

La cordée

« Le vertige, les pieds gelés, les risques, ça a certainement été créé pour vous donner du goût à la vie. C'est seulement lorsqu'on est mutilé ou appauvri physiquement qu'on se rend compte de la valeur de l'existence. »

Roger Frison-Roche

Ce billet a l'intention d'inspirer votre aventure professionnelle ou privée, en vous invitant à transposer dans votre vécu quotidien, quelques caractéristiques marquantes et observables d'une cordée qui évolue en montagne.

La semaine dernière, j'ai eu la chance de vivre une journée d'alpinisme en parcourant une longue arête rocheuse. J'ai été relié avec une corde, pendant plus de 5 heures, avec mon compère d'aventure. Nous devions découvrir notre voie sur cette arête, sans équipement permettant la sécurité et sans indications visibles sur le chemin à emprunter.

Je ne présente aucune innovation majeure, mais rappelle peut-être que certaines manières d'être peuvent faciliter le cheminement (d'une personne ou d'une équipe). La métaphore de la cordée me semble parlante car, dans ce contexte alpin, si nous ne vivons pas pleinement ces qualités, nous nous mettons en réel danger physique. Ce qui rend la prise de conscience juste vitale ☺.

A la fin de chaque caractéristique, je pose, en italique, une ou l'autre question pouvant faciliter l'intégration de ces mots.

- **Concentration et engagement:** Nous avons avancé durant 5h en « corde tendue », c-à-d en évoluant sans s'arrêter, les deux ensemble et sans assurage fixe : pour ce faire, en tout instant, la **concentration** doit être totale car un faux pas risquerait d'être fatal à la cordée ; **l'engagement** qui consiste à s'impliquer totalement dans l'activité est également un gage de survie
 - *Sommes-nous régulièrement totalement présent-e-s à notre environnement et au chemin que nous empruntons dans nos vies ? Dans le contexte d'une équipe, sommes-nous concentrés sur le meilleur que nous donnons à tout instant, en nous investissant totalement à chaque pas, dans la réussite collective ; et sans penser à ce que nous allons en retirer ?*
- La confiance mutuelle doit être totale. Avancer en grim pant « corde tendue », avec une sécurité minimale (et une exposition maximale) nécessite d'avoir une entière confiance à votre partenaire de cordée : le (co-)leadership doit être établi, les règles du jeu doivent être claires, chacun doit savoir qu'en cas de difficultés ou de peurs, l'autre personne communiquera pour qu'une nouvelle manière d'avancer se discute, etc. Si ce n'est pas le cas, la cordée pourra risquer la faute fatale ou, peut-être devra-t-elle beaucoup plus se sécuriser entraînant une explosion du temps de parcours de l'arête et une augmentation du risque lié à la fatigue, à la météo ou à la nuit.
 - *Progressez-vous en confiance mutuelle avec vos partenaires les plus proches ? Et même avec vos partenaires plus éloignés ☺?*
- L'évolution de la cordée implique une lucidité parfaite de chacun-e de ses membres sur son état mental, physique et émotionnel. Car la bonne prise de décision et la juste prise de risques nécessitent une telle lucidité.

- *Si vous devez faire face à une situation difficile, êtes-vous conscient-e de votre état mental, physique ou émotionnel pour prendre les décisions les plus adaptées ?*
- Pour pouvoir rentrer à bon port, toujours unie et avancer en minimisant les risques, la cordée s'adapte au rythme et au niveau du membre le moins fort ; et elle cherche systématiquement l'effort minimal dans son cheminement.
 - *Etes-vous conscient-e des importantes déperditions d'énergie que vous pouvez vivre si vous résistez plus que nécessaire, si vous voulez forcer des personnes à vous suivre, etc ?*
- A deux reprises, nous avons eu des difficultés techniques dans une manœuvre connue comme étant délicate : la descente en rappel. Dans ce contexte, la prise de décision rapide et claire est vitale : décisions parfois prises tout seul ou parfois discutées et co-décidées entre les membres de la cordée. Et, autre élément crucial, une fois la décision prise, chaque membre est totalement responsable et autonome pour réaliser avec justesse les gestes à accomplir. Sous risque d'accident grave.
 - *Personnellement ou dans vos équipes, est-ce que chacun-e a l'espace et les compétences pour œuvrer de manière autonome et responsable ?*
- Pour trouver notre itinéraire, nous devons trouver les passages les plus aisés pour cheminer. Il est alors vital de connaître parfaitement nos possibilités et nos limites, d'être totalement présent à ce qui nous est offert, d'anticiper les soucis prévisibles possibles, etc. Meilleure est notre totale présence à ce qui est dans l'instant, meilleures sont nos chances de réussir notre objectif.
 - *Réussissez-vous à être pleinement présent-e à ce qui se passe en vous et autour de vous le plus souvent possible ?*
- S'adapter aux conditions de l'instant avec lucidité et courage. Surtout si les décisions à prendre pourraient impliquer le renoncement.
 - *Vous donnez-vous le temps de prendre conscience des modifications de contexte ou de conditions ? Et l'espace pour décider avec lucidité et courage ?*

Cette liste est évidemment non-exhaustive mais illustre quelques éléments importants du bon fonctionnement d'une cordée.

Parfois, la sortie envisagée est trop difficile pour que l'ascension du sommet puisse être accomplie seul-e-s (en tant que personne ou en tant qu'équipe). Nous pouvons alors engager un guide de montagne qui nous aide à réaliser notre objectif/désir en nous fournissant la sécurité et l'encadrement nécessaire. Même si, au final, c'est nous qui gravissons le sommet ☺.

- *Dans nos vies, acceptons-nous d'aller toucher nos limites en toute sécurité avec quelqu'un qui a déjà balisé un chemin (ou acquis une expérience vous permettant d'aller un peu plus loin que vos compétences actuelles) ?*

Pour peut-être faciliter l'intégration de ce message, je vous propose le montage suivant (<https://vimeo.com/177979303>) qui fournit quelques images de cette sortie avec une musique religieuse inspirant l'union et/ou l'unité.

Belle semaine !

Jean-Pierre Rey, le 14 août 2016

Partagez si le billet vous a plu et [inscrivez-vous](#) à mon info-lettre si vous voulez recevoir hebdomadairement une inspiration !

Et le menu [Tout le blog](#) vous donne accès aux derniers billets, en cas d'intérêt !