
VORWORT

Die Welt ist wie eine riesige mechanische Uhr: Unendlich viele Zahnräder greifen ineinander und treiben schließlich den Uhrzeiger voran. Dieses mechanistische Verständnis von Ursache und Wirkung haben wir spätestens seit Isaac Newton. Und auf viele Erscheinungen trifft dieses Verständnis auch zu. Davon leben zum Beispiel die Naturwissenschaften.

Das Golfspiel leidet eher unter diesem Verständnis. Immer schon wurden die einzelnen Abschnitte und Sequenzen des Golfschwungs analysiert und wie die Zahnräder einer Uhr ständig präziser aufeinander abgestimmt. Heute stehen wir vor einem Wust technischer Anweisungen, der uns schier zusammenbrechen lassen könnte.

Das Golfspiel – genauer gesagt die Mechanik des Golfschwungs – war von jeher ein Lieblingsthema für den Forscherdrang der Systematiker. Das Resultat war nicht nur eine unglaublich tief schürfende Analyse der Komponenten und Abfolgen des Schwungs, sondern auch ein stetes Anwachsen der Golflehre. Trotz der unvermeidlichen Frustration, die sich ergibt, wenn man versucht, sämtliche Instruktionen zu verstehen, zu verinnerlichen und anzuwenden, will die Gier nach dieser Art von Wissen nicht enden. Auch der Glaube an die allein selig machende Kraft der Technik ist ungebrochen. Diese Gier kommt aus dem gleichen Verlangen nach Wissen, das auch die technologische Revolution Newtons angefeuert hatte: aus dem Verlangen nach Kontrolle.

Ich wusste, dass es im Golfspielen um Kontrolle ging. Auch ich war dem menschlichen Drang nach mehr Kontrolle erlegen. Wird dieser Drang nicht beobachtet, wird er erst zu einem Zwang und dann obsessiv. Die meisten Golfer sehnen sich nach einer Abkürzung auf dem Weg zur Meisterschaft, die darin besteht, jeden Ball zum gewünschten Ziel zu befördern, und das mit Grazie, Leichtigkeit, Präzision und Perfektion.

So sah auch mein Traum aus. Die Realität war von hohen Erwartungen geprägt, denen immer wieder Verzweiflung folgte. Zum Schluss resignierte ich und glaubte, Golf sei nur von denjenigen zu meistern, die über eine große athletische Fähigkeit

verfügen und Zeit haben, täglich zu üben. Ständig setzte ich mich mit Instruktionen auseinander, die mein Körper nicht befolgen konnte. Ich war sauer, wenn die erhofften Resultate ausblieben. Glücklicherweise machte mir meine Erfahrung mit dem Buch »Tennis und Psyche« es schließlich möglich, diesem Strom von Anweisungen zu entkommen, bevor ich in ihm ertrank.

Ich wollte sehen, wie weit ich kommen könnte, wenn ich auf die Vorzüge technischer Expertise verzichtete. Meine Lektoren und Herausgeber setzten mir das Ziel, die 80 zu unterschlagen. Während ich das Buch schrieb, durfte ich aber nur einmal in der Woche spielen. Die Originalausgabe des Buches schilderte daher meine Entdeckungen, die vielleicht in dieser Erkenntnis gipfelten: Natürliches Lernen wird nur dann möglich, wenn man die inneren Hindernisse überwindet, den Zweifel, die Angst, die mangelnde Konzentration. Das Buch stellte auch die grundlegenden inneren Fähigkeiten vor, die Lernen und Höchstleistungen ermöglichen.

Mittlerweile ist der Glaube an das menschliche Potenzial weiter verbreitet als früher. Doch unverändert stehen sich die meisten von uns tendenziell immer noch im Weg. Und wir gehen nach Fehlern so hart mit uns ins Gericht, dass jegliche Besserung fast ausgeschlossen ist. Nur wenn wir mutig und ehrlich zugeben, dass wir uns selbst stören, und wenn wir aufmerksamer werden, können wir die zahlreichen technischen Informationen, die uns zur Verfügung stehen, effektiv nutzen.

Kürzlich kam eine sehr beunruhigende Tatsache ans Licht. Die Masse der Golfer wird im Allgemeinen nicht besser! Bei einer Konferenz der PTA of America über »Lehren und Coaching« stellte das Golf Tips Magazine diese Frage: Wie kommt es, dass trotz der vielen Golfschulen, trotz talentierter Pros, trotz aller Trainingshilfen, trotz renommierter Trainingshandbücher und Zeitschriften, trotz High-Tech-Ausrüstung das Handicap des durchschnittlichen amerikanischen Golfers allenfalls stagniert oder – was laut Studien des amerikanischen Golfverbandes wahrscheinlicher ist – sogar steigt? Für mich ist die Antwort klar: Es gibt eine große Lücke zwischen unserem Wissen über den Golfschwung und unserer Fähigkeit, Menschen beim Lernen zu helfen.

Dieses Problem lässt sich weder durch Weiterentwicklung des technischen noch des erfahrungsorientierten Unterrichts allein lösen. Genauso wenig hilft es, beide Felder so zu untersuchen, als seien sie voneinander unabhängig. Wir brauchen eine eheähnliche Symbiose beider Sparten, in der jede die ihr angemessene, aber von der anderen unterschiedene Rolle spielt. Es kann ja auch keine glückliche Ehe geben, wenn jeder Partner dogmatisch auf seiner eigenen Perspektive besteht und den anderen dominieren will. Als ich das Buch neu bearbeitete, kam es mir vor allem darauf an, den nächsten Entwicklungsschritt des Inner Game zu formulieren. Die letzten vier Kapitel gehen über das Grundbedürfnis nach mehr Bewusstsein für Bewegung beim Golflernen und Golfspielen hinaus. In ihnen werden vor allem folgende Fragen behandelt: Welches Motiv habe ich, Golf zu spielen? Wie wirkt sich dieses Motiv auf mein Spiel aus?

Inner Game eröffnet Möglichkeiten des Selbst-Coachings, die man auf dem Golfplatz und außerhalb nützen kann. Es setzt Potenziale frei, die uns angeboren sind. Wir müssen sie nur wieder entdecken, um jene Brücke zwischen Mechanik und Gefühl zu schlagen, die heute wichtiger ist denn je.

Diese Brücke zwischen dem Inneren und dem Äußeren kann uns die Erfüllung bringen bei jedem Spiel, das wir spielen. Sie kann uns gewiss zu größerem und vergnüglicherem Respekt vor dem uralten und wundervollen Spiel Golf verhelfen.

W. Timothy Gallwey