

Vorwort

In diesem Buch habe ich alte, überlieferte ZENgleichnisse und -philosophien in die heutige Zeit »übersetzt«, um sie für unser modernes, westliches Denken etwas verständlicher zu machen. Die Geschichten sind einfach und schnörkellos, aber zugleich tiefsinnig, auch wenn manche auf den ersten Blick banal wirken mögen – das ist ZEN!

Ich beschäftige mich seit Langem mit dem mentalen Aspekt im Sport und habe viel Literatur über dieses Thema durchforstet. Angefangen von Standardwerken der Sportpsychologie bis hin zu Klassikern wie »Golf und Psyche« von Michael Murphy oder »INNER GAME GOLF« von W. Timothy Gallwey. Mein Studium hat mich zu diesem Buch inspiriert. Ich sehe es als passende Ergänzung zu klassischen Lehrmethoden, die oft an ihre Grenzen stoßen. Es eröffnet eine andere Perspektive auf das Spiel, hält sich mit Instruktionen zurück und schickt Sie auf eine spirituelle Reise.

Das Buch ist nicht als Bedienungsanleitung gedacht, trotz all der Hinweise, die Ihnen bei Ihrem Golfspiel helfen werden. Es soll vielmehr eine Inspiration sein, Verantwortung für Ihre eigene Entwicklung in beiden Bereichen zu übernehmen, beim Golfspiel und in Ihrem Leben.