

Karl Ledergerber

Worauf es im Alter ankommt

Sinn und Gewinn
der dritten Lebensphase

Herderbücherei

Inhalt

Vorwort	13
-------------------	----

I.

ALTWERDEN IN DER FAMILIE

Vorstellungen des Alters	17
Familie - jetzt, früher und in der Zukunft	17
Altwerden - ein Muster für jedes Älterwerden	20
Alter ist keine Krankheit - Was bedeuten körperliche Minderungen?	21
Das Echo des Körpers in der Seele.	25
Das landläufige Bild des alternden Menschen	26
Das Alter im Bereich des Gesamtlebens	28
Die Alten - Randfiguren der Gesellschaft und der Familie? Rechte und Pflichten für Alte und Junge	28
Was ist denn eigentlich das Alter? Wann spricht man von der zweiten Lebenshälfte?	30
Bilder des Lebens.	35
Verlust-Verzicht und Gewinn in jeder Lebensphase: das verbindet die Alten und die Jungen in der Familie	40
1. Beispiel: Die frühe Kindheit	42
2. Beispiel: Das Schulalter.	44
3. Beispiel: Das Erwachsenenalter	45
Der Druck des Zeitgeistes auf die Bewertung des Alters.	47

Jugendlichkeit und Profit - die zwei hauptsächlichsten altersfeindlichen Zielgedanken unserer Zeit . . .	48
„Alter verklärt oder versteinert“	52

II.

ALTER ALS VERLUST UND VERZICHT

Minderungen des Körpers.	64
Minderungen im seelischen Bereich	66
Minderungen der mitmenschlichen Beziehungen . . .	71
Verzicht auf verpaßte Möglichkeiten?	78

III.

ALTER ALS GEWINN

Vom Verlust zum Gewinn.	83
Jugendlichkeit und Besitz: entthronte Götter oder neue Werte?	84
Durch Verwandlung zum Gewinn.	88

Wandlungen im Bereich der Sinne.	89
Sehen und Schauen.	89
Hören und Horchen.	93
Riechen und Schmecken.	95
Sich bewegen.	96

Wandlungen im Tätigsein - vom Zwang zur Freiheit	98
Die Fähigkeiten im Alter.	103
Der „Kulturzweck“ des Alters.	106
Schnupperlehre für Alternde.	107
Statt Ausbildung - Bildung.	108
Das Glück des Dilettanten.	111
Versäumtes umwandeln.	114

Wandlungen in der Beziehung zum Mitmenschen	. 116
Familie: Lösungen und Erweiterungen.	. 116
Beruf: Abschied als Befreiung.	. 118
Wenn dem Eros Flügel wachsen.	. 120
Universelle und mediale Liebe.	. 124
Wandlung des Charakters	
oder Gewinn einer „Gesinnungs-Kultur“	. 127
Feste Beweglichkeit	. 127
Besitzen, um zu schenken.	. 131
Sicherheit im Unsicheren.	. 132
Erfahrung, Reife, Weisheit.	. 134
„Senex puer - puer senex“.	. 139
Die Verwandlung der Einsamkeit	. 143
Die Verwandlung des Sterbens in Auferstehung	. 149
Das Grab - die Wiege des künftigen Lebens	149
„Es wird auferweckt ein geistiger Leib“.	. 153
Literaturhinweise.	. 159