

Radikale Erlaubnis

Newsletter 2013 - 4

Die Wächter



Wenn Du ein Problem oder Fragen hast, die Du im Newsletter beantwortet haben möchtest, kannst Du sie mir per Email schicken. Was immer Dich bewegt, es wird auch andere bewegen. Ganz unten kannst Du diesen Newsletter auch an Interessierte weiterleiten oder, wenn Du ihn nicht mehr empfangen möchtest, auf "unsubscribe" klicken.

Liebe Interessierte an der Radikalen Erlaubnis,

wenn wir das Gefühl haben, in unserem Leben passiert immer wieder dasselbe und wir haben immer wieder dieselben Konflikte, dann sind wir aller Wahrscheinlichkeit nach mit unseren Wächtern identifiziert.

Wächter

Wächter nenne ich die Teile in uns, die uns seit der Kindheit vor dem Fühlen von Verlassenheit schützen. Ihr Sitz ist vorrangig oberhalb des Zwerchfells, in Brust, Schultern und Kopf, und sie schieben sich vor das Bauchgefühl und verhindern das Spüren von Angst, Schmerz und tiefen Empfindungen. In meinem neuen Video [Der innere Kritiker und der Rebell](#) zeige ich den ewigen Kampf, den beide miteinander aufführen.

Wenn wir, wie es meistens ist, in diesem Kampf mit einem der beiden Anteile identifiziert sind, haben wir das Gefühl, dass in unserem Leben immer wieder dasselbe passiert, sich nie etwas ändert und wir immer unter Druck stehen. Wir lösen uns jedoch aus dem Griff unserer Wächter, indem wir sie identifizieren und uns ihrer Dynamik bewusst werden. Wenn wir ihnen erlauben, genauso in uns da zu sein, wie sie da sind, können wir wieder ungehemmt in unseren Bauch spüren und uns von ihm führen lassen.

Verlassenheit nicht ertragen können

In meinem zweiten neuen Video: [Das verlassene innere Kind nicht ertragen können](#) rücke ich den Ursprung der Wächter in den Fokus, indem ich sie als den Teil (oder Teilgefüge) beschreibe, der die Verlassenheit des kleinen inneren Kindes nicht ertragen, ja nicht einmal ansehen kann.

Diese Verlassenheit des Kindes können Wächter nicht aushalten, und so ist es ihr Auftrag, dafür zu sorgen, dass sich unser Verlassenheitsgefühl außerhalb unserer Wahrnehmung befindet und dort bleibt. Sobald also unsere Verlassenheitswunde auch nur leicht berührt wird, kämpfen wir anstatt zu spüren. Wenn wir jedoch unseren Wächtern zustimmen und ihr Wirken mit Neugier und Interesse verfolgen, stellt sich, wie das Video zeigt, ein gewisser Humor ein und eine überraschende Erkenntnis ...

Liebe Grüße an Euch alle
Mike

Seminare 2013:

- Grundseminare:

(Teilnehmerzahl: 15, für alle offen)

Hamburg:

- [Mission: den Lebensauftrag anerkennen](#) - am 07./ 08./ 09. Juni 2013 - [ausgebucht, Warteliste](#)
- [Das verlassene innere Kind retten](#) - am 16./ 17./ 18. August 2013 - [noch Plätze frei](#)
- [Rückkehr in den Körper](#) - am 13./ 14./ 15. September 2013 - [noch Plätze frei](#)
- [Erbe der Eltern / innerer Kritiker](#) - am 18./ 19./ 20. Oktober 2013 - [noch Plätze frei](#)
- [Mission: den Lebensauftrag anerkennen](#) - am 22./ 23./ 24. November 2013 - [noch Plätze frei](#)

- Ausbildung 2013:

(Teilnehmerzahl 12, Teilnahme an den Grundseminaren Voraussetzung)

In zwei Vier-Tages-Blöcken:

Seminar I - Nordsee, am 07. - 10. November 2013 - [noch Plätze frei](#)

Seminar II - Nordsee, am 05. - 08. Dezember 2013 - [noch Plätze frei](#)

Weitere Informationen: [hier klicken](#)

Übersicht und Anmeldung

Unter diesem Link könnt Ihr den Übersichts- und Anmeldebogen für die Seminare 2013 aufrufen:

[Übersichts- und Anmeldebogen](#)

Videos, Audios und Bücher

Die neusten Videos

- [Das verlassene innere Kind nicht ertragen können](#)
- [Der innere Kritiker und der Rebell](#)
- [Du darfst das!](#)
- [Was in den Seminaren geschieht](#)
- [Seminare, Partnerschaften und Ausbildung](#)
- [Trauma und Neugier](#)
- [Knackpunkt in der inneren Kind Therapie](#)

- Depression genießen
- Beziehungsmuster und Wiederholungszwang

und noch viele Videos mehr befinden sich: [hier](#)

Audios

hier eine Übungsanleitung:

- Radikale Erlaubnis im Körper

Bücher

Beschreibungen und Rezensionen zu meinen Büchern finden sich hier:

- [Wie wir uns vom positiven Denken heilen](#)
- [Die Kraft deines inneren Kindes](#)
- [Befreie dein inneres Kind](#)

Mit lieben Grüßen

Euer Mike Hellwig