

Για τον Θεό δεν μετράει τόσο η ποσότητα της προσευχής όσο η ποιότητα

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Γενικά Θέματα](#)



Όλη η βάση είναι η ποιότητα της προσευχής. Η προσευχή πρέπει να είναι καρδιακή, να γίνεται από πόνο. Για τον Θεό δεν μετράει τόσο η ποσότητα της προσευχής όσο η ποιότητα. Η προσευχή που γίνεται στα μοναστήρια έχει ποσότητα, αλλά δεν φθάνει αυτό. Τόσες ώρες προσευχή που γίνεται από τόσα άτομα, αν ήταν καρδιακή, θα είχε αλλάξει ο κόσμος. Για αυτό σκοπός είναι οι Ακολουθίες να γίνονται από την καρδιά.

Η καρδιακή προσευχή βοηθάει όχι μόνον τους άλλους αλλά και τον ίδιο τον εαυτό μας, γιατί βοηθάει να έρθει η εσωτερική καλοσύνη. Όταν ερχόμαστε στην θέση του άλλου, έρχεται φυσιολογικά η αγάπη, ο πόνος, η ταπείνωση, η ευγνωμοσύνη μας στον θεό με τη συνεχή δοξολογία, και τότε η προσευχή για τον συνάνθρωπό μας γίνεται ευπρόσδεκτη από τον Θεό και τον βοηθάει.