



Erfüllt in **allen** Lebensbereichen

Bewusst leben & wirksam führen
mit der Weisheit alter Schriften

Liebe*r Leser*in,

ich freue mich sehr, dass Du Dich von mir überraschen lässt und Dir dieses Dokument heruntergeladen hast. Was Du in Händen hältst ist nichts weniger als

eine Schatzkiste alter Weisheiten für ein rundum erfülltes Leben.

Dein Leben soll sich nach Freude & Leichtigkeit anfühlen. Und das nicht nur in Deinem beruflichen Kontext, sondern in allen Lebensbereichen gleichermaßen.

Oft genug erleben wir jedoch im Alltag Situationen, die sich alles andere als das anfühlen. Wenn unsere vielen verschiedenen Rollen kollidieren und wir nicht wissen, wie wir es am besten machen sollen. Wenn wir uns gezwungen fühlen, entgegen unserer Überzeugungen zu handeln. Wenn wir gefühlt die Kontrolle über eine Situation oder unsere Gefühle verlieren.

In diesen Momenten sehnen wir uns nach Klarheit und suchen Orientierung.

Seit 2.500 Jahren bewährt

Und damit sind wir nicht die ersten. Unzählige Menschen vor uns haben sich darüber bereits Gedanken gemacht und sind der Frage auf den Grund gegangen, wie man ein glückliches und erfolgreiches Leben führen kann. In den alten Weisheitsschriften Asiens von vor 2.500 Jahren finden wir bereits detaillierte Beschreibungen dazu. Man hat 84.000 Dinge erfasst, die ein Mensch im Laufe seines Lebens zu seinem und anderer Wohl oder Unwohl tun kann. Diese wurden in 10 (Un-)Tugenden komprimiert, auf deren Basis die meisten unserer heutigen Gesellschaften noch immer beruhen. Diese Essenzen haben bereits seit mehr als zwei Jahrtausenden Bestand und wurden von 50 Generationen überprüft und immer wieder bestätigt.



Für mich sind diese Weisheiten auch in Bezug auf unser modernes Leben mehr als relevant. Sie können uns als guter Kompass dienen bei der bewussten Schaffung der Ursachen für unser Glück.

Erfüllung und Freude finden

Dein Leben soll sich erfüllt, freudvoll und leicht anfühlen? Dann tauche ein in die nachfolgenden Seiten, spüre Deinen ganz persönlichen Themen nach und lass Dich inspirieren von der Vielzahl an Beispielen, was Du tun kannst, um andere Ergebnisse in Deinem Leben zu sehen. Wie zum Beispiel, dass andere Menschen das tun, worum Du sie bittest, Deine Vorschläge Beachtung finden oder Du Deine Ängste meisterst.

Viel Spaß beim Entdecken!

♥ lüchelt deine Joana

Die 10 Tugenden basierend auf dem Diamantschneider Sutra



In jedem Abschnitt findest Du eine Gegenüberstellung von Dingen, die sich positiv oder negativ auf Dein Leben auswirken. Wenn Du Dich fragst, wie Du diese Themen bereits lebst, schau Dir die Beispiele im unteren Bereich an. Wenn Dir einige dieser Phänomene in Deinem Alltag begegnen, darfst Du genauer darauf achten, mehr von den positiven Dingen zu tun. Ich bin gespannt, welche Schätze du findest.

Die Tugend

- | | |
|----|---|
| 1 | Leben schützen |
| 2 | Eigentum achten, Großzügigkeit, Geben |
| 3 | Partnerschaft respektieren |
| 4 | Ehrlich & authentisch sein |
| 5 | Verbindung schaffen, Menschen zusammenbringen |
| 6 | Respektvoll sprechen |
| 7 | Bedeutsame Rede |
| 8 | Wohlwollen, Gönnen |
| 9 | Empathie, Mitgefühl |
| 10 | Korrekte Sicht der Dinge |

Ist das Gegenteil von

- | |
|----------------------------|
| Töten oder Leben gefährden |
| Stehlen |
| Ehebruch |
| Lügen |
| Trennende Rede |
| Barsche Rede |
| Sinnlose Rede |
| Neid, Gier |
| Schadenfreude |
| Missverständnis |



1 Leben schützen / Töten

Positive Handlung

- > **Leben respektieren, bewahren und schützen**
jemandem oder einem Tier das Leben retten, jemandem über die Straße helfen
- > **Gesunde Ernährung**
vegetarisch kochen für sich und andere, Obst, Wasser und Tee reichen
- > **Sich um das körperliche, seelische und geistige Wohlbefinden der Menschen in der Umgebung und das eigene kümmern**
konzentriert Auto fahren, Handy beiseitelegen, Rücksicht im Straßenverkehr, ausreichend Schlaf, sich um die Gesundheit anderer kümmern
- > **Gute Arbeitsbedingungen schaffen und fördern**
Arbeits- und Urlaubszeiten respektieren, Gefahren abwenden, Arbeitssicherheit beachten, gute Belüftung und Beleuchtung, Lärmschutz, ergonomische Möbel, Bewegung/ Sport/ Yoga, Meditation und gesundes Essen anbieten
- > **Projekte unterstützen, die sich für den Schutz von Leben einsetzen**
Deutsches Rotes Kreuz, Ärzte ohne Grenzen, Tierrettung, Welthungerhilfe, ...

Negative Handlung

- > **Töten oder töten lassen, Fleisch essen**
- > **Lebewesen physisch verletzen**
- > **Die Gesundheit anderer oder die eigene schädigen**
Alkoholkonsum, Rauchen, Drogen, Aufputzmittel, ...
- > **Menschen unter gefährlichen Bedingungen leben oder arbeiten lassen**
Überstunden, Wochenendarbeit, Ruhezeiten missachten, schlechte Arbeitsausrüstung oder Versorgung
- > **In einem Geschäftsfeld arbeiten, das Leben gefährdet**
Alkoholverkauf, Waffenhandel, Tierhandel, ...
- > **Zu einem hohen Stresslevel bei anderen oder Dir selbst beitragen**
zu viele Termine, wenig bis keine Pausen

Direkte Auswirkungen der negativen Handlungen auf Dich

- > Das eigene Leben ist kurz.
- > Du wirst oft und schnell krank.
- > Du bist schlapp und hast wenig Energie.
- > Medikamente sind wenig wirksam oder unverträglich.
- > Lebensmittel sind wenig nahrhaft oder unbedenklich.

Negative Auswirkungen in Deinem Umfeld

- > In Deinem Umfeld mehren sich Krankheiten und Todesfälle.
- > Aufgaben und Projekte, die Du delegierst, werden nicht erledigt.

2 Geben & Eigentum achten / Stehlen

Positive Handlung

- > **Auf das Eigentum anderer achten und respektvoll behandeln**
achtsam mit gemieteten Dingen und Arbeitsmitteln umgehen, für Ordnung sorgen (auch in Arbeitsräumen), Diebstahl verhindern
- > **Großzügig sein und gerne geben**
Trinkgeld geben, Darlehen vergeben, spenden, Geschenke, alltägliche Dinge verleihen, Zeit geben und Unterstützung leisten, Ideen und Rat geben
- > **Nur geben, was Dir selbst gehört**
- > **Rechnungen und Steuern pünktlich zahlen**
Rechnungen sofort begleichen, Steuern korrekt abführen, vereinbarte Zahlungen leisten
- > **Faire und angemessene Löhne zahlen und Gewinn mit anderen teilen**
Gewinn mit Mitarbeitern, Partnern und Lieferanten teilen
- > **Pro bono arbeiten**
- > **Öffentliche Plätze sauber halten**

Negative Handlung

- > **Stehlen oder ungefragt nehmen, nehmen ohne dass es gegeben ist**
materielle Dinge ohne Erlaubnis nehmen, anderen Zeit stehlen durch Unpünktlichkeit oder Zusagen treffen für andere ohne sie zu fragen (Übergriffigkeit)
- > **Geliehenes nicht zurückgeben**
Bücher, Gegenstände und Arbeitsmittel
- > **Rechnungen verspätet oder gar nicht bezahlen, bei der Steuer betrügen**
Schwarzarbeit, unrechtmäßige Steuerkorrekturen
- > **Kleinlich oder hart in Verhandlungen sein**
Wucher, unnötige Preisdiskussionen
- > **Ideen anderer als die eigenen ausgeben**

Direkte Auswirkungen der negativen Handlungen auf Dich

- > Du hast immer wieder unvorhergesehene Kosten.
- > Du baust Saatgut an (Projekte), aber die Saat geht nicht auf oder verdirbt vor der Ernte.

Negative Auswirkungen in Deinem Umfeld

- > Du hast nicht genug zum Leben und musst Dich materiell einschränken.
- > Deine Arbeit wird schlecht bezahlt.
- > Was Du hast, gehört Dir nicht allein. Du musst mit anderen teilen.
- > Dein Kontostand ist oft im Minus.
- > Du bekommst keine neuen Aufträge.
- > Du wirst bestohlen.
- > Deine Kunden zahlen verspätet oder gar nicht.
- > Geldanlagen erweisen sich als Fehlinvestitionen.
- > Deine Finanzen sind instabil.
- > Du bekommst kein Geld für Investitionen/Expansion.

3 Partnerschaften respektieren/ Ehebruch

Positive Handlung

- > **Die Beziehung anderer respektieren**
sich stets so verhalten, als stünde Dein Partner oder der des anderen direkt neben Dir
- > **Sexuelles Fehlverhalten auch bei anderen nicht gutheißen oder unterstützen**
anzügliche Witze, Flirten, Ehebruch oder übergriffiges Verhalten nicht tolerieren
- > **Integrität und Anstand im Unternehmen fördern**
Elternzeit unterstützen, Kinderbetreuung, Gleichberechtigung fördern

Negative Handlung

- > **Ehebruch oder Fremdgehen**
ein Doppelleben führen, den Partner betrügen, Flirten
- > **Sexuelle Belästigung oder Missbrauch begehen oder tolerieren**
diskriminierende Sprüche, Witze oder übergriffiges Benehmen, etc.
- > **Machtmissbrauch oder Diskriminierung begehen oder tolerieren**
seelisch wie körperlich Druck auf Mitarbeiter ausüben, Erpressung

Direkte Auswirkungen der negativen Handlungen auf Dich

- > Die Menschen um Dich herum sind unzuverlässig.
- > Du befindest Dich in ständigem Wettbewerb um Deinen Partner.
- > Du wirst von Deinem Partner betrogen oder verlassen.

Negative Auswirkungen in Deinem Umfeld

- > Du befindest Dich an einem schmutzigen, abstoßenden Ort.
- > Es stinkt und die Umgebung ist trostlos.
- > In Deinem Unternehmen gibt es Fälle von Diskriminierung, Machtmissbrauch und sexueller Belästigung.
- > Du beobachtest anstößiges Verhalten.

4 Ehrlich und Authentisch sein/ Lügen

Positive Handlung

- > **Immer die Wahrheit sagen**
sicherstellen, dass Dein Gegenüber genau das versteht, was gemeint ist, Ausreden und Halbwahrheiten vermeiden – auch bei Kleinigkeiten
- > **Fehlinterpretationen verhindern**
die Sachlage korrekt weitergeben, authentisch sein und keine Rolle spielen
- > **Zu den eigenen Fehlern stehen**
offen zugeben, wenn Du Dich geirrt hast, Missverständnisse öffentlich aufklären
- > **Integere Geschäftspartner wählen**
in allen geschäftlichen Belangen und in der Kommunikation absolut ehrlich sein

Negative Handlung

- > **Lügen oder unaufrichtig sein**
Unwahrheiten oder Halbwahrheiten sagen, Notlügen, Übertreiben, sich Dinge zurechtbiegen, Auslassungen
- > **Zweideutig sprechen**
falsche Interpretationen zulassen, Leugnen, Informationen bewusst zurückhalten
- > **Überhöhte Versprechen, Kleinreden**
übertriebenes Marketing, übertriebene Versprechungen, Vermutungen über Mitarbeiter, Lieferanten, Kunden, Mitbewerber äußern, jemanden, dessen Leistung oder die Qualität anderer Produkte kleinreden

Direkte Auswirkungen der negativen Handlungen auf Dich

- > Niemand glaubt Dir obwohl Du die Wahrheit sagst. Du bist unglaubwürdig.
- > Du stellst Deine eigenen Entscheidungen in Frage oder kannst Dich nur schwer entscheiden.
- > Du wirst betrogen, angelogen und getäuscht.
- > Du siehst Dinge, die Dir Angst machen.
- > Unternehmen in Deinem Fachgebiet, die Du für seriös hältst, wollen keinen Kontakt mit Dir, es kommt keine Zusammenarbeit zustande.
- > Deine Marktstrategien funktionieren nicht.
- > Projekte, die Du mit anderen machen willst, scheitern.

Negative Auswirkungen in deinem Umfeld

- > Die Menschen um Dich herum arbeiten nicht konstruktiv zusammen. Es gibt ständig Betrug.
- > Kooperationen scheitern.
- > Deine Umgebung ist von Angst geprägt. Die Menschen fürchten sich.
- > Höhere Gewalt schädigt Dein Business (Naturkatastrophen, Feuer, Tsunami, Insektenbefall wie Motten, Ameisen, etc.).

5 Verbindung schaffen/ Trennende Rede

Positive Handlung

- > **Achtsamkeit beim Sprechen**
Menschen über Deine Worte und Taten zusammenbringen, verbindend reden, Empfehlungen aussprechen, loben
- > **Vermitteln**
Brücken schlagen und Gräben schließen, Streit schlichten, Mediation, lösungsorientiert sprechen
- > **Networking**
Geschäftspartner zusammenbringen, Aufträge vermitteln, in anderen Bereichen aushelfen, ehrenamtliche Hilfe, Nachbarschaftshilfe

Negative Handlung

- > **Verleumden**
Menschen auseinander bringen, Vermutungen anstellen, Zweifel säen
- > **Lästern, andere bewerten**
andere Menschen schlecht machen, Eigenschaften anderer abwerten, lästern oder sich über andere lustig machen, zur eigenen Erbauung über die Probleme Dritter sprechen
- > **Unternehmen schlecht machen**
Mitarbeiter oder Kunden unlauter abwerben, Produkte oder Leistungen anderer Unternehmen schlecht machen, Dich über andere lustig machen

Direkte Auswirkungen der negativen Handlungen auf Dich

- > Du verlierst Deine Freunde, neue Freundschaften entstehen nicht.
- > Es fällt Dir schwer, stabile Geschäftsbeziehungen aufrechtzuerhalten, Du überwirfst Dich mit Geschäftspartnern, Fusionen misslingen.
- > Du machst Dir über viele Dinge Sorgen.
- > Du bist unsicher und hast ein geringes Selbstwertgefühl.

Negative Auswirkungen in Deinem Umfeld

- > Die Menschen um Dich herum kämpfen ständig gegeneinander.
- > Der Boden ist uneben, voller Schluchten und Hindernisse, Stolperfallen.
- > Reisen sind beschwerlich, Du kommst kaum voran (viele Baustellen, Flugverzögerungen, Umwege, Hindernisse, Stau, Ausfälle).

6 Respektvoll sprechen/ Barsche Rede

Positive Handlung

- > **Freundlich und konstruktiv sprechen**
ein Gespür dafür entwickeln, was dem anderen wichtig ist und ihm weiterhelfen würde, deutlich, klar und freundlich sprechen
- > **Loben und Ermutigen**
Gelegenheiten nutzen und andere aufrichtig loben, Mut machen, einfühlsam motivieren
- > **Wohltuendes und konstruktives Feedback geben**
ausschließlich mit der Absicht kritisieren, den anderen zu helfen und dabei wohlwollend bleiben
- > **Respektvoller Umgang im Business**
ruhige, konstruktive Atmosphäre schaffen, Dankbarkeit gegenüber Mitarbeitern, Kunden, Investoren, Lieferanten, Partnern zeigen

Negative Handlung

- > **Andere anschreien oder barsch sprechen**
unhöflich sein, Fluchen, Schimpfworte, Schreien
- > **Laut sein und andere in ihrer Ruhe oder Konzentration stören**
Unterbrechungen ohne Rücksichtnahme, nerviges Verhalten, andere mit der eigenen Lautstärke stören
- > **Mit Sprache verletzen**
subtile Anspielungen, Sarkasmus, Zynismus, mit Mimik oder Gestik verletzen, andere auslachen, andere oder sich selbst kritisieren (auch im Kopf)

Direkte Auswirkungen der negativen Handlungen auf Dich

- > Du hast ständig das Gefühl, angegriffen zu werden. Geringer Selbstwert.
- > Andere fühlen sich von Dir angegriffen.
- > Du hörst häufig unangenehme Geräusche.
- > Du wirst von Lärm belästigt, beschimpft oder kritisiert.
- > Andere verhalten sich Dir gegenüber rücksichtslos.
- > Du fürchtest Dich vor vielen Dingen.
- > Dein persönliches Ansehen oder das Ansehen Deines Unternehmens leidet.

Negative Auswirkungen in Deinem Umfeld

- > Die Menschen um Dich herum sind unzuverlässig und widersprechen sich.
- > Partner und Mitarbeiter beschwerten sich ständig.
- > Du arbeitest in einer hart umkämpften Branche, der Wettbewerb ist erbarmungslos. Die Menschen um Dich herum leben in Angst.
- > Deine Umwelt ist voller Hindernisse (umgestürzte Bäume, Baustellen, Stau) und kommt Dir trostlos vor.
- > Du lebst an einem Ort, der mit Umweltverschmutzung zu kämpfen hat oder Du musst oft an solche Orte reisen.
- > Deine Umgebung ist laut, Du fühlst Dich in Deiner Ruhe gestört.

7 Bedeutsame Rede/ Sinnloses Gerede

Positive Handlung

- > **Wertvolle Gespräche**
nur sprechen, wenn es Sinn macht und bedeutungsvoll ist, Wert schafft oder anderen hilft, werthaltige Kommentare teilen (Bsp. in Social Media), nur fundierte Meinung äußern, belegbare Thesen und Argumente wiedergeben
- > **Wertstiftende Inhalte**
nur über tatsächliche Pläne und ernstgemeinte Ideen oder Projekte sprechen (erkenne den Unterschied zwischen Hirngespinnst und Vision), Beschäftigung mit sinnhaften Inhalten (Bücher, Podcasts, ...)
- > **Stille und Kontemplation**
Hinterfragen von Themen in Stille, Meditation, andere Meinungen und Perspektiven respektieren, Inspiration zulassen
- > **Klarheit und Inspiration**
Positives und Inspirierendes sagen, Klarheit über die eigenen Ziele und klare Kommunikation mit Mitarbeitern, Kunden etc., gute Vorbereitung (Bsp. Meetings), Vereinbarungen einhalten, Situationen antizipieren

Negative Handlung

- > **Tratsch und Klatsch**
Small Talk, zeitverschwendende/unnütze Tätigkeiten (Bsp. Social Media, Boulevardpresse, TV, Serienmarathon/binge watching), Reden um des Mitredens willen, unnützes Geschwätz, über Dinge reden die Du nicht selbst erlebt hast
- > **Jammern**
Beschweren, Nörgeln
- > **Rechthaberei und Selbstdarstellung**
Monologe, Machtsicherung, unnütze Meetings und Arbeitsbeschaffung, Angeberei, Dich mit fremden Federn schmücken, Profilieren
- > **Leere Versprechungen**
Zusagen nicht einhalten, unrealistische Ziele setzen, falsche (Marketing-)Versprechen, Unpünktlichkeit, schlechte Vorbereitung, kompliziert reden, nutzlose Projekte ohne Ziel, Luftschlösser bauen

Direkte Auswirkungen der negativen Handlungen auf Dich

- > Niemand hört Dir zu, Deine Vorschläge werden nicht beachtet oder ernst genommen.
- > Du erhältst keinen Respekt für das, was Du sagst oder machst.
- > Die Menschen tun nicht das, worum Du sie bittest.
- > Du leidest unter mangelndem Selbstvertrauen und geringer Selbstachtung.
- > Du hast Probleme mit dem Timing. Wenn Du in ein Projekt einsteigst, ist es nicht mehr profitabel.
- > Du hast Schwierigkeiten, Deinen wohlverdienten Urlaub zu nehmen und kannst Dich nur schwer entspannen.

Negative Auswirkungen in Deinem Umfeld

- > Dein Umfeld verhält sich unverbindlich, Absprachen werden nicht eingehalten.
- > Nichts in Deiner Umgebung gedeiht, Projekte scheitern, ehe sie begonnen haben. Dinge sehen gut aus, haben aber einen üblen Beigeschmack.
- > In Deiner Umgebung findest Du keine Orte für Erholung und Entspannung.

8 Wohlwollen, Gönnen / Neid, Gier

Positive Handlung

- > **Dankbarkeit und Freude**
Freude an den Dingen, die Du bereits hast, Dich aufrichtig mit anderen freuen, wenn sie das erreichen oder bekommen, was Du selbst gerne hättest, dankbar und neidlos sein und Deine Dankbarkeit gegenüber Mitarbeitern, Kunden, Investoren, Lieferanten, Partnern zeigen
- > **Die Vergänglichkeit verstehen**
über die Vergänglichkeit aller Dinge nachdenken (auch die von Lebewesen, Situationen und Ereignissen)
- > **Prioritäten setzen**
Dich darauf konzentrieren, was wirklich wichtig ist und danach handeln
- > **Mitbewerber respektieren und feiern**
Leistungen und Erfolge der Konkurrenz respektieren, Dich über ihre Kreativität freuen und ihre Leistungen lobend erwähnen

Negative Handlung

- > **Missgunst und Neid**
unglücklich sein über den Erfolg anderer, anderen ihr Glück nicht gönnen
- > **Verlangen und Gier**
heftiges Verlangen nach Dingen oder Qualitäten anderer Menschen
- > **Maßlosigkeit**
immer mehr haben wollen, nie genug bekommen können, nur an sein eigenes Wohl denken und dafür auch bereit sein, unethisch/unrecht zu handeln
- > **Eifersucht**
etwas oder jemanden nicht teilen wollen, besitzergreifend sein, Ich-Bezogenheit

Direkte Auswirkungen der negativen Handlungen auf Dich

- > Du bist nie zufrieden mit dem, was Du hast. Du kannst Dich nur selten zurücklehnen und genießen, was Du erreicht hast. Nichts macht Dich glücklich.
- > Du ertappst Dich dabei, die Besitztümer, persönlichen Qualitäten oder Erfolge anderer haben zu wollen.
- > Du bist oft eifersüchtig.
- > Du willst schnellen, übermäßigen Profit und Erfolg.
- > Deine Persönlichkeit wird beherrscht von Wünschen, Süchten und Begierden

Negative Auswirkungen in Deinem Umfeld

- > Alle guten Dinge erschöpfen sich schnell (geschäftlich oder privat). Am Anfang entwickeln sie sich gut, doch dann verschlechtern sie sich und scheitern.
- > Anschaffungen und Investitionen (technische Geräte, Computer, Handys) stellen sich als unzuverlässig heraus und sind schnell überholt oder veraltet.

9 Empathie, Mitgefühl / Schadenfreude

Positive Handlung

- > **Mitgefühl mit anderen Lebewesen**
Mitgefühl haben, wenn anderen etwas Schlimmes passiert oder sie nicht bekommen, was sie gerne hätten.
Dich nicht mit anderen vergleichen
- > **Unterstützung anbieten**
Rat und Unterstützung anbieten, zur Problemlösung beitragen und für Balance sorgen, Probleme und Schwierigkeiten anderer Menschen nicht als „Unterhaltung“ missbrauchen
- > **Rücksicht nehmen**
Dich selbst zurücknehmen und andere vorlassen (im Straßenverkehr, an der Kasse, ...)

Negative Handlung

- > **Freude oder Genugtuung empfinden bei Misserfolgen anderer**
unglücklich sein über den Erfolg anderer, ihnen ihr Glück nicht gönnen, Freude am Versagen anderer
- > **Vergleichen**
Missgunst und Konkurrenzdenken, Freude über schlechtere Leistung bei anderen, nicht verlieren können
- > **Anderen Steine in den Weg legen**
andere aktiv am Erfolg hindern, absichtlich blockieren, Intrigen spinnen, manipulieren
- > **Anderen Unglück wünschen**
Rache planen, Schaden erhoffen

Direkte Auswirkungen der negativen Handlungen auf Dich

- > Deine Persönlichkeit ist von Wut beherrscht.
- > Du bekommst nicht die Hilfe oder Unterstützung, die Du gerade brauchst.
- > Dein Aussehen hat sich über die Jahre nachteilig verändert.
- > Du wirst verletzt und fühlst Dich oft verfolgt oder als Opfer äußerer Umstände.

Negative Auswirkungen in Deinem Umfeld

- > Deine Welt ist andauernd im Chaos, Krankheiten verbreiten sich. Du fühlst Dich bedroht und hast Angst, Dich anzustecken oder verletzt zu werden (Terror, Tiere, ...).
- > Du bist umgeben von Kriminalität.
- > Du hast den Eindruck, dass die Menschen Dir Unglück wünschen, schlecht über Dich reden und neidisch sind. Die Menschen fallen Dir in den Rücken.
- > Märkte, Umstände und Geschäftsbedingungen sind unberechenbar, der Mangel an Sicherheit macht Dir Angst.

10 Korrekte Weltsicht / Falsche Sicht der Dinge

Positive Handlung

- > **Ursache – Wirkung Verständnis**
erkennen, dass die Welt nach dem Prinzip von Ursache und Wirkung funktioniert und nichts zufällig passiert
- > **Resultate als Karma anerkennen**
verstehen, dass die Dinge, die Du erlebst, Ergebnis Deiner eigenen früheren Handlungen sind
- > **Potenzial und Leerheit verstehen**
Verständnis für das innewohnende Potenzial aller Dinge entwickeln (Den Stift verstehen*)
- > **Persönliche Weiterentwicklung**
mit den 10 Tugenden arbeiten und erleben, wie Du Dich und Deine Welt positiv veränderst, Selbstreflexion und bewusstes Handeln

Negative Handlung

- > **Täter - Opfer Denken**
andere für Dein Leid verantwortlich machen, Schuldzuweisungen, Anklagen
- > **Unethische Lebensweise gutheißen**
denken, dass unethisches Verhalten gute Ergebnisse erzielen kann und so handeln
- > **Andere zur Veränderung zwingen**
Druck auf Mitmenschen ausüben, damit sie sich zu Deinen eigenen Gunsten ändern, fehlende Selbstreflexion, Hochmut

Direkte Auswirkungen der negativen Handlungen auf Dich

- > Du verstehst nicht, was Dir passiert.
- > Deine Integrität lässt im Laufe der Zeit nach.
- > Niemand hilft Dir, wenn Du Hilfe brauchst. Nichts und niemand beschützt Dich oder setzt sich für Dich ein.

Negative Auswirkungen in Deinem Umfeld

- > Du lebst in einer Welt, die unethisches Verhalten zur Tugend erhoben hat.
- > In Deiner Welt verschwinden wichtige Werte und Tugenden und somit die Ursachen für wahres Glück.

Es gibt noch viel mehr zu entdecken

Diese kurze Übersicht über die 10 Tugenden oder auch „good deeds“ wie sie im englischen genannt werden, waren nur der Anfang.

Wo dieses Wissen herkommt, gibt es noch viel mehr davon. Vor allem anwendbares Wissen darüber, wie man diese Erkenntnisse über sich selbst nutzt und auf deren Basis ein glückliches Leben erschafft.

Denn am Ende des Tages zählt nur, was Du tatsächlich mit Deinem Leben und der kurzen Zeit, die Du hier auf dieser Welt hast, anfangen möchtest. Wie Du Deine Beziehungen zu anderen Menschen gestalten, wie Du mit Deinem Geist und Deiner Gesundheit umgehen und wieviel von Deinem in Dir schlummernden Potenzial Du dieser Welt schenken willst.



Über mich

Als Coach und Mentorin bin ich an Deiner Seite als wohlwollende ZuhörerIn, MustererkennerIn, strukturierte SparringspartnerIn, liebevolle MotivatorIn und anspruchsvolle LangzeitpartnerIn.

Privat lebe ich glücklich mit Partner & Kind in Dresden, liebe Kunst & Kultur, das Schreiben und vor allem die alten tibetischen Schriften, die mit ihrer Weisheit mein Leben stets bereichern.

Ich kenne Dich wahrscheinlich noch nicht. Doch eines weiß ich mit Sicherheit:

Unsere Businesswelt braucht Menschen wie Dich, die bewusst mit Freude und Leichtigkeit in Führung gehen.

Wenn Du mehr über die Diamantschneider-Prinzipien erfahren möchtest, dann nimm gerne über fragen@joanaprather.com Kontakt mit mir auf. Ich freue mich darauf, von Dir zu hören!

Deinen Kennenlern-Termin buchen

Bis dahin wünsche ich Dir eine erfüllende (Lebens-)Zeit,

♥ liebt deine Joana