

Introduzione

Il meccanismo auto-erotico allogasi, qual piú qual meno, in tutte le anime.

CARLO EMILIO GADDA, *L'Adalgisa. Disegni milanesi*.

Siamo tutti narcisisti, ma non allo stesso modo. E non tutti abbiamo un disturbo narcisistico di personalità. Scrivendo *Arcipelago N* avevo in mente due obiettivi: illustrare le diverse forme di narcisismo ed esplorare la zona di confine tra un carattere con tratti narcisistici, piú o meno accentuati, e una patologia narcisistica. Un territorio importante perché è lí che il piacere di piacersi e di piacere si trasforma in sofferenza: molto spesso per sé, quasi sempre per l'altro. «Fiore dell'amore», scrive García Lorca, «Narciso, il mio dolore, sempre».

Funambolo dell'autostima, Narciso cammina su una corda tesa fra un sano amor proprio e la sua patologica celebrazione. Tra questi estremi c'è il narcisismo delle nostre vite quotidiane, condizionato dal contesto culturale e decisamente in crescita. Pieno di sfumature e riflessi, il narcisismo è un arcipelago di possibilità. C'è quello dell'arroganza e quello della fragilità, che spesso convivono a loro insaputa. Piú di trent'anni fa uno psicoanalista inglese, Herbert Rosenfeld, propose, con un'immagine molto toccante, di distinguere i narcisisti «a pelle spessa» (*thick skin*) da quelli «a pelle sottile» (*thin skin*). Anche se in modi opposti, entrambi testimoniano un fallimento nella regolazione dell'autostima, l'incapacità di

raggiungere un equilibrio tra l'affermazione di sé e il riconoscimento dell'altro.

Sappiamo che la nostra biologia influenza il contesto e il contesto influenza l'espressione della nostra biologia. Bene, tutti i disturbi del carattere rappresentano un tentativo di affrontare un problema al limite fra il temperamento e l'accudimento, la biologia della nostra personalità e la storia del suo sviluppo nel contesto familiare. Quando terapeuta e paziente riescono a entrare in contatto con questo «problema», cioè a riconoscerlo, ancor prima di conoscerlo, il processo di cura è avviato.

Navigare nel mondo narcisistico, una traversata che attrae e spaventa, significa incontrare sirene e mostri marini, e fare scalo in molte isole. Un'odissea anch'essa a rischio di naufragio narcisistico, vista l'ambizione del compito. Per intraprendere il viaggio verso l'*Arcipelago N*, ho consultato varie mappe, ma soprattutto ho fatto appello alla conoscenza clinica che ho degli altri e di me stesso. Senza trascurare gli atlanti (del mito, della mia disciplina, delle opere umane), farò affidamento sulla mia esperienza delle relazioni. Perché, per quanto raffinati siano i manuali diagnostici, è nello stile di una relazione che avvertiamo la dimensione narcisistica, nostra e dell'altro. Ci sono narcisismi che seducono e narcisismi che repellono. A ciascuno il suo, nella vita di tutti i giorni o nelle apparizioni televisive. Come dicevo, o meglio come diceva Rosenfeld, è una questione di pelle.

Di ritorno da un funerale, un collega mi confessa di non aver pensato neppure un secondo all'amica che aveva perso la sorella. «Eppure le voglio bene», dice, «siamo cresciuti insieme. Ma non potevo fare a meno di pensare a me, alle mie cose, a come sta andando

il mio lavoro, che, devo dirtelo, sta andando proprio bene. È possibile che mi chiamino per un incarico al Ministero». L'incapacità di spostare l'attenzione da sé per rivolgerla a un altro è uno dei tratti più vistosi di certi narcisisti. Si può chiamare in vari modi. Uno di questi è egocentrismo, cioè essere intrappolati nel proprio punto di vista perdendo così alcune dimensioni necessarie alla relazione, come la curiosità e l'empatia. L'egocentrismo da solo non basta per trasformare un aspetto della personalità in un suo disturbo; ma se aggiungiamo una costante ricerca di ammirazione, l'aspettativa di un trattamento speciale, un senso esagerato della propria importanza e la tendenza a sfruttare gli altri, la diagnosi di personalità narcisistica è probabile.

Alla presentazione online di un bel romanzo, il coordinatore, dopo una breve introduzione in cui invita i tre relatori ospiti a mantenere il loro intervento attorno ai quindici minuti, così da lasciare spazio a un dibattito conclusivo, dà la parola alla prima dei tre, un'importante critica letteraria. Nell'imbarazzo generale, la signora parla per tre quarti d'ora occupandosi più dei suoi traguardi professionali (con un lungo rosario di io-io-io) che del libro in questione.

Quanto sono importante, *io*? E gli altri, quanto pensano che *io* valga? I due tipi di narcisisti che poco fa menzionavo in versione epidermica possiamo anche chiamarli *covert*, se sono timidi e nascosti, e *overt*, quando sono pieni di sé e reclamano ogni attenzione senza esserne consapevoli. Entrambi oscillano sul precipizio dell'autostima e da quella posizione scomoda si sentono guardati dagli altri. Solo che loro, gli altri, li vedono poco: li trattano come un pubblico, da conquistare o di cui temere le critiche. Li svalutano o li idealizzano. Avviene anche con il terapeuta, che può diventare lo specchio di uno splendore a due, per poi

essere rapidamente dismesso come un incompetente che li ha delusi.

Possedute dall'invidia, eccitate dalla prepotenza, baciate dal successo, circonfuse dal carisma, prive di coscienza morale, schiacciate dall'ombra depressiva, abitate dal vuoto, tormentate dall'insoddisfazione, capaci di inquinare un amore fino al sadismo o di manipolare gli altri fino alla psicopatia, le personalità narcisistiche sono varie, diverse tra loro e vanno sempre pensate lungo un continuum di gravità. Una stessa caratteristica, mettiamo la mancanza d'empatia, si presenta in modi diversissimi se appartiene alla personalità di un artista posseduto dal suo talento, di un'accademica arrivista o di un omicida seriale sadico.

Il narcisismo ci colpisce per i suoi aspetti ipertrofici, grandiosi e prepotenti. Meno visibile, ma altrettanto diffuso, è il narcisismo silenzioso, la cui pelle sottile avvolge i nostri sentimenti di insoddisfazione, inadeguatezza, indegnità, la paura di non essere visti, il timore del giudizio. Sono diverse risposte difensive ai traumi dello sviluppo. Ma non tutto il narcisismo è patologico. C'è anche un salubre amore di sé, fatto di soddisfazione e capacità di cura, che certo non esclude qualche preoccupazione per come siamo e come ci vedono gli altri. È un ingrediente necessario alla conoscenza di noi stessi che ci consente di compiere, nel modo migliore possibile, il passo dall'io verso il tu. È un amor proprio senza presunzione, l'equilibrio precario dell'«ama il prossimo tuo *come* te stesso». Non di più e non di meno: *come*. «Un precetto facile da esigere», diceva Freud, «ma difficile da attuare».