

# AMMONAS

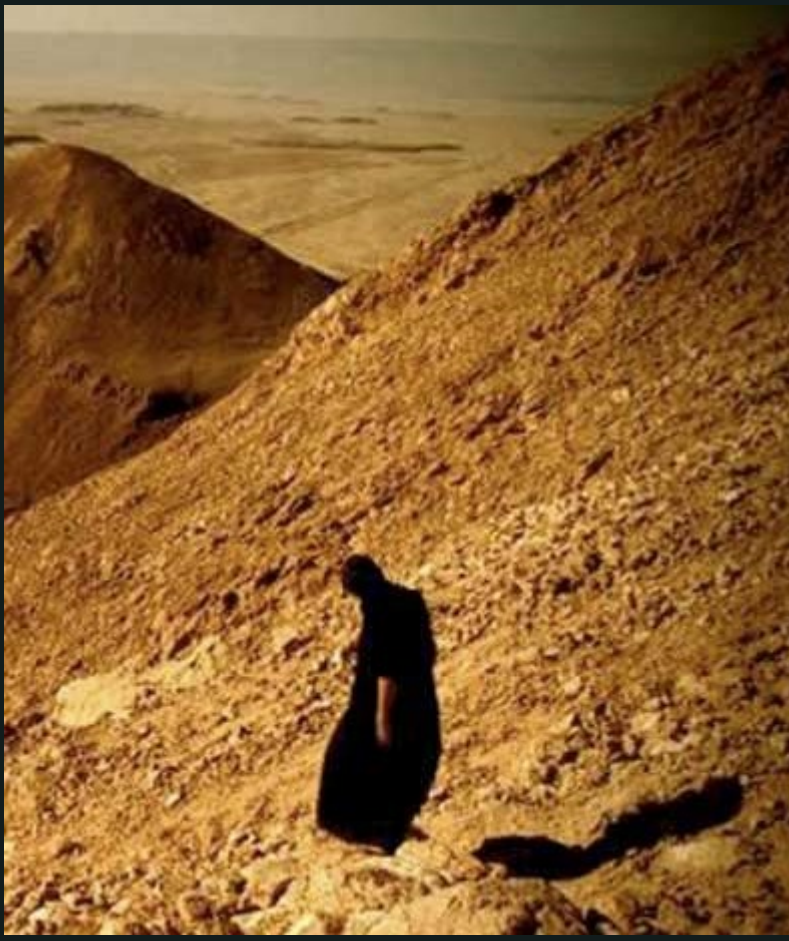
ἄββᾱς Ἄμμωνᾱς



## [LA BIOGRAFIA](#)

Abba Ammonas fu un discepolo di Antonio il Grande e suo successore sul monte Pispir. Molto probabilmente proveniva da Scete

come nel suo detto n.3: Abba Ammonas disse: "Ho trascorso quattordici anni a Scete chiedendo a Dio notte e giorno di concedermi la vittoria sull'ira". Più tardi divenne Vescovo (detto n. 8). Sono attribuite al lui anche diverse lettere che riportiamo in un'altro [nostro articolo](#).



1. Un fratello chiese ad Abba Ammonas: "Dimmi una parola", e l'anziano rispose: "Vai, rendi i tuoi pensieri come quelli dei malfattori. che sono in prigione. Perché chiedono sempre quando verrà il giudice e lo aspettano con ansia". Così anche il monaco deve dedicarsi sempre ad accusare la propria anima, dicendo: "Infelice che sono. Come potrò presentarmi al

tribunale di Cristo? Che cosa gli dirò in mia difesa?”. Se ti dedichi continuamente a questo, potrai essere salvato”.

2. Di Abba Ammonas si diceva che avesse ucciso un basilisco. Un giorno, recandosi nel deserto per attingere acqua dal lago e vedendo un basilisco, si gettò con la faccia a terra dicendo: “Signore, Signore, o muoio io o muore lui”, e subito, per la potenza di Dio, il basilisco si squarciò [1].

3. Abba Ammonas disse: “Ho trascorso quattordici anni a Scete chiedendo a Dio notte e giorno di concedermi la vittoria sull’ira”.

4. Uno dei Padri, raccontando delle Celle, disse che una volta c’era un anziano laborioso che indossava una stuoia. Andò a cercare Abba Ammonas, il quale, quando lo vide indossare la stuoia, gli disse: “Questa non ti serve a niente”. Allora l’anziano lo interrogò nel modo seguente: “tre pensieri mi occupano: quello di vagare per i deserti, o andare in una terra straniera dove nessuno mi conosce, o chiudermi in una cella senza aprire la porta a nessuno, mangiando solo ogni due giorni”. Abba Ammonas rispose: “non è giusto che tu faccia nessuna di queste tre cose. Piuttosto, siediti nella tua cella e mangia un po’ ogni giorno, tenendo sempre nel tuo cuore la parola del pubblicano, e sarai salvato”.

5. Alcuni fratelli trovavano la vita difficile nel luogo in cui vivevano. Volendo andarsene, vennero a cercare Abba Ammonas. Era fuori sul fiume. Vedendoli camminare lungo la sponda del fiume, chiese ai barcaioli di farlo scendere a terra. Poi chiamò i fratelli, dicendo loro: “Io sono Ammonas, alla cui dimora volete andare”. Dopo aver confortato i loro cuori, li rimandò da dove erano venuti perché questa difficoltà non derivava da una malattia dell’anima, ma semplicemente da un fastidio naturale.

6. Un giorno, quando Abba Ammonas andò per attraversare il fiume, trovò il traghetto pronto e vi si sedette. Poi un’altra

barca giunse sul posto e trasportò gli uomini che si trovavano lì. Gli dissero: "Vieni qui, padre, e attraversa il fiume con noi". Ma lui rispose: "Non mi imbarcherò se non sulla barca pubblica". Siccome aveva una manciata di rami di palma, si sedette, li intrecciò e poi li sciolse e poi li disfece, finché la barca non si accostò. Così fece la traversata. Allora i fratelli inchinandosi verso di lui, gli dissero: "Perché hai fatto così?" L'anziano rispose loro: "Per poter camminare senza ansia di spirito". Questo è un esempio: dobbiamo camminare sulla via di Dio in pace.

7. Un giorno Abba Ammonas stava andando a far visita ad Abba Antonio, ma perse la strada. Così, sedutosi, si addormentò per un po'. Al risveglio, pregò così Dio: "Ti supplico, Signore mio Dio, non lasciare che la tua creatura perisca". Allora gli apparve come una mano d'uomo nel cielo, che gli indicò la strada, finché non raggiunse la grotta di Abba Antonio.

8. Abba Antonio predisse che questo Abba Ammonas avrebbe fatto progressi nel timore di Dio. Lo condusse fuori dalla sua cella e, mostrandogli una pietra, gli disse: "Insulta questa pietra e battila". Egli lo fece. Allora Antonio gli chiese: "La pietra ha detto qualcosa?" Egli rispose: "No". Allora Antonio disse: "Anche tu sarai in grado di farlo", e così avvenne. Abba Ammonas arrivò al punto in cui la sua bontà era così grande che non si accorgeva della malvagità. Così, divenuto vescovo, qualcuno gli portò una ragazza incinta, dicendogli: "Guarda cosa ha fatto questa infelice; dalle una penitenza". Ma egli, dopo aver segnato il grembo della giovane con il segno della croce, ordinò che le venissero date sei paia di lenzuola di lino fine, dicendo: "Per paura che, quando partorirà, possa morire, lei o il bambino, e non avere nulla per la sepoltura". Ma i suoi accusatori ripresero: "Perché hai fatto questo? Datele un castigo". Ma egli disse loro: "Guardate, fratelli, è vicina alla morte; cosa devo fare?". Ed è così che l'anziano non osò condannare mai nessuno.

9. Si disse anche che alcune persone si recarono da lui per

essere giudicate, ma Abba Ammonas finse di essere pazzo. Una donna che gli stava vicino disse: "l'anziano è pazzo". Abba Ammonas la sentì e, dopo averla chiamata, le disse: "Quante fatiche ho fatto nei deserti per acquisire questa follia, e a causa tua oggi dovrei perderla?"

**10.** Abba Ammonas venne un giorno a mangiare in un luogo dove c'era un monaco di cattiva reputazione. Accadde che una donna entrò nella cella del fratello di cattiva reputazione. Gli abitanti di quel luogo, venuti a conoscenza di ciò, si turbarono e si riunirono per cacciare il fratello dalla sua cella. Sapendo che il vescovo Ammonas si trovava in quel luogo, gli chiesero di unirsi a loro. Quando il fratello in questione lo seppe, nascose la donna in una grande botte. Quando la folla giunse sul posto, Abba Ammonas vide chiaramente la situazione, ma per amore di Dio mantenne il segreto. Entrò, si sedette sulla botte e ordinò di perquisire la cella. Quando ebbero cercato dappertutto senza trovare la donna, Abba Ammonas disse: "Che cos'è questo? Che Dio possa perdonarvi!". Dopo aver pregato, fece uscire tutti, poi, prendendo il fratello per la mano disse: "Fratello, stai in guardia". Con queste parole, si ritirò.

**11.** Ad Abba Ammonas fu chiesto: "Qual è la 'via stretta e difficile'? Egli rispose: "La 'via stretta e difficile' è questa, controllare i propri pensieri e spogliarsi della propria volontà, per amore di Dio. Questo è anche il significato della frase: "Ecco, abbiamo lasciato tutto e ti abbiamo seguito". (Matteo 19,27)

---

[1] Salmo 90,11-15 (LXX): Perché per te comanderà ai suoi angeli di custodirti in tutte le tue vie. Sulle loro mani ti porteranno, perché non inciampi col tuo piede nel sasso. Sull'aspide e sul basilisco camminerai e calpesterai il leone e il drago. Poiché in me ha sperato, lo libererò, lo metterò al riparo, perché ha conosciuto il mio nome. Mi invocherà e lo

esaudirò, con lui sono nella tribolazione; lo scamperò e lo glorificherò.

[PADRI DEL DESERTO: AMMONAS \(Ammone\) – Lettere](#)

---

# **PADRI DEL DESERTO: AMMONAS (Ammone) – Introduzione**

Biografia

[Apoftegmi](#) (detti)

[Lettere](#)



*Discepolo di Antonio il Grande che, alla morte di quest'ultimo, prima di diventare Vescovo, pare che passò a*

*dirigere la colonia di monaci di Pispir. Non ci sono dati certissimi ed il dubitativo lo mettiamo perché all'epoca in Egitto il nome Ammonas era abbastanza diffuso. A lui sono state attribuite 14 lettere che rappresentano un'ottima fonte – una delle più importanti dopo gli Apoftegmi – per conoscere il monachesimo primitivo fiorito nel deserto egiziano.*

Alcune brevi note biografiche possono essere tracciate esaminando gli scritti che ci sono pervenuti a suo nome. Abbracciò la vita monastica in gioventù (XIII,6)<sup>1</sup>, svolse «molti lavori nel deserto e sui monti» (XI,5); fu discepolo di sant'Antonio e come sia diventato anche un padre spirituale. Nelle lettere, infatti, si rivolge autorevolmente ai suoi corrispondenti, chiamandoli “figli carissimi” (IV,1). Visse per qualche tempo con i suoi discepoli, ma poi li lasciò per vivere in maggiore solitudine: «Voglio che tu sappia che dal giorno in cui ti ho lasciato, Dio mi ha fatto prosperare in ogni cosa, fino a quando sono venuto al mio posto. E quando sono solo, Egli rende il mio cammino ancora più prospero e mi aiuta, segretamente o apertamente». (XIII,4). Questo non gli ha impedito di continuare a mantenere uno stretto rapporto con loro e, a quanto pare, li visitava periodicamente: “ ... Se vado a visitarli, li affermerò molto con la dottrina dello stesso Spirito, e farò conoscere loro anche altre cose che non posso scrivere loro per lettera» (V,2).

L' *Historia Monachorum* e gli Apotegmi della serie alfabetica attribuita ad Ammonas Offrono alcune informazioni che consentono di confermare e ampliare i dati sulla vita dell'autore delle lettere:

- fu discepolo di Antonio (Ammonas 7 e 8; *Historia Monachorum* 15);
- visse 14 anni nel deserto di Scete nell'ascesi (Ammonas 3);
- dovette subire varie prove, per un tempo abbastanza lungo,



nei deserti (Ammonas 9);

– Alla morte di sant'Antonio, gli succedette alla guida della comunità da lui diretta a Pispir, sulla sponda destra del fiume Nilo, nel basso Egitto (cfr *Historia Monachorum* 15);

– si distinse per la sua grande gentilezza, tranquillità e dolcezza (Ammonas 6, 8 e 10);

– ad un certo momento, che non possiamo precisare, lasciò il suo posto, a capo della comunità semianacoretica del Pispir, venendo succeduto in quel ministero da un certo Pityrion (cfr *Historia Monachorum* 15); forse è a lui che si rivolge nella lettera XIII.

– fu nominato vescovo.

– Non conosciamo la data precisa della morte di Ammonas. Dobbiamo comunque porla sicuramente prima della stesura dell'*Historia Monachorum*, cioè alla fine del IV secolo (396?). Ammonas quindi visse, molto presumibilmente, nella seconda metà del IV secolo.

La Chiesa greca lo ricorda il 26 gennaio e il sabato prima del cinquantesimo (dedicato agli "asceti"). La Menologia della Chiesa siriana lo celebra il 10 giugno.

**GLI APOFTEGMI (detti)**

[AMMONAS](#)