

Fünf Schritte auf Weg zu innerem Frieden

NWZ-IMPULSE Walter Kohl spricht in Oldenburg über Lebensgestaltung

VON JÖRG SCHÜRMEYER

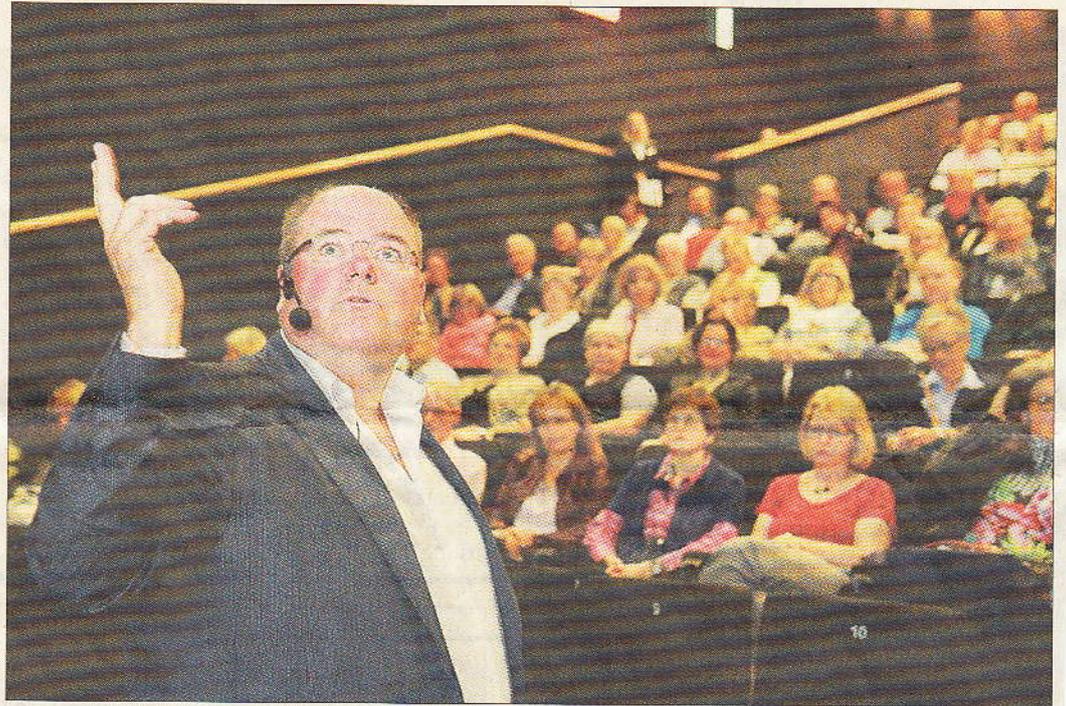
OLDENBURG – „Ich habe das Drehbuch meines Lebens lange Zeit nicht selbst geschrieben“, sagt Walter Kohl in Anspielung an das Oldenburger Kino Cinemaxx, in dem er an diesem Montagabend auf der Bühne steht. Der Unternehmer und Autor spricht in der Reihe **NWZ-IMPULSE** über den oftmals steinigen Weg nach Lebensfreude und innerem Frieden. In fünf Schritten will er den Zuhörern den Weg zur Versöhnung aufzeigen.

Schnell wird deutlich, dass der älteste Sohn von Altbundeskanzler Helmut Kohl dabei nicht nur Abstraktes vermitteln will, sondern dass die Grundlage der Schilderungen die eigene Biografie ist. „Ich habe mich versöhnt, habe meinen inneren Frieden gefunden“, sagt der 51-Jährige heute etwa über das schwierige Verhältnis zu seinem Vater.

Kraftquellen und -fresser

Ausgangspunkt der Überlegungen von Walter Kohl ist das berufliche und persönliche Umfeld jedes Einzelnen, die eigenen Aufgaben, Vorgesetzte und Mitarbeiter einerseits, Ehe und Partner, Familie und Herkunft andererseits. Sie könnten „Kraftquellen“ sein, würden von vielen aber auch als „Kraftfresser“ empfunden.

Auch Kohl selbst berichtete, dass er einige „Wackersteine“ in seinem „biografischen Rucksack“ mitgeschleppt habe, an denen er zu zerbrechen drohte: den Freitod seiner Mutter, die Trennung von seiner Ehefrau, die Belastungen durch die Terrorismusjahre



Schilderte seinen Weg zu Versöhnung und innerem Frieden: Walter Kohl

BILD: PIET MEYER

und sein Leben als Sohn von Helmut Kohl.

Um aus dieser Situation herauszukommen, sei es notwendig, das eigene Leben aktiv zu gestalten, so der 51-Jährige. Nötig sei ein neues Denken: „Am Was kann man nichts ändern, aber am Wie.“

Früher habe er selbst immer gesagt: „Ich bin ja nur der Sohn von Kohl.“ Heute sage er: „Ich bin auch der Sohn von Kohl.“ Zugleich sei er aber auch Unternehmer, Autor und vieles mehr. „Ich habe nichts an der Realität verändert, ich habe aber einen neuen Blick.“

Die Suche nach einem Ausweg beschrieb Kohl als einen „inneren Kreisverkehr“ mit verschiedenen Ausfahrten. Die erste Ausfahrt sei der

Kampf mit dem Konflikt, die zweite die Flucht aus dem Konflikt, die Kapitulation. Die dritte Ausfahrt schließlich, den Weg, für den er sich aussprach, sei die Versöhnung.

Brief an sich selbst

Um diesen Weg zur Versöhnung, zum inneren Frieden, einzuschlagen, sind fünf Schritte nötig, so Kohl. Beim ersten Schritt gehe es darum, das akute Anliegen genau zu definieren. Beim zweiten Schritt, den Kohl als „Abstieg in den Seelenkeller“ bezeichnete, sei es notwendig, alles auf den Tisch zu legen. „Am besten schreiben Sie einen Brief an sich selbst“ empfahl er. Der dritte sei der starke

Schritt, bei dem man den Energiewandel erlebe. Im vierten Schritt schließe man dann „den Friedensvertrag mit sich selbst“. Und im fünften Schritt gehe es schließlich darum, die „neue Kraft im Fluss des Alltags zu nutzen“. Er selbst habe auf diesem Weg seine Versöhnung gefunden. „Wir können das Drehbuch unseres Lebens umschreiben“, ist Kohl überzeugt.

In der nächsten Veranstaltung aus der Reihe **NWZ-IMPULSE** wird Suzanne Grieger-Langer am 6. Oktober, 19.30 Uhr, zum Thema „Persönlichkeit“ sprechen (Buchung über www.sprecherhaus.de)

→ @ Weitere Artikel zu Vorträgen aus der Reihe: www.nwzonline.de/nwz-impulse-vortragsreihe