



LA GRANDE VIA

Seminario LA VIA DELL'ACQUA

27 dicembre 2024 – 2 gennaio 2025

*L'acqua ci insegna a non opporci al cambiamento
ma a fluire e trasformarci con esso*
Thich Nhat Hanh

C'è un momento, nel cuore dell'inverno, quando la natura sembra sussurrare i suoi segreti più profondi. In questo momento magico, nel passaggio tra un anno che si conclude e uno che sta per sbocciare, vi invitiamo a un ritiro straordinario: **la Via dell'Acqua**.

Immaginate di risvegliarvi in un angolo incantato della Maremma, dove **il Daino Bianco** - la casa de La Grande Via - vi accoglie tra le sue mura antiche. Qui, mentre il vapore delle acque termali si mescola alla bruma mattutina, inizia ogni giorno una nuova avventura dell'anima. Le vostre giornate scorreranno come un fiume gentile: dalle prime luci dell'alba, quando il silenzio è ancora padrone del mondo, fino alle serate raccolte attorno al calore di antiche letture e meditazioni profonde.

In questo spazio fuori dal tempo, guide straordinarie vi accompagneranno in un percorso di trasformazione:

Francesca Del Nero, che ha lasciato il mondo della finanza internazionale per dedicarsi all'evoluzione dell'essere, vi accompagnerà ne *La Via Interiore*, un percorso di scoperta e consapevolezza per sciogliere blocchi emotivi e mentali. Attraverso pratiche di autoanalisi, esploreremo emozioni e dinamiche di comportamento, imparando a riconoscere il sabotaggio inconscio e a trasformare la paura in risorsa. Questo viaggio interiore vi aiuterà a creare azioni consapevoli per una vita più autentica e libera.

Stefania Piloni, medico chirurgo specializzato in Ginecologia e Ostetricia ed esperta in Fitoterapia e Medicina naturale, guiderà due incontri incentrati sul *Labirinto*, una metafora della nostra ricerca interiore. Scopriremo il senso di questo antico simbolo attraverso la costruzione e l'attraversamento di un labirinto reale, un'esperienza di meditazione in movimento per ritrovare il nostro centro e riconnetterci con il profondo.

Lucia Vigiani, insegnante di yoga e counselor, accompagnerà i partecipanti in profondi momenti di introspezione e rilassamento. Le sue *sessioni di meditazione e rilassamento serale* offriranno uno spazio per lasciare andare le tensioni accumulate e coltivare una connessione autentica con sé stessi. Concluderà il ritiro guidando il *Rituale delle Cinque Direzioni*, un momento sacro per ritrovare l'armonia con gli elementi della natura e con la propria interiorità, segnando simbolicamente l'apertura a un nuovo ciclo di vita.

Le Tre Vie srl società benefit

Sede legale: Via Leonardo Da Vinci, 20 - 25122 Brescia (BS)

Sedi operative: Poderi di Montemerano – Manciano (GR) - Via Arcivescovo Calabiana 6 - Milano



Lidia Baratta, artista e artigiana, ci condurrà in un laboratorio per creare un *gioiello etrusco in terracotta*. In questo spazio creativo ogni partecipante potrà dar forma a un simbolo personale che racchiude il significato del proprio viaggio interiore. Sarà un'occasione per riattivare la creatività e ritrovare il legame con le tradizioni antiche.

Maurizio Dusio ci condurrà alla scoperta della *Sacra Natura Etrusca*, arricchendo il percorso con il simbolismo e la spiritualità di questo popolo antico. Con lui esploreremo siti etruschi, accompagnati dai racconti della loro visione del mondo. Alla vigilia del nuovo anno, Maurizio e Lidia Baratta ci guideranno in un rituale etrusco per celebrare il passaggio dall'anno vecchio al nuovo.

Ogni elemento di questo ritiro è stato pensato per **nutrire corpo e spirito**: dai pasti preparati con ingredienti semplici e puri della terra, alle passeggiate contemplative nella natura selvaggia della Maremma, dai laboratori dove riscoprire antichi rituali alle conferenze che aprono nuovi orizzonti di consapevolezza.

E nel cuore di questo percorso, come momento culminante, la mattina presto ci immergeremo nelle millenarie **acque di Saturnia**, dove il caldo abbraccio termale scioglie non solo le tensioni del corpo, ma anche i nodi dell'anima. Di queste acque, che sgorgano dalla terra da oltre tremila anni, gli antichi Etruschi già conoscevano il potere guaritore e purificatore. Qui, immersi nel tepore benefico e avvolti dal vapore che si eleva verso il cielo, esploreremo quella sensazione di profondo abbandono che solo l'elemento acqua sa donare, quello stato di grazia in cui il confine tra corpo e spirito si dissolve dolcemente.

Non serve essere esperti cercatori spirituali o praticanti di lunga data. Serve solo il desiderio di scoprire, di lasciarsi sorprendere, di permettere a sé stessi di fluire come l'acqua - a volte impetuosa, a volte placida, sempre in movimento verso la sua vera Natura.

E quando tornerete alle vostre case, scoprirete che qualcosa è cambiato. Piccoli rituali quotidiani, pratiche gentili, momenti di connessione con voi stessi diventeranno naturali come respirare. Perché questo non è solo un ritiro: è l'inizio di un nuovo modo di abitare la vostra vita.

Dal **27 dicembre al 2 gennaio**, concedetevi il dono più prezioso: il tempo per voi stessi, per lasciare andare ciò che non vi serve più e fare spazio a ciò che sta arrivando. Come l'acqua che scorre, trasforma e rinnova, anche voi emergerete rinnovati, più leggeri, pronti ad accogliere tutto ciò che il nuovo anno ha in serbo per voi.

Lasciate che la Via dell'Acqua vi guidi verso casa - verso voi stessi.

PROGRAMMA DETTAGLIATO

Le Tre Vie srl società benefit

Sede legale: Via Leonardo Da Vinci, 20 - 25122 Brescia (BS)

Sedi operative: Poderi di Montemerano – Manciano (GR) - Via Arcivescovo Calabiana 6 - Milano



LA VIA DELL'ACQUA 27 dicembre 2024 - 2 gennaio 2025

Orario	Attività	Chi
venerdì 27 dicembre		
15:00	Accoglienza presso Daino Bianco	Staff
17:30	Presentazione seminario	Relatori e staff
19:00	Cena	
20:30	Chiacchierata sul lasciare andare	Lucia Vigiani
sabato 28 dicembre		
07:30	Terme di Saturnia	
09:00	Colazione	
10:30	La via interiore: attraverso l'antica arte del "Conosci Te Stesso", lavoreremo per sbloccare la mente e accrescere la consapevolezza. <i>Esploreremo dinamiche ricorrenti che ostacolano il fluire sereno dell'esistenza, affrontando stress, ansia, paure e comportamenti nocivi derivanti da credenze autolimitanti.</i> <i>L'obiettivo è sciogliere i blocchi e impostare nuovi stili di vita più salutari, riprogrammando i propri obiettivi personali e professionali.</i>	Francesca Del Nero
12:30	Pranzo	
15:30	Laboratorio per la creazione di un gioiello etrusco in terracotta	Lidia Baratta
19:00	Cena	
20:30	La Sacra Natura etrusca	Maurizio Dusio e Lidia Baratta, dott.ssa Stefania Piloni
domenica 29 dicembre		
08:00	Colazione	
09:00	Camminata con percorso di conoscenza della cultura etrusca attraverso la visita di siti evocativi e il racconto della loro visione spirituale del mondo	Maurizio Dusio e Lidia Baratta
13:00	Pranzo	
16:00	La via interiore: Le emozioni negative, come riconoscerle e come gestirle. <i>Ansia, preoccupazione, immaginazione negativa sono solo alcuni derivati della paura che molto spesso guidano le nostre azioni.</i> <i>Tutti gli esseri umani sono vulnerabili alla paura. Come possiamo fare per vederla e trasformarla? Perché è necessario riconoscerla?</i>	Francesca Del Nero



19:00	Cena	
20:30	Lecture e rilassamento	Lucia Vigiani e Enrica Bortolazzi, dott.ssa Stefania Piloni
lunedì 30 dicembre		
07:30	Terme di Saturnia	
09:00	Colazione	
10:30	La via interiore: l'attività di auto sabotaggio e il suo impatto nella vita quotidiana. <i>È una delle attività in cui l'essere umano è massimo esperto. È fortemente distruttiva e la maggior parte degli esseri umani compie azioni auto sabotanti inconsapevolmente. Come possiamo riconoscere questo mondo interiore inconsapevole in cui siamo preda anziché artefice?</i>	Francesca Del Nero
12:30	Pranzo	
15:30	Laboratorio gioiello etrusco: finitura, decorazione e montaggio del gioiello cotto	Lidia Baratta
19:00	Cena	
20:30	Lecture e chiacchiere	Francesca Del Nero
martedì 31 dicembre		
08:00	Colazione	
09:30	Camminata e risveglio muscolare	
11:00	Il senso del labirinto	dott.ssa Stefania Piloni
12:30	Pranzo	
15:30	La via interiore: la spirale distruttiva del vittimismo e dell'arroganza. <i>I bias cognitivi (pregiudizi/ convinzioni/credenze) sprigionano un impatto nella realtà che non può fare altro che rifletterli generando incomprensioni, conflitti e ogni sorta di disagio. Che influenza ha nella vita di relazione essere da una parte (vittima) o dall'altra (carnefice)?</i>	Francesca Del Nero
18:30	Chiacchierata sui riti di passaggio nelle varie culture	
21:00	Cena di fine anno	
	Rituale etrusco per celebrare il passaggio dall'anno vecchio al nuovo	Maurizio Dusio e Lidia Baratta
00:00	Brindisi e auguri	
lunedì 1 gennaio		
09:00	Colazione	
10:30	Creazione del labirinto	dott.ssa Stefania Piloni



12:30	Pranzo	
15:30	La via interiore: noi siamo il problema, noi siamo la soluzione. <i>In questa affermazione si palesa la responsabilità delle nostre azioni.</i> Ma le nostre azioni da cosa sono generate? Cosa sappiamo di quel fiume incontrollato di pensieri, sentimenti ed emozioni che si agitano dentro di noi e che sono però la causa incontrovertibile di tutto ciò che poniamo in essere?	Francesca Del Nero
19:30	Cena leggera	
20:00	Rituale delle cinque direzioni	Lucia Vigiani
martedì 2 gennaio		
07:30	Terme di Saturnia	
09:00	Tè, orzo, tisane	
09:30	La via interiore: la consapevolezza e la sua capacità di generare il Nuovo. <i>Anche un "cane che abbaia" può essere utile, può darci un segnale se sappiamo ascoltarlo.</i> Ascoltare e sentire sono sì essenziali a dare il là ma senza azione non c'è rinnovo, nessun cambiamento, un potenziale creato internamente rimane inerme per mancanza di un'azione coerente. Cosa possiamo fare per ripartire veramente? Quali sono i benefici quando i propositi vengono rispettati?	Francesca Del Nero
11:30	Brunch	
13:30	Chiusura seminario e saluti	Relatori e staff

Il programma è indicativo e potrà subire variazioni in funzione del meteo, di esigenze organizzative e delle caratteristiche del gruppo partecipante.

RELATORI

Francesca Del Nero: international speaker, coach, trainer e autrice, Francesca ha lavorato per molti anni come manager di banche d'affari e conosce a fondo le dinamiche e le sfide del mondo aziendale. Ha conseguito una laurea in Giurisprudenza e un Master in marketing bancario ed è madre di tre figlie. A seguito di una scelta di vita, ha lasciato GE Capital nel 2010 per fondare una scuola internazionale di trasformazione dell'Essere, School For Dreamers, con lo scopo tra l'altro di ispirare una nuova generazione di leader guidati dall'etica e dall'integrità, il cui successo debba essere al Servizio dell'umanità per uno sviluppo armonico globale. Tiene regolarmente workshop e talk in istituzioni prestigiose, tra cui università, grandi aziende e pubblica amministrazione sui temi di: vera sostenibilità, mission, vision, valori, leadership, equilibrio di genere, consapevolezza, cultura inclusiva, integrità e imprese etiche.

Le Tre Vie srl società benefit

Sede legale: Via Leonardo Da Vinci, 20 - 25122 Brescia (BS)

Sedi operative: Poderi di Montemerano – Manciano (GR) - Via Arcivescovo Calabiana 6 - Milano



Stefania Piloni si è laureata in Medicina e Chirurgia nel 1994 all'Università degli Studi di Milano, specializzandosi in Ginecologia e Ostetricia nel 1998 presso l'Istituto Mangiagalli. È esperta in Fitoterapia e Medicina naturale.

Docente in diversi corsi universitari tra cui Fitoterapia e Ostetricia all'Università degli Studi di Milano, opera presso lo studio Ginecea e il San Raffaele Resnati di Milano, dove pratica Medicina Integrata per le patologie femminili.

Si occupa di diagnostica ecografica, fertilità di coppia, endocrinologia ginecologica e menopausa. È specializzata in medicina antiaging, terapia con ormoni bioidentici e procreazione assistita.

Membro della Commissione delle Medicine non convenzionali dell'Ordine dei Medici di Milano e giornalista pubblicitaria, è autrice di vari libri sulla salute femminile e le terapie naturali.

Madre di tre figli, vive a Milano.

Enrica Bortolazzi: fondatrice e Presidente de La Grande Via, ha un'esperienza eclettica: laureata al DAMS di Bologna, è giornalista e scrittrice, fotografa di reportage, istruttrice di yoga, organizzatrice di eventi, conferenze e progetti editoriali. Ha curato la regia del docufilm La foresta di perle, di cui è ideatrice e sceneggiatrice. I suoi incessanti viaggi interiori ed esteriori alla ricerca dell'equilibrio spirituale, emozionale e fisico sono descritti, nei suoi libri Nel silenzio dell'eremo (Mondadori, 2019) e La danza dei semi stellati (Trigono, 2020); insieme a Franco Berrino è coautrice de Il Mandala della vita (Mondadori, 2021) e La Foresta di Perle (Solferino, 2022).

Lucia Vigiani: insegnante di yoga e meditazione, naturopata diplomata presso la scuola SIMO (Italia), si è formata come counselor presso la University of the Islands (USA), con specializzazione in Psicologia e Dialogo delle Voci. Si occupa attivamente di problematiche sociali e ambientali.

Maurizio Dusio: pittore e scultore, ha studiato filosofia ed etruscologia all'università di Milano. Ha esposto in Gallerie d'arte e in spazi museali in Italia ed in Europa, soprattutto a Parigi. Da un decennio vive e lavora in Toscana, a Pitigliano in un atelier scavato in una cavità etrusca. Ha costituito da un anno un parco di scultura alle pendici tufacee del paese – Il Giardino degli Arcani – progetto pensato e nato in collaborazione con Lidia Baratta.

Lidia Baratta: la sua formazione come Fashion designer l'ha vista, lungo un arco di tre decenni, lavorare per numerose griffe di moda in tutto il mondo, da Londra a Parigi sino ad approdare in Pakistan e Cina. Questi vissuti internazionali hanno dato vita a un nuovo slancio creativo, che ha portato Lidia a esplorare progetti che uniscono arte e filosofia. La terra volsinia, ricca di storia e cultura etrusca, gioca un ruolo fondamentale in questo percorso. Lidia trova in questo territorio una profonda connessione con le sue radici spirituali, giustificando così la sua presenza e il suo incontro con questa terra.

ISCRIZIONI ENTRO IL 15 DICEMBRE 2024

LA QUOTA DI PARTECIPAZIONE È DI 1.500 EURO A PERSONA E COMPRENDE

Le Tre Vie srl società benefit

Sede legale: Via Leonardo Da Vinci, 20 - 25122 Brescia (BS)

Sedi operative: Poderi di Montemerano – Manciano (GR) - Via Arcivescovo Calabiana 6 - Milano



- Pernottamento in camere doppie con bagno
- Pasti in pensione completa (i pasti sono vegetariani)
- Tutte le attività indicate nel programma
- Ingresso alle Terme di Saturnia, incluso l'accesso alla sorgente e il dress code bianco

LA QUOTA DI PARTECIPAZIONE NON COMPRENDE

- Eventuali extra di carattere personale
- La tassa di soggiorno pari a 2,50 euro al giorno a persona da pagare all'arrivo in struttura **in contanti**
- Tutto ciò che non è citato nella voce "La quota comprende"

COSA PORTARE

- **Abbigliamento comodo e caldo**, volendo un capo più elegante per la sera di Capodanno
- **Zaino**, un piccolo zaino è necessario per le camminate/passeggiate.
- **Scarponcini da trekking**, scarpe con suola battistrada e comode.
- **Giacca da escursionismo**, è meglio dotarsi sempre di una giacca impermeabile, traspirante e antivento con cappuccio.
- Piccolo **ombrello**
- **Cappello e guanti**
- **Borraccia**, da tenere sempre a portata di mano per acqua o tè.
- **Documenti**, è necessario essere muniti di documento d'identità.
- **Costume e ciabatte** per le terme

ISCRIZIONE E INFORMAZIONI

Mail: info@lagrandevia.it

Telefono: 349 421 9837