

„Time is not money, Time is Life.“

- Thich Nhat Hanh



Mein Geld und Ich

**Wie Achtsamkeit unsere
Beziehung zum Geld klären und
transformieren kann**

mit Dr. Kai Romhardt

18. Oktober 2014 in Zürich

Ein Achtsamkeitsseminar des
Netzwerkes Achtsame Wirtschaft

Mein Geld und Ich

Das Thema Geld lässt niemanden von uns kalt und ist immer wieder in aller Munde. Die Bankenkrise hat unser Denken über Geld und Finanzen, aber auch über die Wirtschaft als Ganzes verändert. Wir erleben einen Bruch im kollektiven Selbstverständnis dessen, was Wirtschaft ist, was Wirtschaft darf, was Wirtschaft kann. Wir sehen auch, dass wir es sind, die mit unseren Ideen und Entscheidungen diese Wirtschaft geschaffen haben und täglich neu schaffen. Wir sind die Wirtschaft! Vor diesem Hintergrund lohnt es sich, unsere persönliche Beziehung zum Thema Geld zu beleuchten und zu überprüfen.

Die Erfindung des Geldes hatte einen fundamentalen Einfluss auf unsere Gesellschaft und Kultur. Geld ist weit mehr als nur ein universelles Tausch- oder Aufbewahrungsmittel. Geld durchdringt unsere geistige Welt - unser Innerstes.

Wir arbeiten für Geld und kaufen mit ihm ein. Wir verleihen, sparen und investieren es. Wir erwarten in unseren finanziellen Beziehungen Rückzahlung, Rendite oder Wertsteigerung - oder auch nicht. Schauen wir genau hin, kann unser alltäglicher Umgang mit Geld zum Ausdruck und Spiegel unserer Haltung dem Leben gegenüber werden.

Heben wir den abstrakten Schleier des Geldes, können wir die wahre Natur ökonomischer Prozesse erkennen und unsere eigenen Bedürfnisse und Motivationen sehen. Geld bietet uns eine weite Projektionsfläche für viele unserer unerfüllten Wünsche. Geld scheint ein universeller Schlüssel zu Macht, Sicherheit und Kontrolle zu sein - vielleicht gar zum persönlichen Glück. Ein Teil von uns weiss, dass dies nicht wahr ist.

Klarheit kultivieren

Der monatliche Blick auf das Bankkonto, die Kontrolle der Rechnung im Restaurant, der Abschluss einer Lebensversicherung und die Gabe an den Bettler an der Straßenecke sind alles Ausdrücke unserer Wahrnehmung von Geld - das heisst, von dem was wir im Bezug zu unserem Geld für wahr nehmen.

Im Seminar „Mein Geld und Ich“ wollen wir einen klaren Blick auf unsere finanziellen Handlungen aber auch auf die darunter liegenden Wahrnehmungen und Überzeugungen werfen.

Dadurch erhellen wir unsere persönliche Beziehung zum Geld und erschließen das Potenzial, diese spezielle Beziehung zu transformieren.

Durch den Einsatz von bewährten Achtsamkeitspraktiken aus der buddhistischen Tradition wollen wir den Blick vom Oberflächlichen in die Tiefe führen und in praktischen Übungen in der Gruppe unsere Beziehung zum Geld erkunden.

Der achtsame Austausch in der Gruppe erweitert die Perspektive und vertieft die Erfahrungen.

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, welche mit unvoreingenommenem Blick Ihre Beziehung zum Geld untersuchen und klären möchten.

Hierbei kontemplieren wir auch Fragen, die uns einen gänzlich neuen Zugang zum Thema schenken können, wie z. B. „Ist der Zins unser Freund oder unser Feind?“ „Was zählt und was wird gezählt?“ „Wie wirkt Geld heilsam?“ „Wann ist es genug?“ „Was macht uns wahrhaft reich?“ „Welche Emotionen lösen das Geldthema und seine Verwandten aus?“

Übung in Achtsamkeit

Achtsamkeit ist die Fähigkeit, vorurteilsfrei und klar zu erkennen, was im gegenwärtigen Moment geschieht. Die Motivation und Folgen unserer Gedanken, Worte und Taten werden sichtbar. So werden wir uns der gegenseitigen Verwobenheit allen Lebens immer bewusster.

Der gemeinsame Tag wird getragen durch konkrete Übungen zur Kultivierung von Achtsamkeit:

- Sitz- und Gehmeditation
- Achtsames Essen
- Austausch (tiefes Zuhören, achtsame Rede)
- Medienfasten
- Perioden des Edlen Schweigens.

Im achtsamen und bewussten Miteinander werden wir gemeinsam durch den Tag gehen.

Intersein

Über Vorträge, Selbstreflexion und den Erfahrungsaustausch lernen wir verschiedene Ansätze zur Überprüfung und Transformation unseres eigenen Arbeitsverhaltens kennen.

Außerdem werden wir die Gelegenheit haben, uns mit Gleichmotivierten im Rahmen des Netzwerkes Achtsame Wirtschaft auszutauschen und zu verbinden.

Netzwerk Achtsame Wirtschaft

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.



Mehr Infos unter: www.achtsame-wirtschaft.de
www.romhardt.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 eines grundlegenden Buches zum Thema achtsamer Umgang mit Geld: „Wir sind die Wirtschaft: Achtsam Leben – Sinnvoll Handeln“ im J.Kamphausen Verlag.

Konditionen

Die Kosten für den Achtsamkeitstag setzen sich aus dem Organisationsbeitrag/Grundgebühr und dem Honorar (Dana) für den Seminarleiter zusammen.

Die Grundgebühr beträgt 120.- SFr. Nach Bestätigung der Anmeldung wird diese verbindlich. Die Grundgebühr ist daraufhin auf folgendes Konto zu überweisen: Kai Romhardt, KNr.: 4002261801, BLZ: 43060967, GLS-Bank, BIC: GENODEM1GLS, IBAN: DE35 4306 0967 4002 2618 01, Vermerk: Mein Geld und Ich–Schweiz 2014). Der Organisationsbetrag deckt die Organisationskosten und ermöglicht weitergehende Aktivitäten des Netzwerkes Achtsame Wirtschaft. Er fällt auch bei einer Abmeldung innerhalb der letzten zwei Wochen vor Kursbeginn an.

Das Honorar für den 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 Teilnehmer. Dana ist keine Spende. Es ist der notwendige Beitrag zum Lebenserwerb des Kursleiters. Durch großzügige Unterstützung kann das Dharma auch in Zukunft kraftvoll weitergegeben werden.

Das Seminar wendet sich an alle, die Achtsamkeit und Bewusstheit in ihren Umgang mit Geld und Eigentum integrieren wollen.

Organisatorisches

Der Achtsamkeitstag beginnt am Samstag, den 18. Oktober 2014 um 10:00 Uhr und endet gegen 18 Uhr. Wir verpflegen uns selbst. Daher bitten wir die Teilnehmer einen **kulinarischen Beitrag** für unser vegetarisches Buffet mitzubringen.

Bitte ein Sitzkissen/Sitzbänkchen und eine Decke mitbringen.

Anmeldung bei Ivo Knoepfel unter:
iktravel@hotmail.com

Ort: [Quartierhaus Kreis 6](#) (3. Stock),
Langmauerstrasse 7, 8006 Zürich