



2023, 192 Seiten, 12,5 x 20,0 cm, Paperback
ISBN 978-3-290-18531-2
CHF 29,80 - EUR 29,80
Lieferbar

NEU

Heinz Rügger

Lebenskunst des Alterns

Gerontologische und theologische Aspekte

- **Fundierte Einführung in ein modernes Verständnis von Alter**
- **Impulse für die persönliche Vorbereitung aufs Alter**
- **Hilfreich für Mitarbeitende in Seelsorge und Diakonie sowie pflegende Angehörige**

Das Alter ist reich an Chancen und Potenzial, birgt aber auch Herausforderungen und Zumutungen. Was prägt das Leben im höheren und hohen Alter? Welche Ressourcen kann ein alternder Mensch nutzen, welche Begrenzungen sind anzunehmen? Wie kann man mit der eigenen Endlichkeit lebensdienlich umgehen? Wie ein selbst verantwortetes Leben gelingen kann, ist Lebenskunst. Denn menschliches Leben geschieht nicht einfach, sondern kann bewusst geführt werden.

Heinz Rügger führt in das Phänomen Alter(n) ein, entfaltet grundlegende Gedanken zu einer Lebenskunst des Alterns und skizziert die Grundlagen biblisch-theologischer Anthropologie. Der Autor zeigt gerontologische, theologische und philosophische Perspektiven einer Lebenskunst des guten Alterns auf und zeichnet sie in den gesellschaftlichen Kontext ein. Fragen zur Reflexion regen die Leserin, den Leser zum Nachdenken über die eigenen Erfahrungen und Haltungen zur Lebenskunst des Alterns an.

Heinz Rügger

Heinz Rügger, Dr. theol., Jahrgang 1953, ist freischaffender Theologe, Ethiker und Gerontologe. Er ist freier Mitarbeiter im Institut Neumünster und assoziiertes Mitglied des Zentrums für Gerontologie der Universität Zürich.