

Der Krug und die Steine



Ziel

Geistiges „Futter“, Reflektieren, Nachdenken



Dauer

5-10 Minuten



Sozialform

Plenum



Material

Text vorlesen in einer Entspannungsposition oder Yinyoga-Pose

Ein Zeitmanagementexperte hält einen erlebnisorientierten Vortrag vor einer Gruppe Studenten, die Wirtschaft studieren. Er möchte den Studenten einen wichtigen Punkt im Karrierebewusstsein unvergesslich vermitteln.

Als er vor der Gruppe dieser angehenden Führungskräfte steht, sagt er:

"Okay, Zeit für ein Rätsel."

Als er den Wasserkrug mit den Steinen bis oben gefüllt hat und kein Platz mehr für einen weiteren Stein ist, fragt er, ob der Krug jetzt voll ist. Alle sagen: "Ja!" Er fragt: "Wirklich?" Er greift unter den Tisch und holt einen Eimer mit Kieselsteinen hervor.

Einige hiervon kippt er in den Wasserkrug und schüttelt diesen so, dass sich die Kieselsteine in die Lücken zwischen die großen Steine setzen. Er fragt die Gruppe erneut: "Ist der Krug nun voll?" Die Antwort: "Wahrscheinlich nicht!" "Gut", antwortet er.

Er schüttet Sand in den Krug und wiederum sucht sich der Sand den Weg in die Lücken zwischen den großen Steinen und den Kieselsteinen.

Anschließend fragt er: "Ist der Krug jetzt voll?"

"Nein!" rufen alle Studenten.

Noch einmal sagt er: "Gut!"

Dann nimmt er einen mit Wasser gefüllten Krug und gießt das Wasser in den anderen Krug bis zum Rand.

"Was ist der Sinn meiner Vorstellung?"

Einer hebt seine Hand und sagt: "Es bedeutet, dass egal wie voll auch dein Terminkalender ist, wenn du wirklich versuchst, kannst du noch einen Termin dazwischenschieben."

"Nein!" antwortet der Dozent, "das ist nicht der Punkt."

Die Moral dieser Vorstellung ist:



Wenn du nicht zuerst mit deinen großen Steinen den Krug füllst, kannst du sie später nicht mehr hineinsetzen.

Was sind die großen Steine in eurem Leben?

Eure Kinder, Menschen die ihr liebt, euer Job, eure Träume, unvergessliche Anlässe, Dinge zu tun, die ihr liebt, Zeit für euch selbst, eure Gesundheit, eure Lebenspartner?

Denkt immer daran, die großen Steine zuerst in euer Leben zu bringen, sonst bekommt ihr sie nicht mehr alle unter.

Wenn du zuerst mit den unwichtigen Dingen beginnst, den Kieselsteinen oder dem Sand, dann füllst du dein Leben mit kleinen Dingen und beschäftigst dich mit Sachen, die keinen Wert haben und du wirst nie die wertvolle Zeit haben, für große und wichtige Dinge, die großen Steine.

Gefunden unter: <http://robert-betz.com/mediathek/inspirationen/der-krug-und-die-steine/>

