

# Oslavte (si) Světový den laskavosti 13.listopadu 2021

To, že jsem nasytil hladového, odpustil urážku a začal milovat svého nepřítele, to jsou veliké ctnosti.

Ale co kdybych zjistil, že nejnuznější ze všech žebráků i nejdrzejší ze všech utrhačů dlí v mém nitru a že jsem to já, kdo je tak potřebný almužen vlastní laskavostí, a že já sám jsem tím nepřítelem, kterého je nutno milovat - co potom?

C.G.Jung

*Zákony Ducha, Dan Millman, eminent, str. 65*



## Akty laskavosti k sobě samým

- dopřejte si meditaci laskavosti
- nechte svůj mobil půl dne z dosahu
- oceňte se za 3 věci z tohoto týdne
- nebo...



## Akty laskavosti ke světu kolem nás

- nabídněte někomu pomoc
- oceňte práci/slужbu někoho jiného poděkováním, obdivem nebo zpropitným
- pošlete finanční dar
- nebo

## Akty laskavosti k milovaným bytostem

- udělejte něco, co vždycky dělají pouze druzí
- řekněte druhým, že je máte rádi
- zavolejte někomu ze širší rodiny, s kým jste dlouho nemluvili
- nebo..