



Lesezeit: Mental-Bibel

Selbstläufer

Ein Sachbuch, das sich komplett ohne Werbung, wie von selbst verkauft, ist selten. »Inner Game Golf« (Alles im Fluss Verlag, 282 S., 24,80 Euro, innergamegolf-buch.com) von Timothy Gallwey hat es geschafft. Im englischsprachigen Raum ein Klassiker, ist die Mental-Golf-Bibel in Deutschland jetzt in der dritten Auflage erschienen. Der Erfolgsband ist kein typisches Anleitungsbuch über technische und mentale Aspekte des Golfspiels. Man wird vielmehr eingeladen, sein eigenes Spiel zu entdecken, und soll aufmerksamer erkennen, was beim Golfen in einem vor sich geht. Gallwey weist u.a. den Weg zum Selbst-Coaching: »Ein Spieler, der lernt, präzise und kraftvoll sogar unter Druck zu handeln, erwirbt eine innere Fähigkeit, die es ihm erlaubt, auch mit anderen Situationen in seinem Leben fertig zu werden.«