**LA MARÉE : Chanson écrite pour la Chorale du Peuple**

Musique : Le répondeur, de Dédé Fortin

Paroles : Nicholas Ouellet

Thème : La santé mentale dans le contexte du militantisme

[C] J’ai mal à tête, j’ai mal au cœur

[F] J’ai juste envie d’rester couché.e

[C] Me mette debout, ça m’fait trop peur

[G] C’est évident qu’j’vais m’effondrer

[C] Vaisselle qui traîne, plancher qu’yé sale

[F] Mais j’m’en fous, chu trop fatigué.e

[C] Faire le ménage, ça fait trop mal

[G] Quand c’est son âme qui faut laver.

**REFRAIN :**

**C’est à cause que j’me sens seul.e [B7]**

**Au milieu d’une marée houleuse [Em7]**

**Où flottent les âmes malheureuses [F#]**

**Sans attaches [B7]**

[C] Armures mentales et carapaces

[F] Notre défense contre le système

[C] Moi j’en ai pas, chu pas capable

[G] Ça fait juste mal à ceux (celles) qu’on aime

[C] De toute façon, c’est ben d’trop lourd

[F] J’ai mal dans l’dos pis din épaules

[C] Quand y faut qu’j’t’entoure d’amour

[G] T’amener voir la lumière du jour

**REFRAIN [B7] [Em7] [F#] [B7]**

[C] J’ai pu d’jus, pu d’volonté

[F] C’est comme si j’avais 2 vies

[C] Une dans laquelle chui passionné.e

[G] Pis l’autre qui est valorisée

[C] Valorisée par un système

[F] Qui n’a vraiment valeur humaine

[C] Valorisée par des idées

[G] Bonnes à tou.te.s nous faire crever

**REFRAIN [B7] [Em7] [F#] [B7]**

[C] Dans l’nord, ‘ sont proches de tout raser

[F] Dans l’sud, ‘ sont prêt.e.s à tout forer

[C] Moi chui pogné.e quek’part là d’dans

[G] Sans trop savoir où j’dois aller

[C] À force de juste éteindre des feux

[F] Moi j’ai fini par me brûler

[C] J’étouffe, j’ai faim pis j’ai soif

[G] Donnez-moi d’l’eau, donnez-moi l’temps

**REFRAIN [B7] [Em7] [F#] [B7]**

[C] Y faut toujours s’assurer

[F] Que nos bases sont solides

[C] Si c’qu’on veut, c’est bâtir

[G] Un monde qui fait vraiment rêver

[C] Famille, ami.e.s, communauté

[F] Il va falloir être solidaire

[C] Ce long voyage sera heureux

[G] Que si on peut le faire groupé

**REFRAIN [B7] [Em7] [F#] [B7]**