



## CHARGE MENTALE

Comme si de rien étais  
Offrir un présent à une amie  
Et la porte s'ouvre  
Les confidences et la confiance

Voilà qu'elle dévoile  
Sa charge mentale  
Porter tout le monde dans son mental  
Porter à bout de bras leurs charges mentales

Le cerveau embué  
Je n'ai plus de Bande Passante  
Le cerveau alourdi  
Je n'ai plus de place

Ne plus penser à soi  
Ne penser qu'aux autres,  
Ne plus arriver à se prioriser  
Toujours mettre les valoriser

Ne pas arriver à se définir sans eux  
Voilà notre souci, notre tare, nos peurs,  
N'œuvrer que pour eux  
Ne s'inquiéter que de leur bonheur



Ne se soucier que de leurs malheurs

Perdre du temps à imaginer le pire,

Il faut continuer d'aimer, aimer ces gens

Pour savoir qu'elle orientation à donner, quel sens,

Les repas, le quotidien, les activités, les vêtements,

Les objets, les sentiments, et le crépuscule lent...

Jamais ne n'arrêterai de les aimer, ni de me projeter

Jamais ma charge mentale ne sera soulagée

Mais je ne savais pas qu'il fallait tant pleurer

Mon cœur s'épuise ; totalement désœuvré

Mon âme prend conscience qu'elle ne peut pas tout porter

Et le corps ensuite nous parle avec ses maux

Le cerveau dégénère et perd les mots

Ma boussole s'emballe ; mon chemin est interrompu, casser

Et maintenant, que faire pour tout réparer

Le meilleur qui puisse advenir, se reconnecter

A SOI ; Reprendre possession de son ETRE

Et proposer à son mental l'ombre de sa profondeur

Ne penser qu'à ses désirs et leurs portées dans ce monde

Il n'y a pas de hasard, des circonstances, des profondeurs,

Je rassemble et fais des efforts



Qui fait ça pour moi ?

Qui me réconforte et m'aime plus que je m'aime ?

Qui m'aide à choisir le meilleur pour moi ?

Qui a l'âme d'une mère d'une amie ?

Cette âme invincible, immortelle,

Respecter mon âme pour n'être jamais seule

Comment faire dépérir l'ambition ?

En les masquant par le quotidien chargé

Avoir cette prise de conscience

Pour pouvoir aider les femmes

Toutes celles qui se sentent seules

Toutes celles qui œuvrent pour les autres, entière

Toujours continuer d'avancer au creux de l'enfer