

„You have enough!“ – Zen-Meister Thich Nhat Hanh

„Wir brauchen keine blühende Pharmaindustrie, wir brauchen gesunde Menschen.“ – Hans A. Pestalozzi



Achtsamkeit und Wachstum

Wie der Buddhismus die Sicht auf unsere Wirtschaft und unser Wirtschaften im Alltag revolutioniert

mit Dr. Kai Romhardt

12. Oktober 2014 in Wien

Ein Achtsamkeitsseminar des Netzwerkes Achtsame Wirtschaft

Was wächst denn da?

Das ökonomische „Wachstumsdenken“ wird seit über dreißig Jahren kritisiert und dennoch ist „Wachstum“ nach wie vor der dominante Wegweiser in unserem Wirtschaftssystem. Dies gilt sowohl für den Einzelnen, als auch für Unternehmen und die ganze Volkswirtschaft. Ob Arbeitslosigkeit, Gewinneinbrüche oder Zukunftssicherung, Wachstum wird als Lösungsstrategie ins Feld geführt. Individuell wird „Wachstum“ häufig gleichgesetzt mit Karriere, Erfolg oder steigendem Einkommen, Einfluss oder erhöhter Achtung und Bekanntheit.

Aus Sicht der buddhistischen Lehre führen diese Arten des Wachstums nicht zu einer heilsamen Entwicklung, weder für den Einzelnen noch für die Gesellschaft. Wir sollten genau schauen, was in uns und um uns herum wächst. Jedes neu errichtete Gefängnis geht voll ins Bruttosozialprodukt ein. Auch auf den klassischen Karrierepfaden finden die wenigsten Menschen ihr Glück.

Achtsamkeit entwickelt uns

Die Lehren des Buddha schenken uns einen verlässlicheren Kompass. Schauen wir achtsam, erkennen wir unsere unheilsamen Gewohnheiten und Handlungsmuster. Wir beginnen Wege zu sehen, auf denen wir systematisch das Heilsame in unserem Leben und Wirken zu stärken. Auf diesem Wege der Selbsterkenntnis stellt uns die Achtsamkeits- und Meditationspraxis einen konkreten Methodenkasten zum inneren Wachstum zur Verfügung.

Unser wahres Wachstumspotenzial ist geistiger Natur, was uns von vielfältigen materiellen Begrenzungen und Begehrlichkeiten befreien kann.

Der Buddha hat seine Lehre als einen Wachstumspfad gesehen, der – basierend auf einem einfachen Leben und ethischen Grundverpflichtungen – schrittweise Glück, Frieden und Mitgefühl in unserem Leben vertieft.

Buddhistisches Wachstum

In unserem Seminar wenden wir zentrale buddhistische Lehren, Prinzipien und Methoden, auf die Themenfelder Wachstum und persönliche Entwicklung an. Wir beleuchten unseren eigenen Wachstumsweg und betrachten, wie wir heilsamer und freudiger wachsen können, wie das Richtige in uns und um uns herum heranwachsen kann. Und wir werden vielleicht sehen, dass die Justierung des Wachstumskompasses unsere ganze Wirtschaft(sweise) revolutionieren kann. Im Großen wie im Kleinen.

Folgende buddhistische Lehren werden wir an unserem gemeinsamen Übungstag befragen:

- Die Vier Edlen Wahrheiten
- Den 8-fachen Edlen Pfad mit den Übungsfeldern: Anschauung, Denken, Achtsamkeit, Rede, Handeln, Anstrengung, Sammlung, Lebenserwerb
- Die Sechs Paramitas (Großzügigkeit, Achtsamkeitsübungen, Herzensweite, Tatkraft, Sammlung und Verstehen)
- Den Einsichts-Dreiklang aus Achtsamkeit, Sammlung und Verstehen



Achtsamkeitspraxis vertiefen

Unsere Achtsamkeit werden wir während des ganzen Tages durch Sitz-, Geh- und Essmeditation stärken.

An Hand von alltäglichen Situationen werden wir das Thema „Wachstum“ persönlich berühren. Wie spüre ich, dass ich wachse? Was für Rahmenbedingungen brauche ich hierfür? Welche Zusammenhänge sehe ich zu meiner Arbeit, meinem Konsum oder meinem Umgang mit Geld? In welche Richtung wachsen die Organisationen oder Menschen, denen ich meine Lebenskraft schenke? Indem wir das Thema Wachstum am eigenen Leibe erfahren vertieft sich unser Verständnis.



Im Erfahrungsaustausch lernen wir voneinander und schauen auf unsere persönlichen Wirtschaftsgewohnheiten. Hierbei hilft uns die gemeinsam kultivierte Achtsamkeit in allen Verrichtungen des Tages.



Das Netzwerk Achtsame Wirtschaft (NAW) vermittelt und entwickelt das Potenzial buddhistischer Lehren für die verschiedensten Bereiche unserer Wirtschaft. Ausgangspunkt ist hierbei das Verständnis und die Schulung des eigenen Geistes. Zu diesem Zwecke werden Seminare und Retreats durchgeführt, Publikationen verfasst und Initiativen ergriffen.

Im Netzwerk treffen sich Menschen, die nach Alternativen zum heutigen Wirtschaftssystem suchen, sich für das Thema „Achtsame Wirtschaft“ interessieren und in ökonomische Zusammenhänge wirken.

Es verbindet Menschen, die sich in einer Atmosphäre der Achtsamkeit von der buddhistischen Lehre und Praxis berühren und inspirieren lassen wollen. oder sich für konkrete Impulse für ihr Leben und ihre Arbeit interessieren. Die Themen des Netzwerkes sind konkret und betreffen im Kern alle, die wirtschaftlich aktiv sind.

Heute existieren Regional- und Initiativgruppen des Netzwerkes in zwölf Städten. In Wien existiert seit 2011 eine Regionalgruppe, mit deren Aktiven wir uns im Rahmen und Anschluss des Seminares verbinden können.

Mehr Infos unter: www.achtsame-wirtschaft.de

Kai Romhardt

Dr. Kai Romhardt arbeitet nach Studium der Wirtschafts- und Organisationswissenschaften in St. Gallen und Genf als Buchautor, Trainer, Coach, Organisationsberater, Lehrbeauftragter (u.a. Uni St. Gallen) und Meditationslehrer (u.a. European Institute of Applied Buddhism).



Kai Romhardt ist Dharmalehrer des Zen-Ordens Intersein (Tiep Hien), der 1966 vom weltweit bekannten Zen-Meister Thich Nhat Hanh begründet wurde. Er lebte und studierte zwei Jahre in dessen internationalen Meditations- und Studienzentrums in Frankreich (Plum Village).

Kai ist Initiator und Koordinator des Netzwerkes Achtsame Wirtschaft und lebt mit seiner Familie in Berlin.



Er ist zudem Autor von „Wir sind die Wirtschaft: Achtsam Leben – Sinnvoll Handeln“ sowie weiteren Büchern zu den Themen Achtsamkeit, Selbst- und Wissensmanagement.

Mehr Informationen unter www.romhardt.com und www.achtsame-wirtschaft.de.

Konditionen

Die Kosten für das Achtsamkeitsseminar Achtsamkeitstag setzen sich aus der Grundgebühr und dem Honorar (Dana) für den Seminarleiter zusammen.

Die Grundgebühr beträgt 80,- Euro und wird am Anfang des Tages bar entrichtet. Das Honorar für die Seminarleiter wird auf Dana-Basis gegeben. Dana – die Kunst der Großzügigkeit - ist tief in der buddhistischen und asiatischen Tradition verankert und steht für großzügiges Geben.

Die Höhe des Honorar Betrags liegt in der Eigenverantwortung der TeilnehmerInnen. Wer mehr hat gibt mehr und ermöglicht es damit finanziell Schwächeren teilzunehmen und unterstützt weitere Aktivitäten des Netzwerks Achtsame Wirtschaft. Dana ist keine Spende. Es ist der notwendige Beitrag zum Lebenserwerb der Kursleiter. Nur so kann das Dharma auch in Zukunft weitergegeben werden.

Organisatorisches

Der Achtsamkeitstag beginnt am 12. Oktober 2014 um 9:30 Uhr und endet gegen 17 Uhr. Wir verpflegen uns selbst.

Daher bitten wir die TeilnehmerInnen einen **kulinarischen Beitrag** für unser vegetarisches Mittagsbuffet mitzubringen. Getränke werden von uns bereitgestellt.

Anmeldung

bei Kai Romhardt: +49 30 804 970 20 und info@romhardt.de

Ort des Seminars

Yoga 7
Burggasse 74
1070 Wien

www.yoga7.at