

چطور فقط با ۳ قدم ساده به اهدافمان برسیم؟



هدف، یکی از کلمات مقدسی است که شاید این روزها در تمام محافل و سایت ها در مورد آن صحبت می کنند. رسیدن به هدف شاید برای خیلی از اشخاص خواب و خیال و یک رویا باشد اما برای اشخاصی که می دانند از این دنیا چه می خواهند این دیگر یک خواب و خیال نیست.

اشخاصی که در زندگی‌شان به موفقیت های زیادی دست پیدا کرده اند خواه ناخواه اهدافی را دنبال کرده اند. این افراد اشخاصی هستند که برای رسیدن به اهدافشان یک مسیر پر پیچ و خم را پیموده اند. موفقیت چیزی نیست که یک شبه به دست بیاید. موفقیت چیزی نیست که بدون هدف گذاری و بدون برنامه ریزی به آن برسید.

برای رسیدن به هدف باید سعی و تلاش کنید، باید صبر داشته باشید، باید خون دل بخورید، باید زخم زبان و حرف های تلخ دیگران را بشنوید تا به هدفتان برسید. سعی کنید هدف هایتان را مقابل چشمانتان در نظر بگیرید و برای رسیدن به آن ترس از شکست را دور بریزید. برای شکست دادن این ترس ها باید راه غلبه بر ترس از شکست را بلد باشید. ذهن ناخودآگاه تان را از افکار منفی و روان پریش خالی کنید. ضمیر درونی تان را آماده ی پذیرش تمام افکار مثبت و افراد مثبت نگر کنید.

تیم "کافه نیاز" در این مقاله سعی می کند ۳ قدم ساده اما کاربردی و کاملاً تخصصی را در اختیار شما قرار دهد. مطمئن باشید با استفاده از این قدم ها به راحتی می توانید به هدف هایتان برسید.

با ما همراه باشید ....

## ۱. برای رسیدن به اهداف باید هدف گذاری کنید

### چرا هدف گذاری؟

تعیین هدف و نوشتن آن تنها به دلیل رسیدن به هدف نیست، بلکه به خاطر شخصیتی است که در راه رسیدن به آن هدف به دست می آوریم.

01

کافه نیاز  
kafeniaz.com

رسیدن به هدف یک برنامه مدون و مکتوب می خواهد. با هدف گذاری است که می دانید مسیر کجاست و از چه راهی باید بروید. هدف گذاری یعنی اینکه تمام چیزهایی را که در زندگی می خواهید به صورت کاملاً مکتوب روی کاغذ بنویسید و هر روز آن را مطالعه نمایید.

بدون هدف گذاری نخواهید توانست به اهداف خود برسید. زمانی که طبق یک برنامه ی مکتوب پیش بروید شانس برنده شدن و به هدف رسیدنتان بیشتر از پیش خواهد شد. نوشتن اهداف چنان قدرت و انگیزه ای در شما ایجاد خواهد کرد که هر لحظه اهدافتان را در مقابل خودتان خواهید دید.

آیا می دانستید تنها ۳ درصد از مردم دنیا هدف دارند و این اشخاص همان هایی هستند که نیمی از ثروت دنیا را در اختیار دارند؟ پس چرا شما جزء این ۳ درصد نباشید؟

## ۲. با برنامه ریزی صحیح و مشخص برای رسیدن به اهدافتان گام بردارید



هر هدفی فقط با یک برنامه ریزی صحیح و مشخص به سرانجام خواهد رسید. با برنامه ریزی شما خواهید فهمید کجا هستید و به کجا می خواهید بروید. اشخاصی در این مسیر موفق هستند که یک برنامه مدون و مکتوب دارند و همان طور که اهدافشان را مکتوب می کنند برای رسیدن به اهدافشان هم برنامه ریزی می کنند و این رمز موفقیت در رسیدن به هدف است.

تنها نکته ای که باید در این مسیر در نظر داشته باشید این است که برای رسیدن به اهداف باید سعی، تلاش و کوششتان را دو برابر کنید. دیگر وقت آن است که شب ها دیرتر بخوابید و صبح ها زودتر بیدار شوید. وقت آن است که اگر شکست خوردید دوباره بلند شوید و سر پا بایستید.

این نکته را بدانید که خدا ثروتمند است و اگر همه ی موجودات دنیا را مولتی مولتی مولتی میلیارد کند، به هیچ عنوان یک ذره از ثروتش کم نخواهد شد. اگر شما هم می خواهید مولتی مولتی میلیارد باشید باید برنامه ریزی کنید و برای رسیدن به اهدافتان بجنگید.

۳. اهدافتان را روزانه مرور کنید

”اهدافتان را روزی  
دو بار مرور کنید تا  
تمرکز کافی برای  
رسیدن به آنها  
داشته باشید“



کافه نیاز  
kafeniaz.com

لس براون  
سخنران انگیزشی آمریکایی

در کتاب "اثر مرکب از دارن هاردی" این جمله را نوشته: کارهایی که شما خواسته یا ناخواسته در طول یک مدت زمان مشخص انجام می دهید هر وقت که به یک هدف مشخص می رسد به اثر مرکب تبدیل می شود. فرمول اثر مرکب به شکل زیر است:

کارهای خواسته یا ناخواسته + استمرار و پایداری روی این کارها + مدت زمان انجام آن = اثر مرکب  
اگر می خواهید به موفقیت برسید باید روی کارهای که می خواهید به سرانجام برسد استمرار و پایداری کنید. تنها با سعی و تلاش و ادامه دادن در یک زمان مشخص است که به هدف خود خواهید رسید و این کار فقط از عهده ی مرور کردن روزانه اهداف به دست می آید.

مرور کردن اهداف آن هم به صورت روزانه [انگیزه](#) ی شما را برای رسیدن به آن زیاد می کند. اما یک نکته ی مهم که باید حتماً مد نظر داشته باشید این است که این اهداف باید آنقدر بزرگ باشد که این انگیزه را در شما به وجود بیاورد که برای رسیدن به اهدافتان شب ها دیرتر بخوابید و صبح ها زودتر بیدار شوید.

سعی کنید این تعهد را در خودتان به وجود بیاورد که تا رسیدن به موفقیت دست از تلاش بر ندارید و در این مسیر می توانید از اهرم رنج و لذت استفاده کنید. خودتان را در آینده وقتی به اهدافتان رسیده اید ببینید و بعد از مدتی کمی به عقب برگردید و خودتان را در رنج و مشقت ببینید.

این کار چنان انگیزه ای در شما به وجود می آورد که خودتان هم تلاشتان را بیشتر خواهید کرد. سعی کنید از مسیر رسیدن به هدفتان لذت ببرید. این مسیری است که کمتر شخصی از آن عبور می کند چون خیلی از اشخاص هیچ هدفی در زندگیشان ندارند و جزئی از اهداف دیگران هستند.

## سخن آخر

اگر دوست ندارید جزئی از اهداف دیگران باشید باید بتوانید برای خودتان هدف گذاری کنید. اگر دوست ندارید جزئی از برنامه ریزی اهداف دیگران باشید سعی کنید برای آینده خودتان برنامه ریزی کنید. سعی کنید آنقدر تلاش کنید تا یک [میلیونر خود ساخته](#) شوید تا مجبور نباشید برای دیگران کار کنید.