



Als „der Mann mit dem Karren“ im Einsatz für „Traumabewältigung durch Traumverwirklichung“, für Kinder und Jugendliche psychisch erkrankter Eltern sowie für Naturerhaltung und Tierschutz beteilige ich mich bei Läufen mit einem solchen oder ähnlichen Zweck und freue ich mich auf entsprechende Anfragen. Mehr zu meinem Wagenziehen und einen Podcast gibt es auf:

www.wolfram-gaefgen.de

Der Komponist und Kirchenmusiker über seine Lebenswanderungen

Die Freude über Begegnungen

Wolfram Gäfgen aus dem bayrisch-schwäbischen Ostallgäu ist wieder mal unterwegs. Dabei hat er zwei gesunde Füße, einen hellwachen Geist und einen 150 Kilogramm schweren Karren. Ein Leiterwagen aus Holz und Metall mit einer für ihn gebauten und ausgemessenen Schlafstelle. Wundert Euch nicht, wenn ihr ihm begegnet. Denn er ist oft länger unterwegs und freut sich über jede Begegnung. Die Wanderungen sind für ihn eine Lebensschulung, eine meditative Sache und ein Fitnessstraining. Denn diesen Karren über Auf und Ab zu ziehen verlangt Wille und Kraft. Die schöpft Wolfram aus dem positiven Glauben für seine Zukunft. Auch für das Leben nach dem Tod, an das er glaubt.

Das Leben als Wanderung

Da gibt es Wege und Abzweigungen. Dabei gewinnt er eine tiefe Dankbarkeit. Wolfram spürt hautnah Gewicht und Kraft. Und erlebt dabei das eigene Körpergefühl. Sich „ins Zeug legen“ und nie im Leben aufgeben ist seine Devise. Und es ist automatisch eine besondere Art von Training - für Körper und Geist! Wichtig für ihn: Mensch auf Erden zu sein und so bewusst zu leben. Gerade auch dann, wenn er unterwegs Menschen trifft und mit ihnen ins Gespräch kommt.

Träume verwirklichen

Dazu gehört der Wunsch, an Lauf- und Wanderveranstaltungen teilzunehmen. Um dabei seine Botschaft und Träume zu teilen. Ein großes Ziel ist die Alpenüberquerung mit dem Planwagen. Was brauchst Du? Was hält dich davon ab? Wie wäre es wenn du diesen deinen Traum schon leben würdest, fragt er sich? Wer kann ihm dabei helfen?

Gestern-Heute-Morgen

Wolfram ist neugierig. Er will wissen, was die Zukunft bringt und was er dafür oder dagegen tun kann. Helfen ihm dabei Erinnerungen an die glücklichen Momente seines Lebens. Oder aus den nicht immer guten Kindheitserfahrungen lernen, aus Krankheiten wie Angst, Asthma und Autismus. Was ihm auf alle Fälle hilft ist das Zusammenleben mit seiner Frau, das laute Orgelspiel, das Singen und das „ins Zeug legen“ mit dem Wagen. Es ist jetzt schon ein Ausdruck der teilweise gelungenen Bewältigung mit dem Ziel:

„Träume leben, glücklich sein!“

Einen ausführlichen Podcast, der in der Natur unter Begleitung von zwitschernden Vögel mit dem Titel „Aus der Norm“ entstand, findest Du hier

- <https://www.wolfram-gaefgen.de/musiktheater/>
- https://sportguide.rocks/podcast/wolfram_gaefgen/?id=264

Wolfram Gäfgen

Telefon: 083689145611

Mail: wolfram-gaefgen@gmx.de

Internet: <https://www.wolfram-gaefgen.de/>