

B2.34.1 L'importance de la nostalgie

Znaczenie nostalgii



La **nostalgie** est une émotion nuancée, à la fois **joie** et **tristesse**. En repensant à des souvenirs heureux, on ressent parfois un manque, mais ces retours en arrière peuvent aussi être utiles. On peut même se sentir soulagé en se rappelant une période **douloureuse**, parce qu'on voit qu'on l'a **surmontée**. *Du coup*, on fait le point sur sa vie et on renforce sa confiance pour l'avenir.

Nostalgia jest emocją zniuansowaną, jednocześnie radością i smutkiem. Wracając myślami do szczęśliwych wspomnień, czasem odczuwamy brak, ale takie powroty do przeszłości mogą też być przydatne. Możemy nawet poczuć ulgę, wspominając bolesny okres, ponieważ widzimy, że go pokonaliśmy. W efekcie robimy bilans swojego życia i wzmacniamy swoją pewność siebie na przyszłość.

1. Pourquoi certaines personnes peuvent-elles être contentes de se remémorer des moments tristes ou difficiles ?
 - a. Parce que cela leur donne envie de revivre exactement la même situation
 - b. Parce qu'elles se rendent compte que ce n'était pas si dur ou qu'elles ont surmonté la période
 - c. Parce que cela efface complètement les émotions négatives
 - d. Parce que cela prouve qu'elles n'ont jamais été sensibles
2. Comment la nostalgie est-elle décrite ?
 - a. Comme un sentiment sans lien avec le passé
 - b. Comme une émotion simple, uniquement joyeuse
 - c. Comme une émotion complexe qui mélange joie et tristesse
 - d. Comme une réaction physique qui empêche de réfléchir

1-b 2-c