

# AMOUN DI NITRIA

ἄββᾱς Ἄμμοῦν ὁ Νιτριώτης



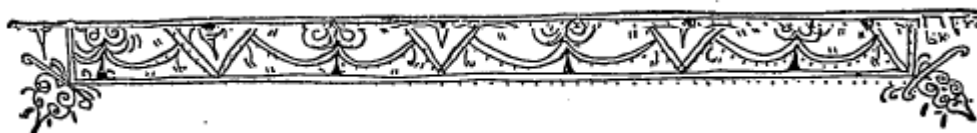
*Amoun, anche se meno citato, è con Antonio e Pacomio uno dei fondatori del monachesimo nel deserto egiziano Nato all'incirca nel 295 d.C., si sposò e con la moglie vissero da asceti per tutta l'adolescenza. Nel 330 si ritirò a Nitria e vi divenne il primo monaco e poi capo dei molti monaci che lo seguirono nella lotta ascetica. Morì intorno al 353 d.C.*

1. Abba Amoun di Nitria venne a trovare Abba Antonio e gli disse: "Poiché la mia regola è più severa della tua, come mai il tuo nome è più conosciuto tra gli uomini del mio?". Abba Antonio rispose: "È perché amo Dio più di te".

2. Di Abba Amoun si diceva che gli bastava una piccolissima quantità di grano ogni due mesi. Ora egli andò a cercare Abba Poemen e gli disse: "Quando vado nella cella del mio vicino, o quando lui viene nella mia per qualche necessità, abbiamo paura di entrare in conversazione, per timore di scivolare in

argomenti mondani". L'anziano rispose: "Hai ragione, perché i giovani devono essere prudenti". Allora Abba Amoun continuò: "Ma i vecchi, cosa fanno?" Egli rispose: "I vecchi che sono avanzati nella virtù, non hanno nulla di mondano in loro; non c'è nulla di mondano nelle loro bocche di cui possano parlare". "Ma", rispose Amoun, "quando devo parlare al mio prossimo, preferisci che parli delle Scritture o dei detti dei Padri?". Il vecchio gli rispose: "Se non puoi tacere, è meglio che parli dei detti dei Padri piuttosto che delle Scritture; non è così pericoloso".

3. Un fratello venne da Scete per vedere Abba Amoun e gli disse: "Il Padre mio mi manda a fare una commissione, ma ho paura della lussuria". L'anziano rispose: "Qualunque sia l'ora in cui la tentazione ti assalirà, dì così: "Dio di ogni virtù, per le preghiere del Padre mio, salvami da essa". Così un giorno, quando una ragazza chiuse la porta dietro di lui, cominciò a gridare con tutte le sue forze: "Oh Dio del Padre mio, salvami!", e subito si ritrovò sulla strada per Scete.



#### **APPROFONDIMENTO:**

**Sant'Amoun di Nitria, fondatore di Kellia (Kellia, Le Celle), Eremita (348)**

"Kellia ("le celle"), indicato come "il deserto più interno", era una comunità monastica cristiana egiziana del IV secolo che si estendeva per molti chilometri quadrati nel deserto di Nitria. Era uno dei tre centri di attività monastica della regione, gli altri due erano Nitria e Scete (Wadi El Natrun). Viene detta al-Muna in arabo e fu abitata fino al IX secolo.

Amoun per primo abitò questo deserto che Cassiano colloca a cinque miglia dalla città di Nitria. Alla fine del IV secolo,

Cassiano contava cinquanta monasteri sul monte Nitria, abitati da cinquemila eremiti.

I primi discepoli di sant'Amoun vissero dispersi in celle separate, finché sant'Antonio il Grande gli consigliò di fondare un monastero e di radunare la maggior parte di loro sotto la sorveglianza di un attento superiore.

Nei Detti dei padri del Deserto (Apophtegmata Patrum – Gerontikon) che apprendiamo della fondazione di Kellia:

“ Una volta **Abba Antonio** andò a visitare **Abba Amoun sul Monte Nitria** e quando si incontrarono, Abba Amoun disse: ‘Grazie alle tue preghiere, il numero dei fratelli aumenta, e alcuni di loro vogliono costruire più celle dove possano vivere in pace. Quanto lontano da qui pensi che dovremmo costruire le celle? Abba Anthony disse: “Mangiamo all’ora nona e poi usciamo a fare una passeggiata nel deserto ed esploriamo il paese”. Così uscirono nel deserto e camminarono fino al tramonto e poi Abba Antonio disse: ‘Preghiamo e piantiamo qui la croce, affinché coloro che lo desiderano possano costruire qui. Poi quando quelli che restano là vogliono visitare quelli che sono venuti qui, possono prendere un po’ di cibo all’ora nona e poi partire. Se fanno così, saranno in grado di tenersi in contatto tra loro ma senza distrazioni mentali’”. La distanza era di 12 miglia.

Si stima che la fondazione di Kellia sia avvenuta intorno al 338 d.C. Kellia (le Celle) è in realtà un’enorme area di rovine monastiche situata non lontana da Nitria su una linea retta che collega Damanhur a Sadat City.

Kellia era per i monaci avanzati, per coloro che “vivevano una vita più remota, spogliata fino ai nudi rudimenti”, come è stato registrato nella Historia Monachorum in Aegypto greca da Flavio Rufino che la vide personalmente. Le celle erano disposte abbastanza distanti in modo che “nessuno può scorgere l’altro né si può sentire una voce”. Era solo per i monaci che per primi avevano imparato l’arte del deserto vivendo a

Nitria. Si riunivano sabato e domenica per condividere un pasto insieme, alcuni percorrendo 3 o 4 miglia dalla loro cella alla Chiesa.

Il Padre Amoun visse in grande austerità, quando si ritirò per la prima volta nel deserto, prendeva solo per ristorarsi del pane e dell'acqua una volta al giorno. Questo pasto poi lo ha diradato a due, e talvolta a tre o anche quattro giorni di distanza. Il deserto di celle in cui Abba Amoun estendeva i suoi eremi, distava dieci o dodici miglia dal monte Nitria.

Abba Amoun ha operato molti miracoli. Ciò che segue parve a **sant'Atanasio** contenere un'istruzione così importante, da meritare di essere inserita nella sua vita di Sant'Antonio, dove l'ha registrata. Ne parlano anche gli autori delle storie dei Padri del deserto e della vita di Abba Amoun. Un giorno, mentre stava per attraversare un fiume chiamato Lico, quando le rive erano straripate, in compagnia del suo discepolo Teodoro, lo pregò di ritirarsi, affinché non fossero visti nudi mentre nuotavano. Ammoun, sebbene solo, stava pensieroso sulla riva, essendo riluttante e vergognoso, per modestia; non voleva spogliarsi, riflettendo che non si era mai visto nudo. Dio si compiacque di ricompensare con un miracolo il suo verginale amore per la purezza, e mentre stava così, si trovò improvvisamente trasportato dall'altra parte del fiume. Teodoro avvicinandosi, e vedendo che era passato senza essersi bagnato, gli domandò come avvenne, e lo incalzò con tanta insistenza, che egli gli confessò il miracolo, facendogli prima promettere di non dirlo a nessuno se non dopo la sua morte. Abba Ammoun morì all'età di sessantadue anni; e sant'Antonio, sebbene a distanza di tredici giorni di viaggio da lui, conosceva l'ora esatta della sua morte, avendo visto la sua anima, in una visione, ascendere al cielo.

*Fonte* *dell'approfondimento:*  
<https://iconandlight.wordpress.com/2018/10/03/25475/>