

LA VOIE ROYALE DU DÉSERT

« Actualité de la Spiritualité des Pères du Désert »

2^{ème} partie



Quelques Pères du désert

MACAIRE LE GRAND ET POEMEN

Article Croire.com

MACAIRE LE GRAND

Macaire le Grand, dit aussi Macaire de Scété (v. 300-391), ou encore Macaire l'Égyptien – à ne pas confondre avec son contemporain Macaire d'Alexandrie – est considéré comme l'un des pères du monachisme chrétien. Né en Haute Égypte, il mène d'abord une existence de chamelier et de contrebandier – d'après les écrits de l'évêque Sérapion de Thmuis, Macaire aide les trafiquants de nitre¹ à se rendre dans le désert de Wadi-Natroun – avant de vivre une conversion radicale autour de la trentaine, après la mort de ses parents. C'est au désert de Scété, à mi-chemin entre Le Caire et Alexandrie, que Macaire passe l'essentiel de sa vie dans une pauvreté et une humilité extrêmes.

Un apophtegme (Macaire 19) nous renseigne sur la façon dont Macaire lance la tradition de la prière continuelle, ou « prière du cœur », clé de voûte de toute la spiritualité chrétienne orientale rendue populaire avec les *Récits d'un pèlerin russe*, publiés au XIX^e siècle. « Quelques-uns demandèrent à l'abbé Macaire : « Comment devons-nous prier ? » Le vieillard leur dit : « Point n'est besoin de rabâcher ; il n'y a qu'à étendre les mains et dire : « Seigneur, comme tu veux et comme tu sais, aie pitié. » Et s'il

¹ Salpêtre ou sel de pierre.

*survient un combat : "Seigneur, au secours !" Lui-même sait bien ce qui est utile, et il nous fait miséricorde. »*²

Cette prière réduite à son noyau le plus simple vise à protéger le moine des assauts du démon. Elle s'appuie sur la Lettre de saint Paul aux Thessaloniciens (« *Priez sans cesse* », 5,17) et l'Évangile de Luc (5,17) : « *Jésus, fils de David, aie pitié de moi.* » Ou encore sur le psaume 69 : « *Dieu, viens à mon aide, Seigneur, à mon secours.* » « *Ce qui importe, explique Anne Heuse, c'est la simplicité de la prière. Plus la formulation est brève, plus elle jaillit spontanément chez celui qui prie. Macaire la répète jusqu'à cent fois par jour. Ce monologue verbal et mental assure la continuité du souvenir de Dieu et de la prière.* »

POEMEN

On sait très peu de chose de sa vie. Poemen (né vers 340) est toutefois une figure de premier plan parmi les Pères du désert, ces premiers moines chrétiens qui se retirent, à l'exemple de saint Antoine, dans les déserts d'Égypte pour vivre plus radicalement l'Évangile.

Quel portrait de lui se dessine à travers les Apophtegmes ?

« *Un frère demanda à l'abbé Poemen : "Qu'est-ce qu'un hypocrite ?" Le vieillard lui dit : "Un hypocrite est celui qui enseigne à son prochain une chose à laquelle il n'est pas encore parvenu"* » (Poemen 117)³. La force de ses paroles réside dans ce qui constitue la première règle chez les Pères du désert, à savoir qu'on ne peut enseigner ce que l'on n'a pas appris soi-même à pratiquer.

« *Malgré la reconnaissance dont il bénéficie, Poemen reste humble et continue à travailler sur lui-même. Il garde dans son cœur le statut de disciple* », décrit encore le frère Martin-François, citant cet apophtegme : « *Il a dit encore de l'abbé Pior que chaque jour il débutait* » (Poemen 85). Autrement dit, chaque jour, Poemen apprenait à se convertir, c'est-à-dire à avoir un regard nouveau sur les êtres et les choses.

« *Quelques-uns (...) lui demandèrent : "À ton avis, quand nous voyons les frères s'assoupir à l'office, faut-il les secouer pour qu'ils soient éveillés durant la vigile ?" Il leur dit : "Moi, quand je vois le frère s'assoupir, je mets sa tête sur mes genoux et je le fais reposer"* » (Poemen 92). Plein d'attention et de tendresse pour ses disciples, Poemen est particulièrement renommé pour sa charité, l'amour du frère étant gage de l'amour pour Dieu. « *Ses pensées se distinguent par leur humilité pratique, leur compréhension de la fragilité humaine et leur solide bon sens* », relevait le moine américain Thomas Merton⁴.

Que peut-on tirer de son enseignement aujourd'hui ?

D'une grande perspicacité spirituelle, acquise à force de porter attention à sa vie intérieure, Poemen donne de nombreux conseils pour apprendre à gérer ses « pensées », les émotions de toutes sortes qui nous traversent : jalousie, colère, tristesse... « *Nos pensées sont souvent comme des hôtes inopportuns. Dans ce cas, ce que nous avons de mieux à faire c'est de simplement les ignorer et de les laisser disparaître en nous faute d'oxygène*, explique le frère Martin-François. *Si nous donnons*

² Sentences des Pères du désert, Apophtegmes inédits ou peu connus, rassemblés et présentés par dom Lucien Regnault, traduits par les moines de Solesmes, Éditions de Solesmes, 360 p., 19

³ Les Apophtegmes des Pères, « Sources chrétiennes », 387, Cerf.

⁴ La Sagesse du désert. Apophtegmes des Pères du désert du IV^e siècle, Albin Michel, 120 p., 6,90 €.

corps à tous nos fantasmes, ils pullulent en nous. Poemen conseille aussi d'en parler à son abba. Par le simple fait d'amener les difficultés au grand jour, elles s'évaporent parfois. »

Poemen prône également la mesure, la douceur et la tendresse entre frères mais aussi par rapport à soi-même. « Ne pas condamner ni juger hâtivement, mais maintenir en toutes circonstances un esprit de compassion et de discrétion », résume le frère Martin-François. « Un frère interrogea l'abbé Poemen, lui disant : "J'ai commis un grand péché et je veux faire pénitence pendant trois ans." Le vieillard lui dit : "C'est beaucoup." Et le frère lui dit : "Au moins une année ?" Le vieillard dit de nouveau : "C'est beaucoup." Ceux qui étaient présents disaient : "Quarante jours ?" Il dit encore : "C'est beaucoup." Et il ajouta : "Moi, je dis que, si un homme se repent de tout son cœur et ne recommence pas à commettre le péché, trois jours suffisent pour que Dieu l'accueille." (Poemen 12)

La spiritualité **des Moines du Désert** se résume en trois mots
" Fuge, Tace, Quiesce " : "Fuis - Tais-toi - Garde le recueillement "

La première partie vous a présenté :

I - FUGE : Fuis

1° La fuite du monde

2° Prendre la Montagne

3° xéniteia (ξενιτεία) : l'Exil

4° Chercher Dieu

5° Vie active et vie contemplative

6° Vie cachée

II - TACE : Tais –toi!

1° La soumission

2° " L'Exagoreusis : l'ouverture du cœur "

3° La Voie Royale

4° Philosophia

5° La parrhesia

6° Un cœur qui écoute...

7° Humilité

8° Humour

9° La politeia la politique spirituelle

10° Murmure

Deuxième partie

11 °/ La Nepsis : la vigilance : un grand thème des Pères du Désert !

Abba Poemen : *Nous n'avons besoin de rien d'autre qu'un esprit vigilant!*"

On l'appelle " **garde de l'esprit** ", " **garde du cœur** ", ou " sobriété ", ou " repos de l'esprit " :

Soyez sobres et restez vigilants " dit St Paul

C'est l'activité de l'esprit qui veille et lutte pour **rester maître de lui-même**, de ses pensées, de ses impulsions, pour garder **sa lucidité intérieure** et sa disponibilité intérieure aux dynamismes de l'Esprit, en rejetant tout ce qui le trouble ou les combat...C'est l'attitude spirituelle qui correspond à l'attitude du chat qui semble dormir : il est apaisé...semble dormir... mais au moindre bruit, il saute sur la souris qu'il veille ! La nepsis, c'est une grande sérénité intérieure, mais aussi une extrême vigilance, voire une extrême méfiance, une grande maîtrise du cœur et une grande disponibilité intérieure qui évitent tout relâchement !

**Est-ce que mon cœur veille...ou suis-je endormi ou indifférent...ou ivre, étourdi de soucis, d'activités, de divertissements, de tentations auxquelles je cède sans prendre garde ?*

Suis-je **relâché, sans relâchement ?*

Aujourd'hui, on est aux antipodes de la nepsis : on cède à tout ce que le monde nous propose, nous impose par ses films, sa publicité, ses courants sociaux; ses divertissements, ses dégradations de toute sorte...

Nous sommes relâchés, décontractés, dans le relâchement général... mais on tombe dans la permissivité.

12°/ Toujours recommencer :

Abba Moïse⁵ : " *Si cet homme est un travailleur chaque jour et à chaque heure, il peut recommencer à se convertir* "

Toujours recommencer, c'est le secret de la sainteté : recommencer chaque année, chaque mois, chaque jour, chaque heure... Le re...est le chemin de la sainteté parce que c'est celui de l'approfondissement : répéter... reprendre... se renouveler..., renaître...

Et St Antoine⁶ disait : "*Augmentons chaque jour notre ardeur, comme si nous ne faisons que commencer* "

** Est-ce que j'accepte les recommencements, ou suis-je l'adepte des modes et des nouveautés, des coups de cœur, des coups de tête ?...*

13°/ Endurance :

" Seigneur, donne-moi la patience de supporter ces luttes jusqu'au bout " Abba Jean

" C'est le fait de beaucoup de commencer, mais peu vont jusqu'au bout. Et cependant seul la persévérance sera couronnée ...Aucune vertu ne s'acquiert sans travail et l'on ne parvient aux grandes récompenses que par les grandes fatigues. Le Royaume des Cieux, ce ne sont ni les désœuvrés, ni les indolents, ni les mous, mais les violents qui l'emportent, eux dont la magnifique violence s'est exercée non sur les autres, mais sur leur propre volonté... Ceux qui sont constants, fermes et fervents, croissent chaque jour vers le sommet de la vertu ". Pseudo-Bernard.

** Suis-je **endurant...ou changeant, versatile** ?*

⁵Abba Moïse né 330 ap. J.-C., Éthiopie, décédé en 405 ap. J.-C., Ouadi Natroun, Égypte

⁶Antoine le Grand, également connu comme **Antoine d'Égypte**, **Antoine l'Ermite**, ou encore **Antoine du désert**, est un moine considéré comme le père du monachisme chrétien. Sa vie nous est connue par le récit qu'en a fait Athanase d'Alexandrie vers 360. Il serait né vers 251 et mort vers 356

14°/ Tentation :

Les Pères du Désert ont particulièrement bien étudié le phénomène de la tentation... Jésus n'est-il pas lui-même tenté dans le désert ? Chez les auteurs spirituels orientaux, la tentation est ainsi décortiquée :

- d'abord la " suggestion " ou " attaque " : "**prosbolé** ", simple éveil dans l'âme, sans culpabilité, d'une impulsion mauvaise : sans "**anaitos** "
- l'homme peut alors entamer un dialogue avec cette pensée, soit pour lui opposer de bonnes raisons, soit pour lui prêter déjà une certaine complicité : **c'est la liaison, syndyasmos.**
- puis vient le combat, *palé*, contre la pensée mauvaise.
- ce combat peut se terminer par la victoire ou par le " consentement " **syncatathosi** , qui est le péché en acte.
- les consentements répétés engendrent la **passion, pathos**, qui nous incline au mal avec la spontanéité d'une seconde nature.
- Quant à la " captivité de l'âme " **aichmalosia**, c'est l'état de celui qui est enchaîné au Mauvais au point de ne plus pouvoir appliquer son esprit à Dieu.

Cette analyse nous révèle combien les Pères du désert étudiaient, décortiquaient notre attitude face au mal... Nous sommes loin de notre société permissive ou laxiste où tout est bien, rien n'est dangereux, tout peut être tenté, expérimenté...

15°/ Acédie : Lassitude spirituelle

C'est le manque d'intérêt spirituel, l'absence de goût, la lassitude du cœur, l'abattement de l'esprit, l'ennui face aux choses spirituelles...et en fin de compte, face à la vie. C'est autre chose que la nuit ...ou le désert spirituel, c'est plus psychologique. Découragement, torpeur, paresse, indolence, chagrin, négligence, indifférence, sont des symptômes de ce mal profond qui amène finalement un effondrement de la personnalité.

L'acédie, c'est la défaillance du cœur, akédia - qui entraîne la défaillance de la personnalité. Aujourd'hui, dirait-on dépression ?

Le démon de l'acédie est aussi appelé démon de midi..." *Il attaque le moine vers la quatrième heure et l'assiège jusqu'à la huitième heure !*"

Quels sont les remèdes ? :

" *Lorsque nous nous heurtons au démon de l'acédie, alors avec des larmes, divisons notre âme en deux parties : une qui console et l'autre qui est consolée et disons avec David : Pourquoi es-tu triste ô mon âme et pourquoi te troubles-tu ? Espère en Dieu et je /e louerai encore...*" Evrage⁷

Autrement dit, consolons-nous nous-mêmes en persévérant; il n'y a pas d'autres remèdes.

Ce remède, certains Pères le développent en 4 propositions :

- 1-" L'acédie nous pousse à fuir le lieu où nous sommes ; Remède : rester tranquille, persévérer sur place, **endurer l'épreuve.**
- 2- L'acédie nous fait trouver le temps long ; Remède : penser à l'imminence de la mort, à la vitesse du temps qui nous rapproche de la mort ;
- 3 - L'acédie nous pousse à nous dissiper au-dehors, à regarder par la fenêtre ; Remède : le penthos, la componction, les larmes. Pleurer un bon coup...sur ses péchés et sa misère
- 4- L'acédie nous pousse à abandonner travail et la prière ; Remède : **s'appliquer à son travail et**

⁷**Évagre le Pontique** (en grec médiéval Εὐάγγελος ὁ Ποντικός / 'Evagros o Pontikós) (346-399) est un moine du IV^e siècle ayant vécu dans le désert d'Égypte ; il fut le premier qui systématisa la pensée ascétique chrétienne.

à la prière. L'ange apparaît à St Antoine au désert alors qu'il est en pleine acédie et lui dit *d'alterner prière et travail, prier et faire quelque chose qui occupe l'esprit...* "

L'acédie est-il le mal de notre temps, l'ennui, la déprime, la lassitude?

* Quels sont nos remèdes contre cette tentation, ce mal du siècle ?

* L'endurance, la persévérance suffisent-elles ?

16°/ La discrétion:

C'est la juste mesure, et donc la voie royale : " *Ce qui manque de mesure est toujours pernicieux...* "

" *Aller par la voie royale signifie pratiquer la vertu de discrétion, c'est à dire s'égarer ni à droite ni à gauche, ne dépasser la mesure de la vertu ni dans le sens de l'excès, ni dans le sens du défaut...* "

19° Le silence :

Le silence est sacré mais ce qui est prioritaire, c'est l'amour du prochain.

Abba Poemen : " *Un homme peut garder le silence extérieurement et au fond du cœur condamner son prochain ; autant vaudrait parler tout le jour...* "

Les sept sceaux qui invitent à fermer la bouche : " *Notre bouche doit être gardée par 7 sceaux : raison de tranquillité, raison de profession (secret professionnel), pour sauvegarder la paix, pour dominer les affections et les mouvements du cœur, pour se soustraire aux affaires du siècle, pour pouvoir scruter la loi de Dieu et se livrer à la contemplation.* " Pierre de Celle⁸.

" *Qui pourra compter toutes les souillures que nous contractons par cet organe si petit en lui-même, la langue, et combien d'impuretés s'amassent sur les lèvres incircconcises ? Il y a la langue dissolue, qui ne sait se contenir, et se répand dans des conversations sans fin ; il y a la langue impudique, qui pousse l'intempérance jusqu'aux paroles inconvenantes ; il y a la langue orgueilleuse et prétentieuse, qui s'élève jusqu'à l'arrogance ; il y a la langue fourbe, qui devient tantôt menteuse, tantôt flatteuse ; il y a enfin la langue médisante, qui parfois lance des injures à la face, et d'autres fois déchire en secret...* » Saint Bernard

III- QUIESCE : **Garde le recueillement !**

1° L'Hesychia : Le repos spirituel, un autre grand thème des Pères du Désert :

C'est la grande sérénité intérieure. Abba Antoine a dit: "*Celui qui pratique l'hesychia dans le désert est délivré de trois genres de luttes : celle de l'ouïe, celle de la parole et celle de la vue. Il n'y a plus qu'un seul combat à mener : celui du cœur* ".

Hesychia, c'est **la solitude et le silence extérieurs**, qui conduit **au combat intérieur** contre les bruits, les agitations ou l'ennui, l'acédie de l'âme ...jusqu'à trouver **le repos et la quiétude intérieurs**, le calme profond du cœur et de l'âme !

Pour arriver à cet état, il faut libérer une force cachée au plus profond de nous... qui nous purifie de notre besoin d'activité et même de générosité, de notre besoin de sentir...c'est **le dépassement intérieur du cœur** qui goûte un au-delà de lui-même où l'on n'a plus à intervenir ni avec l'intelligence, ni avec la volonté, ni avec l'affectivité ... C'est **la non-intervention** pacifiée, le repos pacifiant...On rejoint les grands mystiques comme Sainte Thérèse d'Avila quand elle

⁸Pierre de Celle (ou Pierre de la Celle, latinisé en **Petrus Cellensis**) né à Troyes au début du XII^e siècle et mort à Chartres en 1183, est un moine bénédictin français.

nous parle de l'oraison de quiétude.

Thomas Merton⁹ explique l'hesychia ainsi : " *Les Pères du Désert n'étaient pas généralement adonnés à l'extase. Le " repos " qu'ils cherchaient était simplement l'équilibre et la modération d'un être qui n'est plus obligé de se regarder, parce qu'il est porté par la parfaite liberté qu'il trouve dans le repos. Porté où ? Partout où l'Amour, c'est à dire l'Esprit Divin, juge bon d'aller. Le repos était donc une sorte de vide et d'absence de volonté propre qui ne se préoccupaient plus du moi faux ou limité. En paix dans la possession sublime du "rien", l'esprit restait attaché secrètement au Tout, sans essayer de savoir au juste ce qu'il possédait (La Sagesse du désert de Thomas Merton)*

Hesychia dépasse " l'apatheia " des Stoïciens ou des Bouddhistes d'aujourd'hui, cet état de non-souffrance parce qu'on ne désire plus rien et qu'on se détache de toutes les affections possibles. Hesychia ne fait pas le vide..., mais le plein, c'est la plénitude sereine. C'est le repos demandé par Jésus: " *Venez à l'écart, dans un endroit désert et **reposez-vous un peu** " Ce n'est pas le quiétisme, la paresse indifférente, mais la quiétude, le repos dans l'effort permanent et pacifiant à la fois !*

* Comment cultiver cette hesychia, cette quiétude ?

* Quel travail intérieur sur moi dois-je faire ?

2° I Amerimnia : l'insouciance :

Abba Colobos¹⁰ dit un jour à son frère aîné : " *Je veux être sans souci (amerimnios) comme les anges sont sans souci ; ils ne font aucun travail, mais servent Dieu sans arrêt "*

Le seul souci à avoir est celui des choses de Dieu et non celui des intérêts temporels et de la vie présente : Mc 4, 1s- Mt 13, 22 ou Saint Paul " *Je voudrais que vous fussiez sans soucis "" donc, ne vous mariez pas !"* 1 Corinthiens 7.32, 38b

Les soucis empêchent l'hesychia... et inversement l'insouciance, l'amerimnia conduit à l'hesychia." *L'oeuvre principale de l'hesychia est une amerimnia parfaite à l'égard de toutes choses, raisonnables et déraisonnables !"* St Jean Climaque¹¹

3° I Lectio Divina :

C'est la lecture des Écritures ou de livres spirituels qui permet la "ruminatiô", la rumination du moine lui permettant de goûter la saveur de Dieu et d'entrer en oraison. " *Quand le moine lit, qu'il cherche la saveur et non la science, l'Écriture Sainte est le puits de Jacob d'où l'on extrait les Eaux que l'on répand ensuite en Oraison. Il n'est pas nécessaire d'aller à l'Oratoire pour prier; mais dans la lecture même, il y aura moyen de prier et de contempler..."* Écrits monastiques.

Et St Jean Chrysostome disait : *les moines se nourrissent d'une nourriture excellente ... des paroles de Dieu supérieures aux rayons du miel, miel merveilleux et bien meilleur que celui dont se nourrissait autrefois Jean Baptiste au désert..."* Ruminer, butiner, goûter la Parole de Dieu est le but de la Lectio Divina.

Mais lire en vérité exige une vie conforme à ce qui est lu : "Aucune lectio divina n'est

⁹ Thomas MERTON en religion Père Louis né le 31 janvier 1915 à Prades (Pyrénées-Orientales) (France) et mort le 10 décembre 1968 à Bangkok (Thaïlande), est un moine cistercien-trappiste américain. Converti au catholicisme en 1938, il devient moine trappiste à l'abbaye de Gethsemani peu après.

¹⁰ Jean Colobos né vers 339 à Bubastis, en Égypte et mort vers 405 au Mont Colzim, près de Suez.

¹¹ Saint Jean Climaque (né vers 579, Mort au mont Sināï vers 649.

valable pour les Pères si elle n'aboutit pas à un changement de vie, et il est inutile de s'étourdir par la lecture de nombreux textes avant d'avoir appris à vivre pleinement les enseignements d'un seul "

" Celui qui dissocie Écriture et vie, qui perd l'humilité et la Charité à la scruter sèchement ou à en discuter avec orgueil, celui-là n'y voit plus clair. Il faut aborder la lecture avec un cœur pur ".

4°/ Meleté : Méditation : c'est le travail de la mémoire du cœur

Saint Augustin : " Lorsque tu écoutes ou tu lis, tu manges ; lorsque tu médites ce que tu viens d'entendre ou lire, tu rumines afin d'être un animal pur et non impur ".

" Le cœur retrouve l'activité pour laquelle il a été fait : celle qui consiste à passer et à repasser la Parole en soi " Cassien l'appelle la " *volutatio cordis* ", le roulis du cœur, ou le bercement du cœur... Ce n'est pas la méditation-réflexion, au sens rationnel du terme... mais la continuelle répétition, la patiente rumination des mêmes mots... Le cœur roule en lui la Parole de Dieu pour se l'approprier lentement " Dom Louf¹²

" Nous sommes ici au fond de notre cœur et aux sources de notre existence, exposés sans défense à l'Amour de Dieu, à la force de l'Esprit, et à la toute puissance consumante de sa parole... Mon cœur a été blessé, percé, par cette Parole. Je ne la lâche plus maintenant. Près d'elle, je vais m'arrêter, m'attarder, monter la garde. Je la saisis, je la redis lentement dans le silence du cœur, je la berce dans cet espace intérieur à moi-même, je la remâche, je la laisse imprégner mon cœur de fond en comble. Il s'agit, au sens le plus littéral du mot, d'un lavage du cœur ". A. Guillaumont.¹³

5°/ Priez sans cesse :

" Le vrai moine, lui, doit prier sans interruption ou au moins psalmodier dans son cœur "

La prière spécifique est un moyen un temps, mais le but est la prière continuelle, c'est à dire la conscience d'une Présence permanente - d'une relation avec l'Autre - ce que Thérèse d'Avila appellera un commerce d'amitié avec le Seigneur.

6°/ Oraison Jaculatoire :

Il faut laisser le cœur parler...Parfois il crie, lance des cris, **c'est l'oraison jaculatoire** ; parfois il se tait, fait silence." *La cananéenne crie et est exaucée; l'hémoroïse se tait et est béatifiée; le pharisien parle haut et est condamné ; le publicain n'ouvre pas la bouche et est entendu...* " Epiphane.¹⁴

La grande loi, c'est la simplicité. L'oraison jaculatoire, c'est la prière comme des flèches lancées vers Dieu : " *On dit qu'en Egypte nos frères prient fréquemment, mais que leurs prières sont extrêmement courtes, comme des flèches qu'ils lanceraient vers le Ciel, de peur que l'attention vigilante, si nécessaire à celui qui prie, ne finisse par s'éteindre et s'appesantir dans des prières trop longues.* " Saint Augustin.

But de l'oraison jaculatoire : laisser le cœur parler et maintenir en éveil l'attention à Dieu... pour une prière continuelle.

7°/ Prière à Jésus :

La prière, quelle qu'elle soit, doit être centrée sur Jésus : " Il n'y a point d'autre méditation

¹²André Louf, moine trappiste, auteur spirituel de renommé, 1929 - 2010

¹³Antoine Guillaumont est un historien du christianisme oriental ancien, également spécialiste du syriaque et du copte et archéologue, né à L'Arbresle le 13 janvier 1915, mort le 25 août 2000

¹⁴Épiphane de Salamine ou Épiphane de Chypre est un évêque et théologien chrétien du IV^e siècle

excellente sinon ce nom Sauveur et béni de Notre Seigneur Jésus-Christ demeurant sans cesse en toi, ainsi qu'il est écrit : " comme une hirondelle je trisserai et comme une tourterelle je méditerai " Isaïe 38, 14 C'est ainsi que fait l'homme pieux qui retient constamment le nom salutaire de Notre Seigneur Jésus-Christ " Abba Macaire¹⁵

On doit crier perpétuellement " Seigneur Jésus!" Diadoque

La prière à Jésus deviendra la prière du cœur qui se confond avec notre souffle :

" L'hesychia est un culte et un service ininterrompu à Dieu. Que le souvenir de Jésus ne fasse qu'un avec votre souffle : alors vous comprendrez l'utilité de l'hesychia "

" l'attention est une incessante tranquillité du cœur dans le vide de toute pensée. Elle se fait de l'âme qui respire et invoque toujours intarissablement et sans cesse le Christ Jésus, Fils de Dieu et Dieu... " Dom Louf

" Il faut toujours tourner et retourner dans l'emplacement de notre cœur le nom de Jésus-Christ, comme l'éclair au firmament lorsque la pluie va tomber " St Jean Climaque

" Dosithée¹⁶ gardait aussi toujours le souvenir de Dieu, car Dorothee¹⁷ lui avait transmis l'usage de dire sans cesse : "Seigneur Jésus, aie pitié de moi..."et par intervalles "Fils de Dieu, viens à mon aide "

8°/ Bûche enflammée : c'est le dernier degré de la prière : la contemplation dans le Feu de Dieu

Hugues de Saint Victor¹⁸ : « le cœur charnel est comme du bois vert encore tout pénétré de l'humidité de la concupiscence. S'il vient à recevoir quelque étincelle de la crainte ou de l'amour divin, la fumée des troubles et des passions s'élève d'abord sous l'effet de la résistance, des mauvais désirs. Ensuite l'esprit s'affermir et quand la flamme d'amour commence à brûler plus vivement et à briller plus clairement, toute la fumée des troubles s'évanouit, l'âme purifiée s'élance vers la contemplation de la vérité. Enfin, lorsque le cœur a été pénétré par la contemplation assidue de la vérité, quand l'homme est entré de tout l'élan de son âme jusqu'à la moelle, à la source même de la souveraine vérité, alors devenu lui-même feu et transformé en flamme d'amour, il se repose de tout bruit et de toute perturbation dans une paix absolue " C'est le repos de la contemplation. »

¹⁵ **Abba Macaire** : Né (300) dans le delta du Nil, il fut d'abord chamelier. Sur l'appel de Dieu, il se retira seul dans une cellule de son village, Jibêr, pour y vaquer à la vie ascétique et à la prière. Mort en 390

¹⁶ **Dosithée de Gaza** (Δοσίθεος, VI^e siècle) est un moine ayant vécu au Proche-Orient et en Palestine. Disciple à Gaza du moine Séridos puis de saint Barsanuphe et de Jean l'Ancien de Gaza, il est mis au nombre des saints. Il est possible que *Dosithée* soit un autre nom de Dorothee de Gaza, plutôt que son disciple.

¹⁷ Dorothee de Gaza : né vers 500 et mort entre 565 et 580, est un saint de la région de Gaza et l'un des pères spirituels du désert palestinien

¹⁸ **Hugues de Saint-Victor** est un philosophe, un théologien et un auteur mystique du Moyen Âge, né en 1096, au manoir de Hartingham en Saxeet décédé le mardi 11 février1141

Voici donc cinq paroles des Pères du désert – une pour chaque jour de la semaine – pour faire le plein spirituellement et traverser cette nouvelle semaine du bon pied :

Lundi

L'abbé Hyperéchios a dit : « Aie toujours à l'esprit le royaume des cieux, et tu le recevras en héritage ».

Mardi

L'abbé Or a dit : « La couronne d'un moine est l'humilité ».

Mercredi

Un frère demanda à l'abbé Sisoès (mort en 429) : « Quelle est la voie qui mène à l'humilité ? ». Le vieillard lui dit : « La voie de l'humilité, c'est la tempérance, prier, et considérer que l'on est en-dessous de tout autre créature. »

Jeudi

L'abbé Sarmate a dit : « Je préfère un homme qui a commis un péché mais qui le reconnaît et en fait pénitence, à celui qui, n'ayant pas péché comme l'autre, se croit juste et innocent. »

Vendredi

Un frère demanda à l'abbé Sisoès : « Que dois-je faire, Abba, car je suis tombé ? ». Le vieillard lui dit : « Relève-toi. » Le frère dit : « Je me suis relevé et je suis tombé de nouveau. » Le vieillard dit : « Relève-toi encore et encore. » Alors le frère demanda : « Jusqu'à quand ? » Le vieillard répondit : « Jusqu'à ce que tu sois emporté ou dans le bien ou dans la chute ; car dans l'état où se trouve l'homme, ainsi s'en va-t-il au jugement. »

Site ALETEIA

Bibliographie sur les Pères du désert

- Athanase, *Vie et conduite de notre Père saint Antoine* (vers 370), trad. B. Lavaud, Bellefontaine, 1979.
- Robert Arnauld d'Andilly, *Vie des saints Pères d'Égypte et de Syrie* (1654, 2 vol.). Contient les Vies de saint Antoine, saint Paul de Thèbes, saint Pakôme.
- *Sentences des Pères du désert* (IV^e-V^e s.), abbaye Saint-Pierre, Solesmes :
 - *Les Sentences des Pères du désert, les apophtegmes des Pères* (recension de Pélage et Jean), trad. dom Jean Dion et dom Guy Oury, intro. dom Lucien Regnault, 1966, 314 p.
 - *Nouveau recueil. Apophtegmes inédits ou peu connus*, présentation dom Lucien Regnault, trad. du grec, du latin et du copte par les moines de Solesmes, 1970, 340 p., p. 253-274 : apophtegmes traduits de l'arménien, p. 219-251 : traduits du syriaque, p. 277-285 : traduits du copte, p. 129-137, p. 287-331 : traduits de l'éthiopien.
 - *Troisième recueil et tables*, 1976, 381 p., p. 129-137 : apophtegmes traduits du latin.
 - *Collection alphabétique*, trad. du grec, du latin et du copte, 1981, 347 p.
 - *Série des anonymes*, trad. et présentation dom Lucien Regnault, 1985, 367 p.
 - *Les Chemins de Dieu au désert. La collection systématique des « Apophtegmes des Pères »*, 1992, 348 p. (Nouvelle traduction refondue des 1^{er} et 3^e recueils des *Sentences des Pères du désert* en 1966 et 1976).
- Pallade de Galatie, *Histoire lausiaque* (418-419), trad., Desclée de Brouwer, 1981.
- Cassien, *Conférences* (420-428), Cerf, coll. Sources chrétiennes, 1955-1959, 3 t.
- André-Jean Festugière, *Les Moines d'Orient*, Cerf, 1961-1964, 4 t.
 - t. II (Les moines de la région de Constantinople) : Vie d'Hypatios par Callinicus, Vie anonyme de Daniel le Stylite,
 - t. III (Les moines de Palestine) : Vies écrites par Cyrille de Scythopolis, Vie de Théodosios par Théopodore de Pétra,
 - t. IV : *Histoire des moines en Égypte*, 1964 (récit d'un circuit en 394-395 par un groupe de moines palestiniens).
- Jean-Claude Guy, *Parole des anciens : Apophtegmes des Pères du désert*.

Œuvres

- Antoine le Grand, *Sur la vraie pénitence* (lettre à l'abbé Théodore), *Patrologie Grecque*, t. 40.
- Pacôme le Grand, *Règle* : Louis-Théophile Lefort, *Œuvres de Saint Pacôme et de ses disciples*, Durbecq, 1956.
- Évagre le Pontique, trilogie (entre 346 et 399) : 1) *Traité Pratique, ou Le Moine*, trad. Antoine et Claire Guillaumont, Cerf, coll. Sources chrétiennes, n° 170, 1971, 2 vol., 2) *Le gnostique*, id., 1989, 3) *Kephalaia gnostica ou Problèmes sur la gnose* (cf. Antoine Guillaumont, *Les « Kaphalia Gnostica » d'Évagre le Pontique et l'histoire de l'origénisme chez les Grecs et chez les Syriens*, Seuil, 1962).
- Jean Climaque, *L'Échelle sainte* (VII^e s.), traduction du P. Placide Deseille, éditions de Bellefontaine, Collection Spiritualité orientale, n° 24, 1997.