

SPIS TREŚCI

| | |
|---|-----|
| PODZIĘKOWANIA | 9 |
| WPROWADZENIE | 11 |
| CZĘŚĆ I: OBRZĘDY PRZEJŚCIA | 27 |
| 1. Pierwszy posmak starzenia się | 29 |
| 2. Stare ciała, młode dusze | 59 |
| 3. Życiowe przejścia | 85 |
| CZĘŚĆ II: STAWANIE SIĘ GŁĘBSZĄ OSOBĄ W MIARĘ STARZENIA SIĘ | 109 |
| 4. Melancholia: droga ku szczęściu | 111 |
| 5. Przetwarzanie życiowych doświadczeń | 137 |
| 6. Dojrzewanie seksualności | 163 |
| CZĘŚĆ III: INNY SPOSÓB IMAGINOWANIA STARZENIA SIĘ | 191 |
| 7. Choroba jako inicjacja | 193 |
| 8. Sympatycznie stare zrzędy | 215 |
| 9. Baw się, pracuj, przejdź na emeryturę, odpoczywaj | 237 |
| CZĘŚĆ IV: OTWÓRZ SWOJE SERCE NA PRZYSZŁOŚĆ | 265 |
| 10. Bycie spełnionym w podeszłym wieku | 267 |
| 11. Spuścizna: przyszłość twojego życiowego eksperymentu | 293 |
| 12. Transformacja samotności | 319 |

| | |
|---|-----|
| CZEŚĆ V: DUCHOWOŚĆ STARZENIA SIĘ | 343 |
| 13. Przyjaźń i wspólnota | 345 |
| 14. Anioł starości | 373 |
| 15. Życie z umieraniem | 399 |
| ZAKOŃCZENIE: POZWÓL RZECZOM OBIERAĆ SWÓJ | |
| WŁASNY BIEG. | 417 |
| INDEKS | 439 |

| | |
|-------|---|
| | ROZKŁAD |
| | WPROWADZENIE |
| | CZĘŚĆ I: PRZEDYPRZECIĄCIE |
| | 1. Niezwykły poranek starzenia się |
| | 2. Starość jako miłość czasu |
| | 3. Życiowe przejścia |
| | CZĘŚĆ II: STAWIANIE SIĘ GŁĘBSZĄ OSOBĄ W MIARĘ |
| | STARZENIA SIĘ |
| | 4. Melancholia, bierność i rozpacza |
| | 5. Przetwarzanie życiowych dokonań |
| | 6. Dojrzałość seksualna |
| | CZĘŚĆ III: INNY SPOŚB IMAGINOWANIA STARZENIA SIĘ |
| | 7. Choroba jako inicjacja |
| | 8. Sympatycznie stare sprawy |
| | 9. Prawie się pracuj, przejdź na emeryturę, odpocznij |
| | CZĘŚĆ IV: OTWÓRZ SWOJE SERCE NA PRZYSZŁOŚĆ |
| | 10. Bycie spełnionym w późnym wieku |
| | 11. Spuścizna: przyszłość twojego życiowego doświadczenia |
| | 12. Transformacja samotności |