

Nepsis

nepsis

sostantivo: vigilanza

Uno stato di allerta spirituale, vigilanza e attenzione sui movimenti del nous e del cuore, che protegge da pensieri dannosi, tentazioni e distrazioni; consente alla propria volontà di allinearsi con la Volontà di Dio; di comunicare con il Santo Spirito.

Sant'Esichio il Sacerdote definisce la nepsis come "un continuo fissare e arrestare il pensiero all'ingresso del cuore".

Il termine deriva dalla Prima Lettera di Pietro del Nuovo Testamento (5,8):

νήψατε, γρηγορήσατε. ὁ ἀντίδικος ὑμῶν διάβολος ὡς λέων ὠρυόμενος περιπατεῖ ζητῶν τινα καταπιεῖν

Sii vigilante e sobrio, il tuo nemico, il diavolo, va attorno come un leone ruggente cercando qualcuno da divorare.

La purificazione dell'anima, scopo della vita cristiana e primo stadio verso la divinizzazione dell'uomo che si ottiene solo attraverso la grazia divina, è perseguita attraverso gli sforzi di adempiere ai comandamenti di Cristo:

- la partecipazione ai Santi Misteri della Chiesa cristiana ortodossa
- la preghiera privata inclusa la devozione alla Preghiera di Gesù
- il digiuno secondo il calendario della Chiesa
- lo studio della Sacra Scrittura e delle vite dei santi
- la vigilanza (nepsis) sui pensieri per impedire che i pensieri peccaminosi penetrati nel cuore diventino poi azioni peccaminose e quindi passioni consolidate e

abitudinarie.

Man mano che il cristiano si purifica, col tempo raggiunge lo stadio di *theoria* o illuminazione. A questo punto, inizia la vita contemplativa. Ogni pratica ascetica deve essere intesa semplicemente come il mezzo con cui si persegue l'obiettivo della vita cristiana. Questa è l'acquisizione del Santo Spirito (San Serafino, Dialogo con Motovilov) che conduce nello stadio più avanzato alla *theosis*, che significa la "deificazione" dell'uomo. Secondo Sant'Atanasio e altri Santi Padri, "Dio si è fatto uomo affinché l'uomo possa diventare dio".

Nitro

Il nitro, o carbonato di sodio, era un'importanti risorsa minerale dei laghi d'Egitto ed era impiegato nella produzione di sapone, vetro, medicine, sale. *vedi Padri del Deserto*

Nous

Nous: νοῦς: è la suprema facoltà umana e organo della *contemplazione*; è quella parte dello spirito umano che – contrariamente alla *ragione* – non procede in modo discorsivo, ma percepisce intuitivamente e sinteticamente la verità divina, nell'illuminazione della grazia. Tramite l'intelletto, attraverso gradi successivi, l'uomo procede nella *conoscenza spirituale* fino agli stadi supremi della contemplazione.

(Filocalia, Glossario, ed. Gribaudo)