

Neubeginn durch Fasten

26 September, 2011 von [memento_mori](#) · [Keine Kommentare](#)

Interview von Petya Hristova mit dem Lebensberater und Fastencoach Wolfgang Witte über Berufung, Ernährung, Gesundheit und Erfolg



Lieber Herr Witte, wie sind Sie zu dem Entschluss gekommen, dass Sie als Lebensberater tätig sein möchten? Betrachten Sie diese Entscheidung als Wendepunkt in Ihrem Leben, oder hatten Sie unbewusst schon immer darauf gewartet?

Ich bin seit 32 Jahren selbständig in der Finanzdienstleistungsbranche tätig. 1988 habe ich dann in der Schweiz eine Lebensberaterausbildung absolviert, da mich das Thema „Menschen“ schon immer beschäftigt hat. Ebenfalls habe ich 1988 eine Firma gegründet, die sich mit der Veranstaltung und Durchführung von Seminaren beschäftigt. Seither war ich immer mal „nebenbei“ in diesem Bereich tätig. Und sei es zur Schulung eigener Mitarbeiter.

Nun habe ich zum Jahreswechsel 2010 beschlossen, mich die nächsten 30 Jahre ausschließlich der Seminartätigkeit zuzuwenden, weil mir die direkte Arbeit mit Menschen einfach mehr Freude bereitet. Somit war es durchaus eine sehr bewusste Entscheidung.

Haben Sie sich dazu berufen gefühlt?

Ein klares ja! Ich habe mich schon immer mit den Themen Bewusstsein, Ernährung, Gesundheit, Erfolg und auch im weitesten Sinne mit Esoterik beschäftigt.

Haben Sie mit dem Wandel im eigenen Alltag Ihre Karriere in Gang gesetzt? Was bedeutete Fasten für Sie und Ihre Familie damals und was bedeutet es jetzt?

Was ist Karriere? Mir wird immer wieder die Frage gestellt, was Erfolg ist. Karriere und Erfolg werden bei uns immer gleichgesetzt mit Geld. Ich definiere Erfolg (Karriere) so: Es sollen die

Dinge erfolgen, die mich auf meinem Lebensweg weiter bringen. Und das ist bestimmt nicht immer Geld.

Das erste Mal gefastet habe ich während meiner Ausbildung 1988. Zwei Wochen Safffasten nach Dr. Buchinger. Seitdem faste ich zweimal im Jahr. Fasten bedeutet für mich eine Besinnung auf das Wesentliche. Eine Reinigung von Körper, Seele und Geist. Loslassen von Dingen die mich im täglichen Leben beschäftigen.

Einfach mal schauen, was mache ich bisher und was will ich wirklich.

Sie reden über Neubeginn im Leben. Was machen Sie als Fastencoach außer Ernährungsberatung?

Themen meiner Fasten-Erlebnis-Woche sind unter anderem Gesundheit, Fitness, Bewegung, Ziele, Wünsche, Visionen, Zeit, Entspannung, Tugenden und Selbstheilung des Körpers. Die Fastenwoche soll den Teilnehmern die Möglichkeit zur Besinnung geben. Betrachten wo stehe ich und wo will ich hin. Ohne Beeinflussung von außen. Und fasten schafft einfach Klarheit im Denken. Und dazu kommt eine Gemeinschaft, in der alle dasselbe Ziel verfolgen. Etwas im Leben verändern zu wollen.

Glauben Sie an die Macht des positiven Denkens?

Ja. Deshalb habe ich 1988 den ersten Optimisten-Club in Deutschland gegründet. Ziel des Vereins war es, sich über negative und positive Gedanken Gedanken zu machen. Was geschieht, wenn ich negativ denke und was, wenn ich positive denke. Hierzu gibt es ja mittlerweile genügend Literatur zum Nachlesen.

Sie haben viele Leute getroffen und behandelt. Gibt es irgendeine persönliche Geschichte, die Sie besonders begeistert und zufrieden gestellt hat?

Oh ja, aus der jüngsten Vergangenheit. Ich habe sehr intensiv erfahren, dass der Körper (mein Körper) es schafft sich selbst zu heilen. Und wie wichtig es ist, Veränderungen vorzunehmen im Leben. Ich bin fest davon überzeugt, dass jede Veränderung uns im Leben positiv weiter bringt.

Wie vereinbaren Sie die praktische Veranstaltung und Organisation Ihrer Fastenprogramme mit der individuellen Behandlung Ihrer „Patienten“? Jeder ist mehr oder weniger süchtig nach Aufmerksamkeit, oder?

Ich glaube Aufmerksamkeit von außen bekommen wir genug. Die Idee der Fasten-Erlebnis-Woche ist Besinnung auf sich selbst. Tugenden wie Achtsamkeit, Anerkennung, Beachtung des eigenen Körpers. In der Fastenwoche gibt es sowohl Gruppen- als auch Einzelgespräche, um die individuellen Wünsche jedes Teilnehmers zu erkennen und zu fördern.

Was ist Ihre Lieblingsaufgabe während des ganzen Prozesses der Lebensberatung?

Ich habe sehr früh im Versicherungsbereich eine Grundregel gelernt: Herausfinden was der Kunde braucht und ihm helfen, seinen Wunsch zu realisieren. Genau diese Aussage trifft auch auf die Lebensberatung zu.

Gibt es Leute, Bücher oder bestimmte Kunstformen, die Sie in Ihrer Arbeit inspirieren?

Menschen, die bestimmte Dinge tun, die uns ansprechen, gibt es sicherlich immer wieder im Leben. Bücher ebenfalls. Hier gibt es eine kleine Auswahl auf meiner Homepage. Aber auch diese Dinge verändern sich im Laufe des Lebens. Spannend finde ich zurzeit eine Veränderung in der Schulmedizin. Nicht mehr Ruhe sondern Bewegung bringt Heilung.

Würden Sie bitte unseren LeserInnen etwas wünschen oder einen Rat für ein besseres und zufriedeneres Leben erteilen?

Gerne. Ich kann jedem Menschen nur wünschen, achtsam mit sich umzugehen, Vertrauen in sich selbst zu bewahren, auf seinen Körper zu hören, ihm Ruhe und auch mal eine Auszeit zu gönnen.

Vielen Dank für dieses Interview!

Ihr Coach:



Wolfgang Witte, geboren 1961 in Hannover, verheiratet, ist seit über 30 Jahren selbstständig im Finanzdienstleistungsbereich tätig. In den letzten 10 Jahren ausschließlich als Immobilienmakler.

Da mich schon immer die Menschen hinter den Produkten interessiert haben, absolvierte ich 1987 eine Lebensberaterausbildung in der Schweiz und gründete die Firma EMS Trainings – Erfolg mit System – um zusätzlich auch Seminare zu veranstalten

Somit beschäftige ich mich seit dem überwiegend mit Veranstaltungen zu den Themen Gesundheit, Erfolg, Ernährung, einem glücklichen und zufriedenen Leben.

Mit sehr viel Erfahrung aus dem „richtigen Leben“!

Unser neuestes „Baby“ – das Produkt „Neubeginn durch Fasten“ vereint nun alle Themen zu einem Seminar. Für alle, die wirklich etwas in Ihrem Leben verändern wollen. Herzlich willkommen!

Hobbys: Privatpilot und Fluglehrer, Lesen, Wandern, Sauna, Bootfahren, Fitness, Laufen (25.04.2010 Hamburg-Marathon)

Berufliche Laufbahn: seit 1980 Selbständig als Finanzkaufmann (www.B-V-S.de)
Aufbau einer eigenen Vertriebsgesellschaft für Finanzdienstleistungen

Im 07-1987 Gründung von EMS-Trainings (Veranstaltung von Erfolgs – Trainings)

Im 10-1985 Gründung des ersten Optimisten Club Europas

In 1986 Ausbildung zum diplomierten Kosmologen (UNH)
(Lebensberaterausbildung)1991 bis 2001 Vorstand und Kassenwart des
Flugsportverein Peine

In 2011 Ausbildung zum Fastenleiter bei der Akademie Gesundes Leben (AGL).

Mehr Info unter: www.ihrfastencoach.de