



GAJ すくーる・かいほう '09 WWW.GAJ.CO.JP/ 2016・11月・12月 0120-136-172

全米賞
受賞
プログラム

からだのなかの私-私のなかのからだ

エンドレス・ルーティーンシステム
ReSet/ポジティブなスイング風景のために
〈ちよつとの閃カウントアップ 0012〉

忘れていてもいい...両手の触感がグリップを認識すれば
からだのなかの私がスイングというメッセージを發します

からだのなかの私-私のなかのからだ...を題して今年1年
デレック・ハーディ氏とGAJがはたそうとしている試みについて表現してきました。
私達の進むべき道、常に冷静であるためのプレ・スイング/イン・スイング/ポストスイングの
3つのルーティーンシステムはエンドレスシステムとして帯同するキャディーの役割を果たします/1月2月
カラオケのイントロに当たるのがプレ・スイングルーティーン。ルーティーンに入るきっかけを私達に知らせて
くれます/3月~6月
進むべき道と成功の感覚を味わうスイングルーティーンの詳細に集中し、望ましいイメージと心の声をスイン
グ動作の動作言葉とする「宣言文」を繰り返し練習した/7月8月

蜘蛛は「クモ」の巣の作り方を知っているのと同じように、私達も言葉の使い方を知っています。
“言葉は本能”...とチャールズ・ダーウィン。言葉の能力は「技術を獲得しようとする本能的傾向」で常
に健全な成長の「礎え」となるシステムといえます。
繰り返し練習したあなたは、言葉を繋ぐ事でスイングが完成する「心の目撃者」になったはずの9月10月

「唄は時代のキャッチボール」と言う作詞家阿久悠氏、そして「その人の・その時の餓を見出し...そし
て満たす...言葉」とも彼は言う。彼の言葉から「欲望」という心の言葉を引出し、歌のように言葉を繋ぐ
ことによってゴルファーはスイングという欲望を満たします。

その昔、万葉の人々は言葉を「言霊」/ことだま/と言い、言葉に宿っている不思議な力を信じていました。
その当時!「言霊の靈妙なる働きによって幸福をもたらす国」と親しみを込めて我が国をたたえていました。
ゴルフスイングは私のメッセージです。「パズル」のように言葉を繋いで飢えている欲望を満たし幸せをも
たらします。スイングは決してミステリーではありません。

忘れていてもいい...両手の触感がグリップを認識すれば
からだのなかの私がスイングというメッセージを發します

SUNDAY DIMANCHE	MONDAY LUNDI	TUESDAY MARDI	WEDNESDAY MERCREDI	THURSDAY JEUDI	FRIDAY VENDREDI	SATURDAY SAMEDI
2016 11 NOVEMBER NOVEMBRE	1	2	3 ゆり	4	5 らうんど	6 ゆり
7	8	9 ゆり	10	11	12 ゆり	
13	14	15	16 ゆり	17	18 らうんど	19 ゆり
20	21	22	23	24	25	26 ゆり
27	28	29 らうんど	30	10 OCTOBER 2016 MONDAY TUE WED THU FRI SAT 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	12 NOVEMBER 2016 MONDAY TUE WED THU FRI SAT 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	

SUNDAY DIMANCHE	MONDAY LUNDI	TUESDAY MARDI	WEDNESDAY MERCREDI	THURSDAY JEUDI	FRIDAY VENDREDI	SATURDAY SAMEDI
2016 12 DECEMBER DECEMBRE				1	2	3 ゆり
4	5	6	7 ゆり	8 らうんど	9	10
11	12	13 らうんど	14 ゆり	15	16	17 ゆり
18	19	20	21 ゆり	22 らうんど	23	24 ゆり
25	26	27	28 ゆり	29	30	31



《心にスクリーンをもつ》
スイングは
私のメッセージ

組立は
パズル

『さまざまなセットアップ文を動きに変換』

『動きの指示』
「右軸内側キープ」

右軸(右足の裏)内側をキ

『動きの指示』
「左膝送り」
「両腕回転クロス」
「真直ぐ上げる」

『動きの指示』
「左肩ボール後方」

『変換の結果をチェック』

肩をボールの後方に入れ

『動きの指示』
「トップキープ」
「左膝確保」

トップそのまま左膝に乗

『動きの指示』
「左上腕キープ」
「両肩回転バック」

左上腕をキープ、両肩の

『動きの指示』
「フィニッシュ・右軸出す」

フィニッシュに向けて右軸を出す

『エネルギー指示・全行程再生チェック』