

Radikale Erlaubnis

Newsletter 2016 - 07

Sich selbst genießen



Liebe Interessierte an der Radikalen Erlaubnis,

zum Jahresausklang und gegebenenfalls zur persönlichen Wiederherstellung nach den Weihnachtstagen möchte ich Euch in diesem Newsletter dazu einladen, Euch wieder selbst zu genießen! Wie aber macht man das noch gleich?

Die Wiedergewinnung der Verwundbarkeit

Wie ich in dem gleichnamigen Video [Die Wiedergewinnung der Verwundbarkeit](#) darstelle, leiden wir (und erschaffen immerzu neues Leid), wenn wir vor uns und anderen verleugnen, dass wir verwundbare Wesen sind. Wenn wir nicht anerkennen und kommunizieren, was uns weh tut, sind wir identifiziert mit den Wächtern in uns - mit Teilen unserer Persönlichkeit,

die Schmerz abwehren, indem sie uns vor dem Fühlen abschirmen. Dann merken wir, dass wir uns andauernd anstrengen und kämpfen, aber doch nicht zu uns selbst kommen und Ruhe in uns finden. Die Anerkennung, dass etwas in uns Schmerz empfindet, dass sich etwas in uns ängstigt oder unruhig ist, ist ein Schritt, wieder den Körper zu spüren und wie es sich eigentlich gerade anfühlt, wir in diesem Körper zu sein. So gewinnen wir unsere Präsenz zurück und sind wieder wirklich da, verbunden mit dem, was in uns lebendig ist.

Seine Teile genießen

Diese Schutzteile, die Wächter, sind in uns da und werden auch immer da sein; wichtig ist es, zu erkennen und wahrzunehmen, wie wir mit ihnen identifiziert sind, anstatt ihnen zu glauben. Wie ich in dem Video [Seine Teile genießen](#) illustriere, kann das richtig Spaß machen, absichtlich in die Teile hineinzugehen, sich absichtlich mit ihnen zu identifizieren - anstatt irgendetwas in sich weghaben zu wollen. Sich radikal zu erlauben, heißt die Dinge in sich, die sowieso da sind, stärker zu machen, sie zu totalisieren, und dabei voll mitzubekommen, was in uns am Werke ist. Dann gewinnen wir unsere Präsenz zurück und es macht wieder Spaß, wir zu sein und auszudrücken, was sich wirklich in uns abspielt.

Wer diese Radikale Erlaubnis im nächsten Jahr praktisch erfahren bzw. vertiefen möchte, wer an Punkte kommt, wo er das Gefühl hat, Unterstützung zu benötigen, dem möchte ich meine Seminare oder Seminaresequenzen in 2017 ans Herz legen; es empfiehlt sich eine frühzeitige Anmeldung.

(Übersichts- und Anmeldebogen: [Grund-und Sonderseminare 2017](#); [Sonderseminare und Ausbildung 2017](#).)

Einen Eindruck von der Radikalen Erlaubnis kann man sich auch durch die zahlreichen weiteren Videos aus meinen Seminaren verschaffen, [hier](#). In meinem neuen Buch [Traumaheilung durch Radikale Erlaubnis](#) und in dem Vorgänger [Radikale Erlaubnis](#) ist meine Methode genau beschrieben. (Leseproben und Rezensionen [hier](#)).

Im Fernsehen:

Im Sommer 2016 hatte ich Jens Böttcher mit seinem Tiefsehtauchen-Team zu Gast. Die dreiteilige Dokumentation wird auf Bibel-TV ausgestrahlt am:
Samstag, 14.1. 1830h, Wiederholung Sonntag 15.1. (2330h)
Samstag, 21.1. 1830, Wdh. Sonntag 22.1 (2330h)
Samstag 28.1. 1830, Wdh. Sonntag 29.1. (2330h)

Alles Gute, einen guten Rutsch und liebe Grüße

Euer Mike

Seminare 2017

[Übersichts- und Anmeldebogen Grund-und Sonderseminare 2017](#).

- Grundseminare in Hamburg (für alle offen)

Ich biete drei Grundseminare an, in denen die Radikale Erlaubnis intensiv kennengelernt werden kann. Ich empfehle und rabattiere daher die Teilnahme an einer Sequenz aus drei aufeinanderfolgenden Seminaren. Man kann aber auch ein einzelnes Seminar besuchen und dann schauen, ob man weitermachen möchte. (Jedes der drei Themen eignet sich zum Einstieg, die Seminare können auch beliebig kombiniert werden.)

Sequenz Winter

[Das verlassene innere Kind retten](#)

- Hamburg, 06./ 07./ 08. Januar 2017 - *ausgebucht*

Erbe der Eltern / innerer Kritiker

- Hamburg, am 03./ 04./ 05. Februar 2017 - *noch Plätze frei*

Mission: den Lebensauftrag anerkennen

- Hamburg, am 24./ 25./ 26. Februar 2017 - *noch Plätze frei*

Sequenz Frühjahr

Das verlassene innere Kind retten

- Hamburg, am 10./ 11./ 12. März 2017 - *noch Plätze frei*

Erbe der Eltern / innerer Kritiker

- Hamburg, am 31. März./ 01. April / 02. April 2017 - *noch Plätze frei*

Mission: den Lebensauftrag anerkennen

- Hamburg, am 21./ 22./ 23. April 2017 - *noch Plätze frei*

Sequenz Sommer

Das verlassene innere Kind retten

- Hamburg, am 12./ 13./ 14. Mai 2017 - *noch Plätze frei*

Erbe der Eltern / innerer Kritiker

- Hamburg, am 09./ 10. / 11. Juni 2017 - *noch Plätze frei*

Mission: den Lebensauftrag anerkennen

- Hamburg, am 30. Juni / 01./ 02. Juli 2017 - *noch Plätze frei*

Sequenz Herbst

Das verlassene innere Kind retten

- Hamburg, am 25./ 26./ 27. August 2017 - *noch Plätze frei*

Erbe der Eltern / innerer Kritiker

- Hamburg, am 22./ 23. / 24. Juni 2017 - *noch Plätze frei*

Mission: den Lebensauftrag anerkennen

- Hamburg, am 13. / 14./ 15. Oktober 2017 - *noch Plätze frei*

- **Sonderseminare** (Teilnahmebedingung: vorherige Teilnahme an den drei Grundseminaren)

Dieses Seminar steht nur TeilnehmerInnen offen, die die Grundseminare bei mir besucht haben. Diese Voraussetzung ist deshalb so wichtig, weil es heikle Bereiche sind: Bereiche, in denen unsere Wächter am Stärksten wirken und unsere Scham am Größten ist. Wir benötigen für diese Arbeit an unseren sensibelsten Wunden einen besonders geschützten Rahmen. Das geht meines Erachtens nur mit TeilnehmerInnen, die in den Grundseminaren die Radikale Erlaubnis geübt haben und in der Lage sind, ihre Wächter (Schutzteile) in Aktion zu erkennen, und sich von ihnen abgrenzen können.

Der Sex und das Böse 2017

- Nordsee, 13./ 14./ 15./ 16. Juli 2017 - *noch freie Plätze*

- Nordsee, 02./ 03./ 04./ 05. November 2017 - *noch freie Plätze*

Ausbildung (Teilnahmebedingung: alle Grund- und ein Sonderseminar)

Die Ausbildungsseminare wenden sich an TeilnehmerInnen, die die Radikale Erlaubnis in Feinform beherrschen möchten und/oder in Beratung, Coaching und Therapie einsetzen möchten. Die Ausbildung stellt die intensivste Arbeit dar, die ich momentan anbiete, und wendet sich an alle TeilnehmerInnen, die eine Aussöhnung mit ihren zutiefst verborgenen Anteilen anstreben. (Absolventen der Ausbildung können danach als Co-Trainer kostenlos an den Grundseminaren teilnehmen.)

Die **Ausbildung 2017** findet an zwei Wochenenden statt:

- Seminar I

FAQ / Fragen zu den Seminaren:

Mit welchem Seminar beginnen?

Was die Reihenfolge der Seminare betrifft, kannst Du mit jedem Seminar beginnen. Denn in allen Seminaren machen wir Radikale Erlaubnis und erlauben das, was kommt. Außerdem halten sich innere Anteile nicht an Themen. Niemals gebe ich Seminare, die sich wiederholen. Die Seminare sind so unterschiedlich, wie die Menschen, die an ihnen teilnehmen. Daher kann man frei wählen, mit welchem Seminar man beginnen möchte. Es hat sich allerdings gezeigt, dass die Teilnahme von drei aufeinanderfolgenden Seminaren die effektivste Form ist, die Radikale Erlaubnis zu verinnerlichen.

Kann man auch nur eins machen?

Ja, das kann man. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass bei TeilnehmerInnen, die noch nicht mit mir gearbeitet haben, zunächst einmal *die Wächter* überprüfen, ob es sicher ist. Nicht selten erlebe ich TeilnehmerInnen, die bereits in einem zweiten Seminar völlig verwandelt erscheinen: Plötzlich sind sie von Beginn an ganz offen und nahbar. - Ich gebe immer die Möglichkeit, einzelne Seminare zu besuchen und dann zu überlegen, ob man weitermachen will. Ich selbst - daher biete ich die Seminare so an - halte es für das Effektivste, kontinuierlich dabei zu bleiben, deshalb empfehle ich eine zusammenhängende Sequenz von drei Seminaren. Danach kann man entscheiden, ob man mit den Sonderseminaren, die in emotionale Sperrgebiete führen, und mit der Ausbildung, die zu einer Konfrontation mit den tiefsten Anteilen einlädt, weitermachen möchte.

Wie unterscheiden sich Grund - , Sonderseminare und die Ausbildung?

In den Grundseminare geht es vorrangig um Eintauchen, Anerkennen und Erfahren von normalerweise geleugneten Gefühlen und das Erlernen der Technik der Radikalen Erlaubnis. In den Sonderseminaren geht es um emotionale Sperrgebiete, die tabuisiert sind, und in denen eine ungeheure Lebensenergie auf Befreiung wartet. Die Ausbildung wendet sich an alle, die die Grund- und Sonderseminare mitgemacht haben. Die Ausbildung stellt die intensivste Arbeit dar, die ich momentan anbiete und wendet sich an alle TeilnehmerInnen, die eine Aussöhnung mit ihren zutiefst verborgenen Anteilen anstreben. Hier befassen wir uns auch explizit mit den Wordings und erarbeiten Bewusstheit über die Schritte und Formate. In der Ausbildung kann man sich zertifizieren lassen, und sich - wenn man will - auf meine Therapeuten/Beraterliste setzen lassen und mit Klienten die Radikale Erlaubnis durchführen.

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.
