

**Colin C. Tipping, Ich vergebe, Der radikale Abschied vom Opferdasein.
Kamphausen Verlag, Bielefeld 2010**

Grundannahmen:

43ff Gott gab uns freien Willen.

Die Mission unseres phys. Lebens besteht darin, Erfahrungen, Energiemuster in ihrer Fülle zu erleben, dass wir die für diese Muster typischen Gefühle spüren und diese Energie durch Liebe transformieren.

Wir erzeugen unsere Realität durch das ***Gesetz von Ursache und Wirkung***.

Unsere Welt spiegelt unsere Überzeugungen. Wir bekommen im Leben genau das, was wir wollen.

Wir wachsen in unseren Beziehungen. Sie heilen uns und machen uns wieder ganz. Wir brauchen andere Menschen, um unsere Projektionen aufzuzeigen ... und zu heilen. (T. vertritt sehr nah dieselben Ansichten über (die spirituelle Bedeutung von) Beziehungen wie **Eva Pierrakos**). Durch das ***Gesetz der Resonanz*** ziehen wir Menschen an, die mit unseren Problemen harmonieren. So wird Heilung ermöglicht.

2 Konzepte (Perspektiven):

Herkömmliche Vergebung geht von Schuld aus, die vergeben werden muss/soll/kann.

Opferdenken wird dabei aufrechterhalten (duale Welt und Sichtweise der menschl. Existenz).

Radikale Vergebung sieht, dass von der spirituellen Perspektive (Nichtdualität, göttl. Wahrheit) her gesehen keine Schuld vorliegt, sondern ein sinnhafter und heilvoller Vorgang. Vergebung ist hier etwas radikal Anderes.

47 Beide Welten sind wirksam, nicht Entweder-Oder, sondern Kontinuum (sja: ungeschieden- ungetrennt).

Wenn wir auf die Welt kommen, vergessen wir die göttl. Welt und was wir sind. Nur so – mit diesem Vergessen – können wir die (phys.) Erfahrungen und die Rückreise wirklich machen.

54/57 Gegenüberstellung (Übersicht)

Radikale Vergebung sieht ebenfalls die dem Menschen eigene Unvollkommenheit liebevoll – wie die **herkömmliche Vergebung** – doch sieht sie auch die **Vollkommenheit in der Unvollkommenheit**.¹

68 Ausnahmslos alles, was uns zustösst, ist von Gott gewollt und sinnvoll, geschieht auf ein höheres Ziel hin.

70f Wir erleben uns zuerst verletzt (und als Opfer), und es ist wichtig, die damit verbundenen Gefühle ganz hochkommen zu lassen, ganz zu fühlen – und sie und das Geschehene dann, mit der weiteren Perspektive, neu (d.h. anders) zu ordnen, und die alte Geschichte alsdann loszulassen (spirit. Evolution).

74ff Ego als Feind bzw. Freund:

Feind: Wir machen die andern zu ***Sündenböcken*** – s. Schema (76) dieser Ego-Struktur und Konzept der Erlösung (trad. Christliches Verständnis des **Sühneopfertodes Jesu**). Basiert auf vermeintlicher Trennung des Menschen von Gott.²

¹ Vgl. Hl. Idee „Vollkommenheit“ Enneagramm Typ 1 (Almaas)

² Tipping beachtet m.E. (sja) zu wenig, dass der Mensch sich in seinem Selbstkonzept durchaus einseitig von Gott trennen kann (s. Gerl-Falkowitz), und dass diese ‚Illusion‘ jedoch nicht folgenlos bleibt, also nicht Illusion bleibt, sondern sich materialisiert: Fakten in die Welt setzt, die ‚Schuld‘ sind, was man durchaus auch vom

Freund: Ego als Teil, der sich selbständig machte (sja: eben doch!), um eine führende Rolle (78) in der Welt des Menschen zu spielen, sich in sinnvolle Opposition zum höheren Selbst begab, damit der Mensch die für ihn wesentlichen Erfahrungen machen kann: Der einzige Welt einer menschl. Erfahrung besteht darin, dass man Dinge erleben kann, die das Ego bewirkt ... und wir diese Dinge auf der Gefühlsebene **erfahren** müssen (79, s. Schema: Reise der Seele).

81 Unterdrückte Gefühle müssen projiziert werden. Aus unterdrückten Gefühlen werden verdrängte. (sja: T. braucht diese Begriffe grad umgekehrt: Verdrängung ist bei ihm bewusst gemacht). Andere Menschen bieten sich als Projektionsträger an, es kommt zu Konflikten, Verletzungen ... damit diese Gefühle (wieder) hochkommen.

87f Deshalb hat der Mensch Angst vor Nähe (s. **Pierrakos!**): Die Möglichkeit, erkannt zu werden, macht **Angst**. Aber alle Beziehungen dienen der Heilung!

107 Etwas **transformieren** heisst nicht, es zu verändern.

ff Der **Feinstoffliche Körper** (121 5 Auras/Auren und Zentralkanal): Krankheit (zB Krebs) als spirituelles Problem.

Radikale Vergebung heilt (in der Tiefe).

134 Quantenphysik: Emotionaler Müll lagert sich in den Zwischenräumen der Atome ab.

136 Angst entsteht nur, wenn wir die Vergangenheit in die Zukunft bringen. Wenn wir wirklich im Augenblick der Gegenwart sind, sind wir furchtlos, weil wir der Vergangenheit und der Zukunft in diesem Zustand nicht gewahr sind. Radikale Vergebung hilft uns, in der Gegenwart zu sein.

149 Im Gegensatz zu den Ansichten der meisten westl. Religionen sind wir keine menschlichen Wesen, die gelegentlich spirituelle Erfahrungen machen, sondern spirituelle Wesen, die menschliche Erfahrungen machen.

ff Trennung (von Gott) ist eine Illusion. Wir bekamen Angst, weil wir die Erbsünde der Trennung von Gott begangen hatten und er seinen Zorn auf uns richten würde. Dieser mächtige Glaube an Sünde, Schuld und Angst wurde zum Ego ... so wird die Welt von Angst statt Liebe beherrscht.

159 ff Die 4 feinstofflichen Körper:

ätherisch: Matrix für phys. Körper

emot. (Astral)

mental (holograf. Gedächtnis)

kausal (Feld der Intuition. Seele, höheres Selbst, Brücke zur spirit. Welt)

164 7 Chakras

167ff **Werkzeuge/Schritte der Radikalen Vergebung**

1) Geschichte (im Detail, jemandem) erzählen

2) Alle Gefühle/Schmerz dazu fühlen (annehmen, ist wichtig: nicht übergehen = spirit. Bypass/Umleitung: dann wird das ‚erfahren‘ gerade (nochmals) verunmöglicht 183)

Nicht-Dualen Verständnis her in seiner Folgenfolge als ‚Erbsünde‘ bezeichnen kann (die eben nicht nur Illusion sind, es wurde sozusagen ‚Karma‘ geschaffen: das Böse als Egregor, aus Gedanken geschaffene Wirklichkeit)

- 3) Geschichte auseinandernehmen – in neuen Rahmen (spirituellen) setzen.
- 4) Von dieser neuen Wahrnehmung her neu betrachten und integrieren: Dem andern und sich selbst vergeben, ja **danken!**

186 Wir wollen die emotionale Erfahrung. (Aber nicht drin stecken bleiben, Wut, Selbstmitleid, unter die Wut spüren: bewegt Energie, bringt in Fluss.)

191 Radikale Vergebung kann nicht gemacht werden, nur die Bereitschaft dazu erarbeitet. Sie geschieht dann (und schrittweise, wenn's reif ist). Dem Wunder Raum geben.

192ff **Arbeitsblatt zur Radikalen Vergebung** (Kopiervorlage)

Die **Geschichte**, wie wir sie sehen, ist wichtig, jedoch eine Verzerrung bzw. **falsche Wahrnehmung**, z. B. „, Ich wurde mit 4 Jahren verlassen“: Darin steht zwar ein Faktum (was wirklich geschehen ist), jedoch stecken **95% Interpretation** darin, meist nicht wahrheitsfähige, weil wir nicht alle Fakten kennen. Das Urteil besteht aus Glaubenssätzen, die damals entstanden ist. Also genau untersuchen, was wirklich sicherer Fakt sein kann, und was Interpretation. Und bei jedem Urteil/Glaubenssatz auch der **Grad der Anhaftung feststellen: wir stark haftest du an dieser Überzeugung.**

S. dazu analog die Methodik der 4 Fragen von „**The Work**“ (Katie Byron):

1. Ist das wahr?
2. Kann ich absolut sicher wissen, dass das wahr ist?
3. Wie reagiere ich auf diesen Gedanken?
4. Wer wäre ich ohne diesen Gedanken?

S. 228: Schema dazu (Tatsachen-Interpretationen-Anhaften in %)

Die **Geschichte auseinandernehmen** nach diesen Gesichtspunkten – und anders interpretieren nach den spirituellen Gesichtspunkten, in einen **neuen Rahmen** stellen – d.h. aus der Opfergeschichte befreien – auch sich selbst vergeben für die ‚falsche Perspektive‘.

Das **Innere Kind (verletzte)** begraben. Es darf nicht länger das Szepter führen.

Briefe schreiben (an Personen, die mich verletzt haben):

1. Brief Wut, Verletzung beklagen (aus Opferperspektive)
2. Verständnisbrief: aus der neuen Perspektive
3. Vergebungs- und Dankesbrief (an die Person, und an mich)