



Über The Art of Being®

Art of Being® Workshops und -Kurse verändern die Lebensqualität der Menschen. Sie durchdringen die intellektuellen Schichten des Verstandes bis in die Tiefen der Wahrnehmung und des Fühlens, wo du lernen kannst, dich mit deinem gesamten Wesen anzufreunden und es anzunehmen. Du heilst alte Wunden, baust verlorene innere Ressourcen wieder auf, feierst deine Natur als sinnlicher Mann und sinnliche Frau, findest Erfüllung in deinen Freundschaften und intimen Beziehungen und lernst, dein äußeres Leben mit einer dauerhaften Seelenverbindung zu den inneren Mysterien des Lebens zu führen.

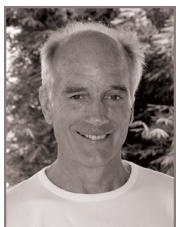
The Art of Being®

Innerhalb Europas: +41 44 586 87 43

Internationale Rufnummer: +1 989 785 0546

e-Mail: office@artofbeing.ch

artofbeing.ch bietet Informationen über alle Workshops und Kurse von Alan sowie Artikel, Podcasts, CDs, Alans persönliches Blog, usw.



Über Alan Lowen

In England geboren und aufgewachsen, lebt Alan seit über 20 Jahren zwischen Hawaii und Europa. Er studierte Psychologie in London und Oxford. Sein erster Mentor war Dr. Carl Rogers, einer der Gründerväter des Human Potential Movements. Zu Alans weitem Spektrum an Ausbildungen gehören auch 10 Jahre, die er als Schüler des großen Mystikers Osho Rajneesh verbrachte. Später gründete er The Art of Being® als einen Weg des persönlichen Wachstums und spirituellen Erwachens. 2003 wurde ihm der Kindred Spirit Award für seine Arbeit im Bereich der persönlichen Transformation verliehen. Er bietet seit 37 Jahren vorwiegend in Europa und den USA Workshops zu den Themen Beziehung, Sex, Liebe, Tod, Seele, Sehnsucht und Sein an. Sein Vertrauen in das Potenzial anderer ist außergewöhnlich: „Ich liebe die Überraschung, dabei zusehen, wenn Menschen sich selbst entdecken. Ich würde es nicht verderben wollen, indem ich es herbeizuführen versuche.“ Für mich bedeutet Lehren den Raum zu schaffen, in dem Menschen entdecken und lernen können.“ Alan beginnt dort, wo die Menschen gerade stehen, und nutzt seine natürliche Begabung, seine persönliche Präsenz und sein reichhaltiges Repertoire an Gruppenprozessen, Meditationen, Musik, Tanz und Trancearbeit, um aus dem Gewöhnlichen das Außergewöhnliche zu machen.

Alans Kalender Sep 2009 - Aug 2010

Beginn abends soweit nicht anders vermerkt

2009

Date	Workshop	Location	E-mail	Telephone
Fr 11. Sep (10.30) - So 13. Sep	Die Art of Being-Erfahrung: eine Reise vom Überleben zum Feiern	Kientalerhof, Schweiz	kientalerhof@gmx.ch	+41-33 676 26 76
Mi 16. Sep 19.00: Ein Abend mit Alan	Ein kurzer, tiefer Blick auf die Kunst des Seins	Bern, Schweiz	waldhaus@waldhaus.ch	+41-34 461 07 05
Fr 18. Sep - So 20. Sep	The Universal Experience	Waldhaus Zentrum, Schweiz	waldhaus@waldhaus.ch	+41-34 461 07 05
Di 22. Sep - So 27. Sep	The Art of Being Training 3 (geschlossene Gruppe)	Waldhaus Zentrum, Schweiz	waldhaus@waldhaus.ch	+41-34 461 07 05
Fr 2. Okt - So 4. Okt	Free to Feel, Free to Love (Frei zu fühlen, frei zu lieben)	Finkenwerder Hof, Norddeutschland	spiritoflovemassage@hotmail.com	+49-30 39 03 18 88
Fr 2. Okt - Fr 9. Okt	Body, Heart & Soul® 1	Finkenwerder Hof, Norddeutschland	spiritoflovemassage@hotmail.com	+49-30 39 03 18 88
Mi 14. Okt - So 18. Okt	Soul-Life	Skalka u Doks, Tschechien	martina@artofbeing.com	+420-777 64 49 67
Fr 23. Okt - So 25. Okt	Die Art of Being-Erfahrung: eine Reise vom Überleben zum Feiern	Jonathan-Zentrum, Chiemsee. Deutschland	info@Jonathan-Seminarhotel.de	+49-8669 79 090

2010

Date	Workshop	Location	E-mail	Telephone
Sa 13. Feb - Fr 26. Feb	High on Life in Costa Rica!	Blue Beach Retreat, Costa Rica	office@artofbeing.com	+41-44 586 87 43
Sa 6. März - Do 11. März	The Art of Being Training 4 (geschlossene Gruppe)	Waldhaus Zentrum, Schweiz	waldhaus@waldhaus.ch	+41-34 461 07 05
Fr 19. März - So 21. März	Soul Incorporated	Kientalerhof, Schweiz	kientalerhof@gmx.ch	+41-33 676 26 76
Fr 26. März - So 28. März	Into the Mystic (für Absolventen und Lehrer)	Schloss Glarisegg, Schweiz	info@schloss-glarisegg.ch	+41-52 770 21 88
Fr 2. Apr - Mo 5. oder Do 8. Apr	Love & the Shadow (für Paare)	Schloss Glarisegg, Schweiz	info@schloss-glarisegg.ch	+41-52 770 21 88
Fr 16. Apr - So 18. Apr	Soul-Life	München, Deutschland	Anja.Schick@gmx.de	+49-89 651 14 227
Fr 23. Apr - So 25. Apr	Die Art of Being-Erfahrung: eine Reise vom Überleben zum Feiern	Berlin, Deutschland	spiritoflovemassage@hotmail.com	+49-30 39 03 18 88
Fr 30. Apr (10.30) - Mo 3. Mai	Free to Feel, Free to Love (Frei zu fühlen, frei zu lieben)	Skalka u Doks, Tschechien	martina@artofbeing.com	+420-777 64 49 67
Fr 30. Apr (10.30) - Do 7. Mai	Body, Heart & Soul 1	Skalka u Doks, Tschechien	martina@artofbeing.com	+420-777 64 49 67
Fr 14. Mai (10.30) - So 16. Mai	Die Art of Being-Erfahrung: eine Reise vom Überleben zum Feiern	Kientalerhof, Schweiz	kientalerhof@gmx.ch	+41-33 676 26 76
Fr 21. Mai - Mi 26. Mai	Mystical Tantra	Waldhaus Zentrum, Schweiz	waldhaus@waldhaus.ch	+41-34 461 07 05
Fr 23. Jul - Fr 6. Aug	Let there be Love! (Es werde Liebe!) Maui-Special für Paare	Shanti-Alegria, Maui, Hawaii	office@artofbeing.com	+41-44 586 87 43

The Art of Being Experience / Die Art of Being-Erfahrung lädt dich zu allem ein, was es heißt, menschlich zu sein, du selbst zu sein, zu SEIN!

Dies ist ein Mikrokosmos all dessen, was es heißt, menschlich zu sein. Du erlebst dich selbst und andere in ihrer Größe und in ihrer Fehlbarkeit, mit der wir alle aufsteigen und fallen können. Der Fokus liegt immer auf dem ERFAHREN. Denk nicht darüber nach, wer du sein solltest. Hier wirst du gefeiert als die Person, die du bist, während du lernst, mit Vertrauen, Mut und deiner gesamten Körper-Herz-und-Seelen-Präsenz zu leben. Dein Leben wird zu einem endlosen Abenteuer, bei dem du lernst, mit dir allein und in all deinen Beziehungen zu anderen glücklich zu sein.

Body, Heart & Soul 1: Der tantrische Grundlagen-Workshop (7 Tage) und Free to Feel, Free to Love /Frei zu fühlen, Frei zu lieben (das lange Eröffnungswochenende, ein in sich abgeschlossener Workshop)

„Die Gesamtheit unseres Wesens vom Sex bis zur Seele leben zu können ist die wahre Bedeutung von Tantra. Es öffnet uns für die Geschenke der Intimität und zeigt uns, wie wir unseren Alltag mit Liebe und Präsenz leben können“ –Alan

Unter allen Tantra-Workshops mit sexueller Ausrichtung, die es heutzutage gibt, gehört BHS1 zu jenen, die man als unverzichtbar bezeichnen kann.

Eine gute Beziehung zu unserer Sexualität ermöglicht uns einen wunderbaren Weg des Erwachens. Der Workshop Body, Heart & Soul 1 sorgt für diese Beziehung. Er baut das Vergnügen und die Leidenschaft wieder auf, die zu unserer sexuellen Natur gehören. Er lässt Angst, Scham, Hemmungen sowie das Verstellen und Theaterspielen verschwinden, das damit einhergeht. Er verwebt unsere Sexualität, Gefühle, Herz, Wesen und Seele zu einem integrierten Ganzen. Er nährt die persönliche Präsenz, mit der wir die Gemeinsamkeit von Natur und Geist feiern können, statt sie voneinander zu trennen. Er bringt das Heilige in unsere menschliche Sexualität zurück.

High on Life in Costa Rica!

Transformierende Ferien: Samstag, 13. Februar – Freitag, 26. Februar 2010

Zwei Wochen lang bilden wir eine Art of Being-Gemeinschaft, in diesem Winter in Moksha, einem wunderschönen, neuen Retreat-Center in der Nähe des weißen Pazifikstrands von Guiones, dem besten von ganz Costa Rica. Um uns herum ist die grüne, tropische Halbinsel Nosara, eine der schönsten Grünzonen im Land. Hier leben wir in einer gemächlichen und potenziell lebensverändernden Mischung aus gemeinsam verbrachter Zeit im Art of Being-Kreis und Zeiten, in denen wir dieses zentralamerikanische Paradies erkunden und genießen. Komm, um die Lebendigkeit deines Körpers, deiner Sinne und Gefühle, deines Herzens und deiner Seele wiederherzustellen! Komm, um die intime und heilige Gemeinschaft zu erleben, die entsteht, wenn wir zusammenkommen, um die Kunst des Seins zu lernen und zu leben!

Into the Mystic! Für alle Art of Being®-Absolventen

Wenn die Reise ins Sein dem Schwimmenlernen im tiefen Wasser gleicht, dann gehört auch das Lernen von Loslassen und Ertrinken dazu! Was uns ins Mystische hineinführt, ist die Tiefe unseres Öffnens und unser Vertrauen, loszulassen. Wir erfahren das Leben hier und jetzt – seine Farben, Schattierungen, Feinheiten und Mysterien, die entstehen und in unser Wesen eindringen, wenn wir uns für sie öffnen. Dieses jährliche Wochenend-Treffen ist offen für Absolventen und Lehrer aus allen Art of Being-Trainings mit Alan oder mit Saleem. Eine wunderbare Gelegenheit, deine innere

Verbundenheit aufzufrischen, neue Türen zu deinem Wesen zu öffnen und alten und neuen Freunden zu begegnen - zum gemeinsamen Feiern der Kunst des Seins.

NB: Als lizenzierte Art of Being®-Lehrer dient die Teilnahme an diesem Wochenende der Aufrechterhaltung deiner Lizenz.

Love and the Shadow /Die Liebe und der Schatten: Ein Workshop für Paare

Bei Love and the Shadow geht es um die Vertiefung deiner Liebesbeziehung zu deinem Partner. Ihr lernt, euren Weg durch die Schatten hindurch zu finden, die unvermeidlich sind, weil ihr beide Menschen seid! Im Workshop-Kreis wirst du unbezahlbare Gedanken, Einsichten und kreative Möglichkeiten finden, über die Schatten zu verhandeln – deine eigenen und die des anderen. Und Alan wird euch durch Prozesse und Erfahrungen hindurchführen, um die Liebe zu erneuern, die euch überhaupt erst zusammengebracht hat, was eure gemeinsame Reise für neue Höhen und Tiefen öffnet. Der erste Teil des Workshops (Ostern) endet am Montagnachmittag. Dann setzt er sich im kleineren Kreis bis Donnerstagmittag fort – mit außergewöhnlich tiefen und intimen Erkundungen.

Mystical Tantra (Mystisches Tantra)

Wenn wir uns weit genug öffnen, begegnen wir der mystischen Realität. Mystical Tantra ist eine kontinuierliche Reise des Öffnens für diese Erfahrung durch Intimität - sinnliche, sexuelle, des Herzens oder eine Mischung aus allem. Du kannst mit einem Partner kommen oder dich einfach dem Zusammensein mit anderen Teilnehmern anvertrauen – oder niemandem außer dir selbst. In jedem Fall entscheidest du, wie weit du dich in den tantrischen Ritualen öffnen willst, die fließend ineinander übergehen. Letztendlich geht es bei deiner Intimität nicht um die mit einer anderen Person, sondern sie liegt in der Qualität deines bewussten Einlassens auf alles, was hier und jetzt geschieht. Wenn du mit deinem ganzen Wesen präsent bist, wird deine Intimität mystisch.

Soul-Life / Seelenleben

„Damit du dein tägliches Leben aus voller Seele leben kannst.“ -Alan

Wir können ganz normal im Alltagsleben funktionieren, ohne mit unserer eigenen Seele verbunden zu sein. Erfolgreich zu sein erfordert keine Seele. Aber Erfüllung braucht sie! Unsere Seelenverbindung gibt uns unsere Verspieltheit, Kreativität, Freude und unsere Art, wirklich intim zu sein, wenn wir es wollen. Das Ziel des Soul-Life-Workshops ist die vollständige Erneuerung dieser Verbindung mit dem innersten Kern deines Wesens. Mit Worten, Berührungen, Musik, Bewegung und Stille wird dich dieser Prozess tief in dein Alleinsein und zu intensiven Kontakten mit anderen führen.

Spirale: Die tantrische Reise vom Sex zur Seele

Es ist nichts Sexuelles, was den Sex tiefer, reicher oder hochfliegender macht. Es geht darum, wie viel von dir präsent ist! In diesem Workshop sollen die Erkundungen in sexueller Intimität nach und nach das gesamte Spektrum deiner Gefühle, Energien, Sinne und Empfindsamkeiten erfassen. Indem du dein gesamtes Wesen feierst, bewegst du dich in einer Spirale von sexueller Intimität in die spirituelle Vereinigung. Als Führer und Begleiter besteht Alans Part darin, den Weg für solche Erkundungen zu frei zu machen, und dir dabei zu helfen, dich mit den sinnlichen, erotischen, emotionalen, Herz-und-Seele-Aspekten deines Wesens anzufreunden und sie zu integrieren.

The Universal Experience/Die universelle Erfahrung: Eine intime Begegnung mit deinem eigenen Tod

Wenn wir lernen, loszulassen und das Mysterium des Todes anzunehmen, können wir ein glückliches Leben in echter Freiheit führen. Eine intime Begegnung mit dem Tod durch die Teilnahme an einer Erfahrung von solch profunder Schönheit ist kaum vorstellbar. Dennoch ist es genau das, was the Universal Experience bietet. Frei von Theorien und Dogmen führt diese außergewöhnlich wirklichkeitsnahe Reise zum größten Geheimnis des Lebens. Für viele Menschen in der ganzen Welt wurde sie zu einem Schlüssel, der sie von alten, zerstörerischen Verhaltensmustern und Einstellungen befreite und ihnen ihre Lebensfreude zurückbrachte. Dieser Workshop wird deine Beziehung zum Tod transformieren. Sein größter Segen jedoch liegt in seinen Auswirkungen auf dein Alltagsleben.

Offende Abende

(Zürich 9. Juni, Bern 16. September. Noch unbestätigt: London, Berlin, München - Einzelheiten und Aktualisierungen siehe Website-Kalender.) Wie auch immer das Thema des Abends lautet – es ist natürlich eine Gelegenheit, Alan und seinem Lebenswerk zu begegnen.

VORANKÜNDIGUNG!

"Let there be Love!" Ein Art of Being Maui-Abenteuer für Paare, 23. Juli - 6. August 2010

Für 6 Paare in unserem schönen Zuhause an der Nordküste: zwei Wochen Ferien mit einer ausgewogenen Mischung aus Zeit in Alans Art of Being Kreis und Freizeit auf der Insel, um in Mauis tropischen Wonnen zu schwelgen. Die Sitzungen im Kreis mit Alan sind dem Vertiefen von Intimität, der Heilung und dem Lösen persönlicher und partnerschaftlicher Themen gewidmet – und dem Feiern der Liebe.

Soul Incorporated

SOUL INCORPORATED ist das neue Art of Being-Projekt für Menschen aus der Unternehmerwelt. Die konventionelle "Weisheit" geht davon aus, dass die Seele keinen Platz im Business hat. Diese Haltung fördert unternehmerisches und persönliches Scheitern. Wenn unsere Präsenz bei unserem Tun so total ist, dass sie unser Seelen-Bewusstsein einschließt, sind wir in Bestform - höchst erfolgreich bei der Arbeit und erfüllt in unserem Privatleben. Mehr dazu auf den neuen Website www.soul-inc.com