

# „Being Spirit“

nachhaltige Veränderungen im Innen und Außen  
beginnen immer bei uns selbst



---

***Bewusstsein ohne Bewertung, keiner Zu- oder Abneigung,  
im Einklang mit allen bestehenden spirituellen, religiösen  
und wissenschaftlichen Formen des Seins***

---

Mit dem Lesen dieser Zeilen **laden wir DICH persönlich ein**, bei unseren **gemeinsamen Workshop „Body, Mind & Energy“** mitzumachen. **Kostenfrei**  
Deine Aufgabe ist die bewusste Ausrichtung auf den folgenden Aspekten.

Meine **innere** Ausrichtung ist, **ALLES ist willkommen**. Ich bin dankbar allem was ich in mir wahrnehme. **Ich bin** mit meiner Einstellung und meinem Glauben so wie ich bin, **willkommen**. Mein ganzer **Fokus** ist die **Liebe zu mir Selbst** und zu allem was ist.

**W**ir wollen uns bewusst sein, dass alles was wir ängstlich und Abwertend (Abneigung) ansehen und auch wohlwollend nicht loslassen wollen (Zuneigung), die Ursache für Ängste, Schmerz, Leid, Hass, Wut, starke Gefühle wie Emotionen sind. Dies alles braucht nicht weiter oder neu bewertet werden. Es ist die Folge von Abwesenheit der Liebe zu uns selbst.

*Alles das wir bei uns wahrnehmen und benennen können, nehmen wir dankend und liebevoll an, es ist ein Teil von uns. Damit wir es in Folge auch loslassen können müssen wir es zuerst erkennen und annehmen. Solange wir uns damit beschäftigen, halten wie diese Energien fest. Lassen wir die Energien los verlieren wir die Resonanz mit gleicher, wir werden bewusster und kommen so zu unserer inneren Ruhe/Mitte.*

**D**urch **körperliche und energetische Übungen aus** verschiedensten Bereichen schaffen wir eine tiefere innere Reinigung. Gegenseitig **assistieren** wir uns zur **Lösung von körperlichen und energetischen Blockaden und der Heilung unseres Selbst**. Darauf aufbauend folgt eine **gemeinsame kurze Meditation**, im Spirit von Yoga.

*Der Workshop ist dynamisch und bildet sich aus den anwesenden Energien, Themen der Gruppe.*



Kurze E-Mail Vornamen und Datum „Ich mache mit bei Being Spirit“ an [office@fcwien.com](mailto:office@fcwien.com), und/oder per Facebook Zusage. **Es entstehen keine Kosten für Dich.**

**Freitag, 01.09 um 18.00 Uhr** (Start um 18.15)  
bis ca 21.00 Uhr

Treffpunkt: Burggarten, Mozartdenkmal