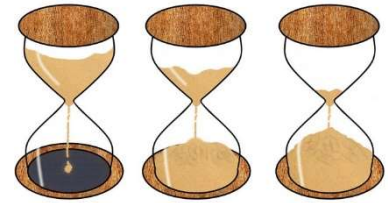


## Trois nuances de Grec !

...ou ce que la mythologie grecque



peut nous apporter dans notre façon d'appréhender le Temps

---

Les Grecs anciens, qui nous le savons bien avaient déjà tout compris (oui oui !) distinguaient trois divinités du temps.

Faisons déjà connaissance avec **Aiôn**. C'est avec cette notion que j'ai entamé, enfant, ma première prise de conscience de l'écoulement du temps.

Aiôn était un dieu grec associé au cercle englobant l'univers et au **zodiaque**. Il correspond au **temps des cycles**, comme le cycle des saisons, celui de la respiration, ou du sommeil. Il n'a pas de bornes, pas de début ni de fin. Il renvoie à la notion d'éternel retour des mythes anciens.

Effectivement pour l'enfant que j'étais, le temps était associé aux saisons qui passaient, à la rentrée scolaire, à Noël, aux anniversaires qui revenaient tous les ans.

A l'âge de 6 ans, mes parents m'ont offert une montre pour que « j'apprenne l'heure ». J'ai ainsi fait connaissance avec **Chronos**, le temps physique que nos montres ou chronomètres mesurent. Il permet de segmenter le temps en passé, présent et futur, grâce aux unités de mesure (seconde, minute, heure, etc).

Ce temps est quantitatif et linéaire. C'est ce type de temps qui est mis en avant dans la société et l'entreprise. Il donne des repères et permet de se coordonner : définir et respecter des horaires, donner des rendez-vous, planifier les étapes d'un projet, etc

Mais un des éléments qui va faire la différence dans la façon dont nous gérons notre vie, c'est la maîtrise du temps **Kairos**.

Pour ce qui me concerne, sa rencontre a été aussi brutale que douloureuse. En effet, c'est à l'occasion du décès d'un membre de ma famille au début de l'adolescence que j'ai alors pris conscience de façon confuse d'un point de basculement entre un « avant » et un « après ». Tout semblait pareil dans ma vie, le soleil continuait de briller, les jours de succéder aux jours. Et pourtant, plus rien ne pourrait plus être pareil. **Impossible de revenir en arrière.**

Kairos constitue donc **le point de basculement** où quelque-chose de spécial arrive, **le bon moment pour agir** ou, comme le définissent les Grecs anciens, le temps de l'occasion opportune.

Contrairement à Chronos, Kairos n'est pas linéaire, il ne se mesure pas, il est immatériel : **il se ressent**. C'est une dimension qualitative du temps, qui crée de la profondeur dans l'instant.

Il y a, dans Chronos, un temps pensé et construit, que l'on remplit d'avance dans un calendrier, et, dans Kairos, un temps vécu, inédit, irréversible, parfois radicalement différent de ce qui s'annonçait.

La représentation de Kairos était très évocatrice : il avait les cheveux en queue de cheval, de sorte qu'on pouvait le saisir au passage ; mais il avait la réputation d'agir vite. C'est pourquoi il était toujours représenté sur le bout des pieds comme s'il allait partir. Tenant dans les mains une balance, il faisait un mouvement pour qu'elle penchât d'un côté ; il apportait **l'élément décisif** qui venait résoudre quelque chose qui paraissait insoluble.

En coaching, c'est le moment opportun que le coach va choisir pour faire un recadrage de sens ou confronter son client afin de permettre une prise de conscience décisive, l'instant où un déclic se produit : quelque-chose se passe qui permet au client de changer radicalement de regard sur sa situation. Plus rien ne sera comme avant. Cela peut être aussi pour le coach le moment où il fait silence pour permettre à son client de faire un pas de plus et intégrer ce qui est en train de se passer pour lui.

S'appuyer sur le temps Kairos, c'est, pour vous, identifier ces moments qui peuvent être décisifs, ces moments où une opportunité se présente, une opportunité qui n'existera peut-être plus demain.

**Saurez-vous les percevoir et vous en servir au service de vos objectifs et de vos priorités professionnelles et/ou personnelles ?**

S'appuyer sur le temps Kairos, c'est repérer ces moments où il est précieux d'agir... ou au contraire, ces instants où il est essentiel de faire silence et de non-agir. Ces moments où une fenêtre de tir s'ouvre, où il est possible de surfer sur la vague avec plaisir et facilité. C'est aussi avoir la capacité de sentir les vents porteurs et tel un navigateur en montgolfière ou un parapentiste, s'appuyer sur ces vents pour voyager avec fluidité vers la destination tant convoitée.

**Saurez-vous percevoir ces moments décisifs et vous en saisir au service de votre devenir ?**

Et si on en parlait ensemble ?