

Respire*

Anada : Interprète, auteure, compositrice
Sonny Black productions : Réalisateur et compositeur



Un gros chagrin
Qui n'est pas bien
Qui n'a pas de fin
Qui a besoin
Des câlins et de l'aide
De l'encouragement
Pour exprimer les sentiments

Refrain :

Respire et détends-toi
Et dis des gentils mots
Réfléchis et fais le bon choix
Exprime tes émotions
Dis comment tu te sens
C'est l'heure de la communication

Un cœur brisé
Un cœur blessé
Je vais pleurer
Oh j'ai plein de larmes
J'ai besoin d'attention
De la consolation
Décompresser dans un petit coin

Refrain :

Respire et détends-toi
Et dis des gentils mots
Réfléchis et fais le bon choix
Exprime tes émotions
Dis comment tu te sens
C'est l'heure de la communication



Oui, j'ai de la peine
Je suis en colère
Je suis très fâchée
Je ne veux plus parler
Mais, je dois m'adoucir
Puis, je dois bien agir
Et abandonner toute cette attitude

Refrain :

Respire et détends-toi
Et dis des gentils mots
Réfléchis et fais le bon choix
Exprime tes émotions
Dis comment tu te sens
C'est l'heure de la communication

Respire et détends-toi!
Calme-toi, tout ira bien!
Aller vient, Assieds-toi ici!
Regarde-moi, dis-moi ce qui ne va pas!
Raconte-moi tout !
D'accord, c'est entendu!
On va trouver des solutions à ton problème!
Bravo, je te félicite!

