

Avant-propos

Qui suis-je pour vous donner envie de lire cet ouvrage sur ce que la philosophie bouddhiste apporte au développement du leadership et au coaching en entreprise ?

J'ai plus de soixante ans et l'envie de rester dans l'incertitude, le nomadisme et l'émotion qui me nourrissent d'apprentissage permanent et m'apportent la liberté dont j'ai besoin, le sentiment de faire de plus en plus ce pour quoi je suis faite : faire de chaque jour une œuvre d'art tout en étant utile et non nuisible à mes contemporains.

J'ai une formation double, m'apportant deux logiques différentes pour ouvrir mon regard. J'ai eu la chance de rencontrer plusieurs mentors que j'ai admirés et qui m'ont soutenue...

Ma vie se décline autour de trois temps et trois ruptures pour évoluer : d'abord un engagement dans la communication pour réunir des voix collectives après des études de sciences politiques, la métaphore pourrait être un tourbillon de vie. Ensuite des études de psychologie pour réunir des voies intérieures à l'occasion d'un arrêt professionnel et « coacher » mes deux enfants, la métaphore pourrait être un jardin secret. Enfin le passage de l'ambition maternelle à celui de l'ambition personnelle, la découverte du coaching pour écouter la demande de l'autre et prendre du recul sur ma vie, la métaphore pourrait être un tourbillon de vie dans un jardin secret, source de complémentarité.

Je partage mon temps en trois activités : la formation à HEC et à l'université Paris 8 ; le coaching, individuel en tant que coach de dirigeants dans des grandes entreprises du CAC 40, d'équipe dans le cadre de fusions de plus en plus fréquentes et d'organisations pour accompagner des changements stratégiques ; la psychothérapie pour garder en mémoire que nos difficultés en entreprise proviennent toujours de conflits non élaborés dans nos familles.

J'ai écrit trois séries de livres : en psychologie, en coaching et en management. Ce qui me tient à cœur c'est l'importance de l'alliance du féminin et du masculin en soi, pour un psychothérapeute, pour un coach, pour un manager afin de trouver un équilibre intérieur.

Trois valeurs m'animent : confiance, concentration, combativité : pour me permettre de tirer la leçon de mes échecs, de prioriser puis d'aller jusqu'au bout de mon objectif.

Le chiffre 3 rythme ma vie, à l'image de cette valse à trois temps que je souhaite avoir avec vous, mon lecteur, pour une « évoluanche mutuelle »... Une valse à trois temps : les besoins, les solutions, les réalisations, à l'image des trois temps de l'expérimentation bouddhiste vers l'efficacité et la sérénité : l'écoute de ce qu'on reçoit ; la réflexion en le comparant avec son vécu ; l'entraînement sur la justesse, qui n'est rien d'autre qu'une stabilisation émotionnelle par la méditation introspective.

Mon métier est ma passion, je m'y implique totalement. Je cherche l'invisible, le secret caché en moi, à propos de ma relation à moi-même, à l'autre, au pouvoir, à la sécurité, à l'appartenance, à la réalisation de soi...

Je travaille avec minutie, animée par des rituels sacrés, pour que chaque expérience individuelle enrichisse une aventure commune et sans cesse me conduise à progresser et à aider l'autre à se développer en sérénité et en efficacité...

Pour moi, un bon livre rend heureux celui qui le lit. Ce témoignage de ma pratique de coach, c'est ma promesse de vous donner

envie de créer un cadre pour vous préparer à explorer votre potentiel de coach et de dirigeant, à prendre un recul par rapport à des croyances certes respectables, mais peut-être non adaptées à la situation présente, à vous mobiliser autour d'un projet qui vous tient à cœur, à ne pas vous laisser distraire par les urgences quotidiennes pour savourer le présent et à honorer votre style.

À travers cet ouvrage, je souhaite transmettre une expérience personnelle indépendante de toute appartenance philosophique.

J'ai été élevée dans la religion chrétienne qui m'a construite et qui a nourri mes enfants, puis je me suis intéressée à la philosophie orientale qui m'a ouverte à la vie intérieure et à la liberté de penser autrement. Toutes les expériences spirituelles se rejoignent, même si les textes institutionnels et l'anthropologie diffèrent. La religion chrétienne privilégie l'obéissance à Dieu, la philosophie bouddhiste favorise la responsabilité de l'homme. À travers ces différentes visions de l'homme, l'une et l'autre cherchent à développer la générosité et la miséricorde.

Lorsque nous ne ressentons plus, c'est que nous sommes stabilisés dans un équilibre dynamique. C'est la fin des pensées automatiques et le début des pensées maîtrisées. Et lorsque l'esprit est clair, le monde se simplifie !

Je formule le souhait de développer une spiritualité laïque, non sectaire, faite de gratitude envers la vie, en s'épargnant les poids inutiles, indépendante de tout esprit de clocher.

Amis lecteurs, puis-je vous proposer mes définitions ? Être spirituel, c'est être présent, l'esprit ouvert à l'inconnu et disponible pour partager. Être leader, c'est revenir pacifié de ses traversées du désert, inévitables à l'aventure humaine qui consiste à ouvrir la route, pour donner et accepter l'ingratitude sans la subir.