

Avoir des valises sous les yeux

Salut et bienvenue dans cet épisode. Aujourd'hui, je suis assez content parce que je vais enregistrer cet épisode en utilisant le dictaphone dont je vous avais parlé – je crois que j'avais publié une photo sur Facebook. C'est un [Tascam](#) qui me permet... je branche un micro dessus et j'enregistre directement sur ce dictaphone, ça va sur une carte SD et ensuite, je peux déplacer tout ça sur mon ordinateur et ça me donne pas mal d'avantages. A la base, j'ai acheté ça pour avoir l'occasion d'enregistrer des podcasts pendant mes temps morts mais je trouve que la qualité du son est vraiment bonne, donc, je l'utilise en ce moment, je l'utilise pour tout ce que fais, tout ce que j'enregistre et ça me donne l'avantage... Là, je suis debout, je suis dans la chambre de ma fille Emma – je suis seul à la maison – mais ça me permet d'enregistrer le podcast debout, tranquillement, en regardant par la fenêtre le paysage ; j'ai une belle vue de derrière de la chambre, donc, ça me permet d'être plus inspiré et c'est beaucoup mieux que d'être assis devant mon bureau ou devant mon micro. Donc, c'est pour ça que là, ça me permet aussi de me déplacer : je peux marcher, je peux regarder par la fenêtre et je trouve que c'est vraiment beaucoup plus pratique que d'être assis devant un ordinateur. Donc, c'est pour ça que je vais continuer à enregistrer là-dessus. J'ai publié une petite photo – si vous ne me [suivez pas encore sur Instagram](#), faites-le ; vous allez sur Instagram (vous pouvez créer un compte gratuitement. Instagram, c'est un réseau social de partage de photos.) Eh bien, vous pourrez me voir : j'ai fait une photo – mon compte, c'est FA_Johan (je vais regarder parce que je ne suis plus tout à fait sûr, donc, je regarde sur mon téléphone... comment je m'appelle sur Instagram ? [Je m'appelle FA Johan](#)). Et là, je poste des photos sur des choses un peu plus privées ; je poste un petit peu sur tout et rien mais ça vous permet, si vous aimez écouter le podcast et avoir le contexte, voir où j'étais quand je l'ai fait, voir ce que je faisais : eh bien, c'est le meilleur moyen d'en savoir plus. C'est par exemple – puisque [c'est ce que] j'ai fait dimanche – [dimanche au cours de ma promenade](#), j'ai fait une petite promenade en forêt et j'ai pris mon téléphone et j'ai enregistré 3-4 minutes tout ce qui me passait par la tête et j'ai fait une photo. J'ai également posté sur Instagram. Donc, ça vous permet de mettre un petit peu de contexte à ce que vous entendez. Parfois, entendre que du texte, ça ne nous permet pas de savoir exactement ce qu'il en est mais là, en écoutant et en suivant un petit peu ce que je fais sur les réseaux sociaux, ça vous permet d'avoir un peu plus de contexte.

L'épisode d'aujourd'hui, ce que j'ai choisi pour vous, c'est une expression qui m'a été suggérée comme d'habitude sur [Facebook](#). L'expression que j'ai choisie – j'en ai plein, les expressions – merci d'être si nombreux à m'en donner. Aujourd'hui, je vais vous expliquer « **Avoir des valises sous les yeux** » et c'est une expression qui m'a été suggérée par Angel.

Comme d'habitude, je vous explique le sens des mots : une **valise**, c'est objet qu'on utilise pour mettre des bagages quand on part en vacances par exemple. Vous dites : « Allez, je pars une semaine en vacances ou en week-end » et vous prenez vos habits, tous ceux dont allez avoir besoin et vous les mettez dans une valise. La valise,

c'est l'objet que vous utilisez pour transporter vos bagages quand vous partez en vacances ou en voyage.

Les **yeux**, c'est bien sûr ce qui vous permet de voir ; vous avez deux yeux qui vous permettent de voir.

Et « **sous** » ça veut, bien sûr, dire « à un niveau inférieur ». Dessus, c'est un niveau supérieur ; dessous, c'est un niveau inférieur. Donc, imaginez maintenant au sens propre : ça voudrait dire que vous avez des valises sous les yeux ; donc, vous avez vos yeux et vous avez en-dessous de chaque œil des valises (des objets qui vous permettent d'emmener vos bagages). Bien sûr, ça n'a aucun sens ! Vous comprenez que quand on dit : « Tu as des valises sous les yeux », ça veut dire : quand on est très très fatigué, on a ce qu'on appelle des cernes ; vous avez sous vos yeux... ça fait des petites poches, cette partie de votre peau a une autre couleur, a une autre forme. Et donc, on voit à ça que par exemple vous n'avez pas bien dormi ou vous n'avez pas assez dormi – ce qu'on appelle « avoir des cernes » ou « être cerné ». Donc, ça donne un petit peu l'impression de voir que vous avez quelque chose de lourd sous vos yeux qui tirent vos paupières. Si vous êtes fatigué, vous avez l'impression qu'il y a quelque chose de lourd qui tire vos paupières, qui déforme la partie qui est sous vos yeux et donc, les Français n'ont rien trouvé de mieux que de dire pour cette expression « **avoir des valises sous les yeux** ».

Donc, imaginez, vous arrivez à l'université pour aller en cours et vous avez très peu dormi parce que c'est la période des examens, vous avez travaillé sur vos cours, vous vous êtes couché tard et vous avez dû vous lever tôt pour aller à l'université et là, vos amis vous voient et disent : « Hey, tu as des valises sous les yeux ! Qu'est-ce que tu as fait cette nuit ? Tu n'as pas dormi ? », etc.

Ou alors, un lundi matin vous arrivez au travail, vous êtes très très fatigué, vous n'avez pas dormi de la nuit et là, un de vos collègues vous dit : « Hey, tu as des valises sous les yeux ! Tu as trop fait la fête ce week-end ? »

Donc, avoir les valises sous les yeux, c'est que les gens voient, rien qu'en vous regardant, rien qu'en regardant vos yeux et leur aspect : ils voient que vous êtes fatigué, que vous n'avez pas assez dormi ou que vous avez fait la fête, que vous êtes très très fatigué, que vous êtes crevé. Vous avez des valises sous les yeux.

Merci Angel pour cette suggestion ; c'est une chose que vous pouvez tout à fait rencontrer en discutant avec des francophones ou en regardant un livre, donc, c'est pour ça que c'est intéressant de connaître cette expression « **avoir des valises sous les yeux** » et je propose – maintenant, c'est à votre tour de travailler – que vous répétiez après moi. Je vais conjuguer le verbe « avoir » et utiliser cette expression et vous, à chaque fois que je ferai une pause, vous répétez après moi ; ça vous permet de pratiquer un petit peu.

Donc, c'est parti !

J'ai des valises sous les yeux
Tu as des valises sous les yeux
Il a des valises sous les yeux
Nous avons des valises sous les yeux
Vous avez des valises sous les yeux
Ils ont des valises sous les yeux
Elles ont des valises sous les yeux

Très bien ! Répétez cet exercice de nombreuses fois ; je suis en train de m'apercevoir – parce qu'il y a un miroir dans la chambre de ma fille Emma (c'est aussi l'avantage d'avoir ce dictaphone), [que] je peux me voir dans le miroir – et je vois que je n'ai pas de valises sous les yeux ; pourtant, je suis un peu fatigué. J'ai suivi ma routine matinale : je me suis levé ce matin à 5 heures et demie – donc un peu plus tard que je le fais parfois ; j'ai fait mon sport, j'ai lu, j'ai médité, j'ai écrit dans mon journal, enfin, tout ça, vous pouvez le suivre si vous suivez Pas-de-stress : vous allez voir une de mes vidéos sur la routine matinale – le titre de la vidéo, je crois que c'est « [Revue du livre "The Miracle Morning" »](#) et là, vous pouvez voir un petit peu ma routine matinale. Si vous ne l'avez pas fait, faites-le parce que c'est du contenu en Français authentique pour vous supplémentaire et peut-être que ça vous aidera dans votre vie. Mais, bon, je suis content de voir que bien que je me sois levé très tôt, que je sois un petit peu fatigué, je n'ai pas de valises sous les yeux. J'espère que c'est votre cas et que vous avez apprécié cet épisode. En tout cas, je vous dis à très bientôt pour une nouvelle expression en Français authentique.