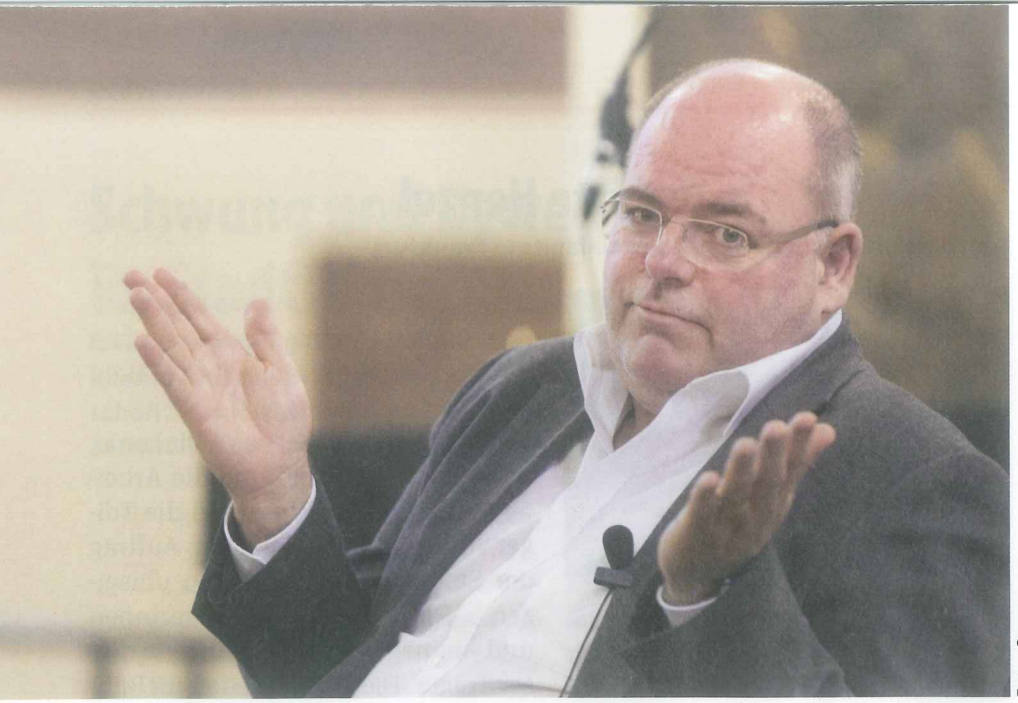

Foto: Oeser

Walter Kohl

„Trotzdem Ja zum Leben sagen"

Versöhnung ist das Leitmotiv von Walter Kohl

Manchen Menschen teilt das Schicksal besonders harte Schläge aus. Wie etwa Walter Kohl. Der Sohn des Altkanzlers war keine 40 Jahre alt, als ihn gleich drei Katastrophen an den absoluten Tiefpunkt seines Lebens katapultierten. Zuerst verlor er durch die CDU-Parteispendenaffäre seine berufliche Zukunft und fast den gesamten Freundeskreis, wenig später nahm sich seine Mutter das Leben, dann zerbrach auch noch seine Ehe. Innerhalb von 18 Monaten wurden seine „Überzeugungen komplett über den Haufen geworfen", schrumpfte sein „Selbstwertgefühl auf Null". „Ich habe mich damals gefragt: ‚Warum lebst du noch?' und meinen Selbstmord vorbereitet", erzählte der heute 52-Jährige bei einer Veranstaltung des Frankfurter Netzwerks für Suizidprävention (FRANS) in der Katharinenkirche.

Dass er es schaffte, sich den Lebenswillen zurückzuerobern, könnte man Zufall, Glück oder göttliche Fügung nennen. Ganz unten angekommen und völlig zurückgezogen lebend, fiel Walter Kohl jedenfalls ein Zeitschriftenartikel über den Holocaust-Überlebenden Viktor Frankl in die Hände. Die Beschäftigung mit dessen Martyrium habe ihm die Tür zur Philosophie und zu den Mystikern des Mittelalters geöffnet, die Lektüre von dessen Buch „... trotzdem Ja zum Leben sagen" seine persönliche „kopernikanische Wende" eingeleitet. „Das Buch war wie ein Donnerschlag", so Walter Kohl. „Ich habe erkannt, es gibt Antworten, die ich noch nicht kenne, und die einen Neuanfang bergen."

Bücher von Walter Kohl
„Leben oder gelebt werden. Schritte auf dem Weg zur Versöhnung".
Heyne Verlag, 274 Seiten

„Leben was du fühlst. Von der Freiheit glücklich zu sein".
Herder Verlag, 208 Seiten *sti*

Schnelle Hilfe in akuten Krisen
Telefonseelsorge
Sofortige Hilfe rund um die Uhr bei der Telefonseelsorge unter der bundeseinheitlichen kostenfreien Rufnummer
0800/111 0 111 oder 0800/111 0 222

Psychosozialer Krisendienst
Der Psychosoziale Krisendienst sichert in Notlagen psychosoziale Hilfe und ist zu folgenden Zeiten telefonisch erreichbar unter Telefon 0 69/61 13 75
Mo.–Fr. 17 bis 1 Uhr, Sa., So. und an Feiertagen 9 bis 1 Uhr

Einen Flyer mit weiteren Informationen gibt es beim Frankfurter Netzwerk für Suizidprävention (FRANS)
c/o Gesundheitsamt Frankfurt am Main, Abteilung Psychiatrie,
Telefon 069/212 443 88,
info.psychiatrie@stadt-frankfurt.de

Zuvor jeder Sinnhaftigkeit beraubt, war er nun auf ein Thema gestoßen, das ihm bis heute das maßgebliche Leitmotiv im Leben ist: Versöhnung. Die Bereitschaft, Schicksalsschläge zu akzeptieren und mit sich und der Welt Frieden zu schließen, gaben Walter Kohl Vertrauen und Selbstvertrauen zurück. Er habe begonnen, Schritt für Schritt Verantwortung für seine Gefühle zu übernehmen. Dadurch sei es möglich gewesen, das „Opferland" zu verlassen und nicht länger auf „dem Beifahrersitz meines eigenen Lebens" zu verharren. Diesen ebenso schmerzlichen wie fruchtbaren Prozess zeichnete er in seinem 2011 erschienenen Buch „Leben oder gelebt werden" nach.

Dass Walter Kohl Versöhnung heute als Synonym für Lebensfreude und Freiheit begreift, hängt für ihn nicht zuletzt mit der Wiederentdeckung des Glaubens zusammen. „In dem Dreieck Viktor Frankl, Philosophie und Glaube habe ich meine geistige und seelische Heimat gefunden." Eine Kraftquelle, aus der er nach wie vor schöpfe und die ihn eine extreme Lebenskrise meistern ließ. Insgesamt haben die erschütternden Erfahrungen Walter Kohl in einen „Wahlkämpfer für das Leben" verwandelt.

In dieser Hinsicht als Coach, Berater und Autor aktiv, versucht der studierte Volkswirt zudem als Schirmherr des 2014 vom Frankfurter Gesundheitsamt initiierten FRANS einen verdrängten Sachverhalt ins Licht der Öffentlichkeit zu rücken. „Suizid besitzt in Deutschland eine irre Dimension. Die Zahl der jährlich den Freitod wählenden Menschen entspricht mittlerweile der Größe Wetzlars", weiß Walter Kohl. Dabei gebe es immer Wege aus hoffnungslosen Situationen. Er selbst liefert den besten Beweis, dass es sich lohnt, sie zu beschreiten. Möglichst vielen Menschen die heilende Kraft der Versöhnung aufzuzeigen, ist ihm denn auch längst zu einer Art Mission geworden.

Zumal für den bekennenden Katholiken Versöhnung ein originär christlicher Grundsatz ist, der Hand in Hand mit der Nächstenliebe geht. Die Bibel beschreibe alle existenziellen Krisen und liefere zahllose Belege, wie Versöhnung die eigenen Grenzen überwinden hilft – namentlich das Buch Hiob und das Johannesevangelium, hob Walter Kohl im Gespräch mit Franz Biebl, dem Geschäftsführer des zu FRANS gehörenden Sozialwerks Main-Taunus, hervor. Sein Brot zwar als Unternehmer in der Automobilzulieferindustrie verdienend, liegt es Walter Kohl am Herzen, auch weiterhin Impulse der Neuorientierung zu vermitteln und zu zeigen, wie man Versöhnung lernen und im Alltag anwenden kann.

Doris Stickler

„Wir brauchen Bewegung, um gesund zu bleiben"

Christian Neureuther engagiert sich seit vielen Jahren für soziale Projekte

Das Leben ist schön". Unter diesem Motto steht eine Show, die Varieté, Live-Musik sowie kulinarische Genüsse verbinden will. Sie findet vom 26. November bis 12. Dezember im „Alten Stahlbau" Fredenhagen in Offenbach statt. Die Event-Reihe, die jährlich wiederkommen soll, unterstützt die Deutsche Kinderrheuma-Stiftung. Diese erhält drei Euro von jedem verkauften Ticket sowie Möglichkeiten, die Stiftung und deren Ziele bekannter zu machen. Prominente Botschafter für die Stiftung sind Rosi Mittermaier und ihr Ehemann Christian Neureuther.

SZ: Was bedeutet das Motto der Veranstaltung für Sie?

Christian Neureuther: Eine positive Einstellung ist besser als mancher Arzt. Jeder muss irgendwann mit Schicksalsschlägen fertig werden. Am besten kann man diese bewältigen, wenn man erkennt, dass es in jeder Situation noch Bereiche gibt, die gut sind. Ich akzeptiere, dass manches nicht mehr geht. Versuche jedoch, aus der aktuellen Situation das Beste zu machen.

SZ: Sie engagieren sich mit Ihrer Frau schon sehr lange ehrenamtlich. Was treibt Sie an?

Christian Neureuther: Ich glaube, das ist eine Grundeinstellung, die man von den Eltern mitbekommt. Das ist ein Teil unseres Lebens geworden. Wenn man anderen etwas Gutes tut und sieht leuchtende Augen, dann ist das immer schön. Wir haben uns schon immer für Kinder engagiert, dafür Menschen in die Bewegung zu bringen. Das geschieht aus dem Ansporn heraus, dass wir Menschen gesund erhalten möchten. Wir sind ziemlich viel unterwegs, wollen durch unsere Prominenz andere Leute anlocken und überzeugen, dass sie etwas Gutes tun.

Christian Neureuther setzt sich mit seinen 67 Jahren weiterhin für andere Menschen ein.

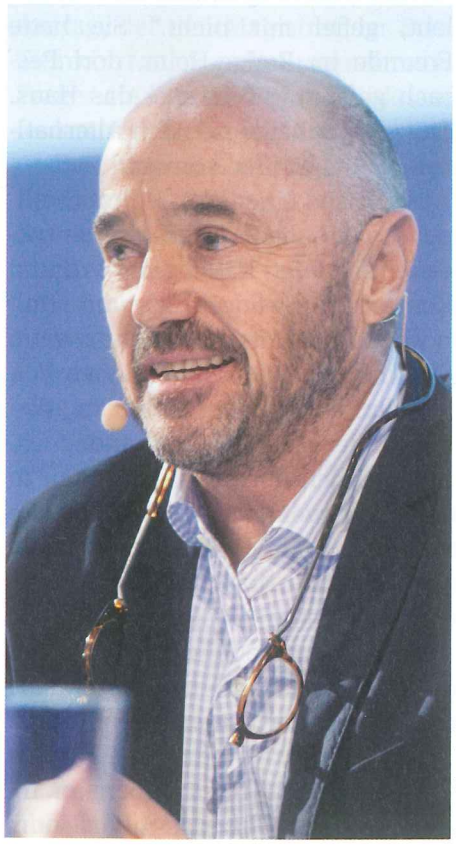

Foto: Martin Kaemper

SZ: Manche ältere Menschen sagen, ich habe in meinem Leben genug getan ...

Neureuther: Da ticken wir anders. Das Schlimmste ist, wenn man älter wird und sagt, jetzt brauche ich nichts mehr zu tun. Dann fängt man an zu verrosten. Das ist natürlich auch eine Grundeinstellung, die man hat. Ich möchte immer aktiv bleiben, möchte immer was bewegen. Ich glaube, dass mich das auch jung und im Kopf fit hält. Das mache ich aus einer inneren Leidenschaft heraus. Wenn das Leben es mit einem gut gemeint hat, dann ist es schön, wenn man etwas zurückgeben kann. Wenn man jung ist und sich eine Existenz aufbauen muss, dann hat man noch nicht so viel Zeit. Wenn man älter wird, zum Lebensende, kann man immer mehr zurückgeben. Das ist ganz gut vom Leben so vorgesehen, man kann sowieso nichts mitnehmen.

SZ: Sie würden älteren Menschen empfehlen, etwas zu tun?

Neureuther: Wir beschäftigen uns viel mit dem Thema Bewegung und auch Demenz. An erster Stelle steht bei den Menschen immer noch die Angst vor Krebs, an zweiter Stelle kommt sofort die Befürchtung, dement zu werden. Wir haben eine Studie laufen mit der Universität Regensburg. Danach ist körperliche Bewegung wichtig, aber auch der Geist sollte bewegt werden. Kinder können beispielsweise koordinative Bewegungen machen. Man sollte versuchen, immer wieder etwas Neues zu lernen, zum Beispiel Sprachen. Kreuzworträtsel nützen dagegen nichts. Wir brauchen vor allem die Bewegung, um gesund zu bleiben. Es reichen auch kleine Häppchen. Also keine Treppe auslassen!

Interview: Birgit Clemens