



Missão de Vida, Legado, Valores e Visão de Futuro

por Marco Fabossi

Grande parte do stress, das doenças psicossomáticas e desequilíbrios emocionais, é proveniente de uma vida insatisfatória e sem sentido. Muitos trabalham pelo sustento, e não pela satisfação e realização pessoal. Estão numa relação pela comodidade, pelo costume, pelo medo, mas não por amor verdadeiro. Assistem TV pela falta do que fazer, mas não porque os faz melhores, passam horas em frente a uma tela de computador, e quando saem se sentem ainda mais vazios, e assim vão se arrastando por uma vida mediana, insatisfatória, infeliz e sufocante. E no domingo, a tristeza se intensifica quando ouvem a música de encerramento do Fantástico; significa que está na hora de dormir, já que segunda-feira começa tudo de novo!

Nós morremos não quando paramos de respirar, mas quando deixamos de sonhar!

Será que é isso que desejamos para nossas vidas? Certamente que não! Mas mesmo assim seguimos negligenciando a importância da **Missão, Legado, Valores e Visão de Futuro**, sendo que é justamente a ausência destes quatro elementos que nos leva a este estilo de vida.

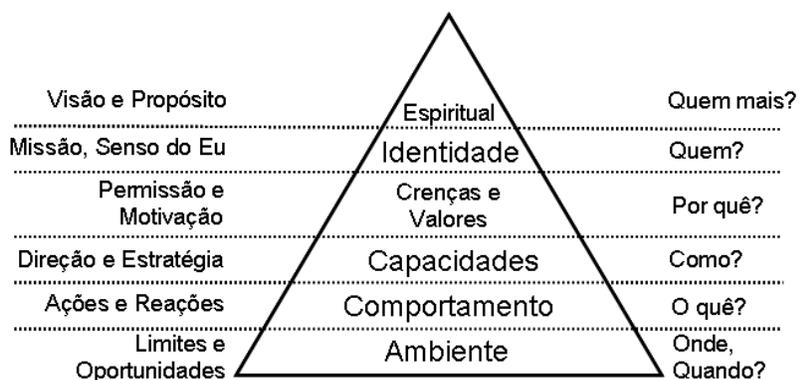
Provavelmente você já saiba, mas está cientificamente provado que aproximadamente 80% das competências de liderança vêm da Inteligência Emocional. É por isso que muitas pessoas, apesar de serem muito inteligentes (alto QI), pela falta de Inteligência Emocional não se sobressaem. Daniel Goleman, em seu livro "*Trabalhando com a Inteligência Emocional*", dividiu a Inteligência Emocional em duas partes: **Competências Pessoais** e **Competências Sociais**. Ele concluiu que esses fatores são os que determinam o sucesso ou insucesso das pessoas. As **Competências Pessoais** são: Auto-conhecimento, Auto-gerenciamento e Auto-motivação, que formam uma tríade perfeita para o **Auto-desenvolvimento**. Já as **Competências Sociais** se dividem em Empatia e Habilidades Sociais.

Veja que o Auto-desenvolvimento se inicia pelo Auto-Conhecimento; somente aquele que conhece a si mesmo é capaz de traçar um plano eficaz de Auto-desenvolvimento; é preciso conhecer os pontos fortes e pontos não tão fortes assim. De nada vale desenvolver Competências Sociais como Empatia e Comunicação, sem saber sobre suas próprias necessidades individuais.

Somente depois que eu me conheço (Auto-conhecimento), é que eu posso me Auto-gerenciar, e seguir os passos seguintes. Aliás, uma das partes mais importantes do Auto-gerenciamento é o cumprimento de um plano de desenvolvimento pessoal, traçado na fase do Auto-conhecimento. É justamente a adoção deste plano que vai gerar a Auto-motivação necessária para atingir os seus objetivos.

E é aqui que entra a **Missão de Vida**. Se Auto-conhecer, significa saber primeiramente qual é a nossa **Missão de Vida**, nossos **Valores**, nosso **Legado**, e nossa **Visão de Futuro**. E sabe porque isso é tão importante e poderoso?

Em meu livro "*Coração de Líder – A Essência do Líder-Coach*" (www.coraçãodelider.com.br), eu digo o seguinte: "*Para reforçar a compreensão sobre a importância do desenvolvimento e estabelecimento de missão, visão, valores e legado na vida do ser humano, permita-me recorrer à Pirâmide de Níveis Neurológicos, desenvolvida por Robert Dilts.*"



Olhando para a base da pirâmide, o ambiente se refere aos lugares e pessoas com quem convivemos. No nível seguinte, comportamento representa as nossas ações no cotidiano. A capacidade reflete a forma em que fazemos as coisas. Em seguida, vamos as crenças e valores determinam "o porquê" das coisas e guiam nossas ações diárias. Acima temos o nível da identidade, também conhecido como "papéis", que determina "quem" você é como pai, mãe, cônjuge, amigo, profissional, líder, etc. Por fim temos o nível "espiritual", que nos traz a consciência de que fazemos parte de algo muito maior.

Pessoas que vivem no nível do ambiente e comportamento apenas reagem aos acontecimentos e se tornam vítimas das circunstâncias, preferindo culpar os outros por todos os seus problemas em vez de trabalhar em seu próprio desenvolvimento e na realização de seu potencial. E por mais que mudem de lugar, continuam vivendo os mesmos problemas, já que estes problemas não fazem parte do ambiente, mas da própria pessoa. É por isso que mudanças apenas no nível do ambiente podem amenizar problemas pontuais, mas dificilmente atingem suas causas. É por isso que o líder-coach, aquele que age com o Coração de Líder, nunca lidera neste nível porque seu principal objetivo é transformar o ambiente por meio de suas atitudes, e não deixar-se transformar por ele.

À medida que nos dirigimos ao topo da pirâmide, explicitamos nossos valores, transformamos nossas crenças, causamos impacto em nossas capacidades e comportamentos e, naturalmente, transformamos o ambiente, ou seja, ao atingirmos os níveis superiores da pirâmide, causamos mudanças em todos os níveis inferiores. Desta forma, são nos níveis de identidade e espiritualidade que encontramos aquilo que realmente gera mudanças na vida das pessoas: missão, visão e propósito.

Pessoas que deram a volta por cima, que conseguiram buscar dentro de si força para enfrentar e vencer adversidades aparentemente intransponíveis, conhecem o valor do senso de missão, que não as deixa desistir quando os obstáculos se apresentam, que lhes permite manter o foco em meio as tempestades, e que lhes ajuda a tomar decisões e seguir em frente, apesar das dificuldades."

É preciso deixar a posição de vítima, ou de expectador da sua própria vida, para assumir o papel de protagonista!

Pessoas que vivem no nível do ambiente, apenas reagem, e tornam-se vítimas do próprio ambiente. Elas passam o dia inteiro reclamando da empresa, das pessoas, do mundo, e acredita a culpa por seus problemas é de todos, menos delas. Dizem coisas como "Eu não consigo progredir porque a empresa não ajuda, porque meu chefe está de marcação comigo, porque todo mundo está contra mim". Colocam sempre a culpa no ambiente e nos outros, até que um belo dia elas mudam de empresa, e depois da "lua-de-mel", descobrem que a nova empresa tem os mesmos problemas da anterior. Por que será?

Porque ela mudou de ambiente, mas levou ela junto, e por isso obviamente, os problemas se repetem. É por isso que mudanças apenas no nível do Ambiente somente atacam as

conseqüências, mas dificilmente atacam as causas; são "quick-fixes", mudanças remediativas e exteriores, que dificilmente geram grandes mudanças no interior do ser humano.

O contrário acontece nos níveis mais altos da pirâmide, onde causamos mudanças generativas ou interiores, que geram transformações de dentro para fora, e são capazes de transformar todos os outros níveis inferiores da Pirâmide. É por isso que somente mudanças nos três níveis superiores da Pirâmide é que nos permitem vivenciar uma transformação real e evolutiva. E são justamente nesses níveis que encontramos **Missão de Vida, Legado, Valores e Visão de Futuro**.

Definições

Vejamos o que significa cada uma dessas fases:

Valores: É aquilo em que você acredita e que o faz agir do jeito que age. São as suas crenças.

Legado: É a herança imaterial que você deixa quando vai embora. É aquilo que proposadamente entrega para que o futuro seja melhor do que o presente.

Missão: É o seu propósito de vida. É o motivo pelo qual você está vivo nesta terra, que o faz lembrar quem você é, e o impacto que quer causar na vida das pessoas e no planeta.

Visão de Futuro: É uma imagem do futuro que produz paixão e o inspira a agir e tornar realidade os seus sonhos. A visão lhe dá direção e o ajuda a criar significado e propósito em sua vida.

Áreas da Nossa Vida

Todas as áreas de nossa vida se relacionam de alguma maneira, e é justamente o equilíbrio entre elas que nos leva à conquista daquilo que sonhamos como nossa grande **Missão de Vida**. Assim sendo, é importante que tenhamos uma declaração de missão específica para cada área da vida: Profissional, Financeira, Intelectual, Emocional, Espiritual, Física, Familiar, Relacionamento Íntimo, Social e Lazer.

Compor uma **Missão de Vida** significa também descobrir sua missão para cada uma dessas áreas, individualmente. Portanto, tudo o que falarmos daqui em diante se aplica a cada área de sua vida.

Valores

É preciso saber os principais valores e crenças que guiam suas ações diárias e que o fazem experimentar sensações que o motivam e energizam. As perguntas que nos ajudam nesta tarefa são:

- ◆ Que valores me impulsionam e motivam?
- ◆ Quais as sensações que eu quero experimentar ou produzir nas pessoas, nesta área?
- ◆ Que valores me levam em direção às sensações que desejo experimentar nesta área?

Relacione os três valores mais significativos nesta área (*No final deste documento você encontrará uma lista com exemplos de Valores e Sensações*).

Este pode parecer um exercício inofensivo. No entanto, pensar e explicitar os valores que permeiam cada área de nossa vida e relacioná-los às sensações que queremos experimentar nos leva a momentos únicos de reflexão sobre a nossa existência.

Legado

Conhecer nosso legado também pode nos ajudar na definição da missão. Legado não são os bens que vamos deixar, tampouco o que queremos que os outros pensem a nosso respeito quando deixarmos este mundo. Aliás, não é necessário morrer para deixar um legado, como a maioria das pessoas pensam. Todos os dias, quando você volta do trabalho para sua casa, você deixou um legado na empresa. Estas perguntas o ajudarão a estabelecer o seu legado:

- ◆ O que você tem deixado de concreto nos lugares de onde sai para torná-los melhor?
- ◆ Você influenciou ou afetou a vida de alguém?
- ◆ Você ensinou hábitos novos a alguém?
- ◆ Que impacto você gerou nas pessoas?
- ◆ Que tipo de influência você deixou?

Missão de Vida

Falemos agora sobre o principal, a **Missão de Vida**. Conhecê-la, ter um senso de propósito naquilo que faz, é imprescindível para quem pretende alcançar realização, prazer, felicidade e sentido em sua vida. A **Missão de Vida**, além de servir como referência para suas escolhas, também funciona como uma fonte interna de motivação, capaz de dar força e alento em momentos de grandes desafios e adversidades.

Um líder que declara e vive sua **Missão de Vida** tem maior facilidade para conquistar o respeito e confiança de seus liderados pelo fato de que suas intenções estão claras e são conhecidas por todos. Quando o líder sabe qual é sua **Missão de Vida** e vive por este propósito, a convivência com seus liderados se torna mais simples e gratificante para ambos os lados. Como diz Bernardinho: *"Eles podem eventualmente duvidar da minha forma de fazer as coisas, mas nunca da minha intenção"*.

Quando se fala em **Missão de Vida**, porém, cria-se a falsa expectativa de que desenvolvê-la pode ser algo trabalhoso, complicado e difícil, mas na verdade, este trabalho pode ser simples, já que não precisamos criar ou inventar uma missão, porque ela já existe. É apenas uma questão de acessar nosso interior para descobrir o que está lá dentro.

Antes de prosseguirmos, vejamos algumas crenças irracionais que podem nos limitar nesta tarefa, e caso elas estejam presentes em sua vida, o seu primeiro trabalho será o de "retirá-las do caminho". Algumas dessas crenças foram extraídas do Livro "O Caminho", de Laurie Beth Jones.

- ü **A Declaração de Missão é algo complexo:** A declaração de sua **Missão de Vida** não precisa ser algo complicado. A missão de Madre Teresa é esta: *"Ter misericórdia para com os pobres e doentes"*, e a de Nelson Mandela, *"Acabar com o apartheid"*. Veja que apesar de profundas, o seu enunciado é muito simples e direto.
- ü **Missão é coisa para grandes líderes mundiais apenas:** Na verdade, eles se tornaram grandes líderes mundiais porque tinham uma **Missão de Vida**, porque sabiam qual era o seu propósito nesta terra; e assim como eles, nós também precisamos saber.
- ü **Meu trabalho é a minha missão:** Sua **Missão de Vida** será sempre maior do que o seu trabalho. Sua **Missão de Vida** será sempre mais abrangente e perene que seu trabalho. Algumas vezes, é o próprio trabalho que nos afasta de nossa missão e de nossos sonhos.
- ü **Meus papéis na vida são a minha missão:** Você é muito mais do que os papéis que exerce na vida, que inclusive mudam com o passar do tempo. Um executivo, por exemplo, que é demitido sem esperar, ou pais cujo filho único acaba de se casar. É por isso que seus papéis podem ser vulneráveis às circunstâncias, sua **Missão de Vida** não.
- ü **A minha Lista de Projetos ou minhas Metas são a minha missão:** A sua **Missão de Vida** não é a relação de projetos de vida que pretende realizar, ou metas que pretende conquistar. Coisas como escrever um livro, plantar uma árvore e levar os filhos para Disney, por exemplo.

- ü **Eu não sou importante o suficiente para ter uma missão:** Cada ação que tomamos tem efeitos na humanidade. Uma visão mais ampla de sua responsabilidade, conexão e serviço ao universo lhe impulsionará em direção à descoberta de sua **Missão de Vida**.
- ü **A minha missão precisa ser grandiosa ou ajudar muitas pessoas:** Sem dúvida que poder ajudar muitas pessoas é algo que muitos de nós estão buscando, mas de acordo com o "State of the World Forum", realizado nos anos 90, as três atividades mais críticas para o mundo no novo milênio são: criação de filhos, ensino e cura. Por tanto, se você criou ou ajuda a criar uma criança, ensinou ou ensina algo às pessoas, ou já ajudou a "curar" alguém física, emocional ou espiritualmente, sua vida é um sucesso.
- ü **Ter uma missão significa sofrer:** A **Missão de Vida** não precisa ser um caminho árduo e cheio de sofrimento. Aliás, é justamente o contrário; se você está se sentindo como se estivesse carregando o mundo sozinho, está na hora de reavaliar o que está fazendo e, mais importante, reavaliar em que está acreditando.
- ü **Minha missão deve ser igual à dos meus pares:** Uma das coisas que coaching faz é nos ajudar a deixarmos de nos comparar com as outras pessoas, para então nos compararmos com aquilo que podemos ser. Muitas vezes precisaremos dissociar-nos do "modelo de mundo" de nossos pares, darmos menos ouvidos àqueles que estão por perto, e abrir os olhos para uma visão que nos guie para a verdadeira **Missão de Vida**.
- ü **O Lugar de onde vim, ou o lugar onde estou é o destino:** Não importa onde você nasceu, quem são seus pais, ou onde está agora. A consciência da influência das delimitações e limitações das fronteiras atuais, é que nos permite olhar além delas, e encontrar nossa verdadeira **Missão de Vida**.
- ü **A vida é um acaso, até eu mesmo foi um acidente:** Como já vimos, é importante reconhecer e abraçar sua importância no mundo. Cada um de nós tem um propósito divino em estar aqui, vivo neste mundo.
- ü **Meta e Missão são a mesma coisa:** Isso não é verdade. Todos nós atingimos metas, ainda que não tenhamos uma missão definida. Meta é o que eu vou fazer, o que eu vou conquistar; já a missão revela porque eu vou fazer. No final de 2008, uma pesquisa revelou que mais de 80% dos executivos estavam insatisfeitos e frustrados com os resultados, apesar de terem atingido suas metas. Porque apesar de terem atingido, estavam desalinhados com sua **Missão de Vida** e **Valores**. É por isso que não basta atingir metas; é preciso ter uma missão para cada área de nossas vidas; uma missão que pavimente o caminho por onde passaremos em direção a nossas metas. Metas podem ser estabelecidas pela sociedade (politicamente correto), pela empresa, pelo seu padrão de vida, enfim, podem ter origens diversas, mas se não estiverem alinhadas com sua **Missão de Vida** e seus **Valores**, mesmo que você as conquiste, se sentirá frustrado.

Missão de Vida é o seu propósito de vida. É o motivo pelo qual você está vivo nesta terra, que o faz lembrar quem você é, e o impacto que quer causar na vida das pessoas e no planeta. **Missão de Vida** é simplesmente aquilo que precisamos fazer para nos realizarmos como seres humanos integrais, que vivam uma vida completa e feliz.

Como coach (Treinador de Executivos e Equipes), e em meus cursos e palestras de liderança, procuro ajudar as pessoas a encontrar sua **Missão de Vida**, levando-as a responder às seguintes perguntas para cada área de sua vida:

- ◆ Qual é o meu diferencial nesta área? Quais são minhas mais fortes qualidades nesta área?
- ◆ O que está incompleto nesta área?
- ◆ O que eu gostaria de fazer nesta área para me considerar completamente realizado?
- ◆ O que eu gostaria de aprender nesta área?
- ◆ Qual é o meu propósito nesta área da minha vida?
- ◆ Faça uma lista: O que você faria nesta área se tivesse apenas seis meses de vida?

- ◆ Quais são as coisas mais importantes nesta área?
- ◆ Imagine que você morreu, e em seu enterro estão familiares, cônjuge, filhos, colegas do trabalho, e amigos. O que eles dizem sobre você e sua vida nesta área? O que você gostaria que eles dissessem sobre você e sua vida nesta área?
- ◆ Se encontrasse o “gênio da lâmpada”, e pudesse fazer três pedidos para “o que mudaria nesta área de sua vida?”, e mais três para “o que não mudaria?”, quais seriam estes pedidos?
- ◆ O que você ama? (A alma vive pelo que ela ama)
- ◆ Pelo que você morreria?

Uma vez respondidas estas perguntas, construa o seu enunciado de missão para esta área:

1. Somente para lembrar, você já deve ter escolhido uma área de sua vida e ter respondido às perguntas acima.
2. Escreva três qualidades que você possui nesta área (resultado da primeira pergunta). Caso tenha dificuldade em encontrá-las, converse com amigos, parentes, colegas de trabalho, e pergunte a eles. Certamente você já ouviu elogios de alguém. Pense nisso. Certamente você tem muito mais que três qualidades nesta área. Caso você ainda não as tenha, pode relacionar qualidades que quer desenvolver nesta área (*No final deste documento existe uma lista com exemplos de qualidades*).
3. Quais são as três principais sensações que você deseja experimentar ou produzir nesta área? (Resultado das perguntas do tópico “Valores”). Escreva as três sensações no papel.
4. Finalmente, vamos à **declaração de missão** nesta área, que tem a seguinte estrutura: “Através de (qualidades) gerar mais de (valores ou sensações)”.

Exemplos:

Área Emocional: Através de autocrítica, empatia e equilíbrio, gerar mais paz, alegria e reconhecimento.

Relacionamento Familiar: Através de aceitação, vontade e prioridade gerar mais força, apoio e paz.

Área Intelectual: Através de capacitação, determinação e dedicação gerar mais ensino, influenciar as pessoas e ter triunfo com isto.

Importante:

Vale ressaltar que não existe missão certa ou errada; é o quanto ela te inspira e impulsiona em direção aquilo que você julga ser o principal motivo de sua existência naquela área de sua vida, que lhe dirá se ela realmente faz sentido para você. Se sua missão não lhe toca, é bem provável que ela precise ser reavaliada.

Como já mencionei, ao final deste documento você pode encontrar uma lista com alguns valores, sensações e qualidades. Não se prenda a estes apenas; é muito importante que missão e valores sejam alvo de uma profunda reflexão sobre a vida e a existência. Perceba também que valores, sensações e qualidades podem ser encontrados como resultado da modificação ou variação de uma mesma palavra, como “amor”, por exemplo. Podemos considerar “amor” como um valor, mas também experimentar a sensação de “amar”, ou então, ter a qualidade do “amor”.

Quando você tiver o seu enunciado de missão para todas as áreas de sua vida, deve então partir para a descoberta de sua **Missão de Vida**, fazendo as mesmas perguntas, passando por valores e legado, porém agora em um sentido muito mais amplo, e usando os mesmos critérios para desenvolver o seu enunciado.

Visão de Futuro

Chegamos ao passo final: a **Visão de Futuro**. São as imagens mentais que nos inspiram a agir e a tornar nossos sonhos realidade. Pense em seu futuro daqui a dez, vinte anos.

- ◆ Se você fosse o diretor e o ator principal, qual seria o filme que criaria sobre sua cada área de sua vida para os próximos anos?
- ◆ Onde você gostaria de estar vivendo?
- ◆ Onde gostaria de estar trabalhando?
- ◆ Com quem gostaria de estar vivendo e convivendo?
- ◆ Qual seria o final deste filme?

Uma visão inspiradora faz com que sua paixão pelo que faz transborde e contagie os que estão a sua volta. Sabendo aonde você quer ir, pode chegar mais rapidamente até lá. Se a sua Visão de Futuro está incongruente com as suas atitudes, está na hora de mudar.

Agora que os quatro elementos, **Missão, Legado, Valores e Visão de Futuro**, estão prontos, é preciso saber se eles são coerentes e congruentes entre si, caso contrário, você pode estar preparando uma armadilha para você mesmo, mas se eles estiverem alinhados e congruentes, forem inspiradores para você, não perca tempo, coloque-os em prática e conquiste uma vida maravilhosa.

Acredite no Criador, acredite na vida, acredite em você!

Um grande abraço,

Marco Fabossi
Tel.: (11) 3433.9072
Cel.: (11) 9394.9154
Skype: marco.fabossi
marco@marcofabossi.com.br



www.marcofabossi.com.br
www.coracaodelider.com.br
www.blogdofabossi.com.br

Exemplos de Qualidades, Valores e Sensações			
Aceitar	Detectar	Inspirar	Pressão
Ajudar	Discernir	Instruir	Prevalecer
Alegria	Divertir-se	Integrar	Produtividade
Amizade	Dotar	Integridade	Prover
Amor	Educar	Intuir	Realizar
Apoiar	Emocionar	Inventar	Reconhecer
Apreciar	Empatia	Liberdade	Reforçar
Aprender	Encorajar	Liderança	Reinar
Atrair	Ensinar	Ligar	Relação com Deus
Aumentar	Entusiasmo	Localizar	Respeito
Autenticidade	Espiritualidade	Marcar	Responsabilidade
Autoridade	Estimular	Melhorar	Relacionar
Bondade	Ética	Modelar	Riscos
Brilhar	Excelência	Montar	Saúde
Brincar	Exemplo	Motivar	Sensibilidade
Carinho	Excitar	Nutrir	Sentir
Colaborar	Experimentar	Observar	Servir
Compaixão	Facilitar	Ordem	Sintetizar
Compreender	Focar	Ousadia	Sucesso
Compromisso	Formar	Paciência	Superar
Conceber	Governar	Paixão	Tocar
Confiança	Guiar	Participação	Tradição
Conhecimento	Harmonia	Paz	Treinar
Conquistar	Honestidade	Perceber	Triunfar
Conseguir	Honrar	Perdão	Ultrapassar
Construir	Humor	Performance	Unir
Contribuição	Humildade	Persuadir	Vencer
Crescimento	Iluminar	Perseverança	Visão
Criar	Independência	Planejar	Vitalidade
Criatividade	Influenciar	Poder	Viver
Derrotar	Informar	Predominar	
Descobrir	Iniciativa	Preparar	