

# SPOŠTOVANJE

46



*Kdor ne spoštuje drugih,  
tudi sebe ne spoštuje.*

AVTOR NEZNAN

*Edino pristno dostojanstvo je tisto,  
ki ga nespoštovanje s strani drugih ne zmanjša.  
Veličastnosti Niagarskih slapov nič ne zmanjšate, če pljunete vanje.*



OSEBNOSTNI TEST: *Kakšno je tvoje spoštovanje?*

Preberi naslednje trditve, premisli, v kolikšni meri držiš zate in obkroži ustrezno številko.  
(3 = popolnoma držiš, 2 = včasih držiš, 1 = ne držiš.)

- |   |   |   |     |  |
|---|---|---|-----|--|
| 3 | 2 | 1 | 1.  | Mirno poslušam sogovornika, tudi če se ne strinjam z njim.   |
| 3 | 2 | 1 | 2.  | Rad spoznavam nove ljudi.  |
| 3 | 2 | 1 | 3.  | Rad imam naravo in udeležujem se akcij za čisto okolje.  |
| 3 | 2 | 1 | 4.  | Spodbujam druge, da dajo vse od sebe.  |
| 3 | 2 | 1 | 5.  | Rad opazujem ljudi, ki so v čem boljši kot jaz.  |
| 3 | 2 | 1 | 6.  | Upoštevam zasebnost drugih ljudi.  |
| 3 | 2 | 1 | 7.  | Ni mi vseeno, kako se počutijo drugi.  |
| 3 | 2 | 1 | 8.  | Upoštevam pravila (v šoli, na cesti, pri igri, ...).   |
| 3 | 2 | 1 | 9.  | Ne bojim se novih izkušenj.  |
| 3 | 2 | 1 | 10. | Razumem ljudi, ko delajo napake, saj jih delam tudi sam.   |
| 3 | 2 | 1 | 11. | Znam pohvaliti koga, ki kaj dobro opravi, in tudi sam znam sprejeti pohvalo.   |
| 3 | 2 | 1 | 12. | Trudim se, da nikogar ne prizadenem.   |
| 3 | 2 | 1 | 13. | Ko mi kaj ne gre, se ne jezim nase, vem, da mi bo naslednjič uspelo.   |
| 3 | 2 | 1 | 14. | Verjamem, da imajo ljudje okoli mene pravico kdaj biti slabe volje. Razumem jih, če so zato kdaj do mene neprijazni. |

## TVOJE SPOŠTOVANJE JE:

### VISOKO (39 - 42 točk)

Spoštuješ sebe, ljudi in naravo. Ljudje, ki so v čem boljši kot ti, v tebi ne vzbujajo zavisti, ravno obratno, navdihujejo te. Rad jih opazuješ, rad se učiš od njih. Na težave ne gledaš kot na nepremagljive ovire, ampak kot na nove izzive, ki te bodo obogatile. Ne bojiš se delati napak, ker veš, da se iz njih učiš. Rad imaš življenje in srečen človek si.

### POVPREČNO (28 - 38 točk)

Tvoje spoštovanje je pogosto praktično in pre-



48



## Buda

Buda je ostal miren ob žalitvah, ki mu jih je izrekel neki obiskovalec. Ko so ga učenci pozneje vprašali, v čem je skrivnost njegove vedrine, je rekel:

»Predstavljajte si, kako bi bilo, če bi nekdo pred vas postavil dar, vi pa ga ne bi pobrali. Ali če bi vam nekdo poslal pismo, pa ga ne bi hoteli odpreti; njegova vsebina vas ne bi prizadela, mar ne? Storite tako vsakokrat, ko vas kdo žali, pa ne boste izgubili svoje vedrine.«

*Edino pristno dostojanstvo je tisto, ki ga nespoštovanje s strani drugih ne zmanjša. Veličastnosti Niagarskih slapov nič ne zmanjšate, če pljunete vanje.*

ANTHONY DE MELLO, ŽABJA MOLITEV II

računljivo. Spoštuješ, če se ti splača; prijazen si, ko ti to prinese korist; rad imaš, če imaš kaj od tega. Zdi se ti, da si upravičeno tak, saj so taki tudi drugi. Zdi se ti, da bi bil boljši, če bi bili drugi boljši. Pa veš, zakaj so taki? Ker po naravnem zakonu *dobiš, kar daš*. Ko boš zmožel več ljubezni do ljudi, boš to dobil tudi od njih.

Kako? Bodi prijazen z nekom, ki te ne mara; mirno odgovori nekemu, ki te zmerja; bodi iskren z nekom, ki ti laže. Najprej se ti bo zdelo nemogoče, čez čas ti bo šlo težko, potem vse lažje in nazadnje bo - preprosto in naravno.

### NIZKO (14 - 27 točk)

Nezadovoljen si in pogosto imaš konflikte z ljudmi. Nenehno se čutiš ogrožen, napaden, prizadet. Zato tudi sam ogrožaš, napadaš in prizadeneš. (Če si bolj plašne narave in si ne upaš, to počenjaš v tvojih mislih.)

Zbudi se. Nihče ni proti *tebi*. Ljudje reagirajo grobo in neprijazno zaradi tvojega *vedenja* in tvojih *besed*. Ne dovoli, da hudobna beseda kar zleti iz tvojih ust; premisli, preden kaj rečeš; premisli, preden kaj narediš. Vprašaj se: »Mi bo to prineslo lepše odnose? Se bom s tem človekom boljše razumel?« Če je odgovor ne, potem bodi raje tiho. Saj lahko poveš, ko te kdo užali, prizadene ali ti naredi krivico. A prosí, povej, ne kriči. Ko boš sam drugačen, bolj umirjen in spoštljiv, bodo takšni tudi ljudje okoli tebe.



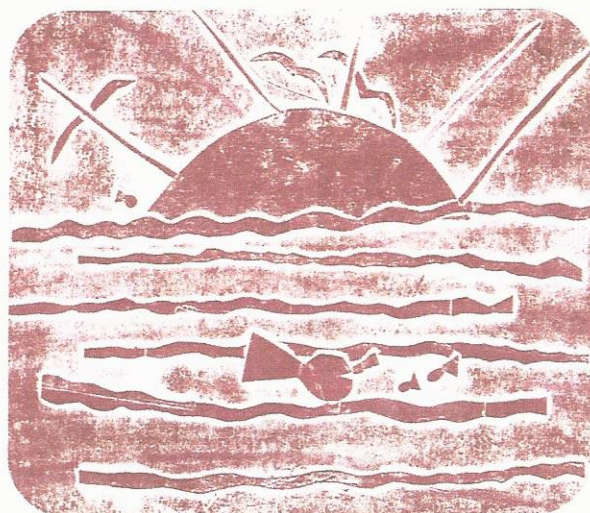


### Pogovorimo se:

- **Kot je Buda?** (Duhovni učitelj, razsvetljen človek; v budizmu je Buda podobno kot Jezus v krščanstvu.)
- **Če žalitvah je ostal povsem miren. Kako to razaga?**
- **Kako to primerja z Niagarskimi slapovi?** (Velikost Niagarskih slapov se ne zmanjša, če nekdo pljune vanje; Niagarski slapovi so tako veličastni, da malenkost, kot je pljunek, niti najmanj ne zmanjša njihove lepote. Nekoga, ki se zares globoko zaveda svoje edinstvenosti in lepote, torej ne more užaliti slaba beseda. Nekoga, ki je negotov in nesamozavesten, pa to prizadel že grd pogled.)



NATALIJA JUHART, 5.C RAZRED, OŠ POHORSKEGA ODREDA SLOVENSKA BISTRICA, SONČNI ZAHOD



ŽIVAHA ČOH, 5.C RAZRED, OŠ POHORSKEGA ODREDA SLOVENSKA BISTRICA, NARAVA

- **Kaj pravi avtor o dostojanstvu, o spoštovanju samega sebe?** (Da pravega dostojanstva ne more zmanjšati nespoštovanje nekoga drugega.)
- **Kako mi reagiramo, če nas kdo namerno žali?** (Jezni smo in prizadeti.)
- **Vsi se zavedamo, da so nekateri ljudje silno hitro užaljeni, drugi ne zamerijo tako hitro. Kaj to pravzaprav pomeni?** (Da v resnici niso besede ali dejanja drugih ljudi razlog za našo prizadetost, ampak da je naša reakcija odvisna od nas, od našega lastnega samospoštovanja, od našega razumevanja ljudi in življenja.)



### Domača naloga:

- **Naj bo ta teden posvečen spoštovanju. Opazuj ljudi okoli sebe, išči pozitivno v njih in izrazi spoštovanje za kakšno njihovo zamisel. Pogosto reci komu kaj podobnega kot: »Hej, to pa se dobro sliši.«**



### Na to temo svetujem še:

Brian Moses: BRIGA ME!