

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	7
<b>Das Phänomen Alter(n)</b>	11
Alter – ein vernachlässigtes Thema rückt ins Blickfeld	13
Alter und Altern	16
<b>Grundlegende Perspektiven</b>	23
Altern als Lebenskunst	25
Das Alter(n) bejahen	31
Aspekte einer biblischen Anthropologie	35
Die Würde des Alters	45
<b>Ausschöpfen</b>	53
Leben als Gabe	55
Chancen des Alters: Ressourcen und Potenziale	59
Sein vor allem Tun	65
In Beziehungen leben	69
Lebensättigung	76
<b>Zulassen</b>	83
Herausforderungen des Alters: Leben im Horizont von Minderung und Verletzlichkeit	85
Offenheit für das Unverfügbare	96
Annahme von Abhängigkeit	101
Zulassen des Pathischen	108
Krankheit und Gesundheit	112

<b>Sinnfindung</b>	123
Leben als Werden und Fragment	125
Sinnfindung im Alter	131
Sinnlosigkeit aushalten	148
Endlichkeit als gnädige Begrenzung	152
<b>Kontext</b>	161
Altersgerechte Gesellschaft	163
<b>Zum Schluss</b>	169
Alter zwischen Realismus und Potenzial	171
<b>Literatur</b>	173