



Les cinq sens

- **La vue** est le sens le plus utilisé. Décrire les couleurs, les formes et les mouvements permet au lecteur de visualiser la scène.
- **Les sons** apportent une ambiance unique. Les bruits de la nature, les murmures d'une conversation, ou le bruit de fond d'une ville ajoutent de la profondeur à une scène.
- **L'odorat** est souvent négligé, il permet d'évoquer des souvenirs puissants : l'odeur du *pain chaud sortant du four* donne une dimension plus intime au récit.
- **Le goût** apporte une dimension intérieure. Par exemple, *la saveur salée des larmes sur ses lèvres* est une métaphore poignante.
- **Le toucher** décrit les textures, les températures ou les sensations physiques. Il permet d'ancrer le lecteur dans la scène.

Vue	Ouïe	Odorat	Goût	Toucher
admirer	auditionner	aspirer	absorber	appuyer
apercevoir	ausculter	dégager	avalier	se brûler
cerner	chuchoter	embaumer	boire	câliner
constater	craquer	empester	croquer	caresser
contempler	crier	empuantir	déguster	chatouiller
découvrir	croquer	épicer	se délecter	cogner
dévisager	écouter	exhaler	dévorer	écorcher
dévorer des yeux	entendre	flairer	goûter	effleurer
épier	ouïr	fleurer	ingurgiter	égratigner
espionner	percevoir	humer	se rassasier	enlacer
être fasciné	tendre l'oreille	infecter	savourer	érafler
être hypnotisé	prêter l'oreille	inhaler	siroter	flatter
fixer	venir aux oreilles	parfumer		frictionner
guetter		renifler		frôler
inspecter		répandre		frotter
lire		respirer		heurter
lorgner		sentir		malaxer
regarder		subodorer		masser
reluquer		suinter		palper
remarquer				pétrir
repérer				pincer
saisir				presser
sauter aux yeux				saisir
scruter				sentir
toiser				serrer
viser				tâter
visionner				tâtonner
visualiser				toucher
voir				tripoter
Certains verbes sont transversaux, ils peuvent être utilisés pour plusieurs sens : contrôler, distinguer, examiner, inspecter, observer, reconnaître, surveiller				

TOUCHER : formes, volumes, consistances et dimensions

adjectifs : allongé, appétissant, arrondi, bombé, bosselé, brillant, carré, chatoyant, conique, coriace, cubique, difforme, doux, éblouissant, épais, flasque, flou, frais, gazeux, gluant, grouillant, haut, hérissé, large, limpide, liquide, long, lugubre, lumineux, mat, net, ondulé, ovale, uniforme, massif, mat, miroitant, panoramique, plat, pointu, profond, rectangulaire, ridé, rond, rugueux, sinueux, solide, spectral, sphérique, tacheté, triangulaire, trouble, vaporeux, velouté, visqueux

nuances de couleurs : bicolore, bigarré, clair, criard, délavé, écarlate, émeraude, fauve, foncé, monochrome, mordoré, multicolore, pâle, pastel, pourpre, sarcelle, saturé, transparent, vif

OUÏE : bruits

Noms : bourdonnement, bruit ; bruissement, brouhaha, cacophonie, chant, chuchotement, chuintement, clameur, clapotis, conversation, débat, discussion, fracas, frémissement, gazouillement, gémissement, grincement, grognement, hurlement, mélodie, murmure, ovation, parole, plainte, roulement, rumeur, silence, son, tapage, tintamarre, tumulte, vacarme

Adjectifs : affaibli, agaçant, aigu, assourdissant, bref, bruyant, clair, cristallin, croquant, croustillant, détonant, étouffé, faible, feutré, fort, fracassant, grésillant, grave, harmonieux, léger, mélodieux, métallique, monotone, perçant, pétillant, percutant, plaintif, prolongé, rauque, régulier, rythmé, sec, sourd, strident, ténu, vibrant, violent

ODORAT : parfums et puanteurs

Noms : bouffée, bouquet, effluve, émanation, essence, exhalaison, fragrance, fumet, infection, parfum, pestilence, puanteur, relent, remugle, senteur

Adjectifs : âcre, agréable, agressif, aigre, amer, animal, aromatique, boisé, capiteux, délicat, délicieux, désagréable, écœurant, fétide, fin, floral, fort, fruité, fugace, infecte, musqué, méphitique, nauséabond, odoriférant, pestilentiel, piquant, putride, rance, soufré, suave, subtil, sucré, suffocant, tenace, velouté

GOÛT : saveurs

Noms : acidité, âcreté, amertume, âpreté, arôme, assaisonnement, bouffée, bouquet, dégustation, effluve, émanation, exhalaison, fragrance, insipidité, parfum, saveur, senteur

Adjectifs : acide, acidulé, âcre, agressif, aigre, amer, âpre, astringent, brûlant, buccal, capiteux, crémeux, délectable, délicat, délicieux, doux, douceâtre, édulcoré, épicé, exquis, fade, faisandé, gustatif, goûteux, mielleux, mûr, musqué, poivré, relevé, salé, savoureux, suave, succulent, sucré, sur, umami, velouté

TOUCHER : impressions tactiles

Noms : caresse, chatouillement, choc, contact, coup, effleurement, gifle, griffure, heurt, moiteur, pression, sécheresse, tact

Adjectifs : brûlant, calleux, chaud, charnu, cireux, collant, cotonneux, doux, douloureux, dur, duveteux, élastique, engourdi, frais, ferme, friable, froid, glacial, gluant, granuleux, gras, huileux, humide, léger, lisse, lourd, moelleux, mou, mouillé, noueux, pesant, piquant, poisseux, poli, pulpeux, racorni, râpeux, rêche, rugueux, satiné, savonneux, sec, souple, soyeux, tendre, terreux, tiède, velouté, velu

Penser aussi aux **effets perçus par les sens** ; ainsi un bruit *agresse, déchire les tympans* ou *envoûte* ; un personnage *se profile* ; un paysage *s'estompe* ; une odeur *berce*, etc.

Intégrer les descriptions sensorielles dans le fil narratif. Utiliser les sens pour accentuer un moment clé : dans l'obscurité, des bruits, des odeurs, du tactile, plutôt que du visuel sombre.