

IL PATTO DEL CUORE

IL VIAGGIO INIZIATICO

Dal 3 al 6 Settembre 2026



SPAZIOAMORE

BROCHURE COMPLETA

Il Patto del Cuore 2026

Ritiro esperienziale in presenza · 3-6 settembre 2026 · Ca' Cigolara, Borgo Val di Taro (PR)

Quattro giorni per tornare al cuore

Un ritiro esperienziale in presenza, nella natura, per attraversare corpo, colore, musica, relazione e ritualità.

Il Patto del Cuore 2026 nasce come un viaggio guidato in quattro soglie: Nero, Bianco, Rosso e Arcobaleno. Ogni giornata accompagna un passaggio interiore: entrare, chiarire, incarnare, integrare.

Non è un semplice ritiro. È uno spazio protetto dove il cuore può tornare a parlare, il corpo può ritrovare ascolto e la relazione può diventare un luogo di verità, presenza e trasformazione.

Il senso del Patto

Un patto non è una promessa fatta per dovere. È un gesto di presenza: scegliere di ascoltarsi, attraversare ciò che chiede trasformazione e tornare alla vita con una nuova alleanza con se stessi.

Quando	Dal 3 al 6 settembre 2026
Dove	Ca' Cigolara, Borgo Val di Taro (PR), Appennino Parmense
Durata	4 giorni / 3 notti
Formula	Ritiro esperienziale in presenza con gruppo raccolto
Pernottamento	Yurte condivise
Pasti	Colazioni, pranzi e cene vegetariane inclusi, con opzione vegana su richiesta

Cuore, colore, musica, corpo e ritualità

Un'esperienza trasformativa che unisce pratiche profonde e momenti di integrazione concreta.



Ca' Cigolara, il luogo che custodirà il ritiro

Durante il ritiro vivrai pratiche di radicamento, ascolto corporeo, respiro, meditazione, ritualità del fuoco, lavoro simbolico sul colore, scrittura, condivisione, musica, canto e momenti di integrazione nella natura.

Il percorso mira a riconnettere i partecipanti alla loro essenza più autentica, sciogliendo ciò che appesantisce e aprendo uno spazio più libero, vitale e sincero nel rapporto con se stessi e con gli altri.

Ogni pratica sarà inserita in una progressione precisa: non frammenti casuali, ma un cammino costruito per sostenere il cambiamento con metodo, presenza e cura.

Cosa attraverseremo insieme

- Radicamento, presenza e ascolto profondo del corpo.
- Riconoscimento di blocchi, automatismi e schemi limitanti.
- Chiarezza interiore, confini, verità personale e orientamento.
- Energia vitale, coraggio di scegliersi e capacità di incarnare il cuore.
- Ritualità, fuoco, simboli e colore come strumenti di trasformazione.
- Musica, voce e Circle Singing come spazio di integrazione e relazione.
- Condivisione autentica in un gruppo raccolto e accompagnato.
- Integrazione finale: portare il cambiamento nella vita quotidiana.

LE 4 SOGLIE

Dal Nero all'Arcobaleno

Ogni colore apre un passaggio. Ogni passaggio sostiene una parte del viaggio.

GIORNO 1 · NERO Entrata, radicamento e primo ascolto	GIORNO 2 · BIANCO Chiarezza, visione e verità interiore
GIORNO 3 · ROSSO Corpo, energia vitale e coraggio di scegliere	GIORNO 4 · ARCOBALENO Integrazione, voce, celebrazione e ritorno alla vita

Il viaggio non procede solo attraverso contenuti o spiegazioni. Procede attraverso esperienze. Le soglie diventano un linguaggio vivo: aiutano il gruppo a entrare, sostare, attraversare e integrare.

IL LUOGO

Ca' Cigolara: una soglia tra terra e cielo

Nel cuore dell'Appennino Parmense, tra boschi, yurte mongole e spazi di pratica.



Le yurte mongole di Ca' Cigolara

Immerso nella natura dell'Appennino Parmense, Ca' Cigolara è più di un agriturismo: è un luogo di riconnessione profonda con se stessi e con la vita. Qui, nel cuore di Borgo Val di Taro, il ritiro trova una dimora ideale, avvolto dalla pace dei boschi e dalla magia delle yurte mongole.

Fondato nel 2014 da Simona e Diego, Ca' Cigolara nasce dal desiderio di abbandonare la frenesia cittadina per creare un rifugio di autenticità e armonia. La scelta di utilizzare yurte importate dalla Mongolia rende l'esperienza unica e perfettamente allineata al viaggio interiore che vivremo insieme.

Dormire sotto la cupola di legno e tessuto della yurta, lasciandosi cullare dai suoni della natura e dal respiro della Terra, diventa parte integrante del percorso: un ritorno alla semplicità, alla protezione, all'essenziale.

Bosco, cupola geodetica e tempo lento



La cupola geodetica: spazio armonico per pratiche, meditazioni e integrazione

Per le pratiche del Patto del Cuore avremo a disposizione una cupola geodetica e spazi interni ed esterni che sosterranno il lavoro sul corpo, sul respiro, sul colore, sulla voce, sul simbolo e sulla relazione.



Pratiche nel bosco e camminate consapevoli nell'Oasi dei Ghirardi

Per i momenti liberi e camminare di consapevolezza potranno snodarsi attraverso i sentieri dell'Oasi dei Ghirardi, riserva naturale protetta che abbraccia il territorio con boschi rigogliosi, aria pura e silenzio rigenerante. Ogni passo diventa un ritorno a casa, dentro di sé.

La cura passa anche dal cibo, dal riposo e dal ritmo



Alimentazione consapevole, cucina naturale e momenti condivisi

L'alimentazione consapevole sarà parte integrante dell'esperienza. Il ristorante di Ca' Cigolara propone piatti preparati con ingredienti biologici e a km zero, provenienti dall'orto e dall'azienda agricola locale.

Ogni pasto sarà un rito di nutrimento e gratitudine: colazioni, pranzi e cene diventeranno momenti di presenza, ascolto del corpo e relazione. Il menù sarà vegetariano, con opzione vegana da comunicare in fase di prenotazione.



Tempo lento, natura e angoli di quiete

Il ritmo del ritiro sarà scandito dagli elementi della vita semplice e lenta. Qui, tra alberi da frutto, animali, cielo aperto e silenzio, ogni dettaglio invita a rallentare, fidarsi e riscoprire la bellezza dell'essenziale.

COSA INCLUDE

Tutto ciò che sostiene il viaggio

- Percorso completo di 4 giorni e 3 notti.
- Pernottamento in yurta condivisa.
- Colazioni, pranzi e cene vegetariane inclusi, con opzione vegana su richiesta.
- Pratiche guidate, ritualità, cerchi di condivisione e momenti di integrazione.
- Materiale didattico ed esperienziale incluso.
- Accompagnamento delle guide durante il percorso.
- TaxiBus da/per la stazione di Borgo Val di Taro secondo gli orari organizzativi.
- Informazioni pratiche e indicazioni organizzative prima della partenza.

Guide presenti

Samya e Claudio dirigono il ritiro. Rashmi e Simona accompagneranno il viaggio con musica, ritmo, voce e canti, sostenendo i momenti di integrazione e celebrazione.

VALORE FORMATIVO

Un'esperienza profonda e strutturata

Il Patto del Cuore nasce come esperienza trasformativa, ma anche come percorso strutturato. Le informazioni ufficiali su eventuali attestazioni, crediti formativi o riconoscimenti saranno comunicate da SpazioAmore con modalità dedicate.

La parte formativa non sostituisce il vissuto esperienziale: lo sostiene. Ogni pratica diventa occasione di apprendimento, consapevolezza e integrazione concreta nella vita quotidiana.

PROGRAMMA

Giorno 1 • NERO

Giovedì 3 settembre 2026 · Entrata nel Nero · Dress code consigliato: nero

Orario	Momento	Cosa vivrai
14:00 - 17:00	Arrivo libero, accoglienza e sistemazione	Arrivo a Ca' Cigolara, sistemazione negli spazi, primo contatto con il luogo e con il ritmo del ritiro.
17:00	Arrivo definitivo del gruppo	Il gruppo si raccoglie e si prepara all'apertura ufficiale del percorso.
18:00 - 18:30	Apertura del ritiro	Presentazione del percorso, delle guide, del patto del gruppo, delle regole di cura e dell'intenzione del viaggio.
18:30 - 20:30	Blind Experience · La notte che rivela	Pratica di ascolto profondo, fiducia e percezione per entrare nel Nero con il corpo e con il cuore.
21:00	Cena condivisa	Primo momento conviviale per nutrire il corpo, incontrare il gruppo e iniziare a vivere il ritiro.
Dopo cena	Integrazione del Nero	Diario, condivisione, ascolto personale e definizione dell'intento del weekend.

PROGRAMMA

Giorno 2 • BIANCO

Venerdì 4 settembre 2026 • Chiarezza, visione e verità interiore • Dress code consigliato: bianco

Orario	Momento	Cosa vivrai
7:00 - 7:30	Risveglio dolce in geometria sacra	Pratica delicata per aprire corpo, respiro e presenza nella soglia del Bianco.
7:45 - 8:45	Colazione consapevole	Tempo di nutrimento, calma e preparazione alla giornata.
9:00 - 11:00	Teoria del Bianco	Seme della Vita, mappa personale, chiarezza, orientamento, confini e verità interiori.
11:00 - 11:30	Spazio di respiro, tisana e integrazione	Una sosta gentile per sedimentare, camminare, prendere appunti o restare in ascolto.
11:30 - 13:00	Foglio Bianco	Pratica creativa e simbolica per dare spazio a ciò che vuole emergere.
13:15 - 14:30	Pranzo e tempo libero consapevole	Pranzo vegetariano, natura, silenzio, journaling e mindful eating.
14:30 - 15:30	Tempo di integrazione nella natura	Camminare, riposare, scrivere o lasciare che il lavoro del mattino trovi spazio.
15:30 - 18:00	Meditazione e integrazione con Claudio	Pratica guidata per portare nel corpo e nel cuore ciò che è emerso.
18:30	Fuoco e cerchio al tramonto	Cosa lascio, cosa tengo, cosa scelgo. Attivazione degli intenti, parola, corpo, fuoco e Mantra del Cuore.
21:00	Cena condivisa	Cena vegetariana e momento conviviale.
Dopo cena	Spazio libero insieme	Condivisione, silenzio, scrittura o semplice presenza nel gruppo.

Giorno 3 • ROSSO

Sabato 5 settembre 2026 • Il coraggio di incarnare • Dress code consigliato: rosso

Orario	Momento	Cosa vivrai
5:45 circa	Attivazioni bioenergetiche all'alba	Risveglio corporeo, radicamento, piedi, bacino, respiro e vitalità.
7:30 - 8:30	Colazione consapevole	Nutrimento, calma e preparazione alla giornata più incarnata del ritiro.
9:00 - 11:00	Mattina del Rosso	Corpo, desiderio, confini sani, forza del cuore, presenza incarnata ed esercizi esperienziali. Con pratiche di HeartMath.
11:00 - 11:30	Spazio di respiro e ricarica	Tisana, respiro e integrazione di ciò che si muove.
11:30 - 13:00	Presenza incarnata	Approfondimento su corpo vivo, energia, relazione e capacità di stare nella propria forza.
13:00 - 15:30	Pranzo e tempo di integrazione	Pranzo vegetariano, riposo, natura e journaling.
15:30 - 18:30	Il Patto del Cuore • con Rashmi Batt	Pratica centrale del ritiro: riconoscere ciò che il cuore sa già e compiere un gesto concreto di alleanza con sé. Accompagnato con la musica di Rashmi Batt nel rituale vedico del fuoco: Agnihotra e Agni Homae.
18:45 - 19:30	Balli della gioia	Celebrazione del corpo vivo, della leggerezza e della libertà di esprimersi.
21:00	Cena condivisa	Cena vegetariana, integrazione, respiro e spazio di quiete dopo la giornata più intensa.
Dopo cena	Integrazione e riposo	Tempo di condivisione, diario, ascolto e quiete.

PROGRAMMA

Giorno 4 • ARCOBALENO

Domenica 6 settembre 2026 · Colori, voce, integrazione e ritorno alla vita

Orario	Momento	Cosa vivrai
5:45 circa	Attivazioni bioenergetiche facoltative	Per chi desidera iniziare la giornata con corpo, respiro e presenza.
7:00 - 7:45	Colazione leggera	Un tempo semplice per nutrirsi e prepararsi alla chiusura del viaggio.
8:00 - 11:00	Arcobaleno con Samya	Integrazione dei colori attraversati, esercizi pratici, ricapitolazione e apertura alla vita quotidiana.
11:00 - 11:15	Respiro di passaggio	Breve spazio di transizione e centratura.
11:15 - 13:00	Cerchio finale e Circle Singing con Simona	Voce, ascolto, gratitudine condivisa e integrazione attraverso il canto collettivo.
13:00 - 13:30	Benedizione finale e chiusura del campo	Restituzione, promessa concreta al cuore, parole finali e chiusura simbolica del Patto.
13:30	Pranzo opzionale	Per chi desidera fermarsi ancora un momento prima della partenza.

Chi ti accompagnerà dentro il Patto del Cuore

Guide esperte, presenza viva e un campo di lavoro costruito con cura.

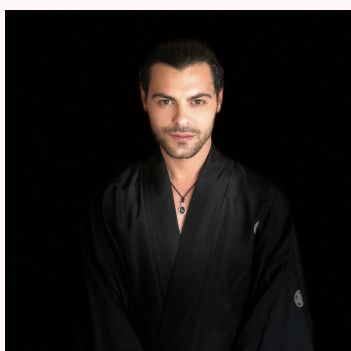


Samya Ilaria Di Donato

Direzione del ritiro · Metodo Colors®

Samya Ilaria Di Donato, in arte Samya of Colors, è spiritual entrepreneur, soul counselor, guida cromatica, studiosa del simbolismo iniziatico e autrice di oltre 60 libri. Da anni lavora all'incrocio tra colore, Kabbalah, simbolismo, cosmogonia, corpo e ricerca interiore. Vincitrice del Visionary Awards 2025.

- Ideatrice del Metodo Colors®.
- Colore come linguaggio dell'anima e soglia di consapevolezza.
- Guiderà il percorso delle soglie cromatiche e dell'integrazione.



Claudio Sabato

Direzione del ritiro · Fondatore SpazioAmore

Claudio Sabato è fondatore di SpazioAmore e accompagna processi di ascolto, cuore, comunicazione e trasformazione. Nel Patto del Cuore guiderà momenti di presenza, integrazione e attivazione bioenergetica, riportando il lavoro del cuore nella vita reale. Divulgatore del metodo HeartMath.

- Fondatore e anima del progetto SpazioAmore.
- Accompagna il lavoro su cuore, energia e relazione.
- Guiderà meditazioni, attivazioni e momenti di integrazione.



Rashmi Bhatt

Musica · Ritmo · Presenza

Rashmi Bhatt è percussionista, performer e artista internazionale. Il suo percorso intreccia musica indiana, world music, sperimentazione e culture diverse. Nel ritiro porterà ritmo, suono e presenza come strumenti vivi di trasformazione.

- Percussionista e artista di respiro internazionale.
- Ha collaborato e condiviso il palco con artisti globali come Sting, Shakira, Nusrat Fateh Ali Khan e Marcus Stockhausen.
- Accompagnerà il viaggio con ritmo, ascolto e presenza.



Simona Cazzari

Circle Singing · Voce · Canti

Simona Cazzari è insegnante di musica e accompagnerà il ritiro con un'esperienza di Circle Singing: canto spontaneo e collettivo in cerchio, accessibile anche a chi non canta. La voce diventa relazione, ascolto e gratitudine condivisa.

- Circle Singing e canto collettivo.
- Voce come strumento di integrazione.
- Accompagnerà il finale del viaggio con musica e canti.

Posti limitati e promo di lancio

Fino al 2 di giugno alle 23:59

Fino a esaurimento posti disponibili.

Posto singolo	827€ · promo lancio -30% · listino 1.181,43€
Formula coppia / amici	1.474€ · promo lancio -37,5% · listino 2.358,40€
Formula coppia/amici	Include 2 posti con condivisione di un letto matrimoniale in yurta condivisa. Non include una yurta privata.
Pagamento	Unica soluzione oppure, o in tre rate con PayPal
Bonifico	Intestatario: Claudio Marabini – Causale Il Patto del Cuore 2026 + nome e cognome partecipante. IBAN: IT32M0854223706000000189289 – Se hai ulteriori domande o esigenze scrivici a info@spazioamore.com
Contatti	info@spazioamore.com · 3277998103

Prima di prenotare

Se hai dubbi sulla formula, sul pernottamento, sulle esigenze alimentari o sul percorso, scrivici: ti aiuteremo a capire se questo viaggio è il passo giusto per te.

Cosa sapere prima di arrivare

- Porta abiti comodi e, se desideri, rispetta il dress code dei colori: nero, bianco, rosso e un colore luminoso per l'Arcobaleno.
- Portare Tappettino yoga e cuscino per chi ha difficoltà a stare seduto senza sostegno.
- Segnala in fase di prenotazione allergie, intolleranze o richiesta di opzione vegana.
- Le yurte sono condivise e organizzate in base alla disponibilità reale della struttura.
- Il TaxiBus da/per la stazione di Borgo Val di Taro è incluso secondo gli orari organizzativi.
- Dopo la prenotazione riceverai tutte le indicazioni pratiche per arrivare sereno e preparato.

UN VIAGGIO CHE LASCIA IL SEGNO

Il vero Patto inizia quando torni a casa



Ca' Cigolara: natura, respiro e spazio per ritornare a sé

Immagina di entrare in un luogo dove non devi dimostrare nulla. Dove puoi fermarti, respirare, ascoltare e ricordare che il cuore non è un'idea: è una direzione.

Il Patto del Cuore è un'esperienza da vivere con il corpo, con la voce, con il gruppo, con la natura e con la tua parte più vera. Non promette di cambiarti in quattro giorni. Ti offre però uno spazio potente per iniziare a scegliere diversamente: con più presenza, più coraggio, più amore per ciò che sei.

Tornerai a casa con immagini, parole, pratiche, suoni e gesti da custodire. E soprattutto con una domanda nuova: come posso restare fedele al mio cuore anche nella vita di tutti i giorni?

Ti aspettiamo

Se senti che questo viaggio ti chiama, non rimandare troppo. I posti sono limitati per mantenere il gruppo raccolto e il percorso davvero accompagnato.

Iscrizioni e informazioni

Luogo: Ca' Cigolara, Borgo Val di Taro (PR)

Date: 3-6 settembre 2026

Email: info@spazioamore.com

Telefono / WhatsApp: 3277998103

Sito: www.spazioamore.com