

# Inhalt

Vorfreude .....	7
Alt werden beginnt im Kopf .....	13
Tun, was zu tun ist.....	21
So viele Wunder.....	31
Einfach unerklärlich.....	41
Alles hat seine Zeit .....	55
Forever young .....	65
Alt sein ist nichts für Feiglinge .....	73
Das Privileg des Alters: Gelassenheit .....	83
Geliebt.....	95
Hauptsache, gesund .....	105
Was kommt eigentlich auf uns zu?.....	113
Das Leben ist endlich .....	121
Was mich antreibt .....	131
Der Wert von Freundschaft .....	141
Das Leben mit beiden Händen greifen .....	149
Euer Herz sei stark und unverzagt .....	159
»Das Beste kommt zum Schluss«.....	167
Geburtstagswünsche .....	179
Vita .....	189