

## DEN TIDIGA JESUSBÖNEN OCH MEDITATION I GREKISK-ROMERSK FILOSOFI

*Henrik Rydell Johnsén (henrik.johnsen@rel.su.se)  
Stockholms universitet*

### Abstract:

It is well-established that the Jesus prayer basically takes form in early monasticism. Just a few scholars have very briefly suggested a possible connection with late antique philosophy. This article examines the early development of the Jesus prayer in the *Collationes* by John Cassian, the *Gnostic chapters* by Diadochus of Photike and *The Ladder of Divine Ascent* by John Climacus, over against two well-known practices in late antique philosophy: *meletē* or *meditation* (a repetitive recitation of short sayings) and *mnēmē tou theou* or *dei memoriam* (a practice aimed at a constant remembrance of God). From the considerable correspondence in form and purpose, the article argues for a clear impact from late antique philosophy on the gradual development. The main differences are the type of text that is the object of the practice, and the inner attitudes that the practice is aiming at. Homer and Greco-Roman wisdom sayings are replaced by bible verses, and humility and repentance are new monastic inner attitudes not that prevalent in ancient philosophy.

### Keywords:

Jesus Prayer, Early Monasticism, Greco-Roman Philosophy, John Cassian, Diadochus of Photike, John Climacus, Seneca the Younger, μελέτη, *meditatio*, μνήμη τοῦ Θεοῦ, *dei memoriam*, Recitation, Meditation, Breathing.

## Inledning

I ett brev till Johannes, en eremit och andlig vägledare i 500-talets Gaza i Palestina, frågar en anonym eremit om det är bra att ägna tiden åt att be "Herre Jesus Kristus, förbarma dig över mig" (Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ ἐλέησόν με) eller om det är bättre att lära sig bibelverser utantill eller att recitera psaltarpsalmer. Abba Johannes svarar att det bästa är att göra alltsammans.<sup>1</sup> I denna fråga till Abba Johannes i Gaza finner vi ett av de tidigaste beläggen för den klassiska formen av det som med tiden kom att kallas Jesusbönen. Men även om den praktik som citatet implicerar förefaller ha stora likheter med den klassiska formen av Jesusbönen så är det klart att den praktik som vi ser exempel på i brevet till Abba Johannes är resultatet av en längre utveckling i det tidiga klosterväsendet. Inte ens Jesusnamnet är centralt i alla varianter av den tidiga praktiken. I ett tänkespråk tillskrivet Abba Lukios, är det ett citat från Psaltaren 50:1 – "Förbarma dig, Gud, i din nåd, stryk ut mina synder i din stora godhet" – som utgör den centrala bönen.<sup>2</sup> I ett annat tänkespråk berättas om Abba Apollo att han hela tiden bad "Jag har syndat som människa, kan du som är Gud förlåta mig."<sup>3</sup> Och hos Johannes Cassianus i hans *Collationes*, kap 10, från 400-talet, en text som är samtida eller något äldre än de nyss nämnda tänkespråken, uppmanas läsaren att be bönen "Gud, befria mig! Herre, skynda till min hjälp!" från Psaltaren 70.<sup>4</sup>

Det är alltså tydligt att det sätt som Jesusbönen är formulerad på i korrespondensen mellan Abba Johannes av Gaza och den anonyme eremiten, bara är en variant, som visserligen efterhand kom att bli den vanliga formen för Jesusbönen.

---

<sup>1</sup> *Epistula* 175, i: F. Neyt et al (red.), *Barsanuphe et Jean de Gaza: Correspondance*, vol. 1:2, översättning av Lucien Regnault (SC, 427), Paris: Cerf 1998. Jfr. även *Epist.* 255, i: F. Neyt et al. (red.), *Barsanuphe et Jean de Gaza: Correspondance*, vol. 2:1 (SC, 450), Paris: Cerf 2000; och *Epist.* 39, i: F. Neyt et al. (red.), *Barsanuphe et Jean de Gaza: Correspondance*, vol.1:1 (SC, 426), Paris: Cerf 1997.

<sup>2</sup> *AP/G Lucius*, i: J. P. Migne (red.), *Patrologia Graeca* 65, Paris 1858.

<sup>3</sup> *AP/G Apollo* 2.

<sup>4</sup> *Collationes* 10 *passim*, i: Michael Petschenig (red.), *M. Cassiani opera: Conlationes XXIII*. 2:a rev. utg. (CSEL, 13), Wien: Verlag der Österreichischen Akademie der Wissenschaften 2004.

I det följande kommer jag att se närmare på just den tidiga utvecklingen av Jesusbönen: Hur ser själva praktiken ut i de tidigaste källorna? Hur praktiserades bönen? Och hur kan vi förstå den tidiga utvecklingen av Jesusbönen som dyker upp först i tidigmonastiska källor på 400-talet, utan egentliga föregångare i tidigare kristen tradition? Finns det ett samband mellan praktiken i de tidiga monastiska texterna och andra former av repetitiv meditation i senantik filosofi?

En koppling mellan tidig monastisk praktik och antik filosofi kan tyckas långsökt inte minst då de tidiga munkarna ofta har framställts som utan bildning, eller som en motpol till antik bildningskultur i en stor del av den tidiga monastiska litteraturen. Vi vet dock idag som en frukt av nyare forskning, att en alltför bokstavlig tolkning av den tidiga monastiska litteraturen är problematisk, framför allt då en sådan läsning helt bortser från det starkt idealiserade och pedagogiska i litteraturen.

Några enstaka forskare, inte minst den franske professorn i patristik, Irénée Hausherr har i mycket korta ordalag antytt ett samband mellan den tidigmonastiska praktiken och en viss form av meditation i senantik filosofi, dock utan att undersöka det närmare.<sup>5</sup> Inte minst det faktum att den "tekniska" terminologin i hög grad är densamma i viss filosofisk litteratur och i den monastiska litteraturen gör att man kan undra om det inte finns ett samband. Jag ska återkomma till detta.

Jag kommer inte i det följande att försöka ge komplett bild av den tidigaste praktiken av Jesusbönen – det ryms inte i det här formatet – utan jag kommer att begränsa mig till tre viktiga tidigmonastiska författare som återkommande refererar till den tidiga Jesusbönen: Johannes Cassianus, Diadochos av Fotike och Johannes Klimakos. Johannes Cassianus två mest kända verk, *Institutiones* och *Collationes* är viktiga tidiga vittnen till den tidiga egyptiska monastiska traditionen, även om Cassianus i viss mån anpassat sin framställning av den egyptiska

---

<sup>5</sup> Irénée Hausherr, *Noms du Christ et voies d'oraison* (Orientalia Christiana Analecta, 157), Rome: Pontificium Institutum Orientalium Studiorum 1960, 170. Enligt Hausherr är μελέτη inom filosofin "un surtout prélude à la melète des Pères."

traditionen för att passa sina läsare i dåtidens Frankrike.<sup>6</sup> Diadochos av Fotike är en mer gåtfull författare. Vi vet väldigt lite både om vem han var och vilka som var hans tänkta läsare. Men de flesta forskare menar ändå att han förmodligen levde på 400-talet, och att hans texter, inte minst hans *Hundra gnostiska kapitel* (*Capita centum*), som jag kommer att se närmare på här, förmodligen var tänkta för ett monastiskt sammanhang.<sup>7</sup> Den tredje författaren, Johannes Klimakos vet vi lite mer om. Han var abbot på kejsare Justinianus kloster vid foten av Sinaiberget. Hans mest berömda verk, *Den gudomliga stegen*, var tänkt som handledning eller vägledning för systerklostret i Raithou, på Sinaihalvöns västra sida. När Johannes levde är dock omtvistat. Vi har få historiska källor och vissa forskare menar att han levde på slutet av 500-talet, medan andra hävdar att han hör hemma under första halvan av 600-talet.<sup>8</sup>

Det första man bör notera när man ska se närmare på den tidiga Jesusbönen i de här källorna är att Jesusbönen i de tidigaste texterna generellt inte är en klart definierad praktik. Inte bara terminologin varierar mellan källorna utan även själva praktiken i sig överlappar med flera andra tidigkristna och tidigmonastiska praktiker och begrepp, som exempelvis den praktik som på grekiska kallas för *meletē* och som innebar att man om och om igen reciterade olika korta bibeltexter,<sup>9</sup> eller en annan något oklarare praktik, *mnēmē tou theou* eller

---

<sup>6</sup> *Collationes* och *Institutiones* är utgivna av Michael Petschenig, i *M. Cassiani opera: Conlationes XXIII*. 2:a rev. utg. (CSEL, 13). Wien: Verlag der Österreichischen Akademie der Wissenschaften 2004, respektive *De Institutis coenobiorum. De incarnatione contra Nestorium*, 2:a rev. utg. (CSEL, 17), Wien: Verlag der Österreichischen Akademie der Wissenschaften 2004.

<sup>7</sup> För en diskussion av Diadochos möjliga adressater, se Kallistos Ware, "The Jesus Prayer in St Diadochos of Photice", i: George D. Dragas (red.), *Aksum/Thyateira: A Festschrift for Archbishop Methodios*, London: Thyateira House 1985. Diadochos texter är utgivna av Édouard des Places i *Diadoque de Photicé: Œuvres spirituelles* (SC, 5), Paris: Cerf 1966.

<sup>8</sup> *Den gudomliga stegen* är utgiven av Matthaeus Rader, och sedan omtryckt i J.-P. Migne (red.), *Patrologia Graeca* 88, Paris 1864.

<sup>9</sup> För μελέτη i tidigmonastiska källor, se John Wortley, "How the Desert Fathers 'Meditated'", *Greek, Roman, and Byzantine Studies* 46 (2003), 315–328; Per Rönnegård, "Melētē in Early Christian Texts", i: H. Eifring (red.), *Meditation in Judaism, Christianity and Islam Cultural Histories*, London: Bloomsbury 2013; Douglas Burton-Christie, *The*

*mnēmē theou*, som syftade till att ständigt ha Gud i minnet eller i åtanke.<sup>10</sup> Och kombinationen av begreppen och praktikerna varierar dessutom mellan texterna. Hos Johannes Cassianus och Diadochos beskrivs Jesusbönen i termer av både *meditatio* och *dei memoria* respektive *meletē* och *mnēmē tou theou*, men inte hos den senare Johannes Klimakos (här förekommer bara *hē Iēsou mnēmē*). Hos Diadochos och Johannes Klimakos ingår Jesusnamnet i den repetitiva bönen men inte hos Johannes Cassianus.

#### Träning av sinnet i antik filosofi: begreppen *meletē* och *meditatio*

Den tidigare forskningen kring Jesusbönen är i stort sett enig om att Jesusbönen är en praktik som utvecklas i det tidiga klosterväsendet, även om själva objektet för praktiken, "Herre Jesus Kristus, förbarma dig över mig", är en tydlig variant på en eller ett par liknande formuleringar i Nya Testamentet.<sup>11</sup>

Ibland anförs Paulus tal om vikten av att "be ständigt" (*ἀδιαλείπτως προσεύχεσθε*) i Första Thessalonikerbrevet 5:17 som en indikation på att praktiken trots allt främst har bibliska rötter. Men det är tydligt att Paulus uppmaning, att "be ständigt", både hos Paulus och i den tidigaste kristna traditionen under århundradena före klosterväsendet, inte förstods som en uppmaning till ständig bön i bokstavig mening. I Origenes traktat *Om bönen* exempelvis är det klart att det ovan nämnda Pauluscitatet förstås i en metaforisk mening.<sup>12</sup>

Jesusbönen är alltså en praktik som börjar ta form i det tidiga klosterväsendet på 300-talet och framåt, men hur ska vi förstå denna tidiga utveckling?

---

*Word in the Desert: Scripture and the Quest for Holiness in Early Christian Monasticism*, Oxford: Oxford University Press 1994, 122–129.

<sup>10</sup> För *μνήμη τοῦ Θεοῦ* och *μνήμη Θεοῦ*, se Hermann J. Sieben, "MNHMH ΘΕΟΥ", i: Viller *et al.* (red.), *Dictionnaire de spiritualité: ascétique et mystique, doctrine et histoire*, vol. 10, Paris: Beauchesne 1932–1995, 1407–1414.

<sup>11</sup> Se Luk 18:38: "Jesus, Davids son, förbarma dig över mig" (Ἰησοῦ υἱὲ Δαυὶδ ἐλέησόν με); Matt 15:22: (ἐλέησόν με, κύριε υἱὸς Δαυὶδ); Mark 10:47: "Jesus, Davids son, förbarma dig över mig (Υἱὲ Δαυὶδ Ἰησοῦ, ἐλέησόν με). Jämför även 18:13: "Gud, var nådig mot mig syndare" (Ὁ θεός, ἴλασθητί μοι τῶ ἁμαρτωλῶ).

<sup>12</sup> Origenes, *De oratione* 12.2, i: Paul Koetschau (red.) Origenes, *Werke*, vol. 2 (Die griechischen christlichen Schriftsteller, 3), Leipzig: Hinrichs 1899.

För att undersöka denna fråga närmare ska vi först se på den terminologi som används i de tidiga monastiska källorna. Det är särskilt två begrepp som är viktiga och det är *meletē* och motsvarande verb, *meletaō*, och motsvarande latinska begrepp (*meditatio*, *meditari*), å ena sidan, och begreppen *mnēmē tou theou* eller *mnēmē theou*, och motsvarande latinska begrepp (*dei memoria*), å den andra.

Som vi ska se förekommer båda dessa begrepp i senantik filosofi och åsyftar två olika praktiker med klara paralleller till Jesusbönen. De bäst bevarade beskrivningarna av den första praktiken återfinns i stoisk tradition men vi finner en liknande praktik även bland epikuréer.<sup>13</sup> När det gäller den andra hittar vi spridda referenser i texter från olika filosofiska traditioner.

I det följande kommer vi dock se att det inte bara handlar om samma terminologi i dessa filosofiska traditioner och i de tidiga monastiska texterna, utan både praktikerna sig – det vill säga hur de utfördes – och det man ville uppnå med dem, är också i hög grad desamma. Det finns vissa skillnader, och jag ska återkomma till dem. Jag börjar med begreppet *meletē*.

De grekiska orden *meletē* och *meletaō* betyder egentligen träning eller övning i sin grundbetydelse. I det filosofiska sammanhanget fick begreppen dock med tiden en mer specifik betydelse. Detsamma gäller de latinska motsvarigheterna *meditatio* och *meditari*.<sup>14</sup>

I den antika filosofin handlar *meletē* eller *meditatio* om en repetitiv

---

<sup>13</sup> För epikureisk tradition, se t.ex. Ilsetraut Hadot, *Seneca und die griechisch-römische Tradition der Seelenleitung* (Quellen und Studien zur Geschichte der Philosophie, 13), Berlin: de Gruyter 1969, 52–54; Martha C. Nussbaum, *The therapy of desire: theory and practice in Hellenistic ethics*, Princeton, N.J.: Princeton University Press 1994, 132–133; Jean Salem, *Tel un Dieu parmi les hommes: L'éthique d'Épicure*, 3:e rev. uppl., Paris: Vrin 2009, 15–16, 39–44; för stoisk tradition, se t.ex. Mireille Armisen-Marchetti, "Tota ante oculos humanae condicio ponatur: exercise moral et maîtrise des représentations mentales chez Sénèque", *Incontri triestini di filologia classica* 4 (2004–2005); Hadot, *Seneca und die griechisch-römische Tradition*, 55–60; Robert J. Newman, "Cotidie meditare: Theory and Practice of the meditatio in Imperial Stoicism", i: Wolfgang Haase (red.), *Aufstieg und Niedergang der römischen Welt: Geschichte und Kultur Roms im Spiegel der neueren Forschung*, vol. 2.36.3, Berlin: de Gruyter 1989.

<sup>14</sup> För en definition av μελέτη och dess utveckling, se Frank Hieronymus, *MEΛΕΤΗ. Übung, Lernen und angrenzende Begriff*, University of Basel 1970 (PhD diss.); Paul Rabbow, *Seelenführung: Methodik der Exerzitien in der Antike*, Munich: Kösel 1954.

praktik, eller en träning av sinnet där man använder mentala bilder, som exempelvis sin egen död, eller korta sentenser för att öva upp en viss god inre hållning som bilden eller sentensen uttrycker.

Och liksom mycket annan praktik i senantik filosofi, vare sig det handlar om kroppslig askes, en grundläggande uppmärksamhet på sig själv eller en träning av sinnet, är det repetitiva, eller den ständiga övningen grundläggande. Det man vill uppnå med olika praktiker är en bestående förändring av en själv, och för det krävs inte bara träning utan också en ständig träning.

I viss mån gränsar *meletē* även till memorering, även om *meletē* inte bara handlar om att lägga saker på minnet. I sin diskussion av minnet och memorering, kan Quintillianus följaktligen även tala om memorering i termer av *meditatio*.<sup>15</sup>

Denna träning, som *meletē* och *meditatio* åsyftar, utgjorde ett komplement till den kroppsliga träningen eller askesen inom filosofin (askes kommer av grekiskans *askēsis* som även det ytterst betyder träning eller övning). Men medan man försökte uppöva en sund kroppskontroll genom olika former av askes, syftade *meletē* ytterst till att träna sinnet, till att försöka nå en god kontroll av själen eller det inre. Och medan askesen handlade om kontroll av kroppsliga drifter och begär som vrede eller ett osunt begär efter mat och dryck, handlade *meletē* om att träna sinnet på ett sådant sätt att det inte rycktes med av olika osunda tankar eller "föreställningar" (*φαντασίαι*). Den kroppsliga metaforiken, att träna kroppen, fördes också ofta över på sinnet: "Den som tränar sig själv (*γυμνάζων*) mot sådana sinnesintryck (*φαντασίας*) är en sann asket (*ἀσκητής*)", säger Epiktetus i en av sina traktater.<sup>16</sup>

I det följande ska vi först se närmare på en av dessa övningar, den repetitiva recitationen av korta sentenser och sedan på en besläktad men något mer diffus praktik som syftar till att ständigt ha gud i åtanke. I ett andra steg ska vi sedan se i vilken mån dessa praktiker

---

<sup>15</sup> Se t.ex. Jean Salem, *Tel un Dieu*, 15–16, 39–41. Se även memorering och *meditatio* i relation till ett retoriskt tal i Quintillianus, *Institutio oratoria* 11.2, i: Donald A. Russel (red.), *Quintilian: The orators education*, 5 vol. (Loeb Classical Library, 124–127, 494), Cambridge, MA: Harvard University Press 2002.

<sup>16</sup> *Dissertationes* 2.18.27–28, i: Heinrich Schenkl (red.), *Epicteti dissertationes ab Arriano digestae*, Leipzig: Teubner 1916.

även har integrerats i de tidiga formerna av Jesusbönen. Jag kommer när det gäller den repetitiva recitation av sentenser att framför allt använda mig av Senecas beskrivningar av *meditatio*, men praktiken återfinns som redan nämnts även hos andra stoiker liksom i flera andra senantika filosofiska traditioner.

### Träning av sinnet i antik filosofi: att recitera korta sentenser

Inom filosofin handlar *meletē* och *meditatio* om en ständig eller repetitiv praktik.<sup>17</sup> När Seneca talar om recitationen av sentenser talar han så både om en "daglig" (*cotidie*) och en "konstant" praktik.<sup>18</sup> Han understryker även vikten av att koncentrera sig på att öva in ett fåtal maximer:<sup>19</sup>

Kynikern Demetrios, en stor man enligt min åsikt, även om man jämför med de främsta, har mycket riktigt sagt att det är långt mycket bättre om vi tagit till oss ett par maximer av visdom, som vi dock alltid har redo och använder [*in promptu tibi et in usu sint*], än att vi skaffar oss en bred kunskap som vi ändå aldrig har till hands. "På samma sätt," säger han, "är den skickligaste brottaren inte den som grundligt har lärt sig alla tekniker och grepp, men sällan använder dem på en motståndare, utan den som är grundligt och väl tränad [*exercuit*] i en eller två av dem, och som ivrigt väntar på ett tillfälle att få använda dem".<sup>20</sup>

Seneca använder även flera olika analogier för att illustrera det repetitiva i praktiken. Man ska tugga och tillgodogöra sig sentenserna på

<sup>17</sup> Newman, "Cotidie meditare", 1475.

<sup>18</sup> *Epistula* 4.5; 16.1, i: Richard M. Gummere (red.), *Seneca: Ad Lucilium Epistulae Morales*, Cambridge, MA: Harvard University Press 1917–1925; *De beneficiis* 7.2.1, i: John W. Basore (red.), *L. Annaeus Seneca: Moral Essays*, 3 vol., London: Heinemann 1928–1935. Se även Armisen-Marchetti, "Tota ante oculos", 162. För *μελέτη* som en daglig praxis i stoisk tradition, se Newman, "Cotidie meditare", 1475.

<sup>19</sup> *Epistula* 16.1; *De ira* 3.41.1, i: John W. Basore (red.), *L. Annaeus Seneca: Moral Essays*, 3 vol., London: Heinemann 1928–1935. För en konstant och repetitiv praxis i stoisk tradition, se Newman, "Cotidie meditare", 1475, 1480. För epikureisk tradition, se Salem, *Tel un Dieu*, 16, 39–41.

<sup>20</sup> *De beneficiis* 7.1.3–4 [min övers.]



samma sätt som man måste tillgodogöra sig maten som man äter.<sup>21</sup> Eller på samma sätt som när man färgar garn, ska sentensen sänkas ned i själen om och om igen ända till sentensen färgat själen.<sup>22</sup>

Vid sidan av det repetitiva i praktiken, är det tydligt att det som reciteras är specifikt korta sentenser eller visdomsord. Det är dessa sentenser som är själva ryggraden i praktiken.<sup>23</sup> Sentenserna kan vara hämtade från Homeros eller från någon annan av de klassiska poeterna, eller från en filosof eller från den grekisk-romerska vishetstraditionen,<sup>24</sup> som exempelvis "Inget i övermått" (*Nil nimis*) eller "Förvänta dig av andra vad du gör mot andra" (*Ab alio exspectes, alteri quod feceri*).<sup>25</sup>

Det är svårt att säga något allmängiltigt vad gäller röstens roll i den filosofiska praktiken, men det verkar inte ha varit ovanligt att sentenserna reciterades om och om igen med låg röst.<sup>26</sup> I ett försök att understryka praktikens egentliga syfte betonar Seneca på ett ställe att själva poängen inte ligger i recitationen, att öva rösten, utan i att öva sig själv (*ut exerceatur vox, sed ut exerceat*).<sup>27</sup>

Vad är då det primära syftet med den ständiga övningen och recitationen av sentenser inom filosofin? Vad vill man uppnå? De två mest centrala målen handlar dels om att upprätta en viss god inre hållning, dels om att koncentrera sinnet eller att förmå sinnet att inte ledas iväg av olika sinnesintryck eller irrande tankar.

Det första målet innebär att sentensen med hjälp av den repetitiva recitationen ska sjunka in, eller "planteras in"<sup>28</sup> i själen, eller genom-

<sup>21</sup> *Epistula* 2.4. För matsmältning, se även Epiktetos, *Dissertationes* 3.21.1–3.

<sup>22</sup> *Epistula* 71.31.

<sup>23</sup> Newman, "Cotidie meditare", 1493–1494, se även 1475, 1484, 1498.

<sup>24</sup> *Epistula* 94.43; se även 94.26–8. Epiktetos refererar till en kort koncis regel eller princip istället för en sentens, se t.ex. *Dissertationes* 3.3.14.

<sup>25</sup> *Epistula* 11.8; 94.26–8; 94.43.

<sup>26</sup> Se Armisen-Marchetti, "Tota ante oculos", 164; Newman, "Cotidie meditare", 1480. Se även Epiktetos, *Dissertationes* 3.24.103.

<sup>27</sup> *Epistula* 15.7–8. Se även *Epistula* 54.6.

<sup>28</sup> *Epistula* 16.1: *firmandum et altius cotidiana meditatione figendum*; 11.8: *affigere*; *De beneficiis* 7.2.1: *adfigere*. Se även *Epistula* 94.47: *sententiae familiariter in animum receptae*; 94.43: *saepe tecum sint*; 71.31: *alte descendit et diu sedit*; 7.11: *condenda in animum*. För internalisering i stoisk tradition, se Newman, "Cotidie meditare", 1475–1476. För epikureisk tradition, se Salem, *Tel un Dieu*, 16–17.

syra den.<sup>29</sup> Målet är att sentensen, och det som den uttrycker, ska bli till en konstant inre hållning, eller till ett med en själv på ett sådant sätt att man omedelbart har sentensen tillhands eller i "beredskap" i mötet med olika sinnesintryck eller tankar: "Den ständiga och principfasta bruket av speciella uttryck eller bilder [...] internaliserar meditation genom att inpränta det som den uttrycker djupt ner i själen", skriver Robert Newman, som skrivit om den stoiska praktiken.<sup>30</sup>

Det andra huvudsyftet med recitationen handlar om de inre föreställningar (*phantasiae*) och lidelser (*affectus*) som kan störa sinnet. En fransk forskare Mireille Armisen-Marchetti talar om *meditatio* hos Seneca som ett sätt att "manipulera" sinnet eller att kontrollera det mot inre föreställningar.<sup>31</sup> Det handlar om att skydda sinnet mot sinnesintryck eller lidelser,<sup>32</sup> eller om att skapa ett inre lugn eller en inre frid med hjälp av praktiken.<sup>33</sup>

### Träning av sinnet i antik filosofi: att ständigt minnas Gud

Vi ska nu även se närmare på den andra praktiken som nämndes tidigare, att ha Gud i åminnelse eller åtanke. I Gamla Testamentet talas det en hel del om att tänka på eller att minnas Gud. Som William Horbury, en brittisk forskare, har visat kan denna åminnelse av Gud innefattar både mental reflektion över det gudomliga och recitation av specifika gudsnamn i likhet med Jesusbönen.<sup>34</sup> Samtidigt är det klart att själva begreppet *mnēmē tou theou* eller *mnēmē theou* inte förekommer i Gamla Testamentet, men däremot i senantik filosofi, hos exempelvis Filon, Epiktetos, Marcus Aurelius och Iamblichos. Filon, en judisk filosof som levde i Alexandria runt år noll är förmodligen en viktig länk i sammanhanget. Filons beskrivning av de så kallade terapeuterna

<sup>29</sup> *Epistula* 71.31: *infecit*.

<sup>30</sup> Newman, "Cotidie meditare", 1475 (min översättning).

<sup>31</sup> Armisen-Marchetti, "Tota ante oculos", 161–179 (166); se även Seneca, *Epistula* 94.47–48.

<sup>32</sup> *Epistula* 2.4; 16.1.

<sup>33</sup> *De ira* 3.41.1; 2.12.6.

<sup>34</sup> William Horbury, "The Remembrance of God in the *Psalms of Solomon*", i: Stephen C. Barton, Loren T. Stuckenbruck & Benjamin G. Wold (red.), *Memory in the Bible and Antiquity: The Fifth Durham-Tübingen Research Symposium (Durham, September 2004)*, 111–128 (112–119).

(θεραπευταὶ och θεραπευτοῖδες), i *De vita contemplativa*, som "ständigt har Gud i åminnelse (τὴν τοῦ θεοῦ μνήμην)",<sup>35</sup> även medan de sover, ligger som vi ska se väldigt nära beskrivningarna av Jesusbönen i de tidigmonastiska texterna. Horbury har även påvisat referenser till praktiken i *Salomos psalmer*, en judisk text som till och med kan dateras några generationer före Filon. *Salomos psalmer* är särskilt intressanta då praktiken här inte bara handlar om att ha Gud i minnet eller i tanken eller att mentalt reflektera över Gud, utan här finns också en tydlig koppling till en bönepraktik, vilket för praktiken ännu närmare den senare Jesusbönen.<sup>36</sup> Horbury understryker dock att det inte bara handlar om ett judiskt arv hos Filon eller *Salomos psalmer*, utan snarast i båda fallen om en sammansmältning av en gammaltestamentlig tradition och en filosofisk praktik etablerad redan före Filon.<sup>37</sup> Många av beläggen för en sådan praktik före Filon verkar ha gått förlorade men vi finner några spridda referenser hos Filodemos av Gadara, en epikuré från första århundradet före vår tideräkning. I sin traktat *Om fromhet* (εὐσέβεια), som återfunnits bland de så kallade Herculanepapyrerna, talar Filodemos om värdet av att "bli helig" genom *theologia* och att "minnas det finaste varat" (μνήμην τῆς ἀρίστης [φύ]σεως), d.v.s. gudarna.<sup>38</sup> William Horbury menar här att uttrycket *theologia* syftar på recitationen av gudsnamn i samband med religiösa högtider som Filodemos nämner vid ett annat tillfälle i traktaten.<sup>39</sup> Enligt Filodemos kan den som är vis nå en förståelse av det gudomliga genom att "ständigt [πάντα] ha dess namn [τοῦνομα] på sina läppar [ἀνὰ στόμ' ἔχειν]".<sup>40</sup> Det är tydligt att Filodemos refererar till en praktik som syftar till att minnas Gud, i linje med senare antika filosofer. Det är även frestande att se en parallell mellan Jesusbönen

<sup>35</sup> *De contemplatione* 26, i: Leopold Cohn & Siegfried Reiter (red.), *Philonis Alexandrini opera quae supersunt*, vol. 6, Berlin: Reimer 1915. För Filon och åminnelsen av Gud, se Gabriele Boccaccini, *Middle Judaism: Jewish Thought, 300 B.C.E. to 200 C.E.*, Minneapolis: Fortress 1991, 191–205 (204–205).

<sup>36</sup> Horbury, "Remembrance of God", 111, 124.

<sup>37</sup> Horbury, "Remembrance of God", 111–128.

<sup>38</sup> Filodemos, *Peri eusebeia* 34.970–971.

<sup>39</sup> Horbury, "Remembrance of God", 127.

<sup>40</sup> Filodemos, *Peri eusebeia* 27.770, i: Dirk Obbink (red.), *Philodemus: On Piety*, vol. 1, Oxford: Clarendon 1996.

och recitationen av gudsnamn hos Filodemos, men Filodemos fragmentariska text är svårtolkad vilket gör det är svårt att helt avgöra hur recitationen av gudsnamn hos Filodemos relaterar till åminnelsen av Gud.<sup>41</sup>

Vi ska nu se närmare på den tidiga Jesusbönen, och vilken roll begrepp som *mnēmē tou theou*, *mnēmē theou*, *dei memoriam*, *meletē* och *meditatio* och motsvarande praktiker spelar i de tidiga beskrivningarna av Jesusbönen.

### Den tidiga Jesusbönen

Ett första drag som utmärker den tidiga Jesusbönen, och som också i hög grad gör att praktiken avviker från annan bönepraxis i tidig kristendom, eller i den tidiga klosterrörelsen, är bönens tydliga repetitiva karaktär, det vill säga att den bön som utgör centrum för praktiken bes repetitivt om och om igen, inte sällan, om man får tro källorna, under hela dagen, samtidigt som man utför andra sysslor. Jesusbönen bes alltså inte bara vid speciella tillfällen, som de tideböner som också förekommer i den tidigmonastiska traditionen. Redan Augustinus såg dessa korta repetitiva böner som något typiskt för den monastiska traditionen i Egypten: "Det sägs att bröderna i Egypten ber frekvent [*crebras*] men med böner som är mycket korta [*brevisimas*] och på ett särskilt sätt som snabba pilar."<sup>42</sup>

Också i de tre monastiska texterna är det repetitiva i praktiken tydligt. Johannes Cassianus instruerar sina läsare att ständigt be (*oratio*) den korta bönen, "Gud, befria mig! Herre, skynda till min hjälp!" från Psaltaren 70 vers 1, och han uppmanar dem att "ständigt öva" (*meditatio ... indisrupta volvatur*) den korta versen, det vill säga att recitera och be den ständigt.<sup>43</sup> Medan Cassianus talar om en vers från Psaltaren, talar Diadochos, som alltså är i stort sett samtida, om den

---

<sup>41</sup> Jfr. Horbury, "Remembrance of God", 128.

<sup>42</sup> Augustinus, *Epistula* 130.20, i: Alois Goldbacher (red.), *S. Aureli Augustini Hipponiensis episcopi: Epistulae*, vol. 3 (Corpus scriptorum ecclesiasticorum latinorum, 44), Vienna: Tempusky 1904: *Dicuntur fratres in Aegypto crebras quidem habere orationes, sed eas tamen brevisimas, et raptim quodammodo iaculatas.*

<sup>43</sup> *Collationes* 10.10.14.

korta frasen "Herre Jesus" (τὸ κύριε Ἰησοῦ).<sup>44</sup> Även hos Diadochos är det tydligt att man ska be den korta frasen ständigt. Diadochos talar om "de som ständigt övar [μελετῶσιν ἀπαύστως] detta heliga och högaktade namn på djupet."<sup>45</sup>

Den repetitiva karaktären understryks också ofta i de tidigaste monastiska källorna med hjälp av just samma begrepp som i den antika filosofin, d.v.s. *meletē* eller det motsvarande verbet *meletan*, eller de latinska motsvarigheterna *meditatio* och *meditari*.<sup>46</sup> Båda grundbegreppen – *meletē* och *meditatio* – översätts ibland på moderna språk med "meditation" eller med verbet "meditera". Men begreppet "meditation" leder tyvärr lätt tanken fel då *meletē* och *meditatio* egentligen har få likheter med vårt moderna begrepp som i hög grad är färgat av synen på "meditation" i olika asiatiska traditioner.

Det *meletē* och *meditatio* handlar om är inte att reflektera eller tänka över vad en viss bibelvers betyder eller vad den skapar för associationer, utan om att repetitivt recitera och memorera versen; inte för att lära sig den utantill, utan framför allt för att den hållning som versen uttrycker ska etableras inombords, och för att man alltid ska ha versen till hands i mötet med olika frestelser och onda tankar eller demoner.

Detta drag i den tidiga Jesusbönen har många paralleller – inte bara i terminologin utan även i själva praktiken – med en annan tidig-monastisk praktik där korta bibeltexter, tänkespråk eller visdomsord från någon abba, reciterades repetitivt för att internalisera och memorera dem. Per Rönnegård, bland andra, har visat på hur denna praktik fungerade.<sup>47</sup> Det som särskiljer Jesusbönen är dock inte minst den tydliga bönekaraktären. Jag ska återkomma något till detta element lite senare.

Även om Johannes Klimakos inte talar om Jesusbönen i termer av *meletē*, understryker han istället på andra sätt att det är fråga om repetitiv praktik. Ett sätt är att tala om bönen i relation till andningen. "Förenas åminnelsen av Jesus med din andning och du kommer att

---

<sup>44</sup> *Capita Centum* 59, i: Édouard des Places (red.), *Diadoque de Photice: Œuvres spirituelles* (SC, 5), Paris: Cerf 1966.

<sup>45</sup> *Capita centum* 59.

<sup>46</sup> För dessa båda begrepp, se not 9 ovan.

<sup>47</sup> Se not 9 ovan.

förstå värdet av inre stillhet”, skriver Johannes.<sup>48</sup> På samma sätt som andningen ska bönen vara en ständig och repetitiv praktik.

Det andra centrala elementet i praktiken har jag redan antytt: Det som står i centrum och som utgör själva bönen är alltid en mycket kort bön, sentens eller bibelvers. Bönen är alltså inte utbroderad och detaljerad, utan mycket kort och kärnfull. Hos Cassianus exempelvis, är det som jag nämnt en vers från Psaltaren 70:1 som man ber oavbrutet (“Gud, befria mig! Herre, skynda till min hjälp!”),<sup>49</sup> en vers om alltså inte innehåller Jesusnamnet. Hos Diadochos däremot utgörs bönen endast av Jesusnamnet, eller frasen “Herre Jesus” (τὸ κύριε Ἰησοῦ).<sup>50</sup> Även Johannes Klimakos talar om en bön som bara består av Jesusnamnet, som han signifikativt kallar “den enordiga Jesusbönen” (μονολόγιστος Ἰησοῦ εὐχή).<sup>51</sup>

Kan vi säga något mer om själva formen på den tidiga praktiken? Ja, och det gäller röstens roll. Även om källorna ofta går förbi det, eller kanske förutsätter det, så verkar det som om bönen oftast bads eller reciterades med låg röst, alltså inte tyst. Särskilt hos Johannes Cassianus är detta tydligt. Johannes använder flera gånger verbet *decantare* – att recitera – när han beskriver praktiken: “Du ska inte sluta att recitera (*decantare*) den [dvs den korta frasen från Psaltaren 70 vers 1] när du arbetar...”, säger Cassianus exempelvis på ett ställe.<sup>52</sup> Hos de andra författarna är detta inte lika tydligt men båda verkar förutsätta en likande praktik åtminstone som *ett* av flera sätt att be den korta bönen.<sup>53</sup>

Men andningen då, kanske någon undrar? Bad man inte Jesusbönen i takt med sin andning? Faktum är det är svårt att belägga denna praxis i de allra tidigaste texterna från 300- och 400-talet.

Vissa forskare hävdar att detta med andningen är ett långt senare tillägg. Även om vi inte kan utesluta att det förekom en sådan praktik

<sup>48</sup> *Scala paradisi* 27.61 (88:1112c), i: J.-P. Migne (red.), *Patrologia Graeca* 88, Paris 1864.

<sup>49</sup> *Collationes* 10 *passim*.

<sup>50</sup> *Capita centum* 59, jfr även *Capita centum* 61: τῆς τοῦ κυρίου Ἰησοῦ μνήμης.

<sup>51</sup> *Scala paradisi* 15.54 (889cd), se även *Scala paradisi* 21.7 (945c); 28.10 (1132b); 28.19 (1132d).

<sup>52</sup> *Collationes* 10.19.14. Se även 10.10.15.

<sup>53</sup> För Diadochos, se *Capita centum* 61: “ropa ut Herren Jesus” (συγκράζουσιν τὸ κύριε Ἰησοῦ). För Johannes Klimakos, se *Scala paradisi* 28.19 (1132d); 28.17 (1132cd).

redan tidigt menar jag att vi åtminstone har tydliga indikationer på att andningen var en del av praktiken på 500- eller 600-talet, inte minst hos Johannes Klimakos.

Johannes Klimakos talar åtminstone på tre ställen om att man ska "knyta samman" eller "förena" bönen med andningen: "Ta in orden [Ἀναλαβοῦ σὺν τῇ πνοῇ σου ἀχωρίστως τὸν λόγον] 'Den som håller ut till slutet ska räddas' tillsammans med din andning utan att de skiljs åt", skriver Johannes på ett ställe;<sup>54</sup> "Förena åminnelsen av Jesus med din andning" (ἡ Ἰησοῦ μνήμη ἐνωθήτω τῇ πνοῇ σου), på ett annat.<sup>55</sup>

Poängen med andningen hos Johannes Klimakos har förmodligen medicinska eller fysiologiska orsaker, eller blir begriplig om beaktar hur man förstod och såg på detta med andning på Johannes tid. Under senantiken fanns det en etablerad uppfattning (så exempelvis hos den välkände läkaren Galenos) att luften man andas inte bara går in i lungorna utan också tar vägen in i hjärtat.<sup>56</sup> Om man alltså fäster bönen vid andningen, bör även bönen bokstavligen följa med ända ner i djupet av hjärtat.

Det är alltså tydligt att Jesusbönen har en relativt enhetlig form i de tre källorna. Terminologin varierar något, och andningens roll hos Johannes Klimakos avviker men är förmodligen frukten av en senare utveckling. Det är också klart att formen på bönen i hög grad också

---

<sup>54</sup> *Scala paradisi* 4.112 (724ab).

<sup>55</sup> *Scala paradisi* 27.61 (1112c). Se även 14.32 (869a).

<sup>56</sup> Se David J. Furley, "Theories of Respiration before Galen", i: David J. Furley och J. S. Wilkie (red.), *Galen: On Respiration and the Arteries*, Princeton, NJ: Princeton University Press 1984, 3–39; Owsei Temkin, "On Galen's Pneumatology", i: Owsei Temkin, *The Double Face of Janus and other Essays in the History of Medicine*, Baltimore, MD: John Hopkins University Press 1977, 154–161 (omtryckt från *Gesnerus* 8 (1951), 180–189). För Galenos, se *De usu respirationis* 5.4, i: D. J. Furley och J. S. Wilkie (red.), *Galen: On Respiration and the Arteries*, Princeton, NJ: Princeton University Press 1984: "hjärtat ... har behov av andning i samma utsträckning som vi själva har behov reglering av värme ... Andningen via artärerna [sic!] är tillräcklig för alla andra kroppsdelar, men till hjärnan och hjärtat hör två särskilda organ, till den första näsborrarna, till den andra lungorna." Sett till hela Galenos textcorpus är Galenos dock mer tvetydig i vilken bemärkelse luften passerar från lungorna till hjärtat, se Temkin, "On Galen's Pneumatology", 154–161. För Galenos roll i tidigbyzantinsk medicin, se John Duffy, "Byzantine Medicine in the Sixth and Seventh Centuries: Aspects of Teaching and Practice", *Dumbarton Oaks Papers* 38 (1984), 21–27.

korresponderar mot recitationen av sentenser hos Seneca, och mot recitationen av gudsnamn i den praktik som kallas *mnēmē tou theou* eller *dei memoriam*. Men vid sidan av de yttre dragen i praktiken, så är det också viktigt att se närmare på själva pedagogiken runt bönen. Vad är syftet med de korta repetitiva bönerna eller vad vill man uppnå med praktiken? Det är framförallt tre syften som lyfts fram i texterna.

För det första handlar Jesusbönen och andra korta bibelord som används på ett liknande sätt, om koncentration, det vill säga att koncentrera hela sin uppmärksamhet på Gud. För Johannes Cassianus syftar det repetitiva reciterandet av korta bibelfraser till att "hålla sinnet helt och fullt koncentrerat på Gud", som Cassianus skriver.<sup>57</sup> Detta syfte understryks också i texterna genom referenser till att ständigt minnas Gud (μνήμη τοῦ Θεοῦ eller *dei memoriam*) eller att ständigt minnas "Herren Jesus" (τῆς τοῦ κυρίου Ἰησοῦ μνήμης).<sup>58</sup> Diadochos understryker vikten av att inte ge sinnet något annat än bönen "Herre Jesus".<sup>59</sup> Klimakos säger också att "korta fraser" (μονολογία), gör sinnet (νοῦς) fokuserat.<sup>60</sup>

Ett andra syfte med bönen handlar om att inpränta orden som bönen innehåller, eller snarare det som orden uttrycker, i ens själ eller inre. Hos alla tre författarna uttrycks detta i termer av att ständigt minnas Gud. Genom bönen är det möjligt att ständigt "hålla fast vid åminnelsen av Gud" (*dei memoriam ... conplecti*) eller att "ständigt ha Gud i minnet" (*iugem dei memoriam*) eller i sinnet, som Johannes Cassianus skriver.<sup>61</sup> Att Jesusbönen eller liknande praktiker kan hjälpa munken till en viss inre hållning är tydlig också hos Diadochos och Johannes Klimakos. För Klimakos kan en kort fras från Psaltaren 35:13 – "När demonerna ansatte mig klädde jag mig i säckväv, jag ödmjukade mig med fastor och min bön fäste sig i djupet av min själ" –

<sup>57</sup> *Collationes* 10.14.3. Se även 10.12; 10.10.2.

<sup>58</sup> See *Collationes* 10.10.2; 10.12: *dei memoriam*; *Capita centum* 61: τῆς τοῦ κυρίου Ἰησοῦ μνήμης; *Scala paradisi* 27.61 (1112c): Ἰησοῦ μνήμη. För μνήμη τοῦ Θεοῦ i allmänhet, se Sieben, "MNHMH ΘΕΟΥ".

<sup>59</sup> *Capita centum* 59.

<sup>60</sup> *Capita centum* 61, se även 59; 97. Se även Ware, "The Jesus Prayer", 563–565.

<sup>61</sup> *Collationes* 10.12; 10.10.2. See 10.14.3.



vara en hjälp till att behålla en ödmjuk inre hållning när man fastar.<sup>62</sup> Här har Klimakos ändrat Septuagintatexten "min bön ska vända åter till mitt bröst" till "min bön fäste sig i djupet av min själ", just för att understryka att det handlar om att göra bibelversens betydelse till ett med en själ. Att Johannes i satsen just före detta citat säger att den aktuella bönen ska fästas vid ens andning understryker ännu mer att bönen inneboende mening ska sjunka ner i själen.

Även när det gäller recitationen av sentenser hos Seneca handlade det som vi har sett om att "plantera in" den hållning som sentensen uttrycker i själen. Den stora skillnaden mellan de monastiska källorna och den antika filosofin handlar inte så mycket om olika syften, utan om vilken *typ* av hållning man vill uppnå. Medan ödmjukhet och ånger eller ett ständigt fokus på Gud är centralt i de monastiska källorna, handlar det exempelvis hos Seneca om lämpliga hållningar för att hantera sorg, död eller förlust.<sup>63</sup> Principen är densamma men den specifika inre hållningen skiljer.

Det tredje syftet handlar om att använda Jesusbönen för att hindra sinnet eller tankarna från att irra iväg eller från att upptas av frestelser eller onda tankar. För att sinnet ska uppfylla sitt syfte "ska vi enbart ge det [orden] 'Herre Jesus'", skriver Diadochos och fortsätter "Låt ditt sinne hela tiden koncentrera sig så intensivt på dessa ord i sin inre skattkammare att det inte viker av till några inre föreställningar [φαντασίας]."<sup>64</sup> Praktiken är lämplig för att jaga bort demoner, onda ting, världsliga tankar, irrande tankar och frestelser.<sup>65</sup> Texterna talar även om Jesusbönen som en sköld, en bröstplåt eller ett skydd mot demoner och olika frestelser,<sup>66</sup> eller som ett sätt att kontrollera sinnet:

<sup>62</sup> *Scala paradisi* 14.32 (869a). För Diadochos, se *Capita centum* 59. Se även *Capita centum* 88; 97, och Ware, "The Jesus Prayer", 563–5.

<sup>63</sup> Se Newman, "Cotidie meditare", 1486–1488.

<sup>64</sup> Diadochos, *Capita centum* 59, se även *Capita centum* 97

<sup>65</sup> *Capita centum* 31; 33; 85; 88; 97; *Collationes* 10.10.11; 10.10.14; 10.11.1; 10.11.3; *Scala paradisi* 15.53–54 (889cd); 18.5 (933bc); 21.7 (945c); 28.19 (1132d); 28.10 (1132b); 28.63 (1140bc).

<sup>66</sup> *Capita centum* 31 (sköld); *Capita centum* 97 (skydd); se även Ware, "The Jesus Prayer", 562, 566; *Collationes* 10.10.3; se även *Collationes* 10.10.14; 10.11.1. Det är värt att notera att Johannes Cassianus även understryker behovet av att rena sig från lidelser som en *föberedelse* för den ständiga bönen, se t.ex. *Collationes* 9.2–6.

att undvika distraktion, eller att bli herre över sinnet (voûς).<sup>67</sup> Här ligger de monastiska källorna återigen nära den antika filosofin. Med den antika praktiken ville man uppnå en inre beredskap, att alltid ha sentensen till hands mot inre föreställningar och lidelser. I de monastiska texterna talar man om Jesusbönen som en inre "sköld" eller en "bröstplåt" mot irrande tankar och frestelser. Metaforiken är här ny men syftet detsamma. Den stora skillnaden är snarast i vilka *typer* av fenomen man vill skydda sig emot. Medan Seneca eller till exempel Epiktetos talar om sinnesintryck eller lidelser, talar de monastiska texterna inte bara om sådana fenomen, utan även om onda tankar, frestelser och demoner.<sup>68</sup>

I linje med detta kan Jesusbönen även förordas som ett led i att nå ett inre lugn eller en inre stillhet: "Förena åminnelsen av Jesus med din andning and du kommer att förstå värdet av inre stillhet [ήσυχίας]", skriver Johannes Klimakos.<sup>69</sup> Detta yttersta syfte med Jesusbönen kan också beskrivas i termer av ljus, kunskap eller en gudserfarenhet bortom det beskrivbara.<sup>70</sup>

## Konklusion

Utifrån de tre tidigmonastiska författarna som jag diskuterat här är det tydligt att Jesusbönen som praktik inte var tydligt definierad under klosterväsendets första århundraden, utan en praktik som var nära förbunden med inte minst två andra praktiker – *meletē* och *mnēmē tou theou* – att repetitivt recitera och memorera korta sentenser, och att ständigt ha Gud i åminnelse. Terminologin varierar lite mellan de tre författarna, och även praktiken i viss mån – andningens roll lyfts endast fram hos Johannes Klimakos. Men vid sidan av denna variation så finner vi en ganska enhetlig praktik i de tre källorna, både i själva ut-

<sup>67</sup> *Scala paradisi* 28.10 (1132b). Se även mindre tydliga passager: 28.21 (1133a); 28.25 (1133c); 28.31 (1136ab).

<sup>68</sup> David Brakke, *Demons and the making of the monk: spiritual combat in early Christianity*, Cambridge, Mass.: Harvard University Press 2006, 40–41; se även Peter Brown, *The World of Late Antiquity: AD 150–759*, New York: Norton 1989, 53–54.

<sup>69</sup> *Scala paradisi* 27.61 (1112c); *Collationes* 9.2.1–2: *inmobilem tranquillitatem mentis*; 10.14.3: *cordis atque animae puritatem*.

<sup>70</sup> Se t.ex. *Collationes* 10.11.1–3; 10.10.14; *Capita centum* 59; *Scala paradisi* 28.19 (1132d). Se även Ware, "The Jesus Prayer", 566–568.

förändret, den yttre formen, och i vad man vill uppnå med den.

Vi kan också sammanfattningsvis säga att den tidigmonastiska Jesusbönen i hög grad korresponderar mot två former av meditativ praktik i senantika filosofiska traditioner – *meletē/meditatio* och *mnēmē tou theou/dei memoriam*. Visserligen handlar inte recitationen av sentenser hos Seneca om bön, som i fallet med Jesusbönen, men sett till den övriga omfattande korrespondensen både i terminologi, form och syfte är det mycket svårt att tro att dessa två filosofiska praktiker inte haft ett betydande inflytande på utvecklingen och utformningen av den tidiga praktiken av Jesusbönen. Därmed är inte sagt att de två traditionerna – den monastiska och den filosofiska – är identiska. Även om det sätt som praktikerna utförs på och ytterst syftar till, i hög grad förblir oförändrade i mötet med den bibliska traditionen, så sker även förändringar. Dels är själva objektet för praktiken ny. I den monastiska traditionen är det inte citat från Homeros eller en känd filosof som reciteras och memoreras, utan bibelverser eller sentenser från en monastisk författare. Det finns även en förskjutning vad gäller de inre hållningar som man vill öva in med hjälp av praktiken. I det monastiska sammanhanget blir exempelvis ödmjukhet och omvändelse betonade på ett sätt som vi inte ser inom den antika filosofin.

Man kan till sist fråga sig på vilket sätt den filosofiska praktiken fördes vidare. Den stoiska traditionen var ju i hög grad uppslukad av nyplatonismen under de århundraden då klosterväsendet växer fram. Frågan är viktig men komplicerad. Troligtvis handlar det om en rad olika vägar och en längre process över tid. Jag vill här bara avslutningsvis nöja mig med att lyfta fram en viktig faktor, nämligen de kristna författare, inte minst Origenes, genom vilka begreppen *meletē* och *mnēmē tou theou (dei memoriam)* redan var en del av den kristna traditionen innan klosterväsendets framväxt – om än inte ännu kombinerade och brukade på det sätt som vi har sett hos de tidiga monastiska författarna. I sin homilia över Jeremia, uppmanar Origenes exempelvis sin läsare att "ta frön från Lagen, ... Profeterna, ... Evangelierna, och från apostlarnas skrifter" och så dessa frön i själen, genom att använda minnet (μνήμη) och *meletē*.<sup>71</sup> Hos Origenes hittar vi

---

<sup>71</sup> *Hom in Jeremiah* 5.13.2, i: Pierre Nautin & Pierre Husson (red.), *Origène: Homélie sur Jérémie*, vol. 1 (SC, 232), Paris: Cerf 1976.

ingen Jesusbön men ändå ett viktigt frö till den senare utvecklingen hos författare som Johannes Cassianus, Diadochos av Fotike och Johannes Klimakos.