

Einführung ins achtsame Wirtschaften – Erfahrungsberichte aus zehn Jahren Netzwerk Achtsame Wirtschaft



30. Januar 2015 von 18 bis 21 Uhr

Ein Abend-Workshop mit
Präsentationen von Mitgliedern des
Netzwerks Achtsame Wirtschaft und
Dr. Kai Romhardt



ACHTSAMKEIT – MEHR ALS EIN MODEBEGRIFF

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.

Doch die Wirkung von Achtsamkeit geht tiefer. Sie hat das Potenzial unser Wirtschaften und unsere Wirtschaft zu revolutionieren. In diesem Abendworkshop möchten wir eine Reihe von Einsichten präsentieren, die Aktive des Netzwerks Achtsame Wirtschaft in den letzten zehn Jahren erzielt haben. Hier einige Einsichten und Erfahrungen:

„Ich habe erkannt, dass das, was die Gesellschaft und die Medien als Erfolg verkaufen, mich nicht glücklich gemacht hat.“

„Ich konzentriere mich mehr auf das Wesentliche.“

„Ich war ein Dauerdenker, ein Dauerbeurteiler, ein Dauervergleicher. Mir war nicht bewusst, wie viel Stress ich mir und meinem Umfeld damit bereite.“

„Ich stelle nun den Sinn nach vorn, nicht die Verdienstmöglichkeit.“

„Mein Haus habe ich verkauft, ich lebe nun auf kleinerem Fuß und genieße meine Freiheit. Ich habe die Freude des Nicht-Eigentums entdeckt, dem Schreiten mit leichtem Gepäck.“

„Konsum ist für mich so oft eine Falle oder eine Flucht gewesen. Ein großes leeres Versprechen. Ich habe gelernt meine Konsumimpulse zu beobachten und verklingen zu lassen. Impulsdistanz wird das genannt. Es schenkt mir Freiheit und schont mein Budget.“

INNERE FREIHEIT UND VERBUNDENHEIT

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.

WAS KANN DIE WIRTSCHAFT VOM BUDDHISMUS LERNEN?

Im Buddhismus sprechen wir von wahrer oder rechter Achtsamkeit. Rechte Achtsamkeit ist keine isolierte Entspannungs- oder Stressbewältigungstechnik, sondern basiert auf den wesentlich umfangreicheren buddhistischen Erkenntnissen und Weisheiten. 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. Wir sehen auf welchen tönernen Füßen unser Wirtschaftssystem und seine Akteure mit ihren Begriffen, Theorien und Legitimationen stehen.

Wir alle haben eine andere Wirtschaft verdient und können beginnen, diese Schritt für Schritt zu schaffen. Eine Wirtschaft, die Sinn macht und Freude schafft.

MIT FRISCHEM BLICK SCHAUEN

In unserem Workshop nutzen wir die Erkenntnisse der buddhistischen Lehre sowie ihre zentralen Prinzipien und Methoden, um unseren Blick auf uns selbst und unser wirtschaftliches Agieren zu vertiefen und zu erweitern.

Wir lernen Grundzüge der von Netzwerk Achtsame Wirtschaft entwickelten Wirtschaftsethik kennen und

wenden diese auf unser eigenes Leben an.

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

Ziel des Abends 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“ vermittelt und entwickelt das Potenzial buddhistischer Lehren für die verschiedensten Bereiche unserer Wirtschaft. 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 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 Köln, Wien, München, Berlin, Frankfurt und Freiburg i.Br., wo seit 2011 eine regionale Gruppe existiert. Im Rahmen des Seminars werden weitergehende Aktivitäten des Netzwerks Achtsame Wirtschaft in Freiburg und darüber hinaus vorgestellt.

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 des Netzwerkes „Achtsame Wirtschaft“, das sich für ein bewussteres ökonomisches Handeln und Denken auf allen Ebenen einsetzt. Heute lebt er mit seiner Frau Bettina und seinem Sohn Jonathan in Berlin.



Er ist zudem Autor eines grundlegenden Buches zum Thema achtsames Wirtschaften: „Wir sind die Wirtschaft: Achtsam Leben – Sinnvoll Handeln“ im J.Kamphausen Verlag.

Mehr Informationen:

www.achtsame-wirtschaft.de
www.romhardt.com

SEMINARZEITEN, ORT, ORGANISATORISCHES

Freitag, 30. Januar 2015: 18:00 bis 21:00 Uhr

Ort des Seminars: „Anna von Gierke Forum“, Kaiser-Joseph-Straße 268, 3.OG (Eingang Friedrichsbaupassage neben Hintereingang Caféhaus), 79098 Freiburg i.Br.

Der Organisationsbeitrag für den Abend beträgt 25 Euro und ist nach Bestätigung der Anmeldung auf folgendes Konto zu überweisen: Kai Romhardt, BIC: GENODEM1GLS, IBAN:DE35 4306 0967 4002 2618 01, GLS-Bank, – Vermerk: NAW-Abend- Freiburg 2015). Der Organisationsbeitrag kann in den letzten zwei Wochen vor der Veranstaltung nicht mehr zurück erstattet werden.

Wer interessiert ist, aber diesen Beitrag nicht aufbringen kann, wende sich bitte an:

Christel Rosenberger-Balz: mail@rbu-freiburg.de

ANMELDUNG

heimvorteil – Netzwerk für Kommunikation,
Wentzingerstraße 16, 79106 Freiburg

Kontakt: info@heimvorteil-freiburg.de

Wegen einer begrenzten Teilnehmerzahl wird um frühzeitige Anmeldung gebeten.