

# **Betrachtungen über die Entschleunigung des Lebens: Philosophische Spaziergänge mit Heinrich Behrens**

Am Sonntag den 18. September kann man sich mit Heinrich Behrens philosophisch dem Begriff der Entschleunigung nähern und die Beschäftigung damit für ein gelingendes Leben fruchtbar machen.

Der Ruf nach einer notwendigen Verlangsamung des Lebens ertönt immer lauter, und immer mehr Menschen sind nicht mehr bereit, der Eigendynamik der wirtschaftlichen Entwicklung und der durch sie bestimmten alltäglichen Lebensführung, die von Hast, Stress und Hektik gekennzeichnet ist, zu folgen. Es geht ihnen darum, zu einem menschlichen Maß des Umgangs mit der Zeit zu finden. Das Seminar verfolgt zwei Ziele : Einmal sollen aktuelle philosophische Positionen zur hier diskutierten Frage vorgestellt und besprochen werden ( z.B. Hartmut von Rosa, Byung-Chul Han), dann aber wird es auch darum gehen, durch praktische Übungen draußen, im Umfeld der Ökologiestation, diese persönlich erlebbar zu machen.

Im Rahmen eines Stationenganges draußen (auch bei schlechtem Wetter) wird die Seminargruppe auf der Grundlage von Meditationen über Zitate und Sentenzen zu dem Thema bzw. Übungen zur Anleitung zur persönlichen Entschleunigung kleine Selbsterfahrungs- und Selbstreflexionsmöglichkeiten schaffen.

Die Qualität des Seminars soll sich aus der Verzahnung der beiden Ebenen ergeben. Beginn ist um 10.30 Uhr, das Ende wird um 13.00 Uhr sein. Eine Anmeldung ist, möglichst bis zum 11. September, unter 0 23 89 – 98 09 11 (auch Anrufbeantworter) notwendig. Weitere philosophische Spaziergänge, z.B. zum Thema

„Leben und Vergehen“ sind geplant.