COLLECTION

Les Essentiels de la Psychologie Appliquée

ENCYCLOPÉDIE DU PERVERS NARCISSIQUE



Gildas Garrec

Psychopraticien en thérapie cognitivo-comportementale

psychologieetserenite.com

Les Essentiels de la Psychologie Appliquée

ENCYCLOPÉDIE DU PERVERS NARCISSIQUE

Gildas Garrec

Psychopraticien en thérapie cognitivo-comportementale

psychologieetserenite.com

© 2026 Gildas Garrec — Psychologie et Sérénité
Tous droits réservés.

Les Essentiels de la Psychologie Appliquée
Première édition — Mai 2026

Avertissement : Ce livre est un outil d'information et de développement personnel.
Il ne remplace en aucun cas un suivi thérapeutique professionnel.

Chapitre 1 : Narcisse dans la mythologie

Introduction : pourquoi commencer par un mythe ?

Toute encyclopédie consacrée au « pervers narcissique » — expression forgée par le psychanalyste français Paul-Claude Racamier (1986) et popularisée par Marie-France Hirigoyen (1998) — doit affronter un paradoxe initial : le mot central de son objet, narcissique, ne provient ni de la médecine, ni de la psychologie expérimentale, mais d'un récit poétique vieux de deux millénaires. Avant d'être un critère diagnostique du DSM-5 (American Psychiatric Association [APA], 2013) ou une catégorie du langage courant, le narcissisme fut un mythe. Comprendre ce mythe n'est pas un détour érudit : c'est saisir la matrice symbolique dont tous les usages ultérieurs — cliniques, philosophiques, populaires — sont les héritiers, parfois fidèles, parfois infidèles.

> *Point essentiel.* Le mythe de Narcisse ne décrit pas un homme qui s'aime trop : il décrit un être incapable de relation*, prisonnier d'une image qui ne peut rien lui rendre. Cette nuance, présente dès Ovide, sera au cœur des conceptualisations cliniques modernes du narcissisme pathologique.*

Précisons d'emblée la position éditoriale de cet ouvrage : le « pervers narcissique » du discours francophone contemporain n'est pas une catégorie diagnostique reconnue par les nosographies internationales. Le DSM-5 décrit un Trouble de la personnalité narcissique (Narcissistic Personality Disorder, NPD), défini par neuf critères dont le sentiment grandiose de sa propre importance, le besoin excessif d'admiration et le manque d'empathie (APA, 2013). Le « pervers narcissique », lui, est un concept psychanalytique français (Racamier, 1986, 1992) devenu une notion populaire désignant un mode relationnel destructeur. Tout au long de ce tome, nous distinguerons rigoureusement ces deux registres — le clinique et le populaire — dont la confusion est l'une des principales sources de malentendus dans la littérature grand public (Garrec, 2026c). Mais l'un comme l'autre descendent du même récit fondateur, qu'il faut maintenant relire attentivement.

1.1 Ovide : le récit canonique des Métamorphoses

1.1.1 Contexte et structure du récit

C'est au poète latin Ovide (43 av. J.-C. – 17/18 apr. J.-C.) que nous devons la version la plus complète et la plus influente du mythe. Elle figure au Livre III des Métamorphoses (v. 339-510), vaste poème épique achevé vers l'an 8 de notre ère (Ovide, trad. 1992). Le récit ovidien articule deux destins : celui de la nymphe Écho et celui du jeune Narcisse. Cette articulation est capitale — les réécritures modernes qui isolent Narcisse de son interlocutrice manquée perdent la moitié du sens du mythe.

Le récit s'ouvre sur une prophétie. Interrogé sur le destin du nouveau-né Narcisse, fils du fleuve Céphise et de la nymphe Liriopé, le devin Tirésias répond que l'enfant vivra vieux « s'il ne se connaît pas » (si se non noverit, Ovide, trad. 1992, III, v. 348). Ce renversement délibéré de la maxime delphique « connais-toi toi-même » signale d'emblée que le mythe traite d'un rapport pathologique à la connaissance de soi : il existe une manière de se voir qui détruit, une captation par sa propre image qui interdit la vie.

1.1.2 Écho : la parole amputée

Narcisse, parvenu à sa seizième année, est d'une beauté qui suscite le désir de « beaucoup de jeunes gens et de beaucoup de jeunes filles » ; mais « dans ce corps si tendre régnait un orgueil si dur que ni jeunes gens ni jeunes filles ne purent le toucher » (Ovide, trad. 1992, III, v. 353-355). Survient Écho, nymphe punie par Junon : pour avoir retenu la déesse par ses bavardages pendant les infidélités de Jupiter, elle est condamnée à ne plus pouvoir parler la première, ni se taire quand on parle — elle ne peut que répéter les derniers mots entendus.

La scène de rencontre est l'un des sommets du poème. Écho, éprise, suit Narcisse dans les bois sans pouvoir l'aborder. Lorsque le jeune homme, séparé de ses compagnons, crie « Y a-t-il quelqu'un ? », elle ne peut que répondre « quelqu'un ». Au « Viens ! » de Narcisse répond son propre « viens » renvoyé. Le dialogue culmine dans un malentendu tragique : « Plutôt mourir que de m'unir à toi », lance Narcisse ; « m'unir à toi », répond Écho, qui se jette vers lui les bras ouverts. Repoussée, humiliée, elle se retire dans les grottes, se consume de chagrin jusqu'à ce que son corps disparaisse : il ne reste d'elle qu'une voix et des os changés en pierre (Ovide, trad. 1992, III, v. 379-401).

> *Définition clé — Écho comme figure de la victime d'emprise.* Dans la lecture psychodynamique contemporaine, Écho préfigure la position de la personne prise dans une relation d'emprise : privée de parole propre, réduite à renvoyer les mots de l'autre, progressivement vidée de sa substance jusqu'à l'effacement. Cette lecture est une interprétation symbolique*, non une donnée empirique ; mais elle éclaire remarquablement les descriptions cliniques modernes de l'érosion identitaire des victimes (Hirigoyen, 1998 ; Garrec, 2026b).*

Il faut souligner la précision presque clinique du dispositif ovidien. Écho n'est pas simplement silencieuse : elle parle, mais sa parole n'est jamais initiée par elle. Elle ne peut exister dans le langage qu'en second, en réponse, en reflet sonore. Les travaux contemporains sur l'emprise relationnelle décrivent un processus analogue : la victime, au terme des phases d'idéalisation, d'isolement et de déstabilisation, n'exprime plus ses propres besoins mais anticipe et reformule ceux de l'agresseur (Hirigoyen, 1998 ; Dutton & Painter, 1993). Le mythe condense en une image — la nymphe devenue pur écho — ce que la psychologie du traumatisme décrira comme la perte d'agentivité.

1.1.3 La malédiction et la source

Narcisse ayant repoussé tous ses prétendants, l'un d'eux lève les mains au ciel : « Qu'il aime donc à son tour, et qu'il ne puisse posséder ce qu'il aime ! » (Ovide, trad. 1992, III, v. 405). Némésis, déesse de la juste rétribution, exauce la prière. La punition n'est donc pas l'amour de soi en tant que tel : c'est l'amour impossible à consommer, la condamnation à désirer sans jamais atteindre. Nuance essentielle, souvent perdue dans les usages courants du terme « narcissique ».

Épuisé par la chasse, Narcisse s'allonge près d'une source « au flot argenté et brillant, que ni les bergers ni les chèvres n'avaient troublée » (Ovide, trad. 1992, III, v. 407-410). Se penchant pour boire, il aperçoit son reflet et s'en éprend instantanément — sans savoir, dans un premier temps, que c'est lui-même qu'il contemple : « Il se désire sans le savoir ; celui qui approuve est lui-même approuvé ; tandis qu'il cherche, il est cherché » (III, v. 425-426). Ovide multiplie les formules en miroir, la syntaxe même du poème mimant la structure spéculaire de la scène.

Le moment décisif survient lorsque Narcisse comprend : « Iste ego sum ! » — « Celui-là, c'est moi ! » (III, v. 463). Contrairement à une idée reçue, le Narcisse ovidien n'est pas dupe jusqu'au bout : il accède à la reconnaissance de l'illusion, et c'est précisément cette lucidité qui le tue. Sachant que l'objet de son amour n'est que lui-même, il ne peut ni y renoncer ni le posséder. Il dépérit au bord de l'eau, consumé par un feu intérieur, tandis qu'Écho, invisible, répète ses dernières plaintes — jusqu'à l'ultime « Adieu » redoublé. À l'endroit de son corps, on ne trouve qu'une fleur au cœur safran entourée de pétales blancs : le narcisse (III, v. 509-510).

1.2 Pausanias : la version rationalisée

Le géographe grec Pausanias (IIe siècle apr. J.-C. — et non le IXe, erreur parfois rencontrée dans la littérature secondaire), dans sa Périégèse ou Description de la Grèce (IX, 31, 7-9), rapporte le mythe en rationaliste sceptique : il juge « absurde » qu'un jeune homme en âge d'aimer ne sache pas distinguer un homme de son reflet (Pausanias, trad. 1998). Il transmet alors une variante moins connue : Narcisse aurait eu une sœur jumelle, parfaitement semblable à lui, qu'il aimait et qui mourut. Inconsolable, il prit l'habitude de contempler son propre reflet dans la source, sachant qu'il s'y voyait lui-même, mais y cherchant l'image de la disparue — « quelque soulagement à son amour » (IX, 31, 8).

Cette version déplace radicalement le sens du mythe : le reflet n'y est plus le piège de l'auto-captation, mais un substitut du deuil impossible. Narcisse ne s'aime pas ; il aime, à travers soi, un autre perdu. Certains auteurs psychodynamiques y ont vu une préfiguration des théories qui relient le narcissisme pathologique à une blessure d'objet précoce — l'hypothèse, développée au XXe siècle par Kohut (1971) et Kernberg (1975), selon laquelle la grandiosité narcissique compense une carence relationnelle primitive. Il s'agit là encore d'une lecture rétrospective : Pausanias ne fait pas de psychologie, il fait de la mythographie critique. Mais la coexistence des deux versions, dès l'Antiquité, montre que le mythe portait déjà en germe ses deux interprétations modernes : le narcissisme comme excès d'amour de soi (lecture ovidienne vulgarisée) et le narcissisme comme défaut d'être, comme tentative désespérée de combler un vide (lecture clinique contemporaine).

1.3 Analyse symbolique : la source, le reflet, l'impossible relation

1.3.1 La source comme miroir

La source ovidienne n'est pas un miroir quelconque. Ovide insiste : elle est vierge, intouchée, d'une pureté absolue. Le miroir d'eau est un miroir vivant et instable — il suffit d'une larme de Narcisse pour que l'image se trouble et « s'enfuie » (III, v. 475-476). Le reflet est donc à la fois parfait et infiniment fragile : toute tentative de contact le détruit. On tient ici ce que l'on pourrait appeler la proto-définition du narcissisme : un rapport à une image idéale de soi qui ne supporte aucune mise à l'épreuve par le réel. La clinique moderne du NPD décrira ce même mécanisme sous les termes de self grandiose et de vulnérabilité narcissique : l'image grandiose s'effondre au moindre contact avec la critique, la limite, la frustration (Ronningstam, 2005 ; Pincus & Lukowitsky, 2010).