

## **Narcisismo: entre mitos y realidades**

Victoria Molina

Hablaremos hoy de un tema tanto ameno como delicado: el narcisismo. Lo encontramos como un rasgo que, en proporciones razonables, forma parte de toda personalidad sana; sin embargo, cuando pasa esa delgada línea del equilibrio, puede llegar a transformarse en una seria patología.

El ‘narcisismo’ toma su nombre de la mitología que, aunque tiene varias versiones, el argumento central es el mismo. Se cuenta que Narciso, hijo de la ninfa Liríope, asombró a todos desde su nacimiento por su apariencia física. Preocupada por el bienestar del pequeño, Liríope decidió consultar al vidente Tiresias sobre el futuro de su hijo. El famoso vidente predijo que viviría muchos años, siempre y cuando no se viese a sí mismo.

A los 16 años, Narciso era un joven muy apuesto que despertaba la admiración de hombres y mujeres, pero su arrogancia era tanta que le daba igual la belleza o las riquezas que tuviesen las jóvenes que se le acercaban, él siempre las rechazaba. Entre las muchas heridas por su amor estaba la ninfa Eco, quien había disgustado a Hera y por ello ésta la condenó a repetir las últimas palabras de aquello que se le dijera. Aun así, Eco se las ingenió para seguir a Narciso a través de los bosques y hacerle saber de sus profundos sentimientos, sin embargo, Narciso, cruelmente, se negó a aceptar su amor; por lo que la ninfa, desolada, se ocultó en una cueva y allí se consumió hasta que sólo quedó su voz. Para castigar a Narciso por su conducta altanera, Némesis, la diosa de la venganza, hizo que viera su propia imagen en el agua de un arroyo. Al verse reflejado en las aguas, quedó fascinado de aquella belleza y, enamorado de lo que veía, era incapaz de dejar de mirarlo. Se dice que Narciso se suicida al no poder tener el objeto de su deseo. Y donde su cuerpo yacía, creció una flor que llevaría su nombre: narciso. Si trasladamos esta bonita historia de la mitología griega a nuestros días, podemos observar la vigencia de su significado, por ello parecía importante iniciar con este breve relato. Y lo vamos a comprobar ahora que entramos de lleno al tema que nos ocupa.

Si consultamos el Diccionario de la Real Academia Española, nos define ‘narcisismo’ como: “Manía propia del narciso (Narciso: Hombre que cuida demasiado de su arreglo personal, o se precia de atractivo, como enamorado de sí mismo). Excesiva complacencia en la consideración de las propias facultades u obras”. Como vemos en estas definiciones, hablar de ‘manías’ o ‘excesos’ ya nos pone a pensar que se trata de algo que no es tan normal (prendemos un foquito amarillo).

En el campo de la psicología, es el psicoanálisis la corriente que más ha estudiado este fenómeno.

Freud propone el concepto de narcisismo primario para referirse a un estadio inicial y arcaico del desarrollo emocional en el que toda la energía psíquica (libido) está puesta en el propio Yo, porque todavía no se ha reconocido la existencia del otro.

Salvo este narcisismo primario, los demás conceptos de narcisismo se refieren a situaciones en las que el vínculo relacional con los otros, ya reconocidos como diferentes y con existencia propia, sufre un menoscabo regresivo que vuelve a reforzar el vínculo narcisista con uno mismo.

Así pues, el narcisismo queda estrictamente redefinido como una ‘recarga’ de sí mismo, la energía psíquica se vuelve a poner en la propia persona, en oposición a distribuir cargas de energía en los demás.

Para hablar en términos más familiares, tomamos al autor Víctor Hernández quien dice: “La personalidad narcisista se caracteriza, desde el punto de vista clínico, por un tipo de relación presidida por la soberbia, la arrogancia y la altanería, tres rasgos que son expresión manifiesta de la sobrevalorización o idealización del Yo. A esta tríada –soberbia, arrogancia y altanería– le acompaña y complementa una actitud de desprecio y desvalorización de las demás personas”. En esta clara y concisa definición podemos observar las principales características del narcisismo y, seguramente, hemos conocido a algunas personas que encajan muy bien en ella. Sí, a pesar de estar hablando de una patología, en nuestros días es más frecuente de lo que uno quisiera.

El narcisista se siente ‘grandioso’; en él está todo lo bueno, lo mejor (de ahí la soberbia y la arrogancia). Al mismo tiempo, todo lo ‘malo’ –debilidades, carencias, fallas– lo pone afuera en los demás (de ahí la altanería y la devaluación). Por lo tanto, sentirá que él es muy valioso mientras que los demás son despreciables. De este modo, la personalidad narcisista, con su tendencia a colocar dentro de sí todo lo bueno y fuera todo lo malo, trastorna el sentido de realidad y la relación con ella.

El mismo autor propone cuatro tipos de narcisismo: *narcisismo libidinal* o amoroso, *narcisismo antilibidinal* o destructivo, *narcisismo fusional* y *organización narcisista patológica*; aunque en la realidad suelen presentarse entremezclados en proporciones diferentes y complementándose entre sí. Veamos cada uno de ellos.

**Narcisismo libidinal o amoroso:** equivale al ‘amor a sí mismo’. Correspondería al resto de energía psíquica (libido) narcisista originaria que sigue puesta en el Yo, después de que una parte de ella se haya convertido en *libido objetal* (energía puesta en otros). Sin un resto mínimo de narcisismo libidinal no sería posible la autoestima ni el verdadero amor al otro, tal como está implícito en la máxima cristiana de ‘amar al otro como a uno mismo’. Sin un mínimo de narcisismo libidinal no habría sentimiento de identidad; no podríamos decir ‘yo amo’: el otro no sería un objeto amado, sino sólo un objeto al que apegarse para adquirir un sentido de identidad. El sentido estable de identidad depende de un equilibrio entre el narcisismo libidinal y la capacidad de relación amorosa con el otro (relación objetal). Este equilibrio de narcisismo libidinal es lo que podríamos considerar un ‘narcisismo normal’ o ‘narcisismo sano’, indispensable para la autoestima y para poder amar a los demás. Si ese resto de narcisismo libidinal es excesivo, el resultado podría ser el sentimiento megalomaniaco de grandeza con que se inician algunos procesos psicóticos, o la exaltación e idealización del propio Yo, típica de las personalidades narcisistas (arrogancia, soberbia,

endiosamiento, etc.).

**Narcisismo antilibidinal o destructivo:** Rosenfeld lo ha descrito magistralmente con el nombre de narcisismo omnipotente o destructivo; es el acompañante ineludible del narcisismo libidinal o amor a sí mismo propiamente dicho. “Cuando el amor a sí mismo es excesivo y exaltado (narcisismo propiamente dicho), el amor al otro (amor objetal) es el enemigo y se está en guerra con él”, se le desprecia, se le reconoce tan sólo como objeto al servicio de la propia satisfacción o se le ataca con ánimos de destrucción. Se expresaría en la altanería, el desprecio, el odio y la relación tiránica que suelen complementar la soberbia y la arrogancia de la personalidad narcisista. Esta actitud narcisista se explicaría por el odio a la realidad (representada por el otro, por el sentimiento de dependencia del otro y por la resistencia a reconocerlo como tal).

**Narcisismo fusional:** Los casos más extremos de enamoramiento constituirían un ejemplo de este tipo de narcisismo. Habla de un tipo de relación defensiva y regresiva en el que tienden a borrarse los límites entre el sujeto y el otro, cuando las ansiedades de diferenciación se hacen insoportables. Este tipo de relación narcisista se expresaría clínicamente en estados confusionales con tendencia a la pérdida del criterio de realidad e intolerancia a la diferenciación y a la separación. La tendencia fusional que se aprecia en mayor o menor medida, es el que aparece en las relaciones fuertemente cargadas de afecto, como ocurre en los estados de enamoramiento en los que se pretende que “los dos sean uno mismo”. Este estado es narcisista en la medida en que se entiende como relación narcisista una relación en la que sujeto y objeto tienden a fundirse o confundirse.

**Organización narcisista patológica:** este concepto es un desarrollo posterior a Freud y Klein, y de gran utilidad clínica para la comprensión de la patología narcisista. Es concebida como una organización defensiva contra ansiedades primitivas de diferenciación, que hacen especialmente insoportable el sentimiento o la concientización de la dependencia y la ambivalencia. Esta organización defensiva protege y encapsula a un Yo hipersensible a la dependencia, pero se basa en el desprecio, el odio y la utilización perversa y tiránica de la relación con el otro. Cuando la organización narcisista está interesada en captar y utilizar para sus fines a otra persona, puede mostrarse seductora y dúctil, hasta servil y aduladora; aunque el odio y la destructividad se ponen claramente de manifiesto en cuanto la relación frustra los intereses de la organización narcisista o amenaza con despertar sentimientos de dependencia.

Tal vez la breve explicación de esta clasificación pueda resultar algo pesada y hasta cierto punto incomprensible; si es el caso mis disculpas sinceras; sin embargo, resulta inevitable hacer referencia a estos tópicos cuando tratamos de entender algo tan complejo como es la mente humana. De cualquier manera, hagamos una síntesis en forma más sencilla.

La personalidad narcisista se caracteriza por un patrón de grandiosidad que se expresa en fantasías o conductas que incapacitan al individuo para ver al otro tal cómo es, como un ser independiente y diferente. Siente y piensa que todos deben someterse a sus puntos de vista (porque él es quien siempre está bien y tiene la razón); tiene una inagotable sed de admiración

y adulación; suele exhibir una gran autoestima y seguridad, etc. Sin embargo, todas estas características de una imagen artificialmente sobrevalorada– hasta lo patológico – no es más que la apariencia que necesita el narcisista para ocultar o camuflar todas las carencias internas que le resultan insoportables. Al ser, en realidad, personas con una autoestima y seguridad muy vulnerables, son extremadamente sensibles a las críticas que pueden llegar a obsesionarles y hacer que se sientan hundidos y desesperados. Son también personas que no toleran la frustración y se defienden de ella refugiándose en sus pensamientos y fantasías de grandiosidad y omnipotencia; al tiempo que devalúan y desprecian todo aquello que es sentido como amenaza a su estado de comfortable superioridad.

Todos estos movimientos que necesita hacer el narcisista llevan implícita una fuerte carga de agresión que lo convierte en una persona fría, calculadora y distante, que sabe disfrazar muy bien con sus expertas dotes de seducción y manipulación necesarias para controlar a sus ‘víctimas’.

No podemos olvidar que estamos hablando de mecanismos inconscientes en buena parte, por lo que, aunque nos parezcan personas ‘desagradables’ debemos recordar que se encuentran presas en su propia trampa y, en el fondo, sufren.