



## Dusza nie ma wieku Starzenie się jako wędrówka ku spełnieniu i radości

Wydawca: CZARNA OWCA  
Autor: Moore Thomas  
EAN: 9788380157996  
Oprawa: Miękka  
ISBN: 978-83-8015-799-6  
Kategoria: PSYCHOLOGIA  
Wydano: 2018-08-02

Cena brutto: **28,00 PLN**

### Dusza nie ma wieku Starzenie się jako wędrówka ku spełnieniu i radości

A gdyby spojrzeć na proces starzenia się jako na drogę ku lepszemu? Z biegiem lat człowiek gromadzi wrażenia, kształtuje swoją osobowość, pogłębia więzi z ludźmi, doświadcza świata w sposób pełny i dojrzały, poznaje siebie i dopasowuje swoje oczekiwania do tego, co niesie mu rzeczywistość. Staje się samoświadomą, wyjątkową, spełnioną i kochającą jednostką. Może zatem pora zmienić sposób myślenia o starzeniu się i zacząć postrzegać ten naturalny i nieuchronny proces jako ekscytującą podróż? Thomas Moore, czerpiąc zarówno ze źródeł naukowych, jak i filozoficznych, wyjaśnia, jakie zmiany zachodzą w psychice wraz z upływem czasu, jak je zaakceptować i wykorzystać z pożytkiem dla siebie i otoczenia. Odpowiada na pytanie, czym jest melancholia i samotność, jak w późniejszych latach rozwija się zmysłowość, jak wyglądają związki z ludźmi oraz jaką rolę pełnią osoby starsze w swojej społeczności. W prezentowanej przez autora wizji starzenie się może być drogą do szczęścia i spełnienia, o ile wjedzie się w ten etap z pełną świadomością i odpowiedzialnością. Po przeczytaniu tej pięknie i mądrze napisanej książki, starzenie się wydaje się raczej błogosławieństwem niż przekleństwem! Thomas Moore przekonuje, że najpiękniej starzejemy się wówczas, kiedy nie walczymy z naszym wiekiem, lecz wychodzimy mu naprzeciw, żyjemy niejako poza czasem, pamiętając o tym, by każdego dnia odnajdywać w głębi naszej duszy nieprzemijającą i bezgraniczną radość istnienia. Dr Rudolph E. Tanzi, profesor neurologii w Harvard Medical School Thomas Moore jest autorem popularnych i nagradzanych książek o duchowości i rozwoju osobistym. Był mnichem, muzykiem, profesorem uniwersytetu i psychoterapeutą. Obronił doktorat z religioznawstwa. W swoich książkach i artykułach mówi o potrzebie uczynienia naszego świata miejscem bardziej przyjaznym duszy oraz znaczeniu duchowości w codziennym życiu. Mieszka w New Hampshire. W Polsce ukazały się dwie jego książki: W trosce o duszę oraz Bratnie dusze.

#### Tabela cech

Wymiary	140 x 205 mm
Ilość stron	448