

„My Life is my Message.“

- Thich Nhat Hanh



Die Kraft wohlwollender Gemeinschaft

**Wie verwandeln wir unsere Arbeit und
unsere wirtschaftlichen Umfelder?
Was können wir vom Buddha lernen?**

7. bis 10. Mai 2026 im Haus Tao

**Erstes Retreat des Netzwerks Achtsame
Wirtschaft in der Schweiz**

**mit Dr. Kai Romhardt und
Aktiven des NAW**



Gemeinsam – nicht alleine

Du bist mit der Weisheitslehre des Buddha verbunden und möchtest diese stärker in deine Arbeit, deinen Lebenserwerb, deine wirtschaftlichen und organisatorischen Entscheidungen miteinbeziehen? Du kennst die Kraft von erprobten Meditations- und Achtsamkeitsmethoden und versuchst diese in den Alltag zu integrieren? Du möchtest die Grundprinzipien achtsamen Wirtschaftens verstehen, weiterentwickeln und anwenden?

In diesem Retreat haben wir die Möglichkeit, ein paar Tage in einer wohlwollenden Gemeinschaft zu verbringen, unsere Erfahrungen zu teilen, unsere Stolpersteine zu benennen und uns inspirieren zu lassen. Dieses Retreat ist eine Gelegenheit, Kontakte zu knüpfen oder zu aktivieren, Energie und Freude zu tanken und uns zu stärken in unserem Engagement für und in achtsamer und mitfühlender Wirtschaftsweise.

Wohlwollende Gemeinschaft – achtsame Organisationen

Es ist ein großes Glück, heilsame Organisationen zu finden, zu gestalten oder neu zu gründen. Thich Nhat Hanh lehrte Zeit seines Lebens die Bedeutung von Gemeinschaft, von Sangha, vom gemeinsamen Wachsen. Die Wahl einer Gemeinschaft ist so bedeutend, weil uns die Emotionen und Motivationen unseres Umfelds durchdringen, prägen und ausrichten. Wir werden zu unserem Umfeld.

Gemeinschaftsbildung ist wertvoll und nährt uns selbst und andere. Das Zusammensein in Achtsamkeit eröffnet uns neue Erfahrungen des Miteinanders. Auf diesem Weg helfen uns erprobte Meditations- und Achtsamkeitsmethoden. Wenden wir unseren Blick nach innen, gewinnen wir neue Einblicke in tiefsitzende Gewohnheiten und Glaubenssätze. Wir werden freier und klarer.

Unsere Themen und Fragen

- Auf welche Weise können buddhistische Lehren und Übungswege unser Engagement in der Welt inspirieren?
- Welche geistigen Haltungen und Mindskills helfen uns?
- Wie kultivieren wir Impulsdistanz, Singletasking und wahre Pausen?
- Wie praktizieren wir mit schwierigen Emotionen und Konflikten? Wie meistern wir Druck, Einsamkeit und Überforderung?
- Wie nähren wir Freude, das Spielerische und Künstlerische im Arbeitsalltag?
- Was bedeutet wahrer Erfolg für uns?
- Was können wir vom historischen Buddha und seinen Nachfolgern über heilsame Führung und Gemeinschaftsbildung lernen?
- Wie unterstützen uns ethische Commitments wie die Fünf Achtsamkeitsübungen oder das Mindful Business Commitment auf unserem Weg?

Schwerpunkte und weitere Themen ergeben sich in unserem Miteinander.

Unsere Übung – unser Rahmen

Das Retreat ist offen für alle, die sich von der buddhistischen Weisheitslehre und den Erfahrungen im Netzwerk Achtsame Wirtschaft inspirieren und berühren lassen wollen.

Wir üben uns in Sitz-, Geh-, Essmeditation, tiefem Zuhören, Edler Stille und weiteren Meditationstechniken. Neben Vorträgen und Selbstreflexion lebt das Retreat von den Erfahrungen der TeilnehmerInnen und intensivem Austausch.

Wir bekochen uns gegenseitig, verbringen Zeit im Zen-Garten des Haus Tao und genießen das einfache Sein in Stille und Achtsamkeit. Wir verbringen absichtslose Zeit ohne Vergleich oder den Zwang etwas erreichen zu müssen.

Netzwerk Achtsame Wirtschaft

Das Netzwerk Achtsame Wirtschaft (NAW) vermittelt und entwickelt das Potenzial buddhistischer Lehren für die verschiedensten Bereiche unserer Wirtschaft. Es organisiert Seminare, Retreats, Online-Impulse und Rezitationen. Regelmässig finden Mindful Coworking-Tage statt, welche regional und online kleine Gruppen für einen achtsamen Arbeitstag zusammenbringen.

An der jährlich stattfindenden internationalen Gehmeditation beteiligten sich im letzten Jahr Menschen an 120 Orten in 27 Ländern.

Im Netzwerk treffen sich Menschen, die nach Alternativen zum heutigen Wirtschaftssystem suchen und sich für das Thema „Achtsame Wirtschaft“ sowie deren praktische Umsetzung interessieren.

Dies ist das erste mehrtägige Retreat des NAW in der Schweiz und wir freuen uns auf Austausch, Inspiration und das wohlwollende Miteinander.

Mehr Infos unter: www.achtsame-wirtschaft.de

Konditionen

Die Kosten für das NAW-Retreat setzen sich aus der Grundgebühr und dem Dana für den Dharmalehrer zusammen.

Die Grundgebühr beträgt 400 CHF/440 Euro und umfasst die Unterkunft (2er- und 3er-Zimmer) sowie die vegetarische Verpflegung. Mit der Bestätigung der Anmeldung wird diese verbindlich. Teilnehmende mit einer Schweizer Umsatzsteuer-Identifikationsnummer geben diese bitte bei der Überweisung an.

Die Überweisung erfolgt nach Anmeldebestätigung auf folgendes Konto:
Kai Romhardt, IBAN: DE55 4306 0967 4001 4124 00, BIC: GENODEM1GLS, GLS Bank
Vermerk: NAW-Retreat Schweiz 2026.
Eine Reduktion ist auf Nachfrage möglich. Bei Abmeldung bis 6 Wochen vor Retreatbeginn können 50% des Orgabeitrages erstattet werden.

Die Arbeit des Retreatleiters wird durch Dana getragen. 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 wird vor Ort übergeben oder im Nachklang überwiesen.

Unser Retreatort: Das Haus Tao

Das Haus Tao im Appenzell ist ein wundervoller Rückzugsort, dessen Räume und liebevoll gestalteter Zen-Garten zum Innehalten einladen. Teil unserer Praxis wird es sein, in entspannter Arbeitsmeditation unsere vegetarischen Mahlzeiten gemeinsam zu kochen.



Haus Tao, Hinterlochen 328, 9427 Wolfhalden
<https://haustao.ch>

Seminarzeiten und Organisatorisches

Donnerstag, 7. Mai 2026: Start um 17 Uhr
Sonntag, 10. Mai 2026: Ende gegen 12 Uhr

Anmeldung bei Kai Romhardt unter folgender Mail-Adresse: kai@romhardt.de

Kai Romhardt



Dr. Kai Romhardt studierte Wirtschaftswissenschaften in St. Gallen und Genf. Er arbeitet als Trainer, Autor, Coach, Organisationsberater, Lehrbeauftragter (u.a. Uni St. Gallen) und Meditationslehrer.

Kai ist Senior-Dharmalehrer des Order of Interbeing des Zen-Meisters Thich Nhat Hanh. Er lebte und studierte zwei Jahre in dessen Meditations- und Studienzentrum in Frankreich (Plum Village) und arbeitet in zahlreichen Kreisen und Funktionen an der Weiterentwicklung und Stärkung des Order of Interbeing.

Kai ist Gründer und Koordinator des Netzwerks Achtsame Wirtschaft e.V. und internationalisiert dessen Aktivitäten seit 2020.

Er ist Autor diverser Bücher: „Wissen managen“, „Slow down your Life“, „Wir sind die Wirtschaft“ oder „Lebensbruch“. Im Laufe dieses Jahres erscheint sein Gedichtband „Schattenlichter“.

Mehr Informationen unter www.romhardt.com