

## Profil

Christian Bremer „ist sympathischer als Bill Clinton“, schreibt Die Welt. Er ist als Redner, Autor und Seminarveranstalter einer der gefragtesten deutschsprachigen **Experten für Gelassenheit**. Sein Credo: „Gelassenheit ist doch kinderleicht, wenn man weiß, wie es geht“. Christian Bremer präsentiert als Redner nicht nur, wie das Leben auch mit weniger Stress zu meistern ist, er macht es auch noch vor – **garantiert frei von Esoterik**.

Bei aller Sympathie und Expertise redet er **verständlichen Klartext** und zeigt auf Augenhöhe machbare Lösungen für ein freies Leben mit Erfolg ohne Stress, Druck und Ärger. Kunden wie Mont Blanc, Porsche oder Siemens wissen: **Bremer macht aus gestressten Personen gelassene Persönlichkeiten**.

„Ich möchte den Menschen zeigen, wie einfach es sein kann, die Hürden des Lebens mit Leichtigkeit zu meistern“.

Seit 1992 haben in über 4.800 Einsätzen mehr als 39.000 Personen an seinen Vorträgen und Seminaren teilgenommen. Die häufigsten Gründe für die Begeisterung der Teilnehmer sind seine mitreißende Lebendigkeit, sein feiner Humor, seine unnachahmliche Art den Spiegel vor zu halten und sein Mut zu klaren Worten.

Veranstalter bedeutender Kongresse und Symposien wie CeBit, HannoverMesse, Leipziger Buchmesse oder die Expertenzeit der Rheinischen Post laden ihn wiederkehrend als Redner ein. 2013 startete er in Dortmund den innovativen und einzigartigen „**Tag der Gelassenheit**“, an dem mittlerweile jährlich mehr als 500 Personen teilnehmen.

Als Autor hat er bereits sechs Bücher und Hörbücher veröffentlicht, der aktuelle **Top-Seller** trägt den Titel „**Rein ins Leben, raus aus dem Stress**“ und ist 2018 im Vahlen Verlag erschienen. Seine mehr als **300 Artikel** sind in Zeitschriften wie FAZ, impulse, Business Punk, Manager Magazin, VDI Nachrichten, Freundin und Cosmopolitan erschienen.

Seine Philosophie als Redner, Autor und Seminarveranstalter: „Wir stehen alle vor denselben Problemen, brauchen aber individuelle Lösungen“. Seine einfachen und überzeugenden Lösungsangebote werden sofort verstanden und können direkt angewendet werden.

Nachdem er von 1992 bis 2002 eine Trainingsfirma erfolgreich aufbaute, waren seine Akkus leer – nach 10 Jahren ohne Erholungsurlaub und ständigen 80-Stunden-Wochen. Seine Leistungsorientierung, der Wunsch nach Anerkennung und die Unfähigkeit zu entspannen, führten ihn in einen Burnout. Diese schmerzliche Erfahrung machte ihm die Bedeutung von offensiver Gelassenheit deutlich. Er wusste sie als **Chance zu nutzen** und gibt seine Erfahrungen, Sichtweisen und Strategien seit nunmehr 15 Jahren mit Herzblut weiter.

Persönliches: Geboren 1972 in Dortmund, lebt er nach Stationen in Los Angeles und Düsseldorf nun mit seiner Frau in Bochum. Er trägt den schwarzen Gürtel im Taekwon-Do und seinen Rucksack auf 3000er. Vegetarisches Essen schätzt er als Beilage zu Fleisch oder Fisch. Dass er Porsche und Opel fährt und sowohl Jürgen Drews als auch Mozart hört, macht ihn für manchen Psychologen interessant. Sein Traum ist eine eigene Fernsehshow, mit deren Einnahmen er Mehrheitsaktionär seines BVB werden kann.