

La compétition

Dans son superbe livre InsideOut Coaching, Joe Erhmann relate les origines latines du mot «compétition» :

- Le préfixe «Com» veut dire «ensemble».
- La racine du mot «compétition» est le mot «petere», qui veut dire «à la recherche de l'excellence» dans la plupart des contextes.

Donc, l'origine du mot «compétition» veut littéralement dire :
«une quête mutuelle pour la recherche de l'excellence».

Cette quête mutuelle de l'excellence passe par plusieurs intervenants, mais débute essentiellement avec toi! A priori, quels sont tes buts et objectifs et quels moyens entends-tu prendre pour atteindre tes objectifs ou même les surpasser? Cela commence avec toi, avec tes propres actions et décisions. Ensuite, entoure-toi de gens qui vont avoir un impact sur ta vie, sur ton développement personnel, qui t'aideront à atteindre tes objectifs non pas de manière transactionnelle, mais qui voudront t'aider pour le changement positif que cela aura sur toi à long terme. Cela peut être tes parents, ton frère ou ta sœur, un ami, un coach, un professeur, un adversaire. Bref, quelqu'un qui croit en toi et qui veut le mieux pour toi en tant que personne dans sa globalité et non seulement comme athlète. Quelqu'un qui fera en sorte que tu devras repousser tes limites, sortir de ta zone de confort. Cela peut être un peu déstabilisant au début, mais ô combien bénéfique pour ton développement. Recherche l'excellence avec les autres!