



Bienveillance et Empathie

«J'ai beaucoup appris en écoutant attentivement. La plupart des gens ne sont jamais à l'écoute» (Ernest Hemingway).

«Mettez-vous toujours à la place de l'autre. Renoncez un temps à vos opinions, à vos jugements afin de le comprendre. Bien des conflits peuvent ainsi être évités» (Dalaï Lama).

Deux phrases qui illustrent parfaitement l'importance de la bienveillance et de l'empathie dans nos relations au quotidien.

La bienveillance est la capacité à se montrer indulgent et attentionné envers l'autre d'une manière désintéressée et compréhensive. C'est un sentiment qui nous permet de placer l'intérêt d'autrui au-dessus du nôtre.

L'empathie est la plus belle preuve de respect, d'amitié ou d'amour que l'on peut offrir à l'autre. C'est l'écouter avec ses mots et ses émotions, le comprendre sans le juger et accepter ce qu'il vit sur le moment.

Nous passons beaucoup de temps à parler mais assez peu de temps à nous écouter. Etre entendu par l'autre est d'une portée profonde. Ainsi, naît le sentiment de compter à ses yeux, d'être considéré et respecté. Cela permet de franchir bien de barrières sociales, culturelles ou autres qu'on peut rencontrer lors de nos échanges.

La bienveillance et l'empathie sont deux outils indispensables pour apaiser nos débats. Dans un échange d'opinions même divergentes, s'il n'y a pas d'écoute active mutuelle, il n'y a pas de dialogue ; il n'y a que des monologues qui s'affrontent vainement.

Nous nous sommes engagés à servir, à venir en aide à notre prochain, à donner de notre temps, à consacrer de l'énergie envers nos amis, notre club, notre district et notre mouvement. Ces actions de service ne peuvent se concevoir ou se réaliser sans bienveillance et sans empathie.

Mirabeau disait : *«Un service est un acte de bienveillance qui, parmi les honnêtes gens, donne de la joie à celui qui reçoit et à celui qui l'exerce».*

Durant nos rencontres ou nos réunions, lors de nos communications par courriers, messages ou mails, utilisons-nous suffisamment l'écoute bienveillante et empathique ?

Bien que cela fasse partie de nos objectifs primordiaux, la mise en pratique est malheureusement assez souvent oubliée :

- Envers les jeunes et les nouveaux membres du club, lorsqu'ils font des propositions innovantes, ne les interrompons pas : «nous avons déjà essayé avant toi, tu n'as pas notre expérience, ça ne marchera pas, tu vas trop vite, tu n'y connais rien, etc...»

- Envers nos clubs voisins : «vous copiez nos actions, vous nous faites concurrence, vous sollicitez nos sponsors, vous nous prenez nos membres, etc...»

- Envers nous-mêmes : «non c'est trop cher, c'est trop de travail, nous n'avons pas le temps, nous ne sommes pas d'accord, ce n'est pas comme ça qu'il faut faire, c'est nul, etc...»

Trop de mots désobligeants, trop de paroles blessantes, parfois trop d'insultes qu'on regrette tardivement mais qui entraînent dissensions et bien souvent démissions.

Mes chers amis, cultivons ensemble la bienveillance et l'empathie ; chacun de nous se sentira bien dans son club, les réunions retrouveront leur sérénité, notre communication sera beaucoup plus constructive. Notre éthique Lion s'en trouvera transcendée, nous nous en trouverons grandis de par notre diversité et notre respect mutuel.

Pour terminer, je souhaite partager avec vous deux belles citations ; l'une de Bouddha : *«Jamais la haine ne cesse par la haine, c'est la bienveillance qui réconcilie»*, et l'autre d'Helen Keller : *«La science a peut-être trouvé un remède pour la plupart des maux, mais elle n'en a pas trouvé pour le pire de tous : l'apathie des êtres humains»*.

Partout où il y a un besoin, il y a un Lion ou un Léo (bienveillant et empathique).

Merci de m'avoir écouté.

Alain MOURANI