

# Vergebung

Version: 1.3

Autor: Ulrich Miller

Wir können unser höchstes Potential entfalten und zu unserer höchsten Version unseres Selbst werden. Das Thema Vergebung spielt eine wichtige Rolle dabei. Es kann einem schwer vorkommen jemandem anderem zu verzeihen. Noch schwerer kann es sein, sich selbst zu verzeihen. Jedoch, es fällt einfacher, sobald man tiefer verstanden hat worum es wirklich geht und weshalb es so wichtig ist.

Zuerst gilt es zu verstehen dass das Thema Schuld und Schuld zuweisen in unserer Gesellschaft tief verwurzelt ist und "gang und gäbe" ist. Oft sind es Sätze wie "wieso haben die nicht ...", "weshalb hat er das getan ...", "die hätten doch besser ...", "hat sie nicht gewusst, dass ...". Das sind oft Muster in unserer Erziehung, auch in den Medien und der Politik. Man sollte sich also jetzt nicht schuldig fühlen, wenn man sich dabei ertappt es auch so zu machen.

Jeder sieht die Welt aus einer Perspektive, aus ihrer oder seiner Perspektive. Aus dieser Perspektive heraus handeln die Menschen. Zudem befinden sich alle Menschen auf einer Reise so zu sagen. Auf einer Reise um Erfahrungen zu machen, um zu lernen. Und hier steht jeder und jede auf einer gewissen Entwicklungsstufe. Auf einer Bewusstseins-Stufe. Bedingt durch diese Bewusstseins-Stufe handeln die Menschen nach bestem Wissen und Gewissen. Uns dessen gewahr zu werden versetzt uns in einen neutralen Zustand und Vergebung wird einfacher.

Es geht nicht nur darum anderen Menschen zu vergeben, sondern auch uns selbst. Wir haben vielleicht uns selbst Schuld gegeben, vielleicht bedauern wir manchmal Dinge aus unserer Vergangenheit. Da sind vielleicht Gedanken da wie "hätte ich nur das oder jenes..." oder "wieso hab ich nur das so gemacht, nicht gesagt, mich so und so entschieden..." etc.

Vergebung ist, uns selbst zu befreien von Negativität. Mit Negativität ist hier gemeint, Gedanken, Gefühle, man könnte es auch negative Energie nennen. Diese Energie tut uns nicht gut und kann sogar mentale oder physische Krankheiten auslösen. Es geht also gar nicht um die andere Person, sondern um uns selbst, dass wir uns selbst von dieser Negativität befreien. Und wir brauchen dazu auch die andere Person nicht. Wir müssen also niemandem gegenüber treten und sagen "ich verzeihe Dir". Allerdings, wenn es sich richtig und gut anfühlt das zu tun, dann tue es so.

Sobald wir tiefer verstehen dass wir mehr sind als nur unser Körper, je mehr wir fühlen können dass unser wahres Selbst im Kern bewusste Lebensenergie ist, die nicht zerstörbar ist, immer ist und immer sein wird, desto einfacher wird das Verzeihen. Wenn wir erkennen das der tiefste Kern in uns nie wirklich verletzt wurde, dann können wir die negative Energie loslassen und wir können mit unserem Leben fortfahren. Das ist das Geheimniss und der Schlüssel beim Verzeihen. Mit dieser Einsicht, kann alles wieder heil werden.

Die Erfahrungen der Vergangenheit waren nicht umsonst, auch wenn manches nicht angenehm war. Es gibt uns Tiefe, Weisheit und Mitgefühl für andere Menschen die ähnliche Erfahrungen machen. Unser wahrer Kern ist Liebe und wir kommen hier auf die Erde unter anderem um Erfahrungen zu machen die entgegengesetzt sind von Liebe. Wir sammeln diese Erfahrungen und dann können wir

wählen was wir wollen. Wir wissen dann mehr was sich für uns gut anfühlt und was nicht. Worauf wir unsere Aufmerksamkeit richten, das ist wie wir wählen welche Erfahrungen wir machen wollen in der Zukunft. Mehr dazu im Kapitel "wie erschaffe ich meine Realität".

Vergebung ist für vergange Situationen und auch für Dinge die im Jetzt stattfinden. Manchmal verurteilen wir Dinge in der Welt. In unserem sozialen Umfeld, im Beruf oder in öffentlichen Angelegenheiten. Auch die Medien spielen dieses Spiel. All das trägt zur Negativität bei und lenkt uns davon ab, in unser Inneres zu schauen.

Abschliessend will ich sagen, falls man aktuell in Situationen von Ungerechtigkeit oder Missbrauch involviert ist, in welcher Form auch immer, dann sollte man seine Grenzen deutlich setzen und deutlich nein sagen. Es geht also nicht darum seinen Mitmenschen die einem nicht wohlwollend begegnen zu sagen, ich verzeihe Dir, mach bitte weiter so. Im Gegenteil, manchmal kann es sein, dass wir ja sagen, wenn wir innerlich eigentlich nein sagen wollen.