

B2.34.1 L'importance de la nostalgie

A importância da nostalgia



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.

A **nostalgia** é uma emoção nuancada, ao mesmo tempo **alegria** e **tristeza**. Ao pensar em lembranças felizes, às vezes sentimos falta, mas esses retornos ao passado também podem ser úteis. Podemos até nos sentir aliviados ao lembrar um período **doloroso**, porque vemos que o **superamos**. Por isso, fazemos um balanço da nossa vida e fortalecemos a nossa confiança para o futuro. *Vp>*

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

1-d 2-b