

Achtsamkeit im Wirbel des Alltags - geht das überhaupt?



EMPOWERING CIRCLE
empowering-circle.org



Abendveranstaltung
mit dem Zenlehrer **Richard Maurer**
und dem Unternehmer **Johannes Weber**
am Sonntag, 26. April 2015, von 18 - 21.30 Uhr
im **Kulturzentrum Pelkovenschlössl**
München, Moosacher St. Martins-Platz 2 (U3)




Achtsamkeit im Wirbel des Alltags - geht das überhaupt?



Der **Empowering Circle e.V.** lädt Sie ein zu einer Veranstaltung mit dem Zenlehrer **Richard Maurer** und dem Unternehmer **Johannes Weber**, ausgezeichnet als „Young Global Leader of the World Economic Forum 2014“

am **Sonntag, 26. April 2015, von 18 - 21 Uhr**
im **Kulturzentrum Pelkovenschlössl**,
Moosacher St. Martins-Platz 2 (U3), zu:



Vortrag, Achtsamkeitserfahrung und Diskussion -
anschließend: Austausch und gemütlicher Ausklang

Immer mehr Menschen haben das Gefühl, dass an unserem Lebensstil etwas nicht stimmt. Sie fühlen sich fremdbestimmt, getrieben von Anforderungen, die z.T. nicht ihren wirklichen Bedürfnissen entsprechen. Das beeinträchtigt Lebensfreude und Gesundheit.

Kann der „Weg nach innen“ hier weiter helfen? Kann er uns gelassener und ausgeglichener machen? Wie wirkt eine achtsame Wahrnehmung und Körpererfahrung auf Wohlbefinden und Gesundheit? Wie können wir uns innerlich freier fühlen trotz drängender Anforderungen, Sorgen und Belastungen?

Zum anregenden Austausch über diese Themen hat der *Empowering Circle* einen Zenlehrer und einen Unternehmer, Vater von 3 kleinen Kindern, eingeladen.

Richard Maurer war Lehrer an einem Münchner Gymnasium für Katholische Religionslehre, Deutsch, Französisch und Spanisch. Er übt seit 30 Jahren die Zen-Meditation. Von seinem Meister Kubota Ji'un Roshi aus Tokio erhielt er 2012 die Befugnis, Zen zu lehren. Er sieht die Meditationsübung als einen Weg zu einem neuen Bewusstsein.

Johannes Weber ist ein Pionier einer neuen Generation von innovativen Unternehmern, die einen achtsamen Lebensstil und berufliche Selbstverwirklichung verbinden wollen mit gesellschaftlichen Problemlösungen. Seine Frau ist ebenfalls beruflich sehr engagiert und erfolgreich. Sie haben drei kleine Kinder und bemühen sich trotz der vielfältigen Herausforderungen des Alltags um ein Leben in Achtsamkeit. Johannes Weber erhielt die Auszeichnung „Young Global Leader of the World Economic Forum 2014“.

An diesem Sonntagnachmittag geht es uns darum zu erfahren,

- wie ein ganzheitlicher Blick auf ein achtsames Leben aussehen könnte
- wie es möglich ist, auch in schwierigen Situationen des Alltags zu einer gelebten Achtsamkeit zurück zu kommen
- wie dies im Alltagsstress praktisch umgesetzt werden kann.

Der „**Empowering Circle**“ ist ein gemeinnütziger Verein, der Menschen dabei unterstützt, durch persönliches Wachstum und eigene Bewusstseinsentwicklung neue Wege in die Zukunft freizumachen.

Wir sehen den Schlüssel für Entwicklung darin, immer mehr zu lernen

- Beziehungen erfolgreich zu gestalten,
- Führung durch Begeisterung, Sinnstiftung, Befähigung und Verantwortung für das Ganze zu übernehmen,
- Spiritualität und innere Sammlung zu leben.

Eintritt: € 8.-

Anmeldung:

Per Email bitte an: zukunft@empowering-circle.org

Ort:

Kulturzentrum Pelkovenschlössl,
München, Moosacher St.-Martins-Platz 2 - U3

Veranstalter:

Empowering Circle e.V. - www.empowering-circle.org

