



KURS
1

BÖRJA UTFORSKA DIN KARRIÄR

THE 
FUTURE
BOOK



Varmt välkommen till Futurebook QUEST, vår minikurs där vi ger dig en möjlighet att få en känsla för vad vårt designade livsstilssystem kan göra för dig. Vi har valt att presentera en del av en av de kategorier som är bland de mest avgörande för oss alla – nämligen kategorin, Min karriär.

I alla de fjorton livskategorier som Futurebook består av, hjälper vi dig att fördjupa din kunskap om dig själv, din egen "sanning" och dina övertygelser gällande de olika kategorierna. Vad är det som du säger till dig själv gällande det som det handlar om? Vad är det du upprepar, både inom dig och till andra? Vad är det för paradigm som ligger som grund för hur du betar dig, hur du förhåller dig, hur du tänker och känner?

Genom annorlunda frågeställningar, ett annorlunda förhållningssätt och fyra livsförändrande frågor som djuplodat penetrerar varje kategori, hjälper vi dig att levla i de 14 kategorierna simultant och genom ditt fokuserade arbete, hjälper dig att formulera en sammanhängande vision framåt, mot ett extraordinärt liv. Futurebook handlar om att väcka nya tankar och insikter till liv, blottlägga ogynnsamma mönster, medvetandegöra de beteenden, paradigm och begränsande sanningar som ligger i vägen mellan dig och det du strävar mot. Futurebook Challenge och den fördjupade Life Mastery, hjälper dig att skapa klarhet i ditt liv på många olika punkter vilka i sin tur hjälper dig till en övergripande klarhet. Att få ett helikopterperspektiv på livet, gör att man mycket tydligare ser var man behöver skruva på kalejdoskopet och sitt fokus för att leda sig själv rätt. Men tillbaka nu till det ämne som du får känna på, genom vår QUEST.



Min karriär.

Du känner säkert precis som vi, att vi lever i en ålder av oändliga möjligheter. När det gäller vår karriär har vi ett större utbud av inriktningar än någonsin tidigare i vår mänskliga historia. Det finns hundratals yrken som inte ens existerade för några decennier sedan. Du kan välja precis vilken karriär du vill ha och kom ihåg att tidigare i vår mänskliga historia, hade vi faktiskt inte den möjligheten. Du kan bokstavligen välja en karriär som du gillar, och så kan du lära dig om det gebitet och bli grymt bra på det och sen skörda frukterna av ditt arbete. Det är ganska fantastiskt när man tänker efter.

Så, vad är då resultatet av alla dessa underbara tillfällen som ges oss? Informations överbelastning. De flesta av oss kan faktiskt inte hantera alla dessa val vi måste göra, utan känner oss helt överväldigade. Det finns otroligt många människor idag som hamnar i en kronisk ambivalens gällande vad de ska välja och en kronisk inre frustrerad dialog om de verkligen gjort rätt val, när de väl manat sig att välja ... Det finns för många val. Det är förvirrande och frustrerande med alla dessa möjligheter, och hur väljer vi? Hur vet vi vad vi ska välja? Vi ger oss försiktigt i kast med ett svar.

En av oss känner till en revisor som avskyr sitt jobb. Han står verkligen inte ut med sitt jobb och varje dag känner han att hans liv passerar förbi. Han är ganska bra på vad han gör, men de flesta gillar inte att jobba med honom eftersom han är en låg-energiare. En person som drar ner glädjen och energin inte bara i sig själv utan även runt sig. Han är inte glad, utan snarare väldigt otillfredsställd. Han är som en revisorernas Voldermort. (*Den värsta energislukaren i Harry Potter)

Så varför skulle någon vilja arbeta med någon sådan? Hans karriär är bara en "syssla" för honom, ett nödvändigt ont för att försörja sig, - och det märks. Tydligt! Och vi tänker så här, - Han har verkligen gjort ett felval.

Å andra sidan känner vi till en annan revisor som absolut är på det rätta stället för henne. Hon är en av de härligaste och gladaste person vi träffat. Hon älskar kalkylblad och matte. Att få gräva bland siffror och papper är för henne som att äta rykande nybakta kanelbullar. Hon absolut älskar det hon gör och folk älskar att arbeta med henne, för att hon är så lycklig och därför sprider en sån härlig energi runt sig. Hon älskar vad hon gör, och det märks. Tydligt!



Hon valde definitivt rätt. Men det vet man ju inte alltid från början. Det är långtifrån alltid det fungerar på det här sättet, eller hur? En vanligare historia är nog att någon börjar ung, full av ambitioner, träffar någon de älskar, gifter sig, får ett barn, tar ett jobb för att betala hyran, kanske inte det mest spännande jobbet men man måste ju göra vad som krävs för att betala räkningarna. Det gör vi alla. Och där börjar processen med vad som blir ett begränsade alternativ. Ett eller två år går, man får ett barn till, köper hus, skaffar en bil eller två, och nu är man inne i karusellen. Du är inne i karusellen. Du trivs inte på ditt jobb. Du är inte nöjd med vad du gör. Men, det är ju inte det som har varit det viktiga, - utan det har ju snarare handlat om din och familjens överlevnad här. Ok, vi fortsätter; - Du får in barnen på förskola, du eller din partner börjar arbeta igen, för att ni behöver den andra inkomsten, och plötsligt vaknar du halvvägs genom ditt liv och tänker, - vad i helvete hände med mig? Jag skulle inte vara så här. Jag brukade ha en dröm om vad jag ville bli, om vad jag skulle göra, om det jag var passionerad över. Och nu är jag ganska så säker på att det inte kommer att hända mig. Det finns inget hopp om att jag kan hitta ett arbete som jag älskar. Det går inte ens att tänka tankar om att bli självständig eller rik. Jag är på tok för långt ifrån det jag egentligen ville. Jag har fastnat och jag kommer fan-i-mej inte loss! När man kommit hit här, rasar frustrationen och sorgen runt i kroppen som ett flipperspel. Känner du igen dig? Inte? Lite? Mycket? Alltför väl??

Det är så vanligt att detta händer – att livet bara händer och du upptäcker plötsligt att det inte är du själv som sitter i förarsätet ... Den historien är dessvärre alltför vanlig. Kanske är det din story också?

Men om det är det, lugn i stormen, ingen fara på taket, för du kan göra något åt det och det är det som vi vill få dig att förstå genom vår QUEST, så vi tänkte nu kasta lite ljus på hur man kan navigera i denna kritiska kategori av våra liv. Häng med!

Att välja den mest idealiska karriären kan vara en mycket komplicerad sak, men det finns några vanliga frågeställningar som vi kan ta ett djupare tag runt.

Din karriär är hur du spenderar större delen av din tid. De flesta av dina vakna timmar blir investerade här. Din karriär är vad du gör. Och vi antar att du håller med oss om att ingen egentligen vill tillbringa sina dagar genom att göra något de inte gillar. Så det är vettigt att välja ett arbete som du gillar. Det är ju sunt förnuft, men ändå inte helt enkelt. Det är också vettigt att välja något du är bra på, eller något du kan bli bra på, något du vill bli bra på, eftersom det inte är någon mening att du spenderar den största delen av ditt liv på något som du inte har förmågan eller ens intresset av att göra.



Lili, en av Futurebooks grundare har ett väldigt insiktsgörande räknesätt som hon brukar ha med i sina föreläsningar, som kanske kan ytterligare poängtera vikten av att trivas med det man gör. Det går så här;

Om du tycker att måndag till fredag är en riktig transportsträcka till helgen. Eller i alla fall måndag till torsdag, för att fredagarna kanske är halvdag så de känns mer hanterbara, så betyder det att du känner så 209 av 365 dagar om året. 52 fredagar är okej och 104 dagar, alltså helgen, är tjo faderittan. Fast det kanske inte alls är så att dina fredagar är bättre än resten av veckan, så du får du plussa på dem på de 209. Och det kanske inte alls blir en härlig helg, och dessutom kanske du mår dåligt på söndagen, för att dagen efter är det måndag och du måste tillbaka till "saltgruvan" igen. Då får man ta även dessa dagar och lägga till dem till de 209 ...

I Futurebook Challenge kommer du få klarhet i vad det här ger för konsekvenser om man tittar på det ur ett energiperspektiv. Du ser nog med all sannolikhet vart vi är på väg även om du inte fördjupat dig vår Challenge än, men om du 209 dagar + har en negativ känsla i magen, förstår du nog säkert att det inte är en helt enkel ekvation att dra till dig några positiva resultat, - inom någon av de 14 livskategorierna ...

Att ta reda på sina styrkor och bygga på dem istället för att bygga på sina svagheter leder oss framåt i en helt annan energi. Om du väljer något som ligger naturligt för dig då utvecklar du dina styrkor och blir bättre och bättre över tid och det leder ju dig i rätt riktning. Du kanske måste experimentera för att ta reda på vad det är som du har en naturlig fallenhet för. Du kanske måste prova några olika arbeten eller yrken innan du hittar rätt.

När du har koll på dina styrkor, behöver du fundera över ditt finansiella överflöd. Största delen av oss vill ju ha karriärer som ger oss så mycket pengar som möjligt. Dock inte alla och alla karriärer går ju faktiskt inte heller ut på att skapa rikedom. Väljer man till exempel att arbeta inom vård eller omsorg är det väl kanske inte önskan om en ekonomisk framgång som ligger till grund för det valet, utan snarare en vilja att hjälpa sina medmänniskor. Och om det är den väg du har valt är det fantastiskt, men de flesta vill ha en karriär som maximerar vår potential att skapa rikedom som också är fantastiskt. Så frågan är, - hur gör man det?

Vårt svar på den frågan är, - att bidra till andra på den högsta nivån av vad du är kapabel till. Ju större vårt bidrag är, desto större är känslan om vårt finansiella överflöd vilken behöver ligga i botten som grundfundament. Vi tror att en framgångsrik, tillfredsställande och givande karriär, framförallt landar i tre saker.

1. Först behöver man välja något man älskar.
2. För det andra behöver man bli bra på det.



3. För det tredje behöver man känna känslan av att göra något viktigt, alltså något som är meningsfullt både för en själv och andra om man vill skapa finansiellt överflöd. Detta är ett vinnande recept för en tillfredsställande karriär och ett vinnande recept för ekonomisk framgång. Låt oss ta en kort titt på var och en av dessa tre områdena.

1. Det första steget är att hitta ett arbete du älskar.

Upptäck vad som finns inom dig och som är den bästa möjliga användningen av din högsta potential. Hitta din unika talang/styrka och utveckla den sedan. Att älska ditt arbete ger dig en stor fördel. Du vill göra det. Du vill gå ut ur sängen varje morgon och gå till jobbet. Du tar med passion, glädje och entusiasm för ditt arbete – in i ditt arbete. När du älskar vad du gör, tenderar framgång att komma naturligt.

2. Det andra steget är att bli riktigt bra på vad du gör.

Utveckla din kompetens, utveckla din expertis. Om du är kompetent, om du är expert på jobbet, betyder det att du kan och vill leverera ditt bästa. Om du är bra på vad du gör kommer folk att söka upp dig. De kommer vilja samarbeta med dig, vilket kommer leda dig till framgång.

3. Den tredje delen är detta.

Din talang möter ett behov någon har. Du behöver hitta ett sätt att bidra, hitta ett behov som behöver uppfyllas med just dina styrkor och talanger. När du kan matcha din talang till andras behov, är det ett perfekt sätt att skapa rikedom. När du gör dig värdefull för människor, kommer de att betala dig för vad du gör. Så fråga dig själv, -Hur kan jag använda mina styrkor och talanger för att hjälpa andra?

Det är vad vi tror på gällande vår karriär. Välj rätt. Välj något du älskar. Välj något du är bra på eller vill bli bra på. Välj något som bidrar till andra. Om du gör det, är vi övertygade om att överflöd kommer att komma in i ditt liv. Futurebook handlar om att skapa ditt idealiska liv, först på papper och sedan att medvetet arbeta mot din vision varje dag. Det är en process. Om du inte är där du vill vara just nu i din karriär, börja inte med att göra något för radikalt per omgående. Det är ingen idé att få panik idag och att börja göra stora förändringar i morgon, utan det är bättre att närma dig det mer försiktigt, till en början att genom Futurebook processen höja ribban inom de 14 kategorierna, eftersom den här processen skruvar på dina tankar om vad du egentligen vill. Och ibland krävs det mod, eftersom de flesta av oss är så upptagna med vad som händer i våra liv att vi inte ens kommer ihåg vad vi vill ha längre - om vi någonsin vetat det förstås. Men det gör inte ont att titta på vad du verkligen vill ha. Du behöver inte nödvändigtvis riva upp ditt liv och göra stora förändringar, men igen, kanske du behöver göra just det? Vi vet inte. Det är upp till dig att bestämma. Vi vill bara öppna upp dina tankar. Innan vi lämnar dig idag vill vi bara ställa en fråga som kommer att få dig att tänka på din eventuella nästa karriär. Hur valde du karriären som du befinner dig i nu?



Gjorde du ett medvetet val och tänkte igenom alla för- och nackdelarna innan du bestämde: - Det här är vad jag har potential att vara bra på. Så här älskar jag att spendera min tid. Så här kan jag tjäna mest pengar. Det här är vad jag vill göra för resten av mitt liv, eller hamnade du i ditt karriärsval bara av en händelse? Kanske det har utvecklats över tid? Hade dina föräldrar ett finger med i spelet av ditt val? Har du valt ditt arbete för pengarna, för ett högre syfte, eller kanske både och? Tänk på riktigt igenom hur du hamnat där du är nu. Vad ligger till grund för valet du gjort att arbeta där du arbetar och i det skrå som du verkar i. Vår karriär är definitivt inget vi ska lämna till ödet att bestämma, för ödet och vi kanske inte har samma synsätt, när allt kommer kring ...

Det har sagts att om du gör arbete som du verkligen älskar, kommer du aldrig att arbeta en dag i ditt liv. Det finns inget bättre än att göra arbete du älskar. Båda vi som skapat Futurebook kan verkligen skriva under på det, för vi är så uppfyllda av det vi gör att vi är som två galopphästar. Parallellt med Futurebook arbetar vi ju båda som coacher och konsulter, föreläser och håller workshops, i ett enda syfte, - att hjälpa privatpersoner och företag att levla på ett sätt som leder dem till harmonisk framgång. Vi älskar att "tända lampan" i huvudet på människor på ett sätt som leder dem framåt i en önskad riktning. Det är ett helt fantastiskt arbete. En ynnest att få arbeta med detta. Och varje dag som vi arbetar tillsammans så poppar idéerna som popcorn i skallen på oss, för att vi ser så många möjligheter och så mycket som det finns att skapa och bidra med till våra medmänniskor. Den kärleken, intresset och iver vi har till det vi gör, kan bara leda i rätt riktning.

Om du verkligen tagit reda på vad det är du älskar att göra, och tagit reda på att det finns ett behov därute för vad du vill och kan erbjuda, kommer du att bli tillräckligt motiverad att leta efter ett sätt att så småningom kunna konvertera det du brinner för, till att göra det på heltid. Tankar blir saker, kom ihåg det. Plötsligt vaknar du en dag och inser att du faktiskt lever i din drömkarriär. Var du än är just nu, vad du än bestämmer dig för, ta reda på vad du är bra på och vad du älskar. Starta upp ett tätt samarbete med det bästa i dig. Mata dina naturliga gåvor och vässa dina talanger.

Nu är det dags att ta fram tillhörande workbooken för Bok 1.

Lycka till!

FUTUREBOOK

Ett designat livsstilssystem

 thefuturebook

VILL DU OCKSÅ VETA HUR DU KAN DESIGNA DITT LIV?

DIN EXTRA BONUS

**SIGNA UPP PÅ NÄSTA
FUTUREBOK CHALLENGE**

**START DEN 1:A I VARJE
MÅNAD**

**SPECIALBONUS FÖR DIG SOM
JUST GÅTT VÅR QUEST**

**SIGNA UPP DIG IDAG
ERBJUDANDE GÄLLER
ENDAST I 48 TIMMAR**

