

## راه رسیدن به اهداف



### چگونه به هدفهای خود در زندگی برسیم؟

تا حالا شده پیش خودتان خیال کنید که اگر به دانشگاه برمی‌گشتید یا حتی به دوران مدرسه چه می‌شد؟ اگر اطلاعات امروز را در شانزده سالگی می‌دانستید چه می‌شد؟ من به شخصه خیلی دوست داشتم خیلی از چیزهایی را که باتجربه و هزینه گزاف به دست آوردم در نوجوانی می‌دانستم و این اشتباهات را نمی‌کردم. بزرگ‌ترین هزینه‌ای که صرف کرده‌ام عمرم بوده است. همین یک سال پیش، بیش از هفتصد میلیون تومان ضرر مالی داشتم که تقریباً بعد از یک ماه دوباره به حس و حال عادی خودم برگشتم و با جدیت کارم را شروع کردم، اما برای به دست آوردن همین پول خیلی زحمت‌کشیده بودم و در واقع عمرم را داده بودم. حالا دیگر به خوبی می‌دانم که هیچ چیز آسان، مفت و مجانی به دست نمی‌آید، به همین خاطر باید همواره به این فکر کنم چطور می‌توانم در عمرم صرفه‌جویی کنم؟ چطور کمتر دچار اشتباه بشوم؟ و حتی چطور از دستاوردهای زندگی‌ام به خوبی مراقبت کنم؟ اولین چیزی که سال‌ها قبل از یکی استادهای بسیار تأثیرگذار در زندگی‌ام موختم برنامه‌ریزی کوتاه‌مدت و بلندمدت (تعیین هدفهای مشخص و تعیین این‌که هزینه رسیدن به آن‌ها را چگونه خواهم پرداخت) کار خیلی مهمی بود که باید انجام می‌دادم تا به آرزوهای مالی و غیرمالی برسم نه این‌که در رسیدن به آن‌ها شکست بخورم.

## هدف‌های زندگی

به زبان ساده، برنامه‌ریزی کمک می‌کند که هر فردی تعیین کند در زندگی به دنبال چیست؟ و قرار است چگونه به آن برسد؟

اما هیچ‌یک از ما نمی‌توانیم فوراً به هر آنچه در زندگی‌مان می‌خواهیم برسیم (مگر با تلاش در جای درست، برنامه‌ریزی، پشتکار، پیگیری و).

اگر چیزی در مورد قانون جذب شنیده‌اید که می‌گویند الآن شما به این ماشین فکر کنید تا آن ماشین را بخرید کاملاً اشتباه و ساده‌لوحانه است. باور کنید که قانون جذب به این شکلی که هر شخصی برای خودش چیزی تعریف می‌کند بدون اینکه علم و دانشی داشته باشد فقط حرف‌های بی‌پایه و اساس است. من در کلاس جک کنفیلد که از سخنرانان درجه یک امریکایی و سازنده فیلم راز است هیچ‌گاه چنین چیزی را نشنیدم.

اگر در این زمینه علاقه‌مند هستید، سیدی سمینار راز دکتر علیرضا آزمندیان را ببینید. البته دو استاد فوق‌العاده دیگر در ایران داریم: ۱- دکتر شاهین فرهنگ ۲- محمود معظمی که بسیار مطالب مفیدی را تدریس می‌کنند که می‌توانید از آموزش‌هایشان بهره ببرید.

رسیدن به بعضی هدف‌ها بیشتر از بقیه طول می‌کشد و به همین خاطر واقعاً مهم است که بین هدف‌هایمان تعادل برقرار کنیم. هیچ معنی ندارد که فرد الآن خودش را به‌سختی بیندازد تا برای دوره بازنشستگی‌اش پس‌انداز داشته باشد یا برای خرید خانه چند متر بزرگ‌تر در آینده پولی جمع کند. همین‌طور توصیه نمی‌کنم که فرد همه پولش را بر روی چیزهای ضروری یا خوشایند در کوتاه‌مدت، مثل شام خوردن بی‌مورد در رستوران، خریدن آخرین مدل گوشی تلفن همراه هر چند ماه یک‌بار و هر چیز دیگری خرج کند. مثل خیلی چیزهای دیگر در زندگی، اینجا هم کلید خشنودی غالباً این است که آدم حد وسط را دنبال کند و با افزایش درآمد، کیفیت زندگی‌اش را بالا ببرد.

لذا اولین گام آن است که مشخص کنید چه نوع آرزوهایی دارید. فارغ از این‌که در چه مرحله‌ای از زندگی هستید، آرزوهایتان (هدف) احتمالاً جزو یکی از این سه دسته خواهد بود:



کوتاه‌مدت: این دسته از آرزوها چیزهایی هستند که در آینده نزدیک می‌توان به آن‌ها رسید، چیزهایی که آدم معتقد است که می‌تواند در شش ماه آینده به آن‌ها برسد، مثل پس‌انداز کردن برای سفر، آماده کردن بچه‌ها برای این‌که درس و مدرسه را شروع کنند یا به دست آوردن پول کافی برای این‌که به باشگاه ورزشی برود.

میان‌مدت: این دسته از آرزوها را می‌توان در دو تا سه سال آینده انجام داد، مثل پس‌انداز کردن به قدری که برای پیش‌پرداخت پول خانه کافی باشد، خریدن اتومبیل جدید یا مطمئن شدن از این‌که برای مواقع اضطراری پول و پس‌انداز کافی دارید.

بلندمدت: رسیدن به این هدف‌ها احتمالاً بیشتر از سه سال طول خواهد کشید. این هدف‌ها ممکن است شامل چیزهایی از این قبیل باشد: فرستادن بچه‌ها به دانشگاه، خرید یک‌خانه بزرگ‌تر، راه‌اندازی یک کسب‌وکار مستقل، داشتن پول کافی برای بعد از بازنشسته شدن.

#### هدف‌های شما

سه‌تا از هدف‌های شخصی‌تان را مشخص کنید. این هدف‌ها باید تا حد ممکن چیزهایی باشند که به آن‌ها اهمیت می‌دهید و می‌توانید به آن‌ها برسید. بعد از این‌که این کار را کردید، ببینید جزو کدام‌یک از سه دسته بالا هستند. بیشتر افراد احتمالاً در هر دسته یکی دو آرزو خواهند داشت.



گام بعدی این است که ببینید چطور باید به هدف‌هایتان برسید. اگرچه پول تمام مسئله نیست اما غالباً مهم‌ترین چیزی است که ممکن است نگذارد به اهدافمان برسیم.

راه‌های مختلف خیلی زیادی وجود دارد برای این‌که آدم برای رسیدن به اهداف کوتاه‌مدتش پس‌انداز کند. مثلاً ممکن است خیلی راحت بتواند یکی از خرج‌هایش را حذف کند و چیز دیگری را به‌جای آن بنشاند و به‌این‌ترتیب به هدفش برسد. اگر عادت دارد غذا از بیرون بخرد، می‌تواند در خانه غذا بپزد یا نهار را از خانه به سرکار ببرد. اگر نمی‌دانید چه‌کار کنید، حساب دخل و خرجی برای خودتان تهیه کنید و ببینید کجا می‌توانید از خرج‌هایتان بزنید. پیشنهاد می‌کنم مصاحبه روزنامه جام‌جم با من در این زمینه بخوانید احتمالاً برایتان مفید خواهد بود.

با این‌حال نمی‌توان به بعضی هدف‌ها صرفاً با زدن برخی از مخارج درج‌های دیگر رسید و این‌جاست که پای پس‌انداز به وسط کشیده می‌شود. گزینه‌های مختلفی را که برای پس‌انداز کوتاه‌مدت، میان‌مدت و بلندمدت پیش‌رویتان هست برانداز کنید. این کار به شما کمک می‌کند که بفهمید توازن درستی برقرار کرده‌اید یا نه. همچنین به شما کمک می‌کند که بفهمید بهتر است دنبال چه نوع پس‌اندازهایی بروید.

در نهایت بعد از اینکه اهداف خود را مشخص کردید، راه‌های رسیدن به هدف‌تان را بررسی کنید و بلافاصله اقدام کنید.

یادتان باشید هرچقدر زمان بین خواستن هدف و شروع اولین گام برای داشتن آن زیاد باشد، احتمال رسیدن به هدف کم می‌شود.

یک پیشنهاد شگفت‌انگیز:

اطلاعات دوره افزایش راندمان فردی به روش آرژانتین را مطالعه کنید. دوره آرژانتین یکی از بهترین دوره های مطالعه شریف و در عین حال یکی از ارزاترین دوره های مطالعه شریف است. این دوره می‌تواند تغییرات بسیار بزرگی در زندگی شما ایجاد کند.



سعید محمدی-نویسنده کتاب انسان 2020

فایل pdf مرتبط با مقاله (مصاحبه سعید محمدی با روزنامه جام جم) در لینک زیر قرار داده شد.

<http://motalesharif.com>