

DIE MAGIE DES GOLFSPIELS

Golf aus der Sicht von Kinesiologin Maria Auinger

Eine ganz andere Betrachtungsweise von Golf

Wir alle lieben es, den Ball frei in der Luft schweben zu sehen. Haben Sie sich schon einmal gefragt, warum wir so angetan sind, wenn sich der Ball in der Luft befindet und dem Ziel entgegenfliegt? Was begeistert uns dermaßen, dass wir unsere Divots so wuchtig wie möglich schlagen? Jede/r Golfer/in erlebt Momente des Glücks und der Verzückung, dann z.B., wenn ein Schlag mit Brillanz gelingt.



Golf ist „Das Neue Yoga des Supermind“

Golf ist die Essenz jener Ansprüche, die die Welt an uns stellt. Koordination unserer Fähigkeiten und unseres Körpers, Orientierung im Gelände und Verständigung mit Spielpartnern. Das Vermögen, sich auf die Gegebenheiten des Wetters einzustellen, die aktuelle persönliche Konstitution zu berücksichtigen und auch die unterschiedlichen Befindlichkeiten derer, die um uns herum sind.

Wenn es uns gelingt, Körper, Geist, Empfindungen und Phantasie in Einklang zu bringen, werden wir mit Erfolg belohnt.

Das Golfspiel lässt Vieles über das Leben schließen - Eine wahre Begebenheit:

Pro: „Stehst du wirklich richtig zum Ziel? Passt deine Ausrichtung sicher? Schau dir bitte nochmals deine Linie an.“

Spieler: „Allmählich kam ich hinter den Sinn seiner Mahnung. Ich war damals tatsächlich falsch ausgerichtet, generell, was den Beruf und was Freundschaften anbelangte. Ich schlief im Büro, war ständig angespannt von der Arbeit, nahm mir keine Zeit für Mahlzeiten, war desorganisiert. Durch mein Golfspiel wurde ich zur Ordnung, neuer Ausrichtung und Aufmerksamkeit für mich aufgefordert. Erst dann konnte ich mich sinnvoll auf mein Ziel ausrichten, erst dann war mein Setup richtig.“

Golf lehrt nicht nur Technik, Schwung, Physik ect es beinhaltet automatisch die persönliche Entwicklung, Geduld, Demut, Anmut, Fingerspitzengefühl, Intuition, Vertrauen, Selbstbewusstsein,....

Eine Runde Golf verrät, wie ein Mensch ist. Der Aufschwung sagt so manches über einen Menschen aus. Mit Hast, Eile und Überstürzung zu spielen, erinnert an den Zappel-Phillipp. Sich ständig wichtig machen müssen, belehrend sein oder jeden Schlag dokumentieren, sich unterschätzen oder sich für stärker zu halten, frustriert und mit Schimpfparolen über den Platz rennen alles Hinweise, wie ein Mensch sein kann.

Die Magie beim Golf

Ich lege den Schlägerkopf hinter den Ball und stelle mir vor, dass beides zusammengehört. Der Gedanke beruhigt mich und es wird für mich realer, den wichtigsten Punkt zu treffen, den Sweet Spot.

Ich entwickle das Feeling für das Spiel, gehe ganz bewusst zu meinem Ball, nachdem ich weiß, wo mein Ball landen soll. Ich spüre das gesamte Energiefeld, Ich Selbst – mein Ball – mein Schläger – die Flugbahn – das Ziel. Ich befinde mich in meinem Kraftfeld. Ganz bald am Morgen, alleine, ohne Worte, vollkommene Stille, nur beruhigende Naturgeräusche, zeitlos und ganz in meinem Tun. Ich bin vollkommen Eins mit dem, was ist. Ich bin im Flow, erlebe vollendetes Glück, ein Gefühl von Hochstimmung und tiefster Freude. Die Natur Gehen Ausrichten mein Schwung das Schweben meines Balles

Ich spiele mit mehr als bisher, meine Herzkraft strömt und mein 3. Auge, meine Intuition, sieht scheinbar Unsichtbares. Das sind jene beiden Chakren (= Energiezentren), die mehr aus einer Golfrunde machen.

Ich zähle meine Punkte am Ende der Runde zusammen Punkte für Innere Ruhe, Gelassenheit, Konzentration, Freude, Genuss, für Mitgefühl und Achtsamkeit.

Ein schönes Spiel, ich fühle mich wohl, total wohl.



Ein Weg zu mir.

Kinesiologie Maria Auinger



Switched-On Golf™
Seminar für mentale Fitness im Golfspiel
Freitag, 9. Oktober 2009, 14:00-22:00 Uhr

Zeppelinstraße 58
A-4030 Linz a. d. Donau
[t+f] +43/(0)732/30 83 53 (Di, Mi & Fr 8-11 Uhr)

[e] maria.auinger@linzag.net
[w] www.kinesiologie-maria-auinger.at