

TODAY I WILL LISTEN

Today I will listen
Without interrupting
Without prejudging
Without second guessing
Without gazing
Without rehearsing
Without discounting
Without filtering
Without correcting
Without contradicting
Today I will just listen

Today I will listen
With attention
With humility
With respect
With patience
With understanding
With awe
With gladness
With empathy
With warmth
With gratitude
With reverence
Today I will just listen.

היום אני אקשיב
ללא הפרעו
ללא שיפוט מקדים
ללא היסוס
ללא בהייה
ללא חזרות
ללא הנחות
ללא סינון
ללא תיקון
ללא סתירות
היום אני רק אקשיב

היום אני אקשיב
בקשב רב
באנושיות
בענווה
בכבוד
בסבלנות
בהבנה
ביראה
בשמחה
באמפתיה
בחום
בתודה
בהוקרה

Marva Shand McIntosh

By Marva Shand-McIntosh

I love to Listen Day, May 16th
Copyright 2007