

Daimon, ascoltare la sua voce per realizzare la missione dell'anima

VivereYoga

È possibile guarire con i miti? E quanto è importante scoprire il proprio spirito guida per potersi realizzare pienamente? Ci svela le risposte a queste domande **Selene Calloni Williams**, psicologa, life coach e scrittrice, con il suo nuovo libro dal titolo “*Daimon*”. **Un testo – ricco di pratiche guidate e di testimonianze – che ci svela le chiavi per compiere la missione dell'anima.**

Primo passo: conoscere se stessi

Socrate, Platone, Esiodo, Eraclito, e anche i poemi omerici – *Iliade* e *Odissea* – parlano del concetto di daimon, uno dei più antichi della filosofia greca. “**Spirito guida**”: è con questa espressione che si potrebbe sintetizzare il concetto di daimon. Si tratta dell'aspetto invisibile della vita, che ci permette di entrare in contatto profondo con l'anima.

«Ascoltare la sua voce e lasciarci guidare da lui è la via che porta all'eudaimonia, ovvero alla felicità. Il daimon è il motore animico e precede il manifestarsi del corpo» afferma Selene Calloni Williams.

Non a caso, il termine “eudaimonia” – come già Socrate rivelava – indica il “vivere in comunione con un buon daimon”. Partendo da queste considerazioni, possiamo raggiungere la felicità solo se riusciamo a realizzarci pienamente e per realizzarci davvero c'è un cammino da intraprendere: compiere la missione della propria anima.

Il daimon, ci svela Selene, è dunque quella guida interiore che ci sostiene lungo il percorso di conoscenza di sé.

Secondo passo: nutrire la mente poetica

Per ascoltare la voce del nostro daimon, Selene ci invita ad abbracciare la mente poetica, silenziando il vociio rumoroso del mondo e abbandonando la visione dualistica del bene e del male. **Abbracciare la mente poetica ci permette di liberarci dal peso dei giudizi**, da ansie, paure, distrazioni. La mente poetica si raggiunge attraverso le emozioni e l'immaginazione. La razionalità deve cedere il passo alle leggi del cuore, che nascono dalle profondità dell'essere e vanno oltre i modelli sociali. Man mano che ci si addentra tra le pagine del libro “*Daimon*” si scopre quanto sia importante **capire e saper interpretare il linguaggio delle immagini**, poiché si tratta della voce del nostro spirito guida.

«Imparare a decifrare il linguaggio del daimon è come imparare a decifrare il linguaggio del mito. Il daimon ci appare sia come il narratore della nostra storia, sia come il nostro stesso destino», spiega Selene.

Terzo passo: comprendere il mito che si mette in scena

“Un individuo guarisce quando scopre il mito che sta mettendo in scena”, sosteneva **James Hillman** (1926-2011). Selene Calloni Williams – che è stata allieva di Hillman, noto (e compianto) psicanalista di scuola junghiana – approfondisce proprio questo tema nel libro “*Daimon*”, spiegando **narrazioni archetipiche** capaci di fornirci gli strumenti necessari per comprendere il mito.

«Ciascuno di noi mette sulla scena della vita un mito e ciascuno di noi si risolve, si riscatta, si libera quando “vede” il mito che sta vivendo e, iniziando a dialogare con il proprio daimon, si fa co-creatore del proprio destino, cessando di esserne vittima. Chi conosce il linguaggio immaginale del mito è il padrone delle cose», precisa Selene Calloni Williams.

Raccontare i miti significa lenire le ferite della psiche e del corpo. **I miti, raccontati partendo da una visione simbolo-immaginale, sono dunque un balsamo per l’anima.** Questo tipo di narrazione è proprio ciò che ci consegna Selene nel libro *Daimon*. I miti da lei spiegati riguardano la vita di tutti noi, perché parlano attraverso il **linguaggio degli archetipi**. Per esempio, il mito di **Arianna e Minosse** ci permette di decifrare e risolvere l’esperienza del tradimento (sia quello compiuto sia quello subìto). Il mito di **Antigone** fa luce sulle ragioni profonde dei nostri fallimenti e del nostro vittimismo, affinché si possa superare gli insuccessi e imparare da essi.

I miti narrati in chiave immaginale da Selene – da quello di **Perseo** al mito di **Cassandra**, dal mito di **Orfeo** a quello di **Medea**, passando per la storia di **Prometeo** e il mito di **Agamennone** – ci accompagnano nelle profondità della nostra anima. Selene Calloni Williams con questo suo nuovo avvincente libro ci traghetta in un viaggio grazie al quale possiamo ascoltare la voce del nostro daimon. Ed è proprio questa voce che ci aiuta a realizzare la missione per cui siamo venuti al mondo.