

Het Kinder-Handvest voor Compassie - Door de ogen van een kind

Wat is Compassie?

Compassie betekent dat jij voelt wat anderen voelen – vooral wanneer zij pijn hebben of zich verdrietig voelen. Compassie zit in ons allemaal. Het maakt niet uit of je een jongen of meisje bent, hoe oud je bent, in welk land je woont, wat de kleur van je huid is, waar je bidt en of je wel bidt. Wij kunnen allemaal compassie laten zien aan andere kinderen en mensen.

Waarom Compassie?

Wanneer wij compassie hebben voor anderen, dan behandelen wij andere kinderen en mensen op dezelfde manier zoals wijzelf ook behandeld willen worden. We zijn aardig voor hen. We laten zien dat wij hen begrijpen. We proberen anderen zich beter te laten voelen. Wij helpen eerst anderen en laten ze voorgaan, voordat we iets voor onszelf doen. Als wij de hele wereld een plek willen laten zijn waar iedereen voor elkaar zorgt, respect heeft en blij is, dan moeten we allemaal compassie tonen.

En aan wie?

Wie zijn die anderen aan wie wij compassie laten zien? Familie, vrienden, klasgenoten, leraren, burens, teamgenoten, coaches, en zelfs anderen die we niet aardig vinden of als onze vijand zien. We kunnen ook onszelf met liefde, vriendelijkheid en respect behandelen. Wanneer wij vrolijk zijn, kunnen wij ook anderen vrolijk laten zijn.

Een leven vol Compassie

Als wij met compassie leven, dan krijgen we een warm gevoel van binnen. Dat gevoel helpt ons ervoor te zorgen dat alle mensen allemaal eerlijk en gelijkwaardig worden behandeld. We moeten anderen geen pijn doen met gemene woorden, gemene blikken, of met slaan en duwen.

Wanneer wij alles met compassie doen, dan laten wij anderen zichzelf zijn. Wij verwelkomen anderen en omhelzen de kans om van onze verschillen te leren en plezier te hebben.

Als wij een wereld vol compassie willen, hebben wij een hele grote verantwoordelijkheid, namelijk:

- Wij beginnen en eindigen elke dag met het tonen van compassie
- Wij behandelen anderen zoals wij zelf ook behandeld willen worden.
- Wij beginnen en eindigen elke dag door aardig te zijn voor anderen en onszelf. Als jij aardig bent, zullen anderen ook aardig zijn.
- Wij hebben respect voor elkaars verschillen in gedrag, kennis, religie, en tradities.

Een niet-egoïstische wereld van compassie en begrip voor elkaar, begint bij jou! Spreek met jezelf af dat je compassie probeert te tonen aan iedereen die je elke dag tegenkomt, zodat je helpt deze wereld vreedvoller en gelukkiger te maken voor ons allemaal.

