

KS. ZDZISŁAW PAWLAK

 <https://orcid.org/0000-0003-1133-1641>

## JESIEŃ ŻYCIA – WIĘCZĄCY OKRES EGZYSTENCJI CZŁOWIEKA

„Panie, naucz mnie starzeć się!  
Przekonaj mnie,  
że wspólnota nie wyrządza mi krzywdy,  
jeżeli wyznacza innych na moje stanowisko.  
Usuń ode mnie dumę nabytego doświadczenia  
i poczucie o mojej niezbędności.  
Oby moje odejście z pola działania  
było proste i naturalne  
jak zachód słońca.  
Panie, naucz mnie starzeć się”<sup>1</sup>.

Nie lubimy starości i nie przepadamy za ludźmi starszymi. A jednak nigdy się nimi tyle nie interesowaliśmy, co właśnie teraz. W naszych czasach powstały nawet nowe dyscypliny naukowe: geriatria (medycyna starości) i gerontologia (nauka o problemach starzenia się). Nauki te w ostatnich dziesięcioleciach rozwijają się bardzo szybko, przede wszystkim dlatego, że niezwykle postęp medycyny i polepszenie ogólnych warunków życia pozwalają już masowo przedłużać życie ludzkie aż do wieku, który określa się jako starość<sup>2</sup>.

---

KS. ZDZISŁAW PAWLAK (UMK) – dr hab. nauk humanistycznych w zakresie filozofii, emerytowany profesor Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu i Wyższego Seminarium Duchownego we Włocławku. Aktualnie prowadzi wykłady zleczone na Wydziale Teologii UMK; [zpawlak@diecezja.wloclawek.pl](mailto:zpawlak@diecezja.wloclawek.pl).

<sup>1</sup> R. Andrzejewski, *Otium cum dignitate. Refleksje nad godnym stylem życia księży emerytów*, StWł, 5(2002), s. 21.

<sup>2</sup> Por. K. Wiśniewska-Roszkowska, *Ludzie starzy we współczesnym społeczeństwie*, AtK, 90(1978), s. 197.

W dotychczasowym cywilizowanym świecie starość (określana jako jesień życia, zmierzch czy jego wieczór) była powszechnie szanowana, miała ona określoną pozycję. Ceniono człowieka starzejącego się, mimo jego mniejszej wydajności produktywnej. Widziano w nim wartości, które on reprezentował dla młodego pokolenia. W przypadkach zniechęcenia, czy dolegliwościach jego wieku otaczano go opieką. Dzisiaj sytuacja człowieka starzejącego się zmienia się radykalnie. Obok względów demograficznych, szczególnie trudności mieszkaniowych, w grę wchodzi rzekomo nieproduktywność osób starszych, nie mówiąc już o narastających ich kłopotach zdrowotnych, zwłaszcza przy stanach nieuleczalnych. Człowiekowi starzejącemu się coraz częściej odmawia się jakiegokolwiek wartości. „Stanowi to najczęściej główne kryterium oceny starości; dlatego człowieka starego chciałoby się wykreślić z życia albo przynajmniej zepchnąć na najbardziej odległy margines”<sup>3</sup>.

Stanowiska takie nie są odosobnione, nie są wymysłem, a w swym radykalizmie (po prostu okrucieństwie) degradują człowieka. Niestety liczą się one i na wielu odcinkach mają wpływ na kształt życia społecznego. Dzisiejsze dyskusje na temat dopuszczalności eutanazji są tego dowodem. Problem więc spojrzenia na sprawy starości i praktycznie właściwej jej oceny i ustosunkowania się do człowieka starzejącego się staje się coraz bardziej nabrzmiała, nawet bolesna. Dotyczy spraw tak głęboko ludzkich, gdy zwłaszcza w dzisiejszym zindustrializowanym społeczeństwie (określanym często jako „cywilizacja młodych”, „cywilizacja konsumpcyjna”) jest prawie brak miejsca dla człowieka starzejącego się, rzekomo obciążającego społeczeństwo. Sprawa więc ludzi starzejących się nabiera w tych okolicznościach szczególnej wagi i domaga się rzetelnego rozważenia i właściwego rozwiązania. „Czy zatem w ramach przeważającej dzisiaj cywilizacji konsumpcyjnej, cywilizacji przyjemności i użycia, nie jesteśmy obiektami i świadkami jakiegoś prawdziwego spisku wobec starości? Spisku polegającego na grabieniu nas z tego dobra? [...]. Jeśli rozeznajemy globalny spiszek wobec nienarodzonych, jak i spiszek mający na celu podcięcie skrzydeł dzieciom i młodzieży (tzw. ideologia gender), to chyba w małym stopniu rozeznajemy prowadzoną dzisiaj globalną grabież dobra starości, jako dobra naszego człowieczeństwa”<sup>4</sup>.

---

<sup>3</sup> W. Dudek, *Wieczór życia – szczytowy okres życia ludzkiego*, AtK, 90(1978), s. 172.

<sup>4</sup> M. Czachorowski, *Spiszek przeciw starości?*, AtK, 172(2019), s. 500.

W niniejszym artykule będzie zawarta próba przede wszystkim innego, pozytywnego spojrzenia na starość człowieka, jego jesieni życia właśnie jako bardzo ważnego etapu ludzkiej egzystencji. Najpierw będzie przedstawione samo pojęcie starości (1), następnie odpowiedź na pytanie: dlaczego starość jest tak ważna i cenna dla człowieka (2) i wreszcie konieczność troski o ludzi starszych dzisiaj (3).

## 1. Rozumienie pojęcia starości

Na temat starzenia się i starości istnieje obszerna literatura naukowa, bardzo zróżnicowana. Można tutaj wymieniać opracowania medyczne, socjologiczne, psychologiczne czy pedagogiczne. Problemem starości interesuje się również filozofia, teologia, środki masowego przekazu, a także literatura piękna<sup>5</sup>. Tematyka ta ma swoje ważne miejsce w oficjalnych dokumentach Kościoła, zwłaszcza w nauczaniu ostatnich papieży. Na szczególną uwagę zasługują tutaj wypowiedzi papieża Jana Pawła II, który tej problematyce poświęcił dwa listy apostolskie (1999 i 2002) oraz kilka specjalnych wypowiedzi i okolicznościowych homilii<sup>6</sup>.

Czym jest starość w życiu człowieka? Co ona oznacza? Analizując literaturę przedmiotu można powiedzieć, że starość człowieka jest naturalnym okresem jego życia, następującym po okresach: dzieciństwa, młodości i dojrzałości. Jest to ostatecznie wieńczący i nieuchronnie następujący proces starzenia się organizmu ludzkiego<sup>7</sup>. To „starzenie się” jako etap życia i jego rozwoju, chociaż nieuniknione, może mieć różny przebieg i charakter. Stąd wymiar starości, czas jej trwania, zwłaszcza jej jakość, są dość trudne do jednoznacznego określenia i ujęcia w jakieś schematy. Jest bowiem zróżnicowana indywidualnie, uzależniona od długotrwałego, rozłożonego w czasie, nawet niekiedy na długie lata, procesu starzenia się. „Wyniki wielu badań empirycznych wskazują, że starzenie się ma wielorakie i złożone uwarunkowania (genetyczne, biologiczne i środowiskowe) i dlatego seniorzy nie stanowią jednolitej grupy pod

---

<sup>5</sup> A. Rynio, *Przesłanie świętego Jana Pawła II kierowane do osób „w podeszłym wieku”*, AtK, 172(2019), s. 484–485, przyp. 2. Także redakcja „Ateneum Kapłańskiego” dwukrotnie zmierzyła się z tym zagadnieniem. Raz w 1978 r. wydając t. 90 zatytułowany *Starość dopełnieniem życia* i drugi raz w 2019 r. publikując dwa zeszyty: t. 172–173 opatrzone tytułem *Starość I i Starość II*.

<sup>6</sup> Tamże, s. 485, przyp. 3.

<sup>7</sup> Por. H. Olszewski, *Starość i starzenie się*, w: *Encyklopedia psychologii*, red. W. Szewczuk, Warszawa 1998, s. 855–858.

względem symptomów, rodzajów i dynamiki starzenia się. Mimo to można naszkicować obraz osoby, który mógłby pasować do przeciętnego seniora, z zastrzeżeniem, że obraz ten będzie uwzględniał najbardziej wyraziste cechy czy prawidłowości w rozwoju osoby w okresie późnej dorosłości”<sup>8</sup>.

W starości najbardziej widoczne i odczuwalne są zmiany biologiczne, które oczywiście są bardzo zróżnicowane. Trzeba też pamiętać, że często wiek biologiczny nie pokrywa się z wiekiem metrykalnym. Wpływ mają warunki socjalno-bytowe, sposób odżywiania, klimat, rodzaj pracy itd. Ogólnie można przyjąć, że w okresie starości obniża się sprawność wielu układów wewnętrznych, np. sercowo-naczyniowego, oddechowego czy krwionośnego. Zmienia się sprawność układu nerwowego, następują zmiany w układzie hormonalnym, zwiększa się ryzyko chorób serca, następuje obniżenie zdolności układu trawiennego. Zmiany dotyczą także sprawności działania zmysłów (zwłaszcza wzroku i słuchu). Oprócz zmian biologicznych zachodzą również zmiany w zakresie procesów poznawczych, szczególnie dotyczy to tempa wykonywanych zadań, przetwarzania nowych informacji, zdolności rozwiązywania problemów, następnie wyraźne obniżenie sprawności pamięci. Procesy postępujących zmian są zazwyczaj proporcjonalne do wieku. Przyjmuje się, że na przykład sprawności intelektualne utrzymują się mniej więcej do około 60 roku życia, a potem w zależności od stanu zdrowia ulegają obniżeniu<sup>9</sup>.

Gdy chodzi o czasowe określenie starości i jej stadia, to autorzy (zwłaszcza psychologowie) przyjmują, że tzw. późna dorosłość nazywana „wiekiem starzenia się”, „okresem starości” albo „trzecim wiekiem”, obejmuje ten okres człowieka, w który zaczyna on wchodzić około 55. roku życia. Oczywiście ta granica może być przesunięta o kilka lat. Stąd niektórzy wskazują na 60. lub nawet 65. rok życia jako początek okresu późnej dorosłości<sup>10</sup>. W tym okresie przeważnie wymienia się trzy fazy: początkową, która obejmuje lata 60–65, środkową, która przypada na lata 65–85, oraz końcową, powyżej 86 roku życia. Jeszcze inni okres starości dzielą na cztery stadia: 60–69 rok życia, 70–74 rok życia, 75–84 rok życia oraz czwarty powyżej 85 roku życia. W zależności od posiadanej sprawności fizycznej można też powiedzieć, że pierwsza faza starości to okres

---

<sup>8</sup> H. Elżanowska, *Portret psychologiczny osób starszych*, AtK, 173(2019), s. 36.

<sup>9</sup> Tamże, s. 36–37; także R. Klucznik, *Z problematyki starzejącego się mężczyzny*, AtK, 90(1978), s. 232–234.

<sup>10</sup> Rynio, *Przesłanie świętego Jana Pawła II kierowane do osób „w podeszłym wieku”*, s. 488.

jeszcze pełnej, zadowolającej sprawności fizycznej, druga, charakteryzuje się już tylko częściową sprawnością, trzecia zaś faza stanowi wiek sędziwy i dotyczy ona najczęściej osób „przykutych do łóża”<sup>11</sup>.

Przedstawiając okres starości należy także wspomnieć o tzw. zdarzeniach krytycznych w życiu człowieka, które szczególnie silnie wpływają na dalsze losy i aktywność osób starszych. Te niezwykle ważne zdarzenia krytyczne to: przejście na emeryturę, opuszczenie domu przez ostatnie dziecko, wdowieństwo, niespodziewana choroba czy zmiana miejsca zamieszkania (przenosiny do dzieci lub instytucji opiekuńczej).

Wobec tego jak patrzeć na starość? Przede wszystkim starości nie można traktować jako czegoś, co narzuca nam los, przeznaczenie, a my musimy to znosić. Jest to normalny okres w życiu, przez który każdy człowiek musi przejść. „Człowiek prawdziwie dorosły akceptuje, nie buntując się, ani nie dając się ogarnąć rezygnacji, to, że się musi starzeć, bo tak został stworzony, lecz jeśli umie myśleć i panować nad sobą, postara się dobrze starzeć. Wiedząc, czym jest starość, potrafi starzeć się dobrze, «starzeć się mniej», czuć się młodym na ciele i umyśle. Ustawiczny wysiłek dobrego «doroslenia», które nie kończy się w wieku dwudziestu lat, stanowi tajemnicę sztuki starzenia”<sup>12</sup>.

Jeden z profesorów pracujących bardzo wydajnie jeszcze na przełomie osiemdziesiątych i dziewięćdziesiątych lat swego życia, gdy mu nawet delikatnie i z życzliwością zwracano uwagę, że prace, które podejmuje, przekraczają jego siły i miarę jego lat, miał zwyczaj odpowiadania: „Nie jestem stary, ja mam tylko dużo lat”<sup>13</sup>. W tej żartobliwej wypowiedzi sędziwy profesor zwracał uwagę na dwie bardzo istotne sprawy: pierwsza to ta, że pojęcie starości jest dość rozciągnięte, a jej przejawy są bardzo różne, a więc sama starość jest pojęciem dość względnym. Nie można też mierzyć jej tylko przeżyтыми latami, nie można jej utożsamiać tylko z wiekiem emerytalnym. Po drugie został w niej uwydatniony szczególny paradoks, że chociaż wszyscy chcą dożyć starości (długich lat życia), nikt jednak nie chce być starym czy choćby uchodzić za człowieka starego. Nikt też nie chce być skazany na dobrowolną, a częściej jeszcze na przymusową bezczynność człowieka starzejącego się i oczekującego na zbliżającą się śmierć.

---

<sup>11</sup> Tamże, s. 489.

<sup>12</sup> P. i J. Chauchard, *Starzeć się we dwoje*, Warszawa 1977, s. 9.

<sup>13</sup> Por. Dudek, *Wieczór życia – szczytowy okres życia ludzkiego*, s. 172.

Starość więc z pewnością nie wolno pojmować tylko jako przejściowego etapu do śmierci, a samej śmierci nie można też uważać za dominantę, która kształtowałaby świadomość ludzi starszych. Człowiek w jesieni życia ma również pełne prawo do życia, które dla każdego i w każdym czasie jest największym dobrem. Okres starości ma także swoje ważne zadania i jako taki może być pięknym dopełnieniem życia człowieka w jego powołaniu i pracach<sup>14</sup>.

## 2. Dlaczego starość jest tak ważna i cenna dla życia człowieka?

Aby odpowiedzieć na powyższe pytanie warto sięgnąć do starożytnego filozofa i słynnego mówcy rzymskiego Marka Tulliusza Cyncerona (106–43 przed Chr.), który widzi starość jako naturalny okres życia ludzkiego, jako czas zbierania owoców, właśnie jako dopełnienie życia. Temu zagadnieniu Cynceron poświęcił niewielki traktat, napisany w formie dialogu pt. *Cato Maior de senectute* (*Katon Starszy o starości*). Treścią traktatu jest rozmowa Katona zwanego Starszym (jest to otoczony powszechną czcią stary Rzymianin mający 84 lata) ze Scypionem i Leliusem (dwaj młodzi ludzie w wieku trzydziestu paru lat). Proszą oni Katona, aby im zdradził tajemnicę swej szczęśliwej starości. Cyncero słowami sędziwego mędrca Katona odpowiada, że warunkiem szczęśliwej starości jest dobrze spędzona młodość, gdyż nie starość jest uciążliwa, ale wady charakteru człowieka, które zawsze są czymś przykrym, w starości zaś szczególnie<sup>15</sup>.

Następnie autor stara się odeprzeć cztery zarzuty, które najczęściej są wysuwane przeciw starości. Są to: starość oddala człowieka od życia czynnego, osłabia jego siły fizyczne, pozbawia go prawie wszystkich przyjemności i przybliża mu śmierć. Argumentacja Cyncerona jest bardzo przekonująca. Rzeczywiście ludzie starsi nie robią już tego, co robić mogą tylko ludzie młodzi, ale to, co robią, jest o wiele ważniejsze i lepsze. Przecież rzeczy prawdziwie wielkich nie dokonuje się siłą fizyczną, szybkością czy zręcznością, wymagają one rozwagi, poważnej, dojrzałej decyzji. A starość te właśnie zalety posiada.

Podobnie, gdy chodzi o siły fizyczne, a zwłaszcza umysłowe, to można je długo zachować w sprawności, gdy się je ciągle ćwiczy. To właśnie oso-

---

<sup>14</sup> Tamże, s. 175–176.

<sup>15</sup> R. Andrzejewski, *Nieprzemijająca wartość Cyncerońskiego traktatu „O starości”*, AtK, 90(1978), s. 222–223. W języku polskim traktat Cyncerona doczekał się kilku przekładów, np. M.T. Cynceron, *Katon Starszy o starości*, przekł. Z. Zakrzewska, Warszawa 1995.

by starsze są potrzebne, bo są tymi, którzy potrafią uczyć, wychowywać, kształcić i przygotowywać młodych do przyszłych obowiązków. Również co do zarzutu, że starość jest pozbawiona przyjemności, autor najpierw stwierdza, że ten wiek odbiera to, co było nieraz przyczyną złego postępowania młodości, a następnie dodaje, że wyżej należy stawiać zawsze przyjemności duchowe niż przyjemności cielesne, płynące z zaspokojenia zmysłów. Wreszcie, gdy chodzi o lęk przed śmiercią, zgodnie ze stanowiskiem filozofii stoickiej odpowiada, że nie powinniśmy się bać śmierci, bo ona jest tylko przejściem do wiecznego życia, gdzie człowiek spotka się ze swymi przodkami. Samo życie trzeba jednak przeżyć dobrze i szlachetnie. Cyceron nie uskarża się więc na trudy starości, ale wprost przeciwnie, dostrzega w niej jako okresie owocowania wiele uroku: „Im bardziej zbliżam się do śmierci, to mam wrażenie jakbym z daleka ład widział i do portu po długiej żegludze miał tam wreszcie przypląć”<sup>16</sup>.

Podobnie okres starości człowieka widzi Jan Paweł II, który w swoim liście *Do moich braci i sióstr – ludzi w podeszłym wieku* powołuje się wprost na traktat Cycerona i określa starość jako „jesień życia” przez analogię do pór roku następujących kolejno po sobie w życiu przyrody. „Widzimy, jak w ciągu roku zmienia się otaczający nas świat, gdy patrzymy na góry i równiny, pola i doliny, lasy, rośliny i drzewa. Istnieje bliskie podobieństwo między rytмами biologicznymi człowieka a cyklami życia przyrody, której i on jest częścią”<sup>17</sup>. Z drugiej jednak strony człowiek różni się od otaczającej go rzeczywistości, ponieważ jest osobą ukształtowaną na obraz i podobieństwo Boże, jest świadomym i odpowiedzialnym podmiotem. Człowieka charakteryzuje wymiar duchowy jego życia, gdzie też następuje pewne dojrzewanie i owocowanie. Papież przywołuje porównanie św. Efrema Syryjczyka, który mówił, że życie ludzkie jest podobne do palców jednej ręki, bo jest krótkie jak rozpiętość dłoni, a kolejne jego etapy różnią się od siebie niczym poszczególne palce, symbolizujące „pięć stopni, po których wspina się człowiek”<sup>18</sup>.

W dzieciństwie i młodości człowiek stopniowo uczy się człowieczeństwa, rozpoznaje swoje możliwości, niejako tworzy projekt życia, który będzie realizował w wieku dojrzałym. Starość zaś posiada szczególną wartość, ponieważ – idąc za świętym Hieronimem – Jan Paweł II zauwa-

---

<sup>16</sup> Tamże, s. 224–225.

<sup>17</sup> Jan Paweł II, *List [...] do moich braci i sióstr – ludzi w podeszłym wieku*, 1 X 1999, n. 5.

<sup>18</sup> Tamże.



za, że ona łagodząc namiętności „pomnaża mądrość i służy dojrzałszymi radami”<sup>19</sup>. Okres starości więc to niezwykle czas nacechowany przede wszystkim mądrością, którą człowiekowi przynoszą po prostu lata jego życiowych doświadczeń.

Papież patrzy również na starość przez pryzmat biblijny, poprzez wybrane wielkie postaci sędziwych bohaterów Pisma Świętego, którzy realizowali Boży plan zbawienia człowieka. W tej perspektywie starość przedstawia się jako niezwykle „czas pomyślny”, którym dopełnia się ludzkie życie. „Zgodnie z Bożym zamysłem wobec każdego człowieka, jest to okres, w którym wszystko współdziała ku temu, aby mógł on jak najlepiej pojąć sens życia i zdobyć «mądrość serca» [...]. Starość to ostatni etap ludzkiego dojrzewania i znak Bożego błogosławieństwa”<sup>20</sup>.

Jan Paweł II przypomina także, abyśmy na starość patrzyli z właściwej perspektywy: jest nią wieczność, każdy zaś etap życia powinien być ważnym przygotowaniem do niej. Starość (może szczególnie ona) ma swoją rolę do odegrania w tym procesie stopniowego dojrzewania człowieka zmierzającego ku wieczności. Oczywiście z tego dojrzewania czerpie korzyści również środowisko społeczne, do którego należy człowiek w jesieni swego życia. „Ludzie starzy pomagają nam mądrzej patrzeć na ziemskie wydarzenia, ponieważ dzięki życiowym doświadczeniom zyskali wiedzę i dojrzałość. Są strażnikami pamięci zbiorowej, a więc mają szczególny tytuł, aby być wyrazicielami wspólnych ideałów i wartości, które są podstawą i regułą życia społecznego. Wykluczyć ich ze społeczeństwa znaczy w imię nowoczesności pozbawionej pamięci odrzucić przeszłość, w której zakorzeniona jest teraźniejszość. [...] Kruchość ludzkiego istnienia, w sposób najbardziej wyrazisty ujawniająca się w starszym wieku, staje się w tej perspektywie przypomnieniem o wzajemnej zależności i nieodzownej solidarności między różnymi pokoleniami, jako że każdy człowiek potrzebuje innych i wzbogaca się dzięki darom i charyzmatom wszystkich”<sup>21</sup>.

Papież podkreśla, że wspólnota może wiele skorzystać dzięki obecności osób w podeszłym wieku. Ludzie starsi są potrzebni młodemu pokoleniu, ponieważ ukazują inne spojrzenie na pojawiające się trudności,

---

<sup>19</sup> Tamże, n. 6. Także H. Wistuba, *Starość – jak na nią patrzeć?*, AtK, 90(1978), s. 218–220.

<sup>20</sup> Jan Paweł II, *List [...] do moich braci i siostr – ludzi w podeszłym wieku*, n. 8.

<sup>21</sup> Tamże, n. 10.



udzielają młodym rad i cennych pouczeń, czerpiąc z własnych przeżyć. Dzięki swoim osiągnięciom są oni nauczycielami, autorytetami zarówno w sferze zawodowej, religijnej oraz rodzinnej. „W jakże wielu rodzinach wnuki poznają podstawy wiary dzięki dziadkom! Jednak ludzie starsi mogą wносить dobroczynny wkład także w wielu innych dziedzinach. [...] Wiele osób znajduje zrozumienie i wsparcie u ludzi starych, samotnych lub chorych, ale umiejących dodać otuchy przez życzliwą radę, milczącą modlitwę, świadectwo cierpienia znoszonego z wytrwałą ufnością. Właśnie wówczas, gdy słabną ich siły i zdolność działania, nasi sędziwi bracia i siostry stają się szczególnie cennymi narzędziami tajemnych zamysłów Opatrzności”<sup>22</sup>.

To właśnie ludzie w podeszłym wieku posiadają umiejętność właściwej oceny trudnych życiowych sytuacji czy radzenia sobie ze zmiennymi kolejami życia. Ludzie starsi, w przeciwieństwie do młodych, potrafią też bardziej zachować równowagę psychiczną, pogodę ducha, a także cierpliwość. Wobec różnorodnych problemów życiowych kierują się zazwyczaj rozważą, bazując na własnych doświadczeniach<sup>23</sup>. Człowiek starszy we wspólnocie (zwłaszcza rodzinnej) może być strażnikiem pamięci, mędrcom, autorytetem, wychowawcą, ale tak naprawdę „jest on po to, aby przez swoją obecność w tej wspólnocie dołączać się i towarzyszyć innym osobom w ich drodze”<sup>24</sup>.

### 3. Troska o ludzi starszych dzisiaj

Współcześnie w świadomości społecznej pojawia się coraz bardziej problem rosnącej liczby ludzi starszych, spowodowany postępem medycyny oraz polepszeniem warunków życia i pracy. Najnowszy raport Organizacji Narodów Zjednoczonych dotyczący starzenia się ludności informuje, że w 2019 r. było na świecie 703 mln osób w wieku 65 lat i więcej. Prognozy mówią, że w ciągu najbliższych 30 lat ta liczba zwiększy się ponaddwukrotnie, w 2050 r. sięgnie nawet 1,5 mld ludzi<sup>25</sup>.

Obecność coraz większej liczby osób w podeszłym wieku rodzi jednak poważne sytuacje, które często są niewłaściwie rozwiązywane. Ludzie starzy są bowiem permanentnie marginalizowani, zwłaszcza w społeczeń-

---

<sup>22</sup> Tamże, n. 13.

<sup>23</sup> Por. Elżanowska, *Portret psychologiczny osób starszych*, s. 39–40.

<sup>24</sup> J. Przybyłowski, *Osoby starsze w rodzinie*, AtK, 173(2019), s. 46.

<sup>25</sup> F. Kucharczak, *Seniorzy to przyszłość*, „Gość Niedzielny”, 2020, nr 7(16 II), s. 18.

stwach mocno zlaicyzowanych. Papież Franciszek w jednej ze śródowych katechez stwierdził, że „jakość społeczeństwa [...] ocenia się również na podstawie tego, jak są traktowane osoby starsze i jakie zajmują one miejsce we wspólnym życiu”. Papież mocno zaakcentował, że „w cywilizacji, w której nie ma miejsca dla osób starszych lub są one odrzucane, bo stwarzają problemy, społeczeństwo jest nosicielem wirusa śmierci”<sup>26</sup>. Najbardziej tragicznym przejawem tej sytuacji ludzi starszych jest właśnie eutanazja, o dopuszczalności której coraz głośniej się dyskutuje. Dlatego trzeba dzisiaj mówić nie tylko o obronie życia od poczęcia do naturalnej śmierci, ale także o wartości każdego życia, a więc i w jego jesieni. Przypomniał nam tę prawdę papież Jan Paweł II podkreślając, że zachodzi „konieczność zwrócenia szczególniejszej uwagi na świat tzw. trzeciego wieku, aby pomóc tym, którzy go tworzą, wykorzystywać w sposób pełny swe możliwości dla dobra całego społeczeństwa [...]. Życie człowieka to cenny dar: należy je kochać i bronić go w każdej fazie”<sup>27</sup>.

Ludzie w podeszłym wieku w społeczeństwie nie powinni więc być dla niego ciężarem, ale wprost przeciwnie – darem i duchowym bogactwem. Z mądrości i doświadczenia osób starszych powinno czerpać w pierwszej kolejności ich środowisko rodzinne, a następnie szersze środowisko społeczne, do którego one należą. „Miejscem naturalnym dla ludzi starszych jest rodzina, w której nawiązują się głębokie relacje międzyosobowe. Ludzie starsi nie powinni być zatem izolowani, zamykani w domach opieki. Ich środowiskiem życia powinna być rodzina, w której osoba starsza może nawiązać bliską relację ze «spotykanym», bliskim człowiekiem na co dzień. Tę relację można określić jako wypełnianie «prawie» kapłaństwa, a człowieka starego można widzieć jako powołanego do budowania bliskich relacji – «prawie prezbitera»”<sup>28</sup>.

Można powiedzieć, że rozwiązaniem idealnym pozostaje obecność człowieka w rodzinie, której należy zapewnić skuteczną pomoc socjalną, stosownie do potrzeb wzrastających wraz z upływem lat lub pogarszaniem się stanu zdrowia. Rodzina jest najbardziej naturalnym środowiskiem przeżywania starości również ze względu na oczywiste potrzeby psychiczne ludzi starszych, gdzie człowiek w podeszłym wieku czuje się „u siebie” – wśród

---

<sup>26</sup> Franciszek, pap., *Ludzie starsi to my. Audiencja generalna*, 4 III 2015, OsRomPol, 36(2015), nr 3–4, s.39.

<sup>27</sup> Jan Paweł II, *Bo tu jest twoje życie i długie trwanie twego pobytu na ziemi. Orędzie na Wielki Post 2005*, 8 IX 2004, OsRomPol, 26(2005), nr 3, s. 6.

<sup>28</sup> Przybyłowski, *Osoby starsze w rodzinie*, s. 45.

swoich krewnych, znajomych i przyjaciół. „Zdarzają się jednak sytuacje, w których okoliczności zalecają lub nakazują umieszczenie człowieka starego w «domu starców», aby mógł przebywać w towarzystwie innych osób i korzystać ze specjalistycznej opieki. Instytucje te zasługują zatem na uznanie, doświadczenie zaś poucza nas, że ich posługa może być bardzo cenna, pod warunkiem, że kierują się nie tylko kryteriami sprawności organizacyjnej, ale dobrocią i wrażliwością. Wszystko to jest łatwiejsze, jeśli dzięki relacjom z krewnymi, przyjaciółmi i wspólnotami parafialnymi pensjonariusze domu starców mogą czuć się kochani i nadal przydatni społeczeństwu. W tym miejscu należy wspomnieć z podziwem i wdzięcznością o zgromadzeniach zakonnych i stowarzyszeniach wolontariatu, które ze szczególnym poświęceniem opiekują się ludźmi starymi, zwłaszcza ubogimi, samotnymi lub znajdującymi się w trudnych sytuacjach<sup>29</sup>”.

Człowiekowi w jesieni życia potrzebne jest zwłaszcza poczucie bezpieczeństwa, świadomość, że ma w kimś oparcie. Niepewność i zagrożenie rodzą lęk i nieufność. Bardzo ważnym elementem psychicznej równowagi jest też poczucie własnej użyteczności. Dla wielu ludzi, zwłaszcza mężczyzn, starość zaczyna się w dniu utraty pracy czy przejścia na emeryturę; ponieważ każdy człowiek chce być użyteczny na miarę swoich możliwości, dlatego trzeba mu to ułatwić, a nieraz i zachęcić do jakiejś pracy, np. prosząc go o wyświadczenie jakiejś przysługi czy dając mu możliwość rewanżu. Trzeba po prostu umożliwić mu „radość dawania”. Każdy człowiek ma również poczucie własnej godności, boli go i obraża traktowanie pogardliwe i pobłażliwe, niejako z góry. Tak się nieraz dzieje wobec ludzi starszych i zniedołężniałych<sup>30</sup>.

Wielu ludzi, a nawet niekiedy i księża uważają, że to instytucje państwowe i społeczne mogą i powinny zaradzić wszystkim potrzebom ludzi starszych. Pragną w ten sposób uwolnić się od obowiązków wobec nich, rozgrzeszyć się niejako z obowiązywalności przykazania miłości bliźniego. „Żadna jednak filantropia i organizacja nie zastąpią prawdziwej miłości bliźniego i ludzkiej życzliwości, a nade wszystko ewangelicznego ducha służby<sup>31</sup>”.

Dochodzimy tutaj do szczególnie ważnej dziś problematyki duszpasterstwa ludzi starszych. Bo to Kościół i wspólnota parafialna, w której

---

<sup>29</sup> Jan Paweł II, *List [...] do moich braci i siostr – ludzi w podeszłym wieku*, n. 13.

<sup>30</sup> Por. A. Rumun, *Z problematyki duszpasterstwa ludzi starszych*, AtK, 90(1978), s. 255–256.

<sup>31</sup> Tamże, s. 257.

ludzie w podeszłym wieku stanowią ważną część, musi zająć określone stanowisko wobec tych spraw. A jest to stanowisko chrześcijańskie, braterskie, po prostu ludzkie. Duszpasterstwo ludzi starszych to „zorganizowana działalność Kościoła zmierzająca do uświęcenia i zbawienia osób w podeszłym wieku przez głoszenie im słowa Bożego, sprawowanie sakramentów, posługę charytatywną oraz działalność integracyjną i społeczną”<sup>32</sup>. Podmiotem tej zbawczej działalności Kościoła są ludzie starsi, którym potrzebna jest pomoc, aby nie pojmowali swej starości jako okresu samych tylko strat, ale mogli również w tym okresie życia realizować swoje powołanie w Kościele i świecie. Duszpasterstwo to pomaga osobom starszym „dbać o kondycję fizyczną i intelektualną, a także umożliwia im rozwijanie relacji z innymi, przez dawanie swego czasu, umiejętności oraz rozmaitych usług”<sup>33</sup>.

Duszpasterstwo ludzi starszych powinno znaleźć swoje właściwe miejsce w całości spraw duszpasterskich parafii. Powinno być w odpowiedni sposób zaplanowane, tak jak planuje się i organizuje duszpasterstwo innych grup w parafii. Takie duszpasterstwo ludzi starszych to zaangażowanie znacznie szersze niż tylko ściśle duchowa, przygodna kapłańska posługa w parafii. Ludziom starszym potrzebny jest drugi człowiek, zwyczajna pomoc w codziennych, prostych sprawach, ludzka życzliwość, zainteresowanie się ich problemami. Jest to więc pole działania dla całej wspólnoty parafialnej. Znajdują się w nim ogromne możliwości apostołskiego działania ludzi świeckich w Kościele. Oczywiście ważna i niezbędna jest rola księdza, zwłaszcza proboszcza jako inspiratora tych działań. Ważną rolę w duszpasterstwie seniorów odgrywają ruchy i stowarzyszenia chrześcijańskie, które umożliwiają ludziom starszym osobisty rozwój życia duchowego, poznawanie nowych form pobożności chrześcijańskiej oraz różne obszary zaangażowania apostołskiego.

W zależności od wieku, możliwości intelektualnych i fizycznych oraz osobistych zainteresowań, można pobudzać i wykorzystywać aktywność ludzi starszych. W parafii seniorzy mogą być zaangażowani w różne przedsięwzięcia, np. mogą wykonywać niektóre prace porządkowe, biurowe czy spełniać się na innych odcinkach życia parafialnego. Ludziom starszym można proponować uczestnictwo w parafialnych grupach apostołskich, np. w kołach żywego różańca, kręgu biblijnym, w parafialnym zespole Caritas itp. „Im więcej grup religijnych funkcjonuje w parafii,

---

<sup>32</sup> W. Przygoda, *Starych duszpasterstwo*, w: EK, t. 18, Lublin 2013, kol. 868.

<sup>33</sup> Tenże, *Duszpasterstwo ludzi w podeszłym wieku w parafii*, AtK, 173(2019), s. 57.

tym większe jest poczucie wspólnoty ogółu parafian, a seniorom łatwiej odnaleźć własne środowisko, bądź wspólnotę spełniającą ich specyficzne potrzeby religijne. Zaangażowanie apostołskie pozwala z kolei zachować seniorom poczucie wartości i przyczynia się do ich integracji z parafią<sup>34</sup>. Duszpasterstwo ludzi w podeszłym wieku udowadnia, że osoby przeżywające swoją jesień życia są niezastąpionymi apostołami, szczególnie w dziedzinie budowania więzi rodzinnych, działalności charytatywnej, zbawczym przeżywaniu cierpienia i modlitwie.

Franciszek Kucharczak w „Gościu Niedzielnym” (z 16 lutego 2020) szeroko opisuje wzorcowo działające duszpasterstwo ludzi starszych w parafii św. Karoliny w Tychach. Oto od 30 lat istnieje tam środowisko, w którym ludzie starsi odnajdują wzajemne relacje i zyskują świadomość własnych możliwości. Gdy trzeba, otrzymują pomoc, ale sami też mają możliwość pomagania innym. Najdłużej działa przy parafii grupa seniora, licząca aktualnie 80 osób. W każdy poniedziałek po mszy spotykają się w kawiarence. Mają stałe miejsca przy stolikach, po osiem osób przy każdym. Piją herbatę, rozmawiają, wymieniają poglądy. Potem odbywa się blisko godzinne spotkanie z zaproszonym gościem, na przykład z lekarzem, psychologiem czy urzędnikiem. Są też zajęcia związane z liturgią, śpiew, a całość kończy modlitwa<sup>35</sup>.

Cieszy się proboszcz ks. Józef Szklorz i mówi: „Ci ludzie lubią się i cały tydzień na to czekają. – Organizowane są też dla nich zabawy, wyjazdy, wigilia. Jest możliwość tygodniowego wyjazdu do parafialnego domu wypoczynkowego w Wiśle<sup>36</sup>. Przy parafii działa też, od poniedziałku do piątku, świetlica seniora, prowadzona wspólnie z Urzędem Miasta Tychy. Korzysta z niej 30 osób. „Zaczynają od drugiego śniadania, potem mają zajęcia. Mogą poćwiczyć w ramach aerobiku, posłuchać wystąpień ciekawych ludzi, jest też możliwość skorzystania z biblioteki, zagrania w szachy, nauczenia się szydełkowania. Po południu mogą zjeść pełny obiad. Kto ma wystarczająco dużo emerytury, daje parę złotych «wkładu do kotła». Jeśli nie ma takiej możliwości, to my wtedy pomagamy – zapewnia proboszcz<sup>37</sup>.”

Przy parafii działa też grupa złożona z 80 wolontariuszy, którzy na zmianę pomagają przy różnych pracach. Przychodzą o dziesiątej i zaj-

---

<sup>34</sup> Tamże, s. 60.

<sup>35</sup> Kucharczak, *Seniorzy to przyszłość*, s. 17.

<sup>36</sup> Tamże, s. 17–18.

<sup>37</sup> Tamże, s. 18.

mują się tym, co kto umie i lubi robić. Starsi ludzie mają też możliwość realizowania swoich pasji. W środę jest spotkanie kółka witrażystów, a w czwartek kółka rękodzieła. Wielką rolę przy parafii odgrywają kółka różańcowe i grupa Miłosierdzia Bożego. Aktywnie działają też kręgi biblijne. W tym wszystkim odnajdują się seniorzy i widzą, że są pełnoprawnymi uczestnikami życia parafialnego. „Ludzie starsi nie są problemem do rozwiązywania. Są bogactwem, które trzeba docenić”<sup>38</sup>.

Autor tego artykułu (nieprzypadkowo zatytułowanego *Seniorzy to przyszłość*) zamieścił też w nim notatkę o pierwszym międzynarodowym kongresie poświęconym duszpasterstwu ludzi starszych, który odbył się w Rzymie w ostatnich dniach stycznia 2020 roku. Zgromadził on ponad 550 delegatów z 60 krajów, zaangażowanych w pracę z seniorami. Hasłem kongresu było: „Bogactwo wielu lat”. Do tego hasła nawiązał jeden z organizatorów spotkania, kard. Kevin Farrell, prefekt Dykasterii ds. Świeckich, Rodziny i Życia: „Obecnie twarzą Kościoła są osoby młode, ale należy pamiętać, że starsi, którzy całe życie w nim spędzili, mają bardzo wiele do zaoferowania [...]. Tym bardziej duszpasterstwo nie może pomijać obecności seniorów. Dla Kościoła jest niezwykle ważne, aby wykorzystać wiele lat doświadczenia, jakie mają starsze osoby”<sup>39</sup>. Kard. Farrell wskazał też na problem, jakim jest obecnie, szczególnie w krajach rozwiniętych, wzrastająca samotność ludzi w podeszłym wieku. To konsekwencja tego, co papież Franciszek nazywa „kulturą odrzucenia”. Seniorzy są usuwani na margines jako osoby rzekomo bezproduktywne. W obliczu nasilającej się migracji ze wsi do miast często zostają fizycznie opuszczeni. „Dlatego w każdej parafii powinien zostać wprowadzony program wsparcia dla osób w podeszłym wieku”<sup>40</sup>.

Do uczestników kongresu w ostatnim dniu obrad zwrócił się też papież Franciszek. Wyraził nadzieję, że ten kongres nie pozostanie tylko „odosobnioną inicjatywą”, ale będzie początkiem „drogi duszpasterskiego pogłębiania i rozeznawania”<sup>41</sup>. Powiedział też, że starość jest cennym skarbem, który kształtuje się w życiu każdego mężczyzny i każdej kobiety, niezależnie od ich pochodzenia, warunków ekonomicznych czy

---

<sup>38</sup> Tamże.

<sup>39</sup> Cytuję za: Kucharczak, *Seniorzy to przyszłość*, s. 18.

<sup>40</sup> Tamże.

<sup>41</sup> Franciszek, pap., *Starość nie jest chorobą. Przemówienie do uczestników międzynarodowego kongresu poświęconego duszpasterstwu osób w podeszłym wieku*, OsRomPol, 41(2020), nr 2–3, s.17.



społecznych. Jesteśmy wezwani „do poważnej refleksji, aby nauczyć się rozumieć i doceniać wartość starości”<sup>42</sup>. Jest to szczególne zadanie dla Kościoła, który powinien troszczyć się o ludzi starszych, idąc do nich „z uśmiechem na twarzy i z Ewangelią w rękach”<sup>43</sup>.

Kongres w Rzymie niewątpliwie potwierdził, że grupa społeczna, jaką są ludzie w podeszłym wieku, liczebnie bardzo szybko wzrastająca, to nie jest tylko przedmiot duszpasterstwa osób starszych, ale też i jego podmiot. Ludzie w jesieni życia są bowiem „jak drzewa, które wciąż przynoszą owoce; nawet przytłoczone ciężarem lat, mogą wnieść swój oryginalny wkład w budowę społeczeństwa bogatego w wartości i w szerzenie kultury życia”<sup>44</sup>.

\* \* \*

Podsumowując refleksje dotyczące okresu jesieni życia człowieka, można powiedzieć, że starość to ukoronowanie całego życia. Jest to czas, kiedy w spokoju i ciszy zbiera się owoce swej pracy, oczywiście jeśli wcześniej świadomie przygotowaliśmy się do nadejścia tego tak ważnego etapu, służąc innym, rozszerzając krąg swoich zainteresowań, rozwijając swoją osobowość. Dlatego ludzie w starszym wieku nie powinni izolować się od młodszych, lecz w miarę swych możliwości, włączać się w nurt normalnego życia, który mogą jeszcze wzbogacać swoją mądrością i doświadczeniem.

Warto tutaj także podkreślić, że dla ludzi wierzących starość to również okres szczególnie intensywnego, radosnego oczekiwania na bliższe spotkanie z Bogiem, który jest Miłością, z Bogiem jako Najlepszym Ojcem oczekującym na swoje dzieci. I to właśnie w tym aspekcie starość i zbliżająca się śmierć mają swój niezwykły sens.

Jacques Leclercq w swej niewielkiej książeczce zatytułowanej *Radość zmierzchu* porównał życie ludzkie z nadchodzącym okresem starości do górskiej wspinaczki: „W ciągu naszego życia wspinaliśmy się setkami dróg, czasami krętych, a krajobraz wokół nas coraz bardziej pustoszał: odchodzili jedni po drugich, ci, którzy mieli władzę, kierowali, czuwali nad naszą młodością, potem odchodzili towarzysze życia. Człowiek ciągle idzie naprzód i staje się coraz bardziej samotny. Ten, kto dożywa

---

<sup>42</sup> Tamże.

<sup>43</sup> Tamże, s.18.

<sup>44</sup> Franciszek, pap., *Korzenie i pamięć społeczeństwa. Przemówienie podczas audiencji dla członków włoskich organizacji seniorów*, 15 X 2016, OsRomPol, 37(2016), nr 11, s. 22–23.



sędziwego wieku, upodabnia się do alpinisty, zdobywającego pozbawiony roślinności szczyt. A gdy się odwróci, jego życie rozpościera się przed nim jak rozległy krajobraz. Oto szczyt, a jednocześnie kres ziemskiego życia. Dalej można posuwać się jedynie w stronę nieba”<sup>45</sup>.

## STRESZCZENIE

Problem spojrzenia na sprawy okresu ludzkiej starości, właściwej ich oceny, a zwłaszcza ustosunkowania się do człowieka starzejącego się, staje się obecnie coraz bardziej nabrzmiały, nawet bolesny. W dzisiejszym społeczeństwie, określanym często jako „cywilizacja młodych”, jest prawie brak miejsca dla człowieka w podeszłym wieku, rzekomo tylko obciążającego społeczeństwo.

W niniejszym artykule jest zawarta próba innego, pozytywnego spojrzenia na starość człowieka, jego jesień życia. Najpierw zostało przedstawione samo pojęcie starości. Następnie odpowiedź na pytanie: dlaczego starość jest tak ważna i cenna dla człowieka? Ostatni zaś punkt ukazuje konieczność troski o ludzi starszych dzisiaj. Jest tutaj także poruszona niezwykle aktualna sprawa duszpasterstwa osób starszych w parafii.

**Słowa kluczowe:** cywilizacja młodych, działalność seniorów, duszpasterstwo ludzi starszych, eutanazja, jesień życia, kultura odrzucenia, kultura życia, starość.

## SUMMARY

The problem of looking at the issues of the human aging period, their proper assessment, and especially of responding to the aging person, is becoming more and more swollen, even painful. In today's society, often referred to as “the civilization of the youth”, there is almost no place for the elderly, who allegedly only burden society.

This article attempts to formulate a different, positive view of man's old age, his autumn years. First, the very concept of old age was presented. Then the answer to the question: why is old age so important and valuable for a person? The last point shows the need to care for the elderly today. The extremely actual issue of pastoral care for the elderly in the parish is also raised.

**Key words:** civilization of young, activity of seniors, pastoral care for the elderly, euthanasia, autumn years, culture of rejection, culture of life, old age.

## BIBLIOGRAFIA

- Jan Paweł II, *List [...] do moich braci i siostr – ludzi w podeszłym wieku*, 1 X 1999.  
Jan Paweł II, *Bo tu jest twoje życie i długie trwanie twego pobytu na ziemi. Orędzie na Wielki Post 2005*, 8 IX 2004, OsRomPol, 26(2005), nr 3, s. 5–7.

---

<sup>45</sup> J. Leclercq, *Radość zmiernych*, przekł. E. Burska, Warszawa 1978, s. 11–12.

- Franciszek, pap., *Ludzie starsi to my. Audycja generalna*, 4 III 2015, OsRomPol, 36(2015), nr 3–4, s. 39–40.
- Franciszek, pap., *Korzenie i pamięć społeczeństwa. Przemówienie podczas audycji dla członków włoskich organizacji seniorów*, 15 X 2016, OsRomPol, 37(2016), nr 11, s. 22–24.
- Franciszek, pap., *Starość nie jest chorobą. Przemówienie do uczestników międzynarodowego kongresu poświęconego duszpasterstwu osób w podeszłym wieku*, OsRomPol, 41(2020), nr 2–3, s.17–18.
- Andrzejewski R., *Nieprzemijająca wartość Cycerońskiego traktatu „O starości”*, AtK, 90(1978), s. 222–225.
- Andrzejewski R., *Otium cum dignitate. Refleksje nad godnym stylem życia księży emerytów*, StWł, 5(2002), s. 21–39.
- Chauchard P. i J., *Starzec się we dwoje*, Warszawa 1977.
- Czachorowski M., *Spisek przeciw starości?*, AtK, 172(2019), s. 499–513.
- Cyceron M.T., *Katon Starszy o starości*, tłum. Z. Zakrzewska, Warszawa 1995.
- Dudek W., *Wieczór życia – szczytowy okres życia ludzkiego*, AtK, 90(1978), s. 171–182.
- Elżanowska H., *Portret psychologiczny osób starszych*, AtK, 173(2019), s. 35–42.
- Klucznik R., *Z problematyki starzejącego się mężczyzny*, AtK, 90(1978), s. 231–241.
- Kucharczak F., *Seniorzy to przyszłość*, „Gość Niedzielny”, 2020, nr 7(16 II), s. 17–19.
- Leclercq J., *Radość zmierzchu*, tłum. E. Burska, Warszawa 1978.
- Olszewski H., *Starość i starzenie się*, w: *Encyklopedia psychologii*, red. W. Szewczuk, Warszawa 1998, s. 855–858.
- Przybyłowski J., *Osoby starsze w rodzinie*, AtK, 173(2019), s. 43–53.
- Przygoda W., *Duszpasterstwo ludzi w podeszłym wieku w parafii*, AtK, 173(2019), s. 54–62.
- Przygoda W., *Starych duszpasterstwo*, w: EK, t. 18, Lublin 2013, kol. 868.
- Rumun A., *Z problematyki duszpasterstwa ludzi starszych*, AtK, 90(1978), s. 252–262.
- Rynio A., *Przesłanie świętego Jana Pawła II kierowane do osób „w podeszłym wieku”*, AtK, 172(2019), s. 484–499.
- Wistuba H., *Starość – jak na nią patrzeć?*, AtK, 90(1978), s. 211–221.
- Wiśniewska-Roszkowska K., *Ludzie starzy we współczesnym społeczeństwie*, AtK, 90(1978), s. 197–210.