

Exprimer ses sentiments

Cours d'arabe en 3e

Découvrir : le journal de Lina

Lina, une élève de 3e, raconte dans son journal une journée pleine d'émotions. Lis le texte une première fois sans dictionnaire : repère les mots qui disent ce qu'elle ressent.

صَبَاحَ السَّبْتِ، كُنْتُ قَلَقَةً جَدًّا: كَانَ عِنْدِي عَرْضٌ أَمَامَ الْقِسْمِ كُلِّهِ. عِنْدَمَا وَقَفْتُ أَمَامَ زُمَلَائِي، شَعَرْتُ بِالْخَوْفِ، وَاحْمَرَّ وَجْهِي مِنَ الْخَجَلِ.
لَكِنَّ صَدِيقَتِي سَلَمَى ابْتَسَمَتْ لِي، فَشَعَرْتُ بِالْإِرْتِيَاكِ. فِي النِّهَايَةِ، صَفَّقَ الْجَمِيعُ، وَقَالَ لِي الْأُسْتَاذُ: «أَنَا فَخُورٌ بِكَ!»
عُدْتُ إِلَى الْبَيْتِ مُتَحَمِّسَةً، وَحَكَيْتُ كُلَّ شَيْءٍ لِأَخِي. ضَحِكَ وَقَالَ لِي نُكْتَةً عَنْ أُسْتَاذٍ نَسِيَ دَرْسَهُ... نَكْتُ أَخِي تُضْحِكُنِي دَائِمًا!

Traduction : Samedi matin, j'étais très inquiète : j'avais un exposé devant toute la classe. Quand je me suis levée devant mes camarades, j'ai eu peur et mon visage est devenu rouge de honte. Mais mon amie Salma m'a souri, alors je me suis sentie soulagée. À la fin, tout le monde a applaudi et le professeur m'a dit : « Je suis fier de toi ! » Je suis rentrée à la maison enthousiaste et j'ai tout raconté à mon frère. Il a ri et m'a raconté une blague sur un professeur qui avait oublié son cours... Les blagues de mon frère me font toujours rire !

Les émotions de Lina changent au fil de la journée : → الْإِرْتِيَاكِ → الْخَجَلُ → الْخَوْفُ → قَلَقَةً. Remarque qu'elle utilise tantôt un **adjectif** (كُنْتُ قَلَقَةً), tantôt un **nom** après un verbe (شَعَرْتُ بِالْخَوْفِ). Ce sont les deux outils principaux de ce chapitre.

Huit émotions et leur adjectif en arabe



سَعِيدٌ
heureux



حَزِينٌ
triste



خَائِفٌ
qui a peur



غَاضِبٌ
en colère



قَلِقٌ
inquiet



مُتَحَمِّسٌ
enthousiaste



فَخُورٌ
fier



مُنْدَهَشٌ
surpris

Huit émotions de base et l'adjectif arabe qui les nomme.

Le vocabulaire des sentiments en arabe 3e

En arabe, chaque émotion a en général un **nom** (le sentiment lui-même, souvent un masdar) et un **adjectif** (la personne qui le ressent). Apprends-les par paires, avec leur racine : c'est plus facile à mémoriser.

Nom du sentiment	Français	Adjectif ou expression
الْفَرَحُ	la joie	سَعِيدٌ / فَرِحَانٌ heureux, joyeux
الْحُزْنُ	la tristesse	حَزِينٌ triste
الْخَوْفُ	la peur	خَائِفٌ qui a peur
الْقَلَقُ	l'inquiétude	قَلِقٌ inquiet
الْغَضَبُ	la colère	غَاضِبٌ en colère
الْحَمَاسُ	l'enthousiasme	مُتَحَمِّسٌ enthousiaste
الْفَخْرُ	la fierté	فَخُورٌ fier
الْخَجَلُ	la honte, la timidité	خَجُولٌ timide

المَلَلُ	l'ennui	أَشْعُرُ بِالْمَلَلِ je m'ennuie
الدَّهْشَةُ	la surprise	مُنْدَهَشٌ surpris
الإِرْتِيَاحُ	le soulagement	مُرْتَاخٌ soulagé, à l'aise
النُّكْتَةُ	la blague (pl. نُكْتٌ)	مُضْحِكٌ drôle

Attention

Ne confonds pas قَلِقٌ (inquiet, adjectif) et قَلَقٌ (l'inquiétude, nom) : seule la voyelle de la deuxième lettre change. De même فَرِحَ (la joie) et فَرِحٌ (joyeux). Lis toujours les harakât avec soin.

Trois structures pour exprimer un sentiment

Trois façons de dire ce que l'on ressent

1. ressentir + nom du sentiment

أَشْعُرُ بِالْفَرَحِ

Je ressens de la joie.

2. pronom + adjectif (+ cause)

أَنَا قَلِقٌ مِنَ الْإِمْتِحَانِ

Je suis inquiet à cause de l'examen.

3. la cause devient sujet du verbe

تُضْحِكُنِي هَذِهِ النُّكْتَةُ

Cette blague me fait rire.

Les trois structures à connaître, de la plus simple à la plus riche.

1. Le verbe « ressentir » + nom

Règle

Le verbe يَشْعُرُ / شَعَرَ (ressentir) se construit avec la préposition بِـ suivie du **nom** du

sentiment, défini et au cas indirect (génitif) : **أَشْعُرُ بِالْفَرَحِ، شَعَرْتُ بِالْحُزْنِ، نَشْعُرُ بِالْخَوْفِ** :
 Pour demander : **كَيْفَ تَشْعُرُ؟** ou plus simplement **بِمَاذَا تَشْعُرُ؟**

2. Pronom + adjectif accordé

Règle

L'adjectif s'accorde avec la personne : **هُوَ غَاضِبٌ، هِيَ غَاضِبَةٌ، هُمْ غَاضِبُونَ، هُنَّ غَاضِبَاتٌ**.
 Après **كَانَ** ou **لَيْسَ**, il passe au cas direct : **كُنْتُ قَلِقَةً، لَسْتُ خَائِفًا**. Chaque adjectif appelle sa préposition : **فَخُورٌ بِـ** (fier de), **غَاضِبٌ مِنْ** (en colère contre), **خَائِفٌ مِنْ** (qui a peur de), **قَلِقٌ عَلَى** (inquiet pour quelqu'un), **قَلِقٌ مِنْ** (inquiet à cause de quelque chose).

Exemple

أَنَا فَخُورٌ بِأُخْتِي.

أُمِّي قَلِقَةٌ عَلَى جَدِّي لِأَنَّهُ مَرِيضٌ.

أَخِي الصَّغِيرُ خَائِفٌ مِنَ الظَّلَامِ.

Je suis fier de ma sœur. — Ma mère est inquiète pour mon grand-père parce qu'il est malade. — Mon petit frère a peur du noir.

3. La cause devient sujet : « cela me rend... »

L'arabe aime faire de la **cause** le sujet d'un verbe de forme IV (**أَفْعَلَ / يُفَعِّلُ**) qui signifie « provoquer un sentiment ». On y accroche le pronom complément **لِي** (me) :

Verbe + pronom « me »	Sens	Exemple
يُفَرِّحُنِي	cela me réjouit	يُفَرِّحُنِي نَجَاحُ أَصْدِقَائِي.
يُحْزِنُنِي	cela me rend triste	يُحْزِنُنِي هَذَا الْخَبَرُ.
يُقْلِقُنِي	cela m'inquiète	يُقْلِقُنِي الْإِمْتِحَانُ.
يُغْضِبُنِي	cela m'agace, me met en colère	يُغْضِبُنِي الْكَذِبُ.
يُخِيفُنِي	cela me fait peur	يُخِيفُنِي صَوْتُ الرَّعْدِ.
يُضْحِكُنِي	cela me fait rire	تُضْحِكُنِي نُكْتُ جَدِّي.

Attention

Le verbe s'accorde avec ce qui provoque l'émotion, pas avec toi : يُضْحِكُنِي الْفِيلْمُ (le film, masculin) mais تُضْحِكُنِي الْقِصَّةُ (l'histoire, féminin). Un pluriel de choses se traite comme un féminin singulier : تُضْحِكُنِي نَكْتٌ جَدِي. Pour une autre personne, change le pronom : يُضْحِكُهَا (cela la fait rire), يُقْلِقُهُمْ (cela les inquiète).

Nuancer, rire et jouer avec l'implicite

Doser l'intensité

Pour nuancer, ajoute قَلِيلًا (un peu), جَدًّا (très) ou كَثِيرًا (beaucoup) : أَنَا مُتَعَبٌ قَلِيلًا, كُنْتُ جَدًّا سَعِيدًا. Pour exprimer un sentiment fort, l'arabe utilise des images : كِدْتُ أَطِيرُ مِنَ الْفَرَحِ (j'ai failli m'envoler de joie), كِدْتُ أَمُوتُ مِنَ الضَّحِكِ (j'ai failli mourir de rire).

L'humour

On raconte une blague avec le verbe حَكَى / يَحْكِي : حَكَى لَنَا نُكْتَةً. Ce qui est drôle est مُضْحِكٌ ; on rit avec يَضْحَكُ / ضَحِكَ. Dans tout le monde arabe, du Maroc à l'Irak, les enfants connaissent les anecdotes de Djoha (جُحَا), personnage malicieux et naïf à la fois. En voici une, racontée à notre manière :

ضَاعَ خَاتَمُ جُحَا فِي الْبَيْتِ، فَخَرَجَ يَبْحَثُ عَنْهُ فِي الشَّارِعِ. سَأَلَهُ جَارُهُ: «لِمَاذَا تَبْحَثُ هُنَا؟»
فَقَالَ جُحَا: «لَأَنَّ الْبَيْتَ مُظْلِمٌ، وَالشَّارِعَ فِيهِ ضَوْءٌ!»

Traduction : Djoha a perdu sa bague dans la maison, alors il est sorti la chercher dans la rue. Son voisin lui a demandé : « Pourquoi cherches-tu ici ? » Djoha a répondu : « Parce que la maison est sombre, et que dans la rue il y a de la lumière ! »

Culture

Les histoires de Djoha existent sous d'autres noms en Turquie, en Iran ou dans les Balkans : c'est un héros partagé par de nombreuses cultures. On dit d'une situation absurde qu'elle est « digne de Djoha ». Le rire y sert à faire réfléchir, sans jamais blesser.

Registres de langue

Un même sentiment peut se dire dans plusieurs registres. L'arabe standard moderne est la langue de l'école, des médias et de l'écrit ; à l'oral, chacun parle aussi son dialecte.

- **Courant** (standard) : أَنَا سَعِيدٌ جَدًّا.
- **Soutenu** (littéraire) : لَا أَسْتَطِيعُ أَنْ أَصِفَ فَرْحَتِي. (je ne peux pas décrire ma joie) ; قَلْبِي مَمْلُوءٌ بِالْفَرَحِ. (mon cœur est rempli de joie)
- **Oral dialectal**, à reconnaître seulement : en Égypte on entend أَنَا مَبْسُوطٌ, au Maghreb رَانِي فَرْحَان. Ces formes ne remplacent pas l'arabe standard à l'écrit.

L'implicite

Parfois, les mots disent une chose et le ton en dit une autre. Le contexte permet de comprendre le vrai sentiment :

- **L'ironie** : رَائِعٌ! نَسِيتُ كِتَابِي مَرَّةً أُخْرَى! — « Génial ! J'ai encore oublié mon livre ! » Le mot positif cache l'agacement.
- **L'atténuation polie** : لَسْتُ مُرْتَحًا لِهَذِهِ الْفِكْرَةِ. — « Je ne suis pas très à l'aise avec cette idée » signifie souvent : je ne suis pas d'accord.
- **La question qui fait un reproche** : أَلَمْ تَنْسَ شَيْئًا؟ — « Tu n'as rien oublié ? » veut dire : tu as oublié quelque chose !
- **L'exclamation ambiguë** : يَا لَهُ مِنْ يَوْمٍ! — « Quelle journée ! » peut être joyeux ou épuisé selon la voix.

Attention

Dans un texte, cherche les indices de l'implicite : la situation, la ponctuation (!), les mots qui suivent, la réaction des autres personnages. Une même phrase n'a pas toujours le même sens.

À retenir

- أَشْعُرُ بِالْحُزْنِ : nom défini au génitif + أَشْعُرُ بِ.
- Pronom + adjectif accordé, avec sa préposition : أَنَا قَلِقٌ عَلَيْكَ.
- Verbe de forme IV + pronom : يُقْلِقُنِي, يُضْحِكُنِي ; le verbe s'accorde avec la cause.
- L'humour : نُكَّتَ / نُكْتُ, مُضْحِكٌ, حَكِي نُكَّتَ.
- Repère le registre (courant, soutenu, dialectal) et l'implicite (ironie, atténuation) grâce au contexte.

Pour aller plus loin

- Exercices sur les sentiments en arabe (3e)
- QCM : exprimer ses sentiments en arabe

- Revoir le masdar, nom d'action