

Radikale Erlaubnis

Newsletter 2015 - 07

Wie ist das, jetzt gerade du zu sein ...

Mike Hellwig

Radikale Erlaubnis



Liebe Interessierte an der Radikalen Erlaubnis,

In Zeiten wie dieser, wo uns kollektive Ängste oder Dämonisierungen überfluten, erscheint mir nichts wichtiger zu sein, als eine klare Gastgeber - Position einzunehmen. Also eine Position in uns zu finden, einen Raum, aus dem heraus wir alles, was in uns lebendig wird, als einen Gast anerkennen: ihm zuhören und ihm erlauben, in uns zu sein - anstatt uns überwältigen zu lassen. Dieses Da-Bleiben im Körper, diese innere Arbeit der Aussöhnung mit allem, was in uns ist, halte ich für wirklich friedensstiftend.

Die Gastgeber-Position

In dem gleichnamigen Video [Die Gastgeber - Position](#) zeige ich auf, wie das geht, diesen Raum in sich zu finden, der sich erschließt, wenn wir uns uns selbst zuwenden und uns wirklich zuhören. So enthält das Video auch einen kleinen Ausschnitt einer Übung, der Dir die Anleitung gibt, Dich in Deinen Körper einzuspüren und mit allem zu sein, was in Dir lebendig wird. Insbesondere Deine Gedanken als Gäste wahrzunehmen, anstatt ihnen zu

glauben und Dich von ihnen forttragen zu lassen.

"Was euch noch bekümmert hier, für immer von mir wich ..."

Diese Gastgeber-Position ist nicht zu verwechseln mit einer guru-haften Erhabenheit über die Dinge. Ganz im Gegenteil. Die Gastgeber-Position entsteht im vollen Kontakt mit dem, was in Dir da ist. Nicht in dem Du Dich von etwas in Dir distanzierst, sondern im Gegenteil absichtlich in es hineingehst und es absichtlich bist. Ich nenne das Totalisieren und demonstriere es in dem Video [Totalisieren: Der Gastgeber in Aktion](#).

Wie ist es, in diesem Moment Du zu sein ...

Nichts bringt Dich schneller und direkter in Deine Präsenz, als in das Gefühl hineinzugehen, wie es jetzt ist, in diesem Moment, Du zu sein. Da ist etwas Neues, Neu zu Erforschendes, das gibt es noch nicht und es ist noch nicht bekannt. Es ist frisch. In dieses vage Gesamtgefühl direkt hineinzugehen anstatt dich denkend zu konstruieren! Wie ich in dem Video [Bauchgefühl und Mission](#) darlege, hört damit dieses leidvolle Sich-Immer-Konstruieren und Sich-Immer-wieder-denkend-erfassen-Müssen auf, dieses ewige Sich immer wieder in die alten Konstrukte Verstricken. Mit diesem vagen Körpergefühl, dem Bauchgefühl, in Kontakt zu gehen weist Dir wie ein Kompass den Weg, wohin es mit Dir gehen soll.

Ich hoffe, Euch mit diesem Newsletter und den Videos zu ermöglichen, diesen befreienden Raum der Erlaubnis in Euch zu finden und zu betreten.

Wer das vertiefen möchte oder an Punkte kommt, wo er das Gefühl hat, Unterstützung zu benötigen, dem möchte ich meine Seminare oder Seminarsequenzen in 2016 empfehlen. Bis auf das erste Januar-Seminar sind dort noch Plätze frei, es empfiehlt sich allerdings eine frühzeitige Anmeldung. Die Seminarübersicht und Anmeldeöglichkeiten folgen unten oder in diesem [Übersichts-und Anmeldebogen](#).

Alles Gute und liebe Grüße

Euer Mike

Seminare 2016

- Grundseminare in Hamburg (für alle offen)

Ich biete drei Grundseminare an, in denen die Radikale Erlaubnis intensiv erfahren und erlernt werden kann. Ich empfehle 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 I Winter

[Das verlassene innere Kind retten](#)

- Hamburg, am 08./ 09./ 10. Januar 2016 - *ausgebucht*

[Erbe der Eltern / innerer Kritiker](#)

- Hamburg, am 05./ 06./ 07. Februar 2016 - *noch 1 Platz frei*

[Mission: den Lebensauftrag anerkennen](#)

- Hamburg, am 26./ 27./ 28. Februar 2016 - *noch freie Plätze*

Sequenz II Frühjahr

[Das verlassene innere Kind retten](#)

- Hamburg, am 01./ 02./ 03. April 2016 - *noch freie Plätze*

[Erbe der Eltern / innerer Kritiker](#)

- Hamburg, am 22./ 23./ 24. April 2016 - *noch freie Plätze*

Mission: den Lebensauftrag anerkennen

- Hamburg, am 27./ 28./ 29. Mai 2016 - *noch freie Plätze*

Sequenz III Sommer-Herbst

Das verlassene innere Kind retten

- Hamburg, am 08./ 09./ 10. Juli 2016 - *noch freie Plätze*

Erbe der Eltern / innerer Kritiker

- Hamburg, am 09./ 10./ 11. September 2016 - *noch freie Plätze*

Mission: den Lebensauftrag anerkennen

- Hamburg, am 07./ 08./ 09. Oktober 2016 - *noch freie Plätze*

- **Sonderseminare** (Teilnahmebedingung: mindestens zwei Grundseminare)

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.

Der Sex und das Böse 2016

- Nordsee, 23./ 24./ 25./ 26. Juni 2016 - *noch freie Plätze*

Der Sex und das Böse 2016

- Nordsee, 03./ 04./ 05./ 06. November 2016 - *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 2016** findet an zwei Wochenenden statt:

- Seminar I

Hamburg, am 25./ 26./ 27. November 2016 - *noch freie Plätze*

- Seminar II

Hamburg, am 09./ 10./ 11. Dezember 2016 - *noch freie Plätze*

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 Therapeutenliste setzen lassen und dann mit Klienten arbeiten.