

Inhalt

Alle Jubeljahre	7
Menschen mit Klasse	14
Das Käfer-Orakel	18
Faltencheck im Hamsterrad	22
Spiegelverkehrt	27
Kann man Altern lernen?	34
Wie es aus gut unterrichteten Kreisen heißt	40
Eine Zeitreise	43
Wie Wesen von einem anderen Stern? Das sind doch wir!	47
Streber, Angeber, Klassenclown, everybodys darlings	49
Alte Säcke und alte Schachteln, runderneuert	55
Unk unk unk. Vor Zeiten war ich junk	59
Tierisch	65
Die Räume des Alters beziehen	69
Endlich: Ich muss gar nichts!	74
Der Kopf ist rund, damit das Denken die Richtung wechseln kann. Oder so	79
Sport ist doch Mord	81
Wie alt bist du? Das fragt man nicht	84
Altern ist gut für die Gesundheit	91
Alte Liebe rostet schön	94
Im Hier und Jetzt spielt die Musik	106
Der Reiz des ungelebten Lebens	112
Kühe und Ziegen revisited. Danke, Christiane	114
Kleine Unterschiede und andere späte Wunder	116
Kinder klein gucken und andere Sehfehler	119
Mit Abstand am besten	124
Früher war alles besser. Hä? Echt jetzt?.....	128

#Whynotmetoo?	131
Glücklich ist, wer's nimmt, wie's kimmt	136
Schon wieder Spiegelfechtereien	141
Über allem bleibt die Frage: Haare färben oder nicht?	146
Grenzgänge	150
Je jünger, je dümmer	155
Je oller, je doller	157
Vergiss das Ende	161
Senile Bettflucht ... ins Vergessen	179
Liebe, rückwärts	181
Tore fallen in der Nachspielzeit	185
Vorbei – ein dummes Wort	189
Aufbruch	193
Wenn ich mir was wünschen dürfte	196
Nach welcher Pfeife tanz ich jetzt? Nach meiner!	198
Kinder sind keine Freunde	200
Wie der Körper neue Tugenden erzwingt	211
Ich will so bleiben, wie ich werde – und darf das auch	216
Wohin kommt man, wenn man zu sich kommt?	221
Was die Hände erzählen	223
Spiegelneuronen feuern	226
Altern für Fortgeschrittene	229
Anti-Aging: Klischees vergessen	237
Stress lass nach: wie man Glücksstrahlen verlängert	241
Klare Sicht	247
Der Splitter im Auge ist das beste Vergrößerungsglas	252
Empfohlene, verwendete und zitierte Literatur	254