

*Din Tidenskan
Din Livsoppgave*



Din Livsoppgave

Takk for at du deltok på Webinaret «*Hvordan Skape Nye Resultat I Ditt Liv*» og for at du lastet ned dette dokumentet.

Det inneholder en enkel øvelse du kan gjøre for å hjelpe deg å bli mer bevisst på hva ditt formål i livet er. Den kan gi klarhet i hva din livsoppgave er. .

Lidenskap = Livsoppgave.

Når du finner det du brenner for og er lidenskapelig opptatt av har du funnet din livsoppgave.

Mye av svaret på hva din livsoppgave er ligger i din fortid. Dette betyr at alt det du noensinne har gjort, og alt det du har drømt om å gjøre og bli er en del av din livsoppgave. Det er derfor viktig for deg å sette av litt tid for å «skanne» din fortid slik at du kan finne de informasjonsmessige «nøklerne» som vil drive deg fremover.

Du er unik. Ingen andre kan tenke eller føle som deg. Ingen andre har nøyaktig den samme erfaringen du har. Din livsoppgave er derfor knyttet til å gi og tilby din unikheter til verden. Du har noe unikt å tilby – det har vi alle og noen har funnet det, men de fleste har ikke det.

Øvelsen i dette dokumentet kan hjelpe deg på veien til å bli kjent med din unikheter slik at du kan tilby det til verden.

Jeg håper du vil ha nytte av informasjonen og øvelsen i dette dokumentet.

Alt godt,

Camillo ☺

Forfatter og foredragsholder i temaer som berører Kropp, Sinn & Sjel

DIN LIDENSKAP

I mine bøker og foredrag viser jeg til hvor viktig det er å koble inn hjertet hvis man ønsker å endre sitt liv ved å skape nye, positive resultat. Det handler om å skape fra hjertet og komme fra lidenskap. Vi er alle unike og unikheten som er deg kan best uttrykkes når du kobler deg til ditt hjerte og din lidenskap. Når du er lidenskapelig opptatt av det du gjør lever du ditt liv i henhold til ditt formål – til din livsoppgave fordi *lidenskap = formål/ livsoppgave*.

Mange mennesker ønsker å bli suksessfulle, men hva er suksess? En av verdens første eksperter innen personlig utvikling, Earl Nightingale (1921 - 1989), hadde en flott måte å definere det på. Han var en amerikansk radio personlighet, respektert foredragsholder og forfatter.

Han definerte suksess på denne måten:

Suksess er den progressive realiseringen av et verdig ideal (mål).

De som lykkes i denne verden er de som progressivt realiserer et verdig ideal eller mål. De sier: "Jeg skal nå dette" ... og deretter begynner de å jobbe mot det målet.

Med andre ord, de setter seg et **definert og krystallklart mål** som de er **villige** til å bruke tid og krefter på for å oppnå.

Hva er et verdig mål for deg? Hva er du villig til å bruke tid og krefter på for å oppnå i livet ditt? Husk at du bytter din dyrebare tid mot det målet du velger å nå.

Din Livsoppgave

Siden vi ikke vet når vår tid på denne jorden er omme bør vi sette oss mål som vi er begeistret for og som vi er villige til å bytte tiden vår mot. Det er som Steve Jobs pleide å si:

Å vite at du en dag kommer til å dø er den beste måten å innse at du ikke har noe å tape. Du er allerede naken. Det er ingen grunn til ikke å følge ditt hjerte.

Det å komme fra lidenskap, fra hjertet er hva de mest vellykkede menneskene i verden gjør. En 10 år lang undersøkelse som inkluderte intervju med mer enn 500 suksessfulle mennesker verden over viste at de alle kom fra lidenskap. Det var en meget sentral egenskap for å lykkes.

De gikk ikke etter penger eller berømmelse, men ofte kom dette som en bonus. Disse menneskene fant sitt formål – sin livsoppgave.

Husk også at det er mye lettere å holde ut og fortsette din vei mot målet dersom du kommer fra lidenskap.

Utfordringen for mange er å finne sitt formål med livet - å finne det man er lidenskapelig opptatt av. Mange mennesker går på autopilot - akkurat som en seilbåt som driver hit og dit på det åpne hav uten mål og mening – uten retning eller destinasjon.

Husk at ditt formål i livet (din livsoppgave) vil alltid være noe du elsker å gjøre eller noe du alltid har drømt om å gjøre. Det vil faktisk være noe som du vil gjøre med glede hele tiden og aldri bli lei av. Ditt formål vil være noe, eller en kombinasjon av ting, som stadig vil inspirere deg og føre deg framover slik at du kan ta din unikheter til høyere nivåer og skape helt nye muligheter for deg selv og verden.

Din Livsoppgave

Du er spesiell og unik. Ingen kan tenke og føle akkurat som deg. Ingen kan erstatte deg. Du har særpreg i deg og formålet er å finne denne unikheten og dele den med verden. Kort sagt, ditt formål og livsoppgave er din lidenskap!

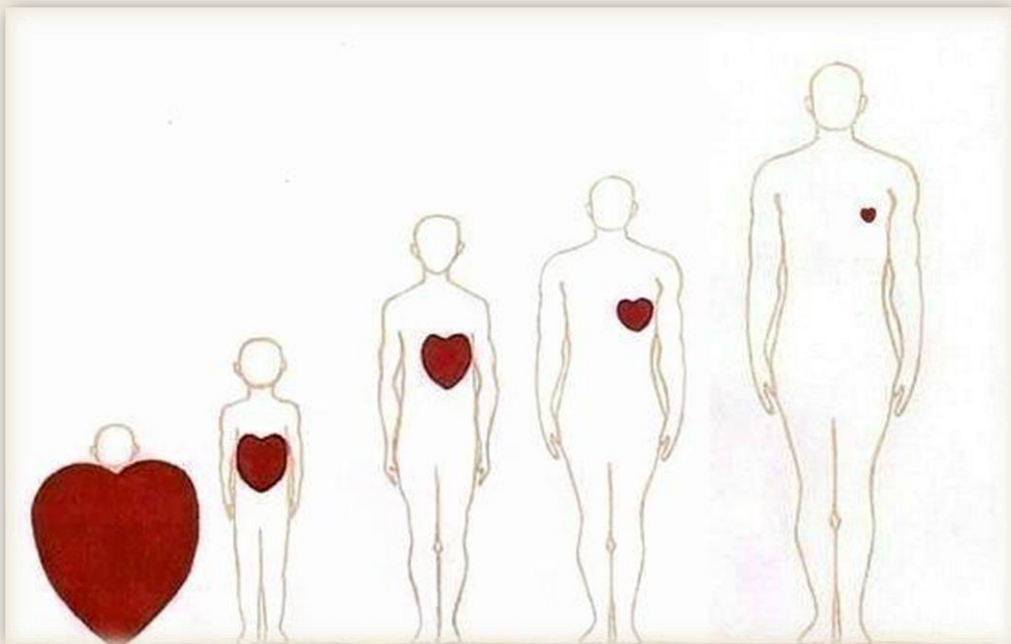
Utfordringen for mange mennesker er at de er usikre på hva deres oppgave og lidenskap egentlig er.

Hvis dette er tilfelle for deg har jeg en øvelse du kan utføre som kan være til hjelp. Den handler om å skanne din fortid.

SKANNE DIN FORTID

Kroppene våre består av milliarder av celler som har ulik levetid. Noen celler lever kun uker andre lever i mange år. I gjennomsnitt er de fleste cellene i kroppen blitt fornyet i løpet av en syv års periode. Vi merker ikke dette, men ca. hvert syvende år har nesten alle cellene «blitt skiftet ut».

La oss dele inn livet i slike syv års bolker og gjøre en øvelse. La oss se på de første syv årene av våre liv. Vi leker mye. Vi er ikke preget av den ytre verden og det som er forventet av oss. Man kan si at vi er lykkelige uvitende om alt det som kommer til å bli forventet av oss når vi blir eldre. I disse første syv leveårene befinner våre hjernebølger seg i de to laveste nivåene – **theta** og **delta** (det er en overgang til alfa i syv års alderen). I disse lave nivåene finnes det ikke noe bevisst filter – ikke noe bevisst sinn som analyserer og filtrer informasjon. Mange lever derfor mye mer fra hjertet som barn enn det de gjør som voksen slik som illustrert i tegningen under.



Din Livsoppgave

Etter hvert som vi vokser opp mister vi mer kontakt med hjertet og intuisjonen. Vi blir mer og mer preget av den ytre verden. Vi blir mer bevisste siden det bevisste sinn utvikler seg, analyserer og filtrerer informasjon. Det bevisste sinn blir påvirket av hva den ytre verden sier er riktig for oss. Vi blir preget av hva som er **forventet av oss**.

Vi lever mer fra intellektet og egoet enn fra hjertet. Egoet vil «sikre» seg og tror på hva den ytre verden formidler. Ergo blir intuisjonen (hjertet) dempet av intellektet og mange vet derfor ikke hva de virkelig ønsker å gjøre i livet. Det er som om de går på autopilot og bare gjør det som er forventet. Flere gjør dette gjennom et helt liv.

Jeg gikk selv på autopilot i mange år og gjorde bare det som var forventet av meg isteden for å lytte til hjertet og intuisjonen. Det er noe Steve Jobs forstod var viktig.



*The only way to do great work is to **love what you do**. If you haven't found it yet, keep looking - and don't settle. As with all matters of the heart, you'll know when you find it. And like any great relationship, it just gets better and better as the years roll on. So keep looking - don't settle.*

*Your time is limited, so don't waste it living someone else's life. Don't be trapped by dogma -- which is living with the results of other people's thinking. Don't let the noise of others' opinions drown out your own inner voice. And most important, **have the courage to follow your heart and intuition. They somehow already know what you truly want to become**. Everything else is secondary.*

Din Livsoppgave

Ja, ditt hjerte - din intuisjon - vet hva ditt formål og livsoppgave er.

For å finne dette må du la dine intuitive meldinger nå deg og det kan kun gjøres ved å snu fokuset innover.

Når jeg spør kursdeltagere hva de brenner for og er lidenskapelig opptatt av er det mange som svarer at de ikke vet. De har ikke funnet en lidenskap i livet.

Hva er grunnen til det?

Svaret er at mange blir *for* preget av hva som er forventet av en og lever bare etter det. Om hjertet og lidenskap da ikke er tilstede er det fort gjort å gå inn i en autopilot tilstand.

Om du føler det slik kan du gjøre en enkel øvelse som kan hjelpe deg til å finne ut hva din lidenskap og livsoppgave er. Det handler om å blåse liv i essensen av den du egentlig er. Som barn er vi mye mer i kontakt med denne essensen enn vi er som voksen.

Øvelsen går ut på å skanne din fortid.

Din Livsoppgave

Skanne Din Fortid



Se om du finner en rød tråd gjennom de ulike syv års bolkene.

Er det noe som går igjen i de ulike syv års periodene i livet ditt:
0-7 år, 7-14 år, 14-21, 21-28, 28-35, 35-42, 42-49 osv.

Klarer du å finne en **rød tråd** gjennom disse periodene? Noe du ikke har lagt merke til tidligere?

Din lidenskap/oppgave i livet er kanskje rett foran deg uten at du har lagt merke til det. Det erfarte jeg.

Hele livet har jeg vært en formidler – helt siden jeg var barn. Når jeg forstod noe på skolen hjalp jeg med-elever som ikke forstod ved å vise og fortelle dem det på min måte – slik jeg oppfattet det. Det er formidling.

Det gjorde jeg gjennom hele barndommen, ungdomstiden, på universitet og også i jobbsammenheng som voksen, men jeg forstod aldri at det var min oppgave i livet – min lidenskap. Nå lever jeg ut denne lidenskapen. Det gir meg stor glede.

Din Livsoppgave

Jeg elsker å være foredragsholder og forfatter, holde seminar og kurs og dele livsendrende informasjon med andre mennesker. Jeg elsker å inspirere og hjelpe andre til å se hva jeg har oppdaget og hvordan de kan bruke denne informasjonen til å forbedre sine liv - å transformere og blomstre.

Skanne-din-fortid-øvelsen går ut på å hente frem bilder av deg selv som barn/ungdom. Finn et rolig sted der du kan være for deg selv og ikke bli forstyrret. Ta lange, dype åndedrag og slapp helt av slik at sinnet roer seg ned. Vær oppmerksom på dine tanker og følelser når du ser på bildene. Er det noe som dukker opp? Se etter en rød tråd gjennom disse syv-års syklusene i livet ditt. Er det noe som går igjen i alle de ulike syv års bolkene?

Denne enkle øvelsen kan hjelpe deg å gå i riktig retning for å finne din oppgave og lidenskap i livet. Og når du finner det vil du merke en positiv endring.

Å finne ditt formål / lidenskap i livet er en flott start på et bedre liv. Hvis du ønsker å få tilgang til enda mer livsendrende informasjon benytt deg av vårt Webinar tilbud. Du finner det her: <http://www.hvordanlykkes1.no/program>

Alt Godt,

Camillo ☺

