

1. Citations classées par ordre alphabétique des auteurs.

1. **Aristote** « *L'homme est un être sociable ; la nature l'a fait pour vivre avec ses semblables.* »
2. **Beckett** « *Je me mis enfin à réfléchir, c'est à dire à écouter plus fort.* »
3. **Bodin** « *On a tous besoin, pendant des périodes de déprime, d'une oreille capable de nous écouter et de nous comprendre. C'est dans les moments difficiles que l'on remarque qui sont nos véritables amis.* »
4. **Cespedes** « *Ce n'est pas aux enfants d'être transformés par leurs parents, mais aux parents d'être transformés par leurs enfants. De vivre l'éclosion de leurs sentiments, d'assister leurs pensées, d'entrer en empathie avec ce qui les traverse et les fonde.* »
5. **Dalaï Lama** « *La faculté de se mettre dans la peau des autres et de réfléchir à la manière dont on agirait à leur place est très utile si on veut apprendre à aimer quelqu'un.* »
6. **Delacourt** « *On doit apprendre à écouter,[.]; on doit perdre un peu de soi pour se retrouver dans l'autre.* »
7. **Dion** « *L'empathie est une vertu publique obligée alors que l'indifférence est un vice privé.* »
8. **Dollfus** « *Les gens qui savent écouter ont une grande supériorité sur les autres. Ceux qui savent observer une plus grande encore; mais, en général, ce sont les mêmes.* »
9. **Elahi** « *Plus le champ de la pensée s'élargit, plus la patience et la tolérance augmentent.* »
10. **Epictète** « *Savoir écouter est un art.* »
11. **Fassbinder** « *Je crois que l'homme est ainsi fait, il a besoin de l'autre, mais il n'a pas appris à être deux.* »
12. **Foster Wallace** « *Nous souffrons tous seuls dans le vrai monde. La vraie empathie est impossible* »
13. **Gandhi** « *La règle d'or de la conduite est la tolérance mutuelle, car nous ne penserons jamais tous de la même façon, nous ne verrons qu'une partie de la vérité et sous des angles différents.* »
14. **Gaskell** « *Etre raisonnable, ça veut toujours dire écouter quelqu'un d'autre.* »
15. **Gilbert-Dumas** « *Chaque fois qu'on fréquente un homme, il y a deux forces qui s'affrontent dans notre tête. L'ego et l'amour. Tu peux écouter l'un ou l'autre, mais pas les deux en même temps.* »
16. **Godin (Seth)** « *L'empathie n'est pas de se sentir désolé pour quelqu'un. C'est notre honnête réponse à la question, «pourquoi ont-ils fait ce qu'ils ont fait ?* »
17. **Goethe** « *Parler est un besoin, écouter est un art.* »
18. **Guyot (Franck)** « *L'empathie n'est que du narcissisme relationnel* »
19. **Lao Tseu** « *Etre humain c'est aimer les hommes. Etre sage c'est les connaître.* »
20. **Ledig Agnès** « *L'empathie c'est de tendre la main à celui qui est dans le trou, ce n'est pas sauter dedans pour l'aider à remonter* »
21. **Lohou** « *Dites de moi "oh le pauvre", le jour où vous me verrez sans aucun sentiment, aucune empathie envers un homme en détresse. Ce jour-là j'aurais perdu toute mon humanité, toute la richesse de mon être; ce jour-là, je serai vraiment pauvre.* »
22. **Marivaux** « *On ne s'aperçoit presque pas qu'un homme ne dit mot, quand il écoute attentivement, du moins s'imagine-t-on toujours qu'il va parler : et bien écouter c'est presque répondre.* »
23. **Musset** « *La bouche garde le silence pour écouter parler le cœur.* »
24. **Otte** « *C'est seulement dans l'effacement de soi, que l'on peut, par empathie, percevoir la réalité de l'autre.* »
25. **Perls** « *Le contact, c'est l'appréciation des différences.* »
26. **Rogers (Carl R)** « *L'empathie ou la compréhension empathique consiste en la perception correcte du cadre de référence d'autrui avec les harmoniques subjectives et les valeurs personnelles qui s'y rattachent.* »
27. **Rogers (Carl R)** « *Percevoir de manière empathique, c'est percevoir le monde subjectif d'autrui « comme si » on était cette personne – sans toutefois jamais perdre de vue qu'il s'agit d'une situation analogue.* »
28. **Segal** « *Quand on a besoin d'aimer, on n'a besoin ni de jambes ni de sexe, il n'y a qu'à écouter et laisser faire les gestes et les mots que dicte la tendresse.* »
29. **Socrate** « *Ce qui fait l'homme, c'est sa grande faculté d'adaptation.* »
30. **Sœur Emmanuelle** « *Aimer, c'est apprendre à écouter la différence de l'autre. L'amour est une écoute qui retentit en soi. Alors s'ouvre la réception de don de l'autre, de sa manière autre d'aimer.* »
31. **Souvré (Madeleine de)** « *Au lieu d'être attentifs à connaître les autres, nous ne pensons qu'à nous faire connaître nous-mêmes. Il vaudrait mieux écouter pour acquérir de nouvelles lumières que de parler trop pour montrer celles que l'on a acquises.* »

CAFE-PHILO à la Maison des Savoirs

Empathie

Citations et références de livres

32. **Thibon**, « *On peut toujours apprendre ce qu'on ne sait pas, non ce qu'on croit savoir.* »
33. **Vinci (Léonard de)** « *Savoir écouter, c'est posséder, outre le sien, le cerveau des autres.* »
34. **Waitley** « *Aimer signifie écouter sans conditions les besoins et apprécier la valeur de l'autre sans préjugés.* »
35. **Ward (William Arthur)** « *Vis avec les trois E : énergie, enthousiasme et empathie* »
36. **Zénon de Citium** « *L'homme a deux oreilles et une seule langue, pour écouter deux fois plus qu'il ne parle.* »

Sympathie

37. **David-Néel (Alexandra)** « *L'homme vulgaire aime ceux qui lui paraissent bons ; le sage étend sa plus grande sympathie à ceux qu'il voit être méchants parce qu'il a sondé leur misère.* »
38. **Horace** « *Si le rire répond au rire sur le visage des hommes, les larmes aussi y trouvent de la sympathie.* »
39. **Karch** « *Contre le désespoir, la sympathie est d'un bien faible secours.* »
40. **Marchessault** « *L'amitié, la confiance, la sympathie ne peuvent naître entre ceux qui ne se comprennent point.* »
41. **Rivard** « *Ceux qui s'enferment dans la souffrance le font pour se protéger de la sympathie d'autrui.* »
42. **Roy** « *Le secret de l'art de voir : c'est la sympathie.* »
43. **Siegfried** « *L'antipathie analyse mieux, mais la sympathie seule comprend.* »
44. **Wilde** « *N'importe qui peut sympathiser avec les souffrances d'un ami. Sympathiser avec ses succès exige une nature très délicate.* »



2. Livres disponibles à la Maison des Savoirs :

- ◆ **Le Bonobo, Dieu et nous** : aux origines animales de l'humanisme / **Frans de Waal**. – Les Liens qui libèrent, 2013 170 WAA (*)
- ◆ **La bonté humaine** : altruisme, empathie, générosité / **Jacques Lecomte**. - O. Jacob, 2012 152 LEC
- ◆ **Compassion** : manifeste révolutionnaire pour un monde meilleur / **Karen Armstrong**. - Belfond, 2013 200 ARM
- ◆ **De chair et d'âme** / **Boris Cyrulnik**. - Ed. Odile Jacob, 2006 155.6 CYR
- ◆ **Empathie et connaissance d'autrui** / sous la direction d'**Alain Berthoz, Gérard Jorland**. - O. Jacob, 2004 151 EMP
- ◆ **Les états d'âme** : un apprentissage de la sérénité / **Christophe André**. - O. Jacob, 2009 155.6 AND
- ◆ **La guérison du monde** / **Frédéric Lenoir**. - Fayard, 2012 303 LEN
- ◆ **Une nouvelle conscience pour un monde en crise** : vers une civilisation de l'empathie / **Jeremy Rifkin**. - Actes Sud, 2012 302 RIF
- ◆ **La plus belle histoire du bonheur** / **André Comte-Sponville, Jean Delumeau, Arlette Farge**. - Seuil, 2004 190 COM
- ◆ **Puissance de la douceur** / **Anne Dufourmantelle**. - Payot, 2013 152 DUF

(*) Index de classement des livres de la MDS afin de faciliter les recherches.