

# Inhalt

Vorwort von Wolfgang Kleespies | 7

Suche nach Glück | 15

Die neuen Freiheiten | 41

Altern als Lebenskrise | 55

Erotik und Sexualität in der zweiten  
Lebeshälfte | 63

Vorbereitung aufs Alter | 83

Was das Altern heute erschwert | 101

Was das Altern heute erleichtert | 115

Alter und Tod | 129

Schicksalsgemeinschaft als  
Erleichterung | 155

Von den Tugenden des Alters | 169

Von der geistigen Freiheit im Alter | 177

Das Nicht-loslassen-Können | 195

Flucht vor der Einsamkeit | 215

Nachwort zur 1. Auflage | 241

Literatur | 247

Bildnachweis | 249