

Golfbälle.... oder: über die Prioritäten im Leben

Eine Lebenshilfe für gestresste Menschen

Wenn die Dinge im Leben immer schwieriger werden, wenn 24 Stunden pro Tag nicht genug zu sein scheinen und alles über dem Kopf zusammenzubrechen droht, kann es hilfreich sein, sich an die Geschichte mit den Golfbällen und dem Bier zu erinnern. Und die geht so:

Ein Professor stand eines Tages vor seiner Klasse, nahm wortlos einen sehr großen Blumentopf und begann, diesen mit Golfbällen zu füllen. Er fragte die Studenten, ob der Topf nun voll sei. Sie bejahten es.

Dann nahm er ein Eimer mit Kieselsteinen und schüttete diese in den Topf. Er bewegte den Topf sachte und die Kieselsteine rollten in die Leerräume zwischen den Golfbällen. Wiederum fragte er die Studenten, ob der Topf nun voll sei. Sie stimmten zu.

Als nächstes nahm er eine Dose mit Sand und schüttete den in den Topf. Natürlich füllte der Sand den kleinsten verbliebenen Freiraum. Er fragte nochmals, ob der Topf nun voll sei. Die Studenten antworteten einstimmig „ja“.

Der Professor holte zwei Dosen Bier unter dem Tisch hervor und schüttete den ganzen Inhalt in den Topf und füllte somit den letzten Raum zwischen den Sandkörnern aus. Die Studenten lachten.



„Nun“, sagte der Professor, als das Lachen langsam nachließ, „Ich möchte, dass Sie diesen Topf als die Repräsentation Ihres Lebens ansehen.“

„Die Golfbälle sind die wichtigen Dinge in Ihrem Leben: Ihre Familie, Ihre Kinder, Ihre Gesundheit, Ihre Freunde, Ihre Überzeugungen; die bevorzugten, ja leidenschaftlichen Aspekte Ihres Lebens.

Die Kieselsteine symbolisieren die anderen Dinge im Leben wie Ihre Arbeit, Ihr Haus, Ihr Auto.

Der Sand ist alles andere, die Kleinigkeiten.“

„Falls Sie den Sand zuerst in den Topf geben“, fuhr der Professor fort, „hat es weder Platz für die Kieselsteine noch für die Golfbälle.“

„Dasselbe gilt für Ihr Leben. Wenn Sie all Ihre Zeit und Energie in Kleinigkeiten investieren, werden Sie nie Platz haben für die wichtigen Dinge. Spielen Sie mit den Kindern. Nehmen Sie sich Zeit für eine medizinische Untersuchung. Führen Sie Ihren Partner zum Essen aus. Engagieren Sie sich für Ihre Überzeugungen - es wird immer noch Zeit bleiben das Haus zu reinigen oder Pflichten zu erledigen.“

„Achten Sie zuerst auf die Golfbälle, die Dinge, die wirklich wichtig sind. Setzen Sie Ihre Prioritäten. Der Rest ist nur Sand.“



Einer der Studenten erhob die Hand und wollte wissen, was denn das Bier repräsentieren soll. Der Professor schmunzelte:

„Ich bin froh, dass Sie das fragen. Es ist dafür da, Ihnen zu zeigen, dass, egal wie schwierig Ihr Leben auch sein mag, immer noch Platz ist für ein oder zwei Bierchen.“