

Inhaltsverzeichnis

I. ÜBER DAS ALTWERDEN	
Das Problem des Alterns	7
Der Prozeß des Alterns	12
Die persönliche Individualität im Prozeß des Alterns	16
II. SICH MIT DEM ALTER AUSEINANDERSETZEN	
Verweigerung des Alters	19
Ressentiment und Neid gegen die Jungen	20
„Ausgeflippte“ Alte	21
Altersegoismus	27
III. ALTER ALS AUFGABE UND ERFÜLLUNG	
Das Alter annehmen	31
Gelöstheit und Weisheit lernen	32
Das Problem der Einsamkeit angehen	36
Reue und Wiedergeburt	43
Ganzheit gewinnen	49
Späte Leistungen	54
Furcht und Angst	61
Mit Sorgen fertig werden	66
Mit dem Unerwarteten fertig werden	68

Mit dem Leiden fertig werden	75
Freude finden	80
Im Glauben reifen	83
Einen Sinn finden	90
Ehe im Alter: Die neue Begegnung	98
Neue religiöse Dimensionen	104
Teilhaben am Leben und Lieben der Trinität	115
„Ich gehe zum Vater“	126
Durch die Wüste in das verheißene Land	131