

Entendre ou écouter?



Si Dieu nous a créés avec deux oreilles, ne pensez-vous pas qu'il avait de très bonnes raisons. Heureusement dans sa sagesse, il nous a donné qu'une langue...

La Bible nous dit dans Jacques 1-19 : “ **Que tout homme soit prompt à écouter, lent à parler, lent à se mettre en colère** ”.

La Bible nous exhorte à être toujours prêts à écouter.

Mais quelle est la définition de ces deux verbes : entendre et écouter :

- Entendre c'est recevoir des sons par l'organe de l'ouïe;
- Ecouter c'est tenir compte des paroles prononcées.

Comme moi, certainement, vous avez dû dire un jour à quelqu'un : “ tu ne m'écoutes pas ! ”

Mais pourquoi donc, avons-nous si souvent du mal à écouter les autres ? Et bien tout

simplement parce qu'écouter demande une pleine attention, de la disponibilité et si notre mental a un trop plein d'informations, il n'y a plus de place pour l'écoute. Pourtant si nous apprenions à écouter, combien de conflits pourraient être évités et la qualité de nos relations s'enrichirait.

Alors comment y remédier ? Avant toute chose je pense qu'il faut aimer notre semblable, donc lui porter de l'intérêt pour savoir l'écouter. L'écoute est une marque de respect non seulement pour nous mais pour la personne qui parle.

Savoir écouter c'est :

- se mettre à la disposition de l'autre ;
- être rempli d'empathie, c'est à dire ressentir les émotions de l'autre comme si nous nous trouvions à sa place, sauf que nous ne le sommes pas, ce qui veut dire éviter tout jugement, et ce n'est pas facile ;
- consacrer du temps, des moments, donc il faudra les créer et de préférence dans un environnement calme ;
- établir un contact visuel. Rien n'est plus frustrant pour la personne qui parle de se rendre compte que la personne à qui elle s'adresse jette des regards furtifs autour d'elle. Elle aura l'impression d'avoir perdu son temps ;
- observer discrètement les gestes et faire attention à l'intonation de la voix ;
- faire silence en soi afin d'être attentif, compréhensif, être réellement présent ;
- ne pas couper la parole ;
- reformuler les paroles, la personne se sentira comprise et sera encouragée à continuer.

Alors, faisons un effort et apprenons à écouter, chose qui devient de plus en plus rare de nos jours mais qui est une grande source d'enrichissement.

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



63 PARTAGES

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. © 2023 -
www.topchretien.com