

**HO SPOSATO UN
NARCISO. MANUALE
DI SOPRAVVIVENZA
PER DONNE
INNAMORATE**

di *Umberta Telfener*

Castelvecchi

2006,

pag. 233

€ 9,00

Nell'ampio panorama delle pubblicazioni sui disturbi di personalità, patologie oggi sempre più diffuse e oggetto

della pratica clinica in ambito psicologico-psichiatrico, si colloca questo libro di Umberta Telfener.

L'autrice, psicologa psicoterapeuta, è docente presso la Scuola di Specializzazione in Psicologia della Salute dell'Università La Sapienza di Roma; esperta di Teoria dei Sistemi ha al suo attivo diverse pubblicazioni a carattere scientifico, ma anche divulgativo.

Ed è proprio in questa ultima direzione che si snoda "Ho sposato un narciso", una sorta di manuale di sopravvivenza, una guida, per le tante donne innamorate di uomini narcisi.

Partendo dal presupposto che il narcisismo è una descrizione di personalità usata e abusata, uno stereotipo che tende a non rendere appieno le sfaccettature delle persone reali, l'autrice ne descrive le caratteristiche salienti attraverso la narrazione delle sorti di alcune coppie e singoli individui da lei seguiti in terapia, facendo anche riferimento alla mitologia e ad alcuni episodi di romanzi in cui compaiono narcisi splendidi. Ma l'autrice non si ferma solo a una fervida descrizione del narcisista; propone altresì delle vere e proprie "strategie" di sopravvivenza che possano aiutare la donna a non cadere nelle "trappole" del narcisi-

sta, intese come cadute improvvise rispetto a un gioco relazionale.

Ma qual è l'essenza di un narciso?

Come si riconosce? Questi i quesiti a cui l'autrice fornisce risposta attraverso una forma di comunicazione diretta, esaustiva, a tratti ironica.

Il narcisista affascina, è spesso più intelligente della media; è sensibile, brillante, creativo, seduttivo, grandioso. Ma ferisce, fa male, e può essere "pericoloso" per una donna che se ne innamora. Il narciso, nelle relazioni significative, può mostrarsi improvvisamente depresso e non all'altezza delle circostanze, mostrando il suo profondo senso di inadeguatezza, la sua ferita narcisistica. Ma cosa vuole il narciso dalle donne? In molti casi, afferma l'autrice, vuole essere aiutato a piacersi, deve essere il centro dell'attenzione di quella donna, idealizzandola prima, e fuggendone poi in una danza relazionale tormentata.

I narcisisti – sostiene l'autrice – sono individui con una personalità molto complessa, e per questo intriganti e eccezionali, ma poco integrata: su un piano razionale e cognitivo si sentono e si mostrano in controllo; stabili, vitali, maturi nella gestione della professione, che li vede uomini di successo, possono apparire immaturi e estremamente vulnerabili sul piano relazionale e affettivo. Potenzialmente, quindi, si presentano come perfetti; in realtà, accanto a un Io grandioso, questi uomini mostrano un'insicurezza emotiva legata a relazioni precoci difficili e ad una conseguente vita relazionale vissuta sulla difensiva, come se fossero sempre in pericolo. I narcisi non sanno stare in una relazione e manifestano una grande paura dell'in-

timità, intesa come conoscenza dell'altro, accettazione dei suoi difetti, delle sue debolezze e della sua separatezza, da cui si difendono strenuamente; abbandonano per non essere abbandonati, ma spesso tornano proponendo uno schema imprevedibile, ambivalente, tipico di un attaccamento insicuro. Esemplificative, a tal proposito, alcune affermazioni di pazienti tratte dalla pratica clinica dell'autrice e che colorano il testo riempiendolo di significati e divenendo spunto di riflessione e approfondimento. "Devo costantemente mediare la sua rabbia, i suoi orari e le sue non disponibilità. Mi sembra spesso di stare sulle montagne russe" – afferma la partner di un narciso – e ancora "a cena fuori, assieme a conoscenti, dà il meglio di sé, perché solo alle persone intime scarica addosso la sua merda".

Tragico, infine, per i narcisi, il rapporto con il tempo e con l'invecchiamento: "Ho scelto una donna molto giovane, nell'illusione che il tempo si possa fermare. L'ho scelta perché è giovane e bella e questo mi gratifica" afferma un narciso di mezza età.

E come può una donna innamorata sopravvivere ad un narciso?

Imparando a mantenere uno spazio tutto per sé, non affidando loro il proprio giudizio di valore, rassicurandoli e gratificandoli, ricordando che spesso provocano per suscitare la rabbia dell'altro e metterne alla prova l'amore, non pressandoli sulle pretese d'amore, ridimensionando le loro cupezze.

Cambiare un narciso, conclude l'autrice, forse è impossibile, ma attraverso il comportamento non verbale si possono ottenere dei cambiamenti: rassicurandolo, offrendo carote ma anche usando

un bastone, lodandolo, apprezzandolo, ridendo insieme a lui, coinvolgendolo. Questo uno dei segreti.

Concludendo l'autrice ben riesce a diffondere, anche a lettori non addetti ai lavori, contenuti scientifici approfonditi in anni di lavoro clinico, attraverso un linguaggio scorrevole e piacevole.

Benedetta Menenti

FRAMMENTI PER
UNA TEORIA
DELL'INCONSCIO
di **Gabriella
Ripa di Meana**

Biblink, Roma
2006
pag. 239
€ 20,00

Il mio intervento vuole essere solo una breve nota introduttiva, pensieri in libertà, quasi libere associazioni che partono

dalle suggestioni che mi ha provocato la lettura del libro di Gabriella Ripa di Meana *"Frammenti per una teoria dell'inconscio"*. Non entro granché, quindi, nel merito dei contenuti di questo libro. Piuttosto ci giro un po' intorno... pulsionalmente, direi.

Dunque: l'esilio – mi è capitato di scrivere altrove – è una condizione strutturale dell'essere umano, in quanto parlante.

Basta leggere Freud: la Spaltung (la scissione dell'Io); le irruzioni improvvise e impadroneggiabili dell'inconscio: i lapsus, i motti di spirito, i sogni, gli atti mancati, i sintomi; ecc. Bagliori che improvvisamente travolgono l'Io trascinandolo su un'altra scena. Insomma, parafrasando l'inventore della psicanalisi, si può dire che l'Io è continuamente esiliato in casa propria. Come quel clown che, cercando di padroneggiare la scena, viene in continuazione sgambettato, mortificato, messo da parte con effetti desolatamente comici (l'esempio è sempre di Freud).

Il sentimento dominante dell'esule è la nostalgia.

Intendo il sentimento in senso freudiano, ossia come Affekt. Termine traducibile con: affezione dell'anima.

Nostalgia, dunque, dal greco *nòstos*,

ossia ritorno, e *àlgos*, che significa sofferenza. La nostalgia è dunque "la sofferenza provocata dal desiderio inappagato di ritornare", come scrive Milan Kundera nel suo romanzo *"L'ignoranza"*. Un ritorno a un luogo mitico, in quanto irrimediabilmente perduto, in cui ritrovare la nostra agognata appartenenza e identità.

Nella maggioranza dei paesi europei la parola nostalgia ha questa origine greca, in altri si usano parole che hanno radici nella stessa lingua nazionale. Penso, ad esempio, che sia curioso sottolineare come in lingua spagnola la nostalgia si dica *añoranza*. *Añoranza* viene dal verbo *añorar* ("provare nostalgia") che, a sua volta, viene dal catalano *enyorar*, che deriva naturalmente dal latino *ignorare*. Alla luce di questa etimologia la nostalgia appare, come sottolinea ancora Kundera, la sofferenza dell'ignoranza, del non sapere.

Quindi si potrebbe anche affermare che l'esilio produce la nostalgia del ritorno, abitata dal non sapere, o ancor più dal non saputo.

Alla luce di quanto detto, mi sembra che si sottolinei meglio il motivo per cui Lacan ha aggiunto alle categorie primarie delle passioni, che in Freud sono essenzialmente l'odio e l'amore, anche l'ignoranza. Lacan ne parla come una passione dell'analista che, esattamente al contrario dell'isterica che non ne vuole sapere del nuovo come verità, sa sospendere il proprio sapere pre-costituito per andare incontro a quanto di inedito può sorgere nel dire del paziente.

Ma perché questa premessa: perché ho parlato di esilio e di nostalgia come sofferenza del "non saputo"?

Insomma, la mia prima impressione di

lettura del libro di Gabriella Ripa di Meana è proprio questa: *Frammenti per una teoria dell'inconscio* è un testo che è stato provocato da una sensazione d'esilio. Sensazione, aggiungo, che oggi ogni analista dovrebbe avvertire.

Come ci ricorda Ripa di Meana, oggi noi analisti viviamo in un luogo che non ci appartiene: nel trionfo del "luogo comune". Scrive, infatti: "... la pratica dell'inconscio non dovrebbe proprio sfornare dei furbi che sanno tutto prima e che, se non sanno e non capiscono, non si muovono". E prosegue: "L'inconscio che cercheremo di raccontare nel corso di questo volume riguarda, invece, un soggetto disposto ad agire e a scegliere lasciandosi prendere in contropiede dalle tirate del suo linguaggio, e dai rischi connessi al desiderio dell'altro. Il luogo comune, viceversa, si è assestato sull'uso di un inconscio passepartout, di una sorta di chiave universale abusata per entrare e uscire nella e dall'intrusività propria e altrui..."

Meglio di così è difficile esprimere il senso di disagio dato dalla banalizzazione, dall'ovvietà e dall'intrusività del luogo comune che ha invaso anche la nostra "gaia scienza", la psicanalisi. Mossa da questo sentimento Ripa di Meana, con questo libro, intraprende un suo viaggio verso quel paese che resta strutturalmente spaesante: l'inconscio.

Quell'inconscio che Freud con animo da conquistador – come soleva dire di se stesso – ha osato per primo esplorare.

Paese straniero e straniante che in *"Frammenti per una teoria dell'inconscio"* non viene certo visitato con sguardo da turista (il turista, al peggio quello

intellettuale, è colui che si affanna alla ricerca del già saputo) ma viene osservato con l'attenzione fluttuante dell'analista che sa scoprire e farci scoprire mondi e sensi inediti.

I luoghi che Gabriella Ripa di Meana rivisita, spinta dalla nostalgia, ossia dal desiderio del non saputo, hanno magari nomi noti, troppo noti e abusati: transfert, rimozione, resistenza, desiderio, interpretazione... Ma non a caso vengono ribattezzati e in gran parte riarticolati. Basta leggere alcuni titoli dei capitoli di questo libro per intendere ciò che voglio dire: ogni capitolo è una tappa del suo viaggio. Ad esempio: "A partire da quell'antico amore" (è del transfert che si tratta, naturalmente), o "L'inconscio tra rivoluzione e resistenze", oppure "E qualcosa resta chiuso fuori" (a proposito della forclusione psicotica), e così via. Ma, ora e per terminare, vorrei soprattutto riuscire a trasmettervi qualcosa dell'emozione che mi ha provocato la lettura di questo libro.

E inizierei, per proseguire con la mia metafora, con il sottolineare come la storia della psicanalisi sia già stata mossa da un altro grande viaggio di ritorno: "il ritorno a Freud", così voluto e battezzato da Lacan.

E ogni viaggio, lo si sa, impone una certa solitudine: "Solo, come sempre sono stato nella mia relazione con la causa analitica...", affermava Lacan nel fondare la Ecole, tappa essenziale della sua avventura intellettuale. E la solitudine irrimediabile, di cui ci sta parlando, è quella che riguarda ogni atto performativo – quello analitico, innanzitutto – come Ripa di Meana ci spiega bene nel suo libro.

Solitudine che resta tale anche se miti-

gata da ciò che lo stesso Lacan ci dirà qualche anno dopo: "Un analista si autorizza da sé... e con qualcun altro". Ma la questione, giustamente, in Lacan resta controversa. E alla fine - quando scioglierà la sua ècole, la sua "colla" come ormai la chiamava - borbotterà più o meno così: "Per andare avanti non ho bisogno di molti e soprattutto ce ne sono molti di cui proprio non ho bisogno!".

Insomma: i viaggi di ritorno che attraversano l'ignoto si fanno in perfetta solitudine... ma non da soli - come Ripa di Meana ci indica nel suo libro. È ciò che ci ricorda ancora Kundera quando scrive che l'epopea fondatrice della nostalgia è nata, non a caso, agli albori della nostra cultura: Ulisse il più grande avventuriero di tutti i tempi è anche il più grande nostalgico. Certo anche lui ha dei compagni di viaggio, indispensabili, ma che, come sappiamo, non fanno che procurargli guai e, se possibile, trattenerlo dalla sua avventura (tratto che Dante coglie così bene quando spinge Ulisse a rimproverarli perché non vogliono "seguire virtute e canoscenza"). Ma che alla fine lo seguiranno comunque...

Voglio dire che certe avventure - e per l'essere parlante ogni avventura non può che essere intellettuale - richiedono etica e anche un po' di epica.

Ed è proprio l'epica a permetterne la condivisione e la trasmissione a qualcun altro.

Insomma, ritengo ad esempio che la descrizione di un'avventura teorica e clinica di un'analisi non possa essere veicolata da un scrittura da "manuale per la sopravvivenza" o da stilemi paleoscientisti di cui è già troppo gonfia la nostra letteratura psicanalitica.

Esige uno stile diverso... Esige il racconto. Il libro di Gabriella Ripa di Meana non è il semplice resoconto della sua avventura intellettuale. È qualcosa di molto diverso e di più coinvolgente: ne è il racconto. E in effetti, come la psicanalisi ci insegna, il ricordo, ossia la memoria in atto, se non viene rievocato nel racconto ricade nell'oblio.

Insomma, il racconto, che per sua natura è sempre mitico, è quanto dà forma epica a ciò che si opera secondo struttura (basta pensare all'Edipo nella teoria freudiana).

E così Gabriella Ripa di Meana, in questo libro, compie quel passo che inietta la sua riflessione teorica in uno stile quasi narrativo. Trasmettendoci così le sue stesse emozioni nel loro farsi. E il punto di raccordo tra la teoria psicanalitica e la sua esposizione in stile narrativo consiste, proprio, nel continuo e preciso riferimento che l'autrice fa alla sua pratica clinica, alla descrizione del caso clinico. Del resto era lo stesso Freud ad avvertirci: "i miei casi clinici si leggono come racconti", scriveva. E ne era giustamente orgoglioso.

Detto ancora altrimenti: ogni racconto, anche quello teorico che si svolge in questo libro, è ciò che si oppone alla dimenticanza, ossia al ricordo di copertura dell'oblio.

È quanto impedisce alla nostalgia di patologizzarsi, e quindi di diventare melanconia.

E del resto è chiaro che non c'è ritorno in quanto tale. Non può infatti esistere ritorno dell'identico, non fosse altro perché, al suo ritorno, ad esempio al termine di un'analisi, è il soggetto stesso che è cambiato, che è altro: "In

vent'anni Ulisse non aveva pensato che al ritorno. Ma quando fu di nuovo a casa capì, con stupore, che la sua vita, l'essenza stessa della sua vita, il suo centro, il suo tesoro, si trovava fuori da Itaca, in quei vent'anni di vagabondaggio" (Kundera, 2001). Insomma, ogni ritorno impone una nuova nostalgia.

La nostalgia, infatti, è la causa (in senso freudiano) dell'avventura stessa. Tende all'infinito. Giacché l'avventura è abitata dalla pulsione di vita che ha la pretesa di non avere mai fine; mentre il ritorno, invece, è la riconciliazione rassegnata con la coazione a ripetere che tende a fissare, in maniera mortificante, la stessità della vita.

Ma, per nostra buona sorte, tutti noi custodiamo nell'inconscio – come anche la nostra autrice ci ricorda nel suo scritto – un piccolo sogno di immortalità.

E quindi l'avventura continua... So che Gabriella Ripa di Meana ha iniziato un nuovo libro, un'altra avventura intellettuale, volgendo il suo sguardo e la sua scrittura alla via regia per l'inconscio: ai sogni. Il sogno e la sua interpretazione. Impresa con cui Freud inaugura il '900 e la psicanalisi.

Un augurio, dunque, Gabriella: buon viaggio al termine della notte, come ti direbbe il mio Celine. Proprio là dove, talvolta, vanno a depositarsi i nostri sogni. Aspettando che qualcuno, magari un analista, sappia raccoglierci e raccontarci di nuovo.

Sergio Contardi