

Colin C. Tipping

Ich vergebe

Der radikale Abschied
vom Opferdasein



Einleitung	7
Teil I Eine radikale Heilung	
1 Jills Geschichte	14
Teil II Gespräche über Radikale Vergebung	
2 Grundlagen	42
3 Getrennte Welten	45
4 Verantwortlichkeit	61
5 Radikale Vergebung als Therapie	68
6 Ego-Mechanismen	74
7 Versteckspiele und Sündenböcke	81
8 Anziehung und Resonanz	89
9 Ursache und Wirkung	94
10 Unternehmen „Vergabung“	100
11 Transformation des Opfer-Archetyps	107
12 Das Ego schlägt zurück	116
13 Zeit, Medizin und Vergebung	120
14 Wie oben, so unten	138
Teil III Erweiterte Grundlagen der Radikalen Vergebung	
15 Glaubensgrundsätze	148
Teil IV Werkzeuge für Radikale Vergebung	
16 Eine spirituelle Technik	168
17 Fünf Stadien der Radikalen Vergebung	175
18 So tun, als ob ... bis es wirklich klappt	179
19 Den Schmerz fühlen	183
20 Dem Wunder Raum geben	191
21 Die Geschichte auseinandernehmen	218
22 Vier Schritte zur Vergebung	231

23	Das Göttliche im Anderen sehen	235
24	Vergebung mit drei Briefen	237
25	Vergebungsrituale	239
26	Vergebung mit Kunst	241
27	Satori-Atemarbeit	245
28	Ein radikaler Lösungsbrief	248
29	Die Rose der Vergebung	250
30	Das innere Kind zur ewigen Ruhe legen	253
Epilog	11. September	258



Illustrationen und Tabellen

1	Jills heilende Reise	40
2	Perspektiven auf zwei Welten	48
3	Das existenzielle Spektrum des Seins	49
4	Unterschiede zwischen herkömmlicher und Radikaler Vergebung	57
5	Die Struktur des Ego	76
6	Die Reise der Seele	79
7	Projektion unserer unterdrückten Scham	85
8	Projektion unserer persönlichen Realität	95
9	Energiefelder der Mediation	110
10	Die feinstofflichen Energiekörper	121
11	Zeit und Heilung	125
12	Warum Menschen nicht heilen	135
13	Das menschliche Chakra-System	163
14	Wie eine (falsche) Geschichte heranwächst	220
15	Tatsachen und Deutungen trennen	226
16	Die Achterbahn des Opferlandes	232
17	Die Rose	251
	<i>Ein Arbeitsblatt zur Radikalen Vergebung</i>	192