

INHALT

Vorwort	9
Mein Navi und ich oder: Wie Straßenkarten die Institution Ehe gefährdeten	11
Du hast den Farbfilm vergessen oder: Wieso ich mein Smartphone gerne überall dabei habe	15
Schon wieder dieser Krach! oder: Warum neue Musik immer gewöhnungsbedürftig ist	19
Kosmopolitisch war ich schon immer oder: Warum viele „Fremde“ auch gut für uns sind	25
Knast für alle? oder: Wie sehr wir von liberalen Regelungen profitieren ...	29
Que sera ... Warum eine Kristallkugel unnötig ist	35
Unken gab's schon immer oder: Warum Pessimismus eine Haltung für Loser ist	41
Zuversicht Aus Erfahrung die richtige Einstellung	45
Schmiede Pläne I Weil gute Vorsätze einfach guttun	51
Schmiede Pläne II Alles eine Frage der Einstellung	55

Schmiede Pläne III

Lohnt sich das denn noch? 59

Regenbogen fangen

Warum eigentlich nicht? 63

Warum werden Sie nicht einfach jünger?

oder: Wie man der Zeit den Zahn zieht 67

Jugendlicher Leichtsinn trifft Altersmilde

oder: Take it easy, altes Haus 71

Narrenfreiheit

Ein Privileg des Alters 75

Nicht aller Tage Abend

Wie ein Ritual hilft und warum es kein Unsinn ist 79

The best is yet to come

oder: Ich kann noch alles ändern 83

Blick zurück

oder: Warum ich nicht gerne früher gelebt hätte 87

Lieblingstag?

Jeder Tag ist was Besonderes 93

Die Einschlüge kommen näher

Immer mal wieder ans „Trotzdem“ denken! 97

Genieße die Freiheit!

oder: Wie ich lernte, das Alter zu lieben 101

Die Schrecken unserer Zeit

oder: Warum Vergänglichkeit auch gut sein kann 105

Generationenfrage

Werden sie es besser haben? 107

Naivität ist nicht naiv	
oder: Warum man öfter optimistisch sein sollte	111
76 ist das neue 46	
Älterwerden als Jungbrunnen?	115
Home, smart home ...	
Staunen, genießen – und nicht allzu ernst nehmen	117
Profi über Nacht	
oder: Wie wir immer besser werden	123
Tanze Limbo mit mir	
oder: Wieso wir alle süchtig sind und warum das gut ist ...	127
Der Mensch ist ein seltsames Tier	
oder: Lob auf die Elefanten!	131
Von besinnlich bis sinnlich	
oder: Vorfriede ist die schönste Freude	135
Stirb und werde	
oder: Warum man von einem Schrebergarten viel lernen kann	139
Nostalgie	
Eine Liebeserklärung	143
Mehr Harold und Maude	
oder: Wenn die Realität die schönsten Happy Ends schreibt	147
Jawohl, Eure Hoheit!	
oder: Wie wir alle keine Untertanen mehr wurden	151
Mensch, Sky!	
Neue Leute, neues Glück	155
Die Letzten werden nicht die Letzten sein	
oder: Warum ich auf die nächsten Generationen vertraue	161

Kleine Lebenslügen

oder: Warum man sich manchmal selber was vormachen muss	165
--	-----

Weil wir uns wiedersehen

Ein Schlusswort	169
-----------------------	-----

Quellen	173
----------------------	-----