

## Achtsamkeit



### Die „innere Hängematte“

Meditation, Yoga und der Wunsch, einfach mal nichts zu denken, nur zu atmen und die Stille zu genießen.

Den Moment auszukosten und Kraft zu tanken.  
Einfach einmal nicht mehr mit dem Strom zu schwimmen, ihn auch nicht stoppen zu müssen, sondern sich von den Wellen tragen zu lassen.

Das wäre schön!  
Die große Sehnsucht in unserer Zeit der vollen Terminkalender.

Achtsamkeit üben, heißt das Zauberwort.

Wir sagen: Achtsam ist, wer beachtet wurde und wird.  
Wer seine Welt als guten nährenden Ort erfahren hat und erfährt.

Achtsam ist, wer eine "innere Hängematte" besitzt. Wer innere Bilder dafür hat, die ihm Halt geben. Den Halt der inneren Haltung "Ich bin o.k., so wie ich bin".

## Achtsamkeit und ROMPC®



### Achtsamkeit und heilsame Beziehungserfahrung mit ROMPC®

Wer sich gehalten fühlt, der muss nicht andauernd überprüfen: Wie wirke ich? Wie sehen mich die Anderen? Und was wollen sie von mir?

Wir helfen Ihnen, diesen Halt und Ihre "innere Hängematte" einzurichten.

Deren Wirkung können Sie jederzeit im Alltag spüren. Immer dann, wenn Sie Ihre Hand auf Ihr Herz legen. Ihre innere Hängematte hilft Ihnen bei sich und bei Ihrer Energie zu bleiben, wann immer Sie es brauchen.

## Achtsamkeit und ROMPC®



**"Wir sind durch Beziehungen krank geworden, also werden wir auch durch Beziehung gesund",** heißt es im ROMPC®.

Was uns kränkt, macht krank!

Wenn verletzende Beziehungserfahrungen ihre Spuren in unserem Leben hinterlassen haben, dann versperren die „Schutz- und Schonhaltungen“, die wir eingenommen haben, häufig den liebevollen Blick auf uns selbst, auf die anderen und auf das Leben.

Durch die Lösungstechniken des ROMPC® können diese kränkenden Erfahrungen heilen.

Achtsamkeit wächst.  
Denn achtsam ist, wer Beachtung erfährt!

Wie?

Das können Sie in diesem Workshop erleben.

## Leitung - Termin - Kosten



### Leitung

Martina Erfurt-Weil  
Jahrgang 1958  
ROMPC® Master-Therapeutin, -Beraterin, -Coach  
ROMPC® Ausbilderin  
Theologin, Heilpraktikerin/Psychotherapie  
European Certified Psychotherapist (ECP)  
Stellvertretende Leiterin des ROMPC®-Instituts Kassel

Thomas Weil  
Jahrgang 1953  
ROMPC® Master-Therapeut, -Berater, -Coach  
ROMPC® Ausbilder  
Theologe, Heilpraktiker/Psychotherapie  
European Certified Psychotherapist (ECP)  
Leiter des ROMPC® Instituts Kassel

### Veranstaltungsort

ROMPC® Institut Kassel  
Hunsrückstraße 10  
34134 Kassel  
(Deutschland)

### Termin

Freitag, 14.12.2018 um 15:00 Uhr bis  
Sonntag, 16.12.2018 gegen 15:00 Uhr

### Kosten

€ 380,00 (ohne Unterkunft und Verpflegung)

## Organisation - Anmeldung



### ROMPC® Institut Kassel

Inhaber: Thomas Weil  
Hunsrückstraße 10  
D 34134 Kassel  
Telefon: +49 (0)561-9324567  
Telefax: +49-(0)561-9324568  
Internet: [www.rompc-institut.de](http://www.rompc-institut.de)  
E-Mail: [info@rompc.de](mailto:info@rompc.de)  
USt-ID Nr. DE 11305189

### Bitte besuchen Sie auch

[www.rompc-institut.de](http://www.rompc-institut.de)  
[www.rompc-shop.de](http://www.rompc-shop.de)  
[www.rompc.de](http://www.rompc.de)  
[www.rompc-webradio.de](http://www.rompc-webradio.de)

„Der Mensch wird am Du zum Ich“  
(Martin Buber)  
[www.rompc-institut.de](http://www.rompc-institut.de)



**ACHTSAM IST, WER BEACHTET WURDE!**

**ACHTSAMKEIT UND ROMPC®**

**Selbsterfahrungsworkshop  
am 14.12.-16.12.2018  
in Kassel**