

ED. 2023

COME IN
CIELO
COSÌ IN
TERRA



Sulle Orme
del Padre Nostro



INDICE

UN VIAGGIO DI PROFONDA RICONNESSIONE	5
– Nel cuore delle tradizioni più antiche	5
– Il viaggio secondo My Life Design	6
– I 5 pilastri dei viaggi My Life Design	6
Saper Fare	6
Saper Avere	6
Saper Apparire	6
Saper Essere	6
Quinto Sapere	6
STAI PER...	7
QUANDO E DOVE	8
– 1° giorno, 27 febbraio	8
– 2° giorno, 28 febbraio	9
– 3° giorno, 1 marzo	10
– 4° giorno, 2 marzo	11
– 5° giorno, 3 marzo	11
– 6° giorno, 4 marzo	12
– 7° giorno, 5 marzo	13
– 8° giorno, 6 marzo	14
– 9° giorno, 7 marzo	15
– 10° giorno, 8 marzo	16
– 11° giorno, 9 marzo	17
COSA DICE CHI HA GIÀ PARTECIPATO AD UN VIAGGIO INSIEME A NOI	18
ATTIVITÀ INCLUSE	20
COSA NON COMPRENDE IL VIAGGIO	21
QUOTA E MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE	22
– Modalità di partecipazione	22
MODALITÀ DI PAGAMENTO	23
ALTRE INFORMAZIONI UTILI	24
– Numero minimo di partecipanti	24
– Disdetta o ritiro	24
– Passaporto: LEGGERE BENE	25
– Altre informazioni utili	25
– Di quanto denaro ho bisogno giornalmente	26
– Copertura Sanitaria e Assicurazione	27
IN QUESTA ESPERIENZA SARAI ACCOMPAGNATO DA	27
– Contatti 📞	28

UN VIAGGIO DI PROFONDA RICONNESSIONE

“Come in Cielo così in Terra” è un viaggio dentro e fuori noi stessi per vivere un’esperienza indimenticabile alla riscoperta del divino.

Il contatto diretto con i luoghi sacri, le pratiche di meditazione, respirazione consapevole e purificazione renderanno questo pellegrinaggio un’esperienza di profonda riconnessione con la parte più autentica e antica della nostra anima.

— Nel cuore delle tradizioni più antiche

Una striscia di terra considerata la terra promessa da Dio al popolo ebraico, la terra promessa ad Abramo e alla sua discendenza, è la terra in cui è nato, morto e risorto Gesù ed è anche la stessa terra in cui Maometto, profeta dell’Islam, giunse al termine del suo miracoloso viaggio e da cui misticamente ascese al cielo.

Una terra che da sempre celebra l’unità tra i popoli. Un viaggio che passo dopo passo si rivela essere un cammino di ricerca autentica e intensa nell’intimità più profonda del nostro essere.



— Il viaggio secondo My Life Design

*La parola Viaggio viene dal latino “viatico”
ed indica l'insieme delle cose necessarie a chi si mette in viaggio.
In essenza dunque il viaggio non è definito
dal percorso geografico che si compie,
né tantomeno dai luoghi e dalle persone che si incontrano,
ma da ciò che portiamo con noi.
Non tutti gli spostamenti sono dunque un vero viaggio,
ma solo quelli in cui ci ricordiamo di portare noi stessi.
Non dimenticarti a casa.
Perché è la tua presenza consapevole ad essere il senso
e lo spirito del viaggio che compi.
In definitiva sempre e solo dentro te stesso.*

— I 5 pilastri dei viaggi My Life Design

1

Saper Fare

Trarre degli insegnamenti e delle abilità dalle persone del luogo e dalla cultura;

2

Saper Avere

Bilanciare il dare ed avere e quindi saper creare lo spazio per ricevere. Cosa possiamo donare al luogo che andiamo a visitare?

3

Saper Apparire

Sviluppare la capacità di saper raccontare il viaggio e i valori che si sono andati a toccare, anche attraverso i social.

4

Saper Essere

Unire l'ambiente interno e dall'ambiente esterno.

5

Quinto Sapere

Il noi – il viaggio delle persone che incontri che crea una rete di individui capaci di unire l'ambiente interiore a quello esteriore.

STAI PER...



Vivere un'esperienza di profonda riconnessione con la tua parte più intima;



Elevare la tua coscienza, migliorare lo stato del tuo benessere ed iniziare un cammino autentico di autorealizzazione;



Conoscere la natura della vita da un nuovo punto di vista più consapevole, completo e trasversale.



QUANDO E DOVE

Dal **27**
febbraio

al **9**
marzo 2023

in Israele e Egitto

—
1° giorno, 27 febbraio

Padre Nostro *Galilea*

Arrivo dall'Italia a Tel Aviv con voli differenti.

Meeting point in aeroporto entro le ore 18.00 locali. Accoglienza con i rappresentanti di Kairos. Una volta consolidato il gruppo, trasferimento in bus privato e partenza per la Galilea.

Arrivo in Galilea e sistemazione in albergo nei pressi del Lago di Tiberiade. Cena insieme e possibile incontro serale con Daniel.

La riflessione su cosa significhi invocare il "Padre" e cosa significhi aggiungere "Nostro" invita anche a riconoscere la fratellanza davanti ad un Padre non comune.

Cosa ci permette di "sentire" l'altro come fratello? Esiste davvero "l'altro"? O è solo frutto di proiezioni della mente?

Impariamo a sentire, ad ascoltare ciò che definiamo diverso da noi. Nell'ascolto, la via verso un sentire unico.

—
2° giorno, 28 febbraio

Padre Nostro, che sei nei cieli *Galilea*

Oggi ci apriamo nuovamente all'incipit di questa preghiera, al quale si aggiunge un nuovo elemento, la connessione del Padre con i cieli. Il regno del Padre non e' un regno fisicamente lontano, vive in me nel qui ed ora. Appartiene ad una natura piu' alta, ad una energia piu' fine, ad un diverso livello di coscienza.

I luoghi che visiteremo oggi ci ispirano ad aprirci al mistero di queste parole.

Dopo la colazione, partiamo per **Banyas** (Caesarea e Philippi) alle 8.00 am. In questo luogo l'apostolo Pietro comprese, tramite lo Spirito Santo, la natura divina di Gesù' e la sua connessione con il Padre.

Raggiungiamo le sorgenti del fiume Giordano. Camminata fino alle **cascate di Banyas**, per aprirci ad un momento di contemplazione.

Continuiamo il nostro pellegrinaggio con un momento comunitario importante, l'incontro con un villaggio druso situato al confine con **le alture del Golan**.

Incontriamo un loro sheikh, leader spirituale druso che ci parlerà della loro religione. Avremo la possibilità di scoprire di più sulla loro cultura, usi e costumi, condividendo il pranzo in una o più case del villaggio.

Proseguimento per il **Monte delle Beatitudini**. Qui Gesù ci lascia uno dei suoi insegnamenti più straordinari, per aiutare a connetterci con il regno del Padre, appunto "il regno nei cieli". Tempo per meditare sulle beatitudini e rimanere in silenzio sul monte, davanti alla quiete del lago di Tiberiade.

Ritorno via battello sullo stesso lago dove camminò Gesù.
Trasferimento in hotel. Cena e pernottamento.

—
3° giorno, 1 marzo

Sia santificato il Tuo nome *Gerusalemme*

Oggi riflettiamo sul significato della santificazione del Nome Divino e di che cosa significhi “santificare”.

Gesu' nel Vangelo, quando vuole insegnarci qualcosa di molto importante si reca su un monte. Il distacco dalla vita ordinaria e la salita intenzionale, indica un'attitudine interiore che ci invita a seguire. Oggi lo seguiamo per meditare con Lui sul **Monte Tabor**.

Questo episodio del Vangelo ci ricorda i quattro livelli di coscienza attraverso i quali la nostra capacità di vedere la realtà si raffina. Si inizia con il distacco dalla vita ordinaria, l'allegoria della salita sul monte. L'attenzione si porta verso l'interno. I discepoli di Gesu' a quel punto vedono la luce che emana dal Maestro. I loro occhi si sono aperti. Si sono svegliati dal sonno interiore. Nel risvegliarsi riconoscono la vera natura di Gesù che ora conversa con i profeti del passato. In questo stato livello di coscienza passato, presente e futuro appartengono ad una dimensione unica, quella eterna, oltre il tempo lineare. A questo punto una grande gioia invade i discepoli, la gioia che deriva dal profondo incontro con il divino.

A seguire, partenza per Cana per un momento speciale da vivere e condividere insieme.

Partenza per Gerusalemme con fermata nel deserto di Giuda, per ascoltare il silenzio di questi luoghi e praticare insieme.

Arrivo a Gerusalemme, check in, cena e pernottamento.

—
4° giorno, 2 marzo

Venga il Tuo regno *Gerusalemme*

“Venga il tuo regno”.

Di che regno sta parlando Gesù? E' possibile fare esperienza di questo Regno al mio interno?

Il tema si fonde profondamente con i luoghi del nostro pellegrinaggio di oggi. Gerusalemme, luogo straordinario, di una sacralità unica, ci accoglie nella sua atmosfera speciale. Arriviamo alla spianata delle Moschee molto presto, alle 7 am, per attendere l'apertura in fila, alle 8 am. A metà mattinata visita del Muro Occidentale, con il tunnel sotterraneo del Tempio. Visita del quartiere ebraico e pranzo.

Nel pomeriggio visita del **Monte Zion**, la stanza dell'ultima cena, la chiesa Armena di **San Giacomo**. Passeggiata a piedi fino alla **porta di Jaffa** e tempo libero per un proprio sentire. Cena e pernottamento in hotel.

—
5° giorno, 3 marzo

Sia fatta la Tua Volontà, come in cielo così in terra *Gerusalemme*

“Sia fatta la Tua Volontà”. Un momento chiave del Padre Nostro. *Come mi sento quando recito questo verso? Sono davvero pronto a fare la Volontà di Dio? Come riconoscere la Volontà di Dio e come compierla? Ma soprattutto, abbiamo una volontà?*

L'intera giornata è basata sul mistero della Volontà di Dio, su come Gesù abbia dato la sua stessa vita pur di compierla. Profondi momenti di preghiera e meditazione sin dall'alba.

Sveglia alle 4 am e partenza alle 4.30 am per recarsi molto presto **al Santo Sepolcro** e partecipare alla messa delle 5 am e delle 6 am (gruppo diviso in 2 sottogruppi. Orari potrebbero cambiare).

Visita completa del Santo Sepolcro, al termine della messa.

Colazione al sacco.

Possibilità di recarsi a **Betlemme**, o visita della chiesa del **Padre Nostro e della chiesa della Dormizione di Maria**.

Ci affidiamo all'energia femminile per aprirci completamente a ricevere il **Getsemani**, il luogo in cui si manifesta il mistero di Gesù in preghiera mentre trasuda sangue e acqua.

Meditazione privata nel giardino degli Ulivi.

Al termine, trasferimento in hotel, cena e pernottamento.



6° giorno, 4 marzo

Dacci oggi il nostro pane quotidiano *Gerico*

In questa giornata ci troviamo di fronte a due momenti del Padre Nostro, dove impera l'elemento del fuoco, il deserto, simbolo della purificazione, ma anche della provvidenza di Dio che salva il popolo ebreo dalla fame offrendogli la manna. Perché chiediamo a Dio di darci il "nostro" pane quotidiano? Perché il pane è "nostro"? Si tratta forse di una appartenenza animica? Di quale cibo si sta parlando?

Scegliamo la via del silenzio e viviamo il deserto come luogo di purificazione e preparazione alla volontà di Dio. Scendiamo a piedi verso il monastero ortodosso di **San Giorgio Khoziba**, situato in un Wadi, (canyon), un luogo straordinario raggiungibile solo a piedi.. Al termine della visita, seguiamo per **Gerico**, arrivando sul **Monte delle Tentazioni** con la teleferica. Quale è il ruolo della tentazione? Cosa succede in quel momento? E' sempre possibile vedere la scelta di fronte a noi? Grazie alla tentazione apprezzo il ruolo della frizione, del tapas. Perché abbiamo bisogno della frizione? A cosa ci serve?

Pranzo a Gerico.

Nel pomeriggio, partenza alle 2 pm da Gerico verso **Qasr El Yahud**, uno dei luoghi legati al battesimo di Gesù. Ci apriamo ora all'elemento dell'acqua spesso legato alle iniziazioni.

A seguire, visita di **Qumran**, tempo permettendo. Luogo legato al popolo Esseno del quale scopriremo dettagli interessanti durante la visita al parco.

Cena e pernottamento a Gerico.

7° giorno, 5 marzo

Rimetti a noi i nostri debiti,
come noi li rimettiamo ai nostri debitori
Makhtesh Ramon

Questa parte del Padre Nostro ci apre ad una riflessione profonda: *quali debiti abbiamo? Chi sono i nostri creditori e chi sono i nostri debitori? Ma soprattutto di quali debiti parla Gesù? Cosa è un debito nel mondo spirituale?*

Proseguiamo l'esperienza della purificazione, coinvolgendo il nostro corpo. Questa mattina potremo beneficiare degli effetti meravigliosi del fango curativo del **Mar Morto**. Dopo pranzo, partenza per **Makhtesh Ramon**, uno dei posti più straordinari al mondo che si affaccia su un cratere grandissimo. Arrivo entro le 3.30 pm. Passeggiata fino al tramonto.

Il mondo dualistico che vede tutto in relazione al male e al bene non è altro che una proiezione della mente, che separa, definisce, si distacca dall'unità.

Creiamo confini, separiamo paesi e culture, ma la creazione ci ricorda che apparteniamo ad un unico suono, il suono primordiale, il Logos..

Qui ricordiamo ancora una volta la mano provvida di Dio Padre, che offre acqua e ristoro anche in mezzo alla calura del deserto. Da questo luogo è stato ispirato il Cantico dei Cantici, e qui Davide risparmiò la vita al suo persecutore Saul.

Cena e pernottamento vicino al cratere.

—
8° giorno, 6 marzo

La scalata al Sinai. Non lasciarci cadere nella tentazione *Egitto, Sinai*

Di prima mattina, ore 8.30 am, partenza per **Taba in Egitto**, (due ore e mezzo) e attraversamento del confine (i tempi potrebbero essere lunghi per le pratiche burocratiche) in circa due ore, salvo imprevisti.

Passaggio in terra egiziana e pranzo a **Nuweiba sul Mar Rosso** o altrove.

Al termine, trasferimento sul Sinai.

La straordinarietà del deserto del Sinai risiede nelle forme e nell'energia delle sue montagne che si ergono al cielo come delle mani in cerca di aiuto; nei colori meravigliosi delle rocce, che si tendono al rosa verso il tramonto; nel silenzio che penetra profondamente nei corpi, nelle menti, negli animi.

Il percorso verso il Sinai è un pellegrinaggio interiore. Ci svuotiamo dell'inutile e diventiamo essenziali. Ci apriamo ai significati più reconditi del Padre Nostro, aprendoci al mistero del respiro e la sua connessione con questa preghiera. Antiche pratiche recitavano il Padre Nostro in un solo respiro.

Arriviamo fino al monte santo, chiamato Oreb. Qui Mosè parlò con Dio, prima nel roveto ardente, poi nella consegna delle tavole della legge.

Qui Elia, venuto dal monte Carmelo, incontrò Dio nel silenzio.

Nell'intenzione di scalare il Sinai, viviamo la tentazione di non potercela fare, di essere stanchi. E paradossalmente è in questo momento che la natura inferiore dell'uomo diventa la chiave per accedere alla fiducia incondizionata.

Una fiducia che il mentale non può spiegare, ma che il cuore custodisce in questo anelito verso l'infinito, verso Dio. Affidandoci alle forze del divino, mettiamo un passo di fronte all'altro al ritmo del respiro, nel silenzio della notte, supportati dai nostri amici.

Spesso ci si dimentica che a scalare la montagna della vita non siamo da soli. Guardiamoci intorno. Le persone che condividono la fatica con noi ci sono accanto, c'è chi aiuta il passo più lento. Nel cuore, la forza straordinaria della presenza divina. L'alba ci attende, insieme.

Prevedere circa 3 ore per la scalata al Sinai guidata dai beduini della tribù Gebeleya.

Cena e pernottamento presso hotel Morgenland.

9° giorno, 7 marzo

Liberaci dal male. La Pratica del Padre Nostro. Scalata sul Sinai *Eilat*

Ci svegliamo verso le 2.30 di notte per prepararci alla scalata del monte Oreb. Il paesaggio notturno è semplicemente straordinario. Il silenzio permea la montagna e plasma i suoi abitanti. Con passo da pellegrini affrontiamo il viaggio, i cui sforzi ci aiuteranno ad apprezzare ancora di più questa esperienza che ci trasforma da gruppo di ricercatori in una comunità di uomini e donne.

Nella difficoltà della scalata un intento di purificazione, di allontanamento da ciò che offusca la Luce. Nell'ultimo versetto del Padre Nostro, la richiesta di aiuto, di essere guidati verso la Luce, verso la liberazione da me stesso, liberazione che avviene solo con un atto di amore verso ciò che si rigetta, incluso il me stesso che vedo spesso come un ostacolo, anziché come un dono che mi porta verso il divino.

Attendiamo in silenzio l'alba. I primi raggi illuminano le cime delle montagne più alte, mentre la vallata rimane ancora nel buio. Uno spettacolo di straordinari colori ci introduce ad un nuovo giorno. Il silenzio del Sinai si fa cibo per anime affamate di Dio.

Discesa fino al monastero ortodosso di **Santa Caterina**, luogo straordinario, con una biblioteca seconda solo dopo a quella del Vaticano e una collezione di meravigliose icone, tra cui una delle più famose immagini miracolosa del Cristo Pantocratore del IV secolo.

Possibilità di organizzare un incontro con i monaci ortodossi sulla Preghiera del cuore.

Partenza dopo pranzo per il viaggio di rientro in Terra Santa.

Dopo le formalità di confine ed il cambio dei mezzi di trasporto, ci fermiamo ad **Eilat** in un resort sul mare. Tempo di riposo e di incontro.

Amiamo insieme i momenti di transizione, dalla notte al giorno, da un confine ad un altro confine, dal rumore, al silenzio.

La vita è nelle transizioni, abbraccia gli opposti. Nella notte vive già il desiderio del giorno, nella nascita è iscritta la morte e nella morte la nascita.

Cena e pernottamento ad Eilat.

10° giorno, 8 marzo

La preghiera come l'arte delle arti *Tel Aviv*

Ci svegliamo di fronte al Mar Rosso, connettendoci con l'elemento acqua. Con un livello di attenzione diversa mi pongo in ascolto e osservo. Come percepisco, come sento, come respiro, come vivo questo momento presente.

Cos'è la preghiera? Siamo davvero noi a pregare o chi è che prega in noi?

Se l'arte è l'espressione creativa più autentica e vicina a Dio, allora forse la vita stessa è arte, forse la preghiera potrebbe essere l'arte più elevata, che ha bisogno del corpo per entrare in questo mondo, come la musica e la danza.

Mattinata a disposizione sul Mar Rosso. Colazione e pranzo in hotel.

Partenza per **Tel Aviv** (5 ore di autobus).

Cena finale. Pernottamento a Tel Aviv.

11° giorno, 9 marzo

Partenza

Trasporto privato in aeroporto (solo uno) che convoglierà più voli insieme. Per coloro il cui volo risulta essere lontano dagli orari di partenza del bus, rimane l'opzione di un trasporto privato (non incluso).

Colazione per coloro che hanno il volo in tarda mattinata.

Nel cuore, un ringraziamento profondo per essere stati insieme a noi, per aver pregato, meditato, pianto e gioito o semplicemente vissuto insieme.

N.B: il programma potrebbe subire delle variazioni rispetto a quanto pubblicato per motivi non prevedibili ed esterni alla volontà di My Life Design Srl e Kairos Pilgrimages.



COSA DICE CHI HA GIÀ PARTECIPATO AD UN VIAGGIO INSIEME A NOI

È per me un grande piacere offrire un resoconto sincero della mia esperienza di pellegrinaggio in Georgia e Armenia avvenuta nell'ottobre 2019, organizzato e guidato dalla Sig.ra Patrizia De Libero attraverso Kairos Pilgrimages.

Durante la pianificazione, il coordinamento e il viaggio iniziali, ho sentito che ogni dettaglio del viaggio era stato accuratamente pensato, pianificato e preparato. Ciò includeva il viaggio complicato, i trasferimenti aeroportuali e il valico di frontiera dalla Georgia all'Armenia.

La signora De Libero è stata sensibile e premurosa ai bisogni e ai desideri dei viaggiatori, dal cibo e dall'alloggio alle attività, al divertimento e allo shopping. Ha contratto e ingaggiato personale locale professionale di prim'ordine, autisti, guide e docenti, che erano adorabili, perfettamente fluenti in inglese e profondamente informati.

La pianificazione e la guida generose, sensibili e premurose della signora De Libero, hanno permesso a me e ai miei compagni di viaggio di dedicarci completamente alle magiche esperienze di paesaggi meravigliosi, santuari sacri e santuari, gustare sontuosi piatti locali e assaporare un meraviglioso cameratismo con i nostri padroni di casa e il personale.

Consiglierei la Sig.ra De Libero e la sua compagnia per qualsiasi pellegrinaggio o viaggio che richieda questo tipo di sensibilità e un'attenta pianificazione. Farei il prossimo pellegrinaggio con la Sig.ra De Libero e Kairos Pellegrinaggi in un baleno.

Dr. Ron Balamuth
New York City USA

Nel 2018 ho deciso di invitare 12 amici per un viaggio in Armenia per esplorare antichi siti spirituali, avere nuove impressioni su cibo e cultura e vivere l'avventura di un viaggio di gruppo. Mi sono rivolto a Patrizia De Libero e ai tour di Kairos per via della sua reputazione.

Fin dall'inizio, Patrizia è stata una vera partner: suggerendo itinerari interessanti, prendendo in considerazione le esigenze di tutti durante il viaggio e gestendo tutti i piccoli dettagli che fanno la differenza tra un viaggio di successo e uno irto di inutili difficoltà. Il viaggio è stato pianificato magnificamente in ogni dettaglio: i luoghi straordinari che abbiamo visitato, le sistemazioni interessanti e premurose, i numerosi siti spirituali e culturali che ha suggerito, i pasti deliziosi che ci hanno aperto ad altre culture e le guide in loco che ci hanno aiutato a necessario.

Ci siamo sentiti tutti ben curati, al sicuro e liberi dalla preoccupazione per i dettagli quotidiani.

Tutti durante il viaggio si sono divertiti moltissimo e lo ricordano come tra le migliori due settimane della loro vita. Posso dire che non ce l'avremmo fatta senza Patrizia e Kairos. Non solo ha soddisfatto le mie aspettative, ma le ha superate in tutti gli aspetti. Non potrei raccomandare Patrizia e Kairos più caldamente.

Indipendentemente dal tipo di avventura, viaggio o pellegrinaggio che immagini, Kairos è una scelta affidabile, esperta e superba. Se cerchi il viaggio di una vita, Kairos è la compagnia che sceglierei. Non vediamo l'ora di vivere un'altra avventura con loro.

Mr. Peper
Business man, NYC, USA

Kairos ha pianificato tutto nei minimi dettagli, Patrizia è al tuo fianco in ogni fase del percorso per scoprire cose nuove, esplorare con te, essere sorpreso, vedere questo viaggio attraverso i tuoi occhi e fare in modo che la tua esperienza sia ricca di impressioni e meraviglie. Perché niente è più importante per lei che essere in questa ricerca insieme, cercare insieme. La sua guida è vivace, aggraziata e premurosa, i compagni di viaggio diventano fratelli e qualcosa, nel profondo, si apre e viene toccato dalla bellezza di tutto ciò che viene scoperto lungo la strada. Quando un tale pellegrinaggio del genere finisce in un certo senso non finisce mai. Rimane con te e il gusto di essere stato benedetto con l'esperienza di qualcosa di reale, prezioso, qualcosa di molto vivo, che rimarrà con te a lungo.

Ing.Thierry Guillemin
Washington DC/Paris

Un inizio importante di qualsiasi viaggio che contempliamo come un pellegrinaggio è che a un certo livello non sappiamo davvero cosa stiamo cercando.

Questo è l'inizio di ciò che rende il viaggio con Kairos Pilgrimage un'esperienza così gratificante. È come se Patrizia De Libreros agisse nel ruolo della guida intuitiva nell'assistere alla scoperta dei fili della ricerca interiore, cosa che nessuno può fare guidando. Fornisce una delicata esposizione a qualcosa che è straordinariamente bello e distintamente sottile. Ciò che scopriamo non è solo l'arte impressionante, l'architettura stupefacente e gli straordinari luoghi sacri, scopriamo le persone a un livello diretto e abbastanza commovente, ci scopriamo l'un l'altro e scopriamo noi stessi.

Il nostro pellegrinaggio è iniziato a Roma ponendo l'accento sul tema delle tenebre e della luce. Abbiamo iniziato con un esame approfondito sia dell'arte sacra e profana di Caravaggio, sia della scultura profondamente sensibile di Bernini e dell'opera idealizzata di Michelangelo. E nel processo abbiamo esplorato sia chiese meravigliosamente ornate che chiese molto semplici, abbiamo esplorato la storia del cattolicesimo e delle classi dirigenti della religione. Ma soprattutto siamo stati toccati dall'inizio del percorso che conduce direttamente al misticismo.

Nell'accedere a siti come la grotta di San Benedetto a Subiaco e i luoghi di meditazione di San Francesco, siamo stati toccati da alcuni dei più grandi misteri della cristianità. Consentendo l'accesso a luoghi normalmente inaccessibili al pubblico, organizzando conversazioni e contatti con guide e monaci molto speciali, Patrizia ha aperto al nostro gruppo porte che hanno cambiato la nostra comprensione di ciò che stiamo cercando e di chi siamo .

Se desideri trovare il senso di una vera ricerca attraverso un pellegrinaggio, Kairos apre un affascinante percorso in direzione dell'inspiegabile. Patrizia De Libero è professionalmente ben inserita, umilmente sensibile alle esigenze del gruppo e profondamente dedita alla propria ricerca. Se applicati insieme durante il viaggio, questa è la materia dell'ispirazione.

Dottor Bruce Helmberger
San Francisco

Ho viaggiato con Patrizia in due pellegrinaggi: in Uzbekistan e in Egitto. Entrambi i viaggi sono durati 10 giorni, ma mi è sembrato di aver accumulato un anno di esperienze in ogni viaggio.

Patrizia ha molti contatti in tutto il mondo e molti anni di esperienza nella guida di gruppi grandi e piccoli, il che le permette di modificare i piani a seconda delle necessità per far fronte agli inevitabili imprevisti che sembrano presentarsi durante qualsiasi viaggio in luoghi orientali. L'itinerario, anche in presenza di imprevisti, non è mai stato affrettato e non mi sono mai stancato (io e mia moglie abbiamo circa settant'anni).

Spesso durante il tour si creano ulteriori opportunità di incontrare persone interessanti, come la conversazione in una moschea di Bokhara con uno sceicco naqshabandi sulle sue pratiche spirituali e sul suo lavoro, avvenuta durante il viaggio in Uzbekistan.

Si presentano anche occasioni speciali, come la passeggiata notturna ultraterrena che ho fatto per le strade buie dell'antica città murata della Via della Seta, Khiva, durante il viaggio in Uzbekistan. Durante il viaggio in Egitto ci siamo svegliati prima dell'alba e abbiamo raggiunto l'altopiano di Giza. Siamo rimasti a tremare nell'aria fredda del deserto di fronte all'incredibile massa esterna della Grande Piramide e poi siamo entrati nel caldo e tranquillo interno per una meditazione all'alba nella leggerezza della Camera del Re, che sembra fluttuare all'interno della massa - un viaggio spirituale sia interiore che esteriore.

Gli itinerari sono fatti su misura per il gruppo e per l'obiettivo specifico del pellegrinaggio e comprendono non solo siti spirituali ma anche visite culturali che includono la comunità locale, la cucina, la musica e le arti e mestieri.

Le sistemazioni e i trasporti sono stati di prima classe e le guide locali erano competenti, disponibili e in grado di soddisfare le esigenze individuali.

Walt

ATTIVITÀ INCLUSE

- ✓ Tre incontri preparatori online per prepararsi al meglio all'esperienza;
- ✓ Visite ed escursioni come da programma;
- ✓ Pasti (colazione, pranzo e cena);
- ✓ Una bottiglia di acqua al giorno;
- ✓ Pernottamenti in hotel;
- ✓ Sale per le meditazioni negli hotel;
- ✓ Mezzi di trasporto per i trasferimenti durante il viaggio;
- ✓ Sessioni di meditazione, respiro consapevole e pratiche con Daniel Lumera;
- ✓ Guida locale in lingua italiana;
- ✓ Responsabile logistica (Kairos Tour leader)
- ✓ Escursioni e attività come da programma;
- ✓ Materiale vario.

COSA NON COMPRENDE IL VIAGGIO

- ✓ Volo internazionale A/R;
- ✓ Rinnovo passaporto;
- ✓ Assicurazioni;
- ✓ Spese attraversamento confine Egitto-Israele (Euro 33 sino a novembre 2022), ed altre, se presenti.
- ✓ Trasferimenti da e per aeroporto al di là dei due previsti;
- ✓ Eventuali visite/escursioni non specificate in programma;
- ✓ Bevande e acqua minerale non previste;
- ✓ Eventuali mance per autisti, guide, facchini (prevedi 7 dollari al giorno)
- ✓ Spese personali quali telefonate, lavanderia ecc.
- ✓ Tutto ciò non incluso nella voce "Attività incluse".



QUOTA E MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

La quota di partecipazione intera del viaggio prevede un investimento di € 3.700,00 iva inclusa. Il prezzo si intende in camera doppia per persona. La camera singola ha un costo aggiuntivo di Euro 970,00.

 **PER CHIUNQUE SI REGISTRI ENTRO IL 23 DICEMBRE 2022** è prevista una **facilitazione lancio di € 3.400,00** iva inclusa.

Successivamente a questa data la quota prevista per partecipare è di € 3.700,00.

— Modalità di partecipazione

1. Scarica il modulo cliccando qui>

Compilalo e invialo a viaggi@mylifedesign.com.

2. Attendi la conferma da parte dello Staff prima di procedere con il bonifico. Solo dopo aver ricevuto conferma, scegli la modalità di pagamento ed effettua il **bonifico intestato a Kairos Pilgrimages.**

 Per chi riserva il posto in promo lancio: l'invio del modulo si ritiene vincolante per il pagamento da effettuare in un'unica tranche dopo il 26 dicembre ed entro il 29 dicembre.

3. Invia conferma del versamento alla email viaggi@mylifedesign.com, indicando il tuo nome e cognome e allegando il modulo di iscrizione.

N.B.: Lo Staff comunicherà la conferma della partenza entro il 26 di dicembre via email.

— Contatti 📞

Siamo a tua disposizione. Scrivici a viaggi@mylifedesign.com o inviaci un messaggio WhatsApp al numero +39 320 079 8888 per fissare un appuntamento telefonico.

Per informazioni relative alle logistiche del pellegrinaggio contattare Patrizia al numero Whatsapp +1 978 353 9200.

MODALITÀ DI PAGAMENTO

Il pagamento può essere effettuato in un'unica tranche tramite bonifico bancario (consigliato per contenere i costi da parte dell'utente finale) o tramite carta di credito, con un costo aggiuntivo.

Qualora fosse necessario dilazionare il pagamento è possibile rivolgersi a Patrizia (possibile solo per chi riserva il posto entro il 23 dicembre).

Il bonifico deve essere effettuato in dollari americani.

Sarà direttamente la banca, **dietro vostra richiesta**, ad effettuare il cambio attraverso una procedura semplice (chiedete alla vostra banca di inviare il corrispettivo in dollari americani.)

ISCRIZIONE ENTRO IL	IMPORTO DA PAGARE	TERMINE ULTIMO PER EFFETTUARE IL BONIFICO
23/12/22	3.400€	Tra il 26 e il 29 dicembre
5/2/23	3.700€	Pagamento in un'unica soluzione da versare contestualmente alla registrazione

— **Le coordinate bancarie a cui effettuare il bonifico:**

Conto intestato a:

Kairos Journeys LLC, DBA Kairos Pilgrimages

Causale versamento: Terra Santa con Daniel 2023.

Banca: TD Bank, N.A. Wilmington, Delaware

ABA #: 0311-01266

Numero di conto: 8261547895

SWIFT CODE: NRTHUS33XXX.

Indirizzo: 65 Roe Avenue, Northampton, MA 01060, USA

Nel caso vogliate usare la vostra carta di credito, vanno considerati intorno al 3.5% di commissioni da aggiungere alla cifra del viaggio.

Per questa opzione vi preghiamo di rivolgervi direttamente a Patrizia De Libero al numero Whatsapp +1 978 353 9200 o potete scriverle una email a viaggi@mylifedesign.com.

ALTRE INFORMAZIONI UTILI

— **Numero minimo di partecipanti**

Il viaggio si considera confermato con un minimo di 30 partecipanti entro il 23 dicembre. Nel caso in cui non si raggiunga il numero minimo di partecipanti il viaggio verrà posticipato.

— **Disdetta o ritiro**

Non è previsto alcun rimborso per cancellazione.

Per questo motivo consigliamo di acquistare una assicurazione che garantisca il rimborso dei servizi a terra e del volo internazionale.

Nel caso di pandemia, il viaggio verrà semplicemente rimandato e le quote trattenute per delle nuove date.

— **Passaporto: LEGGERE BENE**

Per l'ingresso in Israele e in Egitto è necessario il passaporto Italiano con validità di almeno sei mesi dalla data di ingresso. Se il vostro passaporto ha una validità inferiore, bisognerà rinnovarlo prima del viaggio.

— **Altre informazioni utili**

Il costo del pellegrinaggio copre i pernottamenti in hotel a 4 stelle e i pasti (colazione, pranzo, cena) dalla cena del 27 febbraio alla colazione del 9 marzo.

Gli alloggi prevedono due notti al Golan Hotel di Tiberiade, 3 notti al Prima Park di Gerusalemme, una notte al Oasis Hotel in Gerico, una notte al Ramon Suites Hotel a Mitzpe Ramon, una notte sul Sinai al Morgenland una notte al Leonardo Plaza Hotel a Eilat, e una notte al Leonardo Beach Hotel a Tel Aviv.

Gli hotel e l'ordine delle visite potrebbero cambiare, garantendo comunque la qualità e gli intenti desiderati.

Molti voli potrebbero partire durante la notte o la mattina presto del 9 marzo per questo motivo il pellegrinaggio con Daniel terminerà con la cena dell'8 marzo a Tel Aviv. La colazione del 9 marzo è inclusa.

È incluso un solo trasporto all'aeroporto di Tel Aviv che verrà organizzato sulla base dei voli con più partenze.

Per coloro che intendano partire in orari differenti, verrà organizzato un transfer a pagamento (non incluso).

Il costo del pellegrinaggio include la guida locale di lingua italiana, il tour leader coordinatore delle logistiche di Kairos Pilgrimages, le entrate come da programma, gli spazi comuni per gli incontri, il bus privato per la durata del pellegrinaggio, i costi di promozione, lo staff di supporto dal momento dell'iscrizione al termine del pellegrinaggio.

— **Grado di difficoltà delle escursioni previste**

Il pellegrinaggio in Terra Santa ed Egitto prevede: escursioni, camminate e salite.

Percorsi a piedi anche lunghi, in discesa e salita nelle valli. Il punto di difficoltà più alto è la scalata al Monte Sinai in Egitto, della durata di circa 3 ore in salita e 2 al ritorno in discesa.

Gli ultimi tratti sono quelli più difficili, ma per un corpo sano e senza particolari problematiche fisiche è fattibile. Per chi lo desidera e non si sente di affrontare tutta la salita, è possibile utilizzare il cammello (non incluso) per una parte della scalata. La scalata avverrà di notte, e sarà guidata da un beduino del monte Sinai che condurrà il gruppo.

La scalata è assolutamente opzionale, così come tutte le attività del pellegrinaggio.

— Cosa portare in valigia

In Febbraio/Marzo il clima in Israele è di solito buono, le temperature variano tra i 12 e i 20 gradi.

Consigliamo l'abbigliamento a cipolla e di portare maglie a maniche corte, leggere con maniche lunghe, felpe e un giubbino leggero.

Per poter avere accesso alle chiese e luoghi sacri è obbligatorio indossare capi che coprono gambe e spalle.

Si prega di evitare abiti succinti e/o scollature, gonne corte o pantaloni corti. Portare un foulard per coprirsi il capo. Ci confronteremo con religioni e culture differenti che vanno rispettate ed abbracciate, in quanto pellegrini.

Sarà utile portare giacche pesanti e scarpe adeguate per la scalata sul Sinai o per la serata a Makhtesh Ramon o tutte le volte che ci si alza presto. Ad ogni modo è bene controllare le temperature prima della partenza, poiché il clima sta cambiando rapidamente ovunque.

Ricordarsi di portare un costume per un possibile bagno nel Mar Morto. Il tipo di costume scelto deve rispettare i luoghi e il contesto del pellegrinaggio.

— Di quanto denaro ho bisogno giornalmente.

Il pellegrinaggio è organizzato in maniera tale da non aggiungere quasi nulla alla cifra pagata: i pasti sono inclusi, come una bottiglia d'acqua al giorno a partecipante, gli ingressi, i pernottamenti e tutti gli altri servizi elencati nei paragrafi precedenti.

Le mance non sono incluse poiché sono una manifestazione di gradimento dei servizi, anche se in molti paesi come anche in Israele ed Egitto sono una fonte importante di supporto per la popolazione locale. Vanno considerati circa 7 dollari al giorno per le mance che

verranno distribuite al personale degli hotel, ristoranti, autisti, donazioni nelle chiese, eccetera.

A queste spese vanno aggiunti 33 dollari per l'attraversamento del confine tra Israele e l'Egitto.

— Copertura Sanitaria e Assicurazione

Per coperture sanitaria suggeriamo di acquistare un'assicurazione di vostro gradimento.

Ecco alcuni nominativi:

Europe Assistance <https://www.europassistance.it>,

Allianz, <https://www.allianz-assistance.it/>

Axa, <https://www.axa.it/>

IN QUESTA ESPERIENZA SARAI ACCOMPAGNATO DA



DANIEL LUMERA

Biologo naturalista, è esperto di scienze del benessere e della qualità della vita, e riferimento internazionale nella pratica della meditazione che ha studiato e approfondito con Anthony Elenjimitam, discepolo diretto di Gandhi.

*È autore bestseller di *La cura del perdono. Una nuova via alla felicità* (Mondadori, 2016), coautore di *Ventuno giorni per rinascere* (Mondadori, 2018) e *La via della leggerezza* (Mondadori, 2019) e, insieme a Immacolata De Vivo, di *Biologia della gentilezza* (Mondadori, 2020) e *La lezione della farfalla* (Mondadori, 2021).*

È ideatore del metodo My Life Design®, il disegno consapevole della propria vita personale, professionale, sociale, una metodologia applicata a livello internazionale in aziende pubbliche e private, al sistema scolastico, penitenziario, sanitario e nell'accompagnamento al morente.

È inoltre fondatore dell'Associazione My Life Design Onlus che declina il metodo in progetti ad alto impatto sociale, come la Giornata Internazionale del Perdono, insignita per le ultime tre edizioni della Medaglia del Presidente della Repubblica italiana, il Movimento Italia Gentile e la sua espressione internazionale, l'International Kindness

Movement, volti a promuovere i valori di gentilezza, pace e cooperazione in tutto il mondo.



PATRIZIA DE LIBERO

Ricercatrice spirituale. Vive in medio oriente, viaggia in luoghi spirituali del mondo, specialmente in Asia. Incontra il sufismo, il buddismo di diverse tradizioni ed altre pratiche spirituali. Entra nel cammino iniziatico di George I. Gurdjieff sin da giovane, incontro che segna la sua ricerca interiore per sempre insieme alla mistica cristiana.

Lascia la sua carriera per dedicarsi al viaggio interiore attraverso il pellegrinaggio, visitando luoghi sacri nel mondo e sperimentando le differenti qualità di ciascuno di questi.

Fonda negli USA Kairos Pilgrimages, l'organizzazione per la creazione di percorsi spirituali ispirati e Soham Yoga School in qualità di istruttrice di Yoga. Si dedica alle pratiche di consapevolezza sulla morte e al supporto spirituale dei morenti guidata da Padre Guidalberto Bormolini dei Ricostruttori nella Preghiera e dal suo team con l'aiuto del quale fonda la scuola "Everything is Life" in USA.

Condivide l'intento di My Life Design di promuovere il viaggio spirituale, mettendo la sua esperienza a supporto di questo progetto ispirato.

— Contatti 📞

Siamo a tua disposizione. Scrivici a viaggi@mylifedesign.com o inviaci un messaggio WhatsApp al numero +39 320 079 8888 per fissare un appuntamento telefonico.

Per informazioni relative alle logistiche del pellegrinaggio contattare Patrizia al numero Whatsapp +1 978 353 9200.

COME IN
CIELO
COSÌ IN
TERRA



Sulle Orme
del Padre Nostro
27 febbraio
9 marzo

