

La Radura Creativa

Sotto il Segno di Duir

Un'esperienza unica di Benessere e Magiche Connessioni

IL PERCORSO

Esiste un luogo dove il confine tra leggenda e realtà si fa sottile, un rifugio sospeso nel tempo che segue il ritmo delle stagioni e la saggezza dei cicli celtici.

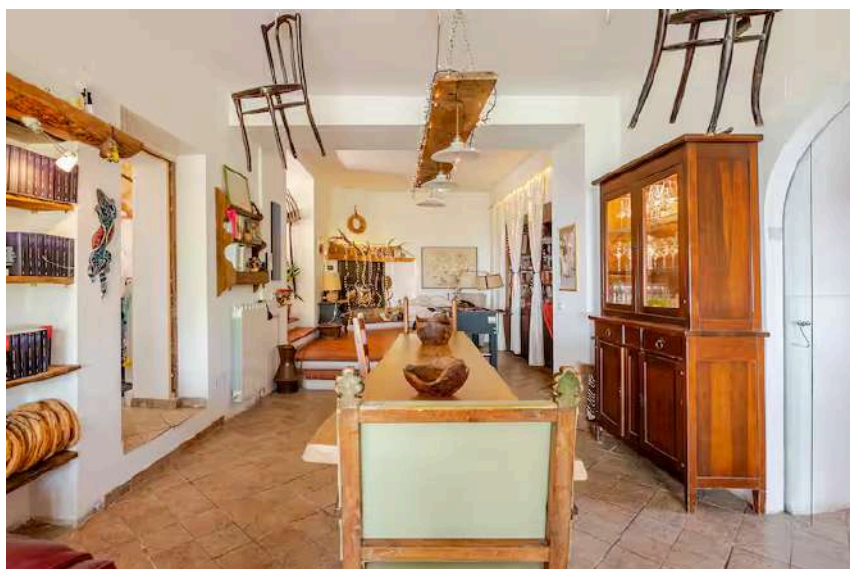
Qui, il Benessere è un ritorno alle radici, tra i profumi del bosco e il calore dell'ospitalità.

Che tu voglia scrivere, godere del silenzio o fare nuove amicizie o anche semplicemente riscoprire il piacere delle Parole, questa è l'esperienza che fa per te!

La Natura incontaminata del Molise ti aspetta per darti nuova Linfa: un'esperienza unica, un fine settimana nel verde in cui non dovrai fare altro che riconnetterti con il profondo in una terra in cui il fluire delle acque e la forza degli elementi rappresentano il respiro della Vita.

Laboratori creativi, esperienze tattili, percorsi nel bosco, cibo genuino, condivisione, risate ti aspettano.

Scoprirai il sapore dei rituali antichi e potrai rigenerarti in un'atmosfera sospesa, in una dimora in cui il legno, la pietra e la luce naturale danno vita a un'esperienza fuori dal comune.



Il Programma

La Radura Creativa

Sotto il Segno di Duir



VENERDÌ 10 LUGLIO

- Accoglienza (dalle ore 16:00)
- Cerchio di Presentazione e Condivisione
- Laboratorio esperienziale I - Le Sensazioni del Luogo
- Laboratorio creativo I - Apriamo il varco.
- **Cena**
- Pensieri e Musica in libertà.



SABATO 11 LUGLIO

- **Colazione** (dalle ore 9:00)
- Awen: storia e leggenda. Riscrittura esistenziale del racconto.
- Passeggiata nel Bosco e Connessione arborea.
- Laboratorio esperienziale II - Immergiamoci nella Natura con la musica del disco armonico.
- **Pranzo**
- Laboratorio creativo II (dalle 15:30) - Costruiamo il Sentire.
- Laboratorio creativo III - Affidiamo i pensieri all'Acqua.
- AQUA - le mirabolanti avventure vibrazionali ed energetiche di un elemento che crediamo di conoscere. (con **Roberto Germano**)
- **Cena**
- Laboratorio esperienziale III - Cerchiamo l'equilibrio con gli Elementi per comprendere ciò che ci 'sfugge'.



DOMENICA 12 LUGLIO

- **Colazione** (dalle ore 9:00)
- Laboratorio esperienziale IV - Danza Sacra in Cerchio al Lago di Castel San Vincenzo.
- Laboratorio creativo IV - Condivisione libera dei propri pensieri.
- **Pranzo**
- Saluti.

I migliori racconti brevi e/o i pensieri che potranno essere sviluppati durante il percorso, saranno presi in considerazione al fine di dare loro un'adeguata valorizzazione.

IL LUOGO

L'IPERICO - Le Querce dell'Awen, antica casa contadina ristrutturata in modo creativo da Monica e Enrico, ti aspetta per passeggiate e laboratori alla scoperta di connessioni e di nuovi punti di vista.

Dimentica la fretta e la routine di tutti i giorni per entrare nell'**Awen**.

Nel cuore del Molise più autentico, nella frazione di San Vittorino, il bed and breakfast **L'iperico**, è un luogo che sembra custodire il respiro antico della terra.



Siamo nel territorio di Cerro al Volturno, ai piedi di una montagna maestosa dove vivono cavalli liberi, che al galoppo disegnano orizzonti di selvaggia bellezza, e in un luogo in cui lo sguardo domina una vallata incantevole con alberi possenti che raccontano storie di secoli.

In questa terra meravigliosa, ricchissima di energie antiche, numerose sorgenti donano una vitalità rara e preziosa.

La stessa casa è attraversata da questa purezza: **l'acqua** che sgorga nei rubinetti proviene direttamente da una sorgente, fresca e viva, come un dono continuo della montagna.



A pochi metri dal bed and breakfast si erge una quercia secolare, conosciuta come **la Quercia dei Desideri**.



Le sue radici affondano lungo un antico sentiero che collegava Colli al Volturmo a Monte Santa Croce, un percorso creato dai Sanniti.

Camminare su questo tracciato significa ripercorrere passi millenari, sentire sotto i piedi la memoria di un popolo fiero e legato alla propria terra.

LA BELLEZZA della NATURA

In **Autunno**, quando i boschi si tingono di oro e rame, nell'aria risuona il richiamo profondo dei cervi in amore, un canto primordiale che vibra tra le querce e attraversa l'anima.

L'**Inverno**, poi, con la sua bianca coltre, immerge la casa in un paesaggio incantato.

La **Primavera** e l'**Estate** sono altrettanto belle e ricche di Vita.

All'Iperico, inoltre, in ogni stagione è possibile incontrare animali selvatici che vivono liberi, custodi silenziosi di questo angolo incontaminato.



L'IPERICO - IL NOME

Non è soltanto un luogo dove soggiornare: è uno spazio in cui la connessione con la natura si sente nel profondo.

Qui cresce e fiorisce spontaneamente **l'iperico, il fiore della felicità**, capace di allontanare la tristezza e portare luce.

Tra sorgenti cristalline, sentieri antichi e querce maestose, potrai ritrovare equilibrio, serenità e quella gioia semplice che nasce dal contatto profondo con la terra.





LA CUCINA

Un cuoco d'eccezione (Enrico) è a disposizione con i prodotti del suo orto o di piccole realtà che non usano sostanze nocive. (disponibili pasti vegetariani, vegani e senza glutine)



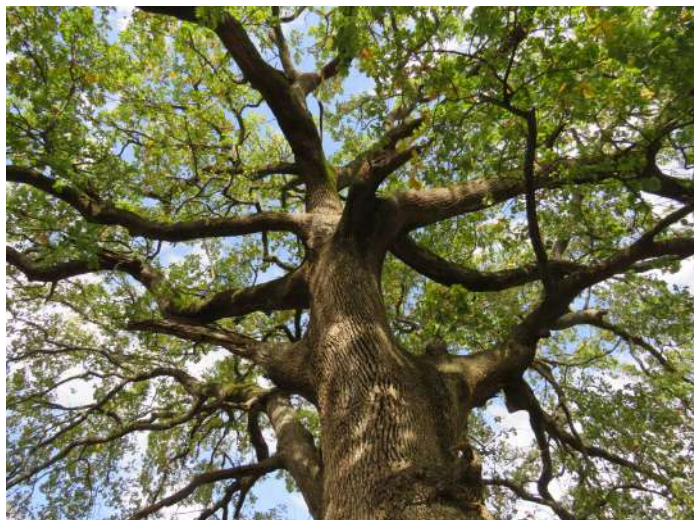
L'INCANTO

Sarai avvolto da un'atmosfera 'calda e accogliente' di scambio e confronto che arricchirà la tua creatività permettendoti di eliminare le 'tossine' della quotidianità.

Nel contempo, potrai scoprire il potere della Narrazione e la Magia della Connessione con la Natura e con gli altri.



DUIR e SPIRITO DRUIDICO



Nell'Ogam, alfabeto irlandese degli alberi, **Duir** è il nome della **Quercia**.

Per gli antichi celti gli alberi avevano una profonda risonanza simbolica con la nostra anima.

La quercia rappresentava la forza, la potenza, la resistenza ma allo stesso tempo la ponderatezza.

I Druidi, maestri, sapienti, giudici, strateghi e officianti di tutte le pratiche spirituali del tempo, si riunivano sotto i

suoi rami sentendosi pienamente in connessione tra l'Oltremondo, il Mondo visibile e quello degli antenati.

Oggi, ispirandoci, a questa antica saggezza possiamo ritrovare equilibrio e armonia con la Natura e la parte più profonda di noi stessi per un rinnovato benessere.

Come dice Philip Carr-Gomm: *quando ci accostiamo a un albero, ci accostiamo a un essere sacro, che può insegnarci l'amore e il dono senza fine... Operare con lo spirito dell'albero può portarci a un rinnovamento di energie, una potente ispirazione, una profonda comunione.*

Il percorso che proponiamo parte dagli alberi non per raggiungere una meta bensì per farci sentire in perfetta **connessione con noi stessi e con il bosco attraverso un cammino circolare.**

Secondo questa visione antica e allo stesso tempo vicina al nostro tempo, uniremo a pratiche, come la **mindfulness** e il **forest bathing**, un lavoro di scrittura creativa e un lavoro profondamente interiore per dare vita a ciò che di straordinario vi è in ciascuno di noi.

Un cammino che ci porterà **lontano dallo stress** della città e dalle preoccupazioni della vita di tutti i giorni che causano, spesso, ansia o senso di vuoto.



IL LAGO DI CASTEL SAN VINCENZO



E' un luogo dove si incontrano energie della terra, dell'acqua e dello spirito.

Un punto speciale, in cui tutto sembra dialogare in armonia. E' alimentato dalle acque che scendono dalle Mainarde, la catena montuosa al confine tra Abruzzo, Lazio e Molise. Monti, ancora selvaggi e silenziosi, le Mainarde custodiscono un'energia vitale potente e purissima, un'energia che sostiene i nuovi inizi, risveglia la creatività e aiuta a sciogliere ciò che dentro di noi è rimasto fermo troppo a lungo. Lo specchio d'acqua si distende ai piedi di vette imponenti, quasi a raccoglierne la forza e la luce.

Lontano dal caos delle grandi città, il lago conserva una purezza che si riflette anche dentro chi lo osserva.

Il suo colore turchese, limpido e profondo, invita alla chiarezza mentale. Sedersi sulle sue sponde diventa un modo per "guardarsi dentro", respirare e lasciare andare i nodi emotivi. Il ritmo dolce delle piccole onde, che accarezzano la riva, calma il sistema nervoso, rallenta i pensieri e accompagna naturalmente verso uno stato di quiete profonda, simile alla meditazione.

Le sue acque mantengono una vibrazione autentica, intensa, dominata dal bosco e dalla ricca fauna. Qui **la natura** non è uno sfondo: è **presenza viva**. E proprio per questo diventa più facile riconnettersi, sentirsi parte del tutto e ritrovare il senso di equilibrio.

L'AWEN

Nel nostro percorso parleremo anche di Awen: un'antica parola gallese che simbolicamente esprime quella forza misteriosa che accende in ognuno di noi **la scintilla dell'ispirazione creativa**.

Il simbolo che graficamente rappresenta l'Awen è stato creato alle fine del Settecento da un antiquario gallese.

Nei tre raggi che si espandono partendo da tre punti sentiamo le tre energie che alimentano l'ispirazione poetica e la vita stessa:

Amore – Forza - Saggezza



L'OBOD, ordine dei Bardi Ovati e Druidi, descrive le tre linee come raggi che emanano da tre punti di luce, i quali rappresentano il triplo aspetto della divinità ed anche i punti in cui sorge il sole durante gli equinozi e i solstizi.

Le tre linee indicano anche:

- la terra, il mare e l'aria
- il corpo, la mente e lo spirito
- l'amore, la saggezza e la verità.



Awen è flusso di energia vitale

CHI SIAMO

*Il Progetto nasce dalla collaborazione tra
l'Iperico e l'Associazione Culturale ALTANUR
nell'ambito di LE CONNESSIONI INATTESE con l'apporto di Muziki Music Studio*

Monica Zunica



Scrittrice, consulente di filosofia arborea e laureata in psicologia. Nata a Napoli, ha scelto di vivere con la sua famiglia tra i meravigliosi boschi del Molise.

Dal 2007 ha iniziato a interessarsi alla cultura celtica e, dopo anni di studi teorici ed esperienziali presso l'Obod, si è specializzata nell'utilizzo degli alberi **Ogam** come strumento di introspezione e in percorsi di forest bathing ispirati alla spiritualità neo-druidica. Il suo lavoro, orientato al benessere esistenziale e alla connessione con il mondo naturale, fonde poesia, meditazione, spiritualità e psicologia.

Celebra matrimoni celtici ed è stata docente di matrimonio celtico all'università di Bari. E' autrice, inoltre, di diversi libri tra cui "Ogam, chiedi agli alberi come essere felice", Ultra edizione.

Patrizia Locaputo

Insegnante di recitazione ed espressione gestuale dal 1984.

Fa parte dell'Obod (Ordine dei Bardi, Ovati e Druidi) dal 2001 e si interessa di ecospiritualità, meditazione, storia antica e mitologia.

Pratica da molti anni Tai Chi e Danza Sacra in Cerchio coordinando dal 2013 il progetto "Danzare il Cerchio dell'Anno", un percorso per ristabilire la connessione con la Natura e i suoi cicli attraverso musica, danza, racconti, poesia, meditazione e azione simbolica.



Roberto Germano



Fisico per formazione, imprenditore per follia, scrittore per entusiasmo, scienziato per passione, libero per necessità.

Socio fondatore (1997) ed Amministratore di PROMETE Srl (CNR Spin off Company), socio fondatore di Pandora TV, ed attualmente attivo in Casa del Sole.tv

Autore di numerosi articoli internazionali di fisica e di brevetti industriali.

Esperto di Trasferimento Tecnologico, vincitore dell'edizione 2004 del premio "Roberto Marrama" per giovani talenti imprenditoriali.

È socio fondatore e presidente dell'Associazione Culturale "ALTANUR - Le Connessioni Inattese", nata a Napoli nel 1997 con lo scopo di promuovere l'interazione tra le diverse conoscenze e realizzare corretta divulgazione.

Cofondatore, con Giulietto Chiesa e molti altri, del Centro di Gravità, un laboratorio di pensiero nato alla fine del 2019, uno spazio libero da condizionamenti che sta unendo le intelligenze sparse nel Paese.

È membro del CTS di:

- IC-MAST - the International Conference on Materials and Applications for Sensors and Transducers;
- AQUAPHOTOMICS (Giappone);
- "Fondazione Luc Montagnier" di Ginevra.

Fondatore e CTO della Start-up Innovativa OXHY Srl. www.oxhy.it



Associazione Culturale ALTANUR - Le Connessioni Inattese

Nata nel 1997, l'Associazione persegue l'obiettivo di promuovere la Cultura e il Benessere favorendo una visione unitaria della realtà.

Il motto 'Le Connessioni Inattese' nasce da una frase di Henry Poincaré, il famoso matematico, fisico e filosofo francese di inizio '900:

“Via via che la scienza si sviluppa, diventa sempre più difficile averne una visione complessiva; si cerca allora di dividerla in tanti pezzi e di accontentarsi di un pezzo solo; in una parola ci si specializza. Continuare in questa direzione sarebbe di grave ostacolo ai progressi della scienza. Lo abbiamo detto: sono le connessioni inattese tra diversi domini scientifici che rendono possibili tali progressi.”

Centinaia sono gli eventi organizzati in tutti questi anni. Nel 2007, dopo 10 anni di attività, nasce il progetto **LE CONNESSIONI INATTESE** info su www.altanur.it

La collaborazione con L'iperico è nata nel lontano 2013 con un workshop di due giorni incentrato sull'acqua e le sue mirabolanti proprietà per tanti versi ancora da scoprire.

Il workshop dal titolo: **“Acque, Linguaggi, Henologia”**, che ebbe, tra gli altri, il Patrocinio della Regione Campania, della

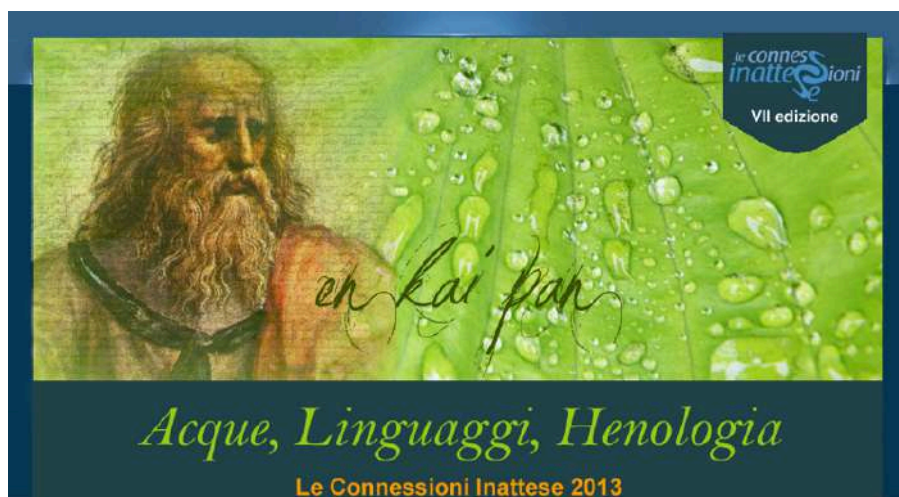
Regione Molise e dell'Università Federico II, riscosse profondo interesse per la qualità dei relatori coinvolti e per la bellissima 'connessione' con il luogo.

Da allora **la collaborazione con Monica Zunica e l'iperico** non si è mai interrotta ed ha creato sempre feconde connessioni tra Natura, Scienza e Conoscenza del sé.

ULTERIORI INFO al link <https://www.altanur.it/eventi.php>

Lì troverete tutte le edizioni di Le Connessioni Inattese, oltre quella del 2013 citata qui.

La collaborazione con **Muziki Music Studio** è più recente, ma si presenta molto interessante per la qualità delle proposte e della creatività.



Muziki Music Studio

E' un'Associazione culturale che si occupa di **musica, arte e letteratura**.

Sostiene gli artisti emergenti aiutandoli anche nel percorso promozionale, come, ad esempio, la pubblicità sulle maggiori riviste nazionali, la presenza in fiere per gli autori, collaborazioni con blogger e molte altre importanti partnership.

Sito web www.muzikimusicstudio.com

Instagram [@muziki_music_studio](https://www.instagram.com/muziki_music_studio)

La responsabile della sezione Letteratura è **Daniela E.**

Laureata in lettere e sapere umanistico, è specializzata in linguistica moderna. Ha pubblicato diversi libri fantastici.



Il responsabile della sezione Musica è **Fabio Esposito**.

Batterista e percussionista, laureato in jazz e specializzato in pop-rock, vanta collaborazioni con artisti come Napulitanata, Franco Moreno, Antonio Onorato, Fiorenza Calogero e molti altri.

Appassionato di strumenti particolari provenienti da ogni parte del mondo, suona anche l'handpan, conosciuto, in italiano, come **disco armonico**.

Con l'handpan, tramite un ascolto lento e consapevole si può arrivare a un rilassamento profondo. Il tocco delicato di questo strumento consente di guidare il corpo verso il Benessere.

La sua musica a 432 Hz, sostiene e prolunga il nostro atteggiamento di equilibrio.



LE SOLUZIONI DI ACCOGLIENZA

L'IPERICO si trova in un angolo di paradiso, ai margini di un bellissimo bosco, nella tranquillità della natura. Oltre al soggiorno, ai workshop, ai laboratori e alle escursioni, al buon cibo, alla condivisione, potrai vivere momenti di relax che ti aiuteranno a liberare la mente. Potrai godere, inoltre, della calda accoglienza dei particolarissimi ambienti: **un'esperienza nell'esperienza!**

La Stanza della Regina Boudicca

Una camera ispirata alla leggendaria regina celtica, simbolo di forza e libertà. Arredata con elementi naturali e dettagli tematici, offre un'atmosfera accogliente e suggestiva, ideale per un soggiorno intimo e rigenerante. Un open space, con ingresso autonomo, realizzato ristrutturando stalla e fienile della casa.

Rifinita in pietra e legno, al piano terra ha:

- due letti matrimoniali
- un divano letto da una piazza e mezza
- un letto singolo in aggiunta, se richiesto.
- due bagni, termosifoni, camino a legna, aria condizionata.

Al piano di sopra vi è un ballatoio con libri, spazio gioco per bambini e angolo cottura. Sul ballatoio vi è una spettacolare bow window e un terrazzo panoramico attrezzato. Spazio comune di 60mq

La Casetta in Molise

Una casa tipica della zona molisana. Una casa autonoma sviluppata su due livelli e distante pochi passi a piedi dalla struttura principale e dalla piccola piazza del paese.

Questa soluzione dispone di:

- ampia cucina abitabile, con un divano letto matrimoniale
- due camere matrimoniali
- una doppia con letto a castello
- un bagno

La casa dell'Orsa

Una casetta quasi circolare che richiama il calore e la forza quieta della natura. Così come viene narrato anche in un racconto di Basile, l'Orsa è simbolo di forza e protezione. Gli ambienti sono semplici ma armoniosi, con spazi ben distribuiti che favoriscono comfort e tranquillità.

La casa dispone di:

- Due camere da letto matrimoniali (con possibilità di un letto aggiunto)
- Una camera con due letti singoli
- Un bagno

COME PARTECIPARE

Il percorso è strutturato dal **Venerdì 10 alla Domenica 12 LUGLIO 2026** ed è dedicato a un **massimo di 18 persone** in modo che l'esperienza possa essere la migliore possibile.

Per questo motivo non saranno prese in considerazione le richieste relative a frazioni del periodo previsto.

IL CONTRIBUTO

Il tuo contributo servirà a coprire i costi dell'**intero percorso** e dunque potrai vivere con noi l'**esperienza completa senza alcun pensiero o stress**.

L'intero percorso comprende:

- Il PROGRAMMA completo: tutte le attività, i laboratori con esperti, le escursioni.
- Tutte le colazioni - i pranzi - le cene
- I pernottamenti

contributo euro 400

(Il contributo si intende a persona)

LA PRENOTAZIONE

Ti invitiamo a prenotare **entro e non oltre il 24 APRILE 2026**

scrivendo al **WHATSAPP 328 662 11 63 MONICA**

e poi **completando l'ISCRIZIONE** scrivendo alla mail zu.zu@libero.it

e allegando:

- **modulo** compilato
- **ricevuta dell'avvenuto versamento da effettuarsi su**

IBAN [IT61U3608105138226841726854](https://www.bancomail.it/it/risorse/contanti/contanti-iban)

Intestato a [Enrico Manfredi](#)

CAUSALE OBBLIGATORIA: [Contributo per 'La Radura Creativa'](#)

La prenotazione si intende fissata in seguito alla nostra conferma via email.

Arrivati al numero massimo di partecipanti ne daremo avviso sulle pagine Social di **Altanur - Le Connessioni Inattese**

Instagram [@connessioni.inattese](#)

Facebook [le-connessioni-inattese](#)

MODULO da COMPILARE

(con questo modulo si possono iscrivere anche più persone. Basta scrivere tutti i cognomi e nomi nell'apposito spazio in fondo e versare la quota relativa al numero di partecipanti)

Il sottoscritto _____

nato/a _____ il ____/____/____

residente a _____ (____) via _____ n. _____

tel. fisso _____ tel. cell. _____

e-mail _____

DICHIARA

- di voler partecipare al percorso **La Radura Creativa**
- di acconsentire al trattamento dei dati personali come da normativa in vigore
- che con lui/lei si iscrivono anche le seguenti persone che acconsentono parimenti ai primi 2 punti di cui sopra (il garante è chi compila il modulo)

Cognomi e Nomi

Data _____

Firma
