

Enjeu du golf : une métaphore de la vie ?

Antoni Girod dans son livre « Golf - Préparation mentale »(*) nous amène à réfléchir sur le sens du jeu de golf et son impact sur notre façon d'aborder la vie. Je vous propose de revenir sur ses écrits et de pousser un peu plus loin cette réflexion.

Qu'observe-t-on sur un parcours ?

« ... un être humain, apparemment normal, qui tape une balle dans l'herbe en essayant de l'amener dans un trou d'un diamètre de 108mm, puis dans un autre et ainsi de suite pendant 18 trous. Il passe ainsi des heures et un certain nombre d'années à produire des trajectoires de longueur et de hauteur variables. ... Parfois, on l'entend grogner, jurer. Le voilà un peu plus tard en train de jeter furieusement son club au sol. A un autre moment, on pourra le voir brandir son poing serré tout en se prodiguant des encouragements musclés. Un extra-terrestre débarquant sur un parcours de golf serait pour le moins intrigué par cet ensemble de comportements et pourrait se poser des questions sur les êtres vivants peuplant cette planète. »

Une quête vide de sens ?

« Il est vrai que toute cette activité industrielle ... peut paraître absurde, inutile et vide de sens. » Et de poursuivre : « Si le but du golf était juste de mettre la balle dans un trou, il serait beaucoup plus rapide, plus pratique et plus simple de placer les départs à quelques centimètres des trous. ... Imaginez 18 trous en un ... La perfection absolue et le comble de l'ineptie. »

Pourquoi les architectes s'ingénient-ils à complexifier les parcours ?

« Si les architectes ... mettent autant d'ingéniosité à créer des obstacles les plus divers ..., à façonner des fairways étroits ... et à imaginer des fausses perspectives, ... c'est que le véritable sens du golf réside précisément dans ses obstacles. »

« Pester contre eux est le signe évident d'une incompréhension totale de la nature profonde de ce sport » dixit.



Je mettrai ici un bémol, car je pense que le golfeur qui « peste », le fait moins à l'encontre de l'obstacle ou de son club, que de lui-même. Dans la majorité des cas, si on regarde au-delà de l'apparence, il me semble que c'est surtout après lui, que le golfeur énervé en a. Oserai-je dire : malheureusement pour lui !

Suis-je ce que je fais ?

Le fait de s'énerver après soi revient à s'invalider, à se dévaloriser.

La réaction sereine, pour ne pas dire saine serait d'accepter ce qui est, c'est-à-dire, « Bon j'ai raté, mais c'est ok ! ». Car il touche à mon comportement temporaire et non à toute ma personne. Autrement dit, il est important de ne pas confondre ce que je fais avec qui je suis.

Nous ne sommes pas nos comportements !

Quel est le véritable enjeu du golf ?

Antoni Girod poursuit : « Le véritable enjeu du golf, ... est donc d'arriver à développer une maîtrise de soi toujours plus grande dans la quête d'un idéal semé d'embûches. »

Nous y voilà ! Développer une maîtrise de soi ... au service d'une quête !

Effectivement, au golf, plus je maîtrise mes émotions (au sens de ne pas me laisser envahir par elles), plus je lâche prise sur le fait que je ne peux pas tout contrôler, plus j'accepte avec humilité ma condition d'humain imparfait, moins je me mets de pression, d'enjeu, de stress et mieux je réussis. Et dans la vie ?



Le golf comme un tremplin pour une philosophie de la vie ?

Et A. Girod de questionner : « Ne serait-ce pas là une métaphore de la vie ? Que faisons-nous tout au long de notre parcours vital sinon courir après des buts et des rêves que l'architecte suprême s'est ingénié à rendre difficilement accessibles ? »



Car, outre le plaisir d'être avec des amis, de faire du sport dans un contexte agréable, le golf est, comme l'exprime A. Girod « une formidable invitation à se connaître soi-même et à développer les qualités intérieures de courage, de persévérance et de lucidité indispensables sur le grand parcours de l'existence. »

Je rajouterai que le golf permet de développer ses capacités de lâcher-prise, d'acceptation et d'humilité qui donnent à la vie un goût inimitable et une envie irrésistible de la croquer à pleines dents, avec ce large sourire qui ouvrent toutes les portes du possible et du bonheur !

Alors, profitez-en bien ... et surtout faites-vous plaisir !

(*) Aux Editions Amphora,



Colette MARRIER
2Va consultants

Coach certifiée et formatrice pour
Entreprises et Golfeurs
Maître-Praticien en PNL,
Analyse Transactionnelle, TOB
systémique, Team Building Outdoor
autour du Golf pour les organisations
Stages pour golfeurs « Golf Plus Mental »
colette.marrier@2vaconsultants.com
+33 (0) 6 62 33 09 81