

# **Dominująca, agresywna kobieta to fatalny rodzic i partner**

26 sierpnia 2022

Czytelniczka pyta mnie o jej sytuację rodzinną, związkową i emocjonalną. Na pierwszy rzut oka głównym problemem są dominujące cechy jej matki, które nie ukazują dominacji z klasą, z wnoszeniem wartości i odpowiedzialnością za innych, tylko jest związana między innymi z tyranią, manipulacją, egoizmem i sadyzmem. Dominujące cechy nie są naturalnymi cechami kobiet (zupełnie inny system hormonalny i budowa mózgu), dlatego nie sprawują się w tych rolach tak dobrze, jak mężczyźni (nie licząc narcyzów, którzy postępują dokładnie tak samo, jak kobiety). Regułą jest kobiecość oparta na emocjonalnej miękkości, podporządkowaniu, a nie rozsądnym liderowaniu. Dominacja kobiet jest wyparciem kobiecości, a w następstwie (co zobaczycie) szukaniem kobiecości w mężczyźnie. To jest duży problem tylko dlatego, że dominująca kobieta nie stworzy harmonijnego związku z dominującym, męskim mężczyzną, ale też związek z uległym mężczyzną nie sprawi jej satysfakcji. Na dodatek narcystyczny rodzic niszczy swoje dziecko – w tym wypadku córkę, choć z reguły obiektem ataków dominujących matek są synowie, którzy w efekcie są bardzo nieprzystosowani społecznie. Co najgorsze, aktualny system uczy kobiety cech narcystycznych, stawiania siebie w centrum, które z kolei stają się bazą do opisywanej, destruktywnej pseudodominacji.

## **Córka zniszczona przez dominującą matkę i brak dobrej relacji z ojcem**

„Dzień dobry, potrzebuję pomocy i proszę o konsultację. Zaczę od kilku faktów:

– mam 29 lat,

- mieszkam w dużym mieście, pracuję,
- od 5 lat jestem w związku
- chodzę do psychologa, stwierdzono u mnie „zaburzenia depresyjno-lękowe”.

A teraz moja historia. Wychowałam się na wsi, w domu, w którym matka totalnie dominuje nad ojcem. Fochy, karanie brakiem seksu, dogryzanie, odebranie mu niezależności, manipulowanie nim. Co ciekawe tata odkąd pamiętam zawsze trzymał jej stronę i myśli sobie cały czas „jaka ta Ania jest biedna, tak się wszystkim przejmuje (matka wspaniale przy okazji robi z siebie ofiarę i niewiniątko)”. Mama, jak z mojej obserwacji wynika, jest osobą skrajnie narcystyczną, trąca borderline, chociaż nie wiem czy można mieć jednocześnie to i to.

Matka dopuszczała się w stosunku do mnie emocjonalnych nadużyć seksualnych i wychowywała w klimacie jej rywalki jeśli chodzi o relację z ojcem. Jest bardzo zazdrosna o niego, o wszystko, nawet o to, że ojciec jest zadowolony, (bo ona sama wiecznie nie). W zasadzie nie pamiętam swojej relacji z ojcem z dzieciństwa. Pamiętam tylko, że matka zawsze chciała stawiać mnie w jego oczach w bardzo złym świetle, kłamała byleby ona była ofiarą, a ja złą córką. Nie pozwalała, żeby istniała między nami niezależna miłość córka-ojciec. Sama nigdy nie okazywała mi uczuć, krytykowała, znęcała się psychicznie. Bardzo cierpiałam w dzieciństwie i jako nastolatka. Wyrwałam się stamtąd dopiero na studia i w głupi sposób zaczęłam szukać miłości gdzie indziej.

Czytam artykuły na stronie od jakiegoś czasu. Ostatnio choćby ten o wdowie po samcu alfa. Mój pierwszy związek można powiedzieć trochę wpisuje się w ten opis. Chciałam za bardzo, wybaczałam zdrady, w końcu po 2 latach od wyjścia na światło dzienne pierwszej zdrady, udało mi się zrozumieć, że on się nie zmieni. Wychodzenie z tego związku było najgorszym okresem w moim życiu, on mnie po prostu prześladował, nie dał

psychicznie się podnieść jeszcze długo po tym kiedy ja zerwałam relację i kontakt całkowicie.

Później byłam w kolejnym związku z dobrym chłopakiem (z Twoich definicji samiec beta), którego to ja zdradziłam mimo, że teoretycznie brzydziłam się zdrady!

Teraz od 5 lat jestem w związku z mężczyzną, z którym zdradziłam swojego poprzedniego partnera. P. jest człowiekiem mądrym i świadomym tendencji jakie mają kobiety. To on pomógł mi otworzyć oczy i dojrzeć jak wiele kopiuję zachowań mojej matki. Zawsze współczułam ojcu i powtarzałam sobie, że nigdy nie będę jak ona, a pomimo to w podobny sposób krzywdziłam swojego chłopaka próbując z niego zrobić beta.

Przejrzałam na oczy, zaczęłam przyglądać się swojej osobie, pracować nad sobą, najpierw sama, a teraz chodzę jeszcze na terapię i czuję, że idę w dobrą stronę, jest coraz lepiej. ALE mam wrażenie jakby w mojej głowie siedziały 2 osobowości. Jedna to ta dobra kobieta, która kocha miłością bezwarunkową i chce, żeby jej mężczyzna się rozwijał, chce go wspierać, chce mu być uległa, podążać za nim. Druga to jakaś suka, która ciągle szuka potwierdzenia swojej atrakcyjności u innych, jest marudna, kapryśna, potrzebuje adoracji. Im bardziej chcę wyprzeć się tej drugiej, tym bardziej cierpię i coraz silniej to odczuwam, te potrzeby. Na terapii dowiedziałam się, że moje trudne podejście do relacji z mężczyznami wynika najprawdopodobniej z braku możliwości rozwinięcia takiej relacji z ojcem. Zawsze między nami stała matka, która nie dopuszczała do więzi.

Bardzo chciałabym się „naprawić”. Nie wiem, czy mentalnie jestem wdową po alfa... W sumie nie czuję niczego do moich poprzednich partnerów, albo nie czuję tego tylko na poziomie świadomym. Ogólnie na ten moment sama się sobie dziwię jak mogłam wejść w związek z osobą jaką był mój pierwszy partner, który mnie zdradzał, ale nie wspominam go, nie rozmyślałam co by było gdyby itd. Ale czuję, że chyba przez tę sytuację (no i

pewnie po części przez dzieciństwo) poszukuję ciągłego potwierdzenia swojej atrakcyjności i nie potrafię być niezależną jednostką. Świadomość tego powoduję, że bardzo się męczę i czuję jakbym walczyła ze swoimi emocjami. Da się coś z tym zrobić? Może przydam się jako materiał do badań na treści na stronę, a teraz bardzo proszę o pomoc. Co robić, jak pracować nad sobą, z czego czerpać?”

## **Społeczeństwo będzie wychowywać coraz więcej dominujących kobiet i mniej dominujących mężczyzn**

Problem, który opisujesz jest typowy dla matek dominujących, które tak naprawdę nienawidzą mężczyzn i kobiecości w sobie. Oczywiście jest to problem narcystyczny, a dokładnie żeńskiego typu falliczno-agresywnego w kierunku sadystycznej osobowości (o tym więcej pisałem w kontekście rozróżniania dwóch głównych typów narcyzmu).

Celem głównym dominującej kobiety w jej związkach jest psychiczna feminizacja partnera, a więc wprowadzenie go w rolę uległej żony. Dzieje się to za pomocą wybrania podatnego na to mężczyzny i wmanipulowania go (powiedzmy wymuszeniem postaw pantoflarskich), albo takiego, który taki jest naturalnie (ten zazwyczaj jest synem dominującej matki, która zniszczyła mu psychiczną męskość). W Twoim wypadku ojciec był taki od początku, a matka jedynie wzmacniała w nim narcystyczną idealizację jej samej jako tej, która ma zawsze racje i jako tej, której należy współczuć, należy się uwaga, niezależnie od tego co robi i co czuje. Aktualnie jest to działanie systemowe, związane z feminizmem: podwyższeniem wartości kobiet, wychowywaniu ich w przeciwności do uległości i obniżeniem wartości mężczyzn, wychowując na uległych, na bardzo idealizujących kobiecość, kobiece potrzeby i kobiece zdanie – zapominając o sobie i swojej autonomii (m.in. wmówiło się im, że są z natury źli).

Pamiętajmy, że narcyzi podświadomie chcą, by ktoś wypełniał ich braki i wiążą się ze swoją drugą skrajnością, czyli zazwyczaj jest to idealizm z poniżeniem, sadyzm z masochizmem, dominacja z uległością, miłość z egoizmem, pewność z niepewnością, zakochaniem w sobie z kompleksami, przemoc i brak wyrozumiałości z nadmierną dobrocią i wybaczeniem absolutnie wszystkiego. To nie może być zdrowe, ponieważ nie ma równowagi i tym samym ani sprawiedliwości, ani podejścia logicznego do problemów.

Wszystko to co widziałaś w związku Twojej matki z ojcem zostało wykreowane przez mentalne stery matki, a ludzie z nią żyjący (w tym niestety Ty jako córka) użyci przez nią do tego, by realizować jej małostkowe cele. Dla narcyzów ludzie są wyłącznie narzędziem, drogą do celu, przedmiotem. W narcyzach nie ma niczego co mogą i chcą dać, co miałyby wynikać z dobroci, miłości, czy też troski, a wszystko co dają od siebie jest jedynie próbą potwierdzenia dla samych siebie, że nie są tacy najgorsi. Wszystko robią albo dla opinii innych, albo utwierdzenia się w jakimś przekonaniu dotyczącym samych siebie. Głównymi środkami zazwyczaj są kłamstwo, agresja emocjonalna, fałsz i manipulacja.

## **Samiec beta kocha dominujące kobiety i nie wie co czyni**

Twój ojciec jest typowym, akceptującym samcem beta, który nie ukazuje nawet, że matka przemocą psychiczną próbuje rujnować mu dobre samopoczucie. On nie wnosi sprzeciwu, wierzy, że kobieta jest zdecydowanie ważniejsza, niż on, dlatego nawet jeśli ona stosuje przemoc, to on ją usprawiedliwia ze fałszywie wzbudzonego współczucia. Takich mężczyzn też nie należy w żaden sposób usprawiedliwiać, ponieważ są współwinni tworzenia takich związków. Zawsze trzeba protestować, reagować i stać na straży dobrych zachowań, szacunku do siebie, czy do innych, a nie dawać przyzwolenia na wszystko co najgorsze i na

dodatek za wszystko winić tylko siebie. To zupełnie tak samo jak kobiety, które potrafią 10 lat żyć z „draniami”, a dopiero po tym czasie zaczynają krzyczeć, że było im tak źle w związkach, znęcano się codziennie nad nimi i teraz znowu proszą o pomoc, by to inni rozwiązali za nie problem. W takich związkach wina zawsze leży po obu stronach! Zawsze w takim związku jedna osoba wykreuje się jako święta, druga jako ostoję złą, a tak naprawdę to wszystko eskaluje w przemoc naprzemienną.

Żeby lepiej zbadać sytuację powinnaś czytelniczko opisać jak najwięcej spornych sytuacji między ojcem, a matką, jak one wyglądają, a także jak zmieniały się w czasie. Podaj jakie są reakcje matki np. gdy ojciec się buntuje, a także czy w ogóle da się ojca „zbuntować” do przyjęcia dominującej roli. Zastanówmy się też skąd też u matki dominacja – wypadałoby przyjąć myślenie, czy czasem nie z domu rodzinnego, gdzie babcia i dziadek byli narcystyczni, wychowani bez empatii, zasadniczo, przedmiotowo. To częsty problem dawnych pokoleń, bo jak wiadomo była bieda, a ludzie nie mieli i nie mogli nawet pomyśleć że mają chandry, czy depresje, za to musieli robić, robić i jeszcze raz robić. To wykształcało postawy niewolnicze, które mogły ewoluować w zdolności do przeróżnego podporządkowywania sobie osób, aby taki człowiek mógł choć poczuć namiastkę zaspokojenia emocjonalnego, które jest bardzo ważne. Wcześniej po prostu nie było czasu na myślenie czy osobowość drugiej strony rozwija się dobrze, czy ludzie dobrze się traktują. Przyzwalanie na przemoc to była norma – dzisiaj raczej rezygnuje się z przemocy fizycznej, ale mało nadal mówi o przemocy psychicznej, co czyni Twoja matka.

Wcześniej nie było wiedzy o psychologii, ludzie musieli być pokorni, a gdy byli tym sfrustrowani to mogli wyładowywać się na dzieciach. Mężczyźni musieli odbyć zasadniczą służbę wojskową, która po pierwsze uczyła ich „kastracji” z emocjonalności, inteligencji, uczyła dawania sobą (czasem i innymi, słabszymi) pomiatać, podporządkowania, braku własnego

zdania (bo sprzeciw oznacza srogą karę), a po drugie mogła uczyć, by tacy mężczyźni dokładnie tak samo traktowali swoje kobiety. I w ten sposób wykształca się podświadomie u kobiety nienawiść do kobiecości, do siebie, tak jak mężczyzna do męskości i pragnie rywalizować z drugim, pokazując mu, że to on jest lepszy. Dzisiaj z kolei budujemy naturę wiecznie spragnionych czegoś konsumpcjonistów. To jest problem, bo tak naprawdę dużo ludzi jest skrzywdzonych, czy zaburzonych osobowościowo przez takie uczenie ludzi, ale nie do końca są tego świadomymi.

To co napisałem w tym akapicie jest tylko DOMYSŁEM na bazie niekompletnej wiedzy. Żeby trafić w klucz i sedno należy tworzyć dużo bardziej dogłębnych analiz, a więc potrzeba więcej danych i to będę prosił Cię w następnych wiadomościach.

## **Jaka matka, taka córka**

I teraz jeśli wychowałeś się w takim środowisku to jest normalnym, że podświadomość będzie chciała powielić taki wzorzec rodzinny. Każdy z nas to robi, dlatego będziesz się w jakimś stopniu musiała zachowywać jak matka.

Pomińmy na moment relacje z mężczyznami. Jak się zachowujesz wobec kobiet? Najlepiej sama przed sobą się przyznaj. Jak bardzo gorsza, lub lepsza od kobiet się czujesz? Jak często denerwują Cię, a jak często powiedziałybyś, że to super ludzie? Pomyśl czy nie masz tendencji do tego, by obrażać innych i znajdować w nich wady (sadystyczny narcyzm), czy raczej winić siebie, obrażać siebie, nie być zadowoloną z tego co dajesz innym od siebie (masochizm narcystyczny).

Zastanów się czy czasem nie masz manii udowadniania sobie czegokolwiek (bez kontekstu płci). Może Ci to nie wychodzić, więc masz w efekcie zaburzenia depresyjno-lękowe. Narcyz jest bardzo wrażliwy na krytykę, na to, że nie jest najlepszym we wszystkim czego się podejmie. Nie umie tolerować porażek albo u siebie, albo u innych w zależności jakim jest typem narcyza.

Twoi rodzice robią to wszystko kosztem drugiej strony. Cały czas sobie coś podświadomie udowadniają. Twój ojciec będąc uległym zaspokaja to, że może być sterowanym i podporządkowanym komuś kto daje mu dobre, czy złe emocje, ale jednak daje jakieś potwierdzenie swojej przydatności (bo nie miłości!). Pamiętajmy, że narcyz to wykorzystywanie i przedmiotowe traktowanie, a nie miłość, troska i dawanie.

Twój ojciec ze względu na typ narcyzmu, który go tyczy może ukazywać pasywno-agresywne zachowania, lub ukazywać się jako wielka ostoja spokoju – czasami wręcz obrońca kobiet. Ale on robi to tylko by utrzymać swoją pozycję biernego, który nie będzie musiał się konfrontować z problemem, którego się boi. Z PRAWDĄ, która podczas konfrontacji obarczyłaby go konsekwencjami i musiałby być może kompletnie zmienić swoje życie. Wygodniej jest tego nie robić i zakłamywać rzeczywistość, tak jak nieustannie robią to narcyzi. Oczywiście nikt Ci się do tego nie przyzna, więc nie ma żadnego sensu, by dyskutować. Po prostu bądź świadoma kim są ludzie i co nimi naprawdę kieruje, a do czego nigdy się nie przyznają nawet przed samymi sobą.

Ciekawi mnie też skąd wiesz, że matka karze go brakiem seksu? Rozmawiacie o takich rzeczach? Pokazałoby to typowy dla narcystycznych rodzin brak granic. Inna sprawa, że narcystyczne kobiety w tym typie nie mają za wiele orgazmów z mężczyznami, więc brakuje im motywatora do seksu, którym powinna być po prostu miłość, dawanie, troska o tego mężczyznę. Dlatego też seks jest u takich kobiet wycofywany, ponieważ nie spełnia on swojego celu.

Matka z opisu wygląda na typowego, sadystycznego narcyza. Nie jest w ogóle niczym dziwnym że pewne cechy przejęłaś. Możesz się nimi na logikę brzydzić, ale geny też robią swoje.



# **Wewnętrzna, destruktywna, złośliwa suka chce przejąć kontrolę nad bezbronnym aniołem**

Dla Ciebie pierwszym krokiem musi być akceptacja tego, że masz w sobie wewnętrzną sukę, kogoś podłego. Tyle starczy. Tylko ludzie wypierający swoje wady nigdy ich nie zmieniają, nigdy nie opanują, nigdy się nie pogodzą z nimi i będą winić wszystkich dookoła za to co robią wzmacniając swoje negatywne zachowania.

Póki swojej „suki” nie zaakceptujesz, póki będziesz ją karcić to ona się będzie odzywać częściej domagając się narcystycznego uwielbienia. Należy też nadal pracować nad wszelkimi dobrymi, bezinteresownymi uczynkami wobec innych i wykazywaniem się dobrą inicjatywą. Pamiętaj, że zło jest zdecydowanie łatwiej tworzyć, niż dobro, dlatego suka ma siłę, która wymaga pokonania w niekonwencjonalny sposób. Nie można schować się pod kołdrę, przestać myśleć i sądzić, że problem zniknął.

Co do terapii to widać ktoś się zna na fachu i jest to dobra diagnoza. Nadużycia seksualne mogą martwić, więc jeśli nie przeszkadza Ci otwartość na takie tematy napisz o co chodzi, zakwalifikujemy to. Odpowiedz na jakiej podstawie terapeuta postawił taką tezę?

Jeśli chodzi o rywalizację, to narcyz rywalizuje ze wszystkimi i z samym sobą jednocześnie, ponieważ ma zerowe poczucie własnej wartości. Dziecko nie jest w stanie dojrzeć emocjonalnie, kiedy jest odcinane od drugiego rodzica i podporządkowywane, a nie kochane. Z mamą uciałbym kontakt kompletnie, bo nie jest to osoba do której cokolwiek dotrze, a błędny schemat może być powielany latami. Jej pretensje będą z wiekiem coraz wyższe niezależnie, czy będziesz przy niej, czy odejdziesz. Będąc z nią będziesz obiektem manipulacji, a nie będąc z nią będziesz obiektem ataków i szantaży. W moim trochę

dalszym otoczeniu właśnie umarła taka osoba. Do samego końca nie okazała skruchy, pomimo, że raniła innych. Udawała na moment dobre uczucia, by coś uzyskać np. coś jej załatwić. Wszystko co dobrego robią narcyzi jest wymuszone, bo jest to nienaturalne dla nich, by myśleć o kimś bardziej, niż o sobie.

## **Kim aktualnie jest czytelniczka i jaka praca ją czeka?**

Kontrolować można jedynie zniszczone przez siebie dziecko i uległego mężczyznę. Dlatego jesteś jej ofiarą, a nie obiektem miłości. Prawdopodobnie Twoja matka też chciałaby mężczyznę dominująco-męskiego, ale nie mogłaby takiego kontrolować, sama musiałaby być kobieta, ale nie potrafi, dlatego wybrała przeciwnego typu, uległego, zdominowanego mężczyznę.

Matka, to ktoś kto powinien zapewniać ciepło rodzinne (to ona od początku życia ma dziecko najbliżej), by po pierwsze dzieci dojrzały emocjonalnie, a po drugie, aby ojciec mógł rozwijać męskie postawy przy takiej kobiecie i też podarował swoje cechy dziecku. W Twojej sytuacji nie było matczynej miłości, ani ojcowskiej miłości, bo została wycofana przez toksyczną matkę.

Brak dobrej emocjonalnej dostępności (akceptacji, miłości, zaufania) u któregośkolwiek z rodziców buduje wszelkie dalsze problemy jak popadanie w nałogi, szukanie uwagi, dowartościowania, przygodny seks, popadanie w konflikty (u kobiet częściej podkopywanie innych, u mężczyzn problemy z prawem).

Czy jesteś wdową po alfa? Jesteś, ale to akurat jedynie skutek problemów rodzinnych. Przede wszystkim jesteś zniszczonym dzieckiem przez narcyza i powinnaś poczytać wszystkie tematy o narcyzmie na mojej stronie. Sporo kobiet pisało do mnie z podobnymi objawami. Tyle, że dużo z nich mówiło, że miało świetne dzieciństwo, więc nie były świadome niczego co się

wokół nich realnie dzieje i zakłamywały rzeczywistość tak jak narcyzi sadystyczni. Ty praktycznie pewnym jest, że masz narcyzm masochistyczny, nad którym chce zapanować narcyz sadystyczny w postaci kapryśnej, podłej suki. Od takich postaw blisko do borderline, ale mam za mało danych, by to stwierdzić i z tego co piszesz nie „wyczuwam” tego w Tobie, a uwierz mi miałem do czynienia z takimi kobietami, czy też narcyzkami sadystycznymi i doskonale znam ich schematy postępowania.

Pierwsza Twoja relacja na 100% była z narcyzem sadystycznym, czyli... tak jakby z uosobieniem Twojej matki. Zauważ, że w takich rodzinach jest to wszystko odwrócone, bo powinnaś w normalny sposób lgnąć do osób podobnych do Twojego ojca, a nie matki. Ale to jest ten sam problem, w którym matka zamiast szukać mężczyzny, to próbuje zamienić go w uległą żonę. W takim wypadku jedynym wyleczeniem Ciebie jest odcięcie pępowiny od kata, czyli od matki.

Druga relacja to oczywiście Ty wcielająca się już w matkę i traktujesz partnera jak matka ojca, mścisz się na nim, chcesz go sabotować, zdradzasz, a więc mimowolnie realizujesz swój zepsuty program wewnętrzny. Po tej sytuacji jesteś zregenerowana i możesz przystąpić do szukania nowej „matki” w typie związku pierwotnego.

Największy problem jaki widzę w Twojej rodzinie to zaburzenie męskości i kobiecości. Brak pozwolenia sobie na bycie słabą (zakrzykiwanie narcyzmu), ale i w miarę możliwości bycia silną w momentach słabości dla innych (czyli empatia, dojrzałość emocjonalna).

I teraz aktualna, 5 letnia znajomość z Twoim facetem. Na ogół większość kobiet próbuje kastrować zachowania alfa w zachowania beta (tak samo wychowują synów, przez co typowa męskość zanika). Większość kobiet nie ma poczucia bezpieczeństwa w sobie (ale nie zawsze patologicznie), więc cały czas testuje granice mężczyzny, tak jak dzieci testują granice rodziców, by sprawdzić na ile mogą sobie pozwolić w

sterowaniu swoim mężczyzną, na ile jest inteligentny, dominujący, bystry i silny, a więc męski. Rodzic musi stawiać granice dziecku, tak samo jak mężczyzna kobiecie, by nie weszła mu na głowę. Im mniej wrażliwy emocjonalnie mężczyzna i im bardziej świadomy kobiecych przywar, tym lepiej sobie z tym poradzi i dłużej to wytrzyma. Co nie znaczy, że męska odporność jest wieczna, dlatego każda kobieta powinna naturę suki opanować i działać wbrew sobie w kilku sprawach, by utrzymać dobry związek. A z tym jest problem, bo coraz więcej kobiet nie chce się kompletnie dla nikogo i niczego nie ugiąć, pomimo twierdzenia, że mają kompromisową, bądź nawet uległą naturę. Mężczyźni tak samo, w efekcie nie dbają już o nic i nikogo, ponieważ nikt nie interesuje się nimi. To jest koło destrukcji tego wszystkiego co znamy jako miłość, rodzina, współpraca.

Samiec beta zawsze jest bezpieczniejszy, można go kontrolować, chce robić więcej dla kobiety, więc kobiety (szczególnie narcystyczne) używają manipulacji, by uzyskać swoje cele przy jego pomocy. Tyle, że jak mówię, nie jest to żadna „miłość” tylko egoizm (miłość do siebie). Trzeba się do tego najpierw przyznać. Zaakceptować, że się taką jest, że się ma takie tendencje i je opanować w konsekwencji.

## **Zło to ten wygodny, prosty wybór**

To jest taka analogia do kuszenia przez diabła (a więc metaforę złej części człowieczej natury). Chcesz coś ukraść, bo tak jest łatwiej? Nie, zarabiasz i płacisz. Chcesz coś dostać za darmo? Chcesz mieć miłość bez pracy, tylko mieć podporządkowanego niewolnika nie dając wiele od siebie? Fajnie by było, prawda? Ale to jest złe, nie daje realnego szczęścia. Dlatego doceniasz ludzi i dajesz coś od siebie, bo wiesz, że tak trzeba. Nie myślisz o sobie. Z czasem wchodzi to w nawyk i jesteś spokojniejsza, lęki mijają. Depresja mija, lub zmniejsza siłę. Poczucie bezpieczeństwa jest większe. Co dajesz dobrego to realnie częściej do Ciebie wraca. Wiesz, że

już niczego nie musisz, a wiele możesz.

Nie da się jak to mówisz „wyprzeć” tej suki. To nierealne. Wypieranie suki, to jak odkochywanie się w kimś kogo się kocha. To okłamywanie siebie. AKCEPTACJA jest najważniejsza, a potem zmiana wzorców. Dawanie coraz więcej tych dobrych czynów.

Oczywiście możesz też mieć problem z kontrolą nad emocjami, więc należy nauczyć się wyładowywać w odpowiedni sposób – nie na ludziach. Tym bardziej nie na najbliższych i nie na tych u których odkryjesz słabość. Od tego są pasje, sport, choć narcyzi zazwyczaj są leniwi, więc to jest znowu praca, a więc pokonywanie siebie, swojej strefy komfortu, naginanie siebie, a nie jedynie podążanie za wygodą. Można też brać tabletki na wyciszenie i chodzić na psychoterapię, co już robisz i to mnie cieszy, że ludzie korzystają z pomocy.

Pytanie co Cię skłoniło? Czy facet? Ktoś? Przegięłaś? Czy może uwaga – dojrzewasz? Może zaczynasz brać odpowiedzialność za siebie, czyli coś czego nie wzięli Twoi rodzice? I ta suka ucieknie... suka będzie może tylko w łóżku, kiedy będzie trzeba dodać pikanterii, ale nie wyniknie to z jej złych intencji. Może suka zostanie tylko w pracy? Może tam gdzie swoje libido (bo ono steruje osobowością) będzie napędzało do osiągnięcia dobrych wyników, niżeli tylko wyładowaniu pustych emocji?

W jednym tekście przez internet „nie docenię” Cię na tyle, byś mogła zreperować w mig swoją samoocenę (musi być ku temu baza, trzeba coś osiągać nawet w małych, błahych rzeczach codziennych). Pocieszać się możesz tym, że to system uczy nas tego szukania uwagi i dowartościowywania kosztem innych. Fotki, lajki, chwalenie się, ukrywanie słabości lub wyśmiewanie dojrzałości, a nawet mądrości (tj kujonów w szkołach). To jest próba niżenia innych przez gorszych, toksycznych ludzi do swojego, marnego poziomu. I wielu ludzi ma z tym problem. Ty jesteś do przodu, bo jesteś świadoma, bo możesz jako dorosła osoba zamykać toksyczne relacje i utrwałać

tylko te dobre. Bo rozumiesz na czym to polega, a oni nie. A to już wiele.

Kolejne informacje w części drugiej.

Autorstwo: Swiadomosc-Zwiazkow.pl

Źródło: WolneMedia.net