„The way you support yourself can be an expression of your deepest self, or it can be a source of suffering for you and others.“

Thich Nhat Hanh



Unternehmerische Freiheit

Was Selbständige vom Buddha lernen können

8. November 2026

In der Villa Orange
Frankfurt (Main)

Achtsamkeitsseminar
mit Dr. Kai Romhardt

NETZWERK
ACHTSAME
WIRTSCHAFT

Einladung zum Blick nach innen

Wir laden ein zu einem Tag des Innehaltens, der Meditationspraxis, der Inspiration und des Austauschs. Wir treffen Menschen, welche die Freuden und Herausforderungen der Selbständigkeit kennen und im wohlwollenden und achtsamen Geiste gemeinsam durchdringen wollen. Wir fragen uns: Wie kann die buddhistische Weisheitspraxis meine Arbeit und mein unternehmerisches Handeln verwandeln und bereichern.

Geistige Qualitäten entwickeln

Der Buddhismus lehrt uns Methoden und geistige Fähigkeiten, welche unseren Blick auf unser Leben und unsere Arbeit revolutionieren können. Kultivieren wir geduldig Geisteskräfte wie Klarheit, Konzentration, Gelassenheit, Furchtlosigkeit und Mitgefühl verändert sich unser Blick auf die Welt fundamental.

Als Selbständige helfen uns diese Mindskills auf andere Art und Weise mit Unsicherheit, herausfordernden Kunden, schwankenden Märkten, den Zumutungen der Bürokratie oder anderen Ärgernissen zurechtzukommen. Die Achtsamkeitspraxis liefert uns zudem einen inneren Kompass, der unsere Gedanken, Worte und Taten heilsam ausrichtet und unsere freudvolle und mitfühlende Verbundenheit mit der Welt aufrechterhält und stärkt. Wir entwickeln einen stabilen, klaren und offenen Geist.

Wie kann uns Dharmapraxis helfen?

Bereits zu Lebzeiten des historischen Buddha suchten Selbständige und Unternehmer seinen Rat. Er sprach mit ihnen über die Schulung des eigenen Geistes, achtsame Kommunikation, gelingende Beziehungen und die Kunst, Erfolg mit innerer Freiheit zu verbinden.

Wir werden Im achtsamen Miteinander gemeinsam durch den Tag gehen. Über Vorträge, Selbst-Reflektion und den Erfahrungsaustausch lernen wir erprobte Ansätze aus dem Netzwerk Achtsame Wirtschaft kennen und lernen voneinander. Hier einige Fragen, die wir uns stellen können:

- Was bedeutet unternehmerische Freiheit für mich? Wo erfährt sie Grenzen?
- Welche Emotionen und Geisteshaltungen prägen meine Arbeitstage?
- Wo schenkt mir meine Selbständigkeit Freude? Wo leide ich an meiner Selbständigkeit?
- Wo finde ich wohlwollende Unterstützung? Wo Gemeinschaft?
- Wie kann mir das Buddhadharma helfen, meine Arbeit freier und freudiger zu gestalten?
- Wie verliere ich weniger Energie im Umgang mit dem Unangenehmen und Ärgerlichen um?
- Was riet der Buddha Selbständigen und Unternehmern?
- Was gibt meiner Arbeit Richtung und Sinn?

Für wen ist dieses Seminar gedacht?

Das Seminar richtet sich an Selbstständige, Freiberuflerinnen und Freiberufler, Unternehmerinnen und Unternehmer sowie Führungskräfte mit unternehmerischem Gestaltungsspielraum. Herzlich Willkommen sind zudem Menschen, welche mit dem Gedanken spielen, den Schritt in die Selbständigkeit zu wagen.

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, Online-Communities gebildet, 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. Das NAW organisiert sich in einer Reihe von regionalen und virtuellen Circles und verbindet Menschen, die sich in einer Atmosphäre der Achtsamkeit und des Wohlwollens von der buddhistischen Lehre und Praxis berühren und inspirieren lassen wollen.

Mehr Infos unter: www.achtsame-wirtschaft.de

Konditionen

Die Kosten für den Achtsamkeitstag setzen sich aus der Grundgebühr und dem Honorar (Dana) für den Seminarleiter zusammen.

Die Grundgebühr beträgt 130 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 Frankfurt 2026). Die Grundgebühr deckt die Tagungspauschale und die Organisation des Seminars ab. Sie fällt auch bei einer Abmeldung innerhalb der letzten zwei Wochen vor Kursbeginn an. Eine Reduktion 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 Honorarbetrags liegt in der Eigenverantwortung der Teilnehmer. 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. Rechnungen werden auf Nachfrage gerne gestellt.

Kai Romhardt führt dieses Seminar als Veranstalter im Auftrag des NAW e.V. durch.

Organisatorisches

Das Achtsamkeitsseminar beginnt am Sonntag, den 8. November 2026 um 9:30 Uhr und endet gegen 18:00 Uhr. Wir werden von der Küche der Villa Orange mit einem vegetarischen Mittagsbuffet und Getränken versorgt.

Anmeldung über Christiane Hütte:
– contact@villa-orange.de –

mit dem Vermerk „NAW- Seminar Frankfurt 2026“.

Seminarort

Hotel Villa Orange
Hebelstraße 1, 60318 Frankfurt am Main
http://www.villa-orange.de

Kai Romhardt



Dr. Kai Romhardt arbeitet nach Studium der Wirtschaftswissenschaften in St. Gallen und Genf als Trainer, Autor, Coach, Organisationsberater und Meditationslehrer. Er ist seit 30 Jahren selbständig und unternehmerisch tätig.

Kai Romhardt ist Senior-Dharmalehrer des Ordens Intersein (Tiep Hien) des weltweit bekannten Zen-Meister Thich Nhat Hanh. Er lebte und studierte zwei Jahre in dessen Meditations- und Studienzentrum in Frankreich (Plum Village).

Kai ist Initiator und Koordinator des Netzwerks Achtsame Wirtschaft e.V. (NAW), das sich seit 2004 für ein bewussteres ökonomisches Handeln und Denken auf allen Ebenen einsetzt.

Er ist Commissioner der Tropical Wave Projects PT PMA auf Lombok/Indonesien und lebt und lehrt international als reisender Dharmanomade.

Seine Bücher wie z.B. „Slow down your Life“, „Wir sind die Wirtschaft“ oder „Lebensbruch“ zeigen das Potenzial achtsamen Lebens und Arbeitens auf.

Einen besonderen Schwerpunkt bildet hierbei der achtsame Umgang mit Arbeit, Geld, Zeit und Wissen. Mehr Informationen unter: www.romhardt.com und www.achtsame-wirtschaft.de.