

Проект «Вдохновение на каждый день»
www.inovak.ru
Как найти призвание и реализовать себя в жизни

«Как найти призвание и реализовать себя в жизни»



Автор: Инна Новак

Специалист по поиску Предназначения
www.inovak.ru

Новак Инна © 2020
inovak.ru@gmail.com

https://www.instagram.com/inna_novak_/

Зачем искать свое Призвание?

Большинство людей живущих на планете недовольны своей работой. Людям не нравится то, чем они занимаются и эта неудовлетворенность отражается на всей жизни, проявляется во всех ее областях:

- **На здоровье.** От постоянного стресса и неудовлетворенности возникает снижение энергии, иммунитета и жизненного тонуса. В итоге люди чаще болеют и меньше живут.

Исследователи установили, что люди, следующие своей миссии, имеют более крепкое здоровье и выше средней продолжительность жизни. Это связано с тем, что различные бытовые неурядицы и конфликты оказывают на таких людей гораздо меньшее влияние, поскольку занимают ничтожное место в их системе ценностей.

- **На самореализации, личностном развитии и успехах на работе.** Потому что, только живя по призванию, хочется постоянно быть в деле, самосовершенствоваться и развиваться, двигаться вперед. Только имея страсть к какому-то делу можно быстро вырасти как профессионал, добиться финансового успеха, потому что нет внутреннего сопротивления, потому что работа приносит удовлетворение.
- **На отношениях с окружающими, друзьями и семьей.** Когда мы посвящаем себя делу, которое не соответствует нашим глубинным ценностям, мы собираем вокруг себя и окружение, которое нам не соответствует. У вас будут разные ценности, разные взгляды на мир и отношения с такими людьми никогда не будут по-настоящему глубокими и плодотворными.

Только если вы займетесь любимым делом, вы соберёте вокруг таких же людей. У вас появится возможность обрести по-настоящему вдохновляющие, позитивные, плодотворные отношения, чтобы успешно идти по жизни вперед.

Только найдя свое призвание и начав ему следовать, вы автоматически улучшите ситуацию во всех основных сферах жизни.

Призвание и миссия жизни

Мне часто задают вопросы, что такое призвание и чем оно отличается от миссии человека.

Миссия человека – реализация своего потенциала, понимание смысла жизни как заботы о людях и жизни, выраженное в конкретных делах, которые останутся людям и сделаны для них.

Призвание это оптимальный для нас способ реализации своей миссии, выражая себя через деятельность, к которой есть предрасположенность, раскрывая свой потенциал, делая мир вокруг лучше, принося пользу окружающим.

Примеры людей, которые строили свою жизнь в соответствии со своим призванием, своей миссией.

- ▶ **Александр Васильевич Суворов** — национальный герой России, русский полководец, не потерпевший ни одного поражения в своей военной карьере (более 60 сражений), один из основоположников русского военного искусства.
- ▶ **Александр Александрович Любищев** - создание периодической системы биологических организмов.
- ▶ **Альберт Эйнштейн** — физик-теоретик, один из основателей современной теоретической физики, лауреат Нобелевской премии по физике 1921 года, общественный деятель -гуманист.
- ▶ **Антонина Петровна Макарова** - бабушка всех домов-интернатов города Суздаля.
- ▶ **Билл Гейтс** - американский предприниматель и общественный деятель, один из создателей и крупнейший акционер компании Microsoft.
- ▶ **Винсент Виллем Ван Гог** — всемирно известный нидерландский художник-постимпрессионист.
- ▶ **Джим Керри** - киноактёр, продюсер, сценарист, обладатель двух «Золотых Глобусов», 11 премий MTV Movie Awards и ряда других престижных кинонаград.
- ▶ **Дмитрий Владимирович Морозов** - создание новой системы воспитания брошенных детей.
- ▶ **Жак-Ив Кусто** - знаменитый французский исследователь Мирового океана, фотограф, режиссёр, изобретатель, автор множества книг и фильмов
- ▶ **Ломоносов Михаил Васильевич** - первый русский учёный-естествоиспытатель мирового значения, энциклопедист, химик и физик. Астроном, приборостроитель, географ, металлург, геолог, поэт, утвердил основания современного русского литературного языка, художник, историк, поборник развития отечественного просвещения, науки и экономики. Разработал проект Московского университета, впоследствии названного в его честь. Открыл наличие атмосферы у планеты Венера.
- ▶ **Мадонна** - американская певица, автор песен, продюсер, танцовщица, актриса, режиссёр и сценарист, известна большинству благодаря своим видеоклипам, сценическим выступлениям Самая коммерчески успешная певица, продавшая наибольшее количество своих записей среди всех женщин-исполнительниц, заслуженно носящая звание «Королевы поп-музыки».

- ▶ **Майкл Джексон** - американский легендарный поп-певец, обладатель звания «короля поп-музыки», танцор, автор песен, филантроп, предприниматель. Один из самых успешных исполнителей в истории, обладатель 13 премий Грэмми десятков других премий. 13 раз занесён в Книгу рекордов Гиннеса. Майкл Джексон внёс значительный вклад в развитие популярной музыки, видеоклипов, танца и моды.
- ▶ **Майкл Джордан** – величайший баскетболист НБА (NBA).
- ▶ **Микеланджело** - великий итальянский скульптор, живописец, архитектор, поэт, мыслитель. Один из величайших мастеров эпохи Ренессанса.
- ▶ **Мохаммед Али** - американский боксёр. Чемпион Олимпийских игр 1960 года в полутяжелом весе. Многократный чемпион мира среди профессионалов в тяжёлом весе. «Руки работают, видят глаза. Порхай как бабочка, жаль как пчела» — эта тактическая схема, придуманная Али, была позже взята на вооружение многими боксерами во всем мире. В 1999 году Sports Illustrated и the BBC назвали Али «Спортсменом века».
- ▶ **Николай Михайлович Амосов** - кардиохирург, спасение жизни операциями на сердце.
- ▶ **Ричард Брэнсон** - один из самых ярких и успешных представителей мирового бизнеса, основатель корпорации Virgin.
- ▶ **Святослав Николаевич Федоров** - хирург-окулист. Новые, доступные широким массам, технологии эффективного исправления зрения.
- ▶ **Стивен Спилберг** - сценарист, продюсер и один из самых успешных американских кинорежиссёров.
- ▶ **Стив Джобс** - ключевая фигура в компьютерной индустрии, человек, который во многом определил ее развитие. Еще со времен зарождения Apple Стивен Джобс твердо знал, что у него особая миссия на Земле, и он может изменить мир.
- ▶ **Уилл Смит** – один из талантливых американских актёров, а также исполнитель песен в стиле «хип-хоп».

Какую бы сферу человеческой деятельности мы ни взяли, к какому бы периоду истории мы ни обратились, самые выдающиеся люди всегда те, кто привержено следует своему призванию.

Чем отличается работа от призвания

Многие люди не задумываются о своей жизненной миссии, своем призвании. Вместо этого они просто ходят на работу, без всякого удовлетворения, просто потому, что нужно где-то зарабатывать.

Люди работающие не по призванию каждый день утром вставая на работу считают оставшееся количество дней до выходных, на работе с нетерпением ждут окончания рабочего дня и постоянно живут с мыслью о долгожданном отпуске, желательно длительном.

У каждого человека есть какие-то способности, таланты, увлечения, хобби, многие в свободное от работы время занимаются теми делами, которыми хотят заниматься, тем,

чем интересно, тем, к чему у них лежит душа, есть способности. Но у большинства нет даже мысли, что любимым делом можно заниматься более серьезно, получая за это деньги. Многие в это не верят. Других останавливает страх больших перемен, не каждый может решиться круто изменить свою жизнь.

Если посмотреть на успешных людей, изучить их биографии становится понятно, что достичь серьезных результатов можно только делая то, что нравится.

Надо найти такую миссию, такую деятельность, которая повлечет вас за собой, пробудит вашу энергию, приведет в дрожь и зарядит оптимизмом. Если вы найдете ее, она зажжет вас огнем страсти и желания, вы будете просыпаться в возбуждении и стремиться каждый свой день превращать в шедевр.

Людам, правильно выбравшим профессию или вид деятельности, присущ азарт или спокойная устойчивая увлеченность, желание раз за разом преодолевать трудности кропотливой работой.

Как узнать, нашли ли вы свою миссию?

Задайте себе вопрос:

- А какую работу я любил бы до такой степени, что мог бы делать ее даже бесплатно, но мне бы за нее все-таки платили?

Если вы работаете только ради денег, если вы постоянно мечтаете о другой жизни, значит вы еще не встали на путь своей миссии.

Вы можете жить по-другому, можно заниматься любимым делом и получать за это достойное финансовое вознаграждение.

Важность убеждений

Главный урок, который мы можем извлечь из опыта людей, добившихся выдающихся результатов в жизни, заключается в следующем: «Делай то, что тебе нравится». Все очень просто, но обычно люди не верят, что дело, которое доставляет им удовольствие, может быть достойно оплачено.

Большинство из нас не представляют, как объединить свои каждодневные дела, ценности и интересы под вектором общего направления, на котором их ждут вдохновение и радость свершений.

Вот пример человека, который нашел свое страстное увлечение и следует ему всю свою жизнь — это кинорежиссер Стивен Спилберг. Фильмы Стивена Спилберга смотрело значительно больше зрителей, чем фильмы любого другого кинорежиссера. Первый свой фильм он создал еще в восьмилетнем возрасте. Он принял тогда решение, что миссия его жизни заключается в том, чтобы стать рассказчиком историй, используя средства кино. Он творит постоянно, потому что для него создание фильма подобно увлекательной игре. Вот как сам Спилберг описывает свою работу:

«Для меня каждый фильм — это праздник воображения и творчества... Моя жизнь — в мечтах. Раз в месяц перед моим взором распаивается небо, и я вижу новый фильм, который мне хочется снять. Порой мне кажется, что в моей голове постоянно крутятся шарикоподшипники, и идеи беспрерывно сталкиваются и разбегаются. Моя проблема в том, что мое воображение никогда не прекращает работать. И я просыпаюсь по утрам в таком волнении, что даже не могу завтракать. И во мне никогда не иссякнет энергия»

Стивен Спилберг может служить нам примером того, что может произойти, если вы занимаетесь тем делом, которое вам нравится.

Три составляющих для определения вашего призвания.

Незнание самого себя, своего места в жизни и своего предназначения делает человека неудовлетворенным и, в конечном итоге, несчастным. У многих рано или поздно возникает вопрос:

«В чем мое призвание, какую деятельность мне выбрать, чем заниматься?»

Если просто задавать себе вопрос, ответ не появится, чтобы на него ответить, нужно этот вопрос разделить на мелкие вопросы, на которые можно ответить. Когда вы ответите на вопросы составляющие призвание, проработаете их, у вас сложится общая картина и станет ясно, в чем заключается ваша миссия, ваше призвание.

Этот принцип используют ведущие мировые эксперты в вопросах призвания, я тоже пользуюсь этим принципом в своих программах. Он очень хорошо работает и дает хорошие результаты.

Мы отделяем понятие призвание на составляющие и определяем каждые из них

Проект «Вдохновение на каждый день»
www.inovak.ru
Как найти призвание и реализовать себя в жизни

Три составляющих Призвания:

Ваши ценности - Ваши глубинные ценности. То, что для вас действительно значимо. Чем больше вы реализуете глубинные ценности, тем больше смысла вы чувствуете в своей жизни.

Ваш дар – Ваш главный талант или набор талантов. Уникальное сочетание талантов и сильных сторон. Есть у каждого человека.

Ваша страсть – то, что вас влечет и вдохновляет. То, чем вы занимаетесь с огромным удовольствием, что дает мощный заряд энергии. Ваша страсть, индикатор того, что вы на верном пути, реализуете свое призвание.

Сочетание трех составляющих утверждает ваше призвание.

Ваши ценности

Ценности — это то, что для вас важно в жизни.

Ценности бывают:

- Ситуативные (билет на поезд)
- Профессиональные (презентация для доклада на конференции)
- **Жизненные ценности** – то, что важнее всего предыдущего. Это основные ценности. То, что значимо и важно для вас, что вы цените больше всего. Глубинные ценности - глубоко укоренившиеся и часто не осознаваемые нами принципы и убеждения, которыми мы руководствуемся в жизни.

Жизненные ценности можно свести к следующим категориям:

1. Дом, комфорт, деньги.
2. Красота, здоровье, гармоничное развитие.
3. Образование, повышение профессиональной квалификации.
4. Любовь, азарт, развлечение и отдых.
5. Семья, взаимопонимание, дети.
6. Мое дело, мои проекты.
7. Карьера, власть, статус.
8. Личностный рост и развитие, социальные и психологические навыки.
9. Духовный рост, познание жизни, реализация предназначения.

Жизненные ценности в случае здоровой личности могут быть сгруппированы в три основных круга ценностей:

1. Личная жизнь и отношения
2. Дело, бизнес, работа

Новак Инна © 2020
inovak.ru@gmail.com

https://www.instagram.com/inna_novak/

3. Собственное развитие

У каждого человека есть цель. Очень часто бывает, что человек куда-то спешит, что-то делает, чего-то добивается и получает вроде желаемое, а внутреннего удовлетворения нет. Это происходит потому что, человек получил то, что в действительности ему не нужно. Навязанные средствами массовой информации потребительские ценности оказываются зачастую более мелкими, чем те глубинные ценности, которые поддерживают миссию каждого человека.

Очень часто, большинство наших целей, это цели «навязанные обществом, рекламой, средствами массовой информацией»

Остановив же свой выбор на некоторой цели, важно убедиться в том, что цель, к которой вы стремитесь, стоит того, чтобы к ней стремиться. Она обязана быть основанной на миссии.

Реализовать себя в жизни означает реализовать свои глубинные ценности.

Чем больше человек знает о себе, своих желаниях и потребностях, тем легче ему выбрать приоритеты в жизни.

Глубинные ценности это неотъемлемая составляющая призвания.

Если ваши занятия соответствуют вашей страсти и вашему дару но не соответствуют вашим глубинным ценностям, стать счастливым человеком очень сложно. Будут накапливаться внутренние конфликты. Только все составляющие должны сложиться, тогда можно сказать, что вы нашли свое призвание.

Ваша страсть

Страсть это эмоциональная, психологическая, духовная энергия, которая заставляет человека двигаться вперед, не останавливаться на достигнутом. Именно страсть мотивирует нас совершать определенные действия. Именно она заставляет нас постоянно развиваться и совершенствоваться как профессионал, чтобы в будущем выполнять свою работу еще лучше.

Наличие страсти яркий показатель, что вы занимаетесь своим делом и двигаетесь в правильном направлении.

Серость, скука, уныние, апатия, недостаток энергии – все это следствие отсутствия страсти в вашей жизни

Если ваш бизнес или работа – это также и ваша страсть, вы сможете добиться успеха и не бросите это дело, когда вам станет трудно, потому что вы любите это. Жизнь слишком коротка и слишком ценна, чтобы потратить ее на то, что вам не нравится. Делайте только то, что вы любите.

Ваш дар

У каждого человека есть свой набор талантов и какой-то более выраженный - главный талант. Это может быть что угодно, не надо видеть талант только в науке или искусстве. Талантом может быть: Умение убеждать, умение вдохновлять, умение чувствовать других людей, умение улаживать конфликты и т.д.

Талант — имеющиеся от рождения определённые способности и умения, которые раскрываются с приобретением навыка и опыта, позволяют получить нужный результат от деятельности, помогая быть полезным людям

Есть определенные типы таланта, которыми обладают люди в той или иной степени:

1. Вербально-лингвистический. Он заключается в природной способности читать и писать слова. В основном именно таким способом люди собирают информацию и делятся ею. Таким талантом наделены журналисты, писатели, юристы и учителя.
2. Цифровой. Имеет отношение к данным, измеряемым в цифрах. Такой дар характерен для математиков.
3. Пространственный. Он присущ творческим людям - художникам и дизайнерам.
4. Физический. Им наделены спортсмены, танцоры. Люди, которые не блещут успехами в школе, но прекрасно одарены физически. Это люди, которым легче учиться с помощью действий, и это называется "практическим" обучением. Людей такого типа тянет к механике или строительным профессиям. Им нравятся уроки труда или домашнего хозяйства. Их талант выражается в наблюдении за вещами, их использовании и изготовлении.

5. Личностный. Его часто называют "эмоциональным". Личностный интеллект - наиболее важный из всех существующих типов. Он отвечает за контроль над тем, что мы говорим себе сами. Часто люди терпят неудачу в чем-то вовсе не потому, что им не хватает умственных знаний, а потому, что боятся проиграть. Когда человек совершает поступки, которых страшится, он призывает на помощь свой личностный интеллект.
6. Межличностный. Им наделены люди, которые могут свободно разговаривать с другими. Люди с таким даром часто становятся харизматическими коммуникаторами (специалистами по общению), певцами, проповедниками, политиками, актерами, торговцами и ораторами.
7. Окружающей среды. Люди с природным даром имеют дело с деревьями, растениями, рыбами, океаном, животными и землей. Этим талантом обладают земледельцы, дрессировщики, океанографы и егеря
8. Предпринимательский - талант (мышление нового поколения, навязанного временем и деньгами)

Ваш дар это не профессия, его можно использовать через разные профессии, используя свои способности, таланты через деятельность.

Ваши занятия могут меняться, но если вы в каждом реализуете свой дар, вы всегда будете успешными, развиваясь и продвигаясь вперед.

Занимаясь делом в сфере своих талантов, человек легче приобретает богатство, все необходимое для собственного развития и благополучия. Сама жизнь открывает перед такими людьми двери, предоставляет свои ресурсы. И о таких людях говорят, к таким людям все стараются попасть, все хотят иметь с ними дело. А они просто не пытаются стать кем-то, они становятся сами собой.

Выбираем направление

Когда вы определите свой дар, свою страсть и проработаете свои глубинные ценности, вам станет понятно, в чем заключается ваше призвание.

Но, для того, чтобы вступить на путь своей миссии, заняться делом в соответствии с вашим призванием, вам может понадобиться очень много времени.

Проект «Вдохновение на каждый день»
www.inovak.ru
Как найти призвание и реализовать себя в жизни

Почему так происходит?

Менять свою жизнь сложно, нужна смелость. У большинства из нас уже есть профессиональное прошлое и выработаны определенные схемы мышления, которые проявляются не только в работе. Есть цели, ценности, жизненное направление, которое сложилось к данному моменту, мы уже чего-то имеем и чего-то достигли.

Большинство из нас живет в соответствии с навязанными окружением, обществом ценностями и целями. Мы не можем достоверно распознать что «мое», а что «не мое». Для такого познания необходимо уметь слушать себя, быть в гармонии с собой.

И при открытии миссии нужно иметь большую смелость, доверие к себе для того, чтобы изменить свою жизнь.

У меня процесс выглядел так:

Свое призвание я искала 7 лет. Все эти годы у меня было постоянное стойкое ощущение, что я занимаюсь какими-то не важными делами, не своим делом, что я не реализую себя. Я пробовала себя в разных областях: реклама, педагогика, ипотечный брокер, но где бы я не работала, у меня не было полного внутреннего удовлетворения, только внешнее. Я постоянно жила с мыслью, что это не мое, что нужно что-то менять.

В 2011 году я не знала, кто мне может помочь, поэтому начала изучать эту тему самостоятельно. Впервые представление о своей жизненной миссии, призвании, я получила из ряда книг зарубежных авторов. Я с огромным усердием прорабатывала практики, думала, размышляла и через определенное время, после длительной и сложной работы с собой, картина сложилась, я четко поняла, чем я хочу заниматься.

Я сформулировала свою миссию:

Помогать людям менять свою жизнь, вдохновлять людей, раскрывать их потенциал и давать им возможность жить по самым высоким своим мечтам.

Я поняла, в чем мое призвание и сейчас я с удовольствием помогаю людям находить и реализовывать их призвание.

Помогаю раскрыть потенциал, определить свои способности, таланты и определить способ лучшей самореализации. Укажу где упускаете возможности и какие стороны вашей личности нужно проработать, чтобы выйти на более высокий уровень жизни.

Мой проект «Вдохновение на каждый день» это именно то дело, которое наполняет меня радостью и вдохновением, позволяет мне наилучшим образом реализовывать себя.

Сегодня я счастлива, я нашла свое призвание. Я занимаюсь делом, которое наполняет меня вдохновением и радостью.

Новак Инна © 2020
inovak.ru@gmail.com

https://www.instagram.com/inna_novak/

Поддержка окружающих людей

В вашей жизни есть ряд людей, которые оказывают важное влияние на вашу жизнь. И вам очень важна их поддержка. Обсудите с каждым из них свое новое понимание миссии, заручись их поддержкой и пониманием. Важно вовлечь этих людей в свои миссию, «заразить» их. Объясните каждому из значимых вам людей, что вы будете выполнять свою миссию и одновременно сохранять то хорошее, что присутствует и ценно в ваших отношениях. Дело в том, что часто близкие протестуют изменениям в вашей жизни именно из-за того, что им неясны последствия изменений и их влияние на ваши отношения, они боятся потерять то, что есть. Поэтому, обсудив свою позицию и продемонстрировав желание развивать ценное в отношениях, вы сможете прийти к согласию, и вы получите поддержку близких людей.

Новый жизненный путь

Когда ваши цели освещаются более значительной целью всей вашей жизни — вашей миссией, они приобретают особый смысл. Вам придают силы две вещи: то значение, которое эти цели имеют для вас, и то удовольствие, с которым вы будете двигаться к ним. Цели, согласованные с миссией, берут свое начало из самых глубин вашей личности. Это не просто список вещей, которые необходимо сделать. Они возникают естественным образом по мере того, как вы, придерживаясь своих ценностей, следуете собственной миссии.

Работая по призванию, вы будете наполнены энергией, смыслом, энтузиазмом и радостью.

Резюме

В данном руководстве я осветила только некоторую часть по теме призвания. Глубокая работа по этой теме проходит на моем тренинге, в котором вы можете принять участие. **Подробная информация о курсе «Как найти призвание и реализовать себя в жизни» здесь:** https://inovak.ru/?page_id=414

При создании программы я использовала опыт западных специалистов и организаций в вопросах поиска призвания. Все техники и методики, которые я использую, уже помогли и

Проект «Вдохновение на каждый день»
www.inovak.ru
Как найти призвание и реализовать себя в жизни

продолжают помогать людям. Из множества техник я отобрала только те, которые показали себя наиболее эффективными.

И самое важное! Вы проходите четкую программу курса, которая гарантирует результат! Вы проходите все шаги, от осознания своего призвания, до видения того, как Вы будете строить свою жизнь в соответствии с призванием. И это все гарантировано работает.

Заказывайте и проходите программу, если Вы готовы действовать и хотите реальных улучшений в своей жизни! Не откладывайте, действуйте!

*Удачи вам во всех ваших начинаниях!
С любовью, Инна Новак.*

Записаться на ближайший поток курса можно тут: https://inovak.ru/?page_id=414

Мой сайт: <https://inovak.ru>

Больше обо мне здесь: https://www.instagram.com/inna_novak/

Новак Инна © 2020
inovak.ru@gmail.com

https://www.instagram.com/inna_novak/