

Od lęku przed śmiercią do terapii śmiechem – refleksje nad „dobrą” starością w kulturze późnej nowoczesności

Wprowadzenie

W jednym z najciekawszych filmów ostatnich lat, mierzącym się z problemem upływającego czasu i starości chilijsko-hiszpańskim obrazie Sebastiána Lelii, *Gloria*¹, w jednej ze scen główna bohaterka w wieku tzw. sześćdziesiąt plus – po mistrzowsku odegrana przez Paulinę Garcíę – uczestniczy w zajęciach geloterapii, znanej częściej jako terapia leczniczym śmiechem. W scenie tej leżący swobodnie na podłodze uczestnicy sesji poddają się spazmom gromkiego śmiechu. Ich poruszane gwałtownymi konwulsjami ciała dobrze oddają stopień zaangażowania w tę niecodzienną formę walki o siebie i stają się świadectwem intensywności poszukiwań wyjścia z pułapki, bezradności, rodzaju egzystencjalnego impasu, w jakie potrafi pochwycić życie. Dla młodszych uczestników sesji być może jest to jedynie kolejna próba testowania aktualnych terapeutycznych mód. W przypadku tytułowej Glorii wydaje się czymś więcej – jedną z wielu podejmowanych przez bohaterkę prób doświadczania życia, sprawdzania siebie w sytuacjach nieoczywistych, poszukiwania nieznanego wcześniej doznań, nadawania im nowych znaczeń. Ciekawość Glorii, jej otwartość, a być może i rodzaj ujmującej naiwności, nasuwają skojarzenie z poznawczym impetem dziecka. Zarówno w tej, jak i w wielu innych sytuacjach, obserwując mowę jej ciała, mimikę i gesty, sposób w jaki się porusza, oddaje i zapamiętuje w podejmowanych czynnościach, nie myśli się o jej wieku, balaście doświadczenia, jakie z pewnością ze sobą nosi, lecz o niezwykle wprost głodzie życia, bezpretensjonalnym i szczerym zainteresowaniu tym wszystkim, co w codzienności może przynosić poczucie radości i szczęścia. Jest w jej postaci coś niewinnego i niezwykle dojrzałego zarazem. Gloria zdaje się wykraczać poza granice myślenia i działania, które tradycyjna

¹ *Gloria*, reż. Sebastián Lelio, Hiszpania, Chile 2013.

kultura zwykła rezerwować dla fenomenu starości, nie zadowala jej postulowana kulturowo „sytość dni”, dostateczność bądź wystarczalność wewnętrznego duchowego dorobku życia dojrzałego. Nie poprzestaje na tradycyjnie pojmowanej roli starszej kobiety, od której na obecnym etapie życia oczekuje się już niemal wyłącznie gotowości do dzielenia się tzw. życiową mądrością, wspierania i poświęcania swego czasu, uwagi, energii młodszym, ich problemom, radościom i troskom. Bohaterka wciąż ma od życia osobiste oczekiwania, wciąż ma przeczuć, że może jej ono jeszcze sporo przynieść. W swoich poszukiwaniach jest autentyczna, nie widać śmieszności w sposobie, w jaki przeżywa swoje dojrzałe życie. Potrafi rozsądnie, w zrównoważony sposób korzystać z owego wewnętrznego kapitału – wspiera swoje dorosłe dzieci w ich życiowych decyzjach, ustala nieprzekraczalne granice w relacji z mężczyzną i, pomimo ogromnego rozczarowania, bólu i smutku, jakich doznaje, nie traci chęci do dalszego doświadczania życia ze wszystkimi jego blaskami i z całą ceną, jaką może za nie zapłacić.

Uchwycony w filmie obraz fenomenu starzenia się i przeżywania starości budzi refleksję nad sposobami kulturowego określania, wyrażania i „praktykowania” starości. Jakie prawa uzyskuje, a jakie traci starość w stosunku do młodości? Co przystoi „na starość”, a co nie? Czy kategorię dobrej jakości życia, w przypadku osób w wieku późnej dorosłości, daje się podobnie kojarzyć, jak w przypadku osób młodych czy też może wiek ten rządzi się innymi kryteriami, indywidualnymi i społecznymi? Czy „dobra” starość pozwala się ujmować w kategoriach sukcesu i powodzenia czy też kategorie te można wpisać wyłącznie w język i estetykę młodości, jednoznacznie kojarzonej z dynamiką, zaangażowaniem, energią, wpływem i efektywnością? W jaki sposób kulturowe mechanizmy związane z tradycją i religią regulują nie tylko społeczny odbiór „dobrego” starzenia się, lecz także subiektywny sposób doświadczania tegoż? Jaki rodzaj aspiracji mechanizmy te pobudzają, a jaki dezawuuują; jak definiują i różnicują pozytywne, akceptowalne społecznie i pożądane postawy, działania, zachowania, a jak te, którym w określonym kontekście czasoprzestrzennym nie dane być powszechnie akceptowanymi, uznanymi? Wreszcie – jakie znaczenie w przeżywaniu starości, w pozytywnym lub negatywnym doświadczaniu jakości życia, ma problem starzejącego się ciała?

Poniższe rozważania, inspirowane losami filmowej Glorii, z pewnością nie przyniosą wyczerpujących odpowiedzi na wszystkie postawione tu pytania. Niemniej część z zasygnalizowanych problemów znajdzie swój wyraz w dalszej refleksji nad jakością i mechaniką „dobrego” starzenia się i „dobrej” starości. W dalszej części artykułu chciałabym bowiem skupić się na omówieniu dwóch rodzajów kulturowych strategii radzenia sobie ze starością, wyrastających na gruncie lęku egzystencjalnego przed śmiercią i niebytem oraz na psychologicznych i religijnych uzasadnieniach praktykowania „dobrej” starości.



Lęk przed śmiercią, strategie życia i „dobra” starość

W swoich rozważaniach nad kulturą, rozumianą w kategoriach dynamicznych jako bezustanne dążenie do przekraczania uprzednio wyznaczonych granic, skracanie dystansu między granicznością i transgresją, Zygmunt Bauman pisze o procesach rozszerzania przestrzennych i czasowych granic bytu, obliczonych *de facto* na całkowite ich zniesienie: „Rozszerzanie oraz wymazywanie granic to działanie częściowo od siebie niezależne, częściowo zaś wzajemnie się przenikające, a kulturowe sposoby i środki ich realizacji są po części, jako wyspecjalizowane, odrębne, a po części nakładają się na siebie”². Problemy starzenia się i starości wpisują się w ową logikę, gdyż tak jak sama kultura, której podstawowa aktywność, zdaniem socjologa, dotyczy przetrwania, odsunięcia momentu śmierci, wydłużenia czasu „życia, powiększenia życiowych oczekiwań, a przez to zwiększenie zdolności do przyjmowania treści życia”³, tak i one w sposób nieunikniony mierzą się z perspektywą tego, co wyczerpywalne, wygaszalne, z perspektywą skończoności. Ów egzystencjalny lęk, związany ze świadomością własnej przemijalności, uruchamiający wyobraźnię teologów i psychologów, zdaje się w szczególny sposób dotykać starości właśnie poprzez problem czasu. O problemie mierzenia się podmiotu z własną śmiertelnością pisze protestancki teolog i egzystencjalista, Paul Tillich:

Niebyt jest wszechobecny i rodzi lęk nawet tam, gdzie nie występuje bezpośrednia groźba śmierci. Kryje się w doświadczeniu mówiącym, że jesteśmy unoszeni wraz ze wszystkim wokół nas od przeszłości ku przyszłości, gdzie nie ma żadnej odrobiny czasu, która by natychmiast nie musiała zniknąć. Kryje się w niepewności i w bezdomności naszej społecznej i indywidualnej egzystencji. Kryje się w atakach na naszą możliwość bycia cielesnego oraz duchowego, przypuszczanych przez słabości, choroby i wypadki⁴.

Lęk, którego źródłem jest świadomość ostatecznego niebytu, jak to określa Tillich „nagi lęk”, przeszywający i nieustępliwy jak nieusuwalna jest sama jego przyczyna, może prowadzić do rozpacy, stanu granicznego, grożącej człowiekowi doświadczeniem wszelkiej daremności. W rozpacy nie ma dla człowieka ratunku, rozpacz to niezdolność afirmowania przezeń samego siebie z powodu mocy nieuchronnego niebytu⁵. Szansą dla człowieka pozostaje próba przekucia lęku w strach, inaczej mówiąc – konkretyzacja przedmiotu strachu. W tym miejscu warto zwrócić uwagę, jak wyraźnie z dramatycznym opisem lęku przed śmiercią Tillicha koresponduje ów dynamiczny opis kultury, która według Baumana daje się ujmować jako przestrzeń napięcia pomiędzy procesami

² Z. Bauman, *Śmierć i nieśmiertelność. O wielości strategii życia*, Warszawa 1998, s. 10.

³ Tamże, s. 11.

⁴ P. Tillich, *Męstwo bycia*, Poznań 1994, s. 51–52.

⁵ Tamże, s. 59–63.



rozszerzania i wymazywania granic w myśleniu o tym, co śmiertelne i o tym, co nieśmiertelne. Pojęcia śmiertelności i nieśmiertelności Bauman określa jako uznawane i praktykowane strategie życia⁶, na które można spróbować spojrzeć jak na owe konkretyzacje przedmiotu strachu, zaś różnice między nimi przystają do odmienności rozważań nad nowoczesnością i ponowoczesnością. O obu strategiach życia, tzw. typach – nowoczesnym i ponowoczesnym – Bauman pisze następująco:

Typ nowoczesny wraz ze swym charakterystycznym dążeniem do *dekonstrukcji* śmiertelności (to jest do rozproszenia kwestii walki ze śmiercią w wielu mnożących się i nierozstrzygniętych bitwach przeciw konkretnym dolegliwościom i innym zagrożeniom życia; do przeniesienia śmierci z jej niegdyśszej pozycji ostatecznego, acz odległego, horyzontu życia, wprost do centrum życia codziennego, a więc do wypełnienia tego ostatniego zabiegami mającymi na celu obronę przed nieostatecznym, relatywnie mniejszym, czyli w zasadzie *rozwiązywalnym* problemem zagrożenia zdrowia) oraz ponowoczesny, z jego wysiłkami zmierzającymi do *zdekonstruowania* nieśmiertelności (to jest zastąpienia historycznej pamięci rozgłosem, ostatecznej, nieodwołalnej śmierci – zniknięciem oraz przekształcenia życia w nieustanne, codzienne próbowanie uniwersalnej śmiertelności rzeczy i zacierania opozycji pomiędzy tym, co przemijalne, i tym, co trwałe)[...]⁷.

W dalszych rozważaniach rozróżnienie to pozwoli przyrzeć się najczęściej przyjmowanym sposobom radzenia sobie ze starzeniem się i starością, oscylującym między dwoma biegunami wyznaczanymi przez afirmację siebie i poczucie satysfakcji z własnego życia z jednej strony oraz rozpacz uświadomienia własnej przemijalności z drugiej.

Perspektywa racjonalności nowoczesnej wydaje się niezwykle kosztowna psychologicznie i kulturowo, egzystencjalnie przytłaczająca, ujawniająca ludzką bezradność wobec śmiertelności. Jej namacalnym, fizycznym znakiem jest właśnie proces starzenia się i starość, którą należy pozbawić „żądła”, potraktować jak chorobę czy dolegliwość podlegającą interwencji, a tym samym – dowieść ludzkiej zaradności i skuteczności w jej zwalczaniu. Rozwój technologii i medycyny pozwala w tej kwestii na coraz więcej, stając się sprzymierzeńcem człowieka w wojnie przeciw śmiertelności. I tak:

Eschatologia przeradza się w technologię [...]. Transcendencja śmiertelności zastąpiona została umysło- i energochłonnym zadaniem transcendowania technicznej zdolności życia. Jest to tryumf doczesnej, rozwiniętej na miarę życia instrumentalności nad metafizycznym celem wpisany w wieczność. Tryumf wydarzenia nad czasem, żywotnego *teraz* nad przyszłą śmiercią. Przyszłość została obalona, usunięta z pola widzenia⁸.

⁶ Z. Bauman, *Śmierć i nieśmiertelność...*, s. 15.

⁷ Tamże, s. 16.

⁸ Tamże, s. 169.



W przypadku filmowej Glorii wymownym znakiem przekraczania śmiertelności, nowoczesnym tropem na drodze do transgresji, jest operacja katarakty. Wzrok, pogarszający się wraz z wiekiem, coraz bardziej ograniczający ludzką autonomię i poczucie sprawstwa, skazujący na zależność od innych, będący jednym z najdotkliwszych *memento* starości i wyczerpującego się czasu, może stać się areną spektakularnego zwycięstwa nad umieraniem, nad umieraniem wolności i podmiotowości jednostki. Współczesne sposoby leczenia tej choroby to znak tryumfu nowoczesnej strategii radzenia sobie ze śmiertelnością – egzystencjalny lęk przed śmiercią przyjmuje postać zwykłego strachu o powodzenie medycznego zabiegu. Ten zaś, w dobie wysoko rozwiniętych technologii leczniczych, nie tak już trudno wyciszyć.

W odmienny sposób problem ten daje się podjąć w perspektywie racjonalności ponowoczesnej. Tu, wpisany w egzystencję i szczególnie wyczuwalny w okresie starości, lęk przed śmiercią oraz strategia „wygrywania” nieśmiertelności zaczarowuje się poprzez multiplikację zmiany, ruchu i samej śmierci. Strategia ta jest znana konsumentom technologii cyfrowych, świadkom po wielokroć umierających, a następnie zyskujących kolejne życie bohaterów gier komputerowych bądź też użytkownikom innych form kultury popularnej i Internetu, dobrze oswojonych ze śmiercią tymczasową, nietrwałą, ze śmiercią „na chwilę”. Śmierć przestaje być śmiertelna – jednorazowa, nieuchronna i nieodwracalna. Ponowoczesność zmienia sposób postrzegania czasu – każde wydarzenie można dowolną ilość razy przerwać, wzbudzić, odtworzyć. Tym samym i samej śmierci daje się odebrać rdzeń śmiertelności, można ją odczynić lub zawiesić. I tylko owo zawieszenie wydaje się być prawdziwie „nieśmiertelne” – bezustanne, ciągle, z gwarancją trwania i trwałości. Ten stan rzeczy opisuje Bauman:

Przedmioty przychodzą i odchodzą, ale później znowu przychodzą, nigdy nie nadużywając zdolności skupienia uwagi. Skazane są na nomadyczną egzystencję i komiwojażerów. Ubiegłoroczne śmieci stają się wypieszczonymi antykami, upadłe gwiazdy ostatniego pokolenia przekształcają się w idoli nostalgicznym marzeń, budzące ongiś odrazę pola mordy przeżywają dziś inwazję przejętych grozą turystów, poszukujących naszej chwalebnej spuścizny: przemysłowych czy militarnych triumfów. Wczorajsze przeżytki stają się dzisiejsza pasją, ale skazane są na niepamięć, zanim jeszcze, przy werblach i fanfarach, utworzą sobie drogę ku centrum dzisiejszej uwagi. Codziennie powtarzana śmiertelność obraca się w nieśmiertelność; wszystko staje się nieśmiertelne i nic nie jest nieśmiertelne. W rzeczywistości tylko samo przemijanie jest trwałe⁹.

Skoro życia i śmierci można doświadczać przez pryzmat ustawicznych zmian lub odtworzeń, migoczących znaczeń i braku ciągłości, to i nieśmiertelność daje się sytuować w tym porządku, można ją odtąd ustawicznie testować, zaczarowywać, utrzymywać. Ani śmierć, ani nieśmiertelność nie są już zatem ani raz, ani na

⁹ Tamże, s. 208–209.



zawsze. Jako takie ulegają naturalizacji, dają się oswajać. Nie wywołują już metafizycznej trwogi, ponieważ nie lokują ludzkiego doświadczenia w perspektywie ostateczności i niebytu.

Filmowa Gloria wpisuje się w ową ponowoczesną logikę swym nienasyceniem, głodem doświadczeń i życia, nowych doznań, sytuacji, spraw, emocji i uczuć oraz podejmowaniem kolejnych prób w ich poszukiwaniu. Jej niezgoda na zamknięcie w tradycyjnie rozumianej roli statecznej starszej pani, która już wyczerpała swój życiowy limit przyjemności i ekscytacji ducha i ciała, jej siła i determinacja, by radzić sobie z rozczarowaniami, dawanie życiu kolejnych szans, podejmowanie nowych poszukiwań, czerpanie z życia, pomimo oczywistej, estetycznej nieprzystawalności tych dwóch przykładów, nasuwa skojarzenie ze strategią gry komputerowej, w której bohaterowi bezustannie dawane są kolejne szanse na życie zupełnie od nowa. Jakby każdy nowy krok i gest, każda inicjatywa i życiowa próba miały blokować surowy upływ czasu, wyłtümiać lęk, rozbrajać strach, anulować perspektywę niebytu. Zaprzeszanie i rezygnacja obudziłyby demony rozpacz, zyskałyby wymiar zgody na śmierć, oznaczałyby powrót do czasu ujmowanego liniowo, chwila po chwili czyniącego Głorię bardziej śmiertelną, nieubłaganie znikającą, rozplywającą się w oceanie historii gatunku ludzkiego.

Dwa przywołane wyżej typy myślenia o kulturowych i egzystencjalnych aspektach ludzkiej przemijalności można potraktować jako rodzaj socjologiczno-antropologiczno-teologicznego tła dla refleksji nad sposobami doświadczania starości. Warto w tym miejscu zwrócić uwagę na fakt, iż współczesność to prawdziwy konglomerat potencjalnie różnorodnych wersji tych doświadczeń, rozpiętych – o czym była mowa wcześniej – między biegunami afirmacji i rozpacz. Umożliwia ona współistnienie odmiennych modeli starzenia się, zarówno tych uobecnionych w tradycyjnej wyobraźni i religii, skrupulatnie wyliczających kanony norm i wartości, które jednostka powinna wnosić do życia społecznego i którymi winna się kierować, jak i tych wyraźnie bliższych postępowej i ponowoczesnej wizji pedagogii starzenia się, wyrażanych przez filmową Głorię, w których jednostka, pomimo ponoszonych w związku z upływającym czasem strat, nie rezygnuje z przyjemności i blasków życia.

Między mądrością a narcyzmem – „dobra” starość w psychologii i religii

W psychologii namysł nad sposobami „praktykowania” starości zwykło się wiązać z kategoriami mądrości i narcyzmu¹⁰. Obie one w szczególny sposób

¹⁰ W niniejszym artykule wskazuję bardzo zdawkowo i jedynie wybrane problemy z tego zakresu. Więcej można odnaleźć w kierunkowej literaturze przedmiotu, m.in.:



dotyczą omawianego okresu. W koncepcji Erika Eriksona mądrość to zwieńczenie rozwoju człowieka w ostatnim, ósmym jego stadium, przypadającym właśnie na okres starości. Oznaczać ma pozytywne rozwiązanie wcześniejszych ośmiu fundamentalnych dylematów egzystencjalnych oraz wykształcenie ośmiu podstawowych jakości ego; określana jest jako rodzaj „opartego na posiadanej wiedzy i pozbawionego subiektywnych emocji zainteresowania życiem samym w sobie w obliczu samej śmierci”¹¹. Mądrość tego rodzaju odnosi się często do sfery ducha, rozwój duchowy zaś wiąże ze słabnącym egocentryzmem i wzrostem zainteresowania dla spraw pozaosobistych. Maria Straś-Romanowska pisze, że:

Punktem zwrotnym w rozwoju mądrości duchowej jest przemiana ustosunkowania do świata, do innych ludzi i do samego siebie, w kierunku uwalniania się od osobistego (angażującego własne *ja* i oceniającego) punktu widzenia, dzięki czemu relacje jednostki ze światem nabierają charakteru pozapodmiotowego¹².

Przemiana ta możliwa jest dzięki wewnętrznej wolności jednostki, dzięki zdolności przekraczania wewnętrznych ograniczeń, określanej przez autorkę kategorią autotranscendencji¹³. Wiąże się z rozwojem silnej woli w osiągnięciu samorealizacji oraz tzw. światopoglądu kosmicznego, obejmującego całą rzeczywistość, widzialną i niewidzialną, jej początek i koniec, co umożliwi postrzeganie swojego życia w szerszym kontekście i odkrywanie jego głębszych sensów¹⁴. Mądrość w psychologii, jako kategoria holistyczna, ujmowana jest w charakterze ideału, wartości wskazującej kierunek rozwoju, celu, do którego można zmierzać, choć ostatecznie osiągnąć go nie sposób¹⁵. W praktycznej odsłonie życia kojarzy się ją

A. Kałużna-Wielobób, *Potoczne koncepcje mądrości*, [w:] *Oblicza starości we współczesnym świecie. Perspektywa psychologiczno-medyczna*, red. P. Brudek, S. Steuden, I. Januszewska, A. Gamrowska, Lublin 2015; P.A. Giguère, *Dorosły człowiek dojrzała wiara*, Kraków 1997; P.B. Baltes, J. Glück, U. Kunzmann, *Mądrość. Jej struktura i funkcja w kierowaniu pomyślnym rozwojem w okresie całego życia*, [w:] *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i innych cnotach człowieka*, red. J. Czapiński, Warszawa 2004; A. Carr, *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu i ludzkich siłach*, Poznań 2009; K. Dąbrowski, *W poszukiwaniu zdrowia psychicznego*, Warszawa 1996; J. Skawroń, *Noc ducha i dezintegracja pozytywna*, Kraków 2007; M. Straś-Romanowska, *Rozwój osobowości człowieka dorosłego. Od adaptacji do autotranscendencji*, „Acta Universitatis Wratislaviensis. Prace Psychologiczne” 1995, nr 38, s. 41–53; P. Vitz, *Psychologia jako religia. Kult samouwiełbienia*, Warszawa 2002; V.E. Frankl, *Homo patiens*, Warszawa 1984; A. Gałdowa, *Powszechność i wyjątek. Rozwój osobowości człowieka dorosłego*, Kraków 1994.

¹¹ E. Erikson, *Dopełniony cykl życia*, Poznań 2002, s. 75.

¹² M. Straś-Romanowska, *Późna dorosłość*, [w:] *Psychologia rozwoju człowieka*, red. J. Trempała, Warszawa 2011, s. 343.

¹³ Zob. M. Straś-Romanowska, *Rozwój osobowości człowieka dorosłego. Od adaptacji do autotranscendencji*, „Acta Universitatis Wratislaviensis. Prace Psychologiczne” 1995, nr 38, s. 41–53.

¹⁴ A. Kałużna-Wielobób, *Psychologiczne koncepcje mądrości*, „Terazniejszość – Człowiek – Edukacja” 2014, nr 68 (4), s. 73.

¹⁵ Tamże, s. 75.



z takimi cechami, jak refleksyjność, doświadczenie, empatia, zrozumienie, cierpliwość i delikatność¹⁶. W zakresie motywacji i działania wiąże się ją z równoczesnym nastawieniem na dobro własne, innych ludzi i dobro globalne, wskazuje na właściwe jej myślenie długofalowe, uwzględniające perspektywę dłuższą niż własne życie, kierowanie się wartościami wyższymi, przy jednoczesnym zrozumieniu względności i relatywności subiektywnych wartości istotnych dla innych oraz posługiwanie się różnymi sposobami poznania i myślenia – myśleniem relatywistycznym, dialektycznym i intuicyjnym¹⁷.

Opisy rozumianej w ten sposób mądrości, poza obszarem psychologii, można odnaleźć także w różnych tradycjach religijnych. Święte księgi bardzo wielu religii wiążą mądrość z okresem sędziwym, wyznaczają osobom starszym kluczowe role społeczne oraz nakazują wobec nich szacunek i posłuszeństwo. Często ukazują mądrość starców na tle ich religijności i pobożności, czyniąc je wzorem dla młodych, oraz zawierają liczne wskazówki dotyczące „dobrej” i „złej” starości.

W judaizmie związek między starością a mądrością jest wyrażany w zdecydowany sposób i bardzo jednoznacznie. W Księdze Hioba mowa jest o tym, że „tylko u starców jest mądrość, roztropność u wiekiem podeszłych” (Hi 12,2)¹⁸. W Księdze Kapłańskiej można odnaleźć związek między szacunkiem wobec sędziwych, a szacunkiem wobec Boga: „Przed siwizną wstaniesz, będziesz szanował oblicze starca, w ten sposób okażesz bojaźń Bożą. Ja jestem Pan!” (Kpł 19,32). Hanna Grzesiak zauważa, że osiągnięcie sędziwego wieku było w starożytnym Izraelu uważane za ogromne błogosławieństwo i traktowane jako nagroda za szacunek okazywany rodzicom. Szacunek ten miał wynikać z religijności człowieka i pragnienia przestrzegania życia religijnego, o czym w bardzo wielu miejscach mówi Biblia i literatura talmudyczna¹⁹.

Podobnie rzecz ma się z tradycją chrześcijańską. Tu podobną formułę wyrażają między innymi słowa z listu apostoła Pawła do Tytusa, szeregiem wskazówek dla młodych i starych, podkreślając dodatkowo praktyczną stronę problemu:

Starcy winni być ludźmi trzeźwymi, statecznymi, roztropnymi odznaczającymi się zdrową wiarą, miłością, cierpliwością. Podobnie starsze kobiety winny być w zewnętrznym ułożeniu jak najskromniejsze, winny unikać plotek i oszczerstw, nie upijać się winem, a uczyć innych dobrego. Niech pouczają młode kobiety, jak mają kochać mężów, dzieci, jak mają być rozumne, czyste, gospodarne, dobre, poddane swym mężom – aby nie bluźniono słowu Bożemu (Tt 2,1–5).

¹⁶ A. Nowicka, *Starość jako faza życia człowieka*, [w:] *Wybrane problemy osób starszych*, red. A. Nowicka, Kraków 2008, s. 22.

¹⁷ A. Kałużna-Wielobób, dz. cyt., s. 64–77.

¹⁸ *Biblia Tysiąclecia. Pismo Święte Starego i Nowego Testamentu*, Poznań 2002.

¹⁹ H. Grzesiak, *Wykluczenie społeczne w starożytnym Izraelu*, [w:] *Wykluczenie społeczne wczoraj i dziś*, red. H. Grzesiak, M. Fryza, K. Ratajczak, Poznań 2012.



Mądrość starych wyznacza standardy prawdziwej pobożności, zakreśla ramy dobrego, wartościowego życia, urealnia wizję Królestwa Bożego na ziemi.

Święta księga islamu, Koran, podobnie jak judaizm nakazuje szacunek wobec starszych jako wyraz posłuszeństwa wobec Boga. Tomasz Stefaniuk podkreśla, że nakaz bycia miłosiernym jest w islamie nakazem ogólnym, natomiast w hadisach można spotkać się z jego uszczegółowieniem. Tam zaleca się miłosierdzie wobec osób starszych, a zwłaszcza wobec własnych rodziców²⁰. W samym Koranie znajdują się następujące słowa dotyczące statusu osób starszych:

Nie umieszczaj razem z Bogiem żadnego innego boga, abyś nie został poniżonym i opuszczonym! I postanowił twój Pan, abyście nie czcili nikogo innego, jak tylko Jego; i dla rodziców – dobroć! A jeśli jedno z nich lub oboje osiągną przy tobie starość, to nie mów im «precz» i nie popychaj ich, lecz mów do nich słowami pełnymi szacunku! Pochylaj ku nim skrzydło łagodności, przez miłosierdzie, i mów: «Panie mój, bądź dla nich miłosierny, tak, jak oni byli, wychowując mnie, kiedy byłem mały» (Koran 17,22–24)²¹.

Prorok Mahomet nauczał, że Bóg otwiera bramy raju temu, kto dobrze traktował swych rodziców, natomiast pozostaje zagniewany na tego, kto ich rozzłościł, nawet jeśli byli dla niego niesprawiedliwi. „Zadowolenie Pana jest połączone z zadowoleniem rodziców, gniew zaś Pana jest połączony z gniewem rodziców”²².

Mądrość sędziwych na gruncie psychologii i religii jawi się jako fenomen łączący w sobie cechy zarówno ideału, jak i praktyki życia, skupia w sobie wyobrażenie tego, co stanowi istotę człowieczeństwa, jego najpełniejszego wymiaru, związanego z autotranscendencją, wyjściem poza perspektywę skupienia na sobie – ku innym. „Dobra” starość, organicznie związana z mądrością, nie tylko czyni lepszym świat dzisiejszych generacji. Poprzez dobrą pamięć o sobie, zmienia równowagę między życiem a śmiercią. Bauman pisze: „Cieleśnie wszyscy ludzie muszą umrzeć – ale niektórzy [...] mogą pozostać jako jednostki właśnie w pamięci potomnych. Ich drugie, pozagrobowe życie trwać może w zasadzie tak długo, jak długo istnieć będą istoty pamięcią obdarzone”²³. „Dobra” starość, poprzez powszechne kulturowe uznanie dla kapitału sędziwego, mądrego i podobającego się wszelkim bogom życia, wzmacnianego tradycjami świętych ksiąg, dzięki trwałości pamięci potomnych, ciągłości pokoleniowej i kulturowej spuściznie, staje się zatem świadectwem dekonstrukcji śmiertelności, trwania aż po horyzont czasu.

Obok niej, pośród światów życia współczesnych, obecna jest i inna starość – narcystyczna. Anna Przewłocka-Alves, omawiając ten problem z perspektywy psychoanalizy, wskazuje na kluczową dla narcyzmu w okresie starości kwestię,

²⁰ T. Stefaniuk, *Starość w ujęciu islamu – stanowisko tekstów źródłowych: Koranu i hadisów*, „Theologica Wratislaviensia” 2015, t. 10, s. 122.

²¹ Koran, Warszawa 1986.

²² T. Stefaniuk, dz. cyt. s. 123.

²³ Z. Bauman, *Ponowoczesność jako źródło cierpień*, Sic!, Warszawa 2000, s. 257.



jaką stanowi libido: „Energję libidalną można zdefiniować jako siłę, która pozwala nam żyć, Kochając własną osobę i Kochając innych [...]. Podświadomie libido popycha nasze zachowania i myśli w kierunku przyjemności”²⁴. Tymczasem w omawianym okresie z powodu licznych strat następuje osłabienie tego popędu, a równowaga między popędem życia a popędem śmierci zaczyna przechylać się na stronę śmierci. Wskutek zaniku życia seksualnego, śmierci partnera bądź też utraty pozycji społecznej, również i ego, czyli *ja* osoby starszej, musi ulec reorganizacji, aby dostosować się do nowej rzeczywistości. „Starząc się, Ja musi sobie poradzić z tym, kim było i kim staje się z biegiem czasu, dostosować do nowych warunków na tyle, na ile jest do tego zdolne”²⁵. Potrzebuje do tego pozytywnego obrazu siebie, zdrowej odmiany narcyzmu. Dawniej, w dzieciństwie, w czasie intensywnych zmian pomagała mu w tym miłość i empatia rodzicielska. Obecnie dokonująca się „praca starzenia”, uderzająca w podstawy zdrowego narcyzmu, przypomina przeżywanie żałoby ego.

Praca psychiczna starzenia się jest sposobem adaptacji Ego do zmian w ciele. Warto podkreślić, że psychicznie nie odczuwamy starości. Po pierwsze, to nasze ciało podlega zmianom, po drugie zaś, spojrzenie i oczekiwania innych osób zmieniają się z biegiem czasu. Te aspekty rzeczywistości poddawane są analizie po to, by psychika mogła je wziąć pod uwagę i dostosować się do tego. I to, w jaki sposób została ona zorganizowana, zależy od tego, jak poradzi sobie ze zmianami²⁶.

Dodatkowym wyzwaniem w owym „układaniu się” z narcyzmem i ego jest specyfika współczesnej kultury, wyrastająca na gruncie społeczeństwa somatycznego (*somatic society*)²⁷, w której to właśnie ciało staje się jedną z najważniejszych przestrzeni wpisywania znaczeń²⁸. Tu człowiek konstruuje własną tożsamość poprzez wizualny i „funkcjonalny” image, zgodnie z aktualnym stanem wiedzy o obowiązujących standardach i wzorcach kulturowych ciała²⁹. Zwykle wiedza ta (a więc i władza³⁰) wiąże się ze zjawiskiem juwenalizacji³¹, czyli kultywowaniem młodości. Renata Konieczna-Woźniak zauważa, że:

²⁴ A. Przewłocka-Alves, *Psychologia starości w ujęciu psychoanalitycznym i perspektywy psychoterapeutyczne*, „Theologica Wratislaviensia” 2015, t. 10, s. 29.

²⁵ Tamże, s. 30–31.

²⁶ Tamże, s. 33.

²⁷ A. Dziuban, *Społeczny obraz starości i postrzeganie własnego ciała w procesie starzenia się. Przegląd piśmiennictwa*, „Gerontologia Polska” 2010, t. 18, nr 3, s. 141.

²⁸ Z. Bauman, *Ciało i przemoc w obliczu ponowoczesności*, Toruń 1995, s. 70.

²⁹ Z. Melosik, *Tożsamość, ciało i władza w kulturze instant*, Kraków 2010, s. 18–19.

³⁰ Zbyszko Melosik pisze, że „znaczenia ciała pięknego i brzydkiego, zdrowego i chorego, wypielęgowanego i zaniedbanego, muskularnego i zwiotczałego wynikają ze specyfiki aktualnych stosunków społecznych. Ich wytwarzanie i rozpowszechnianie związane jest z praktykowaniem władzy społecznej”. Z. Melosik, dz. cyt., s. 17.

³¹ R. Konieczna-Woźniak, „Odmłodzona” starość – implikacje podmiotowe i społeczne, „Studia Edukacyjne” 2012, nr 21, s. 252.



Ciało nie jest już tylko podstawą samookreślenia, ale wyznacza też poziom społecznej akceptacji jednostki. Kultura konsumpcyjna narzuca obowiązek zarządzania ciałem, zgodnie z tworzonymi przez nią wzorami [...]. Współczesna kultura konsumpcyjna silnie wpływa na społeczne postawy wobec starości i nie kształtuje odmiennych wzorów piękna dla różnych etapów życia. Można więc uznać, iż unifikuje również oczekiwania stawiane ludzkiemu ciału. Pozostaje więc wybór: podjęcie starań odmłodzenia *starości* albo narażanie się na brak społecznej akceptacji³².

Poprzez coraz bardziej zaawansowane i wyrafinowane sposoby radzenia sobie ze starzejącym się ciałem i duchem, ponowoczesność oddaje głos logice młodości, jędrności i żywiołowości³³. Tym samym dekonstruuje tradycyjnie rozumianą starość, postrzegając ją nie tylko jako nieadekwatną w stosunku do obowiązujących standardów piękna, lecz także jako zdezaktualizowany projekt tożsamościowy, przebrzmiały normatywny model mądrości sędziwych.

Jednocześnie wypierając starość z wyobraźni społecznej poprzez jej odmładzanie, swoisty rodzaj delegitymizacji, ponowoczesność, jak to opisywał Bauman, zdaje się prowadzić przewrotną grę ze śmiercią i nieśmiertelnością. Pozorując odwracalność upływającego czasu, wymazując pamięć kumulowanego w ciągu długiego życia doświadczenia, podmieniając starość na młodość, dokonuje się odczynianie śmierci i zaklinanie nieśmiertelności, dowodzenie, że w każdej chwili można zawrócić bieg życia, że to, co nieuniknione okazuje się być do uniknięcia, a to co miało być ostateczne i nieodwracalne daje się odegrać wstecz lub zwyczajnie powtórzyć jak nagranie cyfrowe (raz cofnięta, „odmłodzona” starość z pewnością da się cofnąć ponownie, i ponownie, i ponownie...). Tak oto śmierć zostaje odczarowana, pozbawiona symbolicznej mocy sprawczej³⁴.

Konkluzje

Niewątpliwie radzenie sobie z takim zróżnicowanym (tradycyjnym, związanym z etosem mądrości wieku sędziwego oraz ponowoczesnym, związanym z kulturą *somatic society* i kultem młodości) kontekstem rekonstruowania swojej

³² Tamże.

³³ A. Dziuban, dz. cyt., s. 141.

³⁴ Strategii tej odpowiada antropologiczny model kultury prefiguratywnej według Margaret Mead, charakteryzujący się odwróceniem klasycznego porządku transferu kultury. W kulturze prefiguratywnej starsze generacje uczą się od młodszych, nie zaś na odwrót, jak to miało miejsce wcześniej. Badaczka pisze: „żadne wcześniejsze pokolenie nie poznało, nie doświadczyło i nie wykorzystało tak szybkich zmian, rozszerzenia źródeł energii, środków komunikacji, pojęcia ludzkości, granic dostępnego wszechświata, pewników na temat nieznanego i ograniczonego świata, fundamentalnych wymagań życia i śmierci”. M. Mead, *Kultura i tożsamość. Studium dystansu międzypokoleniowego*, Warszawa 1978, s. 122.



tożsamości i walki o uznanie przez osoby starsze, wymaga od nich nowych kompetencji, a także znacznie większej mobilizacji, energii i determinacji niż kiedykolwiek wcześniej. Dziś, jak pisze Bauman,

wzorcy i porządki nie są już *dane*, a tym bardziej *oczywiste*. Jest ich wiele; zderzają się z sobą, a ich wytyczne niejednokrotnie przeczą sobie wzajemnie, co pozbawia je nieodpartej, zniewalającej siły [...]. W efekcie mamy dziś do czynienia ze zindywidualizowaną i sprywatyzowaną wersją nowoczesności, w której obowiązek kreowania wzorców oraz odpowiedzialność za porażkę spoczywają przede wszystkim na barkach poszczególnych jednostek. Nadszedł czas roztopiania wzorców zależności i wzajemnych relacji. Są one dzisiaj plastyczne w stopniu nie znanym wcześniejszym pokoleniom i dla nich niewyobrażalne, ale – jak wszystkie płyny – nie zachowują długo swego kształtu. Łatwiej nadać im kształt, niż go utrzymać. Ciała stałe uzyskują swą formę raz na zawsze. Zachowanie niezmiennego kształtu w przypadku płynów wymaga wyjątkowej uwagi, ciągłej czujności i nieustannego wysiłku, choć nawet wtedy rezultat nie jest z góry przesądzony³⁵.

Owa różnorodność modeli starzenia się, jak też i strategii symbolicznego „radzenia sobie” ze śmiercią, stawiają jednostkę wobec niezwykle wymagającego zadania – zadania autonomicznego wyboru lub obrony najlepszej dla siebie wersji tożsamości. Czas, w którym dostępny był tylko jeden projekt „dobrej” starości, minął. Dziś teoretycznie każdy zyskuje potencjał wolności samookreślenia, konstrukcji dowolnej wersji siebie. Nie musi się już lękać, że jakieś nienaruszalne, ponadczasowe, uniwersalne autorytety zakwestionują prawomocność jego wyboru. Tam, gdzie kończy się prosta transmisja wzorców, norm, interpretacji i znaczeń, tam, gdzie nikt, ani nic nie pozostawia złudzeń, co do uprzywilejowania jakiegokolwiek wyboru, tam pojawia się przestrzeń na ponowoczesny imperatyw dojrzałości, również dojrzałej starości.

Obserwując filmową *Glorię*, można odnieść wrażenie jakby bohaterki zupełnie nie trapiło „zewnątrzne oko”. Zdaje się całkowicie zanurzona we własnym doświadczaniu życia, skupiona na „odśrodkowej” perspektywie postrzegania i odczuwania świata. Jej osoba budzi refleksję związaną z różnicą między omówionymi wyżej perspektywami myślenia o starzeniu się – tradycyjną a ponowoczesną. Jej styl życia, sposób jego doświadczania wydają się impregnowane na konwencję i presję społeczną, tu świadomość opiera się kontroli ciała, bierze górę nad jego ograniczeniami. Może zatem *Gloria* to trafny przykład „dobrego” starzenia się, przykład na miarę XXI wieku? Nie z uwagi na konwencję bądź styl, który prezentuje (jego treść można by uznać za wtórną, dającą się dowolnie „wypełnić”), lecz ze względu na znajdującą wyraz niemal na każdym kroku, wyraźną i przemawiającą do widza wewnętrzną autonomię bohaterki, jej samoświadomość, energię życiową i niezłomność w przełamywaniu oporów rzeczywistości.

Może właśnie tak...?

³⁵ Z. Bauman, *Płynna nowoczesność*, Kraków 2006, s. 14–15.



Bibliografia

- Baltes P.B., Glück J. Kunzmann U., *Mądrość. Jej struktura i funkcja w kierowaniu pomysłnym rozwojem w okresie całego życia*, [w:] *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i innych cnotach człowieka*, red. J. Czapiński, PWN, Warszawa 2004.
- Bauman Z., *Ciało i przemoc w obliczu ponowoczesności*, Wydaw. UAM, Toruń 1995.
- Bauman Z., *Płynna nowoczesność*, przekł. T. Kunz, Wydaw. Literackie, Kraków 2006.
- Bauman Z., *Ponowoczesność jako źródło cierpienia*, Sic!, Warszawa 2000.
- Bauman Z., *Śmierć i nieśmiertelność. O wielości strategii życia*, przekł. N. Leśniewski, PWN, Warszawa 1998.
- Biblia Tysiąclecia. Pismo Święte Starego i Nowego Testamentu*, Pallotinum, Poznań 2002.
- Carr A., *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu i ludzkich siłach*, przekł. Z.A. Królicki, Zysk i S-ka, Poznań 2009;
- Dąbrowski K., *W poszukiwaniu zdrowia psychicznego*, PWN, Warszawa 1996
- Dziuban A., *Spółeczny obraz starości i postrzeganie własnego ciała w procesie starzenia się. Przegląd piśmiennictwa*, „Gerontologia Polska” 2010, t. 18, nr 3, s. 140–147.
- Erikson E., *Dopełniony cykl życia*, przekł. A. Gomola, Rebis, Poznań 2002.
- Frankl V.E., *Homo patiens*, przekł. R. Czernecki, J. Morawski, Pax, Warszawa 1984.
- Gałdowa A., *Powszechność i wyjątek. Rozwój osobowości człowieka dorosłego*, Wydaw. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 1994.
- Giguère P.A., *Dorosły człowiek, dojrzała wiara*, przekł. A. Rajczyk, Wydaw. Diecezjalne, Sandomierz 1997.
- Gloria*, reż. Sebastián Lelio, Hiszpania, Chile 2013.
- Grzesiak H., *Wykluczenie społeczne w starożytnym Izraelu*, [w:] *Wykluczenie społeczne wczoraj i dziś*, red. H. Grzesiak, M. Fryza, K. Ratajczak, Poznań 2012, <https://repositorium.amu.edu.pl/bitstream/10593/2883/1/Wykluczenie%20spoleczne%20%20%20przeszlosc%20i%20terazniejszosc.pdf> [dostęp: 5.06.2017].
- Kałużna-Wielobób A., *Potoczne koncepcje mądrości*, [w:] *Oblicza starości we współczesnym świecie. Perspektywa psychologiczno-medyczna*, red. P. Brudek, S. Steuden, I. Januszewska, A. Gamrowska, Wydaw. KUL, Lublin 2015.
- Kałużna-Wielobób A., *Psychologiczne koncepcje mądrości*, „Terazniejszość – Człowiek – Edukacja” 2014, nr 68 (4), s. 63–79.
- Konieczna-Woźniak R., „Odmłodzona” starość – implikacje podmiotowe i społeczne, „Studia Edukacyjne” 2012, nr 21, s. 249–262.
- Koran*, przekł. J. Bielawski, PIW, Warszawa 1986.
- Mead M., *Kultura i tożsamość. Studium dystansu międzypokoleniowego*, przekł. J. Hołówka, PWN, Warszawa 1978.
- Melosik Z., *Tożsamość, ciało i władza w kulturze instant*, Impuls, Kraków 2010.
- Nowicka A., *Starość jako faza życia człowieka*, [w:] *Wybrane problemy osób starszych*, red. A. Nowicka, Impuls, Kraków 2008, s. 17–26.
- Przewłocka-Alves A., *Psychologia starości w ujęciu psychoanalitycznym i perspektywy psychoterapeutyczne*, „Theologica Wratislaviensia” 2015, t. 10, s. 27–36.
- Skawron J., *Noc ducha i dezintegracja pozytywna*, Wydaw. Karmelitów Bosych, Kraków 2007.
- Stefaniuk T., *Starość w ujęciu islamu – stanowisko tekstów źródłowych: Koranu i hadisów*, „Theologica Wratislaviensia” 2015, t. 10, s. 117–127.
- Straś-Romanowska M., *Późna dorosłość*, [w:] *Psychologia rozwoju człowieka*, red. J. Trempała, PWN, Warszawa 2011.



Straś-Romanowska M., *Rozwój osobowości człowieka dorosłego. Od adaptacji do auto-transcendencji*, „Acta Universitatis Wratislaviensis. Prace Psychologiczne” 1995, nr 38, s. 41-53.

Tillich P., *Męstwo bycia*, przekł. H. Bednarek, Rebis, Poznań 1994.

Vitz P., *Psychologia jako religia. Kult samouwielbienia*, przekł. P.O. Żylicz, Ł. Nowak, Logos, Warszawa 2002.

From Fear of Death to Laugh Therapy - Reflections on „Good” Old Age in the Late Modernism Culture

Abstract: This article describes so called two strategies of life, modern and post-modern by Zygmunt Bauman. It's can be described as two cultural ways of managing of existential fear of death. This problem is particularly involved in the last period of life, old age. The old age is the time of losing of vital energy, time of loneliness and identity challenges. What's properly called „good” old age? What does it promote and what does it limits? Can we talk about it in terms of youth, such as success, satisfaction, self-realization? This phenomenon will be shown in the context of psychological and theological reflection on the wisdom, narcissism, „good” aging and death. An illustration of consideration will be the life of the main character of the film *Gloria* directed by Sebastián Lelio.

Keywords: aging, body, fear of death, „good” old age, life strategies, narcissism, old age, the self-transcendancy, wisdom

Słowa kluczowe: autotranscendencja, ciało, „dobra” starość, lęk przed śmiercią, mądrość, narcyzm, starość, starzenie się, strategie życia

