

Patriarcat d'Antioche et de Jérusalem



Apophtegmes №1

2025

Texte du Diacre Georges Maximov
Diffusion interne réservée à la formation spirituelle
du clergé de l'Eglise Orthodoxe d'Europe

Imprimatur du Patriarche Jacques III
23 février 2025

Quelques apophtegmes des Pères du Désert

**Trad. française par Jean-Claude Guy, S.J.
Textes de spiritualité orientale**

Abba Abraham

Abba Bané demanda un jour à abba Abraham : "Est-ce qu'un homme qui est comme Adam dans le Paradis a encore besoin de prendre conseil ?" Et celui-ci lui dit : "Oui Bané, car si Adam avait demandé conseil aux anges : "Est-ce que je mange de l'arbre ?", ils lui auraient dit : "Non !

Abba Achille

Abba Amnoes disait : "Nous sommes allés, abba Bitimios et moi, chez abba Achille, et nous l'avons entendu qui répétait cette phrase : "Ne crains pas, Jacob, de descendre en Egypte (*Gen. 46, 3*). Et il resta longtemps à répéter cette parole. Quand nous eûmes frappé, il nous ouvrit et nous demanda : "D'où êtes-vous ? " Ayant peur de lui répondre : "Des Cellules", nous avons dit : "De la montagne de Nitrie". Alors il nous dit : "Que vais-je faire pour vous, car vous venez de loin ?". Il nous fit alors entrer et nous vîmes qu'il avait fait beaucoup de tresses durant la nuit. Comme nous lui demandions de nous dire une parole, il nous dit ; "Depuis hier soir jusqu'à maintenant, j'ai tressé vingt aunes ; mais à vrai dire, je n'en ai nul besoin C'est seulement pour que Dieu ne s'irrite pas et ne

m'accuse pas en disant : "Tu pouvais travailler et tu ne l'as pas fait". Voilà pourquoi je travaille autant que je peux". Et nous nous sommes retirés édifiés.

Abba Agathon

Les frères demandent à abba Agathon : "Parmi toutes les bonnes actions, quelle est celle qui demande le plus d'efforts ?". Il répond : "Excusez-moi, mais je crois que c'est la prière. Oui, chaque fois que tu veux prier, tes ennemis veulent t'empêcher de le faire. En effet, ils le savent : pour arrêter ta marche vers Dieu, il n'y a qu'un moyen : te détourner de la prière ! Quand tu commences quelque chose de bien, n'importe quoi, si tu continues avec courage, tu trouveras le repos. Mais pour la prière, tu dois combattre tes ennemis jusqu'à la mort".

Abba Agathon

Abba Agathon dit : " Si je pouvais trouver un lépreux à qui donner mon corps pour prendre le sien, je serais content, car telle est la charité parfaite".

Abba Antoine

Un jour, des anciens viennent voir abba Antoine. Abba Joseph est avec eux. Abba Antoine veut les mettre à l'épreuve. Alors il leur donne une parole de la Bible.

Abba Antoine interroge d'abord les plus jeunes. Il leur demande : "Que veut dire cette parole ? " Chacun explique le mieux possible. Mais abba Antoine dit à chacun : "Non, tu n'as pas trouvé". Abba Joseph est le dernier qui doit répondre ; l'ancien lui dit : "Et toi, abba Joseph, comment expliques-tu cette parole de la Bible ? " Il répond : "Je ne sais pas". Alors abba Antoine dit : "Vraiment, abba Joseph a trouvé le vrai chemin. En effet, il a dit : "Je ne sais pas".

Abba Antoine

Abba Antoine dit : " Je connais des moines qui ont supporté beaucoup de fatigues. Pourtant ils sont tombés et ils sont devenus orgueilleux parce qu'ils avaient mis leur confiance dans leurs actes et avaient oublié de citer le précepte de celui qui dit : "Interroge ton père et il t'enseignera".

Abba Antoine

Abba Antoine dit encore : " Quand les poissons restent trop longtemps hors de l'eau, ils meurent. Pour les moines, c'est pareil ! Quand ils restent longtemps hors de leur cellule ou bien quand ils passent leur temps avec les gens du monde, ils perdent la paix profonde de leur cœur.

Faisons vite comme les poissons. Eux, ils rentrent vite dans la mer. Nous aussi, rentrons vite dans notre cellule pour ne pas oublier notre vigilance intérieure".

Abba Antoine

Abba Antoine dit : "Autant qu'il est possible, le moine doit confier aux anciens le nombre de pas qu'il fait et le nombre de gouttes d'eau qu'il boit dans sa cellule, pour savoir s'il est bien dans la vérité".

Abba Arès

Abba Abraham va voir abba Arès. Ils sont assis ensemble. Un frère arrive chez l'ancien ; il lui dit : " Dis-moi ce que je dois faire pour être sauvé". Abba Arès répond : " Va. Pendant toute cette année, mange seulement du pain et du sel, le soir. Puis reviens ici et je te parlerai".

Le moine s'en va et il fait cela. A la fin de l'année, il revient chez abba Arès. Abba Abraham est encore là, par hasard. L'ancien dit de nouveau au frère : " Va, jeûne encore toute cette année, un jour sur deux". Après le départ du frère, abba Abraham dit à abba Arès : "Tu conseilles à tous les frères une charge légère. Mais à celui-là tu imposes une charge lourde. Pourquoi donc ? "

L'ancien lui répond : " Ma parole dépend de ce que les frères viennent chercher. Ce frère est un homme courageux. Il vient entendre une parole à cause de Dieu. Et il obéit avec joie. C'est pourquoi, moi aussi, je lui dis la parole de Dieu".

Abba Arsène

En ce temps-là, abba Arsène habite encore dans le palais du roi. Il fait cette prière à Dieu : "Seigneur, conduis-moi sur le chemin où je serai sauvé". Une voix lui répond : "Arsène, fuis loin des hommes et tu seras sauvé".

Arsène part loin des hommes. Il vit seul. Il recommence la même prière : "Seigneur, conduis-moi sur le chemin où je serai sauvé". Il entend une voix. Elle dit : "Arsène, fuis, tais-toi, demeure en repos. Voilà les racines d'une vie sans péché".

Abba Arsène

Un frère vient à la cellule d'abba Arsène, à Scété. Il regarde par la fenêtre. Il voit l'ancien tout entier comme du feu. (Ce frère était un homme digne de voir cela).

Il frappe à la porte. Arsène vient ouvrir. Il voit le frère tout bouleversé. Arsène lui dit : "Est-ce qu'il y a longtemps que tu frappes ? Est-ce que tu n'as pas vu quelque chose ?". Le frère répond : "Non". Alors abba Arsène parle avec lui un moment, puis il lui dit de repartir.

Abba Arsène

Un jour, L'archevêque Théophile et un notable viennent voir abba Arsène. Théophile pose des questions à l'ancien. Il veut entendre des paroles de sa bouche. Après un petit moment de silence, l'ancien lui répond : "Ce que je vais vous dire, est-ce que vous

allez le faire ? " -- "Nous te le promettons", répondent-ils. Alors l'ancien leur dit : "Quand on vous dira : 'Arsène est là-bas, eh bien n'y allez pas'".

Abba Arsène

Abba Marc dit à abba Arsène : "Pourquoi est-ce que tu pars loin de nous ?". L'ancien lui répond : "Ah ! Je vous aime, Dieu le sait bien ! Mais je ne peux pas vivre avec Dieu et les hommes. Des millions et des millions d'anges n'ont qu'un seul désir, les hommes en ont beaucoup. C'est pourquoi je ne peux pas abandonner Dieu pour venir avec les hommes".

Abba Arsène

Un jour, l'abba Arsène fut assailli dans sa cellule par des démons qui le tourmentèrent. Ses serviteurs, venant le visiter et se tenant à l'extérieur de la cellule, l'entendirent crier vers Dieu et dire : "Ô Dieu, ne m'abandonne pas ! Je n'ai rien fait de bien en ta présence, mais dans ta bonté, donne-moi de commencer".

Abba Arsène

Un jour, abba Arsène vient dans un endroit où il y a des roseaux agités par le vent. Il dit aux frères : "Qu'est-ce qu'on entend bouger ?". Ils disent : "Ce sont des roseaux". Alors l'ancien leur dit : "Si un frère est dans le recueillement et s'il entend le chant d'un petit oiseau, c'est fini : son cœur ne goûte plus la même paix. Et vous alors ! Quand vous entendez le

bruit de ces roseaux, votre cœur ne peut goûter la paix".

Abba Arsène

On a dit d'abba Arsène que toute sa vie, assis à son travail manuel, il avait un linge sur lui à cause des larmes qui coulaient de ses yeux. Abba Poémen, ayant appris qu'il était mort, dit en pleurant : "Bienheureux es-tu, abba Arsène, d'avoir pleuré sur toi-même en ce monde ! Car celui qui ne pleure pas sur lui-même ici-bas, pleurera éternellement. Ainsi, soit ici-bas, de plein gré, soit là-bas dans les tourments, il est impossible de ne pas pleurer".

Abba Arsène

Abba Arsène dit : " Si nous cherchons Dieu, il se manifestera à nous ; et si nous le retenons, il demeurera près de nous".

Abba Cronios

Un frère interrogea abba Cronios : "Comment l'homme parvient-il à l'humilité ?". L'ancien lui répond : "Par la crainte de Dieu". Le frère lui dit : "Et par quelle action parvient-on à la crainte de Dieu ?". L'ancien lui dit : "À mon avis, tu arrives à cela quand tu quittes tout souci, quand tu t'adonnes au labeur corporel, et quand tu te souviens de la mort et du jugement de Dieu, autant que tu peux".

Abba Évagre

L'abba Évagre dit : "Quand une pensée ennemie monte dans ton cœur, ne cherche pas à prier d'une manière ou de l'autre, mais aiguise l'épée des larmes".

Abba Félix

Des frères ont des laïcs avec eux. Ils viennent trouver abba Félix et ils le supplient : "Dis-nous une parole". Mais l'ancien garde le silence. Ils le supplient longtemps.

Alors, abba Félix leur dit : "Vous voulez entendre une parole ?". Ils disent : "Oui, abba". L'ancien leur dit : "Maintenant il n'y a plus de parole. Avant les frères posaient des questions aux anciens et ils faisaient ce que les anciens disaient. A ce moment- là, Dieu montrait comment parler. Mais maintenant, ils posent des questions et ils ne font pas ce qu'ils entendent. Alors Dieu a enlevé aux anciens le don de la parole, et ils ne trouvent plus quoi dire, parce qu'il n'y a plus de travailleurs".

En entendant ces paroles, les frères gémirent et ils lui dirent : " Prie pour nous, abba

Abba Hypéréchios

Abba Hypéréchios dit : "Le moine qui veille fait qu'il fait jour la nuit, parce qu'il prie la nuit. En pressant son cœur, le moine en fait jaillir des larmes et appelle la miséricorde des cieux".

Abba Jean le Petit

On raconte ceci sur Jean le Petit : Un jour, il dit à son grand frère : "Je veux être sans souci, comme les anges. Ils ne travaillent pas, mais ils adorent Dieu sans arrêt". Puis il enlève son manteau et part dans le désert.

Après une semaine, il revient chez son frère. Il frappe à la porte. Alors il entend son frère qui lui dit avant d'ouvrir : "Qui est-ce ? " Il répond : "Je suis Jean, ton frère". Son grand frère lui dit : " Jean est devenu un ange. Maintenant il n'est plus parmi les hommes". Alors Jean le supplie et lui dit : "C'est moi ! " Mais son grand frère ne lui ouvre pas. Et il le laisse dans la tristesse jusqu'au matin.

Ensuite il lui ouvre la porte et il lui dit : "Tu es un homme et tu dois recommencer à travailler pour te nourrir". Jean s'incline devant son frère et il lui dit : " Pardonne-moi !

Abba Jean le Petit

On racontait ceci sur Jean le Petit : il s'était retiré chez un ancien originaire de Thèbes, à Scété, qui demeurait dans le désert.

Un jour, son abba prend un bois sec, il le plante et il dit à Jean : "Arrose-le tous les jours avec un pot d'eau jusqu'à ce qu'il donne des fruits". Or l'eau était si loin que Jean partait le soir et ne revenait qu'au matin. Trois ans plus tard, ce bois se mit à reprendre vie et à donner des fruits. Alors l'ancien prend un fruit. Il le porte à l'église où les frères se rassemblaient, et dit

aux frères : " Prenez et mangez le fruit de l'obéissance".

Abba Joseph

Abba Lot va trouver abba Joseph et il lui dit : "Abba, selon ma force, je récite un office court. Je jeûne un peu, je prie, je médite, je vis en étant recueilli. Dans la mesure du possible, j'essaie de rendre mes pensées pures. Qu'est-ce que je dois faire de plus ? "

Alors abba Joseph se lève. Il étend les mains vers le ciel et ses doigts deviennent comme dix lampes de feu. Il dit à abba Lot : "Si tu veux, deviens tout entier comme du feu".

Abba Joseph de Thèbes

Abba Joseph de Thèbes dit : "Il y a trois actions qui ont du prix aux yeux du Seigneur

1 Un homme est malade. Les tentations tombent sur lui. S'il les reçoit en disant merci, cette action plaît au Seigneur.

2 Quand on fait tout en présence de Dieu, avec un cœur pur, sans rien chercher pour soi, cette action plaît au Seigneur.

3 Quand on obéit continuellement à son père spirituel, quand on dit non à tous ses désirs égoïstes, cette action plaît au Seigneur et pour elle on reçoit une plus grande récompense.

Moi, je préfère la maladie".

Abba Longin

L'abba Longin avait une grande componction dans sa prière et sa psalmodie, et son disciple lui dit un jour : "Abba, le canon spirituel est-il que le moine pleure dans son office ? "Et l'ancien lui dit : "Oui, mon enfant, c'est le canon que Dieu demande. En effet, Dieu n'a pas fait l'homme pour les pleurs, mais pour la joie et l'allégresse, afin qu'il le glorifie par sa pureté et son impeccabilité, tout comme les anges. Mais étant tombé dans le péché, l'homme a eu besoin des pleurs ; car où il n'y a pas de péché, il n'y a pas besoin de pleurs".

Abba Lucius

Plusieurs moines qu'on appelle "priants" vont à l'Enaton, chez abba Lucius. L'ancien leur demande : "Quel est le travail de vos mains ?". Ils disent : "Nous ne travaillons pas de nos mains, mais comme l'Apôtre le commande, nous prions sans arrêt". Abba Lucius leur demande : "Est-ce que vous ne mangez pas ? " Ils répondent : "Si". Alors il leur dit : "Quand vous mangez, qui donc prie à votre place ?". Il leur dit : "Quand vous dormez, qui donc prie à votre place ?". Mais ils ne trouvent rien à répondre. Alors abba Lucius dit aux moines : "Excusez-moi, mais vous ne faites pas ce que vous dites. Moi, je vais vous montrer que je prie sans arrêt quand je travaille de mes mains. Je m'assois avec Dieu. Je mouille les joncs et je les tisse en cordes. Je dis en même temps : "Dieu, aie pitié de moi dans ta grande miséricorde. Dans ton

immense bonté, efface mon péché" (*Psaume 50, 2*).

Abba Lucius demande aux moines : "Est-ce que ce n'est pas une prière ?". Ils répondent : "Si ". Puis il leur dit : "Quand j'ai passé toute la journée à travailler et à prier, j'ai gagné à peu près seize pièces d'argent. J'en mets deux à ma porte et je mange avec le reste. Celui qui prend ces deux pièces d'argent prie pour moi quand je mange ou quand je dors. Ainsi, avec l'aide de Dieu, j'obéis au commandement de prier sans arrêt".

Abba Macaire

Quelqu'un demande à abba Macaire : "Comment doit-on prier ?". L'ancien répond : "Tu n'as pas besoin de faire de longs discours. Etends seulement les mains et dis : "Seigneur, comme tu le veux, comme tu sais, aie pitié !". Et si un combat survient, dis : "Seigneur, au secours !". Le Seigneur sait ce qu'il nous faut et il a pitié de nous.

Abba Mios

Abba Mios, de Bélos, dit : "L'obéissance répond à l'obéissance. Quand quelqu'un obéit à Dieu, Dieu aussi lui obéit".

Abba Pambo

Théophile, l'archevêque d'Alexandrie, vint un jour à Scété. Les frères qui étaient réunis, demandèrent à l'abbé Pambo de dire quelques mots à l'évêque pour l'édifier. Mais il répondit : " S'il n'est pas édifié par mon silence, il ne le sera pas par mes paroles".

Abba Pambo

Athanase, l'évêque d'Alexandrie, supplie abba Pambo de quitter le désert pour venir à Alexandrie.

Alors abba Pambo descend. Il rencontre une actrice et il se met à pleurer. Ses compagnons lui demandent : "Pourquoi pleures-tu ?"

Abba Pambo répond : "Je pleure pour deux raisons : l'une c'est parce que cette femme est perdue ; l'autre, c'est parce que mon désir de plaire à Dieu est moins brûlant que son désir à elle. En effet, elle cherche beaucoup à plaire aux hommes dépravés.

Abba Pambo

Il y avait quelqu'un que l'on appelait l'abba Pambo, et l'on disait de lui que, durant trois ans, il avait supplié Dieu en lui disant : "Ne me glorifie pas sur terre !". Et Dieu le glorifia au point que nul ne pouvait le dévisager, à cause de la gloire qui était sur son visage.

Abba Pambo

Un jour, quatre frères de Scété, habillés de peaux de bêtes, viennent trouver le grand Pambo. Chacun lui parle de la bonne action de son voisin, celui-ci n'étant

pas là. Le premier jeûne beaucoup. Le deuxième est pauvre. Le troisième possède une grande charité. Et du quatrième ils disent : " Depuis vingt-deux ans, il obéit à un ancien". Abba Pambo leur répond : " Je vous le dis, la vertu de ce frère est la plus grande. En effet, chaque frère a obtenu la vertu qu'il voulait posséder. Mais ce frère-là a dit non à sa volonté égoïste, et il fait la volonté d'un autre. Des hommes comme lui sont des martyrs s'ils tiennent bon jusqu'à la fin".

Abba Paul le Grand

L'abba Paul le Grand a dit : "Je suis dans un borbier enfoncé jusqu'au cou, et je pleure devant Dieu en disant : "Aie pitié de moi ! ".

Abba Poémen

Abba Joseph raconte : Abba Isaac dit : " Un jour, j'étais assis à côté d'abba Poémen et je le vis en extase. Comme j'étais très libre pour lui parler, je me prosternais et le suppliais, disant : "Dis-moi où tu étais". Et lui, contraint, me dit : "Ma pensée était là où se trouve la sainte Marie, Mère de Dieu, qui pleurait sur la croix du Sauveur. Et pour moi, je voudrais tout le temps pleurer ainsi".

Abba Poémen

Abba Poémen disait souvent : " Ce qu'il nous faut, c'est une intelligence en éveil". *Abba Poémen*
Un jour qu'abba Isaac était assis chez l'abba Poémen,

on entendit le cri d'un coq. Il lui dit : "Il y a donc cela ici, abba ?". Le vieillard lui dit : "Isaac, pourquoi me forcer à parler ? Toi et tes semblables, vous entendez cela. Mais celui qui est vigilant n'en a nul souci".

Abba Poémen

Abba Joseph dit : Un jour, nous sommes assis avec abba Poémen. Il parle d'abba Agathon. Nous lui disons : "Agathon est bien jeune, pourquoi l'appelles-tu abba ?". Abba Poémen dit : "Parce que sa bouche fait de lui un abba".

Abba Poémen

Abba Poémen dit : "Celui qui réjouit le plus l'ennemi, c'est celui qui ne veut pas montrer ses pensées à son abba".

Abba Poémen

Abba Poémen dit : "Un jour, quelqu'un a demandé à abba Paèsios : Que faire à mon âme, car elle est insensible et ne craint pas Dieu". Et abba Paèsios lui dit : "Attache-toi à un homme qui craint Dieu, et vivant près de lui, toi aussi, tu apprendras à craindre Dieu".

Abba Poémen

Un frère dit à l'abba Poémen : "J'ai fait un gros péché et je veux en faire pénitence durant trois ans". Le vieillard lui dit : "C'est beaucoup !" Et le frère lui dit : "Au moins une année !" Le vieillard lui dit de

nouveau : "C'est beaucoup ! ". Ceux qui étaient présents lui dirent : "Quarante jours ! " Il dit encore : "C'est beaucoup ! " Et il ajouta : "Moi, je vous dis que si un homme se repent de tout son cœur et ne recommence pas à commettre le péché, trois jours suffisent pour que Dieu l'accueille ! "

Abba Poémen

L'abba Poémen a dit : "Le deuil est à double action : il travaille et il garde".

Abba Poémen

Quelques-uns des vieillards vont chez abba Poémen et lui disent : "A ton avis, quand nous voyons un frère dormir à l'office, faut-il le secouer pour qu'il se tienne éveillé durant la prière ? ".

Il leur dit : "Moi, quand je vois le frère dormir, je lui mets la tête sur mes genoux et je le fais reposer".

Abba Poémen

Abba Poémen dit : "La volonté de l'homme est un grand mur d'airain entre lui et Dieu (*Jérémie 1, 18*). C'est une pierre qui fait obstacle. Si tu tournes le dos à cette volonté égoïste, tu dis, toi aussi : "Avec Dieu, je sauterai le grand mur" (*Psaume 17, 30*). Mais si la recherche de la justice va de pair avec la volonté propre, c'est que l'homme est malade".

Abba Poémen

Un frère interroge abba Poémen et lui dit : " Des frères habitent avec moi ; veux-tu que je leur commande ? " Le vieillard répond : "Non, mais fais d'abord le travail, et s'ils veulent vivre, ils veilleront sur eux-mêmes". Le frère lui dit : "Mais ce sont eux-mêmes, Père, qui veulent que je leur commande". Le vieillard lui dit : "Non, mais deviens leur modèle, non pas leur législateur".

Abba Sérapion

Un frère demande à abba Sérapion : "Dis-moi une parole". L'ancien lui dit : "Qu'est- ce que j'ai à te dire ? Tu as pris la richesse des veuves et des orphelins et tu l'as mise dans un placard". En effet, Sérapion voit le placard plein de livres.

Abba Sisoès

Abba Ammon, de Rhaïtou, dit à abba Sisoès : "Quand je lis la Bible, mon esprit a envie de préparer un beau discours. Alors je pourrai répondre si on m'interroge". L'ancien lui dit : "Ce n'est pas nécessaire. Essaie plutôt de garder ton esprit pur. Alors tu obtiendras, pour toi-même, d'être sans souci et d'avoir le don de la parole pour enseigner les autres".

Abba Sisoès

Un jour, abba Sisoès parla en toute liberté. Il dit : "Courage ! Après trente ans, je ne prie plus Dieu pour mes fautes, mais je fais cette prière : 'Seigneur Jésus,

défends- moi contre ma langue !" Et pourtant, jusqu'à maintenant, chaque jour, je tombe à cause de cette langue et je fais le péché".

Abba Sisoès

On disait d'abba Sisoès que lorsqu'il fut près de mourir, les Pères étant assis près de lui, son visage brilla comme le soleil. Et il leur dit : "Voici que vient abba Antoine". Et après un petit moment, il dit : "Voici que vient le choeur des prophètes". Et de nouveau son visage brilla avec plus d'éclat et il dit : "Voici que vient le chœur des apôtres". Et son visage redoubla encore d'éclat et voici qu'il paraissait parler avec quelques interlocuteurs. Et les vieillards lui demandèrent : "Avec qui parles-tu, Père ? " Il dit : "Voici que des anges viennent me prendre, et je les supplie qu'on me laisse faire un peu pénitence". Les vieillards lui dirent : "Tu n'as pas besoin de faire pénitence, Père ! " Mais le vieillard leur dit : "En vérité, je n'ai pas conscience d'avoir commencé ". Et tous reconnurent qu'il était parfait. Et à nouveau son visage redevint subitement comme le soleil et tous furent saisis de crainte. Il leur dit : "Regardez, le Seigneur vient ! "Et aussitôt, il rendit l'esprit. Il y eut alors comme un éclair, et toute la maison fut remplie d'une bonne odeur.

Abba Sylvain

Un frère se rendit chez abba Sylvain, au mont Sinaiï, et voyant les frères travailler, il dit au vieillard : "Ne travaillez pas pour la nourriture périssable ; Marie, en effet, a choisi la meilleure part".

Le vieillard dit à son disciple : "Zacharie, donne au frère un livre, et mets-le dans une cellule où il n'y a rien". Quand donc fut venue la neuvième heure, le frère tenait les yeux fixés sur la porte pour voir si l'on ne viendrait pas le chercher pour manger. Mais comme personne ne l'appelait, il se leva, alla trouver le vieillard et lui dit : "Les frères n'ont-ils pas mangé aujourd'hui, abbé ?". Le vieillard lui dit : "Si, mais toi, tu es un homme spirituel et tu n'as pas besoin de cette nourriture charnelle. Nous autres qui sommes charnels, nous tenons à manger, et pour cela, nous travaillons. Toi, tu as choisi la meilleure part : tu lis toute la journée et tu ne veux pas manger de nourriture charnelle". Ayant entendu ces paroles, le frère fit une métanie en disant : "Pardonne-moi, abbé". Le vieillard lui dit : "Assurément, Marie elle-même a besoin de Marthe, et c'est en effet, grâce à Marthe que Marie a été louée".

Abba Sylvain

A Scété, abba Sylvain avait un disciple appelé Marc qui obéissait à merveille. Il était calligraphe. Et l'ancien l'aimait à cause de son obéissance. Or il avait onze autres disciples, et ceux-ci étaient peinés de ce qu'abba Sylvain aimait Marc plus qu'eux.

Les anciens l'ayant appris, s'en attristèrent. Ils vinrent donc un jour chez abba Sylvain pour lui faire des reproches. Alors Sylvain prend les anciens avec lui. Puis il va frapper à la porte de chaque cellule en disant : " Frère, viens ici. J'ai besoin de toi". Mais aucun frère ne le suit tout de suite.

Abba Sylvain arrive à la cellule de Marc. Il frappe alors et dit : "Marc !". En entendant la voix de l'ancien, lui, il bondit aussitôt dehors. Et l'ancien lui fait faire une commission, puis il dit aux anciens : " Pères, où sont les autres frères ? " Il entre dans la cellule de Marc et il prend son cahier. Il remarque ceci : Marc a commencé à former la lettre oméga, mais en entendant la voix de son abba, il n'avait pas fini de l'écrire. Alors les anciens disent : "Vraiment, abba, celui que tu aimes, nous l'aimons aussi parce que Dieu l'aime".

Amma Synclétique

Amma Synclétique dit : "Au début, ceux qui s'approchent de Dieu luttent et se fatiguent beaucoup. Ensuite ils connaissent une joie qu'on ne peut dire. En effet, ceux qui allument du feu sont d'abord dans la fumée et ils pleurent. Par ce moyen, ils obtiennent ce qu'ils cherchent. En effet, dans la Bible on lit : "Notre Dieu est un feu brûlant" (*Hébreux 12, 29*). De la même façon, nous devons, nous aussi, allumer en nous le feu de Dieu, avec des larmes et des peines".

Abba Théodore d'Ennaton

Quand des frères parlent d'abba Théodore et d'abba Lucius de l'Enaton, ils disent : "Ils ont passé cinquante ans à tromper leurs pensées".

En effet, abba Théodore et abba Lucius disaient : "Après la saison froide, nous allons partir d'ici".

Quand la saison chaude venait, ils disaient : "Après la saison chaude, nous allons partir d'ici".

Ces deux Pères passaient tout leur temps de cette façon. Nous devons toujours nous souvenir d'eux.

Abba Zénon

On disait qu'il y avait dans le village un homme qui jeûnait à tel point qu'on l'appelait : le Jeûneur. Abba Zénon qui avait entendu parler de lui, le fit venir. L'autre vint avec joie. Ils prièrent et s'assirent. Le vieillard commença à travailler en silence. N'arrivant pas à parler avec lui, le Jeûneur commença à être accablé par l'acédie. Et il dit au vieillard : "Prie pour moi, abba, car je veux partir". Le vieillard lui dit : "Pourquoi ?". L'autre lui répondit : "Parce que mon cœur est en feu et je ne sais ce qu'il a. En effet, quand j'étais au village, je jeûnais jusqu'au soir, et il ne m'arrivait rien de tel". Le vieillard lui dit : "Au village, tu te nourrissais par les oreilles. Mais va, désormais mange à la neuvième heure, et ce que tu fais, fais-le dans le secret". Lorsqu'il eût commencé à agir ainsi, il attendit péniblement la neuvième heure. Et tous ceux qui le connaissaient disaient : "Le Jeûneur est possédé par le démon". Puis il vint raconter tout cela

au vieillard qui lui dit : "Cette voie est selon Dieu".

Anonyme

Un frère demande à un ancien : " Dis-moi : Comment me sauver ?". L'ancien lui répond : " Si tu peux être injurié et le supporter, c'est une grande chose, plus grande que toutes les vertus".

Anonyme

Si des mauvaises pensées te font la guerre, ne les cache pas, mais dis-les tout de suite à ton abba. Plus on cache ses pensées, plus elles deviennent nombreuses et fortes. C'est comme un serpent : sorti de son trou, il s'enfuit aussitôt. Ainsi la mauvaise pensée s'en va dès qu'on la montre.

Mais si on la cache, c'est comme un ver dans le bois, elle détruit le cœur. Celui qui montre ses pensées est aussitôt guéri ; celui qui les cache se rend malade d'orgueil.

Anonyme

Un ancien a dit : "De même que nous portons chacun notre malice partout où nous allons, ainsi nous devons avoir avec nous les larmes et la componction partout où nous sommes".

Anonyme

Des frères firent le récit suivant : Nous étions un jour chez des anciens, et, selon la coutume, nous nous asseyons. Après avoir causé, nous voulons partir et

demandons à faire la prière. Et l'un des anciens dit : "Quoi, vous n'avez donc pas prié ?". Et nous répondons : "Abba, en arrivant, il y a eu la prière ; mais jusqu'à présent, nous avons parlé ". L'ancien dit : "Pardonnez-moi, frères, mais il y a un frère assis avec vous et parlant, qui a fait cent trois prières". Et après avoir dit cela, ils firent la prière et nous sommes partis.

Anonyme

Les anciens disaient d'un frère qu'il ne quittait jamais son travail manuel et que sa prière montait continuellement devant Dieu, qu'il était aussi très humble et très stable dans son état.

Anonyme

Un frère avait une pensée qui lui faisait la guerre : "Tu dois aller visiter tel ancien" lui disait-elle. Mais il remettait de jour en jour, disant : "J'irai demain !". Et pendant trois ans, il lutta contre cette pensée. Finalement il dit à sa pensée : "Suppose que tu sois allé chez l'ancien ; tu lui dis : "Vas-tu bien, Père ? Depuis longtemps je désire voir ta sainteté". Puis il prend une cuvette, se lave et jouant le rôle de l'ancien : "Tu as bien fait de venir, frère, dit-il, pardonne-moi, car tu t'es bien fatigué pour moi. Que le Seigneur te le rende !". Puis il fait la cuisine, mange et boit un bon coup, et aussitôt la lutte s'éloigne de lui.

Anonyme

Un voleur arrive chez un frère. Celui-ci lui dit : "Fais vite avant que les frères n'arrivent !".

Anonyme

Un ancien a dit : " Si un moine prie seulement quand il est debout pour la prière, il ne prie pas du tout".

Anonyme

Un ancien a dit : " Sois comme le chameau : porte tes péchés, et, attaché par la bride, suis celui qui connaît la voie de Dieu".

Anonyme

Un frère dit à un grand vieillard : "Abba, je voudrais trouver un vieillard conforme à ma volonté et mourir avec lui". Le vieillard lui dit : "Tiens, tiens ! C'est une bonne recherche, monsieur ! " Mais lui, le disciple, pense avoir bien parlé et ne fait pas attention à la réponse du vieillard. Puis quand le vieillard voit que son disciple ne comprend pas qu'il se moque de lui, il lui dit : "Donc, si tu trouves un vieillard conforme à ta volonté, tu veux demeurer avec lui ?" - "Eh oui, répond le disciple, c'est bien ce que je veux". Le vieillard lui dit : "Peut-être n'est-ce pas pour que tu suives la volonté du vieillard, mais pour que celui-ci fasse la tienne et que tu aies la paix". Alors le frère comprenant ce qu'il avait dit, se lève, se prosterne à terre et dit : "Pardonne-moi, je croyais dire quelque chose de bien, alors qu'il n'en était pas ainsi".

Anonyme

Voilà ce qu'on disait d'un vieillard : il demandait à Dieu l'interprétation d'une parole de la Bible. Pour l'obtenir, il passe soixante-dix semaines en ne mangeant qu'une fois la semaine. Mais Dieu ne la lui révèle pas. Il se dit en lui-même : "Je me suis donné tant de peine, sans rien obtenir ; je vais donc aller chez mon frère et l'interroger".

Et comme il ferme la porte derrière lui pour aller chez son frère, un ange du Seigneur lui est envoyé. Il lui dit : "Les soixante-dix semaines que tu as jeûné ne t'ont pas approché de Dieu ; mais lorsque tu t'es humilié toi-même en partant chez ton frère, j'ai été envoyé pour t'annoncer le sens de cette parole". Et il répond parfaitement à sa recherche sur la parole de la Bible. Puis il se retire.

Anonyme

Un frère interrogea un ancien : "Comment se fait-il que mon âme désire pleurer comme les anciens, et que les larmes ne viennent pas, alors que mon âme est affligée ? " L'ancien lui dit : "C'est au bout de quarante ans que les fils d'Israël sont entrés dans la Terre promise. Si tu arrives à y entrer, tu n'auras plus de combat à livrer. Car Dieu veut que l'âme soit tourmentée, afin qu'elle désire toujours entrer dans cette terre.

Anonyme

Un frère trouva dans le désert un lieu retiré et tranquille. Il supplia son abba en ces termes : "Ordonne-moi d'habiter là et j'espère qu'avec la grâce de Dieu et tes prières, je m'y mortifierai beaucoup". Mais son abba ne le lui permit pas : "Je sais bien que tu te mortifierais beaucoup ; mais parce que tu n'aurais pas d'ancien, tu aurais confiance en tes œuvres, persuadé qu'elles plaisent à Dieu, et par cette confiance que tu aurais de faire œuvre de moine, tu perdrais ta peine et ta raison".

Anonyme

Un Romain dit : "Il y avait un vieillard qui avait un bon disciple. Un jour, ne croyant pas qu'il fut bon, il le chasse dehors avec son manteau. Le frère demeure assis dehors. Et le vieillard ouvrant la porte et le trouvant assis, se prosterne et lui dit : " O Père, l'humilité de ta patience a vaincu le peu d'estime que j'avais de toi. Viens à l'intérieur ; à partir de maintenant, c'est toi le vieillard et le père, et moi, je suis le plus jeune et le disciple".

Anonyme

Deux anciens demeuraient ensemble depuis de nombreuses années, et jamais ils ne s'étaient battus. Le premier dit à l'autre : "Faisons, nous aussi, une bataille pour faire comme tous les autres hommes". L'autre répondit : "Je ne sais pas comment on fait une bataille". Le premier dit : "Vois, je vais mettre au

milieu une brique et je vais dire qu'elle est à moi ; toi, tu diras : 'Non elle est à moi', et ainsi commencera la bataille". Ils mirent donc une brique au milieu d'eux, et le premier dit : "Cette brique est à moi". Et l'autre dit : "Non, elle est à moi". Et le premier reprit : "Si elle est à toi, prends-la et va-t'en". Et ils se retirèrent sans avoir réussi à se disputer.

Abba Antoine dit : " Je vis tous les filets de l'ennemi déployés sur la terre, et je dis en gémissant : " Qui donc passera outre ces pièges ? " Et j'entendis une voix me répondre : l'humilité. "

Le même dit : " Quiconque n'a pas subi de tentation ne peut entrer dans le Royaume des Cieux. En effet, ajouta-t-il, supprime les tentations, et personne n'est sauvé. "

Abba Agathon dit : " Si je pouvais rencontrer un lépreux, lui donner mon corps et prendre le sien, je serais très heureux. Telle est, en effet, la charité parfaite. "

Abba Alonios dit : " Si je n'avais pas tout mis par terre, je n'aurais pas pu me reconstruire moi-même. "

Abba Doulas disait : " Si l'ennemi nous incite à abandonner notre paix intérieure, ne l'écoutons pas; car rien n'est semblable à cette paix et à la privation de nourriture. L'une et l'autre se conjuguent pour combattre l'ennemi. Car elles fournissent son acuité au regard intérieur. "

Abba Elie, celui de la diaconie, dit : " Que peut le péché là où il y a pénitence ? Et à quoi sert l'amour là où il y a orgueil ? "

Abba Théonas dit : " Lorsque nous détournons notre esprit de la contemplation de Dieu, nous devenons esclaves des passions charnelles. " Le vieillard nous raconta qu'abba Théonas avait dit également : " Je veux remplir mon esprit avec Dieu. "

Abba Joseph dit à abba Lot : " Tu ne peux devenir moine si tu ne deviens tout entier comme un feu qui se consume. "

Abba Jacques dit : " De même qu'une lampe met de la clarté dans une chambre obscure, ainsi la crainte de Dieu, lorsqu'elle pénètre dans le cœur de l'homme, l'éclaire et lui enseigne toutes les vertus et tous les commandements de Dieu. "

Il dit encore : " On n'a pas besoin seulement de paroles; car, à l'époque actuelle, il y a beaucoup de paroles chez les hommes, mais on a besoin d'œuvres, car c'est cela qui est requis, non les paroles qui ne portent pas de fruits. "

De Palestine, abba Hilarion se rendit sur la montagne chez abba Antoine. Et abba Antoine lui dit : "Tu es le bienvenu, porte-lumière qui te lève le matin. " Et abba Hilarion lui dit : " Paix à toi, colonne de lumière, qui éclaire le monde. "

Abba Cassien dit : " Il y avait un moine habitant une grotte au désert. Ses parents selon la chair lui firent savoir : "Ton père est très malade, sur le point de mourir; viens recueillir son héritage. " Il leur répondit : " Pour moi, je suis mort au monde avant lui; un mort n'hérite pas d'un vivant ". "

Abba Mégéthios disait : " Au début, lorsque nous nous réunissions et que nous parlions de choses édifiantes en nous exhortant les uns les autres, nous étions " comme des anges ", et nous montions jusqu'aux cieux. Mais maintenant, nous nous réunissons, nous entraînant l'un l'autre à la médisance, et nous descendons en bas. "

Abba Joseph dit à abba Nisthérôos : " Que faire avec ma langue, car je ne puis pas la dominer ? " Et le vieillard lui dit : " Si tu parles, trouves-tu le repos ? " Il répondit que non. Et le vieillard dit : " Si tu ne trouves pas le repos, pourquoi parles-tu ? Tais- toi plutôt; et s'il se présente une conversation, écoute, plutôt que de parler. "

Abba Poemen dit : " La victoire sur toute peine qui te surviens, c'est de garder le silence. "

Il dit encore : " Se jeter en face de Dieu, ne pas se mesurer soi-même et abandonner derrière soi toute volonté propre, ce sont les instruments du travail de l'âme. "

Abba Sisoès dit à un frère : " Comment vas-tu ? "
L'autre dit : " Je perds mon temps, père. " Et le
vieillard dit : " Pour moi, s'il m'arrive de perdre une
journée, je rends grâce. "

Abba Hypéréchios dit : " Il vaut mieux manger de la
viande et boire du vin, et ne pas manger la chair de
ses frères dans les calomnies. "

