



DIAMOND MANAGEMENT  
*SuccSeed your Life*

SuccSeed Your Life-Workshop am 9. Juni 2021

**Gesundheit, Kraft und Energie**

# Das Problem



Ich fühle mich überfordert, gestresst

Es ist alles zu viel

Ich habe keine Zeit, fühle mich getrieben

Ich erkenne/respektiere meine Grenzen  
nicht, ich schaffe es nicht, Pausen zu  
machen

Ich habe sehr hohe Erwartungen an mich

Ich bin körperlich erschöpft/müde

Ich habe gesundheitliche Probleme

Ich fühle mich müde und schlapp



*Bild von Free-Photos auf Pixabay*

## Die Sache mit dem Stift ...



... bedeutet, dass auch die Wahrnehmung, die wir von uns haben aus Samen in unserem Geist kommen ....



*Bild von Fotolia\_40422304\_M*



*Bild von 123rf\_32267204\_J*

... und deswegen können wir sie verändern, indem wir uns anders anderen gegenüber verhalten

# Die 4 Schritte



1. Sag in einem kurzen Satz, was Du erreichen willst
2. Finde einen Menschen, der das Gleiche oder etwas Ähnliches will und überlege, wie Du ihm oder ihr helfen kannst
3. Mach es!
4. Erfreue Dich jeden Abend an dem Gute, was Du tust, um der Person zu helfen (Kaffee-Meditation)



*Bild 126796981 von 123rf*

Wenn Du Deinem karmischen Partner hilfst, sein Ziel zu erreichen, gehen Samen für Dich auf, dass Du Dein Ziel erreichst! Ihm zu helfen und sich darüber zu freuen ist zentral!



# Was kann ich tun? Orientiere Dich an den 10 Tugenden

1. Töten
2. Stehlen
3. Ehebruch
4. Lügen
5. Trennende Rede
6. Grobe Rede
7. Sinnloses Gerede
8. Neid
9. Schadenfreude
10. Falsche Sicht der Dinge



Bild 35907868 von 123rf

1. Leben schützen
2. Großzügig sein
3. Partnerschaften respektieren
4. Ehrlich und authentisch sein
5. Menschen zusammenbringen
6. Respektvoll sprechen
7. Bedeutsam sprechen
8. Wohlwollen, Gönnen
9. Mitgefühl
10. Korrekte Weltsicht (Stift)

## Den Tacker laden

---



Pass gut auf Dich auf, mache Pausen und Yoga  
... aber erinnere Dich daran, dass das alles nur  
funktioniert, wenn Du die Samen dafür hast.

Also widme dich der Gesundheit und der  
Entspannung anderer

# Ein weiteres mächtiges Werkzeug: Dankbarkeit



*Pixabay\_dandelions-691928*

- Übe Dich in einem kleinen Dankbarkeitsmoment einmal am Tag
- Wenn es Dir gut geht
  - In Situationen, wo es Dir grad nicht so gut geht

# Mögliche nächste Schritte mit Diamond Management



Diamond Management Community



Diamond Management Mitgliedschaft

**KoCa Plus** zu diesem Workshop am  
23. Juni, 12-13 Uhr mit Eva & Maria



**Beratungspaket** € 1.200,- (inkl. MwSt.) / € 999,- für Mitglieder

3 Monate individuelle Begleitung

- bis zu 6 Std Beratung Online oder Live
- Zusätzlich Notberatung / Fragen über Whatsapp / Telegram

**NEU: AUCH FÜR KARMISCHE PARTNER!**



**DCI Level 11 – Zeitmanagement** € 499,- (inkl. MwSt.) / € 399,- für Mitglieder

- 15 Video Lektionen mit Geshe Michael Roach in 4 Wochen zum Selbststudium (8.7. – 9.8.)
- 4 Live Calls zum Austausch
- Telegram Gruppe für Fragen
- 200 seitiges exklusives Handbuch als PDF