

Pressemitteilung

Virtuelles Symposium der Elisabethinen begeisterte Kaleidoskop Leben – Wie uns der Fokus auf das Wesentliche beflügelt

Linz, 16.04.2020: Am 15. April fand das mittlerweile dritte Symposium der Elisabethinen Linz-Wien und Graz statt. Coronabedingt erneut in virtueller Form. Die Veranstaltung stand ganz im Zeichen des Themas „Kaleidoskop Leben – Wie uns der Fokus auf das Wesentliche beflügelt. Rund 500 Teilnehmer*innen konnten sich wertvolle Impulse holen und Antworten auf offene Fragen bekommen.

Die beiden Impulsreferent*innen, der Facharzt für Psychiatrie und Neurologie Prof. DDr. Michael Lehofer und Barbara Pachi-Eberhart, Autorin, Trainerin und Seminarleiterin widmeten sich in ihren Keynotes den Themen „Mit mir sein. Warum die Beziehung zu sich selbst essenziell ist.“ und „Kein Halt mehr? Loslassen als Quelle der Lebenskraft.“ Ali Mahlodji, Unternehmer, Gründer von whatchado und EU-Jugendbotschafter begeisterte darüber hinaus mit seinem Vortrag zum Thema „Was morgen zählt. Über das Wesentliche in einer komplexen Welt.“

„Zu sich selbst ja sagen – auch wenn das Leben nein sagt“

So banal es auch klingen mag „zu sich selbst ja zu sagen“ – so schwierig ist es für viele Menschen in der Umsetzung. Prof. DDr. Lehofer sieht darin aber den Schlüssel für ein gelungenes, zufriedenes Leben. Ein internalisiertes „Ja“ das tief drin im Kern eines Menschen entsteht, führt zur inneren, existentiellen Sicherheit. Eine Sicherheit, die gleichzeitig eine wertvolle Basis im Leben eines jeden Einzelnen darstellt.

Wie hart das Leben zu einem „Nein“ sagen kann, das musste auch Barbara Pachi-Eberhart spüren, in einer Dimension, die für viele kaum vorstellbar ist. Nach dem Tod ihres Mannes und ihrer beiden Kinder musste sie sich mit dem Loslassen auseinandersetzen, um lebensfähig zu bleiben. Ihre Erkenntnis: dass einem die Fähigkeit, Schmerz zu empfinden, keiner nehmen kann und diese für den Loslösungsprozess sehr wichtig ist. Ebenso wie die Bilder der Lebendigkeit, von denen sie bis heute zehrt.

„Lerne gute Fragen zu stellen“

In seiner Keynote „Was morgen zählt. Über das Wesentliche in einer komplexen Welt.“ betonte Ali Mahlodji die Wichtigkeit der Fähigkeit, gute Fragen stellen zu können. Laut ihm einer der zentralen Indikatoren, um zukunftsfähig zu bleiben. Dabei brachte er die Abkürzung WIDEG – „Wofür ist das eine Gelegenheit“, ein. Erfolgreiche Menschen schaffen es zudem sich zu fokussieren, müssen in der Lage sein Perspektivenwechsel zu managen und kommen, ausgestattet mit emotionaler Kompetenz, Empathie, Kreativität und der Fähigkeit kritisch zu denken zu einer Haltung, aus der heraus viel bewegt werden kann.

Fast 500 Menschen verfolgten die Impulsvorträge und die Diskussion vor ihren Bildschirmen zu Hause, im Büro, irgendwo unterwegs oder am Krankenbett. Viele von ihnen brachten sich über Fragen im Chat, die vom Moderationsduo Tina Hawel und Michael Etlinger im Studio

Pressemitteilung

vorgelesen wurden, auch aktiv in die Diskussion ein. Nicht zuletzt dadurch wurde aus der Veranstaltung eine gelungene, interaktive Plattform.