

Zbigniew Woźniak

Oblicza starości - między mitami a rzeczywistością

Studia Kulturoznawcze nr 2 (4), 9-23

2013

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

ZBIGNIEW WOŹNIAK

Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu
Instytut Socjologii
Zakład Badań Problemów Społecznych i Pracy Socjalnej

Oblicza starości – między mitami a rzeczywistością

Głupszym od nieuka jest głupiec uczony.
Molier

Zaledwie od stu lat nowożytna nauka na serio zajmuje się starzeniem się i starością¹, toteż uprawnione jest pytanie, co wiedzano wcześniej i w oparciu o jakie dane budowano wiedzę o ostatniej fazie życia człowieka. W okresie „przednaukowym” zagadnieniami starzenia się i starości zajmowali się „od zawsze” lokalni mędrcy i filozofowie, a także osoby, które zgłębiały tajemnice ludzkiego ciała i trapiących je chorób. Wśród tych pierwszych znaczące miejsce w budowaniu obrazu starości miał Konfucjusz (551–479 p.n.e.), który podczas rozmów z uczniami przedstawił charakterystykę własnych faz życiowych w formie swoistej drabiny, której kolejne szczeble były etapami rozwoju moralnego:

1. Kiedy miałem 15 lat, mój umysł był otwarty na naukę.
2. Po trzydziestce stałem się stanowczy i nieustępliwy.
3. Po czterdziestce pozbyłem się złudzeń i wątpliwości.
4. Po pięćdziesiątce zrozumiałem prawa Opatrzności.

5. Po sześćdziesiątce niewiele rzeczy mogło mną wstrząsnąć, zaś moje uszy były wyczulone na prawdę.

¹ W tym roku mija 110. rocznica wprowadzenia do obiegu naukowego terminu „gerontologia” (autorstwa Ilii Miecznikowa, z-cy dyrektora Instytutu Pasteura w Paryżu), a także 104. rocznica powstania subdyscypliny medycznej, jaką jest geriatryka (termin zaproponował amerykański lekarz pochodzący z Wiednia Ignatz Leo Nascher), oraz powołania pierwszego Towarzystwa Geriatrycznego w USA (Geriatric Society) i pojawienia się pierwszego specjalistycznego periodyku „Geriatrics”. W Polsce dopiero w 1967 r. powołano Sekcję Geriatryczną Polskiego Towarzystwa Lekarskiego, zaś w 1973 r. z inicjatywy prof. Jerzego Piotrowskiego powstało Polskie Towarzystwo Gerontologiczne.

6. Po siedemdziesiątce mogłem ulegać podszeptom serca, nie naruszając jednakże praw moralnych².

Ta ścisła korelacja między starzeniem się a nabywaniem mądrości i rozwojem człowieka zgodnym z normami moralnymi pojawiała się także w przemysleniach filozofów chrześcijańskich, przenikając do rozmaitych „poradników” dobrego starzenia się i właściwego funkcjonowania w starości (tab. 1).

To, jak rozumiane jest starzenie się, w dużej mierze zależy od tego, co naszym zdaniem odpowiada za funkcjonowanie człowieka³. W świetle aktualnego stanu wiedzy starzenie się w wymiarze biologicznym jest rozumiane jako naturalny, kierowany przez geny proces zmian, w ramach którego następuje starzenie się komórek, tkanek i organów (skutkiem czego jest dezorganizacja ich struktury i funkcji). To kolejny etap rozwoju i dojrzewania organizmu – proces, który wiąże się ze zmianami, do jakich dochodzi z wiekiem przede wszystkim w układzie odpornościowym (immunologicznym), nerwowym oraz hormonalnym w wyniku nagromadzenia się różnych błędów eksploatacyjnych prowadzących do zużycia organizmu, a także rezultat braku niezbędnych substancji biochemicznych i przejaw kumulujących się skutków chorób i/lub uszkodzeń ciała.

Nie każdy starzejący się człowiek doświadcza wszystkich zmian wywołanych fizjologicznym starzeniem się i ich konsekwencjami, a także nie u wszystkich ludzi zmiany involucyjne pojawiają się w tej samej fazie rozwoju osobniczego. Nie wszystkie zmiany funkcjonalne są bowiem spowodowane procesem fizjologicznego starzenia się – niektóre są rezultatem patologii, inne wywołane nadmiernym używaniem lub nieużywaniem życia. Wiemy także, iż większość ludzi starych dysponuje ogólnoustrojowymi rezerwami umożliwiającymi sprostanie wymogom codziennego życia.

Biolodzy i geriatrzy twierdzą, że mamy szansę dożyć 115–120 lat – człowieka fascynuje długowieczność, a nawet nieobce są mu myśli, jak osiągnąć nieśmiertelność. Nadzieje te od wieków podtrzymują nie tylko szarlatani, ale także przedstawiciele nauki. Na przykład Henry S. Simms ogłosił w 1946 r., że gdybyśmy mogli utrzymać przez całe życie odporność zapewniającą najniższą

² Nieco różniące się tłumaczenia przytoczonej koncepcji Konfucjusza można znaleźć w pracach: W. A. Achenbaum, *Ageing and Changing: International Historical Perspectives on Ageing*, w: M. L. Johnson (red.), *The Cambridge Handbook of Age and Aging*, Cambridge University Press, Cambridge – Nowy Jork – Melbourne – Madryt – Cape Town – Singapore – São Paulo 2005, s. 21; G. Piovesana, *The Aged in Chinese and Japanese Cultures*, w: J. Hendricks, C. D. Hendricks (red.), *Dimensions of Ageing. Readings*, Winthrop Publ., Cambridge 1979, s. 13; M. Philibert, *Philosophical Approach to Gerontology*, w: J. Hendricks, C. D. Hendricks (red.), *Dimensions of Ageing...*, s. 386; *Dialogi konfucjańskie*, tłum. i oprac. K. Czyżewska-Madajewicz, M. J. Künstler, Z. Tłumski, Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław 1976.

³ M. Bakur Weiner, *Working with the aged: Practical approaches in the institution and community*, Prentice Hall, Nowy Jork 1978 s. 3.

Tabela 1. Autorytety moralne o uniwersalnych cechach starości

Modlitwa św. Tomasza z Akwinu	Błogosławieństwa oo. kamilianów
<ol style="list-style-type: none"> 1. Panie, ty wiesz lepiej aniżeli ja sam, że się starzeję i pewnego dnia będę stary. 2. Zachowaj mnie od zgubnego nawyku mniemania, że muszę coś powiedzieć na każdy temat i przy każdej okazji. 3. Odbierz mi chęć prostowania każdemu jego ścieżek. 4. Uczyni mnie poważnym, lecz nie ponurym, uczynnym, lecz nie narzucającym się. 5. Szkoda mi nie spożytkować wielkich zasobów mądrości, jakie posiadam, ale ty, Panie, wiesz, że chciałbym zachować do końca paru przyjaciół. 6. Wyzwól mój umysł od niekończącego się brnięcia w szczegóły i dodaj mi skrzydeł, bym w lot przechodził do rzeczy. Zamknij mi usta w przedmiocie mych niedomagań, w miarę jak ich przybywa, a chęć wylizania ich staje się z upływem lat coraz słodsza. 7. Nie proszę o łaskę rozkoszowania się opowieściami o cudzych cierpieniach, ale daj mi cierpliwość wystuchania ich. 8. Nie śmiem cię prosić o lepszą pamięć, ale proszę cię o większą pokorę i mniej niezachwianą pewność, gdy moje wspomnienia wydają się sprzeczne z cudzymi. Użyj mi chwalebego poczucia, że czasami mogę się mylić. 9. Zachowaj mnie miłym dla ludzi, choć z niektórymi z nich doprawdy trudno wytrzymać. Nie chcę być świętym, ale zgryźliwi starcy to jedno ze szczytowych osiągnięć szatana. 10. Daj mi zdolność dostrzegania dobrych rzeczy w nieoczekiwanych miejscach i niespodziewanych zalet w ludziach. Daj mi, Panie, łaskę mówienia im o tym. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Błogosławieni, którzy chcą ze mną rozmawiać, nie żałując czasu i serca. 2. Błogosławieni, którzy nie mówią nigdy: „tę historię słyszę po raz trzeci”. 3. Błogosławieni, którzy wiedzą, że moje uszy z trudem chwytają już dźwięki. 4. Błogosławieni, którzy przebaczą moim drżącym dłoniom i wlekącym się nogom. 5. Błogosławieni, którzy pamiętają, że moje oczy coraz mniej widzą. 6. Błogosławieni, dzięki którym czuję się jeszcze potrzebny światu i ludziom. 7. Błogosławieni, którzy swą codzienną dobrocią ułatwiają mi drogę do wiecznej ojczyzny.

Źródło: *Modlitwy Świętego Tomasza z Akwinu*, tłum. E. Reicher, Koło Studiów Katolickich, Warszawa 1928; Z. Szarota, *Starzenie się i starość w wymiarze instytucjonalnego wsparcia*, Uniwersytet Pedagogiczny im. Komisji Edukacji Narodowej, Kraków 2010, s. 4.

śmiertelność (odpowiadającą wiekowi 10–12 lat), teoretycznie moglibyśmy żyć 800 lat!⁴ Pod koniec lat 50. XX wieku Johan Bjorksten zróżnicował tę prognozę ze względu na płeć – mężczyźni mogliby jego zdaniem żyć 640–940 lat, zaś kobiety 2220–3450⁵. Jeszcze dalej poszedł Donald Carpenter, który w 1980 r. przeliczył te dane i stwierdził, że mężczyźni mieliby szansę dożyć 2400 lat, a kobiety 3800–4300 lat (odnosząc te dane do żywotności niektórych gatunków drzew, można byłoby powiedzieć: „chłopy jak dęby, dziewczęta jak sekwoje!”)⁶.

Iluzje te w niekoniecznie zamierzony sposób podtrzymują także współczesne badania biologów i lekarzy nad długowiecznością⁷, mimo że logika i aktualny stan wiedzy podpowiadają, że badania tego typu muszą w zasadzie zawieść, gdyż śmierć mamy wpisana w nasze istnienie, nie znamy tylko daty. Krytycy karmienia ludzi złudzeniami twierdzą ponadto, że badania nad długowiecznością:

- budzą obiekcje religijne – zajmowanie się długowiecznością jest sprzeczne z planem Boskim, wolą Bożą, przeznaczeniem, losem itp. Dla wyznawców większości religii śmierć nie jest ostatecznym końcem człowieczej wędrówki,
- są oparte na niepewnych podstawach naukowych (eksperymenty *in vitro*, na myszach lub muszce owocowce),
- wchodzą w konflikt z Darwinowską teorią ewolucji, gdyż ingerują w naturalny porządek świata przyrody,
- przyniosą znużenie życiem (powtarzalność czynności codziennych, rutyna dnia codziennego),
- powodują ryzyko stagnacji – jeśli każdy miałby szansę być długowieczny, to społeczeństwo mogłoby utracić zdolność innowacyjną populacji⁸.

Należy zatem przyjąć, że fizjologiczne starzenie się jest nieuniknione, ale zarazem zdrowe i prawidłowe – jest to jednak model/ideał prawie nieznanymi codziennej praktyce medycznej⁹, gdyż na ogół ma składową patologiczną. Starzenie się, będąc procesem rozwojowym, nie może być analizowane z pominięciem odłożonych efektów lat średnich, a nawet wcześniejszych okresów

⁴ H. S. Simms, *Logarithmic increase in mortality as manifestation of aging*, „Journal of Gerontology” 37 (2)/1947, s. 260.

⁵ J. Bjorksten, *The crosslinkage theory of aging*, „Journal of the American Geriatrics Society” 16/1968, ss. 408–427.

⁶ D. Carpenter, *Correction of biological aging*, „Rejuvenation” 7/1980, ss. 31–49.

⁷ A. Stuckelberger, *Anti-Ageing Medicine: Myths and Chances*, Hochschulverlag AG an der ETH, Zurych 2008.

⁸ L. S. Coles, *Life extension for 21st century: The views of UCLA professor Roy Walford*, Los Angeles Gerontology Research Group, 21.04.1995, s. 4 i nn., www.grg.org/resources/walford.html [15.05.2008].

⁹ Do wyjątków należą przypadki, gdy o umierającej osobie starszej lekarz może powiedzieć: „Gaśla jak normalny organizm nieskażony medycyną” (tak właśnie opisała stan umierającej 91-letniej prof. Barbary Skargi ordynator oddziału warszawskiego szpitala, Polskie Radio Program I, 3.09.2009 r.).

życia. Wiele problemów zdrowotnych w okresie starości może mieć źródło w utrzymujących się latami niekorzystnych warunkach życia – zarówno w stylu życia jednostek, jak również w środowisku naturalnym i społecznym.

Wniosek z tego jest jeden: zajmijmy się raczej poprawą warunków zdrowotnych i jakością życia seniorów, zaś kwestię eliksiru młodości zostawmy specjalistom od medycyny kosmetycznej, marketingu i reklamy wyrobów kosmetycznych i farmaceutyków.

Dla „maluczkich”, na ogół niepiśmiennych, skarbnicą wiedzy o starości przez całe wieki była przekazywana ustnie z pokolenia na pokolenia mądrość ludowa¹⁰, kumulująca wielokrotnie potwierdzone w drodze obserwacji zjawiska i procesy jednostkowe, stając się z czasem świadomościowym refleksem doświadczenia społecznego całych zbiorowości. To istotna dla wiarygodności wiedzy zdroworozsądkowej na temat starości i starzenia się uwaga, gdyż powtarzane i przekazywane następnym pokoleniom były tylko te prawidłowości, które pozostawały w zgodzie z powszechnymi wyobrażeniami na dany temat.

Przemiany społeczne, badania naukowe, media, ruchliwość międzypokoleniowa, a także socjalizacja do roli seniora, dokonująca się w odmiennych niż w poprzednich pokoleniach warunkach, z pewnością sfalsyfikowały wiele elementów wiedzy zdroworozsądkowej na temat prawideł starzenia się, ale nie zdezaktualizowały całkiem prowadzonych przez setki lat obserwacji służących formułowaniu maksym mających w wielu wypadkach walory twierdzeń socjotechnicznych¹¹. Dzisiaj wiemy, że zjawiska i problemy związane ze starzeniem się mają wymiar uniwersalny, zwłaszcza w sferze zmian i prawidłowości psychofizycznych pojawiających się w ostatnich fazach życia człowieka i społecznych konsekwencji starości, dlatego analiza dostępnych zasobów na ten temat (np. przysłowia, literatura, pamiętniki, autobiografie) może służyć odczytaniu w miarę spójnego systemu dyrektyw i zaleceń dotyczących sposobów i form postępowania z osobami starszymi i wobec ludzi starych oraz dostarczyć informacje o sposobach definiowania starości i radzenia sobie z problemami, jakie niesie schyłek życia.

Z prowadzonych badań własnych wynika¹², że większość polskich przysłów na temat starzenia i starości ma charakter diagnostyczny (44% ogółu) i dema-

¹⁰ Pierwszy zwrócił na to uwagę A. Podgórecki w pracy: *Socjotechniczna zdolność przysłów polskich*, w: A. Podgórecki (red.), *Socjotechnika – jak oddziaływać skutecznie*, KiW, Warszawa 1970.

¹¹ A. Podgórecki wymienia trzy źródła wiedzy socjotechnicznej: 1) mądrość zdroworozsądkową, 2) wiedzę specjalistyczno-profesjonalną i 3) wiedzę systematycznie sprawdzalną. Ibidem, s. 98.

¹² Szczegółową analizę treści przysłów traktujących o starości i starzeniu się można znaleźć w pracy: Z. Woźniak, *Starość i starzenie się w polskich przysłowiach*, w: L. Leońska, Z. Woźniak (red.), *Profile starości*, Wyd. Miejskie, Poznań 2000, ss. 67–77. Analizie poddano 248 przysłów traktujących o starości, starzeniu się i jego skutkach oraz o pozycji i roli człowieka

skatorski (25%), zwłaszcza gdy ujawniają one uniwersalne cechy starości lub relacji starszego człowieka z jego społecznym otoczeniem. Pozostałe przysłowia zawierają cechy zaleceń doradczych i prakseologicznych (19%) oraz rad ostrzegawczych (12%). „Gerontologiczna” samowiedza społeczna opisywała w okresie „przednaukowym” przede wszystkim takie zagadnienia, jak: starość postrzegana jako rezultat postępującego ubytku sił fizycznych i zmian psychicznych, biopsychospołeczne uwarunkowania położenia ludzi starych oraz starość i małżeństwo, rzadziej natomiast podkreślała rolę seniorów jako depozytariuszy wiedzy, tradycji i doświadczenia oraz dokumentowała prawidłowości ówczesnych relacji międzypokoleniowych.

Na wiedzę zdroworozsądkową, zgromadzoną w świadomości zbiorowej w postaci przysłów ludowych, patrzymy często z przymrużeniem oka, zakładając, że wiele zwyczajów i norm zachowania ujętych w maksymach i porzekadłach należy już do przeszłości. Można jednak zasadnie zapytać, czy w odniesieniu do wszystkich zjawisk opisywanych przez mądrość ludową powyższy zabieg jest w pełni uprawniony, bowiem współczesnych może zaskoczyć niezwykła aktualność diagnoz, rad i ostrzeżeń zawartych w przysłowiach na temat starości i starzenia się. Co więcej, występujące w doświadczeniu zbiorowym prawidłowości zostały potwierdzone i usystematyzowane przez badania naukowe ostatnich dziesięcioleci (zwłaszcza przez medycynę i psychologię). Warto zatem przypomnieć odnotowane przez mądrość ludową cechy i prawa starzenia się człowieka, które można także odnaleźć w publikacjach gerontologicznych:

1. Świadomość trudności w definiowaniu progu starości¹³ mieli nasi przodkowie już kilkaset lat temu, gdyż ani jedno z przysłów nie precyzuje wieku ani innej cechy, której osiągnięcie świadczyłoby o początku starości – jedyną wskazówką w tej materii jest funkcjonalnie i współcześnie brzmiące stwierdzenie, iż „nie starzą lata, ale tarapata”. Konsekwencją takiego sposobu definiowania starości jest wyraźnie dostrzegane w przysłowiach różnicowanie charakterów i sytuacji osób z poszczególnych kategorii wiekowych, podkreślające równocześnie wyjątkowość późnego wieku i trudne położenie człowieka starego.

2. Wejście w starość uważane było przez naszych przodków za początek problemów zdrowotnych, które z każdym rokiem mogą objawiać się kumulacją cierpień fizycznych – przysłowia akcentują zmiany w funkcjonowaniu ukła-

starego w społeczności i kręgu najbliższych, znalezionych w zasobach czterotomowej *Nowej księgi przysłów polskich i wyrażen przysłowiowych* (PIW, Warszawa 1969) oraz w zbiorze Oskara Kolberga pt. *Przysłowia* (LSW, Warszawa 1977).

¹³ Mimo wysiłków przedstawicieli wielu dyscyplin naukowych do dziś nie udało się uzgodnić powszechnie akceptowanej definicji i kryteriów w jednoznaczny sposób określających próg wejścia w fazę starzenia się – specjaliści są zgodni w jednej kwestii: „starzejemy się od momentu poczęcia”.

dów: oddechowego, kostno-stawowego, krążenia, nerwowego, rzadziej mówi się natomiast o zaburzeniach w funkcjonowaniu układu pokarmowego, aczkolwiek autorzy maksym życiowych podkreślają istotną rolę stanu uzębienia dla prawidłowego trawienia.

3. Starość dla wiedzy zdroworozsądkowej objawia się także zmienioną sylwetką – rzeczywistym wskaźnikiem starości jest przede wszystkim pojawienie się trudności z chodzeniem.

4. Rejestrowane zmiany psychiczne uwypuklają wraz z wiekiem zmienność nastrojów i zachowań, brak elastyczności psychicznej, zaburzenia umysłowe oraz regresję do dzieciństwa – nasilające się zmiany i dolegliwości psychofizyczne sprzyjają pojawianiu się u starzejących się osób takich swoistych cech, jak: upór, zrzędlivość, złośliwość, skąpstwo, skłonność do fantazjowania, ciągłe powracanie do czasów minionych, zwłaszcza do młodości.

5. Wiedza zdroworozsądkowa nie przypisuje spadku sprawności intelektualnej wyłącznie ludziom starym – niedostatki w tej dziedzinie przysłowia rejestrują także u przedstawicieli znacznie młodszych generacji.

6. Zmiany biopsychofizyczne zachodzące w starzejącym się organizmie człowieka są traktowane jako procesy obiektywne, którym nie sposób zapobiec, rzadko także zaradzić – co najwyżej zaleca się postępowanie odpowiednie do wieku oraz prowadzenie we wcześniejszych fazach egzystencji racjonalnego trybu życia.

7. Kłopoty i zmartwienia związane ze złym stanem zdrowia i sprawności w ostatniej fazie życia wiedza zdroworozsądkowa wiąże z określonym przez siły nadprzyrodzone układem, w ramach którego smutek i cierpienie są przypisane starości.

8. Stan zdrowia ludzi starych oddany w przysłowiach jest z jednej strony rejestracją uniwersalnych i potwierdzonych przez gerontologię prawideł starzenia się człowieka, a z drugiej – z uwagi na brak rozwiniętego systemu opieki zdrowotnej w okresie powstawania przysłów – obrazem wysoce pesymistycznym.

9. Świadomość przemijania akceptowana w przypadku zjawisk biologicznych leżących u podłoża i towarzyszących starzeniu się nie obejmuje jednak sfery stosunków społecznych starego człowieka, których kształt miałby/mógłby rekompensować ubytek sił witalnych i sprawności oraz byłby swoistą „nagroda” za wysiłek włożony w pracę i wychowanie potomstwa.

10. Sędziwy wiek, mądrość i doświadczenie życiowe, umiejętności zawodowe nie były w okresie powstawania przysłów wystarczającymi przesłankami zachowania przez najstarsze pokolenie dotychczasowej, dominującej pozycji w rodzinie.

11. Przysłowia odnotowały również źródło potencjalnych konfliktów wewnątrzrodzinnych w relacjach synowa – teściowie, wzajemne stosunki między

matką męża a młodą gospodynią mogą bardziej antagonizować partnerów niż relacje teść – zięć.

12. Przysłowia nie zachęcają do wchodzenia w związki małżeńskie starzejących się osób, przestrzegają zwłaszcza przed małżeństwem starszej osoby z partnerem dużo od niej młodszym – mądrość ludowa częściej dopuszcza małżeństwo starzejącego się mężczyzny z młodą kobietą niż poślubienie przez młodego człowieka starszej kobiety.

13. „Bilans zysków i strat” u schyłku życia wywołuje rozczarowanie i przygnębienie, bowiem tak oczekiwany czas zasłużonego odpoczynku i satysfakcji z osiągnięć życiowych rzadko może tym oczekiwaniom sprostać. Równowagę w tym względzie najłatwiej osiągnąć dzięki powściągliwości w oczekiwaniach wobec świata i ludzi oraz w umiejętnym wykorzystywaniu każdej fazy życia, zwłaszcza młodości.

14. Niezależnie od statusu rodzinnego, społecznego i majątkowego mądrość ludowa nakazywała otaczać opieką starzejące się osoby i okazywać im należny z racji wieku szacunek – w przypadku instytucjonalnych form zabezpieczenia społecznego warunkiem pomyślnego starzenia się i oparcia na starość jest, zdaniem autorów przysłów, wyłącznie rodzina.

15. Prestrogi zawarte w przysłowiach i porzekadłach nie przynoszą spodziewanego rezultatu z uwagi na zbyt duży dystans czasowy dzielący młodość i starość.

16. Przysłowia zdominowała egzystencjalna refleksja na temat nieuchronności starzenia się, stąd tylko kilka porzekadeł wskazujących na korzyści „trzeciego wieku” i powszechną chęć dożycia sędziwej starości.

Po analizie przysłów polskich na temat starości nieodparcie nasuwa się wniosek, że sytuacja człowieka starego we wcześniejszych pokoleniach nie była tak idylliczna, jak to się często przedstawia w dyskusjach na temat współczesnych problemów ludzi starych i jak często idealizują ten swoisty „raj utracony” sami seniorzy.

Warto zaznaczyć, że przekazywane z pokolenia na pokolenie przysłowia, istotny składnik wiedzy zdroworozsądkowej poprzednich generacji, stawały się z czasem trwałym elementem świadomości jednostkowej i zbiorowej. Można zatem przyjąć, że znajomość podstawowych prawideł i przejawów starzenia oraz realnego położenia ludzi starych była we wcześniejszych generacjach prawdopodobnie większa niż u ludzi nam współczesnych. Ta z pozoru paradoksalnie brzmiąca teza ma uzasadnienie w zmianach struktury dzisiejszych rodzin (spadek liczby rodzin wielopokoleniowych), względnej izolacji pokoleń oraz nadmiarze wszelkiej informacji. Trudno w tej sytuacji o budowanie samowiedzy o starości i konfrontowanie jej z obserwacjami funkcjonowania starzejących się ludzi w ich naturalnym, społecznym otoczeniu. Z tych powodów naukowa wiedza gerontologiczna jest obecnie coraz częściej domeną wąskich

grup profesjonalistów – jako zbiorowość nie bierzemy jednak udziału w tak zalecanym przez ekspertów i organizacje międzynarodowe procesie edukacji gerontologicznej warunkującym przygotowanie do starości¹⁴, co prowadzi do utrzymywania się stereotypów starości (tab. 2).

Współczesny stereotyp – wbrew temu, co zawiera choćby mądrość ludowa – ukazuje człowieka starego jako jednostkę mało elastyczną, bezproduktywną, schorowaną i niedołązną, a przez to uciążliwą na co dzień oraz kosztowną dla budżetu. Stereotypowo postrzegana starość jest utożsamiana z konserwatywnym myśleniem, brakiem elastyczności w kontaktach społecznych, osamotnieniem, izolacją i zaniedbaniem ze strony członków najbliższej rodziny, z kresem wielu form aktywności i wycofaniem się z prawie wszystkich ról społecznych. Według stereotypu starość stoi w opozycji do wzrostu i rozwoju; jest antytezą zdrowia, niezależności, wigoru i witalności, a także zaprzeczeniem takich wykreowanych przez kulturę masową wartości, jak: atrakcyjność, młodość, konsumeryzm i używanie życia, swoboda obyczajowa i relatywizm moralny. Stereotypy, koncentrując się na przejawach patologii towarzyszącej starości, utrudniają docieranie do świadomości społecznej informacji na temat ich prawdziwości oraz przebiegu normalnego starzenia się. Jeśli pominąć okazjonalne, propagandowe i instrumentalne kierowanie świadomości społecznej na problemy starości (niedobory, dramaty, niedostatki, nadużycia), to nadal trudno o działania polityczne i medialne sprzyjające obiektywizowaniu pojęcia najstarszego pokolenia, a zwłaszcza eksponowaniu pozytywnych aspektów starości, dzięki czemu możliwe byłoby postrzeganie problemów „trzeciego wieku” jako wspólnych dla ludzkiej populacji¹⁵.

Zestarzeć się i umrzeć musimy – wydaje się, że wypierając oba te nieuchronne fakty, ludzie w głębi ducha rozważają, jak długa i kłopotliwa/uciążliwa będzie starość, a także czy można w jakiś sposób uczynić ten ostatni okres życia godnym i satysfakcjonującym (tab. 3).

Na drodze ku zobiektywizowanemu, pozytywnemu myśleniu o starości zbyt często spotykamy w naszej kulturze rafy w postaci jednowymiarowego, biegunowego postrzegania zarówno procesu starzenia się, jak i seniorów. Je-

¹⁴ Mimo wysiłków wielu gremiów gerontologicznych Rada Główna Szkolnictwa Wyższego nie włączyła dotąd geriatry do obligatoryjnego programu kształcenia na kierunku lekarskim. Jedynie połowa uczelni medycznych ma możliwość wykładania fakultatywnie przedmiotu „geriatria” w programie edukacji przeddyplomowej przyszłych lekarzy, są trudności w uruchamianiu specjalizacji z geriatry oraz w szkoleniu lekarzy rodzinnych. Specjalność o profilu zbliżonym do gerontologicznego prowadzą cztery państwowe uczelnie: Uniwersytet Warszawski, Uniwersytet Wrocławski, Uniwersytet Łódzki i UMCS w Lublinie, brakuje też studiów podyplomowych z tej dziedziny (zwłaszcza dla psychologów).

¹⁵ Rangę stereotypu mogą także zyskać niektóre uogólnienia teorii i koncepcji gerontologicznych, osadzonych w określonym okresie rozwoju konkretnego społeczeństwa i zawężonych do pewnego obszaru kulturowego.

Tabela 2. Wiarygodność wyobrażeń społecznych o starości

Rodzaj wyobrażeń społecznych	Treść wyobrażeń społecznych
Przekonania całkowicie nieprawdziwe	<ul style="list-style-type: none"> – starość zaczyna się po 60. roku życia – większość ludzi starych żyje w krajach wysoko rozwiniętych – wszyscy ludzie starzy są tacy sami, podobni do siebie (są kategorią homogeniczną) – kobiety i mężczyźni starzeją się w ten sam sposób – starsze osoby nie są zdolne do nauczenia się nowych umiejętności, przyjmowania nowych informacji, w związku z tym nie muszą się już uczyć – ludzie starzy są na utrzymaniu społeczeństwa – seniorzy to na ogół ludzie bezradni i niezdolni do podejmowania decyzji w kwestiach związanych ze swym życiem – ludzie starsi z wiekiem tracą zainteresowanie płcią przeciwną i seksem, nie są zdolni do zakochania się lub utrzymywania stosunków seksualnych – seniorzy to w większości przypadków osoby zależne, roszczeniowe, oczekują szczególnej pieczy i usługiwania
Nadinterpretacja pewnych cech i zachowań seniorów	<ul style="list-style-type: none"> – seniorzy w pewien szczególny sposób różnią się od reszty populacji – ludzie starzy są nieproduktywni i stanowią obciążenie dla społeczeństwa – niewiele lub nic nie wnoszą do życia społecznego – seniorzy to osoby konserwatywne, mało elastyczne – starzejący się rodzice preferują wspólne zamieszkiwanie z potomstwem – stosowanie drogich procedur i metod leczenia w odniesieniu do starzejących się obywateli to marnotrawstwo środków – ludzie starzy czują się osamotnieni – seniorzy to osoby gderliwe, samolubne, kłopotliwe na co dzień, apodyktyczne i podejrzliwe – wielu starzejących się ludzi chciałoby być znów osobami młodymi – seniorzy wycofują się z życia społecznego
Przekonania prawdziwe w pewnych sytuacjach	<ul style="list-style-type: none"> – ludzi starych nie cieszy własne życie i nie mogą powiedzieć, że jest to „dobre czasy” – seniorzy to osoby bez zajęcia – nie mają nic do roboty, godzinami siedzą przed telewizorem i lubią plotkować – ludzie starzy to osoby zapominalskie – w rozmowie często się powtarzają – ludzie starsi preferują życie w pojedynkę – starzejący się rodzice mają trudności w relacjach z własnymi dziećmi jako osobami dorosłymi – starzejący się rodzice uważają, że ich dzieci nie wiedzą, jak wychowywać swoje potomstwo – seniorzy lubią dawać rady, mają skłonność do wtrącania się w życie innych
Prawidłowości i cechy prawdziwe	<ul style="list-style-type: none"> – seniorzy to kategoria bardzo zróżnicowana zarówno z uwagi na stan zdrowia i sprawność, jak i status społeczny

cd. tabeli 2

Rodzaj wyobrażeń społecznych	Treść wyobrażeń społecznych
Prawidłowości i cechy prawdziwe	<ul style="list-style-type: none"> – ludzie starzy są zdolni do uczenia się nowych rzeczy – nie stają się z wiekiem mniej inteligentni, zachowują też zdolność koncentracji – najstarsze pokolenie wnosi wiele istotnych wartości do życia społecznego i nadal ma wkład w życie zbiorowe (depozytariusze tradycji, wartości i doświadczenia) – większość ludzi zachowuje w starości własny, chociaż zmniejszony krąg przyjaciół/znajomych – osoby starsze częściej niż inni martwią się o swoje finanse i warunki egzystencji – seniorzy bardziej niż inni koncentrują się na problemach zdrowotnych – większość ludzi starych ma kłopoty z widzeniem oraz słyszeniem (zwłaszcza najstarsi) – z wiekiem słabną ich zdolności koordynacyjne – większość ludzi starych mimo problemów zdrowotnych zachowuje zdolność samodzielnego funkcjonowania – większość osób starszych to ludzie sympatyczni, pomagający w miarę własnych możliwości innym – starzejący się rodzice otrzymują zwykle wsparcie emocjonalne od dzieci i nie czują się zaniedbywani przez potomstwo – najstarsze pokolenie wspiera materialnie dorosłe dzieci – seniorzy rzadko umierają tuż po przejściu na emeryturę – ludzie starzy są bardziej niż inni zainteresowani sferą duchową i życiem religijnym – ludzie starzy na ogół szanują i pielęgnują tradycje, obyczaje i zwyczaje – „trzeci wiek” nie jest dla seniorów powtórzeniem dzieciństwa – seniorzy nie chcieliby być ponownie dziećmi

Źródło: opracowano na podstawie literatury przedmiotu i badań własnych.

den biegun to prezentowanie starości i starzenia się jako dramatu jednostkowego, czasu przepojonego cierpieniem i beznadzieją, analizowanego wyłącznie przez pryzmat deficytów i patologii, kosztów utrzymania, leczenia i opieki najstarszego pokolenia (częściej spotykana formuła prezentowania starości). Biegun ten, obejmując głównie zmedykalizowane obrazy starości i starzenia się, niezbyt nadaje się do budowania programów promocyjno-profilaktycznych i zmiany obrazu starości w świadomości społecznej. Nie można oczywiście pomijać złych komunikatów, jakie przynosi starzenie się populacji światowej¹⁶, informujących o narastających problemach związanych z chorobami

¹⁶ K. Dychtwald, *The 10 Physical, Social, Spiritual, Economic, and Political Crises the Boomers Will Face as They Age in the 21st Century*, <http://www.asaging.org/am/cia/dychtwald.html> [15.02.2012].

Tabela 3. Przesłanki satysfakcjonującej starości – przykłady

Piętnaście błogosławieństw osób w okresie późnej dorosłości	Harcerska próba starszej pani
<p>Szczęśliwy kto:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Jeszcze potrafi odwiedzać innych. 2. Oddaje swój czas innym. 3. Umie się cieszyć z drobnych rzeczy. 4. Jest jeszcze proszony o radę. 5. W osamotnieniu nie popada w rozpacz. 6. Nie myśli tylko o własnych osiągnięciach. 7. Umie się śmiać z samego siebie. 8. Potrafi znaleźć w sobie siłę do dźwigania ciężarów życia. 9. Daje się zapraszać. 10. Umie się cieszyć teraźniejszością. 11. Czerpie nauki z bieżącej chwili. 12. Pomimo zmartwień potrafi zachować radość. 13. Umie zapomnieć i wybaczyć. 14. Umie zaakceptować dobre i złe chwile życia. 15. Każdy dzień zaczyna i kończy, jakby to był jego ostatni. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nie mówi o swoich dolegliwościach. 2. Nie ma nikomu „za złe” i nie wszystko wie najlepiej. 3. Nie używa zwrotu „za moich czasów było lepiej”. 4. Nie traci głowy, unika śpieszenia się. 5. Ma czas na wszystko i dla wszystkich. 6. Radzi, ale nigdy nie narzuca. 7. Mimo wszelkich przeszkód stara się zachować własne życie osobiste i od czasu do czasu stara się zapewnić sobie „kurację samotności”. 8. Wie, że każdy ma swoje dobre strony i piękne przeżycia. 9. Pamięta, że żyjemy dziś, a nie wczoraj ani jutro. 10. Pełnią żyje tu i teraz, nie uciekając do tego, czego już nie ma ani nie ma jeszcze.

Źródło: K. Rommel, *Radości i smutki jesieni życia*, WAM, Kraków 2003; B. Wachowicz, *Druhno Oleńko! Druhu Andrzeju!*, Oficyna Wydawnicza Rytm, Warszawa 1995, ss. 241–242.

przewlekłymi trapiącymi ludzi starych (zwłaszcza wywołanych demencjami), rosnącą liczbą seniorów z niepełnosprawnością (zwłaszcza z zaburzeniami sensorycznymi i psychicznymi), niewydolnością wielu systemów instytucjonalnych oraz pauperyzacją osób starszych (zwłaszcza w krajach rozwijających się i/lub znajdujących się w fazie przebudowy ustrojowo-gospodarczej¹⁷).

Biegun przeciwny jest z kolei zdominowany nadmiernie optymistycznymi modelami starości, przypominającymi swoiste manifesty charakterystyczne dla grup mniejszościowych, co niezbyt służy obiektywizacji położenia i potencjału seniorów (wersja ta jest często spotykana wśród aktywnych społecznie ludzi starszych i/lub organizacji seniorskich).

Pogląd, w świetle którego starość jest ujmowana wyłącznie jako stan patologiczny, pewien rodzaj choroby, to przeszłość – dzisiaj dość powszechnie akceptowane są koncepcje ujmujące starość jako naturalny proces zmian (każda materia żywa zmienia z czasem swoją strukturę i funkcje) oraz jako proces

¹⁷ Zaledwie 30–35% rosnącej lawinowo kategorii najstarszych obywateli świata korzysta z systemu zabezpieczenia materialnego ze środków publicznych na starość (szacunki WHO i OECD).

Tabela 4. Dobrodziejstwa starości – przykłady

Dlaczego warto być człowiekiem starym	Dziesięć racji przemawiających za tym, że warto się zestarzeć
<ol style="list-style-type: none"> 1. Rzeczy, które teraz kupujesz, nie będą się zużywać. 2. Doznajesz przyjemności, gdy słyszysz o dobrym funkcjonowaniu i powodzeniu innych. 3. Nie oczekuje się od ciebie, że wbiegniesz do płonącego budynku, aby ratować innych. 4. Nie ma powodu, by uczyć się na błędach. 5. Kidnaperzy nie są tobą zbyt zainteresowani. 6. Jeśli będziesz zakładnikiem, to masz szansę być zwolnionym w pierwszej kolejności. 7. Jeśli masz towarzystwo i sąsiadów, nie musisz już o to zabiegać. 8. Możesz nucić melodie puszczone w windzie. 9. Ludzie dzwoniący o 9.00 rano pytają: „przepraszam, czy nie obudziłem?”. 10. Możesz zjeść obiad o 4.00 po południu. 11. Możesz ze spokojem śledzić gorące debaty na temat oczekiwań wobec emerytury. 12. Nie musisz dłużej myśleć o szybkiej jeździe samochodem jako o wyzwaniu. 13. Jesteś wolny od trzymania swojego żołądka na wodzy, niezależnie od tego, kto wchodzi do pokoju. 14. Twoje oczy nie będą już dużo słabsze. 15. Twoje zasoby na koncie ubezpieczenia zdrowotnego zbliżają się do ostatecznego rozliczenia. 16. Twoje sekrety są bezpieczne, gdyż przyjaciele, którym je powierzyłeś, nie pamiętają o nich. 17. Co prawda twoje zasoby komórek mózgowych liczebnie obniżyły się, ale do poziomu niezbędnego dla funkcjonowania. 18. Ludzie nie będą cię już postrzegać jako hipochondryka. 19. Nie pamiętasz, gdzie czytałeś tę listę dobrodziejstw starości. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nabywasz tanie towary. 2. Łatwo być <i>cool</i> – wystarczy mówić, robić i ubierać się w sposób, który nie kojarzy się ze starością. 3. Ludzie robią pewne rzeczy dla ciebie – otwierają drzwi, pomagają nosić ciężkie rzeczy, przywożą jedzenie. 4. Wszystkie trudne sprawy życiowe masz za sobą – dojrzewanie, kariera, dzieci, kredyty, hipotekę, kumpli. 5. Możesz powiedzieć cokolwiek chcesz, komukolwiek i kiedykolwiek chcesz lub powstrzymać się od tego. 6. Możesz przestać martwić się o swą wagę. Normy będą się zmniejszały, jeżeli będziesz jadł trzy razy dziennie – jesteś wtedy w stanie ich dotrzymać. 7. Możesz przestać martwić się o swój wygląd – od pewnego momentu ta batalia jest przegrana. Możesz przestać martwić się, że włosy są cieńsze, a skóra wisi, marszczy się i ma starcze plamki. I masz szansę dostrzegać pociągające rzeczy u innych ludzi. 8. Pamiętasz czasy, gdy wszystkie śluby kończyły się szczęśliwie i nie rozumiesz dlaczego ludzie chcą to zmienić. 9. Pamiętasz miliony spraw, ludzi, historii i wydarzeń, którymi chcesz się podzielić z kimkolwiek, kto chce tego posłuchać – a oni muszą słuchać, bo jesteś stary i odmowa byłaby nieuprzejmością. 10. Jeszcze żyjesz i możesz porównywać się z mnóstwem ludzi, którzy już zmarli – a często byli dużo młodszy od ciebie – i dochodzisz do wniosku, że wygrałeś szczęśliwy los na loterii zwanej życiem.

Źródło: *Why it's good to be old. How long can we live?*, http://flatrock.org.nz/topics/older_andunder/even_a_tree_is_old_a...; *10 reasons why it's good to get old*, XUP, <http://exurbanpedestrian.wordpress.com/2008/11/19/10-reasons-why-its-good-to-get-old/> [15.04.2014].

zmian wywołany reakcją na wszystko, co dzieje się w środowisku społecznym starzejącej się jednostki¹⁸.

Starość to zatem z jednej strony trudny do zignorowania fakt biopsychospołeczny, ale także bilans, kryzys i triumf nauki oraz technologii (zwłaszcza w medycynie), stąd może ona być postrzegana jako wartość, wyzwanie i/lub zadanie – dla jednych będzie czymś oczekiwanym (zasłużony odpoczynek), spodziewanym (nauka), dla innych będzie stanowić dramat i barierę rozwoju (politycy, finansiści-budżetowcy, rynek pracy, opieka zdrowotna)¹⁹. Dlatego jednym z istotniejszych zadań socjalizacyjnych będzie nauczanie przyszłych pokoleń czerpania satysfakcji z każdej fazy życiowej – człowiek musi mieć bowiem powód do dalszego życia oraz nabrać dystansu do własnego wieku i dostrzegać walory starości (tab. 4).

Analiza pozycji społecznej i prestiżu osób starych, dokonywana zarówno przez wiedzę zdroworozsądkową, jak i badania naukowe, prowadzi do wniosku, że w obrazach starzejącej się jednostki znacznie silniej zaznaczają się cechy statusu przypisanego (nadawanego przez społeczeństwo/grupę na podstawie cech, które jednostka posiada bez własnej zasługi) niż osiągniętego (nadawanego na podstawie cech, które jednostka nabyła przede wszystkim poprzez własne zasługi, np. wykształcenie, poziom dochodów, sytuacja rodzinna) – ważnym zadaniem dla przyszłych pokoleń będzie zatem dopisanie nowych ról do pozycji społecznej najstarszego pokolenia. Wymagać to będzie redefinicji wielu polityk szczegółowych, zwłaszcza polityki społecznej, oraz reorientacji kultury zdominowanej apoteozą młodości ku kulturze ostrożności i przeszacowania etyki życia i śmierci wobec ograniczoności zasobów.

W najbliższych dziesięcioleciach wszyscy znajdziemy się więc pod presją obrazów starości kreślonych przez rzeczywistość biologiczno-demograficzną, mirażę nauki oraz polityczne obietnice. Pokolenia wstępujące będą musiały zadbać o to, by obrazy starości były bliskie rzeczywistości i docierały do szerokiej rzeszy odbiorców z różnych kategorii wiekowych.

Summary

Different faces of the old age – between myths and reality

The author analyzes different aspects of the old age and the knowledge of elderly, using philosophers thoughts, the Christian moral authorities and in particular knowledge of common sense accumulated in the form of proverbs and maxims. The text

¹⁸ Te oczywiście, wydawałoby się, nieledwie zdroworozsądkowo brzmiące dziś stwierdzenia nie są jednakże „mieszkańcami masowej wyobraźni”.

¹⁹ Defetyści określają zagrożenia związane z globalizacją starzenia się mianem „geriatrycznego tsunami”, „geriatrycznego Pearl Harbour”, przestrzegając, że może to w ostatecznym rachunku generować „Gerasic Park”.

describes the stereotypes about old age. The author warns about a one-dimensional image of the elderly and the aging process and deals with such an aspects like: the credibility of the social imagination of old age, the distance to the last phase of life and the positive aspects of aging.

Keywords: faces of the old age, knowledge about the old age, folk proverbs, social imagination

Słowa kluczowe: oblicza starości, wiedza o starości, przysłowia ludowe, wyobrażenia społeczne