

Ένας αναστεναγμός ισοδυναμεί με ώρες

προσευχής!



«Όλη η βάση είναι να πονάει

ο άνθρωπος. Αν δεν πονάει, μπορεί να κάθεται ώρες με το κομποσχοίνι, και η προσευχή του να μην έχει κανένα αποτέλεσμα. Αν υπάρχει πόνος για το θέμα για το οποίο προσεύχεται, ακόμη και με έναν αναστεναγμό κάνει καρδιακή προσευχή...

Ένας αναστεναγμός για τον πόνο του άλλου είναι μια καρδιακή προσευχή.

Ισοδυναμεί δηλαδή με ώρες προσευχής... Η πραγματική προσευχή ξεκινάει από έναν πόνο. Δεν είναι ευχαρίστηση, «νιρβάνα». Τι πόνος είναι; Βασανίζεται με την καλή έννοια ο άνθρωπος... [\(περισσότερα...\)](#)