

Serena Vacchio

La bellezza può salvare il mondo...
e Narciso

Prefazione di
Maria Luisa Manca

Collana **Psiche e dintorni**
diretta da Francesca Mamo e Loredana Petrone



Alpes Italia srl - Via G. Gatteschi 23 - 00162 Roma
tel. 0639738315 - email: info@alpesitalia.it - www.alpesitalia.it

© Copyright

Alpes Italia srl - Via G. Gatteschi, 23 – 00162 Roma, tel. 06-39738315

I edizione, 2024

Serena Vacchio (Roma, 1970), si è formata e laureata in Economia, in Filosofia e in Psicologia Clinica. Si dedica con passione e impegno alla professione di Psicologa Clinica e Psicoterapeuta psicocorporea. Specializzata in Psicoterapia Analitico Bioenergetica e formata per l'utilizzo dei protocolli Mindfulness, Training Autogeno, E.M.D.R., Focusing.

Nella relazione di cura è presente con una visione integrata dell'essere umano, che abbraccia non solo la mente ma anche il corpo.

La consapevolezza della connessione e relazione tra mente e corpo guida il suo approccio terapeutico, consentendo alle persone che segue di esplorare e comprendere il loro mondo interiore in modo olistico.

www.esserequicora.it

TUTTI I DIRITTI RISERVATI

Tutti i diritti letterari ed artistici sono riservati.

È vietata qualsiasi riproduzione, anche parziale, di quest'opera.

Qualsiasi copia o riproduzione effettuata con qualsiasi procedimento (fotocopia, fotografia, microfilm, nastro magnetico, disco o altro) costituisce una contraffazione passibile delle pene previste dalla Legge 22 aprile 1941 n. 633

e successive modifiche sulla tutela dei diritti d'autore

Indice generale

<i>Prefazione</i> di Maria Luisa Manca	V
<i>Introduzione</i>	VII
Capitolo 1 – L'Analisi del carattere	1
Capitolo 2 – I primi passi di Narciso	11
Capitolo 3 – Lo sviluppo del narcisismo tra Io e Sé	19
<i>L'empatia</i>	26
Capitolo 4 – Eco e Narciso	31
<i>Il carattere masochista</i>	38
<i>Piacere e Potere</i>	51
Capitolo 5 – “Stili relazionali” e relazione di cura	65
Capitolo 6 – Quale bellezza può salvare il mondo?	75
Conclusioni	79
Ringraziamenti	83
<i>Bibliografia</i>	85

*Alla mia estesa famiglia di origine,
a mio marito e nostra figlia*

Prefazione

Quando parliamo di narcisismo parliamo di un territorio dove si va da un funzionamento psicotico a quello normale, in un *continuum* che va quindi dal patologico al normale.

Alexander Lowen parlando di narcisismo descrive una condizione sia psicologica, individuando diversi gradi di disturbi e di perdita di sé, che culturale considerandolo una perdita dei valori umani e definendo l'attuale società narcisistica, in cui viene a mancare l'interesse per l'ambiente, per la qualità della vita, per i propri simili.

Detto questo, è sempre interessante e significativo approfondire tematiche relative a questo argomento come ha fatto l'autrice con un titolo suggestivo declinato verso la bellezza.

Bellezza riferita naturalmente non a fattori effimeri ma "all'essenza dell'eserci, in contatto con l'esperienza e l'integrazione di tutte le nostri parti".

Possiamo sicuramente dire che siamo tutti narcisisti come ci suggerisce Lingiardi, ma sicuramente non allo stesso modo e possiamo quindi essere interessati a scoprire in quale forma di narcisismo possiamo riconoscerci.

L'autrice, attraversando il mito, cerca una prospettiva redentiva della morte di Narciso e accompagna il lettore attraverso le teorie di Alexander Lowen sul fenomeno narcisistico, descrivendo la personalità narcisistica nel suo funzionamento e ponendo l'accento sulla negazione del bisogno di riconoscimento da parte delle figure di accudimento.

L'attenzione agli stili relazionali ci dà la possibilità di entrare nel mare affettivo del narcisismo, in tutte le sue gamme emotive relative alla stima di sé, con tutte le emozioni correlate: dalla rabbia all'invidia e alla vergogna per essere più vicini alla fragilità, che non permette di essere in equilibrio tra l'affermazione di sé e il riconoscimento dell'altro.

Sono molti gli autori che hanno scritto e scrivono sul narcisismo e ognuno presenta una prospettiva specifica, significativa, che nasce dal

punto di vista emotivo/scientifico di chi osserva il fenomeno e dalle caratteristiche delle persone incontrate.

Serena Vacchio ci suggerisce la sua lettura del mito e una prospettiva terapeutica: la morte di Narciso non come fine assoluta ma come passaggio per poter incontrare la propria autenticità.

È una prospettiva non facile ma sicuramente interessante e che sfida l'incontro terapeutico.

MARIA LUISA MANCA

Introduzione

*“Il mito è il fondamento della vita,
lo schema senza tempo,
la formula secondo cui la vita si esprime
quando fugge al di fuori dell’inconscio”*

Thomas Mann

Scrivo questo libro con l'intento di dipingere una prospettiva del mito di *Narciso* (versione di Ovidio nelle *Metamorfosi*), nella quale *Eco* e *Narciso* sono i simboli dell'essere e della maschera di una singola persona: il narcisista patologico.

Eco rappresenta il mondo interno, con il profondo dolore e l'incapacità di esprimere se stessa. Aspetti interiori che fondano il bisogno di manifestarsi in altra forma, simboleggiata da *Narciso*, che rappresenta il desiderio di esprimere e proiettare un'immagine di perfezione e bellezza. Basandomi su questa premessa guiderò il lettore attraverso un'analisi del mito che, secondo la mia visione, culmina attraverso la morte di *Narciso* in un momento di trasformazione e redenzione: la morte rappresenta la fine del suo isolamento narcisistico e la conquista della libertà. Spesso, invece, la morte di *Narciso* viene interpretata come simbolo dell'eccessivo amore per se stesso.

Uno scenario diverso, dunque, che si traduce nella consapevolezza di sé come la chiave per riscoprire la propria autenticità e bellezza, attraverso la dissoluzione delle illusioni.

Partendo dai tratti distintivi dell'analisi del carattere e nel corso di un parallelo tra il mito e lo sviluppo del narcisismo patologico, mi soffermerò sulle differenze tra i concetti di narcisismo, di carattere narcisista, di ferita narcisistica e di disturbo narcisistico di personalità.

All'interno di questa analisi, indagherò le modalità con cui un narcisista vive una relazione in ambito amoroso, amicale e professionale, con-

sentendo una comprensione più completa delle implicazioni del narcisismo nei diversi contesti relazionali.

Esplorerò gli obiettivi fondamentali nella relazione terapeutica psicocorporea e, all'interno di una prospettiva fenomenologico esistenziale della persona, indagherò il tema della bellezza.

Rifletto su quale forma di bellezza possa risvegliare il mondo e, allo stesso tempo, penetrare nel cuore di *Narciso* per liberarlo.

Quale incanto può portare armonia nel caos?

Nel contemplare questa forma di bellezza mi ispiro a maestri come Plotino, Dostoevskij e Pareyson, che suggeriscono la visione di una bellezza, possibile, quando l'individuo abbraccia la propria umanità.

Attraverso questo viaggio, il lettore esplorerà non solo le complessità del narcisismo ma anche una via verso la liberazione, emergente dalla riflessione sulla bellezza e sulla sua influenza nella psiche umana. In questa prospettiva, il mito mette in guardia contro la mancanza di consapevolezza di sé.

Sappiamo che il termine mito deriva dal greco *mythos* e significa racconto.

Le origini del mito risalgono alle antiche civiltà e culture, quando gli uomini non sapevano formulare spiegazioni logiche, interpretazioni filosofiche o scientifiche su eventi misteriosi o naturali come la nascita dell'universo, aspetti culturali o le origini della vita. Sono emersi in varie forme e in diverse parti del mondo, come le mitologie greche, romane, egiziane, indiane, cinesi e altre ancora. Molte narrazioni mitologiche includono un rapporto significativo tra l'uomo e la natura, attribuendo significati simbolici a elementi come fenomeni naturali, animali, piante e le forze della natura stessa. Si configurano come racconti coinvolgenti, spesso con la partecipazione di personaggi soprannaturali come dèi, eroi o creature leggendarie.

In sintesi, i miti rappresentavano una forma di espressione narrativa con un ruolo importante nell'interpretazione e nella trasmissione di credenze culturali, nonché per la comprensione di tanti fenomeni nel mondo.

Introduzione

Il termine narcisismo definisce l'amore verso se stessi. Rappresenta un tratto della personalità, che definisce l'atteggiamento della persona verso di sé, non necessariamente patologico. Lo sviluppo di questo tratto della personalità ci parla, quindi, del nostro percorso evolutivo: come siamo stati visti e come siamo stati riconosciuti.

Da qui possono derivare un *continuum* di possibilità di sviluppo, che vanno dal narcisismo "sano" al narcisismo "patologico".

Quando questo atteggiamento d'amore è funzionale, quando siamo in grado di dedicare la giusta attenzione a noi stessi e nutrire la stessa empatia e forma di amore anche per l'altro, ci troviamo di fronte a un narcisismo sano.

Quando l'investimento su noi stessi diventa eccessivo, ossessivo, quando non si è in grado di empatizzare con le proprie fragilità e reali risorse, men che meno con il mondo interno dell'altro e non si è in grado di amare, siamo di fronte a una forma di narcisismo patologico.

