

ICH KANN MIR DAS NICHT LEISTEN?!

Vom Funktionieren zum lebendigen Leben

Ein 2-Stunden-Onlineabend über die Frage, warum wir uns selbst oft zurückstellen – und wie wir wieder mehr Raum für das schaffen können, was uns wirklich wichtig ist.

Du möchtest mehr für dich tun. Mehr Ruhe. Mehr Lebendigkeit. Mehr Verbindung mit dir selbst.

Vielleicht spürst du schon lange, dass eine Veränderung guttun würde – und trotzdem bleibt im Alltag kaum Raum dafür.

„Dafür habe ich gerade kein Geld.“
„Dafür habe ich keine Zeit.“
„Jetzt ist einfach nicht der richtige Moment.“

Und so verschiebst du dich selbst immer wieder auf später.

Doch was kostet es dich, wenn „später“ immer wieder vorkommt und so zur Gewohnheit wird?



Das Leben ist voll: Arbeit, Familie, Verpflichtungen, finanzielle Belastungen (z. B. Auto), Termine und ständig neue Anforderungen. Zeit und Geld fließen dorthin, wo sie gerade gebraucht werden.

Und irgendwann merkst du vielleicht: **Du investierst Zeit und Geld für alle/s andere statt für dich selbst.**

Zeit- und Geld -Mangel lösen Stress aus.

Stress beeinflusst, wie wir denken, fühlen, entscheiden und handeln. Unter Druck greifen wir leichter auf vertraute Muster zurück – selbst dann, wenn sie uns längst nicht mehr guttun.

So kann ein Leben entstehen, das nach außen funktioniert – sich aber immer weniger wie das eigene anfühlt.

Vielleicht wünschst du dir:

Mehr Lebendigkeit · Mehr innere Freiheit · Mehr Verbindung mit dir selbst

An diesem Abend schauen wir gemeinsam darauf:

- warum du deine eigenen Bedürfnisse und deine persönliche Entwicklung so oft **auf später verschiebst**
- welche **realen Grenzen** es bei Zeit, Geld und Verpflichtungen gibt – und wo vielleicht mehr Spielraum ist, als du denkst
- wie **Stress und erlernte Muster** deine Entscheidungen und dein Verhalten beeinflussen

- warum Veränderung nicht einfach nur eine Frage von **Disziplin und Willenskraft** ist
 - welche **Prioritäten** dir wirklich wichtig sind und ob dein Alltag ihnen entspricht
 - und welche ersten Schritte dir helfen können, wieder mehr **Lebendigkeit, Freiheit und Selbstbestimmung** in dein Leben zu bringen
- Dazu bekommst du **Hintergrundwissen, praktische Übungen und Raum zur Selbstreflexion**.

Deine bisherigen Muster sind nicht dein Feind.

Sie haben dir geholfen, bisher mit deinem Leben zurechtzukommen und Sicherheit zu finden.

Aber vielleicht ist jetzt die Zeit gekommen, nicht nur das zu tun, was notwendig ist – sondern auch Raum für das zu schaffen, was dir wirklich wichtig ist.

Die zentrale Frage des Abends:

Was könnte in deinem Leben möglich werden, wenn du aufhörst, dich selbst immer wieder auf später zu verschieben?

2 Stunden · Online via Zoom, 14. Oktober 19-21 Uhr

Eine Einladung, deine bisherigen Prioritäten und Verpflichtungen zu hinterfragen und deine eigenen Muster besser zu verstehen. Und neugierig zu werden, was in deinem Leben möglich wird, wenn auch du wieder einen Platz darin bekommst – mit mehr Leichtigkeit und Freude.

Vorbereitung

Nach deiner Buchung erhältst du per E-Mail:

- Den Zoom-Link
- Die Kontodaten für die Überweisung des Teilnahmebeitrags
- Den Zugang zum Stressmustertest (freiwillig)
- Eine erste Aufgabe zum Thema Geld (freiwillig)

Termin:

14. Oktober 2026 | 19:00 – 21:00 Uhr

Jetzt Platz sichern

Dieses ZOOM ist bewusst kompakt gehalten – die Plätze sind begrenzt, damit echte Begleitung möglich ist. Frühbucherpreis bis 20.9.26

Sichere dir jetzt deinen Zugang und starte in ein neues Verständnis von LEBENDIGKEIT.