

Radikale Erlaubnis

Newsletter 2017 - 07

Zeit mit dem Ungelösten verbringen



Liebe Interessierte an der Radikalen Erlaubnis,

Freiheit erlangen wir nicht, indem wir versuchen, das, was stört, wegzubekommen.

Die Idee, einmal dort im Schlaraffenland anzukommen, wo alle Probleme gelöst sind und uns nichts mehr belastet oder bedrängt, ist schön, aber toxisch. Immer, außer in ein paar kostbaren Nanosekunden, wird etwas da sein, was stört. Die Lösung eines Problems bereitet nur vor, ein neues anderes haben zu können.

Türöffner in die Freiheit

Gerade aber das Störende, das jeweilige Problem, das unsere Aufmerksamkeit fixiert hält, ist der Türöffner in die Freiheit. Genau diese Störende ist es, genau jener ungelöste Konflikt, der uns gefangen hält, ist es, der uns durch die maximale Enge des Nadelöhrs hindurch in die Freiheit führt - sofern wir der Versuchung widerstehen, ihn lösen zu wollen.

Einen Konflikt zu haben und dem Lösungsdruck, diesem Zwang, ihn beseitigen zu müssen, nicht zu folgen, erhöht die Spannung, kann sie bis zum vermeintlich Unaushaltbaren ansteigen lassen. Es entsteht ein Denkwang, wo wir immer wieder Lösungswege durchgehen und meinen, wir können erst wieder beruhigt sein, erst wieder leben, wenn es weg ist. Wir glauben den Inhalt der Konflikte. Dabei entgeht uns, dass unabhängig vom Inhalt immer eine Konfliktstruktur in uns da ist, die, selbst wenn wir einen Konflikt gelöst haben, sofort einen weiteren erschafft.

Das neue Paradigma

Wie kann man aus dieser Konfliktstruktur aussteigen? Meditieren, positive Lösungen affirmieren, verdrängen - mit Sicherheit nicht. Was wir machen können, ist die Konflikte in

ihrer vollen Ungelöstheit in unserem Körper zuzulassen und es dem Nichts zu präsentieren. Das Etikettieren, das Benennen zu unterlassen und beginnen zu spüren, wie sich dieses Ungelöste direkt im Körper anfühlt. Oben mögen die Gedanken durch die Gegend schießen; mögen sie das tun, wir können sie das machen lassen und hier im Körper exakt spüren, wie sich das Ungelöste anfühlt; dann sagen wir vielleicht: Oh, hier rechts im Bauch eine Art Verdichtung, ein Klumpen, wie ein implodierendes schwarzes Loch! Und mit diesem etwas eine Weile Zeit verbringen, uns in seiner Nähe aufhalten, das reicht schon, nur das, nichts damit machen, nur bei ihm sein.

Das Frische erscheint

Dies zu tun, anstatt zu kämpfen, an sich herumzudoktern, an sich zu manipulieren oder sich auf andere Weise fertig zu machen, ist das neue Paradigma: Zeit mit dem Ungelösten zu verbringen.

Wenn wir das tun, kommt, meist wenn wir glauben, es verändert sich nie mehr, der Shift. Plötzlich öffnet sich der Raum und etwas Neues, nicht Vorherzusehendes erscheint. Das geschieht, wenn wir ein Problem in seiner gesamten Ungelöstheit körperlich zulassen und es dem Nichts präsentieren. Wenn wir dies körperlich tun, spüren wir uns durch eine Enge hindurch, und diese Enge auszuhalten und zu durchwandern, statt mit dem gewohnten Mitteln oben zu kämpfen, bringt das Neue, Lebendige, Frische hervor.

In den vielen Videos auf meiner Website kann man sich einen Eindruck von dieser radikal erlaubenden Haltung verschaffen, zum Beispiel in den Videos [Durch das Nadelöhr gehen und frei sein](#) , [Mit der Unvollkommenheit in Kontakt gehen](#) und den anderen Videos, [hier](#).

Radikal erforschen, was in einem ist

Wer die Radikale Erlaubnis intensiv erfahren möchte, dem lege ich meine Seminare und Seminarsequenzen ans Herz; momentan sind noch Plätze frei, es empfiehlt sich jedoch eine frühzeitige Anmeldung.

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

Einen vertiefenden Eindruck von der Radikalen Erlaubnis kann man sich durch meine Trilogie der Radikalen Erlaubnis verschaffen: 1. [Radikale Erlaubnis](#) , 2. [Traumaheilung durch Radikale Erlaubnis](#) und 3. [Stillwasserzeit](#) (mein neu erschienenes Buch, das zum ersten Mal von unterhalb des Nadelöhrs verleugnete Anteile totalisiert. (Leseproben und Rezensionen [hier](#)).

Liebe Grüße

Euer Mike

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)

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.

Sequenz Sommer

Erbe der Eltern / innerer Kritiker

- Hamburg, am 09./ 10. / 11. Juni 2017 - *noch 3 Plätze frei*

Mission: den Lebensauftrag anerkennen

- Hamburg, am 30. Juni / 01./ 02. Juli 2017 - *noch 4 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 alle drei Grundseminare 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.

Der Sex und das Böse 2017

- Nordsee, 13./ 14./ 15./ 16. Juli 2017 - *ausgebucht*

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

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.

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

- Seminar I

Hamburg, am 24./ 25./ 26. November 2017

- Seminar II

Hamburg, am 08./ 09./ 10. Dezember 2017

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

The MailChimp logo is centered in a grey rectangular box. The text "MailChimp" is written in a white, cursive script font.