

9 giorni di digiuno immaginale. Il nuovo libro di Selene Calloni Williams. A giugno lo spettacolo teatrale al Manzoni di Milano

Descrizione

Segnalazione

Non è una dieta, ma nuovo e potente percorso di meditazione attraverso il cibo. Il nuovo libro di [Selene Calloni Williams](#) tratta 9 tappe per ritrovare la consapevolezza del nutrirsi in modo davvero sano e naturale.

Mai come ora, nella società contemporanea, il cibo, le diete, il controllo del peso sono al centro della nostra attenzione. Spesso in un clima di esasperato salutismo, ci vengono propinati piani alimentari di tutti i generi, apparentemente diversi tra di loro, ma che il più delle volte portano alle stesse conclusioni: frustrazione, delusione, senso di colpa.

Questo perché alla base di tali diete sta una visione materialistica e parziale dell'essere umano, secondo la quale l'organismo obbedisce a leggi di causa ed effetto meccanicistiche, e il cibo che lo nutre è mera sostanza fisico-chimica.

In “Digiuno Immaginale”, pubblicato il 12 marzo 2024 ed edito da Piemme, Selene Calloni Williams propone invece la possibilità di comprenderci a 360°, di ritrovare consapevolezza e senso nell'atto del cibarci, in un originale e unico percorso di 9 tappe in 9 giorni, da lei ideato e ispirato agli antichi rituali greci della scuola filosofica pitagorica.

L'alternanza di pratiche meditative e racconti mitologici scandisce i ritmi quotidiani di una dieta alimentare macrobiotica basata sui principi della naturopatia, e integrata dal digiuno progressivo, programmato e consapevole.

«NUTRIRE SEMPRE E SOLO IL CORPO NON È SUFFICIENTE:
DEVI NUTRIRE ANCHE L'ANIMA PER SENTIRTI VERAMENTE SAZIO.» Selene Calloni
Williams

Durante un vero e proprio viaggio meditativo dell'anima, il digiuno diventa uno strumento fondamentale non solo per ritrovare benessere psicologico e fisico, ma anche per riappropriarci dell'armonia con noi stessi e il mondo che ci circonda; con il cibo e quindi con la natura. Cucinare, mangiare e digiunare in modo consapevole diventano strumenti per imparare a nutrire l'anima, prima del corpo, in quell'unico e fondamentale atto che ci farà sentire finalmente sazi.

«PER CONOSCERE DAVVERO IL MODO IN CUI CI NUTRIAMO DOBBIAMO FARE L'ESPERIENZA CONSAPEVOLE DEL DIGIUNO COME RITUALE SACRO. ENTREREMO IN CONTATTO CON L'ASPETTO INVISIBILE E DIVINO DEL CIBO, LASCIANDOCI RAGGIUNGERE DALLA VERA CONOSCENZA, CHE SI OTTIENE QUANDO IL CIBO SI RACCONTA, SI SPIEGA, SI RIVELA E CI NUTRE VERAMENTE.» Selene Calloni Williams

21 GIUGNO AL MANZONI DI MILANO, LO SPETTACOLO TEATRALE

“Digiunare con gli dei” diventa uno spettacolo teatrale, ispirato al libro. La prima assoluta è al Teatro Manzoni di Milano il 21 Giugno 2024.

“Digiunare con gli dei” è un'opera profonda che esplora il potere dell'atto del cibarsi e del digiuno. Attraverso un viaggio intriso di mistero e scoperta interiore, Selene Calloni Williams guida il pubblico in un'esplorazione che porta a riflettere sulle profonde connessioni tra corpo, mente e spirito.

Questo nuovo spettacolo teatrale, con la sapiente **regia di Ludovico Nolfi**, promette di offrire una visione unica e coinvolgente della nutrizione e del digiuno, esplorando le loro implicazioni per la nostra vita quotidiana e per il nostro rapporto con il mondo che ci circonda.

La dea Demetra, Orfeo, Dioniso e Pitagora guideranno gli spettatori in un grande rituale collettivo; al suono delle **arpe** del **Laborintus Harp Quartet** di e con **Cristiana Passerini e delle percussioni di Paolo Pasqualin**, il pubblico danzerà e immaginerà insieme, perché tutto ciò che possiamo immaginare possiamo crearlo. Lo spettacolo porterà in scena il **viaggio dell'eroe**: la catabasi, la discesa nell'infero, e l'anabasi, il ritorno vincitori, attraverso la meravigliosa relazione con il cibo e con il corpo. Sarà un evento imperdibile per gli amanti del teatro e per coloro che sono interessati a esplorare nuovi orizzonti della mente, del corpo e dello spirito umano. Ad accompagnare la narrazione saranno i potenti rituali condotti da Selene, con coinvolgimento del pubblico, e le sonorità profonde ed evocative di arpe e percussioni che trasporteranno il pubblico nella antica Grecia, alle origini del mistero della nostra civiltà, prima che finisca...

In scena, insieme a Selene Calloni Williams, ci saranno straordinari artisti di cinema, televisione e teatro: Giorgia Senesi, Elena Russo, Dasha Shumilova, Giuseppe Pignanelli.

Alla fine dello spettacolo e del rito collettivo ci sarà l'immane firmacopie di SCW.

Lo spettacolo “Digiunare con gli dei” è un nuovo capitolo del Teatro Immaginale di Selene Calloni Williams, un viaggio emotivo che esplora le profondità dell'animo umano, ingrandito dalla lentezza della recitazione. Segue il grande successo di “Kintsugi”, ripara le ferite dell'anima e rende prezioso ogni istante della tua vita, messo in scena da Selene a maggio 2023 al Teatro Manzoni di Milano e poi a dicembre dello stesso anno al Teatro Orione di Roma, con grandissimo successo e partecipazione di pubblico.

I biglietti per lo spettacolo “Digiunare con gli dei” sono in vendita dal 4 maggio sul sito web <https://www.teatromanzoni.it/eventi/digiunare-con-gli-dei/> e presso la biglietteria del Teatro Manzoni di Milano.

Per ulteriori informazioni si prega di visitare il sito web:

<https://selenecalloniwilliams.com/event/digiunare-con-gli-dei-il-libro-bestseller-digiuno-immaginale-diventa-spettacolo-a-milano/>



SELENE CALLONI WILLIAMS

Autrice di numerosi libri tradotti in varie lingue e documentarista, da oltre quarant'anni studia e pratica la [meditazione](#) buddhista. Iniziata allo yoga esoterico e sciamanico, è l'incontro con il celebre psicoanalista James Hillman ad avvicinarla alla psicologia del profondo e alla visione immaginale. Fondatrice della Imaginal Academy, accademia svizzera di counselling e coaching, per Piemme ha pubblicato Wabi Sabi, Daimon e Kintsugi.

Si ringrazia l'ufficio stampa per la segnalazione e la foto