



# EMOTIONAL VORTRAG ÜBER GRENZWANDERUNG ALS REISE ZU SICH SELBST

Veröffentlicht am 08.04.2025 um 16:00 von Reinhard Kroll

Hast du dich jemals gefragt was wirklich passiert, wenn du deine Komfortzone verlässt? Diese Frage hat sich Eckhard Niederhaus gestellt und möchte im Buch und seinen Vorträgen vor allem Mut machen, notwendige Veränderungen zu machen und auftauchende Ängste zu integrieren. Raus aus der Komfortzone mit Job, Wohnumfeld und Beziehungen – rein ins Ungewisse. Ein 52-jähriger IT-Manager macht einen Schnitt. Er wandert 50 Tage alleine mit Rucksack und Zelt entlang des innerdeutschen Grenzstreifens, und die ersten vier Wochen ohne Geld. Diese 1100 Kilometer werden für ihn zu einer Reise zu sich selbst, auf die er seine Zuhörerinnen und Zuhörer mitnimmt. In seinem Buch berichtet er über seine Erlebnisse mit den Menschen und der Natur, seinen Umgang mit Wetter, Hunger, Einsamkeit und körperlichen Herausforderungen. Es



ging ihm dabei nicht primär um die Leistung der Wanderung, sondern um die auftretenden Gefühle und Ängste, die den gestandenen Unternehmer begleiteten. Sein Leitthema war „Veränderung“. Eckhard Niederhaus sagt: „Meine Scham, wenn ich fremde Menschen um Essen bitten musste, meinen gefühlten Unwert, wenn ich abgewiesen wurde, meine Angst, allein im Wald zu schlafen, meine tiefen Glücksgefühle am Ende der Reise“ – über diese und viele weitere Emotionen hat er passend zu jedem Tag einen inspirierenden Wachstumsimpuls formuliert, von denen er einige seinem Publikum beschreibt. Veranstalterinnen sind die Gemeindebücherei und die Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Stockelsdorf in Kooperation mit der Buchhandlung Bücherliebe. „Wir freuen uns sehr darüber, dass Eckhard Niederhaus sofort zugesagt hat, uns in Stockelsdorf auf einen Teil des Weges mitzunehmen und in seine Erlebnisse eintauchen zu dürfen.“ Eintrittskarten zu diesem am Mittwoch, 14. Mai, in der Villa Jepsen stattfindenden Veranstaltung können in der Buchhandlung Bücherliebe und in der Gemeindebücherei in Stockelsdorf erworben werden. Die fünf Euro werden an die Lübecker Tafel gespendet.