



In una parola

Narcisi, ma miti. Per un mondo migliore

ALBERTO LEISS

La coincidenza, domenica, tra la festa della mamma e il compleanno dell'Europa, che a 71 anni si avvia a meditare su se stessa, ha creato strani cortocircuiti informativi e mentali.

Giornali pieni di riflessioni, per lo più positive, sulla maternità (meno positive sulla strutturalmente ardua rincorsa dei padri, con i loro congedi familiari sempre insufficienti) e di buoni propositi sul da farsi: se solo fossimo capaci di vincere l'apatia melanconica, come minimo, che il virus ci ha appiccicato addosso.

Sul *Corriere della sera* Antonio Scurati si chiedeva come si possa restare insensibili, non entusiasti, di fronte a una "umanità affratellata da una campagna vaccinale che non distingue in base al censo ma al bisogno". A cui si aggiungono lo scienziato che "dichiara possibile un vaccino contro il cancro", la dichiarazione di Biden contro i brevetti dei "colossi farmaceutici" e infine gli immane 250 miliardi che Draghi vara per lo sviluppo del paese.

Ci sarebbe da discutere.

Le immagini che arrivano dall'India parlano un linguaggio diverso. Anche quelle della scuola femminile devastata a Kabul. O delle tensioni a Gerusalemme. Molti poi si ostinano a non vedere solo oro luccicante

nelle migliaia di pagine del mitico Pnrr.

Finora la vaccinazione procede nei nostri paesi ricchi. All'appello mancano i nove decimi dei 7 miliardi che siamo. Immagino con tutti i più poveri.

La filosofa Michela Marzano, su *la Repubblica* spiegava "Cosa vuol dire essere madre", enumerando "Cura, tenerezza, sostegno, presenza, riconoscimento, contenimento, trasmissione, umiltà". Il suo è un ragionamento a ampio raggio. Quasi tutto, dalla filosofia a Dio (che secondo Papa Francesco è "padre e madre") può "essere madre". Anche un uomo (con o senza figli). Chiunque ci aiuti "ad attraversare le nostre paure e le nostre incertezze". Ecco "una madre, appunto. Indipendentemente dal fatto che abbia o meno figli. Indipendentemente persino dal sesso, dal genere e dall'orientamento sessuale".

Sarò un incupito bastian contrario ma Scurati che invita all'ottimismo di lotta per uscire dalla "stracca declinante opulenza edonistica" e Marzano che mi vorrebbe mamma (mi basterebbe essere, se mai, un padre decente) hanno avuto lì per lì un effetto ancora più deprimente.

Mi ha risollevato lo spirito Vittorio Lingiardi, che anticipando il suo nuovo libro (*Arcipelago N. Variazioni sul*

narcisismo, Einaudi) sulla *Domenica del Sole 24Ore*, spiegava che tra i dannosi narcisisti "vulnerabili" e i persino peggiori narcisisti "grandiosi", si dà il caso del narcisista "cosiddetto sano": uno che coltiva una "equilibrata soddisfazione per le proprie capacità e i propri successi". E che ogni tanto è persino capace di provare "una specie di gioia di sé". Qualcosa che ci sostiene senza spingerci a rivalità o a attacchi invidiosi. "Un amor proprio senza presunzione e la capacità felice di provare gratitudine".

Insomma, per vincere il male oscuro che la difficile prova pandemica ci procura, più che illudersi sull'evenienza di nuove sorti magnifiche e progressive, o convincersi di poter essere tutto, come Dio in persona, o qualche metamorfo supereroe disneyano, dovremmo guardarci con più indulgenza allo specchio.

Forse non le abbiamo sbagliate proprio tutte. E un po' di buoni sentimenti verso se stessi (senza esagerare, beninteso) possono aiutarci alla "generosità nell'amore", alla "sincerità del proprio interessarsi agli altri", al "perdonare le imperfezioni proprie e altrui" (ancora Lingiardi). Tutte cose senza le quali non credo ci sia speranza di cambiare in meglio, almeno un po', L'Europa, e il mondo intero.



CULTURA
SPECCHIO DELLE MIE BRAME

SPESSI O SOTTILI I NARCISISTI NEI LORO LABIRINTI

UN TRATTO CARATTERIALE CHE DIVENTA PATOLOGIA: NEL SUO SAGGIO **VITTORIO LINGIARDI** ESPLORA UN DISTURBO ANTICO COME L'UOMO CHE IL MONDO DI OGGI A VOLTE SEMBRA PREMIARE. CHIEDERE A TRUMP

di **Nicola Lagioia**

SUBITO prima di sfasciare la sua stanza e, così facendo, di ritrovarsi tra le mani la palla di vetro che lo ricondurrà alla scena madre del suo trauma infantile («Rosabella»), Charles Foster Kane, protagonista di quel capolavoro della cinematografia di tutti i tempi che è *Quarto Potere*, viene mollato dalla seconda moglie Susan. La donna è stata prima spinta in modo scriteriato dal suo potente e ricchissimo marito a intraprendere una fallimentare carriera nel mondo della lirica, quindi è stata vessata, isolata e praticamente rinchiusa a Xanadu, l'incredibile casa-museo in cui si riflette deformata la megalomania e la solitudine di Kane. Ma il momento della resa dei conti arriva sempre, in questi casi.

«Qualunque cosa faccia, la faccio perché ti amo», Kane cerca di trattenerla.

«Non mi ami. Vuoi che io ti ami», risponde Susan.

«Per favore, non andare. Non devi andare. Non puoi farmi questo!».

«Capisco», sorride amaramente Susan, incredula per come l'uomo abbia potuto tradirsi, «quindi è a te che viene fatto questo. Non sono affatto io, non è quello che significa per me. Non posso farti questo? Sì, posso», e se ne va,

lasciando Kane/Orson Welles solo con la sua rabbia.

Charles Foster Kane è uno dei personaggi cinematografici – insieme a figure esemplari provenienti dal mondo della letteratura, dell'arte, nonché dal mito classico – presi in esame da Vittorio Lingiardi nel suo ultimo lavoro, *Arcipelago N*. È un libro snello quanto denso, ricco di fascino ma soprattutto utile per come prova a isolare quel multiforme, sfuggente e al tempo stesso sempre più ingombrante



A destra, Vittorio Lingiardi, psicoanalista, scrittore e collaboratore del Venerdì. Sopra il suo *Arcipelago N. Variazioni sul narcisismo* (Einaudi, pp. 144, euro 12)



+
A destra, il mito di Narciso visto da **Caravaggio** nel dipinto del 1596, oggi nella Galleria d'arte antica di Palazzo Barberini a Roma

spettro che funesta le giornate e la vita di molti di noi: il narcisismo.

«Conosci te stesso» era inciso all'ingresso del tempio di Apollo a Delfi. La strada della consapevolezza tuttavia, ricorda Lingiardi, è sempre associata all'idea di limite: ci si può conoscere solo in ragione della propria finitezza, mentre al contrario il narcisista, avendo di sé un'idea smisurata, non ha spazio per vedere gli altri, di conseguenza fatica a sapere chi è. Abbiamo una speranza di venire in contatto con noi stessi solo attraverso i nostri simili, non guardandoci allo specchio. Difatti il Narciso di Ovidio scambia il proprio volto riflesso nell'acqua per un altro, e questo gli sarà fatale.

Non tutto il narcisismo porta a ogni modo male e sofferenza: mantenuta entro i livelli di guardia, un'adeguata stima di sé può alimentare la creatività e l'anticonformismo, e all'occorrenza è fonte di una vera esperienza trasformativa. Ma se all'egocentrismo si aggiunge una continua ricerca di ammirazione, pochissima empatia, l'aspettativa di godere di privilegi non dovuti, un'opinione eccessiva della propria importanza, la mancanza di ogni senso di gratitudine, l'insoddisfazione perenne, la pensione a manipolare il prossimo, a rovesciargli addosso ogni aggressività quando in lui non ci vediamo come vorremmo, allora sono guai. Il narcisista si chiude in una dolorosa bolla di solitudine, e rende la vita impossibile a chi gli sta intorno.

Riconoscere i narcisisti patologici non è però così agevole. Partendo dall'indagine dello psicoanalista britannico Herbert Rosenfeld, Lingiardi distingue i narcisisti "a pelle spessa" da quelli "a pelle sottile". I primi sono facili da individuare: l'ar-

Data: 14.05.2021 Pag.: 102,103
Size: 1123 cm2 AVE: € 137006.00
Tiratura: 322879
Diffusione: 270102
Lettori: 989000



COCHRIS VIA GETTY IMAGES

fuori dalla stanza dei bottoni diventerebbero probabilmente un caso clinico? «Il male è due cose», Lingiardi cita Otto Kernberg, «è una patologia individuale che va trattata, ma può anche evolvere in forza sociale indipendente dal singolo e provocare un'epidemia generale, che a quel punto non deve più essere curata, ma combattuta». Rischiamo di passare dalla «cultura del narcisismo» di cui scriveva Christopher Lasch alla fine degli anni Settanta a una devastante «cultura della psicopatia»?

A far sbocciare il fiore nero del narcisismo maligno concorrono il contesto sociale, la famiglia in cui siamo cresciuti, il temperamento che ci caratterizza. Arduo è il compito dei professionisti della salute mentale. Spesso il narcisista patologico è, come abbiamo visto, un maestro della manipolazione, e così non è raro che muova abilmente le corde dell'irritazione, della frustrazione, della pazienza del terapeuta, a cui pure si è rivolto dopo che nella sua vita qualcosa ha iniziato a incagliarsi. C'è tuttavia sempre una differenza, ricorda Lingiardi, tra il narcisismo di una singola persona e quello del suo stereotipo socio-culturale. Così, finito il Novecento, addentrando in un'epoca che sta ridefinendo il concetto stesso di «personalità», non dobbiamo dimenticare che dietro il frastuono (o il cupo silenzio) che il narcisista sparge intorno a sé c'è sempre una persona bisognosa di ascolto. Saper evadere dalla gabbia dell'io. Cercare un equilibrio tra affermazione personale e riconoscimento dell'altro. Ritrovare la complessità. Ricordarci soprattutto che «non siamo pezzi unici né tutti di un pezzo», siamo il frutto di una interdipendenza, della continua relazione con ciò che ci sta intorno. Ecco una risorsa per provare ad arrivare in modo degno all'altro capo del secolo. ■

CHI HA UN'IDEA
SMISURATA DI SÉ
NON HA SPAZIO
PER VEDERE
GLI ALTRI.
COSÌ FATICA
A SAPERE CHI È

roganza della loro condotta e le sfiancanti richieste d'attenzione saltano all'occhio. Meno visibile è il narcisismo silenzioso, quello di chi, maccandosi nel senso di inadeguatezza, vive angosciato dal giudizio altrui, si sente indegno dinanzi allo spettacolo del mondo ma al tempo stesso, nascosto nell'ombra, cova fantasie sempre più grandiose. Il disturbo della personalità, in questi casi, può nascondersi perfino dietro un eccesso di premura, come se il fine ultimo di chi esagera nello zelo non fosse benefi-

ciare gli altri, ma essere apprezzato.

«In ogni narcisista grandioso si nasconde un bambino che si vergogna», scrive Lingiardi, «in ogni narcisista depresso e autocritico si annidano le fantasie di un bimbo onnipotente».

Ma come fare, in un mondo che favorisce l'esibizione e l'autopromozione (pensiamo ai social), a riconoscere la linea che separa la patologia dall'adattamento culturale? E quale ruolo dovremmo giocare in una società che non dirado (pensiamo a Donald Trump) si fa rappresentare da narcisisti che

ticare che dietro il frastuono (o il cupo silenzio) che il narcisista sparge intorno a sé c'è sempre una persona bisognosa di ascolto. Saper evadere dalla gabbia dell'io. Cercare un equilibrio tra affermazione personale e riconoscimento dell'altro. Ritrovare la complessità. Ricordarci soprattutto che «non siamo pezzi unici né tutti di un pezzo», siamo il frutto di una interdipendenza, della continua relazione con ciò che ci sta intorno. Ecco una risorsa per provare ad arrivare in modo degno all'altro capo del secolo. ■

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Stregati dallo specchio di Narciso

di **Natalia Aspesi**

Ero certa di non essere un Narciso da quando avevo smesso di guardarmi nelle vetrine dei negozi per non vedere quella vecchina spettinata e pure antipatica.

● a pagina 29

MITI E NEVROSI

Stregati dallo specchio

Esce il saggio di Vittorio Lingiardi che svela tutte le forme del narcisismo. Una patologia capace di affascinare letteratura e cinema. Da Gadda a Cukor

di **Natalia Aspesi**

Ero certa di non essere un Narciso da quando avevo smesso di guardarmi negli specchi e nelle vetrine dei negozi per non vedere quella vecchina spettinata e pure antipatica che mi fissava maligna: preferivo non saperne niente e continuare a immaginarmi come una di quelle signore in età, tipo Liliana Segre, dolcemente autorevoli nei loro bei capelli bianchi e giro di perle. Poi per narcisistica curiosità mi sono specchiata in un libro e ho avuto una rivelazione non so se positiva o negativa: tutti gli umani e forse non solo sono narcisisti e tutti hanno la loro nicchia da cui fare danni a sé e agli altri. Nel mio caso potrei essere sistemata sotto l'etichetta del Narcisismo Fragile in quanto

non mi piaccio, ma contemporaneamente anche in quella del Narcisismo Arrogante, perché penso di essere meglio di quello che sono; un po' come quella influencer che su Instagram sta informando i suoi 2 milioni di follower "di aver iniziato un percorso per curare l'acne", partendo quindi da un suo Fragile problema per arrivare all'Arroganza di pensare che il mondo se ne preoccupi, soprattutto dimenticandosi narcisisticamente che a 24 anni è già tardi.

Questa è una mia traduzione molto rozza della suddivisione che *Arcipelago N. Variazioni sul narcisismo* fa di questo amore-odio-amore che tutti noi abbiamo per noi stessi e per gli altri. Fortunatamente avrei evitato sino ad ora, pare, la variazione Narcisismo Maligno, quella che può scivolare nella psicopatologia e che ci entusiasma nella serie *Il serpente*, dove il protagonista (personaggio

reale tuttora in vita) è un criminale seriale di massimo fascino che domina le sue donne e le obbliga a ogni nequizia, con parole, sguardi, carezze, sussurri, sfioramenti, bacetti, e senza chiedere il permesso!

Il saggio, che racconta tutti i misteri di Narciso, le meraviglie e gli orrori, è diviso in due parti: il Mito e la Diagnosi. Ma niente paura, l'autore, Vittorio Lingiardi, non è solo un professore ordinario di psicologia dinamica alla Sapienza di Roma, ma scrive anche poesie, è un cinecritico, recensisce libri e come psicoterapeuta è preparato ad affrontare anche i disagi di Narcisi e Narcise: il prof è autorevole e piacevole, e i suoi saggi, come questo, sono scritti sia per i sapienti anche più musoni, sia per noi un po' zucconi. Infatti, circumnavigando tra Freud e Ferenczi, più una marea di scienziati del ramo, può per esempio ricordarci *Ga-*



slight (*Angoscia*), il film del 1944 di Cukor in cui il Narciso Psicopatico Charles Boyer vuole convincere la Narcisa Fragile Ingrid Bergman di essere pazza; oppure citare Gadda che scrive dei due Io (“uno...pauzozzo e pennuto, teso e turgido...come un tacchino”, l’altro “con lo sfintere strozzato dall’avarizia... e i piedi sudati”), ma pure Melville di *Moby Dick* per cui Narciso “è l’immagine dell’inafferrabile fantasma della vita: e questa è la chiave di tutto”.

Che Narciso sia un mito che da sempre procura pensieri a chi pensa, lo sappiamo dalla nascita, come l’altro mito che tanto ci preoccupa, quello di Edipo, senza il quale non ci sarebbe la serie *Strisce bianche* (cioè di cocaina), in cui c’è un ragazzo che dorme con la bella mamma molto affettuosa di cui è innamorato mentre lei è innamorata di un di lui giovane amico che a lei si concede però ne ama la figlia. Cose edipiche di sempre, antiche e moderne (forse non opportune per la Rai). Narciso fanciullo bellissimo nato da uno stupro (colpevole il fiume Cefiso, difficile da processare e condannare), fa innamorare tutti, ragazze e ragazzi, ma lui è indifferente, fin quando la ninfa Eco gli getta le braccia al collo facendolo inorridire: il disprezzo annienta la povera Eco e qualcuno augura a Narciso di innamorarsi anche lui senza speranza. Infatti chinandosi a una fonte per dissetarsi, si innamora perdutamente dell’immagine che lo riflette, di sé, come racconta Ovidio nelle *Metamorfosi*. “S’illude e vagheggia se stesso; è attratto dall’altro e lo attrae; si cerca, e il se stesso lo cerca: s’infiama del fuoco che ha acceso.”

Passando dal mito al caso clinico, il bellissimo Narciso che può amare solo se stesso, può arrivare, ci terrorizza Lingiard, all’orribile

Trump, cui ancor prima che si insediassero alla presidenza degli Stati Uniti, nel 2016, molti psichiatri avevano assegnato la diagnosi di Narcisismo Maligno, con tratti paranoici, antisociali e sadici. Che si ingigantirono con la sua sconfitta, inaccettabile per una persona che si crede onnipotente, meritevole di ogni diritto, ed è bugiarda, misogina e bullista. Un Maxinarciso. In politica ne abbiamo anche noi di Narcisi, però soprattutto del tipo Fragile, quindi poco dannoso, anche se purtroppo non di eccelsa utilità.

Anche chi non dedica pensieri a Narciso e alle sue tribolazioni e vanterie, può restare affascinato dalla continua ricerca dei suoi infiniti significati da parte di chi non te lo aspetti, come il massimo scrittore (lo dico al maschile per dire più grande di tutti, femmine e maschi, compreso il marito Alberto) Elsa Morante, di cui Lingiard ha scoperto su un numero del *Mondo* degli anni ’50 un piccolo scritto, *I tre Narcisi*, due uomini e una donna innamorati di sé. Un Narciso felice, un Narciso furioso e un Narciso infelice, la donna: “Nel tempo stesso che si odia e si disprezza, Ludovica si adora. In lei convivono due narcisi di cui l’uno adora l’altro, che purtroppo non lo ricambia”. Il brusio di queste noiose incontentabili si sta facendo sempre più imperioso, ci adatteremo per buon carattere.

Ricordando il tempo in cui l’amore era lieto anche quando infelice, chiedo ad *Arcipelago N* la risposta a una mia curiosità: se oggi ci amiamo tanto da sospettare di non essere amati ma solo usati e violati, come facciamo ad amare l’altro in modo che ci ami senza usarci e violarci? Lingiard lo spiega rivedendo un film abbastanza recente *Storia di un matrimonio* di Noah Baumbach, col resoconto di

come “l’odio possa scaturire dall’amore, il disprezzo dalla tenerezza, la diffidenza dalla fiducia, il rancore dalla devozione”. È una descrizione illuminante di come l’innamoramento non basti a far durare l’amore, perché “su questo amore c’è l’ipoteca della miopia narcisistica: in modi diversi non vedono lo spazio di cui l’altro ha bisogno per crescere”. Lei pensa di essere prigioniera senza esserlo, lui non capisce di occupare troppo spazio nella vita di lei. Ognuno rinchiuso nel proprio orgoglio narcisista, non possono che perdersi, nella paura dell’altro. Figuriamoci a quali livelli di Narcisismi siamo arrivati adesso che in solitudine e addirittura in clausura, con la paura e nello stesso tempo il bisogno del lontano e dell’intoccabile, ci siamo accaniti sui social e coi selfie, in una esibizione infinita che non ci rappresenta e sta mutando la nostra specie. Questo lo penso io, ed è ovvio che il professor Lingiard che è anche il mio amico Vittorio dedichi pagine molto belle alla diagnosi dei disturbi narcisistici di questo tempo, forse amplificati e alterati dalla pandemia virale e tecnologica.

Mi chiedo, ma non oso chiederlo allo specialista per non essere sgridata, se prima non ci fosse anche un nostro vecchio Narcisismo Bonaccione (non diagnosticato ovvio) ormai cancellato dall’ingigantirsi di quelli segnalati dagli esperti, oppure trasformato in Narcisismo Questuante (anche questo mia *fake diagnosis*).

Alla fine Lingiard sa come consolarci della nostra narcisità, qualunque sia, ricordando un sentiero indicato da Papa Francesco nella sua omelia del Natale 2015, che richiama tutti noi a uno stile di vita “colmo di pietà” e capace di contrastare “la cultura dell’indifferenza” di questa società “di apparenza e narcisismo”.

Figuriamoci a quali livelli di amor di sé siamo arrivati adesso che in solitudine e in clausura ci siamo accaniti sui social e coi selfie

Il libro



Arcipelago N di Vittorio Lingiardi
 Einaudi, pagg. 144, euro 12

Data: 09.05.2021 Pag.: 1
 Size: 724 cm2 AVE: € .00
 Tiratura:
 Diffusione:
 Lettori:



ATTENZIONE, PERICOLOSI NARCISISTI IN AZIONE

Narcisismo. Può essere «a pelle spessa», tipico di chi è sicuro di piacere molto, o «a pelle sottile», sintomatico dei fragili e dei timorosi delle critiche: in ogni caso sono persone che non sanno voler bene

di **Vittorio Lingiardi**

«**I** tacchi tripli da far eccellere la su' naneria: e nient'altro»: è folgorante Carlo Emilio Gadda quando si tratta di fustigare i narcisi. Anche se è proprio lui a ricordarci che «il meccanismo auto-erotico allogasi, qual più qual meno, in tutte le anime». Siamo tutti narcisisti. Ma non nello stesso modo. Soprattutto non tutti abbiamo un disturbo narcisistico di personalità, che è quando i tratti narcisistici si fanno così marcati da interferire con l'intera vita psichica e relazionale. Il narcisismo ci costringe a fare i conti con domande a cui non vorremmo rispondere: valgo qualcosa? Quanto conta per me il giudizio degli altri? Ho biso-

MA ESISTE ANCHE UNA DIMENSIONE «SANA»: UNA GIOIA DI SÉ, FORSE INTERMITTENTE, MA CAPACE DI SOSTENERCI SENZA RIVALITÀ O INVIDIE

gno di sentirmi importante? Sono invidioso? Uso gli altri per i miei scopi? Li disprezzo, li seduco, li temo? Sono gentile solo per esser benvenuto? Combattendo fin da piccoli con queste domande, inesorabilmente legate allo sguardo di chi ci ha cresciuto, da adulti possiamo diventare arroganti, pretenziosi, privi di empatia, manipolatori, convinti di meritare un trattamento speciale. Ma anche timidi, timo-

rosi del giudizio, vulnerabili alla critica, vergognosi di ciò che siamo e invidiosi di ciò che non abbiamo. Sono le due facce della stessa medaglia che gli psichiatri in vena dicotomica definiscono narcisismo *overt* e *covert*. Una medaglia che porta l'effigie di Charles Foster Kane in *Quarto potere*, Jordan Belfort in *The Wolf of Wall Street*, Stéphane Lachaux in *Un cuore in inverno*, Jasmine Francis in *Blue Jasmine* e dell'indimenticabile Norma Desmond nel *Viale del tramonto*.

Funambolo dell'autostima, il narcisista cammina su una corda tesa tra un sano amor proprio e la sua patologica celebrazione. Pieno di sfumature e riflessi, il narcisismo è un mare di possibilità. Circa trent'anni fa uno psicoanalista inglese, Herbert Rosenfeld, propose di distinguere i narcisisti "a pelle spessa" (*thick skin*, grandiosi, svalutanti, sicuri di piacere molto) da quelli "a pelle sottile" (*thin skin*, fragili, timorosi delle critiche, preoccupati di non piacere abbastanza). 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. L'esperienza analitica, ma anche la frequentazione di amici e colleghi (e naturalmente di se stessi!), insegnano che le due forme del narcisismo tendono a coesistere, magari in occasioni diverse, nel-

lo stesso individuo. In molti casi altro non sono che due smorfie dello stesso volto alle prese con il dramma del proprio valore: il narcisista vulnerabile è sempre legato alla sua parte grandiosa, il narcisista grandioso cova sentimenti d'inadeguatezza e teme l'insuccesso. Anche se ci appaiono diversi come giorno e notte, il narcisista arrogante e quello fragile condividono la posizione egocentrica, poco interesse per gli altri, fantasie onnipotenti coltivate più o meno in segreto, sentimenti di invidia e inautenticità. A partire da questa base comune, il narcisista di pelle spessa (ancora Gadda, geniale, parla dell'«impenetrata pelle dello ippopotamo egolatra») riflette i tratti legati al dominio aggressivo, mentre quello di pelle sottile cova una grandiosità taciturna perché minata dall'inadeguatezza. I narcisisti vulnerabili hanno mille antenne, sono ipersensibili alla critica e facili a sentirsi feriti nell'amor proprio. Se nel caso a pelle sottile c'è il vissuto degli affetti negativi, in quello a pelle spessa c'è il terrore di sperimentarli. È il caso della vergogna: inaccessibile alla coscienza nei quadri grandiosi e presenza insidiosa in quelli vulnerabili.

Tra questi estremi c'è il narcisismo cosiddetto "sano". Lo descriverei come la consapevolezza e la convinzione del proprio valore, una buona regolazione dell'autostima, un'equilibrata soddisfazione

Data: 09.05.2021 Pag.: 1
Size: 724 cm2 AVE: € .00
Tiratura:
Diffusione:
Lettori:



ne per le proprie capacità e i propri successi. Una specie di gioia di sé, magari intermittente, ma capace di sostenerci senza spingerci a rivalità o attacchi invidiosi. È una collaborazione costruttiva tra l'attenzione allo sguardo altrui e la fiducia nel proprio, l'equilibrio tra il bisogno di riconoscimento e la capacità di farne a meno. Un amor proprio senza presunzione e la capacità felice di provare gratitudine. Nell'arcipelago dei narcisismi potremmo collocare quello sano a metà di una curva con due estremi patologici: da una parte un'immagine troppo negativa di sé, con sentimenti di inferiorità e impotenza; dall'altra un'immagine troppo positiva di sé,

con sentimenti di superiorità e onnipotenza. Attenzione: questi ultimi possono tingersi di sadismo e impennarsi fino a configurare le forme gravi del narcisismo maligno o addirittura psicopatico. Se avete visto la serie *The Undoing*, quella con Hugh Grant e Nicole Kidman, sapete a cosa mi riferisco.

In una cultura come la nostra, spesso definita "narcisistica", dove l'esibizione e l'autopromozione sono rinforzate dal contesto, non è facile riconoscere il confine tra narcisismo sano e patologico, quel territorio dove il piacere di piacersi e di piacere si trasforma in dolore: per sé, ma soprattutto per l'altro. Per orientarci dobbiamo considerare lo stile delle relazioni, l'autenticità

nell'amicizia, la generosità nell'amore, la sincerità del proprio interessarsi agli altri, la capacità di tollerare le frustrazioni e di perdonare le imperfezioni proprie e altrui. Su una cosa concordano clinica e ricerca: le persone che soffrono di un disturbo narcisistico di personalità non sanno volere bene né fare stare bene le persone che le amano.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Arcipelago N. **Variazioni sul narcisismo**

Vittorio Lingiardi
[Einaudi](#), pagg. 125, € 12

Con questo articolo l'autore anticipa alcuni temi del volume

Data: 09.05.2021 Pag.: 1
Size: 724 cm2 AVE: € .00
Tiratura:
Diffusione:
Lettori:



Ritaglio Stampa ad uso esclusivo del destinatario. Non riproducibile