

- ▶ On disait que l'abbé Elade était demeuré 20 ans aux cellules sans jamais lever les yeux pour regarder la voûte de l'église
- ▶ L'abbé Jean le nain a dit : "lorsqu'un roi veut prendre une ville à ses ennemis, il leur coupe d'abord l'eau et les vivres : alors, épuisés par la famine, ils capitulent. Ainsi, en est-il des passions de la chair : celui qui vit dans le jeûne et la faim verra s'effondrer les ennemis qui harcèlent son âme."
- ▶ Un frère interrogea l'abbé Isidore, le prêtre de Scété : "Pourquoi les démons te craignent-ils tant ? " l'ancien répondit : "depuis que je me suis fait moine, je me suis efforcé d'empêcher la colère de me monter à la gorge"
- ▶ L'abbé Macaire a dit : "si tu te fâches en reprenant quelqu'un, tu satisfais ta propre passion. Tu ne dois pas te perdre pour sauver ton prochain."
- ▶ Un jour l'abbé Sisoès disait : "croyez-moi, depuis 30 ans, je ne prie plus pour mes péchés, mais je lui dis dans ma prière : Seigneur Jésus-Christ, garde-moi de ma langue ! " mais jusqu'à présent, je tombe à cause d'elle et je commets le péché.
- ▶ L'abbé Sisoès a dit : " maîtriser sa langue, voilà la véritable xénitéia".