



# Introduction

Un bon traitement est ce que chacun attend des autres. Dans *Luc 6:31*, Jésus dit : "Faites aux autres ce que vous voudriez qu'ils fassent pour vous".



Apprendre à traiter les autres comme vous voulez être traité est un excellent moyen de créer des relations saines tout en travaillant sur vous-même

**Traitez tout le monde avec politesse et gentillesse, non pas parce qu'ils sont polis, mais parce que vous êtes poli.**

devenir une meilleure personne. Combien de fois traitez-vous les autres de manière irrespectueuse, agressive et toxique ? Ce n'est peut-être pas quelque chose que vous faites exprès, mais vous avez peut-être créé une spirale de négativité à l'égard des gens qui vous entourent ? Quel en est le résultat ? Plus de stress, plus de négativité, plus de bagarres et de malentendus ? Apprenons à changer cela, apprenons à traiter les autres comme nous voulons être traités.

## Traitez les autres comme vous voulez être traité.

Nous avons toujours entendu le message suivant : "Comportez-vous comme vous aimeriez que les autres se comportent envers vous" ou "Traitez les autres comme vous aimeriez qu'ils vous traitent".

Trouver le bien chez les autres est une merveilleuse façon d'être positif et d'améliorer leur qualité de vie.

Observez deux personnes qui se disputent : lorsque l'une d'entre elles élève la voix pour s'affirmer, l'autre se met à crier plus fort pour s'affirmer et se faire entendre.

Pensez à un leader qui traite ses collaborateurs avec désintérêt et dureté : eux aussi seront distants et se répandront secrètement en mauvaises langues à son sujet. Il existe une sorte d'effet d'écho dans la vie et les relations, qui fait que les gens ont tendance à rendre la pareille à la façon dont ils se sentent traités. Si vous vous montrez aimable, les autres le seront aussi. Montrez-vous indifférent et les autres seront indifférents. L'amour engendre plus d'amour, tandis que la haine engendre plus de haine.

### **Que signifie bien traiter les autres?**

Bien traiter les autres ne signifie pas leur donner quelque chose de matériel ou les couvrir de cadeaux, mais les aider à voir la richesse qui est en eux. Chacun d'entre nous a les ressources et le potentiel pour réaliser de grandes choses, mais nous ne sommes pas tous capables de les voir.

Parfois, nous avons besoin de quelqu'un qui joue le rôle de "miroir" et révèle ce qu'il y a de bon en nous. Ne pas voir les gens en surface à cause de leur apparence laisse une trace négligeable et, au contraire, nous risquons de renforcer leurs actions blessantes.

Au contraire, le fait de se concentrer sur le bien des autres les aide à réaliser le bien, à en prendre conscience et à en faire bon usage dans la vie et les relations.

Vous pouvez en faire l'expérience dès maintenant avec votre entourage ou en vous faisant de nouveaux amis. Soyez curieux de leur vie, explorez ce qu'ils font et découvrez ce qui les passionne. Les gens aiment parler d'eux-mêmes lorsqu'ils découvrent quelqu'un qui s'intéresse vraiment à eux. Ils se sentent les bienvenus et sont prêts à en faire autant à leur tour.

Offrez-leur un sourire, ce qui est un geste aimable. Faites-leur des compliments et encouragez-les à donner le meilleur d'eux-mêmes. Parlez d'eux en bien comme si vous étiez un "parrain" qui vante leurs qualités.

Combien de fois avez-vous ressenti le besoin de recevoir le soutien de vos amis ou de votre famille pour avoir davantage confiance en vos capacités ? Offrez ce beau geste aux autres pour les encourager à développer leurs dons.

La seule condition est d'être sincère : ne pas flatter les autres, ne pas dire des demi-vérités pour le plaisir. Lorsque vous ne pensez pas à quelque chose, les gens le sentent et ne vous font pas confiance, vous ne vous sentez pas satisfait et ils ne se sentent pas regardés.

## **Pourquoi le fait de bien traiter une personne améliore-t-il la vie?**

Reconnaître les qualités des autres revient à se reconnaître soi-même. C'est une formation qui vous amène à accroître constamment votre capacité à réaliser votre potentiel intérieur. Vous contribuerez à la joie des gens qui redécouvrent leur valeur et, en même temps, vous prendrez conscience de la vôtre et du privilège que vous avez.

En outre, lorsque vous traitez bien les autres, vous améliorez votre humeur. Il a été observé que le corps réagit positivement aux actes de gentillesse et est inondé de sentiments et d'émotions agréables. Cet état provoque la production d'endorphines et d'autres hormones responsables de l'augmentation du bien-être physique et psychologique.

Le fait de bien traiter les autres et de les guider vers une nouvelle prise de conscience modifie leurs attentes à votre égard. Si vous y réfléchissez, lorsque nous parlons à des personnes très importantes dans leur domaine, nous reconnaissons d'autant plus leur autorité qu'elles sont authentiques et aimables. Voilà le secret : ils traitent bien leurs proches, qui répondent en fonction de ce qu'ils ressentent.

Si vous êtes capables de voir l'essence et le bien des gens, ils vous seront reconnaissants et vous verront sous un jour différent. Ils auront une vision positive de vous, ce qui améliorera votre estime de soi et, par conséquent, vos actions seront orientées vers une plus grande réussite.

La règle d'or "Traitez les autres comme vous voulez être traité" ne se limite donc pas à être gentil avec les gens. Pensez aux autres comme vous voudriez qu'ils pensent à vous. Ressentez pour les autres ce que vous aimeriez qu'ils ressentent pour vous. Parlez aux autres comme vous voudriez qu'ils vous parlent.

Si vous traitez les personnes qui vous entourent avec des vertus humaines, telles que la gentillesse, le respect, la courtoisie, l'amour et la loyauté, qui sont ensuite conduites avec intégrité, ne pensez-vous pas que les autres, avec des morales similaires, commenceront à vous traiter de la même manière ? Il n'est pas nécessaire d'être un génie pour comprendre que si les gens vous traitaient de la même manière, votre vie serait plus paisible. Et il est peu probable que les autres vous en veuillent si vous leur rendez simplement la pareille par des sentiments et des actions sincères.

**«Faites aux autres ce que vous voudriez qu'ils vous fassent.»**

Cela semble évident dans certains cas extrêmes : on ne cause pas de dommages physiques à quelqu'un en attendant qu'il fasse de même. Mais qu'en est-il dans des cas moins évidents, par exemple si la personne franchit une certaine limite ou cause indirectement du tort à vous ou à quelqu'un d'autre ? La chose la plus facile à faire est de lui faire de la lèche ou de l'ignorer, ce que nous voyons souvent. Mais si la personne en tort croit vraiment qu'elle fait ce qu'il faut, rien ne changera et ses actes répréhensibles se poursuivront. Cela peut demander un effort supplémentaire, mais essayez de prendre du recul, de comprendre réellement ce que la personne ressent et de lui montrer qu'elle est dans l'erreur. Et soyez toujours ouvert à l'autre côté de la médaille. Vous serez surpris de ce que vous pouvez apprendre. C'est, à mon avis, ce que l'on appelle "faire un effort supplémentaire".

**«Parlez aux autres et à propos des autres comme vous aimeriez que l'on vous parle et que l'on vous parle.»**

Certains d'entre nous parlent très peu à des visages nouveaux ou inconnus et ne souhaitent pas nécessairement que les gens fassent de même avec eux. Nous préférons les écouter et leur demander ce qu'ils pensent. Il peut être intéressant d'appliquer cette idée à une autre citation populaire : "Si vous ne pouvez pas dire quelque chose de gentil, ne le dites pas". Parlez à quelqu'un de votre vie, ne faites pas de commérages sur celle des autres parce que vous la désapprouvez.

**«Ressentez pour les autres ce que vous aimeriez qu'ils ressentent pour vous.»**

Nous avons tendance à nous accrocher aux sentiments négatifs beaucoup plus facilement qu'aux sentiments positifs, car les actions négatives semblent laisser une plus grande empreinte dans notre esprit. Mais en nous accrochant à ces sentiments durs et négatifs, nous aurons d'autant plus de mal à faire confiance aux personnes que nous rencontrons et à les aimer. Alors ne le faisons pas.

**«Pensez des autres comme vous aimeriez qu'ils pensent de vous.»**

La mentalité doit changer et s'adapter pour que tout cela fonctionne. Il serait préférable de penser au bien des gens plutôt qu'à leur mal. Abstenez-vous de penser ou de parler avec pitié de quelqu'un, surtout si vous vous sentez meilleur que lui. Se considérer comme supérieur n'est pas une façon de penser bénéfique. Elle crée une illusion de bonheur et de succès qui peut ne pas refléter exactement la situation réelle. Nous avons tendance à nous comparer aux autres et à laisser ce jugement dicter notre degré de réussite ou de bonheur, ce qui n'est pas une approche saine. Que vous donniez ou receviez, si vous voulez aider quelqu'un de moins fortuné, faites-le par amour et non par pitié.

Le changement ne se fait pas en un jour, c'est un mantra qu'il faut appliquer au quotidien. Si vous êtes quelqu'un qui cherche à s'entourer de telles personnes, vous devez appliquer cette citation dans votre intérêt personnel. Vous ne pouvez pas toujours faire confiance à une autre personne pour qu'elle vous rende la pareille avec la même morale ou les mêmes valeurs que vous. Si vous ne faites pas d'effort, vous vous exposez à l'échec et à la tristesse. Le seul facteur que vous pouvez contrôler à 100 % dans ce scénario, c'est vous-même. Par conséquent, chaque jour, concentrez-vous sur le perfectionnement d'une vertu à la fois. Si vous le faites correctement, vous commencerez à remarquer la bonté des gens qui vous entourent et les relations humaines entreront dans une nouvelle ère.

## **Qu'est-ce que le respect et comment affecte-t-il nos relations avec les autres?**

Le respect est l'une des valeurs éthiques les plus importantes pour une vie réussie. Le terme "respect" est défini comme la considération, le tact et l'estime pour les personnes, indépendamment de tout conditionnement, tel que la race, la couleur, le sexe ou la religion.

Toute personne, du simple fait de son appartenance à l'espèce humaine, mérite considération et respect.

### **La pratique du respect en tant que pilier essentiel de la vie repose sur certaines prémisses de base :**

#### **1. Pratiquer l'empathie.**

Chacun mérite d'être traité avec respect, honneur et dignité. Il est d'une importance vitale de traiter les autres comme nous voudrions être traités nous-mêmes.

Je ne peux pas exiger ce que je n'offre pas ; et si je traite les autres de manière satirique, grossière, irrespectueuse et arrogante, je récolterai les mêmes fruits que ceux que j'ai semés.

Il est essentiel de comprendre les autres, de faire preuve d'empathie, d'essayer de se mettre à leur place et d'avoir de la compassion pour ce qu'ils peuvent vivre.

#### **2. Accorder une attention particulière aux enfants, aux personnes âgées et aux personnes défavorisées.**



On reconnaît le caractère d'une personne à la façon dont elle traite les enfants et les personnes âgées. Lorsque vous et moi étions enfants, nous aimions faire des bêtises. Tous les

enfants sont pareils, il faut les comprendre et leur donner un espace d'exploration et de découverte.

Les enfants sont naïfs et méritent une attention particulière. Il est essentiel de respecter les aînés pour la sagesse qu'ils partagent. Il est nécessaire d'aider les personnes défavorisées car, non seulement nous sommes égaux à bien des égards, mais cela a également un impact positif sur notre société.

La vie est éphémère, c'est pourquoi tous les bons conseils, l'aide, l'appréciation et la sollicitude que nous manifestons à l'égard de nos semblables doivent être offerts sans rien attendre en retour.

### **3. Se respecter soi-même.**

Le respect de soi consiste à parler, à s'habiller et à vivre avec dignité. Vous êtes digne et méritez le bon traitement, l'estime et la considération des autres. Traitez-vous avec respect et développez des attitudes de courage, de respect de soi et de considération pour vous-même.

Essayez de voir les autres pour ce qu'ils sont et non pour ce qu'ils ont. Il vaut mieux s'entourer de bonnes personnes, qui veulent le meilleur pour vous, que de ceux qui sont secrètement jaloux de vos réalisations et de vos projets.

Considérer le respect comme un droit inaliénable et un devoir envers les autres. Respectez les opinions et les idées des autres, même si vous ne les partagez pas. Le respect est une valeur éthique, étroitement liée à une autre valeur importante, la tolérance.

### **4. Agissez à partir de vos parties guéries et non de vos parties blessées.**

Les personnes blessées font du mal aux autres. En d'autres termes, les gens blessés font du mal aux autres. Lorsque nous agissons à partir de nos parties blessées, nous pouvons nous déchaîner et faire souffrir les autres. Au lieu de projeter notre douleur, essayons de nous tourner vers l'intérieur et d'aborder ce qui a besoin d'être transformé.

Lorsque les autres projettent leur douleur sur nous, le fait de fixer des limites avec compassion tout en leur souhaitant du bien, aidez les deux parties.

## **5. Ne pas juger les autres trop vite.**

Il nous arrive de faire des affirmations et de porter des jugements non fondés sur d'autres personnes. Nous faisons des suppositions injustifiées et jugeons les autres de manière négative.

Tout comme nous n'aimons pas être jugés sans fondement et sans preuve, nous ne devrions pas juger les autres de manière négative. Juger sans fondement est un manque de respect pour l'honneur et l'intégrité des autres. Il est plus approprié d'avoir une bonne opinion des gens, de leur faire confiance et de se faire des amis, en mettant de côté la méfiance, le cynisme et le manque de courtoisie.

## **6. Établir le respect.**

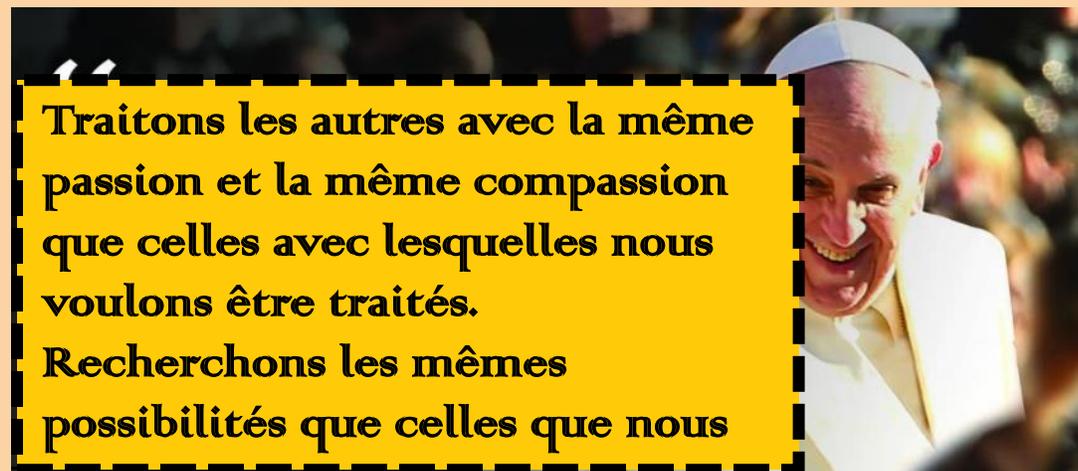
Certains pensent qu'agir avec arrogance et impolitesse équivaut à exercer une autorité, ce qui n'est pas propice à des relations respectueuses. Le respect mutuel est nécessaire dans toutes les relations, y compris les relations familiales. Parler sans humiliation, offense ou abus. S'adresser aux faits et non aux personnes.

## **7. Etre utile.**

Ignorez-vous ou négligez-vous des problèmes que vous pourriez aider ? Comment faites-vous la différence dans ce monde ? Que pouvez-vous faire pour rendre la journée de quelqu'un un peu plus lumineuse ? Il n'est pas nécessaire de faire de grandes choses, même si elles sont formidables. De nombreuses petites contributions peuvent contribuer à une vie pleine de sens.

## **8. Laissez le contrôle.**

Nous avons tous essayé de contrôler les autres et les situations à un



moment  
ou à un  
autre -  
c'est  
naturel.  
Mais  
nous ne  
pouvons

pas, tout simplement, contrôler les autres, et nos tentatives de le faire créeront des gouffres de connexion et de respect. Donnez aux autres la confiance et le respect nécessaires pour qu'ils prennent leurs propres décisions et apprennent par eux-mêmes ce qui fonctionne pour eux.

## Références bibliques

**Mt 7, 12** "C'est pourquoi, en toute chose, faites aux autres ce que vous voudriez qu'ils fassent pour vous, car tel est le résumé de la Loi et des Prophètes".

**1 Cor 1:10** "Je vous exhorte, frères, au nom de notre Seigneur Jésus-Christ, à être tous d'accord dans vos paroles et à ne pas avoir de divisions parmi vous, mais à être parfaitement unis en pensée et en esprit".

**Mt 5, 43** "Vous avez appris qu'il a été dit : 'Aime ton prochain et hais ton ennemi'".

**Eph 4, 29** "Que rien de mauvais ne sorte de votre bouche, mais seulement ce qui édifie les autres selon leurs besoins, pour le plus grand profit de ceux qui écoutent".

**1 Cor 13, 4** "L'amour est patient, l'amour est bon. Il n'est pas envieux, il ne se vante pas, il n'est pas orgueilleux.

**Phil 2, 3** "Ne faites rien par ambition ou par prétention. Mais, avec humilité, estimez les autres plus que vous-mêmes".

## Conclusion

Traiter les autres correctement et de la manière dont vous voulez être traité est une approche qui change la vie et qui vous aidera à rechercher le bon côté des gens tout en répandant la positivité autour de vous. En même temps, vous découvrirez les qualités et les talents qui résident en vous, et vous vous sentirez bien physiquement et émotionnellement. N'est-ce pas magnifique ? Essayez-le et vous ne le regretterez pas.



Si vous voulez savoir comment les autres vous traitent, le meilleur point de départ est d'observer comment vous traitez les autres.

Et si vous n'aimez pas la façon dont on vous traite, il n'y a qu'une seule façon d'agir : changer votre comportement, car vous ne pouvez pas changer le comportement des autres.

Les relations fonctionnent comme un miroir : au fil du temps, ce changement se reflétera dans la manière dont vous êtes traité.

## **Réflexions**

1. Est-ce que je juge les autres en fonction de leur passé ou est-ce que je les accompagne et les aide à construire leur avenir ?
2. Est-ce que j'essaie de me faire le grand en rapetissant les autres ?
3. Comment je le fais?
4. Est-ce que j'apprécie ceux qui m'ont soutenu, est-ce que je pardonne ceux qui m'ont blessé et que j'aide ceux qui ont besoin de moi
5. Pourquoi est-il si important de traiter les gens avec gentillesse?
6. Comment le thème traité garde un rapport avec notre charisme?

“Be kind and  
compassionate  
to one another...”<sup>23</sup>

-Ephesians 4:32

