

„Du bist dein Umfeld.“

Thich Nhat Hanh



## Die Kraft der Achtsamkeit in Organisationen

**Zutaten für eine gesunde und mitfühlende Unternehmenskultur**

**1. bis 4. Mai 2025  
im BergZendo Hohe Wand**

**mit Dr. Kai Romhardt und NAW-Aktiven aus Österreich**



## Organisationen von innen verändern

Immer mehr Organisationen und Unternehmen entdecken das Thema Achtsamkeit für sich. Immer mehr Menschen in der Wirtschaft meditieren. Wie können wir den Weg des Verstehens und des Mitgefühls in unserem Arbeitsalltag gehen? Welche Ansätze schenkt uns die buddhistische Weisheitslehre – das Dharma? Und welche Möglichkeiten existieren, unsere Erfahrungen mit unserem Arbeitsumfeld zu teilen und so Samen der Achtsamkeit auszusäen?

Wenn wir die Lehre des Buddha praktizieren und Achtsamkeit kultivieren, verändert sich unsere Sichtweise auf die Organisationen, denen wir unsere Lebenskraft schenken. Wir wünschen uns, dass auch dort heilsamer Wandel beginnt. Wir wollen in unserem Arbeitsumfeld dazu beitragen, dass Menschen sich mit Wertschätzung begegnen, einander zuhören und gemeinsam sinnvollen Zielen nachgehen.

## Zutaten unseres Retreats

Hier einige Themen, die wir in unserer Retreat-Gemeinschaft berühren und vertiefen:

- Was sind Zutaten für eine gesunde und mitfühlende Unternehmenskultur?
- Wie und wo beginnen wir?
- Welche Methoden der Geistesschulung haben sich in Unternehmen bewährt? Was sind gelungene Beispiele achtsamer Praxis in Unternehmen?
- Welche Rolle spielt Künstliche Intelligenz (KI) in der Welt der Achtsamkeit? Und umgekehrt: Welche Rolle spielt Achtsamkeit in der Welt der KI?

• Was bedeutet es, wenn Thich Nhat Hanh lehrt: "Du bist dein Umfeld"? Was bedeutet „Intersein“ im Kontext von Organisationen?

• Wie verhalten wir uns als Praktizierende in unachtsamen Umfeldern? Wie halten wir unsere eigene Freude an der Meditationspraxis lebendig?

• Wie finden wir Unterstützung und WeggefährtInnen?

• Welche Dharmatöre wählen wir? Wie thematisieren wir das „Leiden“ in Organisationen?

• Was kann Achtsamkeit im Kollektiven bewirken? Wie veranschaulichen wir ihre Nützlichkeit?

• Wie gehen wir mit Frustrationen und enttäuschten Erwartungen um? Was sind realistische Ziele?

• Wie spirituell darf es bei Achtsamkeit in Organisationen werden?

In diesem Retreat werden wir Wege, Methoden, Übungsfelder, Arbeitshaltungen und ethische Ausrichtungen kennenlernen und vertiefen, die uns bei der sinnvollen Gestaltung und Veränderung von Organisationen unterstützen. Hierbei werden wir von den Erfahrungen einer wohlwollenden Gemeinschaft unterstützt.

Das Retreat ist offen für alle, die mit unvoreingenommenem Blick auf Ihr Wirken in Organisationen aller Art schauen möchten – seien es Unternehmen, NGO's, (Hoch-)Schulen, Verwaltungen, Klein(st)unternehmen oder andere Kollektive.

## Achtsamkeit üben

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.

Das Retreat wird getragen durch konkrete Übungen zur Kultivierung von Achtsamkeit:

- Sitz- und Gehmeditation
- Arbeitsmeditation
- Achtsames Essen
- Achtsamer Austausch - Tiefes Zuhören
- Medienfasten
- Perioden des Edlen Schweigens.

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

Über Vorträge, Selbst-Reflexion und den Erfahrungsaustausch lernen wir verschiedene Ansätze zur Überprüfung und Transformation unseres eigenen Arbeitsverhaltens kennen. Einen Schwerpunkt werden gemeinsame und individuelle Arbeitsmeditationen bilden.



## Konditionen

Die Kosten für das Retreat setzen sich aus der Grundgebühr (Unterkunft, Verpflegung und weitere Organisationsaufwände) sowie dem Dana (freien Honorar) für den Dharmalehrer zusammen.

Die Grundgebühr beträgt für die Übernachtung im Doppelzimmer 330 Euro, im Einzelzimmer 360 Euro.

Nach Bestätigung der Anmeldung ist diese auf folgendes Konto zu überweisen: Kai Romhardt, IBAN: DE55 4306 0967 4001 4124 00, BIC: GENODEM1GLS, GLS-Bank, – Vermerk: Retreat Österreich 2025). Bei einer Abmeldung ab zwei Monaten vor Retreatbeginn können noch 50% rückerstattet werden, danach fällt der volle Satz an. Eine Reduktion auf die Grundgebühr ist auf Nachfrage möglich.

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:innen. 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. Das Dana kann im Anschluss an die Veranstaltung persönlich übergeben werden. Rechnungen werden auf Nachfrage gestellt. Kai Romhardt führt dieses Seminar als Veranstalter im Auftrag des NAW e.V. durch.

## Organisatorisches

Das Retreat beginnt am Donnerstag, den 1. Mai um 18 Uhr und endet am Sonntag den 4. Mai 2025 gegen 12 Uhr.

Wir bekochen uns selbst, achtsames miteinander arbeiten ist Teil unserer gemeinsamen Übungspraxis... ☺

Die Anmeldung erfolgt Melina Hartmann unter [annamelina.hartmann@gmail.com](mailto:annamelina.hartmann@gmail.com)



Seminarort: BergZendo Hohe Wand,  
Am Almfrieden 87, 2724 Stollhof.

## Netzwerk Achtsame Wirtschaft

Das Netzwerk Achtsame Wirtschaft e.V. 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 17 Städten Initiativ- und Regionalgruppen, die Aktivitäten entfalten, darunter in Österreich Wien (seit 2012) und Graz (seit 2016). Seit 2019 internationalisiert das NAW seine Aktivitäten und kommt virtuell zusammen.

Im Rahmen des Retreats werden Möglichkeiten der kontinuierlichen Teilnahme und des Engagements im NAW vorgestellt und es besteht die Möglichkeit, sich mit Aktiven des NAW zu verbinden.

Mehr Infos unter:

[www.achtsame-wirtschaft.de](http://www.achtsame-wirtschaft.de) (Deutsch)

<http://network-mindful-business.org> (English)

## 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).

In den letzten 20 Jahren hat er in über 100 Organisationen und Unternehmen Impulse zu mehr Achtsamkeit und Mitgefühl gesetzt.

Kai Romhardt ist Senior-Dharmalehrer des Zen-Ordens Intersein (Tiep Hien). Im Jahre 2010 wurde ihm von Zen-Meister Thich Nhat Hanh die Lehrerlaubnis übertragen.

Kai lebte und studierte zwei Jahre im internationalen Meditations- und Studienzentrum in Frankreich (Plum Village) und verbringt dort weiterhin Teile des Jahres im Retreat.

Er 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 der Klassiker „Achtsam Wirtschaften“ (Herder Verlag) und der Longseller „Slow Down your Life“ (Econ/edition steinrich).

Mehr Infos unter: [www.romhardt.com](http://www.romhardt.com)

