

La Règle d'Or

Réussir en relations



Leçon 1ère partie : La Règle d'Or

Commençons par jeter un coup d'œil sur ce que dit la Bible sur nos relations les uns avec les autres.

Matthieu 22 :37-40 Jésus lui répondit : — Tu aimeras le Seigneur, ton Dieu, de tout ton cœur, de toute ton âme et de toute ta pensée. C'est là le commandement le plus grand et le plus important. Et il y en a un second qui lui est semblable : Tu aimeras ton prochain comme toi-même. Tout ce qu'enseignent la Loi et les prophètes est contenu dans ces deux commandements.

Matthieu 7 :12—Faites pour les autres tout ce que vous voudriez qu'ils fassent pour vous, car c'est là tout l'enseignement de la Loi et des prophètes.

Jean 15 :12-Voici quel est mon commandement : aimez-vous les uns les autres comme moi-même je vous ai aimés.

Galates 5 :14- Car la Loi se trouve accomplie tout entière par l'obéissance à cette seule parole : Aime ton prochain comme toi-même.



* Aimer qui ?

L'amour de Dieu peut aimer n'importe qui, même ses ennemis ! L'amour engendre l'amour, et nous aimons Dieu car Il nous a d'abord aimé. Demandez Lui de vous aider à aimer les autres avec Son amour qui dépasse tout entendement !



Luc 7 :27-28-- Quant à vous tous qui m'écoutez, voici ce que je vous dis : Aimez vos ennemis ; faites du bien à ceux qui vous haïssent ; appelez la bénédiction divine sur ceux qui vous maudissent ; priez pour ceux qui vous calomnient.

* L'amour de Dieu est la réponse à tout

L'amour de Dieu est la réponse à tout : Il gagne des âmes, pardonne les péchés, satisfait les cœurs, purifie les esprits, rachète les corps, gagne des amis et donne un sens à la vie. C'est la seule vérité, le seul chemin et la seule paix !

L'amour ne fait aucun mal à son prochain : si vous l'aimez, vous n'allez pas le maudire, le tromper, le voler, lui mentir ni même lui faire du mal !

L'amour empêche même les accidents ! Figurez-vous qu'un jour, à la faculté, lors d'un cours sur la sécurité, quelqu'un disait que la plupart des accidents de la route étaient dus à un manque d'amour et de considération envers les autres conducteurs.



Il y a de nombreuses façons de manifester de l'amour à son prochain. Lançons quelques idées.



La pardon

Des actes de bonté

La gentillesse

Montrer de la considération

Parlons maintenant de vous : comment ressentez-vous l'amour de Dieu dans votre vie ? Pensez aux choses qui vous arrivent qui sont la preuve que Dieu vous aime et que les autres vous aiment.



On vous accueille chaleureusement

On vous sourit

Quelqu'un prend le temps de vous aider

La liste n'est certes pas exhaustive car l'amour de Dieu est éternel, sans limites et sans bornes. Les façons de manifester Son amour sont aussi illimitées !

Leçon 2ème partie: Dix conseils

Les versets que nous venons de lire nous montrent que l'amour est essentiel dans notre relation avec les autres. La Règle d'Or de l'amour de Dieu devrait imprégner nos actions et relations.

Nous allons maintenant voir comment appliquer cette règle d'or à notre vie quotidienne. Comment peut-on s'entendre avec pratiquement n'importe qui ? Nous avons tous expérimenté à un moment ou à un autre des conflits, que ce soit avec des connaissances, des collègues, des membres de notre famille ou même parfois avec des amis et des proches. Il peut être difficile de s'entendre avec les gens que nous aimons, simplement parce que nous sommes tous si différents ou à cause des circonstances. ... Il y a aussi les personnalités acariâtres et les personnes avec lesquelles on ne s'entend pas du tout. Il est évident qu'il faudrait arriver à s'entendre avec les autres mais comment faire ?

Comment manifester de l'amour et de la gentillesse ? Nous allons en discuter un peu et vous donner dix conseils pratiques.

1. Faites l'effort de parler aux autres

Colossiens 4 :6- Que votre parole soit toujours empreinte de la grâce de Dieu et pleine de saveur pour savoir comment répondre avec à-propos à chacun.

Proverbes 10:11a- Les paroles du juste sont une source de vie.

Proverbes 15:23- Savoir donner la bonne réponse est une source de joie, et combien est agréable une parole dite à propos.

La courtoisie, les mots gentils, des paroles aimables et attentionnées font tous partie des marques d'amour et de l'exemple qu'il nous faut donner de l'amour de Dieu.

Un accueil chaleureux plutôt qu'un regard indifférent, un sourire et des paroles enjouées sont autant de preuves que vous vous intéressez à une personne.

Si quelqu'un vous pose une question, prenez le temps de lui répondre avec bienveillance et sincérité, au lieu d'être trop occupé, trop pressé et de lui donner l'impression qu'il n'est pas important et qu'il dérange.

2. Étant poli

Vous pouvez manifester de l'amour en étant aimable et poli. Les petites marques de politesse et les bonnes manières ont un impact étonnant sur les gens. C'est important pour eux et ils apprécient qu'on les traite avec amour et courtoisie. Demandez aux autres s'ils ne préfèrent pas entendre un mot d'excuse lorsqu'ils se font bousculer, qu'on leur passe un objet sous le nez ou qu'on passe entre eux et leur interlocuteur

Il est notre devoir en tant que disciples de Jésus, d'être aimable envers les autres. La courtoisie et les bonnes manières sont une façon merveilleuse de montrer aux autres l'amour du Seigneur. Et pour cela, il n'est pas nécessaire de faire de grandes choses. Le fait est que ce sont souvent les petits gestes qui sont les plus importants.

Des petites phrases comme « Désolé de vous déranger. » « Pourriez-vous s'il vous plaît ? » « Auriez-vous l'amabilité de ? » « Merci ! » mettent de l'huile dans les rouages de la vie quotidienne et sont tout bonnement les bonnes manières ! Si vous marchez trop vite, arrêtez-vous ou ralentissez pour que la personne qui marche avec vous puisse vous rattraper. Si quelqu'un s'approche de vous pendant que vous discutez avec une autre personne, essayez de l'inclure dans la conversation et mettez-le au courant de ce que vous avez discuté.

C'est la moindre des politesses. Il serait impoli et blessant de l'ignorer et de l'exclure de votre conversation.

Nous avons tous besoin d'attention, d'être écouté dans nos idées et opinions. Nous avons tous en nous ce besoin d'attention. Si ce n'est pas votre avis, laissez-moi vous demander s'il vous est déjà arrivé d'être snobé par un serveur arrogant, oublié par un chauffeur de bus alors que vous attendiez à l'arrêt ou complètement ignoré par un vendeur de magasin !

3. Souriez!

*Proverbes 15:13-
Un cœur joyeux
rend le visage
aimable.*

Nos gestes ont plus d'effet que nos paroles et un sourire

communiqué: "Je t'aime bien. Tu me fais plaisir. Je suis content(e) de te voir."



4. Appelez les gens par leur nom

Pour la plupart des gens, le plus beau son est celui de leur propre nom! Voici quelques astuces pour se rappeler des noms :

Lorsque vous rencontrez quelqu'un pour la première fois, vous n'allez probablement pas oublier son visage, du moins pas tout de suite, puisqu'il se trouve devant vous. Cependant se souvenir de son nom, c'est une autre histoire. Il nous arrive fréquemment d'être embarrassé parce qu'on n'a pas saisi un nom ou qu'on l'a oublié

aussitôt. Pour surmonter ce problème:

- a. Si vous n'êtes pas sûr d'avoir bien entendu le nom, faites-le répéter.
- b. Si le doute persiste, demandez à ce qu'on vous le redise et l'épelle.
- c. Si une information n'est pas claire, vérifiez-la tout de suite. Attendre et redemander le nom plus tard peut être embarrassant. Cependant il vaut mieux le faire quand même, plutôt que d'oublier complètement le nom.

4. Soyez amical et serviable

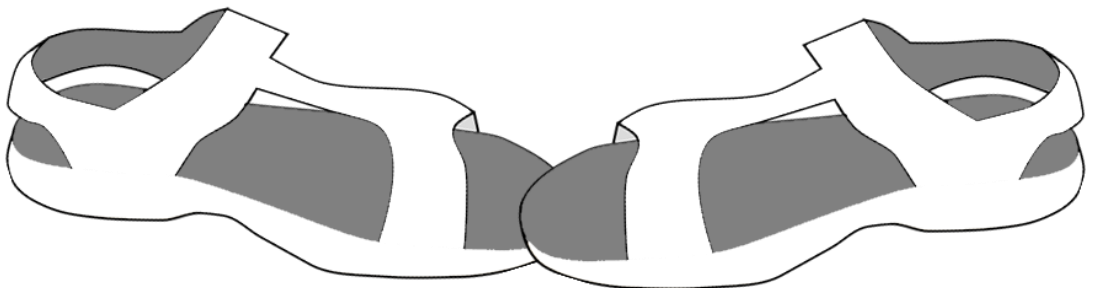
La gentillesse, la serviabilité, la bonté, la générosité et le désintéressement découlent tous de l'amour.

La chaussure perdue

On raconte cette histoire sur Mahatma Gandhi. Il se tenait à la porte d'un wagon de chemin de fer alors que celui-ci quittait lentement une gare indienne, lorsque l'une de ses chaussures glissa et tomba sur la voie. Rapidement il ôta son autre chaussure et la jeta aussi sur la voie.

Voyant l'air surpris d'un passager du wagon, Gandhi remarqua, « Un pauvre homme pourra désormais trouver une paire de chaussures. Une seule chaussure ne lui servirait à rien. »

Lorsque quelque chose nous arrive, il est merveilleux de ne pas juste penser à soi mais aussi aux répercussions possibles dans la vie des autres.



6. Montrez-vous concerné par les autres

Galates 6:2- Aidez-vous les uns les autres à porter vos fardeaux. De cette manière, vous accomplirez la loi du Christ.

Romains 12 :15-Partagez la joie de ceux qui sont dans la joie, les larmes de ceux qui pleurent.

A quoi sert-il de s'intéresser à une personne si on n'est pas honnêtement concerné par elle, si on n'est pas prêt à partager sa douleur et l'aider à résoudre ses problèmes ? Le fondement réel de toute relation humaine profonde et durable réside dans le fait d'être concerné l'un pour l'autre.

L'empathie

L'empathie est une qualité vitale pour s'entendre avec les autres. Le mot vient de l'anglais « empathy », qui lui-même a été calqué sur l'allemand *einführung*, qui signifie sentir de l'intérieur ou sentir avec. L'empathie est l'aptitude à voir la vie à travers les yeux de l'autre, à ressentir ce qu'il ressent, à entendre une histoire avec la perception d'autrui. Les chrétiens sont appelés à avoir de l'empathie en portant les fardeaux les uns des autres, en se réjouissant avec les autres de leur joie et en pleurant avec eux dans leur chagrin.

Etre compréhensif

C'était un matin d'hiver glacial. Le parking du supermarché était encombré de gros tas de neige fraîche. Je me garai et me dirigeai vers le trottoir. C'était le seul passage qui était dégagé. Cependant, une voiture obstruait le passage ! Il me fallut contourner le véhicule avec difficulté et m'enfoncer dans la neige jusqu'aux genoux pour arriver au trottoir. « Les gens manquent vraiment de

considération !” Ces mots résonnaient dans ma tête, ainsi que d’autres. Et là, alors que je me retournai pour brosser la neige de mes pantalons, je vis une femme avec des béquilles, les jambes dans des attelles qui avançait péniblement sur le passage.

Lentement, très lentement, elle avançait avec difficulté sur le trottoir glissant, parvint à la voiture mal garée, se démena pour s’installer au volant et partit. Je demeurai là un moment, honteux d’avoir eu ces pensées. En quelques secondes tout avait changé.

J’avais vu la femme et sa détresse. J’avais tout compris ! !

La compréhension est l’ingrédient absolument indispensable pour s’entendre avec les autres. Là où s’arrête la compréhension commencent les différences, les mécontentements, la colère, la frustration, le conflit et la séparation.

*** 7. Prodiguez les compliments, les encouragements et les marques d’appréciation**

Philippiens 4:8- Enfin, frères, nourrissez vos pensées de tout ce qui est vrai, noble, juste, pur, digne d’amour ou d’approbation, de tout ce qui mérite respect et louange.

Presque tout le monde a besoin d’encouragement ! La majorité des gens ne sont pas satisfaits d’eux-mêmes, souffrent d’un complexe d’infériorité et ont tendance à se dévaloriser. C’est pour cela qu’il est si important de les encourager.

Les louanges sont un facteur de motivation, elles donnent aux autres de la confiance en soi, elles les font grandir, progresser. Mais combien de fleurs n’auront jamais été offertes ? Combien de compliments n’auront jamais été exprimés ? Combien de qualités, combien d’accomplissements vous admirez chez les autres, mais vous n’avez pas pris le temps de le leur mentionner ? Pourquoi ne

pas vous exercer à prodiguer vos louanges, à faire des compliments ? Toutefois, si vous décidez de vous lancer dans cette voie, gardez à l'esprit les deux conseils suivants :

- Soyez sincères, ne tombez pas dans la flatterie. La sincérité vient naturellement à ceux qui cherchent à voir le bien chez les autres. Vous ne pourrez manquer de voir le bien si vous le cherchez sincèrement.
- Soyez précis. Ne vous contentez pas de dire à une personne qu'elle est « gentille », ou qu'elle « excelle ». Efforcez-vous d'être précis : dites-lui pourquoi elle est gentille, en quoi elle excelle.

8. Intéressez-vous sincèrement à ce que ressentent les autres

Jacques 1:19 - Mais que chacun de vous soit toujours prêt à écouter, qu'il ne se hâte pas de parler.

Il n'y a rien de plus insultant, de plus blessant, que d'ignorer quelqu'un, ou de vous détourner de lui quand il veut vous dire quelque chose. Imaginez que vous êtes en train de raconter une histoire passionnante, et qu'au beau milieu de cette histoire, l'un de vos auditeurs s'en aille ou vous interrompe pour parler d'autre chose...

Pour apprendre à écouter intensément, vous devez renoncer à ce qui vous intéresse, à ce qui vous fait plaisir, à vos propres préoccupations, au moins pour le moment présent. Cela veut dire que pendant ces quelques minutes vous devrez vous concentrer à 100% sur ce que dit votre interlocuteur. Vous devez focaliser sur lui toute votre attention. Vous devez l'écouter avec toute l'intensité dont vous êtes capables, être totalement présent lorsqu'il vous parle.

9. Evitez les disputes

2 Timothée 2:24-Or, il n'est pas convenable pour un serviteur du Seigneur d'avoir des querelles. Qu'il se montre au contraire aimable envers tout le monde, capable d'enseigner, et de supporter les difficultés.

Jacques 1:19-20- Vous savez tout cela, mes chers frères. Mais que chacun de vous soit toujours prêt à écouter, qu'il ne se hâte pas de parler, ni de se mettre en colère. Car ce n'est pas par la colère qu'un homme accomplit ce qui est juste aux yeux de Dieu.

Eviter d'être entraîné dans une dispute

On dit qu'il n'y a qu'une façon de profiter au mieux d'une dispute – c'est de l'éviter!

Proverbes 17:14- Commencer une querelle, c'est ouvrir une brèche dans une digue, c'est pourquoi : abandonne tes griefs avant que la dispute n'éclate.

1Pierre 3:8-9-Enfin, visez tous le même but, partagez vos peines, aimez-vous comme des frères et des sœurs, soyez bons, soyez humbles. Ne rendez pas le mal pour le mal, ni l'injure pour l'injure. Répondez au contraire par la bénédiction, car c'est à cela que vous avez été appelés, afin de recevoir vous-mêmes la bénédiction.

Choisissez vos mots avec sagesse et vous pourrez éviter de provoquer une dispute

Proverbes 15:1- Une réponse douce apaise la colère, mais une parole blessante excite l'irritation.

Proverbes 17:9- Qui couvre une transgression cherche l'amour, mais celui qui répète une chose divise les intimes amis.

Ecclésiastes 5:2a- Ne te presse pas d'ouvrir la bouche.

L'amour, l'humilité et la prière résolvent tous les problèmes!

Philippiens 2:3- Ne faites donc rien par esprit de rivalité, ou par un vain désir de vous mettre en avant ; au contraire, par humilité, considérez les autres comme plus importants que vous-mêmes.

Colossiens 3:13- Supportez-vous les uns les autres, et si l'un de vous a quelque chose à reprocher à un autre, pardonnez-vous mutuellement ; le Seigneur vous a pardonné : vous aussi, pardonnez-vous de la même manière.

10. Soyez prompt à rendre service

Nous aborderons ce sujet plus amplement dans la leçon suivante. Pour l'instant, voici quelques sujets de réflexion:

Jean 13:13-15-(Jésus dit:) Vous m'appelez Maître et Seigneur — et vous avez raison, car je le suis. Si donc moi, le Seigneur et le Maître, je vous ai lavé les pieds, vous devez, vous aussi, vous laver les pieds les uns aux autres. Je viens de vous donner un exemple, pour qu'à votre tour vous agissiez comme j'ai agi envers vous.

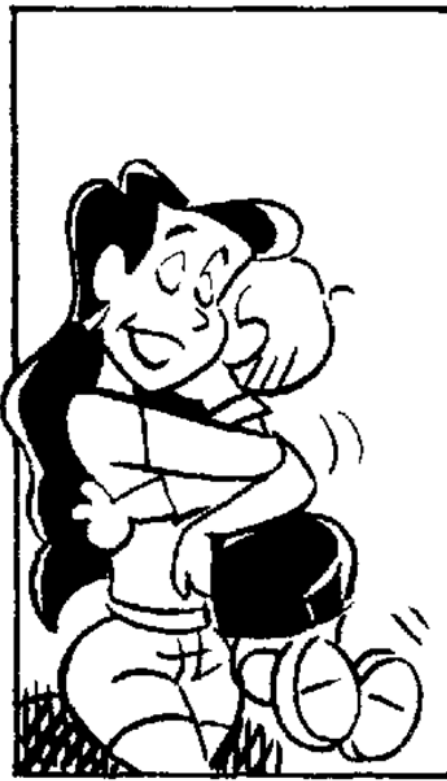
Luc 22:24-26- Les disciples eurent une vive discussion : il s'agissait de savoir lequel d'entre eux devait être considéré comme le plus grand.

Jésus intervint : Les rois des nations, dit-il, dominent leurs peuples, et ceux qui exercent l'autorité sur elles se font appeler leurs « bienfaiteurs ». Il ne faut pas que vous agissiez ainsi. Au contraire, que le plus grand parmi vous soit comme le plus jeune, et que celui qui gouverne soit comme le serviteur.



Révision des dix conseils

1. Faites l'effort de parler aux autres
2. Étant poli
3. Souriez
4. Appelez les gens par leur nom
5. Soyez amical et serviable
6. Montrez-vous concerné par les autres
7. Prodiguez les compliments, les encouragements et les mots d'appréciation
8. Faites preuve de sollicitude
9. Evitez les arguments
10. Soyez prompt à rendre service



Lorsque vous manifestez de l'amour envers les autres dans les petites choses de la vie, que vous êtes courtois et poli, c'est en réalité au Seigneur que vous montrez de l'amour, parce que ces personnes font partie de Sa création et qu'Il les aime tendrement. Lorsque vous prenez bien soin des autres, que vous leur manifestez de l'amour, que vous leur rendez service, que vous faites preuve de courtoisie et de bonnes manières, vous honorez et respectez le Seigneur. Vous Lui montrez amour et gentillesse. Vous Lui dites que vous appréciez Sa création, les êtres qu'Il a créés et que vous voulez les aimer, pas seulement pour leur bien-- ce qui, en soi, serait une raison suffisante--, mais aussi par amour pour Lui.

Matthieu 25:40 - Et le roi leur répondra: 'Je vous le dis en vérité, toutes les fois que vous avez fait cela à l'un de ces plus petits de mes frères, c'est à moi que vous l'avez fait.'

Demandez au Seigneur l'amour nécessaire et faites de votre mieux pour le mettre en pratique ! Il y a des centaines de choses que vous pouvez faire tout au long de la journée, des petites choses gentilles qui rendent la vie plus belle pour les autres. Si vous suivez la règle d'or de Jésus qui est de « faire aux autres ce que vous voudriez qu'ils vous fassent », alors vous allez être aimable et courtois.

Quand vous priez pour demander à Dieu d'être plus aimable demandez-Lui en même temps comment vous pouvez l'être et commencez à faire ce qu'Il vous montre. C'est ce qu'on appelle joindre l'action à la prière. Lorsque vous faites votre part, Il déverse Son amour dans votre cœur et vous finissez par développer de bonnes habitudes.