

## Die Geschichte von Golfbällen, Kiesel, Sand und Kaffee

Ein Professor stand vor seiner Philosophie-Klasse und breitete einige Gegenstände vor sich aus. Als die Stunde anfang, nahm er wortlos ein großes leeres Glas und begann es mit Golfbällen zu füllen. Er fragte nun seine Studenten, ob das Glas voll sei. Die Studenten waren der Meinung, dass dies der Fall sei.

Danach öffnete der Professor eine Kiste mit Kieselsteinen und schüttete sie in das Glas. Die Kieselsteine rollten in die Räume zwischen den Golfbällen. Er fragte nun wieder seine Studenten, ob das Glas voll sei, und sie waren der Meinung, dass es nun wirklich voll sei.

Als nächstes nahm der Professor ein Kistchen voll Sand und leerte es in das Glas. Natürlich füllte der Sand jeden noch so kleinen Zwischenraum aus, und natürlich fragte er wieder, ob das Glas denn nun endlich voll sei. Die Studenten antworteten einstimmig, dass es nun wirklich bis obenhin gefüllt sei.

Daraufhin präsentierte der Professor eine Tasse Kaffee, die er unter seinem Pult stehen hatte und goss den Inhalt in das Mayonnaisen-Glas, in welchem der Kaffee nun auch noch die kleinsten freien Räume zwischen dem Sand auffüllte. Die Studenten lachten.

„Nun“, sagte der Professor, als das Lachen abgeklungen war. „Ich möchte, dass Sie erkennen, dass das Glas hier Ihr Leben repräsentiert:

- Die Golfbälle sind die wichtigsten Dinge in Ihrem Leben: Gott, die Familie, die Kinder, die Gesundheit, Freunde, Ihre Hobbys - Dinge, die Ihr Leben ausfüllen, auch wenn alles Andere fehlen würde.
- Die Kieselsteine sind die übrigen Dinge von Bedeutung, wie der Job, das Haus, das Auto etc.
- Der Sand ist alles andere, die Kleinigkeiten im Leben.

Wenn Sie nun den Sand zuerst in das Glas füllen, ist kein Platz mehr für die Kieselsteine oder die Golfbälle. Genauso ist es im Leben: Wenn Sie all Ihre Energie und Zeit für die Kleinigkeiten aufwenden, werden Sie niemals Raum und Zeit für die Dinge haben, die Ihnen wichtig sind.

## Was im Leben wirklich zählt

Achten Sie auf die Dinge, die entscheidend für Ihr Glück sind.

- ☺ Spielen Sie mit Ihren Kindern.
- ☺ Nehmen Sie sich Zeit für medizinische Vorsorgeuntersuchungen.
- ☺ Führen Sie Ihren Partner zum Essen aus.
- ☺ Reisen Sie oder treiben Sie Sport.
- ☺ Pflegen Sie Ihre Leidenschaften.
- ☺ Leben Sie Ihren Traum.
- ☺ Es wird immer noch genügend Zeit übrigbleiben, um das Haus aufzuräumen und den Müll rauszubringen.
- ☺ Achten Sie auf die Golfbälle, die Dinge im Leben, die wirklich zählen. Der Rest ist nur Sand.

Nun streckte einer der Studenten auf, und fragte, was es mit dem Kaffee auf sich habe. Der Professor lächelte. „Ich bin froh, dass Sie nachfragen. Es soll Ihnen zeigen, dass, egal wie ausgefüllt oder anspruchsvoll Ihr Leben auch sein mag, immer noch Platz ist, für ein oder zwei Tassen Kaffee.“