**Écouter**, c'est peut-être le plus beau cadeau que nous puissions faire à quelqu’un. C'est lui dire tu es important pour moi, tu es intéressant, je suis heureux que tu sois là.

**Écouter**, c'est commencer par se taire...Avez-vous remarqué combien les dialogues sont remplis d'expressions de ce genre : "c'est comme moi quand...," ou bien " ça me rappelle..."  Bien souvent, ce que l'autre dit n'est qu'une occasion de parler de soi.

**Écouter**, c'est commencer par arrêter son petit cinéma intérieur, son monologue portatif, pour se laisser transformer par l'autre. C'est accepter que l'autre entre en nous-même comme il entrerait dans notre maison et s'y installerait un instant, s'asseyant dans notre fauteuil, y prenant ses aises.

**Écouter**, ce n'est pas chercher à répondre à l'autre, sachant qu'il a en lui-même les réponses à ses propres questions. C'est, refuser de penser à la place de l'autre, de lui donner des conseils et même de vouloir le comprendre.

**Écouter**, c'est accueillir l'autre avec reconnaissance, tel qu'il se définit lui-même, sans se substituer à lui pour lui dire ce qu'il doit être. C'est être ouvert, positivement, à toutes les idées, à tous les sujets, à toutes les expériences, à toutes les solutions, sans interpréter, sans juger, laissant à l'autre le temps et l'espace de trouver la voie qui est la sienne.

**Écouter**, ce n'est pas vouloir que quelqu'un soit comme ceci ou cela, c'est apprendre à découvrir ses qualités spécifiques. Être attentif à quelqu'un qui souffre, ce n'est pas donner une solution ou une explication à sa souffrance, c'est lui permettre de la dire et de trouver lui-même son propre chemin pour s'en libérer.

**Apprendre à écouter** quelqu'un, c'est l'exercice le plus utile que nous puissions faire pour nous libérer de nos propres détresses.

**Écouter**, c'est donner à l'autre ce que l'on ne nous a peut-être jamais donné : de l'attention, du temps, une présence affectueuse.

        C'est en apprenant à écouter les autres que nous arrivons à nous écouter nous-même, notre corps et nos émotions, c'est le chemin pour apprendre à écouter la terre et la vie, c'est devenir poète, c'est sentir le cœur et voir l'âme des choses. A celui qui sait écouter est donné de ne plus vivre à la surface : il communie à la vibration intérieure de tout vivant.

**Texte écrit par** **André Gromolard**