

4-8 novembre 2026
5 giorni / 4 notti

LONDRA

Crocevia per chi cerca il punto fermo

Una delle metropoli più dinamiche del mondo
custodisce luoghi in cui il tempo sembra rallentare.

Templi, abbazie, giardini e musei diventano
tappe di un itinerario tra tre tradizioni spirituali
e il silenzio nel cuore della città

COLLEZIONE
Geografie del silenzio



EFFATA'
TOUR

Collezione “Geografie del Silenzio”

I viaggi della Collezione «Geografie del Silenzio» invitano a scoprire luoghi in cui diventa possibile fermarsi e guardarsi dentro. Non si tratta di fuggire dal mondo, ma di cercare di ascoltarlo in profondità. Musei, abbazie, templi, spazi di meditazione e giardini diventano tappe di un cammino interiore che unisce arte, letteratura e spiritualità. Ogni itinerario propone un dialogo tra diverse tradizioni spirituali e culturali, per ritrovare un luogo di quiete e consapevolezza.

Viaggiare diventa così un atto di presenza: un modo per abitare il silenzio e lasciarsi trasformare da esso. Una presenza che si estende anche al modo di attraversare i luoghi: Effatà Tour considera la cura dell'ambiente parte integrante dell'esperienza di viaggio, nella scelta dei mezzi di trasporto, degli alloggi e dei partner locali.

«Che cos'è dunque il silenzio che ci apprestiamo a incontrare? Innanzitutto, è l'apertura di una grande libertà: non sempre parlare è necessario. Siamo di fronte a una scelta: dire oppure prendere atto che le parole non esauriscono il bisogno di conoscere e farsi conoscere. Provare a esprimerci oppure darci tempo, perché entrare in Relazione con gli altri e con il mondo ha modalità più ricche e complesse dell'elementare azione e reazione. Ci sono domande aperte e risposte impossibili. Descrizioni superflue e intimità intraducibili. Frasi che contano e riempitivi di nessun valore. Pensieri lenti che maturano in opinioni e giudizi intempestivi. Avere un interruttore come il silenzio che accende e spegne il linguaggio dell'abitudine è un corroborante della comunicazione. Un alleato portentoso: la consapevolezza che c'è sempre un'altra possibilità».

Nicoletta Polla-Mattiot, *Il silenzio è rivoluzione. Ascoltare il suono segreto della vita*

Effatà Tour

Via Tre Denti 1 - 10060 Cantalupa (Torino)
Tel. 0121 353452 - tour@effata.it

Autorizzazione esercizio attività di organizzazione viaggi
Prot. Comune di Cantalupa (TO) n. 2387 del 09.04.2010

Polizza RC Professionale REVO Insurance S.p.A.
n. OX00023749 - massimale € 20.000.000

Garanzia contro insolvenza e fallimento (Codice del Turismo)
Polizza NOBIS n. 6006002216/G

In copertina: Ealing Abbey · Photograph by AndyScott – Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0

© 2026 Effatà Tour · Collezione “Geografie del Silenzio”

Riproduzione vietata senza autorizzazione scritta.

Documento informativo non contrattuale.

Informazioni soggette a variazioni.

Pubblicato il 23.02.2026 · Versione 1.0

Londra · Crocevia per chi cerca il punto fermo

4-8 novembre 2026

Il viaggio in breve

- 5 giorni · 4 notti
- 3 tradizioni spirituali
- 6 luoghi del raccoglimento

È incluso nel viaggio

- Volo di linea A/R Milano – Londra
- Pullman Gran Turismo privato per l'intero itinerario
- Hotel 4 stelle in camera doppia
- Mezza pensione (prima colazione e cena)
- Accompagnatore culturale Don Paolo Scquizzato
- Accompagnatore Effatà Tour
- Tutti gli ingressi inclusi
- Radioguide individuali con auricolare

Luoghi e linguaggi del raccoglimento

- **TRADIZIONE INDUISTA · BAPS Shri Swaminarayan Mandir**
Il più grande tempio induista fuori dall'India, realizzato interamente a mano in pietra e marmo secondo i canoni dell'architettura vedica.
- **TRADIZIONE BUDDHISTA · Jamyang Buddhist Centre**
Centro di meditazione tibetana ricavato in un antico tribunale vittoriano, punto di riferimento a Londra per chi desidera approfondire la filosofia e la pratica buddhista.
- **TRADIZIONE CRISTIANA · Ealing Abbey**
Monastero benedettino in cui John Main ha maturato e insegnato per la prima volta in modo strutturato la meditazione cristiana moderna.
- **ARTE E LINGUAGGIO · Tate Modern**
Davanti ai Seagram Murals di Mark Rothko, il colore diventa spazio interiore: grandi superfici che invitano alla sosta e alla concentrazione.
- **ARTE E LINGUAGGIO · St Stephen's Church**
La chiesa anglicana legata alla vicenda spirituale di T. S. Eliot, Premio Nobel per la Letteratura nel 1948, dove la parola poetica si intreccia alla preghiera quotidiana.
- **NATURA E CONTEMPLAZIONE · Royal Botanic Gardens, Kew**
Oltre 120 ettari di giardini botanici, Patrimonio Mondiale UNESCO dal 2003: il silenzio della natura come forma di contemplazione e ascolto.



Giorno 1: mercoledì 4 novembre 2026

Arrivo a Londra

Ritrovo dei partecipanti presso uno degli aeroporti del sistema milanese e partenza con volo di linea per Londra (aeroporto di partenza e orari saranno comunicati in fase di conferma dell'iscrizione). All'arrivo, trasferimento in pullman privato riservato verso l'hotel e sistemazione nelle camere. Cena in hotel e pernottamento.

Giorno 2: giovedì 5 novembre 2026

BAPS Mandir ❖ St Stephen's Church

Il tempio e la parola

Dalla preghiera rituale al silenzio poetico

Colazione in hotel. Trasferimenti della giornata in pullman privato riservato al gruppo.

La giornata si apre con la visita al BAPS Shri Swaminarayan Mandir situato a Neasden, nell'area nord-occidentale di Londra, uno dei più imponenti templi induisti fuori dall'India. Costruito secondo i canoni dell'architettura sacra vedica e realizzato senza l'uso di acciaio o altri materiali ferrosi, il mandir è composto da oltre 5.000 tonnellate di pietra: esterni in pietra calcarea bulgara e interni in marmo indiano e italiano, scolpiti a mano e poi assemblati a Londra come un grande mosaico di devozione. Qui il silenzio non è assenza, ma pienezza: il canto dei mantra, il profumo dell'incenso, la luce filtrata dalle grate ("jali") avvolgono lo spazio della preghiera.

Pranzo libero.

Nel pomeriggio, il percorso conduce verso un silenzio di natura diversa: quello della parola poetica. A St Stephen's Church (Gloucester Road), T.S. Eliot fu churchwarden per venticinque anni e membro della comunità per oltre quarant'anni. È in questa chiesa anglicana, sobria e raccolta, che il poeta dei *Four Quartets* trovò nella liturgia un ritmo di ricerca spirituale. «Nel punto fermo del mondo che ruota»: le parole di Eliot risuonano ancora tra queste mura, invitando a sostare là dove il linguaggio sfiora l'indicibile.

Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

Siediti ai bordi dell'aurora,
per te si leverà il sole.
Siediti ai bordi della notte,
per te scintilleranno le stelle.
Siediti ai bordi del torrente,
per te canterà l'usignolo.
Siediti ai bordi del silenzio,
Dio ti parlerà.

Swami Vivekananda, *Jnana Yoga*



BAPS Shri Swaminarayan Mandir

© curved_horizon / Adobe Stock



St Stephen's Church

Le parole, dopo il discorso, giungono / al silenzio.

T.S. Eliot, *Quattro quartetti* (Burnt Norton, V)

Finché avremo bisogno di parole non riusciremo mai a raggiungere quel silenzio interiore in cui si incontra Dio, e in Lui il nostro prossimo.

John Main, *Dalla parola al silenzio*



Photograph by Mike Peel (www.mikepeel.net) - Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0

Royal Botanic Gardens, Kew

Ealing Abbey



Photograph by Andy Scott - Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0

Giorno 3: venerdì 6 novembre 2026

Royal Botanic Gardens, Kew ❖ Ealing Abbey

Natura e contemplazione

Il giardino come ascolto, la preghiera come dimora

Colazione in hotel. Trasferimenti della giornata in pullman privato riservato al gruppo.

La mattinata è dedicata ai Royal Botanic Gardens, Kew, dichiarati Patrimonio Mondiale UNESCO. Fondati nel XVIII secolo, si estendono su oltre 120 ettari tra serre monumentali e paesaggi aperti. La Palm House vittoriana, la Temperate House e la grande Pagoda del 1762 testimoniano l'incontro tra scienza, estetica e fascinazione per l'altrove che caratterizzò l'Inghilterra illuminista e coloniale. Qui il silenzio non è isolamento, ma armonia: il fruscio delle foglie, la luce filtrata nelle serre, il ritmo lento del cammino tra specie provenienti da ogni continente. Il giardino diventa spazio di ascolto, educazione dello sguardo, contemplazione della vita nella sua molteplicità.

Pranzo libero.

Nel pomeriggio raggiungiamo la Ealing Abbey, monastero benedettino nella zona ovest di Londra, fondato nel 1897. Qui visse e operò John Main, pioniere del dialogo tra meditazione cristiana e tradizioni orientali e fondatore della World Community for Christian Meditation. Main riscoprì nei Padri del deserto la pratica della "preghiera pura" — la ripetizione silenziosa di una parola sacra, "maranatha" — riportandola al centro della spiritualità contemporanea. Il silenzio diventa dimora interiore e la giornata si chiude nel ritmo benedettino dell'"ora et labora": il canto dei salmi, la stabilità, la fedeltà a un tempo che non corre.

Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

Giorno 4: sabato 7 novembre 2026

Jamyang Buddhist Centre ❖ Tate Modern

Colore e coscienza

L'arte come soglia, il silenzio come presenza

Colazione in hotel. Trasferimenti della giornata in pullman privato riservato al gruppo.

La giornata si apre con la visita al Jamyang Buddhist Centre, nel quartiere di Kennington. Ospitato in un antico tribunale vittoriano, il centro appartiene alla tradizione Gelug del buddhismo tibetano — la stessa del Dalai Lama — e unisce lo studio degli insegnamenti del Buddha alla pratica meditativa. Nell'aula che un tempo era destinata ai giudizi, oggi trasformata in sala di meditazione, si sperimenta il “calmo dimorare” (shamatha): l'attenzione al respiro, l'osservazione dei pensieri senza trattenerli, il ritorno paziente alla presenza. Il silenzio buddhista è addestramento della mente: una disciplina dell'interiorità.

Pranzo libero.

Nel pomeriggio ci si sposta alla Tate Modern, museo d'arte contemporanea ricavato nell'ex centrale elettrica di Bankside, lungo il Tamigi. Al centro della visita, i Seagram Murals di Mark Rothko, realizzati tra il 1958 e il 1959: grandi campi cromatici dominati da rossi profondi e bruni scuri. Concepite inizialmente per il ristorante Four Seasons di New York, queste opere furono poi ritirate dall'artista e donate alla Tate, che le espone in una sala raccolta pensata per favorire concentrazione e immersione. Rothko non parlava di quadri, ma di “luoghi”: superfici che chiedono tempo, silenzio, prossimità. Davanti a esse non si guarda soltanto: si entra in relazione. L'arte si fa esperienza contemplativa.

Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

Giorno 5: domenica 8 novembre 2026

Rientro in Italia

Colazione in hotel. Trasferimento in pullman privato riservato verso l'aeroporto e partenza con volo di linea per Milano. Arrivo in Italia e conclusione del viaggio.

«Io sono» è un pensiero vano;
«io non sono» è un pensiero vano.

«Io sarò» è un pensiero vano;
«io non sarò» è un pensiero vano.

I pensieri vani sono
una malattia, un'ulcera, una spina.

Dopo aver superato
tutti i pensieri vani
ci si può trasfigurare
nel pensatore silenzioso.

E il pensatore, il Silenzioso,
non sorge più, non muore più,
non trema più, non desidera più.

Canone buddista, *Majjhima Nikāya*



Jamyang Buddhist Centre



Tate Modern

"Silence is so accurate" (Il silenzio è così preciso).

Mark Rothko (in J.E.B. Breslin, *Rothko: A Biography*)

I n f o r m a z i o n i t e c n i c h e

Londra, Inghilterra

4-8 novembre 2026 (5 giorni / 4 notti)

Volo di linea A/R, trasporto in pullman riservato, mezza pensione

Quota di partecipazione: € 1.950 per persona in camera doppia

Quota individuale gestione pratica: € 45

Supplemento camera singola: € 480

Assicurazione annullamento (facoltativa): vedere "La quota di partecipazione non comprende"

La quota di partecipazione comprende: volo di linea A/R Milano – Londra in classe economica • Tasse aeroportuali e adeguamento carburante (al 23 febbraio 2026) • Pullman Gran Turismo privato per tutti i trasferimenti • 4 pernottamenti in hotel 4 stelle (in camera doppia con servizi privati) • 4 colazioni e 4 cene in hotel • Tutti gli ingressi: BAPS Mandir; St Stephen's Church; Tate Modern; Jamyang Buddhist Centre; Royal Botanic Gardens, Kew; Ealing Abbey • Radioguide individuali con auricolari • Accompagnatore culturale • Accompagnatore Effatà Tour • Documentazione di viaggio e materiale informativo • Tassa di soggiorno

La quota di partecipazione non comprende: Viaggio a/r in aereo o treno dal proprio luogo di partenza fino a Milano > vedi sezione seguente "Trasferimenti" • Quota individuale gestione pratica: € 45. Da corrispondere al momento della sottoscrizione della proposta di acquisto, include: spese amministrative per la gestione della pratica; polizza assicurativa "Tripy Vacanze Insieme" di Axa Assistance, che offre copertura per assistenza medica, bagagli e responsabilità civile. Le condizioni di assicurazione Axa Assistance sono riportate sul sito internet di Effatà Tour nella sezione "Assicurazioni" (<https://tour.effata.it/assicurazioni/>) • Assicurazione annullamento viaggio "Tripy Annullamento All Risks" AXA Assistance (facoltativa) che permette di annullare il viaggio in caso di eventi oggettivamente documentabili e imprevedibili al momento della prenotazione: € 226 per persona in camera doppia • € 281 per persona in camera singola • ETA – Electronic Travel Authorisation: autorizzazione elettronica obbligatoria da richiedere online prima della partenza • Bevande ai pasti • Mance ad autisti, guide locali, personale di servizio di ristoranti/alberghi • Pranzi • Spese personali • Ingressi ed escursioni non indicati in programma • Eventuali aumenti del costo del volo (carburante, tasse aeroportuali) applicati dalle compagnie aeree dopo la data di pubblicazione • Tutto quanto non indicato alla voce "La quota comprende"

Voli indicativi:

4 novembre 2026 – British Airways BA0567 · Milano Linate (LIN) 11:25 → Londra Heathrow (LHR) T5 12:30

8 novembre 2026 – British Airways BA0572 · Londra Heathrow (LHR) T5 11:40 → Milano Linate (LIN) 14:45

Inclusi: bagaglio a mano + 1 bagaglio da stiva fino a 23 kg per persona.

I voli non sono ancora bloccati: la prenotazione definitiva avverrà al raggiungimento del numero minimo di iscrizioni. Orari e numero di volo potrebbero subire variazioni.

Documenti necessari per il viaggio: Passaporto in corso di validità in originale • ETA – Electronic Travel Authorisation (autorizzazione elettronica obbligatoria da richiedere online prima della partenza) • Tessera sanitaria in corso di validità in originale.

Albergo previsto: Holiday Inn London - West ****

<https://www.ihg.com/holidayinn/hotels/it/it/london/lonpw/hoteldetail>

L'albergo sopra citato verrà confermato al momento della prenotazione definitiva, ma potrebbe subire variazioni a seconda della disponibilità.

Sostenibilità ambientale:

Trasporto – Il volo è la componente del viaggio con il maggiore impatto in termini di emissioni CO₂. Per contribuire alla compensazione, per ogni viaggio Effatà Tour sostiene la piantagione di alberi tramite Treedom, organizzazione italiana di riforestazione attiva in oltre 17 paesi nel mondo. I trasferimenti interni a Londra avvengono in pullman privato riservato al gruppo, tra i mezzi su strada più efficienti in termini di emissioni per passeggero.

Alloggi – L'Holiday Inn London - West appartiene al gruppo IHG, i cui hotel adottano il sistema IHG Green Engage per il monitoraggio e la riduzione progressiva del consumo di energia, acqua e produzione di rifiuti.

Livello di impegno fisico: il viaggio si svolge prevalentemente a piedi all'interno di musei, luoghi di culto e spazi aperti. È richiesta buona autonomia nel camminare e la capacità di affrontare scale o brevi tratti senza assistenza. I trasferimenti tra le tappe avvengono in pullman riservato al gruppo.

Numero partecipanti: la quota è calcolata per un gruppo di 20-25 partecipanti. Il viaggio viene confermato al raggiungimento di 20 iscrizioni. Con 16-19 partecipanti, è previsto un supplemento piccolo gruppo di € 180 per persona, comunicato prima della conferma definitiva e soggetto all'accettazione del partecipante. Al di sotto di 16 iscrizioni, Effatà Tour si riserva la facoltà di annullare il viaggio con rimborso integrale delle somme versate.

Accompagnatore Effatà Tour: accoglie e segue il gruppo, coordinando tempi, spostamenti e logistica. Assicura assistenza organizzativa nelle diverse fasi dell'itinerario e rappresenta il punto di riferimento costante per le esigenze pratiche dei partecipanti.

Lecture e ascolti: Durante l'itinerario sono previste lecture di brani, ascolti musicali e contributi audiovisivi selezionati per approfondire la dimensione artistica, storica e spirituale di Londra.

Trasferimenti per raggiungere Milano: I trasferimenti dal proprio luogo di residenza all'aeroporto di partenza a Milano e ritorno sono a cura dei partecipanti. Effatà Tour resta a disposizione per assistere nella scelta e prenotazione di eventuali collegamenti aerei o ferroviari.



PAOLO SCQUIZZATO • Accompagnatore culturale e spirituale

Torinese, prete, docente di Antropologia Teologica presso l'Università Cattolica. Ha conseguito il Master di I Livello presso l'Università di Udine in "Meditazione e neuroscienze". Si occupa di formazione spirituale. Conduce gruppi di Meditazione Silenziosa. Guida biblica in Israele e Palestina. È fondatore dell'Associazione Scuola Diffusa del Silenzio (sddsilenzio.org) con lo scopo di promuovere la Meditazione Silenziosa e di proporre percorsi di spiritualità in dialogo con la cultura contemporanea. Scrittore, ha al suo attivo numerosi titoli di spiritualità.

In caso di impedimento, l'accompagnatore culturale indicato potrà essere sostituito da persona qualificata.

È interessato a questo viaggio?

Compili il modulo online e La contatteremo.

Invitiamo chi desidera partecipare al viaggio a compilare, entro il 30 giugno 2026, il modulo di manifestazione di interesse collegandosi a: <https://forms.gle/mNALJGpJ7XABY9K87>

oppure scansionando il QR Code:



La manifestazione di interesse non è vincolante e non comporta alcun versamento immediato. Il viaggio sarà attivato al raggiungimento del numero minimo di 20 partecipanti. Solo successivamente, Effatà Tour contatterà gli interessati per procedere con l'iscrizione e il versamento della caparra.

VIAGGI
PER MENTE E CUORE

Percorsi che uniscono cultura e spiritualità, attraversando luoghi, opere e paesaggi
come occasioni di incontro e riflessione.

In continuità con l'esperienza della casa editrice Effatà,
ogni proposta nasce dal desiderio di leggere ciò che si incontra
con uno sguardo più attento e consapevole.

Pellegrinaggi, cammini e itinerari guidati da esperti e scrittori
che accompagnano alla scoperta dei significati – non solo delle mete.

Un modo di viaggiare che cerca di ascoltare – i luoghi, gli altri, se stessi.

