

La Concentration pour rentrer dans l'arène des champions de tous les temps

La concentration est la faculté qui permet à l'homme d'atteindre son potentiel, un niveau élevé de performance et de réalisation dans n'importe quel domaine d'activité. Lisez un condensé des performances de **Serena Williams** Elle est **29 ans aujourd'hui**, la joueuse incontournable N°1 du monde tennistique ayant son palmarès **2 médailles d'Or Olympiques** en double dame avec Venus sa sœur. Et remporte 27 tournois du Grand Chelem avec des gains en tournois de **31 151 042 Dollars US**. Ces résultats impressionnants, le potentiel atteint et les attributs ne sont pas exclusivement hérités par **Richard Williams** (son père) et **Oracene Price** (sa mère) mais son exercice de la concentration est un degré élevé. Un autre joueur non des moindres sur qui je voulais écrire ici, c'est le meilleur golfeur de la planète **Tiger Woods** une légende à 30 ans. Ce joueur hors pair connaît un parcours sans égal et une puissance invraisemblable, un style flamboyant et athlétique est un des joueurs le plus payé de la planète le premier milliardaire en dollars du sport. Bien qu'il ait commencé à jouer à 2 ans, les performances sont corollaires son exercice de **concentration** au cours des compétitions. En effet de tout ce qui précède la concentration permet l'émergence du génie en nous. Cette concentration permet de diriger toutes les facultés mentales, psychiques, spirituelles sur une activité ou sujet donné sans se laisser distraire par tout ce qui se passe à notre entourage ou influencer par notre état psychologique. Les non entraînés par ces exercices possèdent tous et des degrés divers des dispositions innées pour exercer la concentration. Nous tous, nous avons, un **Michael Jordan**, un **Tiger Woods**, un **Serena Williams**, un **Michael Schumacher** en nous et que nous pouvons rivaliser par des exercices de concentration. La distraction ne nous permettra jamais d'atteindre la perfection, ni connaître l'ascension. Il existe cependant des exercices pratiques de concentration qui peuvent d'une part nous permettre d'acquiescer des aptitudes exceptionnelles, savoir acquiescer de la rapidité, de l'efficacité, des réflexes spatiaux et bien coordonnés, l'exactitude, et d'être bien préparés à l'exécution avec concentration - et d'autre part nous élever d'un niveau ordinaire, de la commune mesure pour nous rendre capable de réaliser des grandes performances dans presque tous les domaines d'activité. En quoi ces champions **Michael Jordan**, **Tiger Woods**, **Serena Williams**, **Michael Schumacher** diffèrent ils de nous? Si ce n'est qu'ils ont acquis par des exercices de concentration un niveau élevé de performance. En effet, l'exercice de la concentration permet à l'homme ordinaire qui a des dons innés d'accomplir au cours de son existence ce qu'un grand nombre de personnes non entraînés à la concentration ne peuvent réaliser tous ensemble associés dans un même objectif. Par manque de concentration on a vu des joueurs manquer des pénaltys décisifs à leur équipe pour remporter des grandes compétitions olympiques ou mondiales. Le choix est clair soit nous décidons aujourd'hui de nous entraîner pour atteindre notre potentiel et l'excellence ou nous refusons pour rejeter le changement et nous restons tels que nous sommes.

About the Author

Le **L'Auteur** de cet article est Monsieur ESSIEN Djola Kodjo, Pasteur, Economiste Gestionnaire, Web master, Réseuteur et Dotcomologue (Dotcomologie Science de gagner l'argent sur Internet) Enseignant en développement personnel & a href="http://dotcomologie.tripod.com";