

## Avoir la tête dans le guidon

Salut à tous, merci de me rejoindre pour ce nouvel épisode du podcast. Aujourd'hui, nous allons voir à une expression utile que j'ai souvent eu l'occasion d'utiliser dans ma vie (heureusement, c'est de moins en moins le cas), et c'est : « avoir la tête dans le guidon ». « Avoir la tête dans le guidon ». Cette expression nous a été suggérée par notre ami Alex par email. Alex nous a envoyé un mail à ; johan@francaisauthentique.com pour nous demander d'expliquer cette expression. Donc, je remercie Alex et j'en profite aussi, puisqu'on est dans la phase de remerciements, de remercier tous les donateurs du projet Patreon qui soutiennent Français Authentique depuis des années. Donc, on a des donateurs qui sont là depuis très longtemps, depuis 2-3 ans, d'autres donateurs un peu plus récents. On a 250 personnes qui ont décidé de donner un peu chaque mois à Français Authentique. Ça démarre à 1 dollar, donc c'est tout à fait abordable. C'est une aide qui peut être faite autant de temps que tu le souhaites. On peut donner plus, on peut donner dans une autre monnaie. Et en tout cas, l'idée, c'est de permettre à un créateur de contenu de mettre à disposition du contenu gratuit, comme c'est le cas de ce podcast. Donc, merci aux donateurs. Et pour ceux qui sont intéressés, il suffit d'aller sur [www.francaisauthentique.com/patreon](http://www.francaisauthentique.com/patreon). Merci pour ça, les amis.

Pour l'expression de la semaine « avoir la tête dans le guidon », on commence par le mot « tête ». La tête, je pense que c'est clair pour toi, c'est la partie supérieure du corps. C'est ce qui est en fait au-dessus du cou et qui abrite le cerveau, les yeux, la bouche, le nez, les oreilles. La tête, c'est la partie supérieure de ton corps.

Le guidon, c'est une barre qui sert à donner la direction sur un vélo ou sur une moto. Tu sais, si tu es sur un appareil comme ça à deux roues, un vélo ou une moto et que tu veux te diriger, eh bien, tu as tes deux mains sur ce qu'on appelle le guidon. Ce que tu tiens avec tes deux mains sur un vélo, c'est le guidon. C'est ce que tu utilises pour tourner ; tu donnes un mouvement vers la droite ou vers la gauche pour tourner le vélo ou la moto. C'est ce que tu utilises pour freiner également. Tu utilises tes doigts sur le guidon pour freiner, c'est-à-dire pour ralentir, pour baisser ta vitesse. Donc le guidon, c'est ce qu'il y a devant toi et ce que tu utilises pour diriger le vélo.

Donc, je te laisse imaginer un cycliste (c'est quelqu'un qui est sur un vélo), qui a la tête dans le guidon, c'est-à-dire qu'il a la tête à l'endroit où il a ses mains. Je ne sais pas si tu imagines cette image. Eh bien, le cycliste, il ne voit pas loin devant lui, il ne voit que la difficulté du moment. Il n'arrive pas à penser à autre chose. Imagine, pendant le Tour de France, le cycliste qui a la tête baissée, a la tête qui est proche du guidon, c'est quelqu'un qui est dans un moment difficile, il ne voit pas devant lui, il ne voit que la difficulté qui est juste là. Il ne voit pas loin, il ne pense à rien d'autre que la difficulté qui l'occupe sur le moment.

Eh bien, cette image du sens figuré, ça a donné l'expression « avoir la tête dans le guidon » qui signifie « être débordé, être trop occupé, être incapable de prendre du recul, de la hauteur. On est tellement occupé qu'on n'arrive pas à penser à autre chose, qu'on ne voit pas loin. On est seulement concentré, focalisé sur le court terme, sur la difficulté du moment, comme le cycliste qui est vraiment concentré sur la difficulté du moment, qui a la tête au niveau du guidon ». Eh bien, toi, tu as la tête dans le travail, tu es trop occupé, tu es débordé.

On va prendre comme d'habitude plusieurs exemples pour illustrer le sens de cette expression.

Le premier, ce serait une maman qui téléphone à son fils et qui lui dit : « Tu ne me téléphones pas assez souvent, tu ne me donnes pas assez de nouvelles ». Et là, le fils il dit : « Oui maman, je suis désolé, j'ai vraiment la tête dans le guidon en ce moment. Entre le travail, la famille, le travail à la maison, j'ai la tête dans le guidon ». Donc en disant ça, le fils, l'enfant dit (le fils de cette dame), il dit : « Je suis trop occupé, je suis débordé. Je n'arrive pas à faire autre chose que de travailler, donc, je n'arrive pas à trouver le temps de t'appeler. Je suis trop débordé. Je suis trop occupé. J'ai la tête dans le guidon ».

Un autre exemple, ce serait quelqu'un qui, au travail, se plaint, il dit : « Ah, je n'arrive pas à joindre mon chef au travail. Il a la tête dans le guidon. Il y a trop de nouveaux projets dans l'entreprise ». Donc encore une fois, l'explication du fait que cette personne n'arrive pas à joindre son chef au téléphone, c'est que le chef est trop occupé, est débordé. Il est tellement débordé qu'il ne peut pas parler au téléphone avec son employé. Il a la tête dans le guidon.

Un troisième exemple, tu as une personne qui va voir un psychologue et donc, la personne explique au psychologue qu'elle est stressée, qu'elle est vraiment dépressive, et après quelques minutes de discussion, le psychologue lui dit : « Pensez à vous reposer. Vous avez la tête dans le guidon et c'est mauvais pour votre stress ». Donc en disant ça, le psychologue, il dit « pensez à vous reposer, vous avez la tête dans le guidon », il sous-entend que cette personne est trop occupée, est trop débordée et qu'elle est donc incapable de se détendre, de prendre du recul parce qu'elle ne voit qu'à court terme. Elle ne voit que le guidon, comme le cycliste. Elle ne voit que ce qu'il y a devant elle parce qu'elle est trop occupée, et elle devrait penser à se reposer et elle devrait lever la tête du guidon. Donc, voilà un peu ce que signifie « avoir la tête dans le guidon ».

Ce que je te propose maintenant, comme chaque semaine, c'est de pratiquer un peu ta prononciation. On en profite pour pratiquer un peu la conjugaison de façon inconsciente, mais tu te focalises uniquement sur mon intonation et ma prononciation. Donc, je te laisse un petit blanc pour que tu répètes après moi, on y va.

J'avais la tête dans le guidon

Tu avais la tête dans le guidon

Il avait la tête dans le guidon

Elle avait la tête dans le guidon

Nous avons la tête dans le guidon

Vous aviez la tête dans le guidon

Ils avaient la tête dans le guidon

Elles avaient la tête dans le guidon

Très, très bien. Merci d'avoir suivi cet épisode et je rappelle encore une fois que nos amis donateurs du projet Patreon que je remercie, sont allés sur [www.francaisauthentique.com/patreon](http://www.francaisauthentique.com/patreon) pour soutenir Français Authentique. J'avais pendant très longtemps la tête dans le guidon et ce sont les fonds offerts par les membres qui me permettent finalement de me faire aider et de sous-traiter une partie du travail.

Donc, merci à tous et à très bientôt pour un nouvel épisode. Salut !