



DIAMOND MANAGEMENT
SuccSeed your Life

SuccSeed Your Life-Workshop

Selbstliebe – einfach pflanzen mit
den karmischen Prinzipien

Das Problem



Gefühle von Verletzt sein,
Ungerechtigkeit, Scham, Schuld,
Minderwertigkeit, Versagen, Schwere,
Traurigkeit, Unglück, Angst, Sorgen...

(ausgelöst durch etwas, was jemand anderes tut oder zu
uns sagt, was uns passiert ... oder einfach nur so)



Photo by Anthony Tran on Unsplash

Das Ziel



Ziel Nummer 4 im
Diamantschneider-System:
geistiger Friede, Zufriedenheit,
Leichtigkeit, Freude



Photo by Bruce Mars on Unsplash



Wie helfen da die Diamantschneider-Prinzipien?

Wie immer 😊: Indem wir uns das Ursache-Wirkungsprinzip von Karma anschauen und auf dieses Thema anwenden. Was bedeutet das genau?

Wenn die alten Schriften sagen: *Alles* kommt von Samen, dann meinen sie wirklich *alles* – nicht nur Gegenstände wie den Stift 😊, sondern auch unsere Gedanken und unsere Gefühle.

Struktur des Workshops



1. Notfall-Tipps: Was kann ich tun, wenn ich mich akut in einem Loch befinde
2. Systematisch neue gute Samen pflanzen, so dass es mir in Zukunft immer gut geht
3. Breakout-Sessions: Einen individuellen Pflanz-Plan erstellen
4. Tiefer gehen in dem Verständnis der Diamantschneider-Prinzipien

Notfall-Plan



1. **Erinnere Dich an den Stift** und mach Dir klar: Es gehen „nur“ schlechte Samen auf.
2. **Hadere nicht:** Du kannst Die Gegenwart nicht verändern, Du kannst die Disteln nicht zurück in die Erde drücken. Versuche Dich zu freuen, dass die schlechten Samen aufgehen
3. **Pflanze keine neuen schlechten Samen**, indem Du „zurückschreist“
4. Suche Dir jemanden, **dem Du helfen / eine Freude machen kannst.**
5. **Sei liebevoll und geduldig mit Dir. Du bist ein hohes karmisches Objekt!**

„Wenn Du die Situation verändern kannst, warum machst Du Dir Sorgen? Und wenn Du die Situation NICHT ändern kannst, was hast Du davon, wenn Du Dir Sorgen machst?“ (Meister Shantideva)



Was kann ich pflanzen?

1. Hör auf, andere zu bewerten und zu kritisieren (in Worten und in Gedanken)
2. Hör auf, Dich zu vergleichen und neidisch zu sein
3. Vermeide Gefühle von Schadenfreude
4. Vermeide zu lügen
5. Höre auf, Dich um Dich selbst zu drehen

Tugend 6

1. Schau Dich um und erkenne, was andere für Dich tun. Zeige Wertschätzung und Dankbarkeit

Tugend 8

2. Lerne anderen ihren Erfolg zu gönnen und Dich für ihr Glück zu freuen, sei zufrieden

Tugend 9

3. Habe Mitgefühl, wenn anderen etwas misslingt

Tugend 4

4. Sei immer ehrlich und authentisch
5. Interessiere und kümmere Dich um die Bedürfnisse anderer (Tong Len)

„All Dein Glück kommt daher, dass Du andere glücklich machst.“
(Meister Shantideva)

Methode: Das 6-Mal-Buch

Welche Diamantschneider-Werkzeuge können mir noch helfen?



1. **Mache jeden Abend eine gute Kaffee-Meditation**

2. Die 4 Schritte
3. Selfi-Methode
4. *Die 4 Kräfte*



Photo by Carli Jeen on unsplash

Wollt Ihr tiefer gehen?

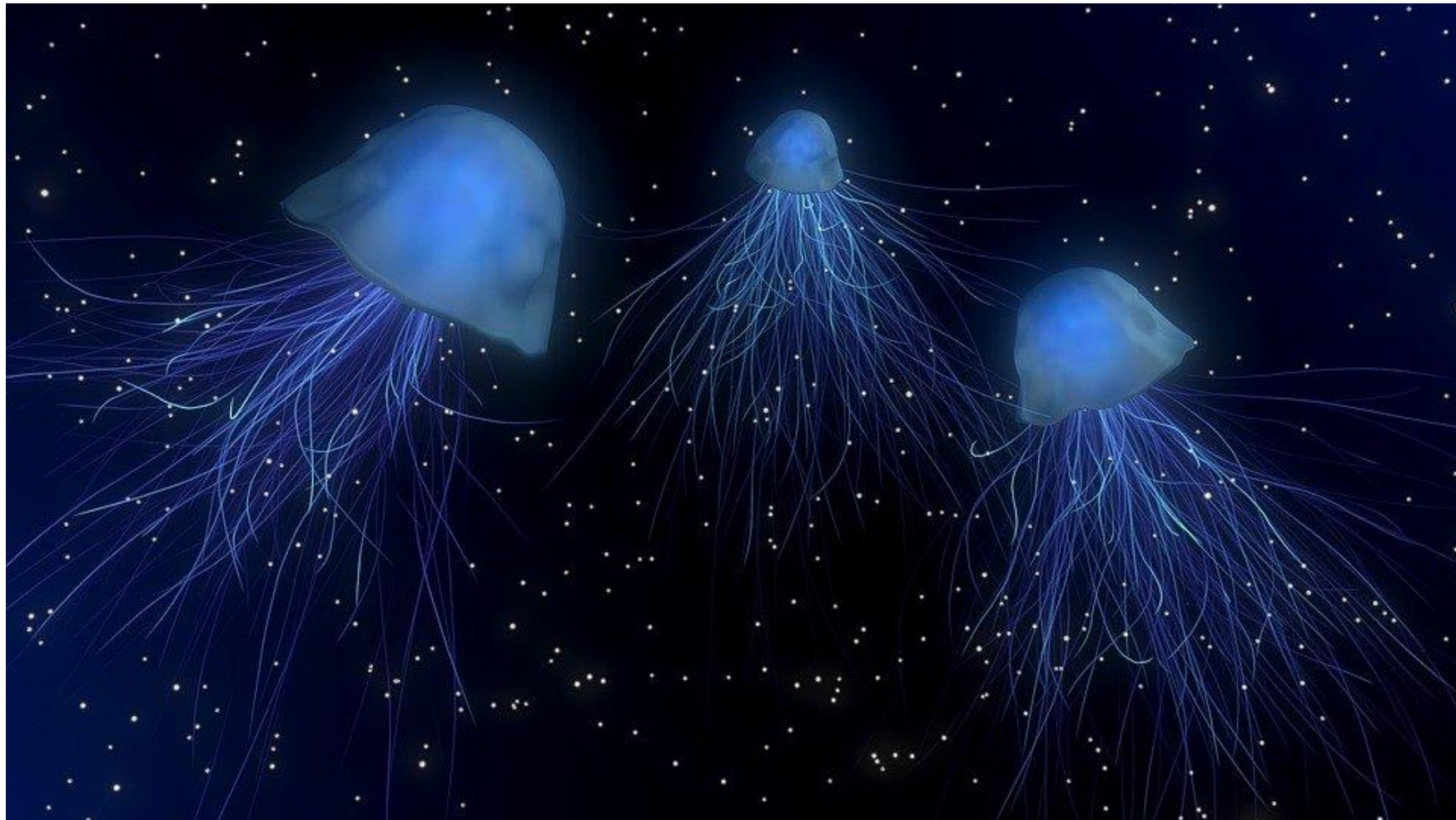


Photo by MasterTux on pixabay

Wollt Ihr tiefer gehen?



Niemand hat Kontrolle
(zumindest bis nächste Woche)



Photo by PIRO4D on pxabay

Wollt Ihr tiefer gehen?



Was heute ist, sagt nichts über die
Zukunft aus.

Nichts steht fest, alles ist in Bewegung.

Wir müssen nichts erdulden, wir können
alles gestalten.



Wollt Ihr tiefer gehen?



Erhöhe die Motivation: Nur, wenn wir glücklich, zufrieden und in unserer Kraft sind, können wir der Welt helfen.



Photo-No: 106856362 on Fotolia



Photo by belkacemyabadene on Unsplash