

Saiba como escolher as prioridades na sua vida

Nessa correria do dia-a-dia, acabamos por sempre reclamar da falta de tempo frente às tarefas que temos que programar para executar durante a jornada. Falta tempo para estudar, para os amigos, para a saúde e principalmente para você mesmo. Essa falta de tempo acaba nos deixando angustiados, inertes e paralisados. Sem saber o que fazer primeiro, o que priorizar, acabamos por realizar pouco ou quase nada. Esses dias me deparei com um conceito interessante no site Update or Die, que é a teoria do Jarro da Vida. Ela é uma narrativa bem simples que explica a importância do conceito de prioridades. Esta teoria ficou conhecida como a teoria Big Rocks (Pedras Grandes). Vamos a ela:

A TEORIA DO JARRO DE VIDRO

Durante uma aula, o professor coloca um grande jarro de vidro vazio sobre uma mesa e em seguida, pega uma sacola cheia de bolas de golfe e coloca todas dentro do jarro, até a boca.



“-Muito bem, meus caros alunos, como vocês puderam observar, acabei de encher esse jarro de vidro, certo?”

“-Certo, responderam os alunos”

“-Não, errado”, rebateu o professor.”

No instante seguinte, o professor pega outra sacolinha, cheia

de pedras bem pequenas, e as coloca no vaso, dando uma chacoalhada no vaso até que elas preencham os espaços vazios.



“-Ahá, como vocês podem ver, o jarro não estava cheio, ainda cabiam umas pedrinhas nos espaços vazios.”

“-Agora sim está cheio, ou... Não está? Perguntaram alguns alunos.

Mais uma vez o professor pega outra sacolinha, cheia de açúcar. E sorrindo para a turma, que já desconfiava que viesse algo assim pela frente.



“-Muito bem, o jarro ainda não está cheio – como vocês desconfiaram – e ainda dá para colocar um monte de açúcar aqui dentro, agora sim, certo?”

“-Hmmm achamos que agora sim, responderam alguns alunos.”

O professor pega então seu cafezinho que estava em cima da mesa, faz um brinde e abre um sorriso esperto. Os alunos dão risadas. E o café é despejado beeeeeeeem lentamente no jarro.



“- **Moral da História** explica o professor, o jarro é a sua vida. As bolas de golfe são as coisas que você acha mais importantes: sua família, sua saúde, seus amigos, suas crenças, seus valores e suas paixões. São aquelas coisas que, se todo o resto faltasse, ainda assim sua vida estaria preenchida. As pedrinhas são as outras coisas que você vai acumulando: a sua casa, o seu carro, suas músicas, seus filmes, o seu emprego, seu smartphone, etc. E o açúcar é todo o resto, é o seu cotidiano. Então, qual é a melhor conclusão para esta história?”

“- É que tem sempre espaço para tudo na sua vida, professor”, respondeu um aluno.

“- Melhor que isso, vou explicar para vocês o que aconteceu. A parte mais importante vocês não perceberam: É a ordem que coloquei as coisas no vaso”.

“- Se eu tivesse começado pelas pedrinhas pequenas, ou pelo açúcar, não teria sobrado espaço para o restante. O intuito do teste é mostrar a importância das prioridades, da escolha certa e da hierarquia dessas coisas. Se as coisas fossem feitas de outra maneira, nem todos os espaços teriam sido preenchidos. Se usarem toda sua energia e foco em coisas pequenas e de menor prioridade vai chegar um momento em que isto acaba ocupando tanto tempo que não sobra espaço para as coisas maiores e de maior prioridade na sua vida. Vocês precisam escolher a prioridade certa para as coisas e separar as escolhas críticas na hora de fazer as decisões. Investir tempo na sua família, na sua saúde, manter os seus valores éticos são bolas de golfe. Mas muitas vezes a gente deixa isso

de lado distraído por um emprego e bens materiais. Aprenda a despejar as coisas na ordem certa. Aprenda a dizer sim e, principalmente, aprenda a dizer não. Saiba priorizar”

“-Professor, mas e o café? Representa o quê?”

“Ah é! O café! O café é só pra lembrar que sempre cabe um cafezinho despretensioso com alguém na sua agenda.”

Fonte: [Update or Die](#)

<http://www.updateordie.com/>

Post (304) – Abril de 2017

Zygmunt Bauman e o mundo conectado



sociólogo e filósofo polonês **Zygmunt Bauman** morreu em 9 de janeiro de 2017 em Leeds, na Inglaterra, aos 91 anos. Ele nasceu em Poznan, no oeste polonês, em 1925. Aos 14 anos de idade fugiu junto com a família, judia, das forças nazistas e se mudou para a União Soviética.



Bauman ficou conhecido como criador do conceito de modernidade líquida e é considerado um dos intelectuais mais importantes do século XX.

O sociólogo tinha como um dos seus principais temas a forma como as relações atuais na sociedade tendem a ser menos

duradouras e mais voláteis. Entre suas publicações de maior sucesso estão “Amor líquido”, “O Mal-Estar da Pós-Modernidade”, “Tempos Líquidos” e “A Sociedade Individualizada”.

“Ao contrário de ‘relacionamentos reais’, dos ‘relacionamentos virtuais’ são fáceis de entrar e de sair. Acho que a atratividade do novo tipo de amizade, da rede social está exatamente aí. É a facilidade de desconectar.” – em entrevista concedida a Fernando Schüller na Inglaterra.

Nos anos 1940 e 1950 foi militante do Partido Comunista Polaco, até se desligar da organização devido ao fracasso da experiência socialista no leste europeu. Estudou sociologia na Universidade de Varsóvia, onde assumiu um posto de professor.

“A diferença entre a comunidade e a rede é que você pertence à comunidade, enquanto a rede pertence a você. É possível adicionar e apagar amigos, e controlar as pessoas com quem você se relaciona. Isso faz com que se sinta um pouco melhor, porque a solidão é a grande ameaça nesses tempos individualistas.” – em entrevista ao El País em janeiro de 2016.

Em 1968 deixou Varsóvia, motivado pelas perseguições anti-semitas que sofrera em decorrência da guerra árabe-israelense. Muitos dos seus livros foram censurados nesta época.

Depois de renunciar à sua nacionalidade, foi para Tel Aviv e lecionou na Universidade local por um curto período. Em seguida, aceitou uma vaga no departamento de sociologia na Universidade de Leeds na Inglaterra, onde desenvolveu a maior parte de sua carreira.

“A internet torna possíveis coisas que antes eram impossíveis. Potencialmente, dá a todos um acesso cômodo a uma quantidade indeterminada de informações, na ponta de um dedo. Além disso, permite a qualquer um publicar seu pensamento sem pedir permissão a ninguém: cada um é editor de si mesmo, algo impensável há poucos anos”

Quando você sai de casa e se encontra num bar ou num ônibus, – interage queira ou não – com as pessoas mais diversas, as que lhe agradam e as que lhe desagradam, as que pensam como você e as que pensam de modo distinto. Não pode evitar o contato e está exposto à necessidade de se confrontar com a complexidade do mundo. Esta complexidade não é uma experiência prazerosa e te obriga a um esforço. A internet é o contrário: permite não ver e não encontrar todos os que são diversos de você.

“Tudo o que é privado agora é feito e está potencialmente disponível para o consumo público e permanece disponível para sempre, até o fim do tempo. A escolha entre o público e o privado está saindo de nossas mãos, com a cooperação entusiasta das pessoas e os seus aplausos ensurdecedores.” – em comentário feito para o jornal The Guardian.

Texto de Alessandro Junior – resumido.

Post (301) – Fevereiro de 2017