

Punta Arenas, 01 de Mayo del 2020

# RESPECTO

La palabra respeto ha cobrado importancia en la actualidad. Está de “moda” hablar de respeto hacia los niños, ancianos, animales y plantas. Todos hablan de tolerancia y respeto. El respeto implica entendimiento, comprensión y una gran dosis de amor.

## EL RESPETO

La palabra respeto proviene del latín respectus y significa “atención” o “consideración”. De acuerdo con el diccionario de la Real Academia Española (RAE), el respeto se asocia con el acatamiento que se hace a alguien; incluye atención y cortesía.

El respeto es un valor que permite al ser humano reconocer, aceptar, apreciar y valorar las cualidades del prójimo y sus derechos. Es decir, el respeto es el reconocimiento del valor propio y de los derechos de los individuos y de la sociedad.

El respeto no sólo se manifiesta en la actuación de las personas o su acatamiento de las leyes, sino también hacia la autoridad, como sucede con los alumnos y sus maestros, los hijos y sus padres o los subalternos y sus jefes. También es aplicable a las relaciones entre grupos de personas, entre países y organizaciones de diversa índole. No es simplemente la consideración o deferencia, sino que implica un

verdadero interés no egoísta por el otro, más allá de las obligaciones explícitas que puedan existir.

El respeto permite que la sociedad viva en paz y en sana convivencia. Implica reconocer en sí mismo y en los demás los derechos y las obligaciones, por eso suele sintetizarse en la frase: “No hagas a los demás lo que no quieres que te hagan a ti”.

Por el contrario, la falta de respeto genera violencia y enfrentamiento. Cuando dicha falta corresponde a la violación de una norma o una ley, incluso es castigada a nivel formal. Este castigo puede ser una multa económica o hasta el encarcelamiento.

Frecuentemente se confunde el respeto con alguna conducta en particular, como los buenos modales o la amabilidad, pero el respeto es algo diferente, es una actitud.

Uno de los filósofos que mayor influencia ha ejercido sobre el concepto de respeto ha sido el alemán Immanuel Kant. En su filosofía moral, este pensador afirma que los seres humanos deben ser respetados porque son un fin en sí mismos. Al ser un fin en sí mismos conservan un valor intrínseco y absoluto.

El respeto exige la comprensión del otro: ponerse en sus zapatos, tratar de comprender su posición. No basta solamente con no agredirlo o ignorarlo, implica escucharlo con atención y sin el ánimo de cuestionar sus ideas.

El respeto hace una diferenciación total entre la persona y lo que esta piense o diga en un momento dado. Impulsa al ser humano a aceptar

sus diferencias personales, recordando que todos tienen derecho a ser como son.

Podríamos pensar que faltar al respeto es simplemente tener malos modales: hablar con la boca llena, presentarnos sucios a la escuela o al trabajo y empujar a los otros para pasar. Sin embargo, significan poco en comparación con las verdaderas faltas de respeto: tocar a alguien sin su consentimiento, burlarnos de una religión, de un trabajo o una forma de vida diferente a la nuestra, querer utilizar a los demás como medios para nuestros planes, abusar de quienes están en desventaja (ancianos, enfermos, niños o animales). Debe evitarlo siempre. A veces la mejor forma es seguir las reglas. Pensar siempre “¿Debo hacer esto o no?”, es solo el primer paso. El gran progreso en la búsqueda del respeto no está en la inteligencia, sino en el corazón: el amor a los demás sirve de guía e inspiración para cuidarlos y honrarlos por formar parte de la vida.

Ejemplos de falta de respeto en las relaciones sociales:

- La difamación y las burlas rebajan la dignidad de las personas y este trato injusto es una falta de respeto.
- En cualquier sociedad (familia, aula, empresa, entre otros) debe haber autoridades que la dirijan (padres, profesores, jefes); esto exige a hijos, alumnos y subordinados un trato disciplinado y obediente. Las rebeldías son faltas de respeto hacia la sociedad.
- Las faltas de educación voluntarias (desplantes, portazos) son claros ejemplos de falta de respeto hacia los demás.

- La mujer es igual al hombre y es injusto e irrespetuoso tratarla como un objeto sexual.
- El amor humano posee una gran dignidad que exige un trato delicado. La pornografía es una falta de respeto hacia la humanidad.

### **Auto respeto**

Otro aspecto importante es el respeto a uno mismo o auto respeto. Existe un consenso entre los pensadores en cuanto a que esta manifestación del respeto es una habilidad esencial para vivir la vida de manera satisfactoria y llena de significado. Además, es vital para nuestra vida en sociedad.

Tener auto respeto significa valorar su propia existencia. Cuando se valora a sí mismo, también respetará a los que le rodean y a la vida.

El desafío es desarrollar el valor del respeto en el propio ser y darle una expresión práctica en la vida diaria. Aparecerán obstáculos para probar la solidez del respeto y, con frecuencia, se sentirán en los momentos de más vulnerabilidad. Es necesaria la confianza en uno mismo para enfrentar las circunstancias con seguridad, optimismo y esperanza.

En las situaciones en las que parece que todos los apoyos se han desvanecido, lo que permanece fiel es el nivel en que se ha podido confiar internamente en el propio ser.

La causa de los conflictos se origina en la ausencia del auto respeto y es así como algunas personas miden el respeto a través de factores físicos y materiales, tales como el color, raza, religión, sexo, nacionalidad, estatus y popularidad. Cuanto más se mide el respeto sobre la base de algo externo, mayor es el deseo de que los demás tengan un reconocimiento hacia mí. Cuanto mayor es ese deseo, más se es víctima del mismo y se pierde el respeto hacia uno mismo y hacia los demás. Si las personas renunciaran al deseo de recibir consideración de los demás y se estabilizaran en el estado elevado de auto respeto, la consideración y el respeto los seguiría a todas partes.

Una persona que se auto respeta es capaz de:

- Darse espacio a sí mismo y a los demás.
- Permanecer estable internamente, sin una sensación errónea de inferioridad o superioridad.
- Desprenderse y no presionar a los demás para satisfacer sus deseos.
- Ser libre y ayudar a los demás a liberarse.
- Expresarse con dulzura, naturalidad y espontaneidad, pero con honestidad y coraje.
- Procurar que sus palabras y acciones estén llenas de consideración, discerniendo siempre qué es lo más preciso para decir o hacer, de modo que nadie se sienta herido ni molesto.
- Respetar a los demás.

## **Podemos fortalecer el respeto**

Aprendiendo a escuchar:

Miremos con respeto a todas las personas que se cruzan en nuestro camino, detengámonos un momento, saludemos, miremos a los ojos y deseemos un buen día, o simplemente demos las gracias con sinceridad.

Tomemos la decisión de aprender:

El que cree que ya lo sabe todo, está estancado. El mundo cambia continuamente y nosotros con él y cada persona o situación que se presenta en la vida, es una valiosa oportunidad para aprender y crecer.

Coloquémonos en los zapatos del otro:

Nadie hace cosas por fastidiar al otro, usted no conoce la situación que otros pueden estar viviendo. De vez en cuando es necesario que tratemos de pensar y sentir como lo está haciendo la otra persona; es decir, desde nuestro punto de vista. Extender nuestra comprensión hacia los demás implica volverse más compasivo.

No seamos intransigentes:

Que alguien tenga un defecto o que diga o haga cosas improcedentes, no lo condena como persona, siempre podemos recapacitar o cambiar nuestra actitud o comportamiento. Por lo tanto, no rechazemos, discriminemos o maltratemos a otros porque no hacen lo que deseamos o esperamos, tengamos más paciencia y comprensión.

Nadie es más ni menos que nosotros:

Todos somos diferentes en lo personal. Cada persona llega a este mundo con limitaciones y condiciones distintas para superar, resolver y de las cuales aprender, en eso radica todo. Aceptemos a los demás con sus defectos y cualidades, sin juzgarlos con ligereza.

Enseñemos a los niños con el ejemplo:

Recuerde que es durante la primera infancia cuando se incorporan los valores esenciales. Cuando los niños y niñas crecen y se desarrollan en un entorno familiar de respeto hacia los demás y hacia sí mismos, tendrán una base fuerte para establecer en sus vidas relaciones llenas de respeto.

En el proceso de enseñar a un niño cómo vivir, su ejemplo es determinante; es usted quien los enseña a través del respeto hacia ellos.

Vivamos con respeto:

Cuando vivimos con respeto hacia los demás, nos volvemos más tolerantes, pacientes, comprensivos, cumplidores y responsables de nuestra participación en el mundo y cuando nos volvemos respetuosos de nosotros mismos, establecemos límites con seguridad, nos valoramos más y confiamos en nuestra capacidad.

Luis Perez Amaya