

دفترچه‌ی

تعیین رسالت شخصی

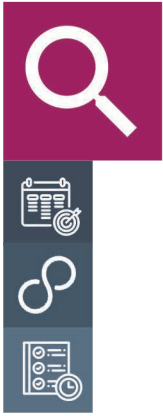
بخش دوم



فهرست:

تعیین خواسته‌ها و آرزوهای مالی ۴

تعیین خواسته‌ها و آرزوهای شغلی: ۷



همانطور که در اولین روز کمپین هدف گذاری توضیح دادیم اولین مرحله ی هدف گذاری دستیابی به وضوح و شفافیت درباره ی رسالت شخصی و اهداف بلندمدت است. زیرا تعیین اهداف بلندمدت به شما کمک خواهد کرد بتوانید اهداف یکساله خود را با دقت بیش تری تعیین کنید.

در دفترچه های چند روز آینده آموزه های زیادی برای یادگیری نیست، هر آنچه را که باید در رابطه با نحوه ی تعیین اهداف بلندمدت می دانستید در دفترچه ی روز اول توضیح داده شد. چند روز آینده نوبت شماست که دست به کار شوید و تصویری باشکوه از آینده تان طراحی کنید.

در مرحله اول می خواهیم بدون هیچ محدودیت و قضاوتی خواسته ها، آرزوها و اهدافی را که می خواهید تا پایان عمرتان به آن ها دست یابید بنویسید. در این مرحله هیچ بازهی زمانی را نمی خواهیم در نظر بگیریم. بازهی زمانی را از همین حالا تا پایان عمرتان در نظر بگیرید.

طی چند روز آینده شما باید در شش جنبه مختلف زندگی تان تمام اهداف و خواسته های خود را تعیین کنید. در نوشتن این اهداف و خواسته ها نباید هیچ محدودیتی را در نظر بگیرید، به هیچ وجه این خواسته ها را قضاوت نکنید، هیچ کس قرار نیست خواسته های شما را ببیند. ذهن خود را آزاد بگذارید و پرنده ی اندیشه را رها کنید. زیاد درباره آن چه می نویسید فکر نکنید. بگذارید خواسته ها و اهداف شما از لایه های زیرین ذهن تان خود را نمایان کنند.

یادتان باشد در این مرحله از هدف گذاری، چگونگی دستیابی به خواسته ها مهم نیست. در این مرحله، می خواهیم به شفافیت دست پیدا کنیم. می خواهیم هر ایده و خواسته ای را که داریم بر روی کاغذ بیاوریم.

به طور مثال شاید یادگیری یک ساز موسیقی برای شما جذاب باشد ولی تاکنون امکان یادگیری آن را نداشته اید و با توجه به شرایط فعلی تان نیز می دانید که طی چند سال آینده هم فرصت یادگیری این ساز را ندارید. با این وجود از شما می خواهیم یادگیری این ساز را در لیست کارهایی قرار دهید که انجام دادن آن برای شما جذاب است و دوست دارید بلاخره یک روز نواختن آن ساز را

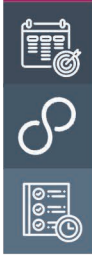


یاد بگیرید. شاید فرصت یادگیری این ساز ۵ سال دیگر فراهم شود و یا شاید ۱۰ یا حتی ۲۰ سال آینده. مهم این است که این خواسته را بر روی کاغذ بیاورید و ذهن خود را از آن خالی کنید.

اگر در رابطه با این موضوع به شفافیت برسید که دقیقاً چه چیزهایی در این زندگی مادی برای شما جذاب هستند آنگاه می‌توانید به راحتی آن‌ها را اولویت‌بندی کنید و به تدریج به تک تک آن‌ها دست پیدا کنید.

حتماً داستان افراد سالخورده‌ی موفق را شنیده‌اید که در دوران جوانی لیست کاملی از خواسته‌ها و اهداف خود تهیه کرده‌اند و در نهایت به تمام آن‌ها دست یافته‌اند. حتی بعضی از این افراد یک عدد خاص را انتخاب کرده‌اند مثلاً: لیست ۱۱۰ خواسته‌ای که قبل از مرگ می‌خواهم به آن‌ها دست یابم! بدون شک هدف ما این نیست که تنها لیستی از آرزوها تهیه کنید و منتظر باشید آن‌ها خودبه‌خود محقق شوند. طی مراحل بعدی هدف‌گذاری حتماً به شما یاد خواهیم داد چگونه نقشه‌ی راهی برای دستیابی به اهداف کوتاه‌مدت و یکساله‌تان طراحی کنید، اما ابتدا می‌خواهیم مطمئن شویم در مورد اهداف بلندمدت و خواسته‌های قلبی‌تان به شفافیت رسیده باشید. زیرا اگر به وضوح بدانید دقیقاً از زندگی چه می‌خواهید و دوست دارید قبل از پایان عمرتان به چه خواسته‌ها و اهدافی دست پیدا کنید آنگاه به راحتی می‌شود این اهداف بلندمدت را اولویت‌بندی کرد و به تدریج تمام آن‌ها را محقق کرد.





شش جنبه‌ای که باید لیست خواسته‌ها و آرزوهای خود را در آن تعیین کنید:

۱. خواسته‌ها و آرزوهای مالی
۲. خواسته‌ها و آرزوهای شغلی
۳. خواسته‌ها و آرزوهای سبک زندگی
۴. خواسته‌ها و آرزوهای ذهنی و مهارتی
۵. خواسته‌ها و آرزوهای تناسب اندام و سلامتی
۶. خواسته‌ها و آرزوهای روابط و خانواده

طی ۳ روز آینده در این شش جنبه‌ی مختلف آرزوها و خواسته‌های خود را با دقت زیادی تعیین خواهیم کرد تا به شفافیت دست پیدا کنیم و بدانیم دقیقاً از زندگی چه می‌خواهیم.

اگر آماده هستید بیاید با دو جنبه‌ی اول شروع کنیم و لیست کاملی از خواسته‌ها، اهداف و آرزوهای که می‌خواهیم قبل از پایان عمرمان به آن‌ها دست پیدا کنیم تهیه کنیم.

توجه

در دفترچه‌های هدف‌گذاری برای انجام تمرینات جای کافی در نظر گرفته شده است و شما می‌توانید با پرینت گرفتن این دفترچه‌ها تمرینات را به انجام برسانید. اما در صورتی که این دفترچه‌ها را از طریق موبایل یا رایانه مطالعه می‌کنید می‌توانید تمرینات را در دفتری جداگانه به انجام برسانید که به این منظور در نظر گرفته‌اید.

تعیین خواسته‌ها و آرزوهای مالی: (درآمد، پس‌انداز، سرمایه‌گذاری و....)

بازه زمانی: از هم‌اکنون تا پایان عمر

با طرح چنین پرسش‌هایی خواسته‌ها و آرزوهای مالی خود را تعیین کنید:

می‌خواهید در طول عمرتان به چه میزان درآمدهای ماهیانه و سالیانه‌ای دست یابید؟ می‌خواهید در طول عمرتان چه مقدار پس‌انداز کنید؟ می‌خواهید در طول عمرتان در چه حوزه‌هایی و به چه میزان سرمایه‌گذاری کنید؟ می‌خواهید در طول عمرتان چه مبلغی به خیریه کمک کنید؟ می‌خواهید در طول عمرتان به چه سطوح مالی دست یابید؟ آیا استقلال مالی برای شما کافی است و یا اینکه به دنبال آزادی مالی و یا رفاه مالی هستید؟ یا شاید جاه‌طلب‌تر باشید و می‌خواهید به یک سرمایه‌دار تبدیل شوید! یادتان باشد که مهم خواسته قلبی شما است هیچ خواسته‌ی غلط و درستی وجود ندارد!

یگانه وظیفه‌ی هر انسانی تحقق افسانه‌ی شخصی‌اش است.
زمانی که چیزی را با تمام وجود بخواهی تمام کائنات همدست می‌شوند تا خواسته‌ی تو را محقق کنند.

	۱
	۲
	۳
	۴
	۵
	۶
	۷
	۸
	۹
	۱۰

یگانه وظیفه‌ی هر انسانی تحقق افسانه‌ی شخصی‌اش است.
زمانی که چیزی را با تمام وجود بخواهی تمام کائنات همدست می‌شوند تا خواسته‌ی تو را محقق کنند.

	۱۱
	۱۲
	۱۳
	۱۴
	۱۵
	۱۶
	۱۷
	۱۸
	۱۹
	۲۰

یگانه وظیفه‌ی هر انسانی تحقق افسانه‌ی شخصی‌اش است.
زمانی که چیزی را با تمام وجود بخواهی تمام کائنات همدست می‌شوند تا خواسته‌ی تو را محقق کنند.

با طرح چنین پرسش‌هایی خواسته‌ها و آرزوهای شغلی خود را تعیین کنید:

می‌خواهید در طول عمرتان چه مشاغلی را تجربه کنید؟ چه شغل‌هایی برای شما جذاب هستند؟ می‌خواهید هفته‌ای چند ساعت کار کنید؟ دوست دارید کجا کار کنید؟ (خانه، دفترکار و یا در سفر) تعریف شما از یک شغل ایده‌آل چیست؟ آیا دوست دارید یک روز کسب‌وکار خودتان را راه‌اندازی کنید؟ راه‌اندازی کسب‌وکار در چه حوزه‌هایی برای شما جذاب است؟ یاتان باشد که لازم نیست تا آخر عمرتان تنها در یک حوزه فعالیت کنید! اکثر کارآفرینان ده‌ها کسب‌وکار مختلف دارند.

ریچارد برانسون طی ۵۰ سال گذشته ۴۰۰ کسب‌وکار مختلف راه‌اندازی کرده است!

یگانه وظیفه‌ی هر انسانی تحقق افسانه‌ی شخصی‌اش است.
زمانی که چیزی را با تمام وجود بخواهی تمام کائنات همدست می‌شوند تا خواسته‌ی تو را محقق کنند.

	۱
	۲
	۳
	۴
	۵
	۶
	۷
	۸
	۹
	۱۰

یگانه وظیفه‌ی هر انسانی تحقق افسانه‌ی شخصی‌اش است.
زمانی که چیزی را با تمام وجود بخواهی تمام کائنات همدست می‌شوند تا خواسته‌ی تو را محقق کنند.

	۱۱
	۱۲
	۱۳
	۱۴
	۱۵
	۱۶
	۱۷
	۱۸
	۱۹
	۲۰

یگانه وظیفه‌ی هر انسانی تحقق افسانه‌ی شخصی‌اش است .
زمانی که چیزی را با تمام وجود بخواهی تمام کائنات همدست می‌شوند تا خواسته‌ی تو را محقق کنند .