

# „Aus altem Stein neuen Humus machen“

**VORTRAG** Walter Kohl stellte sein Konzept zur Versöhnung als Weg zur aktiven Lebensgestaltung vor

**GREBENHAIN** (mgg). Versöhnung ist für Walter Kohl das Stichwort, wenn es darum geht, das eigene Leben aktiv gestalten zu können. Auf Einladung der hessischen Mittelstandsgesellschaft stellte er sein Konzept im Grebenhainer Bürgerhaus vor. Kohl betreibt ein „Zentrum für eigene Lebensgestaltung“ und hat zwei Bücher zum Thema verfasst.

Das neue Buch heißt „Leben, was du fühlst. Von der Freiheit glücklich zu sein. Der Weg der Versöhnung“. Walter Kohl bezeichnet es als das „Praxisbuch“ zum Vorgänger „Leben oder gelebt werden. Schritte auf dem Weg zur Versöhnung“. Wie der 50-Jährige dem Grebenhainer Publikum erklärte, brachte ihn sein eigener Lebensweg zu diesem Thema.

Sein Vater ist Altbundeskanzler Helmut Kohl. Als Jugendlicher lebte Walter Kohl in Sicherheitsstufe eins wegen des RAF-Terrors. „Alle anderen“ in seinem Alter seien dagegen „normal“ gewesen, beschreibt er heute seine damalige Wahrnehmung. In den Jahren 2001 und 2002 habe er den Tiefpunkt erreicht. Nach der CDU-Spendenaffäre, dem Ende seiner Ehe und insbesondere dem Selbstmord seiner Mutter habe er sich überlegt, weshalb er überhaupt lebe und ob er eventuell den Weg seiner Mutter wählen solle. „Ich war so am Ende, dass ich sieben Monate keinen Geschmackssinn hatte.“

Als er auf der Suche nach einem Kreuzworträtsel eine Frauenzeitschrift aufschlug, entdeckte er einen Hinweis auf das Buch „...trotzdem Ja zum Leben sagen: Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager“ von Viktor Frankl. Durch diese Lektüre habe er gelernt, dass man alles ertragen könne – wenn man wisse wofür man lebt, so Walter Kohl. Bald sollte er einen Vortrag zum Thema Versöhnung halten, dem weitere folgten. Schließlich kam jemand auf ihn zu und sagte ihm: „Sie müssen ein Buch schreiben.“

Nachdem Walter Kohl den Hinter-



Walter Kohl hielt einen Vortrag zur persönlichen Lebensgestaltung. Foto: Günkler

grund seiner heutigen Arbeit erklärt hatte, skizzierte er, was aus seiner Sicht Glück ist. Hierzu gehören für ihn Beziehungen, Neugier, Einklang (mit der Natur) und auch – richtig dosiert – Materielles. Glück könne aber niemals ein Dauerzustand sein, weil es sonst einfach normal wäre.

Zum Glück gehören für Kohl Frieden mit der Vergangenheit, Sinn und

Ziele für die Zukunft sowie Kraft, Freude und Entschiedenheit für die Gegenwart. Das eigene Verhältnis zur Vergangenheit müsse geklärt sein, da einem diese Vergangenheit sonst die Gegenwart zerdrücke. Die Zeit, so Kohl, heile nicht alle Wunden, und oft passierten Dinge, „die einfach keinen Sinn haben“. Es gelte, die eigenen Wunden ehrlich anzu-

erkennen und sich aktiv mit ihnen zu beschäftigen. Nachtragend zu sein, sei der falsche Weg, denn der Nachtragende sei der Belastete.

Jeder Mensch, so der Referent, trage seinen biographischen Rucksack mit sich herum – auch dann, wenn er ihn verleugne. Aber: „Sie können aus altem Stein neuen Humus machen.“ Es gelte, sich der eigenen Denkmuster und ihrer emotionalen Konsequenzen bewusst zu werden und neue Denkmuster zuzulassen, um die emotionale Führung des eigenen Lebens selbst in die Hand nehmen zu können. Zudem müsse Vergangenes für etwas Positives genutzt werden, um ihm dadurch einen Sinn zu geben.

Walter Kohl zeigte fünf Schritte auf, die aus seiner Sicht zum inneren Frieden führen. Der erste bestehe darin, ein Anliegen zu formulieren – und zwar eines, das komplett in der eigenen Hand liege. Man habe es nicht in der Hand, ob man am Arbeitsplatz gemobbt werde, wohl aber, ob es einen emotional angreife. Kohls zweiter Schritt ist ein Brief an einen selbst, in dem man seine Gefühlslage hundertprozentig ehrlich auf den Tisch legt.

Schritt drei ist überschrieben mit: „Den Energiewandel erleben.“ Hier schlägt Kohl vor, die eigenen Gefühle (die mit Energien verbunden seien) in einzelnen Worten zu formulieren und „Spiegelenergien“ entgegenzuhalten: Wut könne in Gelassenheit umgewandelt werden, Kränkung in Stärke, Frust in Freude und so weiter. Kohls vierter Schritt ist ein Friedensvertrag mit einem selbst als Ausdruck der eigenen Fähigkeit, mit Erlebtem Frieden zu machen.

Der fünfte Schritt besteht für den Referenten darin, die „neue Kraft im Fluss des Alltags“ zu nutzen. Das Leben zu genießen, bedeutet für Kohl, es bewusst zu gestalten. Das „Was“ ist nach seinen Worten oft unverrückbar, aber nicht das „Wie“. Er sprach von einer „Freiheit des neuen Wie“.

## KURZ BERICHTET

### Acht Millionen Euro Sachschaden

**ALSFELD** (pw). Nach wie vor ungeklärt ist die Ursache des Großbrandes auf dem Alsfelder Bückinggelände. Wie die Staatsanwaltschaft Gießen gestern auf Anfrage mitteilte, gibt es derzeit weder Anhaltspunkte für einen technischen Defekt, noch für eine Brandstiftung. Die Höhe des entstandenen Sachschadens wird derzeit seitens der Kriminalpolizei auf acht Millionen Euro geschätzt. Von privater Seite wurde für Hinweise zur Brandursache eine Belohnung von bis zu 35 000 Euro ausgesetzt.

### Arbeitsamt warnt vor Rechnungen

**VOGELSBERGKREIS** (red). Die Agentur für Arbeit Gießen weist darauf hin, dass derzeit bundesweit Arbeitgeber Rechnungen von einem dubiosen Jobportal (JOB DIRECT) erhalten. Für die angebliche Veröffentlichung ihrer Stellenangebote werden 580 Euro in Rechnung gestellt.

### „Nicht bezahlen“

Auch Arbeitgeber im Bezirk der Arbeitsagentur Gießen haben bereits Rechnungen des Jobportals erhalten. Die Arbeitsagentur erklärt ausdrücklich, dass JOB DIREKT (www.jobdirect24.net) kein Kooperationspartner der Bundesagentur für Arbeit (BA) ist. Die Stellenbeschreibungen wurden offensichtlich der frei zugänglichen Jobbörse der BA ohne jegliche Mitwirkung durch die BA entnommen. Die BA distanziert sich ausdrücklich von diesem Missbrauch der Daten aus der JOB-BÖRSE. Sie behält sich vor, rechtliche Schritte gegen den Betreiber des Jobportals einzuleiten. Die Arbeitsagentur Gießen rät allen betroffenen Arbeitgebern, die Rechnungen nicht zu begleichen, und weist darauf hin, dass die Nutzung der Jobbörse der BA kostenfrei ist.

## Versichertenkarte nur noch bis Jahresende gültig

**LAUTERBACH** (red). Ende einer Ära: Ab Januar 2014 wird die bisherige Krankenversichertenkarte (KVK) komplett ungültig. Darauf weist die DAK-Gesundheit in Lauterbach hin. Schon jetzt nutzen bundesweit etwa 63 Millionen Versicherte die elektronische Gesundheitskarte (eGK) mit Bild. „Wer im nächsten Jahr ohne neue Karte seinen Arzt aufsucht, kann Probleme bekommen, denn der Versicherungsschutz muss dann umständlich nachgewiesen werden“, sagt Gesundheitsexperte Christian Besser von der DAK-Gesundheit in Lauterbach. Der Gesetzgeber habe die Krankenkassen zur Ausgabe der elektronischen Gesundheitskarte mit Foto verpflichtet. Deshalb sei es wichtig, dass alle Versicherten ab 15 Jahre, die noch kein Bild zur Erstellung der neuen Karte abgegeben haben, dies so bald wie möglich einschicken. Einzelne Kassen bieten an, das Foto auch im Internet hochzuladen. Versicherte der DAK-Gesundheit können bei Bedarf auch kostenlos ein Bild in der Servicestelle Lauterbach erstellen lassen.

Für die meisten Versicherten gehört die elektronische Gesundheitskarte längst zum Alltag. Auch Arztpraxen und Krankenhäuser haben sich problemlos auf die neue Karte eingestellt. „Sie hat damit ihren ersten Bewährungstest bestanden“ so Christian Besser. Neben umfangreichen Infos zur neuen Karte im Internet unter [www.dak.de/egk](http://www.dak.de/egk) hat die DAK-Gesundheit auch eine Hotline unter ☎ 040 325 325 600 (Ortstarif) geschaltet.



## Neuer Sprinter für Lauterbacher Tafel übergeben

Gestern wurde im Mercedes-Benz Autohaus Hartwich & Kress ein nagelneuer Mercedes-Benz Sprinter an die Lauterbacher Tafel übergeben. Die Übergabe erfolgte durch Geschäftsführer Thomas Kress im Beisein der Sponsoren Jolly-Dent (Renate Lissek und Dr. Wolfram Geiger), der Harald und Katharina von Manteuffelstiftung (Rainer Bücking), der Lidl-Stiftung (Matthias Rabenstein), dem Unternehmen IFCO (Jürgen Schuler und Reinhard Trüber), der Wilhelm Stabernack-Stiftung (Ulrich Baier) sowie einige Vorstandsmitglieder der Lauterbacher Tafel mit der ersten Vorsitzenden Andrea Riedesel (Foto). Lars Busse, Verkaufsleiter Personewagen und Nutzfahrzeuge der Daimler AG Niederlassung Fulda, erklärte, dass Mercedes Benz die Tafeln

bundesweit unterstützt und schon 600 Fahrzeuge ausgeliefert hat. Der Sprinter, Baujahr 2013, hat 192 PS und ein zulässiges Gesamtgewicht von 3,5 Tonnen. Der Lkw hat eine Topausstattung mit einem stationär eingebauten Kühlaggregat und einem Anschluss für eine Standkühlung aus dem Netz. „Wir tun das, was wir am besten können und übernehmen für fünf Jahre Wartung und Reparatur des Sprinters“, erklärte Thomas Kress. Andrea Riedesel bedankte sich bei allen Sponsoren und besonders bei Mercedes Benz für die großzügige Hilfe, denn ein neues Fahrzeug sei dringend notwendig gewesen. Dem Fahrerteam der Tafel, das ebenfalls komplett anwesend war, wünschte sie viel Spaß und unfallfreie Fahrten. Der Pfand-

spendekopf der Lidl-Kunden ermöglichte zudem eine Scheckübergabe für das neue Fahrzeug in Höhe von 10 000 Euro. „Mit der Pfandspende können die Tafeln über die klassische Lebensmittelabgabe hinaus gezielt gefördert werden“, erklärte Vertriebsleiter Matthias Rabenstein von der Lidl-Regionalgesellschaft Butzbach. Durch das Sponsoring eines Kühlfahrzeugs ermöglicht IFCO im Rahmen der Initiative „Worldwide Responsibility“ der Lauterbacher Tafel den optimalen Transport von frischem Obst und Gemüse. Der Logistikdienstleister IFCO, bekannt durch seine grünen Obst- und Gemüseboxen, spendete 5 000 Euro.

alf / Foto: Hahner

## Vortrag zu Luchs und Wildkatze

**HOHERODSKOPF** (red). Am Samstag, 19. Oktober, hält Reiner Koch, ehrenamtlicher Mitarbeiter im Naturpark Hoher Vogelsberg, einen Vortrag im Infozentrum Hoherodskopf über die heimlichen Rückkehrer Luchs und Wildkatze in den Vogelsberg. In seinem Vortrag behandelt er die Erkennungsmerkmale, die Lebensweise und das artspezifische Verhalten der beiden Raubtierarten – auch gegenüber dem Menschen, sowie die aktuellen Erkenntnisse aus dem Luchs-Fotomonitoring. Der Vortrag beginnt um 16 Uhr, dauert circa zwei Stunden und bietet genügend Raum für offene Fragen.

Für die Veranstaltung wird ein Unkostenbeitrag von drei Euro für Erwachsene und 1,50 Euro für Kinder erhoben. Anmeldung unter ☎ 06044/987790 ist erforderlich.

## POLIZEIBERICHT

### Von Fahrbahn abgekommen

**GREBENHAIN** (P). Ein 43-jähriger Pkw-Fahrer befuhr gestern gegen 8.30 Uhr die Kreisstraße von Zahmen her kommend in Richtung Metzlos. Plötzlich verlor der Mann die Kontrolle über sein Fahrzeug und kam nach rechts von der Fahrbahn ab. Aufgrund Alkoholgeruchs wurde eine Blutentnahme angeordnet. Der Fahrer blieb bei dem Unfall unverletzt; am Pkw entstand Sachschaden von 12 000 Euro.