



Von der Kunst des freien Verzichtens

**Einführungs-
veranstaltung:**

Donnerstag

22.01.09

19.00-21.00 Uhr

Seminar:

donnerstags

19.00-21.00 Uhr

Unser Leben erscheint nicht immer einfach. Wir haben Probleme mit uns selbst, in unseren Beziehungen zu anderen Menschen oder auf der Arbeit.

Der Wachstumswahn, die Finanzkrise, die Klimakatastrophe, sowie krankmachende und sinnlose Arbeit bzw. Arbeitslosigkeit zeigen, dass wir ein neues Menschenbild brauchen, bei dem nicht mehr Konsum und Verbrauch an erster Stelle stehen. In diesem Seminar werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie wir durch freiwilliges Verzichtens, sowohl im Denken als auch im Tun, zu einem einfachen aber erfüllten Leben gelangen. Selbstverständlichkeiten werden hinterfragt und so Raum für neue Einsichten geschaffen. Durch aufmerksames und achtsames Denken, Reden und Handeln verändern wir uns selbst und unsere Mitwelt. In dem Seminar geht es u.a. um folgende Punkte:

- Methoden zur Konfliktbewältigung
- agieren statt reagieren
- wahrnehmen und wahrgeben
- gegenwärtiges und wertfreies Beobachten
- herrschaftsfreies Miteinander
- Handeln durch Nicht-Handeln
- Sein statt Haben

Kosten: Einführungsveranstaltung: 4 Euro
Seminar: 40 Euro für 8 Termine

Leitung: Burkhard Steinberg, Religionswissenschaftler

Info: 0151-58124876, Burkhard.Steinberg@gmx.de

www.treffpunkt-arche.de

Treffpunkt Arche · Schwachhauser Heerstr. 179 · 28211 Bremen · Tel.: 430 95 50

