

TRENT HAMM

Cea mai bună și, cred, singura carte-superlativ despre stabilirea și atingerea obiectivelor.

MAGDA KAY

Probabil cea mai cuprinzătoare carte despre stabilirea țelurilor pe care am citit-o până acum.

LIZ DAVIS

Mesajele lui Tracy sunt destinate să ne ajute să punem bazele unei gândiri clare, raționale și pozitive.

brian tracy

realizarea țelurilor



CURTEA VECHÉ
PUBLISHING



COLECȚIA
CĂRȚI CHEIE

87

Cuprins

<i>Prefață</i>	9
Introducere	
Ziua în care viața mea s-a schimbat.	13
Capitolul 1	
Descătușați-vă potențialul.	18
Capitolul 2	
Fiți răspunzători de viața dumneavoastră.	30
Capitolul 3	
Creați-vă viitorul	43
Capitolul 4	
Clarificați-vă valorile	53
Capitolul 5	
Determinați-vă adevăratele țeluri în viață	64
Capitolul 6	
Stabiliți-vă un scop major și bine definit	76
Capitolul 7	
Analizați-vă convingerile	85
Capitolul 8	
Începeți cu începutul	99
Capitolul 9	
Cuantificați-vă progresul.	112

Capitolul 10	
Înlăturați obstacolele	124
Capitolul 11	
Deveniți experți în domeniul dumneavoastră	139
Capitolul 12	
Asociați-vă cu oamenii potriviți.	157
Capitolul 13	
Concepeți un plan de acțiune.	170
Capitolul 14	
Administrați-vă timpul în mod judicios.	184
Capitolul 15	
Revizuiți-vă zilnic țelurile	200
Capitolul 16	
Vizualizați-vă continuu țelurile	213
Capitolul 17	
Activați-vă gândirea supraconștientă	228
Capitolul 18	
Rămâneți flexibili în orice situație	240
Capitolul 19	
Descătușați-vă creativitatea nativă.	253
Capitolul 20	
Faceți ceva în fiecare zi	271
Capitolul 21	
Insistați până când reușiți	282
Concluzie	
Începeți să acționați de astăzi	305

CAPITOLUL 1

Descătușați-vă potențialul

Potențialul unei persoane obișnuite este ca un ocean uriaș pe care n-a mai navigat nimeni, ca un continent nou neexplorat, ca o lume de posibilități ce așteaptă să fie eliberate și canalizate spre o mare realizare.

BRIAN TRACY

SUCCES ÎNSEAMNĂ ȚELURI, RESTUL SUNT DOAR VORBE. Toți oamenii de succes sunt extrem de bine orientați la acest capitol. Știu ce vor și mintea li se concentrează asupra realizării aceluia lucru în fiecare zi.

Abilitatea de a stabili țeluri este cea mai importantă însușire în atingerea succesului. Obiectivele descătușează gândirea pozitivă și dau naștere ideilor și energiei necesare pentru atingerea lor. Fără țeluri, pur și simplu rătăciți și sunteți purtați de valurile vieții. Având stabilite obiectivele, veți zbura ca o săgeată, drept și sigur spre țintă.

Adevărul e că, probabil, aveți mai mult potențial decât ați putea folosi dacă ați trăi o sută de vieți. Tot ce ați realizat până acum e doar o mică parte din ceea ce vă stă cu adevărat în putință. Una dintre regulile obligatorii pentru a avea succes este aceasta: nu contează de unde veniți; important

e încotro vă duceți. Și locul spre care vă îndreptați este hotărât numai de dumneavoastră.

Țelurile clare vă măresc încrederea în sine și vă ridică nivelul motivației. Așa cum spune instructorul în vânzări Tom Hopkins: „Țelurile reprezintă combustibilul din cup-torul împlinirilor.“

Vă creați singuri propria lume

Cea mai mare descoperire din istoria umanității este, probabil, aceea că forța minții poate crea aproape orice. Tot ce vedeți în jur, în lumea făurită de om, a pornit de la un gând sau de la o idee apărute în mintea unei singure persoane, mai înainte de a deveni realitate. Totul a început în viața dumneavoastră de la un gând, o dorință, o speranță sau un vis avute în minte de dumneavoastră sau de altcineva. Gândurile sunt creatoare. Gândurile dau formă și contur lumii dumneavoastră și la tot ce vi se întâmplă.

Marea formulă care sintetizează toate religiile, filosofiele, metafizica, psihologia și succesul este aceasta: „**Devii ceea ce gândești în majoritatea timpului.**“ Lumea exterioară devine în cele din urmă o reflexie a lumii interioare și oglindește ce anume gândești. Oricare ar fi subiectul gândirii tale, acesta iese la suprafață în propria realitate.

Mii de oameni de succes au fost întrebați la ce se gândesc în majoritatea timpului. Cel mai obișnuit răspuns a fost că se gândesc cel mai mult la *ce-și doresc* și la *cum să obțină acel lucru*.

Oamenii care nu au succes și sunt nefericiți se gândesc și vorbesc tot timpul despre ceea ce *nu* doresc. Vorbesc despre problemele și grijele lor și despre cine e vinovat de toate.

Însă oamenii de succes își axează gândirea și discuțiile asupra Țelurilor pe care și le-au stabilit. În majoritatea timpului, se gândesc și vorbesc despre ceea ce vor să obțină.

A trăi fără niște obiective clare seamănă cu a merge cu mașina printr-o ceață groasă. Oricât de puternică sau de bine pusă la punct ar fi mașina, o veți conduce încet, ezitant, înaintând foarte puțin, chiar și pe cea mai bună șosea. Stabilirea Țelurilor împrăștie imediat ceața și vă dă posibilitatea să vă concentrați și să vă canalizați energia și abilitățile. Obiectivele limpezi vă permit să apăsați pe accelerația propriei vieți și să vă apropiați rapid de realizarea a ceea ce vă doriți cu adevărat.

Funcția de căutare automată a Țelurilor

Imaginați-vă acest exercițiu: luați un porumbel călător din adăpostul lui, puneți-l într-o colivie, acoperiți colivia cu o pătură, așezați colivia într-o cutie, iar cutia în cabina unui camion. Apoi parcurgeți o mie de kilometri în orice direcție. Dacă după aceea deschideți cabina camionului, scoateți cutia, dați la o parte pătura și dați drumul porumbelului din colivie, acesta va zbura, descriind mai întâi trei cercuri prin aer, și se va îndrepta fără ezitare spre adăpostul său, care se află la o mie de kilometri depărtare. Nicio altă ființă de pe pământ nu posedă această funcție cibernetică incredibilă de căutare a unei ținte, cu excepția omului.

Și dumneavoastră aveți aceeași abilitate de atingere a unui obiectiv ca și porumbelul călător, însă și o formidabilă caracteristică în plus. Atunci când sunteți pe deplin clarificat în legătură cu Țelul, nici măcar nu trebuie să știți unde se află sau cum să-l atingeți. Doar hotărând exact ce

anume doriți, veți începe să vă deplasați fără ezitare spre obiectiv, iar acesta se va apropia și el de dumneavoastră, tot fără ezitare. La momentul potrivit și în locul potrivit, dumneavoastră și țelul propus vă veți întâlni.

Datorită acestui mecanism cibernetic incredibil, localizat în străfundurile minții, vă atingeți scopurile aproape întotdeauna, oricare ar fi ele. Dacă obiectivul dumneavoastră este să ajungeți seara acasă și să vă uitați la televizor, cu siguranță veți reuși acest lucru. Dacă țelul dumneavoastră este să vă creați o viață plină de sănătate, fericire și prosperitate, veți realiza la fel de bine și asta. Asemănător unui computer, mecanismul de căutare a obiectivelor nu face deosebiri. Funcționează automat și continuu pentru a vă furniza ceea ce vă doriți, indiferent de programul pe care îl introduceți în el.

Naturii nu-i pasă de mărimea țelurilor. Dacă vă stabiliți obiective mici, mecanismul de realizare a țelurilor vă va da posibilitatea să duceți la îndeplinire astfel de obiective mici. Dacă vă propuneți țeluri de mare anvergură, această capacitate naturală vă va permite să le realizați. Mărimea, orizontul și detaliile obiectivelor pe care le alegeți și la care vă gândiți în cea mai mare parte a timpului sunt la latitudinea dumneavoastră.

De ce oamenii nu-și fixează țeluri în viață

Iată o întrebare bună: dacă procesul de căutare a țelurilor este automat, de ce atât de puțini oameni au obiective clare, scrise pe hârtie, măsurabile și cu limite de timp, asupra cărora să lucreze zilnic? Acesta e unul dintre marile mistere ale vieții. Eu cred că există patru motive pentru care oamenii nu-și stabilesc obiective.

Oamenii cred că țelurile nu sunt importante

Mai întâi, cei mai mulți nu-și dau seama de importanța țelurilor. Dacă îți petreci copilăria într-o casă în care nimeni nu are țeluri sau dacă faci parte dintr-un grup social în care țelurile în viață nici nu sunt discutate, nici nu se pune preț pe ele, atunci poți ajunge foarte bine la vârsta maturității fără să știi că însușirea de a stabili și realiza obiective are mai mult efect asupra vieții tale decât oricare alta. Uitați-vă în jur. Câți dintre prietenii sau membrii familiei dumneavoastră sunt angajați în mod real în atingerea unor țeluri?

Nu știi cum să procedeze

Al doilea motiv pentru care oamenii nu au țeluri în viață este acela că nu știi cum să le stabilească. Mai rău, mulți cred că au deja obiective stabilite când, de fapt, nu e vorba decât de o serie de dorințe sau visuri, cum ar fi: „Să fiu fericit“, „Să am mulți bani“ sau „Să am o frumoasă viață de familie.“

Însă acestea nu sunt deloc niște țeluri. Sunt doar simple fantezii, comune tuturor. Țelul este complet diferit de o dorință. Este limpede, scris și specific. Poate fi descris repede și cu ușurință unei alte persoane. Îl poți măsura și poți astfel să afli dacă l-ai realizat sau nu.

E posibil să obții o diplomă de la o universitate de elită, fără să fi fost instruit măcar *o oră* în legătură cu fixarea țelurilor. Este aproape ca și cum persoanele care hotărăsc conținutul programului educațional al școlilor și al universităților ar fi complet oarbe atunci când vine vorba de importanța stabilirii și realizării succesului ulterior în viață. Și, desigur, dacă nu auziți nimic despre țeluri până

la maturitate, așa cum mi s-a întâmplat mie, nu veți avea idee cât de importante sunt.

Se tem de eșec

Al treilea motiv pentru care oamenii nu-și stabilesc țeluri în viață este frica de eșec. Eșecul *doare*. Este dureros și catastrofal din punct de vedere emoțional și, adesea, financiar. Toată lumea experimentează, din când în când, eșecul. De fiecare dată, luăm decizia de a fi mai atenți pe viitor și de a evita eșecul. Prin urmare, mulți fac greșeala de a se sabota în mod inconștient, prin a nu-și mai stabili obiective pe care s-ar putea să nu fie în stare să le ducă la îndeplinire. Sfârșesc prin a trece prin viață funcționând la un nivel mult mai coborât decât le-ar fi stat în putință.

Se tem că vor fi respinși

Al patrulea motiv pentru care oamenii nu-și stabilesc țeluri în viață este frica de a fi respinși de către ceilalți. Se tem că, dacă își propun un obiectiv de atins și nu au succes, ceilalți îi vor critica și îi vor ridiculiza. Acesta e unul dintre motivele pentru care ar trebui ca țelurile să fie confidentiale, să le păstrați numai pentru dumneavoastră atunci când începeți să le stabiliți. Nu spuneți nimic nimănui. Lăsați-i să vadă ce ați realizat, dar nu le spuneți nimic înainte. Ceea ce ei nu știu nu vă poate face niciun rău.

Intrați în topul celor 3%

Mark McCormack vorbește în cartea lui *What They Don't Teach You at Harvard Business School* (*Ce nu vă învață la Harvard Business School*) despre un studiu făcut între 1979

și 1989. În 1979, absolvenții programului MBA (*Master of Business Administration*) au fost întrebați: „V-ați stabilit țeluri clare, scrise pe hârtie, pentru viitor și ați făcut planuri despre cum să le realizați?” A reieșit că numai 3% dintre absolvenți aveau scrise negru pe alb obiective și planuri. 13% aveau stabilite țeluri, însă nu în scris. 84% nu aveau niciun fel de obiective specifice, în afară de a părăsi școala și a se bucura de vacanța de vară.

Zece ani mai târziu, în 1989, cercetătorii au interviuat din nou membrii clasei respective. Au descoperit că cei 13% care avuseseră stabilite obiective, dar nu în scris, câștigau în medie de două ori mai mult decât cei 84% care nu-și stabiliseră niciun fel de țeluri. Dar, în mod surprinzător, acei 3% dintre absolvenți care avuseseră obiective clare, scrise pe hârtie, atunci când plecaseră de la Harvard, câștigau în medie *de zece ori* mai mult decât cei 97% dintre absolvenți, *luați împreună*. Singura diferență dintre grupuri consta în claritatea țelurilor propuse la absolvire.

Fără repere

Importanța clarității este ușor de înțeles. Imaginați-vă că sosiți la periferia unui mare oraș și trebuie să ajungeți cu mașina la o anumită casă ori un anumit birou. Dar iată cum stă treaba: nu există indicatoare și nu aveți o hartă a orașului. De fapt, tot ceea ce vi se dă este o descriere foarte generală a casei sau a instituției. Întrebarea care se pune este următoarea: cât timp credeți că o să vă ia ca să găsiți casa ori biroul din acel oraș, fără o hartă sau fără indicatoare rutiere?

Răspunsul este: probabil, toată viața. Dacă veți găsi vreodată casa ori biroul, va fi numai printr-un noroc. E destul