

Or, tout comme l'ego, l'estime de soi aussi se construit avec l'autre, non pas dans la supériorité, mais dans le respect de l'autre, pour que l'empathie remplace l'obligation, pour que l'intégrité remplace le déni, pour que se construise la confiance en soi.

Ainsi, le respect de l'autre commence par le respect du besoin de l'autre. Parfois, le respect d'une demande explicite avec un « J'ai besoin de... est-ce que tu peux... ? » d'autres fois, un besoin implicite qui s'observe. Dans les deux cas, par respect, ça percute, parce que l'autre reconnaît le besoin, parce que l'autre a de l'empathie, c'est-à-dire la capacité à comprendre la circonstance pour percuter et déclencher une action en faveur de l'autre, sans qu'il n'y soit obligé : parce qu'il a envie, par altruisme. Du temps, de l'aide, du matériel, de l'écoute, de la tolérance, de la considération... le tout, évidemment dans le cadre du respect mutuel, et surtout au respect des limites du possible et de la circonstance, car nul ne peut être tenu à l'impossible.

Mais Narcisse n'a pas développé l'empathie : il bouge pour l'autre non par envie, mais soit parce qu'il est obligé, soit parce qu'il a un intérêt d'ego. Au contraire, s'il voit l'autre dans le besoin, il y voit l'opportunité de développer une emprise, ou bien, il le voit comme méprisable, et il ricane, s'en moque. Il se sert ainsi du déni des besoins de l'autre pour se valoriser l'ego, alors effectivement, puisque c'est son « pourquoi », il obtient ce ressenti de supériorité en créant de la frustration chez l'autre. Puis vient quelqu'un d'autre dans le besoin, et encore, Narcisse le nie, et à nouveau il obtient une valorisation d'ego. Et ainsi, chaque opportunité de nier un besoin nourrit son ego, car à chaque fois, il ressent une émotion positive, et ainsi, au lieu de l'empathie, à chaque décision, il développe une addiction au mépris, une addiction à la valorisation de l'ego. Surtout, le corollaire de cette perspective de supériorité sur l'autre en demande fait qu'il considère demander comme une posture d'infériorité : le Roi ne demande rien, il a des attentes, il a des exigences, mais il ne s'abaisse pas. Or Narcisse n'est pas un roi, donc ses besoins deviennent des attentes et des exigences, puis deviennent des frustrations et des exaspérations, alors qu'il lui suffirait de demander : parfois la réponse est oui, parfois non, mais sa supériorité et son manque de confiance en soi l'empêchent de demander.

Les besoins ne s'entendent pas uniquement au sens matériel, tels que les besoins physiologiques. Maslow avait établi qu'au sommet de sa pyramide des besoins figurait le besoin d'auto-actualisation, et Narcisse obtient ainsi la plus grande valorisation d'ego en bloquant la réussite d'auto-actualisation de l'autre, mais aux niveaux inférieurs figuraient par exemple le besoin de sécurité émotionnelle, et là encore, Narcisse se renforce l'ego en le niant.

Développer l'harmonie avec les autres implique la confiance. Pour qu'il y ait du respect mutuel, il ne peut y avoir de supériorité avec des intentions cachées ou des vérités dissimulées. Mais Narcisse pense gagner plus en se valorisant l'ego au travers de la supériorité sur l'autre avec un « Moi je sais, lui sais pas, hahaha ! » plutôt que l'échange et la transparence avec l'autre. Il ne répond pas, il crée de la confusion, parce qu'il aime laisser l'autre dans l'expectative. Il se considère comme quelqu'un d'honnête avec les autres, mais l'honnêteté n'est pas une posture : c'est le résultat de choix passés. C'est au moment où l'on décide de faire ou de ne pas faire quelque chose qui plus tard nécessitera de mentir que se décide l'honnêteté. Donc lorsque Narcisse se retrouve à couvrir une transgression passée, il se dit « Oui... normalement j'suis honnête, mais là faut que je mente parce que j'ai pas le choix » alors qu'en réalité, le choix de moralité se jouait bien avant. Et comme le manque d'intégrité se ressent et que, *in fine*, la vérité finit quasiment toujours par sortir, pas de relations harmonieuses possibles sur le long terme.

Développer l'harmonie avec les autres implique aussi d'accepter de se voir être et agir selon la perspective et l'impact sur l'autre, et non tel qu'on pense ou voudrait paraître. Pour quelqu'un de motivé par la réussite relationnelle, une critique est donc une information qui permet de s'ajuster, de corriger, et d'avancer dans la construction de soi et de ses relations. En revanche, pour Narcisse, une critique est avant tout une blessure d'ego, car reconnaître un tort reviendrait à se voir comme fautif, donc comme inférieur : impossible. Au lieu d'entendre une critique comme la manifestation d'un besoin qui appelle à l'empathie pour le comprendre, il décide de rejeter la critique, de la retourner, ou de l'attaquer. L'autre ne peut pas dire « Ce que tu fais est immoral, c'est moche » sans que Narcisse ne perçoive une accusation, une tentative de le diminuer. Un combat et une réaction défensive s'enclenche alors aussitôt pour montrer que l'autre aussi est imparfait et faillible, donc pas légitime pour critiquer, et encore moins pour juger.

« Tu te prends pour qui pour me dire ça ? Tu t'es vu toi ? » L'autre se retrouve alors à devoir justifier son besoin plutôt qu'à être entendu et respecté dans sa critique, de sorte qu'à la circonstance suivante, l'autre se trouvera dissuadé d'exprimer une nouvelle critique : ainsi s'amorce l'emprise émotionnelle.

Ce faisant, par des décisions basées sur le manque d'intégrité et le manque d'empathie et motivées par l'ego, Narcisse prive ses relations du respect mutuel nécessaire à leur profondeur, et il se prive lui-même de ce qui lui permettrait de progresser vers la réussite de son auto-actualisation : le regard sincère de l'autre.

Cela dit, Narcisse est pour l'empathie, surtout lorsque l'autre percute et répond à ses attentes, car en plus d'en recevoir le bénéfice, il reçoit aussi une valorisation d'ego. Comme lui ne bouge que par intérêt ou par obligation, s'il se dit que l'autre n'a, a priori, pas d'intérêt à bouger, il se sent fort, spécial et supérieur de pouvoir obliger l'autre à répondre à ses besoins, sans penser que l'autre était en fait motivé par l'envie qui découlait de son empathie. Mais alors, inévitablement, une relation de respect mutuel implique que l'autre aussi exprimera tôt ou tard un besoin. Or, sans empathie, au lieu de ressentir l'envie de bouger pour l'autre, Narcisse rejette encore, parce qu'il en a pris l'habitude. Et si l'autre essaye de l'atteindre avec un appel à la réciprocité d'empathie, avec un « Mais pourtant, tu te rappelles, j't'avais aidé », Narcisse se sent coincé, piégé. Il pervertit l'empathie en se disant « Ah je l'savais, maintenant j'suis obligé. En fait il avait l'intention de me forcer plus tard » car il ne comprend pas comment et pourquoi quelqu'un pourrait être motivé par l'envie, par l'altruisme. Il peut évidemment comprendre l'empathie au sens académique, il connaît le concept, surtout lorsqu'il voit le manque d'empathie des autres, mais lorsque vient son tour, il n'arrive pas à reconnaître la circonstance au sens de décider d'une action « Là maintenant », par l'envie d'agir pour l'autre sans y être obligé.

La confiance, c'est savoir que le moment venu, l'autre aura non seulement l'intégrité, mais aussi l'empathie de ne pas nier vos besoins pour s'en valoriser l'ego, et le respect de ne pas manipuler ou pervertir votre considération, ou celle des autres à votre égard.

Sans l'empathie, sans la motivation d'agir au respect du besoin de l'autre, Narcisse développe donc des relations superficielles, tournées vers l'agréable et le plaisir, mais sans échange, sans respect mutuel, avec l'implicite du « Tu peux me faire confiance, je te demanderais jamais rien ». Il entretient des relations de valorisation d'ego auprès de confrères de supériorité, l'entre-soi fondé sur l'implicite du « Qu'est-ce qu'on est des gens biens » et surtout du « Tu peux me faire confiance, je ne ferais jamais rien qui pourrait te blesser l'ego ». Des relations où l'autre n'exprime aucun reproche qui éveillerait la honte de Narcisse d'être fautif, et aucune ambition motivée par l'envie de réussir, parce qu'avec une faible estime de soi, l'ambition ou la réussite de l'autre atteint l'image de soi.

Sans l'empathie, Narcisse est pris dans la frustration de ses dissonances cognitives, de l'écart entre ce qu'il voit, et ce qu'il s'attend à voir : ses projections. L'écart entre l'empathie qu'il exige des autres, et celle qu'il leur offre. L'écart entre ce que l'autre répond, et ce qu'il s'attend à entendre : la validation, l'agréable. L'écart entre l'attention qu'il exige, et celle qu'il reçoit. L'écart entre la valeur du travail de l'autre, et la considération qu'il y accorde. L'écart entre avoir besoin de l'autre et vouloir rejeter l'autre : faudrait que l'autre se sente rejeté, mais pas qu'il parte. L'écart entre les valeurs morales qu'il s'arroe, et ce qu'il fait lors de la mise en pratique. L'écart entre lui et la réalité, de l'écart entre connaître et reconnaître.