Gleich anmelden, mehr Infos anfordern oder ein kostenfreies Vorgespräch vereinbaren.

Lassen Sie sich Ihre Fragen gerne unverbindlich und kostenfrei beantworten und erfahren Sie Details über die einzigartige Arbeits- und Vorgehensweise der Heartness® Methode.

Fordern Sie außerdem weitere Informationen zu den Heartness® Veranstaltungen an.

melanieGrimm

Lerchenweg 6
D-82279 Eching a. A.
Tel +49 (0)8143 447077
mail@melaniegrimm.de
www.melaniegrimm.de
www.heartness.de

Bildrechte: © Shutterstock zffoto | Vibrant Image Studio | DutchScenery | iko | nchlsft

Melanie Grimm

Melanie Grimm ist Buchautorin, Holistic Coach und Spezialistin für ein holistisches Herzbewusstsein. Sie ist Expertin für zielgerichtete Kommunikation und professionelles Coaching. Durch langjährige Praxis in der Dienstleistung und als ehemalige Leiterin der Personalentwicklung auf Konzernebene ist ihr die direkte Arbeit mit Menschen sehr vertraut. Dabei steht für sie im Vordergrund, vielfältige Potenziale und Ressourcen eines jeden Einzelnen umfassend zu entfalten.

Seit 1995 begleitet und coacht sie Fach- und Führungskräfte in Unternehmen sowie Privatpersonen in Qualifizierungs-, Entwicklungs- und Veränderungsprozessen. Gemeinsam mit ihrem Mann leitet sie Seminare zu lebensgestaltenden Themen, bietet Einzelcoachings und bildet Holistic Coaches aus.

Sowohl wissenschaftlich als auch philosophisch-spirituell steht das Thema Herz für sie seit über zehn Jahren im Fokus. Durch umfangreiche Recherchen, wissenschaftliche Fortbildungen und praxisorientiertes Forschen entdeckte sie die sieben Dimensionen des Herzens und deren Verknüpfung zu einer Matrix.

Diverse kinesiologische, systemische und psychologische Weiterbildungen, die Ausbildung zum HeartMath®-HerzIntelligenz®-Coach/Trainer/Therapeut sowie langjährige Erfahrung in der Praxis – mit Privatpersonen sowie in Unternehmen diverser Branchen – bilden das Fundament ihrer Arbeit.

Beruflich wie privat repräsentiert sie ihr persönliches Motto: Erfolg geht durchs Herz!

melanieGrimm

heartness®

Das holistische Herzbewusstsein

Der Schlüssel zu selbstbestimmtem Lebensglück

Wenn Sie Sinn, Zufriedenheit und Stabilität suchen …

Viele Menschen wünschen sich ein vitales, selbstbestimmtes, glückliches und sinnerfülltes Leben. Immer mehr erkennen, dass sie Gestalter ihres Lebens sind, indem sie ihre Realität bewusst kreieren und ihr Glücklichsein selbst veranlassen. Diese innere Ausrichtung ermöglicht, dem eigenen Sein und Tun einen tieferen Sinn zu verleihen.

Und viele, vielleicht auch Sie, haben schon etliches probiert, um eine echte Lösung zu finden, um Glück und Erfolg selbst zu kreieren. Doch was genau steuert Ihr individuelles Erleben – im Innen wie im Außen? Wie ruhen Sie zufrieden und gelassen in Ihrer Mitte, wenn um Sie herum das Leben tobt?

Wie entkommen Sie Stressmomenten und begegnen herausfordernden Menschen und Situationen mit einer veränderten inneren Haltung? Wie den Stress in Stärke und Resilienz verwandeln? Wie sorgen Sie in jedem Moment des Alltags für Ihre Vitalität und Ihr inneres Wohlbefinden? Und fördern sogar nachweislich Verjüngungsprozesse? Wie fühlen Sie echte Liebe im Herzen und machen sich dieses Gefühl jederzeit zugänglich, ganz gleich, was um Sie herum gerade geschieht? Wie verbinden Sie sich mit Ihrer innewohnenden Weisheit, Ihrer wahrhaften Essenz?

Indem Sie sich selbst begegnen – in Ihrem Herzen.

Mit Herzkohärenz zu selbstbestimmtem Lebensglück

Wer Glücklichsein und Sinnerfüllung bereits erlebt, dem widerfährt es nicht per Zufall. Es ist eine bewusste Lebenshaltung! Im wissenschaftlich validierten Modus der Herzkohärenz liegt der Schlüssel zu selbstbestimmtem Wohlgefühl und Lebensglück. Das Herz ist das Tor zum Selbst, es ist die zentrale Stelle, die Ihr gesamtes Erleben steuert – im Innen wie im Außen.

Dieser Schlüssel ist vielschichtig. Er verbindet elementare Aspekte der Biomedizin, Quantenphysik, Philosophie und Spiritualität und vereint sie in einer Matrix aus sieben Seinsschichten des Herzens.

Entdecken Sie diese Herzmatrix und erfahren Sie, wie Sie die physische, mentale, emotionale, energetische, generative, essenziale und spirituelle Dimension des Herzens für sich entschlüsseln.

Die Heartness® Methode können Sie auf einfache Weise und ohne nennenswerten Zeitaufwand im täglichen Leben anwenden. Schnell und nachhaltig spüren Sie deren tiefgreifende Wirkung.

Heartness® führt Sie gezielt in den Zustand der Herzkohärenz. So erleben Sie ein tiefes Verbundensein mit sich selbst und allem, was ist. Nutzen Sie die Energie der Kohärenz in jedem Moment des Alltags! Damit können Sie Ihre Lebensrealität bewusst gestalten und Ihre Lebensqualität absichtsvoll steigern.

Herzkohärenz ist Zukunftskompetenz!

Heartness® – Nutzen und Angebot

Die praktische Anwendung der siebendimensionalen Herzmatrix bereichert Ihr Leben immens:

- Steigern Sie Vitalität und Leistungsfähigkeit
- Stärken Sie Stressresistenz und Resilienz um einem Burnout vorzubeugen
- Erhöhen Sie Konzentration, Kreativität und Intuition
- Intensivieren Sie Lebensfreude und emotionales Wohlbefinden
- Gestalten Sie harmonische Beziehungen
- Fördern Sie gezielt die Erfüllung Ihrer Wünsche und Absichten
- Erfahren Sie ein wahrhaftes Ankommen und Ruhen in Ihrer Mitte
- Erleben Sie ein tiefes Verbundensein mit Ihrer inneren Weisheit und Essenz

Heartness® Buch und Kartenset

Das holistische Herzbewusstsein entdecken
244 Seiten | ISBN: 978-3-86386-864-2
Buch auch im Handel erhältlich; Kartenset nur bei der Autorin

Heartness® Coaching

Kurz-Coaching: Schnelle und effiziente Klärung eines Einzelthemas. Dauer: 3 - 4 Stunden
Intensiv-Coaching: Themenübergreifende Gesamtbetrachtung und tiefgreifende Lösung Ihrer derzeitigen Lebenssituation. Dauer: 1,5 - 2 Tage

Heartness® Workshop

Erkunden der vielschichtigen Wirkweisen des Herzens sowie Anwenden und Vertiefen der Herzkohärenz. Dauer: 1-tägig und mehrtägig

Weitere Ausbildungsangebote auf Anfrage.