

---

# VASSILISSA

## Recuperare e coltivare l'intuito femminile

conduttori: Daniela Vignola

---

---



### ***1 - Lasciar morire l'ottima madre, ricevere in dono la bambola***

Questo significa lasciare un periodo di sicurezze e protezione verso il rischio di nuove esperienze che potrebbero anche farci soffrire ma sono indispensabili per la propria crescita. In noi c'è sempre una parte che tenderebbe a restare nell'ovatta di un mondo tranquillo e conosciuto, anche se questo significa non evolversi.

Consentire all'ottima madre di morire per poter iniziare il processo di iniziazione. L'insegnamento della storia in questo caso è lo sprone a muoversi verso territori inesplorati, ma non senza il dono della madre: la bambola di pezza.

### ***Attività esperienziale***

Creare con un tovagliolo bianco la propria bambola e darle un nome. Realizzare un'installazione con tutte le bambole ( se possibile sospesa) e chiudere in cerchio sedute sotto ad essa.

---

*Tovagliolo bianco richiama il fazzoletto bianco dei saluti alle partenze.*

*Colore bianco: colore del nuovo, dell'anima, dello spirito, del latte materno, della morte, della pagina bianca da cui iniziare la propria storia.*

## **2 - Fare esperienza degli elementi oscuri della psiche, spegnimento della luce**

Una volta risolto il lutto della madre buona (che comunque rappresenta un aspetto della psiche) la piccola Vassilissa si ritrova in una nuova famiglia, perché il padre sposa una matrigna che porta con sé cattive sorelle. Come in cenerentola, troviamo qui la mortificazione dell'anima della giovane donna, da parte di aspetti terribili della psiche, (anche la matrigna e le sorellastre rappresentano parti della nostra psiche) che provocatoriamente la beffeggiano, considerandola incapace e inferiore. A chi di noi non è capitato di farsi tiranneggiare dai propri vissuti di inadeguatezza e inferiorità, ai quali ci siamo piegate con mestizia, credendo che davvero quello fosse il nostro destino? Anche Vassilissa obbedisce ed esegue, senza ribellarsi...finché un bel giorno il fuoco finisce. E quella che può sembrare una tragedia – recarsi nel bosco a chiedere il fuoco alla strega Baba Jaga – diventa il passaggio fondamentale del risveglio. Bisogna fare esperienza degli elementi oscuri della psiche, che ci schiacciano, ci schiavizzano, per imparare che essere troppo buoni non ci fa avanzare.

### **Attività esperienziale**

Danz'art lavoro sulla conduzione.

A coppie, una guida l'altra con un bastoncino, guidandola nei movimenti che vuole, chi è guidato deve accogliere la guida. ( a turno)

A coppie, davanti ad un foglio a muro, una guida la mano dell'altra nel tracciare segni sul foglio. (a turno)

*Come ci si sente a essere guidati in modo obbligato? Che tipo di relazione è? Una relazione senza dialogo e di accettazione passiva. Come stiamo in una relazione così?*

## **3 - La navigazione dell'oscurità, la foresta**

Il terzo compito di Vassilissa è quello di ascoltare (ascoltando la bambola, impara la via del ritorno alla madre selvaggia) e nutrire la bambola (nutrendo la bambola, impara a nutrire l'intuito) la sua bambola, durante l'avventurarsi nel bosco, luogo di ricerca per eccellenza. La bambola, porta dentro di sé la saggezza profonda della madre, ma è in contatto anche con le nuove potenzialità della figlia, per questo fra loro c'è una magica empatia.

### **Attività esperienziale**

Lavoro a luci spente per fare esperienza dell'oscurità.

---

Mandato: vi svegliate nel cuore della notte e vi trovate in una foresta. Qualcosa vi attrae. Rappresentare con i materiali artistici a disposizione.

#### **4 - Affrontare la Strega selvaggia**

Entrando finalmente in contatto con la Baba Jaga, il femminile di Vasilissa entra nella dimensione dell'eccentrico e sopra le righe. Il compito da portare a termine è proprio il familiarizzare con questa creatura spaventosa, dalla quale però si possono apprendere importanti lezioni. La Baba Jaga altro non è che la natura selvaggia che abita ogni donna, che tanto più è sconosciuta tanto più spaventa e terrorizza. Abita il bosco perché l'abbiamo relegata nell'ombra della psiche, ma la sua forza è grande e giusta.

In questa fase Vasilissa impara a

- sopportare l'incontro con la Dea selvaggia
- assumere alcuni suoi colori, mangiando il suo cibo
- affrontare il grande potere altrui e poi il proprio
- lasciare morire ancora di più la bambina fragile e troppo amabile

“ Il dono della bambola intuitiva fatto dalla madre amabile originaria è incompleto senza l'assegnazione dei compiti e il controllo dei medesimi da parte della vecchia selvaggia”.

#### **Attività esperienziale**

Lavoro di coppia con fusaggine e gessetti colorati. (cerchio e infinito prima con fusaggine, scambio posto e colore con gessetti colorati).

Incontro con l'altro, che è da “sopportare” ( nel lavoro personale l'altro interviene con i suoi colori), che è da arricchire ( quando noi portiamo il colore nel lavoro dell'altro, portiamo quanto è nostro).

#### **5 - Servire il non razionale, ordinare, nutrire, creare energia e idee**

I compiti della strega sono il complemento della presenza della bambola: senza le prove ardue e impossibili della Baba Jaga anche le mille risorse della bambola divengono senza scopo. Questo significa che senza un percorso di iniziazione del femminile in noi, anche l'intuito che ci abita non può emergere. La permanenza nella casa della strega fa sì che la bimba ingenua impari da lei e faccia propri alcuni aspetti selvaggi ( acclimatarsi ai grandi poteri selvaggi della psiche). Vasilissa lava il bucato (= purifica e dà nuova forma alla persona della Baba Jaga, anche dentro se stessa) ramazza (= fa ordine nella psiche) cucina (=nutre la psiche selvaggia) e acquisisce i modi e uno stile di vita finora a lei sconosciuti.

---

Fare il bucato: simboleggia la purificazione della psiche, il rinnovo del tessuto, la restituzione dell'elasticità a quanto si è allentato. Nell'acqua avvengono il rinnovamento e la rivificazione, si riscopre quanto riteniamo di vero e di sacro (lavaggio delle fibre dell'essere).

Simbolismo archetipo: indumenti = persona, ovvero la prima visione che gli altri hanno di noi, o, più antico, identificazione con uno spirito.

Fare le pulizie: la propria vita selvaggia va tenuta in ordine regolarmente. Nello spazio sgombro, la natura selvaggia delle donne fiorisce meglio.

Nutrire: per nutrire bisogna accendere il fuoco. La donna deve voler bruciare di passione, di parole, di idee, di desiderio per ciò che ama davvero. Il fuoco va curato, la Baba Jaga va nutrita, le nostre idee vanno cucinate.

Potrebbe sembrare che la vecchia non faccia altro che ripercorrere le umiliazioni della matrigna e sorellastre, invece, anche se viene espressa come una sfida, la prova che dà alla piccola è un modo per permetterle di superare i suoi limiti. Ogni volta che sfidiamo noi stesse, con la sicurezza che in qualche modo ci sentiamo di essere sulla strada giusta, significa che siamo fuori dalle trappole della matrigna (sterili ricerche di approvazione) e siamo invece nel percorso di crescita, sulle orme della strega selvaggia.

### ***Attività esperienziale***

Da un groviglio di fili di diversi colori/materiali/lunghezze, creare la propria matassa, fulcro di nuova energia.

(eventualmente fare creare un elaborato con la matassa realizzata)

## ***6 - Selezionare e separare, apprendere e discriminare, osservare il potere dell'inconscio***

Vassilissa deve dividere e separare migliaia di piccolissimi semi, che rappresentano la capacità di discernere e curare le proprie idee.

Apprendere e discriminare facendo sottili distinzioni nel giudizio.

Osservare il potere dell'inconscio (le mani nell'aria che lavorano).

Apprendere di più sulla vita e sulla morte (semi di papavero).

### ***Attività esperienziale***

Caviardage (sia libero che a tema).

Il lavoro libera sì l'inconscio ma include sempre una base di controllo nella scelta delle parole da selezionare)

---

## **7 - Porre domande sui misteri per conoscere**

E infine la bambina chiede, perché non si limita solo a fare, ma vuol conoscere, vuol sapere quali sono le leggi del mondo.

Domande sui misteri per cercare di saperne di più.

Domande sui cavalieri bianco, rosso e nero. Ognuno ha sia nature di morte che di vita.

Nero:

- colore del fango, del fertile-vita
- colore della morte, oscuramento della luce
- colore del mondo tra i mondi, la promessa che conoscerà presto ciò che era ignoto

Rosso:

- colore della collera, del sacrificio, del delitto
- colore della vita, vibrante, emozione dinamica, eccitazione, eros, desiderio
- promessa di una nuova nascita

Bianco:

- colore del nuovo, del puro, dell'intatto
- colore dell'anima, dello spirito
- colore del nutrimento, del latte materno
- colore dei morti, dei morti che hanno perso il rosso della vitalità
- bianco, come pagina bianca, promessa di un nuovo inizio

“Non dover porre troppe domande” = semplicemente ci sono cose che non possono essere conosciute. Non silofono conoscere troppo misteri divini dal mondo sotterraneo, non bisogna forzare, la comprensione arriverà.

### ***Attività esperienziale***

Striscione a muro, tracciare a turno (es schiera) segni con pastello nero e rosso, poi tutte insieme con tempere rossa bianca e nera riempire gli spazi. Ogni partecipante selezionerà una porzione di lavoro ( perché ci vede un'immagine o semplicemente per attrazione) e potrà lavorarci per fare emergere contenuti ( immagini o parole, pensieri).

## **8 - Stare a quattro zampe e ricevere il teschio infuocato**

Saper guardare alle situazioni della propria vita con nuovi occhi ed esser capace di tornare alla vecchia casa, in possesso del fuoco. Gli insegnamenti della donna selvaggia non possono restare relegati nella consapevolezza dell'anima, anzi, necessitano di applicazione concreta nella nostra vita quotidiana, per poterci rendere delle donne nuove, che affrontano anche vecchi problemi con inaspettate risorse. Si tratta dell'acquisizione di un potere (rappresentato dal bastone col

---

teschio di fuoco che illumina il cammino), importante tappa per affrontare gli aspetti ombra che in agguato aspettano un'altra occasione per infierire di nuovo. Una volta che ci siamo scoperte anche capaci di prendere in mano il fuoco della nostra vita, di portare avanti le nostre esigenze, sarà difficile ricadere nelle grinfie delle megere, perché la nostra psiche non è più solo troppo buona e accondiscendente, ma capace di incenerirle all'istante.

La nostra psiche si è scoperta una forza straordinaria, che a tratti fa paura (infatti Vassilissa ha la tentazione di gettare via il bastone) perché ci obbliga ad affrontare e sapere, a non poter tirarsi indietro di fronte alle situazioni sulle quali fa luce.

Teschio = icona di un sapiente ancestrale da portare con sé nella vita. Offre una visione della vita attraverso una luce nuova.

### ***Attività esperienziale***

Rappresentare la propria donna selvaggia attraverso la sagoma corporea. Collocare lumino torcia sulla sagoma/rappresentare copia di un lumino dove si vuole ( sia all'interno che all'esterno della sagoma, a scelta).

## ***9 - Ripiasmare l'ombra, il teschio è la fiaccola della conoscenza, lasciar morire ciò che deve morire.***

Il teschio è un'ulteriore rappresentazione dell'intuito, è la fiaccola della conoscenza. Il teschio possiede l'io. L'io teme il grande potere del teschio/luce, perché ci fa vedere chiaramente tutti i lati nostri e degli altri.

Una volta tolta la luce/libido/la vita a tutti gli aspetti negativi della psiche, la loro energia viene liberata, riconfigurata.

“Muoia dunque quel che deve morire. Alla luce del teschi fiammeggiante, sappiamo!”

### ***Attività esperienziale***

#### *Lettura*

*“immaginate una grande sala con tavoli carichi di salse e creme, salmone, roast beef, macedonia di frutta, gamberi e riso e curry, yogurt, formaggi. Osservate e vedete che alcune cose vi attraggono e dite a voi stesse: “ecco, prenderò un po' di questo, e un po' di questo e di quest'altro”. Ci sono donne e uomini che per tutta la vita prendono così le decisioni. Attorno a noi c'è un mondo che ci fa continuamente cenno, che si insinua nelle nostre esistenze eccitando e creando appetito dove ve n'era poco, o non ce n'era punto. Quindi scegliamo una cosa solo perché ci è capitata sotto il naso; non è necessariamente quel che vogliamo, ma è interessante, e più la guardiamo e più diventa irresistibile. Quando siamo*

---

*collegate all'io istintuale, all'anima del femminile che è naturale e selvaggia, invece di guardarci in giro per vedere tutto quel che è per caso in mostra, diciamo a noi medesime: di che cosa sono affamata? Senza guardare quanto c'è all'esterno, ci avventuriamo all'interno e ci domandiamo: che cosa desidero ora? Oppure: a cosa aspiro? Per che cosa mi struggo? [...]*

*C'è sui tavoli? Forse sì, forse no. Nella maggior parte dei casi probabilmente non c'è. Dovremo andare alla ricerca, per un po' o per molto tempo. Ma alla fine la troveremo, e saremo contente di aver scandagliato i nostri desideri più profondi. [...] ciò vale in particolare nella scelta del compagno e dell'amante. Un amante non può essere scelto al self service, ma per ardente desiderio dell'anima. Scegliere soltanto perché ci sta davanti qualcosa che ci fa venire l'acquolina in bocca non soddisferà mai la fame dell'anima-Io. Ecco a cosa serve l'intuito: è il messaggero diretto dell'anima.”*

*“Una volta che ci siamo scoperte anche capaci di prendere in mano il fuoco della nostra vita, di portare avanti le nostre esigenze, sarà difficile ricadere nelle grinfie delle megere, perché la nostra psiche non è più solo troppo buona e accondiscendente, ma capace di incenerirle all'istante.”*

Strappare cartoncino nero pensando a quello che si vuole lasciare morire e ricollocare/rielaborare su un foglio bianco. Accompagnare con la respirazione il momento dello strappo. Inspiro pensando a cosa voglio lasciare morire ed espirando compio lo strappo.