Čas prebujenja

Marianne Williamson

ČAS PREBUJENJA

Čudežna srednja leta

Prevedla Vanja Rendulić Medvešček

PRIMUS
izbrane knjige

Marianne Williamson
Čas prebujenja
Zbirka Primula

Naslov izvirnika
Midlife Awakening

Copyright © 2008, 2025 by Marianne Williamson
Originally published in 2008, 2025 by Hay House LLC

Za slovensko izdajo © Založba Primus, d.o.o., Brežice 2025.

Vse pravice pridržane. Nobenega dela te knjige ni dovoljeno reproducirati ali prenašati v kakršni koli obliki ali s kakršnimi koli elektronskimi ali mehanskimi sredstvi, vključno s fotokopiranjem, snemanjem ali s kakršnim koli sistemom shranjevanja in priklica informacij, brez pisnega dovoljenja založnika, razen v primeru kratkih navedkov, vključenih v kritiške članke ali kritike.

Prevedla Vanja Rendulić Medvešček
Lektorirala Andreja More
Uredila Barbara Lipovšek
Oblikoval Žiga Valetič
Izdala in založila Založba Primus, d. o. o., Brežice, www.primus.si
Za založbo Damjan Racman
Tisk Digitalni tisk Primus
Naklada Tisk na zahtevo
Brežice, 2026

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana
159.922.6-055.2
618.173
WILLIAMSON, Marianne, 1952-
Čas prebujenja : čudežna srednja leta / Marianne Williamson ; prevedla Vanja Rendulić Medvešček. - Brežice : Primus, 2026. - (Zbirka Primula)
Prevod dela: Midlife awakening
ISBN 978-961-7263-70-1
COBISS.SI-ID 300789251

Posvečeno Indii More Nisbett –
ženski, kakršna je postala.

Kazalo

Predgovor k izdaji iz leta 2025 9

Uvod 11

PRVO POGLAVJE *Dolga, vijugasta cesta* 23

DRUGO POGLAVJE *Verjamete v čudeže?* 33

TRETJE POGLAVJE *Ravno pravi čas* 59

ČETRTO POGLAVJE *Samo Bog ve* 77

PETO POGLAVJE *Ženske v določenih letih* 99

ŠESTO POGLAVJE *Preživel bom* 119

SEDMO POGLAVJE *Čas preizkušnje* 137

OSMO POGLAVJE *Tisti, ki spreminjajo svet* 153

DEVETO POGLAVJE *Svet smo mi* 169

Zahvala 185

O avtorici 187



Popolnoma nepripravljeni stopamo
v popoldan svojega življenja;
še huje, vanj se podajamo z napačnim prepričanjem,
da nam bodo resnice in ideali služili enako kot doslej.
Toda popoldneva ne moremo živeti
v skladu s programom življenjskega jutra;
kar je bilo zjutraj veliko,
bo zvečer majhno,
in kar je bila zjutraj resnica,
bo zvečer postalo laž.

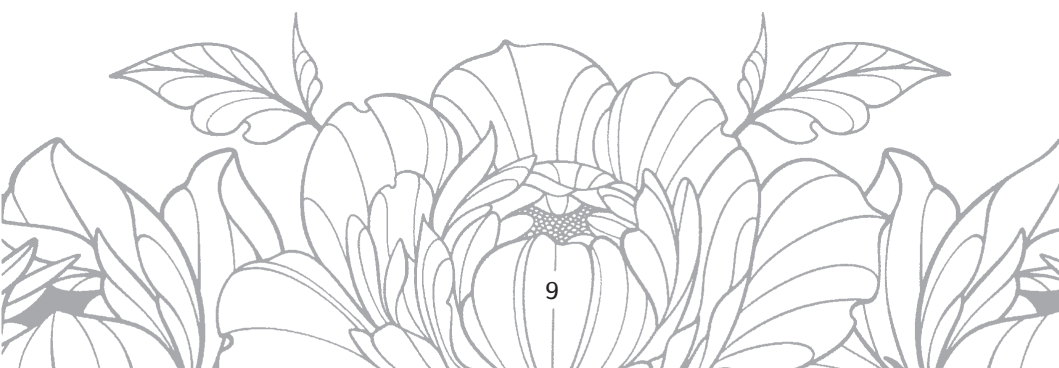


Carl Jung, *Stages of Life*

Predgovor
k izdaji iz leta 2025

Leta 2008 je izšla moja knjiga *The Age of Miracles: Embracing the New Midlife* (Čas čudežev: sprejmimo nova srednja leta). Ko sem bila na pragu tretjega življenjskega obdobja, sem mislila, da vem, kaj me bo doletelo. Motila sem se. Večina tega, kar sem napisala takrat, velja še danes, a vendar ni moglo odražati nekaterih spoznanj, do katerih sem prišla kasneje.

Staranje je v duhovnem in čustvenem pogledu veliko bolj skrivnostno in neraziskano, kot sem mislila. V srednjih letih me je presenetilo marsikaj, kar po mojem preseneti vsakogar, ki vstopi v to obdobje. Ob tem se spomnim starih filmov, v katerih se pionirji podajajo na ozemlje, ki ga je pred njimi videl le malokdo. Običajno ne iščejo le novih krajev, kjer bi se naselili, temveč tudi nov način življenja. V tem pogledu so srednja leta danes neraziskano področje, ki ponuja odlično priložnost, da znova odkrijemo sami sebe.



Ko sem po skoraj dvajsetih letih znova prebrala knjigo *The Age of Miracles*, sem si rekla: *O, moj Bog, tale reč je zastarela*. Od leta 2008 so se v svetu zgodile številne spremembe in veliko reči, ki so bile takrat smiselne, je danes drugačnih. Sprva sem mislila, da bom v knjigi posodobila zgolj nekaj odlomkov, a so mi kot po čudežu dodelili urednika, ki je tako kot jaz menil, da so potrebne korenitejše spremembe. Knjiga je potrebovala več kot le osvežitev in ironično je, da je prav v tem njeno bistvo. Reidu Tracyju in Anne Barthel sem hvaležna, da sta mi dala priložnost za predelavo gradiva. Ta knjiga zame ni le besedilo na papirju in upam, da bodo bralci čutili enako. Vsem, ki jo bodo prebrali, želim, da bi jih ob branju preplavil občutek, kot da so se potopili v najžlahtnejše vino.

Marianne Williamson
London

Uvod

Ste na svojem obrazu opazili gube? Imate vrzeli v spominu? Se ne spomnite, kaj ste počeli včeraj? Ste svoja očala našli v hladilniku? Je koža na vaših stegnih nagubana? Se vam zdi, da vaša zadnjica ni več čvrsta kot nekoč? Vas mlajši naslavljajo z »gospa« (ali »gospod«)? Če ste na zgornja vprašanja odgovorili pritrdilno, ste imeli zelo verjetno včasih več energije, zdaj pa obraza v ogledalu nenadoma ne poznate več. Zavidate mlajšim od sebe. Ne morete verjeti, da niste znali ceniti mladega telesa, ko ste ga še imeli. Počutite se, kot da bi bili nevidni. Drugi pa vas prehitevajo po levi in desni. Očitno je, da niste v koraku s časom, kot ste bili nekoč.

Če vam je karkoli od naštetega znano, vam lahko rečem le: »Dobrodošli v klub.« Morda bi vam prišel prav nov vpogled, ki bi vam pomagal pri potovanju skozi obdobje sprememb.

Vsaka nova izkušnja vas namreč postavi pred izbiro, in staranje ni izjema. Kako se bo za vas razpletlo obdobje, ko »niste več mladi«, oziroma kako boste živeli v srednjih letih

in kasneje, je vprašanje, na katerega lahko odgovorite samo vi. Če izberete pot najmanjšega odpora – ne na taoističen, temveč na lenoben način –, boste prej ali slej občutili neizprosen tok narave. Vrtinec vas bo povlekel navzdol, pod površje, vi pa se boste starali brez veselja in milosti.

Če si po drugi strani pustite odprto možnost, boste odprli vrata nečemu povsem novemu. Če upoštevate možnost, da obstaja drugačna pot, boste naredili prostor za čudež. Utrli si boste novo pot, v možganih ustvarili nove sinapse ter se telesno in duhovno odprli novi energiji, ki sicer v vas ne bi našla prostora.

Danes milijoni vstopajo v obdobje, ki bi se mu najraje izognili, a če si ga dobro ogledamo, ugotovimo, da ni nujno slabo; morda ga je treba le preobraziti, da bo lahko v marsičem drugačno.

Srednja leta niso nič novega, novo je to, da v tem obdobju mnogi posegajo po rečeh, ki niso v skladu z družbenimi normami. Werner Erhard, ustanovitelj organizacije Erhard Seminars Training, pravi, da lahko živimo bodisi po nareku okoliščin bodisi v skladu z vizijo. Ko pride čas, lahko oblikujemo novo vizijo in napišemo novo poglavje, ki nas bo popeljalo onkraj omejenih miselnih oblik, ki so bile doslej značilne za mnoge generacije. Okoliščin ne moremo spremeniti, lahko pa spremenimo svoje doživljanje. Ljudje vsako situacijo doživljamo v okviru pripovedi, ki jo obdaja, tako v naših glavah kot v naši kulturi. Nov pogled na srednja leta prinaša novo upanje za vse, ki smo se znašli v tem obdobju.

Ko rečem upanje, ali mislim upanje na daljše življenje? Ne nujno. Kaj pa več veselja, smisla, strasti in razsvetljenja? Vsekakor. Upanje se v poznejšem življenjskem obdobju ne

nanaša le na daljšo življenjsko dobo, ampak tudi na kakovostnejše življenje. Pred kratkim sem na nekem poročnem sprejemu sedela poleg ostarelega filmskega zvezdnika. Pri osemdesetih letih mi je ta človek z značilnim moškim prepričanjem povedal, da bo, ko bo prišel njegov čas, »z veseljem odšel na novo pustolovščino«. Dajal je vtis, da je pripravljen na vse, kar bo prinesla prihodnost, samo zato, ker se je odločil tako. Zdelo se je, da je nekako uglašen z življenjskim tokom, ki je preveč stvaren, da bi se kdaj končal, in ki se ob njegovi smrti ne bi drznil ustaviti.

Pol ure kasneje sem videla, kako se je spretno kot Valentino sukal na plesišču s petdeset let mlajšo žensko. Za mizo sem ga nato slišala udrihati čez vlado kot poglavarja družine, ki mu je popolnoma vseeno, ali drugi odobravajo njegove besede ali ne. Zdelo se je, da je bil na vrhuncu življenja namesto na njegovem koncu. Pri tem je bil sposoben videti, da je to, kar je pred njim, le novo ozemlje, ki ni nič manj stvarno od tistega za njim.

Kako bi živeli, če se ne bi bali smrti? Kako bi živeli, če bi od sebe in drugih dobili dovoljenje, da lahko damo življenju vse, kar imamo? Ali bi bila srednja leta čas, da se ustavimo, ali čas, da končno začnemo živeti? Čas, da se odrečemo stvarem, ali čas, da zahtevamo tisto, kar si res želimo? Čas, da se zabavamo, ali čas, da se nehamo sprenevedati? Če se želimo starati na avtopilotu ob vnaprej predpisani in pripravljeni izkušnji, bomo imeli lahko delo, kajti pri statusu quo so kažipoti na vsakem koraku. Toda če želite zase in za svoje bližnje ustvariti nekaj novega, je pomembno zavedati se, kako omejene in škodljive so misli o staranju, ki so še vedno globoko zasidrane v naši kulturi, in dejstva, da jih lahko pustimo ob strani.

Razmišljanje o srednjih letih je pogosto zastarelo. Gre za predstave, ki so se prenašale iz roda v rod in ki ne ustrezajo več temu, kdo smo in zakaj smo na svetu.

Pred kratkim sem spoznala žensko, ki je bila v sedemdesetih in osemdesetih letih prejšnjega stoletja politična ikona. Na vprašanje, ali se želi vrniti v neizprosen svet politike, me je pogledala in rekla: »Nikakor, saj sem stara šestinšestdeset let.« Pokazala je na mizo za nama, za katero so sedele mlade ženske, in rekla: »Naj zdaj one prevzamejo vajeti.«

Zgroženo sem jo pogledala. Ženske za tisto mizo po mojem mnenju niso bile tiste, ki bi lahko vodile svet v pozitivno smer, in vedela sem, da v srcu tudi ona čuti enako.

»One? Mislite *resno*?« Zavzdihnila sem, pokazala na mizo in na njihovih obrazih poskusila poiskati kakršen koli znak resnosti. Ko sem izrazila nejevero, so se moji sogovornici zasvetile oči. Morda je potrebovala le nekoga, ki bi ji dovolil priznati, kar je že dolgo slutila, in sicer, da je danes na politični boj pripravljena bolj kot kdaj prej, saj ima vse, kar je potrebno zanj.

Ko je zapuščala dogodek, mi je rekla: »Prav imate. Lepo bi bilo, da se kdaj pogovoriva o tem. Narediti želim nekaj *prebojnega*.«

Potrebovala je le eno samo spremembo v zaznavanju. Nekdo, ki je preprosto podvomil o trditvi, da so najboljša leta že za njo, jo je prisilil, da se je oddaljila od previdnega razmišljanja v smislu »Napočil je *njihov* čas« in začela razmišljati v slogu »Napočil je *moj* čas!« Mnogi v srcu čutimo enako kot ona, in sicer da smo končno pripravljeni narediti nekaj novega in povsem drugačnega. Ne glede na razlog, zakaj smo na svetu, čutimo željo, da bi uresničili svoje bistvo.

Toda včasih ne veste, kaj je »to«. In tudi če veste, se morda na skrivaj bojite, da je prepozno. Ujeti ste med vznemirljivim občutkom, da ste pripravljeni začeti, in strašljivo mislijo, da so vaša najboljša leta že minila. Toda vpliv Boga je močnejši od vpliva preteklosti. Bog dela čudeže kadar koli, kjer koli in za kogar koli, in zadnja stvar, ki bi ga lahko ustavila, je dejstvo, da ste starejši, kot ste bili v preteklosti.

Ko smo mlajši, se nam zdi, da čas teče počasi, nato pa imamo na lepem občutek, da je minil hitro. Pokrajina je posuta s tragiko zamujenih priložnosti pri vsakomur, od žensk, ki se niso zavedale, da si želijo otrok, dokler odločitev ni postala telesno zahtevnejša, do ljudi, ki so obtičali v poklicih, ki jih sovražijo, ker veliko let niso imeli poguma, da bi se podali v tisto, kar si zares želijo. Ravno zato je pomembno, da se v srednjih letih ne pustimo prepričati, da so naše možnosti v tem obdobju omejene. Življenje je vedno točno takšno, kakršnega si ustvarimo, in včerajšnji dan nima moči, da bi določal današnjega. Vsaka situacija predstavlja izziv, s katerim se lahko izkažemo – ali bolje rečeno, s katero nam Bog dovoli, da se izkažemo –, in srednja leta niso izjema. Bog je vedno pripravljen spremeniti vodo v vino.

Ne glede na to, kakšni ste se rodili, kakšni dosežki so zasidrani v vaši duši in kakšne lekcije so vam bile namenjene ob rojstvu, je zdaj čas, da se zresnite in začnete delati. Resneje kot jemljete življenje, resneje bo življenje jemalo vas. Izključno vaše misli določajo, kaj je za vas v tem trenutku mogoče. Čas je, da presežete kakršne koli vnaprej izdelane predstave, ki ste si jih sami ali si jih je kdorkoli drug ustvaril glede tega, kaj je v tem obdobju vašega življenja »mogoče«. Ne glede na to, kaj se je ali se ni zgodilo v vaši preteklosti, je

sedanjost še vedno neskončen vir čudežnih priložnosti – kar je zagotovljeno z zakonom božanske nadomestitve. Izraz »neskončne možnosti« ni le abstrakten pojem, temveč koda vesolja – dejavna sila nenehne in neskončne prožnosti, ki se ne odziva na vašo preteklost, temveč na trenutno naravnanost vašega duha.

Vaša prihodnost ni odvisna od tega, kaj se vam je dogajalo doslej. Tisto, kar določa smer vaše verjetne prihodnosti, je način, kako si razlagate to, kar se je zgodilo, in kako se učite iz tega.

Življenje vedno (ali običajno) teče v nenehno naraščajočem loku napredka. Do štiridesetega leta večina naleti na vsaj enega ali dva pomembna mejnika, med katera sodijo poroka ali ločitev, težave z otroki, kariera, finance, zasvojenost ali kar koli drugega. Toda bistvo življenjske poti ni v tem, da doživimo padec, temveč v tem, da se po padcu naučimo pobrati in iti naprej. *Vsakdo* kdaj v življenju pade, kajti naš svet je naravnan tako, toda le od tega, kdo se bo po padcu pobral in kako, je odvisno, kaj se bo dogajalo v prihodnje.

Moja prijateljica je odlična pevka. Občinstvo že dolga leta navdušuje s svojim glasom, pa tudi videti je čudovita. Vsi so vedno govorili, da ji je slava usojena. Toda ali se ji je pri dvajsetih, tridesetih ali celo štiridesetih letih uspelo prebiti med najboljše? Ne, ker so tudi njo – tako kot mnoge med nami – dolgo ovirali notranji demoni. Nekoč je zamudila pomemben sestanek, ker je vso noč pijančevala, direktorju založbe pa govorila neprimerne reči in se v njegovi navzočnosti vedla nezrelo. Svoj uspeh je dosledno sabotirala. Šele po štiridesetem rojstnem dnevu so se stvari zanjo postavile na pravo mesto, njena nadarjenost in osebnost sta se nazadnje

uskladili. Ko je prišlo do tega, je tako kot vsi okoli nje uvidela, da je dolga in ovinkasta pot, ki jo je prehodila, le še spodbudila žar njenega uspeha, ko se je ta končno zgodil.

Verjetno se sprašujete, kaj mislim z »bliščem« njenega uspeha. V mislih imam plasti razumevanja, ki se je skrivalo v ozadju: velike in majhne lekcije, ki se jih je naučila na svoji poti in ki navsezadnje niso vplivale le na njeno petje, ampak tudi na način, kako je živela v svetu, na novo bistvo ne le njenega početja, ampak tudi obstoja. Ne le njen glas, tudi njena osebnost je morala dozoreti.

Zgodi se, da pri aerobiki ne morete več tako visoko dvigniti nog, lahko pa poznavalsko dvignete obrv na način, ki ga prinesejo dolga leta izkušenj. Dvignjena obrv je na neki način bolj vredna občudovanja kot dvig noge. Je namreč tisto, kar nam ponuja zrelost – novo bogastvo naše osebnosti. Razumevanje, do katerega se lahko dokopljemo, kot je rekel moj oče, le takrat, ko se moramo »sprijazniti tako z dobrim kot s slabim«.

Nova vrsta zrelosti je po naravi optimistična – ne gre za nezavedni optimizem mladosti, ko se nam zdi, da je vse mogoče, ampak za grenko-sladki optimizem, ki ga poznamo in ohranjamo kljub zavedanju, da nekatere stvari danes niso več mogoče. V srednjih letih smo izgubili nekaj stvari, ki bi jih raje obdržali, a pridobili nekaj prednosti, za katere sploh nismo vedeli, da obstajajo. Na različnih področjih smo videli in preizkusili že toliko, da se nam zdi, da smo dosegli neke vrste mojstrstvo, a ne toliko v stvareh kot v odgovornem načinu življenja. Ko se sprijaznimo, da življenje po eni strani ni tako čudovito, kot smo domnevali, ugotovimo, da je v resnici bolj čudovito na načine, ki jih prej nismo mogli poznati.

Ne gre za to, da se slepite in nočete sprejeti dejstva, da je mladosti nepreklicno konec, temveč za sprejemanje omejitev, ki pridejo z leti, a hkrati sprejemanje neomejenih zmožnosti Boga. Res se je nekaj končalo, a začelo se je nekaj novega. Ne gre toliko za to, da bi bilo vaše mladosti konec, temveč bolj za to, da se je njeno podaljšano obdobje prekinilo – ne kot slaba kupčija, do katere pride povsem nepričakovano, temveč kot odrešitev pred dokončno brezsmiselnostjo oziroma priložnost, da združite vse naučeno in ustvarite nekaj iskrenega in dobrega. Disfunkcionalni in zastareli miselni vzorci, ki so zavirali vašo pot do višje usode, so se končno prekinili. In čeprav vas misel na izgubo mladosti morda spravlja v rahel obup, ste navdušeni nad tem, da niste več nevedni.

RAVNO V ČASU, ko se zdi, da bo svet dobesedno propadel, če se ne bo pojavil razumen odrasel človek in čim prej ukrepal, tak razumen človek pooseblja generacijo, ki danes prihaja v srednja leta.

Današnje stanje sveta je pri prehodu v srednja leta velika preizkušnja, podobna samotnemu potovanju v džunglo, s katerim se hočemo prepričati, ali lahko v njej preživimo. Če te preizkušnje ne opravimo, vsega, kar potrebujemo zanjo, očitno nimamo na voljo, v nasprotnem pa si lahko čestitamo, ker nam je uspelo. No, to velja vsaj za polovico ljudi.

Srednja leta so danes neke vrste druga puberteta. Izkušnja je, vključno z njenim trajanjem, opredeljena na novo. Gre za obdobje, ki je opazno drugačno od mladosti, a tudi opazno drugačno od starosti. Zdi se, da gre za potovanje, na katerem končno odkrijemo smisel življenja, ne pa za bližanje njegovemu koncu. Ljudje, ki so se pri štiridesetih letih

še vedno pritoževali: »Ne vem, kaj bi s svojim življenjem«, nenadoma dobijo občutek, da zdaj vedo. Pri teh letih se še ne počutimo stare, a se po drugi strani zavedamo, da nismo več mladi.

Lydia Bronte v svoji knjigi *The Longevity Factor* (Dejavnik dolgoživosti) piše, da je danes življenjska doba petnajst let daljša, vendar se je podaljšala na sredini življenja in ne na koncu. To poglavje bi morali poimenovati in si ga prilastiti kot novo srednje obdobje življenja, saj ga pišemo povsem na novo. Ker včasih ni bilo opazno tako kot danes, ga doslej nihče ni priznaval. Ko v sodobnem življenju priznamo obstoj tega novega psihološkega dejavnika, lahko ustvarimo podlago za doslej razpršena in še neizoblikovana, a občudovanja vredna čustva.

Izkušnjo srednjih let lahko blagoslovimo in preoblikujemo. To storimo tako, da spremenimo svoje misli o njej – misli, ki vplivajo na naše telesne celice in so temelj naših izkušenj v svetu. Bistvo je v tem, da opustimo omejene misli in namesto njih sprejmemo neomejene. Naše misli, ki segajo vse od stanja našega telesa do stanja našega sveta, se odražajo v naših izkušnjah. Šele ko jih preoblikujemo, lahko preoblikujemo tudi vse drugo.

Pri ženskah se je uveljavil rek, da so štirideseta leta življenja nova trideseta, petdeseta pa nova štirideseta leta. Sprašujem se, ali je to res ali si samo želimo tega. Zame je bilo priročno izbrati prvo možnost, ki pa je, če dobro razmislimo, dvorezen meč. Po eni strani gre za priznanje, da danes dlje časa ohranjamo veliko lepši videz, po drugi strani pa tudi za priznanje, da potrebujemo zelo veliko časa, da končno odrastemo. Nekaj, kar so generacije pred nami ugotovile

veliko prej, je nam vzelo več let, da smo zadevo sploh začeli razumeti.

Tistih, ki so zdaj v srednjih letih ali starejši, ne bomo imenovali »izgubljena generacija«, temveč generacija, ki je morala porabiti desetletje ali dve, da je našla samo sebe. Navsezadnje ne gre toliko za zapravljanje časa, temveč za to, da smo se ukvarjali s težavami, ki jih prejšnjim generacijam ni bilo treba reševati. Trajalo je dlje, ker smo imeli veliko več dela na psihični ravni.

Ne skrbite, če se vam zdi, da ste največji hrib že prehodili. Okolje je danes drugačno in v resnici se trudimo odstraniti hrib.

Nekoč sem bila na obisku pri prijateljici iz otroštva in videla njeno fotografijo izpred dvajsetih let. Razlika je bila več kot očitna, saj se je iz sijoče mladenke telesno spremenila v zadržano žensko srednjih let in zdelo se je, da njen obraz govori: »Obupala sem.« A vendar sem vedela, da iskrica njene mladosti ni ugasnila; še vedno sem čutila ogenj, ki ga je nosila v sebi vse življenje. »To je prava Linda,« sem rekla in pokazala na sliko. »Mislim, da bi jo morala obuditi.« Iz njenega pogleda sem razbrala, da ve, kaj mislim.

Ljudje vsaj na intelektualni ravni vemo, da se nam v srednjih letih ni treba predajati otožnosti ali obupu. Če se čutimo poklicane v naslednjo fazo svojega obstoja, se lahko odpremo nečemu drugačnemu, a prav tako čudovitemu. Lahko se zavestno odpremo možnosti, da bo naše srednje in poznejše življenjsko obdobje veliko lepše in bogatejše, kot smo si sploh kdaj drznili predstavljati.

Lahko odložimo breme nepredelane bolečine in sprejmemo lahkotnost modrejšega in ponižnejšega srca. Namesto

da bi na zadevo gledali kot na konec, lahko gledamo nanjo kot na nekaj novega in sprejmemo dejstvo, da Bog ne pozna časa. Novo srednje obdobje je klic duše.

Ko se ozrem na svojo mladost, me najbolj žalosti, da sem jo v velikem delu na neki način zamudila. Ne glede na starost je ključno, da ne zamudimo ničesar. Na misel mi pridejo verzi, ki jih je nekoč prepevala Bonnie Raitt, kot da bi pela za vse nas: »Življenje postane dragoceno, ko ga imamo manj zapraviti.«

Moja mladost je bila polna čudežev, ki jih takrat preprosto nisem zmogla videti. Toda vedno, ko me zamika pomisliti na različne načine, na katere mi v mladosti ni uspelo sprejeti dobrega v sebi, se spomnim, da Avtorju vsega dobrega v meni še ni zmanjkalo čudežev.

Staranje – če imamo srečo, da nam je sploh dano – je preprosto dejstvo, *kako* se staramo, pa je odvisno od nas samih. Namen te knjige je odkrito spoprijeti se z nekaterimi vprašanji tega obdobja, se z ljubeznijo dotakniti nekaterih strahov in perečih področij ter doživeti čudeže, ki bi jih sicer morda spregledali.



Opomba avtorice: V knjigi navajam veliko citatov iz programa *Tečaj čudežev*. Gre za program duhovne psihoterapije za samostojno učenje, ki obsega tri knjige. Ne gre za veroizpoved, temveč psihološki trening uma, ki temelji na univerzalnih duhovnih tematikah, praktični cilj programa pa je doseganje notranjega miru s prakso odpuščanja.