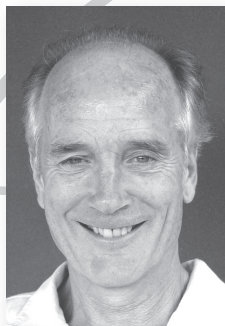


## Keep Being Here Anyway



Alan Lowen

### Alans Kolumne

Hallo Freunde – ein wenig spät zwar, aber lasst euch trotzdem ein segensreiches neues Jahr von mir wünschen!

Wenn ich unseren Veranstaltungskalender anschau, bin ich beeindruckt von der prachtvollen Collage der angebotenen Workshops und Kurse. Das wichtigste Ereignis wird – jedenfalls für einige von euch – vermutlich das neue Body, Heart & Soul-Training sein, das im September beginnt. Es ist zwar erst Januar, aber irgendwo in meiner Seele kann ich trotzdem nicht anders, als mich auf das allmähliche Versammeln der Menschen einzustimmen, die den Kreis bilden werden. Es ist ein Energiephänomen, das durch jede einzelne Person voran- und hochgetrieben wird – von dem Augenblick an, in dem sie sich innerlich dafür entscheidet, am Training teilzunehmen. Zu wissen, dass du dich auf eine 2-jährige Abenteuerreise einschiffen wirst, die einen derart großen Einfluss auf dein Leben und Sein haben wird, verleiht dem Ganzen fast eine epische Qualität. Und selbst wenn das noch nicht klar ist – weil manche Menschen erst einander finden, zusammen im Kreis sitzen und sehen müssen, wer da ist, bevor sie mit sich einig sind, ja, dies ist mein Kreis, das will ich machen, ich gehöre hierher –, fügt es doch dem Prozess ein weiteres Element hinzu, noch mehr Geheimnisvolles.

Am Ende von Body, Heart & Soul Teil 2 ist es soweit: Auf einmal SIND WIR DA, ein Kreis von Leuten, die für das Wochenende zusammenbleiben werden, und jeder weiß sehr genau, warum wir nach 7 Tagen der Berührung bis in die Tiefen des Vergnügens und die Höhen der Ekstase (was das Thema von Teil 2 ist) immer noch da sind. Wir sind da, weil es uns lockt, diese 2-jährige Reise miteinander zu machen und uns zu verpflichten, uns immer wieder in diesem Kreis zu treffen. Hier werden wir Seelen berühren, uns öffnen, erforschen, lernen, loslassen, tiefer und weiter werden und feiern – und dabei geht es nicht nur um die Mysterien unseres männlich-weiblichen Yin-Yang-Liedes und -Tanzes miteinander, sondern darum, DER KREIS ZU SEIN, in dem all das passieren wird. Er ist es, DER KREIS, dessen Entstehung ich spüre. Auch wenn es noch Monate bis dahin sind, kann ich seine Kraft fühlen. Ich sitze hier in der Karibik – ja! Ich bin auf der schönen Insel St. John, die zu den amerikanischen Jungferninseln gehört – und habe keine Ahnung, wer an diesem neuen Training teilnehmen wird (außer Jan und mir und ein paar Assistenten aus früheren Trainings). Ich kann fühlen, wie wir uns alle, aus welchen Gründen auch immer, zusammen auf unser Schicksal zu bewegen.

Das Gewahrsein des Kreises dehnt sich aus, während ich hier sitze und auf das türkisfarbene Wasser der Bucht weit unter mir schaue. Der Horizont ist mit Inseln übersät, der Tropenwind bläst stark an diesem Nachmittag, und es ist, als wäre ich mit ALLEN Kreisen in Verbindung, all diesen Inseln des Bewusstseins – die, in denen ich in den kommenden Monaten mit einigen von euch sitzen werde, und die Hunderte von Kreisen, in denen ich mit euch all die Jahre gesessen habe. Und in Gedanken höre ich meinen lieben Freund Miten „There is so much magnificence near the ocean ...“ singen, und all unsere Kreise sind an diesem milden Nachmittag lebendig in mir, und jede Zelle meines Wesens versteht, warum wir das tun, warum wir zu den Kreisen kommen! Alles Liebe und Aloha, alan

### Ich würde wirklich gern ...

Vor kurzem fuhr ich auf der Bundesstraße in die Stadt mit einer Liste voller Besorgungen und Aufgaben, die länger als gewöhnlich war. Es gibt einen Teil von mir, der sehr fokussiert und effizient sein kann, und er – oder sie – hatte an diesem Tag definitiv die Verantwortung. Eine kleine Stimme in mir flüsterte: „Ich würde wirklich gern den langen Weg nehmen, er ist schöner, und ich könnte anhalten und unter dem großen Baum zu Mittag essen.“ Darauf folgte: „Es geht viel schneller auf der Bundesstraße, du hast viel zu tun“, und dann wieder: „Ich würde wirklich gern ...“ So ging es eine Zeit lang, bis ich schließlich wendete, ausatmete und die langsamere Fahrt auf der Nebenstraße in die Stadt genoss. Als ich mein stilles Mittagessen unter dem Baum einnahm, fühlte ich mich unbeschreiblich glücklich, sanft und sehr mit mir verbunden. Es war, als würde ich zu mir selber sagen, ja, du bist es wert, dass für dich gesorgt wird, du bist es wert, dass dir zugehört wird. Ich habe in letzter Zeit immer mehr auf diese Stimme geachtet, einfach indem ich dieser ruhigen, sehr leisen Stimme zuhörte, die spazieren gehen möchte oder im Garten ein bisschen Unkraut jäten will. Und während ich mich an der Stimme meines eigenen Wollens erfreute, war ich ebenso fasziniert von meiner Beobachtung, wie andere Menschen mit ihrem Wollen umgehen – all die zarten, die unverschämten und die sehr gewöhnlichen Wünsche, die wir uns nicht erlauben. Ich habe den aufkommenden Ängsten zugeschaut und den verurteilenden Stimmen, all den Gründen, warum wir es uns nicht einmal eingestehen, geschweige denn, dass wir uns geben, was wir wollen. Wenn wir jedoch am Ende unsere Sehnsüchte leben, ob nun die zarten oder die unverschämten, dann kommen wir in Einklang mit uns selbst, und wir werden unweigerlich mit einem Gefühl von Lebendigkeit und Freude belohnt. Also möchte ich euch Mut machen, dass ihr beginnt, auf die Stimmen eurer Wünsche zu achten, und, wie Mary Oliver in ihrem Gedicht sagt, „das weiche Tier eures Körpers wollen lasst, was es will“ ... Es ist ein Akt der Menschenliebe zu sich selbst und eine Art, den Geliebten zu umarmen. Aloha, Jan



Jan Day

## Mein Weg!

Ohne Persönlichkeit wären wir alle durchsichtige, unbedeutende Figuren – dafür ist noch Zeit genug, wenn wir sterben! Aber im Ernst: So, wie wir sind, spielen unsere Persönlichkeiten eine farbenfrohe Rolle. Sie verleihen uns Einzigartigkeit und manche unserer liebenswerten Eigenschaften, ebenso wie unsere schlechten Gewohnheiten und mechanischen Programme. Ja, wenn Persönlichkeit alles ist, was wir sind, oder vielmehr: Wenn wir funktionieren, als wäre sie alles, was wir sind, dann leben wir – hoffentlich! – mit dem Gefühl tief drinnen, dass etwas verkehrt sei. Es macht keinen Spaß, mit der Frage „Was ist an mir verkehrt?“ zu leben, aber Tatsache ist, dass wir unser Leben lang versuchen, uns an anderer Leute Vorgaben anzupassen, statt eine Persönlichkeit zu entwickeln, die unseren echten Bedürfnissen, Visionen, Talenten und Eigenheiten Rechnung trägt. Und daran IST etwas verkehrt, ganz grundsätzlich verkehrt!

Nun zu den Eigenheiten! Ich glaube nicht, dass ich jemals einen Menschen getroffen habe, der nicht auf irgendeine Weise in seiner Kindheit verletzt worden wäre. Vielleicht ist das unsere notwendige Initiation, der Preis, den wir bezahlen müssen, um die zu werden, die wir wirklich sind. Vielleicht sind wir alle wie der Schmetterling, der sich aus dem Kokon herauskämpfen MUSS, um stark genug zu sein zu fliegen, nachdem er sich von der Hülle befreit hat. Unsere Verletzungen sind wesentliche Merkmale unserer Persönlichkeit und tragen zu ihrer Einzigartigkeit bei. Viele Arten von Heilung geschehen, während wir in uns hineinwachsen, aber es gibt Wunden, mit denen wir uns einfach abfinden und befreunden müssen; Wunden, die wie Narben oder Hindernisse oder Schwächen sind, die immer in uns sein werden. Wenn wir sie akzeptieren – und dies ist auf unserer Reise der Selbstverwirklichung eine Hauptaufgabe –, integrieren wir sie in unsere Art zu leben. Sie haben starken Einfluss auf das, was uns glücklich macht. Selbst wenn wir zutiefst eins sind mit uns, rufen sie unterschiedliche Vorlieben und Abneigungen und unterschiedliche Fähigkeiten in uns hervor, so dass wir gar nicht anders können, als nach unterschiedlichen Lebensformen zu suchen.

All das wird auf plastische Weise an der Verschiedenheit der menschlichen Sehnsüchte im Bereich von intimen Beziehungen deutlich. Es bringt nichts, die Gesellschaft entscheiden zu lassen, was richtig ist. Das hieße, Menschen mit der Ansicht zu schikanieren, sie seien verkehrt, wenn sie sich nicht anpassen können. Was „richtig“ bedeutet, ist eine zutiefst persönliche Angelegenheit. Das zu entdecken ist eines der großen Abenteuer,

wenn wir lernen, das Geschenk unseres Seins zu leben. Gefärbt von unserer inneren Natur und all dem, was uns vom Moment unserer Empfängnis bis hin zum Erwachsensein widerfuhr, ist jeder einzelne von uns ein Mysterium, das nach seiner Erfüllung sucht. Letztlich ist es eine mystische Suche, die uns eines Tages in den Bereich der Spiritualität führt, aber nichts wird uns so gewaltig berühren, erregen, erheben und manchmal abstürzen lassen wie unsere Liebesbeziehung(en). Es gibt Menschen, die ihr Glück in der Einsamkeit finden und nichts als Abgeschiedenheit suchen. Für die meisten von uns jedoch geht es um das Abenteuer, den einen Menschen zu finden, nach dem wir uns sehnen – oder uns zu öffnen, um sexuelle Intimität genießen und feiern zu können, so dass wir DEN EINEN finden, vielleicht.

---

*Ich möchte, dass alle den Weg  
finden und würdigen, der  
wahrhaft ihrer ist.*

---

Dieses *vielleicht* ist sehr wichtig. Ich sehe es die ganze Zeit, besonders in den Tantra-Workshops der Art of Being und Kursen wie Body, Heart & Soul, wie manche Menschen einfach ihre unschuldige, schamlose sexuelle Lebendigkeit entdecken und aus allen möglichen, sehr guten Gründen frei sein müssen, um erotisch spielen zu können. Sie suchen nicht nach einer Beziehung, vielleicht weil sie wissen, dass sie für diese Art Verbindlichkeit nicht bereit sind. Vielleicht waren sie auch zu lange Zeit in vergangenen Beziehungen gefangen gewesen, die ihnen nur Unglück gebracht hatten. Vielleicht sind sie unterwegs, um zu lernen, wie sie eines Tages mit ihrer einen und einzigen geliebten Person eine schöne Beziehung haben können, und vielleicht sind sie auch unterwegs, um etwas völlig anderes zu entdecken.

Und genau darum geht es! Alles, was wir auf dieser Reise zur Feier unseres Seins mit all seinen Geheimnissen und der Unendlichkeit unseres spirituellen Potenzials brauchen, ist unseren eigenen Weg zu finden. Wenn wir den nicht finden, was machen wir dann hier? Du bist nicht hier, um es auf meine Art zu machen, und ich nicht auf deine. Wenn wir entdecken, dass das Zusammenführen unserer Wege uns glücklich macht – wie schön, dass wir einander gefunden haben! Und sicherlich wird es Schwierigkeiten auf dem Weg geben – auf deinem oder meinem? Was auch immer uns anmacht, wir werden uns den Herausforderungen stellen. Sie sind unsere Lehrer. Aus manchen unserer verletzten Verhaltensweisen müssen wir herauswachsen, weil sie weder uns noch anderen dienen. Es gehört zu den Geschenken des Menschseins, dass je mehr wir lernen, unser Innenleben zu akzeptieren und uns mit

ihm anzufreunden, umso freier wir von den kleinlichen und hässlichen Eigenschaften unserer Persönlichkeiten werden. Unser Weg mag wie kein anderer sein, aber wie bei jedem anderen gibt er uns unsere Anmut und Schönheit, wenn wir ihn finden.

Wenn wir das verstehen, können wir einander ECHTE Freundschaft schenken. Das kann niemals heißen: „Ich weiß, was für dich richtig ist.“ Es kann nur meine Gegenwart an deiner Seite sein, wenn du einen Freund brauchst, der dir dabei hilft, DEINER Reise zu vertrauen und DEINEN Weg zu finden. Das ist der Leitgedanke der Art of Being. Deswegen sind die Workshops über Sexualität so gestaltet, dass sie jedem einen sicheren Raum zum Lernen geben – von denen, die allein kommen und offen für jeden sind, bis zu denen, die nur mit ihrem Geliebten intim sein wollen. Und deswegen gibt es einen Workshop, auf dem Paare lernen können, füreinander zu sorgen – und für sich selbst, wenn ihre Wege nicht so gut zusammen passen. Und das heißt zu lernen, auch der beste Freund der geliebten Person zu sein. Ich möchte, dass alle den Weg finden und würdigen, der wahrhaft ihrer ist. Ich muss ihn nicht kennen. Ich muss ihn nur solange für sie lieben, bis sie es selbst tun. Das ist mein Weg.

©Alan Lowen, Januar 2006

## Das neue Body, Heart & Soul® 2-Jahres Training

Beginn 8.9.06 – 17.9.06  
Waldhaus, Schweiz

geleitet von Alan Lowen & Jan Day

Body, Heart & Soul® ist ein sich ständig weiterentwickelnder Kurs in sexueller Liebe, intimen Beziehungen und der Essenz von Tantra. Das Body, Heart & Soul-Training besteht aus 70 Workshop-Tagen einschließlich Gruppen- und individuellen Aufgaben über einen Zeitraum von zwei Jahren. Zwei Jahre des Öffnens, Erforschens, Zusammenseins und Teilens im gleichen Kreis von Menschen zu verbringen ist eine besondere Reise. Die Leute nehmen aus allen möglichen Gründen, persönlichen und beruflichen, daran teil. Die Verpflichtung eines jeden gegenüber dem Kreis trägt eine kraftvolle Dynamik in sich, die tiefste Heilung, Transformation und Selbsterkenntnis ermöglicht. In diesem Training geht es darum, dein ganzer Mann, deine ganze Frau, dein ganzes Wesen zu werden.

*Die Teilnahme an Body, Heart & Soul 1 ist Voraussetzung für die Teilnahme am Training.*

Bitte fragt nach der Body, Heart & Soul®-Trainingsbroschüre. Eine vollständige Liste mit den Trainingsterminen befindet sich auf unserer Website: [www.artofbeing.com](http://www.artofbeing.com)

## Freiheit zu fühlen - Freiheit zu lieben

- 14.4. - 17.4.06 Somerset, England *geleitet von Jan Day*  
12.5. - 14.5.06 nahe Berlin *geleitet von Jan Day*  
2.6. - 5.6.06 Waldhaus, Schweiz *geleitet von Alan Lowen & Jan Day*  
Dieser Workshop lädt dich dazu ein, die Kraft, den Reichtum, die Schönheit, die Verspieltheit und die Weite deiner eigenen Existenz als Mann oder Frau zu entdecken und zu erfahren. Es geht darum zu lernen, wie du deine eigene Sexualität zu einem Weg des Wachsens und des Heilens werden lassen kannst. Und es geht darum, in dir selbst das zu finden, was dich dazu befähigt, all die Geschenke intimer Liebe in deinem Leben zu genießen.

## Opening to Intimacy

- 28.4. - 30.4.06 Prag, Tschechische Republik *geleitet von Alan Lowen*  
Tantra bedeutet „alles miteinander verweben, was ist“. Es bedeutet zu lernen, wie du alles umarmen und dich allem hingeben kannst, was du wahrnimmst, fühlst und erlebst. Wenn du offen bist für dein inneres Leben, kannst du wirklich intim sein mit deinem Geliebten, deiner Partnerin, deinem Freund. Wenn du es wagst, dich völlig zu öffnen mit Körper, Herz und Seele, wirst du den heiligen Raum entdecken, in dem sexuelle Liebe auch zu einer spirituellen Erfahrung wird.

## Body, Heart & Soul® 1: Restoring Sexual Innocence

- 14.4. - 21.4.06 Somerset, England *geleitet von Jan Day*  
2.6. - 9.6.06 Waldhaus, Schweiz *geleitet von Alan Lowen & Jan Day*  
Das Ziel dieser 7-tägigen Reise ist, dass du wirklich in dir zuhause sein kannst und glücklich bist, genau der Mann oder die Frau zu sein, die du bist. Du wirst echte Intimität in deiner/deinen sexuellen Beziehung/en genießen und lernen, wie du dich immer wieder für alles öffnen kannst, das dir zur Verfügung steht, wenn du wirklich präsent bist in deinem Körper, in Gefühlen, Herz und Seele. Body, Heart & Soul bringt wieder Unschuld, Verspieltheit, Feiern, Integrität und Heiligkeit in die Art hinein, wie du deine sexuelle Natur als immanenten Bestandteil deines ganzen Daseins lebst.

## Body, Heart & Soul® 2

### Pleasure, Surrender and Ecstasy

- 8.9. - 15.9.06 Waldhaus, Schweiz *geleitet von Alan Lowen & Jan Day*  
Um Ekstase in der sexuellen Liebe erleben zu können, musst du lernen, wie du dich dem Genuss hingeben kannst. Es geht nicht um Hingabe im Sinne von Niederlage, sondern um das tiefe Vertrauen in die eigene Männlichkeit oder Weiblichkeit. Das zu lernen, bringt mehr Glück in jeden Bereich deines Lebens.

## The Universal Experience

- 18.9. - 20.9.06 Waldhaus, Schweiz *geleitet von Alan Lowen*  
22.9. - 24.9.06 Waldhaus, Schweiz *geleitet von Alan Lowen*  
Seit vielen Jahren ist „The Universal Experience“ der beliebteste von Alans kürzeren Workshops. Es ist eine außergewöhnlich schöne, 3-tägige Begegnung mit dem Tod. Als eine kostbare Lernerfahrung für den Umgang mit Tod und Sterben zeigt er uns, wie wir alles loslassen können, das uns unglücklich macht. Kein Dogma, sondern einfach eine fesselnde Begegnung mit Tod und Sterben. Und das größte Geschenk? Es wird dein alltägliches Leben erleuchten!

## Das Geschenk des Seins

- 20.10. - 22.10.06 Waldhaus, Schweiz *geleitet von Jan Day*  
Das Geschenk des Seins (The Gift of Being) ist eine achtsam geführte Reise durch deine persönliche Geschichte zurück zum Beginn deines Lebens. Sie ist dafür geschaffen, deine inneren Ressourcen wiederaufzubauen und zu wecken, die dir im Laufe deines Lebens verloren gingen oder eingeschläfert wurden - und dir dabei zu helfen, wie du lernst, dein Leben und deine Beziehungen frei vom Einfluss der Verletzungen und Traumata deiner Kindheit zu genießen.  
Dieser Workshop zeigt dir, wie es ist, wenn du das Geschenk deiner eigenen Existenz voll und ganz annehmen kannst. Er ist eine Reise der Versöhnung mit wichtigen Erfahrungen aus deinem Leben, die dich zurückführt zu deiner Geburt, deinem Leben im Mutterleib, deiner Empfängnis und vielleicht sogar darüber hinaus.

## Love & the Shadow (für Paare)

- 14.-17.4 oder 14.-20.4.06 Schloss Glarisegg *mit Alan Lowen*  
Dein Partner spiegelt dir nur die Grenzen deiner eigenen Freiheit zu lieben wider, indem er dir zeigt, was du in dir selbst ablehnst. Das sind deine Schatten. Deine Beziehung ist deine einmalige Gelegenheit, um zu lernen, mit deinen Schatten Freundschaft zu schließen und dich so für tiefste Intimität zu öffnen - in dir selbst und mit deinem Partner.

## Sacred Sex: The Heart of Intimacy

- 29.4. - 1.5.06 nahe Köln, Deutschland *geleitet von Jan Day*  
27.6. - 30.6.06 Tschech. Republik *geleitet von Alan Lowen*  
(+ ein optionales Ferienwochenende in Prag vom 1.-2.7.06)  
Sexuelle Liebe ermöglicht eine Intimität von solcher Schönheit und Totalität, dass sie uns über die normalen Begrenzungen des Lebens hinaustragen kann und innere Wege zur Seele der Existenz öffnet. Um diese Qualität von Intimität zu bekommen, brauchen wir die Bereitschaft, uns mit völligem Vertrauen zu öffnen, durch und durch nackt zu sein. Nur derart offen können wir uns dem Lieben und Geliebtwerden hingeben.

## The Art of Being® entdecken

- 3.5. - 7.5.06 Waldhaus, Schweiz *geleitet von Alan Lowen*  
Dich mit allem zu befreunden, was du fühlst und empfindest heißt, dass du nach und nach all das in dir weckst, was noch schläft, und die Wunden aus der Vergangenheit heilst, die deine Freiheit, dein Glück und deine Liebe zum Leben einschränken. Und es ist das allerwichtigste und stabilste Fundament, das du in dir erschaffen kannst, um echte Intimität mit anderen zu genießen. In diesem 4-tägigen Workshop mit Alan kannst du dies mittels tiefer Verbindung lernen - mit anderen und mit deinem eigenen Wesen.

## Embracing the Beloved

- 5.5 - 7.5.06 Schloss Glarisegg, Schweiz *geleitet von Jan Day*  
6.-8.10 oder 6.-11.10.06 England *geleitet von Jan Day*  
UMARME DEN GELIEBTEN ist eine Einladung, durch das hindurch zu gehen, was uns davon abhält, die Verbindung zu anderen mit offenem Herzen zu genießen. Der Weg dorthin ist ein tiefes und liebevolles Akzeptieren von uns selbst. In der Umarmung unseres inneren Seins wird es einfach, unsere Liebe anderen zu geben. In der Berührung mit dem inneren Geliebten wird es einfach, den Geliebten in anderen zu fühlen und zu finden. Dies ist ein Workshop, in dem jede Berührung - mit unseren Worten, mit unserem Körper, mit unseren Gefühlen -, der Entdeckung und dem Erwachen zum Geliebten in uns und außerhalb von uns dient.

## Touching the Essence (Die Essenz berühren)

- 29.9 - 1.10.06 bei Köln, Deutschland *geleitet von Jan Day*  
Die tiefste Vertrautheit mit uns selbst und mit anderen entsteht dann, wenn wir immer mehr unsere eigenen Gefühle und unser Wesen annehmen können und wirklich freundlich zu uns sind. Dieser Workshop ist eine sanfte, aber dennoch kraftvolle Lektion, WIE wir unsere „Tabuzonen“ durch physische und emotionale Berührung öffnen können - wenn wir es zulassen, bis zum Herzen und zur Seele unseres Seins.

## Being! Ein 7-tägiger Art of Being® Intensiv-Workshop

- 13.10 - 20.10.06, Schloss Glarisegg *geleitet von Alan Lowen*  
Ein Entwurf für ein bewusstes, glückliches Dasein in Liebe zum Leben. *Being!* ist ein Intensiv-Workshop, der den Raum für Menschen schafft, weit offen für sich selbst zu werden und miteinander persönliche Beziehungen einzugehen, die es jedem leicht machen, sich immer mehr zu öffnen. Es ist ein Abenteuer, bei dem sich die Teilnehmer darauf einlassen, den Reichtum ihrer Ganzheit zu leben - als wahrnehmende, fühlende Wesen, die feiern, was ihre männlich/weibliche Natur ihnen schenkt und die in außergewöhnliche Bewusstseinszustände hinein erwachen können. Das Ziel ist, die Kunst des Seins leben zu lernen, so dass dein Innenleben, deine Freude an deiner Welt und deine Verbindung zum Geist bereichert werden.

Für die ausführliche Beschreibung aller Workshops siehe [www.artofbeing.com](http://www.artofbeing.com) - oder Broschüre anfordern unter [info@artofbeing.com](mailto:info@artofbeing.com)

|                        |   |                                      |                      |
|------------------------|---|--------------------------------------|----------------------|
| 14. - 17. / 20. April  | Love & the Shadow (für Paare)                         | Schloss Glarisegg, Schweiz           | Alan Lowen           |
| 14. - 17. April        | Freiheit zu fühlen - Freiheit zu lieben               | Croydon Hall, Somerset, England      | Jan Day              |
| 14. - 21. April        | Body, Heart & Soul 1                                  | Croydon Hall, Somerset, England      | Jan Day              |
| 28. - 30. April        | Opening to Intimacy!                                  | Prag, Tschechische Republik          | Alan Lowen           |
| 29. April - 1. Mai     | Sacred Sex: The Heart of Intimacy                     | Haus Beuerhof, bei Köln, Deutschland | Jan Day              |
| 3. - 7. Mai            | Art of Being® entdecken                               | Waldhaus, Schweiz                    | Alan Lowen           |
| 5. - 7. Mai            | Embracing the Beloved                                 | Schloss Glarisegg, Schweiz           | Jan Day              |
| 12. - 14. Mai          | Freiheit zu fühlen - Freiheit zu lieben               | bei Berlin, Deutschland              | Jan Day              |
| 17. - 21. Mai          | Artisans Circle (für Trainings-Graduierte)            | Schloss Glarisegg, Schweiz           | Alan Lowen           |
| 2. - 5. Juni           | Freiheit zu fühlen - Freiheit zu lieben               | Waldhaus, Schweiz                    | Alan Lowen & Jan Day |
| 2. - 9. Juni           | Body, Heart & Soul 1                                  | Waldhaus, Schweiz                    | Alan Lowen & Jan Day |
| 27. Juni - 2. Juli     | Sacred Sex + Ferienwochenende in Prag                 | Tschechische Republik                | Alan Lowen           |
| 8. - 15. Sept          | Body, Heart & Soul 2                                  | Waldhaus, Schweiz                    | Alan Lowen & Jan Day |
| 8. - 17. Sept          | Body, Heart & Soul DAS NEUE 2-JAHRES TRAINING BEGINNT | Waldhaus, Schweiz                    | Alan Lowen & Jan Day |
| 18. - 20. Sept         | Das Universelle Erlebnis                              | Waldhaus, Schweiz                    | Alan Lowen           |
| 22. - 24. Sept         | Das Universelle Erlebnis                              | Waldhaus, Schweiz                    | Alan Lowen           |
| 29. Sept - 1. / 4. Okt | Touching the Essence                                  | bei Köln, Deutschland                | Jan Day              |
| 6. - 9. / 11. Okt      | Embracing the Beloved                                 | Somerset, England                    | Jan Day              |
| 13. - 20. Okt          | Being! Ein 7-tägiger Art of Being® Intensiv-Workshop  | Schloss Glarisegg, Schweiz           | Alan Lowen           |
| 20. - 22. Okt          | Das Geschenk des Seins                                | Waldhaus, Schweiz                    | Jan Day              |
| 28. Dez - 18. Jan      | High on Life 2007                                     | Maui, Hawaii                         | Alan Lowen & Jan Day |

## INFORMATIONEN & ANMELDUNG

**BÜRO:** PO Box 790269, Paia, HI 96779, USA  
Tel: +1-808-572-1435 (voicemail)  
Email: [info@artofbeing.com](mailto:info@artofbeing.com)  
UK Tel: +44-(0)20-7870 1774  
Deutschland Tel: +49-(0)221-9976 422

### WEITERE KONTAKTADRESSEN:

#### WALDHAUS, SCHWEIZ

Tel +41-(0)34-461-0705  
Email: [waldhaus@waldhaus.ch](mailto:waldhaus@waldhaus.ch)

#### SCHLOSS GLARISEGG, SCHWEIZ

Email [info@artofbeing.com](mailto:info@artofbeing.com)  
Malou, Tel: +41-(0)1-796-1053

#### ENGLAND:

Meru, Tel. +44-(0)1453-752604  
Voicemail: +44-(0)20-7870 1774  
Email: [uk@artofbeing.com](mailto:uk@artofbeing.com)

#### DEUTSCHLAND: +49-(0)221-9976 422 (Art of Being voicemail)

Köln: Sara, Tel: +49-(0)178 48 78 119  
Berlin: Anna, Tel: +49-(0)30-3954 380  
Email: [workshops@artofbeing.com](mailto:workshops@artofbeing.com)

#### TSCHECHISCHE REPUBLIK:

Denisa, Tel: +420-603-422 329  
Email: [info@tantraworld.com](mailto:info@tantraworld.com)

## High on Life 2007

28. Dezember 06 - 18. Januar 07  
Maui, Hawaii

geleitet von Alan Lowen & Jan Day

Unser alljährlicher Ferienworkshop lädt dich ein, aus dem Winter auszubrechen in ein tropisches Paradies, weit weg vom kalten Klima Nordamerikas und Europas. High on Life wird wieder auf Maui stattfinden, inmitten der Schönheit und Magie unserer Inselheimat. High on Life ist unsere intensive Feier von Natur, Herz, Sein und Geist, ausgewogen zwischen den Workshop-Sessions, in denen wir all die Geschenke des Seins öffnen, und unseren Ausflügen zu den Herrlichkeiten Mauis. Diese Erfahrung wird dir dein Leben lang lieb und teuer sein, sowohl wegen der unglaublichen Schönheit als auch wegen der inneren Segnungen. Und es gibt noch ein drittes Element: die Art of Being-Gemeinschaft, die wir in der Zeit unseres Zusammenseins bilden, ist ein Modell dafür, wie wir gemeinsam lieben, lernen, heilen und feiern können.

Broschüre auf Anforderung.

HOHER FRÜHBUCHERRABATT bei Buchungen  
bis zum 28. Juli 2006

Informationen & Anmeldung: +1-808-572-1435

E-mail: [info@artofbeing.com](mailto:info@artofbeing.com)

(Voicemail England) +44 (0)20-7870-1774

(Voicemail Deutschland) +49 (0)221-9976 422

