

Artur Fabiś
Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie

ROZWÓJ DUCHOWY JAKO ATRYBUT DOJRZAŁOŚCI W STAROŚCI

Słowa kluczowe: rozwój, dojrzałość, troski egzystencjalne, starość, mądrość

Key words: maturity, existential concerns, fear of death, spirituality, wisdom

SPIRITUAL DEVELOPMENT AS AN ATTRIBUTE OF THE MATURITY IN AN OLD AGE

Abstract

The main objective of the article is to emphasize the importance of the spiritual development of a human being at the old age which is marked with a fear of the approaching death. Existential concerns that a human being has to face at the subsequent stage of development create an opportunity to direct one's life towards aims that are vital at the old age. This, consequently, leads to the subsequent stages of maturity. The old age may exude wisdom thanks to which a senior is ready to face the most difficult challenges for himself, for other people and even for what is more than human.

Accepting one's own old age and the approaching death, a human being enters the last stage of development and thanks to the possibility of transcending, an old man may try to search for a new sense of life which is adequate to needs and values at this stage and he may approach the absolute.

Wprowadzenie

W niniejszych rozważaniach wychodzę z założenia, że starość jest szczególnym okresem w cyklu życia człowieka, a duchowość jest tym właśnie obszarem rozwoju, który czyni starość wyjątkową. Choć skojarzenia mądrości ze starością są dosyć powszechne, to być może dopiero obecne pokolenie osób w późnej dorosłości jest predysponowane do tego, by powszechnie starość przeżywać głęboko, refleksyjnie z pełną świadomością własnej śmiertelności osiągając mądrość. Maria Straś-Romanowska podkreśla, iż: „(...)

współcześnie żyjący seniorzy są lepiej wykształceni i mają większy dostęp do wszelkiego rodzaju wiedzy, a więc, ujmując rzecz teoretycznie, są bardziej niż dawni seniorzy predysponowani do autorefleksji i świadomego, odpowiedzialnego postępowania” (2012, s. 62). Takie uwarunkowania z kolei przyczyniają się do rozwoju, zapowiedzianej w tytule niniejszego artykułu, duchowości. Kryteria dojrzałości zmieniają się na przestrzeni życia i wyznaczają przyjęcie oczekiwanych postaw, zachowań w odniesieniu do zadań, wyzwań, trosk, kryzysów, specyficznych dla danego etapu życia. Starość charakteryzuje się swoistymi predyspozycjami, dzięki którym człowiek może się rozwijać na wielu płaszczyznach, pokonując troski ostateczne, co zbliża go do Absolutu. I to właśnie duchowy rozwój człowieka staje się w starości atrybutem dojrzałości.

Starość jako etap rozwojowy w cyklu życia

Starość, jak każda faza rozwojowa w cyklu życia, stawia człowiekowi nowe zadania, by ich wykonanie mogło przygotować człowieka do przejścia w kolejne stadium rozwoju. W starości świadomej własnej skończoności ostatnim zadaniem jest przygotowanie się do własnej śmierci. Będzie się ono realizować przy afirmacji życia doczesnego, naznaczonego doświadczeniem życiowym z jednoczesnym uwzględnieniem perspektywy przyszłościowej. Aby tak się stało, człowiek musi posiadać mądrość, jako istotny element tego etapu, bo to człowiek mądry potrafi zmierzyć się z najbardziej druzgocącą myślą – świadomością własnej nieuchronnej i nieodległej śmierci. W realizacji tych zadań pomocne będzie otwarcie duchowe, czy mówiąc słowami Ericha Fromma, „wyzwolenie duchowe” (2005). Podobnie określa odnalezienie drogi do duchowości Willigis Jäger (2012) – mistyk i przewodnik duchowy. Twierdzi, że wyzwolenie sił uzdrawiających i porządkujących następuje wskutek „poszukiwania kontaktu z naszą najgłębszą istotą”. By dotrzeć do tej „najgłębszej istoty”, należy usunąć zakrywające ją warstwy. Jednakowoż starość może, ale nie musi emanować mądrością i duchowym zaangażowaniem. Zmagania z zadaniami, wyzwaniami, troskami ostatecznymi czy problemami życia codziennego mogą okazać się owocne, ale mogą też prowadzić do porażki, do braku akceptacji własnej skończoności. Bilans życia, poszukiwanie jego sensu (nierozzerwalnie związane ze sobą) będą determinować akceptację własnej śmierci i postawę wobec obecnej egzystencji. Będą więc określać satysfakcję życiową w starości. Powszechnie podnoszone do rangi kluczowych determinantów satysfakcji życiowej: zdrowie czy warunki materialne są istotne w poczuciu jakości życia o tyle tylko, o ile dojrzałość człowieka starego dopuszczać będzie i uznawać te czynniki za istotne. Warto się jednak głębiej zastanowić, czy nadawanie wartości zdrowiu fizycznemu, ekonomicznym warunkom życia czy nawet relacji z najbliższymi nie jest oznaką niedojrzałości w okresie rozwojowym naznaczonym transcendowaniem. To ważne obszary życia, ale nie mogą dojrzałości człowieka przeszkodzić w zaspokajaniu najwyższych potrzeb.

Kryzys egzystencjalny charakterystyczny dla ostatniego etapu w cyklu życia, a powstały na gruncie antynomii: rozpacz i integracja, opisał Erik H. Erikson. Rozpacz utożsa-

miać można właśnie ze świadomością własnej skończoności i brakiem akceptacji takiego stanu rzeczy. Zintegrowanie myśli o swojej skończoności stwarza jednak nowe możliwości i szerszą perspektywę widzenia świata. Jak pisze Irvin D. Yalom: „śmierć i życie wzajemnie się ze sobą wiążą: choć fizycznie śmierć nas niszczy, idea śmierci nas zbawia. Gdy uznamy rzeczywistość śmierci, życie nabiera smaku, radykalnie zmienia się perspektywa życiowa, a my, zamiast wypełniać życie rozrywkami, sposobami na uspokojenie i mialkami obawami, zaczynamy żyć w sposób bardziej autentyczny” (2008, s. 47). Przewyciężenie tej antynomii skutkuje osiągnięciem kolejnego poziomu dojrzałości, zintegrowania myśli o śmierci, a w konsekwencji prowadzi do pogłębiania mądrości. Ta poważna troska – lęk prze śmiercią w znacznym stopniu determinuje duchowy rozwój człowieka w ostatnim jego etapie życia. A to, co ze śmiercią związane: sens życia, jego bilansowanie, pytania o „dalsze życie”, próba poznania Boga czy szukanie Absolutu staje się celem poznawczym. Wtedy właśnie człowiek jest w najwyższym stopniu predysponowany do konfrontacji z problemami natury egzystencjalnej. Dzieje się tak za sprawą specyficznej możliwości transcendowania, którą (na kolejnym – dziewiątym etapie) Joan M. Erikson nazywa „transcendentyzmem” i określa jako „przekroczenie, wzniesienie się, doskonalenie i niezależność od wszechświata i czasu. Zakłada również wyjście poza wszelką ludzką wiedzę i doświadczenie” (2012, s. 150). Dyspozycja ta pozwala także dokonywać retrospekcji, analizować sytuację bieżącą, by w końcu umożliwić spojrzenie w przyszłość.

Człowiekowi staremu przychodzi mierzyć się z przyszłością, której perspektywa staje się z dnia na dzień krótsza. Takiego trudu może dokonać jedynie człowiek mądry, dojrzały, doświadczony, którego niepewność jutra i niepokój spowodowany zagrożeniami starości przezwyciężone zostają perspektywą wykraczającą poza te doczesne i ludzkie słabości. W oparciu o swoje badania, Celina Timoszyk-Tomczak i Beata Bugajska wskazują, że „nastawienie transcendentalne” związane ze śmiercią i życiem pośmiertnym może być zarówno destrukcyjne, wzbudzające lęk, jak również inspirujące. Jednakże „Perspektywa przyszłościowa w starości związana jest z sytuacją życiową, kondycją psychofizyczną, doświadczeniami osobistymi, wiedzą osobistą o świecie, sobie i innych ludziach, a także z kulturą i religią, w której się wychowujemy. Niewątpliwie kształt i rozpiętość przyszłościowej perspektywy czasowej ludzi starych zależy od wielu zmiennych związanych z wewnętrznym i zewnętrznym kontekstem ich życia (...)” (2012, s. 248).

Wartości. Od „mieć” do „być”

W okresie późnej dorosłości, podobnie jak we wcześniejszych fazach rozwojowych, człowiek dokonuje rewizji swoich wartości. Dotychczasowe wartości, będące podstawą wszelkich decyzji, dewaluuje się na rzecz innych – bardziej odpowiednich dla aktualnych potrzeb. Ewolucja kategorii aksjologicznych, jako naturalny proces, w wyraźny sposób przybiera kierunek od „mieć” do „być”. Victor E. Frankl warunkuje osiągnięcie swojej „osobowej natury” przebyciem dwóch reorientacji. Pierwsza z nich to przejście od au-

tomatycznego, nieświadomego, bezosobowego istnienia do egzystencji pełnej ludzkiego istnienia. Druga jest przejściem do transcendowania, czyli przekraczania, od koncentracji na sobie ku rzeczywistości nadrzędnej, ku absolutowi. V. E. Frankl tak określa swoją koncepcję: „O ile egzystuję, egzystuję duchowo i moralnie, egzystuję w celu osiągnięcia sensu i wartości; egzystując w takim celu, zmierzam ku osiągnięciu czegoś, co mnie oczywiście w wartości przewyższa, co ma istotnie większe znaczenie niż mój własny byt – innymi słowy: egzystuję w celu, który już nie może być czymś, ale musi być kimś, osobą mnie przewyższającą, przewyższającą wszystko. Jednym słowem, o ile egzystuję, egzystuję zawsze w celu osiągnięcia Boga” (2009, s. 111).

Tomasz Ożóg pisze następująco: „Okres starości niesie ze sobą potrzebę rekonstrukcji i swoistej rewitalizacji hierarchii wartości. Dotyczy ona nie tylko struktury wartości, ale także ich treści i obecności w życiu. Podstawowe >>zadanie aksjologiczne<< to przywrócenie prymatu wartościom duchowym i religijnym przy zachowaniu, w zrekonstruowanej hierarchii, atrakcyjności wartości witalnych, społecznych i hedonistycznych.” (2006, s. 80–81). Religijność zatem może być aktem duchowości, jednak wydaje się, że nie musi być koniecznym obszarem aktywności duchowej. Współczesne polskie społeczeństwo, jak większość europejskich, ulega stopniowej laicyzacji, wśród osób starszych także odnotowuje się znaczny, jak na polską specyfikę, odsetek osób, dla których życie religijne nie ma znaczenia, bądź to znaczenie jest znikome. Można zakładać, że kolejne lata przyniosą jeszcze większy odsetek osób deklarujących się jako niewierzące. Oznacza to, że w dążeniu do dojrzałości współczesnego człowieka założyć trzeba przynajmniej dwie drogi do duchowości: z Bogiem i bez Boga.

Dojrzałość człowieka starego

Dojrzałość osobowościowa daje trwałe podstawy do podejmowania wysiłków w późnej dorosłości, co pozwala rozwijać te obszary życia, których potrzebę realizacji odczuwa każda osoba na swój sposób. Starość jest czasem, by te trwałe struktury tożsamości wzbogacić duchowym rozwojem, wykraczaniem poza to, co ludzkie. „Dojrzałość, jako cecha konstytutywna starości oczekiwanej, znaczy tyle, co gotowość podejmowania decyzji opartych na refleksji, na przemyśleniu uwarunkowań, konsekwencji podejmowanych decyzji i działań. Cechą dojrzałości jest odpowiedni poziom przystosowania społecznego, przejawiający się między innymi wyważonymi relacjami z innymi, rozumieniem innych i wspieraniem ich. W odniesieniu do samego siebie dojrzałość przejawia się tworzeniem spójnej historii życia z wyraźnie nakreślonymi celami, sensem istnienia. Postawą dojrzałości jest także racjonalne postępowanie wobec wielu bodźców, w szczególności tych intelektualnych, skłaniających do refleksji, które w starości należy nie tylko selekcjonować, ale przede wszystkim spożytkować” (Fabiś 2013, s. 140). Kategoryczną definicję dojrzałości człowieka w ostatnim etapie życia wyłożył Piotr K. Oleś, warunkując bezpośrednio dojrzałość w starości konfrontowaniem się z własną śmiertelnością. Okre-

śla ją jako „zdolność opanowania lęku przed śmiercią, skierowanie aktywności osobistej na wartości nieprzemijające przy zachowanej zdolności cieszenia się z życia i dawania wsparcia innym” (s. 256). Według tego badacza dojrzałość dorosłego człowieka można określić poprzez trzy kryteria. Pierwszym z nich jest „umiejętność wznoszenia się ponad problemy, niewikłanie się w bieżące rozgrywki, układy i konflikty, ale spojrzenie z dalszej perspektywy i realizowanie wyższych celów albo celów zwyczajnych, lecz w imię wartości wyższych. Drugie, to sposób traktowania ludzi (...) bezwzględny szacunek dla człowieka, respektowanie jego godności, gotowość do osobistego poświęcenia dla jego dobra lub obrony. (...) Trzecie kryterium to zdolność do transcendencji, to jest przekraczania biologicznych i psychospołecznych uwarunkowań. Wyraża się między innymi umiejętnością kierowania się wartościami wyższymi nawet w sytuacji znacznego niezaspokojenia potrzeb podstawowych, stresu czy zagrożenia” (2011, s. 254). Tak rozumiana dojrzałość nierozzerwalnie łączy się ze spojrzeniem w głąb człowieka, by otworzyć się na sferę duchową bo, „poprzez >>duchowy<< należy rozumieć to, co ludzkie w człowieku” V. E. Frankl (2012, s. 41).

Duchowy wymiar starości

Starość jest okresem rozwojowym o specyficznych uwarunkowaniach. Jak zauważa T. Ożóg, to właśnie wtedy dochodzi do integracji dwóch sfer poznawczych: logiczno-rozumowej i intuicyjno-emocjonalnej. „Ich zespolenie daje człowiekowi większe możliwości wglądu w istotę rzeczywistości, całościowego uchwycenia jej najgłębszego sensu, nowego rozumienia własnego życia, jego kresu i >>życia po życiu<<” (2004, s. 65). Proces ten związany jest z łąčeniem myśli i uczuć, świadomości i nieświadomości, kontroli wewnętrznej i zewnętrznej, przekonań i działań. Jednak to, co najważniejsze nazwać można „poznaniem transcendentnym”. I jak wyjaśnia dalej T. Ożóg: „Podstawą tego typu poznania jest tzw. superabstrakcja, charakterystyczna dla postformalnego stadium myślenia, która wyraża się w przekraczaniu schematów poznania, wykraczaniu poza stereotypy, paradygmaty, systemy i osobiste zaangażowanie. Psychologia nazywa to zjawisko stanem świadomości poszerzonej, transpersonalnej czy też transcendentalnej” (tamże, s. 65). Z punktu widzenia psychologii religii stan ten określany jest mianem kontemplacji.

Duchowość to pewna właściwość umysłowa. Przez jednych uznawana jako nadnaturalna, przez innych jako naturalna. Duchowość jako kategoria egzystencjalna rozumiana jest jako zdolność ludzka o charakterze poznawczym, społecznym i emocjonalnym, ale wywodzącą się z wnętrza człowieka. Jest to „coś po prostu najbardziej ludzkiego, co wyróżnia człowieka jako takiego” (Frankl 1971, s. 18). Wyrażać się może, przykładowo, dążeniem do samorealizacji (Maslow), poszukiwaniem sensu cierpienia (Frankl), czy akceptacją śmierci (Yalom). Z życiem duchowym związane jest życie religijne, które może być narzędziem do rozwoju duchowego, jednakże duchowość to nie tylko modlitwa, medytacje, czy asceza. Duchowość może istnieć bez wiary, wystarczy silne zaangażowanie.

zowanie w pewien trwały światopogląd, można więc mówić o duchowości niereligijnej. André Comte-Sponville szukając ateistycznej duchowości, podejmuje próbę jej definiovania i proponuje następującą rozumienie: „Gdy dziś mówimy o duchowości, to najczęściej po to, żeby wskazać – w sumie całkiem ograniczoną, chociaż może i otwartą na to, co nieograniczone – część naszego wewnętrznego życia, tę, która ma związek z absolutem, nieskończonością i wiecznością. To jakby wyższy szczyt ducha, wyznaczający jego największą amplitudę” (s. 144). Według V. E. Frankla „człowiek wchodzi w wymiar noologiczny ilekroć poddaje się refleksji na swój temat lub, jeśli zachodzi taka potrzeba, kiedy odrzuca samego siebie, czyni z siebie obiekt lub kwestionuje sam siebie, okazuje, że posiada świadomość samego siebie albo że ma sumienie” (2010, s. 30).

Duchowe potrzeby nie dają się tak łatwo zdiagnozować. Są często głęboko ukryte i bez wysiłku intelektualnego, a czasem nawet bez pomocy innych pozostają niewyeksponowane i w konsekwencji niezaspokojone. W. Jäger w prosty sposób stara się wyjaśnić trudności z diagnozowaniem potrzeb duchowych: „Człowiek, który jest głodny, szuka czegoś do jedzenia. Wie, że jeśli nie zaspokoi tej podstawowej potrzeby, zachoruje. Jeśli nie będzie czuł głodu, nie będzie szukał jedzenia. Jeśli nie będzie nic jadł, umrze. Często nie zauważamy tego, że jesteśmy duchowo niedożywieni, i dlatego nie mamy ani odporności, ani sił do życia” (2012, s. 27.). Oznacza to także, że dla badaczy procesów starzenia się zdiagnozowanie trosk natury egzystencjalnej jest niezwykle trudne. Stąd też może taka wstrzemięźliwość czy nawet ignorancja tej tematyki w pracach gerontologicznych?

Przed niespełną pięcioma dekadami V. E. Frankl (por. 1971) ostrzegał przed psychologizmem, socjologizmem, biologizmem oraz innymi „izmami” a ciągle we współczesnej analizie aktywności człowieka starego dominuje tradycyjny podział sfer życia ograniczający się do wymiaru: biologicznego, społecznego i psychicznego, poszerzanego jeszcze o aspekt ekonomiczny i intelektualny, co znacznie ogranicza postrzeganie człowieka jako jednostki. Nie oznacza to oczywiście, że analizując współcześnie rozwój psychiczny czy społeczny, nie zwraca się w ogóle uwagi na aspekty duchowe. Chodzi jednak nie tyle o holistyczne spojrzenie na człowieka, co o podkreślenie znaczenia duchowej sfery rozwoju w starości.

Konkluzje

Duchowość człowieka służy poszukiwaniu tego, co w życiu najważniejsze, by nadać życiu jakości. Robert D. Hill (2005) w poszukiwaniu dróg pomyślnego starzenia się odwołuje się do koncepcji „pozytywnej duchowości” (Crowther i inni). Jest ona nie tylko kompleksowym systemem wierzeń z kluczowymi jej doktrynami oraz oczekiwanymi praktykami, lecz „koncentruje się na wewnętrznej motywacji do samodoskonalenia (lub zwiększania dobrostanu innych ludzi) jako sposobu zwiększania własnej wartości w chwili obecnej i w przyszłości w ramach procesów osobistych i społecznych, mających na celu szerzenie dobra na świecie” (tamże, s. 227).

Samorozwój w starości daje nieograniczone możliwości rozwoju, dążenia do pełni człowieczeństwa, realizacji najwyższych potrzeb. Uczenie się w podeszłym wieku z pewnością należy do praktyk wspierających duchowe otwarcie. Za Jerzym Semkowem można spuentować: „Rozwój duchowy człowieka dorosłego manifestuje się w takich zachowaniach i umiejętnościach jak autorefleksja, zdolność do samooceny, budowanie dystansu emocjonalnego do drobiazgów codzienności, które mogą zakłócić prawidłową ocenę rzeczywistości jako pewnej całości. W tym też rozumieniu *uniwersum* to może rozwijać się w człowieku dorosłym, który świadomie podejmuje działanie edukacyjne, czyniąc z nich nie tylko narzędzie adaptacji do szybko zmieniającego się otoczenia, ale też dostrzegając w nich klucz, jeżeli nie do prawdy absolutnej, to przynajmniej do możliwości nadania swej egzystencji wymiaru transcendentnego, czyli istniejącego poza zasięgiem codziennego doświadczenia” (2007, s. 37).

Przez całe życie człowiek przygotowuje się do starości. Kultura w której żyje i którą kreuje, najbliższe środowiska i w końcu indywidualny rozwój wraz z doświadczeniami całego życia sprawiają, że każdy człowiek staje wobec ostatniego zadania rozwojowego jako indywiduum, niepowtarzalna jednostka. Świadomość własnej śmiertelności spotęgowana skróconą perspektywą przyszłościową pozostaje, mówiąc słowami Jamesa Williama „robakiem we wnętrzu wszystkich naszych zwykłych źródeł radości” (2011). Ten naturalny lęk przed śmiercią generuje poczucie izolacji egzystencjalnej, cierpienie duchowe, poszukiwanie sensu życia oraz potrzebę jego bilansowania, rozbudza duchowy niepokój, budzi lęk przed ludzkimi problemami życia w starości: cierpieniem, samotnością, poczuciem bezużyteczności. Budowanie mądrości w starości pomaga radzić sobie z tymi troskami, kierunkuje rozwój człowieka w stronę duchowego rozkwitu.

Bibliografia

- Comte-Sponville A., 2011, *Duchowość ateistyczna. Wprowadzenie do duchowości bez Boga*, Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa.
- Erikson E. H., 2012, *Dopełniony cykl życia*, Helion, Gliwice.
- Fabiś A., 2013, *Duchowy wymiar starzenia się homo oeconomicus*, [w:] *Homo oeconomicus w pa-storalno-społecznej przestrzeni*, Celary I., Polok G. (red.), Wydawnictwo Św. Jacka, Katowice, s. 139–147.
- Frankl V. E., 2009, *Człowiek w poszukiwaniu sensu*, Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa.
- Farnkl V. E., 1971, *Homo Patiens*, Instytut Wydawniczy Pax, Warszawa.
- Hill R. D., 2005, *Pozytywne starzenie się. Młodzi duchem w jesieni życia*, Laurum, Warszawa.
- Jäger W. OSB, 2012, *Życie nigdy się nie kończy*, Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa.
- Oleś P. K., 2011, *Psychologia człowieka dorosłego*, PWN, Warszawa.
- Ożóg T., 2006, *O kilku rzeczach istotnych dla późnej dorosłości*, [w:] *Starzenie się a satysfakcja z ży-cia*, Steuden S., Marczuk M. (red.), Wydawnictwo KUL, Lublin, s. 79–89.

- Ożóg T., 2004, *Aksjologiczne problemy późnej dorosłości*, [w:] *Aksjologia edukacji dorosłych* Kostkiewicz J. (red.), Wydawnictwo KUL, Lublin, s. 61–78.
- Semków J., 2007, *Andragogiczne uniwersalia – mit czy rzeczywistość?* [w:] *Uniwersalne problemy andragogiki i gerontologii*, Dubas E. (red.), Wydawnictwo UŁ, Łódź, s. 35–40.
- Straś-Romanowska M., 2012, *Człowiek starszy wobec wyzwań współczesności*, [w:] *Uniwersytety Trzeciego Wieku – przeciw wykluczeniu, dla społeczeństwa wiedzy*, [w:] Gulanowski J. (red.), Agencja Wydawnicza „Argi”, Wrocław, s. 55–62.
- Timoszczyk-Tomczak C., Bugajska B., 2012, *Przyszłościowa perspektywa czasowa w starości*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego, Szczecin.
- William J., 2011, *Doświadczenia religijne*, Nomos, Kraków.
- Yalom I. D., 2008, *Psychoterapia egzystencjalna*, Instytut Psychologii Zdrowia, Warszawa.