

Les tribulations  
d'un coach français  
en Inde



■ Céline Géara Thomas

# Les tribulations d'un coach français en Inde

Préface de Michel Giffard  
Postface de Michel Moral

INTERÉDITIONS



Illustration du dieu Ganesh, dieu de l'intelligence et de la sagesse : © Marina Demidova – Fotolia.com



Symbole Om, totalité de ce qui existe, somme et substance du son de l'Univers © Katikam – Fotolia.com

शान्तिः शान्तिः शान्तिः  
*om śāntiḥ śāntiḥ śāntiḥ*

Om shanthy shanthy shanthy, invocation traditionnelle à la paix, paix de l'esprit et paix entre les hommes, en fin d'enseignement et de cérémonie

## Couverture: Rachid Marai

Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage.

Le Code de la propriété intellectuelle du 1<sup>er</sup> juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique s'est généralisée dans les établissements

d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour

les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée. Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du

Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).



© InterEditions, 2018

InterÉditions est une marque de

Dunod Éditeur, 11 rue Paul Bert, 92240 Malakoff

ISBN 978-2-7296-1812-4

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2<sup>o</sup> et 3<sup>o</sup> a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

*À mon père,  
qui m'a toujours poussée à écrire,  
et m'a donné le goût du voyage*



# SOMMAIRE

Préface .....	1
<i>Laissez-vous embarquer</i> .....	1
AÉROPORT DE BANGALORE, 2 H DU MATIN, QUELQUE PART ENTRE 2012 ET 2016.....	7
ÉLOGE DE LA LENTEUR.....	9
MON PREMIER COACHING SUR PLACE .....	13
DIEU EST-IL MOUSTACHU? .....	19
LOST IN TRANSLATION .....	23
LA PISCINE.....	29
INDIAN PRIDE .....	35
LES SINGES ET L'ÉGO DU COACH, ENCORE .....	37
JUGAAD, L'INNOVATION FRUGALE, ET LES CHAUVES-SOURIS.....	47
KEVIN, LE DOUANIER.....	51
LE CUISINIER EMPATHIQUE .....	55
PNL BIRYANI OU COMMENT J'AI OBTENU LE DIPLÔME OFFICIEL DE MAÎTRE PRATICIEN EN PNL INDIENNE .....	59
TIME .....	67
LE VISA .....	71
LA SOLITUDE .....	79

LA DÉPRESSION .....	83
PRENDRE SOIN DE SA TÊTE, SON CORPS ET SON ESPRIT .....	87
LA DENGUE, OU LE LÂCHER PRISE.....	93
LES AVENTURES DU BUS 9B .....	99
LE CHAUFFEUR .....	105
LE GRAND-PÈRE MORT .....	109
QUARANTE ANS .....	111
LEĪLA .....	115
LE TRAIN DE NUIT .....	119
RATNA .....	123
LE VOYAGE.....	127
PERSPECTIVES.....	133
LA SAGA DU LAVE-LINGE SAISON 1 : OM DARTY! .....	135
LA SAGA DU LAVE-LINGE SAISON 2 : LE RAT .....	141
LE LAVE-VAISSELLE AUSSI EST EN PANNE.....	145
EXASPÉRATION.....	149
LA TRANSFORMATION IDENTITAIRE : STÉPHANE ET CYRIL .....	153
Épilogue.....	163
<i>Om Shanthi, Shanthi, Shanthi Om</i> .....	163
Postface .....	167
<i>Celui qui porte un scaphandre n'est pas un poisson</i> .....	167
Les pépites.....	171
Bibliographie des auteurs cités .....	175
Remerciements .....	177



# Préface

---

*Laissez-vous embarquer*

**L**ES TRIBULATIONS D'UN COACH FRANÇAIS EN INDE est un livre d'aventures dans un pays étonnant, à l'opposé de notre culture occidentale. Il se lit d'abord avec plaisir au premier degré en partageant les découvertes, les surprises et les émotions de Céline Thomas, confrontée à ses automatismes professionnels et à ses certitudes.

À ce stade, l'expérience humaine et professionnelle de Céline lui permet de mettre en évidence des réflexions qui suscitent le développement personnel du lecteur. Par exemple, le chapitre sur l'éloge de la lenteur nous offre des pistes pour modifier nos éventuels modes de vie hyperactifs, mieux savourer l'instant et faciliter l'harmonie entre l'Être et le Faire. Il en est de même concernant les anecdotes sur la gratitude, l'humilité, la solitude, l'esthétisme, la complexité et la spiritualité. L'auteur part des événements qu'elle vit, partage ses émotions et éclaire avec humour les grilles de lecture de la culture indienne, nous présentant de nombreux aspects que nous pourrions adapter pour enrichir notre vie.

Elle évite ainsi les jugements et les comparaisons de valeurs pour nous amener à prendre du recul par rapport à notre référentiel de pensée et de comportement. Ce niveau de lecture est très agréable et efficace car nous intégrons alors la « leçon » de façon naturelle et progressive.

Selon moi, ce livre est également un excellent manuel de coaching multiculturel, maniant naturellement le détour créatif pour prendre conscience des fondamentaux du coaching, allégés d'approches conceptuelles parfois encombrantes. Son humour distancié et son style aérien permettent à Céline de rester en position basse et de méta-communiquer simplement sur ce qui est en train de se passer. Cette posture pourrait être adoptée utilement par tout coach et par toute école de coaching.

L'effet de loupe créé par les situations de coaching vécues par Céline interroge notre pratique afin de mieux prendre conscience de la nature du coaching et, plus globalement, de la relation d'aide. Plusieurs concepts et outils de coaching sont ainsi mis en évidence. Citons la demande, l'alliance, le contrat, le lâcher-prise devant l'imprévisible, le feed-back et la dimension spirituelle.

Préciser la demande de coaching et les aspirations, rechercher les solutions adaptées et les mettre en œuvre ne peuvent venir que de l'intérieur de la personne coachée. Le coach ne se substitue pas à son client et ne lui donne pas de conseil. Spécialement en Inde !

Créer l'alliance avec le coaché est essentiel pour que le processus de coaching se déroule. Et les Indiens sont

les maîtres de la relation. Un excellent apprentissage pour un coach occidental peu averti.

Comme tout échange avec un coaché indien comporte une dimension spirituelle, une fois accepté par le coach, ce constat l'aide à oser davantage ouvrir sa pratique vers la recherche de sens et vers un coaching existentiel, évidemment s'il s'agit bien de la vraie demande du coaché.

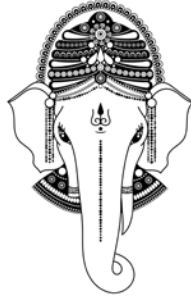
Savoir donner du feed-back, de manière empathique... ou pas. Travailler les croyances et visualiser. Changer de perspectives et recadrer. Se protéger et protéger son client. Autant d'outils non optionnels indispensables à la survie du coach occidental en Inde. Des outils à utiliser sans modération par tout coach, notamment dans un environnement multiculturel.

Michel Giffard

*Directeur pédagogique des programmes*

*Executive Coaching d'HEC Paris*





C E LIVRE EST UN RECUEIL D' AVENTURES qui me sont arrivées lors de mon séjour de 4 ans en Inde. Chacune d'elles m'a aidée à me développer en tant qu'être humain, mais également en tant que coach.

Vous pouvez les lire dans l'ordre, ou non. Certaines sont cocasses, d'autres, je l'espère, vous embarqueront dans des émotions plus complexes.

J'y ai ajouté, sans approfondir – car tel n'est pas l'objet de ce livre –, quelques réflexions (pépites) et aussi quelques «exercices» pour ceux et celles, professionnels de la relation d'aide, qui auraient envie d'explorer leur pratique de façon un peu décalée, et toujours avec humour et une grosse dose d'humilité.

Amusez-vous bien, et bonne lecture !

*« Et quel plaisir, mêlé d'inquiétude, dans ces périodes de désœuvrement que le voyage autorise, où notre identité vacille – vacille sans s'effondrer – où je ne sais plus qui je suis, dans quelle ville je me trouve, dans quelle rue je marche, où à la fois, je m'enchanté et m'affole de n'être personne ! »*

Jean-Bernard Pontalis



Aéroport de Bangalore, 2 h du matin,  
quelque part entre 2012 et 2016

Moi: Bonjour, je voudrais des spaghettis nature.

Lui: Ok Ma'am, veg ou non veg? (*Ma'am = Madame ;  
veg = végétarien*)

Moi: *Plain* (nature), sans rien.

Lui: Et la sauce? Veg ou non veg?

Moi: *Plain, alone, nothing, just salt, no sauce!*

Lui: Ok Ma'am.

Il attrape un flacon de sauce.

Moi: *STOP!!! NO SAUCE please!!!*

Lui: *Plain Ma'am?*

Moi: *Yes, plain.*

Moi: ... (soupir) ... Je parle chinois ou quoi?





## Éloge de la lenteur

« Le monde avec lenteur marche vers la sagesse. »

Voltaire

**M**ON SÉJOUR EN INDE A ÉTÉ MARQUÉ par de nombreuses transformations, l'une d'elles étant l'apprentissage de la lenteur. « Cliché ! », me direz-vous ! Peut-être, quoi que...

Une chose est de connaître le concept de lenteur, une autre chose est de le voir exister, de le vivre, de l'intégrer, et enfin de le savourer.

Car figurez-vous que je suis plutôt du genre parisienne, hyper active, *wonder women*, etc. Enfin, *je suis*, façon de parler. J'étais. J'étais même pire que cela ! Une caricature. Une espèce de mélange de Florence Foresti, Alix Girod de L'Ain et Miranda Priestly.

L'Inde m'a désintégrée. De force. Je ne voulais pas. J'ai lutté, résisté et puis : paf !

Vous repérez qu'une désintégration s'est opérée quand :

- Avant, c'était VTT le matin, courses, déjeuner, plage, vélo, ciné, soirée et dodo, le tout avec les enfants ! Même pas peur...
- Après : vous trouvez que partir à la plage à 17 h 30, c'est trop intensif !

À ce moment-là, vous savez que vous avez passé un cap !

Lorsque vous aviez quatre coachings le matin, et cinq l'après midi, et qu'à présent, vous vous dites que deux par jour c'est le maximum pour une *écoute optimale* !

Et bien non, ce n'est pas de la flemme ! Que nenni, rien à voir !

La flemme, c'est la non-envie.

La lenteur, c'est l'envie de faire doucement.

En profondeur, quelque chose de l'ordre du bonheur est venu *lentement* se glisser au cœur de ma lenteur. Une espèce de sensation indéfinissable de savourer.

C'est comme si l'Être et le Faire pouvaient cohabiter. *Namaste* ! (en hindi : bienvenue).

J'ai fait de belles rencontres à Bangalore, des rencontres riches, que je n'aurais ni imaginées, ni cherché à faire. Pour chacune, j'ai eu l'impression que le destin m'avait fait croiser une route, à un moment presque décidé d'avance. Chacune de ces rencontres m'a permis de trouver en moi une ressource que j'ignorais, ou bien à laquelle je n'avais pas forcément prêté attention, et de construire à partir de là quelque chose de nouveau. Parmi ces rencontres, il y a Akash, qui m'a fait confiance d'emblée, qui m'a laissé toute autonomie, qui a cru en mes compétences, alors que moi-même je doutais de tout, et surtout de ma capacité à travailler en Inde.

Il y a aussi Isabelle, ma professeure de yoga, qui m'a toujours accueillie avec gentillesse et intelligence, et qui m'a donné son amitié. Au-delà de l'apprentissage

corporel du yoga, elle m'a permis d'explorer des mondes que je ne soupçonnais pas, et qui m'appartenaient. Progressivement, je suis parvenue à relayer mon corps et mon esprit, à me connecter à moi-même, à lâcher prise.

Et enfin, il y a mon ami le bijoutier, Sheyras! Avec lui, je suis entrée concrètement dans un univers qui m'avait toujours fascinée, et qui scintillait de loin, comme s'il appartenait à d'autres. Avec lui, j'ai compris ma relation aux pierres, à leur couleur, à leurs ondes.

Ces trois personnages ont la culture indienne comme vecteur. L'Inde est sans doute la véritable rencontre de ces quatre années. Source d'inconfort, de révolte, de dégoût, de souffrance même, elle m'a aussi donné de précieux cadeaux, que je n'aimerais pas perdre. Elle m'a enseigné la lenteur, la contemplation, l'acceptation, la compassion. Elle a chahuté mon référentiel professionnel, et m'a posé, et me pose encore, des questions dans ma pratique du coaching.

Je suis contente de quitter l'Inde. Je pense que je n'y retournerai pas. J'y ai accompli tout ce que je devais y faire, et l'expérience a atteint, pour ce qui me concerne, ses limites. Mon jardin me manquera, les jasmins, les hibiscus, et notre papayer. Je suis heureuse de revenir à Paris, non pas pour rechausser mes vieilles habitudes parisiennes, mais pour entamer une nouvelle tranche de vie. Je veux du nouveau. J'ai envie d'une page blanche pour écrire une nouvelle histoire.



## *Mon premier coaching sur place*

*« Une once de pratique vaut mieux que des tonnes de discours. ».*

Mahatma Gandhi

J'AI SUIVI MON MARI EN INDE à la condition de pouvoir poursuivre mon activité professionnelle. J'ai gardé ma société en France et j'ai résolu, en parallèle, de prendre des contacts professionnels en Inde.

J'ai donc prospecté les quelques sociétés de coaching de Bangalore, et j'ai rencontré Akash. Nous nous sommes immédiatement bien entendus.

Son approche du coaching me paraissait très voisine de la mienne. Pour lui, j'étais un véritable produit exotique : une coach française, spécialiste des problématiques interculturelles, une denrée rare à Bangalore ! Très vite, il a voulu me confier une première mission.

À cette époque, j'étais en Inde depuis quatre mois. J'avais déjà entrevu la complexité du pays : un pays qui ne correspond à aucune norme connue, un pays fait de contrastes souvent violents, un pays à la culture luxuriante, fascinante et inquiétante à la fois.

Donc, par prudence, je n'ai pas accepté cette première mission, mais j'ai d'abord demandé à Akash de le suivre sur le terrain, comme observatrice. Bien m'en a pris !

La séance commence. Nous montons sur le roof top du grand hôtel où nous avons réservé une salle de travail. Je m'assieds en retrait. Il s'agit d'une problématique classique de cohésion d'équipe. Il y a une vingtaine d'hommes, tous grands cadres internationaux, tous issus des formations les plus en vue. La plupart ont travaillé en tant qu'expatriés en Europe, aux États-Unis.

Akash choisit un exercice classique pour stimuler la dynamique d'équipe en situation de crise. La consigne du jeu est la suivante : l'usine est en flammes, comment sortez-vous de cette situation ? Akash a divisé le groupe en trois petites entités et a attribué à chacune un tapis qui symbolise le toit de l'usine. Jusque-là, je suis en terrain connu et je m'apprête à observer les trois ou quatre grands types de comportements qui se manifestent invariablement dans ce genre d'exercice.

Mais tout à coup, j'assiste à une chose extraordinaire : un des groupes s'organise en demi-cercle, tous se prennent la main, et font un pas hors du tapis, autrement dit, ils se jettent symboliquement dans le vide. Je suis en train d'assister à un sacrifice collectif ! Je suis totalement médusée : j'ai animé des ateliers sur tous les continents, mais je n'ai jamais vu cela ! Je me félicite intérieurement de ma position d'observatrice : comment aurais-je accueilli leur comportement, et surtout qu'en aurais-je fait ensuite avec eux ?

Mais ce n'est pas fini : à la fin du jeu, les participants s'applaudissent, se félicitent, se font des *hugs*, et je les entends se remercier les uns les autres :

- Merci de t’être sacrifié pour nous!
- Merci d’avoir accepté mon sacrifice!
- Merci d’être mort pour moi!
- Merci d’avoir su utiliser mon sacrifice!
- Merci de ta gratitude...

Comment Akash va-t-il débriefer un atelier aussi délirant?! Nous redescendons en salle de réunion. Akash commence le débriefing de façon classique : il les invite à s’exprimer, à dire ce qu’ils ont ressenti. À nouveau, je suis en terrain connu. Mais bien vite, il aborde la notion de sacrifice, puis celle de gratitude et il les aide à décortiquer tout ce qui s’y rattache : que ressent-on lorsqu’on se sacrifie pour les autres, en quoi ce sacrifice fait-il sens, quel sens a la gratitude envers celui qui s’est sacrifié, comment vit-on avec cette gratitude, comment vit-on en sachant que le sacrifice est possible?

L’intégralité du débriefing porte en fait sur la spiritualité. Aucune notion de compétition, de rentabilité, de rationalité, de performance : rien de tout cela n’existe.

J’ai beaucoup réfléchi ce jour-là sur ma posture de coach. Je me suis dit qu’à la place de Akash, j’aurais interpellé les participants sur leur comportement, je leur aurais demandé s’il n’y avait pas de meilleure solution que la mort de cinq d’entre eux, je leur aurais renvoyé un sentiment d’échec, au lieu de les renforcer dans leur réussite. Si j’avais été à la place de Akash, je n’aurais pas su les suivre, les écouter, me placer dans leur référentiel ; j’aurais gardé mes réflexes et mes défenses d’occidentale et j’aurais biaisé le débriefing