

„Es ist die Aufgabe der Führungskraft, ein Unternehmen mit warmem und starkem Herzen zu schaffen. – Dalai Lama



## Achtsam Wirtschaften, aber wie?

Erfahrungen und Methoden des  
Netzwerks Achtsame Wirtschaft

mit Dr. Kai Romhardt

18. Oktober 2015 in Karlsruhe

Ein Achtsamkeitsseminar und Workshop  
des Netzwerkes Achtsame Wirtschaft

### Achtsamkeit – mehr als eine Mode

Achtsamkeit ist in aller Munde. Als Mittel zur Stressreduktion, als Weg zu gelassener Führung oder zur Meisterung von Krisen aller Art. Achtsamkeit hat Millionen von Menschen konkrete Hilfestellung geschenkt und das ist wunderbar.

Doch die Wirkung von Achtsamkeit geht tiefer. Achtsamkeit gepaart mit Sammlung kann zu tiefen Einsichten führen, die unser Verständnis von Arbeit und Wirtschaft revolutionieren.

Achtsamkeit schenkt uns einen frischen Blick auf scheinbare Normalitäten und auf tiefgehende Gewohnheiten. Ob im Umgang mit Geld, im persönlichen Konsum- oder Führungssituationen oder schlicht bei unserer täglichen Arbeit am Computer, am Telefon, mit Kunden oder Klienten oder in Meetings – all dies können Übungs- und Wachstumsfelder für uns werden.

Indem wir beginnen uns selber zu ändern, ändern wir sukzessive auch unser Umfeld. Wir zeigen, dass es auch anders geht. Dass weniger mehr sein kann, dass es uns tiefe Freude bereiten kann ohne Absicht und Berechnung zu geben oder die Vielzahl an äußereren und inneren Impulsen einfach vorbeiziehen zu lassen. Vielleicht erkennen wir den Unterschied zwischen vollen und erfüllten Tagen und verankern unser Leben immer mehr in der Realität einer unvollkommenen Gegenwart und lockern so die Idee des Perfektionismus, der uns das Glück immer wieder aufs Neue in der Zukunft verspricht.

Wir sehen auf welch tönernen Füßen unser Wirtschaftssystem und seine Akteure mit ihren Begriffen, Theorien und Legitimationen steht und lernen sinnvolle Alternativen und Handlungsweisen kennen.

### Was kann Wirtschaft vom Buddhismus lernen?

Wahre Achtsamkeit ist keine isolierte Entspannungs- oder Stressbewältigungstechnik, sondern ist ein integraler Bestandteil des buddhistischen Trainingsweg zu mehr Einsicht und Mitgefühl. Richten wir wahre Achtsamkeit auf unseren Körper oder Geist oder einen Aspekt unseres Lebens, gewinnen wir frische Einsicht in die universellen Prinzipien menschlichen Handelns und Lebens. Wir sehen, dass es heilsamere und freudigere Wege des Wirtschaftens gibt und wie wir selber diese beschreiten können

Im Seminar lernen wir Grundzüge der vom Netzwerk Achtsame Wirtschaft entwickelten Wirtschaftsethik und das neu entwickelte „Mindful Business-Commitment“ kennen. Wir tauschen uns zu den dort präsentierten Übungsfeldern aus und hören, mit welchen Methoden und Veranstaltungsformaten das NAW die Einsicht in diesen Themenfeldern vertieft.

Wir freuen uns besonders, dass einige aktive Mitglieder des Netzwerks aus Karlsruhe und Heidelberg ihre persönlichen Erfahrungen und Einsichten teilen, welche sie in Bezug auf die Leitfrage „Achtsam wirtschaften, aber wie?“ gewonnen haben.

Ziel des Seminars ist es, einen anderen, frischen und freien Blick auf eine freudvolle und heilsame Ökonomie entstehen zu lassen. Im Kleinen und Persönlichen genauso wie im Großen und Umfassenden.

## Netzwerk Achtsame Wirtschaft

Das Netzwerk Achtsame Wirtschaft ist ein gemeinnütziger Verein, der das Potenzial buddhistischer Lehren für die verschiedensten Bereiche unserer Wirtschaft vermittelt und entwickelt. 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 seit 2004 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.

Aktuell existieren in zwölf Städten Initiativ- und Regionalgruppen, die regelmäßige Aktivitäten entfalten, darunter Wien, München, Berlin, Frankfurt, Freiburg i.Br., Heidelberg und Karlsruhe, wo seit 2013 eine regionale Gruppe existiert. Im Rahmen des Seminars werden weitergehende Aktivitäten des Netzwerks vorgestellt.



Mehr Infos unter: [www.achtsame-wirtschaft.de](http://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 Studienzentrum in Frankreich (Plum Village).



Kai ist Initiator und Vorsitzender des Netzwerk Achtsame Wirtschaft e.V., das sich seit 2004 für ein bewussteres ökonomisches Handeln und Denken auf allen Ebenen einsetzt.



Er ist zudem Autor mehrerer Bücher zum Thema Achtsamkeit, darunter eine Einführung ins Thema achtsames Wirtschaften: „Wir sind die Wirtschaft: Achtsam Leben – Sinnvoll Handeln“ im Kamphausen Verlag.

Mehr Informationen: [www.romhardt.com](http://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 90 Euro. Nach Bestätigung der Anmeldung wird diese verbindlich. Die Grundgebühr ist daraufhin auf

folgendes Konto zu überweisen: Kai Romhardt, IBAN: DE55 4306 0967 4001 4124 00, BIC: GENODEM1GLS, GLS-Bank, – Vermerk: Seminar Karlsruhe 2015). 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 und asiatischen 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. Rechnungen werden auf Nachfrage gerne gestellt.

Das Seminar wendet sich an Menschen, die Achtsamkeit, Sammlung und Bewusstheit in ihren Berufsalltag integrieren wollen.

## Organisatorisches

Der Achtsamkeitstag beginnt am Sonntag, den 18. Oktober 2015 um 9:30 Uhr und endet gegen 18:00 Uhr. Wir verpflegen uns selbst. Daher bitten wir die Teilnehmer einen kulinarischen Beitrag für unser vegetarisches Mittagsbuffet mitzubringen.

Anmeldung bei Dr. Stefan Mai: [achtsamkeit@positive-psychologie-online.de](mailto:achtsamkeit@positive-psychologie-online.de)

Seminarort: Durlacher Schule, Institut für Achtsamkeit, Bienleinstorstraße 23, Karlsruhe/Durlach, [www.durlacher-schule.com](http://www.durlacher-schule.com)