

Ben jij een vrouw en slachtoffer van een MANNELIJKE narcist?

Surf naar www.mijnfoertknop.be en lees het artikel online!

VOOR MANNEN..

[Is het Passionele Liefde of Verslaving?](#)

Van binnen weet je het al lang. Dit kan zo niet blijven duren, ooit moet dit stoppen want dit gaat je breken. Je wacht op het "juiste moment" om de relatie te verbreken maar je bent er nog niet klaar voor!

Maar uiteindelijk blijf je uitstellen! Het is gewoon sterker dan jezelf! Je verlangt naar haar en tegelijkertijd kan je haar haten. Je weet dat je beter verdient want zij zal nooit 100 % voor je kiezen want een narciste.. die is altijd met haar eigen wereld bezig.

[Hoe kan ik een narcistische partner herkennen?](#)

Een narciste in de Liefde:

- kan man of vrouw zijn.
- liegt heel structureel, zo erg zelfs dat zij in haar eigen leugens gelooft.
- ontkent vaak dat zij dingen gezegd heeft.
- kijkt niet naar haar eigen beperkingen of gedrag.
- geeft de ander altijd de schuld.
- heeft geen inlevingsvermogen, wel schijn empathie naar de buitenwereld.
- chanteert je emotioneel maar heel zorgvuldig zodat je er niet bewust van bent.
- begint te huilen om je zwak te maken.
- geeft altijd anderen gelijk wanneer jij met iemand in conflict bent.
- moet altijd haar gelijk halen, haar wil is wet!
- kan moeilijk alleen zijn.
- heeft een gapende leegte door een groot gebrek aan zelfliefde.
- zoekt een prooi om die leegte op te vullen.
- kiest gevoelige mensen uit, sterke persoonlijkheden wil ze kleineren.
- kan soms seksueel overactief en/of obsessief zijn.
- misbruikt haar seksualiteit
- heeft vaak meerdere partners.
- geeft aanhoudend kritiek en zoekt conflicten.
- is besluiteloos.
- handelt altijd uit eigenbelang.

- dwingt haar mening ongevraagd op.
- zoekt perfectie in de ander maar is meestal zelf chaotisch.
- kent geen grenzen in verbale agressie.
- draagt zware frustraties met fysieke agressie tot gevolg.
- kan niet communiceren, roepen kan ze als de beste.
- heeft een uitgesproken vluchtgedrag toch zal zij je in elke hoek achterna lopen.
- is een grote controlefreak
- kan gewetenloos je hart breken.
- kan moeilijk sorry zeggen... want natuurlijk alles is het gevolg van jouw gedrag.
- ze eist respect maar vernedert je vaak, zelfs subtiel in het bijzijn van anderen.
-

Hoe ben ik hier in beland?

De aantrekkingskracht is enorm. Zij heeft je helemaal in je macht.

Stukje per stukje ben je verstrikt geraakt in haar web. Zij was zo lief, zo vrouwelijk en gevoelig. Je werd helemaal begeesterd door haar charmes en haar rol als moeder.

Haar zorgzaamheid ontroerde je. Wat leek zij toch op de "ideale vrouw". Zij bracht je een kopje koffie aan bed nadat jij met haar weer de zaligste seks had. *"Het was niet alleen de seks.. Zij was anders. Wat ze in jou teweeg heeft gebracht heeft geen enkele vrouw haar ooit voorgedaan!"*

"Het was alles daarrond, en nog zoveel meer.. de zevende hemel.." net alsof jij heel haar wereld was voor haar en dat zij JOU echt nodig had!

Haar dosis zelfvertrouwen werd vergroot door jouw inzet en na korte tijd had jij al een flinke dosis "pleasegedrag" en wilde je het altijd naar "haar zin" maken. Je kreeg angst om haar te verliezen dus je ging nog meer je best doen. Je werd jaloers en had bang voor mannelijke concurrentie en jij werd ongewild een vat vol twijfel en angst.

Zij geeft je nooit duidelijkheid, geen garanties. Elke dag kan haar stemming veranderen vooral wanneer ze geen controle over de situatie heeft.

Ze voelt zich vooral veilig op de "de grijze zone", niks wit-zwart, zodat ze altijd terug kan krabbelen wanneer iets haar niet zinde. Je had vaak het gevoel dat jouw dag bruusk in de andere richting werd geduwd. Haar wispelturigheid heeft jouw evenwicht zwaar door elkaar geschud.

Zo werd jouw leven een regelrechte rollercoaster!

En hoe moet het nu verder?

Je voelt je vaak eenzaam.. juist omdat de buitenwereld jouw partner niet kent.

Het vrouwtje vos in schaapskleren.

Het frustreert je omdat haar familie, vrienden en de buitenwereld niet zien hoe manipulatief en zelfs agressief zij wel kan zijn. Zij daagt je uit en haalt het bloed onder je nagels. Je hebt het gevoel dat je door het dak gaat.

Zij is behulpzaam, integer en loyaal in gemeenschap maar tussen 4 muren is het heel anders.

Zij doet jou geloven dat haar gedrag en agressie "jouw schuld" is, dat jij dat naar boven brengt in haar. Dat het gevolgen zijn van "jouw gedrag" en je begint te denken dat er iets ernstig mis is met jezelf waardoor je dieper in haar web valt.

Egoïsme is één van haar grootste eigenschappen. Zolang het maar naar haar zin verloopt, heb je wel eens een "goeie week".. want jij geeft een brood en krijgt een kruimel in de plaats. Onbewust ben je blij met die kruimel want jij houdt zoveel van haar en je blijft hopen dat alles beter zal worden. Je wil blijven geloven in een oplossing.

Uiteindelijk geloof je alles wat ze zegt. Haar smoesjes en excuses! Maar jij "voelt" het anders, je voelt dat het ergens niet klopt maar haar charmes, haar seksualiteit en haar aanlokkelijke beloftes laten je weer helemaal wegglijden.. het is te mooi om het niet "nog één keertje" te proberen.. maar hoeveel krediet geef je haar? Hoe diep ga jij onder je limiet van je zelfrespect?

Slachtoffer zijn van een narciste in je relatie verwoest soms heel je leven! Je bent zo onzeker. Als man voel je je vaak "onnuttig" en gaat over jouw grens om de perfectie, die zij van jou verwacht, te evenaren.

Je vraagt erkenning en dankbaarheid maar daar heeft een narciste geen kaas van gegeten. Je hebt het gevoel dat je nooit iets goed kan doen omdat ze altijd klaagt en kritiek geeft op het geen je voor haar doet of wil doen. Je voelt je leeg en uitgeput en het voelt aan dat zij als een marionet jouw leven bepaalt. Je wilt het niet maar je kan het niet laten want het ergste zou zijn dat ze vannacht in de armen van een andere man zou slapen. Je kan haar met geen stokken loslaten.

Loskomen uit deze verslaving

De eerste stap is ongetwijfeld het bewust worden.

Je leeft in constante stress omdat je op alles voorbereid moet zijn! Je bent volledig in de war door de tegenstrijdigheden in haar karakter. Je wordt zot van al de onduidelijkheden. Ze spreekt altijd halve taal omdat zij elke seconde controle over jou en de situatie wil houden.

Hoe ontsnap ik nu uit dit doolhof?

Hoe krijg ik mijn angsten onder controle in mijn mentale gevangenis?

Hoe kan ik haar ooit loslaten.. laat staan haar afstaan aan een andere man!

Hoe kan ik ooit aanvaarden dat mijn relatie niet gelukt is terwijl ik zo heb gevochten?

Waarom zie ik haar zo graag ondanks ze me kwetst tot op mijn ziel?

Ga ik hier ooit wel uitkomen?

Zij moet noodgedwongen UIT je systeem geraken!

Jouw gedachten houden geen steek omdat je "haar logica" volgt. Je probeert constant haar logica te evalueren en te begrijpen. Je gaat haar op sommige momenten zelfs verdedigen bij jouw vrienden en de mensen die het goed met je voor hebben.

Niemand begrijpt waarom jij nog blijft vechten voor die vrouw die van jouw leven een regelrechte lijdensweg maakt. Dat is omdat zij "waarnemer" zijn en jij slachtoffer!

Je laat je "straffen" door haar wanneer je haar "wensen" niet hebt begrepen zodat zij nog meer schuldgevoelens op jouw nek kan duwen.

Zij duwt je weg, kan hysterisch worden en haalt je terug binnen wanneer het past in HAAR planning!

Plan B is altijd voorbereid want niets is zo erg voor haar als alleen in een huis zitten met die grote leegte in haarzelf. Een gat dat zij zelf niet gevuld krijgt. "Niemand laat mij alleen" vertelt ze zichzelf. Zij is afhankelijk van alles en iedereen maar in geen enkel geval mag haar masker afvallen.

Haar pretentie scheert alle toppen en wanneer jij nog maar denkt dat jij sterk kan zijn maait ze jou met al haar sluwheid omver!

Als jij verlost wilt zijn van een vrouwelijke narciste zal jij hard moeten zijn en doorbijten!

Eén weg: de harde weg, sterk zijn!



Stap 1 in een notendop:

BEWUST worden! Erkenning en besef dat de situatie nooit zal veranderen!

Wat doe ik nu concreet?

Als jij beslist om te breken met je partner moet je één ding goed begrijpen!

De 2^{de} stap heeft een belangrijke vraag in zich: *Wat voel je als ik je vraag om haar VOORGOED los te laten?*

Om met deze persoon te breken MOET je alle contact verbreken!!

Sommige mannen verbreken het contact of nemen afstand in de hoop dat zij hem zou missen. Wrong motivation!.. verkeerde motivatie! Je neemt afstand en blokkeert elk contact omdat je van haar wil loskomen!

Word je daar aub heel bewust van want de narciste doet alles om haar "prooi" terug in haar bezit te krijgen. Diep van binnen is dit wat je wil he? Dat ze plooit voor je.. maar vergeet het.. een narciste zal nooit veranderen, ziet nooit haar eigen fouten in en haar pretentieuze gedrag zal altijd de touwtjes van "jouw leven" in handen willen hebben. Waarom wil je terug verstrengeld geraken in de valse liefde die je binnen een paar maanden weer in dezelfde diepe pijnput gooit?

Zelfs iets heel simpel lijkt soms zo een zware klus omdat je helemaal opgebrand bent! Je bent voortdurend op de vlucht maar je weet niet van wat.. Hoe ondraaglijk alles ook is.. Jij kan dit overwinnen!

Iets waar ik wel heel zeker van ben maar dan moet je sterk zijn!

-Blokkeer haar telefoonnummer of neem een andere nummer.

- *Blokkeer haar via email, je facebook profiel, als je het kan, verwijder dan een paar maanden je facebookprofiel*

- *what's app, andere app's dus elke weg van communicatie moet je verbreken.*

Krijg je via andere kanalen nog berichten, NIET REAGEREN! Jij antwoordt niet! No information!

Wil jij kiezen om niet te lang in verdriet te leven dan is er maar 1 manier!

Dé manier om je lijdensweg in te korten is onmiddellijk alle contact verbreken!



Stap 2 in een notendop:

**VERBREEK ALLE CONTACT MET DE JUISTE MOTIVATIE
BLIK TOE!**

Goeie seks in slechte relaties

Het wilt niet zeggen dat je een narcistische partner hebt wanneer je seksleven geweldig is en je relatie heel wankel.

Wel is het zo dat bij Relatieverslaving meestal "het fysieke" aan de oppervlakte ligt terwijl er ook zeer intense gevoelens bij gepaard gaan.

Iemand "fysiek loslaten" waar je veel van houdt kan echt onwaarschijnlijk veel pijn doen.

Naar haar foto's kijken, breekt je hart. Overal waar je bent, kom je haar tegen. Vooral in de kleinste dingen! Je kan haar zelfs ruiken. Je vraagt je af hoe je ooit zonder haar kan.

Je wilt er niet aan denken maar het overmandt je gewoon. Je gedachten vloeien verder uit je binnen gevlogen emoties, uit het niets.

De seks en intimiteit met haar was hemels en al je zorgen en angsten verdwenen als sneeuw voor de zon als jij met haar zalig verstrengeld lag.

Want daar is ze goed in! Met al haar valse zelfzekerheid omarmt ze je met al "haar liefde" maar in haar hoofd ben jij vooral haar eigendom!

Zelfs in bed ben jij de "gever" en zorg jij ervoor dat vooral ZIJ geniet! En dat deed ze ook want je streelde weliswaar met jouw beschermende vleugels haar ego nog een stukje weelderiger.

Zij vond je geweldig. Ze zei: "Dat heb ik met niemand ooit ervaren!". Zeker niet, want jij bent meerdere keren veel te ver over je grens gegaan. Iets wat je destijds niet bewust van was.

Zij weet perfect hoe zij jou moet behagen en "lief hebben", bedachtzaam en fijngevoelig want jij bent zo voorspelbaar en zeker wanneer je dicht tegen haar aanlag.

Dan was er weer die hoop, dat moment.. dat jij dacht dat jullie band onafscheidelijk was. Dus jij deed nog meer je best en stond verder dan ooit van jouw bron af.

De gedachte dat zij nu bij een andere man haar lichaam en haar intimiteit deelt trekt je op één seconde helemaal leeg!

De 3de stap is noodzakelijk

Zoek haar nergens op. GEEN ENKEL EXCUSE is goed om haar toch maar eventjes te zien. Zij moet UIT je systeem geraken dus kies voor andere winkels en warenhuizen, andere wegen om naar je werk te rijden, enz.. Wil jij je dag niet laten ruïneren.. kies voor andere wegen en andere publieke plaatsen wanneer je wilt uitgaan!

Verwijder al je foto's op je mobiele telefoon, op je pc's, haal ze van de muur af.. Als je ze niet kan weggooien stop ze dan in een doos samen met de kadootjes die je gekregen hebt. Je wordt op die manier al een stuk minder herinnerd aan haar

Maak je email inbox leeg en wis je sms'en en chats! Blijf niet in de pot roeren want van al dat nalezen word je knettergek!



Stap 3 in een notendop

Zorg dat zij "NIET AANWEZIG" is, letterlijk en figuurlijk!

VERWIJDER ALLES wat je aan haar doet herinneren.

Je Binnenpraat resetten.

Iets waar ook mannen het moeilijk met hebben is van ZICHZELF houden! Maanden of jaren ben jij gekneet geweest naar de normen en waarden van een ander. Je bent jezelf al een geruime tijd volledig kwijt en wanneer je in de spiegel kijkt zie jij alleen nog een hoopje ellende!

Er zitten zoveel AANGEPRATE overtuigingen in je hoofd die nergens op gebaseerd zijn. We dragen al zoveel beperkingen mee uit onze jeugd dat deze zieke relatie van jouw rugzak een kruiwagen heeft gemaakt. Je duwt jouw kruiwagen vol met angst, ongeloof, verdriet en woede voor je op!

Begrijp je dan waarom je geen meter verder geraakt?

Het sleutelwoord van **stap 4** is PIEKEREN INKORTEN!

Weet aub dat jij DE JUISTE beslissing hebt genomen!

Aanvaard de situatie want jij hebt er GEEN CONTROLE over! Probeer rustig te blijven en probeer niet weg te glijden met je gedachten!

Geef de eerste week jezelf per dag 1uur lang om te piekeren! Kies zelf het tijdstip! Als er een pijnlijke gedachte bij je binnenkomt, probeer die dadelijk door te schuiven en maak een deal met jezelf dat je die gedachte de aandacht geeft bv. tussen 20u en 21u! Misschien dat het de eerste dagen heel moeilijk voor je is maar probeer zoveel mogelijk gedachten "door te schuiven" zodat je de rest van de dag ook andere, positieve gedachten en emoties kan toelaten.

Want jij hebt gekozen voor de KORTE PIJN dan moet je ook sterk zijn en handelen in de richting van je doel en dat is " van haar loskomen"

De 2de week probeer je al wat "piekertijd" af te bouwen zodat je hoofd stilletjes aan ruimte krijgt voor nieuwe, leuke dingen.

Zo kan jij je piekertijd op je eigen tempo afbouwen tot je er helemaal klaar mee bent!
Nog een Tip: plan je Piekertijd niet voor het slapen gaan en zet wat rustgevende muziek op om in te dommelen.



Kijk eens wat dieper in die spiegel. Wat zie je?

Leg niet zoveel druk op je. Er is geen concurrentie want jij bent uniek. Jij hebt een fantastisch lijf en je buikje hoort daar perfect bij!

Hou van jezelf en wees dankbaar voor al jouw mannelijke kracht.

Maar in de spiegel zie je ook jouw gevoeligheid, kijk er maar naar! Jij bent van vlees en bloed.

Ook een man kan emotioneel gekraakt zijn en rondwalen in de stilte..

Omarm je vermogen om op te staan in je leven! Niemand kan het beter dan jij want alleen jij bent heerser in jouw gedachtewereld! Vanaf nu kies jij elke dag voor jezelf en schreeuw het maar uit, elke dag voor de spiegel.. "I can do this! I'm going to make it!"



Stap 4 in een notendop

PLAN JE PIEKERTIJD.

YOU CAN DO THIS!

Nieuwe Omgeving

Sluit jezelf niet op want praten helpt echt om je verdriet te verzachten.

Soms kan het zelfs beter zijn dat je met mensen praat die je niet zo goed kent. Vrienden die te close zijn begrijpen je soms minder omdat ze natuurlijk oordelen over jouw ex en hetgeen hij jou aangedaan heeft!

ZOEK GEEN REBOUND PERSON. Een Rebound person is iemand waarmee je uitgaat en in de meeste gevallen seks mee hebt om jouw ex te vergeten!

Het is enkel afleiding en haalt de "pieken" er wat af maar je komt er geen stap mee verder want je gevoel zit nog met je ex en je gaat jezelf na een tijdje nog slechter voelen.

Hoewel dit voor narcisten perfect "lijkt" te werken zou ik je dit ten sterkste willen afraden.

Jij hebt NIET gekozen voor een PLEISTER op de wonde! Jij hebt WEL gekozen voor GENEZING en voor je lijden in te korten!

Wees er maar zeker van dat narcisten heel gemakkelijk een nieuwe sekspartner kan kiezen.

Het is niet alleen met mannen maar ook vrouwen kunnen seks en liefde perfect scheiden en ze gebruikt haar volgende prooi(en) enkel maar voor haar wraak en frustraties te bevredigen! Vrouwelijkheid en seksualiteit zijn tweelingzielen en spelen vaak samen een spel om het "mannelijk geslacht" in hun bed te krijgen!

Alleen beseft ze het nog niet dat ze meer afbreuk doet aan haarzelf dan aan jou. Want ze is nog altijd met jou bezig en seksualiteit is haar makkelijkste en goedkoopste wapen om jou regelrecht in je hart te schieten.

Nog enkele tips!

1. Zoek je top 5 muziek nummers. Luister ze 's morgens in de auto of bij je thuis! Start de dag in een positieve mood!
2. Maak een dankbaarheidslijstje! Schrijf alles op waar je dankbaar voor bent, zelfs de kleinste dingen. Dit kan je elke dag aanvullen. Draag het bij je. Als je een moeilijk momentje hebt, kan je jezelf weer opvrolijken door het positieve in je Leven. Een foto van je kinderen (van nu of toen ze baby waren) of je huisdier doet wonderen!
3. Omring je met positieve mensen! Want.. Wooow.. Vanaf nu laat jij geen vernedering meer toe en sta je in je kracht. Je bent terug herboren! Mensen worden blij van je Power, ze beginnen naar je op te kijken en de wisselwerking is begonnen!
4. Als je wil huilen, huil dan.. ga dan naar buiten, haal diep adem en spreid je armen naar de hemel! Weer een stukje is losgelaten, weer een stukje lichter! Goed zo, jij bent op goede weg. Kijk daarna in de spiegel en kijk hoe jouw ogen gereinigd zijn en hoe ze weer blinken om terug te stralen in je Leven!
5. Maak nieuwe gerechtjes en plan meer tafelmomentjes. Laat de kinderen meekoken. Maak grapjes of zelfs nieuwe huisregels en je zal voelen dat je ex niet meer in je huis rondloopt.
6. Verwelkom een nieuw huisgenootje.. Misschien heb je nog wel een plekje over in de zetel voor een schattig poesje of een puppy. Dit heeft bij vele mensen, vooral mensen zonder kinderen, hun verdriet proces ingekort!
7. Zet jezelf op de juiste trilling! Als iemand aan je vraagt: "Hoe gaat het?" Praat dan niet over je ex of over jouw situatie. Het gaat GOED met je want jij bent fantastisch goed bezig! Nogmaals, haal de aanwezigheid van je ex niet in jouw nieuwe omgeving of in jouw nieuw leven! Probeer elke dag te kiezen voor een "goed-gevoel frequentie" want jouw emoties zijn de sterkste schakel voor jouw verwerkingsproces!
8. Kom naar een Foertknop seminarie om de vibes te voelen en om je terug op een gelukkig en bewust pad te brengen.

De Valkuilen.

Wanneer een narciste geen controle meer heeft over jou gaat zij door het lint. Jij verbreekt alle communicatie terwijl zij jou wil controleren! Haar doel is: je zo snel mogelijk in haar bezit hebben. Zij doet alles om je terug te krijgen en verklaart zelfs haar ultieme liefde voor jou. Hier wordt het pas gevaarlijk!

Trap er niet in! Want dit zal maar tijdelijk zijn en zij zal snel in haar vertrouwde gewoontes vallen! Hou je vast aan de takken van de bomen want als zij geen rechtstreeks contact met je kan of wil hebben, gaat ze je ongeremd beginnen te triggeren!

Ze doet dit onrechtstreeks zodat jij radeloos begint te panikeren! Haar doel is om jou uit jouw tent te lokken dat JIJZELF contact opneemt!

Hoe merk je haar getrigger en pesterijen op?

Zij doet dingen die ze vroeger niet deed: bv. Ze gaat naar plaatsen waar ze vroeger niet wou heen gaan. Ze draagt ineens rokjes en hoge hakken terwijl ze er vroeger vaak als een slons bij liep. En dit laat ze jou maar al te graag zien

Ze daagt je uit via facebook of andere social media: Bv. Memorabele momentjes, intiem verbonden plaatsjes en herinneringen die jullie hadden deelt zij nu met andere mannen die zij publiekelijk aan je laat weten!

Zij heeft duidelijke een ander gedrag. Bv: Ze gaat diëten en sporten , gestopt met roken en allerlei nieuwe motivaties. Eigenlijk doet ze nu wat jij stiekem altijd een beetje verlangd hebt van haar.

Laat je niet uit jouw tent lokken! Jalousie, woede en frustratie zijn dé valkuilen dat je gaat reageren! Discipline!

De focus ligt niet op het welzijn van je ex. De focus ligt op JOUW welzijn! Hoe trots je mag zijn op jezelf en op al jouw kracht waar je niet op gerekend had! Jij hoeft niets buitenaf te zoeken. De genezing ligt in Jezelf!

Vertrouw daar op. Nu kan je eindelijk jezelf zijn. Je hoeft niet meer op de toppen van je tenen lopen, je hoeft je voor niemand meer in te houden. Geniet van je leven, van je kinderen want zij zijn jouw kostbaarste geschenk!

Ga lekker uit eten met vrienden, zoek een nieuwe hobby of start een cursus! Nieuwe omgeving geeft nieuwe energie en je gaat zien dat je veel vlugger kan zeggen "Hey.. ik heb vandaag maar 1 keer aan haar gedacht".
Leuk he.... zo gaat het bij jou snel zijn!

Jij hebt de keuze gemaakt dat je volledig breekt met haar! Waarom laat je je dan elke dag weer opnieuw kwetsen? Waarom betaal je intresten op de pijn die jij al hebt betaald? Ga haar nergens opzoeken of controleren!

Wees geduldig en steek jouw energie in jezelf om aan te sterken want je zal het nodig hebben als zij haar emotionele trukendoos bovenhaalt!

Ik moet het je nog een keertje zeggen: als jij de communicatie breekt in de hoop haar terug te winnen ben je niet alleen een veldslag maar heel de strijd verloren! Vele mannen nemen hun partner meerdere keren terug en zo word je nog meer wanhopiger en voorspelbaar en gaat ze nog meer met je sollen want zij weet dat ze je op haar wenken terug in haar bed kan krijgen.

Ik overdrijf niet dat er veel mannen jarenlang in deze bijna uitzichtloze pijnlijke relatie zijn blijven "hangen" en ze beseffen het achteraf allemaal. "Had ik haar toch maar niet terug genomen. Waarom heb ik me zo jaren tot op mijn bodem laten vernederen?"

Eigenlijk is het niet zo moeilijk. Stop met al de scenario's in je hoofd.

Ik ben er rots van overtuigd dat je je binnen 90 dagen zoveel beter gaat voelen als je mijn vorige stappen goed opvolgt!

Die tijd heb je echt wel nodig om niet te hervallen! Zoveel mannen deden het voor jou. Waarom zou jij het niet kunnen? Zelfs op veel kortere tijd!

Dossier Narcisme

Binnenkort kan je hier het dossier lezen wat Narcisme eigenlijk is.

Is het een persoonlijkheidsstoornis? Een ziekte?

Is het erfelijk of eerder een trauma uit haar jeugd?

Hoe ontstaat narcisme?

Is narcisme medisch behandelbaar?

Enz..

Zeker nog een valkuil is het feit dat je het haar allemaal gaat vergeven omdat jij vindt dat zij "een ziekte" heeft!

Niemand verdient het om geestelijk en/of lichamelijk mishandeld te worden!

Het is je geboorterecht om een gelukkig en evenwichtig leven te leiden en jij mag zelf bepalen wat jij wel of niet toelaat in je Leven!

Binnenkort te lezen op mijn website: www.mijnfoertknop.be

Het ongeschreven

Jij bent de auteur van je Leven!

Jij begint vandaag aan een nieuwe pagina. Als je het hoofdstuk nog niet kan afsluiten..

Geen erg! Maar vanaf vandaag kies JIJ wel voor een "ongeschreven" pagina in je Leven.

Vanaf NU zijn je kinderen en Jezelf de hoofdpersonages in je levensboek!

Jij kiest je werkwoorden zelf! Kies jij voor de taal van Liefde, dan heeft Angst geen kans! Bepaal je eigen omgeving want jij bent heerser in jouw gedachtewereld!

Weet dat je niet alleen bent! Dat er duizenden of zelf miljoenen mensen de kracht hebben gevonden om terug eigenaar te worden van hun eigen leven!

Ik start binnenkort een praatgroep over Relatieverslaving en narcisme.

Kom in contact met je lotgenoten die net zoals jij het vertrouwen en de kracht vonden om los te komen van een verslavende en vernietigende relatie. Mocht je zin hebben om deel te nemen, laat het me weten aub want samen staan we sterk!

Snel volgt een datum en locatie waar we voor het eerst samenkomen!

Heb je zelf ervaring in "Leven met een narcist" ?

Graag had ik je feedback ontvangen. Ik zal dit graag in alle discretie lezen.

Dit kan online op mijn website of via mail: life-code@telenet.be