

Capitolo primo

IL MITO DI NARCISO

Narciso, uno di noi

Narciso è uno di quei personaggi della mitologia greca che più di altri abbiamo portato con noi, fatto entrare nella nostra vita quotidiana, nelle nostre abitudini, nelle nostre relazioni. Sì, Narciso è proprio uno di noi, così ego-centrico, così innamorato di se stesso, così portato a trasformare gli altri in satelliti del suo splendido pianeta. Proprio come noi, certo, che stiamo dalla mattina alla sera solo in compagnia di noi stessi, trattando come un'ombra o, peggio ancora, come un'*interpretazione* persino la compagna o il compagno della nostra vita, persino i nostri figli.

Sì, anche quando siamo depressi noi siamo narcisi, vogliamo bene a quella parte oscura dell'Io che ci sta dominando, e facciamo ruotare gli altri, come elettroni impazziti, sugli orbitali che circondano il nostro piccolo Io.

Siamo una società di narcisi: o ben riusciti, buona copia dell'originale, o mal riusciti, lontani anni luce da quell'affascinante modello che ci attira in modo irresistibile. Anche quando ci sforziamo di essere generosi, dedicandoci ad esempio ad opere di volontariato, il piccolo personaggio mitologico dimora nel nostro cuore («Hai visto come sono bravo, come sono altruista?»).

Noi psicologi, che facciamo il mestiere dei confessori laici, sappiamo bene come stanno le cose e, quindi, non ci lasciamo tanto incantare dalle «buone azioni», dai fatti che vanno in direzione opposta al narcisismo. Quando abbiamo a che fare con sindromi di *burn-out* (una forma di malinconia sottile che colpisce chi fa una professione d'aiuto), andiamo alla caccia del Narciso nascosto, che si vergogna di uscire allo scoperto. «Ma come», mi diceva un giovane sacerdote, «io sto lì a predicare il Vangelo, a insegnare quanto sia bello l'amore per gli altri, e mi accorgo che il mio pensiero dominante è quello di nascondere le chiazze senza capelli della testa, una testa ben fatta ma con questo grave handicap?». «Vede padre», rispondevo io, «un po' di narcisismo fa parte della nostra identità, puntella il nostro fragile Io. Non ha niente a che fare con i concetti sublimi che lei, con assoluta convinzione, espone agli altri come servizio spirituale». «Grazie dottore, quello che dice mi tranquillizza... mi sentivo così indegno...».

Narciso, quindi, è dentro di noi, abita sempre nella nostra umile dimora, cercando di renderla più bella e accogliente. Ogni sforzo per cacciarlo si rivelerebbe inutile o addirittura dannoso. Dobbiamo però impedirgli di essere il nostro dominatore, di sostituirsi al nostro peculiare modo di essere e diventare il modellatore dei nostri pensieri e dei nostri sentimenti.

Sulla sua utilità, come elemento stimolatore della dinamica psichica, non ho alcun dubbio. Quante volte ho visto persone aggrovigliate nei lacci delle loro nevrosi riuscire ad ammirarsi per una loro caratteristica (es: il bel canto) che avevano del tutto trascurato. Ricordo il caso di una donna di circa quarant'anni, con una depressione nevrotica che compensava con comportamenti bulimici, che disprezzava se stessa e il suo corpo tendente ad ingrassarsi (l'ingrassamento era chiaramente una somatizzazione metabolica con cui il suo Super Ego – l'autorimprovero

genitoriale interiorizzato – la puniva in continuazione), la quale riuscì a «spiccare il volo» proprio per lo stimolo narcisistico della sua bella voce. Da me incoraggiata ad esibirsi, mi fece sentire un pezzo di una canzone romana che mise in risalto la sua voce squillante e calda. Mi accorsi subito, però, che aveva un difetto d'impostazione: cantava «di petto», senza abbassare il diaframma e, quindi, utilizzando un flusso d'aria limitato. La invitai a ripetere la canzone (*Chitarra romana*) con la giusta impostazione e lei restò stupita per la potenza vocale che scaturiva da questo nuovo modo di cantare. Da allora cominciò a cantare in ogni occasione, ammirandosi e facendosi ammirare. La sua struttura nevrotica cominciò a farsi più fluida e a consentirle delle piccole rivoluzioni esistenziali (si iscrisse ad una scuola di ballo, di tango argentino). Cos'era accaduto nell'occasione? Una cosa molto semplice: Narciso era uscito dalla sua tana, a piccoli passi, e aveva fatto amicizia con lei.

Ecco, appunto, il giusto rapporto da stabilire col piccolo folletto: amicizia, rispetto reciproco, collaborazione per il rinforzo dell'Io; non certo sottomissione ai suoi capricci, adesione acritica ai suoi bisogni infantili. Neanche, però, repressione, confinamento del bisogno nel regno oscuro degli impulsi proibiti.

I nevrotici inibiscono totalmente il loro narcisismo. Dominati da un Super Io severo, immagine truce del lato oscuro dei genitori, essi si guardano bene dal piacersi, dal lodarsi, anche quando le loro deboli forze hanno, per merito o per caso, prodotto risultati esistenziali eccellenti. Quando ero ragazzo arrivava dai vari ambienti educativi (scuola, famiglia, strutture religiose) l'invito continuo a *mortificare* il nostro amore per noi stessi. Non dovevamo crederci bravi, intelligenti, belli, capaci di imprese straordinarie, ma essere tutti «allineati e coperti», come dicevano i militari (che almeno parlavano chiaro). Fortunatamente noi ragazzi ci ribellavamo a queste imposizioni e facevamo tutto il

possibile per abbellire la nostra personalità in costruzione. Qualcuno di noi però restava intrappolato nella rete, come un pesciolino inesperto, e si lasciava invadere dall'ombra nevrotica.

Non ci sarebbero nevrosi senza Super Io. Ma chi è questo personaggio interiore di cui ogni tanto parliamo? Gli studenti di psicologia e gli addetti ai lavori, ovviamente, lo conoscono bene, almeno teoricamente. Esso è il frutto del superamento del complesso edipico, del nostro amore per il genitore di sesso opposto congiunto alla rivalità con quello dello stesso sesso. Quando il bambino capisce che l'amore per la madre può solo rimanere come una sorgente di energia luminosa nell'inconscio, mentre, per vivere un'esistenza piena di possibilità esistenziali, il suo naturale destino è quello di *identificarsi* col padre, allora il fantasma edipico perde le sue potenzialità nevrotiche e rimane «sullo sfondo» come pura energia (per la bambina, ovviamente, il processo è analogo ma inverso). In questo momento sorge il Super Io, complesso di norme genitoriali interiorizzate, a volte con un buon equilibrio tra punitività e protettività, altre volte come istanza severa e castrante. Il primo è molto tollerante con la presenza di spinte narcisistiche, concede al piccolo folletto la password per incontrare l'Io e per scambiare con questo reciproci doni (soddisfazioni emotive); il secondo, invece, conduce contro il fantasma di Narciso una lotta senza quartiere, cercando di allontanarlo dalla coscienza il più possibile o, addirittura, sperando di distruggerlo definitivamente.

Quest'ultima evenienza è dinamicamente impossibile. Narciso nasce con noi e ci accompagnerà tutta la vita. La rimozione di questo disturbante impulso, con tutto il corredo di pensieri e fantasie, è invece possibile e produce sintomi nevrotici.

Noi psicologi cerchiamo di togliere questa rimozione tenace e spesso ci riusciamo. Forse tutta la terapia si svolge all'insegna di questa battaglia. Noi cerchiamo di convincere il paziente a

piacersi, a volersi bene, a valorizzare le qualità inesprese. In altri termini, a far venire a galla gli impulsi narcisistici, a stare bene con se stesso, a riempire la sua dimora interna di tanti specchi per la giusta autoammirazione; il Super Io, con la collaborazione del paziente nevrotico, diventato un «collaborazionista», un cultore della filosofia del «farsi del male», combatte invece la battaglia opposta, schierando l'esercito di tutti i sintomi a sua disposizione: attacchi di panico, fobie, somatizzazioni, ecc.

Dall'esito di questo scontro senza quartiere dipende il futuro del povero paziente: se continuerà ad essere schiavo dei suoi lacci nevrotici oppure se sarà capace di ribellarsi ad essi, giovandosi della complicità di Narciso.

Il mito di Narciso

Il mito che tratta di questo affascinante personaggio è antichissimo. Spetta tuttavia a Partenio, un poeta e grammatico greco vissuto ai tempi delle guerre mitridatiche, il merito di avergli dedicato un'opera poetica. Partenio fu deportato a Roma da Cinna, nel 72 a.C., ma grazie al suo talento letterario entrò nelle grazie di molti personaggi potenti che gli permisero di continuare la sua attività di raffinato linguista. Si dice che sia stato anche maestro di lingua greca di Virgilio, il quale mantenne sempre con lui rapporti di amicizia e di stima.

Nella versione ellenica, sia quella di Partenio, sia quella successiva di Conone, un grammatico greco contemporaneo di Ovidio, il personaggio di Narciso simboleggia un culto della bellezza personale che viene poi punita dagli dèi. Narciso faceva innamorare di sé uomini e donne, ma lui li rifiutava sistematicamente. Un giovinetto, Aminia, minacciò di uccidersi se lui non avesse corrisposto al suo amore. Narciso, freddo come una statua

di ghiaccio, non solo non si turbò ma porse l'arma al ragazzo che si suicidò con essa. Per questo e altri misfatti Narciso fu punito dagli dèi: si innamorò della sua immagine vista in uno stagno e, constatando che essa non avrebbe mai corrisposto al suo amore, si trafisse con la stessa spada di Aminia.

Il grande poeta e storiografo greco Pausania¹, successivo ad Ovidio, individuò nella Beozia il luogo di nascita di Narciso e introdusse la variante della sorella gemella di cui il nostro personaggio si sarebbe follemente innamorato fino ad uccidersi.

Tuttavia, dobbiamo ad Ovidio², nelle sue *Metamorfosi*, la forma più sublime del mito. Secondo l'affascinante storia, Narciso fu concepito dalla bella ninfa Liriope e dal fiume Cefiso che la avvolse tra le sue braccia liquide mentre si bagnava. Nacque un bambino di straordinaria bellezza che faceva innamorare di sé, fino al delirio, uomini e donne. Liriope, preoccupata per il futuro di quell'eccezionale fanciullo, interrogò l'indovino Tiresia che rispose in modo criptico: «Avrà lunga vita, se non si conoscerà». Tra tutte le donne innamorate, la passione più travolgente fu ospitata nel cuore della ninfa Eco, una bellissima creatura che aveva il dono del parlare raffinato e incantevole. Di lei si servì addirittura Zeus che, per distrarre la gelosa moglie Era dalle sue scorribande amorose, pregò la ninfa di incantare la regina dell'Olimpo con favole e leggende. Quando Era, in seguito, si accorse della complicità di Eco col fedifrago consorte, la punì togliendole proprio il dono della parola, lasciandole solo la possibilità di ripetere le ultime parole dell'interlocutore. La

¹ Pausania è uno scrittore e storiografo della Grecia antica, vissuto nel II secolo d.C. È chiamato il Periegeta con riferimento alla sua opera principale, *Periegesi della Grecia*, in dieci volumi. Essa è un itinerario geografico che dà lo spunto per la descrizione di fatti storici, di miti e di leggende.

² OVIDIO, *Metamorfosi*, UTET, Torino 2000, pp. 166-175.

terribile punizione costituiva un vero tormento per la povera ninfa che si poteva esprimere solo con la coda delle altrui verbalizzazioni. Un giorno essa incontrò Narciso impegnato nel suo sport preferito (la caccia ai cervi). Si avvicinò e provò a comunicare con lui. «Chi mai è qui?», disse Narciso. «È qui», rispose Eco. Narciso disse altre cose e ricevette sempre per risposta le sue ultime parole. Infine, disse: «Incontriamoci qui». Eco rispose «qui» e si mostrò al bel fanciullo allargando le braccia per stringerlo a sé. Narciso, a quella vista, fuggì nella foresta dicendo: «Che possa morire prima di concedermi a te». Eco vagò allora di foresta in foresta, consumando il suo corpo, fino a diventare solo ossa e voce. Alla fine, rimase solo la sua voce, destinata ad errare in eterno nelle selve e nelle gole montane, come anche oggi noi possiamo constatare.

Narciso non poteva amare né uomini né donne, ma il bisogno di incontrare chi lo facesse innamorare era fortissimo. Gli dèi lo accontentarono e lo fecero capitare in una valle dove sorgeva una fonte di acqua pura, così limpida da riflettere perfettamente l'immagine di chi la vedesse. Egli vide allora la sua immagine e se ne innamorò perdutamente. Ma essa era evanescente e imprendibile. Più il giovane si avvicinava più l'immagine gli sfuggiva. Sembrava che le mani del giovane immerso nella fonte si avvicinassero a Narciso, ma quando questi immergeva le sue trovava solo acqua... Narciso allora cominciò a disperarsi, a battersi i pugni sul petto fino a farlo diventare rosso come il suo sangue che cominciava a spargersi intorno a lui. Si stava, come dice Ovidio, *struggendo*. Eco, che si aggirava nei paraggi, sentendo le grida disperate del suo amato, assisté alla scena senza poter far nulla per salvarlo. «Ahimè», diceva Narciso, e lei ripeteva la parola. «Addio», disse Narciso prima di morire e anche Eco disse «Addio». Il bel corpo di Narciso si dissolse. Al suo posto restò un fiore giallo cinto da petali bianchi (nella versione greca

il fiore aveva gli stessi petali candidi ma la corolla era rossastra, perché formata dalle gocce di sangue del giovane). Ovidio dice che anche dopo che fu accolto negli inferi, Narciso continuò a guardare nell'acqua dello Stige cercando disperatamente la sua immagine, mentre con la stessa disperazione Eco continua ancora a cercarlo nei luoghi più nascosti e impervi.

Riflessioni sul mito

Tutti noi, affascinati dalle parole seducenti di Ovidio, accogliamo la sua versione come quella originale, anche se ogni tanto spunta un finale della storia diverso (es: Narciso, disperato per lo sfuggire del suo alter-ego, si gettò nella fonte per abbracciarlo e affogò). Non si deve però trascurare la versione ellenica. In fin dei conti essa raccoglieva la storia più remota, tramandata ai greci colti fin dall'antichità.

Da essa, quindi, preferisco partire per indagare sull'essenza del mito. Come apparirà chiaro leggendo le pagine successive, si tratterà di un'indagine complessa, disseminata di continui dubbi, determinati anche da disaccordi teorici e culturali degli addetti ai lavori. Tuttavia quest'indagine va fatta, per l'importanza che l'argomento presenta. Personalmente ritengo doveroso portare l'esperienza, la pratica clinica, a sostegno di un argomento che ritengo centrale per comprendere le dinamiche psichiche degli esseri umani.

Partiamo dunque dalla versione ellenica. La storia è più o meno identica, ma il finale è diverso. Narciso si uccide con la spada data ad Aminia, come per punirsi dell'antico misfatto. Non c'è inoltre, nella versione antica, alcuna fanciulla innamorata, alcuna Eco. Narciso si uccide con la spada, utilizza cioè il suo *pene* per distruggersi. I greci, evidentemente, erano dei clinici

raffinati (non dimentichiamo che in quella terra sorse il grande Asclepio, padre della medicina). Chi ha pratica delle patologie narcisistiche conosce molto bene questo tipo di perversione. Il narcisista autoerotico non può fare a meno del suo membro virile, lo adora come un feticcio. Poiché trattasi di pensieri e di comportamenti molto intimi, chi è afflitto da questa patologia riesce a nasconderla facilmente agli occhi degli altri, ma non può fare a meno di riferirla allo psicologo quando la sua nevrosi gli metterà al collo lacci così forti da soffocarlo. Ho conosciuto molti nevrotici di questo tipo che avevano un culto del loro pene assoluto e delirante. L'orgasmo, sia autoerotico che nel rapporto sessuale, era possibile solo se il pene poteva essere ammirato e desiderato. La casa di questi nevrotici sessuali è piena di specchi usati per la continua esibizione del pene, adorato come una divinità. Molte donne, compagne di questi uomini-bambini, non riescono a spiegarsi perché, prima dell'acme amoroso, i loro compagni devono per forza guardare la foto del proprio membro in erezione. Di questa nevrosi, se non trattata in tempo, si può «morire», nel senso che ci si può avviare verso lo snaturamento più completo.

Perché il narcisista delirante sente il bisogno di indirizzare la carica erotica solo sul suo pene, fino a farsi «uccidere» da esso? Perché l'immagine seducente della limpida sorgente gli sfugge continuamente. A chi appartiene questa immagine così attraente ed evanescente? Allo stesso Narciso, certo, ma non nella sua completezza. L'immagine delle acque è infatti fluida, cangiante, inafferrabile, proprio com'è la parte più intima di noi stessi, la nostra *anima*. Qui il discorso si complica. Chi ha familiarità con la psicologia analitica junghiana sa che un fantasma così attraente e impalpabile appartiene a un *archetipo*³ profondo, che

³ Il concetto di *archetipo* è la più rivoluzionaria e profonda novità della psicologia analitica junghiana. Gli archetipi sono *forme originarie*, che

Jung definisce, appunto, Anima. Questa forma originaria, questa *eidòs* che nasce con la nostra specie, contrassegna la parte femminile che sta nascosta in ciascun uomo e, ovviamente, anche in ciascuna donna. Nei sogni dei pazienti in cui sirene o altre creature marine, affascinanti e sfuggenti, sembrano voler abbracciare il sognatore, per poi sfuggirgli, emerge una sola, impressionante verità: *il sognatore è innamorato della parte femminile profonda della sua personalità!* Ecco chi è, sostanzialmente, Narciso: un uomo sensibile, alla ricerca di emozioni profonde, che *vorrebbe far venire a galla la sua parte femminile* ed esporla al mondo come il più prezioso dei tesori. Narciso è, dunque, un *ermafrodito psichico* che desidera fondere in un'unica forma armonica il maschile e il femminile che è in lui.

Questo sogno rischia però di essere irrealizzabile, perché il severo censore interno, il Super Io, vieta al bambino la doppia identificazione (col padre e con la madre) e farà di tutto per ostacolare il processo di avvicinamento tra Anima e Animus (la parte maschile presente nell'immaginario dell'uomo e della donna). Ne risulteranno le deviazioni narcisistiche, sia di tipo isterico, come fra poco illustreremo, sia riguardanti la perversione sessuale, come abbiamo già sommariamente descritto.

Di fronte a questo potente conflitto, apparentemente senza speranza, quale atteggiamento dovrà avere lo psicoterapeuta, quale strategia potrà adottare per salvare il potenziale narcisista dalla «morte» emotiva? La mia esperienza con personaggi di questo genere mi porta ad una conclusione che potrebbe apparire sorprendente. Il terapeuta deve *sostenere* le spinte narcisistiche, favorire l'incontro tra Anima e Animus, spingere

influenzano il comportamento umano e che Jung assimila addirittura alle *eidòs* platoniche. Cfr. JUNG C.G., *Gli archetipi dell'inconscio*, Boringhieri, Torino 2007, pp. 101-102.

il paziente a far venire a galla la parte femminile che è in lui e a fonderla con quella maschile in un armonico algoritmo. Quando un'operazione del genere riesce, il narcisista ottiene la password per entrare nel mondo degli affetti e delle relazioni positive.

Chiediamoci, infatti: cosa sarebbe accaduto se Narciso fosse riuscito ad afferrare la sua immagine profonda e a fondersi col suo alter-ego? Non ho dubbi in proposito, come i miei pazienti che «guariscono» mi insegnano: sentendosi pienamente realizzato nella sua affettività, sentendosi «ricco» di energia erotica, si sarebbe accorto della ninfa Eco e l'avrebbe amata.

Posso testimoniare che non esiste amante migliore del narcisista che ha portato a conclusione (spesso col nostro aiuto) la sua ardua ricerca: quella di riconoscere la femminilità che è in lui e di fondersi con essa in un tutto armonico.

Il mito, nella versione di Ovidio, ci presenta un personaggio «minore» che, tuttavia, col dipanarsi del racconto, assume un rilievo straordinario (come accade anche in altri drammi: veggasi il personaggio di Liù, nella Turandot, che all'inizio è marginale e che alla fine sembra dominare l'intero quadro emotivo). Si tratta della ninfa Eco, la regina della parola, diventata alla fine evanescente anch'essa. La versione di Ovidio risulta più convincente e più in linea con i riscontri clinici. Anche questo potente personaggio femminile, se ci riflettiamo, è una forma ambigua di donna, per metà concreta e per metà impalpabile.

Narciso, dunque, aveva a disposizione una donna simile a quella nascosta nelle acque, ma non se ne accorgeva. Forse il suo destino era proprio quello di fondersi con la sua femminilità, ma tale impresa, affrontata in modo ingenuo, senza strategie mentali adeguate, era destinata al fallimento, a procurargli la morte. Perché non voltarsi indietro, non accorgersi di Eco? Anch'essa voleva fondersi con lui, anch'essa era una Narcisa senza saperlo.