

RATGEVALLEN

Boekje open
over de RAT

TEKST & ILLUSTRATIES:
SIGRID VAN DORT





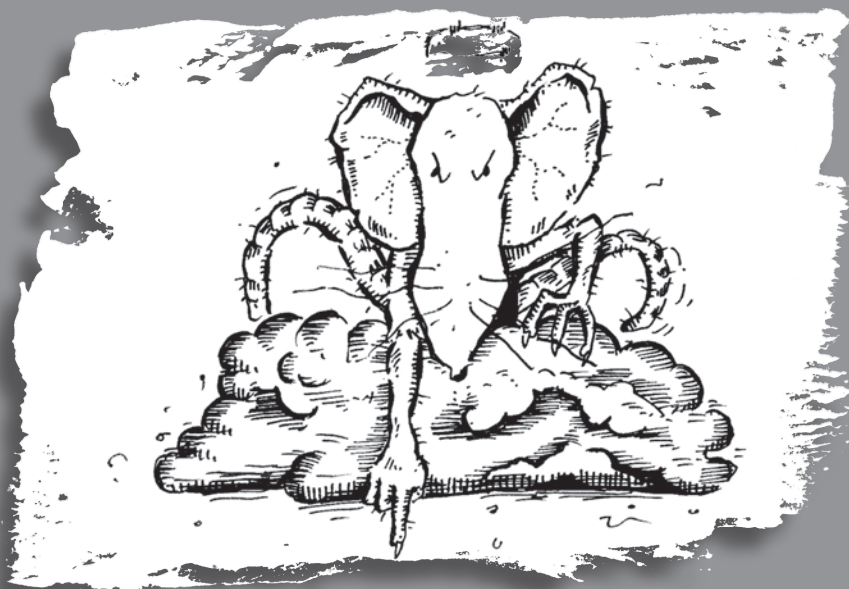
RATGEVALLEN

IEMAND is een **RAT** als hij anderen **PIJN** doet, bewust en met plezier voor zijn **EIGEN** redenen.

Listige managers in organisaties worden wel ratten genoemd. De rat in de organisatie heeft ook een **THUIS**. Hoe gedraagt die rat zich daar dan? Jij kunt ook ratten in je leven hebben. Het is zelfs zo dat we tijdens ons leven meerdere ratten tegenkomen. Daar voelen we ons niet prettig bij na verloop van tijd. Meestal houden we dit soort mensen op een afstand. Dat lukt niet als je de rat niet herkent en het je ouder is, of je partner, collega, zus of broer.

Verbaas je je er ook wel eens over hoe mensen weg kunnen komen met **rattengedrag**? Hoe ze ongestraft kunnen **LIEGEN** en **MANIPULEREN**? Wil je weten waarom wij daar telkens weer in trappen?

RATGEVALLEN



Krijg je wel eens dingen naar je hoofd geslingerd waarvan je denkt: huh? DIT GAAT NIET OVER MIJ!
Dan heb je te maken met **PROJECTIE**.

RATTEN projecteren **EIGENSCHAPPEN** van **ZICHZELF** die ze NIET waar willen hebben op jou.

De RAT wil zich ontdoen van zijn eigen negatieve gedachten en **FRUSTRATIES** en slingert ze jou naar je **HOOFD**. Zo 'zuivert' hij zichzelf ervan. **BIZAR?**

Tja, je moet het wel **WETEN**, anders ga je nog AAN JE VERSTAND **TWIJFELEN** want hij doet dit zeer frequent.

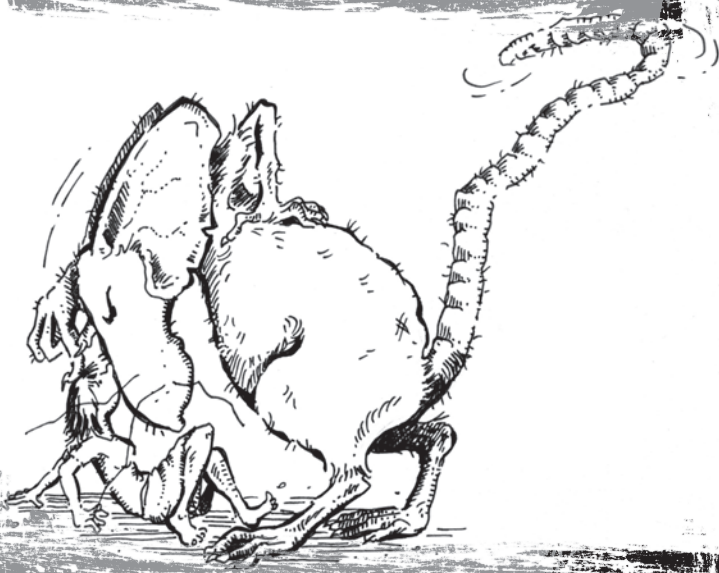
En daarom herken je zoveel **NIET** van waar de RAT je allemaal voor **UITMAAKT** en wat hij je **TOEDICHT**.

Je speelt de RAT in de kaart als je je **VERDEDIGT** en roept 'IK BEN **NIET** GEK', 'IK BEN **NIET** AGRESSIEF'.

ARGUMENTEREN met een RAT is zinloos. Hem een vraag stellen ook, je krijgt nooit een rechtstreeks antwoord.
Als iemand **DIT** met JE **DOET**, zeg je alleen maar 'DAT ZEG JIJ'.

Speel het spelletje niet mee anders ben je **RATTENVOER!**

RATGEVALLEN



De rat vindt zichzelf een **GODSGESCHENK**, hij is speciaal en vindt dat hij overal recht op heeft.

De rat is altijd bezig met zich te profileren als de **beste**. Hij is arrogant en competitiegericht. De rat kan niet tegen **KRITIEK**. Bij een narcistische krenking wordt hij kwaad en gaat intimideren, dreigen, ontmenselijken, minachten, negeren middels de 'silent treatment'.

De rat creëert instabiliteit en dreiging om zich machtig, superieur en speciaal te voelen en z'n omgeving te kunnen **CONTROLLEREN**. Daarom roddelt, liegt en manipuleert hij. De rat is een oplichter.

Ook gevoelens die hij z.g.n. voor ons heeft zijn nep. Als een rat aardig is dan wil hij wat van je, geld, sex of aandacht.



De RAT zoekt **MEDESTANDERS** om je te **isoleren** wanneer je dreigt zijn acties te onthullen of als je niet meewerkt aan wat de RAT wil.

De RAT wil **ALTIJD** wat van je.

Medestanders zijn zij die **LANGZAAM OORDELEN**, empathisch zijn, anderen graag een plezier willen doen, 'AARDIG' gevonden willen worden, té tolerant zijn, ontkennen dat er **BAD** guys en gals zijn.

In de poten van een RAT zijn dit de perfecte dekmantels om **BOOSAARDIGE RATTIGHEID** te verhullen.

Langzaam oordelen of helemaal **GEEN MENING** hebben, meelopen uit **LAFHEID** maakt 'GOEDE' mensen tot **INSTRUMENT** van RATTEN.



De RAT heeft ons en de wereld (internet) nodig als **SPIEGEL**, om zichzelf te zien als **SPECIAAL** en de **BESTE**.

De RAT is een **aandachtjunk**.

Hij **PROVOCEERT** en **MANIPULEERT** ons of hij verwent ons als hij een goede bui heeft (doorgaans over de **RUG** van een **ANDER** die dat nog niet doorheeft).

Onze reacties, op **ZIJN** gedrag en **MISDRAGINGEN**, bevredigen bij de RAT de lust zichzelf te zien als **BELANGRIJK** en **MACHTIG**.

De RAT trekt aan het touwtje en het poppetje gaat dansen.

Voor je het weet ben **JIJ** zo'n poppetje want **RATTEN** zijn moeilijk te herkennen op het eerste gezicht.

RATTEN gedragen zich volgens bepaalde **PATRONEN**.

Die kun je herkennen, **DE RAT** IS **UNIVERSEEL**.

RATGEVALLEN



Als je het gevoel hebt als **DEURMAT** gebruikt te worden heb je waarschijnlijk met een **RAT** te maken.

Het ene moment prijst hij je de **HEMEL** in en het volgende kun je **DOODVALLEN**.

Een rat heeft jou niet nodig om een oordeel over je te vellen. Hij **VERZINT** van alles over je, dat je niet deugt, **GEK** bent, **AGRESSIEF** en **WRAAKZUCHTIG**.

Vervolgens gaat hij dat zelf weer vol vuur zitten **VEROORDELEN**. Een **RAT** ontlast zich door dingen op jou te projecteren, ze te veroordelen, je te **STRAFFEN**.

Een **RAT** is **GEEN MENS**, hij staat ver boven ons. Daarin zijn we het met hem eens, dat hij geen mens is dus.

Waag het niet daar iets over te zeggen tegen de **RAT**, voordat je het weet heb je een **POOTAFDRUK** op je rug.

RATGEVALLEN



Ja, ze **KNIJPEN**, **BIJTEN** en **TRAPPEN** ook graag. **RATTEN** vinden het hartstikke **LEUK** je **PIJN** te doen maar zijn zelf o, zo snel **GEKRENKT**.

De **RAT** wil **MACHT**, hij wil dat je je **ONDERWERPT**, vrijwillig, want je mag **GEEN EIGEN LEVEN** hebben, laat staan een eigen **MENING** of **WIL**. Dat zal hij overigens met verve **ONTKENNEN**, als je dat constateert.

Tegelijkertijd **veracht** hij je voor je zwakte als je **GEVOELIG** bent voor **INTIMIDATIE**, bedreigen, **EMOTIONELE CHANTAGE**, gepest.

Hij gebruikt ook je **KINDEREN**. Vertel de **RAT** **NOOIT** dat hij je **RAAKT**, hij zal het **NOG EEN KEERTJE** doen, nèt iets **HARDER**.

Zwakke is eindigen op het **BORD** van de **RAT**.

MAAR ER ZIJN MANIEREN OM DAT TE VOORKOMEN.

RATGEVALLEN



GASLIGHTEN, een echte **RATTENSTREEK**, je kunt er iemand mee **AAN Z'N VERSTAND** gaan laten **TWIJFELEN**. Je legt je sleutel altijd op dezelfde plek en ineens is hij weg. Waar is mijn sleutel?

Dat zul je wel **VERGETEN** zijn, volgens de **RAT**, of je hebt hem ergens anders neergelegd. Ondertussen heeft de **RAT** hem **ERGENS ANDERS** neergelegd.

De **RAT** kan ook **ANDEREN** betrekken bij **GASLIGHTEN**, zonder dat ze het weten, om je nog meer te laten **TWIJFELEN** **AAN JE REALITEITSZIN**.

HET LICHT AAN JOU, JIJ BENT GEK, WANT JE KUNT DE STEEDS VERANDERENDE WERKELIJKHEID NIET MEER VOLGEN.

Hij doet dit om je te **DESTABILISEREN** zodat hij je kan **HERSENSPOELEN**, en dat is een ander woord voor **GELOVEN** IN DE REALITEIT VAN DE **RAT**.

Dit is een van de meest **SMERIGE** en ook effectieve **RATTENSTREKEN** om **JOU UIT BALANS** te brengen.

RATGEVALLEN



REGELS gelden alleen voor **ANDEREN** en de **RAT** bepaalt de regels en de **WET**.

Dit heeft niks met **MORAAL** of **ETHIEK** te maken, of hij pint je daarop vast om ondertussen de meest **SCHOFTERIGE** DINGEN met je uit te halen die in dat licht bezien bijzonder **VERWERPELIJK** zijn.

De **RAT** schrijft z'n **EIGEN** regels en wetten **AAN JOU** voor en staat er **ZELF** ver **BOVEN**.

Een **RAT** kent **GEEN** **MORAAL** en **ETHIEK** want het **ENIGE** dat voor hem telt is **HIJZELF**.

De **GRENS** met **MISDAAD** is **FLINTERDUN** want de **RAT** heeft nog ietsje **ONTZAG** voor de wet.

Als de **RAT** verzinkt in antisociaal **GEDRAG** is de stap naar **MISDAAD** en **MOORD** snel gezet.

PSYCHOPATEN zijn allen **RATTEN**, maar niet alle **RATTEN** zijn **PSYCHOPATEN** hoewel ze zich wel langs het randje begeven en jou zonder blikken of blozen aan ernstig **GEVAAR** **KUNNEN** blootstellen

RATGEVALLEN



Een RAT herken je aan **OVERDREVEN** GEDRAG en **BIZARRE** REACTIES die niks met de realiteit te maken hebben en **ALLES** wat er in zijn kop omgaat.

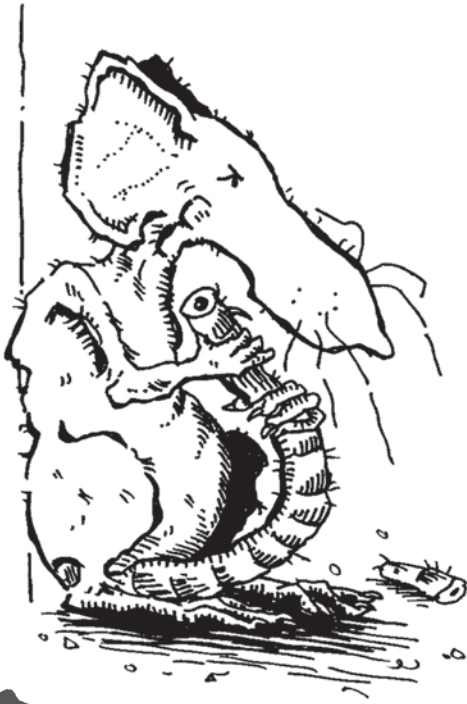
Die reacties kun je herkennen als je weet dat de rat altijd reageert uit **COMPETITIE** of **VERDEDIGING**.

Ook als dat nergens op slaat voor gewone mensen. RATTEN halen er bij een dispuut de **AUTORITEITEN** bij. Of dat nu de **RECHTER** is die jou al veroordeeld heeft, omdat je de **AFWASMACHINE** NIET hebt **UITGERUIMD**. Of dat hij roept: Ik bel 112, omdat je hem '**BEDREIGT**' als je het NIET MET HEM EENS bent of hem **CONFRONTEERT** met zijn **RATTENGEDRAG**.

Dit klinkt **BIZAR**, toch hebben meerdere mensen dit meegemaakt, anders zou je het niet **GELOVEN**.

De RAT **VERANDERT** het VERLEDEN. Hij kan **JOU** dingen zeggen of aan je toeschrijven die niet bij je lijken te horen (wel bij hemzelf). Daarom praat je vaak langs elkaar heen met een RAT.

Dit komt omdat de rat voortdurend de **REALITEIT** **PERVERTEERT**, woorden een **ANDERE BETEKENIS** geeft, zichzelf een **FANTASTISCH** LEVEN **VOORLIEGT**.



Als de RAT wat **OUDER** wordt kan hij geen **TOUW** meer aan **VASTKNOPEN** aan zijn eigen **LEVEN** en **ZICHZELF**.

De RAT is zijn eigen **LEUGEN** geworden.

De oudere RAT zal zich steeds vaker **VASTDRAAIEN** en mensen lopen weg.

Ze geloven geen barst meer van hem.

zijn **REPUTATIE** gaat hem inhalen, hij praat zich er niet meer uit. Dikke kans dat hij een **SCHIZORAT** wordt, in eenzaamheid want iedereen keert zich van hem af.

Of hij verzinkt in **ZELFMEDELIJDEN** en begint aan **ZICHZELF** te **KNAGEN**.

Hij wordt **DESTRUCTIEF** naar zichzelf en wordt z'n eigen voer bij gebrek aan beter.

Dit masochistische gedrag kan hem nog even wat broodnodige **AANDACHT** brengen, maar mensen doorzien hem. Elke RAT **STERFT** in **EENZAAMHEID**, zichzelf troostend met de **LEUGENS** over z'n **TROFEËN** uit het **VERLEDEN**.

"OVER RATGEVALLEN"

Alle ratten zijn gevallen van gestopte ontwikkeling. Ze zijn blijven steken rond hun 4e t/m 12e levensjaar waarin ze leren wat goed en fout is, empathie en inlevingsvermogen krijgen, de wensen en gevoelens van anderen leren respecteren, waarin ze leren geduld te hebben eer ze hun behoeften kunnen bevredigen, aan zelfontwikkeling en -verwezenlijking doen etc. Dit alles is niet aanwezig bij de rat. Ze gedragen zich als kinderen, de prinsjes en prinsesjes of het verwaarloosde kind dat alleen maar met schreeuwen en brallen dacht te 'bestaan'. De rat is zich heel wel bewust van wat goed en fout is maar staat er ver boven. Hij ontleent zijn überrattigheid aan zijn geboorterecht en vindt dat hij alles kan flikken. De rat is God, althans zo ziet hij zichzelf. Net als een kind fantaseert hij van grandioze veroveringen en prestaties, bijbehorende bewijsvoering wordt ook uit de duim gezogen want hij houdt het niet bij fantaseren, hij bazuint het ook rond. De rat eigent zich de prestaties van anderen toe, legt er desnoods nog een schepje bovenop. Als een rat z'n zin niet krijgt zie je een volwassene zich als een stampvoetend kind gedragen. Dat is beangstigend, maar wel de realiteit.



"OVER RATGEVALLEN"

In RATGEVALLEN wordt de rat ontleed tot op het bot. De hele gereedschapskist van de rat wordt opengetrokken en omgekeerd. Inclusief zijn motivaties, hoe wij reageren, hoe we rattengedrag kunnen herkennen, de rat ontmaskeren en confronteren met de gruwelijk destructieve werkelijkheid die de rat in ons leven brengt. Hij weet nergens van en zal tot z'n dood de vermoorde onschuld spelen of het wijzende vingertje omdraaien en ons tot schuldige maken. Dit mede dankzij 'goede' en 'aardige' mensen die langzaam of niet oordelen. Dit is iets wat we dagelijks zien en ervaren....

RATGEVALLEN is geen psychologie- of zelfhulpboek. Het zijn verhalen, meningen en gedachten en af en toe een tikkeltje moralistisch. Het is geschreven op basis van ervaringen van mensen die met ratten te maken hebben (gehad). Een rat in de familie, die konkelt en roddelt en de hele boel uitelkaar kan laten vallen en alles verzieken of in twee kampen verdelen. Een rat als collega, die je middels zijn sluiprattactieken van de afdeling treitert, een rat als baas die je schofterig behandelt door minachtende blikken en houding, hij haalt je het bloed onder de nagels vandaan! Of een rattige leraar, een rat als je hulpverlener, ze kunnen overal zijn. Sla de krant open of kijk naar de televisie, het rattengedrag vliegt je om de oren! Als je weet hoe ratten te werk gaan zul je ze ook meer en meer herkennen. Dit betreffende rattengedrag dus, want een rat ziet er niet anders uit dan ieder ander. De rattigheid viert hoogtij en het dagelijks leven en



"OVER RATGEVALLEN"

de media zijn ervan doordrenkt. Genoeg voorbeelden daarvan in het boek.

In RATGEVALLEN lees je hoe ratten je kunnen manipuleren en hoe jij het de rat moeilijker kan maken om jou en anderen pijn te doen. Door de rat op tijd te herkennen kun je actie ondernemen en trap je niet meer in de leugens. RATGEVALLEN is een verzameling documentatie van diegenen die alles uit de kast moesten halen om zich staande te houden. Ook onderzoekers hebben zich bezig gehouden met ratten, zij het in Amerika. Kennis is macht. Kennis over de rat en zijn tactieken maakt dat de rat minder schade kan aanrichten omdat je zijn trucs doorziet. RATGEVALLEN is een must voor iedereen, want als iedereen de rat herkent, dan krijgt het beest een naam en kan hij onschadelijk gemaakt worden door hem uit de periferie te verwijderen... of jezelf uit de voeten te maken. RATGEVALLEN is zeer pittige kost. Je word er niet vrolijk van maar het is luchtig geschreven.

Waarvan ze bij jou gebruik maken om je voor hun karretje te spannen? Dat staat in RATGEVALLEN, geïllustreerd met sappige tekeningen.

De 'grote' Ratgevallen voor op tafel of het bureau kan bij Ratgevallen.nl besteld worden.

Maar pas op, je weet nooit wie er bij je zit....



"OVER RATGEVALLEN"

RATGEVALLEN is 370 pagina's, pocketboekformaat, en kost na 1 oktober € 25,- exclusief verzenden.

Het is te bestellen door het bestelformulier als losse pdf te downloaden. Zie menu op de website, dit in te vullen en als bijlage naar mij toe te mailen: info@ratgevalen.nl. Dan dan weet ik zeker dat ik uw naam en het verzendadres heb en stuur ik u de betalingsmogelijkheden toe (bank en paypal). Dit om te voorkomen dat ik wel betalingen krijg maar geen verzendadres erbij.

RATGEVALLEN verschijnt zaterdag 1 oktober 2011 en het is mogelijk vooraf in te schrijven en te betalen, dan kost het boek € 22,50 inclusief verzendkosten en het wordt u toegestuurd zodra de boeken van de drukker binnen zijn. Dit wordt op de website natuurlijk vermeld.

Sigrid van Dort

