SANS RESPECT, AUCUNE CONFIANCE NE PEUT NAÎTRE

Les mots du respect :

- politesse,
- admiration,
- savoir regarder,
- comprendre,
- se mettre à la place,
- reconnaître la valeur.

Le respect c'est …

- Reconnaître la valeur des autres et le manifester dans notre attitude.
- Être poli, et dire notre respect par notre politesse.
- Être modeste pour mieux pouvoir admirer.
- Savoir voir dans les adversaires, les partenaires, d'autres « nous-même ».
- Ne pas penser qu'à soi, se mettre à la place des autres.

Savoir regarder les autres

Avoir pris l'habitude de s'intéresser aux autres, c'est la seule façon de comprendre que les autres ont des qualités qui les rendent respectables. L'attitude généreuse d'un ami qui ne cherche pas à tirer la couverture à lui, la gentillesse d'une vieille dame dont la vie n'est pas facile, ce sont des choses respectables, et pour le voir il faut savoir bien regarder les autres. Et ne jamais oublier que, nous aussi, nous sommes « regardés ».

Admirer

Le respect, c'est une forme d'admiration. Pour admirer, il faut apprendre « à se mettre à la place », et s'interroger sur soi-même. Est-ce que j'aurais fait pareil à sa place ? Comment fait cette vieille dame pour être toujours si gentille, alors qu'elle est triste ? On regarde les autres, et l'on admire ce qu'ils font de bien. Voilà le respect. Ce n'est pas forcément de l'amitié, mais c'est la reconnaissance qu'il y a quelque chose de bien qui mérite qu'on le reconnaisse et qu'on le manifeste dans notre attitude.

Se comporter avec politesse

Manifester son respect, c'est être poli. Une politesse qui n'est pas mécanique, comme celle d'un perroquet qui dirait « merci » sans rien ressentir. Être poli par désir de montrer du respect, de dire que l'on comprend et que l'on admire. Qu'on trouve de la valeur à l'autre. Le respect est un beau sentiment, essentiel à la vie. On aime ses parents, mais il faut aussi apprendre à les respecter pour l'attention qu'ils nous donnent, pour les efforts qu'ils font, pour les qualités qu'ils ont… Savoir respecter est une qualité qui fait grandir.

Être respectueux avec qui ?

Quand on est modeste, on sait que les choses sont difficiles à faire, on ne dit pas « moi, je ! » on regarde autour de soi et l'on voit de la valeur partout. On respecte les adultes en général, qui vivent par eux-mêmes, surmontent les obstacles et les difficultés de leur vie et, pour cette seule raison, méritent le respect. Avant de dire : « il est nul ce prof ! », on peut se poser la question de l'énergie et des efforts qu'il a fournis. Alors on le respecte au moins pour les études qu'il a faites, son savoir, ses compétences. La bonne question c'est : « et moi ? ».

Respect du judo

Le judo est une discipline où la politesse, mais aussi le respect, sont essentiels. Il n'est pas trop difficile d'apprendre à respecter le professeur et nos partenaires d'entraînement, mais il est parfois plus difficile de ressentir et d'exprimer son respect de l'adversaire. Pourtant, c'est là où c'est le plus important ! Celui qui manifeste son énervement, son agressivité déplacée pendant un combat ou au moment de saluer, se dévalorise aux yeux des autres et prouve qu'il n'a pas compris le judo. Un adversaire fort, c'est un judoka qui a travaillé et qui, par son travail, nous aide à progresser nous-même. Il est essentiel de savoir le reconnaître et de montrer notre respect pour cela. Gagnants ou perdants, les plus grands champions savent sa saluer et parfois s'enlacer avec beaucoup de chaleur et d'un évident respect l'un pour l'autre. C'est le bon exemple.

Source : Judo Magazine, juin 2004