



*Note di  
ricerca spirituale*

# APPUNTI DI VIAGGIO 102

Anno XVIII - Mensile Novembre-Dicembre 2008 (1/12)

## IN QUESTO NUMERO

Reg. Trib. di Roma n. 365 del  
10/06/91; iscritto al nuovo ROC con  
il n. 5638.

*Sede legale:* via E. Barsanti 24,  
00146 Roma

*Direttore responsabile:* Pasquale Chiaro  
*Consiglio di redazione:* D. Capuano, P.  
Chiaro, C. Crocella, prof. V. Dordolo,  
sr. M.P. Giudici, fratel J. M. Kuvarapu,  
p. A. Schnöeller

*Stampato nel mese di Novembre 2008*  
*Tiratura 1000 copie. Stampa:* Tip. Arti  
Grafiche La Moderna,  
via di Tor Cervara 171 Roma

Uscite previste: 1/10; 1/12; 1/2;  
1/4; 1/6; 1/8.

*Redazione e Libreria:* via E. Barsanti 24,  
00146 Roma.

*Orario*  
*Lunedì-Venerdì:* 9,30-13,30; 15-19;  
*Sabato:* 10-12 [su appuntamento]  
Tel. 06\_47825030;  
Fax 06\_20382124.

*Recapito postale:* Appunti di Viaggio-La  
parola, Casella Postale 14001, [00149]  
Roma Trullo.

*Sito web:* [www.appuntidiviaggio.it](http://www.appuntidiviaggio.it),  
*E-m:* [laparola@appuntidiviaggio.it](mailto:laparola@appuntidiviaggio.it).

Abbonamento Settembre 2008-Agosto  
2009 (dal n. 101): ordinario € 35;  
amici € 50; sostenitori € 100; estero:  
€ 60 Europa, € 70 Extra-Europa.

Per abbonarsi versare il relativo  
importo su *Appunti di Viaggio*, conto  
corrente postale n. 61287009,  
oppure sul conto corrente bancario  
int. Appunti di Viaggio srl  
IBAN: IT26X 03268 03201  
052846648900

Il simbolo di Appunti di Viaggio  
riportato in copertina è opera di  
Giorgio Tramontini e si chiama  
*Ali dello Spirito*.

2008 © Appunti di Viaggio  
€ 7,00

- 2** La mappa
- 3** Apertura  
*Cantico di Ezechiele*
- 4** Shalom  
*Pasquale Chiaro*
- 7** Epifania e Immacolata Concezione:  
*Gesù, Maria e noi*  
*Willigis Jäger*
- 13** Il sacramento dell'attimo presente  
*Mario Rogai*
- 24** VEDERE CON CUORE  
*Rumi e il Sufismo. Intervista a Seyyed Hossein*  
*Nasr di Wajahat Ali*
- 37** Spirito e materia  
*Clara Costa Kopciowski*
- 45** Commiato  
*Io e Maria*  
*Raffaele Crudetti*
- 47** Intervista di AV a Joseph Goldstein,  
autore di *UN CUORE PIENO DI PACE*
- 53** Presentazione libro Edizioni "La parola":  
*MEDITAZIONE CRISTIANA DI CONSAPEVO-*  
*LEZZA. Sulle orme di Giovanni della Croce*  
*di Mary Jo Meadow, K. Culligan e D. Chowning*
- 61** I nostri libri
- 64** Corsi di meditazione e di preghiera

Una delle funzioni della presenza mentale è quella di vedere che cosa è sano e che cosa non lo è. Possiamo sviluppare questa saggezza in vari modi. Uno di essi è attraverso l'indagine dei diversi stati mentali: come sono fatte l'avidità e la rabbia? Che effetto hanno sulla mente? Che effetto hanno sugli altri? Allo stesso modo, possiamo vedere di persona l'effetto della generosità, dell'amore e della compassione.

### IL SACRAMENTO DELL'ATTIMO PRESENTE

Dobbiamo scoprire il vero valore dell'attimo presente e imparare a sfruttarne la ricchezza così da poterlo vivere in pienezza. Perché ogni minuto della vita è essenziale e insostituibile. L'intera esistenza non è che un susseguirsi di attimi, e ciò che dà senso e continuità ad ogni istante è proprio questa incessante ricerca della presenza di Dio in ogni attimo. Poiché il contatto con Dio trasfigura ogni attimo e lo rende eterno, l'uomo quando vive il presente dimora in Dio. [p. 13]

## La mappa

### RUMI E IL SUFISMO

Ci sono persone che realizzano l'amore per Dio in questa stessa vita. È come innamorarsi di una bella donna o, dal punto di vista femminile, di un uomo. Una volta che questa realizzazione si produce, l'amore porta con sé la nostalgia. La

nostalgia è inseparabile dall'amore, e poiché non si possiede immediatamente l'oggetto del proprio amore, poiché non si cade immediatamente fra le braccia dell'amato, si soffre. È in questo modo che le due cose sono col-

UN CUORE PIENO DI PACE



di Joseph Goldstein

### EPIFANIA E IMMACOLATA CONCEZIONE

...noi siamo vita divina che fa questa esperienza umana. Noi siamo vita divina che si è incarnata, che si è fatta uomo. Questo è il messaggio dell'incarnazione di Dio in Gesù. Come in Gesù, questo principio divino si è fatto uomo anche

in ciascuno di noi. L'universo non è altro che questo campo di coscienza divina che si materializza continuamente. "Dio" crea se stesso in ogni attimo. Crea se stesso in ogni creatura. Perché limitare questo messaggio a Gesù e Maria? [p. 7]

Grazie a Gesù che mi ha donato la sua illustrissima Madre... Madre di Dio, Madre piena di grazia, Madre universale, Madre del buon consiglio.

Il mio rapporto con la Madre di Gesù e mia, è stato sempre di madre amorosa e figlio devoto. Grazie a Gesù che me l'ha data, grazie alla mia mamma Mariuccia che me l'ha fatta conoscere. [p. 45]

### SPIRITO E MATERIA

Perché gli esseri viventi furono creati con un corpo fatto di materia?

Consideriamo che se il Signore, nella Sua infinita saggezza, ha deciso che da un pugno di argilla nascesse un essere dotato di intelligenza, di sapienza, di coscienza, l'essere umano per intenderci, aveva certamente uno scopo! Affermano i nostri Maestri: "Tutto ciò che l'Eterno compie, non lo compie senza un motivo, senza uno scopo e, soprattutto, senza una meta da raggiungere". La comprensione di tale scopo costituisce una parte essenziale dell'idea monoteistica che Israele ha dato al mondo. [p. 37]

---

# Shalom

---

Cari amici e compagni di viaggio, eccoci di nuovo insieme.

Volevo innanzitutto dirvi che da più parti mi sono arrivate parole di condivisione di ciò che ho scritto sulla televisione nello *Shalom* dello scorso numero. Naturalmente l'apprezzamento degli altri fa sempre piacere, però il disagio per questo stato di cose in cui ci troviamo a vivere non passa. Per questo motivo vorrei aggiungere un'altra considerazione a quelle già fatte la volta scorsa.

Uno dei tratti più negativi di questa nostra epoca è il rumore: rumore fuori di noi e, ancora più pericoloso, rumore dentro di noi, nelle nostre menti, nei nostri cuori. Credo che questa epoca si potrebbe definire l'epoca del rumore, e molto di questo rumore interiore trova

origine nei mezzi di comunicazione, e in particolare nella televisione che, in continuazione, emette parole, suoni, immagini e quindi cattura e asservisce la nostra mente, immettendovi emozioni, pensieri e contenuti che non sono nostri, emozioni e pensieri che comunque si radicano e crescono e producono frutti, molto spesso cattivi.

Il primo e il più vistoso, il più facilmente percepibile è la mancanza di silenzio. Questa mancanza di silenzio fa sì che le persone facciano sempre più fatica a pensare con la loro testa, e ancor più a fare cose semplici come leggere, comunicare con gli altri, e tutte le cose che comunque comportano l'utilizzo delle facoltà interiori.

Questa mancanza di silenzio, questo continuo rumore è una forma di violenza per il nostro essere inteso nella sua to-

---

talità: corpo-cuore-mente. Da questa forma di violenza ci possiamo salvare solo tenendo sotto stretto controllo la fonte che la produce, ovvero spegnendo la televisione oppure, come dicevo la volta scorsa, utilizzandola solo per seguire programmi molto limitati: sempre che riusciamo a mantenere decte l'attenzione e la consapevolezza.

Dicevo della fatica a leggere: questa è certamente una delle cause più importanti della crisi dell'Editoria. Pubblicando libri e una rivista per mestiere, questa è una cosa che vivo sulla mia pelle. Si fa sempre più fatica a vendere libri, anche buoni libri.

Oggi la libertà di pensiero, di parola, ma anche di opinione, in modo speciale l'opinione politica che è la più manipolata, e la possibilità di cercare la Verità o di seguire un cammino spirituale, può nascere solo da una capacità di silenzio e un esercizio di digiuno: dalla televisione innanzitutto.

E questo è l'invito che rivolgo a me stesso e a tutti voi che leggete, e che credo siate persone alla ricerca della Verità: impariamo a digiunare. Cerchiamo sempre più di fare attenzione a

ciò che ingeriamo, sia il cibo, naturalmente, ma soprattutto parole, suoni, immagini.

Coltivare e curare il digiuno, o più precisamente la sobrietà, è una importante via di purificazione, ed è anche un modo eccellente per accostarsi al sacro, un modo eccellente per accogliere Gesù nel S. Natale che viene.

Ma passiamo ad altro.

Credo che nella vita delle persone oggi ci siano pochi punti fermi. Anche le certezze di una volta, ovvero la famiglia, il lavoro, la fede non sono più tali. Le cose sono soggette a una mobilità crescente, e questo genera ansia, insicurezza e, se vogliamo, un pizzico di nostalgia.

Ad esempio, quando ero bambino sono stato educato alla fede da un umile frate agostiniano, fra Raffaele Crudetti (osa), nell'Orfanotrofio che c'era presso il Santuario della Madonna del Buon Consiglio a Genazzano, un paese in provincia di Roma. La sua semplicità nel presentare le verità di fede e la sua bontà mi sono rimaste impresse nel cuore in maniera indelebile. Ancora oggi ricordo con nostalgia ed affetto la sua figura e il suo insegnamento. Fra Raffaele è

---

morto da qualche anno, però ci ha lasciato alcune paginette che hanno ancora la loro freschezza e il sapore di bene, pur nella loro disarmante semplicità.

Per questo motivo ve le propongo su questo numero e su quelli successivi.

Questo numero della rivista contiene anche un ricchissimo articolo di Willigis Jäger sull'Epifania e l'Immacolata Concezione. Un articolo di Clara Costa, moglie del defunto Rabbino di Trieste Elia Kopciowski, sulla spiritualità ebraica. Un articolo di Mario Rogai dal titolo "Il sacramento dell'attimo presente". Tutti articoli molto originali e interessanti.

In questo numero troverete inoltre una bella intervista a S. H. Nasr, studioso di Sufismo e pensiero islamico e, nella parte dedicata ai nostri libri, una intervista a Joseph Goldstein, di cui stiamo per pubblicare il bellissimo libro "Un cuore pieno di pace" con la Prefazione del Dalai Lama e una Presentazione all'Edizione italiana di Corrado Pensa.

Questa seconda intervista è stata realizzata da Appunti di Viaggio.

Arriva il Natale. In questo periodo si usa fare dei doni ai

propri cari. Ricordate allora che il miglior regalo che potete fare a chi volete bene è l'abbonamento alla nostra rivista, l'abbonamento ad Appunti di Viaggio. E, naturalmente, anche i nostri libri.

In realtà, come l'intera Editoria, Appunti di Viaggio sta incontrando qualche difficoltà, anche economica, e dopo molti anni che seguiamo la nostra ispirazione originaria abbiamo ora l'esigenza di ripensare un pochino il nostro percorso: in qualche modo è come nascere di nuovo. Aiutateci a farlo.

Regalare un abbonamento alla nostra rivista in questo Natale assume quindi un significato molto speciale.

Infine volevo dirvi che il *Cammino della "Grande"* (o *"Santa"*) *Presenza* va avanti: il prossimo incontro sarà il 7 dicembre. Volete esserci anche voi? Potrebbe essere un modo speciale per prepararsi ad accogliere Gesù. Se siete interessati contattatemi.

Buon Natale a tutti.

Roma, 14 Novembre 2008.

Pasquale Chiaro