



هدف دشوار را انتخاب کنید و برای آن برنامه ریزی نمایید

یک قاعده طلایی وجود دارد و آن این است: « هدف هر چه قدر سخت تر باشد رسیدن به آن آسان تر است . مکانیزم این قاعده هم بسیار ساده است. »

زمانی که شما هدف دشواری انتخاب می کنید پیام هایی به ناخودآگاه ذهن شما ارسال می شود که دشواری هدف را گوشزد می کند لذا این ناخودآگاه برای نیل به هدف ، تمام توان جسمی و ذهنی شما را بسیج می کند، یعنی عملا شما با تمام پتانسیل خود وارد عمل می شوید این در حالی است که زمانی که شما هدف معمولی را انتخاب می کنید، چنین پیام هایی به ناخودآگاه شما ارسال نشده و به همین دلیل بخش اندکی از توان شما به کار گرفته می شود. چه بسا که در این حالت به خاطر تلاش اندک و جدی نگرفتن کار، همین هدف ساده هم دست نیافتنی بماند.

حال که هدف مشخص شد، نوبت به آن می رسد که برای نیل به هدف، برنامه ای جامع برای خود مشخص کنید که در آن ملزومات، مراحل، چهارچوب زمانی و سایر جزئیات مشخص شود. به یاد داشته باشید که هدف گزاری بدون برنامه یعنی اتلاف وقت و یک ساعت برنامه ریزی کردن معادل حداقل ۳ ساعت کار انجام دادن است.