

# Inhalt

Einführung .....	5
Wovon wir ausgehen .....	5
Wonach wir fragen .....	5
Wie wir schreiben .....	6
Was wir wollen .....	10
<b>Armut</b> .....	13
Der Fischer und der Philosoph .....	14
Die Fallensteller .....	18
Festhalten wollen, was man hat .....	22
Haben und Sein .....	24
Brosamen .....	27
Mystische Armut .....	30
Märchen und Lebensmeister .....	33
<b>Konkurrenz</b> .....	39
Im Museum .....	40
Im Restaurant. Mit einem Exkurs über Optimismus .....	44
Im Arbeitszimmer .....	49
Annäherungen .....	58
Im Krankenhaus .....	61
Enthüllungen am Kamin .....	69
Entscheidung in der Theater-Bar .....	74
<b>Überdruss</b> .....	79
Oben und unten. Müde im Luftraum .....	80
Oben und unten. Die tote Stadt .....	92
Oben und unten. Absichts des Kadavers .....	99
Kommentar .....	102

<b>Selbsttäuschung</b> .....	107
Wer findet, hat etwas gesucht .....	108
Wahrheit im Plural .....	109
Wer bin ich? .....	111
Kleine Täuschungen .....	118
Erinnerung, Phantasie und Suggestion .....	120
Selbsttäuschung als Selbstermutigung .....	127
Selbsttäuschung als gefährliches Lebenselixier .....	130
Überwindung einer Selbsttäuschung .....	136
<b>Altern</b> .....	141
Altern als Prozess .....	142
Charakterkunde des Alterns .....	147
Der Gewohnheitsmensch .....	148
Der Augenblicksmensch .....	151
Der anklammernde Mensch .....	154
Der unabhängige Mensch .....	157
<b>Schwermut</b> .....	163
Der Fahrer .....	164
Der Lehrer .....	174
Der Student .....	192
<b>Zorn</b> .....	205
Zorn provozieren, Zorn parieren .....	206
Zorn als Waffe .....	208
Zorn als Macht eines Ohnmächtigen .....	211
Zorn als Krankheit des Verstandes .....	221
Heiliger Zorn .....	233
Kleine Pause .....	243
Auf dem Hügel der Ruhe .....	243

<b>Ärger</b> .....	251
Anger out – anger in .....	252
Was es heißt, sich nicht zu ärgern .....	260
Von der Schwierigkeit, Ärger zu beherrschen .....	268
Den Körper kontrollieren .....	273
Die Situation erkennen .....	275
Den Ärger nutzen .....	278
<b>Alter</b> .....	279
Zwei heidnische Alte .....	280
Am Rande eines Gerontologie-Kongresses, 2000 Jahre nach Cicero ..	289
<b>Ausklang</b> .....	301
Desiderio da Settignano an Donatello, Florenz 1464, notiert von einem Schreiber .....	302
<b>Anmerkungen</b> .....	311
<b>Abbildungen</b> .....	319
<b>Literatur</b> .....	321