



Cha no Yu et coaching.

Jean-Pierre Bekier coach PCC. jpb@axecoaching.com

(Cérémonie japonaise du thé). J'en profite pour vous souhaiter à tous une merveilleuse année 2008 : Santé, Bonheur et Abondance.

Un certain nombre d'entre vous le savent déjà, je suis un grand passionné. L'être humain demeure ma plus grande passion et le coaching me permet de contribuer humblement à créer un monde meilleur. J'ai depuis plus de 40 ans une autre passion, celle du thé et plus spécifiquement le thé Japonais ou « Cha » pour le nom asiatique. Il y a quelques temps j'ai réalisé combien le coaching et le thé ont de grandes similitudes et sont une parfaite alliance. Naturellement j'ai donc réunis ces deux passions, coaching et thé. Pour moi la cérémonie du thé « Cha no Yu » est une belle analogie à une séance de coaching. J'ai par cet article, souhaité partager cela avec vous en cette période particulière de fêtes, de paix, de joie, de partage, de respect et d'amour.

Il est de coutume en préambule de mes séances de coaching « face to face » d'inviter mes clients en toute simplicité à partager ma « cérémonie du thé » Certains d'entre vous que je remercie savent de quoi je parle pour m'avoir fait l'honneur de partager ces merveilleux moments.

Selon une légende chinoise, l'empereur Chen Nung un guérisseur divin, érudit et botaniste, pour des raisons d'hygiène, ne buvait que de l'eau bouillante. Comme de coutume il se reposait tranquillement en méditant sous un théier. Un beau jour une légère brise fit tomber quelques feuilles de thé dans l'eau qui était en train de bouillir. Intriguer et curieux, il bût cette infusion et la trouva délicieusement rafraîchissante et revitalisante. C'est ainsi en 2737 av. JC que le thé fut découvert. Le premier texte mentionnant le thé date du 3e siècle avant JC. Un chirurgien chinois le recommandait afin d'augmenter la faculté de concentration et pour rester éveillé.



Il est appelé : "Tu" et utilise l'idéogramme du laiteron. Entre 206 avant J.-C. et 220 de notre ère, un empereur décida de changer le nom du thé en : "Cha". Mais ce n'est qu'au 8e siècle que le thé acquière son propre idéogramme (que voici en figure ci-contre).

De la Chine au Japon. C'est en 729 après JC qu'un moine Bouddhiste de la philosophie zen Dengyo Daishi importa des graines de thé vert au Japon et en fit la culture autour des monastères. C'est ainsi qu'au Japon les croyances bouddhistes et le thé se développèrent de concert au point à devenir une cérémonie très élaborée. Un maître du thé japonais Taken jboob écrivit « Le théisme est un culte basé sur l'appréciation du beau parmi les vulgarités quotidiennes ». Le « Cha no Yu » demande un type de comportement très particulier en vue de créer une ambiance où l'invité et l'hôte atteignent un renouveau spirituel et sont en harmonie avec l'Univers. Face aux changements de

Reproduction interdite

la société actuelle le caractère spirituel de la cérémonie du thé, qui peut durer de 45 minutes à 4 heures, reste immuable. On y pratique quatre principes de base qui sont : l'harmonie (avec les gens et la nature), le respect (des autres), la pureté (du cœur et de l'esprit) et la tranquillité d'esprit. C'est un véritable art de vivre et de penser le monde différemment.

Prendre le temps d'apprécier et de vivre le moment présent. Se libérer des conditionnements de l'esprit, du stress et des tracas quotidiens. Apprécier le sens du beau, et du bon. S'ouvrir à l'autre par un accueil chaleureux et bienveillant. Favoriser l'échange dans un environnement harmonieux et propice au respect. Stimuler la concentration et l'éveil. Voici comment en préambule à mes séances de coaching ma cérémonie thé « Cha no Yu » peut-elle induire favorablement une belle rencontre de coaching. Cette cérémonie est un bel outil dans une rencontre, au point que désormais certains de mes clients le pratique dans leur réunion avec assiduité et quand le coach arrive on sert le thé 😊

Quelques extraits tirés du livre « Le thé ».

AXE COACHING