



Infinity You

Dein Begleiter für das Live Training

Kein Workbook.
Kein Konsum.
Kein Richtig & Falsch.

Nur ein Raum für dich
und das, was sich in dir zeigt.

Bevor wir gemeinsam starten

Bevor du morgen um 18:30 Uhr den Raum betrittst,
halte einen Moment inne.

Nicht, um dich vorzubereiten.
Nicht, um etwas zu leisten.

Sondern um bewusst da zu sein.

Nimm dir jetzt ein paar Minuten
und schreibe - ehrlich, unperfekt, nur für dich:

Warum nehme ich mir diese Zeit bewusst für mich?

Zeilen für dich...Vor dem Training

© Infinity Power – Alle Inhalte sind urheberrechtlich geschützt.



INFINITY POWER

VON FRAUEN FÜR FRAUEN

Eine Einladung an dich

Dieses Training ist kein Ort,
an dem du etwas „richtig machen“ musst.

Du musst nichts verstehen.
Du musst nichts verändern.
Du musst niemandem etwas beweisen.

Du darfst zuhören.
Du darfst mitschreiben.
Du darfst den Stift auch weglegen.

Dieses Training wirkt nicht,
weil du konsumierst,
sondern weil du dir
selbst begegnest.

Was bewegt sich gerade in mir?

Vielleicht ist es ein Gedanke.
Vielleicht ein Widerstand.
Vielleicht ein inneres „Ja“.
Vielleicht auch Unruhe oder Zweifel.
Alles darf da sein.

Nutze diese Zeilen für dich,
während des Trainings
und für danach

Zeilen für dich... Während dem Training

Ein Satz der bleibt

Ein Moment, der etwas öffnet

Eine Wahrheit, die sich zeigt

Meine Gedanken für mich

Für später, für dich

Was liegt jetzt bei mir?
Nicht alles braucht Begleitung.
Und nicht alles musst du alleine tragen.

Dein erster Schritt ist getan.
Nicht, weil du etwas
erreicht hast -
sondern weil du dir selbst
ehrlich begegnet bist.

Alles Weitere darf in deinem
Tempo entstehen.

Zeilen für dich... Nach dem Training Was erkenne ich gerade - über mich?

Nicht jede Erkenntnis fühlt sich gut an.
Aber jede ehrliche Erkenntnis ist wertvoll.

Meine Gedanken für mich

Was nehme ich aus diesem Raum mit?

Was hat mich berührt?
Was hat mich vielleicht getriggert?
Was darf noch nachwirken?

Was wäre ein liebevoller nächster Schritt, nur für mich?

Nicht groß. Nicht perfekt. Nur ehrlich.

DANKE



dass du dir diesen Raum genommen hast.
Nicht alles muss sofort Sinn ergeben.

Manches entfaltet sich leise
nach dem Moment.

Vertraue dem Prozess.
Und dir.

Von Herzen
Selma