

Gedankenwelt

Über die Achtsamkeit der westlichen Welt

Achtsamkeit wird heutzutage wie vieles als Verkaufsschlager behandelt. Im Hier und Jetzt nur leben. Nicht in die Vergangenheit oder Zukunft blicken.

Diese beschränkte Betrachtungsweise kann allerdings für negative Aspekte verwendet werden. So können Arbeitgeber ihre Arbeitnehmer darüber verdeckt zwingen, nur noch über ihre aktuelle Arbeit zu sinnieren und nicht über mögliche Fehler der Vergangenheit zu reflektieren, über Missstände in Gedanken zu diskutieren oder über zukünftige Entwicklungen nachzudenken. Wird Achtsamkeit in diesem Rahmen fokussiert, sollte dieser Aspekt nicht missachtet werden. Nur selten steht das Wohlbefinden der Arbeitnehmer im Vordergrund, sondern eher betriebliche Zwecke.

Auch für das Individuum birgt diese einseitige Betrachtung eine Gefahr. Wird nicht in der Vergangenheit über eigene Fehler reflektiert, wird das Individuum schnell selbstgerecht oder unachtsam, wenn die eigenen Handlungen für die Zukunft nicht betrachtet werden.

Zudem sind Träume völlig ungefährlich.

(Heiko Wolf, mail@heikowolf.info, 28.01.2023, orcid: 0000-0003-3089-3076)