

Je veux apprendre à tolérer

Paroles et musique : Pierre St-André

Il y a quelqu'un qui me touche
Il y a quelqu'un dans ma bulle
Un troisième qui m'accroche
J'sais pas pourquoi, j'pèterais ma coche !

Je veux apprendre à tolérer

À respirer avant d'agir

À réfléchir avant d'parler.

Ça peut m'aider !

Je peux apprendre à tolérer

À respirer avant d'agir

À réfléchir avant d'parler

Ça peut m'aider à me calmer.

Il y a quelqu'un qui me tiraille

Ça dérange mon travail

En moi ça gigote, ça pousse,

Une émotion, une secousse !

Il y a quelqu'un qui me parle

Je bouillonne ! c'est pas normal

Je n'comprends pas ce qui n'va pas

Mais qu'est-ce que j'ai à me fâcher ?