

La Regola di San Pacomio il Grande

Nota: la traduzione utilizzata è principalmente quella di P. Lorenzo di Jordanville. Questo ordine fu dato a San Pacomio di Egitto da un angelo, ed era la regola che usava ad ogni ora del giorno e della notte (Archimandrita Lazarus (Moore), St. Seraphim of Sarov: A Spiritual Biography , p. 77). È una regola di preghiera che si presta particolarmente alla memorizzazione, e come tale può essere eseguita in situazioni in cui non è pratico pregare utilizzando un libro di preghiere.



Per le preghiere dei nostri santi Padri, Signore Gesù Cristo,

nostro Dio, abbi pietà di noi.

Amen. Gloria a te, nostro Dio, gloria a te.

Re celeste, Consolatore, Spirito di Verità, che sei ovunque presente e riempi ogni cosa, Tesoro dei beni e Datore di vita: vieni ad abitare in noi, purificaci da ogni macchia e salva, o Buono, le anime nostre.

Santo Dio, Santo Forte, Santo Immortale, misericordia di noi. **(Tre volte)**

Gloria al Padre, al Figlio e al Santo Spirito, ora e sempre, e nei secoli dei secoli. Amen.

Santissima Trinità, abbi pietà di noi. Signore, cancella i nostri peccati. Sovrano, perdona le nostre iniquità. Santo, visita e guarisci le nostre infermità per amore del Tuo nome.

Signore, abbi pietà. **(Tre volte)**

Gloria al Padre, al Figlio e allo Spirito Santo, ora e sempre, e nei secoli dei secoli. Amen.

Padre nostro, che sei nei cieli, sia santificato il tuo nome. Venga il tuo Regno, sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra. Dacci oggi il nostro pane sovrasostanziale e rimetti a noi i nostri debiti, come noi li rimettiamo ai nostri debitori; e non ci indurre in tentazione, ma liberaci dal maligno. Amen.

O Signore, Gesù Cristo, Figlio di Dio, abbi pietà di noi. Amen.

Kyrie eleison. **(Dodici volte)**

Gloria al Padre, al Figlio e al Santo Spirito, ora e sempre, e nei secoli dei secoli. Amen.

Venite, adoriamo Dio nostro Re.

Venite, adoriamo e prostriamoci davanti a Cristo nostro Re e Dio.

Venite, adoriamo e prostriamoci davanti a Cristo stesso, nostro Re e Dio.

Salmo 50

Abbi pietà di me, o Dio, secondo la tua grande misericordia; e secondo la moltitudine delle tue compassioni cancella la mia trasgressione. Lavami completamente dalla mia iniquità e purificami dal mio peccato. Poiché conosco la mia iniquità e il mio peccato è sempre davanti a me. Contro te solo ho peccato e ho fatto questo male davanti a te, affinché tu sia giustificato nelle tue parole e prevalga quando sei giudicato. Poiché ecco, io sono stato concepito nelle iniquità, e mia madre mi ha generato nei peccati. Poiché ecco, tu hai amato la verità; le cose nascoste e segrete della Tua saggezza mi hai manifestate. Mi aspergerai con issopo e sarò puro; Mi laverai e sarò reso più bianco della neve. Mi farai sentire gioia e letizia; le ossa umiliate si rallegreranno. Distogli il tuo volto dai miei peccati e cancella tutte le mie iniquità. Crea in me, o Dio, un cuore puro e rinnova dentro di me uno spirito retto. Non respingermi dalla tua presenza e non privarmi del tuo Santo Spirito. Restituiscimi la gioia della Tua salvezza e confermami con il Tuo Santo Spirito. Insegnerò le tue vie ai trasgressori e gli empi torneranno a te. Liberami dal sangue versato, o Dio, Dio della mia salvezza; la mia lingua si rallegrerà della tua giustizia. Signore, apri le mie labbra e la mia bocca proclamerà la tua lode. Perché se tu avessi desiderato il sacrificio, lo avrei dato; degli olocausti non ti compiacerai. Un sacrificio a Dio è uno spirito affranto; un cuore spezzato e umiliato Dio non lo disprezzerà. Fa' del bene, o Signore, nel tuo beneplacito a Sion, e siano riedificate le mura di Gerusalemme. Allora gradirai il sacrificio di giustizia, l'oblazione e gli olocausti. Allora offriranno vitelli sul tuo altare.

Il Credo

Credo in un solo Dio, Padre Onnipotente, Creatore del cielo e della terra e di tutte le cose visibili e invisibili. E in un solo Signore Gesù Cristo, il Figlio di Dio, l'Unigenito, generato dal Padre prima di tutti i secoli; Luce della Luce, Dio vero da Dio vero; generato, non creato; di una sola essenza con il Padre, dal quale tutte le cose sono state fatte; Il quale per noi uomini e per la nostra salvezza discese dal cielo, si incarnò nello Spirito Santo e nella Vergine Maria, e si fece uomo; E fu crocifisso per noi sotto Ponzio Pilato, patì e fu sepolto; E risuscitò il terzo giorno secondo le Scritture; E salì al cielo e siede alla destra del Padre; E verrà di nuovo, con gloria, per giudicare sia i vivi che i morti e il suo regno non avrà fine. E nello Spirito Santo, che è Signore e dà la vita, e procede dal Padre e con il Padre e il Figlio è adorato e glorificato e ha parlato per mezzo dei profeti. Credo nella Chiesa Una, Santa, Cattolica e Apostolica. Confesso un solo battesimo per la remissione dei peccati. Aspetto la risurrezione dei morti e la vita nel mondo che verrà. Amen.

La preghiera di Gesù:

O Signore, Gesù Cristo, Figlio di Dio, abbi pietà di me peccatore. (**100 volte**)

Il licenziamento

È davvero doveroso benedire te, Oh Theotokos, sempre benedetta e irreprensibile, e Madre del nostro Dio. Più venerabile dei Cherubini e senza paragone, più gloriosa dei Serafini, Tu che senza corruzione hai partorito il Verbo Dio, quale vera Theotokos, noi ti magnifichiamo.

Gloria al Padre, al Figlio e al Santo Spirito, ora e sempre, e nei secoli dei secoli. Amen.

Kyrie eleison. (**Tre volte**)

O Signore, benedici.

O Signore Gesù Cristo, Figlio di Dio, per le preghiere della tua purissima Madre, dei nostri santi e teofori padri e di tutti i santi, abbi pietà di noi e salvaci, perché tu sei buono e amante dell'uomo. Amen.