

Για ὅλες τὶς ἀνθρώπινες ἀμαρτίες

μετανοῶ ἐνώπιόν Σου, Παντελεήμων.

Νὰ τὸ σπέρμα ὅλων τῶν ἀμαρτιῶν βρίσκεται στὸ αἷμα μου.

Μὲ τὴν προσπάθειά μου καὶ τὸ Ἔλεός Σου συμπνίγω

τὸν κακὸ αὐτὸ σπόρο μέρα καὶ νύχτα.

Γιὰ νὰ μὴ βλαστάνουν τὰ ζιζάνια, ἀλλὰ τὸ καθαρὸ στάρι

στὸν ἀγρὸν τοῦ Κυρίου.

Μετανοῶ γιὰ ὅλους τοὺς μεριμνῶντας, ποὺ σκοντάφτουν

κάτω ἀπὸ τὸ βάρος τῶν μεριμνῶν καὶ δὲν ξέρουν νὰ ἀποθέσουν

τὶς μέριμνές τους ἐπάνω σὲ Σένα. Γιὰ τὸν ἀδύνατο ἄνθρωπο

ἀβάσταχτη εἶναι καὶ ἡ πιὸ μικρὴ μέριμνα, ἐνῶ γιὰ Σένα

καὶ ἓνα βουνὸ μεριμνῶν εἶναι σὰν μιὰ μπάλα χιονιοῦ

πεταμένη στὴν κάμινο τοῦ πυρός.

Μετανοῶ γιὰ ὅλους τοὺς ἀρρώστους, γιατί ἡ ἀρρώστια

εἶναι καρπὸς τῆς ἀμαρτίας. Ὄταν μὲ τὴν μετάνοια καθαριστεῖ

ἡ ψυχὴ, τότε ἡ ἀρρώστια εξαφανίζεται μαζὶ μὲ τὴν ἀμαρτία,

καὶ εἰσέρχεται στὴν ψυχὴ Ἐσύ, Αἰώνια Ὑγεία μου.

Μετανοῶ γιὰ τοὺς ἀπίστους, ποὺ μὲ τὴν ἀπιστία τους

σωρεύουν τὶς ἀνήσυχες φροντίδες τους καὶ τὶς ἀρρώστιες

ἐπάνω τους καὶ ἐπάνω στοὺς φίλους τους.

Μετανοῶ γιὰ ὅλους τοὺς θεοβλασφήμους, ποὺ βλασφημοῦν Ἐσένα,

μὴ ξέροντας ὅτι βλασφημοῦν τὸν Οἰκοδεσπότη,

πού τοὺς ντύνει καὶ τοὺς τρέφει.

Μετανοῶ γιὰ ὅλους τοὺς ἀνθρωποκτόνους ποὺ σκοτώνουν

τὴ ζωὴ τοῦ ἄλλου γιὰ νὰ φυλάξουν τὴ δική τους.

Συγγώρεσέ τους Παντελεήμων, γιατί δὲν ξέρουν τί κάνουν.

Γιατί δὲν ξέρουν ὅτι δὲν ὑπάρχουν στὸ Σύμπαν δύο ζωές, ἀλλὰ μία,  
καὶ ὅτι δὲν ὑπάρχουν δύο ἄνθρωποι, ἀλλὰ ἓνας.

Καὶ κόβουν τὸ μισό τῆς καρδιάς γιὰ νὰ φυλάξουν τὸ ἄλλο μισό.

Ἄχ, πόσο εἶναι νεκροὶ ἐκεῖνοι ποὺ ἔχουν ἀποκόψει  
τὸ μισό τῆς καρδιάς!

Μετανοῶ γιὰ τοὺς ψευδόρκους, διότι ἀλήθεια,  
καὶ αὐτοὶ εἶναι ἀνθρωποκτόνοι, αὐτόχειρες.

Γιὰ ὅλους ἐκεῖνους ποὺ ἐκμεταλλεύονται τοὺς ἀδελφούς τους  
καὶ συσσωρεύουν ἄχρηστο πλοῦτο, κλαίω καὶ ἀναστενάζω,  
γιατί ἔθαψαν τὴν ψυχὴ τους καὶ δὲν ἔχουν  
μὲ τί νὰ παρουσιαστοῦν ἐνώπιόν Σου.

Γιὰ ὅλους τοὺς ὑπερηφάνους καὶ ἀλαζόνας κλαίω καὶ ἀναστενάζω,  
γιατί εἶναι ἐνώπιόν Σου σὰν ζητιάνοι μὲ ἄδειο σακκούλι.

Γιὰ ὅλους τοὺς μέθυσους καὶ λαίμαργους κλαίω καὶ ἀναστενάζω,  
διότι κατήγησαν δοῦλοι τῶν δούλων τους.

Γιὰ ὅλους ἐκεῖνους ποὺ χαλᾶνε τοὺς γάμους, μετανοῶ,  
γιατί πρόδωσαν τὴν ἐμπιστοσύνη τοῦ Ἁγίου Πνεύματος, τὸ Ὅποιο  
τοὺς ἐξέλεξε γιὰ νὰ κτίξει διὰ μέσου αὐτῶν τὴν νέα ζωὴ,  
ἐνῶ αὐτοί, τὴν διακονία τῆς ζωῆς,  
μετέβαλαν σὲ καταστροφή τῆς ζωῆς.

Γιὰ ὅλα τὰ ψεύτικα χεῖλη, γιὰ ὅλα τὰ θολὰ μάτια,  
γιὰ ὅλες τὶς σκληρὲς καρδιές, γιὰ ὅλες τὶς ἀχόρταγες κοιλιές,  
γιὰ ὅλα τὰ σκοτεινὰ μυαλά, γιὰ ὅλες τὶς κακὲς θελήσεις,  
γιὰ ὅλους τοὺς ἄσχημους λογισμούς, γιὰ ὅλες

τις ψυχοφθόρες ἐνθυμήσεις, μετανοῶ καὶ ἀναστενάζω.

Μετανοῶ, Κύριε, γιὰ τοὺς πολυλογοῦντας,

γιατί τὸ πολύτιμο δῶρο Σου,

τὸ δῶρο τοῦ λόγου, μετέβαλαν σὲ φθηνὴ ἄμμο.

Μετανοῶ, γιὰ ὅλους ἐκείνους ποὺ καταστρέφουν

τὴν ἐστία τοῦ γείτονα καὶ τὴν εἰρήνη του,

γιατί ἔτσι μάζεψαν στὸν ἑαυτό τους καὶ στὸ λαὸ τὴν κατάρα.

Μετανοῶ, γιὰ ὅλη τὴν ἱστορία τῶν ἀνθρώπων, ἀπὸ τὸν Ἀδὰμ

ὡς ἐμένα τὸν ἁμαρτωλό, γιατί ὅλη ἡ ἱστορία εἶναι στὸ αἷμα μου.

Γιατί ἐγὼ εἶμαι μέσα στὸν Ἀδὰμ, καὶ ὁ Ἀδὰμ μέσα μου.

Γιὰ ὅλους τοὺς μεγάλους καὶ μικρούς, ποὺ δὲν τρέμουν

μπροστὰ στὴν φοβερὰ παρουσία Σου, κλαίω καὶ κραυγάζω·

Δέσποτα Πολυέλεε, ἐλέησον καὶ σῶσον με.

**Πηγή: Ἱερά Μονὴ Ἀγίου Ἰωάννου Καρέα**