

Radikale Erlaubnis

Newsletter 2017 - 09

Unterdrückte Gefühle befreien



Liebe Interessierte an der Radikalen Erlaubnis,

Ärger, Wut, Traurigkeit, Neid, tiefsten Hass, Schadenfreude und Eifersucht - diese vermeintlich negativen Gefühle wirklich zu haben und voll zu fühlen, *wie befreiend das ist!*

Nicht ausagieren

Wie ich in dem Video *Unterdrückte Gefühle befreien* so plastisch darstelle, ist das etwas ganz anderes als diese Gefühle blind auszuagieren oder sich von ihnen abzuspalten. Agieren wir unsere verleugneten Gefühle an jemandem aus - hassen wir ihn also wirklich und *glauben tatsächlich, dass der andere nur böse, schlecht und wertlos ist* - machen wir ihn verantwortlich für unser Gefühl, anstatt es *in Besitz zu nehmen und wirklich im Körper zu fühlen*. Wir entmenschlichen damit nicht nur den anderen, sondern auch uns, und wir bleiben in dem nicht wahrgenommenen Gefühl stecken - was immer wir uns oben in unseren Gedanken auch vormachen wollen.

Nicht abspalten

Auf der anderen Seite, wenn wir uns von diesen vermeintlich primitiven Gefühlen abspalten ("sowas hab ich nicht" oder "bin ich drüber hinaus") berauben wir uns unserer Leidenschaft, unserer Vitalität und unserer emotionalen Intelligenz. Stattdessen werden wir zu Langweilern. Und: Wenn wir unsere sogenannten negativen Gefühle nicht spüren (also mit einem Teil identifiziert sind, der sie weghaben will), dann können wir auch keine Freude an unserem Sein spüren, sondern sie nur mit positivem Denken simulieren.

Radikale Erlaubnis von Eifersucht

Eines der gefürchtetsten, zerstörerischsten Gefühle ist die Eifersucht. Nicht wenige verbringen ihr ganzes Leben damit, dieses Gefühl zu verhindern. Sie aber nicht zu fühlen, sondern sie sich zu verleugnen, wird unsere ganze Existenz unterminieren und uns verbittern lassen. Tatsächlich berührt Eifersucht, ausgelöst durch realen oder vorgestellten

Verrat, die tiefste Wunde: Sie besteht darin, einfach ersetzt zu werden: wertlos und bedeutungslos zu sein.

Wie ich in dem Video *Eifersucht: Die tiefste Wunde durchwandern* ausführe: So schlimm diese Erfahrung ist, sie kann zu dem großen Türöffner in die Freiheit werden. Wenn wir Eifersucht im Körper zulassen und wirklich ihre brennende Komponente exakt spüren, befreien wir eine ungeheure Lebensenergie und Freude - was wir uns in unserem Leid, wo wir uns gegen dieses Gefühl wehren, niemals vorstellen können.

Neue Seminarform 2018

In beiden Videos weise ich darauf hin, wie entscheidend es ist, sich auf die Präsenz im Körper einzueichen und diese Gefühle exakt sinnesspezifisch zu spüren: sie also wirklich in Besitz zu nehmen, indem wir sie voll im Körper fühlen.

- Radikale Erlaubnis Basisseminar

Diese "Technik", diese Methode, diese Ausrichtung ist die absolute Basis dafür, sich seinen vitalen Gefühlen und der großen Wunde zu stellen. Daher biete ich in 2018 Basisseminare an, in denen diese grundlegende Methode an einem Wochenende gelernt und die Radikale Erlaubnis praktisch erfahren und geübt werden kann.

Weitere Infos: [hier](#). Termine und Anmeldungen: [hier](#).

- Traumaheilung durch Radikale Erlaubnis I-III

Auf ein solches Basisseminar bauen drei Intensivseminare in einem wunderschönen Seminarhaus an der Nordsee auf. Diese fünftägigen Intensivseminare bieten uns einen geschützten Rahmen für die Befreiung unserer verleugneten Gefühle und der Heilung tiefster Traumata.

Weitere Infos: [hier](#). Termine und Anmeldungen: [hier](#).

Veränderung meiner Arbeit in 2017

Wie Teilnehmer der letzten drei Seminare womöglich bestätigen können, hat sich meine Arbeit verändert, verdichtet, und manche haben mir zurückgemeldet, es herrsche eine liebevollere, gütigere Atmosphäre als früher. Ich habe auch diesen Eindruck. Wenn das so ist, dann führe ich das zum einen darauf zurück, dass, seitdem ich die Einstiegsvoraussetzungen erhöht habe, fast nur noch TeilnehmerInnen kommen, die entschlossen sind, ihre Wunden kennenzulernen und zu zeigen, zum anderen weil ich in diesem Jahr selbst durch schwierige Prozesse gegangen bin, die mich zwangen, mich auf eine noch tiefere Weise zu öffnen.

Diese Erfahrungen haben mich dazu gebracht, die Seminare zu verändern und eine neue Seminarform zu kreieren. Davon sind auch die Seminar, die in 2017 noch kommen - zwei Grundseminare, ein Sonderseminar und die Ausbildung - geprägt. Mit anderen Worten: Man muss nicht auf 2018 warten. Die Ausbildung 2017 ist allerdings ausgebucht. Sie wird die letzte sein, die ich gebe. Ich habe mich entschlossen, mich in 2018 von einer Ausbildungs- und Zertifizierungsstruktur zu verabschieden.

Weitere Infos Seminare 2017: [hier](#). Termine und Anmeldungen: [hier](#).

Last, but not least: Das neue Hörbuch

"Radikale Erlaubnis: Energetischen Missbrauch erkennen und beenden" ist nun als Hörbuch erschienen. Das Buch ist 2014 erschienen und hat mir damals einen "Durchbruch" gebracht. Ich habe es bei der Aufnahme so tief nachempfunden und mich treffen lassen, wie es mir möglich war. Ich konnte jedes Wort bestätigen. Ab sofort ist es bei Amazon erhältlich: [hier](#) [Probehören und Download](#).

Ein umfangreicher Newsletter!

Ich wünsche Euch viel Freude und intensive Erfahrungen damit.

Liebe Grüße
Euer Mike

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