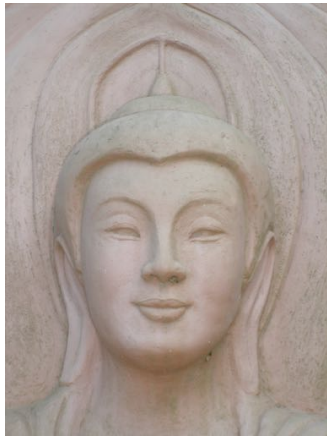


„My Life is my Message.“

Zen-Meister Thich Nhat Hanh



Achtsam Wirtschaften, aber wie?

Erfahrungen und Methoden des Netzwerks Achtsame Wirtschaft

Ein Achtsamkeitsseminar und Workshop
mit Dr. Kai Romhardt

27. August 2016 in Leipzig

Im Rahmen des
Netzwerkes Achtsame Wirtschaft e.V.

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 äußeren 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 Trainingswegs 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, dieses umfasst sechs zentrale Übungsfelder:

- (A) Persönliche Übungspraxis
- (B) Wirtschaftliches Handeln und Denken
- (C) Achtsames Arbeiten
- (D) Achtsamer Konsum
- (E) Achtsamer Umgang mit Geld und Ressourcen
- (F) Achtsames Wirken im Kollektiven

Wir tauschen uns zu diesen Übungsfeldern aus und hören, mit welchen Methoden und Veranstaltungsformaten des NAW wir unsere Einsicht in diesen Themenfeldern vertiefen können.

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 e.V. (NAW) 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.

Das NAW 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 14 Städten Initiativ- und Regionalgruppen, die regelmäßige Aktivitäten entfalten, darunter Köln, Düsseldorf, München, Berlin, Frankfurt, Freiburg i.Br., Heidelberg, Melk und Wien. In der Region Ost (Leipzig, Erfurt und Weimar) bildet sich aktuell eine Initiativgruppe, mit der man sich im Rahmen dieses Seminars verbinden kann.

Kai Romhardt führt dieses Seminar als Veranstalter im Auftrag des NAW e.V. durch.



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 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

Konditionen

Die Kosten für das Achtsamkeitsseminar setzen sich aus der Seminaregebühr und dem Dana für den Seminarleiter zusammen.

Die Seminaregebühr beträgt 90 Euro. Nach Bestätigung der Anmeldung wird diese verbindlich. Die Seminaregebühr ist daraufhin auf

folgendes Konto zu überweisen: Kai Romhardt, IBAN: DE55 4306 0967 4001 4124 00, BIC: GENODEM1GLS, GLS-Bank, – Vermerk: Seminar Leipzig-2016). Sie fällt auch bei einer Abmeldung innerhalb der letzten zwei Wochen vor Kursbeginn an.

Außerdem haben die Teilnehmer die Möglichkeit, Kai Romhardt durch „Dana“ zu unterstützen. Dana steht für Großzügigkeit, Freigiebigkeit und absichtsloses Geben und ist tief in der buddhistischen und asiatischen Tradition verankert. Es ermöglicht das Weitergeben der buddhistischen Lehre durch die Unterstützung von Lehrern und Lehrerinnen. Die Höhe des Dana liegt in der Eigeneinschätzung der Teilnehmer. Dana ist ein wichtiger Beitrag zum Lebenserwerb des Seminarleiters. Rechnungen werden auf Nachfrage gerne gestellt.

Organisatorisches

Der Achtsamkeitstag beginnt am 27. August 2016 um 10:00 Uhr und endet gegen 18 Uhr. Wir verpflichten uns selbst.

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

Anmeldung

Birgit Beck,
info@mbsr-leipzig.net

Ort des Seminars

BECK+RAUM+YOGA
Frommannstrasse 5
04317 Leipzig