

Ks. ROBERT ZAPOTOCZNY*

POTRZEBY DUCHOWE OSÓB STARSZYCH I ŹRÓDŁA ICH ZASPOKAJANIA

THE SPIRITUAL NEEDS OF THE ELDERLY AND THE SOURCES OF THEIR FULFILLMENT

Abstract: Aging of the population is one of the fundamental problems of modern times. Potentially, it applies to all people, regardless of their psychophysical condition, material status, education, environment of origin, and recognized views. Old age is a common phenomenon, and at the same time individualized in its conditions and manifestations, difficult to define unequivocally. Nevertheless, the issue of old age appears more and more frequently in various areas of social life, ranging from family and environmental relations, through economic and political problems, researching many disciplines of science, to ideological and moral issues. Modern man, despite his pragmatic and utilitarian attitude, is looking for spirituality, therefore the focus should be on caring for the spirit, soul and spirituality. Every person has spirituality, regardless of race, culture, education, intelligence, religion. He does not acquire it because it is the core of every human being. Thanks to spirituality, a person is guided in life by hope and optimism, responsibility, sensitivity, love, he knows his goal, because it gives him the meaning of existence and leads to his own happiness. Today, one of the most important challenges facing the Church is to restore the sense of meaning and value of life to older people through the affirmation of spiritual values. Old age is therefore the most spiritual period of a person's life, viewed from the perspective of its entirety. However, from the perspective of satisfying spiritual needs, old age can be called a key stage in achieving full humanity.

Keywords: Old age, dignity, spirituality, needs, wisdom, meaning in life, development.

* Ks. Robert Zapotoczny – kapłan archidiecezji wrocławskiej, doktor habilitowany, Papieski Wydział Teologiczny we Wrocławiu, ORCID 0000-0001-5742-6895; e-mail: robert.zapotoczny@pwt.wroc.pl.

Starzenie się społeczeństwa jest jednym z podstawowych problemów współczesnych czasów. Jak wskazują dane Głównego Urzędu Statystycznego, w 2019 r. w Polsce było 8,407 mln osób po 60. roku życia, co stanowi ponad 20% populacji. Tymczasem z prognoz GUS wynika, że w 2050 r. osoby po 65. roku życia będą stanowić już 32,7% wszystkich mieszkańców naszego kraju¹. Proces ten jest naturalnym, a zarazem nieodwołalnym elementem życia człowieka – jak zilustrował to w swych pismach Cyceron:

Życie musi mieć przecież swój ostateczny kres, swój moment dojrzałości i przekwit, jak owoc drzew i płodów ziemi, który opada, gdy już zupełnie dojrzeje².

Potencjalnie dotyczy on wszystkich ludzi niezależnie od kondycji psychofizycznej, statusu materialnego, wykształcenia, środowiska, pochodzenia, uznawanych poglądów. Starość jest zjawiskiem powszechnym, a jednocześnie zindywidualizowanym w swych uwarunkowaniach i przejawach, trudnym do jednoznacznego zdefiniowania.

Kwestia starości coraz częściej pojawia się w różnorodnych dziedzinach życia społecznego, począwszy od relacji rodzinnych, środowiskowych, przez problemy ekonomiczne i polityczne, badania wielu dyscyplin nauki aż do kwestii światopoglądowych i moralnych³.

W ciągu ludzkiego życia wyróżnia się kilka etapów. Pierwszy z nich to okres dzieciństwa, a ostatni to starość. Starość jest równie ważną fazą naszego życia jak inne. Jeszcze w połowie XX w. powszechnie uznawano starość za mniej wartościowy etap życia, ponieważ w tym okresie maleją siły witalne człowieka i następuje jego degradacja biologiczna. Natomiast na przełomie XX i XXI w. próbuje się nadać starości nowy wymiar, eksponując jej rangę związaną z różnymi aspektami wartościowego i satysfakcjonującego funkcjonowania jednostki w finalnej fazie życia. Obecnie starość coraz częściej nie jest postrzegana jako okres stagnacji i biernego oczekiwania na śmierć, lecz jako etap życia, w którym człowiek ma do wypełnienia wiele różnorodnych zadań, które mają mu ułatwić adaptację do nowych warunków życia, wzbogacić jego osobowość i nadać sens jego dalszej egzystencji⁴. Dlatego w ramach prezentowanego artykułu zostaną postawione następujące pytania problemowe: Jaka jest wartość starości w aspekcie społeczno-kulturowym i religijnym? Czy współczesny człowiek akceptuje ten okres życia? W jaki sposób rozwija

¹ Por. GŁÓWNY URZĄD STATYSTYCZNY. *Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014-2050*. <<https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/sytuacja-demograficzna-osob-starszych-i-konsekwencje-starzenia-sie-ludnosc-polski-w-swietle-prognozy-na-lata-2014-2050,18,1.html>> [dostęp: 14.05.2021].

² M. CICERO. *Katon starszy o starości. Pisma filozoficzne*. T. 4. Warszawa 1963 s. 14.

³ Por. K. UZAR. *Wychowanie w perspektywie starości. Personalistyczne podstawy geragogiki*. Lublin 2011 s. 10.

⁴ Por. A. NOWICKA. *Wstęp*. W: *Wybrane problemy osób starszych*. Red. A. Nowicka. Kraków 2006 s. 11.

się duchowo? Jak filozofia życia wpływa na jego rozwój osobowy? Jak realizacja potrzeb duchowych afirmuje poczucie sensu i wartości życia oraz ich dojrzałości we wszystkich sferach człowieczeństwa? W jaki sposób godność osoby i jej mądrość życiowa świadczą o zaspokojeniu potrzeby duchowości w życiu starszego człowieka? Jak bilans życia i związana z nią działalność na rzecz dobra innych osadza się na dojrzałości duchowej i rzeczywistości samourzeczywistnienia osoby?

1. WIELOASPEKTOWY WYMIAR OKRESU STAROŚCI

W aspekcie religijnym wartość starości jest zakotwiczona w faktach stworzenia człowieka na obraz Boga, obdarowania go niezbywalną cechą ludzkiej godności, przynależnej w toku całego życia oraz w dziele odkupienia i nadziei zmartwychwstania. Znaczenie i wartość starości są podkreślane również w tradycji biblijnej, zawierającej liczne przykłady osób starszych pełniących kluczowe role w procesie zbawienia: Abrahama i jego żony Sary, którego starość jest związana z wypełnieniem obietnicy posiadania potomstwa i bycia ojcem wielkiego narodu; Mojżesza wyprowadzającego w podeszłym wieku naród wybrany z Egiptu; Elżbiety i Zachariasza obdarowanych w starości rodzicielstwem Jana Chrzciciela; Symeona i Anny oczekujących u schyłku życia spotkania z nowo narodzonym Zbawicielem. W świetle Biblii starość jawi się jako etap końcowy ludzkiego dojrzenia i znak błogosławieństwa Bożego⁵. Godność starości jest warunkowana również moralną wykładnią *Dekalogu*, w szczególności zaś czwartego przykazania, regulującego stosunki międzygeneracyjne w rodzinie i społeczeństwie.

Starość, zwana także późną dorosłością lub trzecim wiekiem życia po dzieciństwie i dorosłości, ma charakter statyczny. Jest zjawiskiem zarówno jednostkowym – starzeje się przede wszystkim określony człowiek, który przeżywa blaski i cienie tej fazy życia, jak i społecznym – starzeje się dana społeczność lokalna, wieś, miasto, osiedle, mieszkańcy domu i kraju, kontynentu, świata. Jej początkiem jest umownie przyjęty wiek kalendarzowy – 60. lub 65. rok życia, jest to tzw. próg starości – kończy ją natomiast śmierć⁶.

Snując refleksje nad starością, można dostrzec zarówno obiektywny, jak i subiektywny jej wymiar. Starość bowiem to nie tylko to, co oczywiste, namacalne, zweryfikowane empirycznie, zobrazowane wskaźnikami liczbowymi, lecz także to, co ulotne, trudne do wyrażenia i uchwycenia, zindywidualizowane. Starość jest zjawiskiem biologicznym i społeczno-kulturowym, ale jest również losem konkretnego człowieka. Obok zdiagnozowanych, ogólnych tendencji opisujących ludzką starość w aspekcie biologicznym, demograficznym, kulturowym, społecznym,

⁵ Por. JAN PAWEŁ II. *List Ojca Świętego Jana Pawła II do osób w podeszłym wieku*. Sandomierz 1999 s. 17.

⁶ Por. A. NOWICKA. *Starość jako faza życia człowieka*. W: *Wybrane problemy osób starszych* s. 17.

prawnym, psychologicznym, edukacyjnym, biograficznym, współwystępują indywidualne doświadczenia starości, i z perspektywy jednostki te wydają się mieć zasadnicze znaczenie. To one nie poddają się próbom pełnego rozpoznania, pełnej obiektywizacji. Obiektywny wymiar starości oznacza wiedzę o niej w znacznym stopniu udokumentowaną, zobiektywizowaną np. poprzez badania empiryczne, najczęściej prowadzone w kontekście ilościowym, z wykorzystaniem miar statycznych, diagnoz laboratoryjnych, badań klinicznych, wiedzę o starości jako efekt badań naukowych. Taka starość nie wydaje się jednak w pełni prawdziwa, stąd pojawia się pytanie o jeszcze inny wymiar – subiektywny wymiar starości (wiedza o starości jako efekt jednostkowego doświadczenia biograficznego). Subiektywny wymiar starości to wiedza intuicyjna, często nie jest poparta „twardymi” danymi empirycznymi ze względu na charakter rzeczywistości, której badania miały dotyczyć. To wiedza wyprowadzona z osobistego, indywidualnego doświadczenia życiowego, wiedza *implicite*. Jej wartość kształtuje się i sprawdza w jednostkowym życiu⁷.

Starość, co szczególnie podkreślają andragodzy, gerontolodzy i psychologowie, jest okresem życia, w którym nadal mogą zachodzić pozytywne zmiany. Wysoki poziom samoświadomości człowieka starszego sprzyja konstruktywnemu myśleniu i zachowaniu. Jednak do starości trzeba się przygotować. Jednym z istotnych elementów takiego przygotowania jest akceptacja, uświadomienie sobie, że jest to kolejny etap życia niosący radość, ale i problemy. Akceptacja tego etapu jest poławą sukcesu w walce o szczęśliwą, satysfakcjonującą starość⁸.

2. STAROŚĆ A ROZWÓJ DUCHOWY OSOBY

Starość jest okresem, w którym ludzie starsi posiadają obiektywnie większą ilość czasu, co stwarza swoistą przestrzeń wolności do działania, odpoczynku, pełniejszego udziału w życiu rodzinnym, rozwoju pasji. Tak przeżywana wolność osób starszych otwiera możliwości rozwoju duchowego, poszukiwania istotnych wartości życiowych ukrytych we wnętrzu człowieka. Postawa refleksji, szukanie zrozumienia dla przeżywanych zdarzeń, odkrywanie sensu starości prowadzą często do wewnętrznej przemiany, która wypływa z pogłębionego w tym okresie życia religijnego związanego z praktykami religijnymi, jak i myślami oraz pragnieniami skierowanymi ku wartościom nadprzyrodzonym.

Troska o godną starość związana jest nie tylko z przyjęciem odpowiednich rozwiązań społecznych, ekonomicznych, politycznych, ale również, a nawet

⁷ Por. E. DUBAS. *Refleksje nad starością. Obiektywny i subiektywny wymiar starości – wprowadzenie w debatę*. W: *Obiektywny i subiektywny wymiar starości*. Red. E. Dubas, M. Muszyński. Łódź 2016 s. 16.

⁸ Por. M. HALICKA. *Satysfakcja życia ludzi starszych*. Białystok 2004 s. 14, 69.

przede wszystkim, odkryciem i wyborem określonej filozofii, koncepcji człowieka i rzeczywistości. Te dwa obszary są ze sobą mocno powiązane. Kluczem do pozytywnego postrzegania i przyjmowania starości jest właściwie ukształtowana sfera myślenia, wartościowania i moralności. Filozofia personalistyczna, przyjmująca za punkt wyjścia podmiotowe doświadczenie człowieka, ukazuje starość jako rzeczywistość dynamiczną, stanowiącą istotny etap w jego osobowym urzeczywistnieniu się. Fakt potencjalności osoby realizowanej w całościowym działaniu aż do najwyższego ludzkiego czynu, jakim jest śmierć, podkreśla znaczenie starości jako bogatego w możliwości rozwojowe okresu życia⁹.

Tak więc w ujęciu personalistycznym starość można określić jako końcowy etap w naturalnym obiegu egzystencji człowieka, potencjalnie najbliższy jego osobowego urzeczywistnienia się, którego ostatnim momentem w wymiarze doczesnym jest śmierć rozumiana czynnie, jako najwyższy ludzki akt. Szczególną wartością, a zarazem zadaniem do realizacji w okresie starości w wymiarze indywidualnym i społecznym jest afirmacja osobowej godności człowieka. Tak określona starość wskazuje na ścisły związek pomiędzy długością życia człowieka i nabytym w tym czasie doświadczeniem a jego dojrzywaniem i osobowym rozwojem¹⁰.

3. OKRES STAROŚCI A POTRZEBY DUCHOWE OSOBY

Rozwój osoby starszej jest motywowany różnymi potrzebami. Potrzeba jest jednym z wewnętrznych dynamizmów uaktywniających zachowanie człowieka, odczuwalna jako stan braku czegoś (rzeczy, treści, osoby, relacji), co jest niezbędne dla normalnego zachowania, sprawności w działaniu czy nawet egzystencji. Według A. Grzegorzycy każda z potrzeb człowieka ma trzy wymiary – naturalny (biologiczny, fizjologiczny), psychologiczny i duchowy. Narzędziem podstawowym procesu ich realizacji są treści kultury, zwłaszcza religii i moralności, a także sztuka i język¹¹.

Jeden z promotorów nurtu psychologii humanistycznej, A. Maslow, zasłynął z powszechnie znanej hierarchii ludzkich potrzeb. Według niego potrzebom towarzyszą dwa rodzaje motywacji: niedoboru i wzrostu. Wyróżnił on pięć grup potrzeb: fizjologiczne, bezpieczeństwa, przynależności i miłości, szacunku i samoakceptacji oraz samorealizacji. Zaspokojenie potrzeby niedoboru daje szansę na zrealizowanie potrzeby wzrostu, stąd zdaniem A. Masłowa te ostatnie mogą zostać zaspokojone dopiero w dorosłości i tylko u tych osób, które poradziły sobie z zaspokojeniem potrzeb miłości i szacunku. Samorealizacja (samourzeczywistnienie)

⁹ Por. K. UZAR. *Wychowanie w perspektywie starości* s. 230-231.

¹⁰ Por. *tamże* s. 133.

¹¹ Por. T. OŻÓG. *Potrzeba*. W: *Encyklopedia katolicka*. T. 16. Red. E. Gigilewicz. Lublin 2012 kol. 127.

jest więc ostatecznym celem ludzkiego życia, potrzebą, która daje ludziom w podszym wieku duże szanse rozwojowe¹².

Potrzeba samorealizacji, u A. Masłowa związana z potrzebami duchowymi człowieka dojrzałego, łączy się ściśle z tzw. duchowością osoby. Duchowość bowiem jest zdolnością człowieka do zrozumienia samego siebie, a więc do znalezienia odpowiedzi na nurtujące go pytania: Kim jestem? Skąd się wziąłem? Dokąd zmierzam? W oparciu o jakie więzi i wartości mogę osiągnąć cel mojego życia? W konsekwencji duchowość daje możliwość świadomego kierowania własnym życiem. Jest tym, co czyni człowieka zdolnym do zajęcia świadomej i odpowiedzialnej postawy wobec samego siebie i drugiego człowieka, a także wobec Boga i świata. Dojrzała duchowość jest kluczem do dojrzałości w pozostałych sferach człowieczeństwa. Człowiek dojrzały duchowo nie tylko w sposób prawdziwy i pogłębiony rozumie własną tajemnicę, ale też ma szansę dojrzałe przeżywać siebie i relacje interpersonalne, kształtować w sposób dojrzały więzi i wartości oraz postępować odpowiedzialnie. Jedynie człowiek duchowy jest zdolny do myślenia, miłości i pracy. Stąd osiągnięcie dojrzałej duchowości jest istotnym elementem jego rozwoju. Duchowość pełni rolę centralnego ośrodka sterowania życiem. Różne rodzaje duchowości, np. chrześcijańska, buddyjska czy ateistyczna, są efektem odmiennego sposobu rozumienia przez człowieka samego siebie oraz sensu własnej egzystencji. Niepokojącym znakiem naszych czasów jest fakt, że rozwój duchowy, podobnie jak kształtowanie dojrzałości w aspekcie moralności, religijności, wartości i wolności, jest ignorowany lub traktowany jako drugorzędny we współczesnych systemach pedagogicznych¹³.

Duchowość jako kategoria egzystencjalna rozumiana jest jako zdolność ludzka o charakterze poznawczym, społecznym i emocjonalnym, ale wywodzi się z wnętrza człowieka. Jest to „[...] coś po prostu najbardziej ludzkiego, co wyróżnia człowieka jako takiego”¹⁴. Z życiem duchowym wiąże się ściśle życie religijne, które może być narzędziem do rozwoju duchowego, ale duchowość obejmuje szerszy obszar niż modlitwa, medytacja czy asceza. Wiara nie jest konieczna, by zaistniała duchowość. Wystarczy silne zaangażowanie w pewien trwały światopogląd – jest to duchowość niereligijna¹⁵.

¹² Por. R. KONIECZNA-WOŹNIAK. *Starość czasem samorealizacji – subiektywne i obiektywne postrzeganie zjawiska*. W: *Obiektywny i subiektywny wymiar starości* s. 224.

¹³ Por. M. DZIEWIECKI. *Pedagogika integralna*. Warszawa 2010 s. 148-149.

¹⁴ V. FRANKL. *Homo Patiens*. Warszawa 1971 s. 18.

¹⁵ Por. A. FABIŚ. *Rozwój duchowy jako atrybut dojrzałości w starości*. „Biblioteka Gerontologii Społecznej” 2015 nr 1 s. 15-16.

4. OKRES STAROŚCI A AFIRMACJA GODNOŚCI OSOBY

Opierając się na duchowości, osoby starsze są wezwane do dostrzegania swojej godności, przyjmowania brzemienia, jakie niesie ze sobą starość, podejmowania trudu pracy nad sobą, a także włączania się w działania na rzecz innych. We wszystkich tych obszarach ludzie starsi mogą liczyć na wsparcie ze strony różnych wspólnot, w tym wspólnoty Kościoła. Jest to relacja oparta na zasadzie partnerstwa uznającego i promującego wartość, a także potencjał starości¹⁶.

Elementem racjonalnego uchwycenia rzeczywistości ze strony osób starszych wchodzących w strukturę wolnych aktów decyzyjnych jest rzeczywistość prawdy o dobru rozumianym obiektywnie, jako najistotniejsze kryterium podejmowanych decyzji. Opowiadanie się człowieka za prawdą jest jednocześnie świadectwem jego godności jako osoby. Rozumny akt wolnego wyboru, w którym człowiek wybiera prawdę, stanowi o jego niepowtarzalności osobowej, indywidualności, dzięki której przekracza cały świat przyrody, świadczy o jego naturalnej wielkości. Godność człowieka jest również uzasadniona teologicznie. Swoje źródło znajduje w stworzeniu człowieka na Boży obraz i podobieństwo. Tak ujmowana cecha godności przysługuje każdej osobie ludzkiej, niezależnie od jej właściwości psychicznych i fizycznych. Jest wartością daną od momentu zaistnienia (poczęcia) i zarazem zadaną do realizacji aż do końca ludzkiej egzystencji. Godność stanowi oś aksjologiczną wszystkich czynów człowieka, nadając im charakter moralny¹⁷. Według V. Frankla

człowiek wchodzi w wymiar noologiczny ilekroć poddaje się refleksji na swój temat lub, jeśli zachodzi taka potrzeba, kiedy odrzuca samego siebie, czyni z siebie obiekt lub kwestionuje sam siebie, okazuje, że posiada świadomość samego siebie albo że ma sumienie¹⁸.

Oznacza to, że człowiek całym sobą ma związek z Absolutem, nieskończonością i wiecznością.

W ujęciu teologicznym godność przysługuje człowiekowi z racji jego pochodzenia, odzyskanego życia i jego przeznaczenia. Został bowiem z miłości stworzony na obraz i podobieństwo Boga, a przez włączenie w zbawcze dzieło odkupienia, dokonane przez Chrystusa, życie jego jest ukierunkowane ku wieczności, nieśmiertelności¹⁹. Jest najdoskonalszym z ziemskich stworzeń, a sens jego egzystencji nadaje perspektywa zbawienia – w misterium odkupienia, które wyraziło się przez krzyż, znak i dowód nieskończonej miłości Boga, człowiek może odnaleźć swoją prawdziwą wielkość, godność i wartość swojego człowieczeństwa. Wymiarem

¹⁶ Por. K. UZAR. *Wychowanie w perspektywie starości* s. 66-67.

¹⁷ Por. *tamże* s. 78-79.

¹⁸ V. FRANKL. *Człowiek w poszukiwaniu sensu*. Warszawa 2009 s. 30.

¹⁹ Por. JAN PAWEŁ II. *Encyklika Evangelium vitae o wartości i nienaruszalności życia ludzkiego* (25.03.1995) p. 34.

teologicznego uzasadnienia godności człowieka jest również fakt posiadania przez niego duszy. Jan Paweł II mówi o zaistnieniu specyficznego „skoku ontologicznego” w procesie ewolucyjnym, w którym człowiek został obdarowany stworzoną przez Boga duszą, w sposób szczególnie decydującą o ludzkiej godności²⁰.

Godność od strony etycznej oparta jest na zdolności człowieka do rozpoznawania dobra i zła, podejmowania wolnych decyzji i realizowania ich w wolnym działaniu, za które ponosi odpowiedzialność. Cechy te odnoszą go również do obiektywnie istniejącej prawdy, jako czynnika wyznaczającego właściwy kierunek ludzkiego działania i rozwoju.

Człowiek w starszym wieku, mimo różnorodnych ograniczeń, może uczestniczyć w procesie osobowego rozwoju i afirmacji godności. Staje się to możliwe przez proces transcendencji. Polega on na przekraczaniu tego, co stanowi doczesną rzeczywistość, często wypełnioną trudem i cierpieniem, w odniesieniu do prawdy o osobowym charakterze człowieka i wartości absolutnych. Jest to także odkrycie faktu własnej przygodności, kruchości i skończoności, a zarazem dotarcie do głębi osobowej struktury. Akceptacja tych prawd umożliwia kształtowanie dojrzałej postawy wobec własnego życia. Pozwala również na wyjście poza własną subiektywność w przeżywaniu świata i otwarcie się na drugiego człowieka. Najpełniejszą więc formą afirmacji godności własnej i drugiego człowieka jest miłość.

Proces rozwoju, opierający się na siłach zakorzenionych w duchowej strukturze człowieka, jest warunkowany również pewnymi prawidłowościami zachodzącymi w życiu osoby starszej. Główną, dającą się zaobserwować zasadą, niepozbanioną oczywiście wyjątków, jest antynomia rozwojowa, wyrażająca się we wzroście znaczenia i rozwoju wymiaru duchowego w stosunku do słabnących sił cielesnych w okresie starości. O ile w swoim wymiarze biologicznym ciało wzrasta, a potem w nieunikniony sposób słabnie, wymiar duchowy postępuje za linią wznoszącą się. Dopóki pozwalamy żyć naszej duszy, ona nie przestaje się bogacić, wypełnia się tym wszystkim, co tworzymy. Ustawicznie się rozwija²¹. Dzięki wydłużeniu się życia, postępowi technologicznemu i nieograniczonemu dostępowi do zasobów kultury, człowiek współczesny może aktywnie pokonywać własne ograniczenia i pogłębiać doświadczanie własnej egzystencji. W wieku senioralnym dążenie do integralności wewnętrznej, przy względnym uwolnieniu się od presji globalnej cywilizacji, w jeszcze większym stopniu uzdalnia osobę starszą do pogłębionej refleksji nad życiem i śmiercią, prowadząc do rozkwitu duchowego²².

²⁰ Por. K. UZAR. *Wychowanie w perspektywie starości* s. 89.

²¹ Por. *tamże* s. 101.

²² Por. A. BŁACHNIO, A. FABIŚ. *Wstęp*. „Biblioteka Gerontologii Społecznej” 2015 nr 1 s. 7.

5. OKRES STAROŚCI A MĄDROŚĆ OSOBY

W ujęciu E. Eriksona fazę późnej dorosłości charakteryzuje potrzeba rozstrzygnięcia dylematu między rozpaczą wywołaną przez świadomość zbliżającej się śmierci a integralnością (definiowaną jako stan umysłu skoncentrowany na osiągnięciu poczucia harmonii i sensu). Osiągnięcie integralności przez człowieka oznacza pełną akceptację jego drogi życiowej, odnalezienie sensu dotychczasowego życia i pogodzenie się ze śmiercią. Natomiast rezultatem rozwiązania kryzysu starości jest mądrość²³.

Jak dowodził V.E. Frankl – znaczenia i sens decydują o ludzkim życiu. Własna historia tego wybitnego naukowca dowodzi, że od woli sensu zależą długość życia, przetrwanie, nawet w skrajnie złych okolicznościach obozu koncentracyjnego, i ocalenie tego, co wartościowe²⁴.

Znaczenie i sens prowadzą więc do mądrości – mądrości ludzi starszych, która jest rozumiana jako zdolność rozwiązywania realnych problemów życiowych. Mądrość jest więc zdolnością, która pozostaje w silnej zależności m.in. od życiowej satysfakcji osób starszych. W tym aspekcie starość stwarza optymalne warunki dla pogłębienia wewnętrznego życia człowieka i duchowego rozwoju. Niewątpliwie cechą osób starszych jest ich refleksyjność i mądrość życiowa, która wynika z rozległej wiedzy i bogactwa doświadczeń. Budowanie mądrości w wieku starszym pomaga radzić sobie z cierpieniem, samotnością, poczuciem bezużyteczności, lękiem przed śmiercią oraz kieruje rozwój człowieka w stronę duchowego rozkwitu.

Według A. Zycha mądrość jest oznaką przemyślanego doświadczenia oraz przewidywania tego, co będzie. Jest także urzeczywistnieniem umiejętności i odwagi patrzenia w przyszłość oraz myślenia innowacyjnego i alternatywnego. Na mądrość składa się także odpowiedzialność w szerokim tego słowa znaczeniu. Odpowiedzialność za własną drogę życiową, za kształt psychiczny drugiego człowieka, za losy narodu i przyszłość ojczyzny²⁵. To wymiar swoistej dojrzałości, której wyrazem jest mądrość życiowa, oparta na wartościach absolutnych. Dojrzałość osobowa człowieka starszego wyraża się też w postawie daru – gotowości akceptacji własnych ograniczeń, a także otwartości na innych i niekoniecznie jest związana z wycofaniem się z codziennej aktywności. Polega raczej na nadaniu im odmiennego znaczenia, sensu w perspektywie wartości wyższych, wyznaczających cel egzystencji. Szczególnego znaczenia nabiera fakt związania człowieka z rzeczywistością transcendentną, żywego doświadczenia wiary i rozwoju wewnętrznego.

²³ Por. B. SZATUR-JAWORSKA, P. BŁĘDOWSKI, M. DZIĘGIELEWSKA. *Podstawy gerontologii społecznej*. Warszawa 2006 s. 43.

²⁴ Por. J. NAWROCKA. *Spoleczne doświadczenie starości: stereotypy, postawy, wybory*. Kraków 2013 s. 86.

²⁵ Por. A. ZYCH. *Człowiek wobec starości. Szkice z gerontologii społecznej*. Katowice 1999 s. 90.

Intuicyjność, doświadczenie, introspekcja, empatia, zrozumienie, cierpliwość i delikatność – są to cechy, które składają się na mądrość człowieka w starszym wieku. Seniorzy mają czas na podjęcie pogłębionej refleksji nad wydarzeniami przeżyтыми i aktualnymi. Odznaczają się rozważą, głębokością osądu i pewnym dystansem do życia. Człowiek w ciągu życia gromadzi zapas doświadczeń i życiowej mądrości. Są to środki pomagające przetrwać w sytuacji kryzysowej²⁶. Świadomość zbliżającego się odejścia ukazuje osobie starszej sprawy tego świata w innym świetle. Stary człowiek zaczyna rozumieć, jak w istocie marne są namiętne pragnienia i wysiłki podejmowane dla egoistycznych celów, dla kariery, bogactwa, luksusu i użycia, a jak ważne są czyny dokonywane dla dobra innych z altruistycznych, ideowych pobudek.

Czas starości stwarza człowiekowi sprzyjające warunki, by mógł on odnaleźć sens życia, zrozumieć jego fenomen w ujęciu jednostkowym – jako sens osobistego życia, oraz w ujęciu powszechnym – jako sens wszechświata. Zrozumienie sensu życia to prawdziwy cel, upragniony przez każdego człowieka. To mądrość życiowa. Mądrość, ostatnia cnota w cyklu rozwojowym człowieka, będąca wynikiem swoistego zmagania się z trudnościami życia, warunkuje integralność tożsamości osobowej człowieka starego, najprościej rozumianą jako poczucie „spójności i pełni”. Integralność tożsamości jest czymś przeciwnym do rozpaczy, czyli poczucia bezsensu życia. Oznacza ona spełnioną spójność człowieczeństwa jednostki oraz spójność jej życia z życiem kolejnych pokoleń i całej kultury. Dopiero na końcu drogi, jaką jest życie, człowiek może w pełni pogodzić się ze sobą. Wówczas wyraża sobą pełnię bycia człowiekiem²⁷.

6. OKRES STAROŚCI A BILANS ŻYCIA OSOBY

Zbliżenie się do kresu życia może być czynnikiem prowokującym przypominanie sobie jego wcześniejszych etapów. Jest to bilans życia. Bilans życiowy to krytyczne spojrzenie na doświadczone wydarzenia, osiągnięcia i niepowodzenia w ciągu całego życia²⁸. Rozważając zagadnienie bilansu życia, odnosimy się więc do zaspokojenia potrzeby samorealizacji, samourzeczywistnienia siebie. Wyrazem tego rodzaju samorealizacji jest zadowolenie z życia, a w konsekwencji dodatni bilans życiowy.

²⁶ Sytuacja kryzysowa to: utrata zdrowia, kondycji i atrakcyjności fizycznej; utrata bliskich osób; utrata statusu społecznego i ekonomicznego; utrata poczucia przydatności i prestiżu; zbliżająca się perspektywa śmierci. Por. B. HAERWAS-NAPIERAŁA, J. TREMPAŁA. *Psychologia rozwojowa człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*. T. 2. Warszawa 2002.

²⁷ Por. L. WITKOWSKI. *Rozwój i tożsamość w cyklu życia. Studium koncepcji E. Eriksona*. Toruń 2000 s. 149, 153.

²⁸ Por. M. SUSŁOWSKA. *Psychologia starzenia się i starości*. Warszawa 1989 s. 302-327.

Wkład osób starszych w życie społeczeństwa wyraża się również w podejmowaniu przez nie różnego rodzaju działalności o charakterze charytatywnym, wolontarystycznym: pomoc ubogim, rodzinom, zaangażowanie w działalność apostołską, także w mediach, katechizację, troskę o miejsca kultu, posługę liturgiczną. Sprzyjają temu specyficzne cechy okresu starości w życiu człowieka – większa ilość czasu, mniejsza liczba obowiązków zawodowych oraz swoistego rodzaju odnowa duchowa, dokonująca się przez refleksję, odniesienie do wartości transcendentnych i życie sakramentalne²⁹.

Ludzie starsi działają więc na rzecz innych. Jest to działalność samopomocowa, np. w grupach uczestników uniwersytetu trzeciego wieku, skupionych przy parafiach w całej Polsce, samopomoc sąsiedzka oraz w innych organizacjach zajmujących się wolontariatem. Wolontariat osób starszych jest sposobem na aktywne zwrócenie się w stronę świata, w stronę ludzi potrzebujących. Jak pokazują na własnym przykładzie starsi wolontariusze, potrzeba i umiejętność dawania tkwi w każdym z nas, niezależnie od wieku. Aby to zobaczyć, wystarczy spojrzeć na starość w trochę inny sposób niż zazwyczaj. Spojrzeć z perspektywy aktywności i rozwoju, a nie słabości i zależności³⁰. Człowiek w swojej duchowości jest zdolny do przekraczania samego siebie i postawienia na pierwszym miejscu dobra innych. Rozwój relacji międzyludzkich, poczucie wspólnoty, współczucie, empatia i miłosierdzie to zachowania, które świadczą o doświadczeniu pozytywnych emocji, a zatem pewnego obszaru duchowości³¹.

Rozwój duchowy oraz pragnienie udzielania pomocy innym poprzez działania charytatywne daje ludziom starszym okazję do samorealizacji. Personalistyczne ujęcie starości jako okresu bogatego w możliwości rozwojowe, cennego przez zbliżający się kres egzystencji, optymistycznego przez niestarzejącą się cechę osobowej godności, wnosi nowe spojrzenie na społeczną kwestię starości. Ważny element stanowi w nim wymiar duchowy człowieka, stający się w okresie starości szczególnym źródłem potencjalności rozwojowych.

ZAKOŃCZENIE

Z powyższych analiz wypływa pozytywna wizja starości jako okresu, w którym człowiek może jeszcze wiele przeżyć, doświadczyć, a także wiele dać. Osoby starsze mogą służyć na rzecz społeczeństwa zarówno swymi predyspozycjami duchowymi, jak i konkretną aktywnością podejmowaną na rzecz innych. Posiadają

²⁹ Por. JAN PAWEŁ II. *Cenna rola osób starszych w Kościele*. „L'Osservatore Romano” 1994 nr 11 s. 38.

³⁰ Por. B. SZATUR-JAWORSKA, P. BŁĘDOWSKI, M. DZIĘGIELEWSKA. *Podstawy gerontologii społecznej* s. 178.

³¹ Por. A. MOLESZTAK. *Duchowość a zadowolenie z życia seniorów*. „Biblioteka Gerontologii Społecznej” 2015 nr 1 s. 135.

charyzmaty mądrości życiowej, zdolności do dystansu i transcendencji wydarzeń życiowych, służenia radą, niwelowania podziałów między pokoleniami, wprowadzania równowagi w życie społeczne. Zakorzenieni w świecie wartości, pamięci zbiorowej, tradycji i kultury, mogą przyczyniać się do odkrycia sensu życia przez pozostałych członków społeczeństwa. Ludzie starsi mogą także wiele wnieść w życie duchowe wspólnoty wierzących przez modlitwę, ofiarowanie swojego cierpienia, przekaz wiary i wartości moralnych młodemu pokoleniu, wspomagając w tym środowisko rodzinne³².

Przedstawiona w niniejszym artykule analiza duchowości osób starszych może stanowić brakujące ogniwo w refleksji nad związkiem życia duchowego z pozytywnym obrazem starzenia się. Treści te wskazują w wielu przypadkach na pozytywną korelację między formami życia duchowego a lepszą kondycją psychofizyczną seniorów. Dochodzą do pewnego rodzaju limitów poznawczych, możliwych do przekroczenia na gruncie filozofii i idei wyjaśniających duchową naturę człowieka oraz jego egzystencji. Atutami prezentowanej koncepcji starości wydają się: integralność, całościowe spojrzenie na proces starzenia się oraz wyakcentowanie pozytywnego potencjału, tkwiącego w osobowej wartości człowieka, jego godności przynależnej mu w toku całego życia. Starość może stać się najpełniejszym doświadczeniem dynamiki życia, jego kruchości, skończoności, a zarazem bogactwa i potencjalności³³.

Starość jest ostatnim, bardzo rozległym w cyklu życiowym człowieka okresem rozwojowym. Rozwój ten odbywa się w wielu zakresach: biologicznym, społecznym, psychicznym, kulturowym i duchowym. Rozwój duchowy można uznać za nadrzędny i przenikający wszystkie pozostałe wymiary. Specyfika starzenia się często bywa postrzegana właśnie w kontekście rozwoju duchowego. Przyczyną takiego stanu rzeczy jest fakt, iż sferą życia, która podlega potencjalnie niekończącemu się rozwojowi, mimo starzenia się organizmu i wbrew licznym naturalnym ograniczeniom, jest sfera duchowa. Starość prowadzi człowieka do osobowego dojrzewania, umożliwia mu zmierzanie ku pełni człowieczeństwa, dlatego jest afirmowana. W tym rozumieniu wiek podeszły wiąże się z radością z życia, cieszeniem się nim, smakowaniem go i docenianiem daru długiego życia. Starość potrafi więc najpełniej łączyć w sobie wszystkie perspektywy czasu: przeszłość, teraźniejszość i przyszłość, a także wieczność. Pozwala doświadczać transcendencji w wymiarze własnej osoby, w wymiarze relacji społecznych i indywidualnych oraz religijnych. Jest przekraczaniem tego, co materialne i racjonalne, przekraczaniem siebie ziemskiego, cielesnego. Sprzyja tym samym pogłębianiu duchowości, czyli dookreślaniu postawy wobec Boga, wobec wartości absolutnych i uniwersalnych, postaw wobec innych i siebie samego, postawy wobec życia i śmierci, wobec losu,

³² Por. K. UZAR. *Wychowanie w perspektywie starości* s. 65-66.

³³ Por. *tamże* s. 232-233.

wobec czasu. Starość jest najbardziej duchowym okresem życia człowieka, patrząc z perspektywy jego całości. Natomiast z perspektywy duchowości starość można nazwać kluczowym etapem w osiągnięciu pełni człowieczeństwa³⁴.

Współczesny człowiek, pomimo nastawienia pragmatycznego i utylitarystycznego, poszukuje duchowości, dlatego w centrum uwagi winna się znaleźć troska o ducha, duszę i duchowość. Duchowość posiada każdy człowiek, niezależnie od rasy, kultury, wykształcenia, inteligencji, wyznania³⁵. Nie nabywa jej, ponieważ jest ona jądrem bytu każdego człowieka. Dzięki duchowości człowiek kieruje się w życiu nadzieją i optymizmem, odpowiedzialnością, wrażliwością, miłością, zna swój cel, bowiem ona nadaje mu sens istnienia oraz prowadzi do własnego szczęścia.

Pandemia Covid 19 doprowadziła do sytuacji, w której osoby młodsze są bardziej dotknięte skutkami ekonomicznymi, a osoby starsze zdrowotnymi. W efekcie te generacje oddalają się od siebie. Wykluczenie cyfrowe części starszego pokolenia jest kolejnym czynnikiem, który pogłębia podziały międzypokoleniowe. Coraz więcej sfer życia przenosi się do Internetu i wielu osobom starszym trudno się w tym odnaleźć. Ponadto w dobie globalnej walki o zdrowie i życie ludzkie w wielu krajach coraz śmiej proponuje się eutanazję, jako lekarstwo na starość i cierpienie. To jedno z najważniejszych wyzwań Kościoła: przywrócić ludziom starszym poczucie sensu i wartość życia.

We współczesnych czasach zbyt mało jest propozycji chrześcijańskiej kontynuacji duchowego rozwoju w postaci praktykowania umiejętności realizacji aktów transcendencji, czyli przekraczania wszelkich duchowych ograniczeń w poczuciu nadziei na przyszłość, mimo że ludzie starsi w największym stopniu angażują się we wspólnoty kościelne i religijne³⁶.

Papież Franciszek przekonuje, że ludzie starsi są terazniejszością i przyszłością Kościoła, w którym mogą prorokować i marzyć razem z młodymi. Ten dialog międzypokoleniowy pomiędzy wnukami a dziadkami jest decydujący. Jest to połączenie entuzjazmu wiary młodych z mądrością i doświadczeniem starszych. W rodzinach wielopokoleniowych odpowiedzialność za osoby starsze spoczywa także na wnukach. Młodzi zobowiązani są wobec swoich dziadków do szacunku i miłości. Natomiast dziadkowie odgrywają bezcenną rolę w świadectwie i przekazywaniu wiary oraz w nauczaniu historii. Takie wzajemne działania można nazwać pedagogiką obecności lub pedagogiką proegzystencji. Termin proegzystencja składa się z dwóch słów łacińskich: z przedrostka *pro* oznaczającego «na rzecz,

³⁴ Por. E. DUBAS. *Starość – darem, zadaniem i wyzwaniem. Rola aktywności i edukacji. W: Obiektywny i subiektywny wymiar starości* s. 236.

³⁵ Por. R. GILMARTIN. *Droga do pełni życia*. Kielce 2000 s. 125.

³⁶ Por. S. EWERTOWSKI. *Duchowość wieku dojrzałego – czasu starości*. „Studia Elbląskie” 16:2015 s. 306.

na korzyść, w obronie»³⁷ oraz rzeczownika *existentia* («byt, istnienie, bytowanie»)³⁸. Proegzystencja to

[...] egzystencja bytów osobowych ukierunkowanych na innych i stanowiąca dla nich dar³⁹.

Osoba ludzka jawi się więc jako dar dla drugiej osoby. Człowiek, który osiągnął swoją dojrzałość osobową, nie chce żyć sam dla siebie, zaspokajając tylko swoje potrzeby, ale widzi swoje życie jako „dar dla”: dla dzieci, dla wnuków, dla rodziny, dla ludzi potrzebujących pomocy, dla społeczeństwa. W ten sposób można zapewnić młodszym i starszym pokoleniom wsparcie, którego potrzebują. Obecność, zainteresowanie, rozmowa, towarzyszenie, otwartość i szacunek to postawy, których coraz częściej brak w relacjach międzypokoleniowych. Bycie przy dziadkach, słuchanie ich i zachęcanie do wyjaśniania, jak się czują, jak też towarzyszenie i świadectwo życia osób starszych wobec młodego pokolenia może mieć rzeczywisty wpływ na to, jak oba te pokolenia radzą sobie z wyzwaniami życiowymi. Może również pomóc im rozwinąć skuteczne umiejętności radzenia sobie z emocjami, uczuciami, potrzebami realizacji własnej wartości, poczuciem sensu i wartości życia.

BIBLIOGRAFIA

- BŁACHNIO A., FABIŚ A.: *Wstęp*. „Biblioteka Gerontologii Społecznej” 2015 nr 1 s. 7-10.
- CICERO M.: *Katon starszy o starości. Pisma filozoficzne*. T. 4. Warszawa 1963.
- DUBAS E.: *Refleksje nad starością. Obiektywny i subiektywny wymiar starości – wprowadzenie w debatę*. W: *Obiektywny i subiektywny wymiar starości*. Red. E. Dubas, M. Muszyński. Łódź 2016 s. 13-22.
- DUBAS E.: *Starość – darem, zadaniem i wyzwaniem. Rola aktywności i edukacji*. W: *Obiektywny i subiektywny wymiar starości*. Red. E. Dubas, M. Muszyński. Łódź 2016 s. 233-244.
- DZIEWIECKI M.: *Pedagogika integralna*. Warszawa 2010.
- EWERTOWSKI S.: *Duchowość wieku dojrzałego – czasu starości*. „Studia Elbląskie” 16:2015 s. 289-308.
- FABIŚ A.: *Rozwój duchowy jako atrybut dojrzałości w starości*. „Biblioteka Gerontologii Społecznej” 2015 nr 1 s. 11-17.
- FRANKL V.: *Człowiek w poszukiwaniu sensu*. Warszawa 2009.
- FRANKL V.: *Homo Patiens*. Warszawa 1971.
- GILMARTIN R.: *Droga do pełni życia*. Kielce 2000.

³⁷ Por. A. JUGAN. *Słownik kościelny łacińsko-polski*. Warszawa 1958 s. 541.

³⁸ Por. *tamże* s. 246.

³⁹ K. NAJMAN, J. SZYMIK. *Proegzystencja*. W: *Encyklopedia katolicka*. T. 16 kol. 439.

- GŁÓWNY URZĄD STATYSTYCZNY: *Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014-2050*. <<https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/sytuacja-demograficzna-osob-starszych-i-konsekwencje-starzenia-sie-ludnosc-polski-w-swietle-prognozy-na-lata-2014-2050,18,1.html>> [dostęp: 14.05.2021].
- HAERWAS-NAPIERAŁA B., TREMPAŁA J.: *Psychologia rozwojowa człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*. T. 2. Warszawa 2002.
- HALICKA M.: *Satysfakcja życia ludzi starszych*. Białystok 2004.
- JAN PAWEŁ II: *Cenna rola osób starszych w Kościele*. „L'Osservatore Romano” 1994 nr 11 s. 38.
- JAN PAWEŁ II: *Encyklika Evangelium vitae*. Wrocław 1995.
- JAN PAWEŁ II: *List Ojca Świętego Jana Pawła II do osób w podeszłym wieku*. Sandomierz 1999.
- JUGAN A.: *Słownik kościelny łacińsko-polski*. Warszawa 1958.
- KONIECZNA-WOŹNIAK R.: *Starość czasem samorealizacji – subiektywne i obiektywne postrzeganie zjawiska*. W: *Obiektywny i subiektywny wymiar starości*. Red. E. Dubas, M. Muszyński. Łódź 2016 s. 221-232.
- MOLESZTAK A.: *Duchowość a zadowolenie z życia seniorów*. „Biblioteka Gerontologii Społecznej” 2015 nr 1 s. 133-146.
- NAJMAN K., SZYMIK J.: *Proگزystencja*. W: *Encyklopedia katolicka*. T. 16. Red. E. Gigilewicz. Lublin 2012 kol. 439.
- NAWROCKA J.: *Społeczne doświadczenie starości: stereotypy, postawy, wybory*. Kraków 2013.
- NOWICKA A.: *Starość jako faza życia człowieka*. W: *Wybrane problemy osób starszych*. Red. A. Nowicka. Kraków 2006 s. 17-26.
- NOWICKA A.: *Wstęp*. W: *Wybrane problemy osób starszych*. Red. A. Nowicka. Kraków 2006 s. 11-16.
- OŻÓG T.: *Potrzeba*. W: *Encyklopedia katolicka*. T. 16. Red. E. Gigilewicz. Lublin 2012 kol. 127.
- SUSŁOWSKA M.: *Psychologia starzenia się i starości*. Warszawa 1989.
- SZATUR-JAWORSKA B., BŁĘDOWSKI P., DZIĘGIELEWSKA M.: *Podstawy gerontologii społecznej*. Warszawa 2006.
- UZAR K.: *Wychowanie w perspektywie starości. Personalistyczne podstawy geragogiki*. Lublin 2011.
- WITKOWSKI L.: *Rozwój i tożsamość w cyklu życia. Studium koncepcji E. Eriksona*. Toruń 2000.
- ZYCH A.: *Człowiek wobec starości. Szkice z gerontologii społecznej*. Katowice 1999.

Streszczenie: Starzenie się społeczeństwa jest jednym z podstawowych problemów współczesnych czasów. Potencjalnie dotyczy on wszystkich ludzi niezależnie od kondycji psychofizycznej, statusu materialnego, wykształcenia, środowiska, pochodzenia, uznawanych poglądów. Starość jest zjawiskiem powszechnym, a jednocześnie zindywidualizowanym w swych uwarunkowaniach i przejawach, trudnym do jednoznacznego zdefiniowania. Niemniej jednak kwestia starości coraz częściej pojawia się w różnorodnych dziedzinach życia społecznego, począwszy od relacji rodzinnych, środowiskowych, przez

problemy ekonomiczne i polityczne, badania wielu dyscyplin nauki aż do kwestii światopoglądowych i moralnych. Współczesny człowiek, pomimo nastawienia pragmatycznego i utylitarystycznego, poszukuje duchowości, dlatego w centrum uwagi winna się znaleźć troska o ducha, duszę i duchowość. Duchowość posiada każdy człowiek, niezależnie od rasy, kultury, wykształcenia, inteligencji, wyznania. Jej nie nabywa, ponieważ jest jądrem bytu każdego człowieka. Dzięki duchowości, człowiek kieruje się w życiu nadzieją i optymizmem, odpowiedzialnością, wrażliwością, miłością, zna swój cel, bowiem ona nadaje mu sens istnienia oraz prowadzi do własnego szczęścia. Dziś jednym z najważniejszych wyzwań stojących przed Kościołem jest: przywrócić ludziom starszym poczucie sensu i wartość życia poprzez afirmację wartości duchowych. Starość jest więc najbardziej duchowym okresem życia człowieka, patrząc z perspektywy jego całości. Natomiast z perspektywy zaspokajania potrzeb duchowych, starość można nazwać kluczowym etapem w osiągnięciu pełni człowieczeństwa.

Słowa kluczowe: starość, godność, duchowość, potrzeby, mądrość, sens życia, rozwój.

