

# PODCAST FRENCH TO GO

Saison 5 - Episode 187

## Chronique d'une panne d'inspiration

Je voudrais commencer cette semaine en vous posant une question. Vous êtes d'accord ? (ce n'est pas que vous avez vraiment le choix, mais bon, par politesse je vous le demande quand même). Donc, vous êtes prêts ? Alors voilà, ma question est : est-ce que ça vaut la peine que je fasse un épisode... sur le fait que je n'ai pas d'idée pour un épisode ?

Ben oui, parce que voilà où j'en suis. Vous connaissez le terme "l'angoisse de la page blanche" ? C'est ce qu'on utilise pour parler d'un écrivain qui doit écrire son livre, ou d'un étudiant qui doit rédiger un texte, une thèse, un rapport, et qui est bloqué. Ils ne savent pas par où commencer, comment commencer. La page reste blanche.

Autrefois, comme on écrivait sur du papier, on commençait à écrire, et puis, quand ça n'allait pas, on faisait une boule avec la feuille de papier et on la jetait, énervé. Aujourd'hui, on écrit directement sur l'ordinateur, donc on commence à taper, et puis on efface, et puis on recommence, et on efface encore une fois.

Et bien, voilà où j'en suis. Ce n'est pas exactement la même chose puisqu'il s'agit d'un épisode de podcast, pas d'un livre mais l'idée est la même. Je ne sais pas quoi dire. Je ne trouve pas de nouvelles idées. Oui, je ne trouve pas d'idées intéressantes pour mes nouveaux épisodes. J'ai l'impression d'avoir parlé de tout (et de rien) et parfois même je recycle. Ça veut dire que je reprends un sujet dont j'ai déjà parlé : de temps en temps, je le fais consciemment, volontairement, et je change l'approche, la façon d'en parler. Parfois, je ne me souviens tout simplement pas d'en avoir déjà parlé. Il faut dire qu'on est quand même au 187ème épisode. Et je ne rajeunis pas, je ne deviens pas plus jeune, donc avec l'âge, la mémoire... ben, ce n'est plus ce que c'était.

Bref, je n'ai pas d'idées. Je sais que certains d'entre vous pensent que j'ai beaucoup d'idées en réserve, mais pas du tout ! Je vous assure, je suis à deux doigts de faire un épisode sur l'histoire du trombone. Pas l'instrument de musique. Mais le trombone, ce petit objet en métal qui permet de mettre des feuilles ensemble. Vous comprenez maintenant le sérieux de ma situation ?

Bon, concrètement, qu'est-ce que ça veut dire ? Et bien, j'ai prévu d'enregistrer deux ou trois épisodes cette semaine, et je ne sais pas de quoi je peux bien parler. Alors, tout d'abord, j'ai regardé la liste des sujets de la saison 5. Mais je n'ai pas trouvé d'inspiration là-bas. Ensuite, j'ai demandé à Chat-GPT de me suggérer quelque chose, mais franchement, ses idées ne sont pas top. Ça veut dire qu'elles ne sont pas vraiment passionnantes. Donc finalement, j'ai essayé de réfléchir à ce qui m'est arrivé récemment et qui pourrait vous intéresser... Mais il faut l'avouer, ma vie n'est pas trépidante non plus, elle n'est pas très animée. À moins que vous ne soyez fascinés par quelqu'un qui boit du café, donne et prépare des cours de français de 8h du matin à 9 heures du soir. Vous allez me dire : "Delphine, raconte ta vie, c'est ça qui nous intéresse." Très bien, mais ne venez pas vous plaindre la prochaine fois que je fais un épisode sur les coulisses de la correction des devoirs de niveau B1. Je suis sûre qu'il y aura au moins trois personnes intéressées dans le monde. Peut-être quatre si on compte ma mère.

Vous me direz que je peux toujours inventer... Après tout, personne ne va vérifier si ça s'est réellement passé. Mais j'ai tendance à penser que quand on invente, ça n'a pas l'air vrai. Ça ne fait pas vrai.

Bref, cette semaine, j'ai décidé de consulter, comme on dit. J'ai décidé de trouver une

solution à ce manque d'inspiration. J'ai cherché sur Internet les raisons pour lesquelles les gens sont en panne d'inspiration, et les remèdes possibles, les solutions et conseils qui sont proposés. Je vous livre ça, en gros, avec mes commentaires. Vous êtes prêts ?

Tout d'abord, sachez que l'angoisse de la page blanche, ça a un nom. Ça veut dire que quelqu'un, un jour, quelque part, certainement quelqu'un en manque d'inspiration pour ce qu'il devait réellement faire, a donné un nom à ce syndrome. L'angoisse de la page blanche, c'est la leucosélophobie. Et c'est finalement assez simple, ça vient de trois mots grecs qui veulent dire "peur de la page blanche". C'était bien la peine de mettre un nom snob et prétentieux si c'est pour dire la même chose. Mais bon... Passons. Donc, à part le mot savant, le mot scientifique, on n'apprend pas grand chose sur Internet parce que l'angoisse de la page blanche est (je cite) "le blocage mental qui empêche l'écrivain, l'artiste ou le créateur de commencer ou de continuer une oeuvre". Ça, je l'avais déjà dit. Je n'avais pas besoin d'aller chercher sur Internet pour le savoir. Je continue : "Cette peur est souvent causée par le stress et le perfectionnisme." Là encore, on est d'accord, rien de révolutionnaire.

Comme pour l'instant ce n'est pas très intéressant, j'ai décidé de poursuivre avec les conseils. Le premier : "écrivez sans vous juger". Bon d'accord. En même temps, pour moi, c'est assez logique. Je suis perfectionniste mais bizarrement, avec mon podcast, je le suis moins. Et tant mieux pour vous parce que sinon, j'aurais arrêté à l'épisode 2.

Autre conseil : "pratiquez l'écriture automatique". L'idée est d'écrire tout ce qui vient à l'esprit. Alors ça, je l'ai fait, de temps en temps, et résultat : c'est la catastrophe. En général, ça me prend dans un endroit pas du tout pratique pour trouver une feuille et un bout de papier. Donc comme je n'ai que mon téléphone à portée de main, je m'enregistre. Je raconte mon idée, je fais même de vrais passages que je pourrais mettre dans mon épisode de podcast. Le problème, c'est après. D'abord parce qu'en général la qualité de son de l'enregistrement est nulle. Si je marche, on entend ma respiration (je ne sais pas pourquoi mais j'ai toujours l'impression de respirer comme un éléphant quand j'écoute les enregistrements que je fais en marchant). Sinon, on entend les bruits de fond : les klaxons, les gens qui parlent, la radio... Bref, difficile de se concentrer. Et puis, ça part souvent dans tous les sens. Ça veut dire que ce n'est pas du tout ordonné. Et enfin, parfois, ou plutôt souvent, je ne comprends pas où je voulais en venir. Je ne comprends pas l'intérêt de ce que j'ai enregistré. J'avais eu le déclic, j'avais soudain beaucoup d'inspiration, mais en fait, une heure après, ça n'a plus de sens. Autrement dit, tout ce que j'enregistre comme ça, à chaud, ne devient absolument pas un contenu concret que je peux utiliser, malheureusement.

C'est exactement ce qui s'est passé avec l'épisode de la semaine dernière. Oui, oui, l'épisode qui n'est pas sorti, en fait. Je ne sais pas si vous l'avez remarqué, mais dimanche dernier - et mercredi dernier non plus, du coup - il n'y avait pas de nouvel épisode. Tout simplement parce que j'avais eu une idée de génie, j'avais presque tout enregistré. Et au moment de finir l'épisode et de le mettre en ligne, je me suis dit que c'était vraiment nul. Pas du tout intéressant. Et que je serais la seule à y trouver un intérêt. Et encore, même moi, ça ne m'intéressait pas plus que ça.

Mais revenons-en à nos conseils. Donc, troisième conseil trouvé sur Internet : "prenez des notes". L'idée est de noter quelque part chaque fois qu'on trouve quelque chose d'intéressant à raconter. Le problème, c'est que mon bureau est déjà plein de listes, de post-it collés au mur, et je sens déjà que je vais bientôt envahir d'autres pièces de mon appartement. Et puis, si c'est pour faire des listes ou des notes dans mon téléphone, alors ça, non. J'en ai trop aussi. Et puis je risquerai de ne pas les retrouver.

Quatrième conseil : "lisez, inspirez-vous". Donc, en gros, il faudrait que j'écoute des podcasts

d'autres profs de français. Oui... sauf qu'en général, au bout de cinq minutes, je me retrouve à regarder par la fenêtre, à organiser mentalement mes placards ou à me demander si j'ai payé l'électricité. C'est dire si ça m'inspire. Cela dit, je l'ai fait. J'ai écouté quelques podcasts de profs de français. Une fois, j'ai même tenu huit minutes. Huit. C'est ma performance officielle. Je suis très fière de moi. Bon, j'écoute aussi des podcasts en anglais (pas pour apprendre l'anglais mais parce que le sujet m'intéresse) et aussi en allemand. Mais honnêtement, ce n'est pas comme si je ressortais de cette expérience en me disant : "Mais voilà, j'ai trouvé l'idée de génie !"

Dernier conseil : "faites des pauses et changez d'air". Alors, ça, pas de problème. J'adopte tout de suite. Aller me promener dans la forêt, aller à la plage, sortir dans le parc juste à côté, aller prendre un café (ça compte aussi, non ?). C'est parfait. Je ne suis pas sûre de revenir avec de l'inspiration pour les 10 prochains épisodes, mais qui sait...

Je vous rassure : je vais finir par trouver quelque chose. Normalement. Au pire, vous m'écouteriez chaque semaine vous raconter que je ne sais pas de quoi parler. Tiens, ça me rappelle un épisode de Seinfeld. Vous connaissez cette série américaine ? Elle date déjà. Ça veut dire que ce n'est pas une série récente. Donc "Seinfeld", c'est une série américaine qui suit le quotidien de quatre amis à New York. Le principe, c'est qu'il ne se passe presque rien : ils parlent, observent, commentent... et c'est ça qui est drôle. Et justement, dans l'un des épisodes, George doit présenter une nouvelle idée de série à des producteurs, et il insiste pour dire que la série doit parler... de rien. Littéralement rien. Et plus il insiste, plus c'est absurde, mais c'est exactement ce qui fait rire tout le monde

Donc voilà, on y est : j'ai fait un épisode sur le fait que je n'ai pas d'épisode. Je suis officiellement tombée dans l'univers de Seinfeld.

Cela dit, soyons sérieux, pour finir. Ce serait quand même dommage de ne pas profiter de vous, chers auditeurs. Après tout, j'enregistre ce podcast pour vous. Alors, qu'est-ce qui vous ferait plaisir ? Donnez-moi des sujets pour mes prochains épisodes. Et si vous n'en avez pas non plus, pas de problème. Dites-moi quels sont vos épisodes préférés. J'essaierai de m'en inspirer pour la prochaine fois.

The French to Go Podcast is produced by French Carte - Delphine Woda / [www.frenchcarte.com](http://www.frenchcarte.com),  
[frenchcarte@gmail.com](mailto:frenchcarte@gmail.com) - Sound : <http://www.freesound.org/people/klankbeeld/>



Creative Commons Attribution – NonCommercial NoDerivatives 4.0 International License