Все непонятно и все надоело

Находясь в эпицентре водоворота из бесконечных дел и событий, мы часто перестаем замечать что-либо вокруг. Иногда в этой суматохе и спешке, можно легко и незаметно потерять даже самого себя.

Перед нами все время встают новые цели и задачи. Каждый этап жизни человека характеризуется набором определенных заданий, с которыми он обязан справится до того как наступит новый этап. Человек стремится реализовать себя в полной мере, пытается, стать успешным в каждой сфере своей жизни. Получить профессию, освоить ее, найти хорошую работу, добиться признания, подняться по служебной лестнице. Найти свою вторую половинку, развивать отношения, в определенный момент создать семью, завести детей и посвятить себя их воспитанию. А дальше заботы у всех одни и те же. Обеспечить себя и свою семью материально. Обзавестись достойным жильем, купить бытовую технику, машину, сделать ремонт, собирать деньги на совместный отдых. И этот список еще далеко не полный. Вот чем мы заняты основную часть своего времени. И в большинстве случаев, обычный среднестатистический человек со всем этим справляется. Кто-то справляется более успешно кто-то менее, но независимо от этого, все мы являемся социально адаптированными людьми, и движемся в одном и том же направлении.

Это нормально. Так устроена наша жизнь. Если человеку удалось достигнуть успеха хотя бы в одной сфере это уже удача. Но почему же тогда в определенные периоды, когда, казалось бы, все хорошо и надо радоваться жизни, мы наоборот чувствуем себя несчастными. Почему когда у нас есть все для того чтобы наслаждаться жизнью мы не замечаем ничего другого кроме пустоты внутри себя. В подобном состоянии, все наши достижения, кажутся не важным. Появляется ощущение, что смысл потерян. Не буквально смысл жизни, а смысл того что мы делаем, зачем мы это делаем. Кому это надо. Такое состояние может привести в замешательство любого человека. Поэтому важно изначально знать его причину.

Вся сложность проблемы заключается в том, что человек должен, состоятся не только как социальный объект, но и как самостоятельная, сознательная, духовная личность. Состояние, когда все непонятно и все надоело, свидетельствует в первую очередь, о дефиците внимания к духовной сфере жизни человека.

Духовный мир человека – это его внутренний стержень, основа его мировоззрения.

Духовный мир каждого из нас это сложная система, элементами которой являются:

1) **духовные потребности** в познавании окружающего мира, в самовыражении себя средствами культуры, искусства, и в других формах деятельности.

2***)*** получение **знаний** о природе, обществе, человеке, самом себе;

3) **вера** в истинность тех убеждений, которые человек разделяет;

4) **представления о** мире вокруг себя и о своем месте в этом мире**;**

5) **убеждения**, которые определяют деятельность человека во всех ее проявлениях и сферах;

6) **ценности,** лежащие в основе отношения человека к миру и самому себе, придающие смысл его деятельности, отражающие его идеалы;

7) **способности** к тем или иным формам социальной деятельности;

8) **чувства и эмоции,** в которых выражается его отношение с природой и обществом;

9) **цели**, которые он сознательно ставит перед собой.

Очень часто в погоне за материальными благами и социальным статусом мы просто забываем о такой важной части себя как, свой **Внутренний мир**. Для того чтобы наполнить его, добиться в нем порядка и равновесия, следует не забывать о таких понятиях, как процессы самопознания самообразования самосовершенствования и реализации себя как духовной личности.

Процесс самопознания – это одно из важнейших заданий в жизни человека. Изучить самого себя, свою сущность, свою природу, это первое что должен сделать любой человек. И в первую очередь, тот, кто не может понять, что же его не устраивает в собственной жизни. Нам кажется, что мы давно знаем о себе все, но это не так, наши знания слишком поверхностны. Для того чтобы получить максимально полную информацию о себе нужно обратиться к специалисту, человеку постигшему науку и философию о благодарном слове Психогенетику. Такими знаниями обладает практический психолог в Симферополе Виктория Соловьева, а также ее команда из психологического центра Знакомство с собой. Записавшись на прием либо посетив курс тренингов в психологическом центре, вы узнаете о себе абсолютно все. Вы сможете заглянуть в глубину собственной генетики и увидеть все те качества, которыми вас одарила природа.

Самообразование — это путь развития, как интеллекта, так и личности в целом. Посещая тренинги в психологическом центре "Знакомство с собой" вы имеете возможность получить полную и качественную информацию в отношении многих явлений и процессов, с которыми все мы сталкиваемся в собственной жизни. Это в первую очередь знания о себе, как об отдельной личности. Также, вы можете получить глубокие и уникальные знание о мире, в котором живете. О законах, которые в нем действуют. О правилах и эффективных способах взаимодействия с окружающей действительностью.

Процесс самосовершенствования - это процесс осознанного, управляемого самой личностью развития. Получая новую полезную информацию, пропуская ее сквозь себя, осознанно, принимая ее в свою жизнь, вы становитесь лучше. Вы наполняете свой внутренний мир новой энергией, которая делает вашу жизнь более понятной и осмысленной.

Реализация себя как духовной личности. Это практическое применение полученных знаний в реальной жизни, с целью получения нового опыта и повышения качества духовной жизни. Это возможность сознательно и целенаправленно влиять на пространство. Это общение и взаимодействие с духовно близкими людьми, с целью создания и реализации различных совместных проектов. Это реализация себя посредством творчества и любой другой созидательной деятельности. Это использование полученных знаний для помощи другим людям, которые в этом нуждаются. Реализовать себя можно повсюду, главное чтобы это приносило вам удовольствие, тогда любое ваше действие принесет пользу и добавить смысл в вашу жизнь.