

Definir objetivos/metax;

Escreva depressa — mantenha a caneta sempre em movimento, não se censure, ponha tudo no papel. Pergunte-se constantemente: *O que eu gostaria para minha vida se soubesse que posso ter da maneira como desejo? O que eu faria se soubesse que não poderia fracassar?* Suspenda a necessidade de saber com precisão o *como*. Basta descobrir qual é o seu verdadeiro anseio. Ponha-se num estado mental de fé absoluta e expectativa total de que pode criar qualquer coisa que quiser. *Imagine as coisas por um mínimo de cinco minutos. Não pare de escrever em momento algum.* Seja tolo, seja absurdo, seja criança — às vezes uma idéia esquisita leva a um grande destino!

I. OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL

Passo 1:

Aqui estão algumas perguntas que você pode querer analisar antes de começar; mas depois de analisá-las, entre em ação, e comece a fixar seus objetivos imediatamente! O que gostaria de aprender? Quais são algumas habilidades que deseja adquirir? Quais são alguns traços de caráter que gostaria de desenvolver? Quais são os amigos que deseja ter? Quem você quer ser? O que pode fazer por seu bem-estar físico? Fazer uma massagem por semana? Todos os dias? Criar o corpo de seus sonhos? Ingressar numa academia de ginástica... e aproveitá-la ao máximo? Contratar uma cozinheira vegetariana? Completar o Triatlon Iron Man em Honolulu? Gostaria de dominar o seu medo de voar? Ou de falar em público? Ou de nadar? O que gostaria de aprender? Falar francês? Estudar os Pergaminhos do mar Morto? Dançar e/ou cantar? Estudar com o virtuose do violino Itzhak Perlman? Com quem mais gostaria de estudar? Gostaria de ser um estudante de intercâmbio no exterior?

Passo 2: fixe um prazo para cada objetivo

Passo 3: Defina o objetivo específico de um ano mais importante nessa categoria — um objetivo que, se realizá-lo neste ano, lhe proporcionará a maior animação, e fará com que sinta que o ano foi bem investido. *Tire dois minutos para escrever um parágrafo sobre os motivos pelos quais está absolutamente empenhado em alcançar esse objetivo dentro de um ano.* Por que isso é compulsivo para você? O que ganhará por alcançá-lo? O que perderia se não o alcançasse? Esses motivos são bastante fortes para levá-lo a persistir? Se não, procure um objetivo melhor, ou melhores motivos.

II. OBJETIVOS PROFISSIONAIS ECONÔMICOS

Passo 1: *Escreva tudo o que deseja para sua vida profissional ou financeira.* Que níveis de abundância financeira você quer alcançar? A que posição deseja subir? *Tire cinco minutos para criar uma lista que vale um milhão de dólares!* Quanto gostaria de ganhar por ano? Com o que gostaria de trabalhar? Que objetivos você tem para sua companhia? Gostaria que se tornasse a líder em seu setor? Quanto você gostaria de ter como patrimônio líquido? Quando você quer se aposentar? Quanto rendimento de investimentos você gostaria de ter para não precisar mais trabalhar? Com que idade deseja alcançar a independência financeira? Quais são seus objetivos de administração financeira? Precisa: Equilibrar seu orçamento? Equilibrar sua conta bancária? Arrumar um treinador financeiro? Que investimentos gostaria de fazer? Gostaria de: Financiar um empreendimento novo? Iniciar um serviço de distribuição de fraldas? Aplicar num fundo mútuo? Fazer uma carteira de ações? Contribuir para um plano de pensão? Quanto você quer ser capaz de gastar em viagens e aventuras? Quanto você quer ser capaz de gastar em novos “brinquedos”? Quais são os seus objetivos profissionais? Com o que gostaria de contribuir para sua companhia? Que oportunidades gostaria de criar? Gostaria de se tornar um supervisor? Um gerente? Um diretor executivo? Gostaria de ser reconhecido por todos em sua profissão? Que tipo de impacto gostaria de ter? Qual significado você quer dar a sua vida profissional?

Passo 2: e Passo 3, idem ao anterior.

III. OBJETIVOS DE DIVERSÃO/AVENTURA

Se não houvesse limitações econômicas, quais são algumas das coisas que gostaria de ter? Quais são algumas das coisas que gostaria de fazer? Se o gênio da lâmpada estivesse na sua frente para atender a qualquer desejo que formulasse, o que você mais gostaria de ter no mundo?

Passo 1: *Tire cinco minutos para escrever tudo o que você sempre desejou ter, fazer ou experimentar na vida.* Aqui estão algumas perguntas para ajudá-lo: Gostaria de construir, criar ou comprar um: Chalé? Castelo? Casa na praia? Barco a vela? Iate particular? Ilha? Um carro esporte Lamborghini? Guarda-roupa de Chanel? Helicóptero? Avião a jato? Estúdio de música? Coleção de arte? Zoológico particular, com girafas, crocodilos e hipopótamos? Gostaria de comparecer: À estréia de uma peça na Broadway? Ao lançamento internacional de um filme em Cannes? A um concerto de Bruce Springsteen?

A uma produção do teatro Kabuki, em Osaka, Japão? Gostaria de: Disputar com qualquer dos Andrettis nas próximas 500 Milhas de Indiannapolis? Jogar com Monica Seles e Steffi Graffi, ou Boris Becker e Ivan Lendl, numa partida de dupla? Ser o lançador na decisão do campeonato americano de beisebol? Carregar a tocha olímpica? Jogar com Michael Jordan? Nadar com golfinhos rosas nos mares do Peru? . Disputar uma corrida de camelos entre as pirâmides do Egito com seu melhor amigo? E *ganhar*? Escalar os Himalaias com os Sherpas? Gostaria de: Estrelar uma peça na Broadway? Partilhar um beijo na tela com Kim Basinger? Dançar com Patrick Swayze? Coreografar um balé moderno com Mikhail Barishnikov? Que lugares exóticos gostaria de visitar? Gostaria de: Velejar ao redor do mundo como Thor Heyerdahl na *Kon-Tiki*? Visitar a Tanzânia e estudar os chimpanzés com Jane Goodall? Navegar no *Calypso* com Jacques Cousteau? Refestelar-se nas areias da Riviera Francesa? Navegar pelas ilhas gregas num iate? Participar de um Festival do Dragão na China? Participar de uma dança das sombras em Bangkok? Mergulhar em Fiji? Meditar num mosteiro budista? Conhecer o Museu do Prado em Madri? Adquirir uma passagem no próximo vôo do ônibus espacial?

Passo 2: e Passo 3, idem ao anterior.

IV. OBJETIVOS DE CONTRIBUIÇÃO

Esta é a sua oportunidade de deixar uma marca, criar um legado que fará uma diferença verdadeira na vida das pessoas. Pode ser algo tão simples como dar o dízimo à sua igreja, ou empenhar sua família num programa de reciclagem, ou tão amplo quanto instituir uma fundação para oferecer oportunidades a pessoas deficientes.

Passo 1: *Tire cinco minutos para explorar todas as possibilidades.*

Como você poderia contribuir? Pode? Ajudar a construir um abrigo para os sem-teto?

Adotar uma criança? Trabalhar como voluntária numa cozinha comunitária? Ler para os cegos?

Visitar um homem ou mulher cumprindo uma pena de prisão? Servir nos Voluntários da Paz por seis meses? Visitar um asilo de velhos? Como você pode ajudar a: Proteger a camada de ozônio?

Limpar os oceanos? Eliminar a discriminação racial? Impedir a destruição das florestas tropicais?

O que você poderia criar? Poderia: Inventar uma máquina de movimento perpétuo? Projetar um carro que funciona com lixo? Criar um sistema para distribuir alimentos aos famintos?

Passo 2: e Passo 3, idem ao anterior.

Você já deve ter agora quatro objetivos principais de um ano, que o animam e inspiram absolutamente, com motivos sólidos e compulsivos para apoiá-los. Como se sentiria se dentro de um ano os tivesse dominado e alcançado? Como se sentiria em relação a si mesmo? Como se sentiria em relação à sua vida? Devo insistir na importância de desenvolver razões bastante fortes para alcançar esses objetivos. Ter um *por quê* bastante poderoso lhe proporcionará o necessário *como*. Não deixe de pensar nesses quatro objetivos *diariamente*. Ponha-os num lugar em que possa ver *todos os dias*, como a sua agenda, a mesa no escritório, o espelho do banheiro, enquanto faz a barba ou se maquila. Se apoiar seus objetivos com um sólido empenho de *KAizen* uma incessante e constante melhoria em cada uma dessas áreas, então pode estar certo de que terá progressos diários. Tome a decisão agora de buscar esses objetivos, começando *imediatamente*.