

„Time is not money, Time is Life.“

- Thich Nhat Hanh



Achtsam mit Geld und Finanzen umgehen

Wie wir eine komplexe Beziehung tiefer verstehen können

Samstag, 15. Mai 2021

Teil II der Trilogie: Grundlagen des Achtsamen Wirtschaftens

Ein Online-Seminar mit Dr. Kai Romhardt im Rahmen des



Mein Geld und Ich

Das Thema Geld lässt niemanden von uns kalt und ist immer wieder in aller Munde. Die Bankenkrise hat unser Denken über Geld und Finanzen, aber auch über die Wirtschaft als Ganzes verändert. Wir erleben einen Bruch im kollektiven Selbstverständnis dessen, was Wirtschaft ist, was Wirtschaft darf, was Wirtschaft kann. Wir sehen auch, dass wir es sind, die mit unseren Ideen und Entscheidungen diese Wirtschaft geschaffen haben und täglich neu schaffen. Wir sind die Wirtschaft! Vor diesem Hintergrund lohnt es sich, unsere persönliche Beziehung zum Thema Geld zu beleuchten und zu überprüfen.

Die Erfindung des Geldes hatte einen fundamentalen Einfluss auf unsere Gesellschaft und Kultur. Geld ist weit mehr als nur ein universelles Tausch- oder Aufbewahrungsmittel. Geld durchdringt unsere geistige Welt - unser Innerstes.

Wir arbeiten für Geld und kaufen mit ihm ein. Wir verleihen, sparen und investieren es. Wir erwarten in unseren finanziellen Beziehungen Rückzahlung, Rendite oder Wertsteigerung - oder auch nicht. Schauen wir genau hin, kann unser alltäglicher Umgang mit Geld zum Ausdruck und Spiegel unserer Haltung dem Leben gegenüber werden.

Heben wir den abstrakten Schleier des Geldes, können wir die wahre Natur ökonomischer Prozesse erkennen und unsere eigenen Bedürfnisse und Motivationen sehen. Geld bietet uns eine weite Projektionsfläche für viele unserer unerfüllten Wünsche. Geld scheint ein universeller Schlüssel zu Macht, Sicherheit und Kontrolle zu sein - vielleicht gar zum persönlichen Glück. Ein Teil von uns weiß, dass dies nicht wahr ist.

Klarheit kultivieren

Der monatliche Blick auf das Bankkonto, die Kontrolle der Rechnung im Restaurant, der Abschluss einer Lebensversicherung und die Gabe an den Bettler an der Straßenecke sind alles Ausdrücke unserer Wahrnehmung von Geld - das heißt, von dem was wir im Bezug zu unserem Geld für wahr nehmen.

In unserem Seminar zum achtsamen Umgang mit Geld wollen wir einen klaren Blick auf unsere finanziellen Handlungen aber auch auf die darunter liegenden Wahrnehmungen und Überzeugungen werfen.

Dadurch erhellen wir unsere persönliche Beziehung zum Geld und erschließen das Potenzial, diese spezielle Beziehung zu transformieren.

Durch den Einsatz von bewährten Achtsamkeitspraktiken aus der buddhistischen Tradition wollen wir den Blick vom Oberflächlichen in die Tiefe führen und in praktischen Übungen in der Gruppe unsere Beziehung zum Geld erkunden.

Der achtsame Austausch in der Gruppe erweitert die Perspektive und vertieft die Erfahrungen.

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, welche mit unvoreingenommenem Blick ihre Beziehung zum Geld untersuchen und klären möchten.

Hierbei kontemplieren wir auch Fragen, die uns einen gänzlich neuen Zugang zum Thema schenken können, wie z. B.: „Wie wirkt Geld heilsam?“ „Wann ist es genug?“ „Was macht uns wahrhaft reich oder arm?“ „Welche Emotionen lösen das Geldthema und seine Verwandten aus?“ „Welche Emotionen kleben am Geld?“ „Was macht uns beim Thema Angst?“ „Gibt es so etwas wie warmes Geld?!“

Setting

Dabei greifen wir auf bewährte Methoden der Achtsamkeitspraxis zurück und lernen Methoden (auch des virtuellen Miteinanders) kennen, die sich im NAW bewährt haben. Wir nutzen Zoom, alle weiteren Details zur Technik und zur achtsamen Einstimmung auf den gemeinsamen Tag werden nach der erfolgten Anmeldung zugesandt. Die Teilnahme ist nur für den gesamten Tag möglich.



Folgende Zutaten hat unser Online-Seminar:

- * Einführender Vortrag
- * Selbstreflexion
- * Achtsamer Austausch
- * Gemeinsame Essmeditation
- * Gehmeditation/Metta Walk
- * Stille und geleitete Sitzmeditationen
- * Medienfasten
- * Praktiken der virtuellen Verbundenheit

Wir werden zudem gemeinsam schauen, ob wir für die zukünftige Durchdringung des Themenfeldes eine Fachgruppe ins Leben rufen, die sich regelmäßig zum Thema austauscht und dieses vertieft.

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 und lebte 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 mit dem Titel: „Achtsam Wirtschaften“, Herder Verlag (2017).

Mehr Informationen unter www.romhardt.com

Konditionen

Die Kosten für das Achtsamkeitsseminar setzen sich aus der Seminar-/Organisationsgebühr und dem Dana für den Seminarleiter zusammen.

Die Seminargebühr beträgt 60 Euro. Nach Bestätigung der Anmeldung wird diese verbindlich. Die Seminargebühr ist daraufhin auf

folgendes Konto zu überweisen: Kai Romhardt, IBAN: DE55 4306 0967 4001 4124 00, BIC: GENODEM1GLS, GLS-Bank, – Vermerk: Trilogie II: Geld). Sie fällt nach bestätigter Anmeldung auch bei einer Abmeldung innerhalb der letzten zwei Wochen vor Seminarbeginn 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 zentraler Beitrag zum Lebenserwerb des Seminarleiters. Rechnungen werden auf Nachfrage gestellt.

Durch großzügige Unterstützung kann das Dharma auch in Zukunft kraftvoll weitergegeben werden. Dana ist in dieser besonderen Zeit von besonderer Bedeutung für den Seminarleiter, da in den letzten zwölf Monaten eine Reihe von Retreats, Seminaren und anderen Präsenzveranstaltungen ausfallen mussten und es unklar ist, wann und in welchem Umfang Kai Romhardt seine gewohnte Reisetätigkeit wieder aufnehmen kann.

Anmeldung und Organisatorisches

Das Achtsamkeitsseminar beginnt am Samstag, den 15. Mai 2021 um 9:00 Uhr und endet gegen 17:00 Uhr.

Die Anmeldung erfolgt über Kai Romhardt unter romhardt@achtsame-wirtschaft.de

Netzwerk Achtsame Wirtschaft

Das Netzwerk Achtsame Wirtschaft e.V. (NAW) 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. Die Themen des Netzwerkes sind konkret und betreffen im Kern alle, die wirtschaftlich aktiv sind. Das Netzwerk ist aktuell mit Regionalgruppen und Initiativen in 18 Städten im deutschsprachigen Raum aktiv, seit 2019 auch darüber hinaus. Es organisierte im Jahre 2020 um die 200 Veranstaltungen.

Mehr Infos unter: www.achtsame-wirtschaft.de
und: <http://network-mindful-business.org>