

**Саммари книги  
КОЛИН ТИППИНГ**

# РАДИКАЛЬНОЕ ПРОЩЕНИЕ



**Духовная технология для исцеления  
взаимоотношений, избавления от гнева и  
чувства вины, нахождения  
взаимопонимания в любой ситуации**

Библиотека авторских саммари СоКратко

Полина Бондарева

**Саммари книги Колин  
Типпинг «Радикальное  
Прощение. Духовная  
технология для исцеления  
взаимоотношений, избавления  
от гнева и чувства вины,  
нахождения взаимопонимания  
в любой ситуации»**

«СоКратко»

2023

## **Бондарева П. Н.**

Саммари книги Колин Типпинг «Радикальное Прощение. Духовная технология для исцеления взаимоотношений, избавления от гнева и чувства вины, нахождения взаимопонимания в любой ситуации»  
/ П. Н. Бондарева — «СоКратко», 2023 — (Библиотека авторских саммари СоКратко)

Обратите внимание, что вы приобретаете краткое изложение книги. Все ключевые идеи автора изложены в формате саммари, которое вы можете прочесть за 30–40 минут, не упустив ничего важного. Краткое изложение подготовлено для вашего удобства авторами онлайн-библиотеки СоКратко. Колин Типпинг – гипнотерапевт, оратор, разработал методику и основал Институт радикального прощения. Получил широкую известность как автор серии книг о Радикальном Прощении. Если вы чувствуете, что призраки прошлого крадут у вас радость жизни в настоящем – прочтите эту книгу. Она поможет увидеть старые события в новом свете и расскажет, как отпустить боль, чтобы обрести счастье и покой.

## Содержание

Предисловие	5
Глава 1. Базовые допущения	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

**Полина Николаевна Бондарева**  
**Саммари книги Колин Типпинг**  
**«Радикальное Прощение. Духовная**  
**технология для исцеления**  
**взаимоотношений, избавления**  
**от гнева и чувства вины, нахождения**  
**взаимопонимания в любой ситуации»**

**Предисловие**

В современном мире вряд ли найдётся человек, не знакомый с понятием насилия. Хотя раз в жизни каждый из нас сталкивался с его физическими или моральными проявлениями. В этом случае срабатывает архетип жертвы – мы мучаемся, чувствуем себя безвинно пострадавшими и обвиняем в этом других. Для большинства такое восприятие действительности стало образом жизни. Как же возможно переломить ситуацию и перестать чувствовать себя жертвой?

Освободиться от власти столь мощного архетипа можно одним способом: трансформировать пережитый негативный опыт в положительные энергии любви, добра и мира. Справиться с подобной задачей вполне реально, применив Радикальное Прощение, которое, в отличие от традиционного, полностью отторгает сознание жертвы.

Человеку, недавно пережившему насилие в любом виде и ещё чувствующему боль, сложно будет принять изложенные в книге идеи, но попробуйте прочесть её без предубеждения. Возможно, это поможет вашей душе исцелиться.

## Глава 1. Базовые допущения

Нередко в нашей жизни возникают ситуации, в ходе которых мы ощущаем, будто близкий человек отдалился. В эти моменты мы чувствуем себя покинутыми и ненужными. Но проблема в том, что, находясь внутри ситуации, нам сложно взглянуть на нее с другой стороны. Мы не знаем мотивы окружающих, их чувства до конца нам не ведомы. В таких случаях стоит взглянуть на проблему с точки зрения Радикального Прощения, опирающегося на духовные практики, рассмотреть ситуацию не с позиции реального мира, а исходя из духовных предпосылок, подразумевающих совершенство ситуации в том виде, в каком она есть. Радикальное прощение предлагает оторваться от реальности и подумать, что может скрываться за ситуацией, допустив непростую мысль существования событий на духовном уровне. Может быть происходящие события направлены на то, чтобы избавить вашу душу от неких ограничивающих установок, а близкий человек является вашим духовным помощником?

Поначалу такая мысль может показаться весьма странной, но, хорошенько поразмыслив о прошлом и настоящем, вероятнее всего вы выявите ограничивающую установку. Например, с самого раннего детства вы были уверены, что обделены отцовской любовью и на подсознательном уровне считали, что недостаточно хороши, чтобы кто-то мог вас полюбить по настоящему. Всю жизнь вы сталкивались с выбором: либо избавиться от ограничивающей установки, перестать чувствовать себя жертвой и духовно вырасти, либо доказать, что вы правы. Ранее, не понимая сути происходящего, вы неосознанно стремились доказать свою правоту. Поскольку жизнь всегда идёт нам навстречу, исполняя наши желания, вы и оказывались правы. Всё, что требовалось для изменения положения вещей, – признать, что данную ситуацию создала ваша душа для осуществления духовного роста, и во всём остальном положиться на Бога.

Важно взглянуть на происходящее с новой точки зрения – допустить, что вы подгоняете объяснение для себя некоторых фактов под выдуманную вами историю.

Дело в том, что наша интерпретация фактов складывается в картину происходящего, постепенно формируя убеждения, а уже их мы отстаиваем, не разбираясь, истинны они или ложны, в результате чего получаем то, что проецируем во внешний мир.

Большинство теорий основывается на тех или иных начальных допущениях, часто не имеющих прямых доказательств, как, например, теория Дарвина о происхождении видов или религии. Это характерно и для Радикального Прощения. Вот его основополагающие допущения:

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.