

WIJZINGEN UIT DE WOESTIJN

Gezegden van de woestijnvaders
om te lezen bij de Karmelregel

uitgezocht, vertaald en thematisch geordend
door
Rudolf van Dijk O.Carm.

Almelo, 2017

Voor eerder verschenen uitgaven in de Reeks Karmelitaanse Vorming zie:
<http://www.nederlandscarmelitaansinstituut.nl/> Vervolgens op 'Teksten'.

VOORWOORD

Deze uitgave van de Reeks Karmelitaanse Vorming bevat een bloemlezing met gezegden van een enkele woestijnmoeder en van vele woestijnvaders. Zij zijn verzameld door Rudolf van Dijk O.Carm. in de jaren waarin hij werkte aan het cursusboek bij de Karmelregel, dat in 2004 gepubliceerd is door Rudolf van Dijk en Gerry van der Loop onder de titel *Karmelregel. Een cursusboek in twaalf modules voor gemeenschappelijk en persoonlijk gebruik* (Gent, Carmelitana, 2004). De 24 hoofdstukken van de Karmelregel vormden het selectie criterium voor de gekozen teksten, die bezinningsstof aanreiken voor de persoonlijke toe-eigening van de Karmelregel en gebruikt kunnen worden bij de Regelvieringen. De woestijnvaderteksten laten zich ook gebruiken als suggesties voor bezinning en viering bij de bestudering van de twaalf modules van het cursusboek bij de Regel. Dankzij de redactionele bewerking van Gerry van der Loop is deze postume publicatie mogelijk geworden. In spreuk 313 lezen we:

“Amma Theodora zei een keer: ‘Liefde tot heersen moet een leraar vreemd zijn; hij moet ver zijn van ijdele roem, ver weg van trots; hij mag zich niet uit vleierij tot voorwerp van spot laten maken, niet verblind worden door geschenken, zich niet door eetlust laten overwinnen, zich niet door toorn laten meeslepen. Hij moet daarentegen ruimhartig zijn, fatsoenlijk, bovenal nederig, verstandig en geduldig, meevoelend zijn en liefde voor de ziel hebben’.

Vanuit een liefde voor de ziel zijn deze gezegden vertaald en bewerkt door een leraar, die ons in 2015 ontvallen is. Moge deze bloemlezing de lezer raken tot in de ziel en doen groeien in liefde.

Maria Visitatie, 31 mei 2017

Sanny Bruijns

IN MEMORIAM

Rudolf van Dijk, 14 december 1935 – 22 januari 2015

In groot vertrouwen op God heeft Rudolf afscheid genomen van wie hem lief waren en is hij de stilte van de dood ingegaan. Zonder vrees en in overgave. Volkomen voorbereid. Rudolf was voor ieder die hem ontmoette een broederlijk mens. Enigszins afstandelijk en tegelijk heel nabij. Hij was bescheiden in de omgang met anderen maar bleef heel beslist staan op eigen overtuigingen en principes. Hij maakte zijn roeping als Karmeliet waar door zijn wetenschappelijke bestudering van de Moderne Devotie. In het voetspoor van professor Titus Brandsma. Vanaf 1970 was hij verbonden aan het Titus Brandsma Instituut. De geestelijke weg die de Moderne Devotie voorhield, is een weg van nederigheid en eenvoud, van nuchtere gewoonheid, van eerlijke bezinning op eigen doen en laten. Deze weg heeft Rudolf in vele artikelen en boeken beschreven. In zijn eigen leven heeft hij deze weg begaan. Rudolf was een man van handschriften, van boeken en van taal. Hij had een heldere en keurig verzorgde stijl van schrijven en van spreken. In wetenschappelijke kringen en in bijeenkomsten van parochianen wist hij altijd een aansprekende toon te vinden. Hij zag het als een vorm van pastoraat om zijn kennis door te geven. Vanwege zijn precieze taalvaardigheid werd hij vaak gevraagd om als secretaris op te treden, o.a. tijdens de Provinciale Kapittels van de Orde. Hij deed dit met groot geduld en dienstbaarheid.

Moeiteloos wist Rudolf de spiritualiteit van de Karmel en van de Moderne Devotie te verbinden. Samen met Gerry van der Loop schreef hij een handreiking voor leken om de Regel van Karmel te lezen. Het gespreksmodel van de Collatio, ontleend aan de Moderne Devotie, paste Rudolf toe in bijeenkomsten van Schriftlezing en geloofsgesprek. De pastorale en spirituele intentie van zijn wetenschappelijk werk vond een hoogtepunt in de kritische editie en nieuwe vertaling van de Navolging van Christus. Liever sprak Rudolf van de Uitbeelding van Christus. In de laatste maanden van zijn leven is dit boek hem zozeer tot leidraad geworden dat hij in de aanvaarding van zijn ziekte deze uitbeelding belichaamde. Geloof, hoop en liefde waren in hem afleesbaar. In de 'enigheid' van dit mooie en rijke leven werd Rudolf ten volle een broeder van het 'gemene' leven. Rudolf heeft zijn leven aan God teruggegeven in het vaste geloof het als nieuw te mogen ontvangen.

AOPHTHEGMATA PATRUM

gezegden van de woestijnvaders

VERANTWOORDING

De hier verzamelde teksten stammen uit de traditie van de Egyptische woestijnvaders en -moeders (3^{de}-5^{de} eeuw), die in het zogenaamde *Gerontikon*, de *Apophthegmata Patrum*, verzameld en bewaard gebleven zijn. Het zijn gezegden van of verhalen over monniken en monialen die in de herinnering van hun leerlingen en opvolgers zijn blijven leven en van de ene generatie aan de andere werden doorgegeven. Sommige hebben een anekdotisch karakter; de meeste strekken tot deugd en volharding, zowel van de persoon als van de gemeenschap.

De gezegden van de woestijnvaders kunnen gelezen, overwogen en besproken worden als verheldering of actualisatie van de verschillende paragrafen van de Karmelregel. Deze leefregel (begin 13^{de} eeuw) van de eremieten op de berg Karmel stamt immers uit dezelfde geestelijke traditie, behalve dat zij een aantal eeuwen jonger is. De gebruiksmogelijkheid van de vadergezegden in het kader van de Karmelregel is tevens het criterium dat ten grondslag ligt aan deze selectie van de 1240 woestijnvadersspreuken. Ze kunnen gebruikt worden bij persoonlijke of gemeenschappelijke lezing en bestudering van de Karmelregel. In zekere zin vormen ze een begeleiding bij de literatuur over de Karmelregel, met name bij het boek van Kees Waaijman, *De mystieke ruimte van de Karmel. Een uitleg van de Karmelregel* (Gent, Carmelitana, 2004²).

De spreuken en verhalen zijn gekozen, geordend en vertaald uit B. Miller (ed.), *Weisung der Väter. Apophthegmata Patrum, auch Gerontikon oder Alphabeticum genannt*. Sophia. Quellen östlicher Theologie, VI (Trier, 1998) 295 (Nr. 906). De Nederlandse vertaling is niet gecontroleerd met de Griekse brontekst. Deze is volledig uitgegeven door J.B. Cotelier (Migne, *Patrologia Graeca* 65, 71-440).

Het digitale tekstbestand is op drie manieren toegankelijk gemaakt en kan per kolom geselecteerd en geactiveerd worden:

- 1) in de linker kolom volgens trefwoorden die zoveel mogelijk aan de Karmelregel zijn ontleend,
- 2) in de middelste kolom volgens de genummerde overlevering in het *Gerontikon* zelf,
- 3) in de rechter kolom volgens de genummerde paragrafen van de Karmelregel.

Het gedrukte tekstbestand in deze aflevering van de *Reeks Karmelitaanse Vorming* kan uiteraard slechts op één manier geordend worden. Ik heb gekozen voor een ordening naar de genummerde gezegden in het *Gerontikon* zelf. Twee afzonderlijke indices geven toegang tot deze teksten: een trefwoordenindex op basis van sleutelwoorden in de Karmelregel en een lijst van paragraafnummers van de Karmelregel die verwijzen naar de genummerde gezegden.

1. TOELICHTING BIJ BEGRIPPEN

Abbas. De termen *abbas*, *oudvader*, *vader*, *grijsaard*, *oude* zijn variante namen voor de beproefde, van geest vervulde, meestal (niet altijd) wat oudere kluizenaar en monnik, die door grote ascese en wijsheid opvalt. In de Egyptische en Syrische woestijnen leefden kluizenaars en monniken alleen of in kleine groepen. De *abbas* is niet identiek aan de latere *abt*, waaronder wij een kloosteroverste verstaan. Hun genealogie wordt bepaald door het leerlingschap: iedere oudvader heeft een of meer leerlingen (gehad). De relatie *abbas* – *leerling* wordt gekenmerkt door het woord dat de wijze *abbas* spreekt tot zijn ootmoedige *leerling*, die openstaat voor het heil van Christus. In deze relatie is de *abbas* zowel de *vader* (die een zoon heeft) als de *meester* (die een leerling heeft). Vaak waren de leerlingen van een oudvader tevens zijn *dienaren*, waardoor de *abbas* binnen zijn groep tevens een *pater familias* (familievader) was. De beroemdste oudvader was Antonios de Grote (251-356).

Amma. De vrouwelijke vorm van *abbas* is *amma*, *oudmoeder*, *moeder*, *meesteres*. Zo worden vooral woestijnmoeders betiteld die als geïnspireerde eremietessen bekend staan. De *amma* is niet identiek aan de latere *abdis*, waaronder wij een kloosteroverste verstaan. Er zijn slechts weinig gezegden van woestijnmoeders bekend. Waarschijnlijk zijn er meer vrouwen geweest die voor hun geestelijke weg de woestijn zochten dan men gewoonlijk denkt. Zie verder: Abbas.

Cel. Het woord *kellion* (cel) wijst op een natuurlijke holte of een eenvoudige hut, soms onderverdeeld in woon-, werk- en gebedsruimte, zeker wanneer enkele kluizenaars één *kellion* bewonen. Het geheel was gewoonlijk omgeven met een heg of erfscheiding, soms met bomen en een veldje. Water was schaars en moest meestal van ver gehaald worden.

Euchieten. Sekte van monniken in Syrië en Mesopotamië, die er een spiritualiteit van manicheïsch dualisme op na hielden. Ook Messalianen genoemd. Om de duivel te bezweren propageerden zij onophoudelijk gebed. Zij verwierpen het vasten, de sacramenten, uiterlijke eredienst, alle arbeid. Hun doel was vereniging met God door genade in een haalbare ervaring. Wie dit bereikt had, kon niet meer zondigen.

Klooster. Het woord *koinobion*, *cenobium* (klooster) wijst op een geordende samenleving van (veel) meer monniken dan in één *kellion* en levend volgens een regel. Pachomius (ca. 290-346), die zelf eerst eremiet was, geldt als de voornaamste regelgever en kloosterstichter. Hij gaf definitief richting aan de ontwikkeling van een kloosterregel, nadat vóór hem al veel initiatieven daartoe genomen waren. Doorslaggevend voor een gemeenschapsleven is volgens hem de naastenliefde, die de monnik in staat stelt zich te oefenen in onteigening. Het pachomitisch klooster bestond gewoonlijk uit een samenstel van ongeveer twaalf huizen, waarin telkens drie monniken met eenzelfde beroep leefden. De twaalf huizen hadden een gemeenschappelijke eetruimte. De liturgie en de getijden, evenals de werktijden en de diensten werden gemeenschappelijk verricht. Een pachomitisch klooster week nog sterk af van de latere kloosters in het christelijk oosten, die steunen op de regel van Basilius de Grote (330-379), die eerst monnik, toen priester en ten slotte bisschop werd. Van hem afhankelijk was Benedictus van Nursia (ca. 480-547?), die de grondslag legde voor de kloosters in het christelijk westen.

Oudvader. Zie: Abbas.

Sketis. Het voornaamste van de drie hoofdgebieden waar eremieten hun nederzettingen hadden. De precieze ligging is niet bekend. Men neemt meestal aan dat de Sketis (Skite) zich uitstreckte ten zuiden van het Natrondal, dat ongeveer 65 tot 100 km ten zuiden van Alexandrië van het zuidoosten naar het noordwesten loopt.

Woestijn. Geografisch bepaald gebied, waar christenen heen trokken, die sinds de beëindiging van de kerkvervolgingen in de eerste drie eeuwen (edict van Milaan 311) weerstand boden aan de groeiende invloed van de 'wereld' op het christelijk leven en een zuiver evangelisch leven wilden leiden. Het begrip is rijk geladen met tal van bijbelse en andere noties: oord voor het verbond van Jahwe met het Godsvolk, oord van de uittocht naar

het beloofde land, oord van beproeving en Godswonder, oord van geestelijke vernieuwers als de Essenen en anderen, oord van Johannes de Doper, oord van Gods nabijheid, oord van Christusnavolging, symbool van de mens als pelgrim, plaats van de demonen. De Karmel roept bovendien de traditie op van de profeet Elia, 'vader en leider', van Maria, 'moeder en zuster'.

Woord. Het *woord* (*uitspraak, vaderspreuk, spreuk, gezegde*) is het gemeenschappelijk bezit van abbas en leerling. De leerling vraagt erom, de abbas geeft het hem. Geen abbas spreekt een woord zonder verzoek ertoe. Het gevraagde woord voorziet in een concrete behoefte: een vraag die leeft, een probleem dat kwelt, een zorg die knaagt. Het *woord* is kenmerkend voor het verkeer tussen *anachoreten* (kluizenaars). Kenmerkend voor het verkeer tussen *coenobieten* (in gemeenschap levende monniken) is de *regel*. Deze ligt aan de gemeenschap ten gronde en bepaalt in grote lijnen structuur en inrichting van de gemeenschap.

2. TOELICHTING BIJ NAMEN

Achilas. Tijdgenoot van Ammoës, leefde in de Skite.

Agathon. Leefde eerst in de Nitrische woestijn als gezelschap van abbas Ammun, later in de Skite.

Alonios. Leefde ten tijde van Arsenios en Agathon.

Ammonas. Leerling en opvolger van Antonios de Grote. Leefde veertien jaar in de Skite en werd toen bisschop.

Amun. Stichter van het monnikendorp in de Nitrische woestijn. Zoon van welvarende ouders uit Alexandrië, huwde na de dood van zijn ouders op verzoek van zijn oom, trok zich echter achttien jaar later met haar instemming in de eenzaamheid terug. Zijn voorbeeldig leven trok veel leerlingen. De nederzettingen in het Natrondal groeiden uit tot 3000 tot 5000 monniken. Hij werd zeer geacht door Antonios, die hem soms kwam bezoeken, ondanks de lange afstand (dertien dagreizen).

Antonios. Leefde 251-356. Vader van de monniken, in de Kerk van het Oosten 'Ster van de woestijn' genoemd. Stamde uit een welvarende christenfamilie te Kome (Middenegypte). Erfde na de dood van zijn ouders (ca. 270) 300 ha land en de zorg voor zijn zus. Werde tijdens een zondagsviering door het evangelie van de rijke jongeling geraakt, gaf onmiddellijk al zijn rijkdom op, bracht zijn zus naar een klooster en begon aan de rand van zijn dorp een kluizenaarsleven. Trok spoedig naar de Lybische woestijn, daarna de Nijl over naar de berg Kolzim in totale eenzaamheid. Was voor velen een vraagbaak, persoonlijk en schriftelijk, en mengde zich soms op verzoek van zijn vriend Athanasios in geschillen in Alexandrië. Trok tal van leerlingen aan. Stierf op 105-jarige leeftijd. Zijn opvolger werd Ammonas.

Anub. Leefde in de Skite, later in de woestijn Terenuthis en stierf rond 460.

Apollo. Herder die na een ernstig misdrijf monnik in de Skite werd om te boeten.

Arsenios. Leefde 354-445. Stamde uit een Romeinse senatorenfamilie. Door paus Damasus I diaken gewijd. Door keizer Theodosius als opvoeder van zijn zoons Arcadius en Honorius naar Constantinopel geroepen (383). Sinds 395 kluizenaar in de Lybische woestijn, vanaf 410 in de Skite, dan tien jaar in Trope bij Memphis, drie jaar in grote eenzaamheid in Konopos bij Alexandrië, ten slotte weer in Troe, waar hij stierf.

Cassianus. Omstreeks 360 in Skythië, Skythopolis of Zuid-Gallië geboren. Na een goede vorming op jeugdige leeftijd monnik in Bethlehem geworden, kreeg Johannes Cassianus rond 385 verlof de Egyptische kloosters te bezoeken. De eerste zeven jaar bezocht hij vooral de kloosters en kluizenarijen in de Nijldelta. Daarna maakte hij een reis van zeven jaar naar de Skite. Na 400 verbleef hij bij Johannes Chrysostomus, die hem diaken wijdde en hem als

zijn zaakgelastigde naar Rome stuurde. Daarop stichtte Cassianus bij Marseille een mannen- en een vrouwenklooster. In zijn klooster stierf hij in 435. Zijn ervaringen met de Egyptische monniken stelde hij te boek in *Institutiones* en in *Collationes*. Beide boeken zijn onmisbare schakels tussen het oosterse en het westerse monnikendom.

Daniël. Leerling van Arsenios in de Skite.

Dulas. Leerling van Besarion (4^{de} eeuw) in de Skite.

Epiphanius. Leefde 315-403. Was bisschop van Cyprus (Salamis). Leefde eerst als asceet in de Egyptische woestijn, stichtte later bij zijn geboortestad Eleutheropolis in Palestina een klooster, dat hij dertig jaar leidde. Ook als bisschop bleef hij zijn monastieke levenswijze trouw. Mengde zich in veel dogmatische en hiërarchische geschillen. Was tegen de iconenverering, omdat daaruit gemakkelijk afgoderij voortvloeit. Als weinig speculatief en te impulsief en fanatiek werd hij herhaaldelijk door Athanasios tot matiging gemaand.

Efraem. Uit Syrië, diaken, hymnendichter, beroemde exegeet, redenaar en leraar in zijn geboortestad Nisibis en sinds 365 in Edessa. Heeft in het Oosten de bijnaam 'citer van de Heilige Geest'. Hij staat buiten de theologische traditie van zijn Griekse tijdgenoten en vertegenwoordigt een oudere leer, waarvan de waardering nog in de kinderschoenen staat. Hij genoot grote achting en stierf in 373.

Eulogios. Leefde in de 4^{de} eeuw, ten tijde van abbas Joseph in Panepho en Antonios de Grote.

Evagrius van Pontus. Leefde 345-400. Leerling van Makarios de Grote, kopiist en auteur van talrijke theologische boeken. Werd door Basilius de Grote tot lector en door Gregorius van Nazianze tot diaken gewijd. Nam deel aan het eerste concilie van Constantinopel (381), reisde in 382 naar Jeruzalem, waar hij als monnik twee jaar doorbracht in de Nitrische woestijn en daarna tot zijn dood in cellen woonde. Van zijn geschriften zijn alleen een monniken- en een nonnenspiegel bewaard gebleven.

Isaak. Priester in de kellia. Leefde na Pambo, leerling van Kronios en Theodoros van Pherme. Leefde eerst bijna dertig jaar als kluisenaar, dan als overste van een grote monnikengemeenschap die de verzorging van reizigers op zich genomen had.

Isidoros. Priester-eremiet, een van de grootsten in de Skite.

Isidoros van Pelusium. Leefde 370-440. Geboortige alexandrijn, krachtige en onafhankelijke geest, die in enkele duizenden brieven allerlei zaken behandelde en zonder aanzien des persoons tijdgenoten aanpakte. Voor velen een steen des aanstoets, voor anderen een ware vriend.

Jesaja. Leerling van Makarios (4^{de} eeuw). Van hem is in apophthegma 248-252 sprake. Een andere Jesaja was eremiet in Gaza (gestorven 488), auteur van verschillende ascetische werken. Over hem handelt apophthegma 256.

Johannes Cassianus. Zie Cassianus.

Johannes Kolobos. Een van de belangrijkste woestijnvaders, stierf vóór 450. Werd 'de kleine' (*kolobos*) genoemd of 'de thebaan'. Was leerling van Ammoes, die hij twaalf jaar verzorgde. Later ontwikkelde zich om heen een grote monnikengemeenschap, waarin hij ook Arsenios opnam.

Joseph in Panepho. Tijdgenoot van Antonios, dus eerste helft 4^{de} eeuw.

Kronios. Een van de vroegste woestijnvaders. Diende Antonios als vertaler Grieks, leefde later in Nitria en werd leraar van Isaak, de priester in de kellia.

Macarios. Kameeldrijver uit Egypte, werd na de dood van zijn ouders en zijn echtgenote op dertigjarige leeftijd kluisenaar gedurende nog zestig jaren. Een van de grootste woestijnvaders, bekend bij Antonios en Pambo. Organiseerde het Skitische monnikenwezen. Was lange tijd diaken, voordat hij in 340 priester werd. Stierf rond 390.

Matoe. Leefde in de eerste helft van de 5^{de} eeuw in Raithu op het schiereiland Sina, maar had ook contact met de Skite.

Mozes. Etiopische slaaf, wegens diefstal door zijn heer ontslagen. Daarna roverhoofdman. Na zijn bekering werd hij om zijn deemoed een algemeen geachte monnik, die bleef lijden onder verleidingen en om zijn huidskleur vaak uitgescholden werd. Hij was een leerling van de priester Isidorus. Bij de verwoesting van de Skite (na 410) werd hij vermoord, 75 jaar oud.

Nisteroos. * Nisteroos Koinobites

Paphnutius. Afkomstig uit de Thebaïsche woestijn, waar hij in een ascetengemeenschap werd opgevoed en later bisschop werd. Hij werd door het voorbeeld van Antonius monnik. Hij leefde eerst een tijd in een klooster, alvorens kluizenaar in de Skite te worden. In 373 werd hij de opvolger van Isidorus, de vader van de Skite. Doordat ook andere eremieten de dezelfde naam droegen, heeft er ten dele persoonsverwisseling plaats gevonden. Paphnutius was als bisschop bij het concilie van Nicea betrokken. Hij was een voorstander van het celibaat voor reeds gewijde priesters. Vooral in de Latijnse traditie van de *Vaderspreuken* speelt hij een grote rol.

Silvanos. Beroemde leerling van Isidoros en leermeester van Marcos, Zacharias, Zenon en Netras; leefde ten tijde van Mozes vooral in de Skite, maar kwam op trektocht tot in Syrië.

Theodora. Woestijnmoeder, leefde in de tijd van patriarch Theophilos van Alexandrië, dus eind 4^{de} eeuw.

Theodoros van Pherme. Tijdgenoot van Arsenios, leefde na de inval van de barbaren in de Skite (ca. 410) in Pherme, waarschijnlijk een wilde berg op een plek die al vroeg niet meer precies te localiseren was. Misschien is het Pharan bij Jeruzalem, waar rond 650 een zekere bisschop Theodoros stierf.

Theophilos. Aartsbisschop van Alexandrië, patriarch (385-412), oom en voorganger van Cyrillos. Hij stond bekend als hard, lomp en fanatiek. Was eerst aanhanger van Origenes, stapte later naar het andere kamp over en vervolgde zijn tegenstanders, onder wie Chrysostomos, ongenadig.

Zenon. Leefde in de 4^{de} eeuw in de Skite, was leerling van Silvanos, ondernam een reis naar Palestina. Van hem is in het apophthegma sprake. Een andere Zenon was eremiet in de buurt van Antiochië (350-419), leerling van Basilios de Grote, officier aan het keizerlijk hof. Hij leefde veertig jaar op water en brood, had verschillende boeken in zijn grot en werd door de omgeving hoog vereerd.

3. TEKSTEN VAN DE WOESTIJNVADERS

Trefwoord	Tekst	Regel
Bidden zonder ophouden	0001. Toen oudvader Antonios eens in een neerslachtige stemming en met sombere gedachten in de woestijn zat, zei hij tot God: 'Heer, ik wil gered worden, maar mijn gedachten laten het niet toe. Wat moet ik in deze benauwdheid van mij doen? Hoe kan ik het heil verwerven?' Spoedig daarop kwam hij overeind en ging naar buiten en zag iemand die op hem leek. Hij zat daar te werken, stond van zijn werk op en bad, ging weer zitten en vlocht een touw, stond weer op om te bidden; en zie, het was een engel van de Heer die gezonden was om Antonios onderricht en zekerheid te geven. En hij hoorde de engel zeggen: 'Doe zo, en je zult het heil verwerven'. Toen hij dat hoorde, werd hij met grote vreugde en moed vervuld, en door zo te doen vond hij redding.	10
Waakzaamheid	0002. Dezelfde Antonios richtte zijn blik in de diepte van Gods raadsbesluiten en stelde de vraag: 'Heer, hoe komt het dat sommigen na een kort leven sterven, anderen echter een hoge leeftijd bereiken? En waarom lijden sommigen gebrek, terwijl anderen rijk zijn? Waarom zwelgen de onrechtvaardigen in rijkdom en verkeren de rechtvaardigen in armoede?' Toen kwam een stem tot hem, die sprak: 'Antonios, let op jezelf; want dat zijn beschikkingen van God en het *frommt je niet ze te onderzoeken'.	
Blijven in je cel	0003. Iemand vroeg oudvader Antonios wat hij doen moest om God te behagen. De oude gaf hem het volgende antwoord: 'Volg na wat ik je opdraag! (1) Waar je ook heengaat, houd overal God voor ogen. (2) Wat je ook doet of wat je ook zegt, zoek voor alles een bewijs in de heilige Schriften. (3) Als je je op een bepaalde plaats vestigt, ga er dan niet gemakkelijk weg. Houd deze drie dingen voor ogen, en je zult het heil vinden'.	10
Beproeving	0005. Dezelfde [oudvader Antonios] zei: 'Niemand kan zonder beproeving het Rijk der hemelen binnengaan. Neem de beproevingen weg, en er is geen die redding vindt'.	18
Deemoed	0007. Uitspraak van oudvader Antonios: 'Ik zag alle strikken van de vijand over de aarde verspreid. Toen zuchtte ik en sprak: wie kan ze dan nog ontlopen? en ik hoorde hoe een stem tot mij zei: de deemoed!	18
Onderscheiding	0008. Ook zei hij [oudvader Antonios]: 'Er zijn er die hun lijf met boeteoefeningen opengereten hebben. Daar zij echter de gave der onderscheiding niet hadden, hebben zij zich van God ver verwijderd'.	24
Broederlijk gesprek Naaste	0009. Een andere keer zei hij [oudvader Antonios]: 'Van onze naaste vallen ons leven en dood toe. Winnen wij namelijk onze broeder, dan winnen wij God. Geven wij daarentegen onze broeder ergernis, dan zondigen wij tegen Christus'.	15
Blijven in je cel	0010. Ook zei hij [oudvader Antonios]: 'Wanneer vissen op het droge blijven liggen, is het met hen afgelopen. Zo ook monniken. Vertoeven ze buiten hun cel of geven ze zich met wereldse mensen af, dan onttrekken ze zich aan de stroom van de beschouwing. Zoals dus een vis zich in het water terugtrekt, moeten wij ons in onze cel terugtrekken, om niet door verblijf erbuiten de bewaring van het innerlijk te vergeten'.	10
Innerlijke vrede	0011. Nog zei hij [oudvader Antonios]: 'Wie in de woestijn zit en de rust van het hart koestert, wordt aan drievoudige strijd ontrukkt: horen, spreken en zien. Hij heeft nog maar één strijd te leveren: die tegen de onzuiverheid'.	
Broederlijk gesprek Onderscheiding Naaste	0013. Iemand maakte in de woestijn jacht op wilde dieren. Hij zag hoe oudvader Antonios met de broeders verstrooiing zocht, en nam er aanstoot aan. Daar de oude hem duidelijk wilde maken dat men van tijd tot tijd de broeders moet tegemoetkomen, sprak hij tot hem: 'Leg een pijl op de boog en span!' Dat deed hij. Toen zei hij tot hem: 'Span nog meer!' en hij spande. Nog eens beval hij hem: 'Span!' Daarop antwoordde de jager hem: 'Wanneer ik bovenmatig span, dan breekt de boog'. Toen legde de oude hem uit: 'Zo is het ook met het werk van God. Wanneer wij de broeders bovenmatig vermoeien, geven zij gauw de moed op. Men moet dus de broeders af en toe tegemoetkomen'. Toen de jager dat hoorde, keerde hij in zichzelf en met veel	15

	profijt nam hij van de oudvader afscheid. De broeders echter keerden gesterkt naar hun plaats terug.	
Rechtzetting	0021. Een broeder in het klooster van abbas Elias overkwam een bekoering. Daarop werd hij daar weggejaagd en kwam de berg [Kolzim] op bij oudvader Antonios. Daar bleef de broeder enige tijd. Dan stuurde Antonios hem terug naar het klooster waar hij vandaan was gekomen. Toen zij hem zagen, verdreven ze hem opnieuw. Toen keerde hij terug naar de oudvader en zei: 'Vader, ze willen me niet meer opnemen'. Toen zond Antonios hun een boodschap met deze inhoud: 'Een schip leed op zee schipbreuk, verloor zijn vracht en werd met moeite aan land gezet. Jullie echter willen wat behouden aan land gebracht is, in zee dumpen'. Toen zij beseften dat oudvader Antonios hem stuurde, namen zij hem onmiddellijk weer op.	15
Leken	0024. Antonios kreeg in de woestijn een openbaring: 'In de stad is iemand die op jou lijkt, van beroep een arts. Zijn overvloed geeft hij aan de armen weg en de hele dag zingt hij met de engelen het 'Heilig, heilig, heilig' (Js 6).	02
Broeder B.	0031. Eens ontving Antonios een schrijven van keizer Constantijn met een oproep om naar Constantinopel te komen, en hij overlegde wat hij zou doen. Hij vroeg nu aan oudvader Paulos, zijn leerling: 'Moet ik gaan?' Deze antwoordde hem: 'Wanneer je gaat, zul je Antonios heten, wanneer je niet gaat: oudvader Antonios'.	22
Plaats	0034. Oudvader Antonios kwam eens naar oudvader Ammun op de berg Nitria, en toen ze bijeenzaten, zei tot hem oudvader Ammun: 'Nu door jouw gebeden de broeders zo in aantal zijn toegenomen, verlangen enkelen van hen cellen ver van de anderen op te richten om in rust te kunnen leven. Hoe groot moet naar jouw aanwijzing de afstand van deze cellen tot de plaats hier zijn?' De ander antwoordde: 'Laten wij omstreeks het negende uur eten, dan gaan wij naar buiten, doorkruisen de woestijn en bekijken de plaats'. Zo trokken zij dan door de woestijn tot aan zonsondergang. En oudvader Antonios sprak: 'Hier doen wij een gebed en dan richten wij hier een kruis op'. Dan kunnen diegenen hier blijven die zich willen vestigen. Wanneer de monniken van daar hen hier willen bezoeken, dan kunnen ze na een kleine hap tot het negende uur hierheen komen en diegenen die van hieruit weg willen gaan, kunnen hetzelfde doen en zo kunnen zij zonder verstrooiing in de beschouwing volharden bij hun wederzijds bezoek. De afstand bedraagt twaalf mijl'.	05
Broederlijk gesprek	0044. Eens vroeg oudvader Arsenios een Egyptische oude over zijn eigen gedachten. Een ander, die het zag, zei tot hem: 'Oudvader Arsenios, terwijl je beschikt over een zo grote Griekse en Romeinse vorming, hoe kun je toch deze boer over zijn gedachten ondervragen?' Hij echter antwoordde hem: 'Die Romeinse en Griekse vorming heb ik in mij, maar het alfabet van deze boer heb ik nog niet geleerd'.	15
Blijven in je cel Naaste	0049. Iemand zei tegen oudvader Arsenios: 'Mijn gedachten kwellen mij, door mij voor te houden: Jij kunt niet vasten en ook niet werken, bezoek dan minstens de zieken, want ook dat is liefde'. De oude echter, die het zaad van de demonen kende, zei tot hem: 'Ga en eet, drink, slaap en werk niet, alleen: verlaat je cel niet!' Hij wist namelijk, dat het volharden in de cel de monnik in zijn juiste positie brengt.	10
Gast zijn Innerlijke rust	0050. Oudvader Arsenios placht te zeggen: 'Een vreemde monnik moet zich in een vreemd land nergens in mengen; zo zal hij rust hebben'.	17
Gemeenschappelijk bezit	0054. De ouden vertelden: 'Eens werden voor de Skite een paar vijgen cadeau gedaan. Omdat het zo goed als niets was, brachten ze er oudvader Arsenios niets van, opdat hij het niet als belediging zou opvatten. Toen de oude ervan hoorde, kwam hij niet naar de bijeenkomst, met als verklaring: 'Jullie hebben mij uitgesloten bij de verdeling van de liefdesgave die God de broeders gestuurd had, en ik was niet waardig ze te ontvangen'. Allen die dat hoorden, waren gesticht door de deemoed van de oude. Toen ging de priester naar buiten, bracht hem de vijgen en leidde hem met vreugde de bijeenkomst binnen.	12
Bidden zonder ophouden	0065. Een broeder kwam in de cel van oudvader Arsenios in de Skite, keek langs de deur naar binnen en ontwaarde de oude, helemaal als vuur.	10

	Want de broeder was waardig om het te zien. Toen hij dan aanklopte, kwam de oude naar buiten en zag hoe de broeder door verwondering gegrepen was. En hij sprak tot hem: 'Sta je al lang te kloppen? Je hebt hier toch niets gezien?' Hij antwoordde: 'Nee'. Toen onderhield hij [Arsenius] zich met hem, en liet hem gaan.	
Waken	0068. Er werd over hem [abbas Arsenios] ook het volgende verteld. Zaterdagavond laat, wanneer de dag des Heren aanbreekt, liet hij de zon achter zich, strekte zijn handen ten hemel en bad, tot de zon hem weer in het gezicht scheen; dan pas ging hij zitten.	10
Onderscheiding	0074. Men vertelde van oudvader Arsenios: Toen hij eens in de Skite ziek werd, kwam de priester, bracht hem naar de kerk, maakte hem een bed op een tapijt en legde een kussentje onder zijn nek. Zie, daar kwam een van de ouden om hem te bezoeken, en zoals hij hem op het tapijt zag liggen met het kussen eronder, ergerde hij zich en zei: 'Dat is dus de oudvader Arsenios! En daar ligt hij op!' Toen nam de priester hem terzijde en vroeg hem: 'Waar hield je je in jouw dorp mee bezig?' Hij antwoordde: 'Ik was herder'. 'En hoe bracht je je leven door?' 'In grote ellende!' En hij zei verder tot hem: 'En hoe leef je nu in de cel?' 'Ik heb het nu wat gemakkelijker'. Toen zei de priester tot hem: 'Zie je daar oudvader Arsenios? Vader van keizers was hij, toen hij nog in de wereld was, duizenden dienaren stonden om hem heen met gouden gordels, en allen droegen *Geschmeide en zijden gewaden. Kostbare tapijten lager er onder hem. Maar jij was herder. Jij had in de wereld niet het gemak dat je nu hebt. Arsenios heeft echter de overvloed die hij in de wereld had, hier niet. Kijk, jij hebt nu rust, hij wordt gekweld'. Toen de broeder dat hoorde, keerde hij in zichzelf, wierp zich op de grond en zei: 'Vergeef mij, vader! Ik heb gezondigd. Waarlijk, dat is de juiste weg omdat hij tot deemoed kwam, ik daarentegen tot gemak'. En met veel winst ging de oude heen.	
Stilte en werk	0076. Van een broeder die in de Skite gekomen was om oudvader Arsenios te zien, vertelde men dat hij in de vergadering was gekomen en de clerici om een ontmoeting met Arsenios gevraagd had. Zij zeiden hem: 'Eet een beetje, dan kun je hem zien'. Hij echter wierp tegen: 'Ik gebruik niets voordat ik met hem samen ben'. Zij gaven hem dan een broeder mee, die hem zou brengen, want zijn cel lag ver weg. Ze klopten op de deur, traden binnen, begroetten de oude, gingen zitten en volhardden in stilzwijgen. Toen nam die broeder van de kerk het woord: 'Ik ga ervandoor, bid voor mij'. De vreemde broeder vond niet de moed om met de oude te praten; daarom zei hij tot de broeder: 'Ook ik ga met je mee'. Beiden gingen tegelijk naar buiten. Hij verzocht dan: 'Breng mij naar oudvader Mozes, de vroegere rover'. Ze kwamen bij hem en hij liet hen met vreugde binnen. Nadat hij hun alle gastvrijheid verleend had, liet hij hen gaan. De broeder die de leiding had, zei tot de vreemdeling: 'Kijk, nu heb ik je bij deze vreemdeling gebracht en bij een Egyptenaar. Wie van beiden is je het best bevallen?' Hij antwoordde: 'Tot nu toe is de Egyptenaar mij beter bevallen'. Toen een van de vaders dit hoorde, smeekte hij God: 'Heer, verklaar mij dit: de een ontvlucht (de mensen) omwille van jouw naam, de ander omarmt (hen) omwille van jouw naam'. En zie, er werden hem twee grote schepen op de rivier getoond. Hij ontwaarde oudvader Arsenios, die met Gods Geest in eenstemmige rust voer. In het andere schip echter voeren oudvader Mozes en de engelen van de Heer en zij laafden hem met honing uit de raat.	21
Sterven	0078. Toen oudvader Arsenios op sterven lag, raakte zijn leerlingen in onrust. En hij sprak tot hen: 'Nog is het uur niet gekomen. Als het zover is, zal ik het jullie aankondigen. Ik zal echter met jullie veroordeeld worden voor de rechterstoel van de Ontzaglijke, wanneer jullie mijn lijk aan iemand overdragen'. Zij wierpen tegen: 'Wat moeten wij dan doen, want van begrafenissen hebben wij geen verstand?' De oude antwoordde hun: 'Kunnen jullie dat niet, aan mijn voet een touw binden en mij de berg optrekken?' Hij placht echter te zeggen: 'Waarom ben je heengegaan (uit de wereld)? Wanneer ik sprak, moest ik het vaak betreuren; wanneer ik zweeg, nooit'. Toen hij vlak voor de dood stond, bemerkten de broeders dat hij woende. Toen zeiden ze tot hem: 'Waarachtig, vader, ben ook jij bevreesd?'	

	Hij antwoordde hun: 'In waarheid: de vrees die in dit uur in mij is, zit in mij sinds ik monnik geworden ben'. En zo ontsliep hij.	
Roeping	0082. Eens kwamen ouden bij oudvader Arsenios en vroegen hem met klem om een ontmoeting. En hij liet hen binnen. Zij vroegen hem om een woord over de contemplatieven, die niemand willen ontmoeten. Toen gaf hij hun de volgende les. 'Zolang het meisje bij vader in huis is, willen velen haar winnen. Heeft zij echter een man genomen, dan bevalt zij niet meer aan allen. Sommigen kleineren haar, anderen loven haar, en zij is niet meer zo geëerd als vroeger, toen zij verborgen was. Zo is het ook met het innerlijk: wordt het in de publiciteit gebracht, dan kan het niet iedereen overtuigen'.	02
Novice	0083. Oudvader Petros uit de school van oudvader Lot vertelde: 'Ik was een keer in de cel van oudvader Agathon. Er kwam een broeder bij hem, die zei: Ik wil graag bij de broeders komen wonen, vertel mij hoe ik met hen moet leven. De oudvader maakte hem duidelijk: Net als op de eerste dag, als je bij hen komt, moet je alle dagen van je leven de houding van de vreemdeling bewaren, om niet te vertrouwelijk met hen te worden. Toen zei oudvader Makarios hem: Wat is dan het gevolg van vertrouwelijkheid? De oude wierp op: Vertrauwelijkheid lijkt op een geweldige vuurstorm. Wanneer die uitbreekt, vluchten ze allemaal voor zijn aanblik. De vrucht van de bomen vernietigt hij. Oudvader Makarios gaf ten antwoord: Zo slecht is dus vertrouwelijkheid. En oudvader Agathon voegde eraan toe: Geen passie is erger dan vertrouwelijkheid. Ja, zij is de bakermat van alle passies. De ware werker past het niet vertrouwelijk te zijn, ook niet wanneer hij helemaal alleen is in zijn cel. Ik heb een broeder gekend, die lange tijd in zijn cel leefde en een rustbed bezat. Deze zei: Ik zou uit de cel vertrokken zijn zonder te weten van het rustbed, als een ander er mij niet over gesproken had. – Dat is pas een echte werker en vechtjas'.	09
Onderscheiding	0087. Men vertelde over oudvader Agathon het volgende. Er kwamen eens enkelen bij hem, omdat zij gehoord hadden dat hij een grote gave van onderscheiding bezat. Zij wilden hem daarom op de proef stellen, of hij boos zou worden, en zeiden tot hem: 'Ben jij Agathon? Wij hebben over jou gehoord dat je een boeleerder bent en een trots mens!' Hij antwoordde: 'Ja, zo is het!' Verder zeiden zij tot hem: 'Jij bent Agathon, de kletskaus en kwaadspreker?' Hij antwoordde: 'Dat ben ik!' Opnieuw zeiden zij hem: 'Jij bent Agathon, de ketter?' Toen wierp hij tegen: 'Een ketter ben ik niet!' Zij drongen op hem aan en vroegen: 'Zeg ons, hoe komt dat: wij zeiden allerlei dingen, en jij accepteerde ze. Maar van de laatste beschuldiging was je toch niet gediend'. Hij legde hun uit waarom: 'Wat jullie daarvoor zeiden, schrijf ik mijzelf toe, want dat is nuttig voor mijn ziel. Maar ketter! – dat is scheiding van God, en ik wil niet van God gescheiden zijn'. Toen zij dat hoorden, verbaasden zij zich over zijn gave van onderscheiding en gesticht gingen zij weg.	24
Plaats	0088. Men vertelde over oudvader Agathon het volgende. Lange tijd was hij doende met de hulp van zijn leerlingen een cel op te richten. Toen zij de cel gereed hadden, waren zij voornemens er voortaan in te wonen. Maar al in de eerste week bemerkte hij iets dat hem niet bevorderlijk voorkwam. Daarom sprak hij tot de leerlingen: 'Vooruit, laten wij hier weggaan!' Zij raakten erg in verwarring en spraken: 'Wanneer jij al van plan was weg te gaan, waarom hebben wij ons dan zoveel moeite getroost om de cel te bouwen?' Nu zullen de mensen aanstoot aan ons nemen en zeggen: Kijk, nou zijn ze er weer vandoor, de ongedurigen!' Toen hij zag dat zij kleinmoedig waren, sprak hij tot hen: 'Ook al ergeren zich sommigen, anderen daarentegen zullen gesticht zijn en zeggen: Zalige zulke mensen, die om Gods wil weggingen en alles geringachtten. Trouwens, wie mee wil komen, laat hij het doen – ik ga'. Toen wierpen zij zich op de grond en smeekten zo lang tot hij ermee instemde hen met zich mee te laten gaan.	05
Waakzaamheid	0090. Oudvader Agathon kreeg een keer de vraag te beantwoorden wat waardevoller is: lichamelijke inspanning of bewaring van het innerlijk. De oude antwoordde: 'De mens lijkt op een boom. Lichamelijke inspanning, dat zijn de bladeren; waakzaamheid over het innerlijk, dat is de vrucht.'	18

	Naar wat geschreven staat: Elke boom die geen goede vrucht draagt, zal omgehakt worden (Mt 3,10), is het duidelijk dat al onze moeite zich op de vrucht moet richten, dat is op bewaring van de geest. Maar ook de bescherming door de bladeren is nodig, en een mooi uiterlijk – dat is lichamelijke inspanning’.	
Bidden	0091. Eens stelden de broeders hem [oudvader Agathon] de volgende vraag: ‘Welke deugd vergt in het devote verkeer de grootste inspanning?’ Hij gaf hun ten antwoord: ‘Vergeef me, maar ik denk, dat niets méér moeite kost dan bidden tot God. Overall waar de mens wil bidden, willen vijanden van zijn heil hem ervan afhouden. Want zij weten dat hen van geen kant méér belemmering dreigt dan van het gebed tot God. Wat voor een levenswandel een mens ook verkiest, wanneer hij daarin [bidden] volhardt, wint hij rust. Bidden echter vereist strijd tot de laatste ademtocht’.	10
Naaste	0099. Dezelfde oudvader Agathon zei: ‘Nooit heb ik een liefdesmaal gegeven. Maar geven en nemen was mijn liefdesmaal, want ik dacht: Mijn broeder winnen is een zaak van vruchten voortbrengen’.	
Vasten	0102. Oudvader Agathon had eens twee leerlingen die in de eenzaamheid woonden. Op een dag vroeg hij de een: ‘Hoe leef jij in je cel?’ Deze antwoordde: ‘Ik vast tot de late avond, dan eet ik twee happen’. Daarop Agathon: ‘Dat is een goede leefwijze en ze kost bijna geen moeite’. Toen vroeg hij de ander: ‘Hoe is het met jou?’ Deze gaf ten antwoord: ‘Ik vast twee dagen en dan eet ik twee happen’. Toen sprak de oude tot hem: ‘Wanneer jij je op deze manier moeite geeft, heb je twee vijanden te verdragen. Wanneer iemand elke dag eet en niet voldaan wordt, kost hem dat moeite. Anders toch is het gesteld met hem die twee dagen wil vasten en dan genoeg eet. Jij echter vast twee dagen en wordt niet voldaan	16
Broederlijk delen Naaste	0107. Toen de broeders over de goddelijke liefde spraken, zei oudvader Jozef: ‘Weten wij eigenlijk wat liefde is?’ En hij vertelde van oudvader Agathon, dat hij een snijmesje had. En er kwam een broeder bij hem, die het prachtig vond. Toen liet hij [Agathon] hem niet gaan voordat hij [de broeder] het snijmesje aangenomen had.	11
Meer uitgeven Naaste	0109. Ook vertelde men over hem [Agathon] het volgende. Hij kwam een keer in de stad om waren te verkopen. Daar vond hij een vreemdeling die op straat gezet was. Hij had de moed laten zakken en niemand trok zich zijn lot aan. Zo bleef dan de oude bij hem, zocht voor hem een huurwoning en betaalde van zijn handwerk de huur, en de rest besteedde hij aan de behoeften van de zieke. Vier maanden bleef hij bij hem, totdat de zieke gezond was. Toen keerde oude in zijn cel terug, in vrede.	24
Waakzaamheid	0111. Men verhaalde van oudvader Agathon dat hij eropuit was ieder gebod te onderhouden. Wanneer hij op een schip stapte, greep hij als eerste het roer, en wanneer broeders bij hem kwamen, dan reikte zijn hand direct na het gebed de gerechten aan. Want hij was vol liefde voor God. Toen hij te sterven kwam, bleef hij drie dagen met open ogen liggen en bewoog zich niet. Toen *zupften de broeders hem aan en vroegen: ‘ Oudvader Agathon, waar ben je?’ Hij antwoordde: ‘Ik sta in het aangezicht van Gods rechterstoel’. Zij zeiden tegen hem: ‘Ben ook jij bevreesd, vader?’ Hij antwoordde hun: ‘Tot nu toe heb ik mijn kracht ingezet om Gods geboden te onderhouden, maar ik ben een mens! Hoe kan ik weten of mijn werken God welgevallig was?’ Toen zeiden de broeders tot hem: ‘Heb je geen vertrouwen op je werk, dat het in de zin van God was?’ De oude gaf ten antwoord: ‘Ik heb geen vertrouwen, totdat ik tegenover God sta. Want Gods gerecht is anders dan dat van de mensen’. Toen zij hem nog iets anders wilden vragen, zei hij tot hen: ‘Doe mij genoegen en spreek niet meer met mij; want ik ben bezet’. Zo werd hij voltooid in vreugde. Zij zagen dat hij zich oprichtte, zoals wanneer iemand zijn vrienden begroet. Hij bezat waakzaamheid in alle opzichten en placht te zeggen: ‘Zonder grote waakzaamheid maakt de mens ook in de deugd geen voortgang’.	
Naaste	0112. Toen oudvader Agathon eens in de stad kwam om kleine vazen te verkopen, trof hij aan de weg een melaatse. Deze vroeg hem waar hij heenging. Oudvader Agathon antwoordde: ‘Naar de stad om *vazen te	24

	<p>verkopen'. Toen sprak hij tot hem: 'Wees zo goed en breng me daarheen'. Hij nam hem op en droeg hem naar de stad. Hij zei tot hem: 'Daar waar je je vazen verkoopt, daar ga ik liggen'. En zo deed Agathon. Nadat hij een vaas verkocht had, vroeg de melaatse hem: 'Voor hoeveel heb je hem verkocht?' Hij antwoordde: 'Voor zo en zoveel'. En de melaatse verzocht hem: 'Koop voor mij een koek'. Die kocht hij. En weer verkocht Agathon een vaas, en de ander vroeg: 'En voor hoeveel die?' 'Voor zoveel...'. En hij sprak tot hem: 'Koop voor mij dat...'. En hij kocht het. Nadat hij alle vazen verkocht had en naar huis wilde gaan, zei de zieke tegen hem: 'Je gaat?' Hij antwoordde: 'Ja'. Toen sprak hij tot hem: 'Doe mij een plezier en breng me weer daarheen waar je me gevonden hebt'. Agathon na, hem op de schouder en bracht hem naar zijn plek. De melaatse echter sprak: 'Gezegend ben jij, Agathon, door de Heer in de hemel en op aarde'. Toen Agathon zijn ogen opsloeg, zag hij niemand. Want het was een engel van de Heer, die gekomen was om hem te beproeven.</p>	
Waakzaamheid	0113. Een broeder verzocht oudvader Ammonas: 'Zeg mij een woord!' En de oude sprak: 'Nu dan, koester dezelfde gedachte als de misdadigers in de gevangenis; want die vragen altijd de mensen waar de rechter is en wanneer hij komt, en van het wachten huilen zij. Zo moet ook de monnik in alles op zijn ziel letten en haar testen door te zeggen: Wee mij, hoe zal ik voor de rechterstoel van Christus standhouden? En hoe zal ik mij voor Hem kunnen rechtvaardigen? Wanneer jij je altijd op deze wijze oefent, kun je gered worden'.	
Stilte om gerechtigheid	0120. Aan deze oudvader Ammonas deed oudvader Antonios de volgende voorspelling: 'Jij bent op weg in de vreze des Heren voortgang te maken'. Hij leidde hem zijn cel uit, toonde hem een steen en zei: 'Scheld deze steen uit en sla erop!' Zo deed Ammonas. En oudvader Antonios sprak tot hem: 'Nou, heeft de steen wat gezegd?' Hij antwoordde: 'Nee!' Oudvader Antonios sprak opnieuw: 'Zo zul ook jij deze graad bereiken!' En dat gebeurde ook. Oudvader Ammonas maakte namelijk zoveel voortgang, dat hij in een overvloed aan goedheid van slechtheid geen weet meer had. Toen hij op deze manier bisschop geworden was, bracht men hem een meisje dat zwanger was. Ze zeiden hem: 'N. heeft dat gedaan, geef hun hun straf!' Ammonas maakte een kruisteken over haar lichaam en gaf opdracht haar zes paar linnen doeken te geven, met als reden: 'Opdat niet, als er een geboorte van komt, zij of het kind sterft en er dan niets voor de begrafenis te vinden is'. Toen zeiden degenen die haar aangeklaagd hadden, tot hem: 'Waarom heb je dat gedaan? Geef hun toch hun straf!' Hij evenwel antwoordde hun: 'Jullie zien toch, broeders, dat zij vlak voor de dood staat, Wat moet ik haar nog aandoen?' En hij liet haar gaan. De oude durfde het niet aan iemand te veroordelen.	21
Liefde als midden	0124. Drie ouden kwamen eens bij oudvader Achilles, van wie er een een slechte naam had. De eerste van de drie ouden zei: 'Vader, maak mij eens een net!' Hij echter antwoordde: 'Dat doe ik niet!' Toen vroeg de andere: 'Doe het uit liefde, opdat wij in onze woning een aandenken aan jou hebben!' Ook hem antwoordde hij: 'Ik heb geen tijd!' Toen sprak tot hem de derde, die met de slechte naam: 'Maak mij een net, opdat ik iets van jouw handen heb!' Onmiddellijk stemde hij [Achilas] in en sprak: 'Ik doe het voor jou!' Toen vroegen de eerste twee ouden hem heimelijk: 'Wij hebben jou zo indringend gevraagd, en jij wilde het ons niet maken. Maar hem heb je gezegd: Voor jou doe ik het!' De oude gaf hun zijn verklaring: 'Ik zei: ik maak het voor jullie niet, en jullie waren daarover niet bedroefd, omdat jullie zagen dat ik geen tijd heb. Maar als ik het ook voor hem hier niet gemaakt had, dan had hij gezegd: Om mijn zonden, waar de oude van gehoord heeft, wil hij het mij niet maken. Op die manier hakken wij meteen de draad af. Dus wekte ik zijn ziel op, om niet in verdriet te verdrinken'.	15
Stilte	0136. Van oudvader Amun werd verteld, dat voor een schepel gerst twee maanden nodig had. Nu kwam hij bij oudvader Poimen en zei tot hem: 'Wanneer ik de cel van mijn buurman binnenga, of mijn buurman op mijn verzoek bij mij komt, dan moeten wij in ons onderhoud op onze hoede zijn, dat er geen werelds geklets tussendoor schiet'. De oudvader antwoordde hem:	21

	'Daar doe je goed aan, want de jeugd heeft de waakzaamheid nodig!' Toen vroeg oudvader Amun hem: 'Wat vonden onze voorvaders hiervan?' En hij legde hem uit: 'De gevorderde vaders hadden op zichzelf niets anders en niets vreemds op de lippen, dat zij daarover hadden kunnen spreken'. 'Wanneer dus de noodzaak bestaat met een medemens te praten', zei oudvader Amun, wat wil je dan: dat het gebeurt met de woorden van de Schrift of met die van de vaders?' De oude antwoordde: 'Wanneer je niet zwijgen kunt, is het beter met de woorden van de vaders te spreken en niet met de Schrift. Want hier loert een niet gering gevaar'.	
Innerlijke rust	0144. Oudvader Alonios zei: 'Wanneer de mens niet in zijn hart zegt: Ik en God zijn alleen in de wereld – dan komt hij niet tot rust'.	
Arbeid	0149. In de cellen leefde ooit een oudvader met de naam Apollo. Als iemand hem voor een of ander werk kwam vragen, kwam hij met vreugde en zei: 'Met Christus heb ik vandaag voor mijn ziel gewerkt. Dat is het loon voor de ziel'.	20
Ingang Naaste	0151. Dezelfde [abbas Apollo] zei over de gastvrije ontvangst van broeders: 'Je moet broeders die komen, te voet vallen, want niet hen, maar God brengen wij eer. Men zegt: Heb je je broeder gezien, dan heb je de Heer, jouw God, gezien. En dat', zei hij, 'van Abraham overgenomen: Wanneer jullie hen ontvangen, nodig hen dan uit voor een verfrissing (Gn 18,2). En ook dat hebben wij geleerd, namelijk van Lot, die de engelen binnen nodigde' (Gn 19,3).	09 24
Stilte	0152. Oudvader Andreas placht te zeggen: 'Een monnik passen deze drie dingen: leven als vreemdeling, armoede en zwijgen in geduld'.	21
Vrede	0164. Hij [oudvader Besarion] gaf deze vermaning: 'Wanneer je in vrede verkeert en niet aangevochten wordt, wees dan bijzonder deemoedig, opdat niet een ongerechte vrede over ons komt en wij ons beroemen en aan de strijd worden overgeleverd. Want dikwijls laat God het om onze zwakheid niet toe dat wij uitgeleverd worden, opdat wij niet te gronde gaan'.	
Waakzaamheid	0166. Stervend zei oudvader Besarion: 'De monnik moet zijn als de cherubijnen en serafijnen: een en al oog!'	
Sterven	0171. In zijn sterven zei oudvader Benjamin tegen zijn zonen: 'Doe dit en jullie zullen het heil vinden, namelijk: Verheug je te allen tijde, bid zonder ophouden en zeg in alles dank!'	
Stilte	0174. Oudvader Gregorios sprak: 'Deze drie dingen verlangt God van ieder die gedoopt is: van de ziel het ware geloof, van de tong de waarheid en van het lichaam het maathouden'.	21
Plaats	0187. Eens waren oudvader Daniël en oudvader Ammoës onderweg, en abbas Ammoës sprak: 'Vader, wanneer zullen ook wij eens in de cel blijven?' Abbas Daniël antwoordde: 'Wie kan ons dan nu God ontnemen? God is binnen en buiten de cel!'	05
Vasten	0194. Oudvader Dulas zei: Wanneer de vijand ons dwingt de innerlijke rust op te geven, laten we dan niet naar hem luisteren. Want niets kan daartegen en tegen vasten op. Beide sluiten zich aaneen tot een bondgenootschap tegen hem; want zij garanderen onze innerlijke ogen een scherpe blik'.	16
Vlees eten	0199. Eens zond de heilige Epiphanius [bisschop van Cyprus] oudvader Hilarion het verzoek: 'Kom, wij willen elkaar nog eens zien, voor wij uit dit leven heengaan'. Toen zij bij elkaar waren, verheugden zij zich erg. Bij het eten werd gevogelte geserveerd, en de bisschop bood de abbas iets aan. De oude zei: 'Neem mij niet kwalijk: sinds ik de monnikspij draag, heb ik niets van de slacht meer gegeten'. Daarop wierp de bisschop tegen: 'En ik, sinds ik de monnikspij heb aangenomen, liet ik niemand meer slapengaan die iets tegen mij had, en ook ikzelf legde mij niet ter ruste, wanneer ik tegen iemand iets had' (Mt 5,23). Toen sprak tot hem oudvader Hilarion: 'Sorry, jouw levenswijze is beter dan de mijne'.	17
Stilte	0207. Dezelfde [Epiphanius] zei: 'De fouten van de rechtvaardigen liggen op de lippen, die van de goddelozen kleven aan het hele lijf. Daarom zingt David: Heer, zet een wacht voor mijn mond en een goed verzekerde deur voor mijn lippen (Ps *39,2). En: Ik heb gezegd: ik wil mijn wegen bewaken, dat ik niet faal met mijn tong (Ps 39,2).	21

Kuisheid	0215. Een andere keer, toen [de heilige oudvader] Efraëm voorbijkwam, kwam op iemands aanstoken een hoer op hem toe om hem tot ontucht te verleiden – of hem minstens tot toorn te verlokken, omdat nog nooit iemand hem toornig had gezien. Hij sprak tot haar: 'Volg mij!' Toen zij op een plek kwamen waar het van mensen wemelde, zei hij tot haar: 'Hier, op deze plek, doe wat je wil'. Zij echter zag de menigte en antwoordde: 'Hoe kunnen wij dat doen, waar zoveel volk omheen staat? Wij moesten ons toch schamen!' Toen sprak hij tot haar: 'Als wij ons voor mensen schamen, hoeveel meer moeten wij ons dan voor God schamen, die ook oordeelt over wat in het donker verborgen is' (1 Kor 4,5). Toen keerde zij zich beschaamd om en ging, zonder iets te doen.	04
Meer uitgeven	0216. Twee vaders baden God om hun volledige zekerheid te geven over de maat (van volkomenheid) waartoe zij gekomen waren. Toen bereikte hen een stem, die zei: 'In dat Egyptische dorp is een leek, Eucharistos genaamd, met zijn vrouw, die Maria heet. Hun maat hebben jullie nog niet gehaald'. Daarop gingen de beide ouden op weg en kwamen in dat dorp. Zij vroegen naar de woning van de man en zijn vrouw. Zij spraken tot haar: 'Waar is je man?' Zij antwoordde: 'Hij is herder en is de schapen aan het hoeden'. En zij bracht hen in zijn hut. In de avond kwam Eucharistos met zijn schapen. Toen hij de ouden zag, maakte hij hun een maaltijd en bracht water om hun de voeten te wassen. De ouden spraken: 'Wij zullen in geen geval iets eten, voordat jij ons verteld hebt waar je je mee bezighoudt'. In zijn deemoed gaf Eucharistos ten antwoord: 'Ik ben herder en dat is mijn vrouw'. De vaders bleven hem verder uithoren, maar hij wilde niet praten. Toen zeiden zij tot hem: 'God heeft ons tot jou gezonden!' Toen hij dit woord hoorde, schrok hij en zei tegen hen: 'Kijk, de schapen hebben wij van onze ouders. Als God het goed met ons voor heeft, zodat wij er wat winst van hebben, dan maken wij er drie delen van: een voor de armen, een om gasten te ontvangen, het derde voor onze behoeften. Sinds ik mijn vrouw genomen heb, hebben wij geen gemeenschap, ik niet en zij niet – zij is maagd. Wij slapen gescheiden. 's Nachts dragen wij een zakhemd, overdag onze kleren. Tot nu toe weet dit niemand van de mensen'. Toen de ouden dat hoorden, verwonderden zij zich en gingen heen, God lofprijzend.	24
Onthouding Onderscheiding	0217. Eulogios was een leerling van de zalige bisschop Johannes, priester en een groot asceet. Hij vastte telkens twee dagen, ja soms breidde hij het vasten zelfs tot de hele week uit, gebruikte slechts brood en zout en werd door de mensen geroemd. Hij kwam bij oudvader Jozef in Panepho en verwachtte bij hem nog grotere gestrengheid in boete te zien. De oude ontving hem met vreugde en liet hem alles wat hij had, tot troost dienen. Toen zeiden de leerlingen van Eulogios: 'De priester eet niets anders dan brood en zout'. Oudvader Jozef zei niets en at. Zo gingen drie dagen voorbij, en zij hoorden noch psalmen zingen noch bidden. Want wat zij [Jozef en zijn leerlingen] deden, gebeurde in het verborgene. En zij [de leerlingen van Eulogios] gingen overrichterzake weg. Naar goddelijke beschikking ontstond er een nevel, zij verdwaalden en kwamen bij de oude terug. Voordat zij aanklopten, hoorden zij hoe zij psalmen zongen. Zij wachtten geruime tijd en klopten toen aan. Toen hielden zij op met het psalmgezing en ontvingen hen met vreugde. Vanwege de hitte gaten de leerlingen van Eulogios water in een kan en reikten het hem aan. Het was een mengsel van zee- en rivierwater; men kon het niet gebruiken. Toen keerde hij [Eulogios] in zich, viel de oude te voet en, om zijn manier van leven te leren kennen, vroeg hij: 'Vader, wat is dat? Eerst wilden jullie geen psalmen zingen, maar nu wel, nadat wij weggegaan waren? En toen ik de beker aannam, vond ik het water ziltig'. De oude legde hem uit: 'De broeder is dom; per ongeluk mengde hij er zout water door'. Eulogios drong bij de oude aan, want hij wilde de waarheid weten. Toen verklaarde de oude hem: 'Die kleine beker is voor wijn en hij hoort bij een agapè. Maar dat is het water dat de broeders door de dag drinken'. En hij leerde hem [Eulogios] de onderscheiding der gedachten en zuiverde hem van al het menselijke. Hij werd erdoor gesticht en voorgoed at hij wat hem voorgezet werd; hij leerde in het verborgene bezig te zijn en aldus sprak hij tot de oude: 'Waarlijk, jullie werk is in waarheid [veranker]d'.	17

Beproeving	0231. Dezelfde [Evagrius van Pontus]: 'Neem de beproevingen weg, en niemand wordt gered'.	18
Plaats	0235. Oudvader Zenon, de leerling van de zalige Silvanos, sprak: 'Vestig je niet op een beroemde plek noch in de buurt van iemand met grote naam, en leg nooit een fundament voor de bouw van een cel voor jezelf'.	05
Naaste	0236. Men berichtte van oudvader Zenon: In het begin wilde hij van niemand iets aannemen. Daarom gingen de gevers bedroefd heen, omdat hij niets aannam. Anderen kwamen bij hem, omdat zij iets van hem hebben wilden, van hem, de grote oudvader. Maar hun kon hij niets geven, en zo gingen ook zij bedroefd heen. Toen zei hij: 'Wat moet ik doen: de bringers zijn bedroefd en ook degenen die iets wilden halen. Het zal beter zijn, dat ik het aanneem, wanneer iemand iets komt brengen. Dan heb ik wat te geven, wanneer mij iemand om iets vraagt'. Door zo te doen won hij rust en stelde iedereen tevreden.	
Sterven	0247. Oudvader Poimen vertelde, dat oudvader Mozes de stervende oudvader Zacharias vroeg: 'Wat zie je?' en deze geantwoord heeft: 'Is het niet beter om te zwijgen, vader?' 'Ja, kind, zwijg!' In het stervensuur zat oudvader Isidorus bij hem. Hij keek op naar de hemel en zei: 'Verheug je, mijn kind Zacharias: open staan voor jou de poorten van het koninkrijk der hemelen!'	
Novice	0248. Oudvader Jesaja zei: 'Niets heeft zoveel nut voor een novice als verachting. Zoals een boom, die dagelijks water krijgt, zo is de novice, wanneer hij gesmaad wordt en daarbij volhardt'.	09
Novice	0250. Nog zei hij [Jesaja]: 'Een novice die steeds van klooster wisselt, lijkt op een dier dat door het halster hier- en daarheen gedreven wordt'.	09
Werk	0252. Wij hoorden over oudvader Jesaja: hij nam eens zijn palmstaf in de hand, ging de dorsvloer op en sprak tot de landeigenaar: 'Geef mij koren!' Deze sprak tot hem: 'Jij hebt toch ook geoogst, vader?' Hij antwoordde: 'Nee'. Toen sprak de landeigenaar tot hem: 'Hoe wil je dan koren hebben, wanneer je niet geoogst hebt?' Toen sprak de oudvader tot hem: 'Niet waar, als iemand niet geoogst heeft, krijgt hij geen loon?' De grondeigenaar antwoordde: 'Nee!' En zo ging de oude naar huis. De broeders die het gezien hadden, vielen voor hem neer en wilden horen waarom hij dat gedaan had. De oude legde hun uit: 'Ik wilde alleen maar een voorbeeld geven, dat iemand die niet werkt, van God geen loon krijgt' (vgl. 2 Tes 3,10).	20
Hebzucht	0256. Aan dezelfde abbas Jasaja werd gevraagd wat hebzucht is, en hij antwoordde: 'Niet op God vertrouwen dat Hij voor je zorgt, de beloften van God wantrouwen en steeds meer greep willen krijgen'.	12
Onderscheiding	0261. Abbas Elias uit de stand der diakens sprak: 'Wat kan zonde nog, waar berouw is? En wat heeft liefde voor nut, waar hoogmoed heerst?'	24
Onderscheiding	0268. Oudvader Theodoros van Pherme bezat drie mooie boeken. Hij kwam bij oudvader Makarios en zei hem: 'Ik heb drie mooie boeken en heb er voordeel van, en ook de broeders maken er tot hun eigen voordeel gebruik van. Zeg mij nu wat ik doen moet! Moet ik ze ten voordele van mij en de broeders behouden of moet ik ze verkopen en de opbrengst aan de armen geven?' De oude antwoordde: 'Beide gedragswijzen zijn goed, maar de grootste van alle is de armoede!' Toen Theodoros dat hoorde, ging hij weg, verkocht ze en deelde het geld aan de armen uit.	24
Beproeving	0269. Een broeder verbleef in de cel en door de eenzaamheid raakte hij in onrust. Hij ging naar oudvader Theodoros van Pherme en zei het hem. Toen onderrichtte de oude hem aldus: 'Maak je gedachte deemoedig, onderwerp je en blijf bij de anderen'. Hij kwam weer bij de oudvader terug en kwam er eerlijk voor uit: 'Ook onder de mensen vind ik geen rust!' De oude zei daarop: 'Wanneer je alleen niet tot rust komt en ook onder de anderen niet, waarom ben je dan monnik geworden? Is het niet om benauwenis te verdragen? Zeg mij: hoeveel jaren draag je eigenlijk de monnikspij?' Hij zei: 'Acht!' Nu zei de oude: 'Werkelijk, ik tel zeventig jaren in dit kleed en geen dag heb ik rust gevonden – en jij met je acht jaren verlangt rust te hebben?' Toen de broeder dat hoorde, ging hij gesterkt heen.	18

Stilte	0270. Eens kwam een broeder bij oudvader Theodoros en besteedde er dagen aan met hem te vragen hem een woord te laten horen. Hij echter gaf hem geen antwoord. Bedroefd ging hij weg. Zijn leerling zei daarop tot hem: 'Vader, waarom heb je hem geen woord gegund? Treurig is hij weggegaan!' Toen antwoordde de oude: 'Werkelijk, ik wilde niet tot hem spreken. Hij is een opschepper en wil met andermans veren pronken'.	21
Weg	0276. Er kwam eens een of andere broeder bij oudvader Theodoros en begon te praten en oordelen te geven over zaken waar hij nog geen ervaring mee had. Toen sprak de oude tot hem: 'Nog heb je het schip niet gekregen, nog heb je je bagage niet erheen gesjouwd, nog ben je niet uitgevaren, en toch ben je al in die stad aangekomen. Doe eerst je werk, kom dan en praat erover zoals nu'.	20
Cel	0281. Opnieuw sprak hij [abbas Theodoros van Pherme]: 'Een mens die de zoetheid van de cel heeft leren kennen, vlucht voor zijn naaste, maar zonder hem te verachten'.	10
Innerlijke rust	0283. Opnieuw sprak hij [abbas Theodoros van Pherme]: 'Velen hebben zich in deze tijd de rust toege-eigend, voordat ze hun verzekerde'.	
Hoop Sterven	0286. Eens werd oudvader Jozef ziek en hij stuurde een boodschap naar oudvader Theodoros met het verzoek: 'Kom hierheen, opdat ik je vóór mijn heengaan uit dit lichaam nog zie'. Het was midden in de week. Theodoros ging niet, maar liet hem zeggen: 'Wanneer je tot zaterdag blijft, dan kom ik. Wanneer je echter gaat, dan zullen wij elkaar in de andere wereld zien'.	21
Roeping	0292. Men vertelde van hem [oudvader Theodoros van Pherme], dat hij in de Skite diaken was geworden, maar zijn ambt niet wilde aanvaarden en overal heen vluchtte. De ouden brachten hem weer thuis en zeiden: 'Laat je diakonaat niet in de steek!' Abbas Theodoros sprak tot hem: 'Laat mij en ik vraag God, of het zijn einddoel is dat ik op de plaats van mijn heilige dienst sta'. In het gebed tot God sprak hij als volgt: 'Wanneer het jouw wil is dat ik op mijn plaats sta, geef mij dan volle zekerheid'. Toen werd hem een vuurzuil getoond, van de aarde tot aan de hemel, en een stem sprak: 'Wanneer je kan worden als deze zuil, vooruit, werk dan als diaken!' Toen hij dat hoorde, besloot hij het ambt niet te aanvaarden. Toen hij de kerk binnenkwam, vielen de broeders voor hem neer en zeiden: 'Als je dan niet diaken wil worden, reik ons dan tenminste de kelk'. Maar ook dat verdroeg hij niet en zei: 'Wanneer jullie mij niet met rust laten, zal ik van deze plaats weggaan'. En zo lieten zij hem met rust.	01
Psalmen bidden	0299. Oudvader Theodoros, die van Ennatu, sprak: 'Wanneer God onze nalatigheden in de gebeden en onze verstrooidheden bij het psalmen bidden aanrekent, kunnen wij niet gered worden'.	11
In gebeden waken Innerlijke rust	0300. Oudvader Theodoros [Sketiotes] in de Skite zei: 'Er komt een gedachte bij mij op, die brengt mij in verwarring en ontnemt mij de rust, maar tot uitvoering kan hij niet komen; toch hindert hij mij in de deugd. Een waakzaam mens echter schudt hem af en verheft zich tot gebed'.	10
Stilte	0305. Dezelfde oudvader Theophilos, de aartsbisschop, kwam een keer in de Skite. De broeders verzamelden zich en zeiden tot oudvader Pambo: 'Houd een toespraak voor de vader [papa], opdat iets meekrijgt'. De oude echter zei tot hen: 'Als hij uit mijn zwijgen geen voordeel trekt, dan kan hij het ook niet uit een toespraak'.	21
Sterven	0308. Toen dezelfde aartsbisschop Theophilos op sterven lag, zei hij: 'Zalig ben jij, abbas Arsenios, die dit uur steeds in gedachte had'.	
Beproeving	0310. Amma Theodora sprak: 'Vecht, om de nauwe poort binnen te gaan! (vgl. Mt 7,13). Het is net als met bomen: Wanneer ze geen noodweer en sloten regen krijgen, dragen ze geen vrucht. Zo is ook voor ons dit tijdperk een noodweer. Alleen door vele benauwenissen en aanvechtingen worden wij erfgenamen van het rijk der hemelen'.	18
Zuiver hart	0311. Een andere keer zei zij [amma Theodora]: 'Het is goed zuiverheid van hart te kweken. Een verstandig man namelijk oefent de zuiverheid van hart in. Waarlijk groot is de aankweek van de zuiverheid van hart voor maagd en monnik. Heel bijzonder voor de jongeren. Maar weet wel: wanneer het voornemen op de zuiverheid van hart gericht is, dan komt onmiddellijk de	19

	boze en bezwaart de ziel, in wrevel, in kleinmoedigheid en gedachten. Hij bezwaart ook het lichaam met zwakte, futloosheid, slapte in knieën en alle ledematen, en hij breekt de kracht van ziel en lichaam, en: 'Omdat ik ziek ben, kan ik niet naar de kerk'. Maar wanneer wij waakzaam zijn, verdwijnt alles als sneeuw voor de zon. Er was een monnik die, als hij naar de kerk wilde gaan, door huiveringen en koortsrillingen bevangen werd, en in zijn hoofd voelde hij spanning. Toen sprak hij tot zichzelf: 'Kijk, ik ben ziek, en het kan zijn dat ik sterf. Ik wil mij vermennen, voor ik sterf, en naar de samenkomst gaan'. Met deze gedachte bedwong hij zichzelf en bezocht de dienst. Toen deze ten einde was, hield de koorts op. Nog een keer hield hij deze gedachte vast en kwam naar de samenkomst, en overwon de gedachte'.	
Stilte	0312. Een andere keer zei zij [amma Theodora]: 'Een vroom man werd eens door een ander uitgescholden. En hij antwoordde deze: Ik zou jou net zo iets kunnen zeggen, maar de Gods wet sluit mij de mond'.	21
Geestelijke leiding	0313. Dezelfde [amma Theodora] zei een andere keer: 'Liefde tot heersen moet een leraar vreemd zijn; hij moet ver zijn van ijdele roem, ver weg van trots; hij mag zich niet uit vleierij tot voorwerp van spot laten maken, niet verblind worden door geschenken, zich niet door eetlust laten overwinnen, zich niet door toorn laten meeslepen. Hij moet daarentegen ruimhartig zijn, fatsoenlijk, bovenal nederig, verstandig en geduldig, meevoelend zijn en liefde voor de ziel hebben'.	09
Nederigheid	0314. Een andere keer zei zij [amma Theodora]: 'Niet ascese, ontbering van slaap, niet allerlei inspanning brengt redding – redden doet alleen de echte nederigheid. Er was een kluizenaar die de demonen wilde uitdrijven. Hij vroeg hen: 'Waardoor verdwijnen jullie? Door vasten?' Zij antwoordden: 'Wij eten en drinken niet!' 'Soms door slapeloosheid?' 'Wij slapen niet!' 'Of door leven in eenzaamheid?' 'Wij leven bij vereenzaming'. 'Waardoor verdwijnen jullie dan?' Zie zeiden: 'Niets zegeviert over ons dan de nederigheid!' Zie je dus, dat de nederigheid het middel is tot zege over de demonen?'	23
Gehoorzaamheid	0316. Men vertelde over oudvader Johannes Kolobos: Hij trok zich bij een thebaïsche grijsaard in de Skite terug en leidde een kluizenaarsleven in de woestijn. De abbas nam een dor stuk hout, plantte het en zei: 'Begiet het dagelijks met een emmer water, tot het vrucht brengt'. Zij zaten zo ver van water verwijderd, dat hij 's avonds laat moest weggaan om in de vroege weer terug te zijn. Na drie jaren kwam er leven in het hout en het bracht vrucht. De oude nam de vrucht, bracht haar in de gemeenschap en sprak tot de broeders: 'Neem en eet de vrucht van de gehoorzaamheid'.	23
Werk	0317. Men vertelde van oudvader Johannes Kolobos, dat hij eens tot zijn oudere broeder zei: 'Ik wil zonder zorgen zijn, zoals de engelen zorgeloos zijn en niet werken, maar onophoudelijk God dienen'. Hij deed zijn pij uit en ging de woestijn in. Nadat hij daar een week had doorgebracht, keerde hij naar zijn broeder terug. Toen hij aan de deur klopte, herkende zijn broeder hem voor hij opendeed, en sprak: 'Wie ben jij?' Hij antwoordde: 'Ik ben Johannes, je broeder!' De broeder antwoordde: 'Johannes is een engel geworden en hoort niet meer bij de mensen'. Toen smeekte hij hem en zei: 'Ik ben het toch!' De ander deed hem echter niet open, maar liet hem tot aan de morgen in deze ongemakkelijke toestand. Pas later deed hij open en zei: 'Wanneer jij een mens bent, dan moet je werken, opdat je je eten vindt'. Toen had Johannes spijt en zei: 'Vergeef mij!'	20
Vasten	0318. Abbas Johannes Kolobos onderrichtte: 'Wanneer een koning een vijandelijke stad wil innemen, dan maakt hij zich eerst meester van het water en snijdt de toevoer af, en wanneer ze aan het verhongeren zijn, onderwerpen ze zich aan hem. Zo is het ook met de begeerten van het vlees: Wanneer de mens met vasten en hongeren tegen ze te velde trekt, dan worden de vijanden van de ziel krachteloos'.	16
Onderscheiding	0322. Voor een goed uur kwamen ouden in de Skite bijeen en hielden met elkaar een maaltijd. Onder hen was ook Johannes [Kolobos]. Daar stond een alom geëerde priester op en bood een beker water aan – maar niemand wilde deze van hem aannemen, behalve Johannes Kolobos. Zij verbaasden zich en zeiden: 'Wat? Jij, die bij de jongeren behoort, jij hebt het gewaagd je door een	24

	oudere te laten bedienen?’ Hij gaf hun ten antwoord: ‘Wanneer ik opsta om een beker aan te bieden, dan ben ik blij, wanneer allen hem accepteren opdat ik een verdienste heb. En zo heb ook ik geaccepteerd om hem een verdienste te gunnen, opdat hij niet bedroefd wordt omdat niemand iets van hem wil aannemen’. Toen hij dit gezegd had, verwonderden zij zich en deden hun voordeel met zijn onderscheidingsgave.	
Beproeving	0328. Oudvader Poimen vertelde over oudvader Johannes Kolobos: Hij riep God aan, en de hartstochten werden van hem weggenomen, en hij was zonder zorgen. Hij ging heen en zei tot een oude: ‘Ik stel vast, dat ik in rustig ben en geen aanvechting meer heb’. De oude sprak tot hem: ‘Ga God aanroepen, dat een vijand tegen je opstaat en zo de oude vermorzeling en deemoed die je vroeger had, weer terugkeren. Want juist door aanvechting maakt de ziel voortgang’. Hij bad aldus en toen de vijand kwam, bad hij niet meer dat hij van hem bevrijd zou worden, maar zei: ‘Geef mij geduld, Heer, in de strijd!’	18
Eerbied Naaste	0332. Toen oudvader Johannes met andere broeders een keer van de Skite afdaalde, verwaalde de gids, want het was nacht. Toen zeiden de broeders tot abbas Johannes: ‘Wat moeten wij doen, vader, nu de broeder de weg gemist heeft? Dat wij toch op deze dwaalweg niet omkomen!’ De oude antwoordde hun: ‘Wanneer wij het hem zeggen, dan doet het hem pijn en beschaamt het hem. Maar let op, ik wil mij uitgeput opstellen en zeggen: ik kan niet meer verdergaan, maar blijf hier tot de morgen’. En zo deed hij. Daarop zeiden de anderen: ‘Ook wij gaan niet meer verder, maar blijven bij jou zitten’. En zo bleven zij zitten tot de morgen en gaven de broeder geen aanstoot.	23
Naaste	0333. Een zekere oude in de Skite was weliswaar ijverig in ascetische oefeningen, maar niet even scherp in het denken. Hij kwam bij oudvader Johannes en ondervroeg hem over vergeetachtigheid. Na van hem een woord gehoord te hebben, ging hij in zijn cel terug en vergat wat de oudvader hem gezegd had. Hij ging weer terug en vroeg opnieuw, en hij kreeg het advies van gelijke strekking en ging naar huis. Nauwelijks was hij in zijn cel, of hij was het alweer vergeten. Zo kwam hij heel vaak, maar op de terugweg maakte vergeetachtigheid zich van hem meester. Hierna ontmoette hij de oude en zei: ‘Vader, weet je, dat ik weer vergeten heb wat je mij gezegd hebt? Maar ik wilde je niet lastig vallen en daarom kwam ik niet meer’. Toen sprak oudvader Johannes tot hem: ‘Ga een licht aansteken’. Hij deed het. Toen zei oudvader Johannes tot hem: ‘Breng nu andere kandelaars en steek ze daaraan’. Zo deed hij. Nu sprak oudvader Johannes tot hem: ‘Is het licht minder geworden, omdat je er andere aan aangestoken hebt?’ De oude: ‘Nee’. Toen zei de oudvader: ‘Zo ook Johannes niet. En al kwam de hele Skite bij mij, ze zou me niet van de liefde van Christus kunnen afbrengen. Dus, als je wilt, kom en voel je niet bezwaard’. En zo, omwille van hun beider geduld, nam God de vergeetachtigheid van de oude weg. Dit is de manier van doen van de Skitebewoners: in hen die te strijden hebben, vertrouwen instorten en zichzelf geweld aandoen om anderen voor het goede te winnen.	
Gerechtigheid	0336. Abbas Johannes sprak: ‘De lichte last laten wij terzijde, namelijk jezelf laken; de zware nemen wij op ons, dat is: jezelf voor gerechtig houden’.	19
Zuiver hart Innerlijke rust	0340. Men vertelde van abbas Johannes: Toen hij een keer in de Skite naar de kerk ging en daar hoorde hoe enkele broeders ruzie met elkaar hadden, keerde hij naar zijn cel terug. Driemaal ging hij er rond omheen, pas toen ging hij naar binnen. Enkele broeders die dat opgemerkt hadden, maar niet konden bedenken waarom hij dat deed, kwamen bij hem en vroegen ernaar. Hij echter antwoordde: ‘Mijn oren waren verstopt van geruzie; daarom maakte ik een rondje om ze te reinigen, opdat ik in rust mijn cel kon binnengaan’.	02
Tegenwoordigheid Gods	0347. Dezelfde [abbas Johannes Kolobos] was vurig van geest. Een bezoeker prees zijn werk. Hij werkte net aan een touw. En hij zweeg. Opnieuw probeerde de ander hem een woord te ontlokken, maar weer zweeg hij. Bij de derde keer zei hij tot de bezoeker: ‘Sinds jij hier binnengekomen bent, heb je God van mij verjaagd’.	10

Wijzing van de Heer Naaste	0354. Oudvader Johannes Kolobos sprak: 'Het is onmogelijk een huis van boven naar onder te bouwen; het moet juist van de grond af de hoogte in'. Zij vroegen hem: 'Wat is de zin van dit gezegde?' Hij antwoordde hun: 'De grondsteen is de naaste, hem moet je winnen. Dat moet aan het begin staan, daar hangen alle andere wijzingen van de Heer vanaf' (Mt 22,39 vlgg.).	10
Bidden zonder ophouden	0360. Opnieuw zei hij [Isidoros]: 'Toen ik nog jonger was, zat ik in mijn cel en kende geen maat voor mijn gebeden, maar dag en nacht waren voor mij tijd voor gebed'.	10
Beproeving	0365. Dezelfde abbas Isidoros zei: 'Het begrip van de heiligen komt neer op het herkennen van Gods wil. De mens wordt alles de baas, wanneer hij deze waarheid voor ogen houdt, dat hij beeld en gelijkenis van God is. Van alle geestesgesteltenissen is vooral die gevaarlijk: je hart volgen, dat betekent: zijn eigen denken en niet Gods wet. Want langs deze weg krijgt hij er spijt van dat hij het mysterie niet herkende, en dat hij niet de weg van de heiligen vond om erop in te werken. Nu vraagt de tijd het voor God te werken, omdat het heil gelegen is in de tijd van de beproeving. Want er staat geschreven: bezit je ziel in lijdzaamheid' (Lc 21,19).	18
Stilte	0366. Abbas Isidoros van Pelusium sprak: 'Een leefwijze zonder spreken kan meer nut brengen dan een spreken zonder leefwijze. De eerste brengt jullie nut door zwijgen, het andere valt moeilijk, omdat het luid schreeuwt. Wanneer echter spreken en leefwijze samenkomen, dan bereikt dit zijn hoogtepunt in een wonderbeeld van alle wijsheid ter wereld'.	21
Deugden	0367. Dezelfde [Isidoros van Pelusium] zei: 'Eer aan alle deugden! Jaag niet de mooie dagen na. De eerste namelijk zijn van onvergankelijke waarde, de laatste daarentegen verflauwen gemakkelijk'.	24
Deugden	0370. Opnieuw zei hij [Isidoros van Pelusium]: 'Aangezien de hoogte van de deugd groot is en de val van de hoogmoed geweldig, raad ik jullie aan: het eerste met vreugde te begroeten, tot het andere niet te vervallen'.	24
Eigendom	0371. Ook dit zei hij [Isidoros van Pelusium]: 'De verschrikkelijke liefde tot bezitten, die tot elk waagstuk bereid is en geen verzadiging kent, voert de hierdoor aangetaste ziel tot het uiterste van het kwaad. Daarom moeten wij haar met alle kracht al in het begin uitdrijven. Want wanneer zij de overhand krijgt, wordt zij onbedwingbaar'.	12
Werken in stilte	0373. Oudvader Isaak vertelde: Toen ik nog jonger was, leefde ik bij oudvader Kronios. Nooit droeg hij mij een werk op, ofschoon hij een beverige grijsaard was. Hij ontwaakte uit zichzelf en reikte mij en evenzo de anderen de beker. Ook vestigde ik mij bij oudvader Theodoros van Pherme; hij gaf mij evenmin een opdracht. Zijn tafel dekte hij zelf en zei: 'Broeder, als je wilt, kom hier en eet!' Ik zei tot hem: 'Vader, ik ben bij jou gekomen om er mijn voordeel mee te doen. Waarom zegt je mij niet, dat ik iets moet doen?' De oude zweeg als het graf. Ik ging weg en vertelde het de ouden. Toen gingen zij naar hem toe en spraken tot hem: 'Vader, de broeder kwam op jouw heiligheid af om er zijn voordeel mee te doen, en waarom zeg je hem niet één keer wat hij doen moet?' De oude zei daarop tot hen: 'Ben ik dan een kloosteroverste, dat ik hem een regeling voorschrijf? Momenteel heb ik hem niets te zeggen, maar wanneer hij wil, kan hij doen wat hij mij ziet doen'. Van toen af voorkwam ik hem, wanneer de oude iets wilde doen, en deed het. Wanneer hij echter iets deed, dan deed hij het met zwijgen. En dat heeft hij mij geleerd: zwijgend bezig te zijn!	21
Wijzingen Sterven	0382. Men vertelde over abbas Isaak: Toen het met hem op een einde liep, verzamelden de oudvaders zich bij hem en zeiden: 'Wat gaan wij na jou doen, vader?' Hij echter antwoordde hun: 'Kijk hoe ik vóór jullie mijn weg gegaan ben. Als ook jullie bereid zijn na te volgen en de geboden van de Heer te bewaren, zal Hij jullie zijn genade zenden. Als jullie haar echter niet opmerken, zullen jullie nooit meer op deze plaats mogen blijven. Toen onze vaders gingen sterven, hadden ook wij verdriet. Maar inzover wij de geboden van de Heer en de wijzingen van de vaders onderhielden, hielden wij stand, alsof zij nog onder ons waren. Doen jullie ook zo, en jullie zullen het heil vinden'.	02

Ingang van de plaats Naaste	0384. Eens kwamen enkelen van de oudvaders voor oudvader Joseph naar Panepho om hem in verband met opname van broeders die als gasten bij hen kwamen, te vragen of men met name zich met hen moest inlaten en met hen vertrouwelijk zijn. Maar voordat hem de vraag gesteld werd, zei hij tegen zijn leerling: 'Bekijk wat ik vandaag doen zal en verdraag het'. Toen zette de oudvader twee krukjes neer, een aan zijn rechter en een aan zijn linker hand. Daarop zei hij: 'Ga zitten!' Vervolgens ging hij zijn cel binnen, deed bedelaarsplunje aan, kwam naar buiten en liep tussen hen door. Weer ging hij naar binnen en deed zijn eigen kleren aan. Hij kwam weer naar buiten en zette zich tussen hen in. Zij echter raakten door dit gedrag van de oude helemaal buiten zichzelf. En hij sprak tot hen: 'Hebben jullie gezien wat ik gedaan heb?' Zij zeiden: 'Ja!' En hij daarop: 'Ben ik door die armzalige plunje veranderd?' Zij antwoordden: 'Nee'. En hij legde hun uit: 'Ik ben dus dezelfde in beide soorten kleding. Zoals het eerste mij niet veranderde, zo heeft mij het tweede geen schade berokkend. Zo moeten wij handelen bij de opname van vreemde broeders, overeenkomstig het woord van het heilig Evangelie: Geef de keizer wat van de keizer en God wat van God is (Mt 22,21). Wanneer er dus bezoek van broeders komt, dan willen wij hen in alle vrijmoedigheid opnemen. Zijn wij evenwel in de eenzaamheid, dan hebben wij de droefheid nodig, opdat zij [de eenzaamheid] in ons blijft'. Toen zij dat hoorden, verbaasden zij zich erover dat hij wat zij op het hart hadden, uitsprak voordat zij hem de vraag gesteld hadden. En zij loofden God.	09
Goed geweten	0387. Een broeder vroeg aan abbas Joseph: 'Wat moet ik doen? Ik kan geen kwaad verdragen, niet werken en ook geen liefde geven'. De oude sprak tot hem: 'Als je daar niets van klaar speelt, bewaar dan je geweten voor elke zonde tegen de naaste, en je zult het heil verwerven'.	02
Onderscheiding	0391. Een broeder vroeg oudvader Joseph om raad: 'Ik wil uit het klooster weggaan en in de eenzaamheid mijn tenten opslaan'. Toen zei de oude tot hem: 'Waar je ziet dat je ziel rust heeft en geen schade ondervindt, ga daar zitten'. Daarop antwoordde de broeder: 'In het klooster heb ik rust en in de eenzaamheid ook; wat wil je dat ik doe?' De oude legde hem uit: 'Als je in het klooster en in de eenzaamheid rust hebt, leg dan je beide gedachten op een weegschaal, en waar je het meeste nut ziet en waar je gedachten naar uitgaan, ga dat doen!'	05
Sterven	0394. Men vertelde van oudvader Joseph in Panepho: toen hij op sterven lag en de ouden om hem heen zaten, keek hij scherp naar de deur en zag de duivel bij de deur zitten. Daarom sprak hij tot zijn leerling: 'Geef me een stok! Want die daar meent, omdat ik oud geworden ben, dat ik niets meer tegen hem zou kunnen'. Terwijl hij de stok in de hoogte hield, zagen de ouden, dat die daar zich als een hond door de deur wrong en onzichtbaar werd.	
Plaats	0395. Oudvader Jakobos sprak: 'Het is waardevoller vreemdeling te zijn dan vreemden op te nemen'.	05
Zuiver hart	0397. Ook zei hij [Jakobos]: 'Zoals de lamp in een donker vertrek licht verspreidt, zo is het ook met de vreze Gods: wanneer zij in het hart van de mens komt, verlicht zij hem en leert hem alle deugden en alle geboden Gods'.	02
Werken in stilte	0398. Opnieuw zei hij [Jakobos]: 'Er is niet alleen aan praten behoefte. Want er is veel praten onder de mensen in deze tijd. Wat nodig is, is het doen. Dat wordt gezocht, en niet praten dat geen vrucht opbrengt'.	21
Kwaadspreken	0399. Een broeder vroeg oudvader Hierakas: 'Zeg mij een woord: hoe ik gered kan worden'. De oude sprak tot hem: 'Blijf in je cel zitten, eet als je honger hebt, drink als je dorst hebt, maar spreek nooit ongunstig over een ander, en je zult het heil vinden'.	21
Naaste	0402. Oudvader Johannes vertelde: Onze vader, oudvader Antonios, zei: 'Nooit heb ik mijn voordeel laten prefereren boven het nut van mijn broeder'.	
Onthouding	0411. Ook sprak hij [abbas Isidoros de priester]: 'Een leven in de zin van God is onmogelijk, wanneer men geneigdheid heeft naar vermaak en geld'.	17

Onthouding	0412. Hij [abbas Isidoros de priester] sprak nog eens: 'Wanneer jullie op de juiste wijze door vasten ascese oefent, wordt dan niet verwaand. Want als jullie je daarop beroemen, was het beter voor jullie vlees te eten. Het strekt een mens meer tot voordeel vlees te eten dan te snoeven en zichzelf de hemel in te prijzen'.	17
Liefde als midden	0413. Nog een woord van hem [abbas Isidoros de priester]: 'Wie op school zijn, moeten hun echte leermeesters beminnen als vaders en vrezen als heersers, en noch uit liefde de vrees laten varen noch uit vrees de liefde versluieren'.	15
Naaste	0418. Van oudvader Johannes, de Pers, werd verteld: Toen er misdadigers bij hem kwamen, bracht hij een wasbekken mee en wilde hun de voeten wassen. Daardoor werden zij beschaamd en begonnen berouw te krijgen.	
Rechtzetting	0422. Eens kwam oudvader Isaak van Thebe in het klooster en zag een broeder die ten val gekomen was, en hij veroordeelde hem. Toen hij echter weer weg gegaan was, naar de woestijn, kwam er een engel van de Heer, ging voor de deur van zijn cel staan en zei: 'Ik laat je niet binnen'. Maar hij wierp op: 'Waarom?' De engel gaf hem ten antwoord: De Heer heeft mij gestuurd met de opdracht: 'Zeg hem: wat moet ik beginnen met de mislukte broeder die jij veroordeeld hebt?' Terstond kreeg hij berouw en zei: 'Ik heb gefaald, vergeef mij!' En de engel sprak: 'Sta op, God heeft je vergeven. Maar wees voortaan op je hoede en veroordeel niemand, voordat de Heer hem veroordeeld heeft'.	15
Bijeenkomen	0423. Men vertelde over oudvader Apollo, dat hij een leerling had met de naam Isaak, die volledig toegerust was voor elk goed werk (2 Tim 2,21). Vooral paste bij hem stille beschouwing bij het heilig offer. Wanneer hij naar de kerk ging, verdroeg hij het niet dat sommigen met hem mee gingen. Zijn principe was namelijk: Al het goede heeft zijn bepaalde tijd. 'Er is tijd voor ieder ding' (Pr 3,1). Wanneer de liturgie ten einde was, zocht hij, als door vuur achtervolgd, zijn cel te bereiken. Af en toe kregen de broeders aansluitend bij de samenkomst een beschuit en een beker wijn aangereikt. Maar hij nam niets. Niet dat hij de traktatie van de broeders afgewezen zou hebben, maar omdat hij de rust die hij in de liturgie gevonden had, wilde bewaren. Nu gebeurde het, dat hij ziek lag. De broeders hoorden ervan en kwam hem bezoeken. Zoals zij daar zaten, vroegen zij hem: 'Abbas Isaak, wat is de reden dat je uit de bijeenkomst de broeders ontvlucht?' Hij sprak tot hen: 'De broeders ontvlucht ik niet, maar de intriges van de demonen. Want wanneer iemand een brandende kaars vasthoudt en hij blijft in de open lucht staan, dan wordt ze door de wind uitgeblazen. Zo worden ook wij verlicht door de heilige offerviering; wanneer wij voor de cel blijven dralen, wordt ons de geest verduisterd'. Zo was de levenswijze van de heilige abbas Isaak.	14
Beproeving	0424. Oudvader Joseph van Thebe sprak: 'Drie dingen staan bij de Heer in aanzien. Ten eerste: wanneer een mens ziek is en, als hem dan aanvechtingen overvallen, hij ze met dank aanneemt. Ten tweede: wanneer hij al zijn werken zuiver voor God doet zonder menselijke bijbedoeling. Het derde: wanneer iemand in ondergeschiktheid aan een geestelijke vader standhoudt en alle eigen wil verzaakt. Zo iemand heeft een onbeschrijflijk mooie krans. Ik voor mij heb voor ziekte gekozen'.	18
Vasten met onderscheiding	0427. Oudvader Cassianus vertelde: 'Ik en de heilige Germanos kwamen een keer naar Egypte bij een oudvader. Hij nam ons gastvrij op en wij vroegen hem: Waarom houden jullie, zodra je gasten hebt die broeders zijn, je niet aan de regel van jullie vasten, zoals wij die in Palestina overgenomen hebben? Hij antwoordde: Het vasten is altijd bij me, jullie echter kan ik niet altijd bij me hebben. Vasten is een nuttige en noodzakelijke aangelegenheid. Maar het hangt van onze onderscheiding af. De vervulling van de liefde vereist echter noodzakelijkerwijze de wet Gods. In jullie nu nemen wij Christus op. Dus moet ik met alle ijver daarop bedacht zijn. Wanneer ik jullie daarna vaarwel zeg, kan ik de regel van het vasten weer oppakken. De bruiloftsgasten kunnen niet vasten, zolang de bruidegom bij hen is. Wanneer hij echter is weggenomen, dan zullen zij terecht vasten' (Mt 9,15).	16

Overdrijving en tekort	0430. Dezelfde [oudvader Cassianus] zei een keer: Eens kwam abbas Johannes, de abt van een groot klooster, bij oudvader Pambo, die in uiterste eenzaamheid veertig jaar doorbracht. En omdat hij jegens hem grote liefde koesterde en daardoor vertrouwen, zei hij tot hem: 'Jij, die al zo lang kluzenaar bent en niet gemakkelijk door een mens lastig gevallen wordt, wat heb je gepresteerd?' Hij antwoordde: 'Sinds ik in de eenzaamheid ben, heeft de zon mij nooit zien eten'. Maar abbas Johannes had een weerwoord: 'En mij niet in toorn'.	15
Sterven	0431. Toen deze oudvader Johannes aan zijn einde was en bereidwillig en vreugdevol naar de Heer ging, stonden de broeders in een kring om hem heen en wensten, dat hij hun een korte en krachtige zegenwens als testament zou nalaten, met hulp waarvan zij tot voltooiing in Christus zouden kunnen komen. Hij zuchtte en zei: 'Nooit heb ik mijn eigen wil gedaan, en ik heb niemand iets geleerd dat ik niet tevoren zelf gedaan had'.	
Veelpraterij	0432. Hij [oudvader Cassianus] vertelde over een andere oude die in de woestijn verbleef: hij bad om de genade nooit in te dutten wanneer er juist een geestrijk gesprek gevoerd werd, maar wanneer er lasterlijk of doelloos gepraat werd, onmiddellijk in slaap te vallen, opdat zijn gehoor niet zulk gif zou moeten proeven. Hij beweerde dat de duivel een ijveriger promotor van nutteloos gepraat is dan vijand van wiens geestelijk onderricht ook. Daarvoor gaf hij het volgende voorbeeld: 'Toen ik een keer (zei hij) de broeders over iets nuttigs sprak, raakten zij allen zo door diepe slaap bevangen, dat zij niet eens hun oogleden bewegen konden. Om hun nu de macht van de duivel te demonstreren droeg ik terloops saai gezwets aan. Daar hadden zij plezier in en waren direct wakker. Zuchtend sprak ik: Zolang wij met elkaar over de hemelse dingen spraken, waren de ogen van jullie allemaal door slaap verzwaaard; maar toen het gezwets begon, zijn jullie allemaal met plezier wakker geworden. Daarom, broeders, verzoek ik jullie dringend: onderken de realiteit van de boze vijand en let op jezelf. Hoed je voor indutten, zolang je iets geestelijks doet of hoort'.	21
Eigendom	0433. Weer sprak hij [oudvader Cassianus]: Een senator nam ontslag en schonk zijn vermogen aan de armen. Maar hij hield wat achter voor persoonlijk gebruik. Wij wilde noch de vernedering van volledige afstand op zich nemen, noch ook de echte onderworpenheid aan de ordening van de gemeenschap. De grote Basilius richtte tot hem het woord: 'Al heb je de senator achter je gelaten, een monnik ben je niet geworden'.	12
Wederkomst	0437. Een broeder vroeg abbas Kronios: 'Hoe komt een mens tot ootmoed?' De oude antwoordde hem: 'Door ontzag voor God!' De broeder vroeg verder: 'En waardoor komt hij tot ontzag voor God?' De oude reageerde: 'Naar mijn mening daardoor dat hij zich van elke affaire onthoudt, bereid is tot lichamelijke inspanning en naar vermogen aan zijn levenseinde en aan het oordeel Gods denkt'.	24
Stilte	0439. Abbas Kronios sprak: Oudvader Jozef van Pelusium vertelde ons: Toen ik op de Sinaï vertoefde, was daar een voortreffelijke broeder, vriend van de ascese, maar ook van een gemakkelijk uiterlijk. Hij kwam in de kerk voor de viering en droeg een vaak verstelde korte oude mantel. En omdat ik hem voortdurend zo naar de bijeenkomst zag komen, zei ik tegen hem: 'Broeder, zie je niet, dat de broeders als engelen gelijk bij de viering in de kerk zijn? Hoe kun je simpelweg zo voor de dag komen, met oude rommel aan?' Ik nam hem dus mee naar mijn cel en gaf hem een albe en wat hij nog nodig had. Hij gedroeg zich voortaan als de andere broeders en zag eruit als een engel. Nu ontstond er voor de broeders destijds een situatie waarin zij in een aangelegenheid tien broeders naar de keizer moesten sturen, en zij besloten dat hij zich bij het gezantschap zou bevinden. Toen hij dat hoorde, wierp hij zich de vaders voor de voeten en zei: 'Omwille van de Heer, heb medelijden met mij, want ik ben slaaf van een van de hoge heren aan het hof, en als hij mij ziet, zal hij mij het monnikenkleed afnemen en mij weer tot slaaf maken'. Nadat de vaders zich inschikkelijk hadden betoond en hem met rust hadden gelaten, hoorden zij later van iemand die hem goed kende, dat hij in de wereld overste van de lijfwacht was geweest. Om niet opnieuw gezien en door de	21

Waken in gebeden Enig werk	<p>mensen lastig gevallen te worden, had hij die verklaring gegeven. Zoveel ijver hadden de vaders om de roem en eer van deze wereld te ontvluchten.</p> <p>0446. Eens kwamen er een paar bij abbas Lukios in Enaton [de negende mijlsteen voor Alexandrië]: monniken die men euchiëten (bidders) noemde. De oude vroeg hen: 'Waar bestaat jullie handwerk in?' Zij gaven ten antwoord: 'Wij raken met geen vinger enig handwerk aan, maar, zoals de apostel zegt, wij bidden zonder ophouden' (1 Tes 5,17). Daarop sprak de oude tot hen: 'Eten jullie niet?' Zij antwoordden: 'Jawel!' Hij zei tot hen: 'Wanneer jullie dus eten, wie bidt er dan intussen voor jullie?' Opnieuw sprak hij: 'Slapen jullie niet?' Zij zeiden: 'Welzeker'. En de oude daarop: 'Wanneer jullie dus slapen, wie bidt er dan intussen voor jullie?' Daar wisten zij geen antwoord op te geven. Hij sprak tot hen: 'Vergeef mee, maar jullie doen niet wat jullie zeggen. Ik wil jullie echter aantonen, dat ik ondanks het uitvoeren van mijn handarbeid zonder ophouden bid. Ik zet mij met God neer, laat mijn palmvezels weken en vlecht ze tot een touw. Daarbij zeg ik: Ontferm U over mij, o God, in uw grote ontferming, en naar de overvloed van uw ontfermingen was mijn ongerechtigheden af' (Ps 50,3). En hij vroeg hen: 'Is dat geen gebed?' Zij antwoordden: 'Jazeker!' Wanneer ik de hele dag met werken en bidden doorbreng, verdien ik zes munten, meer of minder. Twee ervan geef ik aan de deur (als aalmoezen), en met de overige gebruik betaal ik mijn eten. Degene die de twee munten gekregen heeft, bidt voor mij, terwijl ik eet of slaap. En door de genade Gods wordt zo door mij het bidden zonder ophouden vervuld' (Lc 18,1; Kol 4,2).</p>	10 20
Overdrijving en tekort	<p>0447. Een van de ouden kwam bij oudvader Lot aan het kleine meer van Arsinos en vroeg hem om een cel, en Lot gaf hem er een. De oude was ziek en abbas Lot gaf hem verzorging. En als er mensen kwamen die abbas Lot bezochten, bracht hij hen ertoe ook de zieke oude te bezoeken. Deze begon echter de ideeën van Origenes te verbreiden, en daar was oudvader Lot verdrietig over. Hij zei: 'De vaders zouden kunnen denken dat wij ook zo zijn'. Hem weggagen durfde hij echter niet omwille van het gebod. Zo ging hij op weg en kwam bij oudvader Arsenios; hem vertelde hij over de oude. Abbas Arsenios antwoordde hem: 'Verjaag hem niet, maar zeg hem: Eet van Gods gaven en drink zoals je wilt, maar laat deze opvatting niet meer horen'. Als hij ermee instemt, gaat hij de goede kant uit. Maar als hij zich niet wil voegen, zal hij uit zichzelf vragen om die plaats weg te mogen gaan. Dan gaat het niet van jou uit'. Oudvader Lot ging heen en deed zo. Toen de oude dat hoorde, wilde hij niet op het goede spoor komen, maar vroeg hierom: 'Stuur mij omwille van de Heer weg van hier, want ik kan de woestijn niet meer uithouden'. En hij verhief zich en ging weg, in liefde geleid.</p>	15
Stilte Vasten Plaats	<p>0449. Oudvader Longinos vroeg oudvader Lukios over drie gedachten. 'Ik zou graag op pelgrimstocht gaan'. De oude antwoordde daarop: 'Als je niet baas over je tong wordt, ben je geen vreemdeling, waar je ook heengaat. Beheers dus je tong, en je bent een vreemdeling'. Opnieuw zei de broeder: 'Ik wil vasten'. De oude gaf ten antwoord: 'De profeet sprak: Als jij je nek buigt als een ketting en als een riet, zal ook dat geen passend vasten genoemd worden (Js 48,2). Wees liever baas over je slechte gedachten'. Nu bracht hij het derde punt naar voren: 'Ik wil de mensen ontvluchten'. De oude zei daarover: 'Als je niet tevoren met de mensen in het reine gekomen bent, zul je het ook in de eenzaamheid niet kunnen vinden'.</p>	21 16 05
Stilte	<p>0469. Oudvader Macarios in de Skite, de grote, sprak tot de broeders, toen hij uit de viering kwam: 'Vlucht, broeders!' En een van de oude zei tegen hem: 'Waar moeten wij in deze woestijn nog heen vluchten?' Macarios legde hem de vinger op de mond en zei: 'Vlucht daarvoor!' En hij betrad zijn cel, sloot de deur en zette zich neer.</p>	21
Heil van de ziel	<p>0470. Dezelfde oudvader Macarios zei: 'Als je iemand te berispen hebt en daarbij in toorn ontsteekt, dan bevredig je je eigen hartstocht. In plaats van anderen te redden, verderf je jezelf'.</p>	15
Bezit	<p>0471. Dezelfde oudvader Macarios in Egypte trof een man met een lastdier, die hem zijn bezit roofde. Hij stapte als vreemde op de rover af en hielp hem het dier te beladen. In alle rust liet hij hem gaan, waarbij hij zei: 'Wij hebben</p>	12

	niets deze wereld, binnengebracht, en het is duidelijk dat wij er ook niets uit kunnen meenemen (1 Tim 6,7). De Heer heeft het gegeven zoals Hij wilde; zo is het ook gebeurd. Geprezen zij de Heer in alles! (Job 1,21).	
Bidden	0472. Sommigen vroegen oudvader Macarios: 'Hoe moeten wij bidden?' De oude antwoordde hun: 'Het is niet nodig veel woorden te zeggen (Mt 6,7), maar men moet de handen uitstrekken en zeggen: 'Heer, zoals U wilt en weet, ontferm U!' Als echter een aanvechting opkomt, dan: 'Heer, help!' Want Hij weet wat nuttig is en bewerkt aan ons ontferming'.	10
Meer uitgeven	0476. Een broeder kwam bij oudvader Macarios, de Egyptenaar, en zei tegen hem: 'Vader, zeg me iets! Hoe kan ik het heil verwerven?' De oude gaf hem een les: 'Ga naar de begraafplaats en hoon de doden'. De broeder ging er dus heen, hoonde de doden en gooide met stenen. Toen kwam hij terug en vertelde het aan de oude. Deze vroeg: 'Hebben ze niets gezegd?' Hij antwoordde: 'Nee'. Toen sprak de oude tot hem: 'Ga er morgen weer heen en loof hen!' De broeder ging erheen en loofde hen en sprak: 'Apostelen, heiligen, rechtvaardigen!' En hij kwam bij de oude en vertelde: 'Ik heb ze geprezen!' En hij vraagt hem: 'Hebben ze niets geantwoord?' De broeder antwoordde: 'Nee!' Toen leerde de oude hem als volgt: 'Je weet hoe hard je gesmaad hebt, en ze gaven je geen antwoord – en hoeveel je hen geloofd hebt, en ze hebben niets tegen je gezegd. Zo moet ook jij zijn, als je het heil verwerven wil. Word een lijk, sla geen acht op het onrecht van de mensen noch op hun lof – zoals de doden, en je zult gered worden!'	24
Duivel	0477. Eens trok oudvader Makarios met broeders door Egypte en daar hoorde hij hoe een kind tegen zijn moeder zei: 'Mama, een rijke houdt van mij, maar ik mag hem niet. En een bedelaar haat mij, maar hem mag ik'. Toen de abbas dit hoorde, stond hij verwonderd. En de broeders vroegen hem: 'Vader, wat is er met dat woord, dat jij er zo verwonderd van was?' De oude antwoordde hun: 'De waarheid is: onze Heer is rijk en houdt van ons, en wij willen niet naar Hem luisteren. Onze vijand echter, de duivel, is een bedelaar en haat ons, en wij beminnen zijn onreinheid'.	18
Blijven in de cel	0480. Abbas Isaias vroeg oudvader Makarios: 'Zeg mij een woord!' De oude antwoordde hem: 'Vlucht voor de mensen'. Toen sprak abbas Isaias tot hem: 'Wat betekent dat: voor de mensen vluchten?' De grijsaard gaf hem ten antwoord: 'Je in je cel zetten en je zonden bewenen'.	10
Rechtzetting	0481. Abbas Paphnutius, de leerling van abbas Makarios, vertelde: 'Ik vroeg mijn vader: "Zeg mij een woord", en hij antwoordde: "Doe niemand iets kwaads en oordeel over niemand! Onderhoud dat, en je zult het heil vinden!'	15
Rechtzetting	0484. Van oudvader Makarios werd het volgende verteld. Wanneer een broeder bij hem kwam als ging het om een heilige grijsaard en een groot man, en hem vol eerbied behandelde, dan zei hij niets tegen hem. Wanneer echter een van de broeders bij hem kwam en, als om hem neer te zetten, zei: 'Abbas, toen je nog kameeldrijver was en natron stal en verkocht, hebben de opzichters je toen niet een pak slaag gegeven?' Wanneer iemand zo met hem sprak, gaf hij met vreugde antwoord, als diegene hem iets vroeg.	15
Stilte	0492. [...] Oudvader Makarios deed deze uitspraak: Een kwaad woord maakt ook goede mense kwaad; een goed woord maakt ook kwade mensen goed.	
Rechtzetting	0496. Een broeder in de Skite had een scheve schaats gereden. Men belegde een vergadering en zond iemand naar abbas Mozes. Maar deze wilde niet komen. Toen stuurde de priester hem de opdracht: 'Kom, want het volk wacht op je!' Mozes stond op en kwam. Hij nam een korf vol gaten, vulde hem met zand en nam hem op de schouders. De broeders kwamen hem tegemoet en zeiden tegen hem: 'Wat is dat, vader?' Toen sprak de oude tot hen: 'Dat zijn mijn zonden. Achter mij lekken ze weg en ik zie ze niet, en nu ben ik vandaag gekomen om over andermans zonden te oordelen'. Toen zij dit hoorden, zeiden ze niets meer tegen de broeder, maar schonken hem vergeving.	15
Gastvrijheid	0499. In de Skite werd een keer aangekondigd: 'Deze week vasten!' Nu trof het toevallig, dat er broeders uit Egypte bij oudvader Mozes kwamen, en hij liet hun een beetje pap klaarmaken. De burens zagen de rook en zeiden tegen de geestelijken: 'Kijk, Mozes heeft het voorschrift overtreden en zich een pap gekookt'. Zij spraken: 'Wanneer hij komt, zullen wij het met hem bespreken'.	17

	Toen het weekend kwam, zagen de geestelijken de voorbeeldige houding van Mozes en zeiden met het volk erbij tot hem: 'O oudvader Moes, aan het voorschrift van de mensen heb je je weliswaar niet gehouden, maar wel aan dat van God!'	
Blijven in de cel	0500. Een broeder kwam in de Skite bij oudvader Mozes en verlangde van hem een woord. De oude zei tot hem: 'Weg, ga naar je cel en ga daar zitten, en je cel zal je alles leren'.	10
Dood	0505. Een broeder vroeg oudvader Mozes: 'Ik zie een opdracht voor me en kan ze niet vervullen'. Toen zei de oude hem: 'Als je geen lijk wordt als op het kerkhof, kun je ze niet vervullen'.	24
Vergeving	0510. Opnieuw sprak hij [oudvader Mozes]: 'Als hij [een mens] niet in zijn hart bewaart dat hij een zondaar is, verhoort God hem niet'. Een broeder vroeg hem: 'Wat is dat: je in je hart voor een zondaar houden'? De oude legde uit: 'Als iemand zijn zonden draagt, let hij niet op die van zijn naaste'.	15
Eigen wil	0511. Opnieuw zei hij [oudvader Mozes]: 'Als de daad niet met het gebed harmonieert, spant men zich tevergeefs in'. Toen sprak een broeder: 'Wat is dat: harmonie van daad en gebed?' De oude op zijn beurt: 'Dat is dat wij datgene waar wij om bidden, niet meer zelf doen. Wanneer de mens namelijk zijn wil opgeeft, verzoent God zich met hem en aanvaardt zijn gebed'.	10
Zondigheid	0514. Opnieuw zei hij [oudvader Matoe]: 'Hoe dichter een mens God nadert, des te meer ziet hij zichzelf als zondaar'. Ook Jesaja, de profeet, schouwde God, en hij omschreef zichzelf als armzalig en onrein' (Js 6,5).	15
Gastvrijheid	0518. Een broeder vroeg oudvader Matoe: 'Wat moet ik doen, wanneer een broeder bij me komt en het is net een vastendag of nog vroeg in de morgen? Dat brengt mij in vergelegenheid'. De oude antwoordde: 'Wanneer je je geen zorgen maakt en met de broeder eet, doe je daar goed aan. Maar wanneer je niemand verwacht en eet, dan is het je eigen wil'.	17
Priesterwijding	0521. Eens kwam oudvader Matoe van Rhaitos naar de streek van Magdaloi in gezelschap van een medebroeder. De bisschop drong de oude zijn macht op en maakte hem tot priester. Toen zij daarna bijeenzaten, zei de bisschop: 'Vergeef me, abbas, ik weet dat je dit niet wilde, maar om door jou gezegend te worden heb ik het aangedurfd'. Nederig gaf de oude ten antwoord: 'Mijn gedachten stonden er nauwelijks naar! Maar één ding valt me zwaar: dat ik nu van mijn medebroeder, die bij me is, gescheiden ben'. Want ik ervaar het als last, dat ik het hele gebed alleen moet doen'. De bisschop sprak daarop: 'Wanneer je weet dat hij waardig is, zal ik ook hem de handen opleggen'. Abbas Matoe sprak tot hem: 'Of hij waardig is, weet ik niet, maar één ding weet ik, dat hij beter is dan ik'. Daarop wijdde hij ook hem. Maar beiden stierven, voordat zij het altaar konden betreden om het offer op te dragen. De oude zei: 'Ik vertrouw op God dat ik door de handoplegging geen schuld heb, dat ik het offer niet opgedragen heb. Want de handoplegging is een zaak voor mensen zonder smet'.	
	0522. Abbas Matoe vertelde: Drie ouden kwamen een keer bij oudvader Paphnutius, Kephalas geheten, om hem om een woord te vragen. De oude sprak tot hen: 'Wat moet ik jullie zeggen? Iets geestelijks of iets profaans?' Zij zeiden: 'Iets geestelijks!' Toen sprak de oude tot hen: 'Ga, houd meer van onrust dan van rust, meer van geringschatting dan van eerbetoon en meer van geven van van nemen'.	
Stilte	0525. Een broeder stelde oudvader Matoe een vraag: 'Wat moet ik doen? Mijn tong geeft mij problemen! Wanneer ik midden onder de mensen ga, kan ik haar niet bedwingen. Ik beoordeel haar bij elk goed werk en * haar. Wat moet ik derhalve doen?' De oude antwoordde hem: 'Wanneer je je niet kunt beheersen, vlucht dan naar de eenzaamheid. Want het is een zwakte. Wie met broeders samenwoont, mag niet vierkant zijn, maar hij moet rond zijn, om zich tot iedereen te kunnen wenden'. En omtrent zichzelf bekende de abbas: 'Het is niet door deugd dat ik in de eenzaamheid zit, maar door zwakte. De sterken zijn het, die zich onder de mensen begeven'.	21
Vasten	0536. Men vertelde van een tweede abbas Megethios, dat hij zeer deemoedig was. Hij was leerling bij de Egyptenaren geweest en had met vele oudvaders verkeer, zoals abbas Sisoës en abbas Poimen. Hij had zijn verblijfplaats bij	16

	een rivier in de buurt van de Sinai. Nu gebeurde het dat een van de heiligen hem bezocht – zoals hij zelf vertelde – en deze sprak tot hem: ‘Wat leid je voor leven in de woestijn, broeder?’ Megethios antwoordde: ‘Ik vast iedere twee dagen en eet slechts één brood’. Toen zei hij tegen mij: ‘Als je naar mij wilt luisteren, eet dan elke dag een half brood’. Zo deed hij en vond daar rust bij.	
Vasten	0537. Sommigen vroegen oudvader Megethios: ‘Wanneer van een gekookte spijs iets voor de volgende dag over is, wil je dan dat de broeders het eten?’ De oude antwoordde hun: ‘Wanneer het bedorven is, is het niet juist de broeders te dwingen het te eten, want ze zouden ziek kunnen worden. Dan moet het veeleer weggegooid worden. Wanneer het echter nog goed is en alleen maar weggegooid wordt, omdat zij *heikel zijn en daarom iets anders gekookt wordt, dan is dat slecht’.	16
Gehoorzaamheid	0539. Abbas Mios; zoon van Beleos, sprak: ‘Gehoorzaamheid staat tegenover gehoorzaamheid. Wanneer iemand God gehoorzaamt, gehoorzaamt God ook hem’.	23
Gehoorzaamheid	0540. Hij [abbas Mios] vertelde van een oudvader (volgens de Latijnse traditie Olympios van de Skite) die in de Skite leefde, maar van slaven afstamde. Hij bezat de gave der onderscheiding in hoge graad. Ieder jaar ging hij naar Alexandrië om zijn heren de cijns te brengen. Zij kwamen hem tegemoet en wierpen zich op de knieën. De oude goot water in een bekken en zette het klaar om zijn heren de voeten te wassen. Zij echter spraken tot hem: ‘Nee, vader, doe ons geen pijn’. Maar hij zei tot hen: ‘Ik erken dat ik jullie slaaf ben en ik zeg jullie dank, dat jullie mij vrij hebben gemaakt om Gods slaaf te kunnen zijn. Zo wens ik jullie de voeten te mogen wassen, neem dit dan van mij aan als cijns’. Zij evenwel weigerden het aan te nemen. Toen sprak hij tot hen: ‘Wanneer jullie het niet aannemen, blijf ik in mijn positie van slaaf’. Uit eerbied lieten zij hem doen wat hij wenste. Zij lieten hem gaan met veel levensmiddelen en onder eerbetoon en lieten hem in hun naam aalmoezen uitdelen. Daardoor raakte hij in de Skite bekend en was geliefd.	02
Vergeving	0541. Abbas Mios kreeg van een soldaat de vraag of God boete wel aanneemt. Nadat hij hem in veel gesprekken onderricht had, sprak hij tot hem: ‘Zeg mij, mijn beste, wanneer jouw uniform een scheur heeft opgelopen, gooi je het dan weg?’ Hij antwoordde: ‘Nee, maar ik naai het en gebruik het weer’. Toen legde de oude hem uit: ‘Als jij dus je uniform spaart, zal dan niet ook God zijn eigen schepsel sparen?’	15
Vergeving	0546. Abbas Neilos sprak: ‘Alles wat je uit wraak doet tegen een broeder die jou beledigd heeft, zal in het uur van het gebed in je hart opduiken’.	15
Bidden	0552. Nogmaals [abbas Neilos]: ‘Wil niet dat jouw zaken zo gaan als jij zelf voor goed houdt, maar zoals het God bevalt. En je zult zonder verwarring en vol dank in je gebed zijn’.	10
Beproeving Innerlijke rust	0554. Nogmaals [abbas Neilos]: ‘De monnik wie de rust van het hart lief is, blijft onaangetast door de pijlen van de onvriend. Maar wie zich onder de mensen begeeft, krijgt voortdurend slaag’.	18
Werk	0557. Een broeder vroeg de oude: ‘Wat voor goede daad bestaat er, die ik moet doen om te leven?’ De oude antwoordde: ‘God kent het goede. Maar ik hoorde dat een van de vaders de oudvader Nisteroos de Grote vroeg, de vriend van oudvader Antonios, en zei: ‘Welk goed werk moet ik doen?’ En hij antwoordde: ‘Zijn niet alle bezigheden gelijk? Abraham was gastvrij – en God was met hem (Gn 18,1-9). Elia had de rust van het hart lief – en God was met hem (1 K 17,5; 19,4). David was deemoedig – en God was met hem (1 Sam 18,23 e.a.). Wat je ziet dat je ziel het in overeenstemming met God, doe dat, en je zult je hart bewaren’.	20
Stilte	0558. Oudvader Joseph zei tegen oudvader Nisteroos: ‘Wat moet ik met mijn tong beginnen – ik kan ze niet beheersen?!’ De oude antwoordde: ‘Heb je rust, wanneer je praat?’ Hij zei: ‘Nee’. Daarop de oude: ‘Wanneer je geen rust hebt, wat praat je dan? Zwijg dus liever. En wanneer het tot een gesprek komt, luister liever dan dat je praat’.	21
Armoede Naaste	0559. Een broeder zag dat abbas Nisteroos twee kledingstukken droeg. En hij vroeg hem: ‘Wanneer er een bedelaar komt en jou om een kledingstuk vraagt,	12

	welk geef je hem dan?' Hij antwoordde: 'Het mooiste'. De broeder vroeg verder: 'En wanneer een tweede jou vraagt, wat geef je hem dan?' Hij antwoordde: 'De helft van het andere kledingstuk'. De broeder: 'En wanneer nog een vraagt? Wat geef je hem?' Hij stelde zich te weer: 'Ik snijd de rest doormidden en geef hem de helft, en de andere helft doe ik om mijn middel'. Hij drong nog verder aan: 'Wanneer iemand ook dit nog van je vraagt, wat ga je dan doen?' De oude antwoordde: 'Ik geef hem de rest, dan ga ik ervandoor en laat mij ergens neer totdat God mij (een hulpvaardige mens) stuurt die mij bedekt. Want ik begeer niets van een ander'.	
Goed geweten	0560. Oudvader Nisteroos sprak: 'De monnik moet zich 's avonds en 's morgens afvragen: Wat van hetgeen God wil, hebben we vandaag gedaan, en wat van hetgeen Hij niet wil? Op deze wijze moeten zij hun hele leven inrichten. Zo leefde oudvader Arsenios. Bekommer je er elke dag om voor God zonder zonde te staan. Zo moet je tot God bidden, dat jij je steeds zijn tegenwoordigheid voor ogen houdt; want Hij is in waarheid tegenwoordig! Stel jezelf geen eigen wetten! Veroordeel niemand! De monnik moet ver blijven van zweren, vals zweren; liegen; verwensen, overmoedige behandeling, *Gelächter. Wie meer dan waardig geprezen en verheven wordt, hem treft veel straf'.	02
Stilte	0562. Oudvader Nisteroos (de cenobiet) werd door oudvader Poimen gevraagd, hoe hij aan die deugd gekomen was, dat hij in het klooster nooit een probleem ondervond, niet sprak en zich nergens mee bemoeide. Hij antwoordde: 'Vergeef mij, abbas, in het begin toen ik in het klooster kwam, zei ik tegen mijzelf: Jij en de ezel, jullie zijn één. Zoals de ezel *geschunden wordt en geen woord zegt, mishandeld wordt en geen antwoord geeft, zo moet ook jij zijn. Zoals de psalm zegt: Als een lastdier ben ik voor jou geworden, en ik ben altijd bij je' (Ps 72,22).	21
Beproeving	0565. Oudvader Niketa berichtte over twee broeders die bijeenkwamen om een gemeenschapsleven te leiden. De een nam zich het volgende voor: 'Wanneer mijn broeder iets wenst, dan zal zijn zin doen'. Evenzo dacht ook de ander: 'Ik zal de wil van mijn broeder doen'. En zij leefden vele jaren in grote eensgezindheid. Toen de onvriend dat zag, ging hij eropuit om hen te scheiden. Hij kwam aan de voordeur en vertoonde zich aan de een als duif en aan de ander als kraai. Toen zei de een: 'Zie je die duif daar?' De ander daarop: 'Dat is toch een kraai?' En zij begonnen te strijden, waar de een de ander tegensprak, en zij stonden op en begonnen een strijd op leven en dood tot de grootste vreugde van de onvriend, en zij scheidden zich. Na drie dagen kwamen zij tot zichzelf en werden bezonnen, wierpen zich voor elkaars voeten en toen gaf ieder toe dat het een vogel geweest was die zij gezien hadden. Zij herkenden de beproeving van de duivel en bleven ongescheiden bij elkaar tot het einde.	18
Kuisheid	0571. Oudvader Olympios sprak: Er kwam eens een heidenpriester naar de Skite en overnachtte in mijn cel. Toen hij het leven van de monniken zag, sprak hij tot mij: 'Zien jullie bij zo'n manier van leven niets van jullie God?' Ik antwoordde: 'Nee'. Toen zei de priester tegen mij: 'Werkelijk, wanneer wij voor onze God de heilige dienst doen, verbergt hij niets voor ons, maar openbaart ons zijn geheimen. En jullie nemen zoveel lasten op je schouders: nachtwaken, innerlijke rust, ascese, en jij zegt: Wij zien niets! Dan hebben jullie, als jullie niets zien, beslist slechte gedachten in jullie hart, die jullie van God scheiden en worden jullie zijn geheimen niet geopenbaard'. Ik ging weg en bracht aan de ouden de woorden van de priester over. Zij verwonderden zich en zeiden: 'Zo is het: de onreine gedachten scheiden God van de mens'.	19
Stilte	0576. Paesios, de broer van oudvader Poimen, had een keer een meningsverschil met iemand buiten zijn cel. Abbas Poimen zinde dat niet en hij vluchtte naar oudvader Ammonas. Hij zei hem: 'Paesios, mijn broer, heeft een onenigheid met iemand, en dat laat mij niet met rust'. Abbas Ammonas antwoordde hem: 'Poimen, je leeft toch nog? Vooruit, zet je in je cel en zeg tot je hart: Jij bent al een jaar in het graf'.	21
Stilte	0577. Er kwamen eens priesters naar de kloosters waar Poimen was, en abbas Anub ging er binnen en zei tegen hem: 'Laten wij vandaag de priesters	21

	van hier bij elkaar roepen'. Poimen stond daar lange tijd zonder antwoord te geven en *betrübt ging hij weg. Die dichtbij hem zaten, zeiden tot hem: 'Abbas, waarom heb je geen antwoord gegeven?' Abbas Poimen antwoordde: 'Ik heb er geen reden toe, want ik ben dood, en een lijk praat niet!'	
Vergeving	0586. Een broeder zei tot oudvader Poimen: 'Ik heb een grote zonde begaan en wil daarvoor drie jaren boete doen'. De oude antwoordde hem daarop: 'Dat is veel!' De broeder hernam: 'Maar een jaar lang dan?' De oude daarop: 'Dat is veel!' De aanwezigen waren van mening: 'Veertig dagen'. En weer zei de oude: 'Dat is veel. Ik zeg jullie: Wanneer een mens uit heel zijn hart spijt heeft en zich voorneemt de zonde niet meer te begaan, dan neemt God hem ook met een boete van drie dagen weer op'.	15
Kuisheid	0594. Abbas Isaak ondervroeg abbas Poimen over vnzige gedachten, en deze verklaarde hierbij: 'Het als met een kist die vol kleren zit: Wanneer iemand ze erin laat liggen, *vermodern ze op den duur. Zo is het ook met de gedachten: wanneer wij ze niet liefelijk uitvoeren, dan verdwijnen ze op den duur of vervallen'.	19
Kuisheid	0595. Abbas Joseph vroeg over hetzelfde onderwerp en oudvader Poimen antwoordde hem: 'Wanneer iemand een slang en een scorpioen in een vat gooit en het afsluit, gaan ze mettertijd dood. Zo ook de boze gedachten die van de duivels komen. Ze houden op bij geduldig uithouden'.	19
Vergeving	0597. Abbas Poimen sprak: 'Wanneer een mens zondigt, en het loochent als hij zegt: Ik heb niet gezondigd, veroordeel hem dan niet. Anders ontnem je hem de moed. Wanneer je evenwel zegt: Wees niet moedeloos, broeder, maar pas voortaan op! – dan wek je zijn ziel op tot berouw'.	15
Stilte	0601. Weer sprak hij [abbas Poimen]: 'Daar is een mens die schijnt te zwijgen, maar zijn hart veroordeelt anderen. Zo iemand praat in werkelijkheid ononderbroken. En er is een ander, die praat van 's morgens tot 's avonds, en bewaart toch het stilzwijgen, dat wil zeggen: hij zegt niets onnutigs'.	
Waakzaamheid	0686. Abbas Joseph berichtte over oudvader Poimen: 'Hij zei: dit is het woord dat in het evangelie geschreven staat: Wie een mantel heeft, moet die verkopen en zich een zwaard kopen (Lc 22,36). Dat wil zeggen: Wie rust heeft, moet die opgeven en de steile weg gaan'.	
Waakzaamheid	0709. Vaak zei abbas Poimen: 'Wij hebben niets anders nodig dan een waakzame geest'.	
Waakzaamheid	0711. Abbas Poimen vertelde: Een broeder vroeg abbas Simon: 'Wanneer ik mijn cel uitga en ik vind mijn broeder in verstrooiing, dan word ik met hem verstrooid. En wanneer ik iemand lachend aantref, dan lach ik met hem mee. En wanneer ik dan in mijn cel kom, is het mij niet mogelijk rust te vinden'. De oude antwoordde hem: 'Wanneer je je cel uitgaat en je treft iemand lachend aan, wil je dan ook lachen? En een kletskous, wil je dan ook kletsen? En als je je cel binnengaat, wil je dan jezelf vinden zoals je was?' De broeder antwoordde: 'Maar wat moet ik doen?' De oude gaf hem ten antwoord: 'Beoefen binnen de waakzaamheid, en buiten – beoefen haar'.	
Sterven	0756. Een broeder vroeg abbas Poimen: 'Abbas, er waren twee mannen, de ene een monnik en de andere een leek. De monnik overwoog op een avond het monnikskleed af te leggen, de leek om monnik te worden. Beiden stierven in diezelfde nacht. Wat wordt hun nu aangerekend?' De oude antwoordde: 'De monnik is als monnik gestorven en de leek als leek: in de staat waarin zij gestorven zijn, zijn zij heengegaan'.	
Sterven	0769. Men vertelde van abbas Pambo: Toen hij op sterven lag, zei hij in zijn stervensuur tot de heilige mannen die om hem heen stonden: 'Sinds ik op deze plek in de woestijn gekomen ben en mij de cel gebouwd heb, herinner ik mij niet, ooit brood gegeten te hebben dat ik niet door handarbeid verdiend had, noch voel ik spijt over een woord dat ik gesproken heb, tot in dit uur. En toch ga ik naar God als een die nog niet eens begonnen is God te dienen'.	
Waakzaamheid	0801. Een broeder vroeg oudvader Rufos: 'Wat is innerlijke rust en wat is het nut ervan?' De oude zei: 'Innerlijke rust is: in je cel zitten met eerbied en kennis van God en je verre houden van de herinnering aan wat je geleden hebt en van hoogmoed. Zulk een rust is de moeder van alle deugden, zij bewaart de monnik voor de vurige pijlen van de onvriend (Ef 6,16) en laat hem	

	<p>daar niet door verwond worden. Ja broeder, verwerf haar, indachtig je scheiden in de dood, omdat je niet weet op welk uur de dief komt (<i>Lc 12,39</i>). Voor de rest, wees waakzaam wat betreft je eigen ziel'.</p>	
Vrede Sterven	<p>0803. Toen abbas Romanos op sterven lag, verzamelden zijn leerlingen zich bij hem en zeiden: 'Hoe moeten wij leven?' De oude antwoordde: 'Ik weet niet dat ik ooit iemand iets beval te doen voordat ik niet zelf de gedachte gerealiseerd zou hebben; noch raakte ik vertoornnd, wanneer men niet deed wat ik gedaan wilde weten. En zo heb ik onze hele tijd met jullie in vrede geleefd'.</p>	
Werken en eten	<p>0860. Eens kwam een broeder bij abbas Silvanos op de berg Sina. Toen hij de broeders zag werken, zei hij tot de oude: 'Werkt niet om het vergankelijke voedsel (<i>Joh 6,27</i>). Maria heeft het goede deel gekozen' (<i>Lc 10,42</i>). Toen zei de oude tot zijn leerling: 'Zacharias, breng de broeder een boek en sluit hem op in een cel, waar hij verder niets heeft.' Toen het drie uur was, keek die broeder naar de deur, of ze niet iemand zouden sturen om hem voor het eten te roepen. Toen niemand hem kwam halen, stond hij op, kwam bij de oude en vroeg hem: 'Hebben de broeders vandaag niet gegeten?' De oude antwoordde: 'Jawel!' Hij zei verder: 'Waarom hebben jullie mij dan niet gehaald?' De oude reageerde: 'Aangezien jij een geestelijk mens bent, heb je dit voedsel niet nodig. Wij vleselijke mensen moeten echter eten, en daarom werken wij. Maar jij hebt het goede deel gekozen, doordat je de hele dag leest en geen vleselijke spijzen wil eten.' Toen de broeder dat hoorde, viel hij hem te voet en zei: 'Vergeef mij, vader.' En de oude las hem de les: 'Maria heeft beslist Martha nodig, want om Martha wordt ook Maria geroemd.'</p>	20
Kandidaten	<p>0903. Nog een keer sprak zij [amma Syncletica]: 'Het is riskant, wanneer iemand les wil geven die niet door het daadwerkelijke leven is heengegaan. Zoals iemand die een bouwvallig huis heeft, gasten opneemt en hun door de instorting van het huis schade berokkent, zo richten ook degenen die niet eerst zichzelf opgebouwd hebben, hen te gronde die zich bij hen aansluiten. Met woorden roepen ze hen tot het heil, maar door de slechtheid van hun levenswandel doen zij de strijders onrecht aan.'</p>	09
Armoede	<p>0950. Serapion, een van de monniken, die niets anders bezat dan een evangelieboek, verkocht dit en gaf de opbrengst aan de armen, waarbij hij de gedenkwaardige woorden sprak: 'Ik heb het Woord zelf verkocht, dat mij steeds toeriep: Verkoop wat je hebt en geef het aan de armen' (<i>Mt 10,21</i>).</p>	
Werken in stilte	<p>0961. Een broeder die in de buurt van een grote oudvader woonde, sloop heimelijk diens cel binnen en stal alles van hem wat hij bezat. Ofschoon de oudvader het zag, wees hij hem niet terecht, maar ging nog ijveriger aan het werk, waarbij hij zichzelf voorhield: 'Ik geloof dat die broeder het nodig heeft'.</p>	
Vergeving	<p>Zo kwam de oudvader te lijden onder een groot gebrek aan brood. Toen hij op zijn sterfbed lag en de broeders om hem heen stonden, ontwaarde hij onder hen ook degene die hem uit gewoonte bestolen had en zei tegen hem: 'Kom eens dichterbij, broeder'. Toen pakte hij hem bij zijn handen, kuste ze en sprak: 'Ik dank de handen van mijn broeder. Want om zijnentwil hoop ik het hemelrijk binnen te gaan'. De ander deed vermurwd boete en werd een zo strenge monnik, als hij het aan de oudvader als voorbeeld gehad had.</p>	
Gemeenschap van goederen		

CONCORDANS VAN DE INDELING VAN DE KARMELREGEL

OUDE NUMMERING (hoofdstukken)	NIEUWE NUMMERING (paragrafen)	BEGINREGELS VAN DE PARAGRAFEN
Proloog, aanhef	1	<i>Albertus, door Gods genade geroepen tot patriarch</i>
Proloog, vervolg (1)	2	<i>Veelvuldig en op velerlei wijzen hebben de heilige Vaders</i>
Proloog, vervolg (2)	3	<i>Echter, omdat jullie van ons vragen, dat wij</i>
1	4	<i>dat jullie één van jullie als prior hebben</i>
2	5	<i>Plaatsen nu zul je kunnen hebben in de eenzaamheid</i>
3	6	<i>Voorts dat jullie, aansluitend bij de ligging van de plaats</i>
4	7	<i>zo evenwel dat jullie in de gemeenschappelijke eetruimte</i>
5	8	<i>en dat het geen enkele broeder geoorloofd is</i>
6	9	<i>de cel van de prior sluite aan bij de ingang van de plaats</i>
7	10	<i>Laten zij ieder afzonderlijk in hun cellen blijven</i>
8	11	<i>Laten zij die met de clerici de canonieke uren kunnen zeggen</i>
9	12	<i>Laat niemand van de broeders zeggen dat iets</i>
	13	<i>Ezels echter of muilezels, voorzover jullie noodzaak</i>
10	14	<i>Een gebedsruimte worde, voorzover het enigermate</i>
11	15	<i>Behandelen jullie op zondagen ook of op andere dagen</i>
12	16	<i>Nemen jullie het vasten in acht, iedere dag</i>
13	17	<i>Onthouden jullie je van het eten van vlees</i>
14	18	<i>Omdat echter het leven van de mens op aarde</i>
	19	<i>Omgord moeten zijn de lendenen met de gordel der kuisheid</i>
15	20	<i>Verricht moet worden door jullie iets van werk</i>
16	21	<i>De apostel nu beveelt de stilte aan</i>
17	22	<i>Jij nu, broeder B., en ieder die na jou als prior</i>
18	23	<i>Ook jullie, overige broeders, eer je prior nederig</i>
Epiloog	24	<i>Dit hebben wij jullie kort geschreven</i>

INHOUDSOPGAVE

Voorwoord – door Sanny Bruijns O.Carm.	3
In memoriam	4
Verantwoording	5
Toelichting bij begrippen	6
Toelichting bij namen	7
Teksten van de woestijnvaders	11
Concordans van de indeling van de Karmelregel	34

