

Introduction

Depuis que je suis gamin, j'ai toujours pensé que j'avais un rôle à jouer dans notre monde. J'ai toujours ressenti la nécessité de changer quelque chose en moi pour évoluer, m'adapter, quitte à me perdre en chemin, quitte à pousser mes limites un peu trop loin, sans ménager mon être tout entier. Je n'ai pas souvent été tendre avec moi-même. J'ai abusé, je me suis fait mal, j'ai pleuré, beaucoup pleuré. Je me suis brisé et me suis reconstruit en utilisant chaque expérience comme un nouveau savoir, comme un nouveau tremplin, pour avancer comme un équilibriste. J'en retiens que, sur le fil de la vie, nous faisons tous en sorte de nous en sortir le mieux possible en évoluant pas toujours dans les meilleures contrées. Mais ces déserts que nous traversons, en quête d'une oasis plus sereine, sont formateurs.

Alors, qui suis-je ? Voilà donc une des questions existentielles de la vie. Qui je suis pour faire ce que je fais ? Croire en ce que je crois ? La réponse la mieux adaptée que je puisse apporter à l'heure actuelle est que je suis quelqu'un d'ordinaire qui souhaite vivre des moments *ultra-ordinaires* ! Ces moments passent par la réalisation de mes rêves et ils guident ma vie. À

chacun de mes défis, je me dis que je peux le faire, que je serai attentif aux opportunités pour les réaliser et que je vais chercher les solutions pour y arriver.

J'ai passé du temps à comprendre ce *qui je suis* en faisant ami-ami avec ma psyché et en cherchant mes talents. J'ai combattu tant de peurs qu'il me paraissait inimaginable d'en découvrir encore de nouvelles lorsque le combat semblait terminé. Pourtant, j'ai encore ce sentiment que je devrai continuer à monter sur le ring. Il m'a fallu bien du courage pour trouver la volonté en moi afin de développer la force nécessaire quand je baissais les bras, quand la vie me semblait si dure, si cruelle, si déstabilisante, si désuète et à la fois si belle. Comment pouvait-elle avoir toutes ces facettes et bien d'autres encore ? C'était donc ça, un *randori* pour apprendre à se défendre ? Une lutte avec soi-même ? La découverte de soi est certainement une des plus belles aventures que nous offre notre existence. Ne pas s'en occuper est une sorte de leurre et, de toute façon, notre nous profond, à un moment donné, viendra frapper à la porte pour nous titiller d'une manière ou d'une autre. Comme l'écrivait Carl Gustav Jung : « Si vous ne faites pas face à votre ombre, elle vous viendra sous la forme de votre destin. » Alors autant prendre son courage à deux mains pour descendre en nous et découvrir un univers incroyable : le nôtre !

Cependant, tout au long de cette quête de compréhension, je suis revenu inlassablement à la course à pied. Comme mes amis, mes potes, mes âmes sœurs et mes âmes frères, la course guérit tous mes maux.

N'OUBLIE PAS POURQUOI TU COURS

Elle s'impatiente comme une adolescente capricieuse quand je la délaisse quelque temps, mais me fait la fête quand je reprends contact avec sa fougue. Elle me raconte des histoires pour bercer mon esprit et rassurer mon enfant intérieur. Elle me redonne confiance et énergie quand je bascule dans l'ombre pesante. Elle me donne le goût de respirer quand je suffoque dans les couloirs sans issues qui jalonnent mon parcours. La course à pied calme mon être intérieur et me permet d'y voir plus clair. La course est comme un phare, elle me guide.

Qui je suis ? Je suis fait pour courir, je suis né pour courir, je suis un coureur !