

OUTSIDERS

webzine

Alla ricerca del nostro “Ikigai” con Selene Calloni Williams

agosto 10, 2019Foto



[Facebook](#)[Twitter](#)[WhatsApp](#)[Pinterest](#)[Tumblr](#)

L'autrice, coadiuvata dall'esperto di medicina per l'ambiente Noburu Okuda Dō, delinea un percorso volto alla scoperta di “ciò per cui vale la pena vivere”, mediante un approccio semplice e un linguaggio deciso ed evocativo.

_ di Roberta Scalise

Si staglia alla stregua di un itinerario appagante e immersivo quello cui intende offrire una ferma e dettagliata linea guida **Selene Calloni Williams, scrittrice e documentarista autrice de “Ikigai. Ciò per cui vale la pena vivere”, edito recentemente da Hermes Edizioni e arricchito dalla collaborazione dell'esperto di medicina ambientale Noburu Okuda Dō.**

«Nessuno può afferrare il proprio ikigai con la mente, perché l'ikigai, ciò per cui vale la pena vivere, è più vasto delle immagini che la mente può produrre. Tuttavia, sintonizzarsi con il proprio ikigai è per tutti fondamentale, al fine di poter aspirare alla piena realizzazione di sé. **L'ikigai nella mistica giapponese è uno spirito, un dio, una dea che ci accompagna fin da prima della nostra stessa nascita.** Esso è un tutt'uno con quella volontà che ci ha voluti in questo mondo. Perciò la ricerca dell'ikigai è un cammino di crescita psicologica e spirituale di

grande portata: mentre lo si compie, non si può fare altro che ringraziare continuamente se stessi per averlo intrapreso».

Attingendo a piene mani **dalla tradizione e dalla mistica orientale**, infatti, la Williams tratteggia, scandaglia e conduce il lettore – mediante la proposta di mandala, evocazioni e meditazioni – verso il raggiungimento della condizione che, in giapponese, è definita **ikigai**, ossia **“ciò per cui svegliarsi al mattino”**, intesa quale fonte del benessere individuale, spinta propulsiva all’azione e senso del proprio vivere.

Un «bel fiore che cresce tanto più quanto più lo annaffi e lo esponi alla luce del sole», afferma l’autrice, e che si nutre di consapevolezza, contemplazione e ancoraggio al tempo presente: **sede primaria, quest’ultimo, della bellezza, del pathos e dell’armonia necessari al ricongiungimento con un’identità profonda, autentica e ancestrale**, scevra di paure e insicurezze e dotata di una peculiare unione tra umano e divino, “non-dualità”, giustizia e compassione.



Una vera e propria rivoluzione mentale e comportamentale, dunque, che si propone di affrancarsi dalle catene del principio di causa-effetto, dai molteplici attaccamenti all’Io e dalle logiche di un mondo fagocitante, meccanicistico e improntato al giudizio perpetuo, per incontrare e accogliere, al contrario, **un approccio che ponga l’attenzione “all’interno” e favorisca un sano, rispettoso e amorevole rapporto con il nostro sé profondo.**

Dando luogo, così, a un percorso individuale scandito da fasi puntuali ed esplicite, nel testo, attraverso un linguaggio immediato, evocativo e inclusivo e l’utilizzo di schemi, “immersioni coscienti” e riflessioni, che trovano la propria foce in un metodo atto non solo ad allungare l’esistenza, ma anche, e soprattutto, ad acuirne la qualità, coltivando la gratitudine, prendendosi cura di se stessi e riconnettendosi con la purezza della natura, al fine di **riequilibrare l’energia interiore e offrirsi, in tal modo, alla dimensione spirituale con fiducia e coscienza.**

Perché

«[l'ikigai] è un significato nascosto che illumina di potenza ogni azione, un'aspirazione intima dell'anima che trasporta oltre i limiti ordinari verso la possibilità di compiere qualcosa di rimarchevole capace di lasciare il segno, verso un appagamento non egoista e non limitato alle categorie dell'io».

