehrlich durchwandert Mike Hellwig jeden Abgrund seiner grotesken Odyssee und läßt dabei keine Niederung der menschlichen Existenz aus.

Und dann gibt es da noch Mina ...

Paradise
Beach

Wenn die Seele nicht
hinterherkommt



Mike Hellwig
Novelle

Radikale Erlaubnis Projekt Band 4

Jetzt erschienen:

137 Seiten; 8,99 Euro (inkl. MwSt.)

Nur bei Amazon: [Jetzt bestellen](#)

Kindle-Version: 7,99 Euro (inkl. MwSt.)

Nur bei Amazon: [Jetzt bestellen](#)

[Blick ins Buch](#) und [Rezensionen](#)

Mike Hellwig leuchtet die dunkelsten Ecken aus, reißt die Tücher einer toxisch-falschen Scham herunter, um zum Kern des Menschlichen vorzudringen. Im vierten Band seines groß angelegten *Radikale Erlaubnis Projekts* auf dem Weg zum Menschen, der sich vollumfänglich bekennt, demonstriert der bekannte Therapeut und Schriftsteller Mike Hellwig sprachgewaltig und hochunterhaltsam, wie Radikale Erlaubnis unter widrigsten Umständen funktioniert.

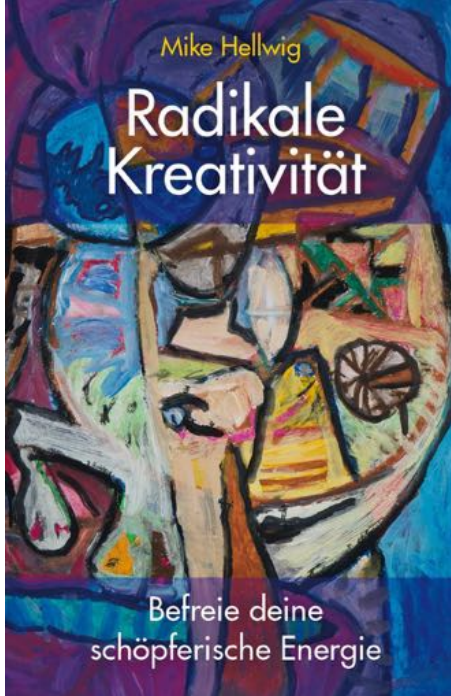
Radikale Erlaubnis Projekt Band 3:

Radikale Kreativität

Befreie deine schöpferische Energie

"Wenn wir ans Licht bringen, womit wir in Wahrheit ringen, heilen alle Wunden, die uns je zugefügt worden sind."

In diesem Buch leitet Mike Hellwig zu dem entscheidenden Schritt an, unser inneres Kind unzensiert durchkommen zu lassen - und die gewaltige schöpferische Kraft zu entfesseln, die in uns verborgen liegt.



Neu erschienen:

212 Seiten; 14,98 Euro (inkl. MwSt.)

Nur bei Amazon: [Jetzt bestellen](#)

Kindle-Version: 8.99 Euro (inkl. MwSt.)

Nur bei Amazon: [Jetzt bestellen](#)

[Blick ins Buch und Rezensionen](#)

Im dritten Band seines großangelegten *Radikale Erlaubnis Projekts* auf dem Weg zum Menschen, der sich vollumfänglich bekennt, ermutigt Mike Hellwig voller Begeisterung dazu, unser Innerstes ans Licht zu bringen und auszudrücken. Der bekannte Therapeut und Schriftsteller gibt genaue Instruktion, wie wir unseren inneren Kritiker zu unserem Freund machen und dadurch automatisch in einen Schaffensprozess hineinkommen, der Spaß macht, tiefste Freude bringt, der uns dazu anregt, unserem Drama ins Gesicht zu lachen und wieder zu spielen. (Überarbeitete und ergänzte Neuauflage von Die Kraft deines inneren Kindes.)

Radikale Erlaubnis Projekt Band 2:

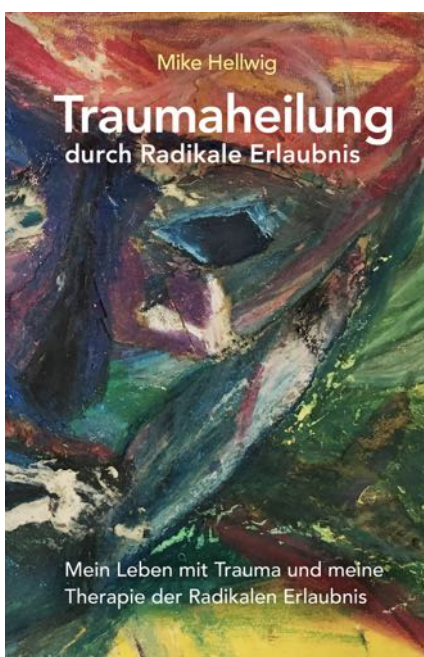
Traumaheilung durch Radikale Erlaubnis

Mein Leben mit Trauma und meine Therapie der Radikalen Erlaubnis

„Das, was wir vor der bewussten Wiederbegegnung mit unserem Trauma unbedingt verborgen halten mussten, was niemand von uns je wissen durfte, das bringen wir hervor – und das heilt uns!“

Den Weg aus der toxischen Scham, die jedes Trauma hinterläßt, hat Mike Hellwig in jahrzehntelanger Erforschung gesucht, die Essenz seiner Arbeit legt er nun in diesem Buch vor:

Die Radikale Erlaubnis für alles, was in uns ist.



Erschienen im Juni 2016:

248 Seiten; 16,95 Euro (inkl. MwSt.)

Nur bei Amazon: [Jetzt bestellen](#)

Kindle-Version: 9,99 Euro (inkl. MwSt.)

Nur bei Amazon: [Jetzt bestellen](#)

Inhaltsangabe und Einleitung:

[Blick ins Buch und Rezensionen](#)

[Englische Ausgabe](#)

In dem zweiten Band seines groß angelegten *Radikale Erlaubnis Projekts* geht Mike Hellwig den Schritt vom unterweisenden Therapeuten zu einem Menschen, der sich schonungslos

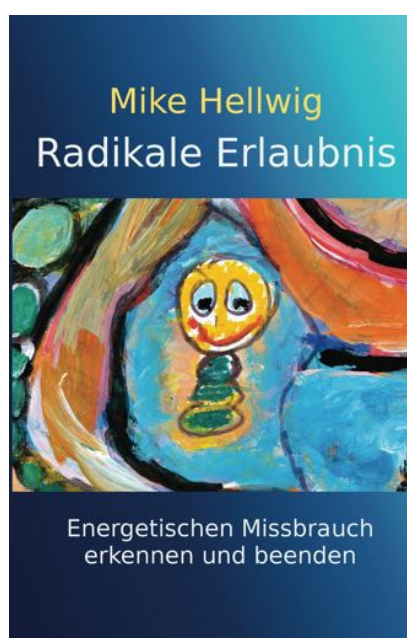
ehrlich offenbart und vollumfänglich zu seiner Verwundung bekennt. So spricht der bekannte Therapeut offen über seine eigene, von schwerem Kindheitstrauma geprägte Geschichte und zeigt gleichzeitig auf, wie die bewusste Wiedererfahrung unseres Traumas zu einer Aussöhnung in der tiefsten Tiefe mit uns selbst führt.

Radikale Erlaubnis Projekt Band 1:
Radikale Erlaubnis
Energetischen Missbrauch erkennen und beenden

Sich erlauben, absolut echt zu sein!

Das ist die Essenz der Radikalen Erlaubnis – einer Methode, die Mike Hellwig in seiner langjährigen therapeutischen Arbeit mit dem inneren Kind entwickelt hat. Sie besteht darin, jeden Gedanken, jedes Gefühl und jeden Konflikt unzensuriert anzuerkennen.

"So knallhart unter dem Zwerchfell zu bleiben und sich nicht zu verstricken, ist eine Qualität, die entsteht, wenn wir uns erlauben, jeden Gedanken, jedes Gefühl, ja überhaupt jede Wahrnehmung als ein inneres Kind zu behandeln."



Jetzt als Hörbuch erschienen:
[hier probieren und download](#)

Erschienen im Juni 2014
206 Seiten; 16,95 Euro (inkl. MwSt.)
Nur bei Amazon: [Jetzt bestellen](#)

Kindle-Version: 9,99 Euro (inkl. MwSt.)
Nur bei Amazon: [Jetzt bestellen](#)

Inhaltsangabe und Einleitung: [Blick ins Buch](#)

In diesem ersten Buch seines groß angelegten *Radikale Erlaubnis Projekts* auf dem Weg zu einem Menschen, der sich vollumfänglich zu seiner Verwundung bekennt, gewährt der bekannte Therapeut einen rückhaltlosen Einblick in seine einzigartige Arbeit. Er leitet dazu an, den energetischen Missbrauch, den wir in unserer Kindheit erfahren haben und seitdem mit uns selbst und anderen betreiben, zu beenden. Er demonstriert, wie sich jede Neurose auflöst, wenn wir für unser Bauchgefühl eintreten und bekennen, was wirklich in uns lebendig ist.

Vorherige Arbeiten:

[Wie wir uns vom Positiven Denken heilen](#) (2012)

[Befreie dein inneres Kind](#) (2007)

Radikale Erlaubnis Seminare

Wer interessiert ist an der praktischen Erfahrung der Radikalen Erlaubnis, dem möchte ich meine **Basis-Seminare** in Hamburg ans Herz legen, nächster Termin ist der 23. - 25. März 2018, dort sind noch zwei Plätze frei.

Ich würde mich freuen, Euch radikal erlaubend in den Seminaren kennenzulernen oder wiederzusehen, unten folgt das Seminarangebot für 2018.

Liebe Grüße
Euer Mike

Basis-Seminare in Hamburg

Für den Einstieg in die Seminararbeit mit mir biete ich zu verschiedenen Terminen zwei Basis-Seminare in Hamburg an:

- **Das verlassene innere Kind retten**
- **Erbe der Eltern / Innerer Kritiker**

(Termine, Kosten und alle weiteren Informationen könnt Ihr unter diesen [Link](#) finden.)

Diese Seminare können einzeln gebucht werden, auch die Reihenfolge ist nicht vorgegeben. Wer einfach die praktische Arbeit mit mir kennenlernen möchte, kann isoliert so ein Seminar buchen, es findet jeweils an einem Wochenende statt. Wer intensiver einsteigen möchte, sich mit meiner Arbeit und Videos bereits befasst hat, kann beide Basis-Seminare zu einem Rabatt buchen.

Intensivseminare an der Nordsee

Für TeilnehmerInnen, die die Radikale Erlaubnis weiterführen wollen, biete ich zwei Intensivseminare an der Nordsee an:

- **Intensivseminar I: Der Sex und das Böse**
- **Intensivseminar II: Mission possible**

(Termine, Kosten und alle weiteren Informationen könnt Ihr unter diesen [Link](#) finden.)

Die viertägigen Intensivseminare I und II wenden sich an alle TeilnehmerInnen, die zuvor die Basisseminare (oder die früheren Grundseminare) besucht haben. Sie können einzeln gebucht werden. TeilnehmerInnen des Intensivseminar II müssen zuvor das Intensivseminar I (oder ein früheres Sonderseminar) bei mir besucht haben.

Weiterführende Informationen:

- **Videos**
 - **Bücher**
 - **Audioanleitung**
 - **hilfreiche Artikel**
-

Bei Fragen:

Büro Radikale Erlaubnis

Hier steht als Ansprechpartnerin Monika Orend zur Verfügung, die auch als feste Co-Trainerin in den Seminaren dabei ist.

Telefonische Sprechzeiten:

Dienstag und Donnerstag, 10.00 - 12.00 Uhr

Tel: 040/ 460 90 726

Email: [kontakt\(at\)mike-hellwig.de](mailto:kontakt@mike-hellwig.de)

| [friend on Facebook](#) | [forward to a friend](#)
Copyright © | All rights reserved.

This email was sent to <<Email Adresse>>
[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)
Mike Hellwig - Radikale Erlaubnis - · Große Brunnenstraße 43 · Hamburg 22763 · Germany

MailChimp