

INHALT

Einstimmung in den Herbst des Lebens	9
Ehret das Alter!	15
Wann beginnen wir zu altern?	21
Schönheit des Alters	29
Vom Prozeß des Reifens	34
Heiligung des Tuns	40
„Ich dien“	46
Vom rechten Beten	51
Schicksal aus Gottes Hand	63
Über das Staunen	79
Mehr lieben	83
Wir sind Gäste	92
Einsamkeit, der Weg nach Innen	99
Auf dem Pfad	111
Am Ende einer Lebensperiode	117
Wohin mit dem Minderwertigkeitsgefühl?	124
Unrast und Ruhe	132
Der alternde Mensch und die Familie	138
Die vierte Trotzphase	149
Verkleinerung des Lebensraums	154
Zeit zur Meditation	159
Ein Dank an meine alten Meister	167
Heilfaktor Freude	177
Falsches Denken, falsches Leben	185
Jeder Tag eine Gnade	191
In Harmonie mit dem Unendlichen	197
Mit Problemen leben	203
Wenn einer von uns geht	211
Über die Schwelle	219