

„Wahre Liebe betrachtet Glück nicht als persönliche Angelegenheit.“

Thich Nhat Hanh



Wir sind das Gemeinwohl

Wie Meditation und Achtsamkeit uns selbst und unsere Wirtschaft heilsam verändern

Erfahrungen, Methoden und ethische Grundlagen

18. Mai 2019 in Freiburg i.B.

Achtsamkeitsseminar
mit Dr. Kai Romhardt im Rahmen des
Netzwerkes Achtsame Wirtschaft

Gemeinwohl und Individualwohl

Das Streben nach individuellem Glück scheint in unserer aktuellen Wirtschaftsordnung zur Zerstörung des Gemeinwohls und unseres Planeten zu führen. Individuelles Glück und kollektives Wohlergehen stehen in dieser Logik unversöhnlich gegeneinander. Ist das Streben nach individuellem Glück egoistisch und zerstörerisch? Nur, wenn wir falschen Ideen vom Glück hinterherlaufen.

Meditation und Achtsamkeit zeigen uns konkret auf, dass individuelles und kollektives Glück nicht voneinander zu trennen ist. Wir befreien uns von der Vorstellung, dass uns Reichtum, Einfluss, Popularität oder angenehme Sinneseindrücke zu einem dauerhaft glücklichen Menschen werden lassen. Wir sehen auch, dass wir uns gut um unseren Körper und Geist kümmern müssen, um heilsame Beiträge zu Gemeinschaften und zum Gemeinwohl leisten zu können.

Im Netzwerk Achtsame Wirtschaft untersuchen wir seit 14 Jahren verschiedenste Pfade, auf denen wir durch persönliche Transformation zum Gemeinwohl beitragen können. Eine Unternehmerin richtet ihr Unternehmen neu aus. Ein Manager lernt, seinen Kunden tief zuzuhören und sich von persönlichem Kalkül zu befreien. Eine Aktivistin erkennt, dass Zorn und Empörung keine hilfreichen Antriebsenergien sind und kümmert sich um die tieferen Ursachen des eigenen Zornes. Der Leiter einer NGO wählt das vom NAW entwickelte Mindful Business Commitment als Grundlage für das eigene wirtschaftliche Handeln.

Indem wir unser eigenes Leiden tiefer verstehen, transformieren und unsere Fähigkeit zum persönlichen Wohlbefinden stärken, werden wir auch zu kraftvollen Botschaftern eines Gemeinwohles, das jenseits der üblichen Glücksversprechen

wurzelt. Indem wir Mitgefühl, Sammlung, Zufriedenheit, liebevolle Güte und Verstehen kultivieren, gewinnt unser Handeln an Kraft, Freude und Tiefe. Wir erfahren die wechselseitige Verwobenheit allen Lebens.

Unser Wohlbefinden tiefer verstehen

Im Seminar berühren wir u.a. folgende Themenfelder:

- Welche Geisteszustände stärken das Gemeinwohl und wie trainiert man diese?
- Wie können Aktivist:innen und Sympathisanten der Gemeinwohl-Ökonomie ihr Verständnis von Gemeinwohl vertiefen?
- Wie können wir zum Wandel werden, den wir uns wünschen?

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 Achtsamkeitsseminar wird getragen durch konkrete Übungen zur Kultivierung von Achtsamkeit:

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

Im achtsamen Miteinander werden wir gemeinsam durch den Tag gehen. Über Vorträge, Selbst-Reflexion und den Erfahrungsaustausch lernen wir erprobte Ansätze zur Überprüfung und Transformation unserer Ideen von Individual- und Gemeinwohl kennen.

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 regelmäßige Aktivitäten entfalten, darunter Wien, München, Frankfurt, Heidelberg, Köln/Bonn, Düsseldorf und Berlin. In Freiburg i.Br. existiert seit 2011 eine Regionalgruppe, 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.

Kai Romhardt hat sechs Bücher zu den Themen Geistesschulung, Achtsamkeit und Management verfasst.

Mehr Informationen: 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 Freiburg 2019). 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 Honorar Betrags liegt in der Eigenverantwortung der Teilnehmer. Wer mehr gibt, 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. Kai Romhardt führt dieses Seminar als Veranstalter im Auftrag des NAW e.V. durch.

Organisatorisches

Samstag, 18. Mai 2019: 9:30 bis 17:30 Uhr

E+F Beziehung leben
Bildungseinrichtung der Kath.
Gesamtkirchengemeinde Freiburg
Talstraße 29, 79102 Freiburg
www.beziehung-leben-freiburg.de

Anmeldung bei Ulrich Kaiser unter:
kaiser@kaiserwerbungunddesign.de

Wir verpflegen uns selbst. Daher bitten wir alle TeilnehmerInnen einen kulinarischen Beitrag für unser vegetarisch/veganes Mittagsbuffet mitzubringen.