

SCORPIO

Walter Kohl

Leben, was du fühlst

Von der Freiheit glücklich zu sein. Der Weg der Versöhnung

208 Seiten

16,99 € (D) / 17,50 € (A) / 24,50 CHF *

ISBN 978-3-943416-00-8

Erscheinungstermin: 30. Mai 2013

WALTER
KOHL

Leben
was du fühlst

SCORPIO
Von der Freiheit glücklich zu sein
Der Weg der Versöhnung

Das Praxisbuch zum Bestseller Leben oder gelebt werden

Glücklich sein trotz schwieriger Lebensumstände und das eigene Leben zu leben, statt gelebt zu werden, so könnte man die Hauptanliegen des neuen Buches von Walter Kohl formulieren. Er zeigt, wie die Kraft der Versöhnung von langjährigen Belastungen befreit und alte Schmerzen in neue Energie umwandeln kann. Wer sich schmerzlichen Gefühlen offen und ehrlich stellt, kann belastende Erlebnisse innerlich heilen und neue Lebensabschnitte friedlich, eigenverantwortlich und in Freude gestalten. In fünf klaren und praktikablen Schritten wird das Fundament gelegt, um Frieden mit der eigenen Vergangenheit zu schließen, verborgene Potentiale ans Licht zu holen und das Steuer des Lebens wieder in die eigenen Hände zu nehmen.

Die meisten Menschen reagieren mit Kampf oder Flucht, um mit belastenden persönlichen Erlebnissen umzugehen. Beide Strategien halten jedoch den Schmerz in uns gefangen halten. Den dritten Ansatz, den Weg der Versöhnung, erläutert der Autor in „Leben was du fühlst“. Walter Kohl war durch den übermächtigen Vater, seine persönliche Gefährdungssituation im Zeichen des RAF-Terrorismus und den Freitod seiner Mutter selbst schweren emotionalen Erschütterungen ausgesetzt und weiß aus eigener Erfahrung: Um einen Menschen zu sich selbst zu bringen und ihm neue Lebenswege zu eröffnen, ist Versöhnung eine unerschöpfliche Quelle innerer Kraft. Eine Kraft, die zuerst entdeckt, dann zugelassen und schließlich bewusst aktiviert werden muß. Wie das geht, zeigt dieses Buch. Mit beeindruckender Offenheit berichtet Walter Kohl vom Auf und Ab seines Weges zur Versöhnung mit der eigenen Vergangenheit. Am eigenen Beispiel zeigt er, wie wichtig es ist, sich den eigenen Gefühlen zu stellen - und zwar *allen* Gefühlen - nicht nur den schönen und angenehmen. Er spricht über seine Zweifel, teilt die Entwicklungsschritte und seine Reflexionen mit und macht anderen Mut, sich auf den Weg zu begeben. Um seine Erfahrungen, das eigene Potential aufzudecken und zu einem erfüllten Lebensgefühl zu gelangen, auch anderen Menschen zugänglich zu machen, hat er ein Fünf-Schritte-Programm, mit dessen Hilfe der Weg der Versöhnung gegangen werden kann, entwickelt.

Walter Kohl,

geboren 1963, ist Volkswirt und Historiker. Nach seiner Ausbildung in den USA Frankreich und Österreich arbeitete er u.a. einige Jahre lang als Investmentbanker in New York und als leitender Angestellter in deutschen Großunternehmen. Seit 2005 leitet er gemeinsam mit seiner Frau einen Zulieferbetrieb für die Automobilindustrie. In einer existenziellen Lebenskrise entdeckte er für sich den Weg der Versöhnung. Diese Arbeit einer breiten Gruppe von Menschen zu vermitteln, ist zu seinem Herzensanliegen geworden. Weitere Informationen zum Autor unter www.walterkohl.de.

