

## Inhoud

1. Voorwoord
2. Intro
3. Advocaat
4. IK ben NIET GEK!
5. Ik pak je kinderen af
6. Ik maak jou kapot
7. Gekte
8. Schuldgevoel
9. Love Bombing
10. Leer te luisteren
11. Afspraak in de lobby
12. Narcist en relatie
13. Wie heeft er een stoornis
14. Waar haal een narcist de kracht vandaan?
15. Vrijheid
16. Psychologen
17. Waarom gaan narcisten naar een psycholoog

## Inhoud

18. Jullie dienen ons
19. Ik zal je maken tot de man of vrouw zoals ik je wil hebben.
20. Kind van een narcist
21. Is een narcist, borderliner of psychopaat ziek?
22. Hoe kom je van een narcist af
23. Wat cliënten willen weten
24. Kan een narcist alleen zijn?
25. Scheiden van een narcist
26. De narcist weet het!
27. Advies van de narcist
28. Jeugdzorg en instanties
29. De slachtoffers
30. Zijn narcisten zich bewust of onbewust wat ze aanrichten
31. Hoe kan je een narcist aanpakken?
32. Hoe denkt een narcist?
33. Wat heeft een narcist jou te vertellen?
34. De laatste woorden van een narcist en psychopaat

# 1. Voorwoord

Wanneer je dit boek leest, zul je misschien momenten hebben dat je in elkaar krimpt. Er zullen tranen vallen gemixt met woede want je zult iets duisters ontdekken wat veel ouders en kinderen kapot heeft gemaakt.

Narcisten vertellen breeduit waarom je kapot wordt gemaakt en hoe. Waarom hun woorden zo in je ziel kunnen branden wanneer ze het op je gemunt hebben. Draai je om en ren. Ren weg en probeer je schaduw voorbij te rennen want hun gedaante zal je inhalen.

Je hierop voorbereiden is moeilijk als je nog niet ingevoerd bent in de materie van de psychopathie. Voor je het weet ben je door alle emoties en angsten erg beschadigd en beland je in een neerwaartse spiraal waardoor je alles en iedereen kwijtraakt.

Ik heb nog geen wetenschappers of psychologen gehoord of iets gelezen over wat de narcisten/psychopaten in dit boek vertellen. Inderdaad, ook ik heb veel slapeloze nachten gehad denkend over al mijn verkeerde handelingen en tactieken. De denk- en werkwijze van een narcist en psychopaat is namelijk zo ingenieus dat het gewoon normaal lijkt en daar ligt precies de sleutel. Narcisten en psychopaten gaan ver, veel verder dan je je als mens kunnen kunt voorstellen. Alleen door hun empathie en loyaliteit uit te schakelen en koud, ijskoud te handelen, lukt het ze om hun doel te behalen. Daarom kunnen ze zo veel bereiken en gewetenloos de macht in handen krijgen.

Van mijn cliënten krijg ik vaak vragen over wat er in hun hoofd speelt. Wat het is dat ze niet los kunnen laten, wat het is dat leven zo onrustig voor ze maakt en dat vaak gepaard met nervositeit. Het lukt me altijd om de vragen van mijn cliënten te beantwoorden, maar toch heb ik er niet altijd vrede mee met hoe narcisten bijna overal mee weggomen. Dat er zo weinig hulp wordt geboden aan mijn medemensen die in aanraking zijn gekomen met psychopathie. Daarom ben ik dieper gaan graven naar antwoorden.

Helaas kun je niet in het hoofd van Narcisten kijken, laat staan hun gedachten lezen. De taal en het gedrag van diverse typen Narcisten zou wereldwijd bekend moeten worden. Er zijn namelijk heel veel Narcisten en er komen er steeds meer.

Neem de dus tijd om dit boek te lezen zodat je het gesprek begrijpt en dat kunt voelen tot in je diepste vezels, en dit als een zenderpijl blijft hangen. Voor het geval je er weer eentje tegenkomt die je wil pakken.

## Vorbereiding

Dit boek gaat je wakker maken en zal je uit je oude patroon halen. Het is ook niet toevallig dat je dit boek uitkoos, je intuïtie stuurde je. Antwoorden wil je krijgen om de gaten in je gedachten op te vullen, want hoeveel mindfucks heb je al ondergaan en is er inbraak in je hersencellen gedaan zodat de narcist met jouw eigen mening op de loop gaat en jij erachter aan rent. Jouw gedachten en eigen mening moeten weer terugkomen en niemand mag daar meer invloed op hebben.

Het boek is nodig om ons te alarmeren en te corrigeren. Onze kennis, gedachten en handelen worden gewijzigd zodat de narcist geen invloed meer op ons kan hebben en om inbraak in ons "zelf" te voorkomen. Lees dit boek zonder te oordelen en hou de kritieken voor je, zet je ego opzij en durf deze reis in dit boek aan te gaan, want je gaat een beleving meemaken en er zal je een spiegel voorgehouden worden. Soms zal het je verwarren omdat je dingen leest die tegen je gevoel in gaan, maar ik zeg je, oordeel niet maar laat het rustig op je inwerken doe er iets mee. Het zal je psychische brein opkrikken, je zal een explosie van ontwikkeling meemaken en ik zal je bijstaan tijdens deze reis. Ik zal dit doen door zoveel mogelijk vragen aan narcisten en psychopaten te stellen, zodat je antwoorden krijgt die je nodig hebt om je uit een benarde situatie te redden en zodat je kunt helen om verder te kunnen gaan met je leven zonder dat je een muur om je heen gaat bouwen of dat je tegen jezelf zegt "ik wil nooit meer een relatie".

Er zijn grenzeloze mogelijkheden om te kunnen overwinnen en te herstellen, maar om dat te doorstaan moeten eerst blokkades opgeheven worden. Want onder die blokkades zit een reusachtige kracht waar de narcist eigenlijk heel bang voor is dat deze naar boven komt. Vandaar dat ze je ook helemaal van slag willen maken. Je wilt niet weten hoeveel je in je hebt aan krachten om te kunnen overleven.

Blokkades kunnen zijn; angsten, teveel normen en waarden of teveel ego.

Teveel normen en waarden? Zal je denken dat is toch goed? Antwoord is ; NEE, niet als je met een narcist, borderliner of psychopaat te maken hebt. Ze zullen misbruik maken van je goedheid.

Angst? Ja angst is ook jouw grootste vijand. Deze maakt je zwak waardoor je verkeerde keuzes maakt. Hierdoor kan de narcist jou weer een stap voor zijn. Je kunt dus bang gemaakt worden .

Later zal jij je ook dan afvragen waarom je zo bang was of waarom je het zover hebt laten komen en het je hebt laten gebeuren. Je zult nog wel oneindig veel vragen hebben. Maar je zult een keer op je eindbestemming moeten komen als je je leven weer in balans wilt hebben. Je zult dus ergens moeten beginnen.

Dus maak een bestemmingsplan; wat moet er gebeuren zodat je verder met je leven kunt zonder dat je narcistische ex-partner nog grip op jouw bestaan heeft.

## Inzichten

Hier vind je waardevolle informatie over de boodschap die de narcist u te vertellen heeft. Hierdoor ontdek je de kanten van het kwade, je versterkt je geest en bekrachtigt je strategieën. Lees de zeer verrassende uitspraken die je nog lang aan het denken zullen zetten en ontdek tijdens de gesprekken de onderliggende waarschuwingen, aanwijzingen en bevestigingen die je leven weer zin zullen geven.

Als je door begint te krijgen welke boodschappen narcisten, borderliners en psychopaten in dit boek vertellen ben je op weg naar je innerlijke vrijheid.

Oordeel en veroordeel niet maar haal hier je lessen uit.

Je wordt geconfronteerd met jezelf. Dit zal niet altijd even leuk zal zijn, maar het zal je ook aansporen om je weg te bewandelen. Want je zult tegen jezelf zeggen "het is genoeg!".

Dit boek kan een heldere blik geven op wat er in het hoofd van een narcist kan omgaan. Daardoor kan het malen even worden stilgezet zodat je je eigen leven weer kunt oppakken. Dan kun je de gedachten over wat jou is overkomen loslaten. Als je nog in een overlevingsstrijd zit met een narcist, weet je hoe te handelen zodat je niet steeds achter de feiten aanloopt. Als je rust in je hoofd wilt, moet je weten wat er aan de hand is en waarom juist je voor hem/haar zo belangrijk was.

Na veel gestudeerd te hebben over psychopathie, miste ik nog steeds wat puzzelstukjes. Er klopt gewoon iets niet. Waarom kunnen we niet zo denken als iemand met een persoonlijkheidsstoornis, waarom loopt communiceren met een narcist altijd op ruzie uit en waarom blijf je maar geven en probeer je alles te sussen. Het is een bodemloze put.

Bijna altijd eindig je met veel emotionele schade. Als je niet weet wat je is overkomen, is dat moeilijk te herstellen. Waarom mislukt een relatie met een narcist toch altijd en kom je er berooid vanaf? De kans is groot dat als je kinderen samen hebt en de kinderen heel loyaal zijn naar hun ouders, ze gebruikt worden als pion. Daar schrijf ik later in het boek meer over. Het belangrijkste is dat je weet dat je antwoorden zult vinden in dit boek. En niet gekweld worden door gedachten dat het leven na jullie relatie voor de narcist gewoon leuk verder gaat. Want dat wil je toch ook? Nadat je dit boek hebt gelezen, moet dat wel mogelijk zijn.

Hoe komt het toch dat het bijna niemand lukt om ongeschonden van een narcist af te komen? En waarom advocaten die de taal van narcisten begrijpen, waar ik nauw mee samenwerk, daar toch veel voordelen uithalen voor mijn cliënten?

