

ゴルフ・カフェ「我・想」

マスター 「ゴルフの充実感って、お客さんは??」

お客 「マスター新年ソウソウ、きましたネ」

「今日イチの飛び・それと方向性、バーディーとか、パーとかネ」

「結果的にハッキリするものだと思うネ〜」

マスター 「むずかしい、ハンディー1とか2のホールでパーを取る」

「うれしいですネ〜」

お客 「うれしいデスネ」「ですがマスターそのあとのティーショット・気つかいますネ」

「ハンディー18のホールでダボたたく」「クヤシイすネ」

「あれは何んですかネ、急にお先まっくらってネ」

マスター 「自分の未熟さをツクツク感じますネ〜」「ビールにしますか、それともカクテル!」

お客 「感じますネ、カクテルで」「ゴルフが若いってわかります?」

マスター 「わかりますネ」

お客 「時々、心に感じることもあるんですネ」「まだ若いけど成熟していないけど」

「若いなりに、未熟なりに、オレの進むべき道、求めて行く先が見えちゃうことが…」

マスター 「ありますネ、ケイタイにメモしちゃうって…お客さんは?」

お客 「練習で充実感、感じます?」「先の見通せる安心感、達成感ってどうか」

「こうジワ〜とわきあがってきますネ〜」

マスター 「何か安心しちゃう、求めるものがはっきりする時が」「突然もアリですネ」

お客 「何か出来るって感じますネ」「安心の“信ちゃん”って感じ」

「これがゴルフの充実感ですかネ〜」

マスター 「充実感ですかネ〜」

お客 「幸せだと思いますネ」「充実感は幸せ感ですか、ネ、マスター」

自分に掲げた目標「ルーティーンシステム」に一步一步、歩み寄る過程に喜びを見い出す

「自身の心」が成功に導かれ感情移入する、その過程の先に喜びが見える!!そんな目標がゴールかもしれないネ…ひとつの。

「私は今、16番のティーグラウンドに立っています」

「狭いフェアウェーを見て、どのポイントにドライブするかを定めます」

「今日一日のルーティーンのコントロール過程を心の中でリピートして」

「ルーティーンは完璧に仕上がっている。風も、太陽も、心地良い」

今、一瞬先に存在価値を誇っているフェアウェーのボールをイメージして、スイングをする

「心地良さは、完璧である!!私はゴルフを楽しんでいます」

“春一番、私の16番ティーグラウンド上の「心の窓」に映ったものをつかみだしてみました”

ホートン・スミス全米賞受賞理由は、法則と原則に基づく理論と、その“教え方”があげられました。

プロを目指す人、そしてゴルフを楽しむ私達に対しても実現性のあるプログラムとして…です。

『人間は、今、一瞬先、あるいは近い将来を計画すべく「過去」を使うことに心を奪われている』

脳神経科学者、アントニオ・ダマシオ博士の言葉で、人間生命体の神経生理学的な働きで、私達ははっきりとは意識できない働きだといえます。

望む言葉、良い結果を得るためには、スイングに要する身体各部分のタイミングの合ったコントロールが必要条件でしょう。スライス・フック・トップ・ダブリ…といった結果に心を使うことは、身体と心のコントロールを不毛のまま一日を終えることになります。

スイングルーティーンシステムとして身体と心のコントロールに集中できる

「4(フォー)ルーティーンシステム」をおすすめします。

必要条件は……シンプルなスイング要素/身体を動かす信頼のおける要素/を4つ持つことです。

4つの要素は…1つ1つの文章で表示します。4つの要素の文章は貴方のスイングの「正誤表」です。

正誤表は……スイング結果はスライス…正誤表を参照し、ルーティーン何番目に問題有りを指摘します。要素の文章に照らし合わせ、何が抜けたか、忘れ去られていたものは何かを指摘することによって、次のスイング、一瞬先の未来のために「過去」を使うことです。

次のスイング…一瞬前の過去を使って、微調整されたルーティーンは、その結果通り望む結果をあなたに与えます。

身体のコントロール…集中することはあなたの心がポジティブ状態を保ち、心地良い身体状態の基にスイングをコントロールする…自然と良い結果があなたの心をつつみます。

もし……その結果が望ましくない内容ならば…その原因は手に取るようにはっきりします。

進歩・向上に向ける練習課題も明確に示され、あななの取組みも、シンプルでしょう。

進歩・向上する未来を見通せる身体状況を常に自身の心に向けておく事は、安心と信頼、ひいては「幸せ」に通じると言えましょう。あなたの進歩と未来が見通せる「心の窓」を携えて一步一步着実にあなたの夢と楽しさを手にする…その過程の喜びに心地良さを!!

平成24年、初春を迎えて

皆さんにゴルフを楽しんでもらいたくて!!

「4(フォー)ルーティーン・システム」展開中