

Gott, unsere Zuflucht und Hoffnung in einer einsamen Welt

Psalm 71 (Neues Leben. Die Bibel)

Alt und schutzlos?

1. *Herr, bei dir suche ich Zuflucht; lass mich nicht zugrunde gehen.*
2. *Errette mich und befreie mich von meinen Feinden, denn du bist gerecht. Erhöre mein Gebet und hilf mir!*
3. *Sei mir wie ein schützender Fels, zu dem ich immer fliehen kann, denn du hast zugesagt, mir zu helfen. Du bist mein Fels und meine Burg.*
4. *Mein Gott, rette mich aus der Gewalt der Gottlosen, aus der Hand derer, die mich grausam unterdrücken.*
5. *Herr, du allein bist meine Hoffnung, dir habe ich vertraut, Herr, von meiner Jugend an.*
6. *Seit meiner Geburt hast du mich gehalten, von Anfang an hast du für mich gesorgt. Deshalb lobe ich dich allezeit!*
7. *Mein Leben ist ein Vorbild für viele, denn du warst meine Stärke und meine Zuflucht.*
8. *Deshalb kann ich nicht aufhören, dich zu loben, den ganzen Tag erzähle ich von deiner Herrlichkeit.*
9. *Verwirf mich jetzt nicht, da ich alt bin. Verlass mich nicht, wenn meine Kraft nun schwindet.*
10. *Denn meine Feinde verbündeten sich gegen mich, und die mich töten wollen, haben sich gegen mich verschworen.*
11. *Sie sagen: »Gott hat ihn verlassen. Jetzt haben wir ihn, denn er hat niemanden mehr, der ihm jetzt noch beisteht.«*
12. *Gott, bleib nicht ferne von mir. Mein Gott, komm mir schnell zu Hilfe.*
13. *Die mich beschuldigen, sollen umkommen und untergehen. Hohn und Spott soll die treffen, die mir Böses wollen.*
14. *Ich werde nicht aufhören, auf deine Hilfe zu hoffen, und dich immer mehr loben.*
15. *Ich will allen Menschen erzählen, wie treu du bist, und den ganzen Tag davon berichten, wie du mir geholfen hast, denn staunend sehe ich, wie viel du für mich getan hast.*
16. *Allmächtiger Herr, deine großen Taten will ich rühmen. Ich will allen erzählen, dass du allein gerecht und gut bist.*
17. *Gott, von frühester Kindheit an warst du mein Lehrer, und ich habe den anderen Menschen stets von deinen herrlichen Taten erzählt.*
18. *Nun, da ich alt und grau bin, verlass mich nicht, o Gott. Lass mich von deiner Macht auch der kommenden Generation noch erzählen und von deiner Kraft allen, die nach mir kommen.*
19. *Deine Gerechtigkeit, Gott, reicht bis zum Himmel. Herrliche Taten hast du vollbracht. Gott, wer ist dir gleich?*
20. *Not und Leid hast du zwar zugelassen, doch du wirst mir das Leben neu schenken und mich auch aus der dunkelsten Tiefe wieder herausholen.*
21. *Du wirst mich zu großen Ehren bringen und mich trösten.*

22. *Dann will ich dich auf der Harfe loben, denn du, mein Gott, bist deinen Verheißungen treu. Heiliger Israels, mit der Zither will ich dir aufspielen.*
23. *Ich will jubeln und dir vor Freude singen, denn du hast mich errettet.*
24. *Den ganzen Tag will ich deine Gerechtigkeit loben, denn alle, die mir schaden wollten, wurden beschämt und gedemütigt.*

Unser Thema für diese Konferenz ist Einsamkeit und Isolation. Das Collins-Wörterbuch definiert Einsamkeit als das Unglücklichsein, das jemand empfindet, weil er keine Freunde hat oder mit niemandem reden kann, und Isolation als den Zustand, sich allein und ohne Freunde oder Hilfe zu fühlen. Paul Tournier schrieb 1948, also vor über 70 Jahren: *"Wie viele Männer und Frauen um uns herum, mit denen wir täglich zu tun haben, leben in der gleichen Art von heimlicher Einsamkeit. Der Arzt, eine Art Beichtvater, kennt sie besser als jeder andere."* (Aus der Vereinsamung zur Gemeinschaft, Seite 14)

Ich denke dabei an die ältere Patientin, die allein lebt, die sich von ihrem Bruder und ihrer Schwägerin entfremdet hat, die nur 10 Minuten bleiben, wenn sie zu Besuch kommen, und die sich mir, ihrer Kardiologin, bei ihren ambulanten Besuchen alle sechs Monate öffnet. Sie ist nicht die einzige einsame und isolierte Patientin unter meinen älteren Patienten mit Herzerkrankung, die ich regelmäßig in der Klinik sehe, oder unter den älteren Patienten mit medizinischen Problemen, die ich auf meiner Station betreue. Viele von ihnen sind nach einem arbeitsreichen Leben, das sie anderswo, oft in Nordengland, verbracht haben, nach Worthing an der Südküste Englands zurückgezogen, viele sind alleinstehend oder verwitwet, haben keine Kinder oder Kinder, die weit weg leben (Dubai, Australien), oder Kinder, die selbst ein arbeitsreiches Leben mit Karriere und Familie haben und wenig Zeit, einen älteren Verwandten zu besuchen. Die Einsamkeit hat messbare Auswirkungen auf die Lebenserwartung und die Gesundheit. In der britischen Fachzeitschrift "Heart" habe ich einen Artikel mit dem Titel "Signifikant erhöhtes Risiko der Gesamtmortalität bei Herzpatienten, die sich einsam fühlen." entdeckt, in dem die Autoren zu dem Schluss kommen, dass es einen starken Zusammenhang zwischen Einsamkeit und anamnestisch schlechten Krankheitsverläufen sowie der schlechteren 1-Jahres-Mortalität bei Männern und Frauen bei allen kardialen Diagnosen gibt. In ihrer Einleitung wiesen die Autoren darauf hin, dass Einsamkeit eine Folge von wahrgenommenen Defiziten in den sozialen Beziehungen einer Person ist, dass sie eine subjektive Erfahrung ist und nicht mit sozialer Isolation gleichzusetzen ist und dass sie unangenehm und belastend ist. Was ist der Standardratschlag, den wir unseren einsamen Patienten geben? Schließen Sie sich einem Verein an, suchen Sie sich ein Hobby, das Sie mit einer Gruppe Gleichgesinnter ausüben können, oder suchen Sie sich eine Kirche oder eine andere Glaubensgemeinschaft, der Sie sich anschließen können. Ich habe oft das Gefühl, dass solche Ratschläge ziemlich sinnlos sind - ich bezweifle, dass Patienten ihrer lähmenden Einsamkeit entkommen können, und erwarte, dass sie wieder darüber sprechen, wenn sie in einem Jahr wieder zu mir in die Klinik kommen.

Nicht nur unsere Patienten leiden unter Einsamkeit. Einer meiner pakistanischen Assistenzärzte gab gegenüber einem Kollegen zu, dass er sich furchtbar einsam fühle, weil er in England weit weg von Freunden und Familie arbeitete. Die unregelmäßigen Arbeitszeiten eines Assistenzarztes und sein nicht-britischer kultureller Hintergrund machten es ihm schwer, neue Freunde zu finden. Wie Paul Tournier in "Aus der Vereinsamung zur Gemeinschaft" (Seite 23) schrieb, kämpfen wir alle irgendwann einmal *"allein mit unseren unlösbaren Familienproblemen, mit unseren Versuchungen, mit der Schuld unserer geheimen Fehler, wobei wir es nie wagen, uns unseren Kollegen auszuliefern, weil wir Angst haben, verurteilt zu werden..."*.

Tournier schrieb im Vorwort zur englischen Ausgabe von "Aus der Vereinsamung zur Gemeinschaft", er habe es geschrieben, weil ihn die emotionale Isolation des modernen Menschen tief beeindruckt habe. Nachdem wir das Thema für das diesjährige Treffen gewählt hatten, fiel mir auf, wie viel über Einsamkeit und Isolation geschrieben wird. Ich besorgte mir ein Buch mit dem Titel "Die einsame Stadt. Abenteuer in der Kunst des Alleinseins" von Olivia Laing. Sie schreibt über ihre Erfahrungen mit der Einsamkeit, als sie nach einer gescheiterten Beziehung nach New York zog, und wie sie damit umging, indem sie die Einsamkeit vieler Künstler erforschte, die dort ihre Werke schufen, darunter Edward Hopper, Andy Warhol und Klaus Nomi. Sie schrieb über die aufkommende Geißel AIDS, die zunächst die schwule Gemeinschaft betraf, und wie sie zu Isolation und Einsamkeit führte, da die Menschen diejenigen mieden, von denen man wusste, dass sie infiziert waren. Ich beendete das Buch mit einem Gefühl der Verzweiflung - die Konzentration auf die Erfahrungen anderer mit der Einsamkeit schien ihre Unzufriedenheit mit dem Alleinsein noch zu vertiefen.

Als ich die erste Fassung dieses Vortrags im Frühjahr 2020 fertigstellte, wurden wir im Vereinigten Königreich und viele andere auf der ganzen Welt aufgefordert, uns zu Hause zu isolieren, Familie und Freunde nicht zu sehen und nur auszugehen, wenn es unbedingt nötig war, weil die Coronavirus-Pandemie ausgebrochen war. Für viele war dies eine schwierige, einsame Zeit, in der sie in einer Wohnung eingesperrt waren oder in einem Pflegeheim lebten, in dem Besucher verboten waren und andere Bewohner und Mitarbeiter an dem Virus erkrankten und starben. Für diejenigen von uns, die im Gesundheitswesen arbeiteten, bestand außerdem die ständige Gefahr, an dem Virus zu erkranken und möglicherweise daran zu sterben oder das Virus mit nach Hause zu bringen und unsere Familie anzustecken. Ich erinnere mich daran, dass ich getrennt vom Rest der Familie im obersten Stockwerk schlief, dass ich das Familienbad nicht benutzte, dass ich nach Hause kam und sofort meine Kleidung auszog, um sie in die Waschmaschine zu stecken, in der Sorge, meine Familie nicht zu gefährden, und mit einem ständigen Gefühl der Unsicherheit und der Angst vor dem Unbekannten. Bei einem Gedenkgottesdienst, der kürzlich im März bei der British Medical Association stattfand, wurden die Namen der 52 Ärzte verlesen, die an dem Coronavirus gestorben waren. Tausende andere starben unter einsamen und schwierigen Umständen, ohne dass die Angehörigen Abschied nehmen oder an der Trauerfeier teilnehmen konnten.

Nachdem wir den Kontext einer Welt beschrieben haben, in der Einsamkeit und Isolation weit verbreitet sind, wollen wir uns Psalm 71 ansehen. Es ist ein Gefühlsausbruch an Gott, mit dem wir uns identifizieren können und vielleicht in unserer emotionalen Ehrlichkeit vor Gott den Mut finden, unser tiefstes Selbst, einschließlich unserer Hoffnungen und Ängste, mit denen zu teilen, die uns am nächsten sind. Der Psalm spricht zu mir und zu anderen, die einsam waren oder sind. Es gibt einen Ort, an den wir uns immer wenden können, um Zuflucht und Befreiung von unseren Sorgen und unserer Einsamkeit zu finden, um Hilfe zu bekommen, damit das, was wir erleben, einen Sinn bekommt. Dieser Ort ist die Gegenwart Gottes. Psalm 71 bietet einen radikal anderen Ansatz für den Umgang mit Einsamkeit.

Wir können zu Gott, unserem Herrn, Zuflucht nehmen (V1), in ihm unseren Felsen der Zuflucht finden, zu dem wir immer gehen können, ihn bitten, uns zu retten, unser Fels und unsere Festung zu sein (V3), in ihm unsere Hoffnung finden (V5), in ihm unsere starke Zuflucht finden (V7). Wie sieht das in der Praxis aus, und was sind die Hindernisse, um der Einsamkeit zu entkommen?

Tournier identifiziert verschiedene Faktoren, die zur Einsamkeit beitragen. Einer von ihnen ist der Geist des Wettbewerbs, der unsere Kultur durchdringt. Er führt seine Ursprünge auf Darwins Theorie des Überlebens des Stärkeren zurück, die zu der Schlussfolgerung führt, dass das Leben nur

aus Wettbewerb und niemals aus Zusammenarbeit bestehen kann. Im Vereinigten Königreich haben wir dies im NHS seit den von Margaret Thatcher eingeführten Reformen gesehen, die auf der Prämisse basierten, dass das Wohlergehen aller von einem universellen Wettbewerb profitiert, bei dem verschiedene Anbieter um die Bereitstellung von Dienstleistungen für unsere Patienten konkurrieren. Aus eigener Erfahrung kann ich Ihnen sagen, dass dies oft zu einer schlechteren (und teureren) Versorgung unserer Patienten geführt hat. Wie sieht es mit den Beziehungen in den Familien und in der Gesellschaft aus? Wie oft nehmen wir wirklich Kontakt zu unserem Gegenüber auf, anstatt uns nur mit seiner äußeren Rolle, seinem Denksystem und seinen Ansprüchen zu befassen? Jeder versteckt seine persönlichsten Anliegen hinter der falschen Fassade eines Titels, einer Position, eines Ansehens oder einer Doktrin, die es um jeden Preis aufrechtzuerhalten gilt. Der Psalmist ruft Gott um Hilfe an, "denn meine Feinde verbündeten sich gegen mich, meine Kraft ist dahin" (V. 9-10). Bei Gott kann er ehrlich sein, er kann zugeben, dass er, wie viele von uns, "viele und bittere Nöte" erlebt hat. (V. 20) Er kann zugeben, dass er sich seit seiner Jugend auf Gottes rettende Taten und Wunder verlassen musste und dass diejenigen, die ihm schaden wollten (die vielleicht gegen ihn konkurrierten), in Schande und Verwirrung gestürzt wurden (V. 24). Wenn er schwere Zeiten durchmacht, erinnert er sich daran, dass Gott seit seiner Jugend seine Hoffnung und sein Vertrauen ist (V. 5). Gott ist seine starke Zuflucht (V. 7) (ich liebe diese Formulierung), und inmitten seiner Schwierigkeiten ist sein Mund voll des Lobes und verkündet den ganzen Tag über Gottes Herrlichkeit. Gott hat große Dinge getan und wird sein Leben wiederherstellen (V. 8, 17, 20).

Ein weiterer Faktor, der zur Einsamkeit beiträgt, ist die Vorstellung, dass wir ein Recht darauf haben, unabhängig von anderen und sogar unabhängig von Gott zu leben. "Jeder für sich selbst". Aber so wie wir bei unseren Patienten die absolute Interdependenz von Körper, Geist und Seele für ein gesundes Funktionieren wiederentdecken (die "Médecine de la Personne", für die wir uns einsetzen), müssen wir uns und unsere Patienten daran erinnern, wie sehr wir auf die Beziehungen zu anderen und zu Gott angewiesen sind. Mit den berühmten Worten des Schriftstellers John Donne aus dem 17. Jahrhundert in seiner Meditation 17:

*„Kein Mensch ist eine Insel,
ganz für sich;
jeder Mensch ist ein Teil des Kontinents,
ein Teil des Ganzen.
Wenn eine Landmasse vom Meer weggespült wird,
ist Europa umso weniger,
wie wenn ein es Kliff wäre,
wie wenn es ein Hof deines Freundes wäre
oder als ob es dein Eigentum wäre.
Der Tod eines jeden Menschen reduziert mich
weil ich mit der Menschheit verbunden bin;
und schicke daher nie, um zu wissen, für wen die Glocke läutet;
sie läutet für dich.“*

Tournier schreibt auch von den vielen Menschen, die sich zu schämen scheinen, um Hilfe zu bitten, die ihre Probleme selbst lösen wollen und dann Gott die Dienste eines Siegers anbieten. Er schreibt ganz ehrlich: *"Als ob ich jemals ein wirklich persönliches Problem hätte lösen können, ohne durch die enge Pforte der Beichte zu gehen und das demütigende Eingeständnis meiner Unfähigkeit, mich allein zurechtzufinden!"* (Aus der Vereinsamung zur Gemeinschaft, Seite 56). Wir sollten uns selbst daran erinnern und dann auch unsere Patienten daran erinnern, dass wir andere Menschen in unserem Leben brauchen, auf die wir uns verlassen können. Es ist keine Tugend, sich allein durchzuschlagen. Es ist keine Schwäche, Verwandte oder Freunde um Hilfe zu bitten. Wenn auf der

Station viel los ist oder bestimmte Patienten besonders schwierig sind, steht mein Team, bestehend aus Assistenzärzten, Oberarzt und Krankenschwester, das Problem gemeinsam durch, ermutigt sich gegenseitig und schickt am Ende eines harten Tages Dankesnachrichten an unsere Whatsapp-Gruppe. Alle paar Monate versuche ich, alle zu einem Sonntagsessen einzuladen, damit wir uns gemeinsam entspannen und uns abseits der Arbeit kennen lernen können und das Gefühl genießen, Teil eines unterstützenden Teams zu sein. Die alte Teamstruktur mit dem Oberarzt und seiner "Firma" von Assistenzärzten, die bis zu sechs Monate lang zusammenarbeiteten, ist weggefeigt worden, und Assistenzärzte arbeiten oft nur ein paar Tage am Stück auf einer bestimmten Station und lernen weder die Patienten, die sie betreuen, noch die Ärzte, mit denen sie zusammenarbeiten, wirklich kennen.

Der Psalmist wendet sich hilfesuchend an seinen Herrn. Er sagt seinem Gott: "Ich will dich mit der Harfe preisen für deine Treue, mein Gott, ich will dich mit der Leier loben. Meine Lippen werden vor Freude schreien, wenn ich dir Loblieder singe - ich, den du erlöst hast. (V. 22-23)" Tournier behauptet: *"Jede unabhängige Haltung, jeder übertriebene Individualismus ist letztlich eine Auflehnung gegen Gott.", "Wir können endlos über den Glauben diskutieren, aber in der Praxis erhält niemand den Glauben ohne einen Akt der Hingabe an Gott.", "Der einzige Weg, wirklich unabhängig von den Meinungen, Kritiken und Forderungen anderer zu sein, ist, sich in die Abhängigkeit von Gott zu begeben".*

Ein weiterer Faktor, der dazu beiträgt, dass sich Menschen einsam fühlen, ist laut Tournier ihre Neigung, sich zu beschweren, sich zu beklagen und genau dasselbe zu wollen wie der andere. Er schreibt: *"Ich sehe Leben, die buchstäblich mit Beschwerden gesättigt sind, die, selbst wenn sie in einer Sache Recht bekommen, so viele weitere haben, die sie in Ordnung gebracht haben wollen, dass sie die Menschen mit dem besten Willen ermüden, ihr eigenes Gefühl der Isolation vertiefen und eine noch ungerechtere Behandlung erfahren."* (Aus der Vereinsamung zur Gemeinschaft, Seite 125). Es ist nur zu einfach, sich am Arbeitsplatz zu versammeln und über die Dinge zu sprechen, die schwierig sind, den Mangel an Einrichtungen, das schwierige Verhalten der Leitung oder der Kollegen, unzureichende Assistenzärzte... Krankenschwestern... Sekretärinnen (als ich dies im Jahr 2020 schrieb, hatte meine Sekretärin gerade ihren Mutterschaftsurlaub begonnen und war noch nicht ersetzt worden). Es ist nicht so, dass der Psalmist über seine Schwierigkeiten schweigt: "Denn meine Feinde reden gegen mich, und die, die mich töten wollen, verschwören sich" (V. 10), aber seine Antwort ist, Gott um Hilfe und Trost zu bitten, ihn zu preisen, von seiner Gerechtigkeit zu erzählen, von allem, was Gott ihn seit seiner Jugend gelehrt hat, und seine wunderbaren Taten zu verkünden, bis er alt und grau ist. Sind wir bereit, all das zu verkünden, was Gott in schwierigen Zeiten für uns getan hat, um ihn für seine Treue zu loben? Der Psalmist bittet Gott: "Sei mein Fels in der Brandung, zu dem ich immer gehen kann". Ich ermutige Sie, in Gott Ihren Felsen der Zuflucht zu finden (halten Sie sich an diesen Satz) und IHN zu preisen und auf IHN zu hoffen.

Tony Horsfall schreibt in seinen Bibellese-Notizen, die ich eines Morgens bei der Vorbereitung dieses Vortrags gelesen habe:

"Gott kennt die Pläne, die er für uns hat. Wir mögen uns durch die Ereignisse des Lebens verwirrt fühlen und uns fragen, was passiert, aber Gott hat den Plan nicht aus den Augen verloren. Auch wenn es lange dauert, wird sein vollkommener Wille für uns ausgearbeitet.

Gott hat gute Pläne für uns. Wenn wir das erkennen, können wir zuversichtlich in die Gegenwart und optimistisch in die Zukunft blicken, und wir können es wagen, ihm unser Leben anzuvertrauen. Er will das Beste für uns tun und uns nicht schaden.

Was Gott sich mehr als alles andere wünscht, ist, dass wir in einer Beziehung zu ihm leben. Er sehnt sich danach, dass wir im Gebet mit ihm in Verbindung treten und ihn tiefer und intimer kennen lernen. Wenn wir uns entscheiden, ihn aufrichtig zu suchen, können wir sicher sein, dass wir die Wirklichkeit seiner Gegenwart finden werden."

Die Psalmen sprechen auch weiterhin in den schwierigsten Situationen auf aktuelle und relevante Weise. An dem Tag, der sich als mein letzter Tag als Leiterin der Buchhandlung in der alten Schule meiner Kinder zu Beginn der Pandemie herausstellen sollte, schlug mir einer der Hausmeister, ein Christ, im Vorbeigehen vor, ich solle Psalm 91 lesen. Wenig später erwähnte auch jemand anderes die passenden Worte des Psalms für diese Zeit. "Wer im Schutz des Höchsten wohnt, wird im Schatten des Allmächtigen ruhen. Ich werde von dem Herrn sagen: 'Er ist meine Zuflucht und meine Burg, mein Gott, auf den ich vertraue'. 'Er wird dich vor der Schlinge des Jägers und vor der tödlichen Pest erretten. Er wird dich mit seinen Federn bedecken, und unter seinen Fittichen wirst du Zuflucht finden.' 'Du wirst dich nicht fürchten vor dem Schrecken der Nacht.....noch vor der Pest, die in der Finsternis schleicht, noch vor der Plage, die am Mittag Verderben bringt." Die Bibel ist voll von solchen Verheißungen, und in Zeiten der Einsamkeit und Unsicherheit lohnt es sich, nach Gottes Verheißungen zu suchen und zu versuchen, den Tag mit der Lektüre Seines Wortes zu beginnen und es in sich aufzunehmen.

Bei der Vorbereitung auf den Aufsatz über Einsamkeit habe ich ein Buch in die Hand genommen, das ich vor vielen Jahren gekauft hatte, als ich mich fragte, ob ich jemals heiraten würde (Gareth und ich heirateten, als ich 34 war), und das den Titel "Vollständig als Eins. Ein erfülltes Leben als Single" hatte, weil ich dachte, es könnte etwas über den Umgang mit Einsamkeit aussagen. Gegen Ende des Buches schreibt der Autor in einem Kapitel mit der Überschrift "Es gibt immer jemanden, an den man sich wenden kann": "Meditation lenkt unser Herz, unseren Verstand und unser ganzes Wesen auf den Herrn, so dass er zu uns sprechen und uns dienen kann. Sie hilft uns, die innere Stille zu entwickeln, die wir brauchen - sowohl für die geistige und körperliche Gesundheit als auch für die spirituelle Erneuerung ... kann es keine wirkliche Einsamkeit geben, wenn wir die Gesellschaft des Herrn genießen. Das Wissen, dass wir nach dem Bilde Gottes geschaffen wurden und eine Rolle in seinen Plänen für die Welt zu spielen haben, verleiht unserem Leben Sinn und Wert; das Bleiben in Christus und die Kraft seines Heiligen Geistes führen zu Fruchtbarkeit und zunehmender Christusähnlichkeit".

Wie auch immer unsere Lebensumstände aussehen mögen, ob wir uns in Gruppen und sozialen Situationen wohlfühlen oder uns lieber in unsere Zimmer zurückziehen, um ein gutes Buch zu lesen oder allein kreativ zu sein, wir müssen, um es mit den Worten von Paul Tournier zu sagen, "jeden Tag in der Gegenwart Christi erneuert werden" (Aus der Vereinsamung zur Gemeinschaft, Seite 164). Mit den Worten unseres Psalmisten: "Auch wenn wir viel und bitteres Leid erfahren haben, wird Gott unser Leben wiederherstellen, er wird unsere Ehre vergrößern und uns wieder trösten. (V. 20-21) Die Zuflucht in der Gegenwart Gottes "führt zur Entdeckung unseres wahren Selbst und zu Selbstvertrauen. Es gibt uns eine klare Vision von dem, was wir haben, die wir mit anderen teilen können, und heilt unsere Angst, so dass unser eigener Wert bestätigt wird." (Aus der Vereinsamung zur Gemeinschaft, Seite 172)

Ich möchte mit Vers 14 des Psalms schließen, der die Grundlage für meinen heutigen Vortrag bildet:

"Ich werde nicht aufhören, auf deine Hilfe zu hoffen, und dich immer mehr loben."

Literaturhinweise

- Psalm 71. Neues Leben. Die Bibel © der deutschen Ausgabe 2002 / 2006 / 2017 SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH, Max-Eyth-Str. 41, 71088 Holzgerlingen.
- Aus der Vereinsamung zur Gemeinschaft. Paul Tournier. Übersetzt von John S. Gilmour aus dem Französischen *De la Solitude à la Communauté*. Delachaux & Niestle, Neuchatel, Schweiz, 1948. *(seine Worte sind im Text kursiv gedruckt)*.
- Christensen AV, Juel K, Ekholm O, *et al.* Signifikant erhöhtes Risiko der Gesamtmortalität bei Herzpatienten, die sich einsam fühlen. *Heart* 2020; 106:140-146.
- Die einsame Stadt; Abenteuer in der Kunst des Alleinseins. Olivia Laing. Picador, 2016.
- Vollständig als eins. Elizabeth-Ann Horsford. Hodder and Stoughton, 1987.