

Правило 2022.

Данное Правило только для келейного уединения (вне храма). Оно - для **начального, опытного и совершенного**. Правило состоит из суточных молитв, кои суть:

I.

Вечернее: вечерня и повечерие.

Вечерня не ранее 16 и не позднее 18 часов. Повечерие в 20-21 час.

Если не получается по *Часослову*, то за вечерню: 25 земных поклонов и 100 *Иисусовых молитв*.

За повечерие: 12 поклонов и 50 *Иисусовых молитв*; + за канон седмичный: 5 поклонов и 50 молитв; за *Богородичен*: 12 поклонов и 50 *Иисусовых молитв*. Богородичен канон - по гласу *Октоиха*.

Ночное моление: полунощница седмичная или субботняя или воскресная (воскресная по гласу). Или можно заменить: 25 земных и 100 *Иисусовых молитв*. Совершается в полночь или близкое ему время с 23 по 1 час ночи.

Утренние: утреня и первый час. Должно творить утреню в промежуток в 4-6 часов. Первый час - 7 утра.

Если не получается по *Часослову*, то за утреню: 50 земных поклонов и 300 *Иисусовых молитв*.

Дневные: 3-й, 6-й и 9-й часы.

То есть чтение часов в 9 (+ *Изобразительные*), в полдень (12 часов) и в 15.

Если не получается молиться по *Часослову*, то 7 земных поклонов и 50 *Иисусовых молитв* при каждом молении (Молитве).

За *Изобразительные*: 25 земных и 100 *Иисусовых молитв*.

Итого: 9 Молитв в сутки. Молитва начинаются с *Царю Небесный...*, *Трисвятаго* и 50 *Псалма, Верую...* заканчивается *Достойно есть...* и отпуст.

PS

Такое Правило, когда каждая *Иисусова молитва* творится 10-15 секунд (так у начальных).

II.

Если нет возможности творить правило по книгам (*Часослов, Октоих, Триоди*), то следует переходить только на *Иисусову молитву*.

Правило к Божественному причащению (УПЦ, Киев, 1994 г.) предлагает на листе 5 – об.5 творить молитву по *афонскому* стилю. Аз же предлагаю *по-русски* (каждая *Иисусова молитва* должна твориться у опытных не менее 20-30 секунд).

9 Молений в сутки.

Молитва начинается с *Царю Небесный...*, *Трисвятаго* и *50 Псалма, Верую...* и заканчивается *Достойно есть...* и отпуст:

За каждый Час: по 100 *Иисусовых молитв...*

За вечерню: 200 *Иисусовых молитв*

За повечерие: 200 *Иисусовых молитв* (с учетом канонов)

За полунощницу: 200 *Иисусовых молитв*

За утреню: 300 *Иисусовых молитв*

За Изобразительные: 100 *Иисусовых молитв* (после 3-го Часа или между 3 и 6-ым).

Весь Псалтырь - 2000 молитв

Одна кафизма - 100

III.

Всякий христианин стремится к постоянной молитве. Высшим правилом уединенной жизни можно назвать **правило святого прп. отца нашего Пахомия Великаго:**

Ночью: 12 Молитв.

Днем: 12 Молитв.

Каждая молитва начинается с *Царю Небесный...*, *Трисвятаго* и *50 Псалма, Верую*; затем: 100 *Иисусовых молитв*, и заканчивается *Достойно есть...* и отпуст.

Под ночью понимается время от 18 вечера до 6 утра; а день – с 6 утра до 18 вечера. (см. *Канонникъ*. Киево-Печерская Лавра. 1868 г. лист 139).