

WALTER RISO

Las mayores estupideces que  
hacemos por amor

*Cómo identificarlas y no caer en ellas*

## ***-Grupo 1-***

### ***Cuando la persona que amas se cree el centro del universo y tú giras a su alrededor***

Si estás con una persona narcisista, ella misma se encargará de autoexaltarse, no necesitará que tú la idealices ni la elevas hasta el cielo, ella ya estará instalada en el Olimpo. A Narciso no lo suben a un pedestal, él se sube. ¿Cómo relacionarse con alguien cuyo ego lo ocupa todo?: egocentrismo (ser el centro); egolatría (idolatrarse a sí mismo), y egoísmo (lo quiero todo para mí). Todo junto, como una aplanadora que te pasa por encima.

Si estás metido hasta el alma con alguien así, ya te habrás dado cuenta de que la reciprocidad es imposible. En el balance dador/receptor tú solo existes para el otro en la medida que le satisfagas y te entregues en bandeja. ¿Eres masoquista y quieres sufrir por amor?: consíguete una pareja narcisista.

#### **Una mujer escribió:**

*“Un día tuvimos un altercado porque no le preparé la cena. No sé debido a qué, ese día saqué fuerzas y le hice frente. Nunca lo había hecho antes. Mientras yo alegaba, él me miraba asombrado. No podía creer que me atreviera a enfrentarlo. Fue cuando me dijo: «¿No te das cuenta de la suerte que tienes de que sea tu esposo? ¿Ni siquiera agradeces que me haya fijado en ti?». No supe que responder. Dejó de hablarme un mes. De esto hace tres años... Todavía seguimos juntos...”*

La gente narcisista rompe el equilibrio que hace posible cualquier vínculo afectivo; se adueña de la relación y te coloca en la periferia, como un satélite. En su mente, esa actitud no es una apropiación indebida, sino el orden natural de las cosas: «Yo estoy por encima, soy más que tú». No es una caricatura, es real.

Si empiezas a percibir que tu vida gira alrededor del otro (la sensación será que cada vez existes menos) o que la persona que amas absorbe gran parte de tu energía vital (como si un vampiro emocional te clavara los colmillos), frena en seco y piensa. Reflexiona mucho, concéntrate, medita la cuestión, haz yoga, habla con alguien (profesional o amigo), pero no te dejes llevar por la inercia o la costumbre. Quizás estés atrapado en las redes narcisistas. Grábatelo: si el amor no es equitativo, es dañino. ¿Cómo entrar a un corazón que ya está totalmente colmado por un ego acaparador e inflacionario?

### **Un hombre escribió:**

*“Podría dar muchos ejemplos de su codicia y pedertería, pero con uno es suficiente. Cuando tenemos sexo me trata como si fuera un consolador. Me coloca en una posición y luego en otra y otra: «Hazme aquí, hazme allá». Además, me regaña si no logra el orgasmo. Ni un beso ni una caricia. Solo sabe recibir, no sabe dar. Cuando termina, se levanta y se va a hacer sus cosas, sin preguntarme nada. Vivo muerto del miedo de no poder seguirle el paso y satisfacerla...”*

Es absurdo tener miedo a no ser un buen esclavo sexual. Si estás con una pareja narcisista, no le importará tu bienestar, sino el suyo. Si te cruzas de brazos, la costumbre terminará por atraparte, estarás a la sombra de un amor exigente e ingrato que no se cansará de pedir una y otra vez, un amor insaciable.

## **El territorio del macho alfa y el harakiri amoroso**

### **Una mujer escribió:**

*“A él le gusta ser el centro. Es un pintor reconocido y está acostumbrado a que lo feliciten y aplaudan por sus obras en todas partes. La gente le dice «maestro». Un día, ya que los hijos estaban grandes, decidí entrar a bellas artes y empecé a pintar. Pensé que nos uniría. Todo iba bien hasta que nuestros amigos y algunos profesores empezaron a elogiar mis cuadros. Me di cuenta de que cuanto más avanzaba en mi pintura, más se alejaba él de mí... Y bueno, empecé a pintar mal a propósito para que no se molestara... Sé que suena a locura, pero se calmó y ya estamos bien.”*

«¿Ya estamos bien?» ¡Qué disparate mutilar tus capacidades para no herir el ego de tu pareja! ¿Cómo es posible que alguien compita con la persona que dice amar? ¿No disfrutar de sus éxitos? ¿No congratularse de sus alegrías? Si te entrometes en su territorio, todo es posible, con un narcisista. Cualquier aproximación que le quite protagonismo, ser visto como un ataque a su dominio «alfa», petulante y vanidoso.

No cabe duda: la solución de la mujer, es peor que la enfermedad. Mutilar su vocación y autosabotearse, para que el hombre no se sienta amenazado en su quehacer artístico y deje de castigarla emocionalmente, no es otra cosa que autodestruirse para no incomodarlo. Un sacrificio irracional. Ella buscaba encontrar un espacio común donde pudieran encontrarse, él lo interpretó como una intromisión indebida en su mundo, una forma de contienda amañada que solo existía en su imaginación egocéntrica y, probablemente, paranoide. Si sostener una relación te exige tanto, esa relación no vale la pena. Aléjate de ese centro de gravedad afectivo y pon a funcionar el motor interno que tienes apagado hace tiempo.

## ***Para tener en cuenta***

*Aplastar tu autorrealización por amor, convierte, automáticamente, ese amor en sospechoso. Una dosis de amor propio sería suficiente para que ella vuelva a sus cuadros, aunque el «maestro» se revuelque de la ira y le den ataques de pánico.*

*Si para que tu pareja esté bien debes existir menos y resignar tu vocación o tus talentos naturales, y lo permites, te estás acostando con el enemigo. La mejor solución es desacoplarse de la otra persona, independizar el propio bienestar y perder el miedo a «desautorizar» a la pareja por más genial que sea.*

*Lo que sugiero es honestidad cruda y dura. Sinceridad sin anestesia. Cuando puedas ser tú mismo, dejarás de girar alrededor de la persona que amas para caminar junto a ella.*