

Artykuły teoretyczne i historyczne

Теоретические и исторические статьи

Bohdan Dziemidok

Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej w Warszawie

Aksjologiczne aspekty starości; czy starość może być piękna, dobra, mądra i szczęśliwa?

Аксиологические аспекты старости; может ли старость быть красивой, доброй, мудрой и счастливой?

Istnieje takie powiedzenie (porzekadło): „Jaki koń jest, każdy widzi”. Czy to samo można powiedzieć o starości: „Jaka starość jest, każdy widzi”? Powiedzieć oczywiście można, ale widzieć to nie to samo, co wiedzieć, nawet w przypadku konia, a tym bardziej w przypadku starości. Widzi się tylko wygląd przedmiotu lub zjawiska, a znajomość wyglądu nie jest równoznaczna z wiedzą o tym zjawisku. Starość człowieka jest procesem będącym ostatnim etapem życia ludzkiego i jak wszystko w życiu ludzkim, np. miłość, niejedno ma imię, niejeden wygląd i niejednokowy przebieg, tylko koniec starości jest zawsze taki sam, bo kończy się śmiercią.

W 2011 roku ukazało się polskie wydanie książki znanej pisarki i filozofki francuskiej Simone de Beauvoir pt. *Starość* (wyd. Czarna Owca). Książka liczy prawie 650 stron i jej pierwsze francuskie wydanie ukazało się w 1970 roku. We wstępie Autorka stwierdza, nie bez racji, że „Społeczeństwu starość jawi się jako wstydlivy sekret, o którym nie wypada mówić. Oto dlaczego piszę tę książkę: dla przełamania zmywy milczenia”¹. Od roku 1970 minęło przeszło 40 lat i wiele zmieniło się w samej Francji i na świecie. Poczynając od tego, że nawet ci, którzy jeszcze czytają książki, rzadko czytają książki liczące 650 stron i to jeszcze o starości. Starzy ludzie nie podążają temu zadaniu, ponieważ obraz starości nakreślony przez Simone de Beauvoir jest koszmarny z różnych względów, chociaż-

¹ S. de Beauvoir, *Starość*, tłum. Z. Staszyńska, Wyd. Czarna Owca, Warszawa 2011, s. 5.

by dlatego, że jak dowodzi ona, iż „stosunek społeczeństwa do osób starszych jest nie tylko krzywdzący, lecz także zbrodniczy”². Ludzie młodzi nie przeczytają tak grubej książki o starości, bo ich to nie interesuje oraz, jak sądzą, nie dotyczy, ani teraz, ani nigdy. Po drugie, nie można obecnie mówić o znowie milczenia, starość stała się przedmiotem różnorodnych zainteresowań, rozwijają się intensywnie takie dziedziny nauki jak gerontologia, geriatria i psychologia starości i starzenia się. W książce brytyjskiego psychologa Iana Stewarta-Hamiltona pt. *Psychologia starzenia się* (Poznań, 2006, pierwsze angielskie wydanie 2000 rok) bibliografia prac anglojęzycznych poświęconych tej problematyce liczy 41 stron (s. 263–303), a na każdej stronie jest odnotowanych ok. 25 pozycji. Łącznie bibliografia zawiera około tysiąca prac³. O znowie milczenia mowy być nie może. Fakt ten odnotowuje rodak Simone de Beauvoir – Jean-Pierre Bois, autor książki *Historia starości. Od Montaigne’a do pierwszych emerytur* (Warszawa, 1996, pierwsze francuskie wydanie w 1989 roku), pisząc „»zmowa milczenia«, o której Simone de Beauvoir cierpko pisała w 1970 roku, to z pewnością zamknięty rozdział”⁴.

Co więcej, zdaniem tego autora, można mówić o modzie na starość. „Moda na starość opanowała zachodnie społeczeństwa, starość robi dziś furorę, jest wszechobecna – pojawia się na murach domów, na wystawach sklepowych, w przemówieniach. (...) I żaden specjalista od reklamy nie zapomina umieścić na swoich zdjęciach starszej pani. Moda ta wydaje się miła, uśmiechnięta, i ujmująca, zawiera jednak – że powtórzę oklepane już stwierdzenie – dużą dozę fałszu i dążenie do pozyskania starszych ludzi”⁵.

Z wypowiedzi tej, której prawdziwość trudno kwestionować, wynika kolejna istotna różnica, która w ciągu ostatnich lat zaszła w położeniu starych ludzi w społeczeństwach zachodnich, a mianowicie: znacznej poprawie uległa ich sytuacja materialna. Reklamy przeznaczone specjalnie dla starych ludzi nie powstawałyby, gdyby oni nie mieli pieniędzy na zakupy, upiększanie się, turystykę. Nie wszyscy oczywiście emeryci, nawet w najbardziej rozwiniętych krajach zachodnich (Francja, Holandia, Niemcy, Wielka Brytania, kraje skandynawskie), żyją dostatnio, ale dotyczy to znacznej części z nich. Istnieje duże prawdopodobieństwo, że pieniądze wydane na reklamy dostosowane do starych ludzi zwrócą się reklamodawcom. Nie wszystko jednak uległo poprawie. Zasadniczej zmiany nie uległ stosunek społeczeństwa do starości – i to zarówno samych starych ludzi, jak też całej reszty społeczeństwa, która swoją starość ma jeszcze przed sobą – oraz instytucji społecznych.

² *Ibidem*, s. 6. Zob. Ian Stuart-Hamilton, *Psychologia starzenia się*, tłum. A. Błachnio, Wyd. Zysk i S-ka, Poznań 2006, s. 263–303.

³ Zob. I. Stuart-Hamilton, *op. cit.*, s. 263–303.

⁴ J.-P. Bois, *Historia starości: od Montaigne’a do pierwszych emerytur*, tłum. K. Marczeska, Wyd. Marabut, Warszawa 1996, s. 13.

⁵ *Ibidem*, s. 11.

W literaturze przedmiotu coraz częściej pisze się o ageizmie (*ageism*), czyli dyskryminująco-lekceważącym nastawieniu do ludzi starych. Piotr Szykułski, demograf z Uniwersytetu Łódzkiego, stwierdza, że „przejawy ageizmu czyli dyskryminacji starszych ludzi, są powszechne, choć dyskretne, to właśnie spojrzenia, syknięcia, uniesienia brwi”. Próbuje przy tym przynajmniej częściowo usprawiedliwić tę postawę pisząc: „starość budzi w młodych obawy, nic więc dziwnego, że odnoszą się negatywnie do tych, którzy ze starością im się kojarzą”⁶. Inni autorzy piszący o ageizmie nie są tak wyrozumiali, bo chyba na własnej skórze odczuwali lub odczuwają złośliwość i niesprawiedliwość ageizmu. By nie być gołosłownym, przytoczę kilka wypowiedzi na ten temat. Zacznę od Simone de Beauvoir, która chyba słusznie zauważa, że „ludzi starych zalicza się do jakiejś dziwacznej grupy, która nie ma ani tych samych potrzeb ani uczuć co inni ludzie... (...) Jeśli starzy ludzie mają te same pragnienia, te same uczucia, te same postulaty co młodzi, wywołuje to oburzenie. U nich miłość czy zazdrość wydają się wstrętne i śmieszne, seksualność odpychająca, a gwałtowność żalosna”⁷. Podobnie sądzi Ryszard Kapuściński, który przypominając, że kiedyś starców szanowano, nie ma wątpliwości, że teraz jest inaczej: „inaczej jest w społeczeństwie sfrustrowanych, znerwicowanych. Tu starzec to zakąła, zawalidroga, rupieć – co gorsza, to ktoś winny wszystkiego zastanego zła, przyczyna niepowodzeń i porażek, słowem, ktoś, kto zasługuje sobie na naszą niechęć, pogardę, nawet nienawiść”⁸. Jak wiadomo, oboje cytowani przeze mnie pisarze byli ludźmi sukcesu i nie kończyli życia w Domach Spokojnej Starości. Pensjonariusze tych domów rzadko mają ochotę mówić o starości. Mimo że los ich chyba wcale nie jest najgorszy.

Jakie są przyczyny tego negatywnego nastawienia społeczeństwa wobec starości i starych ludzi? Jedną z głównych przyczyn dostrzegł Antoni Kępiński już w roku 1972, pisząc, że „model życia naszej cywilizacji, według którego wydajność (*efficiency*) jest najważniejszą miarą wartości człowieka, nie sprzyja starym ludziom”⁹. Niestety po tym żadna poprawa nie nastąpiła. Trzydzieści lat później podobny pogląd wyraża opiekujący się starymi ludźmi włoski ksiądz Alessandro Pronzato w książce pod dość optymistycznym tytułem *Starość czasem nadziei* (Kraków 2005). Pisze w niej mianowicie, że „niepokojącym zjawiskiem jest postawa społeczeństwa wobec ludzi w podeszłym wieku. Mentalność, która prowadzi do oceniania innych na podstawie kryterium efektywności, produktywności, nieodzownie łączy się z traktowaniem starego człowieka jako ciężaru, zawady, niepotrzebnego stworzenia. A stary człowiek instynktownie wyraża ten osąd i w efekcie czuje się »nieuprawniony« i chorobliwie podtrzymuje tak zwany kom-

⁶ P. Szykułski, *Starości nie będzie. Niestety*, rozmowa przeprowadzona przez Aleksandrę Klich, „Gazeta Wyborcza” z dn. 26–27.09.2008, s. 15.

⁷ S. de Beauvoir, *op. cit.*, s. 7 i n.

⁸ R. Kapuściński, *Lapidarium II*, Spółdzielnia Wydawnicza Czytelnik, Warszawa 1995, s. 85.

⁹ A. Kępiński, *Rytm życia*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 1992, s. 166.

pleks pasożyta”¹⁰. Pasożyty nie są społeczeństwu potrzebne, „społeczeństwo troszczy się o jednostkę jedynie wtedy, gdy ta przynosi korzyści”¹¹. Sprawa negatywnego stosunku społeczeństwa do starości nie przestała być więc aktualna. Pod jednym względem jest nawet bardziej aktualna niż w latach siedemdziesiątych XX wieku, gdy pisali o niej Simone de Beauvoir i Antoni Kępiński. Powszechnie wiadomo, że społeczeństwo coraz bardziej starzeje się. To ustawiczne starzenie się społeczeństwa XX i XXI wieku ma dwie zasadnicze przyczyny. Po pierwsze, dzięki poprawie swego statusu ekonomicznego i stałemu postępowi medycyny starzy ludzie żyją dłużej, coraz dłużej. Po drugie zaś, coraz mniej rodzi się dzieci. Młodzi ludzie coraz później (czasem zbyt późno) decydują się na poczęcie dziecka, a wielodzietny model rodziny przestał być popularny.

Starzejące się społeczeństwa zderzają się z dwoma problemami ekonomiczno-społecznymi. Problemem pierwszym jest zapewnienie godziwych warunków życia dla coraz liczniejszej armii emerytów oraz pracą dla młodych. Dłuższe zatrudnienie ludzi starszych nie jest prostym rozwiązaniem, ponieważ zajmują oni miejsca pracy, na które czekają młodzi, którzy są zresztą faworyzowani przez panujące stosunki cywilizacyjno-ekonomiczne.

Starzenie się społeczeństw jest przy tym zjawiskiem ogólnoswiatowym, np. Japonia do około 1950 roku była jednym z najmłodszych krajów na świecie, obecnie jest jednym z najstarszych. Według Teda C. Fishmana w roku 2018 liczba 65-latków po raz pierwszy w dziejach przekroczy liczbę pięciolatków¹². Ze zrozumiałych względów nas znacznie bardziej interesuje sytuacja w Europie i Polsce niż w Japonii. Zacznijmy od Europy. Komisja Europejska informuje, że według prognoz do 2060 roku nastąpi podwojenie liczby Europejczyków mających ponad 65 lat. Obecnie jest ich 87 milionów, a w roku 2060 ma być 153 miliony. Wzrosnie też znaczna liczba najstarszych Europejczyków mających ponad 80 lat. Obecnie jest ich około 23 milionów, a w roku 2060 będzie 62 miliony. Równomiernie nastąpi zmniejszenie liczby ludzi zdolnych do pracy (od 15 do 64 lat) z 67% do 56%. Obecnie na jednego emeryta przypadają w Europie cztery osoby zdolne do pracy, za 50 lat natomiast będzie ich tylko dwie¹³.

Sytuacja demograficzna w Polsce (zajmującej pod względem starzenia się 18 miejsce na świecie) wcale nie wygląda inaczej. W roku 1960 Polacy żyli przeciętnie 65 lat, a Polki o 5 lat dłużej. W roku 2010 Polacy żyli przeciętnie 73,3 lat, a Polki 80,6 lat. Z prognoz wynika, że w 2030 roku Polak żyć będzie średnio 77,6 lat, a Polka 83,3 lata. W 2060 roku średnia długość życia mężczyzn wynosić ma 82 lata, a kobiet 88 lat. Za 20–30 lat Polska stanie się krajem ludzi starych.

¹⁰ A. Pronzato, *Starość czasem nadziei*, Wyd. Salwator, Kraków 2005, s. 29.

¹¹ S. de Beauvoir, *op. cit.*, s. 619.

¹² Zob. T.C. Fishman, *Świat w pułapce starości*, „Gazeta Wyborcza” z dn. 13–14.11.2010, s. 24.

¹³ Zob. M. Bojanowski, *Stary kontynent starych ludzi*, „Gazeta Wyborcza” z dn. 04.11.2011.

W 2020 roku ponad milion Polaków będzie zbliżać się do 90 lat. W 2025 roku połowa Polaków przekroczy 45 lat, a w roku 2035 co czwarty Polak będzie emerytem, który przekroczył 65 lat¹⁴. „Przedłużenie się życia i znaczne zwiększenie się ludzi starych we współczesnym społeczeństwie powinno być zjawiskiem napawającym optymizmem. Tymczasem mówi się o groźbie starzenia się społeczeństwa, żeby nie powiedzieć o klęsce. W Europejskiej cywilizacji odczuwa się brak szacunku dla starości, a ceni się tylko urodę i siłę. Starość zdewaluowała się we współczesnym świecie, nie bardzo umie znaleźć sobie miejsce”¹⁵. Sprawa nie jest więc ani prosta, ani jednoznaczna. Z jednej strony, jak zauważa Jean-Pierre Bois, „starość nie ma przyszłości, stary człowiek musi umrzeć, starzejące się społeczeństwa wchodzi w fazę schyłkową, a może czeka nawet jej zagłada – takie są najbardziej oczywiste wnioski. Nim nastąpi koniec, utrzymanie starych ludzi drogo kosztuje, są oni ciężarem dla ludności w wieku produkcyjnym, ograniczając jej możliwości – oto następne wnioski”¹⁶. Starając się o pracę, starzy ludzie zajmują miejsca przeznaczone dla młodych, którzy są faworyzowani przez warunki ekonomiczno-cywilizacyjne, bo pracują szybciej, czyli wydajniej, i szybciej dostosowują się do najnowszej techniki i zmieniającej się organizacji pracy. Z drugiej jednak strony, jak pisał Kępiński, „starość jest nieunikniona i im więcej z nią walczymy, im trudniej ją zaakceptować, w tym ostrzejszej formie ona występuje”¹⁷.

W związku z tym, że starzenie się jest coraz dłuższym procesem, pojawiły się różne koncepcje periodyzacji starości. Do najpopularniejszych należy podział na starość (65–75) i późną starość po 75 roku życia lub na tzw. III wiek, w którym ludzie starsi są jeszcze bardzo aktywni oraz tzw. IV wiek, czyli pełną starość i całkowitą zależność starych ludzi od rodziny i społeczeństwa.

Przy tej okazji z przyjemnością zauważyłem, że starość mam już za sobą, co po zapoznaniu się z charakterystyką starości, którą podaje w swej książce Simone de Beauvoir, przyniosło mi podwójną ulgę. Gdybym na początku dekady 65–75 lat swego życia wiedział, jakim koszmarem jest starość, to chyba nie przeżyłbym tego okresu. Na szczęście nie wiedziałem, a teraz mam już ten okres za sobą.

Z różnych periodyzacji dojrzałego wieku człowieka najbardziej podoba mi się koncepcja trzech autorów V. Bullough, B. Bullough i K. Munro, relacjonowaną przez J. Rembowski. Autorzy ci podzielili życie dorosłego człowieka na sześć dziesięcioletnich odcinków: 1) wiek brązowy: 20–30 lat; 2) wiek złoty 30–40 lat; 3) wiek srebrny 40–50 lat; 4) wiek żelazny 50–60 lat; 5) wiek cynowy 60–70 lat; 6) wiek drewna 70–80 lat¹⁸. Tylko co dalej? Za kilka miesięcy skończę 81 lat a autorzy tego nie przewidzieli. Proponuję więc, by ich periodyzację uzupełnić

¹⁴ Zob. E. Cichocka, *Nadchodzi starość*, „Gazeta Wyborcza” z dn. 13.06.2011.

¹⁵ J. Rembowski, *Psychologiczne problemy starzenia się człowieka*, PWN, Warszawa 1984, s. 10.

¹⁶ J.-P. Bois, *op. cit.*, s. 131.

¹⁷ A. Kępiński, *op. cit.*, s. 272.

¹⁸ Zob. J. Rembowski, *op. cit.*, s. 10.

jeszcze jedną dekadą 80–90 lat i nazwać ją wiekiem piaskowym, od popularnego u nas powiedzenia stosowanego wobec starych ludzi: „do piachu!”.

Problematyką starości zajmują się nie tylko historia, medycyna, psychologia, pedagogika i oczywiście filozofia, lecz wyspecjalizowane dyscypliny, takie jak: gerontologia, która zajmuje się specjalnie społecznymi i psychologicznymi aspektami starzenia się, oraz geriatryka jako dział medycyny zajmujący się stanem zdrowia ludzi starych.

Cóż w tej sytuacji może mieć do powiedzenia na temat starości, ktoś taki jak ja, który nie ma właściwie żadnych zawodowych kompetencji, by o starości pisać, którego zainteresowanie starością wynika przede wszystkim z osobistych, ujawnionych już wcześniej motywów.

Kiedy Simone de Beauvoir pisała swoje dzieło o starości miała 62 lata, Antoni Kępiński, pisząc *Rytm życia* miał lat 53, a lekarka i pisarka argentyńska niemieckiego pochodzenia Esther Vilar, pisząc swój głośny manifest *Starość jest piękna* miała 45 lat. Wymieniam wiek tych trojga autorów, ponieważ stanowi to dla mnie okazję, by powiedzieć, że mam jednak jedną (chyba jedną) ewidentną przewagę nad nimi, jestem dużo starszy, mam bowiem 81 lat. Muszę też wyznać, że bardzo mnie zirytował tytuł tego manifestu, dopóki nie dowiedziałem się, że autorka, pisząc ten manifest, miała 45 lat. Czterdziestopięcioletnia starość jest rzeczywiście piękna i to nie tylko w damskim wydaniu, chociaż w damskim oczywiście w szczególności. Generalna teza: „starość jest piękna” jest, moim zdaniem, bardzo dyskusyjna. Manifest ten był jednak przede wszystkim protestem przeciwko kultowi młodości i związanym z nim lekceważąco-litościwym stosunkiem do starości. „Mam już dość – pisała Esther Vilar – waszych wspaniałomyślnych komplementów (...), mamy dość reklam młodości, które do nas kierujecie: kremów, balsamów przeciwko starzeniu się (...). Nie chcemy się odmładzać. Jesteśmy STARZY i dlatego zmieniamy świat, żeby słowo STARY znaczyło PIĘKNY!”¹⁹. Od czasu opublikowania tego manifestu minęło przeszło 30 lat, ale moim zdaniem, słowo stary nie stało się synonimem słowa piękny. Zresztą po 28 latach Esther Vilar zajmuje bardziej realistyczne stanowisko. W wywiadzie przeprowadzonym w 2008 roku przez Angelikę Kuźniak twierdzi: „Chcę, żeby moja wnuczka wiedziała, że synonimem starości nie musi być odpad, śmieć. Nie chcę być dla niej bezbronnym, zastraszonym i zrezygnowanym półgłówkiem. Nie chcę współczucia. Nie chcę żeby zmarszczki, zwiędła skóra, ociężałe ruchy były dla niej czymś wstydlivym, czy odpychającym. Czy mi się uda? Pewności nie mam”²⁰. Słowo „starość” nie powinno być synonimem słowa „brzydota”, ale nie sądzę, by słowo „stary” mogło stać się synonimem słowa „piękny”. Nie ukrywam więc, że zainspirował mnie manifest Esther Vilar. Chciałbym spróbować odpo-

¹⁹ E. Vilar, *Starość jest piękna*, „Gazeta Wyborcza” z dn. 22–23.11.2009, s. 25.

²⁰ E. Vilar, *Palono moje kukły*, rozmowa przeprowadzona przez Angelikę Kuźniak, „Gazeta Wyborcza” z dn. 01.12.2008, s. 10.

wiedzieć na pytanie czy starość jest lub może być piękna, mądra, dobra i szczęśliwa? „Czy mi się uda? Pewności nie mam” – jak powiedziała Vilar. Jedno mogę obiecać moim ewentualnym czytelnikom tego tekstu. Będzie on znacznie krótszy niż 650 stron.

W krajach bardziej rozwiniętych niż Polska (np. w krajach starej Unii) istnieje rozbudowany system opieki nad starymi ludźmi. U nas takiego systemu nie ma. Nasze dzieci też nie są przygotowane do tego, że być może ich rodzice będą wymagali stałej opieki z ich strony. Społeczeństwo od wieków jest przygotowywane do stałej opieki nad dziećmi. W społeczeństwie cywilizowanym do opieki nad dziećmi przygotowują lekarze, pedagodzy, psychologowie. Możemy także liczyć na pomoc rodziców, babć, cioc, żłobków, przedszkoli. Do długiej opieki nad starymi chorymi rodzicami nie jest nasze społeczeństwo przygotowane. Właściwie nikt do tego wystarczająco nie przygotowuje, chociaż ostatnio sytuacja trochę poprawia się.

Do starości nie jesteśmy wystarczająco przygotowani my sami, czyli starzy ludzie. Kiedy jesteśmy młodzi lub w sile wieku, nie myślimy o starości, chyba że sami musimy się opiekować starymi, schorowanymi rodzicami. Pochłonięci jesteśmy walką o byt i bieżącymi problemami egzystencjalnymi: pracą zawodową, robieniem karier, dorabianiem się, wychowaniem dzieci oraz innymi ważnymi aspektami życia osobistego. Niby wiemy, że starość nas nie ominie, tak jak nie ominie nas śmierć, ale jedno i drugie wydaje nam się bardzo odległe. To inni się starzeją i umierają, nas to bezpośrednio nie dotyczy, a w każdym razie nie teraz. Starość nie powinna nas jednak zaskakiwać. Powinniśmy się na nią wszechstronnie przygotować zawczasu, bo nigdy nie wiadomo kiedy nas dopadnie. Chodzi przede wszystkim o przygotowanie psychiczne, ale nie tylko, chodzi bowiem także o zabezpieczenie materialne. „Moja starość – pisze Jan Szczepański – jest moim problemem osobistym i ode mnie zależy jak się z nią rozprawię. Jeśli byłem przewidujący, to dostatecznie wcześniej przygotowałem sobie zestaw protez, które zastąpią mi niesprawne mięśnie i tężejący umysł. Jeśli byłem mądry, uczyłem się starości dostatecznie wcześniej (...)”²¹.

Najbardziej podstawową i oczywistą sprawą jest zabezpieczenie finansowe. Nie można liczyć wyłącznie na skromną, z reguły, emeryturę i ewentualną pomoc dzieci. Podstawowym źródłem utrzymania dla większości ludzi starych w Polsce jest jednak ich emerytura i renta. Dzieci są przeważnie na dorobku i na ich pomoc nie zawsze można, a nawet więcej, nie należy liczyć. Tym bardziej, że jak wynika z badań w naszym kraju „więcej starych rodziców wciąż wspiera swoje dzieci (co czwarty), niż jest wspieranych przez potomków” (to zaledwie kilkanaście procent)²². Emerytury mamy, jak już powiedziałem, w najlepszym przypadku skrom-

²¹ J. Szczepański, *Sprawy ludzkie*, wyd. III rozsz., Spółdzielnia Wydawnicza Czytelnik, Warszawa 1989, s. 288.

²² M. Bunda, *Raport. Rodzice jak dzieci*, „Polityka” 2006, nr 36 (2570), s. 7.

ne, bardzo często zaś żalodne, „tylko co dziesiąty polski emeryt deklaruje, że dochody pozwalają mu na życie bez większych ograniczeń”. Emeryt ma już poważnie własne mieszkanie, choć często musi je dzielić z dziećmi i wnukami, ale musi mieć pieniądze na czynsz i opłaty za gaz, elektryczność itp. Emeryt może oczywiście mniej i taniej jeść, może nie kupować sobie nowych ubrań, ale musi mieć pieniądze na wydatki zdrowotne (lekarstwa, analizy rehabilitacyjne, konsultacje specjalistyczne). Jak wiadomo tylko część wydatków tego typu pokrywa ubezpieczenie zdrowotne. Nawet wtedy jednak gdy jest to możliwe, okres oczekiwania na rehabilitację lub badanie specjalistyczne jest tak długi, że można ich nie doczekać. Oczywiście młodzi ludzie też chorują na anginę, grypę, depresję, a nawet na raka czy nadciśnienie i mogą dostać zawału. Starym ludziom zdarza się to jednak znacznie częściej, a skutki są znacznie gorsze, bo ich organizmy są słabsze. W dodatku starzy ludzie mają bogaty asortyment własnych starczych chorób i to nie byle jakich: Alzheimer, Parkinson, częściowe paraliże lub niedowłady powylewowe itp., na tle których poczciwa starcza skleroza lub starcze otępienie umysłu wyglądają niewinnie, a nawet sympatycznie. Częściowa skleroza, polegająca na zapominaniu gdzie się położyło lub gdzie schowało pieniądze, lub na zapomnianiu o terminach wizyt u lekarza, godzinach przyjmowania lekarstw, to prawdziwa sielanka w porównaniu z Alzheimerem, który też nie boli pacjentów, ale wykańcza psychicznie ich rodziny. W chwili obecnej, na Alzheimera choruje w Polsce 250 tysięcy osób a 200 tysięcy cierpi na poważnie otępienie.

Bóle i cierpienia są więc nieodłącznymi atrybutami starości. Kiedyś sądziłem, że Jan Szczepański przesadza pisząc o cierpieniu: „cierpisz, więc żyjesz. Cierpisz, więc się starzejesz. Cierpisz zarówno ból w stawach i kościach nadgryzionych reumatyzmem, cierpisz ból w trzewiach, który lekarz opisał zespołem nazw łacińskich, cierpisz duszność odmawiającego posłuszeństwa układu krążenia, uczysz się powoli, ale stale, tych bólów składających się na starość (...). Mówiono ci, że starość to skondensowane cierpienie, ale nie wierzyłeś, póki go nie czułeś, a gdy przyszło, nie wypada się skarżyć na coś, co jest nieuniknione”²³. Czy Szczepański przesadził? Chyba jednak nie. Lepiej uwierzcie mu Państwo na słowo. Kiedy dowiedziałem się, że według filozofa greckiego Epikura przerwa w bólu i cierpieniu jest wielką przyjemnością, pomyślałem: „O co temu głupiemu Epikurowi chodzi?”. Teraz już wiem. Dzięki starości repertuar moich przyjemności wzbogacił się o istotną, choć wcześniej nieznaną, przyjemność – przerwę w cierpieniu. Gdyby przynajmniej prawdą było zdanie, że cierpienie uszlachetnia, to wtedy wszyscy starcy byłiby święci, ale przecież gołym okiem widać, że tak nie jest. Nawet nie jestem pewien, czy procent świętych wśród starców jest większy niż wśród młodych. Przy tej okazji widać też jak zawodnym kryterium świętości jest bezwzględna wstrzemięźliwość seksualna. Na pewno nie jest to warunek wystarczający. Wstrzemięźliwość jest a świętości jak nie było tak nie ma. Starsi ludzie nie

²³ J. Szczepański, *op. cit.*, s. 290 i n.

stają się więc automatycznie świętymi. Może jednak w większym stopniu niż młodzi są dobrzy. Otóż nie wszyscy. Niektóre wady młodości lub wieku dojrzałego wcale nie znikają na starość tak jak wspomniana rozwiązłość lecz odwrotnie, intensyfikują się. Ale o tym trochę później.

Inną niebywale dokuczliwą i dość uniwersalną cechą późnej starości jest prawię ustawiczne zmęczenie i towarzysząca mu często senność. Zmęczenie spowodowane zarówno aktualnymi i doraźnymi formami aktywności (niekoniecznie pracy), jak też całym długim życiem. Piszą o tym trafnie i do bólu sugestywnie Ryszard Przybylski i cytowany przez niego Milan Kundera: „W ostatniej fazie życia zamiast pasji ma człowiek do przeżycia niepomiarłą nudę zmęczenia”²⁴; „Starość to ustawiczna senność”²⁵; „Wszyscy starcy nawet jeśli w życiu publicznym sprawiają wrażenie niezmożonych tytanów energii, wiedzą, że nie jest to ich stan naturalny, lecz odgrywana rola... Stanem naturalnym starego człowieka jest wielkie zmęczenie”²⁶. Podobnie sądzi Milan Kundera: „Człowieka ograniczają siły i obezwładnia go zmęczenie. Zmęczenia milczący most prowadzący z brzegu życia na brzeg śmierci”²⁷.

Jeśli zmęczenie jest nieodłączną przykrą cechą starości, to lekarstwem na to zmęczenie powinna być emerytura. Wielu ludzi czeka na emeryturę jak na wybawienie. Emerytura zapewnia, a w każdym razie powinna zapewniać, środki utrzymania, bez konieczności kontynuowania pracy zawodowej, którą przecież nie zawsze się lubi, która właśnie w znacznym stopniu przyczynia się do zmęczenia. Emerytura to przecież stan spoczynku, można wreszcie robić tylko to, na co człowiek ma ochotę lub nic nie robić, mieć czas na wszystko i rozkoszować się życiem. W rzeczywistości jednak nie wygląda to tak prosto i rozkosznie. Znaczna część emerytów musi dorabiać, by przeżyć. Część z nich musi dzielić się emeryturą z rodziną, bo w niektórych rodzinach emerytura dziadka lub babci jest jedynym źródłem stałego dochodu. Okazuje się także, że odpoczynek jest jednoznacznie przyjemny tylko dla młodych ludzi. To właśnie dla nich „odpoczynek jest urokiem życia, jest sensem wysiłku, rozrywką i przyjemnością”²⁸. Dlatego właśnie oni nie rozumieją i nie lubią aktywnych starców. „Po co się pcha? Niech odpoczywa – przecież zasłużył na odpoczynek”²⁹. Młodzieńcze marzenia o urokach odpoczynku wyglądają jednak znacznie piękniej niż „stan spoczynku”, na który skazani są emeryci. „Okrucieństwo emerytur polega na tym, że nagle z dnia na dzień wyrывa się człowieka z jego kontekstu działań, w który wrósł i przesuwa się go do sfery bezdziejstwa. Uczono go długo, przygotowywano długo do aktywności. Nie uczo-

²⁴ R. Przybylski, *Baśń zimowa. Esej o starości*, Wyd. Sic!, Warszawa 198, s. 65–79.

²⁵ *Ibidem*, s. 79.

²⁶ *Ibidem*, s. 93.

²⁷ *Ibidem*.

²⁸ J. Szczepański, *op. cit.*, s. 293.

²⁹ *Ibidem*.

no go życia w sferze odpoczynku trwającego godziny, dni, lata. Bo i po co go miano uczyć – przecież jest to tylko okres przygotowania do śmierci i człowiek rozsądny, przeniesiony na emeryturę, powinien umrzeć szybko. (...) Po co więc uczyć długiego życia w starości, które tylko obciąża budżet tworzony przez pracujących?”³⁰. „Bezdziejstwo jest nicością człowieka – konkluduje Szczepański – życie człowieka jest działaniem. Póki działasz, żyjesz”³¹. Poglądy Szczepańskiego w tej kwestii całkowicie podzielał, nieżyjący już niestety, mój przyjaciel Henryk Szabała, który określając cztery główne przyczyny powodujące strach przed starością, na pierwszym miejscu wymienił właśnie „strach przed bezdziejstwem”. Pisze on, że „świat ludzi starych, których celem jest »odpoczynek na zawsze«, oddzielony od świata produkcyjnego, wydaje się światem pozornym, światem agonalnym, którego się boimy. Starość w świecie współczesnym, gdzie rządzi paradygmat działania, jest utożsamiony ze słabością, bezradnością i bezsilnością. Społeczeństwo, ustanawiając limity czasowe ludzkiej aktywności, w sposób bezduszny pozbawia człowieka, który ten limit przekroczył, wszystkich prerogatyw jego siły, jego aktywności. Traci taki człowiek w jednym momencie stanowisko, możliwość decydowania, zarobek, a więc to wszystko, co stanowiło o mocy jego osobowości. Czy nie może ten nagle okaleczony przez społeczeństwo człowiek czuć się odtrącony, bezlitośnie osamotniony? Czy nie mamy tu do czynienia z deprecjacją człowieka, redukcją go do zużytej rzeczy? (...). Tak więc emerytura nie tylko może być błogosławieństwem, lecz także przekleństwem, albowiem wtrąca nas w otchłanie starości”³². O ile jednak Szabała i Simone de Beauvoir widzą dwoistość emerytury jako równocześnie czasu „wielkich wakacji” i „wyrzucania na śmietnik”³³; o tyle stosunek Ernesta Hemingwaya do emerytury jest jednoznacznie negatywny. „Najgorszym rodzajem śmierci – jest jego zdaniem – utrata tego, co tworzy centrum życia, tego, co czyni człowieka tym, czym naprawdę jest. »Emerytura« jest najbardziej odrażającym wyrazem w języku. Obojętne czy robi się to z własnej woli, czy też jest się zmuszanym okolicznościami, przejście na emeryturę i porzucenie swoich zajęć – tych zajęć, które czynią nas tym, czym jesteśmy – jest równoznaczne z zejściem do grobu”³⁴.

Sądzę, że Hemingway ewidentnie przesadził, utożsamiając emeryturę ze śmiercią. Emerytura dla jednych może być błogosławieństwem jako wielkie wakacje, dla innych zaś rzeczywiście przekleństwem wyrzucenia na śmietnik. Cier-

³⁰ *Ibidem*, s. 291 i n.

³¹ *Ibidem*, s. 293.

³² H. Szabała, *Etiuda o starości* [w:] H. Szabała, W. Pepliński (red.), *Wobec świata wartości. Księga pamiątkowa w 45-lecie pracy Profesora Bohdana Dziemidoka*, Wyd. UG, Gdańsk 2001, s. 238. Za pozostałe przyczyny strachu przed starością uznaje Szabała strach przed utratą zmysłowych przyjemności, przed cierpieniem i śmiercią. Zob. *ibidem*, s. 240–244.

³³ S. de Beauvoir, *op. cit.*, s. 299.

³⁴ *Ibidem*, s. 298.

pienie, zmęczenie i „bezdziejstwo”, czyli bezczynność, są staremu człowiekowi narzucone przez fizjologię bądź przez społeczeństwo. Wobec cierpienia i zmęczenia stary człowiek jest właściwie bezradny, może tylko z pomocą medycyny starać się je zminimalizować, by potrafił je znosić. Trudno cierpienie pokochać, ale można w znacznym stopniu przyzwyczaić się do różnych form bólu, który prawie nieustannie nam dokucza na starość. Mnie osobiście, jeśli mogę poczynić osobiste wyznanie, mniej irytuje ból niż zmęczenie, bo zmęczenie ogranicza aktywność i skłania do bezczynności. Psychologowie jednomyślnie podkreślają ważność aktywności w podeszłym wieku. Jej brak bowiem przyspiesza procesy starzenia się, rodzi lub pogłębia poczucia niepotrzebności, samotności i dość często prowadzi do apatii, która sprzyja zupełnej bezczynności. W ten sposób koło się zamyka.

Emerytura nie musi być jednak dożywotnim wyrokiem na bezczynność. Po pierwsze są formy aktywności, w których emerytura nie obowiązuje, są to przede wszystkim różne formy twórczości, i to nie tylko artystycznej. Historia dostarcza wielu przykładów, że twórca nie tylko żył długo, ale do końca był bardzo aktywny, a nawet tworzył arcydzieła. W prawie każdej książce poświęconej psychologii starości omawia się przykłady udanego długiego życia twórczego. Nie będę analizował tych przykładów kolejny raz, wymienię natomiast nazwiska twórców będących tymi przykładami, podając w nawiasie jak długo żyli. Oto oni: Michał Anioł (89), Pablo Picasso (92), Giuseppe Verdi (88), Johann Wolfgang von Goethe (83), Victor Hugo (83), Lew Tołstoj (83). Okazuje się jednak, że w XX wieku najdłużej żyli filozofowie: Bertrand Russell (98), Martin Heidegger (87), Tadeusz Kotarbiński (94), Władysław Tatariewicz (94). Na szczęście nie jestem filozofem, tylko emerytowanym profesorem filozofii i to „drużynowe zwycięstwo” filozofów do niczego mnie nie zobowiązuje. Wolę wzorować się na prof. Tatarkiewiczu pod innymi względami. Po drugie, na co zwraca uwagę właśnie Władysław Tatariewicz, emerytura emeryturze nierówna i to nie tylko pod względem jej finansowego ekwiwalentu. „Przejsie na emeryturę jest momentem, w którym możemy ocenić, czy się wybrało właściwy zawód. Urzędnik bankowy, osiągnąwszy sześćdziesiąty piąty czy siedemdziesiąty rok życia, przechodzi na emeryturę i z dnia na dzień zmienia swój tryb życia, przestaje siedzieć przy swym stole i robić swe rachunki, jest wykolejony. Zaś człowiek po osiągnięciu lat emerytalnych robi dalej to, co robił dotąd. To jest wielka jego przewaga. I w sumie jest to dobra egzystencja: starego profesora w stanie spoczynku. Ma jeszcze coś do roboty, a nie ma przymusu. Tylko sam sobie dobrowolnie przymusy narzuca (...). Równe, a nawet bardziej ważne jest to: nie ma już ambicji, przestał być dla innych rywalem. Innym nie przeszkadza, nie potrzebują go się lękać, nie mają czego mu zazdrościć: w takiej – bez przeciwników, rywali i wrogów – życie jest znacznie znośniejsze”³⁵.

³⁵ W. Tatariewicz, *Zapiski do autobiografii* [w:] T. i W. Tatariewiczowie, *Wspomnienia*, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1979, s. 172 i n.

Jest to święta prawda, która dotyczy jednakże prawie wyłącznie profesorów humanistyki i części nauk społecznych. Dotyczy to tylko tych emerytowanych profesorów, którym nie są potrzebne laboratoria, kliniki czy badania terenowe oraz tych, którzy są głównie badaczami, a nie nauczycielami, i nie jest dla nich ważny systematyczny żywy kontakt ze studentami. Kontynuowanie dotychczasowej formy aktywności nie jest na szczęście jedynym sposobem walki z „bezdziejstwem” na emeryturze. Można przecież zająć się pracą społeczną, więcej czasu poświęcić rodzinie i przyjaciołom lub stać się studentem Uniwersytetu III Wieku. Wielu emerytów nie jest jednak w stanie wypełnić pustki powstałej po rezygnacji z pracy zawodowej dostatecznie interesującą i sensowną aktywnością. Nie każdy ma wnuki, którymi może się opiekować, nie każdy ma psa, z którym może nie tylko chodzić na spacer, ale także rozmawiać, nie każdy ma ogródek i lubi w nim pracować, nie każdy potrafi majsterkować lub ma zainteresowania kolekcjonerskie. Niektórzy z emerytów czują się nikomu niepotrzebni, opuszczeni przez swoje dzieci, które mają własne rodziny i robią karierę w tym nowym, dziwnym i nie zawsze zrozumiałym dla starych świecie.

Najłatwiej przystosować się do nowej sytuacji tym z emerytów, dla których praca nie była realizacją ich zdolności, predyspozycji i ambicji i nie dostarczała im żadnej satysfakcji. Dla których praca była wyłącznie udręką i sposobem zdobywania środków utrzymania. Z innych względów nie jest to także tak trudny okres dla części artystów, którzy nie muszą współpracować z żadną instytucją na przykład kompozytorów, pisarzy czy malarzy. Pisarze mogą dyktować swoje utwory, nawet głusi kompozytorzy tworzą czasem arcydzieła, niektórzy malarze potrafią malować mimo niedowład rąk. W znacznie gorszej sytuacji pod tym względem są aktorzy, śpiewacy, tancerze lub muzycy grający w orkiestrze.

Aktywność starego człowieka ograniczana jest przez osłabienie jego organizmu i właściwe jego wiekowi czyste zmęczenie. Szansa przezwyciężenia tego zmęczenia jest większa, jeśli senior potrafi wytyczyć sobie cele, które będą realizacją jego potrzeb i nie będą przekraczały jego możliwości fizycznych i psychicznych. „Wolność, światły umysł – pisze Simone de Beauvoir – nie zdadzą się na wiele, jeśli człowiek nie dąży do żadnego celu. Te wartości są cenne, kiedy człowiek ma projekty. Dla starego człowieka jeszcze większym szczęściem niż dobre zdrowie jest świat zasiedlony dążeniami”³⁶. To intuicyjne przekonanie autorki *Starości* jest całkowicie potwierdzone przez współczesną psychologię pozytywną. „Osoby, które potrafią zarówno wyznaczać sobie małe, bliższe cele i je realizować, jak i cele bardziej odległe, funkcjonują w sposób bardziej satysfakcjonujący (...). Bliskie i dalekie cele cząstkowe składają się na posiadanie celu życiowego, co jest jednym z podstawowych warunków pozytywnego funkcjonowania w okresie późnej dorosłości. (...) Poczucie, że życie ma sens i cel, jest szczególnie istotne w starszym wieku, kiedy osoba musi zmierzyć się ze świadomością

³⁶ S. de Beauvoir, *op. cit.*, s. 554.

mością przemijania. Osobie, która dostrzega sens swojej egzystencji łatwiej jest sobie z nią poradzić³⁷.

Trzy, dotychczas zasygnalizowane przeze mnie, dolegliwości starczego wieku: cierpienie, zmęczenie, bezczynność mają w znacznej mierze niezależne od starego człowieka fizjologiczno-społeczny rodowód. Trudno ich uniknąć, natomiast można, jak sądzę, i należy starać się ograniczać ich bezpośrednie efekty i dalsze konsekwencje. Społeczno-cywilizacyjny rodowód ma jeszcze jedną dotkliwą właściwość starczego wieku. Żyjemy w epoce ustawicznych, radykalnych i szybkich przemian we wszystkich sferach życia od technologii i organizacji pracy poczynając, na obyczajowości i przesuwającej się granicy między moralnością a obyczajowością – kończąc. Z wiekiem, jak wiadomo, nie zwiększają się, lecz z reguły, maleją zdolności adaptacyjne i elastyczność osobowości starego człowieka. Innowacje i zmiany wszelkiego rodzaju, które trudno tak od razu zrozumieć, zaakceptować i polubić, mogą niepokoić lub irytować starych ludzi, rodzić ich nieufność lub niechęć. Lękiem może ich napawać konieczność podejmowania decyzji i dokonywanie wyboru w nowych sytuacjach. Z wiekiem, z reguły, wzrasta zaufanie do znanych i wypróbowanych zasad, nawyków i przyzwyczajzeń. Nie potrafiąc szybko i do końca dostosować się do zmieniających się warunków i sytuacji, stary człowiek coraz bardziej skłonny jest do trzymania się starych nawyków i przyzwyczajzeń, by nie zagubić się w zmieniającym się świecie. „Człowiek czuje się pewny tylko na drodze swoich przyzwyczajzeń, nawyków, sposobów myślenia itd. Sytuacja, która zmusza go do błahej nawet zmiany utrwalonej struktury przeżywania i zachowania się, wywołuje niepokój”³⁸. Podobnie o roli nawyków i przyzwyczajzeń na starość pisze Simone de Beauvoir. Nawyki mogą, jej zdaniem, niwelować częściowo braki pamięci i „chronią przed bolesnym przystosowywaniem się, dostarczają odpowiedzi, zanim człowiek zdąży zadać sobie pytanie. Na starość przestrzega się nawyków ściślej niż w przeszłości”³⁹. Nawyki i przyzwyczajenia, dając staremu człowiekowi poczucie bezpieczeństwa, osłabiają jego zdolności adaptacyjne i skłaniają go z konieczności do konserwatywnego idealizowania przeszłości. Autorzy piszący o roli nawyków i przyzwyczajzeń w podeszłym wieku słusznie podkreślają, że są to, z reguły, dawne, a przynajmniej wcześniejsze nawyki. Od siebie mogę dodać, że powstają także nowe nawyki, do których niektórzy z nas starych ludzi przywiązują się równie silnie. Ja np. nie mogę sobie przypomnieć bym miał w przeszłości nawyk systematycznego czytania nekrologów, a od kilku lat lekturę porannej prasy zaczynam właśnie od nekrologów i robię to codziennie.

³⁷ A.J. Brzezińska, J.A. Wilowska, *Starość w kontekście psychologii pozytywnej* [w:] K. Wieczorkowska-Tobis, D. Talarska (red.), *Pozytywna starość*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Medycznego, Poznań 2010, s. 48.

³⁸ A. Kępiński, *op. cit.*, s. 273.

³⁹ S. de Beauvoir, *op. cit.*, s. 525.

Autorzy znakomitych książek poświęconych psychologii starzenia podkreślają nie bez racji, że na starość słabnie nie tylko zdrowie i sprawność fizyczna lecz także aktywność umysłowa, wrażliwość zmysłów i wrażliwość uczuciowa. Równocześnie psychologowie mają pełną świadomość, że starzenie się pod każdym względem jest sprawą indywidualną i różnice między postawami i reakcjami starych ludzi mogą być znaczne. Mam osobiście wątpliwości czy wrażliwość uczuciowa u starych ludzi zawsze słabnie i wszyscy stają się oschli. Niektórzy rzeczywiście stają się oschli lub bardziej oschli, inni jednak wręcz przeciwnie, ich wrażliwość uczuciowa nie tylko nie słabnie, lecz staje się bardziej intensywna, niekiedy wręcz chorobliwie intensywna. Nie jestem psychologiem, ale zaryzykuję twierdzenie, że można mówić o dość powszechnej tendencji do intensyfikowania się cech naszego charakteru na starość, do występowania ich w ostrzejszej niż dotąd postaci. Dotyczy to chyba w równej mierze negatywnych, neutralnych jak też pozytywnych cech naszego charakteru. W tym procesie intensyfikowania się nasze cnoty mogą stać się naszymi wadami. Oszczędność może przekształcić się w skąpstwo, ostrożność w lękliwość lub podejrzliwość, niedbałość o porządek w bałaganiarstwo, umiłowanie porządku w nieznośną pedanterię, niedbałość o wygląd zewnętrzny w abnegację, brak empatii i zdolności do współczucia w egoizm i egocentryzm, zaufanie do ludzi w naiwną łatwowierność (która czyni starych ludzi tak często ofiarami oszustów), poczucie własnej wartości w pychę i skłonność do ustawicznego obrażania się itd. Niektóre starcze wady są oczywiście żalosne, przydarzać się mogą nie tylko zwykłym śmiertelnikom, ale także ludziom wielkim i genialnym. Posłużę się tylko jednym przykładem zaczerpniętym od Simone de Beauvoir. Tym przykładem będzie nie byle kto, bo Johann Wolfgang von Goethe. Ten wielki poeta nie przestawał być twórczy do końca dni swoich, co więcej podobno „napisał najpiękniejsze wiersze w ostatnich dwudziestu latach życia”. Równocześnie jednak, gdy w „wieku 81 lat po śmierci syna przejął kierowanie domem (...) wprowadził w swoim otoczeniu drobiazgowy porządek. Sypiał z kluczami do szaf pod poduszką i osobiście każdego poranka odważał porcję chleba, która miała być tego dnia spożyta”⁴⁰. Nie odważę się komentować tego przykładu, ale komentarz nie jest chyba potrzebny.

W naturze ludzkiej i charakterach konkretnych ludzi małość może przedziwnie splotać się z wzniosłością, wielkość i szlachetność z nikczemnością. Życie większości ludzi to swoiste tragikomedie, różniące się jednak od siebie nie tylko ze względu na proporcje tragiczności i komiczności w życiu poszczególnych jednostek, lecz także ze względu na jakość tych komponentów. Wzniosły i heroiczny tragizm częściej łączy się z filozoficznym humorem, czasem jednak ku naszemu zaskoczeniu łączy się z dość prymitywną farsą, chociaż farsa powinna raczej łączyć się nie z wzniosłym tragizmem lecz z pozbawioną wielkości żalosnością. Tragikomizm Don Kichota różni się od tragikomizmu Akakija Akakijewicza

⁴⁰ *Ibidem*, s. 526 i n.

Baszmackina Nikołaja Gogola, a tragikomizm Króla Leara od tragikomizmu Romulusa Wielkiego Friedricha Dürrenmatta. Dopiero na starość, jeśli nie utraciliśmy dystansu do siebie, możemy zorientować się czego w naszym życiu więcej, tragiczności czy żalności, humoru, farsy czy groteski. Tylko czy warto dokonywać takich bilansów życiowych, jeśli nie mamy pewności, że będą dodatnie? Okrucieństwo starości polega przecież, między innymi, na tym, że nic już nie możemy zmienić w naszej przeszłości, nawet wtedy, gdy nie mamy pewności, że teraz jesteśmy mądrzejsi czy szlachetniejsi niż kiedyś. Może więc zamiast rozpamiętywać to, co było, słuszniej byłoby zająć się teraźniejszością i zastanowić się jak żyć, co zrobić, czego unikać, by nasza starość, jeśli nawet nie może być piękna i szczęśliwa, była przynajmniej dobra, to znaczy znośna.

To, czy nasze życie na starość będzie znośne, zależy nie tylko od naszego zdrowia, statusu ekonomicznego, naszych relacji z dziećmi i wnukami, naszego uczestnictwa w życiu społecznym i nastawienia społeczeństwa do ludzi starych, lecz także, i to w znacznym stopniu, od naszego własnego nastawienia do naszej własnej starości. Suzanne Reichard już w latach sześćdziesiątych ubiegłego wieku na podstawie badań przeprowadzonych przez siebie i swoich współpracowników nad grupą 87 starych mężczyzn wyróżniła pięć zasadniczych postaw, jakie badani mężczyźni zajmowali wobec procesu starzenia się⁴¹. Typologia ta wciąż funkcjonuje w literaturze przedmiotu. Omawia ją dość obszernie Denis B. Bromley w swojej książce pt. *Psychologia starzenia się* (1968), a ostatnio również Stanisława Steuden w książce *Psychologia starzenia się i starości* (2011). Widocznie nikt dotąd nie wypracował lepszej typologii. Postawami wyróżnionymi przez Suzanne Reichard są: 1) postawa konstruktywna; 2) postawa zależności; 3) postawa obronna; 4) postawa wrogości oraz 5) postawa wrogości wobec siebie. Tylko pierwsza z tych postaw uznawana jest przez psychologów za postawę właściwą. W skrócie rzecz ujmując, jest to postawa realistyczna (akceptująca fakt starości), aktywna i otwarta na współpracę z bliskimi i społeczeństwem. Postawa zależności polega nie tylko na znacznej zależności od pomocy ze strony innych (członków rodziny i społeczeństwa), wynikającej m.in. z poczucia zmęczenia życiem i brakiem poczucia własnej wartości. Mimo zasadniczo negatywnego nastawienia do starości, postawa ta nie jest pozbawiona elementów optymizmu i, jeśli nadzieja na pomoc jest uzasadniona, reprezentanci tej postawy mogą zapewnić sobie znośną starość. Postawę obronną cechuje większa samowystarczalność i dążenie do niezależności, wynikająca jednak z nieufności wobec ludzi, co utrudnia akceptację starości. Negatywne nastawienie do starości cechuje również obie postawy wrogości. Główna różnica między nimi polega na tym, że postawa wrogości winą za dotkliwe skutki starości i swoje niepowodzenie życiowe obciążają świat zewnętrzny, innych ludzi. Postawa wrogości wobec siebie samych natomiast właściwa jest tym

⁴¹ Zob. S. Reichard, F. Levison, P.G. Peterson, *Aging and Personality: A Study of 87 Older Men*, John Wiley & Sons Inc., New York 1962.

starym ludziom, którzy winią siebie samych za swoje nieudane życie, negatywnie oceniają starość. Jest to, moim zdaniem, postawa najbardziej pesymistyczna i depresyjna zarazem, bo obciążająca starego człowieka dodatkowo poczuciem winy za swój los. Paradoksalnie jest to postawa wolna od jednej z postaci starczego lęku. Reprezentanci tej postawy nie boją się, zdaniem Bromleya, śmierci, bo traktują ją jako wyzwolenie z nieszczęśliwej egzystencji⁴².

Dotychczas mówiłem o dolegliwościach lub wręcz negatywnych aspektach starości. Cz są jakieś jakieś pozytywne? W tej sprawie nie ma jedności. Większość autorów piszących o starości z reguły zwraca uwagę na różnorodne uroki wolnego czasu. Można po pierwsze nic nie robić, ale to jest dość nudne i nie wszystkich satysfakcjonuje. Znacznie atrakcyjniejsza jest możliwość zrezygnowania z tych form aktywności, które były człowiekowi narzucone przez życie zawodowe i nie zawsze odpowiadały jego predyspozycjom i rzeczywistym zainteresowaniom i zastąpienie ich tymi formami aktywności, które są bardziej satysfakcjonujące, a na które wcześniej człowiek z różnych względów nie mógł sobie pozwolić. Można nareszcie zintensyfikować swoje kontakty z dziećmi, wnukami i przyjaciółmi. Można rozwijać się intelektualnie, wzbogacać swoją wiedzę i nabywać interesujące kontakty, nawet przyjaźnie, na uniwersytecie trzeciego wieku. Można w końcu znaleźć czas na różne formy aktywnego odpoczynku i realizowanie swoich hobbystycznych zainteresowań (muzykowanie lub słuchanie muzyki, malowanie, fotografowanie, turystykę, spacer, ogródek, jazdę na rowerze, żeglarstwo, wędkowanie, majsterkowanie, grę w szachy lub karty itp.). Pozostałe pozytywne aspekty starości postaram się zasygnalizować przynajmniej, odpowiadając na pytania postawione w tytule tego tekstu, a mianowicie: czy starość jest (lub może być) piękna, dobra, mądra i szczęśliwa? We wszystkich tych czterech przypadkach będę odróżniał starość od starców (i staruszek), ponieważ nie każdy piękny starzec ma piękną starość, i ktoś kto ma piękną starość (jeśli to możliwe) nie musi być piękny, podobnie zresztą nie każdy dobry starzec ma dobrą starość. Będę używał pojęcia starzec, nie powtarzając za każdym razem „lub staruszka”, nie dlatego, że jestem antyfeministą, wręcz przeciwnie, jestem feministą i to dość radykalnym. Powód jest banalny, nigdy nie byłem staruszką, a staruszką jestem z całą pewnością, to widać gołym okiem. W przypadku określenia „piękny starzec” może chodzić bądź o urodę, o piękno wyglądu, bądź o piękno duchowe, które nie zawsze rzuca się w oczy. W sprawie urody starców rozpocznę od dwóch wypowiedzi: autora *Historii starości* Jean-Pierre Bois oraz Tadeusza Konwickiego. Autor *Historii starości* jest bardziej bezwzględny, pisząc: „Stary człowiek jest słaby i brzydki. Fizyczny upadek i starczy wygląd wywołują potępienie”⁴³.

⁴² Zob. D.B. Bromley, *Psychologia starzenia się*, tłum. Z. Zakrzewska, PWN, Warszawa 1969, s. 132–140, Zob. także S. Steuden, *Psychologia starzenia się i starości*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2011, s. 182 i n.

⁴³ J.-P. Bois, *op. cit.*, s. 314.

Tadeusz Konwicky wyraża się na ten temat bardziej ogólnie: „Ja się wstydzę starości. Starość jest w złym guście”⁴⁴. Nie są to równoznaczne wypowiedzi, bo J.-P. Bois mówi o starcu, a Konwicky o starości, ale, moim zdaniem, obie są zbyt surowe. Nie będę spierał się o urodę starców, którzy rzeczywiście bardzo rzadko są piękni, nie mam natomiast najmniejszych wątpliwości, że chociaż nie można uzasadnić zbyt ogólnego stwierdzenia ‘starość jest piękna’, to ‘starość może być piękna’ jest twierdzeniem uzasadnionym. Niektórzy sądzą nawet, że „Starość może być najpiękniejszym okresem życia – jeśli będzie godnie, mądrze przeżywana, w poczuciu spełnienia i wdzięczności, ale może być także czasem smutku, poczucia osamotnienia i beznadziejności, gdy brakuje poczucia sensu i celu życia”⁴⁵. Analogiczny pogląd wyrażał Antoni Kępiński: „Podobnie jak jesień może być najpiękniejszą porą roku, tak i starość może być najlepszym okresem życia, w którym osiąga się życiową mądrość, czuje się prawdziwy smak życia, a to co się w ciągu życia przeżyło, daje poczucie rzetelnego dzieła. Bywają jednak jesienie słotne i bezowocne, starość też jałowa bolesna, a nawet tragiczna być może”⁴⁶. Trudno mi zgodzić się z poglądem, że starość może być najpiękniejszym okresem życia. Jestem jednak przekonany, że starość może być piękna. Taką była, moim zdaniem, starość prof. Władysława Tatarkiewicza i Wisławy Szymborskiej. Taką jest również, jak sądzę, starość prof. Władysława Bartoszewskiego.

Czy starość może być dobra dla starych ludzi i czy starzy ludzie mogą być dobrzy? Oczywiście, że tak. Starzy ludzie mogą być bardzo dobrzy. Niektórzy starzy ludzie wnoszą się na szczyty dobroci, wyrozumiałości, życzliwości, pokory i bohaterstwa zarazem. Znowu odwołam się do Jana Szczepańskiego, który ujął to trafnie i pięknie zarazem: „Bo starość ma swoje bohaterstwo nie wyśpiewane, choć większe od umierania na Monte Casino. Bohaterstwo babci trwającej na posterunku, bohaterstwo znoszenia bólu nie przynoszącego chwały nagradzania orderami i krzyżami walecznych. Bo nie są oni waleczni, ci staruszkowie i staruszki cierpiące w milczeniu i słuchające, jak męka zjada organizm i miażdży psychikę, nikt na ich męstwo nie patrzy, więc po co o nich mówić? Nikt na tym bohaterstwie nie buduje imperiów, nikt nie ustala granic państw, nie służy ono wielkim ambicjom i celom politycznym – więc po co je nagradzać? Starość jest dostatecznie mądra, by wiedzieć i rozumieć. Dlatego ma swój honor cierpienia w milczeniu. Tym milczeniem potwierdza wielkość znoszenia losu człowieka poza dążeniem i działaniem”⁴⁷.

Czy jednak wszyscy dobrzy starzy ludzie mają dobrą starość? W tym kontekście widać jak bardzo wieloznaczne jest słowo dobry. Dobry może znaczyć

⁴⁴ T. Konwicky w rozmowie z Przemysławem Kanieckim, *Niech Bóg się martwi nie ja*, „Gazeta Wyborcza” z dn. 16.06.2011, s. 23.

⁴⁵ S. Steuden, *op. cit.*, s. 179–190.

⁴⁶ A. Kępiński, *op. cit.*, s. 278.

⁴⁷ J. Szczepański, *op. cit.*, s. 236.

uczciwy, życzliwy czy szlachetny. Może także znaczyć godziwy lub przynajmniej znośny. Niestety dobrzy, czyli uczciwi i szlachetni starzy ludzie, mogą mieć uczciwą, ale złą, niegodną ich starość.

Cnotą najczęściej przypisywaną starym ludziom jest mądrość, która traktowana była kiedyś jako nieodłączny atrybut starości, czasem dodaje się, że chodzi tu o tak zwaną mądrość życiową, której nie należy utożsamiać ani z wiedzą, ani z inteligencją, chociaż oczywiście zarówno inteligencja (rozumiana często jako bystrość umysłu), jak też wiedza o życiu i ludziach pomagają osiągnąć mądrość życiową. Mądrość życiowa opiera się oczywiście w znacznej mierze na wiedzy o życiu ludzkim, ale nie jest to wiedza akademicka. Można być wybitnym profesorem uniwersytetu, posiadającym imponującą wiedzę w swojej dziedzinie i równocześnie być, delikatnie rzecz ujmując, niezbyt mądrym w sprawach życiowych. Podobnie błyskotliwa inteligencja ludzi w różnym wieku nie zawsze chroni ich przed popełnianiem kardynalnych błędów w życiu osobistym lub społecznym. Pozbawiony wykształcenia rolnik, elektryk lub masażystka mogą być mądrzejsi w sprawach życiowych niż wybitni uczeni lub błyskotliwi publicyści. Oczywiście błyskotliwa inteligencja pomaga w ocenie sytuacji życiowych i podejmowaniu ważnych decyzji w życiu, nie daje jednak gwarancji nieomyślności. Relacje międzyludzkie i sytuacje w życiu człowieka bywają bowiem niezwykle skomplikowane i w znacznej mierze niepowtarzalne, a człowiek, nawet najbardziej inteligentny, nie zawsze kieruje się wyłącznie racjonalnymi argumentami w swoich rozważaniach i racjonalnymi motywami w ocenach i decyzjach.

Nasza wiedza na starość jest, z reguły, większa niż wtedy, gdy byliśmy młodzi. Człowiek całe życie się uczy, dopóki go nie dopadnie skleroza, powiększa swoją wiedzę. Wiedza łączy się przede wszystkim z wykształceniem, nauką. Można powiedzieć ostrożniej, że uczymy się prawie całe życie. Wiedza tak rozumiana to nie to samo co mądrość, której źródłem jest doświadczenie życiowe i umiejętność wyciągania wniosków z tego doświadczenia. Moim zdaniem, nie wszyscy ludzie wykształceni są mądrzy i nie wszyscy mądrzy ludzie są wykształceni. Ponieważ z wiekiem doświadczenia przybywa, to można oczekiwać, że wszyscy starzy ludzie, albo prawie wszyscy, są mędrkami. Tak jednak nie jest, jeśli ktoś całą młodość i życie dojrzałe był durniem, to na starość staje się starym durniem. Mądrość nie jest więc uniwersalnym i nieodłącznym atrybutem starości. „Wiek nie gwarantuje mądrości – pisze Stanisława Steuden – choć jej sprzyja, ale tylko do pewnego stopnia”⁴⁸.

Nie ulega jednak wątpliwości, że znaczna część głupich zachowań przechodzi nam z wiekiem. Starcy nie popisują się ani siłą, ani zręcznością, ani szaleńczą

⁴⁸ S. Steuden, *op. cit.*, s. 22. Zob. również co mądrości życiowej pisze K. Wiśniewska-Roszkowska, *Starość jako zadanie*, Instytut Wydawniczy Pax, Warszawa 1989, s. 44 i 61 oraz M. Staś-Romanowska, *Mądrość człowieka starego – nawiązanie do teorii C.G. Junga* [w:] R. Saciuk (red.) *Psyche w sidłach iluzji. O psychoanalizie*, Wyd. UW, Wrocław 2004, s. 51–62.

odwagą czy brawurą. Nie jeżdżą na rowerach bez trzymania za kierownicę, nie skaczą na głowę do płytkich i kamienistych rzek i jezior, nie popisują się wariacką jazdą samochodami lub motocyklami, nie zakładają się, z reguły, o to kto ma mocniejszą głowę i więcej potrafi wypić alkoholu. Unikając tych wszystkich szaleństw młodości, żyją rozsądniej, chociaż nudniej. Starzy zachowują się rozsądniej niż młodzieńcy nie tylko dlatego, że są mądrzejsi, lecz dlatego, że mają mniej sił, mniej energii życiowej, dlatego że są bardzo zmęczeni życiem, choć dość często starają się to ukryć.

Choć nie istnieje zadowalająca wszystkich definicja mądrości życiowej, to zdaniem Iana Stuarta-Hamiltona „Większość zgadza się, że zasadniczo oznacza ona zdolność do adekwatnej oceny i rozwiązywania problemów z życia codziennego, które wymagają zrównoważenia przesłanek logicznych i pragmatycznych na podstawie zgromadzonego doświadczenia”⁴⁹. Bardziej obszerną, wszechstronną i nie bezkrytyczną charakterystykę starczej mądrości życiowej podaje Jan Szczepański, który nie ma wątpliwości, że starość „przynosi z sobą także narastanie mądrości. Ale nie ludzimy się, że jest to mądrość przychodząca niejako automatycznie, że starzejąc się, zmądrzejemy w naturalny sposób. Zmądrzeją tylko ci, którzy przez całe życie się tej mądrości uczyli, którzy starali się być świadkami życia korzystającymi z jego lekcji, a więc ci, którzy mieli już mądrość młodości i mądrość wieku dojrzałego. Starość daje niejako zamknięcie tej mądrości, gdyż daje najszerszy zakres materiałów do uogólnień (...)”. „Mądrość schyłku życia” jest jednak „komputerowym zebraniem informacji przez całe życie, które starość dopiero opracowuje (...), jest to mądrość syntetyzująca te doświadczenia życiowe, które zostawiły ślad najgłębszy, których nic nie wyparło z pamięci (...). Jest to swoista wiedza intuicyjna, bardzo często irracjonalna, mylna, ale pozwalająca ludziom starym na wygłaszanie zdań kategorycznych tonem pewnym i nietolerancyjnym”⁵⁰.

Na koniec tych rozważań o mądrych starcach i mądrości starości, być może warto zapytać: czy ta mądrość życiowa właściwa niektórym starym ludziom przekłada się zawsze na mądrość, czy inaczej rzecz określając, sensowność ich starości? Czy mądrzy starcy mają zawsze mądrą starość? Nie jestem pewien. Zależy to chyba w znacznej mierze od tego, kto dokonuje oceny: sami starzy ludzie czy tzw. obiektywni obserwatorzy, oraz jakie są przy tej ocenie stosowane kryteria i wymagania. W zasadzie jednak istnieje większe prawdopodobieństwo, że mądry starzec będzie miał mądrą starość, niż że dobry starzec będzie miał dobrą starość. Inaczej trochę rzecz ujmując, to starość zależy nie tylko, a chyba nawet nie przede wszystkim, od dobroci starego człowieka. Dobrzy starcy mogą mieć złą starość, a dobra starość wcale nie jest wyłącznie udziałem dobrych, starych ludzi. Nie należy też zapominać o dwuznaczności pojęcia „dobra starość”. Dobra może bo-

⁴⁹ I. Stuart-Hamilton, *op. cit.*, s. 236.

⁵⁰ J. Szczepański, *op. cit.*, s. 292.

wiem znaczyć moralna, szlachetna, a może też znaczyć znośna, godziwa. W przypadku mądrości zaś ta wzajemna zależność mądrości starców i mądrości ich starości jest znacznie większa.

Z czterech sygnalizowanych w tytule tego tekstu wartości pozostało nam szczęście. Czy starość jest (lub może być) szczęśliwa? Teza, że starość jest szczęśliwa, jest równie wątpliwa jak analogiczne tezy: starość jest piękna, starość jest dobra, starość jest mądra. Znacznie bardziej prawdopodobne są tezy: starość może być piękna, starość może być dobra, starość może być mądra. Starość może być jednak tylko wtedy szczęśliwa, gdy szczęśliwy jest stary człowiek, podmiot tej starości. Od czego zależy szczęśliwa starość, czyli satysfakcja życiowa w podeszłym wieku? Jak słusznie zauważa Maria Susłowska: „Satysfakcja życiowa ma różne uwarunkowania, leżące zarówno w obiektywnej sferze socjoekonomicznej, jak i subiektywnej sferze poczucia zadowolenia”⁵¹. Moim zdaniem można wyróżnić trzy czynniki decydujące o tym, czy starość jest szczęśliwa czy nie.

Po pierwsze, są to czynniki aktualnie wpływające na samopoczucie starego człowieka takie m.in. jak: stan jego zdrowia, standard życiowy, relacje z rodziną, przyjaciółmi i najbliższym środowiskiem. Po drugie, bilans dotychczasowego życia, bilans życiowych sukcesów i porażek, satysfakcji i rozczarowań. Starość jest takim okresem życia, w którym ludzie dokonują takich bilansów. „W człowieku starzejącym się – pisał Stefan Szuman – pytanie o sens życiowej walki, cel poniesionego trudu dopomina się coraz bardziej gwałtownej odpowiedzi, staje się pytaniem coraz bardziej zasadniczym”⁵². Są to czynniki względnie obiektywne, o których wypowiadać się mogą nie tylko sami starzy ludzie, lecz także inni. Po trzecie wreszcie, jest to czynnik subiektywny: poczucie zadowolenia z tego, co jest (aktualnej sytuacji życiowej) i tego, co było: poczucie zadowolenia lub niezadowolenia z bilansu życiowego. Jest to czynnik najważniejszy i decydujący.

Można mieć, zdaniem zewnętrznych obserwatorów, ewidentnie dodatni bilans życiowy i nie mieć poczucia satysfakcji z życia, czyli poczucia szczęścia. Wystarczy porównać wspomnienia profesora Tatarkiewicza z dziennikami Jarosława Iwaszkiewicza czy Sławomira Mrożka. Nie każdy potrafi zdobyć się na konkluzję Władysława Tatarkiewicza: „Teraz pod koniec życia, nabrało ono dla mnie jeszcze więcej wartości. Już zrobiłem co mogłem, nie potrzebuję się wysilać. Już wybrałem jak żyć, nie muszę się namyślać i niepokoić. A także, co równie ważne – wyszedłem z obiegu, przestałem być dla innych rywalem i przez to są dla mnie lepsi, żyję w łagodniejszej i przez to lepszej atmosferze”⁵³.

Niezrealizowane wygórowane ambicje mogą całkowicie lub w znacznej mierze zatruć życie i przekreślić faktycznie dodatni bilans życiowy. Cóż z tego, że

⁵¹ M. Susłowska, *Psychologia starzenia się i starości*, PWN, Warszawa 1989, s. 229.

⁵² S. Szuman, *Poważne i pogodne zagadnienia afirmacji życia*, Wydawnictwo Józefa Nawrockiego, Katowice 1947.

⁵³ W. Tatarkiewicz, *op. cit.*

mam godziwe życie i dużo sukcesów zawodowych, jeśli nie dostałem nagrody Nobla, a inni, wcale nie lepsi ode mnie pisarze, dostali. Cóż z tego, że jestem znanym na całym świecie śpiewakiem operowym, jeśli nigdy nie śpiewałem w Metropolitan Opera, a moim kolegom to się udało. To, czy starość jest szczęśliwa czy nie zależy w znacznej mierze od samych starych ludzi, od nas samych. Tak jak w każdym innym okresie życia, w okresie starości można być szczęśliwym mimo wszystko i nieszczęśliwym także mimo wszystko.

Ponieważ rozważania o starości wypada zakończyć jakimś optymistycznym akcentem, oto on. Starość może być piękna, dobra, mądra i szczęśliwa, ale chyba największym jej urokiem jest to, że na szczęście nie trwa ona wiecznie.

[znaków 59 875]

Предметом размышлений автора статьи является старость. Автор в своем исследовании ссылается на литературу, касающуюся предмета, высказывания старших людей, личный опыт и размышления. Автор указывает на распространение моды на молодость при том, что общество европейских стран стареет. При этом подчеркивает, что общество современной Европы, в том числе и польское, не готово принять старость. Автор постулирует необходимость подготовки к «старению», как в общественной, так и в личной перспективах. Для того, чтобы старость была сносной, раз она уже не может быть красивой, доброй, мудрой и счастливой, она должна быть в меру безопасной.

ключевые слова: старость, опыт, стареющее общество, добро, мудрость, счастье, забота

słowa kluczowe: starość, doświadczenie, starzejące się społeczeństwo, dobro, mądrość, szczęście, opieka

The subject of the author of the article reflecting is aging. The author refers to the literature on this subject, elder people's observations, own experience and thoughts. The author indicates the prevailing fashion for youth while the European society is aging. He emphasizes that many societies of modern Europe, including Polish are not prepared to accept aging. The author postulates the need to prepare for "aging" in both social and individual life. For bearable aging, if it cannot be beautiful, good, wise and happy, it should be at least safe.

keywords: aging, experience, aging society, good, wisdom, happiness, care