

“Auke Hempenius haalt het beste in de mens naar boven”



Hij is geen traditionele golfpro, geen psycholoog en geen leraar. Eerder een mental coach. Auke Hempenius combineert het technische met het mentale en brengt op een totaal andere manier zijn co-creators – de term leerlingen mijdt hij – het fascinerende golfspel bij. Als bevlogen coach ontwikkelde hij een uniek concept: het Inner Genius Golf.

tekst | JOLETTE VAN EIJDEN
fotografie | JAN ERKELENS

De ideeën voor Inner Genius Golf (IGG) nam Auke Hempenius (51) anderhalf jaar geleden mee uit Amerika, waar hij 26 jaar woonde. Zijn filosofie is gebaseerd op het verhogen van bewustzijn, balans, ritme en gevoel. In zijn sessies komt het technische aspect aan de orde, zonder dat de co-creator met techniek bezig is. „Het merendeel van de mensen is zich heel weinig bewust van de eigen golfswing, weten niet waar de golfclub en het clubblad zich bevinden. De golfswing kun je beleven. Het is een swing van 540 graden; een energiebaan die je kunt voelen.”

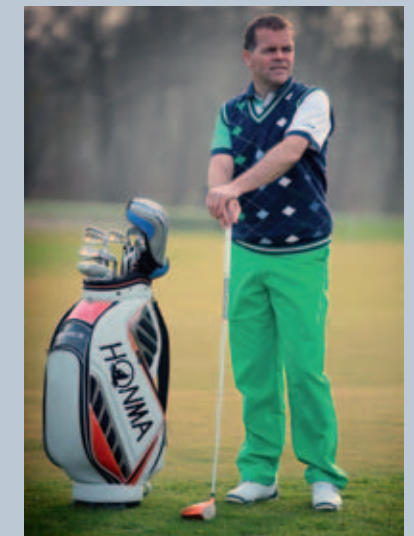
Verbaliseren

„Verbaliseren is enorm belangrijk,” vervolgt Hempenius. „De traditionele manier van lesgeven is puur gericht op het bijbrengen van techniek. Deze methode is onvermijdelijk gekoppeld aan woorden als willen, moeten, proberen en verwachten. Deze woorden vermijden we. Ze roepen

beperkingen op, terwijl ieder mens het in zich heeft om het ideale golfspel te spelen op het summum van zijn of haar potentieel. Alleen heeft men vaak geen notie van het eigen potentieel. Die innerlijke capaciteit ontwikkel ik met de woorden voelen, ervaren, toelaten, waarnemen en beleven. Om deze nieuwe, veelomvattende filosofie uit te leggen, geef ik een introductiesessie van 75 minuten. Mijn aanpak is volledig individueel, gericht op wat voor de golfer het beste is.”

Mindmap

Na enkele sessies gaat Hempenius op zoek naar datgene wat zijn co-creator passioneert of waarin hij of zij goed is. Dat wordt de metafoor, vastgelegd in een mindmap, die als basis dient voor de oefeningen. „Een metafoor is krachtig en eenvoudig uit te leggen. Het kan muziek zijn,



dans of iets uit de dierenwereld, of bijvoorbeeld het geluid van een Aston Martin. Deze metafoor geeft een plezierige associatie, waardoor men meer ontspannen aan de oefening begint. De golf-metafoor die ik voor iemand vind, is essentieel.”

De filosofie van Inner Genius Golf reikt verder dan alleen het golfen, weet Hempenius. „Co-creators ervaren op een mooie manier dat wat je kunt, te beïnvloeden is. Dat er meer in je zit dan je denkt. Deze filosofie is ook in het dagelijks leven toe te passen.”



Inner Genius Golf
info@innergeniusgolf.nl
www.innergeniusgolf.nl
T: 06-51218631