

Prends-tu le temps de m'écouter ?

Quand je panique, quand j'ai peur,
Quand le stress me pousse à l'erreur,
Quand je raconte n'importe quoi,
Quand l'illusion guide mes pas,

Prends-tu le temps de m'écouter ?
Prends-tu le temps de m'accueillir ?
Et dans l'instant privilégié,
Saisis-tu ce que je veux dire ?

Quand je ne peux plus respirer,
Quand je ne peux plus me bouger,
Quand je mange n'importe quoi,
Quand l'insomnie veille avec moi,

Prends-tu le temps de m'écouter ?
Prends-tu le temps de m'accueillir ?
Et dans l'instant privilégié,
Saisis-tu ce que je veux dire ?

Quand je dis **STOP** ! Quand je m'arrête,
Quand je rentre dans le silence,
Quand je demande à ma tête
De m'aider à faire confiance

À mon cœur qui bat et se bat
Pour qu'enfin j'écoute sa voix.

Je prends le temps de l'écouter.
Je prends le temps de l'accueillir.
Et dans l'instant privilégié,
Je saisis ce qu'il veut me dire :

De quoi ai-je vraiment besoin ?
Quelles sont mes aspirations ?
Où mènent mes inspirations ?
La Vie maintenant j'en prends soin !



Si2 - 08.10.2025

"Prends-tu le temps de m'écouter ?"

C'est le thème qui m'inspire en ce moment. Il est à plusieurs niveaux. Mais si la question est écrite au "tu", elle est nécessairement une question pour soi-même. "Est-ce que je prends le temps de m'écouter ?",

"Suis-je à l'écoute de mes besoins essentiels, de mes inspirations, de mes aspirations ?",

"Comment je vis le silence ?"

Je vais me développer... quand je me donne le droit de regarder la graine qui pousse en moi.