COMO DEFINIR E REALIZAR UM OBJETIVO

Primeiro você relaxe e deixe a sua imaginação fluir. Pense em coisas que você realmente quer (seus desejos mais profundos). O que você gostaria de ser, fazer ou ter, algo que você deve sentir que é por alguma grande razão – e um pouco além do seu alcance no momento presente.

Relaxe e deixe a sua imaginação viajar. Fantasie. Crie uma lista dos seus desejos. Inclua desejos pessoais e desejos profissionais.

Quando você estiver imaginando, não perca um momento sequer gastando sua energia mental em como este objetivo será alcançado.

Agora, nas linhas abaixo, relacione tudo o que você deseja muito na sua vida profissional.

DESEJO PROFISSIONAL
Não precisa detalhar. Apenas escreva seus maiores desejos com poucas palavras (ter minha empresa, triplicar meu salário, ser gerente, ser promovido para o cargo XYZ).

_____
_____
_____
_____
_____
_____

Agora, nas linhas abaixo, relacione tudo o que você deseja muito na sua vida pessoal.

DESEJO PESSOAL
Não precisa detalhar. Apenas escreva seus maiores desejos com poucas palavras (como por exemplo: viajar para Itália, comprar um carro, levar meus filhos na Disney)

_____
_____
_____
_____
_____
_____

De cada uma destas listas de desejos, escolha UM que você quer mais do que qualquer outro. É fundamental você escolher algo especial, algo que você pessoalmente se sinta muito atraído e que é importante para você. Você deve querer isto – você deve realmente querer isto, com seu coração e alma.

DESEJO PROFISSIONAL

_____

_____

DESEJO PESSOAL

_____

_____

É importante que você coloque toda a sua energia mental para a construção de uma imagem maravilhosa do que você deseja. Comece a pensar sobre esses desejos com uma imagem em sua mente. Escreva sobre esses objetivos que existem em sua vida no presente do indicativo. Veja-se possuindo tudo o que você deseja.

Agora, descreva seu objetivo profissional em detalhes no presente do indicativo começando com...
Eu sou tão feliz e grato, agora que....

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

E agora descreva seu objetivo pessoal em detalhes no presente do indicativo começando com...

Eu sou tão feliz e grato, agora que....)

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

"Existe apenas um lugar do universo que você pode ter certeza de melhorar e esse lugar é o seu próprio eu."

Aldous Huxley