

# Getting Past Your Breakup

Discusses and offers suggestions on coping with the legal and emotional effects of divorce.

The goal here is not just about getting over someone, it's about how to always feel complete within yourself. You will learn techniques to get past your breakup but you will also learn to love yourself to the point that no one can ever break you again. So that no one will ever again control your mood or allow you to give up or feel worthless. If you can understand why you do the things you do, why you chose the people you choose. If you could learn to turn your scars into wisdom, heal and accept who you are, you will change your story. No one will ever be able to interfere with your happiness ever again. It is a must that you become the best version of yourself and you will. In the end, you'll eventually meet your one true love, Yourself!

Breakups are an unfortunate but inevitable part of every woman's life, and there's no denying that the heartache experienced after the ending of a serious relationship can be excruciating. But it doesn't have to feel insurmountable, and there is always hope to be found. In this Breakup Book For Women, you will discover: - Get out of your head. - Settle back into your female essence and body. - Find the welcoming place inside of you that is still full of faith and hope. - Renew yourself and your life even after a loss. - Put yourself back on the pedestal where you belong. This book proves that it is possible

## Get Free Getting Past Your Breakup

to not only survive a breakup, but to emerge from one as an even stronger, empowered woman.

The GPYP workbook teaches you how to:\* Use your powers of observation, preparation and cultivation;\* Raise your self-esteem and self-respect;\* Set personal boundaries and change your interaction with others;\* Rebalance overdeveloped defense mechanisms;\* Set goals and visualize your success at achieving them;\* Succeed at No Contact;\* Heal your unresolved grief;The GPYP workbook will help you create an individualized program to OVERCOME THE PAST, ENRICH THE PRESENT and ACHIEVE A HAPPY, HEALTHY FUTURE!

Wild is het verhaal van een jonge vrouw die op het dieptepunt van haar leven een 1700 kilometer lange solo-hike maakt. Een krachtig memoir dat recht uit het hart komt! De nummer 1-bestseller uit Amerika Een krachtig memoir dat recht uit het hart komt: het verhaal van een jonge vrouw die op het dieptepunt van haar leven een 1700 kilometer lange solo-hike maakt. De tocht is slopend, zowel emotioneel als fysiek, maar maakt haar uiteindelijk sterker dan ooit. `Spectaculair en aangrijpend een adembenemend verhaal. The New York Times `Geweldig, oprecht en meeslepend. Marie Claire `Ik hou van dit boek. Ik wil het van de daken schreeuwen en over het web roepen. Ik hou zoveel van dit boek dat ik niets liever wil dan er zo veel mogelijk over praten. Oprah Winfrey over haar keuze voor Wild in Oprahs Book Club 2.0 Op haar zesentwintigste bevindt Cheryl Strayed zich in een diep dal: haar moeder is overleden en ze ligt in

## Get Free Getting Past Your Breakup

scheiding. Ze neemt haar meest impulsieve beslissing ooit en begint aan een voettocht van 1700 kilometer langs de Pacific Crest Trail in het westen van Amerika. Helemaal alleen, zonder ervaring en met een veel te zware rugzak. Drie maanden lang doorstaat ze intense hitte en meters sneeuw, wordt ze geconfronteerd met beren en ratelslangen, en ervaart ze de schoonheid, maar ook de verschrikkelijke eenzaamheid van de tocht. Met spanning, warmte en humor en in een meeslepende en sprankelende stijl vertelt Cheryl Strayed haar verhaal. Wild is het levendige verslag van de intense angst maar ook het enorme plezier die ze beleefde tijdens de reis die haar leven voorgoed zou veranderen.

Fun Gratitude Journal For Heartbroken Ladies! Let go of your stress by just writing and drawing using the 25 individual innovative shitty activities! Use these 25 activities to "take revenge" on your heartless ex-boyfriend! 25 Individual Activities Such As: Shittiness Aura - Draw out the Shittiness Aura Of Your Ex-Boyfriend! Ex-Boyfriend Voodoo Dolls - Pin Your Ex Boyfriend Voodoo Dolls & Plan A List Of Spells To Curse Him Planning Shit Vision Board - Plan out your revenge on your ex boyfriend on a specially designed shit vision board for making your mood so bad! Shit Mind Map - Make your plan concrete! Let go of your stress by planning out your attack on your ex-boyfriend on a specially designed mind map! Ex Boyfriend Family Circles - Assholes does not come alone! They come in a family! Put them all on your Asshole Family Circles to curse them all the time! Shit Ex Boyfriend's Face - Draw out ugly shapes on

## Get Free Getting Past Your Breakup

the ex's face to let go of your hatred! Many Many Others! Altogether 25 of Them! This journal is designed as a funny gift to help a heartbroken lady find a way to relieve of their sadness by just taking part in "pen and pencil" exercises. This is an easy way to "take revenge" on their cheating ex-boyfriend without anybody getting hurt.

It's not a novel, but it's not a book like any other. In this book you will find exercises to do daily and a reflection on the meaning of life. These are the things that helped me get out of a difficult love break-up. I have regained a taste for life and today I give you the keys that will allow you to succeed too. Paperback 6 x 9 inches / 98 pages Made in the USA Angela RUOL EDITIONS / 2020 All Rights Reserved

Your girlfriend who you loved with all your heart has just broken up with you, leaving you devastated. You have difficulty accepting that the relationship is truly over. You feel depressed and lonely, and nothing you do seems to raise your spirits. There are days when you miss her badly and desperately want her back - you plot a strategy, but you never act on it. On other days you want to get over her and leave the relationship behind you, but for some reason you are unable to. You can get past these feelings. You can get over your break-up and get on with your life. The Breakup Survival Guide for Men is here to help. It offers innovative ways in which to direct your time and energy while rebuilding your confidence, allowing you to pull yourself out of your negative state of mind. It will help you learn lessons from your break-up, and find constructive ways to cope with your feelings of sadness and grief. And you will finally be able to achieve

## Get Free Getting Past Your Breakup

closure. You will learn how to: - Accept the end of the relationship. - Keep yourself from contacting your ex. - Avoid stress during the healing process. - Grieve properly and immediately after the break-up so that you don't get stuck in an endless cycle of grieving. - Analyze and review what happened during your relationship so that you can achieve closure on your own. - Live in the present and look towards the future instead of obsessing about the past. - Avoid denigrating yourself and gain back your confidence. Everyone heals at a different pace. But with the help and advice offered in *The Breakup Survival Guide for Men*, getting over your break-up will be less traumatic, and you will get to a healthy place emotionally quicker than you ever thought possible. You're ready for a new romance, but how can you avoid repeating past mistakes? The author of *Getting Past Your Breakup* offers an essential guide to building a healthy relationship. Plenty of dating books offer advice on how to flirt or catch someone's eye, but they won't help you make better decisions during the selection process so you can find real love. Based on years of research and work with her own clients, Susan Elliott offers a proven plan that will help you to: Examine past relationships for unfinished business and negative patterns Identify warning signs and red flags Keep your standards and boundaries high, even when you're head over heels Work through rejection, rebounding, and other bumps in the road Decide when to take a relationship to the next level and when to say goodbye With practical rules, strategies, and self-assessments -- including tips for dating as a parent and dating online -- *Getting Back*

## Get Free Getting Past Your Breakup

Out There will help you transition from your split to a happy, healthy new relationship. Willowdean Dickson heeft een maatje meer en vindt dat geen probleem, terwijl iedereen om haar heen geobsedeerd is door de aankomende missverkiezing. Pas als Will een relatie krijgt met haar oogverblindend knappe collega Bo, begint ze te twifelen over haar figuur. Om haar zelfvertrouwen terug te krijgen, besluit Will het meest afschuwelijke te doen dat ze zich kan voorstellen: ze geeft zichzelf op voor de Clover City's Missverkiezing. Gaandeweg laat Will niet alleen Clover City versteld staan, maar vooral zichzelf.

Van populair weblog naar New York Times-bestseller is dit hét boek voor zelfhulphaters! Stop met altijd maar positief zijn, en leer in plaats daarvan om te gaan met je tekortkomingen en de tegenslagen in het leven. Zodra je niet meer wegrent voor je angsten, fouten en onzekerheden maar de pijnlijke waarheid onder ogen durft te zien, vind je de moed en het zelfvertrouwen waar je in deze tijd zo'n behoefte aan hebt. Mark Manson geeft je de tools om te kiezen waar jij om geeft, en dus ook waar je niet om geeft. Dat idee omarmen werkt bevrijdend. Humoristisch en vol goede grappen, maar bovenal ondersteund door wetenschappelijk onderzoek.

Watching the person who stomped on your heart walk out the door is never easy. Your stomach may be tied up in knots and you don't know what being single feels like. In this book, the author will give you some ideas on how to begin the healing process. With self-reflection and other techniques, you may begin to feel the burden of that broken

## Get Free Getting Past Your Breakup

heart fade away. The author reminds you that with all wounds, it takes time. The author will offer words of encouragement and support because you are not alone. Please dear reader, don't feel like your world came crashing down around you. Your relationship may have ended, but your life is just beginning.

Wanneer de jonge Nic zichzelf verliest in een drugsverslaving, gaat zijn vader, journalist David Sheff, wanhopig op zoek naar een manier om zijn zoon te redden. Hij probeert de situatie te bevatten door meer inzicht te krijgen in de ziekte. Maar terwijl zijn kind steeds dieper wegzakt in de verwoestende cirkel van drugs, afkicken en hervallen, komt het gezin hard onder druk te staan. Nic blijft wegvluchten voor de familie die hem weigert los te laten, tot hij uiteindelijk op de grenzen van hun liefde botst...

Hoe geneest een vrouw van haar obsessie voor een man? Door de verhouding die eraan ten grondslag lag te ontrafelen en er zo orde in aan te brengen. Vol frisse moed begint de naamloze vertelster van 'Het eind van het verhaal' aan haar reconstructie. Maar gaandeweg realiseert ze zich dat de begeerde orde een illusie is. Want hoe betrouwbaar zijn onze herinneringen? En wat weten we eigenlijk over onszelf? Met mededogen, humor en schijnbare openhartigheid probeert ze te bepalen welke uit haar verleden opgediepte verhalen echt zijn, en welke verzonnen. Alles wat de korte verhalen van Lydia Davis zo briljant maakt haar scherpste, haar observatievermogen, haar laconieke stijl schittert ook in haar enige roman.

## Get Free Getting Past Your Breakup

Bestsellerauteur Glennon Doyle vertelt het verhaal van ontrouw in haar huwelijk en vooral haar gevecht om trouw aan zichzelf te blijven. Met haar werk inspireert zij talloze vrouwen, onder wie Adele. Het leven van Glennon Doyle is zoals het zou moeten zijn. Ze is gelukkig getrouwd, heeft drie prachtige kinderen, en er staat een New York Times-bestseller op haar naam. Maar dan bekent haar echtgenoot haar ontrouw te zijn geweest. Carry on, heb lief is het verhaal van een huwelijk, maar meer nog van Glennons persoonlijke gevecht om boven alles trouw te blijven aan zichzelf. Carry on, heb lief is, in de woorden van Elizabeth Gilbert zelf, 'het langverwachte antwoord op Eat, Pray, Love.' Oprah Winfrey selecteerde het voor Oprahs Book Club 2.0.

'Verbluffend dapper, eerlijk, ontroerend en mooi' - Elizabeth Gilbert

The Sunday Times-bestseller In Engeland al honderdduizenden keren gekocht en gelezen - nu in Nederland! Liefde, Dolly Alderton raakt er niet over uitgepraat. Wie wel, trouwens? Dolly weet alle liefdesperikelen waarin een vrouw verzeild kan raken op een aanstekelijke, komische en indringende manier te verwoorden. De lezer volgt haar van de middelbare school en de universiteit naar het werkende leven. Deelt in haar liefdevolle vriendschappen, haar worsteling met zichzelf, haar bijrol als vijfde wiel aan de relatiewagen, haar rampzalige onenightstands en in de nieuwe inzichten die dit alles haar elk jaar opleveren. Tegelijkertijd laat het boek zien dat het verkennen van al die vormen van liefde ook hartverscheurend en vol tegenstrijdigheden kan zijn. In haar succesvolle debuut combineert Dolly Alderton persoonlijke verhalen, satirische



## Get Free Getting Past Your Breakup

observaties, lijstjes en recepten tot een wervelend geheel dat voor veel vrouwen herkenbaar zal zijn. Het weet de toon van elke nieuwe levensfase op een weergaloze manier te vangen, met een nostalgische knipoog naar de jaren negentig. Voor fans van Bridget Jones en Ik ben Eleanor Oliphant. Dolly Alderton (1988) is een Britse journaliste die diverse prijzen won voor haar publicaties in onder meer The Sunday Times, The Telegraph, Marie Claire en Red. Van 2015 tot 2017 schreef ze columns over daten in The Sunday Times Style. Alles wat ik weet over de liefde is haar debuut. 'Een gevoelig en grappig relaas over opgroeien als millennial. Alderton concentreert zich op het intieme en het persoonlijke en verweeft dat met scherpzinnige observaties over de hedendaagse vrouw.' THE OBSERVER 'Een briljant debuut.' THE DAILY TELEGRAPH 'Net wanneer je denkt dat het boek een bepaalde (fantastische) wending neemt, voert het je een kant op die nog veel grilliger, complexer en ontroerender is. Een genot. Kortom, een geheide klassieker.' SOPHIE DAHL

Hoop en licht na rouw en verlies. Bestsellerauteur Louise Hay en rouwexpert David Kessler bundelen hun kennis en kunde op het gebied van het helen van verdriet. Je kunt je hart helen beschrijft de emoties die zich voordoen als een relatie stukloopt, een huwelijk eindigt in een scheiding, een geliefde overlijdt, je wordt ontslagen of je je huisdier verliest. Je leert je gevoelens te doorleven en met compassie terug te kijken naar de mooie momenten. Dit boek geeft je daarmee de moed om ook andere nare situaties in de toekomst het hoofd te

## Get Free Getting Past Your Breakup

kunnen bieden. Door de unieke combinatie van David Kessler's ervaring in het omgaan met verdriet en de affirmaties van Louise Hay helpt dit boek je niet alleen om te gaan met verlies of rouw, maar zorgt het ervoor dat je echt je hart kunt helen. Louise Hay is sinds haar eerste boek *Je kunt je leven helen* bestsellerauteur en heeft wereldwijd meer dan 50 miljoen boeken verkocht. Ze is een veelgevraagd spreker en metafysisch leermeester. David Kessler is een zeer invloedrijke deskundige en spreker op het gebied van rouwverwerking. Hij heeft hierover meerdere boeken geschreven. Kessler heeft onder anderen Elizabeth Taylor, Jamie Lee Curtis en Marianne Williamson bijgestaan in het verwerken van hun verlies.

A proven plan for overcoming the painful end of any romantic relationship, including divorce, with practical strategies for healing, getting your confidence back, and finding true love It's over--and it really hurts. But as unbelievable as it may seem when you are in the throes of heartache, you can move past your breakup. Forget about trying to win your ex back. Forget about losing yourself and trying to make this person love you. Starting today, this breakup is the best time to change your life for the better, inside and out. Through her workshops and popular blog, Susan Elliott has helped thousands of people transform their love lives. Now in *Getting Past Your Breakup*, she'll help you put your energy

## Get Free Getting Past Your Breakup

back where it belongs--on you. Her plan includes: The rules of disengagement: how and why to go "no contact" with your ex How to work through grief, move past fear, and take back your life The secret to breaking the pattern of failed relationships What to do when you can't stop thinking about your ex, texting, calling, checking social networking sites, or driving by the house

Geestig, intelligent, empatisch en onvoorwaardelijk eerlijk Het leven kan hard zijn: je wordt bedrogen door je geliefde, je verliest een vriend of familielid of je zit diep in de schulden. Maar het kan ook fantastisch zijn: je vindt de liefde van je leven, hebt de kracht om van baan te switchen of raapt eindelijk de moed bij elkaar om je eerste roman te schrijven. Tienduizenden mensen met grote en kleine problemen vroegen bestsellerauteur Cheryl Strayed om raad. En ze werden geholpen. Haar adviezen zijn humoristisch, empathisch, wijs en onvoorwaardelijk eerlijk.

On Divorce, the Break Up, and a Broken Heart Originally published in 1987, and continuously in print since then, Coming Apart has been an important resource for hundreds of thousands of readers experiencing painful breakups. Whether going through a divorce, separation, or break up, bestselling author, Daphne Rose Kingma, offers the tools and validation needed to move forward. Bad breakups and stressful situations. Love is great; a broken heart, not so much.

## Get Free Getting Past Your Breakup

Usually accompanied by insomnia, loss of appetite, and depression, the end of a relationship is a hard time for anyone. Getting over a break up requires grit and understanding. This breakup first aid kit helps you get through heartbreak without falling apart and with your self-esteem intact. Uncoupling and understanding. While only time can heal wounds, understanding what transpired in each of our relationships is what allows us to finally let go and move on. With a refreshing perspective on relationships, Coming Apart helps us understand that all relationships come with lessons to be learned. So, rather than obsess over your ex, explore the critical facets of relationship breakdowns: • Why we choose who we choose • What relationships are really about • The life span of love • How to get through the end • A personal workbook to process and move forward With a foreword by the author of Conscious Uncoupling, Katherine Woodward Thomas, this new edition is sure to impress fans of, How to Survive the Loss of a Love, Getting Past Your Breakup, The Breakup Bible, Uncoupling, and other divorce books for women.

In Good Vibes, Good Life beschrijft Vex King hoe je de kracht van positiviteit kunt benutten. Laat je inspireren tot een mooier en zinvoller leven. In Good Vibes, Good Life beschrijft Vex King hoe je de kracht van positiviteit kunt benutten. Hoe kun je echt van jezelf houden? Kun je negatieve emoties omzetten in positieve?

## Get Free Getting Past Your Breakup

Is het mogelijk om blijvend gelukkig te worden? Wat is je doel in het leven en hoe vind je dat? Vex King, die veel tegenspoed in zijn eigen leven overwon, inspireert met zijn antwoorden een volgende generatie spirituele zoekers. Hij helpt de lezer een leven te creëren om van te houden. Dit alles op een manier die eenvoudig te volgen, nuchter en herkenbaar is.

‘Normale mensen’ van Sally Rooney is de opvolger van haar veelgeprezen debuutroman ‘Gesprekken met vrienden’. In ‘Normale mensen’ vertelt Sally Rooney de liefdesgeschiedenis van Marianne en Connell. Beiden groeien op in hetzelfde stadje in landelijk Ierland, waar hun verschillende werelden nauwelijks overlappen. Ze ontmoeten elkaar alleen wanneer de moeder van Connell het huis van Marianne schoonmaakt. Als ze beiden naar het prestigieuze Trinity College in Dublin gaan, blijkt op die universiteit dat zich door de jaren heen een diepe band heeft gevormd. ‘Normale mensen’ van Sally Rooney is een verhaal over de diepgaande invloed die geliefden op elkaars leven hebben, en het groeiende besef daarvan naarmate de jaren verstrijken. Een intense roman die je je eigen liefdes laat herbeleven. ‘De stem van de nieuwe generatie.’ The Guardian Tip DWDD Boekenpanel! Sally Rooney (1991) debuteerde in 2017 met ‘Gesprekken met vrienden’. De BBC heeft de rechten voor een televisieserie van ‘Normale mensen’ gekocht, waarvoor Rooney zelf het script schrijft.

## Get Free Getting Past Your Breakup

Levenslessen in de vorm van gesprekken tussen de auteur en zijn vroegere leermeester, een hoogleraar sociologie, rond ouderdom, contact tussen generaties, spiritualiteit en levenskunst.

Van de ene op de andere dag wordt de achtendertigjarige Olga door haar man verlaten voor een jongere vrouw. Met haar twee kleine kinderen blijft ze achter in het appartement waar ze zich jarenlang gelukkig waande. Als ze de deur van dat appartement niet meer van het slot krijgt, stort ze volledig in. Het dwingt haar tot een pijnlijk zelfonderzoek. Tot haar ontzetting begint ze in te zien dat ook zij, een moderne zelfstandige vrouw, haar identiteit grotendeels heeft ontleend aan haar man. Wanhopig zoekt ze naar een manier om haar leven weer op te pakken. Scherp en genadeloos beschrijft Elena Ferrante Olga's gevoelens: het ongeloof, de wanhoop, het vluchtgedrag, de eenzaamheid, het besef van haar afgeslotenheid. Maar ook de kracht waarmee ze zich voorzichtig herneemt. Verlieft op een ander. Wat betekent dat? Misschien voel je je eenzaam in je relatie of ben je verveeld. Misschien heb je het gevoel dat er iets aan je leven ontbreekt. Mira Kirshenbaum identificeert 17 verschillende soorten verhoudingen en probeert zo te achterhalen waarom mensen vreemdgaan. Is het een 'we zien wel-affaire', een 'afleidingsaffaire' of een 'seksuele paniek-affaire'? Als je dat weet is het antwoord op de vraag 'wat te doen' ineens niet zo moeilijk meer: weggaan bij je partner, stoppen met je

## Get Free Getting Past Your Breakup

affaire, of beide. In *Verliefd op een ander* wijst Mira Kirshenbaum je de weg naar een evenwichtige en gelukkige relatie met een geliefde die bij je past.

Het vijfstappenplan voor conscious uncoupling is bedacht om stellen die uit elkaar gaan over het moeilijke pad van een scheiding te helpen, door ze hun relatie bewust af te laten sluiten. Lees hier meer! Lang en gelukkig uit elkaar Toen Gwyneth Paltrow in 2014 scheidde van Chris Martin, gebruikte ze de term conscious uncoupling voor het harmonieuze en wederzijdse besluit om uit elkaar te gaan. Populair geworden door relatie-expert Katherine Woodward is deze term synoniem geworden voor een scheiding waarbij beide partners accepteren dat ze een rol hebben gespeeld bij het uit elkaar gaan en - nog belangrijker - het samen werken aan een functionele en gezonde manier om in de toekomst met elkaar om te gaan, wat met name praktisch is in het geval van co-ouderschap. Het vijfstappenplan voor conscious uncoupling is bedacht om stellen die uit elkaar gaan over het moeilijke pad van een scheiding te helpen, door ze hun relatie bewust af te laten sluiten op een manier die een optimistische toekomst mogelijk maakt. Lang en gelukkig uit elkaar laat zien dat scheiden ook een goede ervaring kan zijn.

Vrienden voor het leven is het verhaal van drie vriendinnen die op weg naar volwassenheid verwickeld raken in een zonderlinge driehoeksverhouding. Benny en Eve, twee hartsvriendinnen uit het Ierse dorpje Knockglen, gaan in Dublin studeren en sluiten daar al snel vriendschap met de aantrekkelijke en ambitieuze Nan. Het

## Get Free Getting Past Your Breakup

opwindende studentenleven brengt hun echter niet alleen geluk maar ook verdriet. Ze is jong, dapper en heeft onbezonnen, hoopvolle toekomstplannen. Ze trouwt, krijgt een kind en is gelukkig. Maar dan, langzaam en stilletjes, verandert er iets. Hoewel ze had gehoopt dat de liefde voor twee mensen haar compleet zou maken, voelt ze zich niet zo. Er zit nog zo veel scheef in haar hart. Ze becommentarieert haar leven, terwijl het uit haar vingers dreigt te glijpen.

Dexter: het dodelijke personage waarop de gelijknamige tv-serie is geïnspireerd. Wanneer Dexter thuiskomt van zijn huwelijksreis, lijkt hij zo goed als menselijk. Het huwelijksleven doet hem goed en zijn moorddadige hobby lijkt onder controle. Maar oude liefde roest niet: als er in Miami een seriemoordenaar opduikt, is Dexters buitengewone gevoel voor rechtvaardigheid terug van weg geweest. Overdag werkt Dexter bij de forensische recherche, s avonds geeft hij toe aan zijn onverzadigbare honger om mensen te doden. Als een Robin Hood onder de seriemoordenaars vermoordt hij alleen die mensen die wat hem betreft de dood verdienen.

Fixie Farr heeft altijd volgens haar vaders motto geleefd: family first. Wanneer ze in een koffiezaakje voorkomt dat er iets gebeurt met de laptop van een knappe vreemdeling, schrijft laptopeigenaar Sebastian als bedankje een IOU op een servetje. Als Sebastian vervolgens een baan regelt voor Fixie's jeugdliefde Ryan, zijn de rollen weer omgedraaid en een nieuwe serie IOU's volgt, van kleine gunsten tot levensveranderende momenten. Al snel moet ze kiezen tussen haar familie en het



## Get Free Getting Past Your Breakup

leven dat ze eigenlijk wil. Durft ze eindelijk voor zichzelf te kiezen?

Susan J. Elliott's guide book for dealing with divorce and loss. Vietnamese translation by Uong Xuan Vy et al.

In 'Geluk zonder voorwaarden' helpt Michael Singer je jezelf te bevrijden van negatieve gedachten en om werkelijk vrij te zijn. De internationale bestseller 'Geluk zonder voorwaarden' van Michael Singer is nu verkrijgbaar als midprice. Hoe kunnen we onszelf bevrijden van negatieve gedachten, herinneringen en ervaringen? Hoe kunnen we ons vrijmaken van de verhalen over onszelf die ons gevangen houden in patronen van angst en vermijdingsgedrag? Het antwoord is verbluffend eenvoudig, laat Michael Singer zien. Er is een ruimte in onszelf, vrij van frustratie en egoïsme, waar we onvoorwaardelijke vreugde en lichtheid ervaren. 'Ik kon het niet meer wegleggen, en moest er iedereen over vertellen.' – Oprah Winfrey in gesprek met Michael Singer New York. Louise zou er schrijfster worden, ze zou groots en meeslepend leven. Nu is ze barista-slashbijlesdocent, altijd blut, altijd moe. Dan ontmoet ze Lavinia. Mooie, rijke, excentrieke Lavinia, geboren in een wereld vol decadente operabezoeken, geheime boekwinkels en champagne-overgoten feestjes. Dat leven wil Louise ook. Louise wil niets liever. En ze zal alles – maar dan ook alles – doen om het te krijgen.

Toch samen verder Vertrouwen is voor veel mensen het belangrijkste in een relatie. Helaas is niemand perfect, dus onze vrienden of geliefden stellen ons, bewust of onbewust, heus weleens teleur. Soms kunnen we daaroverheen stappen, maar vaak

## Get Free Getting Past Your Breakup

ook voelen we ons gekwetst. Wat doe je met een relatie die aangetast is door wantrouwen? Een dergelijke relatie wordt vaak beheerst door de angst dat geschaad vertrouwen niet meer hersteld kan worden. En dus blijven de partners samen in de hoop dat het probleem vanzelf overgaat, óf ze gaan uit elkaar. Met spijt in het hart in dat laatste geval omdat hun achterdocht een verder goede relatie zozeer heeft weten te ondermijnen. Maar is er nu werkelijk niets meer aan te doen als het vertrouwen eenmaal geschonden is? Nee, zegt Mira Kirshenbaum, het is wel degelijk mogelijk je relatie te herstellen. In dit boek laat ze zien hoe.

Dit is de doos, Ed. Hier zit alles in. Twee flessendoppen, een bioscoopkaartje van Greta in the Wild, een briefje van jou, een lucifersdoosje, je gradenboog, Joans boek, de gejatte suiker, een speelgoedpick-up, die lelijke oorbellen, een kam van het motel, en de rest van de spullen. Dit is het, Ed. Dit is het hele verhaal waarom het is uitgegaan. Waarom het is uitgegaan is een prachtige roman voor iedereen die weleens een gebroken hart heeft gehad. Daniel Handler (beter bekend onder zijn pseudoniem Lemony Snicket) is op de middelbare school minstens drie keer gedumpt.

Breaking up is hard but it happens - and it hurts. Whether you are the 'dumper' or the 'dumpee', losing an intimate relationship can be devastating. This book shows you how to move on, follow some clear rules relating to your 'ex' and your old life, grow from the experience and be equipped for a new, healthier relationship. Written for both males and females of all ages, Getting Past Your Breakup is a proven road map for

## Get Free Getting Past Your Breakup

overcoming the painful end of any romantic relationship whether it be a 20 year marriage or a whirlwind romance lasting only a few weeks. Complete with inspiring stories from real people and strategies to jump-start the moving-on process, Getting Past Your Breakup is the most effective for getting permanently past a breakup, getting your confidence back, and opening yourself to true love.

From Heartbreak to Breakthrough: How to Get over a Breakup and Find a New Life Do you want to get over your past relationship? Do you want to heal from heartbreak, get past your grief and find a better life? Do you want to establish a better relationship and turn your heartbreak into a life breakthrough? If your answer is yes, you are in the right place. Healing from a breakup or divorce... Getting over a breakup can be hard especially when you sacrificed too much for the relationship to work but failed. The experience of having your loved one, the most significant person in a moment of your life breaking your heart is devastating. From Heartbreak to Breakthrough provides the step by step plan to achieve a peace of mind, occupy your mind with the right activities and attain happiness in your most hurting moment. Derek McCoy extracted these strategies of achieving peace and happiness from 15 years of research and experience with couples counseling. The strategies worked for early relationship breakups, marriage divorce and heartbreak in long-term relationship. Using the strategies in this book you will learn:

- How to stop thinking about your ex and break the spell of the need to keep in contact
- How to mend your broken heart and find real peace

## Get Free Getting Past Your Breakup

(overcome worry and loneliness) • The secrets of getting over your breakup and establishing a respectful personality to attract better future relationship • Bonus: How to turn your heartbreak into a life breakthrough The life you've been missing has long been hindered by your past relationship. From Heartbreak to Breakthrough teaches you the secrets of healing and make your breakup a reason for greatness. Want to take back your life? Get your copy of this book today! Tags: Marriage and Infidelity, getting over divorce, intimacy in marriage, getting over a breakup, get over your ex, how to move on from heartbreak, how to survive heartbreak, overcoming heartbreak, how to heal from heartbreak, how to cope with heartbreak, heartbreak depression

'De jongen, de mol, de vos en het paard' van Charlie Mackesy is een prachtig verhaal over vriendschap, liefde en jezelf zijn, poëtisch vertaald door Arthur Japin. 'Wat wil jij worden als je groot bent?' vroeg de mol. 'Lief,' zei de jongen. 'De jongen, de mol, de vos en het paard' van Charlie Mackesy is een moderne fabel voor jong en oud. De 100 illustraties en de poëtische teksten vertellen het verhaal van een bijzondere vriendschap, tussen de jongen en de drie dieren. De universele lessen die ze samen leren zijn stuk voor stuk levenswijsheden. De Nederlandse editie van 'The Boy, the Mole, the Fox and the Horse' is prachtig vertaald door Arthur Japin, waardoor de teksten nog dichterbij komen. Een moderne klassieker, die je kijk op het leven verandert.

Scheiden of blijven? Weinig vragen veroorzaken zoveel twijfel en slapeloze nachten als

## Get Free Getting Past Your Breakup

deze. Of je een langdurige relatie hebt of net iemand hebt gevonden, deze vraag is altijd actueel. Veel boeken proberen de breuk te lijmen. Het bijzondere van dit wijze en nuchtere boek is dat het duidelijk maakt waar je tussen kunt kiezen, en op welke gronden. Mira Kirshenbaum heeft als relatietherapeute twintig jaar lang mensen geholpen bij het zoeken naar de beste oplossing. Haar kennis en ervaring bracht ze bijeen in deze praktische gids. Ze stelt alle cruciale vragen over je relatie: \* Welke fouten kun je vergeven en welke niet? \* Zullen de dingen die je dwarszitten beter of slechter worden? \* Hoe goed is je seksleven en hoe belangrijk vind je dat? \* Wat krijg je als je weggaat; is dat beter of slechter? Vervolgens helpt ze je verder, door stap voor stap, en met veel voorbeelden uit de praktijk, antwoord op die vragen te geven. Het resultaat is altijd positief. Als je wilt blijven zul je al lezend ontdekken hoe waardevol je relatie is. Als je besluit te scheiden zal dit boek je laten inzien waarom je dat wilt. Ook dat is goed nieuws, want je weet nu waar je aan toe bent, en je geeft twee mensen hun vrijheid terug. 'Briljant.' - Shere Hite 'Als ik in die situatie terechtkom, wil ik dit boek als raadgever.' - Dr. Pepper Schwartz, auteur van American Couples en Love between Equals.

[Copyright: 928ff74b5a5a2799524623465d31ba27](https://www.amazon.com/dp/B000APR000)