

**Derde eeuw van de heilige Isaak de Syriër (7<sup>e</sup> eeuw)**

Als ge u wilt verheffen boven uw hartstochten,  
leer dan eerst de strategie van een dergelijk strijd.  
Daarvoor zal ik u een woord zeggen en ge zult naar mij luisteren:  
probeer niet de hartstochten overwinnen door strijd.  
Zij worden niet overwonnen door strijd,  
maar probeer ze zoveel als ge kunt af te zwakken,  
zonder ze ook maar in het minst te bestrijden  
zoals onervaren personen doen.

Ge moet integendeel  
aan de hartstochten het voedsel ontzeggen.  
Dat is het doel van de strategie.  
Bezie waardoor elke hartstocht wordt gevoed en handel dan met overleg.  
Als de hartstochten uitgeput raken,  
verminderen ook de suggesties die zij als rook verspreiden.  
En als de suggesties verminderen,  
dan wapent de gedachte zich niet meer met geweld.  
En als de gedachte eenmaal rustig is geworden,  
dan kan zij gemakkelijk in zichzelf inkeren en haar eigen natuur nagaan.  
En dankzij de ingekeerdheid van de gedachten  
kunnen wij eenvoudig binnengaan in de zuiverheid  
die een gave van Christus is.

‘In de oorlog krijgt niemand verlof’, heeft Prediker gezegd,  
want alles wat dan verricht wordt betreffende de goddelijke dingen  
wordt dan met veel zwoegen gedaan en zonder de minste troost,  
zelfs niet bij de geringste inspanning.  
Als ge geheel vrijwillig de beproevingen doorstaat,  
die omwille van de waarheid uw lichaam en uw gedachten afmatten,  
dan zal wanneer de tijd van de strijd eenmaal voorbij is,  
door Gods genade uw ziel doordringen in de vreugde,  
en elke dag zult ge in uzelf een verandering ontdekken.