

Cette peur de ne pas être à la hauteur



Vous avez écrit pendant une grande partie de la journée.

Pour aujourd'hui, ça suffit, grommelez-vous, décidé toutefois à terminer ce chapitre qui vous résiste encore. Après

quoi vous prendrez enfin un peu de repos.

Mais voilà que votre logiciel de messagerie clignote.

Vous jetez un œil.

Il s'agit d'un nouvel article du blog Entre2lettres ☐

Intitulé : Ce livre dont tout le monde parle avant même qu'il soit publié !

Vous le lisez...

Il concerne Michel Houellebecq, le Céline du XXI^e siècle.

Survient alors un doute, une vague de découragement. « *Et si tout ce que j'ai écrit jusque-là, était nul ?* »,

« *Et si je m'étais donné toute cette peine pour rien ? Pour qu'on se rit de moi ?* »

Épuisé par des heures passées à écrire et raturer sans cesse, vous vous trouvez subitement nul, insignifiant, sans talent. L'abattement vous gagne, l'irritation survient, notamment contre vous-même, si médiocre.

C'est un phénomène commun aux créateurs.

Vous êtes tout bonnement sujet à la peur de ne pas être à la hauteur au « *fear of missing out* » comme disent les Anglais, la peur de manquer quelque chose.

Ce quelque chose qui vous tient à cœur depuis longtemps : écrire un livre qui sera publié.

Dans ces moments-là, on se mésestime.

On compare sa petite vie d'inconnu, écrivant dans son coin, à celle des auteurs à succès paradant dans les médias.

Et on trouve évidemment son existence insignifiante, son scribouillage sans avenir.

« Au fond, je suis nul » pensez-vous.

Non, vous ne l'êtes pas. Vous éprouvez simplement un grand vide, une grande insatisfaction causée par votre cerveau qui n'en peut plus de s'échiner à bien écrire.

Tout écrivain connaît ces moments où on a l'impression de faire fausse route, d'écrire pour rien.

Ces moments de peur, de doute où on est tenté d'abandonner, de tout laisser tomber.

Comment faire pour se libérer de cet état ?

Si cela vous arrive,

1 – Éteignez aussitôt votre ordinateur et allez faire un tour. Marchez au moins une heure pour oxygéner votre cerveau.

Si possible dans la nature, ou mieux, dans un bois ou une forêt.

2 – Si vous êtes citadin marchez jusqu'au ciné le moins proche et allez voir un film, une comédie de préférence, un truc qui ne prend pas la tête.

3 – Ou faites un bon repas entre amis, s'ils vous demandent où en est votre livre, répondez franchement. Dites que votre travail avance mais qu'en ce moment vous êtes en proie au doute.

4 – Prenez du recul, détachez-vous de l'idée d'être célèbre. Arrêtez de vous comparer, d'envier « les publiés » ces heureux élus au royaume des éditeurs.

Dites-vous bien qu'à chaque fois que vous les voyez à la télé ou que vous les entendez à la radio, ils sont en

représentation.

Qu'ils sont là, faussement vrais, pour vendre leur personne et leur livre.

Eux aussi ont des périodes de doute, de vide et des tas d'emmerdes, comme tout le monde. Parfois bien plus que vous qui avez le loisir d'écrire...

5 – Examinez cette question. Est-ce que quelqu'un qui réussit à être publié est bien plus imaginatif ou talentueux que vous ? Non, il est juste plus persévérant et ne « lâche jamais l'affaire. »

6 – Alors, remettez-vous à écrire. Allez jusqu'au bout de votre projet. Terminez ce que vous avez commencé. Sinon, vous le regretterez toute votre vie et vous croirez définitivement que vous êtes nul. Ce serait vraiment trop bête, n'est-ce pas ?

Un dernier mot, le jour de votre mort, penserez-vous à votre livre ? Publié ou pas.