

در آخرین روز ترم پایانی دانشگاه، استاد به زحمت جعبه سنگینی را داخل کلاس درس آورد. وقتی که کلاس رسمیت پیدا کرد، استاد یک لیوان بزرگ شیشه ای از جعبه بیرون آورد و روی میز گذاشت. سپس چند قلوه سنگ از درون جعبه برداشت و آنها را داخل لیوان انداخت. آنگاه از دانشجویان که با تعجب به او نگاه می کردند،

پرسید: آیا لیوان پر شده است؟ همه گفتند: بله، پر شده.

استاد مقداری سنگ ریزه را از جعبه برداشت و آن ها را روی قلوه سنگ های داخل لیوان ریخت. بعد لیوان را کمی تکان داد تا ریگ ها به درون فضاهای خالی بین قلوه سنگ ها بلغزند. سپس از دانشجویان پرسید:

آیا لیوان پر شده است؟ همگی پاسخ دادند: بله، پر شده!

استاد دوباره دست به جعبه برد و چند مشت شن را برداشت و داخل لیوان ریخت. ذرات شن به راحتی فضاهای کوچک بین قلوه سنگها و ریگ ها را پر کردند. استاد یک بار دیگر از دانشجویان پرسید: آیا لیوان پر شده است؟ دانشجویان همصدا جواب دادند: بله، پر شده!

استاد از داخل جعبه یک بطری آب را برداشت و آن را درون لیوان خالی کرد. آب تمام فضاهای کوچک بین ذرات شن را هم پر کرد. این بار قبل از اینکه استاد سوالی بکند دانشجویان با خنده فریاد زدند: بله، پر شده! بعد از آن که خنده ها تمام شد، استاد گفت: این لیوان مانند شیشه عمر شماست و آن قلوه سنگها هم چیزهای مهم زندگی شما مثل **سلامتی، خانواده، فرزندان و دوستان** هستند. چیزهایی که اگر هر چیز دیگری را از دست دادید و فقط این ها برایتان باقی ماندند، هنوز هم زندگی شما پر است.

استاد نگاهی به دانشجویان انداخت و ادامه داد: ریگ ها هم چیزهای دیگری هستند که در زندگی مهمند، مثل شغل، ثروت، خانه. و ذرات شن هم چیزهای کوچک و بی اهمیت زندگی هستند. اگر شما ابتدا ذرات شن را داخل لیوان بریزید، دیگر جایی برای سنگ ها و ریگ ها باقی نمی ماند. این وضعیت در مورد زندگی شما هم صدق می کند.

در زندگی حواستان را به چیزهایی معطوف کنید که واقعاً اهمیت دارند