- Diminution de la production d'urine (oligurie)
- Troubles du goût (goût métallique ou amer)
- Problèmes d'élasticité de la peau (perte de fermeté)
- Réactions d'hypersensibilité sévère (choc anaphylactique) Augmentation des douleurs menstruelles (dysménorrhée)
- Inconfort ou douleur dans la poitrine • Sensation de déconnexion émotionnelle (dissociation)
- Détérioration de la posture (dos voûté)
- Baisse de la production d'insuline (risque de diabète)
- Prise excessive de fluides (hyponatrémie) Eruption buccale (ulcères dans la bouche)
- Enflure du visage (œdème facial) Hypersensibilité à la lumière (photophobie)
- Problèmes de régulation de la température corporelle (frissons ou chaleur
- Augmentation de la production de sueur
- Problèmes digestifs chroniques (reflux gastro-œsophagien)
- Brûlures d'estomac récurrentes
- Sécheresse de la peau (desquamation)

Perte de cheveux localisée (alopécie focale)

- Réactions cutanées graves (nécrose de la peau)
- Problèmes d'équilibre internes (dizziness constant) Syndrome de l'oreille interne (acouphènes, vertiges)

Augmentation de la fréquence des infections (virales ou bactériennes)

- Changements hormonaux importants (par exemple, surcroissance des poils)
- Sensation de corps étranger dans la gorge Baisse du nombre de plaquettes sanguines (thrombocytopénie)
- Changements dans la texture de la peau (peau rugueuse ou grasse)
- Augmentation de la pression intracrânienne
- Troubles des ongles (fractures, déformation) • Sensation de lourdeur dans les membres
- Troubles du métabolisme des protéines (perte musculaire) • Sensation de nausée persistante malgré la prise de nourriture
- Altération des capacités d'analyse et de prise de décision
- Problèmes de régénération cellulaire (cicatrices longues à guérir) Infections urinaires récurrentes
- Maux de dos chroniques
- Problèmes de perception de la température (sensation de froid excessive) Problèmes de mémoire à court terme (amnésie transitoire)
- Déshydratation excessive
- Accumulation de sel dans le corps • Anxiété de performance accrue (par exemple, dans des situations de travail
- ou sociales)
- Disparition du sens de l'humour Sensation d'être constamment sous pression ou stressé
- ProblèmSe souvenir clairement d'événements qui n'ont jamais eu lieu
- Perception altérée du temps : les heures passent trop vite ou trop lentement
- Tendance à confondre les couleurs avec des sons Sensation de flotter légèrement au-dessus du sol en marchant
- Conviction soudaine que tout le monde parle une langue inconnue
- Impression de voir des mots flotter dans l'air Mémoire qui fonctionne à l'envers (se souvenir du futur mais pas du passé)
- Difficulté temporaire à reconnaître ses propres proches Capacité temporaire à voir les auras des gens
- Sensation d'être suivi par une présence invisible bienveillante
- Envie irrésistible de compter tout ce qu'on voit
- Sentiment inexplicable d'être un personnage de film • Entendre son propre nom chuchoté sans raison
- Impression que les objets sont légèrement plus petits qu'ils ne devraient
- Perception exagérée des battements de son propre cœur
- es dentaires persistants (sensibilité accrue) Problèmes de régulation du cycle veille-sommeil (insomnie sévère)
- Dysfonctionnements neurologiques (paralysie partielle) Complications respiratoires (difficulté à respirer profondément)
- Eruption cutanée sévère après exposition au soleil
- Problèmes d'inflammation chronique (gonflement des tissus) • Sensation de fatique musculaire généralisée
- Baisse de la capacité à se concentrer sur des tâches simples • Sensation de picotement dans le cuir chevelu
- Croissance anormale des poils sur les paumes des mains • Changement de la voix (plus aiguë ou plus grave)
- Goût permanent de métal en bouche
- Sensation de jambes trop lourdes ou trop légères • Perte de la capacité à différencier le chaud du froid
- Poussée soudaine de boutons en forme de constellations Sensation de marcher sur du coton
- Incapacité temporaire à reconnaître des visages familiers
- Accélération de la pousse des ongles (besoin de les couper tous les jours) Sensation d'électricité statique sur la peau
- Démangeaisons insupportables uniquement la nuit
- Changement aléatoire de la couleur des yeux
- Syndrome de la "langue en feu" (picotements, sensation de brûlure)
- Rires incontrôlables dans des situations inappropriées Impression de voir des objets se déplacer alors qu'ils ne bougent pas
- Diminution de la capacité à ressentir la douleur (ou augmentation, au choix !) • Éternuements déclenchés par l'écoute de musique classique
- Impossibilité de se souvenir des paroles des chansons connues • Sentir une présence invisible derrière soi
- Incroyable talent soudain pour résoudre les puzzles, mais uniquement en
- Besoin irrépressible de cligner des yeux trois fois avant de parler
- Accélération du métabolisme uniquement les jours impairs
- Goût persistant de banane même sans en manger • Changements soudains et inexpliqués dans la préférence pour le sucré ou le
- Avoir constamment la sensation d'une goutte d'eau coulant dans le dos Vision temporairement pixelisée, comme une mauvaise connexion internet
- Reflet légèrement décalé dans les miroirs Odeur corporelle changeante selon l'humeur
- Capacité temporaire à comprendre une langue étrangère inconnue, puis oubli immédiat
- Incapacité à distinguer la droite de la gauche pendant quelques heures • Sensation que le temps passe plus vite ou plus lentement selon
- l'environnement Souvenirs d'événements qui ne se sont jamais produits
- Rêves ultra-réalistes où l'on vit une autre vie parallèle Sensation de flottement en marchant
- Goût d'épices aléatoires dans les aliments même sans assaisonnement • Besoin soudain de parler avec un accent sans raison apparente
- Capacité temporaire à ressentir les émotions des objets inanimés • Sensation que quelqu'un murmure son prénom au loin, mais il n'y a personne
- Perception altérée des couleurs (le rouge semble vert, le bleu paraît jaune, • Changement spontané de température corporelle (passer de froid à chaud
- Impression d'avoir un caillou dans la chaussure même pieds nus
- Ombre qui semble se déplacer toute seule Sensation que ses propres mains sont trop grandes ou trop petites
- Difficulté à différencier les sons graves et aigus Incapacité temporaire à comprendre les jeux de mots
- Impression de déjà-vu constant
- Sensation d'être suivi par un chat invisible Rêver exclusivement de carottes pendant une semaine

en une seconde)

- Se souvenir d'une blague, rire, puis oublier la blague immédiatement • Sensation d'avoir du sable sous la peau
- Ongles qui deviennent translucides Changement spontané de la texture des cheveux (raides → bouclés, ou
- Peau qui devient légèrement phosphorescente dans l'obscurité Capacité temporaire à voir en noir et blanc
- Sensation que les objets en métal vibrent quand on les touche Perception exagérée des odeurs (peut sentir une pizza à 500 mètres) • Sensation que son propre squelette est trop grand pour son corps
- Capacité à entendre des sons trop aigus pour l'oreille humaine
- Doigts qui deviennent plus longs puis reprennent leur taille normale • Rides qui apparaissent et disparaissent en fonction de l'heure de la journée

Cheveux qui réagissent à l'électricité statique en permanence

Sueur qui sent soudainement la menthe poivrée

• Taches de rousseur qui forment des motifs géométriques • Sensation que ses dents vibrent légèrement

- - Maux de tête persistants

Fatigue extrême

Nausées et vomissements

- Perte de cheveux
- Douleurs abdominales Démangeaisons cutanées
- Éruptions cutanées
- Insomnie Vertiges
- Confusion mentale • Baisse de la libido
- Anxiété Hallucinations
- Saignements inhabituels Augmentation du rythme cardiaque Problèmes digestifs (diarrhée ou constipation)
- Sensation de bouche sèche
- Troubles de la vue (vision floue)
- Problèmes rénaux Rétention d'eau (œdème)
- Tachycardie Arthralgies (douleurs articulaires) Myalgies (douleurs musculaires)
- Syndrome de la gueule de bois Hypotension ou hypertension
- Perte d'appétit
- Prise de poids Douleurs thoraciques
- Troubles de la mémoire Tremblements
- Syndrome de sevrage lors de l'arrêt du traitement
- Réactions allergiques graves (œdème de Quincke, difficulté à respirer) Irritation des voies respiratoires
- Augmentation des niveaux d'enzymes hépatiques
- Troubles menstruels Inflammation des articulations
- Problèmes de coagulation sanguine Euphorie suivie de dépression
- Épuisement général Hypoglycémie ou hyperglycémie

Brûlures d'estomac

- Difficulté à avaler • Changements de couleur de peau (jaunissement ou rougeur excessive)
- Sensation de vertige ou de perte d'équilibre Prurit sévère (démangeaisons)
- Inflammation de la gorge Toux sèche persistante
- Risque accru de fracture osseuse Pertes de sensation dans les extrémités
- Perception altérée du goût Accumulation de gaz dans l'estomac
- Syndrome de Stevens-Johnson (réaction cutanée sévère) Problèmes cardiovasculaires graves (arrêt cardiaque, AVC) Syndrome de fatigue chronique

Problèmes de coordination motrice

- Dysphorie (mauvais état d'esprit) Hallucinations auditives
- Rétroaction inversée (augmentation des symptômes traités) Difficulté à respirer profondément
- Peau écailleuse ou fissurée Sensation de chaleur excessive
- Sensibilité accrue au soleil (photosensibilité) Problèmes de circulation sanguine (paresthésie, engourdissement)

Bouche pâteuse

- Evanouissements fréquents Douleurs aux dents
- Maux de gorge persistants Troubles hormonaux (déséquilibre thyroïdien, ménopause précoce)
- Syndrome de la bouche sèche (xérostomie) • Changement de l'odeur corporelle
- Réactions cutanées sévères (urticaires, cloques)

Sensation de gonflement abdominal

- Douleurs musculaires atroces (rhabdomyolyse) • Syndrome de l'intestin irritable
- Problèmes de dentition (gencives enflées, saignements) Perturbation du cycle circadien (désynchronisation du sommeil)
- Troubles du langage (bégaiement, difficulté à s'exprimer) Modification de la température corporelle (frissons ou sudation excessive)

• Sécheresse des yeux ou des muqueuses

 Douleurs dans la région pelvienne Sensation d'engourdissement dans les mains ou les pieds

Irritabilité excessive

- Sautes d'humeur rapides Pertes de concentration
- Changements dans les habitudes de sommeil (somnolence excessive ou insomnie)
- Cauchemars ou rêves intenses
- Affaiblissement du système immunitaire Problèmes auditifs (sifflements, perte auditive)
- Inflammation des sinus
- Perception altérée du temps ou de l'espace • Sensibilité accrue à la douleur
- Troubles de l'élocution (parole brouillée) Décoloration des ongles
- Sang dans les urines ou les selles
- Problèmes de posture (difficulté à se tenir droit) Accélération du vieillissement de la peau
- Perte de sensation dans la peau ou autour des articulations Frissons et tremblements incontrôlables

• Risque accru de thrombose (caillots sanguins)

- Ralentissement des réflexes Sensation de "faim excessive" ou hyperphagie
- Problèmes de digestion (acidité, indigestion) Sang dans les urines (hématurie) Détérioration de la fonction cognitive (difficulté à penser clairement)
- Augmentation de la production de salive • Sensation de "coup de chaleur" ou bouffées de chaleur
- Infections fongiques (mycoses) récurrentes Sautes de tension artérielle
- Réactions psychotiques (délires, paranoïa) Réaction allergique à des composants mineurs du médicament
- Changements dans la couleur des urines (urines rouges, foncées) Vision double ou perturbée
- Anémie (manque de globules rouges) Accumulation de toxines dans le foie Diminution de la production de lait chez les mères allaitantes
- Troubles de l'équilibration du corps (mal de mer, vertiges) Fatique mentale sévère
- Syndrome de Tourette (tics involontaires) Inflammation des ganglions lymphatiques
- Problèmes de peau (acné, éruptions cutanées) Réduction de la capacité à respirer profondément

Sensibilité accrue aux sons forts (hyperacousie)

- Diminution de la vision nocturne • Appétit alimentaire excessif pour des aliments sucrés ou salés
- Sensation de chaleur dans les articulations • Impuissance ou dysfonctionnement sexuel
- Hypersensibilité au froid Saignement des gencives
- Risque accru de crises épileptiques Cicatrices visibles dues à des réactions cutanées
- Retard dans la guérison des blessures Maux de tête migraines associés à des troubles sensoriels

Stérilité temporaire ou irréversible

Mains ou pieds froids persistants

• Anxiété accrue et attaques de panique • Risque de fracture accrue en raison de la déminéralisation osseuse Problèmes au niveau des dents (érosion de l'émail)

Epanchement pleural (accumulation de liquide autour des poumons)

- Accumulation de liquide dans l'estomac ou les intestins (ballonnements)
- Problèmes musculaires (raideur, faiblesse) • Changements de l'odorat (perception altérée des odeurs)

Syndrome de Raynaud (rétrécissement des vaisseaux sanguins dans les

- Perturbation du métabolisme des graisses (augmentation du cholestérol) Altération des capacités motrices fines (difficulté à manipuler des objets)
- Changement de la pigmentation des cheveux (cheveux gris précoces) Mauvaise haleine (halitose)

• Diminution de la capacité pulmonaire (respiration sifflante)

Hypersensibilité cutanée (douleur intense au toucher)

- Ombre qui semble se détacher légèrement du corps Miroirs qui ne reflètent pas exactement les mêmes expressions faciales
 - (mais ça ne marche pas) Impression que les chiffres sur une horloge changent dès qu'on détourne le

Besoin irrésistible d'applaudir après chaque phrase qu'on entend

• Refus instinctif de marcher sur les carreaux noirs d'un sol en damier

Changement aléatoire de la température corporelle sans raison médicale

Sensation que ses propres doigts sont en bois pendant quelques minutes

• Perception des couleurs inversée (le ciel devient orange, l'herbe violette...)

• Ecouter quelqu'un parler donne l'impression d'entendre une voix robotique

Envie soudaine d'organiser des objets par couleur partout où l'on va

Incapacité à se rappeler du début d'une phrase en la terminant

Impression que sa propre voix résonne différemment chaque jour

Les pages des livres semblent tourner légèrement toutes seules

• Sensation d'être attiré par le nord sans raison apparente

Incapacité temporaire à se rappeler de son prénom

Goût permanent de fraise artificielle dans la bouche

Odeur persistante de feu de bois, même en pleine mer

Les objets en verre semblent toujours légèrement flous

• Tendance à voir des visages dans les motifs de carrelage

Sentiment d'être observé par les statues

Impression que le ciel est plus bas qu'avant

Sensation d'avoir du papier bulle sous la peau

Incapacité soudaine à comprendre les blagues

Sensation que l'air a une texture pâteuse

- Refus inexplicable du corps à avaler un aliment spécifique (ex : le pain)
- Conviction soudaine d'être capable de déplacer les objets par la pensée

- Capacité temporaire à comprendre le langage des oiseaux Sensation que les étoiles dans le ciel clignotent en rythme avec son propre

- Sensation de marcher sur des surfaces molles, même sur du béton Goût de chocolat sur la langue après avoir bu de l'eau Sensation que son propre corps est plus lourd que d'habitude • Capacité temporaire à percevoir des sons normalement inaudibles (ex : bruits
- d'insectes lointains) • Sentir une pression constante sur le front, comme si un doigt invisible y

Lumières artificielles qui paraissent plus agressives que d'habitude

- appuyait Sensation que l'air est plus dense et visqueux Impression que les murs respirent lentement
- oublier où l'on vit) • Envie irrésistible d'écrire son prénom sur tous les murs

• Sensation que son ombre est plus lente que soi-même

Souvenir précis d'une personne qui n'a jamais existé

Impression que les escaliers sont plus longs qu'avant

• Besoin de vérifier 10 fois de suite si la porte est bien fermée

• Capacité temporaire à deviner des chiffres, mais uniquement s'ils ne servent Impression que chaque personne croisée a un secret très important

• Mémoire qui fonctionne aléatoirement (se souvenir d'un détail inutile, mais

- Se sentir observé par un animal inexistant • Incapacité temporaire à reconnaître les objets du quotidien (ex : un stylo devient un "bâton de sorcellerie")
- Impression d'être dans un rêve éveillé pendant plusieurs heures CoOubli immédiat de ce qu'on allait dire en ouvrant la bouche Conviction soudaine d'être dans une boucle temporelle (mais ce n'est pas le
- Les lettres sur les panneaux routiers semblent légèrement trembler Impression que les objets familiers sont légèrement modifiés

Souvenir intense d'une vie passée… qui semble être celle d'un pigeon

- Capacité temporaire à lire dans les pensées, mais uniquement celles des pigeons
- Oublier ce qu'on était en train de faire après un simple clignement des yeux • Sensation que le temps passe plus lentement quand on fixe un écran Conviction temporaire que les voitures roulent plus silencieusement
- Incapacité à distinguer les rêves des souvenirs réels pendant quelques heures Sensation que la voix des gens change légèrement selon la direction où ils regardent

• Les mots écrits sur du papier semblent légèrement danser

 nviction soudaine que les miroirs mentent • Les lettres semblent se déplacer légèrement sur une page écrite

Incapacité à distinguer gauche et droite, même avec un GPS

Tendance à voir des formes familières dans les ombres des objets

Sensation que les objets sont plus légers lorsqu'on ne les regarde pas

- Sensation que les portes sont plus étroites qu'avant Doigts qui semblent légèrement plus longs que d'habitude
- Température corporelle qui change selon la couleur des vêtements portés • Battements de cœur qui semblent suivre un rythme de musique imaginaire

Sensation d'avoir un deuxième nombril

recettes de cuisine

- Sensation que les vêtements rétrécissent et s'agrandissent par moments Les articulations produisent une mélodie lorsqu'on bouge • Pieds qui semblent plus mous que la normale
- Sensation d'avoir des bulles sous la peau L'impression de voir ses propres bras légèrement transparents
- Apparition de taches de rousseur qui forment un message codé Ombre qui semble cligner des yeux indépendamment de soi Sensation que sa propre langue est en velours

Cheveux qui paraissent pousser plus vite d'un seul côté de la tête

- Clignement des yeux qui produit un léger écho sonore Régénération spontanée des sourcils après les avoir rasés • Capacité temporaire à entendre des voix, mais elles ne disent que des
- Sensation d'être suivi par un nuage invisible Télépathie limitée aux pensées inutiles (ex : deviner qui va éternuer bientôt) Les lampes s'éteignent lorsqu'on passe à côté Les animaux semblent mieux comprendre ce qu'on dit que les humains
- Les objets bougent légèrement lorsqu'on ne les regarde pas • Les statues paraissent changer d'expression selon l'angle sous lequel on les Sensation d'être brièvement dans un autre monde en fermant les yeux

Impression que le temps ralentit quand on cligne des yeux

 Les téléphones bourdonnent quand on les approche, même en mode avion Les fenêtres semblent montrer un paysage légèrement différent de la réalité

Les sons paraissent légèrement désynchronisés avec les mouvements

• Capacité temporaire à parler une langue inconnue, mais seulement dans ses

 Conviction temporaire que quelqu'un essaye de communiquer via des clignotements de lumière Sentir une présence bienveillante qui murmure des compliments

Sensation que les vêtements veulent s'enfuir tout seuls

Changement spontané du prénom pendant 10 minutes

Capacité à voir le passé en regardant fixement un objet ancien

- Odeur de barbe à papa émanant du cuir chevelu • Avoir une soudaine illumination existentielle en regardant un grille-pain • Sensation d'avoir de la mousse dans les poumons (mais ça va, on respire quand même)
- Conviction que son reflet est une version alternative de soi qui attend un Avoir un accent différent chaque matin

• Les livres émettent une faible lumière dans le noir

• Incapacité à dire "bonjour" sans éclater de rire

Sensation que l'eau coule plus lentement qu'avant

uniquement des licornes

L'eau semble plus sèche qu'avant

secondes

• Entendre une mélodie inconnue qui semble sortir de nulle part Ombre qui semble avoir sa propre expression faciale • Sensation que les horloges accélèrent dès qu'on les regarde

Odeur de pain grillé qui suit partout, même sous la douche

 Sensibilité accrue aux variations de gravité (sentir des micro-flottements en Les escaliers semblent plus longs qu'avant Tous les stylos tenus dans la main disparaissent mystérieusement après 30

Capacité temporaire à reconnaître des motifs cachés dans les nuages, mais

- Incapacité temporaire à faire des phrases sans ajouter "et donc voilà" à la fin • Capacité temporaire à entendre les couleurs, mais uniquement les tons pastel
- L'ombre des objets paraît plus épaisse que d'habitude Les murs semblent produire une vibration très subtile quand on les touche Goût permanent de fromage fondu dans la bouche, même après brossage des dents

Sensation que la gravité fonctionne légèrement différemment chaque matin

• Les bruits de claviers semblent plus forts et agressifs Impression que les nuages bougent plus lentement qu'avant Sensation que le sol est légèrement en pente partout • Capacité temporaire à voir dans le noir, mais seulement en fermant un œil

• Difficulté à se souvenir de la première lettre d'un mot sans y réfléchir

Sensation que l'air est légèrement plus lourd autour de soi

Les miroirs paraissent plus lents à refléter les mouvements

- Souvenir précis d'une personne qui n'a jamais existé Impression que les escaliers sont plus longs qu'avant Capacité temporaire à lire dans les pensées, mais uniquement celles des

Impression que les objets familiers sont légèrement modifiés

Les lettres sur les panneaux routiers semblent légèrement trembler

- pigeons • Les mots écrits sur du papier semblent légèrement danser

Les mots prononcés par d'autres personnes semblent avoir une légère

- Oublier ce qu'on était en train de faire après un simple clignement des yeux
- Sensation que le temps passe plus lentement quand on fixe un écran Conviction temporaire que les voitures roulent plus silencieusement Tendance à voir des formes familières dans les ombres des objets • Sensation que les objets sont plus légers lorsqu'on ne les regarde pas
- Incapacité à distinguer les rêves des souvenirs réels pendant quelques heures Sensation que la voix des gens change légèrement selon la direction où ils
- Légère impression que les bras sont plus longs le matin
- Sensation de flottement en restant immobile Les poils des bras semblent vibrer légèrement • Léger effet de "zoom" lorsqu'on regarde des objets lointains Sensation d'avoir des courants d'air sur la peau, même en intérieur
- Les objets tenus en main paraissent légèrement plus froids que d'habitude Les ongles poussent plus vite uniquement sur une main Les reflets dans les vitres semblent légèrement flous
- Impression que la peau est plus extensible L'ombre des cheveux semble plus dense Léger retard entre un mouvement et la sensation de l'avoir fait Les chaussures semblent parfois légèrement trop grandes ou trop petites

Les sourcils paraissent plus épais selon la lumière ambiante

Sensation de pulsations dans les doigts sans raison apparente

• Sensation de picotements aléatoires sur le bout du nez

- Les ampoules semblent s'éteindre et s'allumer plus lentement qu'avant • Les panneaux de signalisation paraissent légèrement décalés de leur emplacement habituel
- Les objets semblent parfois se repositionner légèrement quand on ne les Ombre qui semble légèrement plus grande que d'habitude
- l'avance Les horloges semblent afficher des secondes légèrement plus longues
- L'impression que quelqu'un a déjà dit exactement la même phrase juste Sensation de déjà-vu en regardant une scène totalement banale • Les miroirs semblent légèrement plus sombres qu'avant

Les objets ronds paraissent légèrement plus ovales

Impression que le pain grille plus lentement qu'avant

 Les plantes paraissent bouger légèrement lorsque personne ne regarde Les claviers d'ordinateur semblent plus bruyants uniquement la nuit L'impression que les tasses de café sont plus lourdes les jours pairs

Sensation que les fenêtres sont légèrement plus petites qu'avant

- Les posters et tableaux paraissent légèrement inclinés, même après les avoir • Légère impression que les chats comprennent ce qu'on dit, mais choisissent
- Les bulles de savon semblent exploser légèrement plus lentement Le son des touches de téléphone semble plus grave qu'avant
- L'odeur du pain grillé semble plus forte lorsqu'on ne mange pas • Sensation que les échos durent plus longtemps que d'habitude
- Les frigos paraissent faire un bruit plus grave • Légère impression que les chiffres affichés sur un écran numérique changent légèrement avant de se stabiliser
- L'impression que l'eau de la douche met plus de temps à devenir chaude Sensation que la langue est plus épaisse que d'habitude • Les couleurs semblent légèrement plus lumineuses après avoir cligné des
- Les sons aigus paraissent plus lointains, même en étant proches Sensation que l'eau a une texture plus visqueuse Odeur de chocolat chaud qui apparaît aléatoirement dans la journée
- Impression que le vent souffle à contre-sens de partout Les objets métalliques semblent plus froids au toucher, même en été • Les reflets des fenêtres paraissent plus brillants que leur source lumineuse
- Les lumières LED paraissent pulser doucement, mais seulement quand on les Sensation que les murs vibrent légèrement au contact
- Envie irrésistible d'inverser l'ordre des mots en parlant Difficulté à distinguer un rêve récent d'un vrai souvenir
- le soient • Impression que les objets sont plus proches de soi qu'ils ne le sont
- Oubli fréquent des noms des objets du quotidien Sensation que les chiffres changent légèrement lorsqu'on les lit trop vite • Difficulté à reconnaître les visages familiers pendant quelques secondes

Sensation de lire un mot avant même de poser les yeux dessus

Sensation que les vêtements pèsent plus lourd que d'habitude

Les doigts semblent légèrement plus rigides le matin

inconnue, puis reviennent à la normale

 Capacité temporaire à lire à l'envers plus facilement qu'à l'endroit Les paupières semblent plus lourdes mais sans fatigue Les cils paraissent pousser légèrement en zigzag

• Impression que les panneaux d'indication sont écrits dans une langue

 L'ombre du corps semble légèrement plus décalée que d'habitude • Sensation d'être légèrement plus grand ou plus petit selon la pièce où l'on se

Les veines deviennent temporairement phosphorescentes sous une lumière

- Les cheveux paraissent plus volumineux, même sans produit • Impression que la température du corps change en fonction des pensées • Les battements du cœur paraissent faire un son différent selon la position du
- Les lampes clignotent parfois légèrement en entrant dans une pièce Impression que le reflet dans une vitre réagit légèrement en retard
- Impression que les objets se déplacent très légèrement lorsqu'on les fixe trop Les téléphones vibrent une fraction de seconde sans notification

- Impression de voir des formes fugaces dans le coin des yeux • Conviction temporaire que l'on peut prédire les prochains mots d'une
- Les appareils électroniques paraissent émettre un léger bourdonnement Sensation qu'un mot entendu à la radio ou en podcast va être prononcé à
- Les vêtements semblent se froisser différemment selon l'angle sous lequel on les regarde • Les couleurs semblent plus saturées lorsqu'on pense intensément à quelque
- Les lampes paraissent s'éteindre un instant lorsqu'on passe dessous
- Sensation que le soleil clignote légèrement quand on le regarde
- d'ignorer
- Les téléviseurs paraissent produire une lumière légèrement plus chaude
- Les étoiles semblent clignoter à des rythmes différents selon l'heure Les pigeons semblent nous fixer plus intensément qu'avant Impression que le silence est plus "profond" la nuit
- Sensation de vibrations sous les pieds en marchant sur du carrelage
- Sensation de mini éclairs statiques au bout des doigts Le bruit de l'eau qui coule semble légèrement ralenti
- L'impression que les miroirs absorbent la lumière au lieu de la refléter Les sons graves paraissent avoir une résonance plus longue
- Sensation de déjà-vu en écoutant une musique inconnue Les conversations semblent avoir un léger décalage temporel • L'impression que certaines phrases ont déjà été dites juste avant qu'elles ne
- Difficulté temporaire à comprendre des phrases simples Conviction temporaire d'avoir vu une personne alors qu'elle n'était pas là
- Légère confusion entre la droite et la gauche, même en y réfléchissant
- Les ongles poussent plus vite quand on ne les regarde pas Sensation que l'air pousse légèrement contre le corps
- Les lèvres paraissent légèrement engourdies par moments Les épaules semblent légèrement décalées sans raison apparente L'impression d'avoir une pression légère sur le dos comme si quelqu'un poussait doucement
- Les animaux semblent comprendre les conversations humaines, mais refusent de réagir • Sensation que le ciel change de teinte imperceptiblement au fil de la journée

• Les miroirs semblent légèrement plus sombres que la pièce réelle

• Les objets en plastique paraissent plus denses qu'avant

 Les portes paraissent plus hautes qu'avant Les rideaux semblent bouger un peu même sans courant d'air L'impression que l'air a une consistance légèrement différente au réveil

- Les feuilles des arbres émettent un léger bruissement même sans vent Les tissus des vêtements paraissent plus rugueux qu'avant • Oubli immédiat de ce qu'on allait dire en ouvrant la bouche • Conviction soudaine d'être dans une boucle temporelle (mais ce n'est pas le
- Les bruits blancs (ventilateurs, frigos) semblent contenir des mots indistincts • Sensation qu'un objet perdu réapparaît brièvement avant de disparaître à

Impression que les murs respirent doucement en périphérie de la vision

- L'impression que l'ombre des objets est légèrement plus nette que
- Conviction temporaire que les objets en verre émettent une lumière subtile
- L'impression que le reflet des étoiles est légèrement différent de leur position
- Les ascenseurs semblent descendre ou monter plus lentement que

- d'habitude
- Conviction temporaire que les lettres sur un clavier changent légèrement de

- Les stylos paraissent glisser plus facilement sur le papier qu'avant Impression que l'herbe sent plus fort le matin
- Les aliments chauds refroidissent légèrement plus vite qu'avant Sensation que l'eau met plus de temps à bouillir Les rideaux semblent légèrement plus lourds que d'habitude

Conviction soudaine que les rayures des zèbres bougent très lentement

- Les biscuits semblent légèrement plus croquants après avoir été touchés Les bulles dans les boissons gazeuses paraissent former des motifs répétitifs • L'impression que les chats savent exactement quand on les regarde
- Conviction temporaire que les télécommandes fonctionnent mieux si on pense très fort à leur usage • Les nuages forment plus souvent des formes reconnaissables
- Impression que les rideaux en tissu absorbent plus de lumière qu'avant • Sensation que les ventilateurs ralentissent légèrement lorsqu'on les observe
- trop longtemps • Les horloges paraissent indiquer une heure légèrement différente chaque fois
- qu'on les regarde L'impression que les objets en plastique ont un toucher légèrement plus
- Les murs d'une pièce semblent légèrement plus proches qu'auparavant
- Sensation que les yaourts prennent plus de temps à être mangés que d'habitude
- une table
- Conviction temporaire que les objets en bois émettent une chaleur
- imperceptible
- Les murs paraissent légèrement plus éloignés qu'avant Les surfaces en verre semblent un peu plus collantes au toucher
- Les objets en tissu paraissent plus rigides sans raison apparente Sensation que l'eau du robinet est plus "ronde" en bouche Les miroirs semblent avoir une texture invisible lorsqu'on les fixe longtemps

• Impression que les rideaux en mouvement ralentissent à certains moments

- Les téléviseurs semblent émettre une chaleur plus intense d'un seul côté Les reflets des vitres sont légèrement plus lumineux que la lumière réelle Sensation que le bois a une température légèrement différente au toucher
- Difficulté à se souvenir de la position exacte des objets familiers Impression que les secondes durent légèrement plus longtemps Les visages semblent plus expressifs que d'habitude
- Les livres paraissent avoir plus de pages que d'habitude Conviction temporaire que le temps ralentit après avoir fermé les yeux Sensation étrange que les souvenirs récents sont plus détaillés que les

prononcée

une porte)

- Conviction temporaire que les chiffres changent de forme après les avoir regardés trop longtemps • L'impression que les chansons connues ont une note différente que
- Les lettres sur un écran semblent légèrement bouger quand on ne les fixe
- Les calendriers paraissent légèrement incorrects au premier coup d'œil Sensation que les doigts sont plus froids que le reste du corps

• Les cheveux semblent légèrement plus lourds lorsqu'ils sont mouillés

• Sensation de frisson inexpliqué sur un seul bras Les cils semblent pousser plus vite du côté gauche

• L'impression que les chaussures pèsent plus lourd sur un pied que sur l'autre

- Les ongles semblent pousser plus épais que d'habitude L'impression que les articulations font plus de bruit que la veille
- Les clignements des yeux paraissent plus "lents" qu'avant
- Les horloges numériques paraissent ralentir quand on les fixe trop longtemps Les étoiles semblent apparaître légèrement plus vite que la normale après le coucher du soleil
- longtemps Impression qu'un objet familier change subtilement de couleur selon l'heure de la journée
- Les biscuits paraissent plus croustillants quand ils sont regardés directement • Les lumières LED semblent produire une teinte légèrement différente chaque
- Conviction temporaire que les tiroirs sont plus difficiles à ouvrir qu'avant • Les portes de placard font un bruit légèrement différent en fonction de la

- Oubli temporaire de comment utiliser un objet quotidien (exemple : ouvrir
- Les mots paraissent plus longs lorsqu'on les lit mentalement
- pas directement • Les pensées semblent plus "fortes" quand on se concentre sur un bruit de
- L'ombre du corps paraît légèrement décalée sans raison
- Sensation que le bout des doigts est plus sensible après avoir tenu un objet • Conviction temporaire que la peau a changé de texture après avoir touché de
- Sensation d'être plus grand quand on marche rapidement Les épaules semblent bouger légèrement différemment sans raison
- différente • Conviction soudaine d'avoir déjà vu une scène entière avant qu'elle ne se
- Les murs semblent absorber légèrement plus de son qu'avant
- Les plantes semblent pousser légèrement plus vite lorsqu'on les regarde
- d'habitude • Les miroirs paraissent plus propres qu'ils ne le sont en réalité

- L'impression que les fourchettes vibrent légèrement lorsqu'on les lâche sur
- Les ombres semblent légèrement plus nettes que d'habitude Sensation que l'air a un goût de métal après avoir bu de l'eau
- Le son des touches de téléphone devient légèrement plus aigu Impression que la lumière est plus "épaisse" dans certaines pièces
- Les arbres paraissent légèrement plus fins quand on les regarde de loin selon l'heure de la journée • Les ventilateurs semblent souffler l'air plus lentement lorsqu'on les observe
- Sensation d'avoir déjà pensé à une phrase juste avant qu'elle ne soit

• Sensation que certaines conversations se répètent mot pour mot sans raison

- Sensation de pression sur le crâne lorsqu'on se concentre trop sur un son
- Les bras paraissent légèrement plus longs lorsqu'on les étire
- Les lampadaires semblent légèrement scintiller à un rythme imperceptible L'impression que certaines portes sont légèrement plus grandes ou plus petites que d'habitude

• Sensation étrange que certaines rues sont plus étroites qu'avant

Les ombres bougent très légèrement quand on ne les regarde pas

- directement Les bruits d'échos paraissent durer légèrement plus longtemps • L'impression que les panneaux de signalisation sont écrits avec une police
- Les touches d'un clavier d'ordinateur semblent plus "souples" en début de Sensation que les feux de circulation changent de couleur légèrement plus
- immédiatement

Conviction temporaire que les objets en plastique sont plus solides que

• Les oreillers paraissent légèrement plus froids du côté où on ne dort pas Sensation que le bruit des touches du clavier devient plus doux en pleine • Les reflets dans l'eau paraissent légèrement plus clairs que leur source lumineuse

- Les vitres semblent refléter légèrement plus de lumière qu'elles ne devraient Les objets en verre paraissent vibrer légèrement lorsqu'on les fixe trop
- L'impression que les tasses en céramique sont plus légères que celles en • Les glaçons fondent légèrement plus lentement quand on les observe

- Les fenêtres paraissent plus propres sous un certain angle uniquement • L'impression que le café refroidit plus vite quand on ne le boit pas
- Les télécommandes semblent fonctionner un peu mieux quand on souffle Sensation que les coussins paraissent plus moelleux quand on est fatigué

- Les assiettes semblent plus glissantes que la normale
- L'impression que la lumière passe légèrement à travers les objets solides

Les bruits de clochettes paraissent plus longs et plus mélodiques qu'avant

Les ombres ont l'air plus nettes quand on ne les regarde pas directement

- Les surfaces en bois semblent plus chaudes d'un côté que de l'autre Sensation étrange que l'air devient plus "lourd" dans certaines pièces