

Radikale Erlaubnis

Newsletter 2014 - 7

Trauma heilen



Wenn Du ein Problem oder Fragen hast, die Du im Newsletter anonym beantwortet haben möchtest, kannst Du sie mir per Email schicken. Was immer Dich bewegt, es wird auch andere bewegen. Auch Feedback zu dem Newsletter ist herzlich willkommen. 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,

in diesem Newsletter geht es zentral darum, wie man unter die Probleme taucht, dorthin, wo überraschende Lösungen entstehen: auf die Ebene des sinnlich spezifischen Empfindens.

In den Videos vom Seminar des letzten Wochenendes näherte ich mich von verschiedenen Themen dieser Ebene an:

Trauma heilen

In dem Video **Trauma heilen** stelle ich da, wie im Trauma das Notfallprogramm im Nervensystem: Dies darf nie wieder passieren! installiert wird. Ein Teil in uns, ein Kind, wird eingefroren und bleibt stehen. Aus dieser Starre können wir es durch das sinnlich spezifische Erleben befreien und aus dem Notfallprogramm unseres Nervensystems aussteigen.

Sich trennen oder nicht

Hier greife ich einen Konflikt auf, den wir wohl alle kennen: Wir sind unzufrieden in einer Beziehung, wir wollen aussteigen, aber wenn wir das tun, erscheint alles noch schlimmer und wir wollen wieder zurück.

Auf dieser Ebene des Hin - und Her gibt es keine Lösung, auf der Ebene des sinnlich spezifischen

Erlebens, hingegen schon, wie das Video [Sich trennen oder nicht](#) aufzeigt.

Genießen, dass etwas in uns sterben will

Als ich vor einiger Zeit das Video [Der Teil, der sterben will](#) veröffentlichte, erhielt ich viele dankbare Reaktionen. In dem Video [Etwas will sterben](#) gehe ich einen Schritt weiter in die Enttabuisierung und beschreibe, wie man diesen Teil genießt. Zugleich stelle ich eine Verbindung zu den Themen Depression und Autoimmunkrankheiten her.

Wie ich dazu kam, alles in mir anzuerkennen ...

In dem Video [Die Entdeckung der Radikalen Erlaubnis](#) beschreibe ich, wie ein Zufall mich dahin führte, meinem Gespür bedingungslos zu vertrauen. Das ist auch ein Kapitel meines neuen Buches, dem Grundwerk zur Radikalen Erlaubnis, das in Kürze erscheint (im nächsten Newsletter stelle ich es vor).

Das Bauchgefühl als Kompass

Wer das gerne lernen möchte, auf die Ebene des sinnlich spezifischen Erlebens hinunterzugehen, wer gerne anfühlen möchte, wie es ist, alles in sich radikal zu erlauben und sein Bauchgefühl zum Kompass in seinem Leben zu machen, der hat dazu im nächsten Seminar Gelegenheit: [Mission: den Lebensauftrag anerkennen](#), vom 20. - 22. Juni in Hamburg. Es gibt noch ein paar freie Plätze.

Es folgt mein Seminarangebot 2014, weiter unten finden sich die Videoübersicht, eine Audio-Anleitung zur Radikalen Erlaubnis und meine Bücher.

Liebe Grüße an Euch alle!

Euer Mike

Seminare 2014:

- Grundseminare in Hamburg (Teilnehmerzahl: 15, für alle offen)

Ich biete drei Grundseminare an, in denen die Radikale Erlaubnis erfahren und gelernt werden kann. Sie können einzeln besucht werden, um sich einen Eindruck zu verschaffen. Man kann mit jedem Thema anfangen, und dann schauen, ob man weitermachen möchte. Meine Empfehlung besteht jedoch darin, zeitnah eine Dreiersequenz zu durchlaufen.

[Mission: den Lebensauftrag anerkennen](#)

- am 20./ 21. / 22. Juni 2014 - *noch Plätze frei*

[Das verlassene innere Kind retten](#)

- am 22. /23. / 24. August 2014 - *noch Plätze frei*

[Erbe der Eltern / innerer Kritiker](#)

- am 12./ 13. / 14. September 2014 - *noch Plätze frei*

- Sonderseminare in Hamburg (Teilnehmerzahl: 15, ab zwei Grundseminaren)

Diese Seminare stehen nur TeilnehmerInnen offen, die mindestens zwei 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. Die Seminare biete ich als Kombi-Seminar an der Nordsee oder als Einzelseminare in Hamburg an.

Der Sex und das Böse

- Kombi-Seminar an der Nordsee, vom 06. - 09. November

Das Böse unter der Sonne

- Hamburg, Frühjahr 2015

Sex, Scham und Radikale Erlaubnis

- Hamburg, Frühjahr 2015

- Ausbildung 2014 in Hamburg

Diese beiden Ausbildungsseminare am Ende des Jahres stellen die "Krönung" dar. Hier erlernen die TeilnehmerInnen die Radikale Erlaubnis in Feinform und können sich zertifizieren und bei Bedarf auf die Therapeutenliste setzen lassen. Die Ausbildung steht TeilnehmerInnen der Grund- und Sonderseminare offen.

Seminar I - am 28. - 30. November 2014

Seminar II - am 05. - 07. Dezember 2014

Weitere Informationen: [hier klicken](#)

Übersicht und Anmeldung

Unter diesem Link könnt Ihr den Anmeldebogen für die Seminare 2014 aufrufen: [Anmeldebogen](#)

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.

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 Seminar 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, weitermachen möchte.

Ist die Ausbildung nur für Profis?

Nein. Die Ausbildung wendet sich an alle, die die Grund- und Sonderseminare mitgemacht haben. In den Grundseminare geht es vorrangig um Eintauchen, Anerkennen und Erfahren von normalerweise gelegneten Gefühlen und das Erlernen der Technik der Radikalen Erlaubnis. In den Sonderseminaren geht es um emotionale Sperrgebiete, die tabuisiert sind und in den eine ungeheure Lebensenergie auf Befreiung wartet. In der Ausbildung geht es hingegen vorrangig um

das *Halten*, um das Sich-Abgrenzen- Können von schwierigen emotionalen Zuständen und darum, einen Menschen darin zu begleiten, radikal da zu sein. 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, sich - wenn man will - auf meine Therapeutenliste setzen lassen und dann mit Klienten arbeiten.

Videos, Audios und Bücher

Alle Videos [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](#)