

Coaching-Letter

seit 2003

Nr. 98, Juli 2011

Thema:

SOMMERLEKTÜRE - DIE SCHÖNSTEN GLEICHNISSE, GLOSSEN UND GESCHICHTEN

INHALT:

- Die Geschichte vom Blumentopf und dem Bier
- Wie man LIEBE installiert
- Till Eulenspiegel
- Zwei Wölfe
- Der Hammer
- Wo bitte geht's denn hier zum Bahnhof?
- Das Märchen vom Tempel der tausend Spiegel
- Zu guter Letzt...

Die Geschichte vom Blumentopf und dem Bier

Ein Professor stand vor seiner Philosophie-Klasse und hatte einige Gegenstände vor sich. Als die Vorlesung begann, nahm er 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 der Professor ein Behältnis mit Kieselsteinen und schüttete diese in den Topf.

Er bewegte den Topf sachte, und die Kieselsteine rollten in die Leerräume zwischen die Golfbälle. Dann fragte er die Studenten wiederum, ob der Topf nun voll sei. Sie stimmten zu. Der Professor nahm als nächstes eine Dose mit Sand und schüttete diese in den Topf. Natürlich füllte der Sand den kleinsten verbliebenen Freiraum. Er fragte wiederum, ob der Topf nun voll sei. Die Studenten antworteten einstimmig mit „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, die bevorzugten, ja leidenschaftlichen Aspekte Ihres Lebens, welche, falls in Ihrem Leben alles verloren ginge und nur noch diese verbleiben würden, Ihr Leben trotzdem noch erfüllen würden.

Die Kieselsteine symbolisieren die anderen Dinge im Leben, wie Arbeit, Ihr Haus, Ihr Auto. Der Sand ist alles andere, die Kleinigkeiten. Falls Sie den Sand zuerst in den Topf geben, gibt 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.

Achten Sie auf Dinge, welche Ihr Glück gefährden. Spielen Sie mit Ihren Kindern. Nehmen Sie sich Zeit für eine medizinische Untersuchung. Führen Sie Ihren Partner zum Essen aus. Es wird dann immer noch Zeit bleiben, um das Haus zu reinigen oder Pflichten zu erledigen.

Achten Sie immer zuerst auf die Golfbälle, die wirklich wichtig sind.

Setzen Sie Prioritäten! ... Der Rest ist nur Sand.“

Einer der Studenten erhob die Hand und wollte wissen, was denn das Bier repräsentieren solle. Der Professor schmunzelte: "Ich bin froh, dass Sie das fragen.“

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



Wie man LIEBE installiert...

Anruf bei einer Hotline:

Anrufer:

Hi, ich hab hier ein neues Programm, das würde ich gern auf meinem persönlichen System installieren. Es heißt LIEBE. Was soll ich denn da als Erstes machen?

Hotline:

Auf Ihrer Festplatte gibt es eine Partition, die heißt HERZ. Haben Sie die?

Anrufer:

Ach so, das ist der Trick! Ich hab's immer auf der Hauptpartition KOPF versucht. Na gut, ich probier das mal ? Mist, HERZ ist aber ziemlich voll!

Hotline:

Machen Sie mal den Task-Manager auf und gucken unter "Prozesse". Was läuft denn da so?

Anrufer:

Oh je, Alte_Verletzungen.exe, Groll.com, Geiz.com, Ablehnung.exe und lauter so Zeug. Vor allem Hass.exe ? Boah, das krallt sich fast den ganzen Speicher!

Hotline:

Kein Problem. LIEBE wird vieles davon automatisch aus Ihrem Betriebssystem raushauen. Manches bleibt zwar im Hintergrund aktiv, wird aber keine anderen Programme mehr stören. Alte_Verletzungen.exe und Geiz.com müssen Sie aber vor der Installation selber vollständig löschen.

Anrufer:

Nein! Das ist ein ganz wichtiges gutes altes Stück! Das hat mich Jahrzehnte gekostet, all die Komponenten dafür zu sammeln! Muss das wirklich raus?

Hotline:

Ja, das ist unumgänglich. Gehen Sie ins Startmenü und suchen Sie Zubehör/Verzeihung. Das lassen Sie so oft laufen, bis Geiz.com und die Alten_Verletzungen vollständig raus sind.

Anrufer:

Na gut, wenn's sein muss. LIEBE ist mir einfach so sehr empfohlen worden, das Ding will ich unbedingt hier laufen haben! So, geschafft ... He! Da steht jetzt: "ERROR 490? Programm läuft nicht auf internen Komponenten". Was soll denn das?

Hotline:

Nichts Schlimmes, ist ein altbekanntes Problem. Es bedeutet, dass LIEBE für externe HERZEN konfiguriert ist, aber auf Ihrem eigenen ist es noch nicht gelaufen. Das ist eine von diesen ganz komplizierten Sachen. Ich sag's mal so: Sie müssen zunächst Ihr eigenes Gerät lieben, bevor es andere lieben kann.

Anrufer:

Hä?



Hotline:
Können Sie den Ordner Selbstakzeptanz finden?

Anrufer:
Ja, hab ich.

Hotline:
Wunderbar. Klicken Sie auf die folgenden Dateien und kopieren Sie die in den Ordner MEINHERZ, und zwar: Selbstvergebung.doc, Selbstschätzung.doc und Güte.txt. Außerdem bitte Selbstbeurteilung.exe aus allen Ordnern löschen und dann den Papierkorb leeren, sonst kommen die immer wieder zurück.

Anrufer:
LIEBE installiert sich jetzt ganz von selbst. Ist das gut so?

Hotline:
Ja, so gehört das. Nun sollte eine Nachricht auftauchen, dass sich LIEBE immer wieder neu lädt, so lange Ihre HERZ-Festplatte läuft. Sehen Sie diese Nachricht?

Anrufer:
Seh ich. Ist die Installation nun abgeschlossen?

Hotline:
Ja, aber denken Sie dran, dass Sie bis jetzt nur die Basisversion installiert haben. Sie müssen sich nun mit anderen HERZEN vernetzen, damit Sie an die Upgrades rankommen.

Anrufer:
Ok. Klasse! Mein HERZ lädt gerade eine wunderschöne Melodie. Auf meinem Bildschirm läuft Lächeln.mpg. Wärme.exe, Friede.exe, Zufriedenheit.doc und lauter so Sachen breiten sich gerade im Speicher aus. Fühlt sich gut an!

Hotline:
Fein. Damit ist LIEBE installiert und läuft. Von diesem Punkt an sollten Sie gut alleine weiterkommen.

Anrufer:
Jetzt brauchen Sie sicher meine Kontonummer wegen der Abbuchung.

Hotline (lacht):
Nein, LIEBE ist Freeware. Geben Sie das Programm bitte an jeden weiter, den Sie treffen, mit allen Komponenten. Die Leute werden es dann ihrerseits weiterverbreiten, und ich wette, dass Sie dann von denen eine Menge ganz feiner neuer Module zurückbekommen.

Anrufer:
Gebongt, will ich gern machen. Vielen Dank für Ihre Hilfe!

(Autor unbekannt)



Till Eulenspiegel

Immer dann, wenn Till Eulenspiegel auf seinen Wanderschaften steile und mühselige Anstiege zu bewältigen hatte, so marschierte er fröhlich pfeifend und bester Dinge bergauf. Wenn dann aber die beschwerliche Höhe erklommen war und es endlich leichtfüßig hinab ging, verfinsterte sich jedes mal seine Laune und er begann zu jammern und wehzuklagen.

Auf die Frage, woher sein seltsames Verhalten rühre entgegnete Till Eulenspiegel, dass ihm auf dem Weg bergan ja schließlich der herrlich leichte Abstieg bereits vor Augen stünde und er daher voll Zuversicht und Lebensfreude sei. Geht's dann jedoch bergab müsse er stets schon an den bevor stehenden, quälenden und Kräfte zehrenden Weg wieder hinauf denken...

Zwei Wölfe

Ein alter Indianer saß mit seinem Enkel am Lagerfeuer. Der Alte sagte nach einer Weile des Schweigens: "Weißt du, im Leben ist es oft so, als ob zwei Wölfe im Herzen miteinander kämpfen. Einer der beiden ist rachsüchtig, aggressiv und grausam. Der andere hingegen ist liebevoll, sanft und mitfühlend." - "Welcher der beiden gewinnt den Kampf um das Herz?" fragte der Junge.

"Der Wolf, den man füttert", antwortete der Alte.

Der Hammer

Ein Mann will ein Bild aufhängen. Den Nagel hat er, nicht aber den Hammer. Der Nachbar hat einen. Also beschließt unser Mann, hinüberzugehen und ihn auszuborgen. Doch da kommt ihm ein Zweifel: Was, wenn der Nachbar mir den Hammer nicht leihen will? Gestern schon grüßte er mich nur so flüchtig. Vielleicht war er in Eile. Aber vielleicht war die Eile nur vorgeschützt, und er hat etwas gegen mich. Und was? Ich habe ihm nichts getan; der bildet sich da etwas ein. Wenn jemand von mir ein Werkzeug borgen wollte, ich gäbe es ihm sofort. Und warum er nicht? Wie kann man einem Mitmenschen einen so einfachen Gefallen ausschlagen? Leute wie der Kerl vergiften einem das Leben. Und dann bildet er sich noch ein, ich sei auf ihn angewiesen. Bloß weil er einen Hammer hat. Jetzt reicht's mir wirklich. - Und so stürmt er hinüber, läutet, der Nachbar öffnet, doch noch bevor er "Guten Morgen" sagen kann, schreit ihn unser Mann an: "Behalten Sie doch Ihren Hammer, Sie Rüpel!"

(aus: „Anleitung zum Unglücklichsein“ von Paul Watzlawick)



Wo bitte geht's denn hier zum Bahnhof?

Ein Mensch in einer fremden Stadt fragt: «Wo geht's denn hier zum Bahnhof?»

Es antworten ihm:

- ein Gesprächstherapeut: «Sie möchten wissen, wo der Bahnhof ist?»
- ein Psychoanalytiker: «Sie meinen diese dunkle Höhle, wo immer etwas Langes rein- und rausfährt?»
- ein Tiefenpsychologe: «Eigentlich wollen Sie nur abhauen und alles hinter sich lassen.»
- ein Verhaltenstherapeut: «Heben Sie den rechten Fuß! Schieben Sie ihn nach vorn! Setzen Sie ihn auf! Geht gut, hier haben Sie einen Bonbon.»
- ein Gestalttherapeut: «Lass es voll zu, dass du zum Bahnhof willst.»
- ein Hypnotherapeut: «Schließen Sie die Augen. Ihr Unbewusstes kennt den Weg zum Bahnhof.»
- ein Kreativitätstherapeut: «Hüpfen Sie so lange auf einem Bein, bis Ihr Kopf eine Idee freigibt.»
- ein Provokativtherapeut: «Ich wette, da werden Sie nie hinkommen.»
- ein Reinkarnationstherapeut: «Geh zurück in die Zeit vor deiner Geburt. Welches Karma lässt dich immer wieder auf die Hilfe anderer angewiesen sein?»
- ein Familientherapeut: «Für wen in der Familie ist es besonders wichtig, dass Sie zum Bahnhof gehen?»
- ein systemischer Familientherapeut: «Ich frage mich, was Ihre Mutter sagen würde, wenn Ihr Vater ihr diese Frage stellen würde.»
- ein Bioenergetiker: «Machen Sie mal Sch-Sch-Sch und spüren Sie, was passiert.»
- ein Logotherapeut: «Welchen Sinn macht es, zum Bahnhof zu gehen?»
- ein rational-emotiver Therapeut: «Nennen Sie mir nur einen vernünftigen Grund, weshalb Sie zum Bahnhof wollen.»
- ein Esoteriker: «Wenn du dahin sollst, wirst du den Weg auch finden.»
- ein Geistheiler: «Für die Antwort brauchen wir viel positive Energie. Lass uns einen Kraftkreis bilden und deinen Schutzengel suchen.»
- ein Soziologe: «Kommt drauf an, welche Klasse Sie fahren.»
- ein NLPler: «Stell dir vor, du seist schon da. Welche Schritte hast du getan?»
- ein Coach: «Wenn ich Ihnen die Lösung vorkaue, wird das Ihr Problem nicht dauerhaft beseitigen.»
- ein Benchmarker: «Wer kann ein solches Problem am besten lösen? Nehmen Sie sich den als Vorbild.»
- ein Moderator: «Schreiben Sie alle möglichen Lösungswege auf diese Kärtchen.»
- ein Zeitplanexperte: «Haben Sie genügend Pufferzeit für meine Antwort eingeplant?»
- ein Gedächtnistrainer: «Welche Eselsbrücke kann Ihnen beim Erinnern behilflich sein?»
- ein Manager: «Fragen Sie nicht lange - gehen Sie einfach!»
- ein Sozialarbeiter: «Keine Ahnung - aber gut dass Sie fragen!»
- ein Lehrer: «Wenn Sie aufgepasst hätten, müssten Sie mich nicht fragen.»
- ein Arzt: «Das kann ich Ihnen nicht sagen, dafür gibt es keine Tarifposition.»



Das Märchen vom Tempel der tausend Spiegel

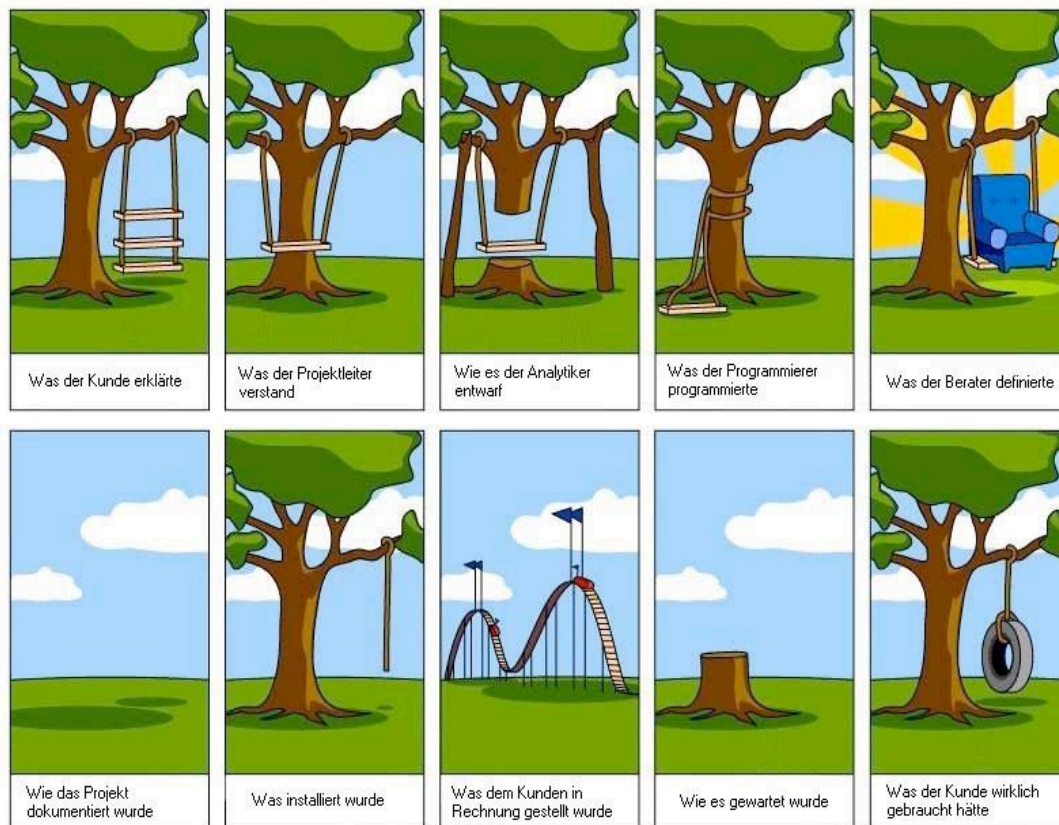
In einem fernen Land gab es vor langer, langer Zeit einen Tempel mit tausend Spiegeln und eines Tages kam, wie es der Zufall so wollte, ein Hund des Weges. Der Hund bemerkte, dass das Tor zum Tempel der tausend Spiegel geöffnet war. Vorsichtig und ängstlich machte er das Tor weiter auf und lief in den Tempel hinein. Hunde wissen natürlich nicht, was Spiegel sind und was sie vermögen und nachdem er den Tempel betreten hatte, glaubte er sich von tausend Hunden umgeben. Der Hund begann zu knurren und er sah auf die vielen Spiegel und überall sah er einen Hund, der ebenfalls knurrte. Er begann die Zähne zu fletschen und im selben Augenblick begannen die tausend Hunde die Zähne zu fletschen und der Hund bekam es mit der Angst zu tun. So etwas hatte er noch nie erlebt und voller Panik lief er, so schnell er konnte, aus dem Tempel hinaus. Dieses furchtbare Erlebnis hatte sich tief in das Gedächtnis des Hundes eingegraben. Fortan hielt er es für erwiesen, dass ihm andere Hunde feindlich gesinnt sind. Die Welt war für ihn ein bedrohlicher Ort und er ward von anderen Hunden gemieden und lebte verbittert bis ans Ende seiner Tage.

Die Zeit verging und wie es der Zufall so wollte, kam eines Tages ein anderer Hund des Weges. Auch dieser Hund bemerkte, dass das Tor zum Tempel der tausend Spiegel geöffnet war. Neugierig und erwartungsvoll machte er das Tor weiter auf und lief in den Tempel hinein. Auch dieser Hund wusste natürlich nicht, was Spiegel sind und was sie vermögen. Nachdem er den Tempel betreten hatte, glaubte er sich von tausend Hunden umgeben. Und der Hund begann zu lächeln und er sah auf die vielen Spiegel und überall sah er einen Hund, der ebenfalls lächelte - so gut Hunde eben lächeln können. Und er begann vor Freude mit dem Schwanz zu wedeln und im selben Augenblick begannen die tausend Hunde mit ihrem Schwanz zu wedeln und der Hund wurde noch fröhlicher. So etwas hatte er noch nie erlebt und voller Freude blieb er, so lange er konnte, im Tempel und spielte mit den tausend Hunden. Dieses schöne Erlebnis hatte sich tief in das Gedächtnis des Hundes eingegraben. Fortan hielt er es für erwiesen, dass ihm andere Hunde freundlich gesinnt sind. Die Welt war für ihn ein freundlicher Ort und er ward von anderen Hunden gern gesehen und lebte glücklich bis ans Ende seiner Tage.

(frei nach einem indischen Märchen)



**Und zu guter Letzt hier noch ein Beitrag zum Thema
„Sind wir nicht alle ein bisschen urlaubsreif?“ ...**



V.I.E.L Coaching Letter © 2011

Herausgeber:

V.I.E.L[®] Coaching + Training
Ehrlich, Fiolka, Hartung, Rückerl GbR

Redaktion: Ulrich Tormin (V.i.S.d.P.)

Kommerzielle Nutzung, Vervielfältigung oder Abdruck - auch teilweise - nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung

