

4.2. La Baba Jaga, l'Ombra e la Rabbia



*“Venite, Spiriti che presiedete a pensieri di morte, toglietemi
il sesso
e riempitemi tutta, dalla testa ai piedi, della più spietata
crudeltà!
Rendete denso il mio sangue, fermate l'accesso alla
compassione
affinché nessuna compunta visita dei sentimenti naturali
scuota il mio tristo proposito o ponga tregua tra questa e
l'esecuzione!
Venite alle mie mammelle di donna e mutate il mio latte in
fiere,
voi ministri d'assassinio, dovunque nelle vostre sostanze
invisibili,
atte dette ai misfatti della Natura!
Vieni densa Notte e avvolgiti nel più scuro fumo d'Inferno,
affinché il mio coltello acuminato non veda le ferite che fa,
né il cielo si affacci attraverso la coltre del buio, per gridare
‘Ferma, ferma!’”*

(da Shakespeare, *Lady Macbeth*)

La Baba Jaga è la parte ombra venuta alla luce, seppur nell'ombra stessa, ed ha la facoltà di risvegliare la parte ombra di ognuno di noi.

Per i protagonisti delle fiabe affrontare la strega significa affrontare la propria ombra, integrarla, superando i propri limiti e allargando il proprio Sé, andare verso le profondità più nascoste. Proprio là in fondo si trovano grandi tesori, l'intuito selvaggio, la forza intensa e sapiente, collegata all'archetipo della Grande Madre.

La Baba Jaga diventa la *conditio sine qua non* della necessità individuale di andare oltre le proprie immagini archetipiche, affrontarne l'ombra e trasformarne il lato distruttivo e caotico in costruttivo e soccorrevole, perché tutto ciò venga riconosciuto ed accettato.

Parlo di ombra e mi arriva immediatamente l'immagine di Peter Pan e la sua spasmodica ricerca dell'ombra. Finché non se la farà cucire addosso da Wendy, non sarà mai un uomo completo. Infatti Peter resta eterno bambino.

...

Secondo Jung l'*Ombra* rappresenta la prima raffigurazione archetipica che si incontra lungo il cammino della via interiore e, come in uno specchio, rimanda la nostra immagine interiore. Con la Baba Jaga improvvisamente siamo messi di fronte alla nostra ombra: è il limite personale e, se ben integrato, diventa la lanterna verso passaggi evolutivi e archetipi sempre più numinosi.

L'ombra, percepita come la parte negativa, fa parte della personalità, anche se non è sviluppata perché viene negata. Contiene le caratteristiche non accettate dall'io, che noi neghiamo con forza, disconoscendole, perché ce ne vergogniamo. Sono gli istinti animaleschi che, come sostiene la

psicologa psicoterapeuta Antonietta D'Angicco, potremmo aver ereditato dai nostri antenati non umani.

L'Ombra coincide col nostro inconscio, quanto più ci rifiutiamo di riconoscere questa parte e a negarle l'integrazione, tanto più essa è oscura e pesante e può esplodere improvvisamente rivolta verso di noi o verso l'esterno.

“Appeso alle nostre spalle, ognuno di noi porta con se un invisibile sacco in cui ha imparato a mettere tutte le parti di se stesso non gradite ai propri genitori, per evitare di perdere il loro amore.” (da *Il piccolo libro dell'Ombra* di Robert Bly)

Gran parte del *sacco* è occupato dalle funzioni e dagli atteggiamenti non sviluppati della personalità e dagli istinti incontrollabili.

Nell'Ombra, *i sotterranei dell'anima* come la definisce Jung, la rabbia è la padrona di casa.

“Se abbiamo la rabbia dentro di noi e non le cuciamo un vestito adatto, se la teniamo chiusa nell'armadio oppure la lasciamo andare in giro nuda a urlare contro tutti quanti, vuol dire che non onoriamo la nostra rabbia.” (*ibidem*, da Robert Bly)

Onorare la propria rabbia significa riconoscerla e darle un posto dentro di noi.

La rabbia è un'emozione, da sempre considerata negativa, insieme alla paura e alla tristezza, ma è alla base di gran parte dei nostri comportamenti. Onorarla significa sentirla, riconoscerla, accettarla, smettere di negarla, affrontarla ed imparare a gestirla. Invece ci hanno sempre insegnato a reprimerla, costringendoci ad utilizzare meccanismi difensivi sempre più disfunzionali per difendere la nostra integrità psichica. E' necessario allearci alla nostra rabbia per entrare in contatto con la nostra sfera emotiva più intima.

La rabbia è alla pari di tutte le altre emozioni. Va espressa e non repressa. Come si fa per esprimere e rendere consapevole tale emozione? Per esempio si ascolta, si può incanalare con pratiche fisiche e movimenti, si prova a verbalizzarla. Questo potrebbe essere un esercizio da insegnare sin dall'infanzia.

Riconoscere l'emozione in un bambino, e allo stesso tempo fargliela riconoscere, promuove la sua capacità di entrare in contatto con la sua sfera emotiva e rappresenta un'occasione di intimità tra genitori e figli, tra insegnante e alunno, consolidandone il legame.

Un'educazione che insegni a nominare i diversi stati emotivi e a raccontarli senza paura di essere giudicati, l'atto stesso di dare un nome a ciò che si prova, può dare un grosso contributo allo sviluppo armonico di ogni persona.

La Baba Jaga onora la propria rabbia, la utilizza in tutta la sua potenza, vive coscientemente gli aspetti più truci di essa, che per i più sono ricacciati nell'ombra. Tutto ciò che è considerato negativo lei non nasconde, come le forze inconsce più primitive, le pulsioni più oscure e rinnegate, simbolo di tutto ciò che la donna o l'uomo non riconosce e non vuole vedere in sé, dall'aggressività, agli istinti senza limiti, ai sentimenti più forti come la voracità e la malvagità, che l'educazione ha addomesticato o addirittura escluso.

Nella fiaba le prove da affrontare rappresentano il toccare con mano la propria parte ombra, conoscerla, percepirla, darle un nome, poterla contattare non più in ombra ma alla luce.

Superare le prove significa contattare l'ombra per poter portare alla luce il suo aspetto positivo, tutto ciò che vi è di vitale, attivo, fecondante, benigno.

Affrontare e vincere la parte ombra significa trovarsi faccia a faccia con aspetti primitivi, arcaici, indifferenziati, caotici, soffocanti del complesso materno.

L'archetipo della Strega è legato alla profondità della terra, nelle cui viscere si aprono le porte dell'inferno e della morte. Nel mito di Demetra e Persefone, Demetra riottiene la figlia per un tempo parziale, che corrisponde alla fecondità e alla fertilità della terra, mentre durante l'altro periodo Persefone è negli Inferi con il suo sposo. Dopo un periodo di disperazione e di distruzione, Demetra accetta e ritorna nell'Olimpo nella luce, avendo conquistato l'armonia con gli Inferi e la realizzazione manifesta di questa unione degli opposti: luce ed ombra, divino e demoniaco, esterno ed interno.

La figura della Baba Jaga simboleggia le profondità abissali dell'inconscio e la morte nella trasformazione, come passaggio necessario verso la vita e la realizzazione del Sé.

L'Ombra è una fonte immensa di creatività.



4.3. Il Femminile e il Maschile integrato

L'insieme di tutti gli archetipi che sono in Baba Jaga indica anche che essa abbia una particolare integrazione tra principio femminile e maschile.

...

Per Jung il *Maschile* e il *Femminile* sono tra gli archetipi fondanti l'inconscio collettivo. Il *Maschile*, con gli archetipi del *Padre*, dell'*Animus*, dell'*Ombra*, ed il *Femminile*, con quello della *Grande Madre*, dell'*Anima*, della *Luce*. L'*Animus* è un archetipo attivo, che esprime la parte

maschile della psiche, quella che ragiona, propone, agisce e lotta per conquistare ciò che vuole, è anche rappresentato dal *Sole* e dai pianeti così detti maschili. L'*Anima* è un archetipo ricettivo e percettivo, è la parte femminile della psiche, quella che dipende, che crea legami affettivi, che si emoziona e si relaziona, è anche rappresentata dalla *Luna* e dai pianeti così detti femminili. I due archetipi hanno una valenza compensatrice, infatti le caratteristiche non assimilate ai tratti esteriori della personalità, maschili nella donna e femminili nell'uomo, ci spingono a trovare una compensazione attraverso queste due opposte funzioni.

Jung sostiene che l'Animus sia la componente inconscia maschile della personalità della donna. È un'immagine portatrice di luci ed ombre. La donna imparerà a conoscerla a seconda degli incontri che farà nella vita, che le lasceranno una particolare dose d'energia maschile e che potrà più o meno integrare. Allo stesso modo, l'Anima è la componente inconscia femminile della personalità dell'uomo, anch'essa portatrice di luci ed ombre. L'uomo la incontrerà nelle figure femminili della sua vita, fino a viverla in prima persona, accettandola anche nelle sfumature d'ombra.

Questi due archetipi sono la base del modello ideale di uomo e di donna, appreso nell'infanzia e forgiato sulle luci e le ombre paterne e materne, a cui l'uomo e la donna tenderanno e da cui saranno naturalmente attratti.

L'Animus è strettamente collegato al principio maschile *Logos*, la capacità di risolvere le situazioni attraverso la razionalità e la parola, mentre l'Anima è strettamente collegata al principio femminile *Eros*, la capacità di relazionarsi, di entrare in empatia e riconoscere il valore dei sentimenti, di saper cogliere il senso profondo e ciclico della vita.

In particolare l'Anima viene definita da Jung *l'archetipo della vita*, perché è strettamente collegata all'inconscio e può quindi dare un senso a tutto ciò che *Logos* sceglie. L'Anima è legata alla coscienza matriarcale e permette il contatto con l'inconscio, l'Animus alla coscienza razionale patriarcale.

Solo per mezzo dell'Anima si può avere accesso all'inconscio.

Erich Neumann sostiene che “...il contatto con l'inconscio si può ristabilire attraverso l'Anima, suo lato femminile, e attraverso la realizzazione della coscienza matriarcale ad essa congiunta. La sintesi di una nuova conoscenza illuminata, frutto dell'unione tra maschile/Anima e femminile/Animus, è simbolo di completamento e fecondazione reciproca, ben rappresentati nella scrittura cinese con il segno *Ming*, ovvero fusione tra sole e luna”. (da Erich Neumann *La psicologia del femminile*, Casa Editrice Astrolabio, Roma 1975)

E a questo punto ritorno alla Baba Jaga e ai suoi indovinelli, tranelli o prove di pazienza e di attesa: essa è come se inducesse alla ricerca dell'Anima dentro di sé. Solo chi è illuminato dalla sua stessa Anima potrà capire ed oltrepassare.

È grazie all'Anima che possiamo entrare in contatto con la nostra creatività, le nostre profonde emozioni, le nostre passioni intense e partecipare al flusso delle emozioni e delle percezioni, è grazie all'Anima che possiamo aprirci ad un mondo immaginario più sensibile, ed aderire alla totalità della realtà.

Nelle fiabe è l'Anima che infonde coraggio all'eroe, così come allo stesso tempo è l'Anima-principessa che aspetta l'eroe e la ricompensa per lei sarà entrare in contatto con la parte maschile che non conosce, che illuminerà quelle parti inconsce che altrimenti resterebbero oscure, per lui la parte femminile, la culla della sua sensibilità. Ma anche la fanciulla che incontra la Baba Jaga non è

solo indotta a conoscere, coltivare e difendere le qualità della sua Anima, radice del suo stesso essere donna, ma anche a trovare le qualità maschili del suo Animus, il Logos che è dentro di lei e che potrà esprimere con le modalità del mondo femminile, ben diverse dalle modalità del mondo maschile, con la saggezza interiore che le ha donato la vita.

L'Animus nella donna ha una componente collettiva che riassume l'esperienza del femminile col maschile espressa lungo il corso della storia, ed una componente individuale, che si è strutturata nella donna attraverso la relazione con le figure maschili del suo ambiente più ristretto: il padre, il fratello, altre figure maschili che facevano parte del suo mondo di bambina.

Entrare in contatto con una parte di sé, che non siamo state abituate ad usare o a riconoscere come nostra, è una scoperta sconvolgente, genera paura, un ritirarsi, una negazione e una rimozione, finché non si comprenderà di come sia fondamentale entrare in relazione con questa parte.

Lo psicoanalista junghiano Murray Stein sostiene che la donna *“farà così nascere nuove immagini dello Spirito, nuovi modi di apprezzare l'anima, nuovi significati per la propria storia e per la storia collettiva. Potrà continuare a nutrire questa relazione nel suo cuore; essa la nutrirà, la ispirerà e la guiderà nel lavoro della sua vita. Questa relazione con la parte maschile di sé la renderà indipendente da ciò che gli altri pensano e vogliono da lei. Il senso del proprio valore lo trarrà dal servire questo Spirito di creatività”*. (da Murray Stein *Il principio d'individuazione*)

...

L'inconscio è il deposito di tutti i desideri negati e mai espressi, di tutti i ricordi dolorosi rimossi, ed anche lo scrigno di tutti i potenziali non utilizzati, di tutte le qualità mai sfruttate, ma, se vengono illuminati, possono portare doni e regalare nuovi canali espressivi, capaci di contattare ed utilizzare tutta l'energia creativa rimasta imprigionata.

Ma è necessario prima separare gli opposti, ben differenziarli e prenderne consapevolezza.

Questo è un passaggio fondamentale nel processo d'individuazione.

La Baba Jaga non solo integra i due archetipi, maschile/femminile, Animus/Anima, Sole/Luna, ma anche tutte le altre coppie di opposti che ho precedentemente illustrato. Come tutti gli archetipi è ambivalente. Essa non ha timore di essere scissa in due, anzi, ne va fiera e invita chi va a trovarla a fare la stessa cosa.

Tutto e il contrario di tutto.

...