

## اهمیت هدفگذاری در زندگی

فرانکل در کتاب معروفش، به نام "انسان در جستجوی معنا" از زندگی یک اردوگاه کار اجباری در زمان جنگ جهانی دوم می‌نویسد که از ۲۸ نفر زندانی، فقط یک نفر زنده ماند، نه این که سالم و با هوش تر بوده بلکه برای زنده ماندنش بهانه داشته است.

اهداف همیشه ما را در حال حرکت نگه می‌دارد. هدفدار بودن و داشتن هدف، جزئی از نهاد و طبیعت انسان است و این که هدفتان چیست اهمیتی ندارد، فقط اطمینان حاصل کنید که هدف دارید.

## امتیاز ویژه هدفگذاری در زندگی

هنگامی که می‌خواهید برای رسیدن به هدفتان برنامه‌ریزی کنید، باید نوع و نحوه عملکرد هر چیزی را در این کره‌ی خاکی به یاد داشته باشید. در واقع فراموش نکنید که هیچ چیز در یک خط مستقیم حرکت نمی‌کند. بدون موانع و شکست و ناکامی به هیچ هدفی نخواهید رسید. در حقیقت مهم‌ترین چیز رسیدن به هدف اصلی نیست، بلکه آموختن چیزهای بیشتر در رشد کردن و به کمال رسیدن در مسیر نیل به اهداف است. اهمیت هدفگذاری در زندگی این است که در پایان مسیر شما چه تغییری کرده‌اید و چه خواهید شد. اگر اهداف تعیین شده‌ای در ذهن دارید، افکارتان شما را یاری می‌کند که بر روی آن اهداف متمرکز شوید. اما اگر بی هدف باشید، افکارتان باز هم بر روی چیز های بیهوده شما متمرکز می‌شود. پس اهمیت هدفگذاری در زندگی را نادیده نگیرید.

## محدودیتها

تنها چیزی که مانع موفقیت‌مان می‌شود این است که فکر کنیم موفق نخواهیم شد، هرگاه به توانایی خود برای رسیدن به موفقیت شک کردید، بهتر است به این فکر کنید که دیگران توانستند آن‌ها را از میان بردارند. به عنوان مثال، وینستون چرچیل، دانش آموز فقیری بود که لکنت زبان داشت، اما توانست در سن ۲۴ سالگی جایزه نوبل را تصاحب کند و یکی از برجسته‌ترین سخنرانان قرن اخیر شود و یا توماس ادیسون کسی بود که از مدرسه اخراج شد. مشکلات، جزئی جدا نشدنی از جهان پیرامون ما هستند و ما را به سوی آموختن و تجربه اندوزی سوق می‌دهند و توانایی‌های ما را وسعت می‌دهند. بنابراین گفته‌ی هوراس که می‌گوید:

بدبختی، نبوغ را هویدا می‌کند همان طور که سعادت آن را مخفی می‌کند.

در واقع ما از ناکامی‌ها و شکست‌هایمان درس‌های بیشتری می‌گیریم، تا از موفقیت‌ها یمان. زمانی که می‌بازیم به فکر بررسی و تجزیه و تحلیل می‌افتیم و برای موفق شدن طرح‌ها و برنامه‌های جدیدی را اجرا می‌کنیم، اما زمانی که برنده می‌شویم، جشن می‌گیریم و چیز تازه‌ای یاد نمی‌گیریم یا کم یاد می‌گیریم. این هم دلیل دیگری برای محترم شمردن اشتباهات.

## اشتباهات

اشتباهات و تصادفات، بی‌فایده و بی‌ثمر نیستند، ناکامی و شکست ما، شرمساری و سرافکندگی نیست، آن چه که مایه شرمندگی است، دست از تلاش برداشتن است. قانون کاشت و برداشت می‌گوید، موفقیت تنها یک شانس است، شکست را بپذیرید.

نیوتن، قانون عمل و عکس‌العمل را کشف کرد، به این معنا هر عملی یک بازتابی دارد. با تو همان طور رفتار می‌شود که با دیگران رفتار کرده‌ای، هرچه بکاری همان را درو خواهی کرد و با دنیا همانطور برخورد کن که توقع داری دنیا با تو رفتار کند. هر انسان در جایی قرار دارد که قانون زندگی برایش تعیین کرده است و افکار و اندیشه‌هایش، او را به این نقطه کشانده است. در تمام مراحل زندگی انسان، هرگز نمی‌تواند عاملی به نام بخت و اقبال بیابد. چون که هر چه که وجود دارد، نتیجه اصل و قانونی است که خطا پذیر نیست. انسان‌های جاهل و کوتاه‌بین، فقط نظاره‌گر موفقیت و پیشرفت افراد مشهور و برجسته هستند. برای رسیدن به هر هدفی همیشه باید خطرات را به جان خرید. باید ریسک کرد. رد شدن از خیابان، تشکیل خانواده، انجام کار تجاری هر کدام نوعی ریسک است.

## در یک کلام

گوته می‌گوید: هر کاری که می‌توانی بکنی، یا تصور کنی که قادر به انجامش هستی را آغاز کن. شهامت و جسارت در نبوغ، قدرت و جادو نهفته است.

تنها راه رسیدن به خواسته‌ها و آرزوهایمان این است که هر کاری که لازم است را انجام دهیم. هر بهبودی و موفقیتی فقط با سعی و تلاش بدست می‌آید.

هرکاری می‌کنیم فقط برای لذت بردن از انجام کارمان باشد چون زمانی که در حال انجام کاری هستیم احساس سرزندگی و پویایی می‌کنیم و رسیدن به نتیجه نهایی برایمان مثل یک پاداش خواهد بود.

امرسون می‌گوید: پاداش کار خوب، انجام دادن آن است.

## عاشق کاری باشید که انجام می‌دهید

چشم داشتن به نتایج، لذت انجام کار در زمان حال را از بین می‌برد.

همان طور که جیمز ام باری می‌گوید: راز شاد زیستن، انجام دادن چیزی نیست که دوست داریم، بلکه دوست داشتن چیزی است که انجام می‌دهیم.

اگر تمام توان و نیرویتان را برای انجام کاری که دارید می‌کنید، صرف کنید، معنایش این نیست که دچار شکست نخواهید شد و یا ناامیدی و یاس را از خود دور کرده‌اید. شکست آسیب می‌زند، ولی زمانی این صدمات شدیدتر می‌شود که متوجه شویم تمام تلاش و سعی خود را نکرده‌ایم.

## پافشاری

پافشاری و تلاش جزء اصلی و مشترک تمام موفقیت‌های برجسته و ممتاز است. این جا مسابقه‌ی تلاش و پافشاری است. اولین درس برای رسیدن به خواسته‌هایمان این است پس آن را درخواست کنیم.

ما به چهار دلیل باید خواسته‌هایمان را مطرح کنیم:

۱. بیان کردن خواسته‌ها، نمایانگر عزت نفس و ارزشمند شدن خود است.

۲. درخواست کردن، در سلامتی انسان حائز اهمیت است.

۳. درخواست کردن اولین قدم منطقی، برای تفهیم خواسته‌هایمان به دیگران است.

۴. با درخواست کردن از دیگران، به آنها لذت کمک کردن را اهدا کرده ایم.

## نقش باور و اعتقاد

یکی از عناصر اصلی تحقق خواسته‌ها، این است که باور و اعتقاد داشته باشید که شما لیاقت و شایستگی داشتن آن را دارید. وقتی شما آگاهانه و چه ناآگاهانه، چنین احساسی داشته باشید، آن وقت خواهید دید که حتی چیزی بیشتر از خواسته‌هایتان بدست می‌آورد. یکی از بهترین راه‌های به وجود آوردن این احساس بازگو کردن خواسته‌ها و یا درخواست کردن است.