

Nel mezzo del cammin di nostra vita mi ritrovai per una selva oscura

di Fabrizio Ruta

Chi non conosce queste parole della “Divina Commedia” di Dante? Chi non ricorda le favole dell’eroe che affronta il drago e ottiene dal re, per ricompensa, la mano della sua bellissima figlia, la principessa? E chi non ha letto di Ulisse che affronta ciclopi, sirene e prove di ogni genere per tornare alla sua patria natia dall’amata Penelope? In quanti miti si racconta della discesa agli inferi o dell’incontro con l’ignoto “Guardiano della soglia”? Sembrano solo favole, leggende, racconti, storie ormai vecchie che interessano solo i bambini o gli studiosi della cultura classica. Ma così non è. Il cammino dell’eroe racconta la storia di ogni uomo, traccia la via del nostro futuro cammino e getta luce sul significato delle crisi nella nostra vita. Tutti cercano la pace, la serenità e l’armonia e fuggono le difficoltà e i conflitti nella speranza che negando il lato oscuro si possa raggiungere la felicità e la pienezza.

Ma la verità è il tutto e non solo una sua parte, Gesù diceva “sono tra voi per portare la spada che dividerà il marito dalla moglie e i figli dai genitori”, Dio ha due facce una scura e l’altra chiara e entrambe formano l’Unità. Non dobbiamo cercare solo quello che è piacevole e bello, ma scoprire quello che noi siamo, accettare la nostra natura, vedere quello che siamo senza rifiutare le parti che non ci piacciono e che giudichiamo. La seguente formula di R. Dahlke è estremamente chiara per chi si sofferma a riflettere su di essa:

$$\text{IO} + \text{OMBRA} = \text{Sè}$$

Questo significa che diventiamo completi e raggiungiamo il nostro vero essere solo quando integriamo l’ombra nella nostra vita cosciente. La “selva oscura” rappresenta quindi il passaggio che ci porta a confrontarci con le tenebrose ombre che si muovono minacciose nella nostra anima. L’incontro col Drago rappresenta il momento in cui facciamo i conti con noi stessi e con la nostra vita. Il fascinosa canto delle sirene è la metafora di tutti i falsi bisogni sui quali costruiamo la nostra esistenza... Dentro di noi esiste un inferno e un paradiso, tutto il male e tutto il bene del mondo, bellezza e bruttezza, amore e odio... questa è la verità sulla nostra natura. Ma, finché non ci imbattiamo nella nostra personale “selva oscura”, continuiamo a vivere nella finzione, nella falsità e nelle maschere. Crediamo di essere persone perbene, ci convinciamo di essere felici, cerchiamo di evitare i problemi, le difficoltà e il dolore... combattiamo tutta la vita per non doverci mai trovare sperduti nel tenebroso e spaventoso bosco del nostro Sé inferiore... e così facendo fuggiamo continuamente da noi stessi e dalla vera gioia e pienezza.

Infatti, come Dante insegna, non si può raggiungere il paradiso se non attraversando prima l'inferno.

Intrecciando quanto detto finora con il modello della maschera, se inferiore e se superiore (mappa della personalità) capiamo che finché continuiamo a vivere nella finzione, nel moralismo, nella tiepida tranquillità (identificandoci con la maschera), finché non riscopriamo l'eroe dentro di noi e con coraggio prendiamo in mano il nostro destino decidendo di affrontare il terrificante drago interiore (il Sé inferiore): le più spaventose paure, il dolore profondo e inconsolabile, la distruttività più potente e inarrestabile, l'immensa tristezza, il vuoto, la noia... tutto dentro di noi sembra così terribile e mostruoso che abbiamo paura di perdere la ragione, l'identità, la stima e l'amore dei nostri cari, se solo ci permettiamo di sentire lo strato poco sotto la maschera. Ma quando l'ardente passione per la verità ci porta infine a guardare negli occhi il mostro dalle sette teste iniziamo a ricevere i primi doni:

- con la paura riceviamo la prudenza e il senso del limite;
- insieme alla rabbia arriva la forza;
- attraverso l'orgoglio cresce in noi l'autostima e il valore;
- accettando la tristezza riceviamo in dono la dolcezza e la tenerezza;
- perdendoci nel vuoto sopraggiunge la pace.

Questo perché il Sé inferiore, con la sua negatività e distruttività, è solamente una distorsione del Sé superiore. Solo la luce esiste realmente, l'ombra è solo un'assenza, una privazione. Infatti quando la luce incontra l'ombra quest'ultima è destinata inesorabilmente a sparire, non c'è lotta né confronto... semplicemente il buio diventa luce. L'unica vera realtà è la luce ma, per comprenderla, occorre confrontarci con la sua assenza temporanea, l'ombra, e, così come Dante, scendendo all'inferno (Sé inferiore) ci troviamo inesorabilmente condotti sulla strada del paradiso (Sé superiore).