



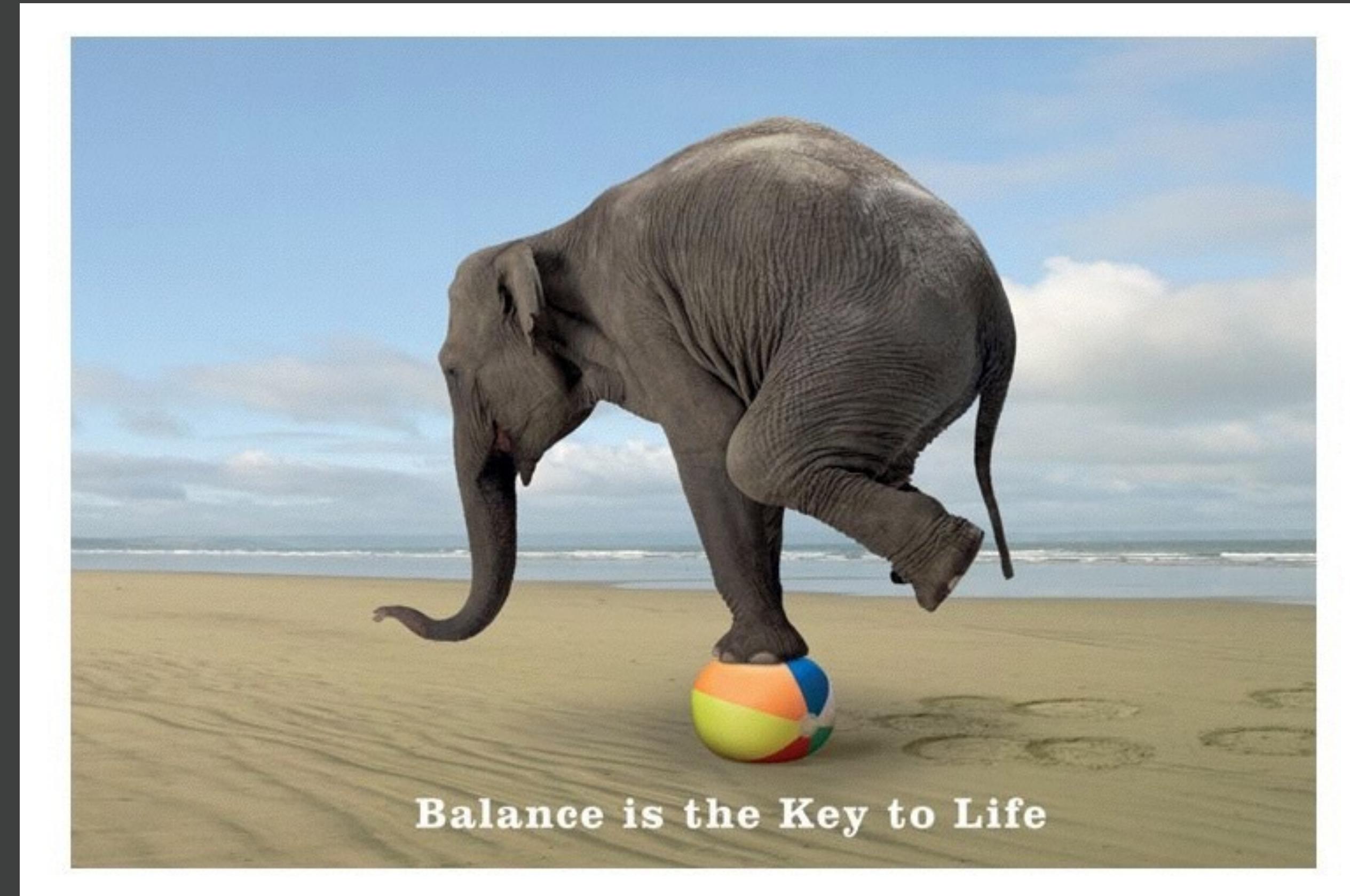
MARCGASSERT
KEYNOTE SPEAKER

Ji Sei Shin





MARCGASSERT
KEYNOTE SPEAKER



Damit alles im Gleichgewicht bleibt,
muss einiges verändert werden



MARCGASSERT
KEYNOTE SPEAKER

Das Leben ist wie
Fahrradfahren: um Balance zu
halten musst du in Bewegung
bleiben!



MARC GASSERT
KEYNOTE SPEAKER





自
制
火



Wie lange hältst du
durch?
Was lehrt uns das
Marshmallow
Experiment?



MARC GASSERT
KEYNOTE SPEAKER

Tägliche Motivation?
Motivation ist wie eine
DIVA: absolut
unzuverlässig. Sie muss
durch Disziplin ersetzt
werden!



Treibstoff für Disziplin ist Willenskraft





Man kann Willenskraft
trainieren - wie einen Muskel



- 1. Ma Bu - Reiterstellung**
- 2. Bettkantenmeditation**
- 3. QI GONG Focus und Konzentration**



MARC GASSERT
KEYNOTE SPEAKER

Stützräder der Disziplin



MARC GASSERT
KEYNOTE SPEAKER

Hör auf zu JÄMMERN!

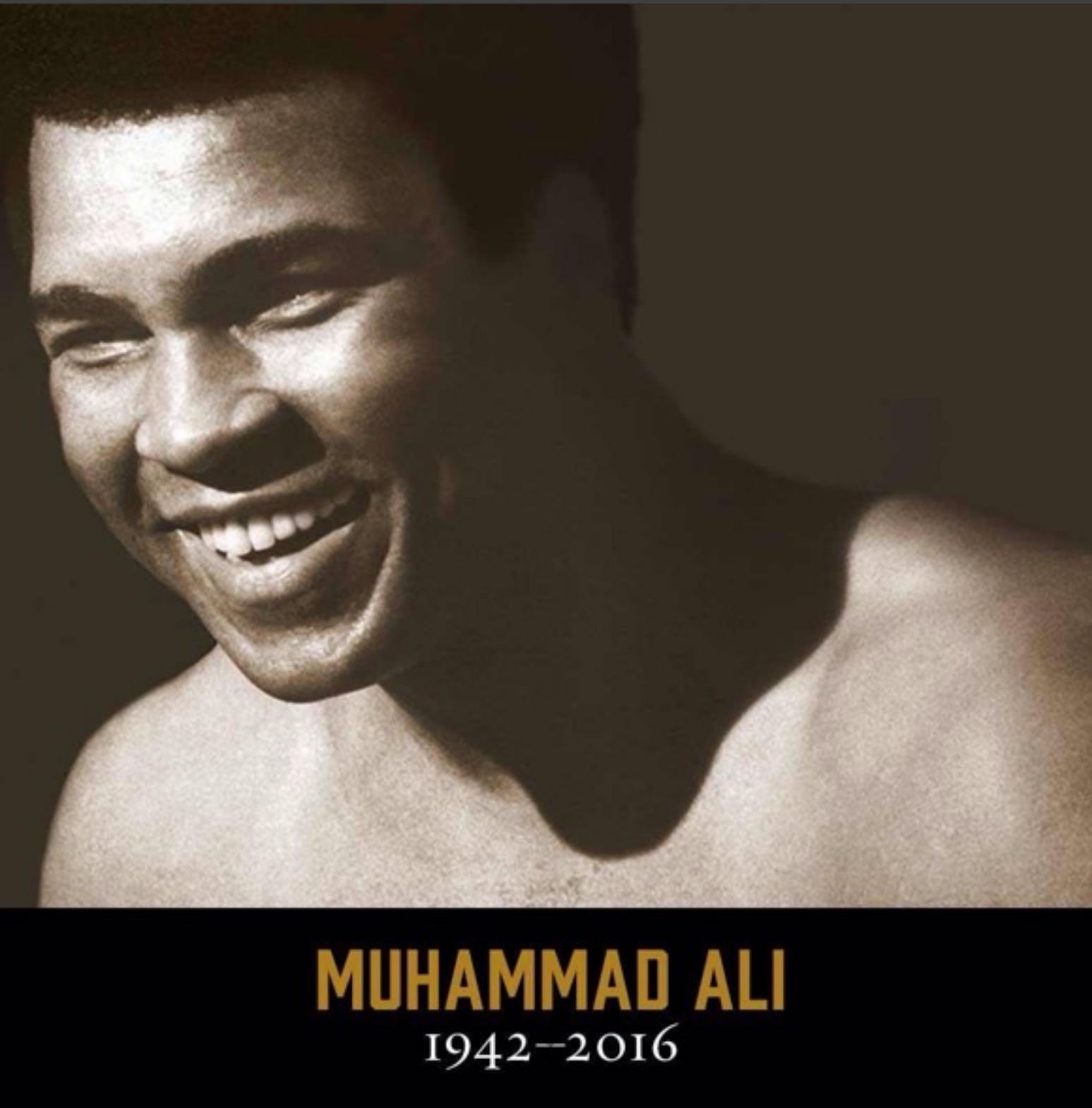


MARC GASSERT
KEYNOTE SPEAKER

Verzichte!



Stell Dich dem Leben!





Nutze dein Wissen!





Nutze dein Team!



Entdecke WU WEI!

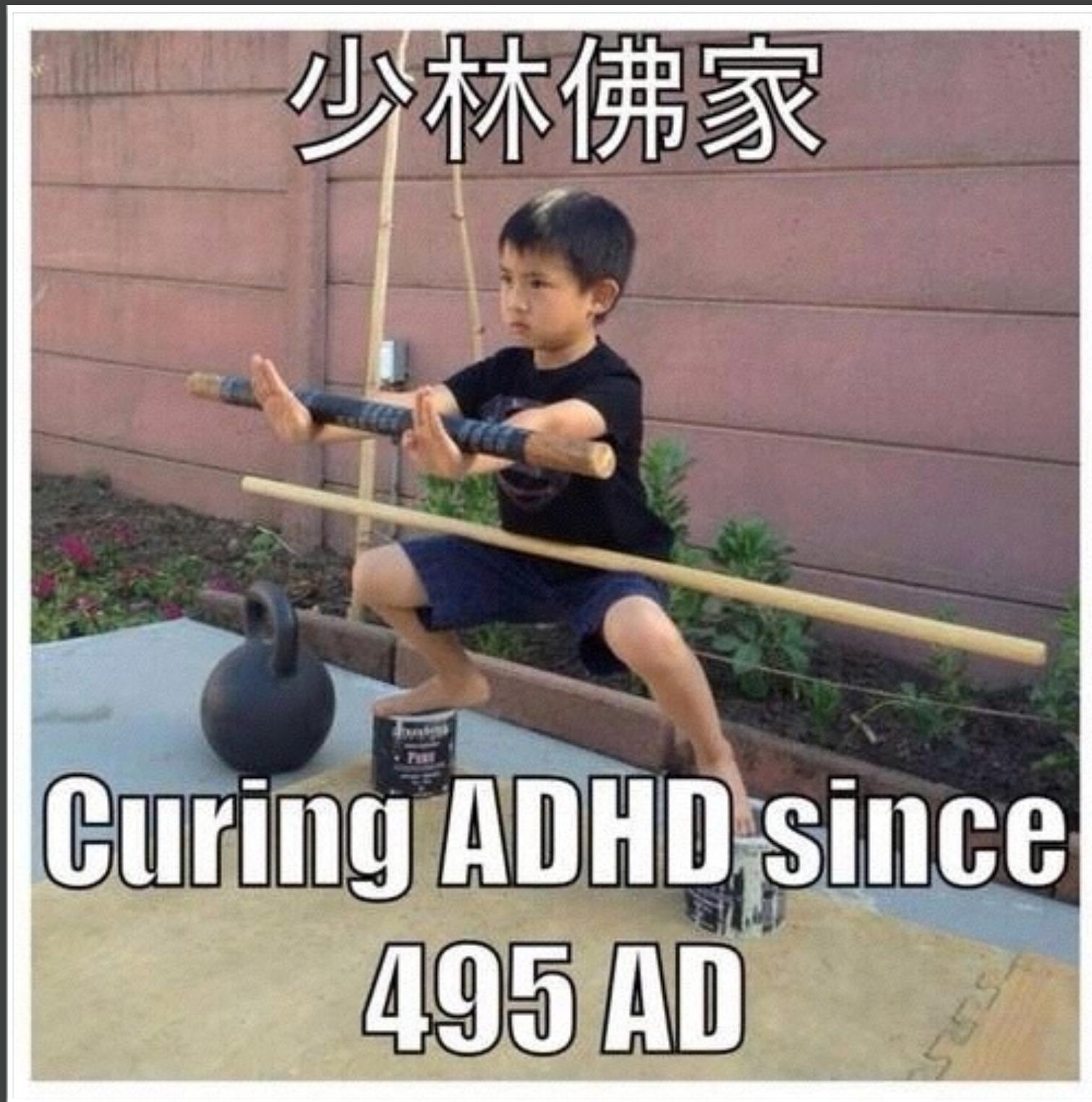


MARC GASSERT
KEYNOTE SPEAKER





Ritualisiere





Keine Angst vor Fehlern



MARC GASSERT
KEYNOTE SPEAKER

