

ne glede na to, kje in kako živijo, različno bogate izkušnje in znanje, ki lahko koristijo tudi mlajšim generacijam. S tem, ko starostnik svoje znanje in izkušnje predaja drugim, dviga občutek samozavesti, koristnosti in veljave, kar vodi v pozitivno smer. Z druge strani pa opisujeta, da se v družbi pojavlja nasilje nad starimi ljudmi, pred katerim si še vedno preveč zatiskamo oči in premalo govorimo.

Ob koncu monografije se avtorici dotakneta še pojma smrti, ki je neizbežen del življenja vsakega človeka. Pomembno je, da se o tem pogovarjamo in upoštevamo želje posameznika. Dotakneta se tudi današnjega perečega problema ob prehodu v *dolgoživo družbo* in o starejših ljudeh na trgu dela, kjer so za delodajalca vse manj zaželeni.

*Zastarele, napačne in preživete predstave o starosti so škodljive za sodobno družbo, zato bo potrebno na novo definirati problem staranja, umiranja in smrti*, pravita avtorici.

Nataša Simunič

Anselm Grün (2017). *Ne zamudi svojega življenja*. Maribor: Ognjišče, Slomškova založba, 144 strani.

## NE ZAMUDI SVOJEGA ŽIVLJENJA

Pater benediktinec Anselm Grün iz Münsterschwarzacha v Nemčiji je eden najbolj branih katoliških avtorjev v današnji Evropi. V knjigi *Ne zamudi svojega življenja* (*Versäume nicht dein Leben*) obravnava na dovolj preprost način vzroke za po njegovem prepogosto prakso, da ljudje zamujamo svoje življenje.

Zamujanje življenja obravnava v vseh življenjskih obdobjih, predvsem pa v srednjih letih in starosti. Avtor pravi, da velikokrat ljudje že v mladih letih zavarujejo svoje življenje za primer smrti in

na ta način preskočijo svoje življenje, še preden so ga začeli živeti, ter da namesto uresničevanja svojih sanj postajajo »generacija opazovalcev«. Pri mladih opaža tudi napačno razumevanje kontemplacije, saj jo danes večinoma vidijo v smislu »časa zase« in počasnega življenja, cilj pa je ravno obraten, namreč izpuščanje samega sebe. Pri nekaterih mladih opaža, da po njihovih besedah zamudijo »nekaj pomembnega«, kar se pojavlja znova in znova tudi v srednjih letih in v starosti, na primer ob smrti ljubljenega človeka. Poglobljeno obravnava »egocentrično kroženje ljudi okoli samega sebe«, ki ne vodi k odkrivanju smisla v življenju, ter kroženje okoli lastnega zdravja, ki ljudi dela še bolj bolne.

V obravnavi prilagajanja srednjim letom avtor opaža, da v srednjih letih nekateri ljudje nimajo upanja, da bi se zgodilo še kaj novega, »končana je živost, obstaja le še funkcioniranje«. V visoki starosti pa nekateri ljudje ugotovijo, da nikoli niso zares živeli, »obtičijo v zamujenem in neizživetem življenju«. Mnogi zamujeno življenje skrijejo za zunanjo aktivnostjo, drugi pa »se pokopljejo v svojo osamelost«. Glede uporabe psihofarmakov pravi, da so »danes zelo razširjen način za izmikanje življenju«. Obravnava tudi zamujanje ljubezni zaradi kariere in lastnega samouresničevanja.

Velika dodana vrednost knjige so vsakemu poglavju dodani Jezusovi odgovori. Avtor namreč s pomočjo citatov iz evangelija in z njihovo interpretacijo išče in tudi najde Jezusove odgovore, ki niso nasveti ali rešitve, pač pa nam »odpirajo oči«, da probleme rešujemo sami. Knjigo sklene s sedmimi koraki k upanju; naniza jih kot »odgovor na trend zamujanja lastnega življenja«.

Menim, da je knjiga Anselma Grūna *Ne zamudi svojega življenja* koristno orodje za potovanje v svoje »sebstvo«, za raziskovanje sebe in za razumevanje drugih. V pomoč je lahko različnim strokovnjakom in terapevtom za delo z ljudmi. Jezik in slog pisanja sta privlačna in razumljiva. Potencialni bralci so vsi ljudje, tako katoličani kakor vsi ostali, ki se sprašujejo, kako ravnati, da ne bi zamudili svojega življenja; knjiga jim lahko pomaga ovrednotiti in obvladati svoje življenje. Modrosti, ki so v knjigi citirane iz evangelija, so zimzelene in univerzalne. Avtor v tej knjigi postavlja ogledalo, v katerem se bralci prepoznamo.

Mitja Slapar

Palmer J. Parker (2018). *ON the BRINK of EVERYTHING. Grace, Gravity and Getting old.* Oakland: Berrett-Koehler Publisher, 240 strani.

## STAROST NI NEKAJ OBROBNEGA V ŽIVLJENJU

Palmer J. Parker (roj. 1939) je avtor že več prodajnih uspešnic na temo izobraževanja, skupnosti, vodenja, duhovnosti in družbenih sprememb. V svoji zadnji monografiji (2018) se posveča vprašanju, ki se človeku porajajo ob približevanju koncu življenja. Delo sestavlja sedem poglavij, ki obravnavajo teme življenjskega smisla in vprašanja minljivosti. Avtor v pisanje vključuje lastne zgodbe, spomine, dnevniške vpise in refleksije ter bogato zbirko odlomkov, govorov in citatov drugih del, ki se nanašajo na obravnavane vsebine, na primer dela Thomasa Mertona, Williama Sloaneja Coffina, Mary Oliver, Rumija, Mayja Sartona, Dylana Thomasa in Williama B. Yeatsa. Mark Nepo (2018) delo zaradi tega označi kot najbolj integralno in odprto refleksijo

o staranju, ki bralca pozitivno pretrese in mu pomaga vzpostaviti bližino s seboj, drugimi, svetom in življenjem. Čeprav gre za poljudno branje, je delo z gerontološkega vidika pomembno, saj prinaša uporabne ideje za delo v praksi ter nudi pripomoček za obravnavo številnih vprašanj, s katerimi se soočamo v interakciji s starejšimi.

Velik pomen knjig pri čustveni podpori starejših je bil v gerontologiji ekspliciran že ob koncu 80. let, biblioterapija pa že več desetletij kaže dobre rezultate pri delu s starejšo populacijo (Adegun, Oke in Fashina, 2018; Mieskowski in Scogin, 2015; Scogin, Hamblin in Beutler, 1987; Scogin, Jamison in Gochneaur, 1989; Scogin idr., 2014).

V prvem poglavju (*The view from the brink: what I can see from here*) avtor opisuje nekaj svojih življenjskih modrosti, ki se jih je naučil med staranjem. Predvsem poudarja, kako je pomembno hoditi skozi življenje z odprtimi očmi in odprtim srcem za nove izkušnje. Bralca spodbuja, naj življenje v vseh starostih obdobjih sprejema na podoben način, kakor ga sprejemajo otroci, tj. s čudenjem. Ugotavlja, kako pomembno je pri iskanju odgovorov zastavljati prava vprašanja, ravno to pa omogoča stalna odprtost za nove perspektive.

Drugo poglavje (*Young and old: the dance of the generations*) se osredotoča na kreativno sodelovanje in interakcijo med generacijami. Avtor starejšo generacijo spodbuja, da se povezuje z mlajšimi, saj medgeneracijsko povezovanje vse generacije napaja z življenjsko energijo in širi obzorje pri dožemanju življenja.

V tretjem poglavju (*Getting real: from illusion to reality*) se avtor ukvarja z vprašanjem duhovnega življenja ter ga na osnovi lastne življenjske izkušnje opredeljuje kot