**Ecoute moi s’il te plaît**

Écoute-moi, s’il te plaît, j’ai besoin de parler

Accorde-moi seulement quelques instants

Accepte ce que je vis, ce que je sens,

Sans réticence, sans jugement.

Écoute-moi, s’il te plaît, j’ai besoin de parler

Ne me bombarde pas de conseils et d’idées

Ne te crois pas obligé de régler mes difficultés

Manquerais-tu de confiance en mes capacités ?

Écoute-moi, s’il te plaît, j’ai besoin de parler

N’essaie pas de me distraire ou de m’amuser

Je croirais que tu ne comprends pas

L’importance de ce que je vis en moi

Écoute-moi, s’il te plaît, j’ai besoin de parler

Surtout, ne me juge pas, ne me blâme pas

Voudrais-tu que ta moralité

Me fasse crouler de culpabilité ?

Écoute-moi, s’il te plaît, j’ai besoin de parler

Ne te crois pas non plus obligé d’approuver

Si j’ai besoin de me raconter

C’est simplement pour être libéré

Écoute-moi, s’il te plaît, j’ai besoin de parler

N’interprète pas et n’essaie pas d’analyser

Je me sentirais incompris et manipulé

Et je ne pourrais plus rien te communiquer

Écoute-moi, s’il te plaît, j’ai besoin de parler

Ne m’interromps pas pour me questionner

N’essaie pas de forcer mon domaine caché

Je sais jusqu’où je peux et veux aller

Écoute-moi, s’il te plaît, j’ai besoin de parler

Respecte les silences qui me font cheminer

Garde-toi bien de les briser

C’est par eux bien souvent que je suis éclairé

Alors maintenant que tu m’as bien écouté

Je t’en prie, tu peux parler

Avec tendresse et disponibilité

À mon tour je t’écouterai

**Jacques Salomé**