



Il narciso

26 febbraio 2016



Specchio. *Umberto Folena, Avvenire, 18 febbraio 2016*

Davanti allo specchio osserviamo il nostro viso in cerca di qualcosa fuori posto e lo troviamo sempre; allora cerchiamo di sistemarlo e lo specchio asseconda docile le nostre buffe smorfie fino a quando ci vede soddisfatti. Davanti allo specchio cerchiamo di annodarci la cravatta e lo specchio, che meglio di chiunque sa come si fa, si impietosisce e se potesse ci darebbe volentieri una mano. Davanti allo specchio parliamo a quell'altro me stesso che osserviamo rovesciato; gli spieghiamo il perché e il percome, recitiamo il discorso che stiamo per fare a lei, a lui, al capo, all'assemblea e per fortuna lo specchio tace e non scoppia a ridere. Davanti allo specchio i narcisi si studiano, trovandosi infinitamente desiderabili e sorridendo compiaciuti a se stessi; lo specchio sopporta ma non vede l'ora che finisca e in questo caso sì, vorrebbe averla la parola, per dir loro quanto siano ridicoli. Davanti allo specchio, quando l'amarrezza trabocca, urliamo la nostra rabbia e la nostra impotenza, facendo tracimare il fiume della disperazione che lentamente si svuota, e il cuore si placa, e restiamo senza fiato ma vivi davanti a uno specchio anch'esso senza fiato. Sia elogiato lo specchio perché accoglie sempre tutti, miti e boriosi; e perché dice sempre la verità, sempre, anche quando lo preghiamo e scongiuriamo di mentire.

Il Narciso, visto dalle donne. *traduzione di Marylise Veillon, Unanuovaera.it*

I narcisisti più di chiunque altro sono collezionisti di donne, servono a loro per sentirsi amati e apprezzati. Non sanno avere una relazione esclusiva, un rapporto intimo con una sola donna alla volta, tendono costantemente alla fuga, si sentono costantemente insoddisfatti e cercano continuamente di meglio.

I narcisisti sono di solito intelligenti, simpatici, geniali, eloquenti, incantatori, desiderosi di conquistare tutti e molto sicuri di sé (solo di facciata, mentre nascondono in realtà una profonda insicurezza che trasmettono attraverso i loro atteggiamenti arroganti). Sono persone che attraggono e conquistano, ma dalle cui storie si esce spesso massacrate.

L'unica cosa da evitare è di pensare che si siano comportati così male solo con te, perché si comportano così con tutte. Non sei tu ad essere sbagliata, anzi!, è lui che ha dei problemi seri con se stesso e gli altri, è una persona che si deve curare, non tu!!! Ricordatelo sempre!!! (ci sono passata, ahimè!)

Uomini e donne possono essere ugualmente narcisisti, ma mentre le donne, per ragioni storico-culturali sono portate a smussare i loro tratti caratteriali perché culturalmente più bisognose e attente alle relazioni sentimentali, gli uomini invece, trovano nel lavoro, nella carriera e nel successo, la sicurezza e la soddisfazione persona-

le. Non sentono la necessità di smussare il loro carattere all'interno della relazione e vengono accettati maggiormente per quello che sono.

Ma come si riconosce un narcisista?

- *Innanzitutto bisogna diffidare delle apparenze, ossia dall'uomo "troppo": troppo brillante, simpatico, intelligente, spiritoso, galante..."troppo" perfetto per essere vero!*
- *Un narciso un giorno ti fa sentire una regina e un altro ti mortifica e critica aspramente oppure t'ignora completamente.*
- *Ti accusa apertamente di qualcosa, giocando il ruolo della vittima o di chi non ha alcuna responsabilità nella faccenda.*
- *Cammina per strada alcuni passi davanti a te.*
- *Osteggia qualsiasi tua decisione o iniziativa per il solo fatto che è partita da te e non da lui.*
- *Quando è in compagnia, vuole stare al centro dell'attenzione e ti relega al ruolo di semplice spettatrice.*
- *Nei piccoli gesti quotidiani, soddisfa le sue esigenze personali anziché quelle di entrambi.*

Non solo. Il narcisista (o narciso) mette in atto una serie di condizionamenti che paralizzano la partner, mettendola in uno stato di incertezza e tenendola in suo potere in maniera sadica.

Un narcisista è meglio averlo come amico che come partner!

Oggi viviamo purtroppo in una società in cui l'autonomia è considerata più importante della responsabilità morale. L'eroe sembra essere chi vive le relazioni senza impegno e senza preoccupazione per il benessere della partner.

Chi vive al suo fianco – parlo della partner – è spesso il capro espiatorio dei suoi stati d'animo. Se il narciso si sente troppo "legato" a lei o se la sente troppo forte, si vendica colpevolizzandola e attaccandola apertamente oppure richiudendosi nel silenzio e nella passività per ristabilire la sua supremazia di potere.

A volte sceglie una donna forte per poterla rendere debole, e quando lei diventa debole, non prova più alcun interesse nei suoi confronti.

Con i narcisisti difficilmente s'instaura una relazione in cui l'uno dipende dall'altro per lo sviluppo delle rispettive potenzialità. Il narciso è diffidente, rende la compagna insicura e la svaluta, fa di tutto per ingelosirla... È un rapporto davvero frustrante!

Il narcisista attrae donne dipendenti. Il fatto di essere un uomo "perfetto", dà loro l'illusione di poter instaurare un rapporto di condivisione totalizzante.

Pensare di poter cambiare un narcisista è come un gioco al massacro (il proprio, però!). Egli desidera soltanto che la sua partner si adatti a tutti i suoi desideri. Sempre sulla difensiva, nel timore di darle troppo potere, è insofferente e permaloso. Non

sopporta di essere criticato e reagisce in modo rabbioso anche per un appunto banale che lei gli fa.

Il narcisista è imprevedibile e ama stupire. Ha una grande capacità di cogliere i punti deboli degli altri e di farli notare.

La sua attività professionale, soprattutto se brillante e autonoma, costituisce l'aspetto predominante della sua vita perché gli dà la possibilità di dimostrare quanto vale.

Ha una forte tendenza a usare gli altri per ottenere ciò che vuole e quando non ottiene ammirazione, mette in atto giochi di potere per sentirsi più forte e lo fa o seducendo oppure denigrando e accusando chi non lo ammira o non la pensa come lui.

Vive in perenne competizione con gli altri, nel timore che qualcuno lo superi o sia migliore di lui.

Qui sotto trovate un altro test per verificare se l'uomo che avete accanto è un narciso da cui scappare. Se almeno 14 punti corrispondono, siamo in presenza di un manipolatore affettivo ovvero narcisista patologico

1. *Colpevolizza gli altri, nel nome del legame familiare, dell'amicizia, dell'amore, della coscienza professionale ecc.*
2. *Sa atteggiarsi da vittima affinché venga compatito (malattie esagerate, persone che gli stanno intorno difficili, sovrappiù di lavoro ecc.)*
3. *Può essere invidioso pur essendo un parente o un coniuge*
4. *Scarica la sua responsabilità sugli altri o si dimette dalle proprie responsabilità*
5. *Ignora le richieste (anche se dice di occuparsene)*
6. *Non sopporta le critiche e nega l'evidenza*
7. *Non comunica chiaramente le sue richieste, i suoi bisogni, i suoi sentimenti e le sue opinioni*
8. *Utilizza i principi morali degli altri per asservire ai suoi bisogni (nozione d'umanità, di carità, razzismo, buona o cattiva madre ecc.)*
9. *Non tiene conto dei diritti, dei bisogni e dei desideri degli altri*
10. *Risponde molto spesso in modo vago*
11. *Minaccia in modo mascherato o ricatta apertamente*
12. *Utilizza molto spesso l'ultimo momento per chiedere, ordinare o fare agire gli altri*
13. *Cambia le sue opinioni, i suoi comportamenti, i suoi sentimenti a secondo delle persone e delle situazioni*
14. *Cambia totalmente discorso durante una conversazione*
15. *Il suo discorso pare logico o coerente mentre le sue attitudini, le sue azioni o il suo modo di vivere rispondono allo schema opposto*
16. *Invoca motivi logici per mascherare le sue richieste*
17. *Evita o sfugge da un dialogo, o da una riunione*
18. *Adopera l'adulazione per piacerci, fa regali o diventa improvvisamente premuroso nei nostri confronti*

- 19. Fa credere agli altri che devono essere perfetti, che devono sapere tutto e rispondere immediatamente alle richieste e alle domande.*
- 20. Punta sull'ignoranza degli altri e fa credere di essere superiore*
- 21. Produce uno stato di malessere o un sentimento di mancanza di libertà (trappola)*
- 22. Mette in dubbio le qualità, la competenza, la personalità degli altri ; critica senza sembrare, svalorza e giudica*
- 23. Mente*
- 24. È perfettamente efficace per raggiungere i propri scopi ma al detrimento degli altri*
- 25. Trasmette i suoi messaggi per mezzo degli altri, o per suoi intermediari (telefono invece di faccia a faccia, lascia note scritte)*
- 26. Predica il falso per sapere il vero, deforma, interpreta*
- 27. Ci fa compiere delle cose che altrimenti non avremmo fatte di buon grado*
- 28. Semina la zizzania e crea sospetto, divide per meglio regnare e può provocare la rottura di una coppia*
- 29. È egocentrico*
- 30. È costantemente l'oggetto di discussioni tra gente che lo conosce anche se non è presente*