

## ODNAJDYWANIE SENSU ŻYCIA W PERSPEKTYWIE PRZEŻYWANEGO KRYZYSU STAROŚCI

- Słowa kluczowe:** życie w wieku senioralnym, sens życia, sens absolutny, aksjologia starości, kryzys starości, transduchowe powołanie człowieka
- Key words:** life in old age, the meaning of life, the sense of absolute, axiology old age, old age crisis, trans spiritual vocation of man
- Schlüsselworte:** Leben im Alter, der Sinn des Lebens, der absolute Sinn, Axiologie des Alters, Alterskrise, transgeistliche Berufung des Menschen

Coraz bardziej rosnące zainteresowanie problematyką starości wynika z faktu postępującego starzenia się społeczeństw i zwiększającego się udziału osób starszych w ogólnej strukturze społecznej większości krajów europejskich. W Polsce proces ten spowodowany jest przede wszystkim spadkiem współczynnika rozrodności<sup>1</sup>, ale nie można tu pominąć drugiego, istotnego czynnika, wynikającego z osiągnięć cywilizacyjnych. Jest nim intensywny rozwój technologii medycznej, której w znacznej mierze zawdzięczamy poprawę stanu zdrowotności społeczeństwa, likwidację wielu chorób dziesiątkujących dawniej populację, i w rezultacie wydłużenie średniego czasu życia człowieka. Sytuacja taka generuje wiele wyzwań natury społecznej, psychologicznej, ekonomicznej, edukacyjnej, socjalnej czy też kulturowej.

---

<sup>1</sup> Pod koniec 2013 r. liczba ludności Polski wynosiła 38,5 mln, w tym około 5,7 mln stanowiły osoby w wieku 65 lat i więcej. W latach 1989–2013 liczba osób w starszym wieku wzrosła o prawie 1,9 mln a jej udział w ogólnej populacji wzrósł o 4,7 punktu procentowego, tj. z 10% w 1989 r. do 14,7% w 2013 r. Dla porównania odsetek dzieci i młodzieży zmniejszył się w tym czasie o ponad 10 p. proc. – z prawie 30% do niewiele ponad 18% – podają za: *Główny Urząd Statystyczny. Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014–2050*, [online], <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/sytuacja-demograficzna-osob-starszych-i-konsekwencje-starzenia-sie-ludnoscipolski-w-swietle-prognozy-na-lata-2014-2050,18,1.html>, dn. 6.05.2015.

## OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA OSOBY W JESIENI ŻYCIA W POLSCE – WADY I ZALETY<sup>2</sup>

Współcześnie wydaje się, że określenie okresu w życiu człowieka, który można określić jako *starość*, jest bardzo trudne i zależne od wielu czynników. D.B. Bromley utrzymuje, że zdecydowanie sam wiek kalendarzowy danej osoby nie jest najbardziej istotnym wskazaniem, ale decydującymi czynnikami są tutaj: „stan zdrowia, wygląd zewnętrzny, sposób traktowania przez innych ludzi i zwyczaje panujące w danym społeczeństwie”<sup>3</sup>. Światowa Organizacja Zdrowie (WHO<sup>4</sup>) za początek starości przyjęła 60 rok życia człowieka, wyróżniając przy tym trzy etapy starości<sup>5</sup>:

- *wiek przedstarczy*, obejmujący okres od 45 do 59 roku życia;
- *wiek starzenia się*, określane także *wczesną starością* obejmujący okres od 60 do 74 roku życia – ten przedział wiekowy obejmuje osoby tzw. „młodzi – starzy” (*young – old*);
- *wiek starczy*, nazywany mianem *późnej starości* obejmujący okres od 75 do 89 roku życia – osoby należące do tego przedziału wiekowego określane są mianem „starzy – starzy” (*old – old*);
- *długowieczność* obejmująca okres od 90 roku życia człowieka – tzw. *długowieczni* (*longlife*).

Podobnie WHO zwraca uwagę na podstawowe cechy charakteryzujące okres starości<sup>6</sup>:

- znaczny spadek umiejętności dostosowawczych człowieka w wymiarze psychicznym, społecznym i biologicznym;
- wzrastające ograniczenie samodzielności życiowej;
- stopniowe wzmoczenie zależności od otoczenia.

E. Trafiałek, bardzo podobnie jak wytyczne WHO, zwraca uwagę, że starość jako zjawisko „postrzegana jest potocznie jako spadek wydolności organizmu, osłabienie sił immunologicznych, utrata zdolności elastycznego przystosowywania się do wszelkich zmian. Przypisywane jej ograniczenia biopsychiczne w konsekwencji wiązane są z utratą mobilności społecznej oraz, podobnie jak w dzieciństwie, po-

<sup>2</sup> Między innymi na podstawie badań zebranych przez: I.M. Malinowska, *Potrzeby osób starszych*, praca magisterska, pod kier. M. Cywińskiej, Poznań 2010, [online], <http://www.memento-malinowska.pl/mgr.pdf>, dn. 20.04.2015.

<sup>3</sup> D.B. Bromley, *Psychologia starzenia się*, Warszawa 1969, s. 107.

<sup>4</sup> „Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) powstała 7 kwietnia 1948 r. (...) Główna siedziba Organizacji znajduje się w Genewie. Polska jest krajem członkowskim WHO od początku jej istnienia. (...) Głównym partnerem Biura WHO w Polsce jest Ministerstwo Zdrowia. Współpraca między Biurem Regionalnym WHO w Kopenhadze, a Polską koncentruje się na zagadnieniach systemu ochrony zdrowia oraz na największych zagrożeniach dla zdrowia publicznego” – *Biuro Światowej Organizacji Zdrowia w Polsce*, [online], <http://www.who.un.org.pl/>, dn. 20.05.2015.

<sup>5</sup> A.A. Zych, *Słownik gerontologii społecznej*, Warszawa 2001, s. 202.

<sup>6</sup> Światowa Organizacja Zdrowia, [online], [http://wssepoz.nazwa.pl/ftpssse/wolsztyn/2012/swiatowy\\_dzien\\_zdrowia\\_2012.pdf](http://wssepoz.nazwa.pl/ftpssse/wolsztyn/2012/swiatowy_dzien_zdrowia_2012.pdf), dn. 08.05.2015; [online], <http://www.who.int/healthinfo/survey/ageingdefnolder/en/>, dn. 08.05.2015.

trzebą korzystania z pomocy innych”<sup>7</sup>. Natomiast A.A. Zych wskazuje, że w zależności od przyjętego kryterium, można wyodrębnić pewne kategorie ludzi starych<sup>8</sup>:

- osoby, które są obecnie nieaktywne zawodowo ponieważ osiągnęły wiek emerytalny (kryterium ekonomiczne i socjalne);
- osoby, które są powyżej określonego wieku (kryterium demograficzne);
- osoby, które zmagają się z obniżoną kondycją psychiczną i fizyczną (kryteria biologiczne i psychologiczne).

Rozwój nowych technologii i metod diagnostycznych powoduje polepszenie kondycji psychofizycznej ludności Europejskiej, w tym też i polskiej. Jak podają dane statystyczne GUS<sup>9</sup>: „W 2013 roku w Polsce mężczyźni żyli przeciętnie 73,1 lat, natomiast kobiety 81,1. W stosunku do 1990 roku mężczyźni żyją dłużej o 6,9 lat, natomiast kobiety o 5,9, zaś w porównaniu do 2000 r. odpowiednio o 3,4 i 3,1 lata”<sup>10</sup>. Jednakże pozytywna tendencja wyłaniająca się z tych wydawałoby się optymistycznych danych, wygląda całkowicie inaczej w konfrontacji z innymi krajami. Na tle państw europejskich wiek życia Polek i Polaków jest odpowiednio krótszy: dla mężczyzn o ok. 8 lat, natomiast dla kobiet o ok. 4 lata<sup>11</sup>. Dlatego też Polska, w kategorii długości życia, zajmuje miejsce dopiero w trzeciej dziesiątce państw<sup>12</sup>. Można zauważyć, że zdecydowanie dłużej żyją mieszkańcy krajów lepiej rozwiniętych Europy północnej i zachodniej, natomiast krócej Europy Wschodniej<sup>13</sup>.

W Polsce sytuacja osoby starszej jest zróżnicowana zarówno pod względem geograficznym (terytorialnym), jak i pod względem – szeroko mówiąc – bytowym. W dużym uproszczeniu, by zauważyć istotne różnice można dokonać podziału na osoby starsze, które przebywają w środowisku rodzinnym i na takie, które korzystają z szeroko rozumianych domów opieki tzw. DPS (Dom Pomocy Społecznej). Na podstawie badań przeprowadzonych przez I.M. Malinowską można zauważyć, że zdecydowana większość osób starszych w Polsce nie ma osoby bliskiej – partnera, z którym mogło by dzielić swoje życie, i tak w DPS było to aż 87% osób, w domach rodzinnych natomiast 43%<sup>14</sup>. Badania pokazały także jakie zalety wieku senioralnego, potrafiły dostrzec osoby docelowej grupy badawczej. Wspólnie najczęściej

<sup>7</sup> E. Trafiałek, *Starzenie się i starość*, Kielce 2006, s. 23.

<sup>8</sup> A.A. Zych, *Słownik gerontologii społecznej*, dz. cyt., s. 203.

<sup>9</sup> Główny Urząd Statystyczny, [online], <http://stat.gov.pl/>, dn. 10.05.2015.

<sup>10</sup> L. Rutkowska, *Trwanie życia w 2013 r.*, Warszawa 2013, s. 14: [online], <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/trwanie-zycia/trwanie-zycia-w-2013-r-,2,8.html>, dn. 7.05.2013.

<sup>11</sup> Por. tamże, s. 28.

<sup>12</sup> Por. tamże.

<sup>13</sup> „Najdłużej żyją mężczyźni w Islandii i Szwajcarii (odpowiednio 81,6 i 80,6 lat), najkrócej w Rosji – 63 lata. Wśród kobiet za długowieczne można uznać Hiszpanki, Francuzki i mieszkanki Lichtensteinu. Przeciętne trwanie ich życia wynosi co najmniej 85,2 lat. Najkrócej w Europie żyją Mołdawianki – 74,9 oraz Albanki i Rosjanki – 75 lat. Znamiennym jest fakt, że w krajach gdzie długość trwania życia jest stosunkowo niska, różnica między trwaniem życia mężczyzn i kobiet – poza nielicznymi wyjątkami – jest bardzo duża. Kraje, w których rozpiętość ta jest największa to: Rosja (12 lat), Białoruś (11,2) i Litwa (11,2). Różnica ta jest nawet kilkakrotnie wyższa niż w Islandii, Szwecji, Holandii czy Wielkiej Brytanii, gdzie jej wielkość nie przekracza 3,7 lat. Polska – dla której dysproporcja między przeciętnym trwaniem życia mężczyzn i kobiet wynosiła w 2012 r. 8,3 lat – w rankingu krajów europejskich znajduje się dopiero na 7 miejscu od końca” – tamże.

<sup>14</sup> I.M. Malinowska, *Potrzeby osób starszych*, dz. cyt., s. 131.

wymieniane były: doświadczenie życiowe i duża ilość wolnego czasu. Spora różnica w dostrzeganiu zalet wieku senioralnego pojawiła się natomiast w zależności od miejsca przebywania osoby starej. I tak, osoby zamieszkujące w domach rodzinnych zwracały uwagę na: swobodę działania, niezależność finansową, wolniejszy upływ czasu a także bycie szczęśliwym<sup>15</sup>. Niestety żadnej z tych odpowiedzi nie można było odnaleźć wśród mieszkańców DPS. Jako zalety wieku senioralnego wśród mieszkańców domów opieki zwracano jedynie uwagę na: dużo wspomnień, spokojny tryb życia, możliwość wspomaganie innych oraz dbanie o siebie<sup>16</sup>. Osoby stare bez względu na miejsce zamieszkania dostrzegają jednakowo całą gamę problemów związanych z okresem życia w jakim się znaleźli. Najczęściej wspólnie wyliczają oni: problemy zdrowotne, bezsilność oraz wykluczenie społeczne<sup>17</sup>. Jednakże w zależności od środowiska życia (dom rodzinny i DPS) zalety i wady procesu starzenia wyglądają dość różnorodnie<sup>18</sup>:

	<b>Mieszkańcy domu rodzinnego</b>	<b>Mieszkańcy Domów Opieki Społecznej</b>
Zalety okresu „jesieni życia”	38% – dużo wolnego czasu 28% – brak zalet 2% – doświadczenie życiowe 15% – swoboda działania 13% – niezależność finansowa 2% – wrażenie wolniej upływającego czasu 2% – poczucie szczęścia	13% – dużo wolnego czasu 58% – brak zalet 13% – doświadczenie życiowe 7% – dużo wspomnień 3% – spokojny tryb życia/wyciszenie 3% – możliwość wspomaganie innych 3% – dbanie o siebie
Wady okresu „jesieni życia”	42% – problemy zdrowotne 18% – wykluczenie społeczne 13% – brak wad 9% – bezsilność/nieudolność 5% – ogólne osłabienie 5% – brak samodzielności 2% – brak poczucia sensu życia 2% – ciągła pomoc innym 2% – więcej problemów/stresów 2% – samotność	32% – problemy zdrowotne 10% – wykluczenie społeczne 8% – brak wad 16% – bezsilność/nieudolność 10% – brak atrakcyjności fizycznej 6% – więcej problemów/stresów 4% – ogólne osłabienie 4% – markotność 4% – brak poczucia sensu życia 2% – zbyt dużo wolnego czasu 2% – pragnienie spokoju 2% – samotność

Jak można zauważyć, brak zalet okresu jesieni życia potwierdza 58% osób badanych przebywających w DPS, a tylko 28% badanych znajdujących się w domach rodzinnych. Może to świadczyć o tym, że środowisko rodzinne stwarza zdecydo-

<sup>15</sup> I.M. Malinowska, *Potrzeby osób starszych*, dz. cyt., s. 139.

<sup>16</sup> Tamże.

<sup>17</sup> Tamże.

<sup>18</sup> Tamże, s. 140.

wanie lepszą przestrzeń do dostrzeżenia sensu swoich działań i poczucia bycia potrzebnym, czego niestety nie daje środowisko życia w Domach Opieki. Podobnie mieszkańcy DPS wśród zalet nie wymienili jako wartości dodanej swobody działania i niezależności finansowej. Zdecydowanie spowodowane jest to tym, że najczęściej osoby, które trafiają do DPS nie mogą w pełni dysponować swoimi finansami. Zresztą często sam fakt pojawienia ich się w DPS spowodowany był nie tylko brakiem opieki, ale także bardzo złą sytuacją finansową danej osoby. Przebywanie w Domu Opieki także praktycznie uniemożliwia swobodę działania taką jaką posiadają osoby zamieszkujące w domach rodzinnych.

Jeśli natomiast przeanalizuje się wady okresu „jesieni życia”, to zdecydowanie wszyscy, bez względu na miejsce zamieszkania, podkreślają: problemy zdrowotne, wykluczenie społeczne oraz własną bezsilność/nieudolność. W niewielkim stopniu pojawiła się także wspólnie jako wada samotność i brak poczucia sensu życia.

### KRYZYS STAROŚCI A *SENS* ŻYCIA

Pojęcie kryzysu w okresie *jesieni życia*, zasadniczo związane jest z tzw. wadami okresu starości, które pojawiły się w badaniach osób przeżywających ten etap swojej egzystencji. Człowiek, który przebywa w okresie swojej starości poza domem rodzinnym, jak chociażby w Domu Opieki, w zdecydowany sposób negatywnie ocenia swój bilans życiowy i w wielu aspektach życia odnajduje swoje niezadowolenie, niespełnienie<sup>19</sup>. Zdecydowanie inne wyniki badań ujawniają się w sytuacji osób starszych, które zaangażowane były w różnego rodzaju planowe działania, np. były uczestnikami Uniwersytetu Trzeciego Wieku. U nich poziom zadowolenia i spełnienia był radykalnie większy niż u osób z DPS<sup>20</sup>.

Doświadczanie kryzysu w starości jako sytuacji, która *nigdy się nie zmieni* może rodzić daleko idące konsekwencje postrzegania okresu *jesieni życia* jako zła koniecznego prowadzącego nieuchronnie ku śmierci rodzącej lęk, a tym samym nio-

---

<sup>19</sup> Brak poczucia szczęścia u osób przebywających w DPS to ok. 65% badanych; niezadowolenie z życia to ok. 77,5%; niezadowolenie z rodziny – ok. 82,5%; niezadowolenie ze zdrowia – 95% osób; niezadowolenie z kontaktów towarzyskich – ok. 80% – por. S. Steuden, M. Marczuk (red.), *Starzenie się, a satysfakcja życiowa*, Lublin 2006, s. 298.

<sup>20</sup> Poczucie szczęścia u osób będących słuchaczami Uniwersytetu Trzeciego Wieku (UTW) to ok. 92,5%; zadowolenie z życia – ok. 97,5%; zadowolenie z rodziny – ok. 85%; zadowolenie ze zdrowia – 77,5% osób; zadowolenie z kontaktów towarzyskich – ok. 87,5% – por. tamże.

sącej utratę poczucia sensu życia. Viktor Emil Frankl<sup>21</sup> twórca logoterapii<sup>22</sup> zwracał uwagę, że analiza egzystencjalna<sup>23</sup> jest w zasadzie analizą sensowności, zakładał przy tym, że „jej ostatecznym celem jest wydobyć na jaw źródła nakierowania ludzkiego bytu/bycia na całościowy i trwały sens samowiednego, przebudzonego świadomościowo, wolnego i odpowiedzialnego istnienia”<sup>24</sup>. Zatem zogniskowanie zapatrywania na sens – poszukiwany, odnajdywany – staje się zadaniem i wezwaniem skierowanym do każdego człowieka, także w sposób szczególnie do tego, który przeżywa okres swojej jesieni życia.

Patologią, która może pojawić się nie tylko w okresie starości ale praktycznie na każdym etapie ludzkiego życia jest utrata całościowego i trwałego sensu ludzkiego życia. Człowiek ze swojej natury jest istotą poszukującą sensu, a jego brak staje się

<sup>21</sup> Viktor Emil Frankl – „z wykształcenia psychiatra – jeden z przedstawicieli austriackiej szkoły psychoanalitycznej. Urodził się w Wiedniu 26 marca 1905 r. Ojciec jego był dyrektorem w federalnym ministerstwie austriackim do spraw społecznych oraz jednym z twórców Ośrodka Opieki nad Dziećmi i Młodzieżą. Młody Frankl podjął studia w Wiedniu pod kierunkiem Oswalda Schwarza, Ottona Pötzla, Rudolfa Allersa i Josepha Gerstmann. (...) Doktorat z medycyny uzyskał w r. 1930. Niedługo po tym zaczął zakładanie poradni dla młodzieży w Wiedniu i jej filie na terenie Austrii. Działanie poradni uniemożliwiły władze hitlerowskie w 1938 r., dlatego też V.E. Frankl rozpoczął pracę w szpitalu Rotschilda (będącego pod opieką gminy żydowskiej), gdzie był ordynatorem oddziału chorób nerwowych. W roku 1942 wraz z rodziną został wywieziony do obozu koncentracyjnego w Auschwitz, a później do Dachau. (...) Po zakończeniu wojny V.E. Frankl wrócił do Wiednia. W roku 1946 został ordynatorem Oddziału Neurologicznego w Poliklinice Wiedeńskiej. Rok później uzyskał habilitację z neurologii i psychiatrii na Uniwersytecie Wiedeńskim. (...) W roku 1961 został profesorem na Uniwersytecie Harvarda w Stanach Zjednoczonych Ameryki, a w 1966 na Southern Methodist University Dallas w stanie Teksas. Następnie jako profesor logoterapii – stworzonego przez niego nowego kierunku psychoterapeutycznego – podjął pracę na United States International University w San Diego w stanie Kalifornia, gdzie powstała z inicjatywy tego ośrodka Logotherapy Institute, którym oczywiście opiekował się V.E. Frankl. Napisał w czasie swej twórczej pracy ponad 20 książek, przetłumaczonych na ponad 20 języków. Jest obecnie jednym z bardziej znanych filozofów na świecie” – M. Szajda, *Od transgresji do transcendencji*, Szczecin 2012, s. 10–11.

<sup>22</sup> Logoterapia – jest to termin określający wynalezioną przez V.E. Frankla metodę psychoterapii leczenia nerwic noogenych. Metoda ta umożliwiła pacjentowi nie tylko poznanie i akceptację siebie samego, ale należy zwrócić uwagę że ukierunkowana jest ku temu co w człowieku duchowe – por. V.E. Frankl, *Homo patiens*, tłum. z niem. R. Czernecki, Z.J. Jaroszewski, Warszawa 1998, s. 22; Nerwice noogenne pojawiają się w życiu człowieka wówczas, gdy ten przestaje szukać odpowiedzi dotyczącej sensu własnego życia. Sprzyja temu także to, gdy problemy natury duchowej człowieka natrafiają na podatny grunt organizmu psychofizycznego. W takiej sytuacji zadaniem logoterapii jest pomoc danej osobie w odkrywaniu jego duchowości i jej dobremu przeżywaniu. To właśnie w wymiarze duchowym może człowiek odnaleźć własną godność i poczucie własnej wolności, gdyż właśnie wymiar duchowy jest ich ontycznym źródłem i gwarantem. Dzięki odkryciu duchowej wolności człowiek jest w stanie nie tylko panować nad każdą trudną sytuacją własnego życia, ale potrafi także zdystansować się wobec różnych determinizmów środowiska wewnętrznego i zewnętrznego. To sprawia, że człowiek staje się coraz bardziej sobą – por. V.E. Frankl, *Theorie und Therapie der Neurosen*, Munchen 1963, s. 153.

<sup>23</sup> „Analiza egzystencjalna jest antropologiczno-psychologicznym kierunkiem badawczym, wskazującym na konieczność całościowego ujmowania egzystencji człowieka. Przedmiotem jej analizy jest obiektywny sens egzystencji człowieka” – K. Popielski, *Viktor E. Frankl. Analiza egzystencjalna i logoterapia*, ZN KUL (1977)2, s. 68.

<sup>24</sup> M. Szajda, *Od transgresji do transcendencji*, dz. cyt., s. 18–19.

dla niego czymś niezwykle destrukcyjnym. Martin Heidegger<sup>25</sup> ukazywał *sens* jako to, co przysługuje ze względu na coś zdecydowanie ważniejszego (oczywiście owe coś ważniejszego można rozumieć bardzo różnorodnie)<sup>26</sup>. V.E. Frankl dopowiadając zwraca uwagę, że sensu ludzkiego życia nie można odnaleźć na zewnątrz, nie jest on także do wymyślenia przez człowieka. „Nadać życiu sens znaczyłoby, że życie nasze traktować możemy jako służące czemuś od niego ważniejszemu”<sup>27</sup>. Podobnie B. Welte zauważa, że sens jest człowiekowi dany, a nie przez niego samego stwarzany, raczej ma być on odkrywany niż tworzony: „Sens to coś, co może usprawiedliwić i wypełnić całość naszego życia i jego poszczególne akty. (...) nie tylko zapytujemy o sens, ale też, działając, zawsze zakładamy taki sens jako dany”<sup>28</sup>. Człowiek zatem ma dostrzec sens swojego życia i wydobyć do na światło dzienne. Zatem jest to zdecydowanie działanie, które za każdego człowieka nikt inny wykonać nie może. Wydobywanie sensu staje się wezwaniem, przed którym człowiek nie może uciec, jeśli chce przeżywać swoje życie w sposób świadomy i odpowiedzialny.

V.E. Frankl zwraca uwagę, że tym, co w zdecydowany sposób może pomóc w procesie poszukiwania sensu życia, także sensu starości, jest fenomen sumienia. Jak pisze: „rzeczywiście pozwala nam ono [sumienie] osiągnąć niepowtarzalne postaci sensu, drzemiące we wszystkich niepowtarzalnych sytuacjach, które tworzą ciąg zwany ludzkim życiem”<sup>29</sup>. Sumienie pozwala człowiekowi na każdym etapie jego życia wchodzić w głąb własnej egzystencji i towarzyszy w odnajdywaniu odpowiedzi o trwałą jej sens. Poszukiwanie sensu w konsekwencji prowadzi nie tylko do jego odnalezienia, ale także, jak zauważa V.E. Frankl, do odkrycia/pojawienia się produktu ubocznego tego poszukiwania jakim jest poczucie szczęścia. Świadomość szczęścia, które wydaje się być w jakiś sposób celem i pragnieniem każdego człowieka (na co zwracali uwagę już starożytni<sup>30</sup>) pojawia się jako niezamierzony wprost efekt w momencie odnalezienia sensu własnego życia. Jak wskazuje austriacki filozof: „im więcej uwagi przywiązujemy do szczęścia albo przyjemności, tym bardziej udaremniamy ich osiągnięcie i tracimy z oczu pierwszą przyczynę naszych wysiłków; szczęście znika, ponieważ pragniemy go i gonimy za nim”<sup>31</sup>. Jest to swoisty paradoks, ponieważ gdy myśli i działania człowieka zostaną zdominowane przez *pogoń za szczęściem* wówczas ono *znika*, po prostu dążąc do niego w jakiś sposób mijamy je. Ludzka wola która podpowiada *dla mnie*, czy też *ja muszę mieć*

---

<sup>25</sup> Martin Heidegger – urodzony 26 września 1889 roku, zmarł 26 maja 1976 roku; Niemiecki filozof, zaliczany do głównych propagatorów egzystencjalizmu. Jego przełomowe prace w ontologii (filozoficzne studium istoty lub istnienia) oraz metafizyce wywarły ogromny wpływ na różne dyscypliny humanistyczne. Jego myśl filozoficzna uważana jest za jedną z najważniejszych w XX wieku – zob. *Martin Heidegger*, [online], <http://www.britannica.com/EBchecked/topic/259513/Martin-Heidegger>, dn. 10.05.2015.

<sup>26</sup> Por. M. Heidegger, *Bycie i czas*, tłum. z niem. B. Baran, Warszawa 1994, s. 455.

<sup>27</sup> M. Szajda, *Od transgresji do transcendencji*, dz. cyt., s. 23.

<sup>28</sup> B. Welte, *Filozofia religii*, tłum. z niem. G. Sowiński, Kraków 1996, s. 66.

<sup>29</sup> V.E. Frankl, *Nieświadomiony Bóg*, tłum. z niem. B. Chwedeńczuk, Warszawa 1978, s. 145.

<sup>30</sup> Już Platon wskazywał, że szczęście jest najwyższym dobrem i celem życia człowieka – por. M. Szajda, *Sztuka Mądrości. Starożytność*, Szczecin 2012, s. 87.

<sup>31</sup> V.E. Frankl, *Redukcjonizm*, tłum. z ang. E. Życieńska, Wieg (1970)9, s. 7.

sprawia, że to, co jest dla człowieka najważniejsze, przepada zdominowane ludzkim egoizmem.

Odślanianie sensu nie zawsze jest łatwe, ale nawet najbardziej trudne sytuacje życia w okresie starości takie jak: choroba, samotność, śmierć bliskich nie muszą pozbawiać człowieka poczucia sensu. Wydawać by się mogło, że sytuacje trudne stają się dla człowieka starego przyczyną popadania w stan tzw. pustki egzystencjalnej. V.E. Frankl wskazuje, że mimo wszystko przyczyny tej pustki tkwią w mniej lub bardziej uświadomionych ludzkich wyborach czyli w głębi samego człowieka, a nie sytuacjach zewnętrznych. Przywołuje on przykład tzn. *nerwicy niedzielnej*: „poczucie bezsensu przejawia się przede wszystkim w nudzie, braku zainteresowań i braku inicjatywy. Sprawdzić to można na przykład w tak zwanej *nerwicy niedzielnej*, a więc tam, gdzie człowiek konfrontowany jest po całotygodniowej pracy zawodowej z wewnętrzną pustką, widoczną bezcelowością swego życia. Depresja, zależność od leków i coraz większa agresja są powszechnymi zjawiskami. Oceniam je jako szczególnie wyraz pustki egzystencjalnej”<sup>32</sup>. Człowiek w podeszłym wieku często w konfrontacji z dużą ilością wolnego czasu zachowuje się bardzo podobnie jak osoba przeżywająca tzw. *nerwicę niedzielną*. Do momentu kiedy osoba może zagłuszyć poczucie pustki, jakoś daje sobie radę w codzienności życia, natomiast konfrontacja z tą pustką rodzi głębokie poczucie leku i dyskomfortu. Szczególnie dotkliwe są sytuacje utraty najbliższej osoby. Pustka fizycznej obecności i nieumiejętność poradzenia sobie z tęsknotą pogrąża człowieka w poczuciu bezsensu. V.E. Frankl zwraca uwagę, że niezwykle istotne wówczas jest odnalezienie utraconego sensu, więcej, nadanie obecnemu stanowi życia nowego sensu. Przywołuje on podobny przypadek z kręgu swojej pracy: „Zwraca się do nas pewien lekarz, stary praktyk: przed rokiem zmarła mu ukochana ponad wszystko żona i nie może przeboleć jej straty. Pytamy tego ogromnie przygnębionego pacjenta, co by się stało, gdyby to on sam umarł wcześniej niż żona. *Wprost trudno sobie wyobrazić* – odpowiada – *w jak wielką rozpacz wpadłaby moja żona*. Teraz wystarczyło nam tylko powiedzieć: *Widzi pan, została pańskiej żonie zaoszczędzona, i to pan jej tego zaoszczędził, co prawda za cenę tego, że to pan musi żyć w żałobie po niej*. Od tego momentu cierpienie jego nabrało sensu, sensu ofiary”<sup>33</sup>. Odnalezienie – jak w opisanym przez V.E. Frankla przypadku – sensu ofiary, staje się dla danego człowieka nowym wezwaniem, misją. W konsekwencji zresztą, zarówno utrata najbliższej osoby, jak i zderzenie się z własną samotnością sprawia, że człowiek aby odnaleźć własną drogę życia, musi zmierzyć się z istnieniem najgłębszej i najdelikatniejszej sfery swojej egzystencji jaką jest sfera noetyczna. V.E. Frankl zawsze „podkreślał nieredukowalny status sfery noetycznej czyli duchowej w człowieku. Uważał, że intelektualne odrzucenie istnienia tej sfery nie powoduje oczywiście jej zniknięcia, wręcz przeciwnie, właśnie wtedy w szczególnie mocny sposób daje ona o sobie znać w najróżniejszych trudnościach poznawczych, dramatycznych konfliktach moralnych, kryzysach egzystencjalnych i deformacjach życia społecznego. Tak więc, według V.E. Frankla, zaprzeczenie istnieniu i autonomii sfery duchowej w człowieku jest czynnikiem nerwicogennym i prowadzi do frustracji, która (...)

<sup>32</sup> V.E. Frankl, *Terapia i Światopogląd*, „Życie i Myśl” (1976)6, s. 89.

<sup>33</sup> Tenże, *Homo sapiens*, dz. cyt., s. 137.

wskazuje na niemożność odnalezienia sensu w czymkolwiek<sup>34</sup>. Zatem sfera duchowa człowieka, staje się w sytuacjach szczególnie bolesnych, tą rzeczywistością, dzięki której można odnaleźć wyjście z *labiryntu* własnych frustracji. Pustka egzystencjalna zamyka człowieka od wewnątrz, pozbawiając go tym samym możliwości nawiązywania kontaktów z innymi osobami i otwarcia na świat, przede wszystkim jednak dewaluuje miłość jako najważniejszy aspekt ludzkiej więzi osobowej. Bezsens w sytuacjach kryzysowych okrada człowieka w *jesieni życia* z poczucia szczęścia i spełnienia. „Poczucie bezsensu niszczy ludzką aktywność, bo przekreśla znaczenie celów i wagę motywów ludzkich działań. Kwestionuje wartości, powagę ludzkich wyborów i znaczenie realizowanych celów”<sup>35</sup>. Zdaniem V.E. Frankla nie ma takich sytuacji w życiu człowieka, które pozbawione byłyby sensu. Nawet takie momenty, które rodzą poczucie winy, sprawiają cierpienie, ostatecznie układają się na całościowy sens ludzkiego życia, przy założeniu, że „egzystencja ta przez swój duchowy wymiar zakorzeniona jest w transcendentnej rzeczywistości wiecznej”<sup>36</sup>. Ale niestety, to jest już wybór każdego człowieka z osobna, zależny od własnego nastawienia, rozumienia siebie.

Sens życia, na który składają się sensy poszczególnych sytuacji, człowiek w *jesieni życia* dzięki refleksyjnemu spojrzeniu, mądrości życiowej może spokojnie odnajdywać. Jan Paweł II w liście do osób w podeszłym wieku pisał: „Droży Bracia i Siostry, jest naturalne w naszym wieku, że powracamy do przeszłości, aby dokonać swoistego bilansu. Takie spojrzenie wstecz pozwala na spokojniejszą i bardziej obiektywną ocenę ludzi i sytuacji, z jakimi zetknęliśmy się w życiu. Mijający czas zaciera kontury wydarzeń i łagodzi ich bolesne aspekty. Niestety, w życiu każdego człowieka wiele jest zgryzot i utrapień. Czasem są to problemy i cierpienia, które wystawiają na próbę jego odporność psychofizyczną, a nawet wstrząsają samymi podstawami wiary. Doświadczenie jednak poucza nas, że z pomocą łaski Bożej te codzienne trudy wspomagają często proces dojrzewania człowieka, hartując jego charakter”<sup>37</sup>. Jan Paweł II podkreśla, że etap jesieni życia nie się ze sobą swoistą potrzebą podsumowania, rozliczenia się z wszystkim co tylko w życiu człowieka spotkało, zarówno w sprawach, do których wraca się z sentymentem, jak i tych, które rodzą poczucie winy czy cierpienie. W konsekwencji przeszłość tworzy człowieczą terażniejszość, pozwala w obecnym momencie zrozumieć to, co do tej pory było jedynie bolesne i niezrozumiałe.

G. Mosera pisząc o sensie ludzkiego życia, wskazuje na kilka niezwykle istotnych faktów<sup>38</sup>:

<sup>34</sup> M. Szajda, *Od transgresji do transcendencji*, dz. cyt., s. 30.

<sup>35</sup> Tamże, s. 33.

<sup>36</sup> Tamże, s. 34.

<sup>37</sup> Jan Paweł II, *Do moich Braci i Sióstr – ludzi w podeszłym wieku*, [online], <http://www.voxdomini.com.pl/inne/list.html>, dn. 9.05.2015.

<sup>38</sup> Na podstawie książki G. Mosera, *Wie finde ich mich zum Sinn des Lebens*, opracował: K. Popielski, *Tezy o sensie życia*, w: *Człowiek – pytanie otwarte*, red. K. Popielski, Lublin 1987, s. 314–318.

1. Sens jest czymś więcej aniżeli tylko celem i korzyścią – obejmuje całość życia;
2. Sensu jednostkowego nie otrzymujemy w gotowej formie – objawia się w procesie rozwoju życia;
3. Przyjmowanie sensu i jego tworzenie muszą się uzupełniać;
4. Tylko w wierności sobie i cierpliwości urzeczywistniamy sens naszego życia;
5. Postać sensu zmienia się w różnych fazach życia;
6. Samotnie nie znajdziemy sensu życia;
7. Kto chce poznać i spełnić sens swojego życia, niech przyjmuje rzeczywistość taką, jaka ona jest i zmienia ją na lepszą;
8. Życie uzyskuje pełny sens tylko wówczas, gdy wykracza poza śmierć;
9. Wiara religijna rozjaśnia i poszerza horyzont sensu;
10. Najgłębszy sens życia leży w przyjmowaniu i przekazywaniu Miłości.

Rozważania G. Mosera na temat sensu nie wynikają może z typowo naukowych i badawczych przesłanek, jednakże jawią się jako wynik refleksji nad sensem ludzkiego życia. Refleksyjne dążenie do sensu sprzyja kształtowaniu w człowieku dojrzałej osobowości. Osoba ludzka w swoim refleksyjnym nastawieniu zapytuje się często dlaczego mnie właśnie to spotkało?, dlaczego muszę cierpieć?, dlaczego boli mnie utrata ukochanej osoby?, dlaczego ja? Pytania te często jedynie rozrywają wewnątrz, a pozostawione bez odpowiedzi stają się wyrazem zagubienia, niespełnienia i braku akceptacji własnego życia.

Poprzez afirmację cierpienia człowiek urzeczywistnia wartości. Jednakże afirmacja taka nie jest czymś łatwym. Najczęściej bowiem cierpienie rodzi w człowieku opór wewnętrzny i poczucie niesprawiedliwości. Cierpienie zawsze odsyła człowieka do pytania o całościowy sens ludzkiej egzystencji, jego bycia w świecie i relacji z innymi. Odnajdywanie sensu w cierpieniu dokonuje się przez „zwrot ku duchowemu wymiarowi własnego wnętrza i odnalezienia w nim sił moralnych wpływających z więzi ludzkiej egzystencji z transcendentną rzeczywistością wieczną. Człowiek, który odsłania się dla siebie jako większy od własnego cierpienia i rozpacz, dojrzewa do pełni człowieczeństwa”<sup>39</sup>. Cierpienie stawia często człowieka wydawałoby się w poczuciu *drogi bez wyjścia*. Ale tak naprawdę odkrywa przed nim jedno konkretne wyjście, które można nazwać *wznoszeniem wewnętrznym*. Jest to *dążenie ku górze*, wertykalna transcendencja ku Bogu. Życie człowieka ogarnięte chorobą, samotnością, cierpieniem niejako samo zapytuje o *transduchowe źródło wartości i sensu*. W sytuacji człowieka religijnego, niejako naturalnie pojawia się świadomość, że źródło to tkwi w Wiecznej Instancji czyli Bogu. W sytuacji człowieka niereligijnego prowadzi to do przebudzenia świadomościowego i otwierania się w sposób nieświadomiony na tegoż samego Boga. Bowiem pojawia się wewnętrzne zapytanie: jak długo pośród życia można prowadzić dialog ze sobą samym, słyszeć odpowiedzi na sobie samemu stawiane pytania? Jak długo można sobie wmawiać, że ten dialog jest tylko wydumaną rozmową z własnym wewnętrznym *ja*, skoro pojawia się przeczucie obecności znacznie większego od siebie samego – *ON*. Człowiek z konieczności nakierowany na sens, w konsekwencji – czy tego chce czy nie – ukierunkowuje się także na Boga, którego V.E. Frankl w takiej

<sup>39</sup> M. Szajda, *Od transgresji do transcendencji*, dz. cyt., s. 45–46.

sytuacji *dialogowania wewnętrznego* nazywa Bogiem Nieuświadomionym<sup>40</sup>. Pojęcie takie oczywiście nie odnosi się do istoty Boga samego w sobie, ile raczej dotyczy rozumienia Boga jako Boga ukrytego, w kontakcie z którym człowiek w jakiś niewyjaśniony naturalny sposób odkrywa Jego obecność.

Odnajdywanie sensu życia pośród ludzkiego cierpienia w perspektywie przeżywanego kryzysu w *jesieni życia*, w sposób naturalny wiedzie człowieka z jednej strony do umocnienia swojego życia wiary a w innych przypadkach do odkrycia swej najgłębszej istoty – duchowej istoty, która nakierowuje człowieka na Transcendencję.

Odnajdywanie sensu całościowego ludzkiego życia, zawsze związane jest z odnajdywaniem sensu cząstkowego, który dotyczy konkretnych sytuacji. Można powiedzieć, że sens cząstkowy w sposób nierozzerwalny związany jest z sensem całościowym ludzkiej egzystencji. Zatem „jeżeli ludzka egzystencja miałaby ginąć ostatecznie w mrokach nicości, bezsensem musiałyby być naznaczone również wszystkie konkrety ludzkiego życia”<sup>41</sup>. Dlatego też V.E. Frankl, ze względu na niezbywalną wartość sensu całościowego ludzkiej egzystencji i jej wpływu na sens cząstkowy życia ludzkiego proponuje, aby pojęcie sensu całościowego określić jako SUPERSENS lub też NADSENS<sup>42</sup>. Oczywiście *supersens* przekracza skończone możliwości poznawcze człowieka, ponieważ związany jest z nieskończoną transcendencją Boga. Nie można *nadsensu* przekształcić w przedstawialny przedmiot poznania. Skoro nie można go do końca objąć ludzką myślą to trzeba w niego zatem uwierzyć. „Bez tej wiary ludzkie przejawy egzystencji muszą bowiem jawić się jako z gruntu niezrozumiałe, zawieszony w próżni, pozbawione swych warunków możliwości i swej racji bytu, a więc jako fundamentalnie bezsensowne. Niewyjaśnione wówczas pozostawałoby ludzkie nakierowanie na sens, a ludzka wrażliwość moralna musiałaby odsonić się jako wybieg służący walce o biologiczne przetrwanie”<sup>43</sup>. Tymczasem człowiek w jesieni życia, który staje na progu wieczności potrzebuje siły i nadziei która pozwoli mu patrzeć w przyszłość z całkowitym spokojem. Jak pisał Jan Paweł II: „Jest naturalne, że z upływem lat oswajamy się z myślą o „zmierzchu”. Przypomina nam o nim choćby fakt, że szeregi naszych krewnych, przyjaciół i znajomych coraz bardziej się przerzedzają: uświadamiamy to sobie przy różnych okazjach, na przykład gdy spotykamy się z najbliższymi, w gronie kolegów z dzieciństwa, ze szkoły, ze studiów, z wojska czy z seminarium (...) Granica życia i śmierci przesuwa się przez nasze wspólnoty i stale przybliża się do każdego z nas. Jeśli życie jest pielgrzymką do niebieskiej ojczyzny, to starość jest czasem, gdy jesteśmy najbardziej skłonni myśleć o wieczności”<sup>44</sup>. Zatem pytanie o sens poszczególnych ludzkich sytuacji: spotkań, cierpienia, przemijania, odchodzenia czy też samego faktu umierania, staje się zawsze pytaniem o sens całościowy ludzkiego życia, nawet więcej o NADSENS tegoż życia. Znany teolog K. Rahner wskazuje, że pytanie o sens całościowy, absolutny, staje się pytaniem o sens, który „nie sprowadza się do kilku małych sensowności, jakie spotykamy na drodze swego życia

<sup>40</sup> V.E. Frankl, *Nieuświadomiony Bóg*, dz. cyt., s. 57.

<sup>41</sup> M. Szajda, *Od transgresji do transcendencji*, dz. cyt., s. 72.

<sup>42</sup> Por. V.E. Frankl, *Homo patiens*, dz. cyt., s. 70.

<sup>43</sup> M. Szajda, *Od transgresji do transcendencji*, dz. cyt., s. 73.

<sup>44</sup> Jan Paweł II, *Do moich Braci i Siostr – ludzi w podeszłym wieku*, dz. cyt.

z wszystkimi jego absurdami. Ten sens jest nieskończony i nieogarniony; jest on naszym sensem, a zwie się Bóg<sup>45</sup>. Bóg w takim wymiarze staje się NADSENSEM ludzkiego życia i odpowiedzią na lęk i niepewność paraliżującą człowieka patrzącego w kierunku wieczności.

Odnajdywanie sensu życia zdaniem V.E. Frankla może objawiać się na trzech drogach<sup>46</sup>:

- 1 – sens w aktywności tzn. być coś robić, tworzyć, rozwijać się;
- 2 – sens w przeżywaniu ujawniający się w relacji do drugiego poprzez miłość;
- 3 – sens w afirmacji cierpienia, poprzez trudne sytuacje życiowe.

Zatem odnajdywanie sensu w okresie *jesieni życia*, może dokonywać się praktycznie poprzez wszystko to, co stanowi o codzienności danego człowieka bez względu na to gdzie, z kim i w jakiej sytuacji się znajduje. Odkrycie w sobie, może nawet przez lata skrywanej czy po prostu niezrealizowanej, możliwości aktywności i kreatywności powoduje, że pomimo często wielu fizycznych niedomagań, człowiek w *sile wieku* odnajduje w sobie niezliczone pokłady mocy wewnętrznej. To umożliwia realizację wartości i otwarcie na drugiego człowieka. Miłość, która zamienia się w czyn, staje się motorem nie tylko umożliwiającym pomoc innym, ale nade wszystko sobie samemu.

Nawet w najtrudniejszych sytuacjach, takich jak śmierć bliskich czy własna choroba, pojawia się możliwość zweryfikowania sensu swojego życia: „w momencie pojawienia się w życiu człowieka cierpienia, musi on zająć względem niego określoną postawę i właśnie ta postawa ujawnia, jaki generalny sens nadaje człowiek cierpiący swojemu istnieniu”<sup>47</sup>. Poczucie bezradności, jakie pojawia się w momencie kryzysowym, granicznym pokazuje, że człowiek nie jest *bogiem samego siebie*, ani *panem świata*. Z jednej strony podlega ślepych siłom przyrody, społecznym uwarunkowaniom, z drugiej jednak ma możliwość pokonania tej bezradności, co wskazuje na transduchowe powołanie człowieka, objawiające się w wolnej więzi z Absolutem.

Odnajdywanie sensu życia w okresie starości jest wezwaniem, wobec którego nie można przejść obojętnie jeśli chce się w sposób jak najpiękniejszy przeżywać i decydować o własnym życiu. Kryzys, który dotyka *jesieni życia*, staje się dodatkowym impulsem, aby z tego co wydawać by się mogło smutne i złe, zrobić swój atut, więcej odnaleźć Tego, który przez całe życie jawił się człowiekowi jedynie jako Nieuświadomiony. Życie w wieku senioralnym może stać się zatem eksplozją rozwoju życia duchowego, dającego człowiekowi poczucie spełnienia, pokoju i (...) SENSU.

<sup>45</sup> K. Rahner, *Problem sensu jako problem Boga*, w: *Człowiek – Wartości – Sens*, red. K. Popielski, Lublin 1996, s. 182.

<sup>46</sup> Por. V.E. Frankl, *Nieuświadomiony Bóg*, dz. cyt., s. 95–96.

<sup>47</sup> M. Szajda, *Od transgresji do transcendencji*, dz. cyt., s. 48.

---

**FINDING THE MEANING OF LIFE  
IN THE PERSPECTIVE OF OLD AGE****SUMMARY**

Article paying attention to the quantitative growth of the elderly population, brings up the subject ethical indexation of old age in the context of the crisis associated with the fear of the inevitable approach of death, and the same doubts about the meaning of life. Subject important in itself, but also because of the a strong cult of youth, widely prevalent in popular culture and ideology of consumerism. The consequence for this phenomenon has become almost a general reducing social status of the elderly, and consequently, changes in of attitudes of people and social thinking about old age.

Author writing about the necessity of finding the meaning of life in old age, encourages to appreciate old age. The article is a kind of postulates to create a new axiology of old age based on a theological value as a significant stage eschatological road for connecting with God.

**DIE SUCHE NACH DEM SINN DES LEBENS  
IN DER PERSPEKTIVE DER ERLEBTEN ALTERSKRISE****ZUSAMMENFASSUNG**

Der Artikel, der sich auf die Tatsache des quantitativen Wachstums der älteren Bevölkerung bezieht, wirft die Frage der ethischen Indexierung des Alters im Zusammenhang mit der Krise im Alter als eine Situation, die Anlass zu Besorgnis mit einem Sinn für die unvermeidliche Annäherung an den Tod sein kann, die somit einen Verlust der Sinn des Lebens trägt. Ein Thema wichtig an sich, aber auch signifikant aufgrund der starken Exposition des Jugendkultes, der in der populären Kultur und in der Ideologie des Konsums vorherrscht. Die Folge dieses Phänomens wurde die weit verbreitete Abwertung der sozialen Stellung der älteren Menschen, und damit Änderungen der Einstellung der Menschen und des sozialen Denkens über das Alter. Der Autor schreibt über die Notwendigkeit der Suche nach dem Sinn des Lebens im Alter, fordert ihre Veredelung auf, so dass der Artikel die Schaffung einer neuen Axiologie des Alters auf der Grundlage seines theologischen Wertes als einen bedeutenden Schritt des eschatologischen Weges zur Einigung mit Gott postuliert.