

Александр Рей

ПРЕПАЗНАЧЕНИЕ

САМ СЕБЕ КОУЧ



НАЙТИ
ДЕЛО ЖИЗНИ
И РЕАЛИЗОВАТЬ
СВОИ МЕЧТЫ

ВНУТРИ
ТЕСТ
«ПОИСК СЕБЯ»



Психология. Сам себе коуч

Александр Рей

**Предназначение.
Найти дело жизни и
реализовать свои мечты**

«ЭКСМО»

2017

УДК 159.9
ББК 88.5

Рей А.

Предназначение. Найти дело жизни и реализовать свои мечты / А. Рей — «Эксмо», 2017 — (Психология. Сам себе коуч)

У каждого есть Предназначение. Не следовать ему – самое большое преступление. Отсутствие четкого понимания своего пути делает людей несчастными и бедными. Александр Рей – практикующий психолог и просто счастливый человек. Он написал книгу-тренинг «Предназначение» для того, чтобы без пустых теорий и рассуждений помочь вам осознать свою миссию и немедленно приступить к ее осуществлению.

УДК 159.9
ББК 88.5

© Рей А., 2017
© Эксмо, 2017

Содержание

Введение	6
Об успехе и неудачниках	6
Мое право	10
Метод «3 шага»	13
Шаг 1. Осознание	18
Почему вы должны знать свое Предназначение?	18
Смысл жизни	20
Как выглядит жизнь без Предназначения?	22
Приступаем к Осознанию	23
Что в нас заложено?	24
Смогу ли?	25
Обман всех обманов	26
Закон обмена	27
Ответственность за свою жизнь	29
Иллюзия времени	31
Упущенные шансы	33
Конец «Осознания»	35
Шаг 2. Направление	36
Поиск направления через действие	38
Детские увлечения	39
Быть миллионером	41
Быть нищим	45
Конец ознакомительного фрагмента.	46

Александр Рей
Предназначение. Найти дело
жизни и реализовать свои мечты

© Рей А. П., текст, иллюстрации, 2017

© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2017

* * *

Введение

Об успехе и неудачниках

Семеро из десяти людей не любят выбранный род деятельности. Каждый пятый – ненавидит. И это при том, что большую часть жизни мы проводим именно в офисе. До какой степени надо не уважать себя, чтобы тратить столько времени на ненавистное занятие? Или речь идет уже о степени мазохизма – выбрать ужасную работу, чтобы ходить на нее каждый день и мучиться?



В нашем обществе мерилom успешности человека или его «неудачливости» являются деньги. Предлагаю совсем другое определение.

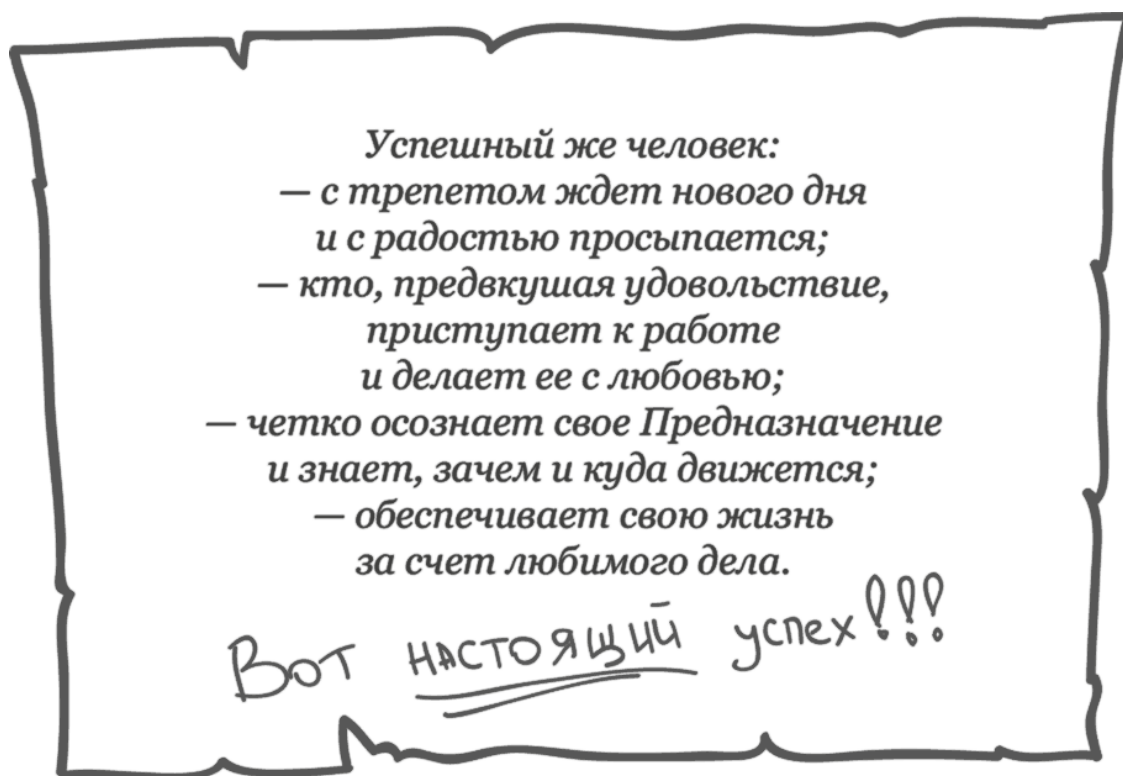
Неудачник – тот:

- кто терпеть не может свою работу;
- кто не знает, зачем родился и живет;
- для кого профессия лишь способ заработка;
- кто смотрит на часы и мечтает, чтобы поскорее закончился этот

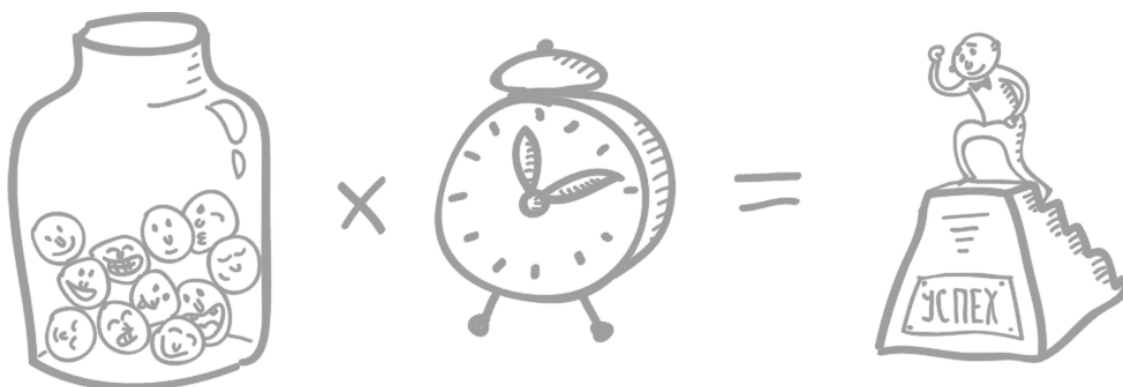
день;

- кто ждет выходных и отпуска как манны небесной.

Вот кто такие неудачники!

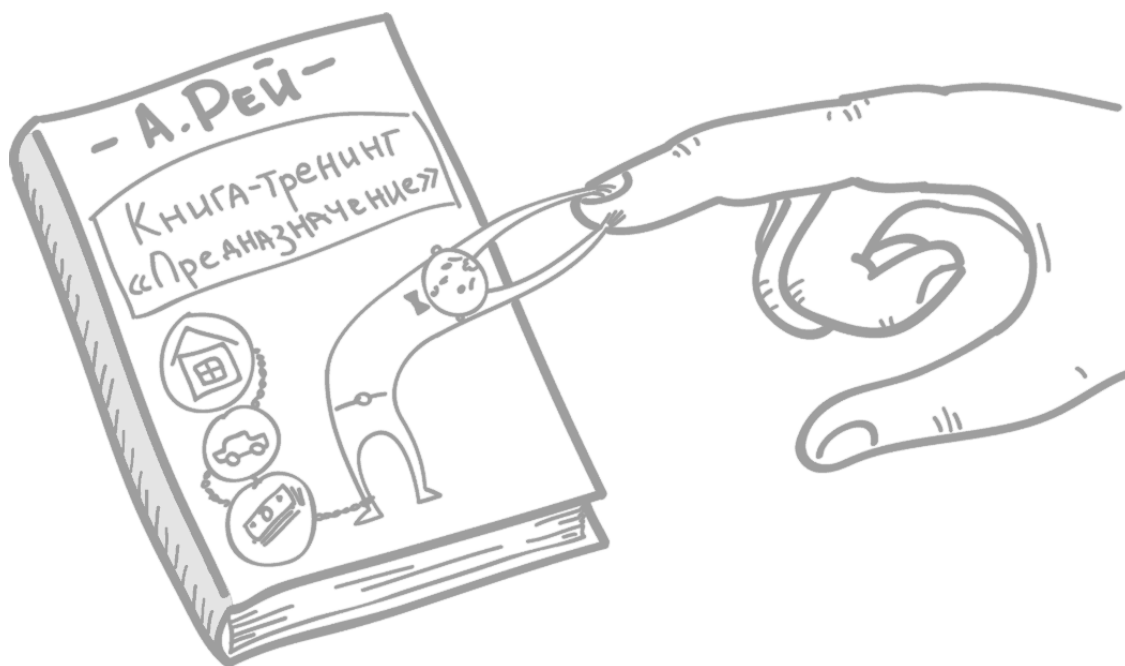


Успех измеряется количеством радостных моментов на единицу времени.

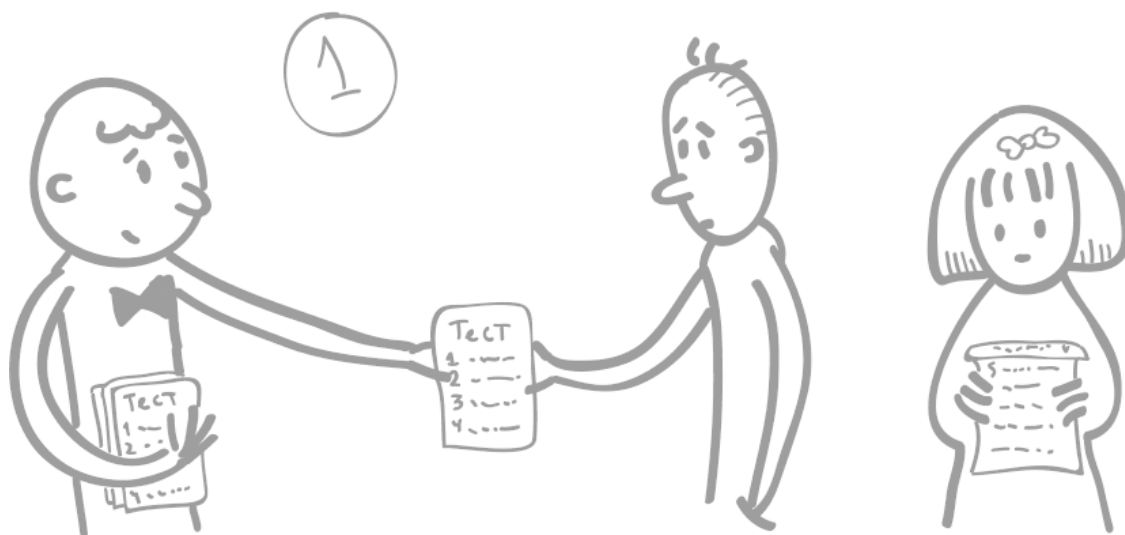


Чем больше минут в день вы счастливы, тем успешнее. Эти слова сейчас могут показаться странными. Еще бы! Ведь СМИ так стараются рассказать нам о «правильных» критериях успеха, совершенно забывая включить туда такую мелочь, как счастье. Эта книга призвана изменить представление об успехе!

Жизненный опыт говорит: без понимания своего Предназначения, без любимого дела очень сложно быть счастливым. И все большее количество людей начинают это понимать. Именно поэтому число поисковых запросов: «Как найти свое Предназначение», «Как узнать свое призвание?», «Кем мне стать?» неуклонно растет с каждым годом.



Но тут появляется иная проблема. Очень сложно разыскать подходящую информацию, которая поможет понять себя, найти направление и сделать правильный выбор. Сомнительные тесты указывают на сферы деятельности, подходящие разве что школьникам. А книги известных психологов лишь изобилуют общими фразами и разглагольствованиями, как удачно найти себя. Но ничего конкретного не предлагают. Именно поэтому я решил изменить ситуацию и создать методическое пособие – простое, понятное, доступное, с конкретными рекомендациями и четким алгоритмом действий.



Книга базируется на двух вещах. Во-первых, это тест-тренинг «Предназначение». Данный тест я разработал сам, а эффективность проверил на тысячах людей. Судя по благодарным отзывам, тест работает отлично!

Во-вторых, важную часть книги занимает система реализации своего потенциала «3 шага». То есть эта книга призвана не только помочь осознать свое Предназначение, но и заставить действовать! Если вы хотите осуществить свои мечты, обрести смысл жизни,

больше путешествовать и быть успешным (да-да, тот самый успех – счастье на единицу времени), то эта книга – именно то, что вам нужно.



Я не гарантирую, что благодаря этой книге ваша жизнь станет легкой и простой. Нет! Жизнь в принципе не бывает простой. Но она может быть увлекательной и осмысленной. Если пойдете этим Путем, гарантирую: жизнь изменится и превратится в интересное, хотя и полное препятствий путешествие.

Мое право

Слушать нужно лишь того, кто своим примером доказал, что его слова чего-то стоят. Уж слишком много на прилавках книг с пустой теорией, «сапожников без сапог», готовых научить всех жизни. Поэтому если я хочу, чтобы вы доверяли моим словам как подтвержденным на опыте, то мне следует немного рассказать о себе. Доказать, что мои советы действительно помогут каждому найти Призвание.

Давайте по порядку...

Вот такой
Я молодец



Во-первых, у меня работа, которую обожаю. Я создаю книги (писатель), пишу сценарии (сценарист), участвую в разработке игр (гейм-дизайнер), помогаю людям разобраться в себе (консультирующий психолог), много рисую (иллюстратор), воплощаю интересные идеи (менеджер проектов). Я делаю множество вещей, которые люблю.

Во-вторых, моя работа неплохо оплачивается. Да, я не работаю, а получаю удовольствие, за это мне еще и платят! Настоящая работа такой и должна быть – чтобы вы готовы

были за нее доплачивать, лишь бы вам разрешили ее делать. Конечно, я не миллионер, но на комфортную жизнь вполне хватает. Как ни крути, а умением зарабатывать на любимом деле могут похвастаться немногие.

В-третьих, я очень люблю жить. Потому что мой быт выстроен в соответствии с личными мечтами и запросами. Меня окружают люди, с которыми хочется общаться, – творческие, интересные, умные. Живу в любимом городе и доме. Я наслаждаюсь вещами вокруг, потому что сам их выбирал.

В-четвертых, я помог сотням мужчин и женщин осознать Призвание и начать двигаться к воплощению своих целей. При этом я не «мать Тереза», а довольно грубый и не особо любезный человек. У меня нет цели нравиться всем и всех спасти. Это утопия. Я помогаю другим найти себя, не изменяя своим идеалам.

В-пятых... Хотя тут столько всего, что и перечислить сложно. Если коротко, у меня такая жизнь, о которой я только мог мечтать. Я – успешный человек (по моим критериям). И к везению мои успехи не имеют никакого отношения. Мои родители не были богатыми людьми. Я не особенно хорошо учился. Много времени потратил на вечеринки, женщин, безделье и никчемную работу. Но смог это изменить и добиться всего сам. Именно тем способом, о котором хочу поведать вам. Тем способом, который доступен каждому. Я – не теоретик, я – практик, который смог на своем примере доказать, что возможно все.



Метод «3 шага»

Эта книга поделена на главы, соответствующие шагам методики. В детали и теорию вдаваться не будем. Но поверьте, все предельно просто. Данный способ применим абсолютно ко всем успешным проектам, счастливым семьям и сбывшимся мечтам. Все стоящее было воплощено в жизнь благодаря методу «3 шага». Даже не подозревая об этом, люди методом проб и ошибок сами проходят эти 3 шага и в конце концов налаживают свою жизнь.

Сейчас я вкратце опишу каждый шаг, чтобы сформировать представление о сути методики и о том, чего вам следует ждать. Она поделена на главы, каждая соответствует первому, второму или третьему шагу.

Шаг 1. «Осознание»

Прежде чем что-то поменяется в жизни, к вам должно прийти осознание, что так жить дальше нельзя. Что вы несчастливы. Или что ненавидите свою работу. Прожигаете жизнь. А может быть, вы неудачник? Или живете с нелюбимым человеком, так что скука сжирает вас изнутри.

Пока вас все устраивает или попросту не знаете, что может быть иначе, изменений не будет.

Рано или поздно приходит озарение, что жизненно необходимо найти свое Предназначение. Что наконец-то хочется дышать полной грудью и взять от жизни все. В этот самый момент на небе зажжется еще одна звезда, согревающая вас своим ярким сиянием.

Эта глава призвана донести некоторые важные моменты, которые необходимо взять с собой в путешествие к новым возможностям. Я помогу *осознать* значимость вашего Пути и увидеть все то, что мешало построить ту жизнь, о которой вы всегда мечтали, – успешную жизнь!



Шаг 2. «Направление»

Допустим, вы осознали, что пора изменить жизнь. Что дальше?

Чтобы найти уготованное судьбой уютное местечко, нужно как минимум знать, куда и в каком направлении двигаться. Я не говорю о четкой цели (до нее еще нужно дорасти). Сейчас ваша основная задача: увидеть направление и выстроить план действий.

Вся вторая глава посвящена поиску направления. Сюда входит тест «Предназначение», который поможет понять вашу Миссию и определить систему основных ценностей. Это станет отправной точкой и путеводной нитью всего нашего путешествия.

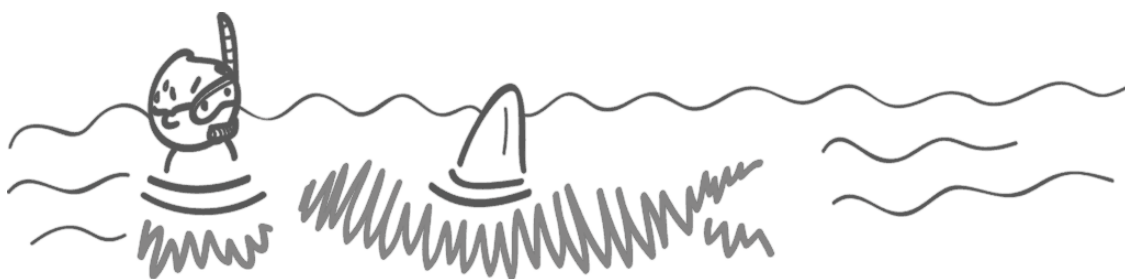


Шаг 3. «Действие»

Благодаря второму шагу вы поймете, какой именно хотите видеть свою жизнь и к чему лежит ваша душа. Далее потребуется действовать. В третьей главе я хочу рассказать:



как именно без особых сложностей приступить к осуществлению мечты



какие подводные камни могут лежать на вашем Пути



и как избежать ошибок, которые совершают все Искатели

Скоро сами убедитесь, что все довольно просто:

- понять что не так;
- увидеть направление;
- начать идти.

Три простых шага – и жизнь уже не будет прежней! Единственное, что потребуется, – отвечать на мои вопросы и выполнять каждое задание, не откладывая в долгий ящик.

ГОТОВЫ ОТПРАВИТЬСЯ В ПУТЕШЕСТВИЕ?



ТОГДА ПОЕХАЛИ!

Шаг 1. Осознание



Почему вы должны знать свое Предназначение?

Ответ – потому что **обязаны!** Если вы не знаете, зачем живете, зачем родились. Если нет целей. Если прожигаете жизнь. Часто испытываете ненависть, скуку, зависть. Бесконечно болеете. Если постоянно всем недовольны. Зачем вы вообще тогда нужны? Просто переводить кислород?



Да, это грубо! Но как еще донести мысль, что вы здесь, на этой Земле, не просто так. У вас есть четкие задачи и направление движения. И то, что они вам до сих пор неизвестны, – ваша ответственность и огромное упущение. Его вы просто обязаны исправить! Человек без осознания своего Предназначения чаще всего ведет паразитический образ жизни и вредит окружающему миру, людям и даже самому себе.

Вы могли заметить, что в тексте слово «Предназначение» я всегда пишу с большой буквы. Почему? Считаю, что Предназначение – одна из самых фундаментальных (если не самая) часть жизни. Это и есть наша жизнь. Все, что вы видите вокруг, создано лишь для того, чтобы люди могли исполнить Миссию, пройти свой Путь до конца, измениться, стать лучшей версией себя. Жаль, что в наших школах детям совершенно не помогают осознать, для чего каждый из нас родился и в чем Призвание человека.

СМЫСЛ ЖИЗНИ

Многие считают вопрос смысла жизни очень сложным и достойным философских дебатов. Мол, никто так и не узнает ответ. Другие говорят, что у каждого он свой. Как бы то ни было, пока вы не определитесь с **причиной своего существования**, дальше продвинуться не сможете. Ведь смысл жизни – это определяющая основа того, кто вы.

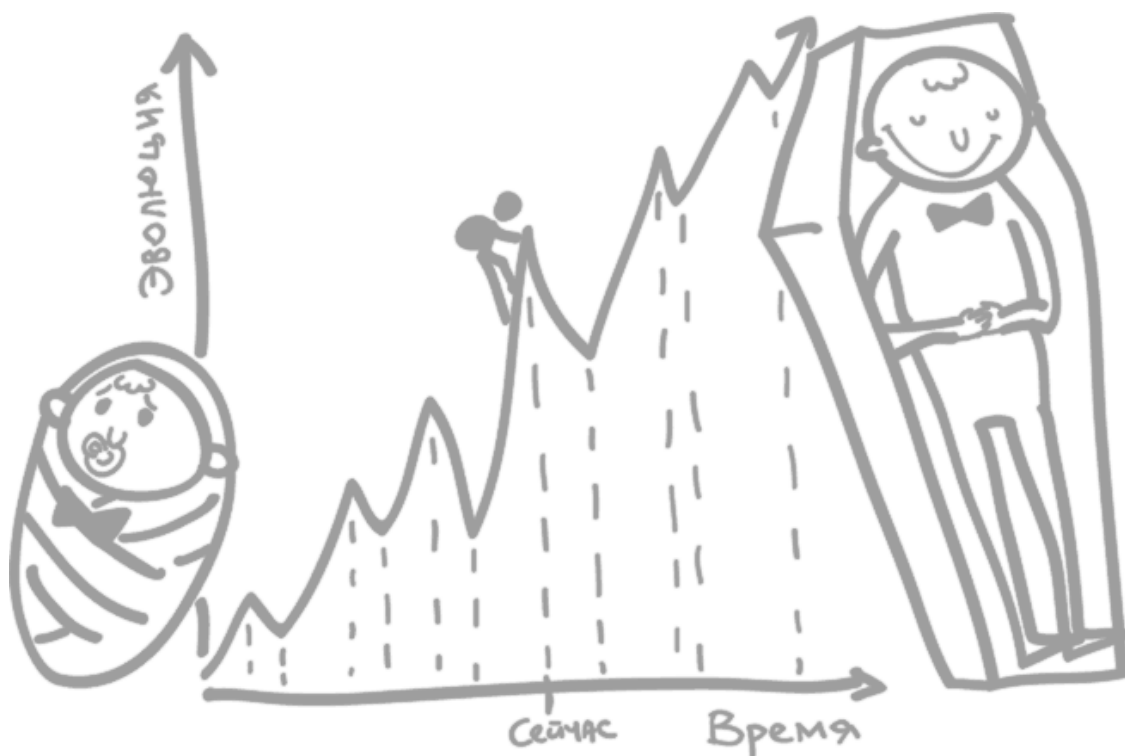
Прежде чем рассказать о своем видении данной темы, хочу услышать ваши размышления. Сначала напишете свой вариант, а затем мы сравним ответы.

Напишите, в чем смысл вашей жизни.

А вот мой вариант:

«Смысл жизни состоит в том, чтобы меняться и становиться лучше. Проще говоря, вы приходите в этот мир одними людьми, со своими способностями и слабостями, характером, физическими данными, плюсами и минусами. А прожив отведенный срок, должны умереть совсем другим человеком – изменить характер, избавиться от тараканов в голове, чему-то научиться. И заодно – осуществить десяток-другой проектов».

Смысл жизни – совершенствование (эволюция) своей личности и созидание.



Заметьте, здесь нет четкой и конкретной цели. Ведь эволюция – процесс бесконечный. Попробуйте применить эту идею к себе – сразу станет жить намного проще. Вот увидите! Просто все другие «смыслы жизни» слишком ограничены и скучны.

Спросите себя:

Каким человеком я должен стать?

Как измениться? От каких черт избавиться?

Чему научиться? Что я должен создать?

Каким профессионалом стать?

Прямо сейчас попробуйте ответить на эти вопросы не банально («стать хорошим», «научиться быть добрым» – это слишком абстрактно), а конкретно и по пунктам.

.....

Получилось? Если да, то эта книга вам не нужна. Вы и так знаете свое Предназначение! А значит, вам живется не скучно. Если же какой-то из пунктов вызывает стопор или ответ кажется притянутым за уши, значит, дальше следуем вместе.

Пока вы не можете ответить на эти вопросы, пусть смыслом жизни станет поиск **честных ответов**.

Мой смысл жизни – найти ответы на вопросы: каким человеком я должен стать? Как измениться?

От каких черт избавиться? Чему научиться?

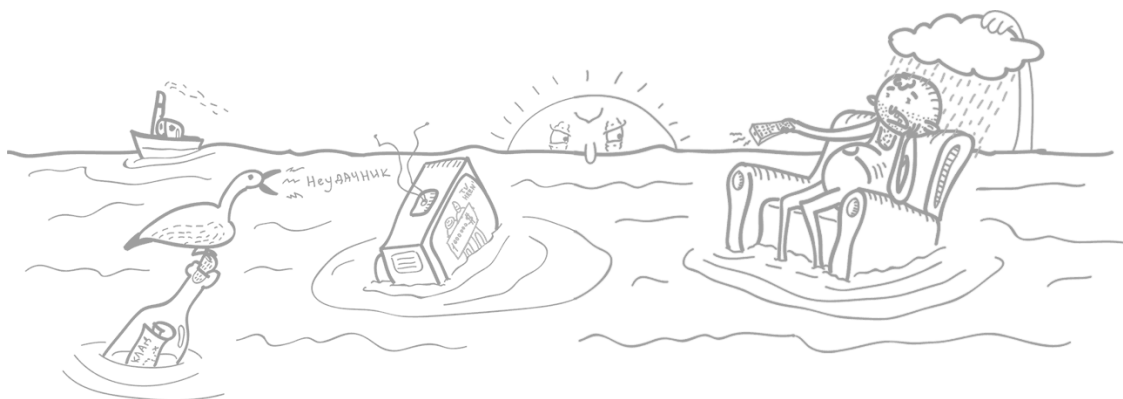
Что я должен создать? Каким профессионалом стать?

Как выглядит жизнь без Предназначения?

Ужасно!

Без понимания своего Пути люди похожи на бутылку с запиской, болтающуюся посреди океана. Вы пытаетесь уцепиться за всякую ерунду, найти хоть какие-нибудь крупинцы смысла. При этом плывете по течению. Ищете «смыслозаменители» в семье, в любви, в детях, в бизнесе, в фанатизме, в развлечениях, в сексе, в адреналине, в ненависти к окружающим или жалости к себе. Мир предоставляет миллионы подмен Предназначению – на любой вкус и цвет.

Тем не менее скука, депрессия и постоянное гнетущее чувство чего-то упущенного не дают покоя. В то время как сверток с картой сокровищ у вас внутри, и лишь стоит его раскрыть – начнете двигаться в нужном направлении. Это одна из составляющих успеха – знать, куда стремишься, чего хочешь от жизни, для чего был рожден.



Жизнь без Предназначения – тоскливый, затянувшийся фильм, который никак нельзя выключить, и он не заканчивается.

Если угодно, все проблемы мира из-за того, что люди не знают своего Предназначения или отказываются следовать ему. А потому занимаются всякими глупостями, болеют и сходят с ума. Люди, следующие своему Пути, – прекрасны, сильны и интересны. Хотя бы ради того, чтобы стать именно таким человеком, стоит попытаться отыскать Предназначение.

Приступаем к Осознанию

Прежде чем узнать свое призвание и увидеть Путь, придется оглядеться и понять, в какой точке жизни вы сейчас находитесь. Это и есть «Осознание». Осознайте:

- Что в жизни и в вас не так?
- Что не устраивает?
- Что и как именно хотели бы изменить?

Прямо сейчас укажите относительно каждой сферы 3–5 пунктов, которые вы бы хотели улучшить. Не спешите. Потратьте на это столько времени, сколько необходимо. Ведь если вам лень или есть страх честно признаться в том, что в жизни не так, то о какой другой судьбе может идти речь? Вы навсегда останетесь в болоте своей зоны комфорта. Хотите? Если нет – приступайте!

Что вас не устраивает и что хотите изменить...

в отношениях с партнером: _____
в отношениях в семье: _____
с детьми: _____
с родителями: _____
в работе: _____
в вашем достатке: _____
собственный характер: _____
в своем теле: _____
состоянии здоровья: _____

Отлично! Теперь вы знаете, что именно необходимо менять. Этот список нам пригодится чуть позднее, но не забывайте о нем. Пусть он станет отправной точкой и критерием перемен. Позже, обращаясь к нему, вы сможете отслеживать прогресс или вашу личную эволюцию.

Что в нас заложено?

Люди до сих пор не могут определиться: то ли характер нам присущ от рождения (тому виной звезды, генетика, родовая память или прошлые жизни), то ли мы приобретаем его в процессе воспитания. Не будем участвовать в этой дискуссии, а возьмем за аксиому оба варианта. Ведь вам важно знать, не как формировался ваш характер, а каков он есть.

Хотите найти свой Путь – научитесь в полной мере понимать себя. Все, составляющее вашу сущность (характер, потенциал, способности, физические данные и психологические черты), даны не просто так, а как инструменты для реализации Предназначения. Давайте прямо сейчас вы попробуете рассказать о себе. При этом я хочу услышать не формальные ответы, а иметь полную картину, с кем имею честь общаться.

Да, я понимаю, насколько это может быть сложно. Но будьте добры, постарайтесь. Без понимания себя вы не сможете двигаться дальше.

Кто вы такой?

Опишите черты вашего характера

Сильные стороны

Слабые стороны

Как относитесь к людям?

Чего боитесь больше всего?

Как долго собираетесь жить?

Приятно познакомиться!

Эти ответы также послужат меткой, на которую вы периодически сможете поглядывать, чтобы отслеживать свой прогресс. В путешествии вы узнаете много нового о себе.

Ведь часто между тем, как мы видим себя, кем хотим казаться, и тем, кем являемся на самом деле, – огромная разница. Разница, которую вам и предстоит устранить.



Смогу ли?

Вы, как и большинство людей, можете сомневаться в своих силах и спрашивать: «Смогу ли я найти свое Предназначение и осуществить мечты?» Ваши опасения имеют под собой почву. Ведь чтобы получилось изменить жизнь, как минимум требуются намерение, упорство и время. Они же вам понадобятся для того, чтобы ответить на все вопросы и дочитать эту книгу до конца!

Но тут уже я ничего не могу сделать. Предлагаю разделить ответственность. С меня – нужная информация и правильные вопросы. С вас – намерение найти свой Путь, упорство и ежедневные усилия.

Если не сдадитесь и будете верны намерению найти Предназначение, а затем следовать ему, ваша жизнь станет значительно лучше. Обещаю!

Обман всех обманов

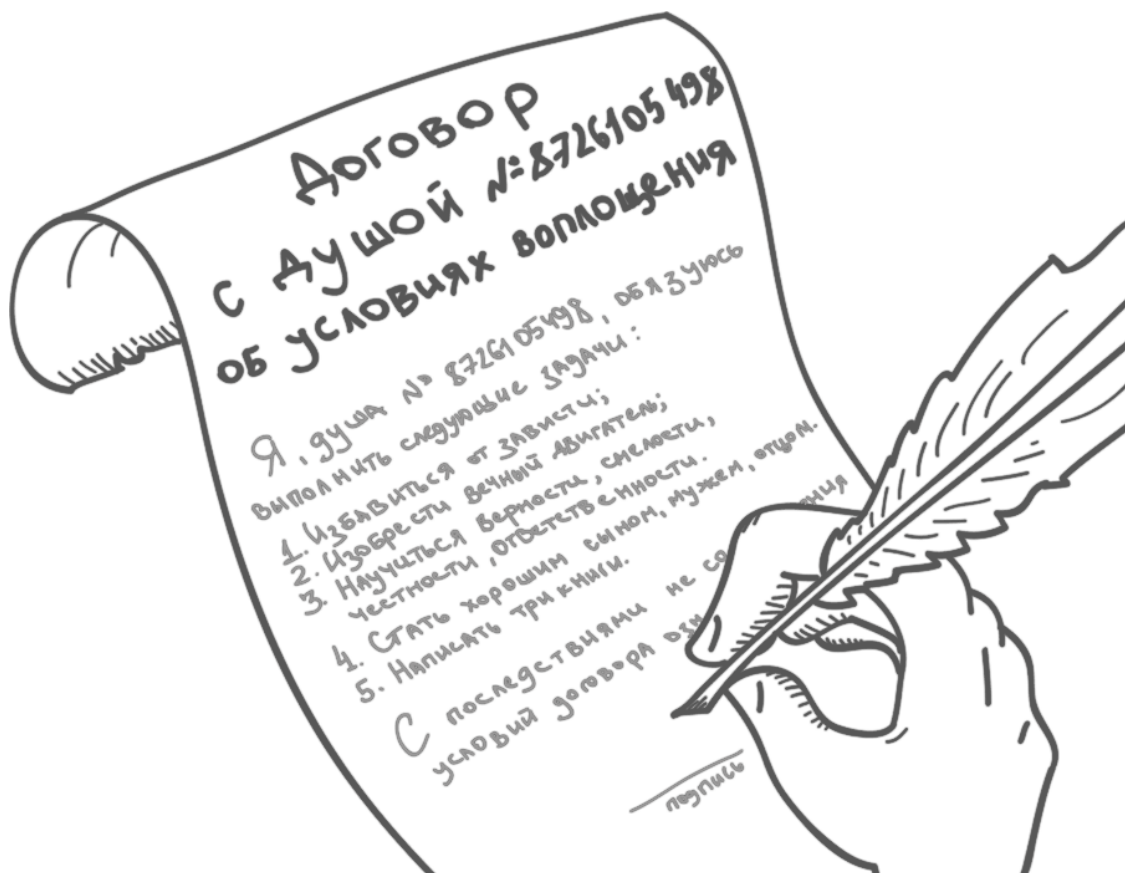
Почти во всех книгах по мотивации и реализации желаний есть одна большая ошибка. Они утверждают: визуализируйте мечты, слепите коллаж желаний, напишите список целей – и все сбудется. Такие книги и видеоролики формируют у аудитории представление, будто мир – это огромный Дед Мороз, единственная цель которого – осуществление наших мечтаний. Будто этот мир ваш и для вас. Это ложное и даже вредное мнение, значительно усложняющее жизнь. Конечно, жить с мечтой куда приятнее, чем без нее. Но это лишь очередной заменитель Предназначения. Мечтать нужно, но делать это **честно**.

Поймите, Мир вам ничего не должен! А вот вы должны Миру лишь одним фактом своего рождения! По сути, рождение – это контракт на реализацию заложенного в вас потенциала и следование Предназначению. Я подробно поднял эту тему в книге «Пустышка. Исповедь человека, которого нет»¹.

Скорее всего, только что сказанное вы восприняли негативно. Конечно! Ведь мы считаем себя пупом земли, центром нашей собственной Вселенной. Отчасти так и есть. Хорошо, давайте я немного перефразирую свое утверждение.

Вселенная поворачивается к вам лицом и помогает осуществить ваши желания и мечты без последствий только тогда, когда вы делаете то, что она хочет от вас, а именно – следуете своему Предназначению. То есть Мир открывается вам, когда вы делаете шаг навстречу Ему.

Интересно, кто в абзаце выше обратил внимание на фразу «без последствий»? Сейчас объясню ее значение.



¹ Рей А. Пустышка: Исповедь человека, которого нет. – Гомель: Иващенко Е. Ю., 2013.

Закон обмена

Тут все просто. Вселенная – живой организм, и в ней действуют фундаментальные законы обмена энергии. На уровне исполнения желаний эти законы тоже работают и звучат так: «Ты – мне, я – тебе». Никаких подарков и халявы.

Если совсем просто, то бонусы надо заслужить, заработать. При этом никто не требует невозможного. Всего-то нужно следовать своему Предназначению, совершенствовать характер, становиться лучше. Тогда и мечты будут исполняться сами собой! Будут появляться возможности, нужные люди, деньги.



Но мы не хотим так. Люди привыкли получать не отдавая и искать короткие пути – кредиты, магия, преступления, авантюры, работа ради денег и т. д. Зная наш характер, Вселенная использует метод кнута и пряника. А мы удивляемся, откуда беды? Куда деваются здоровье и удача? Бедами и болью Мир направляет нас на Путь развития и свершений. А что делать, если люди глухи и не хотят слушать свой внутренний голос?

Те, кто следует зову сердца и прикладывает усилия, приходят к своей мечте. Другие гонятся за легкой и быстрой наживой, не задумываясь над тем, что у всего есть цена: здоровье, семья, деньги, время.

Закон обмена энергией гласит²:

Ты – Миру, Мир – тебе.

Ищи свой Путь, становись счастливым, работай над характером, твори...

И Мир отблагодарит тебя.

² Хоран П. Обретение силы через Рейки. – М.: ВНИЦТНМ «Энном», 2006.

Дармовщины не существует! Мгновенных способов обогащения и исполнения желаний *без последствий* нет! Заплатить придется в любом случае. Так лучше пусть плата сделает вас счастливее и лучше.



Ответственность за свою жизнь

Девять из десяти людей на вопрос «Берете ли вы ответственность за свою жизнь?» однозначно отвечают утвердительно. При этом есть такой тест – «Методика ЭДЕМ»³. Он очень четко показывает внутреннее состояние человека, его плюсы и минусы. Согласно этому тесту, лишь двое из десяти реально отвечают за свою жизнь.



Что вообще это значит? А то, что по планете ходит 80 % людей, которые считают себя жертвами обстоятельств. В их неудачах и несчастьях всегда кто-то виноват: правительство, супруг, родители, дети, соседи, страна, погода, экономический кризис, плохое здоровье. Целых 80 % неудачников!

А теперь приступим к делу. Готовы? Тогда ответьте на вопросы, подчеркнув подходящий ответ:

Вы берете на себя полную ответственность за свою жизнь?

На 100 % – Вроде как да – Нет

Вы счастливы в отношениях? *Ага – Не-а*

Кто за них отвечает? *Я, а кто еще – Точно не я!*

Ваши отношения с родителями и детьми вас устраивают? *Полностью –*

Ну как сказать – Не совсем

Кто в этом виноват? *Я – Они – Эти – Те*

Ваша работа хороша? *Замечательная – Просто ужас*

Вы любите ее? *Обожаю – Можно терпеть*

Кто за это в ответе? *Я – Голод – Президент*

Вы создали за жизнь что-то стоящее? *Да! – Что?*

Кто тому виной? *Отстань – Отвали – Пошел ты!*

Вы живете в достатке? *Конечно – Есть хочу*

Вам хватает денег? *Могу тебе занять – Дай в долг*

Кто за это отвечает? *Сложно сказать – Пф-ф*

Вы счастливый человек? *Ура! – Ненавижу тебя!*

С кого спрашивать? *Да понял я – Я тебя убью*

³ Сайт «Метод ЭДЕМ – тестирование эфирными маслами»: <http://v.edemtest.ru>

Вы знаете свое Предназначение? *Уже да – Нет*
Кого винить? *Твои глупые вопросы – Себя*

Будьте честными. Хотя вы сейчас и поставили везде «я», в обычной жизни обязательно найдете виноватых. Кого угодно, кроме себя. Так устроен ваш мозг. Никто не хочет быть причиной своих неудач.

*Пока вы перекладываете ответственность за то, чего не имеете и кем не стали, на других – вы именно **неудачник**.*

Тот самый человек с минимумом счастливых минут в течение дня.

Осознание подразумевает честное признание того факта, что вы не несете ответственность за свою жизнь и свои проблемы. Примите это – и тогда многое изменится.

Иллюзия времени

Давно известно, что у разных живых существ восприятие времени отличается. Именно поэтому так сложно поймать муху. Но ведь и у людей тоже время течет по-разному. Вспомните эти долгие скучные дни, когда стрелка часов словно застыла и никак не хотела двигаться быстрее. Отсюда же крылатая фраза: «Счастливые часов не наблюдают»⁴.

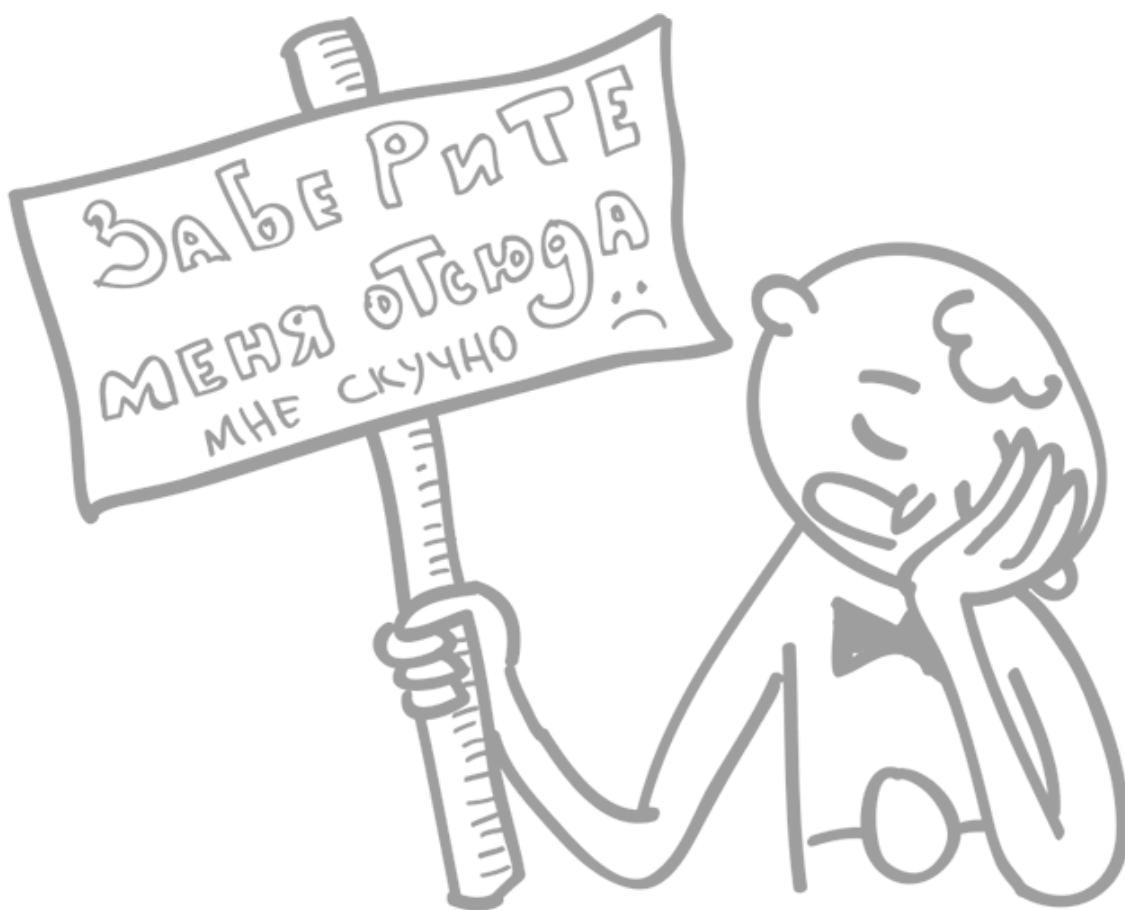
Я в этом смог убедиться, когда стал работать над собственными проектами, в которые вкладывал душу. Казалось, стоит лишь сесть за работу, как пора готовить ужин. А сейчас дни проносятся с такой скоростью, что я забыл, когда последний раз «тянулось время». Ответьте на вопрос:

Часто ли у вас «тянется» время?

На работе?

А с какими людьми?

Сами понимаете, на что это может указывать. Когда ваш мозг испытывает скуку, время словно замедляется. Это говорит или о том, что вы занимаетесь глупостями, или что рядом с вами находятся «лишние» люди.



В будущем, когда пойдете по Пути своего Призвания, время станет наивысшей ценностью. Вам придется выбирать и тратить его только на те дела, которыми **действительно**

⁴ Грибоедов А. Горь от ума. – М.: Эксмо, 2014.

стоит и хочется заниматься. И только на тех людей, с кем **действительно** приятно и есть желание общаться.



Вы сразу узнаете свое Предназначение, ощущаете: жизнь становится очень короткой. Ведь столько еще предстоит сделать! А вокруг так много пустяковых дел и ширпотребных людей, не знающих своего Пути. И потому с радостью прожигающих свое время, а заодно и ваше. Не позволяйте! Учиться отказывать стоит уже сейчас. Ведь каждая минута – золото. И помните, что:

*«долгая минута» – симптом ложного Пути.
Значит, вы делаете что-то не то!*

Упущенные шансы

В книге «Жизнь на грани взлета»⁵ я упоминал психологический механизм, о котором хотелось бы сказать еще раз. Речь идет об «экзистенциальном чувстве вины».

Цитирую:

«Этот механизм проявляется в те моменты, когда мы отказываемся реализовать заложенный внутри нас творческий потенциал. Во многих книгах и фильмах есть такие фрагменты, когда герой, не осуществив детскую мечту (стать, например, пианистом или футболистом), всю оставшуюся жизнь с грустью размышляет об упущенном шансе. Вот эта самая тоска, ощущаемая как неопределенная тревога, и есть «экзистенциальная вина» – вина за нереализованный потенциал, не воплощенную в жизнь творческую энергию.



Это неприятное ощущение может мучить всю жизнь, не исчезая, пока не начнете в полной мере исполнять предназначенное. Она заставляет действовать для реализации вашей Миссии. Но даже несмотря на этот стимулирующий механизм, вы все равно умудряетесь прозябать на нелюбимой работе, а свободное время тратить на скуку или пустые развлечения вместо увлекательного творчества».

А теперь вопрос:

Вы испытываете ощущение тоски по упущенным шансам? Если да, то по каким?

Или, может быть, это чувство говорит, что вы занимаетесь глупостями вместо того, что действительно важно?

О чем или о ком «важном» вы тоскуете?

Бывает, что подобное чувство проявляется как «чего-то хочу, а чего – не знаю». Оно может быть удовлетворено только любимым делом. Но люди не хотят знать об этом и пытаются заглушить тоску души чем угодно: алкоголем, пустыми отношениями, покупками, едой, вечеринками. У всех по-разному.

Как часто у вас появляется подобное ощущение?

⁵ Рей А. Жизнь на грани взлета, или Как перестать пережевывать и начать жить. – СПб.: Вектор, 2011.

И если появляется, то чем (какими мыслями или способами) вы его заглушаете?

Конец «Осознания»

Осознание не имеет конца. Вы или учитесь понимать себя, или стоите на месте.

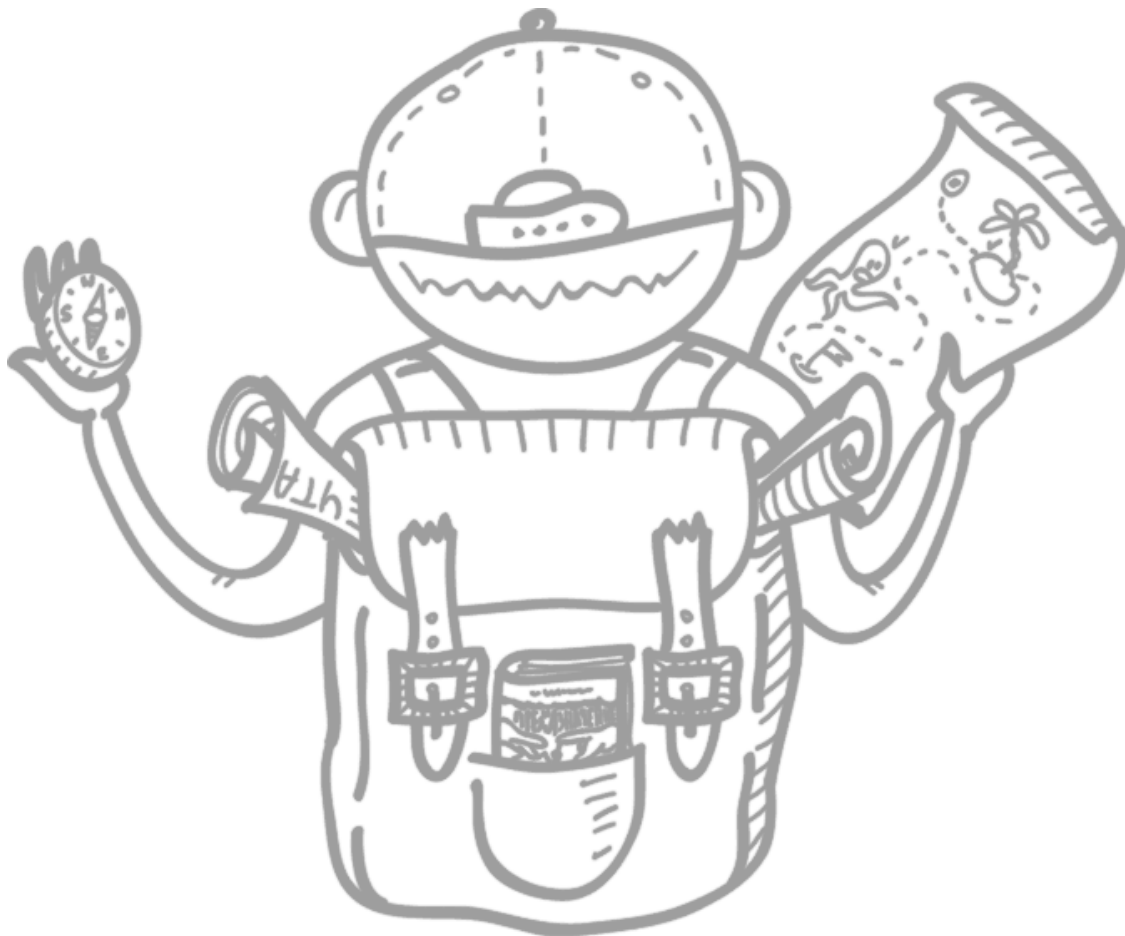
В этой главе я дал вам возможность сформулировать правильные вопросы. В свое время они помогли осознать лично мне, что я живу никчемной жизнью. И хочу чего-то большего, чем умереть, сожалея о бездарно прожитых годах. Надеюсь, они помогут и вам.



Но будьте готовы: чем дальше вы идете, тем большему предстоит научиться. Без навыков самоанализа еще никто не достиг желаемых вершин. Поэтому, мои друзья, и дальше продолжайте задавать себе правильные вопросы.

В следующей главе часть ответов нам пригодится для выяснения направления дальнейшего пути, а другая часть – поможет отследить, что уже изменилось.

Шаг 2. Направление



Предположим, вы осознали, что жизнь без Предназначения неполноценна. Мыльная опера без конца и края. И теперь хотите выйти из этого сериала, обрести свой Путь и стать успешным. Мои поздравления! Вы на верном Пути! Осознание – важнейший шаг. Большинство так и не решатся выйти из толпы и заявить: «Я не знаю, зачем живу. Мне многое не нравится в моей жизни. Но я твердо намерен найти свое Призвание!»

Повторите это – про себя или вслух, неважно. Прямо сейчас!



Как только вы это заявите, желание измениться больше не покинет вас. Оно будет давить на разум, выталкивая вас вперед. Пока наконец-то не начнете действовать.

Поиск направления через действие

Осознавший бессмысленность прожитых дней начинает активно искать себя. Больше всего это похоже на вожделение родителями несмышленного ребенка по разным кружкам и секциям: карате, плавание, игра на гитаре, лепка из глины. И все не то. Пока однажды он не находит то, во что беззаветно влюбляется и, счастливый, бежит после школы на любимые занятия.

Такой метод называется «поиск Предназначения через действие». Мы используем его, когда совершенно не знаем, чем хотим заниматься, и единственный вариант – пробовать, пробовать, пробовать. На это уходит уйма времени и ресурсов. И чаще всего этот способ подходит детям, еще недостаточно познавшим себя и свои интересы. Мы же, взрослые (а взрослыми я называю всех людей старше 11 лет), можем использовать полученный опыт, чтобы как можно быстрее найти именно свое. Чем, кстати, уже совсем скоро и займемся.

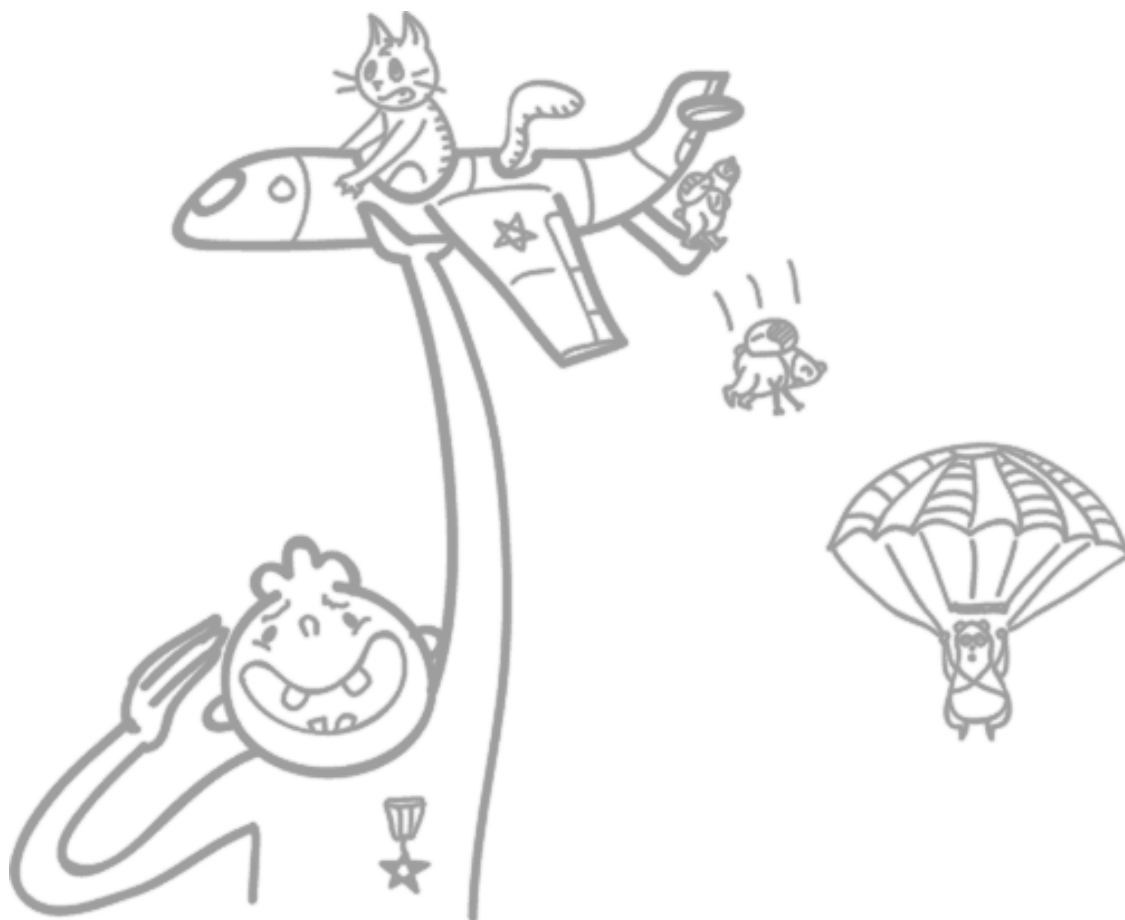


Детские увлечения

Я всегда завидовал тем, кто с ранних лет точно знал, кем станет, когда вырастет. Кажется, будто счастливых наградил благословенным знанием и все их детство, учеба и быт подчинены единственной мечте. Когда они оказываются в медицинском халате или за штурвалом самолета – нет людей счастливее. Такие люди счастливы, потому что в их жизни все понятно. Путь четко намечен.

У меня такого не было. Как и большинство, я искал себя, долго и мучительно. Но когда нашел (благодаря этому тесту «Предназначение»), понял интересную вещь. Оказывается, я всегда знал, чем хочу заниматься! Но почему-то не обращал на это внимания. Считал неважным или просто не придавал значения. Странно! Я так долго искал ответы, которые были у меня всегда.

Помогая людям найти себя, я обнаружил, что в большинстве случаев дела обстоят похожим образом. Каждый с детства знает свое Призвание. Но по каким-то причинам сбиваемся с Пути. Возможно, родители настаивают на иной судьбе. Или материальные блага побеждают зов души. Или мы предаем мечту ради отношений. Или (как было со мной) не осмеливаемся следовать зову сердца. Причин тысячи, а результат всегда один – прозябаем среди скучных дел и с нетерпением ждем окончания рабочего дня.



А теперь вспомним: чем вы любили заниматься в детстве? Постарайтесь вспомнить все, что воодушевляло. Ведь уже с малых лет всем интересно разное. Одни могут часами

раскрашивать картинки, другие увлеченно собирают конструктор, а третьи – ухаживают за щенками и печат кукол.

Чем вы любили заниматься в детстве? Во что играть? Читать книги и смотреть фильмы – о чем?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Я, например, обожал рисовать. Учителя ругали меня за разукрашенные страницы. «Художник от слова «худо»!» – говорила моя классная. А еще придумывал истории и в 11 лет собирался написать роман. Также интересовался, как делают мультики. Все это указывало на то, что в будущем станет моим Делом Жизни.

Быть миллионером

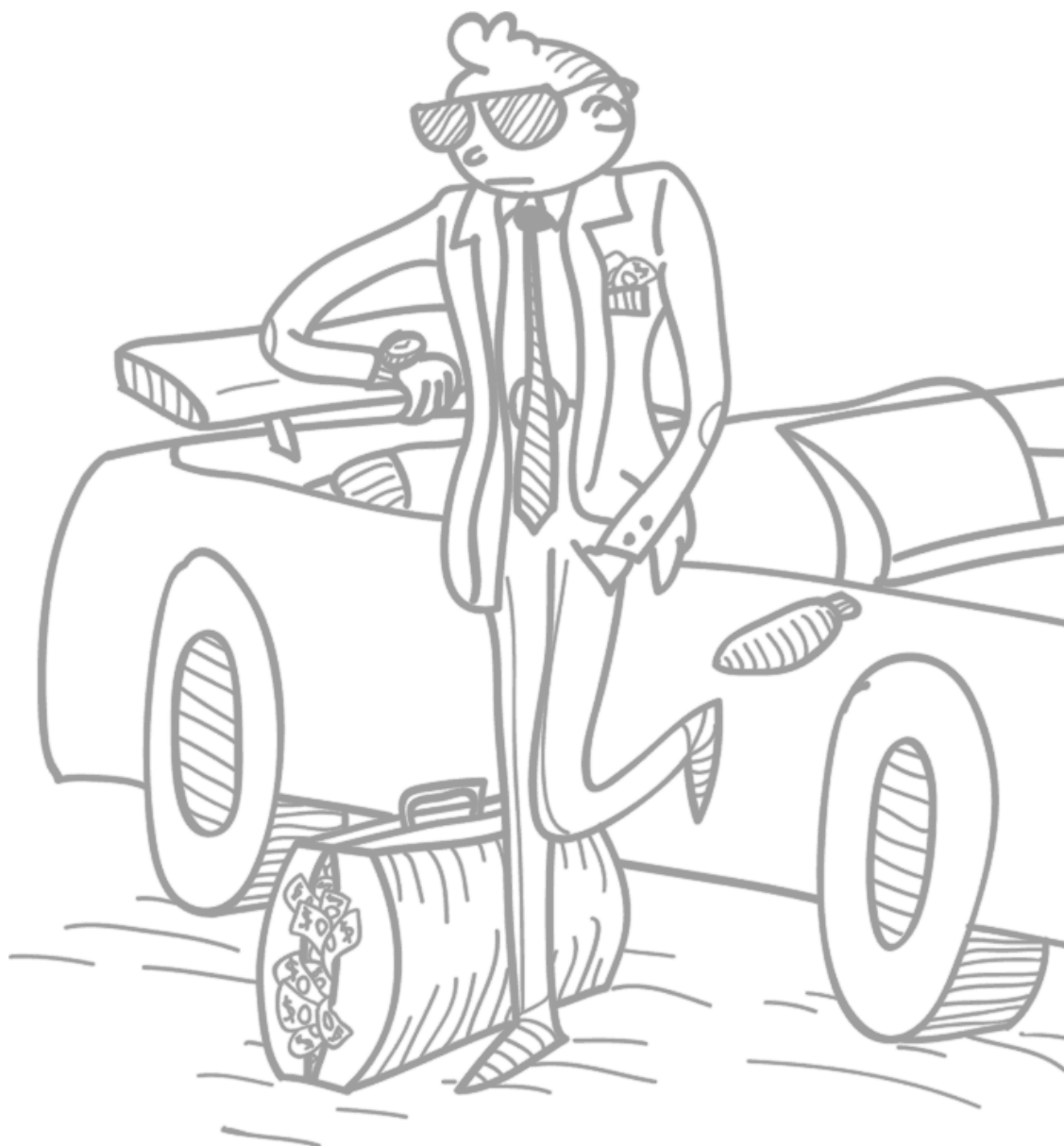
Многие смотрят на богатство через призму стереотипов и ошибочных суждений. Всем нравится результат (достаток), но никто не думает о процессе его достижения. Не стану спорить и рассуждать о плюсах и минусах денег (тем более что этой темы мы коснемся чуть позднее). Просто хочу обратить внимание на возможность выбора.

Когда вы голодны, вам негде жить и нечего надеть, о Призвании вы задумываетесь в последнюю очередь. Главной целью становится выживание. Вы будете вкалывать на любой подвернувшейся работе, лишь бы обеспечить себе и своей семье минимум средств. Чаще всего в такой ситуации выбирать не приходится.

Богатство позволяет не думать о «хлебе насущном» и крыше над головой. Более того, появляется возможность выбирать любое дело – чем хотите, тем и занимаетесь.

Давайте для начала определимся с понятием «богатство». Богатство – это сколько? Напишите, какая сумма у вас-«богача» лежит на счету. Честно напишите первую цифру, которая пришла в голову.

Вот мы и узнали вашу планку богатства. Скорее всего, эта сумма равна одному-двум миллионам долларов. Не обижайтесь, но это не ваше представление о богатстве, а всего лишь цифра, навязанная кинематографом. Хотя ее вполне хватит на какое-то время.



Итак, у вас достаточно средств, чтобы безбедно жить и заниматься чем угодно. Следующая задача – написать 5 дел, которыми бы стали заниматься, будь вы богатым человеком. Но прежде чем приступить к размышлениям, прошу учесть несколько условий.

Во-первых, это должны быть настоящие дела, а не «поехал на море», «купил бы дом» и тому подобный отдых. Речь о бизнесе или работе. Вечно бездействовать вы не сможете, а нужные вещи уже все есть. Подумайте о делах.



Во-вторых, то, что укажете, обязательно должно подразумевать ваше постоянное ежедневное участие. Ответы вроде: «положу деньги в банк», «вложу в акции», «открою сеть ресторанов, но сам буду лишь приходить поесть» – не в счет. Цель – не приумножить средства и не сделать бизнес ради бизнеса, а именно создать себе такую работу, которая бы делала вас счастливым и наполняла смыслом каждый день.



Третье условие такое – «благотворительность», «помощь котят и родственникам», «сохранение мира во всем мире» и остальную доброту можно указывать, только если вы действительно готовы заниматься этим ежедневно.



А в остальном вы вольны выбирать совершенно любое занятие. Богатый человек может себе это позволить, правда? Укажите не менее 5 занятий.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Готово? Отлично! Теперь дальше.

БЫТЬ НИЩИМ

Любые кризисы – это всегда возможности! Стоит только перестать заикливаться на минусах, как сразу становятся очевидны плюсы. Будь то увольнение, разрыв отношений или плохая экономическая ситуация в стране и мире. Это возможности! Я говорю не о глупом оптимизме. Сейчас сами увидите.

Представьте, что вас уволили, а значит нет средств к существованию. Все другие каналы получения денег: за сдачу квартиры, займы, накопленные средства и т. д. – тоже вне досягаемости. Теперь придумайте, как именно можно заработать. Укажите 5 способов, как при помощи своих знаний, умений и талантов вы способны получить деньги. На какую работу устроиться?



Прежде чем написать, учтите два важных условия. Во-первых, нельзя упоминать те дела, которые хорошо получаются, но не по душе. Например, проработав всю жизнь бухгалтером без любви к цифрам, не стоит искать такую же работу. Подумайте: ведь вы сейчас все равно в поисках.

Начинаете с нуля! Так почему бы не попытать счастье в том, что интересно? Попробуйте себя в новом амплуа – делать то, что всегда хотелось. Теперь-то рисковать нечем! Не бегите сразу за шаблонными занятиями. Например, у вас есть хобби, с помощью которого можно заработать? Или чем-то занимались в юности, а теперь появилась возможность восстановить забытые навыки.

Также прошу не вписывать банальные профессии. Стать официанткой или грузчиком успеете всегда. Но вы ведь достойны большего! Используйте выпавший шанс с умом!

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.