

# Relazione Selvatica

*Miti, piante e spiriti della Sardegna che raccontano il nostro legame con la natura non addomesticata*

*Questo testo nasce dall'intervento di Claudia Zedda al Lazzaretto di Cagliari, in dialogo con Mauro Ballero, Adriano Favole e Michele Puxeddu.*

## Introduzione

Il selvatico non è un luogo remoto.  
È la parte di noi che la civiltà ha tentato di addomesticare.

Parlare oggi di *selvatico* non è un esercizio nostalgico, ma un modo per interrogarci sul nostro modo di abitare la Terra, sul confine sempre più fragile fra naturale e artificiale.

## Natura e Selvatico: due mondi intrecciati ma diversi

*Natura e selvatico* non coincidono.

La **natura** è la totalità del vivente: il principio vitale che avvolge uomini e donne, domestico e selvaggio insieme.

Il **selvatico**, invece, è la *natura non addomesticata* — quella che resiste, che sfugge al controllo dell'uomo, che cresce ai margini dell'abitato e della coscienza.

È l'anima indisciplinata della natura, quella che ancora non ha imparato a obbedire.

## Un viaggio nel mondo tradizionale sardo

L'obiettivo di questa riflessione è avvicinarci al concetto di *selvatico* nel mondo sardo tradizionale — un mondo preindustriale, contadino e pastorale, in cui la conoscenza si trasmetteva oralmente.

Per farlo mi servirò di due strumenti preziosi: **il mito**, forma di conoscenza e regolazione del rapporto fra uomo e ambiente, e **la lingua**, che del mondo antico è la custode più fedele.

## Selvatico come soglia

Selvatico, così come natura, sono luoghi reali e immaginari, spesso percepiti lontani dall'abitato, ma che non lo abbandonano mai per davvero.

Questo perché l'uomo — e soprattutto la donna — *Natura se la portano dentro*.

Nel mondo tradizionale sardo, il *selvatico* è il luogo in cui la Natura vive, ma anche quello dove essa mostra il suo potere, benefico o pericoloso.

È uno spazio di libertà e di rischio, dove il confine fra umano e non umano si assottiglia fino a sparire.

Merita ricordare che Natura non era un concetto estraneo all'uomo e alla donna giacché ciascuno se ne sentiva parte. Come ripeteremo spesso il rapporto era di relazione e convivenza, non di separazione.

## Le presenze del selvatico

Nell'immaginario sardo, il selvatico è casa di **creature mitiche o favolose**: *is mamas*, *is janas*, e figure più oscure come *s'aremigu*.

### Is Mamas: le madri del bosco

Is Mamas parlano dell'anima animista del popolo sardo: *proteggi solo ciò che conosci, e ami solo ciò che rispetti*.

Queste figure insegnavano a prendere confidenza con la natura.

Essendo isola, la Sardegna conosceva bene i limiti delle sue risorse.

Per questo acqua, boschi, pesci, erbe e terra si rispettavano.

Donare loro un'anima serviva a ricordarlo.

Un approccio che oggi potremmo riscoprire: un modo per tornare a una relazione, e non a una predazione, con il mondo naturale.

Per approfondimenti: "[Domus de janas patrimonio dell'umanità](#)"

### Janas: le fate sarde

Le Janas abitano il confine fra realtà e mito.

Si raccontava che si mostrassero in aperta campagna, fra i campi, nei boschi, in sogno, nei pressi dei nuraghes, per indicare la presenza di un tesoro destinato alla prescelta o al prescelto.

In questo senso, la natura diventa il luogo nel quale i tesori sono custoditi.

Tramite per riceverli, il divino.

Spetta semplicemente comprendere che forma vogliamo dare ai tesori: ricchezza, oro e gioielli?  
O magari abbondanza, fortuna, salute?

Per approfondimenti “[Janas: le fate sarde](#)”

## Le piante miracolose

La Natura è anche casa di piante miracolose.  
È nella natura selvatica che, secondo il mito, si ritrovano i tesori.

Nelle leggende sarde compaiono piante che sono veri e propri simboli di abbondanza: la *ballariana* (o *ballaiana*) e la *felce maschio*.  
Piante mitiche, leggendarie, favolose, il cui solo ritrovamento garantiva fortuna per un anno o per la vita intera.  
Per approfondimenti [Ballariana: apportatrice di fortuna](#).

## Il selvatico che cura

Il selvatico, per il Sardo, non era solo un luogo con il quale relazionarsi (*is mamas*) o nel quale trovare la propria fortuna (*is janas* e piante mitiche), ma anche un **luogo di guarigione**.

Molte medicine popolari mettono in luce questa visione.  
Quella de *sa mixina de sa figu* (la medicina del fico) è emblematica.

Il *fico selvatico* poteva infatti guarire mali importanti se non aveva mai sentito il suono della campana — ossia, a patto che fosse particolarmente distante dall’abitato, quindi *selvatico* e non domato.

Ma più del rimedio conta il luogo: quel paesaggio selvatico dove corpo e spirito si riconciliavano con la terra.

Che la natura guarisca, d’altronde, ce lo ricordano anche altri due rituali terapeutici: quello dell’*incubatio* e de *s’imbrussinadura*, che garantivano guarigione per via del contatto con la terra.

Per approfondimenti “[Sa figu: la pianta del demonio](#)”

## S’Aremigu: il demone dei confini

Infine, *selvatico* nel mondo sardo era anche **pericolo**.  
Era appunto in questo luogo immaginario e reale che il male, in forma diabolica (*s’Aremigu*), poteva mostrarsi.

Di quelle porzioni di terra nelle quali non cresceva erba si raccontava che avessero ospitato s'Aremigu, apparso di notte a pastori o viandanti.

Nel selvatico convivono luce e ombra, come in ogni creatura viva.  
Non esiste bosco che non ospiti entrambi.

## Il selvatico dentro di noi

Il *selvatico* nella tradizione popolare sarda è uno spazio liminale, di passaggio e trasformazione.

Genera paura, perché non si lascia controllare; desiderio, perché custodisce salute e ricchezza, e rispetto, perché la relazione con la natura non è mai stata di dominio, ma di reciprocità.

E vi ho detto che il Sardo la Natura se la sente dentro, e non me lo rimangio.  
Ogni donna ha *natura* dentro — e in alcune varianti linguistiche anche l'uomo.  
È l'organo riproduttivo, ciò che genera vita.

Non vi sembra affascinante che, nonostante i sacrifici fatti per allontanarci dalla natura, essa rimanga — almeno nel linguaggio — dentro di noi, rappresentando proprio l'origine del vivere?

## Conclusione

*Forse il vero selvatico, come sapevano bene le donne e gli uomini di ieri, non è fuori da noi, ma nella parte più profonda che ognuno di noi custodisce: quella che sa guarire, ci tiene in equilibrio, e ci rende felici. Forse selvatico è il tesoro destinato ma dimenticato. È tempo di ritrovarlo.*

## Claudia Zedda

Antropologa, scrittrice e divulgatrice culturale  
[www.claudiazedda.it](http://www.claudiazedda.it) – [www.janasacademy.it](http://www.janasacademy.it)