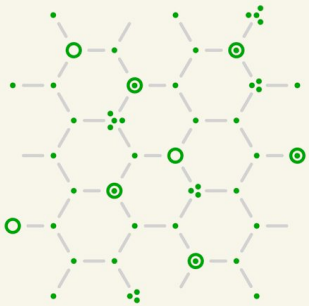


„Achtsamkeit ist keine individuelle Angelegenheit.“
Zen-Meister Thich Nhat Hanh

Achtsamkeit in der Organisation und Arbeitswelt



Wie sich mit Achtsamkeit bei uns und in Organisationen etwas verändern lässt

1. Februar 2014 in Freiburg i. B.

Ein Achtsamkeitsseminar des Netzwerks Achtsame Wirtschaft mit

Dr. Kai Romhardt



DIE HEILSAME KRAFT DER ACHTSAMKEIT

Die bewusste Kultivierung von Achtsamkeit kann unser Leben tiefgreifend verändern. Indem wir uns selbst und unseren Geist tief verstehen, befreien wir uns von unnötigen Sorgen, destruktiven Ideen und Gewohnheiten. Wir werden wacher, zufriedener, mitfühlender und freier. Wir sehen den Weg, der zu einem glücklicheren und erfüllteren Leben führt. Im Zustand der Achtsamkeit ist die Verbundenheit zu allem Leben in jedem Moment erlebbar. Dies verändert unser Denken, unsere Kommunikation, unsere Beziehungen und unsere Arbeit.

DAS LEIDEN IN ORGANISATIONEN ANGEHEN

Doch wir sind nicht allein. Während wir in unserer individuellen Meditationspraxis oder in unserer Meditationsgruppe, Sangha oder Gemeinde, einen eher geschützten Rahmen vorfinden, mag es an unserem Arbeitsplatz oder in den Organisationen, die unseren Alltag prägen, ganz anders aussehen.

Viele von uns leiden an den scheinbar normalen Zuständen, die sie in Konzernen und Unternehmen, in Krankenhäusern, Behörden, NGO's, aber auch in Universitäten oder Schulen vorfinden. Wir sehen und erleben die destruktive Wirkung, die von Angst, Stress, Misstrauen und Aggressivität ausgeht. Wir erleben aggressive Kommunikation, ein Klima der Angst, sinnlose Ziele, Konkurrenzdenken und beginnen zu leiden. Wenn wir mit solchen Organisationen – in welcher Rolle auch immer – zu tun bekommen, wünschen wir uns, etwas verändern zu können.

ACHTSAMKEIT IN ORGANISATIONEN TRAGEN

Wie kann der Funke der Achtsamkeit von Einzelnen auf Gruppen oder ganze Organisationen überspringen? Wie können wir unsere wertvollen Erfahrungen in größere Gruppen einbringen? Wie kann der Schatz der Achtsamkeitspraxis in Organisationen getragen werden?

Im Netzwerk Achtsame Wirtschaft haben wir inzwischen einige Erfahrungen mit den Möglichkeiten und Grenzen der Achtsamkeitspraxis in Organisationen gesammelt. Aus diesen Erfahrungen wollen wir schöpfen. Wege gibt es viele. Wir gehen vor einem Meeting für einige

Minuten in die Stille. Wir organisieren statt eines Motivationsseminars einen Achtsamkeitstag. Ein Unternehmer beschließt, Achtsamkeit zu einem Leitbild seiner Führungspraxis zu machen und beginnt regelmäßig zu meditieren. Eine morgendliche Meditationsgruppe entsteht.

Wenn wir Achtsamkeit mit anderen teilen, kann sich die Sicht- und Handlungsweise einer Gruppe oder Organisation maßgeblich ändern. Es wird offener zugehört. Wir begegnen uns im Geist der Verbundenheit und nicht der Trennung. Wir lernen das Ganze zu sehen und üben uns darin, uns nicht in Kämpfe und ein Gegeneinander einzusteigen und unseren individuellen Ideen, Interessen und Vorlieben innere Weite zu schenken.

THEMEN DES SEMINARS

In diesem Achtsamkeitsseminar werden wir folgende Fragen stellen:

- Wie kann Achtsamkeit in den Arbeitsalltag integriert werden?
- Welche Schritte können wir als Einzelne, als Gruppen und als größere organisatorische Einheiten tun, damit unser Umfeld gesunder?
- Was kann von Organisationen gelernt werden, die Achtsamkeit ins Zentrum ihres organisatorischen Handelns stellen?
- Welche Instrumente und Interventionsmöglichkeiten haben sich in Organisationen bewährt? Welche Möglichkeiten und Grenzen haben sie? Auf welchen Ebenen setzen sie an?
- Welche Auswirkungen hat die Kultivierung von Achtsamkeit auf Zielsysteme, ethische Grundsätze und die gesamte Unternehmenskultur?
- Wann bin ich so weit, um Achtsamkeitsmethoden mit meiner Organisation zu teilen?

In diesem Seminar werden wir durch kontinuierliche Achtsamkeitspraxis eine Atmosphäre kollektiver Achtsamkeit erzeugen. Wir werden uns darin üben achtsam zu gehen, zu sitzen, zu sprechen, zu essen, zuzuhören und immer wieder in die Realität des Augenblicks zurückzukehren.

Die Möglichkeiten achtsamer Intervention sind vielfältig und hängen maßgeblich von unserer eigenen Praxis, unserem Mut und unserer Entschlossenheit ab. Hier will das Seminar inspirieren, vernetzen und neue Wege aufzeigen. Das Seminar kann uns darin unterstützen, heilsam auf die Organisationen einzuwirken, denen wir in unserem Berufs- oder Privatleben dienen. Sei es als Berater, Mitarbeiter, Führungskraft, Mitglied oder Kunde.

NETZWERK ACHTSAME WIRTSCHAFT

Das Netzwerk „Achtsame Wirtschaft“ vermittelt und entwickelt das Potenzial buddhistischer Lehren für die verschiedensten Bereiche unserer Wirtschaft. Zu diesem Zwecke werden Seminare und Retreats durchgeführt, Publikationen verfasst und Initiativen ergriffen.



Für die Jahre 2014 und 2015 wird das Thema „Achtsamkeit in der Organisation“ einen thematischen Schwerpunkt bilden. In Freiburg existiert seit 2011 eine Regionalgruppe des Netzwerks, mit der wir uns im Rahmen des Seminars verbinden können.

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 des Netzwerkes „Achtsame Wirtschaft“, das sich für ein bewussteres ökonomisches Handeln und Denken auf allen Ebenen einsetzt. Heute lebt er mit seiner Frau Bettina und seinem Sohn Jonathan in Berlin.

Er ist zudem Autor eines grundlegenden Buches zum Thema achtsames Wirtschaften: „Wir sind die Wirtschaft: Achtsam Leben – Sinnvoll Handeln“ im J.Kamphausen Verlag.

Mehr Informationen:

www.achtsame-wirtschaft.de
www.romhardt.com

KONDITIONEN

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

Die Grundgebühr beträgt 80,- Euro. Nach Bestätigung der Anmeldung wird diese verbindlich. Die Grundgebühr ist daraufhin auf folgendes Konto zu überweisen: Kai

Romhardt, IBAN: DE35 4306 0967 4002 2618 01, BIC: GENODEM1GLS, Vermerk: Achtsamkeit in der Organisation – Freiburg 2014). Die Grundgebühr deckt die Organisationskosten und ermöglicht weitergehende Aktivitäten des Netzwerkes Achtsame Wirtschaft. Sie 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 Tradition verankert und steht für großzügiges Geben.

Die Höhe des Honorarbetrags liegt in der Eigenverantwortung der Teilnehmer. Wer mehr hat gibt mehr und ermöglicht es damit finanziell Schwächeren teilzunehmen. 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.

ORGANISATORISCHES

Der Achtsamkeitstag beginnt am 1. Februar 2014 um 9:30 Uhr und endet gegen 18 Uhr. Wir verpflegen uns selbst. Daher bitten wir die Teilnehmer einen **kulinarischen Beitrag** für unser vegetarisches Mittagsbuffet mitzubringen. Getränke werden von uns bereitgestellt.

ANMELDUNG UND WEITERE INFOS

Kai Romhardt, info@romhardt.de oder 030/804 970 20

ORT

Vauban - Wildrose-Zentrum
Vaubanallee 49
79100 Freiburg
Endhaltestelle Linie 3 – Innsbrucker Straße