

Zevenentwintigste Trap: Verhandeling over de heilige stilheid (hêsychia)¹ van lichaam en ziel

Deel I

1a. Wat ons betreft, wij zijn als een soort gekochte en contractueel gebonden slaven van onze goddeloze hartstochten. Daardoor hebben wij enigmate én de listen én de gedragingen én de bevelen én de arglistigheden leren kennen van de geesten die heersen over onze ellendige ziel. Maar er zijn er anderen die, door de inwerking (*energeia*) van de Heilige Geest, en omdat ze van die geesten verlost (*apallagê*) zijn, innerlijk verlicht werden (*phôtizô*) over hun kunstgrepen. Want een ander is hij die uit de pijn, die hij tijdens zijn ziekte ondervindt, gist welke verkwikking (*anapausis*) de gezondheid brengt, en een ander is hij die vanuit het welbehagen (*euthymia*) dat hij ervaart als hij gezond is tracht te vatten en uit tekens op te maken de moedeloosheid (*athymia*) die men tijdens de ziekte ondervindt.

b. Wij vrezen derhalve, zwak als wij zijn, nu in onze verhandeling uit te weiden over de haven van de stilheid, daar wij weten dat er altijd een of andere hond aanwezig is bij de tafel van de goede monnikengemeenschap en poogt een brood, namelijk een ziel, van haar weg te roven en in zijn muil mee te voeren, en dan weg te lopen en het in eenzaamheid (*hêsychia*) op te eten.

c. Daarom, om door onze verhandeling geen gelegenheid te geven aan die hond, en geen kans te geven aan wie een kans zoeken, menen wij dat het niet geoorloofd is voor de vastberaden strijders van onze koning die zich in de strijd bevinden, nu over vrede (*eirênê*) te discussiëren. Maar wij zeggen alleen dit, dat voor hen die standvastig strijden, kransen van vrede en rust (*galênê*) gevlochten worden. Laten we, bij middel van een grove schets om een onderscheiding mogelijk te maken (*hôs en typôi diakriseôs*), indien u het goedvindt, nu bondig spreken over stilheid, om niet sommigen te ontgoochelen door dit onderwerp (*ton peri toutou logon*) ondertussen zonder onderzoek (*agymnastos*) te laten.

2.² Stilheid van het lichaam is kennis en goede orde (*katastasis*) van gedragingen (*êthos*) en gewaarwordingen (*aisthêsis*).

Stilheid van de ziel is kennis van gedachten en een overweging (*ennoia*) zonder verstrooiing (*asylos*).

Vriend van stilheid is een moedige en onverbiddelijke gedachte, die waakzaam aan de deur van het hart staat en de naderende (slechte) gedachten ofwel doodt ofwel afstoot.

Wie uit de grond van zijn hart³ (*en aisthêsei kardias*) de stilheid beoefent (*hêsychazôn*), begrijpt wat gezegd werd. Maar hij die nog maar een beginneling is, heeft daarvan geen ervaring en heeft er geen kennis van. Een wijze (*gnôstikos*) hesychast⁴ beoefenaar van de stilheid heeft geen woorden⁵ nodig, want door zijn werken werpt hij licht op die woorden.

3. Het begin (*archê*) van de stilheid is het van zich afstoten van gedonder (*ktypos*), omdat gedonder de diepte (*bythos*) (van het hart) in verwarring brengt. De volmaaktheid (*telos*) van de stilheid is geen stormgeraas (*thorybos*)⁶ te vrezen, maar er ongevoelig (*anaisthêteô*) voor te zijn.

4. Wie naar buiten gaat, maar niet met zijn woord naar buiten treedt, is zachtmoedig en helemaal een huis van liefde. Wie moeilijk te bewegen is (*dyskinêtos*) tot spreken, is gewoonlijk niet te bewegen (*akinêtos*) tot toorn⁷. Het tegenovergestelde is evident.

5.⁸ Hesychast is iemand die zich inspant om het onlichamelijke te omsluiten in het huis van een lichaam. Een zeer grote paradox⁹.

6. De kat bespiedt de muis, de geest van de hesychast de geestelijke muis¹⁰. Wimpel het geciteerde voorbeeld niet weg, anders hebt gij de stilheid nog niet leren kennen.

7. Een monnik die in eenzaamheid leeft (*monachos*) zou niet hetzelfde kunnen zijn als een monnik die samenleeft met een andere monnik, want een monnik die in eenzaamheid leeft, heeft veel waakzaamheid (*nêpsis*) en een geest vrij van verstrooiing nodig. De tweede (soort monnik) wordt dikwijls geholpen door een andere monnik, de eerste (soort monnik) wordt door een engel¹¹ geholpen¹².

8. Geestelijke machten vieren liturgie met de hesychast naar de ziel (*psychikos*) en wonen bij voorkeur in hem. Maar het tegengestelde zal ik voor u verzwijgen¹³.

9. Diep is de diepte der dogma's, maar de geest van wie in stilheid leeft duikt erin¹⁴ zonder gevaar. Het is niet veilig met kleding aan te zwemmen. En ook niet wanneer men hartstochten bezit, zich te wagen aan theologie¹⁵.

10. De cel van de hesychast is het lichaam dat hem omsluit, want binnenin bezit zij (de cel) een huis van kennis (*gnôsis*).

11. Wie lijdt aan een ziekte van de ziel en het leven in stilheid aanvat, gelijkt op een man die van een schip in zee springt, en meent bij middel van een plank zonder gevaar het land te bereiken.

12. Voor allen die tegen de leem¹⁶ vechten, voor hen komt het leven in stilheid op het gunstige ogenblik (*kairos*), indien zij tenminste ook een gids voor de weg (*hodêgôn*) bezitten. Want het leven in eenzaamheid (*monoômai*) heeft kracht van engelen¹⁷ nodig. Ik spreek over de ware hesychasten naar lichaam en geest.

13. De hesychast die in ijver verzwakt, zal leugens vertellen. Hij zal op bedekte wijze de mensen aansporen hem te doen ophouden met zijn leven in stilheid. Wanneer hij zijn cel verlaten heeft, beschuldigt hij de demonen. Maar het ontgaat hem dat hijzelf voor zichzelf een demon is.

14. Ik heb hesychasten (*hêsychazô*) gezien die hun brandend verlangen (*epithymia*) naar God op een onverzadigbare wijze verzadigden, en met vuur (*pyr*) vuur, en met liefde (*erôs*) liefde en met verlangen (*pothos*) verlangen opwekten.

15.¹⁸ De hesychast is het aardse beeld van een engel: met het charter van zijn verlangen en de brief van zijn ijver heeft hij zijn eigen gebed van nalatigheid (*oligôria*) en slordigheid (*rhaithymia*) bevrijd (*eleutheroô*).

16. De hesychast is (de monnik) die duidelijk roept: "Mijn hart is bereid, o God" (Ps 56,8). De hesychast is degene die zegt: "Ik slaap, maar mijn hart is wakker" (Hl 5,2)¹⁹.

17. Sluit de deur van uw cel voor uw lichaam, de deur van uw tong voor het spreken en de deur van uw innerlijk voor de demonen²⁰.

18. De windstilte en de middagzon krijgen de overhand over (*elegchô*) het geduld van de zeeman. Afwezigheid van de nodige dingen toont het uithoudingsvermogen van de hesychast. Wanneer de eerste de moed verliest zwemt hij in het water, wanneer de tweede lusteloos is (*akêdiaô*), mengt hij zich in de massa²¹.

19. Vrees niet de lawaaispelen (*ktypos*) (van de demonen), want de rouwmoedigheid (*penthos*) kent geen angst en heeft ook geen schrik (*ptyresthai*).

20. Zij wier geest geleerd heeft waarlijk te bidden²², die spreken

met de Heer van aanschijn tot aanschijn, zoals zij die tot het oor van de koning spreken; zij wier mond bidt gelijken op degenen die zich neerwerpen (prosterner) voor hem te midden van heel het samengeroepen hof. Al wie in de wereld verblijven richten hun smeekbeden tot de koning te midden van het lawaai (*thorybos*) van heel het volk. Indien gij op een verstandige wijze (*epistêmonôs*) de kunst van het gebed geleerd hebt, dan begrijpt ge goed wat er gezegd is.

21. Ga op een hoogte zitten en controleer uzelf, indien ge het mogelijkwijze kunt, en dan zult ge zien hoe en wanneer en vanwaar en met hoevelen en welk soort dieven komen om binnen te dringen en uw druiven te stelen²³. Wanneer de wachter vermoeid is, zal hij opstaan en bidden, en wanneer hij opnieuw is gaan zitten, zal hij zich moedig aan zijn eerste werk wijden.

22. Iemand die hieromtrent ervaring had opgedaan, wilde hierover precies en nauwkeurig spreken, maar hij vreesde dat hij ook de (geestelijke) werkers zou doen verzwakken en hen die zinnens waren zich in te zetten, weg te jagen door het lawaai (*ktupos*) van zijn woorden. Wie over de stilheid precies en met kennis van zaken spreekt, wekt de demonen tegen zichzelf op, want geen ander kan triomferen (*thriambeuein*) over hun onbeschaamdheden²⁴.

23. Wie de stilheid bereikt heeft, kent de afgrond van de mysteriën. Hij zou daartoe niet geraakt zijn, indien hij niet tevoren het bulderen (*thorybos*) van de golven en de winden (= boze geesten?) gezien en gehoord had en er wellicht ook door bespat werd. Wat gezegd is bevestigt de grote apostel Paulus, want indien hij niet in het paradijs [als in de stilheid] weggerukt was, [dan had hij geen] onuitsprekelijke woorden [kunnen] horen" (2 Kor 12,4).

24. Het oor van de stilheid zal van God buitengewone dingen vernemen. Daarom zei ook in het boek Job deze alwijze (stilheid) zelf: "Zal mijn oor van hem geen onuitsprekelijke dingen vernemen?" (Job 4,12).

25. Hesychast is wie alle mensen zo vlucht zonder haat, als een ander er van harte naartoe loopt, omdat hij niet belemmerd wil worden in het genieten van de zoetheid van God.

26.a.²⁵ Ga weg, deel spoedig uw bezittingen uit, want verkopen vraagt tijd (cf Mt 19,21) en geef het aan arme monniken, opdat zij door hun gebeden met u meelopen naar de stilheid, en neem

uw kruis op en draag het bij middel van de gehoorzaamheid (*hypakoê*)²⁶, en tors krachtig het gewicht van de uitroeiing van uw wil²⁷, en kom dan en volg mij naar de vereniging met de allerzaligste stilheid (cf Mt 16,24), en ik zal u de zichtbare handelwijze en levenswijze van de geestelijke machten²⁸ leren.

b. Zij (= de geestelijke machten) zullen er in de eeuwen der eeuwen niet genoeg van krijgen hun Schepper te loven. Ook zal hij die in de hemel van de stilheid binnengegaan is er niet genoeg van krijgen zijn Schepper te bezingen. De onstoffelijken (= de engelen) denken niet aan stof en ook de stoffelijke onstoffelijken (= de hèsychasten) zullen niet denken aan voedsel. De eersten zullen (met hun zintuigen) geen voedsel smaken, en ook de tweeden zullen geen belofte (van voedsel) nodig hebben. De eersten zijn niet bekommerd om geld en bezit en ook de tweeden bekommeren zich niet om de slechtheid der geesten (*pneuma*).

c. De hemelbewoners hebben geen begeerte naar een zichtbare schepping en ook de aardbewoners bezitten geen verlangen naar een zintuiglijk aanschouwen. Nooit zullen de eersten ophouden vorderingen te maken in de liefde, en ook de tweeden zullen niet ophouden dagelijks te wedijveren met de eersten. De eersten beseffen goed de rijkdom van hun vordering, en de tweeden zijn zich goed bewust van hun verlangen (*erôs*) hogerop te klimmen (*anabasis*). Zij zullen niet stoppen tot ze de serafijnen bereiken, en ook niet vermoeid worden tot ze engelen geworden zijn. Zalig wie hoopt, driemaal zalig die op het punt staat het doel te bereiken, engel is hij die het doel bereikt heeft.

Zelfde verhandeling: over de verscheidenheid en de onderscheiding van de verschillende soorten stilheid (hêsychiai)

Deel II

1.a.²⁹ Er bestaan in alle takken van de wetenschappen – wat iedereen weet – verschillen in opvattingen en inzichten. Want niet allen bereiken de volledige perfectie vanwege hun gebrek aan ijver en het tekort aan kracht.

b. Er zijn er derhalve die deze haven, of beter die zee binnenvaren of wellicht die afgrond (= leven in stilheid) binnengaan omwille van de zwakte van hun tong of de slechte conditionering (*prolepsis*) van hun lichaam³⁰. Anderen, omdat zij machteloos staan tegenover hun toorn en hem niet kunnen bedwingen te midden van de massa, de ongelukkigen. Anderen omdat zij uit eigenwaan (*oiêsis*) verkiezen eerder volgens eigen inzicht (*idiorrhythmia*)³¹ dan onder leiding (*hodêgia*) te varen. Anderen omdat zij te midden van het materiële zich niet kunnen onthouden van de materiële dingen. Sommigen, in de hoop door het leven in afzondering (*apidiastikos bios*) ijverig te worden. Anderen om zichzelf ongemerkt te tuchtigen voor hun zonden. Sommigen om daardoor (door de stilheid) voor zichzelf roem te verwerven.

c. Er zijn er ook anderen – moge de Mensenzoon bij zijn wederkomst zulke mensen op de aarde vinden (Lc 18,8) – die omwille van genot en dorst naar de liefde en de zoetheid van God zich in het huwelijk verbonden hebben met die heilige stilheid³². Maar ze doen het niet vooraleer zij een echtscheidingsbrief (*apostasion*) gegeven hebben aan alle lusteloosheid (*akêdia*)³³. Want een liefdesverhouding met deze laatste wordt beschouwd als echtbreuk tegenover de eerste.

2. Overeenkomstig de schrale kennis die mij gegeven werd, heb ik, als een onverstandige architect, met de bijl een ladder gehakt voor de opstijging. Dat dan ieder ziet op welke trap hij staat: is hij de beklimming begonnen om over zichzelf te beschikken (*idiorrhythmia*), om roem bij de mensen te verwerven, omwille van de zwakheid van zijn tong, omdat hij zijn toorn niet kan beheersen, omwille van de veelheid van zijn zinnelijke gehechtheden, om voor zijn zonden te boeten, om ijverig te worden, om

het vuur te vermeerderen. "De laatsten zullen de eersten zijn en de eersten de laatsten" (Mt 19,30). De zeven zijn derhalve de werken van de week van deze wereld. De ene zijn aangenaam, de andere niet. Maar het is duidelijk dat het achtste werk kenmerkend is voor de komende wereld.

3.a. Observeer, monnik die in de eenzaamheid (*monoumai*) leeft, de tijden van de wilde dieren³⁴, anders zult gij de gepaste valstrikken niet kunnen spannen. Indien zij (= de lusteloosheid; *akêdia*) die de echtscheidingsbrief ontvangen heeft zich volledig verwijderd heeft, dan is het werk overbodig, maar indien ze zich nog opdringt, weet ik niet hoe gij in stilheid zult leven (*hêsychazô*). Waarom dan waren er niet zoveel lichtgevers (*phôstêr*) bij de heilige Tabennesioten als bij de Sketioten³⁵? Dat wie verstandig is zijn verstand gebruikte. Want ik kan er niet over praten of liever ik wil niet³⁶.

b. De enen brengen hun leven door in die afgrond (=stilheid) terwijl ze hun hartstochten verminderen³⁷, anderen, terwijl ze psalmen zingen en zoveel mogelijk in het gebed volharden, anderen terwijl ze zich aan de contemplatie (*theoria*) overgeven (*prosechô/var. atenizô*)³⁸. Dat de kwestie onderzocht worde volgens de wijze van de ladder. Dat wie begrijpe, begrijpe in de Heer³⁹.

4. Er zijn luie zielen die in cenobietengemeenschappen leven en overvloedig de materie voor hun luiheid bezitten en komen tot een volledige ondergang. En er zijn er anderzijds die hun luiheid afleggen dankzij hun samenleven met anderen. Maar niet alleen bij nalatige zielen maar ook bij ijverige gebeurt dikwijls hetzelfde. Laten wij dezelfde norm gebruiken ook voor het leven in eenzaamheid (*hêsychia*) en zeggen: velen heeft de eenzaamheid (*hêsychia*) als deugdelijk opgenomen, en toch verworpen omwille van hun eigengereidheid (*idiorrhhythmia*) door ze te betichten van genotzucht (*philêdonos*)⁴⁰. Maar van anderen, die zij aanvaard had omwille van hun vrees en bezorgdheid over de ernst van het oordeel over hun eigen daden, heeft zij sommigen ijverig en vurig gemaakt.

5. Niemand die gekweld wordt door woede (*thymos*) en eigenwaan (*oiêsis*), door huichelarij (*hypokrisis*) en wrok (*mnêsikakia*), mag ooit durven het spoor van de eenzaamheid (*hêsychia*) te volgen, uit vrees dat hij daaruit (= uit de hesychia) alleen maar waanzin zal winnen. Maar indien iemand van die hartstochten gezuiverd is, dan zal hijzelf weten wat heilzaam is; maar ik meen

dat ook hij het niet eens zal inzien.

6. ⁴¹ Van hen die waarachtig (*logôi*) de stilheid beoefenen zijn karakteristieken, oefeningen en kentekenen de volgende: een geest die niet rust, een uitgezuiverde gedachte, verrukking in de Heer, het voor ogen houden van (de eeuwige) straffen, haast voor de dood, onverzadigbaar gebed, onverstoorbare waakzaamheid, verdwijnen van de onkuisheid (*porneia*), onwetendheid nopens gehechtheid (*prospatheia*), dood aan de wereld, geen trek hebben (*anorexia*) in gulzigheid, grondslag voor theologie (*theologia*), bron van onderscheiding, gave der tranen, vernietiging van de veelpraterij, en nog zulke dingen waartegen de massa liefst vijandig staat. Van hen die de stilheid niet waarachtig (*logôi*) praktiseren zijn de kenmerken de armoede zelf van de rijkdom⁴², groei van woede, opslaan van wrok, vermindering van liefde, vermeerdering van verwaandheid (*typhos*), en over de rest⁴³ zal ik zwijgen.

7.a. Daar onze uiteenzetting tot op dit punt gekomen is, is het noodzakelijk ook hier gedetailleerde uitleg⁴⁴ te verschaffen over hen die in onderdanigheid (*hypotagê*) leven, want tot hen vooral richt zich onze verhandeling. Van degenen die wetmatig, kuis én onbezoedeld gehuwd zijn met die waardige en mooie gehoorzaamheid vormen de volgende punten de kenmerken – die ook door de door God geïnspireerde Vaders beschreven worden – en die op hun eigen ogenblik tot volmaaktheid komen, in de veronderstelling dat wij er dagelijks naar streven, en vermeerdering en vooruitgang verwerven.

b. Het zijn: vermeerdering van initiële nederigheid, vermindering van toorn – hoe zou dat niet gebeuren, daar de gal geledigd werd? –, wegvallen (*elleipsis*) van verblindingen, toename van liefde, vervreemding van hartstochten, bevrijding van haat, vermindering van wellust door (onderlinge) terechtwijzing, onwetendheid nopens lusteloosheid (*akêdia*), groei van ijver, liefde vol medelijden, vervreemding van hoogmoed, voor allen begerenswaardige en door weinigen bereikte vervolmaking (*kathôma*). Wanneer een bron geen water geeft, is de naam bron niet toepasselijk. En de gevolgen zijn gekend door degenen die verstand hebben⁴⁵.

8. Indien een meisje niet trouw is aan haar huwelijksbed, bezoedelt ze haar lichaam. Indien een ziel haar belofte (van stilheid) niet houdt, bezoedelt ze haar geest (*pneuma*). De eerste wordt nagelopen door kritiek, haat, slagen, echtscheidingen, het ellen-

digste van alles. De tweede wordt gevolgd door bezoedelingen, vergeten van de dood, onverzadigbaarheid van de buik, niet beheersen van de ogen, beoefening van de ijdelheid, onverzadigbaarheid van de slaap, verstoktheid van het hart, ongevoeligheid (*anaïsthêsia*), opeenhoping van slechte gedachten, vermeerdering van de instemmingen (tot zonde), gevangenschap van het hart, verwekking van beroering, ongehoorzaamheid, tegenspraak, onbetrouwbaarheid, een onzeker hart, veelpraterij, gehechtheid, vrijpostigheid die het slechtste van alles is. Maar het ellendigste van alles is een hart zonder berouw (*akatanyktos*), waarop bij hen die niet aandachtig zijn de gevoelloosheid (*analgesia*) volgt, de moeder van de boze geesten (*pneuma*) en van het herhaalde vallen in zonde (*ptôma*).

9. Van de acht (boze geesten) bestrijden vijf de hesychasten (*hêsychazôn*), drie hen die in onderdanigheid leven (*hypotassomai*)⁴⁶. Wie in stilheid leeft (*hêsychazôn*) en de lusteloosheid bestrijdt, lijdt dikwijls schade want hij verkwist de tijd van het gebed en de beschouwing in de kunstgrepen en de worstelingen tegen haar (=de lusteloosheid)⁴⁷.

10. Toen ik eens ten prooi aan apathie (*rhaithymein*) in mijn cel zat en bijna dacht haar te verlaten, kwamen er mannen op bezoek en feliciteerden mij ten zeerste omdat ik als hesychast leefde. En aanstonds verzwoor de gedachte van apathie (*rhaithymia*) verdreven door de gedachte van ijdelheid (*kenodoxia*). En ik was verwonderd hoe deze demon met drie punten (*tribolos*) zich vijandig gedraagt tegen alle geesten.

11. Observeer uur voor uur de bewegingen en de hevige beroeringen van uw metgezel (= het lichaam), zijn neigingen en veranderingen, hoe en waarheen hij geneigd is. Alleen wie door de Heilige Geest gemoedsrust verworven heeft, bezit zeer goed dat inzicht.

12. Het eerste werk (*ergon*) van stilheid is vrijheid van zorgen (*amerimnia*) voor alle dingen, verstandige en onverstandige⁴⁸. Want wie de deur opent voor de eerste (= de verstandige dingen), zal zeker vallen in de tweede (= de onverstandige dingen). Het tweede werk van stilheid is volhardend gebed, en het derde onverstoorbare werking van het hart. Het is onmogelijk dat wie de letters niet geleerd heeft, zich op een natuurlijke wijze bezighoudt met boeken. Het is nog onmogelijker dat zij die het eerste werk niet verworven hebben, met verstand de (laatste) twee beoefenen⁴⁹.

13. Terwijl ik het middelste werk (= het volhardend gebed) beoefende, stond ik tussen de wezens die het midden houden (tussen God en de mensen: de engelen). En (een engel) verlichtte mij die dorstte (naar verlichting). En zie opnieuw bevond ik me in hun midden. Wat de Heerser (*Archôn*) was vóór zijn zichtbare gedaante, kon hij niet leren, want het was niet toegelaten. Ik vroeg hem dan te zeggen in welke toestand hij (= de Heerser) nu was. In de toestand die hem eigen is, zei hij, maar niet in uw (menselijke toestand). Ik vroeg dan: "Wat betekent zijn staan of zitten aan de rechterzijde van de Oorzaak?" Het is onmogelijk, zei hij, voor een (menselijk) oor in die mysteriën ingewijd te worden. "Breng mij dan op het juiste ogenblik waarheen mijn verlangen mij trekt", zei ik. Hij zegde: "Het uur is nog niet gekomen, omwille van het ontbreken van het vuur der onvergankelijkheid. Of het met mijn stoffelijk (omhulsel) of zonder mijn lichaam gebeurd is weet ik niet en kan ik ook in het geheel niet zeggen (cf 2 Kor 12,2)⁵⁰.

14. Het is moeilijk de middagslaap af te schudden, vooral in het zomerseizoen. Dan, en wellicht dan alleen, moet handenarbeid niet verworpen worden.

15. Ik kwam te weten dat de demon van de lusteloosheid (*akêdia*) van tevoren de weg voorbereidt en klaarmaakt voor de demon van de onkuisheid, om, na met geweld het lichaam krachteloos gemaakt en in de slaap gedompeld te hebben, bij de hesychasten (*hêsychazôn*) de zelfbevlekkingen te verwekken alsof ze klaarwakker waren. Wanneer gij hen krachtdadig weerstand biedt, zullen ze u zeer hevig bestrijden, om u te doen ophouden met uw (geestelijke) gevechten (*agônes*), als waren zij volkomen nutteloos. Maar niets kan de nederlaag van de demonen zo bewijzen als de hevigheid van hun strijd tegen ons.

16. Indien ge (uw cel) verlaat, bewaak dan wat gij verzameld hebt. Als de deur geopend wordt, dan vliegen de opgesloten vogels weg, en dan zullen wij geen enkel nut meer ondervinden van de stilheid (*hêsychia*)⁵¹.

17. Een haartje stoort het oog en een kleine bezorgdheid vernietigt stilheid, want stilheid is het afleggen van gedachten (*noêma*)⁵² en de verloochening van lovenswaardige bekommernissen (*phrontis*).

18. Wie waarlijk stilheid bereikt heeft, zal ook niet bezorgd zijn (*phrontizô*) om zijn eigen vlees, want hij die de belofte (*apaggeilamenos*) gedaan heeft is betrouwbaar (cf Tit 1,2; Mt 6,25-34).

19. Wie aan God een zuivere geest (*nous*) wil aanbieden, maar door bekommernissen beroerd wordt, gelijkt op een man die na zijn eigen voeten stevig geboeid te hebben snel probeert te lopen.

20. Zeldzaam zijn zij die zich in de profane filosofie tot de spits bekwamen. Maar ik beweer, nog minder talrijk zijn zij die de kennis van de goddelijke filosofie van de waarachtige stilheid bezitten. Wie God nog niet kent is ongeschikt voor stilheid en blootgesteld aan vele gevaren⁵³. Stilheid verstikt wie onervaren zijn, want zij die de zoetheid van God niet geproefd hebben verspillen hun tijd in herhaalde verstrooiingen (*aichmalôsia*) en in berovingen (*klopê*)⁵⁴ en in lusteloosheid en onstandvastigheid.

21. Wie de schoonheid van het gebed aangeraakt heeft, zal de massa vluchten als een woudezel, want wat, tenzij het gebed zelve, laat hem toe als een wilde ezel vrij te zijn (cf Job 39,5) van alle omgang met mensen?

22.a. Wie door hartstochten omklemd is en in de eenzaamheid (*erêmos*) leeft, let op hun ijdel gepraat (*adoleschia*). Zo zei ook en leerde mij een heilige ouderling, ik bedoel Georgios de Arsilaiet, die ook uw hoogwaardigheid zeer goed kent.

b. Deze man, die eens mijn ondeugdelijke ziel de beginselen onderwees en mij de weg toonde naar stilheid, zei: "ik heb opgemerkt dat 's morgens meestal de demonen van de ijdelheid (*kenodoxia*) en de begeerlijkheid (*epithymia*) op bezoek komen, 's middags die van de lusteloosheid (*akêdia*) en de droefheid (*lypê*) en de woede (*orgê*), 's avonds de mestvrienden (*philokopros*) en de tirannen van onze rampzalige buik"⁵⁵.

23. Beter een arme onderdanige (*hypotaktikos*) dan een hesychast door zorgen in beslag genomen.

24. Wie zich verstandig (*logôi*) wijdt aan de stilheid en de winst die zij oplevert niet iedere dag duidelijk ziet, beleeft ofwel de stilheid onverstandig, of wordt bestolen door eigenwaan (*oiêsis*).

25.⁵⁶ Stilheid is ononderbroken erediensdienst aan God (*latreia*) en een ononderbroken aanwezigheid (*parastasis*) bij God.

26. Dat de gedachtenis (*mnêmê*) aan Jezus⁵⁷ één worde (*henoô*) met uw ademtocht⁵⁸, en dan zult ge het nut van stilheid kennen.

27. Val voor de gehoorzame (*hypêkoos*) monnik is zijn eigen wil, voor de heremiet (*hêsychios*) onderbreking van gebed.

28. Telkens wanneer ge u verheugt over de komst van bezoekers in uw cel, weet dan dat ge alleen met de lusteloosheid (*akêdia*) bezig zijt en niet met God.

29. Dat voor u voorbeeld van gebed (*proseuchê*) zij, die weduwe die onrechtvaardig behandeld werd door haar tegenstander (Lc 18, 1-8). Weze voor u voorbeeld van stilheid (*hêsychia*) de grote en op een engel gelijkende hesychast Arsenius⁵⁹. Herinner u in uw eenzaamheid (*monia*) de levenswijze van die grote hesychast, en zie hoe dikwijls hij ook bezoekers wegstuurde, om het beste (deel) niet te verliezen.

30. Ik kwam te weten⁶⁰ dat de demonen de onverstandigen onder de rondzwerfende monniken (*gyreutês*) trachten over te halen hen die verstandig in stilheid leven (*hêsychazô*) vaker op te zoeken, om tenminste door hen de (geestelijke) werkers een weinig te kunnen hinderen. Pas op voor zulke lieden, mijn vriend, en aarzel niet zulke slappelingen met eerbied (*eusebôs*) te bedroeven, want misschien zullen ze omwille van die droefheid ophouden met rondzwerfen (*gyreuein*). Zie dat gij niet omwille van het hiervoor vermelde doel, zonder reden (*eikêi*) een ziel bedroeft die bij u van dorst water komt scheppen. In alles hebt gij een licht (van onderscheiding) nodig.

31. Dat het leven van hen die in stilheid leven (*hêsychazôn*), meer nog van alle monniken (*monazein*), verlope volgens geweten (*syneidêsis*) en gevoelens (*aisthêsis*) (van het hart). Wie op verstandige wijze (*logôi*) loopt, verricht al zijn ondernemingen, uitspraken en gedachten en al zijn stappen, bedoelingen en bewegingen volgens de Heer en werkt met oprechtheid van ziel (*en aisthêsei psychês*) en voor het aanschijn van de Heer⁶¹. Indien hij echter bestolen wordt (*kleptomai*), dan leeft hij nog niet volgens de deugd.

32. "Ik zal", zegt iemand, "mijn probleem (*problêma*) [en mijn wens (*boulêma*)] ontvouwen op mijn harp" (Ps 48,5), omdat mijn onderscheidingsvermogen nog gebrekkig is. Ik echter zal mijn wil (*thelêma*) offeren in mijn gebed, en vandaar zal ik de zekerheid (*plêrophoria*) verwachten⁶².

33.⁶³ Het geloof is de vleugel van het gebed, want indien het die vleugel niet bezit "zal mijn gebed terugkeren naar mijn boezem" (Ps 34,13). Het geloof is de twijfelvrije toestand van de ziel, die door geen enkele beproeving (*enantiotês*) in verwarring gebracht wordt. Gelovig is niet hij die meent dat God alles kan, maar hij die gelooft dat hij alles zal verkrijgen (waarvoor hij bidt).

34. Het geloof is de verschaffer van onverhoopte dingen. Dat bewijst de rover (aan het kruis). Moeder van het geloof is inspanning en een oprecht hart, want dit laatste maakt het

geloof onwankelbaar, het eerste verwekt het. Het geloof is de moeder van de hesychasten, want indien hij niet gelooft hoe kan hij dan in stilheid leven (*hêsychazô*)?

35. Wie geboeid in de gevangenis zit vreest de bestraffer. Maar wie als eremiet (*êremôn*) in een cel leeft vreest de Heer. De eerste vreest niet zozeer het tribunaal, als de tweede de rechtbank van de Rechter. Gij hebt veel vrees nodig, wonderbare man, om in stilheid te leven, want niets kan zozeer de lusteloosheid verjagen.

36. Een veroordeelde kijkt voortdurend gespannen uit naar het ogenblik waarop de rechter in de gevangenis komt. De ware (geestelijke) werker kijkt steeds gespannen uit naar het ogenblik dat hij die hem gaat wegvoeren⁶⁴ zal binnenkomen. Een vracht van droefheid is gebonden aan de eerste, maar aan de tweede een bron van tranen⁶⁵.

37. Indien gij u de stok van het geduldig verdragen (*hypomonê*)⁶⁶ verwerft, zullen de honden snel ophouden zich brutaal te gedragen. Het geduldig verdragen⁶⁷ is een onknakbare inspanning van de ziel, op geen enkele wijze geschokt door rechtmatige of onrechtmatige slagen. Geduldig verdragen is een inperking van de verdrukking (*thlipsis*) daar men haar dag na dag aanvaardt. Een geduldig man is een werker die niet wankelt en bij middel van zijn vallen (in zonde) de overwinning behaalt. Geduldig verdragen is de uitroeijing van voorwendsels en waakzaamheid over zichzelf.

38. De (geestelijke) werker (*ergatês*) heeft zijn voedsel niet zozeer nodig als geduldig verdragen. Want door het tekort van het eerste (= voedsel) zal hij zich een krans verwerven, bij het tekort van het tweede (= geduld) zal hij zich ondergang verwerven.

39. Een geduldig man is dood vóór (hij in) een (werkelijk) graf (ligt), daar hij van zijn cel een graf heeft gemaakt. Hoop en rouwmoedigheid (*penthos*) verwekt geduldig verdragen (*hypomonê*), maar wie beide niet heeft is slaaf van de lusteloosheid (*akêdia*).

40. De strijder van Christus moet weten welke soort vijanden hij zal verjagen van op afstand, welke hij van dichtbij kan bestrijden. Soms zal de strijd een krans verschaffen, maar soms brengt de afwijzing van een gevecht een diskwalificatie. Het is niet mogelijk zulke dingen met woorden aan te leren, want allen zijn wij niet voor hetzelfde en op dezelfde wijze gemaakt⁶⁸.

41. Observeer waakzaam (*nêphontôs*) één van de geesten⁶⁹ omdat

juist hij u zonder ophouden beoorloogt, als gij rechtstaat of u verplaatst of neerzit of beweegt of gij neerligt of bidt of slaapt.

42.a. ⁷⁰ Sommigen van degenen die neerzitten⁷¹ in de wedloop van de stilheid, houden zich voortdurend inwendig aan de praktijk (*ergasia*) van (deze gedachte): "Ik hield de Heer voor ogen altijd door" (Ps 15,8), want alle broden van het geestelijk voedsel van het hemelse graan zijn niet van één soort.

b. Anderen echter overwegen voortdurend: "Gij bezit uw zielen door uw geduldig verdragen" (Lc 21, 19). Anderen: "Waak en bid" (Mt 26,41; Mc 14,38). Anderen: "Bereid uw werken in het vooruitzicht van uw dood" (Spr 24,27).

c. Anderen: "Ik heb mij vernederd en Hij heeft mij gered" (Ps 114,6). Sommigen: "Het lijden van deze wereld kan niet opwegen tegen de komende heerlijkheid" (Rom 8,18). Enkel overwegen voortdurend: "Uit vrees dat hij u verscheure en er niemand is om u te redden" (Ps 49,22). "Allen lopen wel, maar één van hen krijgt de kampprijs" (1 Kor 9,24) zonder inspanning (*akopôs*).

43. Wie vooruitgang gemaakt heeft werkt niet alleen terwijl hij wakker is, maar ook terwijl hij slaapt⁷². Vandaar dat sommigen in hun slaap zelfs de demonen die hen benaderen beledigen en de ontuchtige vrouwen vermanen over de kuisheid (*sôphrosynê*).

44. Zit niet te wachten op en maak u ook niet van tevoren klaar voor bezoeken⁷³. Want de ingesteldheid van de stilheid is een en al eenvoud en ongebondenheid.

45. Niemand die een toren wil bouwen en een cel voor stilheid begint aan de onderneming, vooraleer hij is gaan zitten en berekend heeft en onderzocht heeft in gebed of hij de eigenschappen bezit voor de uitvoering, uit vrees dat hij soms, na de grondvesten gelegd te hebben, zich belachelijk maakt in de ogen van zijn vijanden en een hinder is voor andere werkers (cf Lc 14,28-30).

46. Onderzoek de zoetheid (*hêdytês*) die tot uw ziel komt uit vrees dat zij soms door slechte geneesheren, of eerder door belagers op een listige wijze werd gemengd.

47. Besteed 's nachts de meeste tijd aan het gebed, en een korte tijd aan de psalmodie⁷⁴. Maar maak u tijdens de dag opnieuw gereed naar best vermogen. De lectuur pleegt ten eerste de geest te verlichten en zijn concentratie te bevorderen, want de woorden zijn van de Heilige Geest en regelen (*rhytmizô*) volledig

het leven van wie hen nakomen. Vermits gij een (geestelijke) werker zijt, moet uw lectuur betrekking hebben op de ascese (*praktikê*), want het in de praktijk brengen van die woorden, maakt de lectuur van de rest overbodig.

48. Zorg ervoor dat de woorden van het heil u verlichten meer door werken dan door boeken. Houd u niet bezig met woorden met een geheimzinnige inhoud⁷⁵ vooraleer ge over geestelijke kracht beschikt, want daar het woorden der duisternis zijn, verduisteren ze de zwakken.

49. Eén beker reveleert dikwijls de smaak van wijn, en één woord van een hesychast toont aan degenen die het kunnen smaken (*geuomai*), heel zijn innerlijke activiteit en toestand.

50. Verwerp u een ziele-oog dat onverdroten aandacht heeft voor de eigenwaan (*oiêsis*), want van de valstrikken is er geen dodelijker dan die.

51. Beheers uw tong, als ge uw cel verlaat, want zij weet op korte tijd veel arbeid stuk te maken.

52. Oefen u in een eenvoudige levenswijze zonder bemoeizucht (*aperiergos*), want bemoeizucht (*periergia*) kan als geen ander de stilheid bezoedelen.

53. Dien aan wie u komen bezoeken het noodzakelijke op, voor het lichaam, bedoel ik, én voor de geest. Indien zij wijzer zijn dan wij, laten wij dan door stiltzweigendheid onze wijsheid (*philosophia*) tonen, maar, indien het gelijkgezinde broeders zijn, laten wij dan met mate de deur van de wijsheid openen. In ieder geval is het beter te menen dat zij ons geheel en al overtreffen.

54. Toen ik aan degenen die nog beginners waren lichame-lijk werk volledig wilde verbieden tijdens de goddelijke diensten (*synaxis*), belette hij het mij die heel de nacht het zand in zijn mantel droeg⁷⁶.

55. Zoals de formulering van de leer van de incarnatie (*ensarkos ekonomia*) van een persoon van de bezingenswaardige Drie-eenheid in tegenspraak is met de formulering van het dogma van de heilige en ongeschapen en aanbiddelijke Drie-eenheid – want wat daar (in de Drie-eenheid) meervoud is, is in Hem (Christus) enkelvoud, en wat daar enkelvoud is, is hier meervoud⁷⁷ –, zo ook zijn de handelingen die passen bij het leven in de eenzaamheid (*hêsychia*) anders en anders de handelingen die passen bij het leven in gehoorzaamheid⁷⁸.

56. De goddelijke apostel zegt: "Wie heeft de gedachte van de Heer gekend?" (Rom 11,34). Maar ik zeg: "Wie kent de gedachte

(*nous*) van de mens die in stilheid (*hēsychastês*) leeft naar lichaam en ziel?"

De macht van een koning is zijn rijkdom en de getalsterkte (van zijn onderdanen). De macht van een hesychast is de overvloed van zijn gebed.

NOTEN BIJ TRAP XXVII

1. N.B. 'Hesychia' wordt hier meestal vertaald door 'stilheid'; door 'eenzaamheid' alleen als het tegengesteld is aan het leven in gemeenschap. Apophtegma 1-2 van Arsenius bevat in notedop de leer van de hesychia: 1 Toen abt Arsenius nog aan het hof verbleef, bad hij eens aldus tot God: "Heer, leid mijn leven zo, dat ik gered word". En er kwam een stem die tot hem sprak: "Arsenius, vlucht de mensen, dan word je gered". 2 Toen hij zich afgezonderd had en leefde als monnik, bad hij eens hetzelfde nogmaals. En hij hoorde een stem tot hem zeggen: Arsenius, vlucht, zwijg, bewaar de stilte. Want dat zijn de wortels van de zondeloosheid" (Mon. Cah. 10-11, p.29).

Ir. Ha heeft aan de hesychia een beroemd artikel gewijd: L'hésychasme. Etude de spiritualité. OCP 1956, p 5-40; 247-285, waarin hij die drie aspecten: 1. vlucht (fuge); 2. zwijg (tace) en 3. bewaar de stilte (quiesce) belicht.

Vgl. ook K.W. Sil in Pr n. 2.

2. § 2 Definities van stilheid (hesychia).

Hesychia – stilheid betekent meer dan niet spreken. Het is een term die op drie niveau's kan begrepen worden, gaande van een meer uiterlijke betekenis tot een meer innerlijke.

1. (vlucht) Hesychia en eenzaamheid. In de oudste bronnen betekent de term 'hesychast' (en het werkwoord van dezelfde stam) een monnik die in eenzaamheid leeft, een eremiet in tegenstelling tot een lid van een cenobietengemeenschap. Deze betekenis komt voor bij Evagrius van Pontus (4e eeuw), Nilus en Palladius (5e eeuw), de Vaderspreuken, Cyrillus van Scythopolis, Joannes Moschus, Barsanuphius en in de wetgeving van Justinianus. Bij latere schrijvers: Gregorius van de Sinai (14e eeuw). Op dit niveau gaat het om een ruimtelijke relatie tussen mensen.

2. (zwijg) Hesychia, de spiritualiteit van de cel. Hesychia is het zich terugtrekken van de monnik in zijn cel, waarin hij in gehoorzaamheid aan een geestelijk vader in soberheid en waakzaamheid (nêpsis) leeft. Zijn cel is werkplaats en heiligdom. Zijn werk is ononderbroken gedachte aan God (mnêmê Theou) vergezeld van rouwmoedigheid. Zijn cel is de ontmoetingsplaats van de monnik met God die hij vindt in het gebed. Geïnterpre-

teerd in termen van de spiritualiteit van de cel, betekent hesychia niet alleen een uiterlijke en fysische conditie maar een toestand van de ziel. Het is de houding van wie met zijn hart voor God staat.

3. (bewaar de stilte) Hesychia en de terugkeer in zichzelf. Het innerlijk verstaan van stilheid (hesychia) wordt hier nog geaccentueerd. In het apoftegma van abt Arsenius kan men drie niveau's in de hesychia onderscheiden: 'vlucht, zwijg, bewaar de stilheid'. Het eerste niveau 'vlucht de mensen' is ruimtelijk, uiterlijk en fysisch. Het tweede 'zwijg' is nog uiterlijk: niet spreken. Op het derde niveau gaat men over van uiterlijke naar innerlijke stilheid. (Zo kan men hesychast zijn in het midden van de stad). Innerlijke stilheid, geïnterpreteerd als bewaking van het hart en inkeer in zichzelf impliceert een overgang van veelheid naar eenheid, van verscheidenheid naar eenvoud en geestelijke armoede. Stilheid impliceert een progressieve zelfontleding, waarin de geest ontdaan wordt van alle visuele beelden en menselijke concepten, en zo in zuiverheid het Rijk Gods aanschouwt. KW Silence in Prayer.

3. Zie Vö p. 268 n. 4.

4. D.i. beoefenaar van stilheid.

5. "Woorden": belering door anderen DK.

6. Een bijzonder probleem is de houding tegenover het 'lawaaï' (thorybos en ktypos). Een algemeen voorschrift lezen we in 31§43: 'Hier §3 geeft Jo.Cl. een gedifferentieerde houding die een graadmeter is voor de groei van de stilheid. Dat met 'lawaaï' het om een bekoring van de demonen handelt bewijst de vocabulariumgelijkenis met de vita Antonii van Athanasius (PG 26,848B). Vö p. 285 en n. 2.

In Athanasius, Leven van Antonius 5: (Vertaling Chr. Wa.) 'Hij viel de jonge man aan door hem tijdens de nacht in verwarring te brengen (thorybôn)' en 9: 'En zo veroorzaakte hij die nacht zo een hels lawaaï (ktypos)'.

In §23 behoren ktypos en thorybos tot het domein van zee en winden zodat we ook in §3 moeten rekening houden met een metonumie voor het optreden van de demonen. We vertalen daarom ktypos door 'gedonder', 'stormgedreun', en thorybos door 'geraas', 'bulderen'.

7. "Wie zijn cel verlaat in liefde, stilzwijgen en zachtmoedigheid, gaat helemaal niet naar buiten, in de zin dat hij de stilheid verlaat, ofschoon de toeschouwers de indruk hebben." Ss

Wie de innerlijke stilte bewaart als hij zijn cel verlaat. NR en DK.

8. §5 en 6: Definities van hesychast (hêsychastês).

9. Stilheid (hêsychia) is niet een zich vestigen in de woestijn, maar de reis ondernemen naar binnen, naar zijn eigen hart. KW SiP p. 26.

De eremiet poogt verder te gaan dan het cenobietenideaal. Zijn voornemen sluit iets in dat moeilijk te realiseren is, iets paradoxaals, wat uit deze definitie blijkt. Jo.Cl. gebruikt de gangbare terminologie. De monnik Stephanus 'omhelsde het eenzame (hêsychios) leven van de kluisenaar' en heet 'hêsychast en anachoreet' (7§49b en 50c). Hetzelfde erepredikaat krijgt abt Arsenius: 'hêsychast Arsenius' (27§29.49 en 26§25b); 'enigen die de

leiding hebben van de wedloop naar de stilheid (hêsychia) (§ 42a). Stilheid (hêsychia) = in de cel zitten. (27§16).

Rufus 1: 'Een broeder vroeg aan abt Rufus: "Wat is stilheid (hêsychia), en wat is het nut ervan?" En de grijsaard antwoordde hem: "Stilheid (hêsychia) is: in uw cel gezeten zijn in vreze en kennis van God, en u ver houden van wraakzucht en eigendunk. Zulke stilheid baart alle deugden, beschermt de monnik voor brandende pijlen van de vijand (Ef 6,16), en maakt dat hij er niet door gewond wordt. Ja, broeder, maak u haar eigen, indachtig uw heengaan door de dood, want u weet niet op welk uur de dief komt. In het algemeen trouwens wees nuchter". Mon.Cah. 10-11, p.230. (Voetnoot van Chr. Wa.: 'nuchter zijn, vrij zijn van welke bedwelming dan ook, is in zijn betekenis toegespitst op de geestelijke waakzaamheid: goed opletten, wakker van geest zijn, vooral door de beoefening van de ascese').

Bij Jo.Cl. begint reeds de gebruikelijke uitdrukkingwijze die we in de latere byzantijnse tijd en vooral in de kring van de Athosmonniken vinden. Vö p. 280v.

10. D.i. de duivel (DK); ook de gedachten (logismos) §2.

11. De relatie eremiet – engel is zo eng dat hij alleen de voorkeur geniet in zijn dagelijkse strijd door een engel ondersteund te worden, terwijl de andere monniken op menselijke hulp aangewezen zijn. Vö p. 288. Hiervoor vinden wij talrijke voorbeelden in de VS, Mon.Cah. 10-11, p.21, Antonius 1: "Het was een engel van de Heer, uitgezonden om Antonius terecht te wijzen en gerust te stellen."; Johannes Kolobos 33: "Een grijsaard trad de cel van abt Johannes binnen en trof hem slapende aan, terwijl een engel naast hem stond..." ibidem, p.113; Isaak van Thebais 1, ibidem, p. 130: "Toen hij nu vertrokken was, de woestijn in, kwam een engel des Heren."; Agathon 30, ibidem, p.47; Ephraïm 2, ibidem, p.80; Zenon 5, ibidem, p.87; Sisoës 33, ibidem, p. 239.

12. "Ik meen dat Jo.Cl. dit bedoelt: de alleen levende monnik wordt niet op dezelfde manier gered van de val als degene die een tweede monnik bij zich heeft, want de Schrift zegt: 'Wee de eenzame, enz'.. daarom is het niet zo goed alleen te zijn als een ander te bezitten, want zij redden elkaar door hun aansporingen. De toestand van degene die volledig alleen is is zeer vreeswekkend, indien de Heer geen hulp zou schenken." Ss

13. "Het tegengestelde is dat de boze geesten duidelijk de babbelaar en de veelprater en die lichamelijk alleen opgesloten is zonder nut, met zich meevoeren". sS

14. Bij Sophronius ontbreekt de ontkenning (ouk) die PG hier heeft.

Cf ook 7§25 Ir.Ha., Théologie p. 386. "De theologie van Jo.Cl. beweegt zich vooral in de antropologie en de moraal". ibid. p. 389.

15. De leer van Jo.Cl. over de kennis van God en de "theologie" komt overeen met die der andere kerkvaders in haar geheel (cf §23; 27 II §6.48; 30§12,13.14). De uitgangspunten van deze leer kan men als volgt resumeren: de intellectuele d.i. de conceptuele en discursieve kennis beantwoordt aan de staat van verval van de menselijke natuur, die het gevolg is van de zonde. Zij weerspiegelt een toestand van innerlijke verdeeldheid waarbij

de menselijke vermogens de een aan de andere uiterlijk geworden zijn en dikwijls tegengesteld (tweespalt van het intellect en de wil, van de hogere faculteiten en zintuiglijke vermogens). Geadapteerd aan een universum van "dingen" die geregeerd worden door de determinismen van een wereld in verval, kan de rationele logica niet toegepast worden noch op het universum van de menselijke personen en hun relaties, noch op God die boven de essentie en het ene staat, en zelfs niet op de redeloze schepselen, beschouwd in hun symbolische en god-openbarende natuur. De levende en integrale kennis van de werkelijkheid en van God veronderstelt de innerlijke hereniging van de mens; deze kan zich enkel voltrekken door een speciale uitstorting van de Heilige Geest, vrij en gratis, maar waarop het normaal noodzakelijk is zich voor te bereiden door de lichamelijke ascese en de bewaking van de gedachten, in berouw en rouwmoedigheid. Door de verlichting van de ogen van het hart, zal de mens dan wel niet de goddelijke essentie zelf kennen, maar door de uitstraling van haar ongeschapen energieën heen de intieme tegenwoordigheid van de heilige Drie-eenheid waarnemen, die hem vervult met vreugde en vrede, terwijl zij hem terzelfder tijd laat huiveren en als het ware duizelen voor de afgrond die hij ontwaart maar waarvan hij de diepte niet kan peilen. De ware theologen zijn mensen die, volgens de uitdrukking van Ivan Kireievsky, "spreken over een land waarheen zij geweest zijn" (cf VI. LOSSKY, *Théologie mystique de l'Eglise d'Orient*, Parijs, 1944, p. 36-37, 40-41). Een analoge opvatting van de "theologie" vindt men in het middeleeuwse Westen, namelijk bij de grote monastieke auteurs, benedictijnen en cisterciënzers, van de XIIe eeuw. Tegenover de opkomst van de scholastiek zegde Rupert von Deutz: "het syllogisme heeft geen plaats in de school van Christus, maar wel de nederige en liefdevolle aanbidding" (PL 170, col. 481) PD, p. 344.

16. Hun lichaam.

17. Jo.Cl. noemt het leven van de monnik (vooral van de heremiet §12) volgens een oude traditie een engelenleven (bios aggelikos). Daarom is hij het aardse beeld van een engel (§15) en is Arsenius een op een engel gelijkende hesychast (§29). In §26, geeft Jo.Cl. een gedetailleerde uitwerking van de vergelijking tussen engel en hesychast. Vö p. 288.

18. § 15-16: Definities van hesychast.

19. De hesychast kat'exochen is degene die luistert, die open staat voor de aanwezigheid van de Andere: "Wees stil en weet dat Ik God ben" (Ps 45,11). Wanneer hij zich inkeert in zichzelf, gaat de hesychast binnen in de geheime kamer van zijn hart en, staande voor God, mag hij luisteren naar het woordeloze spreken van zijn schepper. KW /SiP p. 32.

20. Men erkent hier de drie niveau's waarvan sprake is in n.1.

Betekenis: Verlaat uw cel niet zonder reden, onderhoud de stilte en sluit uw hart voor de demon. DK

21. Betekenis: Wie zijn geduld verliest grijpt naar verkeerde middelen.

22. Jo.Cl. maakt graadonderscheiden in het bidden. Naast het mondelinge gebed, vermeldt hij dat van de hesychasten "wier geest geleerd heeft waarlijk te bidden" (§20). Op andere plaatsen spreekt hij over een harts-

tochtloos gebed, kenmerkend voor de gevorderden en over een hoger stadium dat voor de volmaakten geldt: "onschendbaarheid van het licht van het gebed, rijkdom van de goddelijke verlichting" (26§14d). Vö p. 239. In tegenstelling tot het mondelinge gebed wordt hier een hogere vorm van gebed beschreven, waarin de geest (nous) bidt. Het gaat om een geluidloos gebed. De hesychasten spreken het van aanschijn tot aanschijn, als het ware in het oor van de koning, ze doen het in het geheim, niet in de openbaarheid (vgl. §21: "Wie de schoonheid van het gebed aangeraakt heeft, zal de massa vluchten als een woudezel"), wat wijst op een hogere trap. Vö p. 240.

23. Daar achter de hartstochten steeds de demonen staan, is de hesychast onophoudelijk door hen bedreigd. Vö p. 285.

24. Daar de demonen achter de hartstochten staan, is de hesychast blijvend door hen bedreigd, omdat ze zijn stilheid willen vernietigen. Deskundig over de stilheid spreken wekt hun tegenwerking op. Waakzaamheid is geboden (§21) en omzichtig valstrikken plaatsen (27,II§3). Vö p. 285.

25. In §26bc werkt Jo.Cl. een vergelijking tussen engel en hesychast breed uit tot in de details. Op twee gebieden zijn de engelen de leermeesters van de hesychasten. De hesychast sluit zich als laatste schakel van de keten aan bij de lofprijzing van de engelen voor hun Schepper, hij is medebedienaar in de liturgie met de engelen (aggelôn sylleitourgos).

(26§14d; §26b) en tevens 'medewerker (synergos) van de onlichamelijke en geestelijke machten' (31§78). Zoals de taak van de engelen erin bestaat de zonde van de mensen uit te wissen, zo poogt de heremiet hetzelfde te realiseren met zijn zuiverheid. Vö p. 288.

26. Jo.Cl. verklaart het woord van Christus over het opnemen van het kruis en de navolging als het verwerven en in de praktijk brengen van de gehoorzaamheid. Vö p. 38.

27. Het dragen van de dagelijkse verzaking aan de eigen wil is het eigenlijke martelaarschap van de onderdanigheid. Het leven is een voortdurende strijd tegen de wil die zich wil handhaven en daarbij door de demonen werkzaam ondersteund wordt. Vö p. 38.

28. D.i. de engelen. Vö p. 197 n. 3 over het vocabulaire van de engelen.

29. In § 1 en 2 geeft Jo.Cl. een kritisch overzicht van zeven motieven die de asceten naar de woestijn drijven. Alleen het laatste, het achtste motief beschouwt hij als het juiste: 'die omwille van genot en dorst naar de liefde en de zoetheid van God zich in het huwelijk verbonden hebben met de heilige stilheid'. De zeven zijn werken van deze wereld, het achtste is kenmerkend voor de toekomstige wereld. Vö p. 282.

30. "Ik meen dat hij spreekt over de voortvarendheid van de tong en deze zwakheid van de mond noemt. Met conditionering van het lichaam bedoelt hij werkeloosheid omdat zij zich gewend hebben aan nietsdoen en lichamelijke rust." sS

31. "Idiorrhymie betekent dat iemand aan zijn eigen levensregeling vasthoudt en zijn eigen wil vervult." sS

Met de eigenwaan is de idiorrhymie eng verbonden, een levenswijze die meent geen gids nodig te hebben en zich aan geen leiding te moeten

onderwerpen, maar op eigen krachten alles te bereiken. Dit wordt als teken van aanmatiging beschouwd en van hieruit wordt het bestaan van een valse heremiet veroordeeld, die in de eenzaamheid vlucht om het juk van de gehoorzaamheid niet op zich te moeten nemen. Vö p. 39.

32. Negatief geformuleerd: §25 '(hij die) niet belemmerd wil worden in het genieten van de zoetheid van God'. Vö p. 282 n. 4.

33. Jo.Cl. verlangt hier dat men de eenzaamheid niet zou opzoeken vooraleer de lusteloosheid vernietigd is. Hiervoor voert hij twee redenen aan: 1) de hesychast zou de tijd voor gebed en beschouwing bestemd, voor de strijd tegen de ondeugden verbruiken en daardoor de innerlijke vooruitgang remmen (§9); 2) een naast elkaar bestaan van de lusteloosheid en de ervaring van de zoetheid van God is onmogelijk (§1). Vö p. 95.

34. De demonen. De vita Antonii 5PG26,848B is hiervoor een goed commentaar: ze beschrijft uitvoerig de dierengestalten die de demonen 's nachts voorspiegelen. Vö p. 285.

35. "De vaders van Tabennisi (leerlingen van de heilige Pachomius) waren cenobieten; die van Skêtê (leerlingen van de heilige Macarius de Grote) hesychasten (eremieten)". S

36. "Het is duidelijk dat het werk van de eenzaamheid (hêsychia) groot is en oorzaak van grotere vordering dan het leven in gemeenschap (koinobion). Maar omwille van de zwakkeren wil hij dat niet zeggen." Ss

37. Naast de amerimnia (zorgeloosheid) en de concentratie op God behoort de strijd tegen de hartstochten tot de opgave van de eremiet. Hartstocht (pathos) en stilheid (hêsychia) sluiten elkaar wederzijds uit: §I 11; §II 5: toorn (thymos) en eigenwaan (oiêsis), huichelarijen wrok zijn geen geëigende voorbereiding op de stilheid. Zie ook §II 22: horen stilheid (hesychia) en stilzwijgen samen, zo ook hartstochten (pathos en veelpraterij (polylogia) en §II 52: ook nieuwsgierigheid (periergia) zonder hartstocht schaadt de stilheid. Vö p. 284 v.

38. Zich aan de contemplatie overgeven 'is een verdere karakteristiek van de hesychasten. Wanneer Jo.Cl. over de 'kennis' (gnôsis) spreekt is hij zeer terughoudend. Ook hier geeft hij geen wezenlijk nieuw inzicht. Eenmaal noemt hij de eremiet 'een huis van kennis' (§I 10 dat door zijn cel omsloten wordt. Hieruit kunnen wij besluiten dat hij de 'kennis' (gnôsis) als zijn kenmerk beschouwt. Hij laat hem in de goddelijke mysteriën binnendringen, de afgrond van de mysteriën kennen, wat een beproeving vooronderstelt (§I 23). Onder goddelijke mysteriën verstaat hij de 'zichtbare handelwijze en levenswijze van de geestelijke machten' (§I 26A) d.i. een schouwen van de geheimen van de werelden der engelen voor wie het gebed de eigenlijke voeding is en die onophoudelijk hun Schepper loven. Het gaat hier om wijdverspreide voorstellingen die teruggaan op de hemelse hiërarchie van de Areopagiet. Deze aanschouwen is de allerzaligste stilheid, die de heremiet kan bereiken. Vö p. 287.

39. "Jo.Cl. somt hier de werken op van de monniken die in eenzaamheid leven en gaat daarbij van de minst belangrijke naar de belangrijkste. Want de ene, zegt hij, voeren hun werk uit om hun hartstochten te matigen, en

wellicht ook vermoeien zij zich door handenarbeid, wat de taak is van de beginnelingen. Anderen, zegt hij, houden zich onledig met de psalmodie, wat het werk is van hen die reeds vorderingen maken. Anderen volharden in het gebed, wat het werk is van die reeds vorderingen gemaakt hebben. Anderen leggen zich toe op de beschouwing, wat het werk is van de reeds volmaakten. Vertrekkende van het laagste stijgen we op naar het hoogste. Hij gebruikt zijn uiteenzetting als een ladder. Want een ladder pleegt van de laagste trap op te stijgen tot de hoogste". s

40. Leven volgens eigen ritme (idiorrhymia) leidt tot genotzucht (philêdonia). Vö p. 281 n. 1.

41. In §6 geeft Jo.Cl. een overzicht van de volmaaktheid van de eremieten.

42. "De armoede van de deugden te midden van de rijkdom van de slechtheid." Ss

43. "De rest: ofwel de vleselijke zonde, ofwel de verbijstering van de geest, want die is een product van de hoogmoed, zoals ook de godslastering." sS

44. In §§ 7 en 8 schetst Jo.Cl. een beeld van volmaaktheid voor cenobieten. Hij raadt hun een dagelijkse vooruitgang (prokopê) te bereiken. Daarbij loopt de geleidelijke uitschakeling van de hartstochten (pathos) en het groeien der deugden, waarbij liefde (agapê) en nederigheid (tapeinôsis) geaccentueerd worden, parallel. Vö p. 279.

45. "Het heeft geen zin wie het gezegde niet bezit onderdanig te noemen." s

46. Wat betreft getal en volgorde van de hoofdzonden wijkt Jo.Cl. af van het gebruikelijke. Hier houdt hij vast aan het traditionele achttal. In 21§1 zegt hij dat hij Gregorius de Theoloog wil volgen die er zeven aannam door de ijdelheid en de hoogmoed samen te nemen. Desondanks behandelt hij beide ondeugden afzonderlijk in trap 21 en 22 en doet dat ook in de opsomming in 29§7-13. Had hij ze verenigd dan waren er geen zeven maar zes zonden geweest, omdat hij de droefheid overslaat. Hij kent haar evenwel en vermeldt haar op andere plaatsen (5§11; 26§29a). Ze staat ook in de tabel van 27§22b naast de lusteloosheid, maar ze ontbreekt in de catalogo. De indeling van het werk suggereert volgende rangorde: toorn, lusteloosheid, gulzigheid, onkuisheid, ijdelheid, hoogmoed, d.i. de zinvolle rangschikking van Evagrius, die met de grote zonden begon, werd door het naar voren schuiven van toorn en lusteloosheid verstoord. Maar in 29§7-13 neemt hij haar weer op: gulzigheid, onkuisheid, geldzucht, lusteloosheid, toorn, ijdelheid, hoogmoed; alleen de plaats van toorn en lusteloosheid is verwisseld. Vö p. 71.

47. "De "vijf" die de hesychasten bekampen zijn: lusteloosheid (akêdia), ijdelheid (kenodoxia), hoogmoed (hyperêphania), geldzucht (philargyria) en droefheid (lypê). De "drie" die vooral de cenobieten bestrijden zijn, gulzigheid (gastrimargia), ontucht (porneia) en toorn (orgê)." DS s S

48. De vrijheid van zorgen (amerimnia) is het belangrijkste werk van de stilheid. Iedere bekommernis heft de stilheid op en stoort de op God gerichte concentratie. Jo.Cl. maakt dit duidelijk door twee beelden: §16 (1109D) als de deur open is vliegen de vogels weg, en §19 wie bezorgd is, is als wie meent met gebonden voeten te kunnen lopen. Vö p. 283.

Arsenius 25 beschrijft het gevaar van een uitvallen van de concentratie nog krachtiger: "Wie in stilte wenst neer te zitten en het tjlpen van een mus hoort, heeft in zijn hart niet dezelfde stilheid (hesychia) meer." VS, Mon.Cah. 10-11, p. 33. Poimen 43: "Ook zei hij: Het begin van alle kwaad is de verstrooiing." id., p. 193.

Ha.Ir. omschrijft deze bepaling: "Het essentiële voor de hesychasten is a priori een volledige onverschilligheid te bezitten voor alle menselijke dingen, hoe redelijk ze ook schijnen". 'Onverstandig (alogos)' zijn de zonden en wat tot zonde leidt of geestelijk onnuttig is. 'Verstandig' (eulogos) is wat redelijk lijkt zoals zorg voor het lichaam en bekommernis voor de armen. De monnik moet ook hen verwijderen want zie §17. OCP 1956 p. 263.

49. "Jo.Cl. leert hier drie vorderingen of trappen aan: vrijheid van zorgen, volhardend gebed en onaantastbare werking van het hart. Welnu wie de vrijheid van zorgen verworven heeft kan de twee andere beoefenen, maar wie haar niet verworven heeft hoe kan hij zich toeleggen op gebed of waakzaamheid van het hart?" s

50. Voor deze paragraaf inspireert Jo.Cl zich op Gregorius van Nazianze, Orat. 40 (PG 36,424). PD p 345: zie de parafrase in s:

"Terwijl ik het middelste werk beoefende, namelijk het volhardende gebed, dat het midden is van de vrijheid van zorgen en de werking van het hart, stond ik tussen de wezens die het midden houden, zegt Jo.Cl.: namelijk te midden van de engelen, weggerukt door de beschouwing. Deze engelen houden het midden tussen God en mensen en door verlichting verzadigen ze hen die dorsten naar de goddelijke genadegave; en, zegt Jo.Cl., de engel die bij mij stond die ernaar dorstte te leren, verlichtte mij maar bevrijdde mij niet helemaal van verlegenheid. Want toen ik hem vroeg, zegt Jo.Cl., tijdens mijn schouwen wat Christus was vóór zijn incarnatie en welke zijn goddelijke gedaante was, antwoordde hij dat ook hij dat niet wist want het wezen van de godheid is voor de engelen zelf onkenbaar. Overigens ook de geest in mij omwille van zijn nog gebonden zijn aan het lichaam kon naakte objecten van beschouwing niet begrijpen. Vervolgens, na in de voorgaande vraag mijn doel gemist te hebben, vroeg ik: "en in welke toestand is Christus nu?" De engel zei: "in de toestand die hem eigen is namelijk in godheid en mensheid maar niet in veranderlijkheid en bederf, zoals gij nu." En opnieuw vroeg ik: "Hoe zegt de evangelist dat Hij zit en Stefanus dat Hij staat aan de rechterhand van de Kracht?" Maar de mystagoog die mij wilde verlossen van die vraag zegde dat het onmogelijk was dat dat door een lichamelijk oor begrepen werd. Opnieuw zegde de engel mij, door verlangen geprikkeld en bovendien verzoekende iets van die het 'zijn' overtreffende grootheid te begrijpen, dat het uur nog niet gekomen was, omdat ik nog niet waardig bevonden was deel te hebben aan de onsterfelijkheid. Of dat met mijn aards (omhulsel), namelijk met mijn lichaam, of zonder mijn lichaam (gebeurd is) kan ik in het geheel niet zeggen." s

51. "Wanneer gij uw cel verlaat, zegt Jo.Cl., wacht er u dan voor te pochen

met de deugden, die gij in de stilheid (hesychia) beoefend hebt. Want indien ge uw mond ondoordacht opent en vermetel spreekt dan worden uw verborgen deugden, die uw geest tot God verhieven, vernietigd en verzwinden: want de mond, zegt hij, brengt de onbezonnenen tot de ondergang." sS

"Een aanhoudend verblijf buiten de cel moet afgewezen worden, indien ge voor een leven in stilheid (hesychazô) gekozen hebt. Het is immers zeer schadelijk: het bederft de ziel, verduistert de gedachte (phronêma), dooft de liefde (pothos). Daarom werd er gezegd: "De onstandvastigheid van de begeerlijkheid (epithymia) ondermijnt een schuldeloze geest " (W 4,12). Snijd daarom de gehechtheden aan het vele af, opdat uw geest niet overstelpt geraakt en de gewoonte van de stilheid (hesychia) verstoort." S 52. Is een aanpassing van Evagrius, De Oratione 70 (PG 79,1181C): 'het gebed is het zich ontdoen van gedachten'. De hesychast is niet zozeer iemand die zich onthoudt van het ontmoeten en spreken met anderen, als iemand die in zijn gebedsleven afstand doet van alle beelden, woorden en discursieve redenering, die opgetild wordt boven de zintuigen en binnengevoerd in de zuivere stilte. KW SiP p. 31.

53. Omwille van de gevaren (§30) vermaant Jo.Cl. zich niet voortijdig op de weg van de stilheid te begeven. In feite moet de leerling reeds in de toestand van volmaaktheid leven om die weg in te slaan, wat de lijst van de deugden aantoont (§5.6). Deze resolute afkeer van het aardse is slechts mogelijk voor wie vast in het toekomstige geloof. Vö p. 281.

54. 'verstrooiingen en berovingen' d.i. de demonen bestormen hen met obsederende en misleidende bekoringen. PD

55. "mestvrienden" is de onkuisheid en de "tirannen van onze rampzalige buik" is de gulzigheid. Vö p. 62 n. 2.

56. §25 Definitie van de stilheid (hêsychia)

57. Deze uitdrukking is niet van Jo.Cl. maar van Georgius de Arsilaïet (§22a). De betekenis ervan is klaar. Dé zonde van de hesychast is de onderbreking van het gebed (§27), van de gedachte aan God, van het gevoel van zijn aanwezigheid, van de aanbidding van God. De naam van Jezus heeft hier geen andere betekenis dan bij Diadochus en de geestelijke literatuur over het algemeen. Het betekent dus niet de herhaling van enkele lettergrepen van het woord Jezus, maar: "dat bij ieder van uw ademhalingen de gedachte aan Jezus vernieuwd wordt", d.i. in de gewone ascetische taal "de gedachte aan God." Ir.Ha. OCA, 157, p. 249v. Anders NR in n. 51.

58. Deze §26 toont aan dat associatie van stilheid met de aanroeping van de Naam van Jezus – en blijkbaar ook met de daarmee verbonden ademhalingstechnieken – reeds voorkomt bij Jo.Cl. Wie zich toelegt op het innerlijk gebed wordt geconfronteerd met zijn innerlijke desintegratie en machteloosheid om zich te concentreren. Naast de antirrhethische methode om de gedachten (logismoi) te verdrijven kan men zijn toevlucht nemen tot het Jezusgebed. Door zich positief op Jezus te concentreren ontledigt men zijn geest van de slechte gedachten. KW SilinPr p. 33-37.

In de eeuw van de Athosmystiek en gebedspraxis heeft deze zin, die het gebed met de ademhaling verbindt, de aandacht getrokken van de hesychasten. Zij zagen in Jo.Cl. hun bewonderde voorloper. Zo kan men begrijpen dat Gregorius Palamas zich gaarne op hem beriep bijvoorbeeld in zijn hoofdwerk, de Verdediging van de h. hesychasten. Vö p. 9.

59. Over de manier waarop abt Arsenius zijn bezoekers afscheept zie VS, Mon. Cah 10-11, p. 30; 34; 37; 38-39.

60. Eigen bevinding omtrent de tactiek van de demonen. Vö p. 190 n. 1.

61. 'Voor het aanschijn van de Heer' is een thema dat veel voorkomt in de literatuur van de apophtegmata. Vö p. 282.

Antonius 3: 'Waar u ook heengaat, houd immer God voor ogen.' VS, (Mon.Cah. 10-11), p. 22.

Johannes Kolobos 27: 'Waakzaamheid is: in zijn cel neerzitten en altijd aan God denken.' VS (Mon.Cah. 10-11), p. 112.

62. In het gebed vindt er een ruil plaats: de mens biedt aan God zijn eigen wil aan, van God verwacht hij zekerheid (cf Evagrius, De Oratione 31-32; 80).

63. §34 en 35 Definities van geloof (pistis) en gelovige (pistos).

64. "namelijk de engel die het lichaam van de ziel scheidt." s

65. Voor §35-36 vgl. Ammonas 1: "Ga, en behandel uw gedachte zoals de misdadigers doen in de gevangenis. Zij vragen namelijk telkens aan de mensen: "Waar is de directeur, en wanneer komt hij eindelijk?" ... "Zo moet ook de monnik altijd op de uitkijk staan en zijn ziel berispen met deze woorden: "Wee mij, hoe zal ik voor Christus' rechterstoel verschijnen? En hoe zal ik mij voor Hem verdedigen?" VS, Mon. Cah. 10-11, p. 47-48.

66. De door de hartstocht en het demonische bedreigde stilheid (hesychia) beschikt over enkele bondgenoten: het geduldig dragen (hypomonê), de matigheid (sôphrosynê) en het stilzwijgen (siôpê). Vö p. 286 v.

67. §37 Definities van 'geduldig verdragen' (hypomonê) en geduldige verdrager (hypomonêtikos).

68. Vgl. 26§70.

69. "één van de geesten': volgens sommigen de demon van de ontucht, volgens anderen die van de ijdelheid, volgens nog anderen die van de lusteloosheid." Ss

Jo.Cl. heeft wellicht minder één bepaalde ondeugd op het oog dan een die ons in het bijzonder bekoort en verschilt van mens tot mens. PD

70. Ondanks de schijnbaar uiterlijke gelijkvormigheid heerst in de geestelijke activiteit van de eremieten een grote verscheidenheid, wat Jo.Cl. door de verschillende schriftwoorden die door ieder gemediteerd worden tracht aan te tonen. Vö p. 281.

Zo ook: Jo.Cl. geeft enkele van de gevarieerde vormen die het verborgen werk (krypta ergasia) kan aannemen (= § 42). Men ziet dat Jo.Cl. aan de vrijheid vasthoudt; de verborgen meditatie past zich aan de noden van eenieder aan (en is geen vaste formule zoals het Jezusgebed later). Ir.Ha., OCA 157, p. 250.

71. De incoherentie van de metafoor wordt verklaard door het feit dat

"neerzitten" betekent het leven van hesychast leiden; en dit leven, zoals ieder ascetenleven, is een wedloop, een stadion met atleten. Ir.Ha. OCA, 157, p. 250.

"Me dunkt is de metafoor zo afgezwakt dat kan vertaald worden: 'zich ophouden in'". VP

72. De strijd kan vooral 's nachts zijn hoogtepunt bereiken, omdat de nacht voor de demonen een geliefde tijd is om aan te vallen. Teken van grote volmaaktheid en van bereikte stilheid (hesychia) is wanneer men de tegenstander in de slaap zonder inspanning (akopôs) kan verjagen.

73. Jo.Cl. stelt het probleem van de bezoeker. Zie ook § II 30, § II 53. Vö p. 283 v.

74. Ondanks de waardering die Jo.Cl. heeft voor de psalmodie gaat zijn voorkeur naar het privaatgebed. Vö p. 59 n. 5; 237.

75. "Namelijk woorden met geestelijke betekenis, waarvan het waargenomen verschilt van het betekende. Het zijn woorden van duisternis. Het zijn raadselachtige en duistere woorden, – naar het woord: "Hij maakte de duisternis tot zijn schuilplaats" (Ps 17,12) – die schade berokkenen aan degenen die de letter niet kunnen overschrijden en doordringen tot de geest, omdat zij de woorden nemen zoals ze voorliggen, zoals in het Hooglied en dergelijke." sS.

76. "Toen de jonge Pachomius nog bij abt Palamon woonde en 's nachts door de slaap begon bezwaard te worden, liet deze hem zand dragen om zich te gewennen aan het waken. Dit voorbeeld belette mij alle lichamelijk werk aan beginnelingen te verbieden, omdat het bewijst dat het soms vruchten kan afwerpen". DK.

77. "In de H. Drie-eenheid belijden wij drie hypostasen en drie personen, maar één natuur en één wil; in Christus belijden wij één hypostase en één persoon maar twee naturen en twee willen." sS

78. Monnik en eremiet, iedere stand heeft zijn eigen opgave en levenswijze, die zich van de andere onderscheidt als het dogma van de Drie-eenheid en de Christologie. Vö p. 278.