

## LIST GENERAŁA ZAKONU

*Wspomnienie liturgiczne św. Kamila*  
*1614 - 14 lipca - 2015*  
*401 lat po śmierci*

**Do naszych współbraci, w podeszłym wieku i schorowanych**  
**Starzeć się z godnością i elegancją:**  
**etyczny nakaz, ale i wybór osobisty!**

*Jak starcom przystoi mądrość ...*  
 (Syr 25,5a)

*Synu, wspomagaj swego ojca w starości,*  
*nie zasmucaj go w jego życiu.*  
<sup>13</sup> *A jeśliby nawet rozum stracił, miej wyrozumiałość,*  
*nie pogardzaj nim, choć jesteś w pełni sił.*  
<sup>14</sup> *Miłosierdzie względem ojca nie pójdzie w zapomnienie*  
 (Syr 3,12-14a)

W trakcie braterskich wizyt, które odbyłem w wielu strefach kamiliańskiej geografii tego świata w tym pierwszym roku posługi braciom naszego umiłowanego zakonu, potraktowawszy poważnie prośbę naszego pasterza, papieża Franciszka, który zachęca do wyjścia z nas samych (exodus osobisty), aby *wyść naprzeciw naszym braciom*, szczególnie tym, którzy bytują *na egzystencjalnych peryferiach życia*, miałem okazję spotkać się i poznać wielu starszych i schorowanych współbraci.

Napotkałem na krzyk wielu – krzyk, który dotknął mojego serca, krzyk, który czasem był wyrazem trudności, a czasem był krzykiem w ciszy, wyrażonym łzami w oczach smutnych i błagających: „*Nie zapominajcie o nas, wróćcie znowu*”, „*Proszę, z umiłowaniem zaopiekuj się naszym zakonem!*”. Kilku współbraci przypomniało mi również, że jeden z Generałów Zakonu (1977-1989), ojciec Calisto Vendrame – który to był również moim duchowym pasterzem i nauczycielem przez wiele lat w trakcie mojego kształcenia w San Paolo w Brazylii – pamiętał o nich i napisał przepiękny list, *List do starców*. Jego treść wyryła się w sercach całego pokolenia młodych i dorosłych kamilianów, spośród których dzisiaj wielu to starcy. Odniosłem wrażenie, że wywarła ona ogromne wrażenie i podniosła poczucie wartości u starców, którzy dziś prawdopodobnie są już w domu Ojca.

Z utęsknieniem wspominamy naszego współbrata, odczytując ponownie jego słowa, opublikowane w naszym periodyku CIC – *Centrum Informacji Kamilianów* – w rubryce poświęconej *Słowom Ojca Generała*. Jest wyjątkowo aktualną profetyczną wizją zawarta w jego przesłaniu, zarówno z etyczno-chrześcijańskiego punktu widzenia, jak pod względem historycznym, socjologicznym, socjopolitycznym. Wizja, która zrodziła się w tak odmiennych czasach... bowiem upłynęły już ponad 33 lata (patrz: CIC, nr 147, rok XII, 20 kwietnia 1982, strona o 157 do 158). W ludzkiej naturze leży to,

że gdy jesteśmy starzy lub schorowani, dogłębnie cechuje nas kruchość i bezbronność. Stajemy się „radarem o wysokiej czułości”.

W tym tak wyjątkowym dla Kościoła katolickiego roku, poświęconym życiu konsekrowanemu, jesteśmy proszeni o to, by „z wdzięcznością patrzeć w przeszłość... aby z pasją żyć teraźniejszością i służyć ze współczuciem samarytanina... aby z nadzieją wejść w przyszłość”. W rzeczywistości list ten jest swego rodzaju etyczno-pasterską refleksją na temat globalnego starzenia się człowieka (nota bene: pierwszy punkt mogą pominąć ci, którzy nie są zainteresowani naukowo-akademicką wiedzą na temat kontekstu i rzeczywistości otaczającej poruszaną kwestię) i wymaga czasu, cierpliwości oraz poświęcenia się treści i medytacji. Przedstawiając dzisiaj to przesłanie starszym i schorowanym współbraciom, wyrażamy naszą wdzięczność wobec wszystkich tych, którzy zbudowali historię kamilianów, trwającą już ponad cztery wieki. Wdzięczność za tak liczne podjęte inicjatywy.

W odróżnieniu od kultury azjatyckiej, w której osoba starsza z kulturowego punktu widzenia postrzegana jest jako znacząca i społecznie szanowana, tak jak i pamięć oraz mądrość wspólnoty (por. w Japonii dzień poświęcony osobom starszym obchodzony jest jak święto narodowe), w naszej zachodniej kulturze starość nie poświęca się tyle uwagi. Uwydatnia się coraz to bardziej ich niepełnosprawność i ograniczenia, podkreśla koszty i wydatki na poziomie polityki i publicznej służby zdrowia, mówi się o uciążliwości dla systemu emerytalnego. Coraz mniej znaczenia ma ich życie bogate w historię, doświadczenie i ludzką mądrość, którą są przepelnieni. U szczytu tej ubogiej wizji człowieka, ocenianego tylko pod względem tego „co produkuje, a nie tego, kim jest”, stoi bardzo ważna kwestia: starość jest fazą życia cechującą się trójwymiarowym kryzysem egzystencjalnym: kryzysem tożsamości (utrata własnego ja), kryzysem autonomii (coraz to większa zależność od innych) i kryzysem przynależności (odcięcie od korzeni, utrata własnego miejsca na ziemi, oddanie do domu starców). Poprzez silną postawę konieczne jest ponowne nadanie znaczenia temu *kryzysowi*, który uderza w osoby w podeszłym wieku, w szczególności w naszym społeczeństwie, definiowanym jako *kultura odrzucenia* i zaprogramowanej daty ważności! Papież Franciszek podkreśla: „*Dokonano wielkich postępów w medycynie i pomocy społecznej, ale rozprzestrzeniła się także kultura odrzucenia, będąca następstwem kryzysu antropologicznego, który w centrum nie stawia już człowieka, ale konsumpcję i interesy ekonomiczne (por. **Radość Ewangelii**, 52-53). Wśród ofiar tej kultury odrzucenia chciałbym w tym miejscu przypomnieć szczególnie licznie przyjmowane w tym domu osoby starsze: starsi są pamięcią i mądrością narodów. Ich długowieczność nie zawsze jest postrzegana jako Boży dar, ale czasami jako ciężar trudny do zniesienia, zwłaszcza, gdy ich zdrowie jest znacznie osłabione. Ta mentalność nie jest dobra dla społeczeństwa, a my musimy rozwijać "przeciwciła" wobec takiego sposobu postrzegania osób starszych czy niepełnosprawnych, jakby ich egzystencja nie była już godna dalszego życia. To jest grzech! To jest ciężki grzech społeczny! (...) – Tutaj możemy się nauczyć inaczej postrzegać życie i człowieka!*” (Papież Franciszek, Turyn 21 czerwca 2015 roku. Spotkanie z osobami chorymi i niepełnosprawnymi. Kościół Cottolengo).

Jeszcze nie tak dawno mówiło się po prostu o *starości*. Dzisiaj literatura naukowa w odniesieniu do starzenia się wyróżnia trzy kategorie osób starych: a) osoby starsze *młode*, w wieku od 65 do 75 lat; b) osoby starsze w dosłownym tego słowa znaczeniu, w wieku od 75 do 85 lat; c) osoby bardzo stare, w wieku ponad 85 lat, których liczba w bliskiej przyszłości, zgodnie z opinią zajmujących się tą dziedziną badaczy, będzie rosła. Za czasów św. Kamila wiele mówiło się o *biednych i chorych*, podczas gdy o kategorii osób starszych prawie w ogóle nie wspomniano w pismach! Z pewnością i w tamtych czasach żyli starcy. Dziś jednak, wraz z biednymi i chorymi, mamy również duży obowiązek troszczenia się o osoby w podeszłym wieku, które potrzebują szczególnej opieki i uwagi, szczególnie ci, których dotknęły choroby chroniczne i degeneracyjne,

takie jak choroba Alzheimera czy Parkinsona. Starzenie się społeczeństwa jest dość młodym zjawiskiem w historii ludzkości. W krajach rozwiniętych liczba szpitali pediatricznych znacząco zmalała, w wielu przypadkach tego typu placówki zniknęły. W ich miejsce stanęły domy opieki i/lub domy starców, które mnożą się i stają realną formą dochodowego biznesu w świecie służby zdrowia.

Żyjemy dziś w pełni epoki *glamour*, epoki, którą z punktu widzenia życia ludzkiego możemy zdefiniować okresem „*post*”. Nasze społeczeństwo jest „*postmodernistyczne*”, mówi się o cywilizacji „*post-przemysłowej*”, „*post-chrześcijańskiej*” i również o „*post-śmierci*” i „*post-ludzkości*”. Tak właśnie! „*Post-humanizm*” jest ruchem ideologicznym, który ogłosiwszy wykluczenie śmierci z życia człowieka – śmierci, która wraz ze starzeniem się postrzegana jest jako *choroba*, na którą trzeba znaleźć lek, a nie jako wymiar naszej egzystencji – proponuje nam „*dar nieśmiertelności*” na tej ziemi. Poza wyszukanyymi pseudonaukowymi technikami i obietnicami na najbliższą przyszłość niemal jesteśmy w stanie zatrzymać biologiczny zegar ludzkiego starzenia się, tym samym, będziemy mogli być wiecznie młodzi (*biogerontologia*).

Ludzkość nie zdołała jeszcze sprawić, by przestrzegano i respektowano podstawowe prawa człowieka ogłoszone przez ONZ w 1948 roku po zakończeniu II wojny światowej (1939-1945). Prawa, które gwarantują godne życie (wolność myśli i sumienia, prawo do edukacji, zdrowia, mieszkania, pracy, itp.): i w ten oto sposób staliśmy się częścią tej antropologicznej wizji, zgodnie z którą człowiek jest czymś, co należy pominąć, wyprzedzić. Oczywiście stajemy twarzą w twarz z ideologią, która tak jak wcześniej próbowała zanegować naszą śmiertelność, teraz stara się zanegować naszą ludzką naturę. Wiek nie może być postrzegany jako proces patologiczny lub, jeszcze gorzej, tragiczny los, któremu nie możemy zaradzić w sposób inny niż jego bierne zaakceptowanie!

Koniecznym jest odkryć, jak starzeć się z wdziękiem, mądrością, pogodą ducha i estetyczną elegancją. To właśnie jest horyzont refleksji, którą proponuję w tym przesłaniu. Przesłaniu, którego treść w większej mierze można ująć w trzech fazach: 1) kilka refleksji etycznych na temat danych statystycznych opisujących rzeczywiste starzenie się człowieka w aktualnym świecie oraz na temat wyzwania zarówno w kategorii polityki publicznej, jak i polityki zdrowia; 2) wyzwanie, którego celem jest nauczenie się sztuki życia z godnością oraz radowania się z „*Niedzieli naszego życia*”; 3) kilka odpowiedzi skierowanych zarówno do osób młodych, jak i starszych. Wspominanie z wdzięcznością ojca Calisto, który w sercach wielu współpracowników pozostawił wiele czułości.

## **1. Długość życia ludzkiego i starzenie się społeczeństwa: szybki i globalny przegląd!**

### **1.1. W dzisiejszych czasach żyjemy dłużej: rośnie liczba stulatków!**

Odczytując psalmy, często głosimy, że „*życie nasze trwa lat siedemdziesiąt. A gdy sił stanie, lat osiemdziesiąt. A to co się ich chlubą wydaje, to tylko trud i znój, gdyż chyżo mijają, a my odlatujemy*” (Psalm 90:10). W dzisiejszych czasach żyjemy zdecydowanie dłużej. Już w chwili obecnej możemy odnotować znaczącą liczbę osób, które doczekały się setnych urodzin. W 2011 roku, według danych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), stulatków na świecie było około 316 600. Druga część wersu Psalmu wskazuje nam wyzwanie: *dać więcej życia wiekowi, niż wieku życiu*. W rzeczy samej, końcowa

część życia jest tą, która jest najbardziej naznaczona okropnymi chorobami chronicznymi i degeneracyjnymi, głównie chorobą Alzheimera (demencją) i Parkinsona.

Nie jest dla nikogo zaskoczeniem, że społeczeństwo tego świata starzeje się w szybkim tempie. Postępy w zakresie medycyny, geriatricznej i gerontologii były jednym z czynników, które przyczyniły się w znaczący sposób do zwiększenia jakości życia, godności i zdrowia osób w podeszłym wieku. Bardzo smutnym jest jednak fakt, iż wiele osób nie ma możliwości skorzystania z owych postępów – w szczególności mowa tu o osobach bezbronnych i potrzebujących, tych, które zostały wykluczone pomimo tego, iż żyją w zglobalizowanym i połączonym świecie. Świecie, który globalizuje niesprawiedliwość i obojętność, zamiast globalizować solidarność. Dożyć starości to przywilej niewielu, w szczególności w biednych krajach.

Przyglądając się bliżej historii, zdajemy sobie sprawę z faktu, że nieco ponad dwa tysiące lat temu, na początku ery chrześcijańskiej, życie człowieka było bardzo krótkie. Według danych demograficznych w tamtych latach średnia długość życia wynosiła tylko 25-28 lat. Ukrzyżowany w wieku 33 lat Jezus mógł być już postrzegany jako *starzec* – żył dłużej niż przeciętna osoba w tamtych czasach, choć dzisiaj, dla nas, byłby jeszcze bardzo młody! Wojny, epidemie, katastrofy naturalne i niezapobieganie chorobom endemicznym i pasożytniczym to podstawowe przyczyny krótkiego życia. W roku 1900, dziewiętnaście wieków później, średnia długość życia człowieka przedłużyła się do około 43-46 lat: oznacza to, że w XX wieku żyjemy dwa razy tyle. Z punktu widzenia tego pobieżnego przeglądu ludzkiej ewolucji na przestrzeni mniej niż jednego wieku, biorąc za punkt odniesienia początek XXI wieku i spoglądając w kierunku XX, pomimo wszystkich okrucieństw, katastrof naturalnych, epidemii (na przykład grypy *hiszpańskiej*, która zdziesiątkowała jedną trzecią populacji europejskiej w 1917 roku) oraz wojen, w których poległy miliony osób, średnia długość życia wzrosła średnio o 20 lat, dochodząc do 60-65 lat (średnia globalna). Oznacza to, że w przeciągu mniej niż jednego wieku dodaliśmy sobie 20 lat życia! Oczywiście ewolucja wiedzy na temat zdrowia publicznego, zapobieganie chorobom, odkrycie i zastosowanie antybiotyków, lepsze warunki życia – to wszystko kluczowe czynniki tej rewolucji, która wpłynęła na zwiększenie długowieczności człowieka.

Światowa Organizacja Zdrowia w raporcie „*Globalne statystyki sanitarne – 2014*” opublikowała kilka danych, z których wynika, że w ostatnich dziesięcioleciach znacznie wydłużyła się długość życia człowieka. Dziecko urodzone w 2012 roku dożyje średnio 72,7 roku (dziewczynka) i 68,1 (chłopiec). To średnio sześć lat więcej w stosunku do osób, które na świat przyszły w roku 1990. Największe postępy możemy zaobserwować w krajach o niskich dochodach, gdzie pomiędzy 1990 a 2012 rokiem średnia długość życia wzrosła o 9 lat (dla mężczyzn wynosi ona 51,2-60,2 roku, dla kobiet 54,0-63,1). Bardzo ważnym czynnikiem, który wydłużył średnią długość życia w krajach o niskich dochodach, było zmniejszenie śmiertelności wśród dzieci oraz leczenie chorób zakaźnych u dorosłych. Sześć krajów, które odnotowały największe postępy w odniesieniu do długości życia ich ludności to: Liberia (19,7 roku), Etiopia, Maledywy, Kambodża, Timor Wschodni i Ruanda.

Dziesięć krajów, w których średnia długość życia w roku 2012 była najdłuższa to: (mężczyźni) Islandia 81,2; Szwajcaria 80,7; Australia 80,5; Izrael 80,2; Singapur 80,2; Nowa Zelandia 80,2; Włochy 80,2; Japonia 80,0; Szwecja 80,0 i Luksemburg 79,7; (kobiety) Japonia 87,0; Hiszpania 85,1; Szwajcaria 85,1; Singapur 85,1; Włochy 85,0; Francja 84,9; Australia 84,6; Korea 84,6; Luksemburg 84,1; Portugalia 84,0.

Jak widać, średnia długość życia to około 80 lat w dziewięciu krajach. Najwyższe wartości możemy odnotować w Australii, Islandii i Szwajcarii. Jeśli chodzi o kobiety, ich średnia długość życia jest równa lub przekracza 84 lata w dziesięciu krajach. Najdłuższą średnią długość życia kobiet odnotowuje się w Japonii (87 lat), Hiszpanii, Szwajcarii i Singapurze. Na przeciwnym krańcu tej listy mamy dziewięć

krajów, wszystkie usytuowane w Afryce subsaharyjskiej – tutaj średnia długość życia, zarówno dla kobiet jak i mężczyzn, wynosi wciąż poniżej 55 lat.

Nie ma wątpliwości co do tego, że żyjemy coraz dłużej. Długość naszego życia zależy jednak od rzeczywistości, w której się urodziliśmy. Dziecko urodzone w 2012 roku, w bogatym kraju o wysokich dochodach, będzie żyło średnio 75,9 roku, to jest o 15 lat dłużej niż dziecko urodzone w biednym kraju o niskich dochodach (tu średnia wynosi 60,2 roku). W przypadku dziewczynek różnica ta jest jeszcze większa: 18,9 roku pomiędzy krajami o wysokich dochodach (82,0 lata), a krajami o niskich dochodach (63,1 roku).

Patrząc w kierunku przyszłości, pragniemy by coraz to więcej istnień ludzkich ocalało przed tak zwaną *śmiercią przed czasem*. Potrzeba nam drastycznego odsunięcia się od kultury oraz wizji segregującej i izolującej osoby starsze – wizji, będącej przyczyną *śmierci społecznej* następującej przed *śmiercią fizyczną*. Musimy zacząć patrzeć w kierunku odnowionej solidarności międzypokoleniowej. W wielu krajach w pobliżu domów starości coraz częściej buduje się struktury dla dzieci, sprzyjające spotkaniu się tych, których życie dopiero się zaczyna z tymi, którzy już prawie dobiegli do mety. Obie strony mogą się nauczyć wiele nowego.

## 1.2. Starzenie się w XXI wieku: wynik, z którego możemy się cieszyć, ale i wielkie wyzwanie

Wzrost średniej długości życia, które kończy się procesem starzenia, z pewnością jest triumfem postępu wiedzy i jednym z największych sukcesów rodzaju ludzkiego. Ludzie żyją coraz to dłużej dzięki lepszej diecie i higienie, postępom w medycynie, opiece zdrowotnej, wykształceniu i dobrobytowi ekonomicznemu. Na całym świecie ONZ poprzez swoje organizacje zajmujące się problematyką populacji i starzenia się ludzi stara się zachęcić do zmian w postawach, polityce i praktykach społecznych, zmierzając do tego, by osoby w podeszłym wieku nie były postrzegane wyłącznie jako bierni odbiorcy emerytur, ale jako aktywni uczestnicy procesów rozwojowych, których prawa powinny być respektowane.

Istnieją statystyki na temat bieżących zmian demograficznych, dające emocjonujący obraz zjawiska starzenia się populacji na poziomie globalnym. W chwili obecnej średnia długość życia wynosi 80 lat w trzydziestu trzech krajach: pięć lat temu krajów tych było zaledwie dziewiętnaście. Obecnie tylko Japonia cieszy się społeczeństwem, w którym ponad 30% osób ma ponad 60 lat. Szacuje się, że do roku 2050 w aż 64 krajach populacja osób starszych przekroczy właśnie próg trzydziestu procent. Ze starzeniem się społeczeństwa mamy do czynienia we wszystkich regionach świata, w krajach o różnym poziomie rozwoju. Z aktualnych piętnastu krajów, w których liczba osób starszych przekracza 10 milionów, siedem krajów to kraje rozwijające się. Długość życia wzrosła na całym świecie. W okresie od 2010 do 2015 roku zwiększyła się do 78 lat w krajach rozwiniętych i do 68 lat w regionach rozwijających się. W latach 2045-2050 każdy noworodek będzie mógł żyć aż do 83 roku w regionach rozwiniętych i do 74 roku w krajach rozwijających się.

W roku 1950 na świecie żyło 205 milionów osób w wieku ponad 60 lat. Szacuje się, że do roku 2050 10,5% populacji Afryki przekroczy sześćdziesiąty rok życia, w Azji będzie to 24,5%, w Oceanii 24%, w Ameryce Łacińskiej i na Karaibach 25%, w Ameryce Północnej 27%, a w Europie 34%. Na świecie co sekundę dwie osoby świętują swoje sześćdziesiąte urodziny – to rocznie około 58 milionów osób. W 2012 roku 810 milionów osób miało ponad 60 lat i stanowiło 11,5% światowej populacji. Przewiduje się, że liczba ta będzie wynosiła miliard w przeciągu mniej niż dziesięciu lat i podwoi się do roku 2050, stanowiąc 22% światowej ludności. Liczba stulatków w roku 2011 wynosiła około 316 600: na poziomie globalnym wzrośnie do 3,2 milionów w roku 2050. W tym znaczącym momencie, po raz

pierwszy w historii, więcej będzie osób starszych niż dzieci poniżej 15 roku życia. W roku 2000 liczba osób w wieku ponad 60 lat przekroczyła liczbę dzieci poniżej 5 roku życia.

Z globalnego punktu widzenia kobiety są starsze. Obecnie na całym świecie na każde 100 kobiet w wieku powyżej 60 lat „przypada” tylko 84 mężczyzn. A na każde 100 kobiet w wieku 80 lat już tylko 61. Różnice te powodują ważne powiązania w zakresie polityki i planowania programów publicznych dotyczących opieki zdrowotnej i ubezpieczeń społecznych. Najstarsze pokolenie nie jest niestety jednolitą grupą, dla której wystarczy stworzyć ogólne normy. Bardzo ważne jest to, by rozpoznać cechy tej populacji, takie jak wiek, płeć, przynależność etniczna, wykształcenie, dochody i stan zdrowia.

Na poziomie globalnym, z punktu widzenia dochodów i zdrowia, tylko jedna trzecia krajów (tj. 28% światowej ludności) gwarantuje dostęp do zabezpieczeń społecznych pokrywających wszystkie sektory ubezpieczeń. Globalnie rzecz ujmując, 47% mężczyzn w podeszłym wieku i 23% kobiet stanowi siłę roboczą. Trzydzieści lat temu, patrząc z punktu widzenia ekonomii konsumpcja osób starszych nie była wyższa od konsumpcji osób młodych. Na całym świecie odsetek osób niepełnosprawnych w wieku powyżej 60 lat wynosi ponad 46%. Ponad 250 milionów starszych osób w tej fazie życia wykazuje niepełnosprawność umiarkowaną – i to właśnie jest ta strefa, gdzie odnotowuje się największą potrzebę dyspozycyjności, dostępności do leczenia i specjalistycznej opieki zdrowotnej, w szczególności w sektorze rehabilitacyjnym.

Raport *Fundusz Ludnościowy Organizacji Narodów Zjednoczonych*, zatytułowany „*Starzenie się w XXI wieku: uroczystości i wyzwania*” (2012) przedstawia wyniki ciekawego sondażu, przeprowadzonego wśród 1300 osób w podeszłym wieku i ukazuje, jak wiele mamy jeszcze do zrobienia, aby zagwarantować starcom godne leczenie, godne życie i należny im szacunek. 43% badanych osób przyznało, że obawia się przemocy fizycznej, 49% uważa, że będzie traktowane z szacunkiem, 61% procent korzysta z telefonu komórkowego, 53% powiedziało, że ma kłopoty z opłaceniem podstawowych usług, 44% opisało swój aktualny stan zdrowia jako dobry, 34% ma problemy lub duże kłopoty z dostępem do opieki zdrowotnej w razie konieczności.

Podsumowując, potwierdza się konieczność wyrażania szacunku dla osób starszych, gwarantowania im dochodu i możliwości „elastycznej” pracy, dostępu do opieki zdrowotnej i leków w niskiej cenie, odpowiednich mieszkań i środków transportu, wyeliminowania dyskryminacji, przemocy i nadużyć. Osoby w podeszłym wieku wyrażają swą chęć bycia aktywnymi i szanowanymi członkami społeczeństwa. W wielu przypadkach starcy mają do zaoferowania opiekę i troskę o dzieci i wnuki, często wykonują prace domowe, a zdarza się i tak, że dzięki swej skromnej emeryturze wspierają finansowo całą rodzinę.

### **1.3. Alzheimer: choroba będąca wyzwaniem dla nauki i naszego społeczeństwa**

Choroba ta powiązana jest z procesem starzenia się i do niedawna nazywano ją *sklerozą* lub *otępieniem*, a osoby w podeszłym wieku mające problemy z pamięcią lub będące w stanie zaburzenia umysłowego określano negatywnie jako *sklerotyków*. Dzisiaj wiemy już, że utrata pamięci to bardzo poważny problem i nie zależy od woli człowieka. Może być oznaką bardzo ciężkiej choroby – choroby Alzheimera. Schorzenie to dotyczy około 35,6 miliona osób na całym świecie, a zgodnie z prognozami Narodowej Organizacji Zdrowia zakłada się, że liczba ta będzie się podwajała co 20 lat, wynosząc 65,7 miliona w roku 2030. Oficjalna nazwa choroby odwołuje się do niemieckiego lekarza, *Aloisa Alzheimera*, który odkrył ją w 1906 roku.

Na chorobę Alzheimera nie ma leku, ale można i należy łagodzić jej objawy, występujące przede wszystkim u osób starszych. Jest to choroba smutna i wyniszczająca, w 70% przypadków wiążąca się z demencją. Występuje w formie otępienia wraz z utratą funkcji kognitywnych (pamięci, orientacji, uwagi i języka) spowodowaną wymarciem komórek mózgowych. Diagnoza dokonana na czas może przyczynić się do jej spowolnienia i większej kontroli nad objawami, gwarantując w ten sposób lepszą jakość życia, zarówno osobie chorej, jak i członkom jej rodziny. Jak dotąd nie znamy przyczyny choroby Alzheimera, ale znamy doskonale czynniki ryzyka sprzyjające jej rozwojowi: nadciśnienie, cukrzyca, palenie tytoniu i brak aktywności fizycznej.

Nakręcono wiele filmów opisujących dramaty osób, będących ofiarami tej choroby. Tak jest w przypadku filmu *Still Alice* (USA, 2014), którego bohater – nauczyciel językoznawstwa – wyjawia cały tragizm choroby. *„Przez całe życie zapisywałem wszystko w pamięci (...) i to pamięć stała się moim najcenniejszym dobrem, które zostało mi odebrane. Jak możecie sobie wyobrazić, to gorsze od piekła”*. Nie brakuje licznych świadectw bohaterskiego poświęcenia się członków rodziny, opiekujących się tymi chorymi. Maria Soledad C. Ortiz, opiekunka i członkini Stowarzyszenia Alzheimer na Kostaryce, opisuje przeżywany dramat i opiekę, którą otacza swoją matkę, dotkniętą chorobą Alzheimera.

*„Moja matka była moją najlepszą przyjaciółką i powierniczką. Aż pewnego dnia, dziewięć lat temu, zaczęłam ją tracić. Moja rodzina i ja sama myśleliśmy, że to depresja, ale po badaniach lekarskich i licznych testach otrzymaliśmy bezlitosną informację: Alzheimer!*

*Świat mi się zawalił. Nie mogłam pogodzić się z myślą, że moja ukochana mama nie jest już tą samą osobą, że pożera ją choroba i że nadejdzie taki dzień, w którym nie pozna własnej córki.*

*Wiedziałam, że jedyne co mogę zrobić, to dać jej moją miłość, zrozumienie i wsparcie. Okazywałam jej je w każdej chwili – kąpiąc, karmiąc, przebierając, wychodząc z nią na spacer. W każdym uścisku, uśmiechu i całusie. Życie dało mi możliwość odwzajemnienia się za miłość i poświęcenie, które ona okazała mi, gdy byłam mała.*

*To ciężkie i smutne uczucie, gdy zdajesz sobie sprawę, że choroba postępuje. Czujesz się samotnie. Liczni przyjaciele i krewni nie wiedzą jak pomóc, jak się zachować. I zwyczajnie odchodzą, opuszczają chorego. Zostają tylko prawdziwi przyjaciele i kilku członków rodziny, którzy dzielą z tobą odpowiedzialność i opiekują się chorym z miłością i poświęceniem.*

*Osobiście pełnię role córki, matki i opiekunki. Nie było mi łatwo znaleźć odpowiednią równowagę, ale z pomocą Boga nauczyłam się, jak odnaleźć się w tej sytuacji. Muszę być jednak szczerą – zmęczenie dokucza mi w każdym momencie, ale nie przestanę nigdy kochać”*.

Jesteśmy w samym środku okrutnego i dramatycznego procesu utraty. Musimy jednak pamiętać o tym, że godności nie traci się nigdy. Ciężko jest znaleźć odpowiednie słowa: lepiej w ciszy, solidarnie objąć ramieniem bezbronność – naszą i naszego bliskiego - troszcząc się o innych! To przykład rodzinnego dramatu, z którym mamy do czynienia coraz to częściej. Dramatu, który wymaga uwagi systemów zdrowotnych oraz przygotowania profesjonalistów, których kompetencje techniczno-naukowe będą dopełniane kompetencjami człowieczymi i etycznymi, którzy będą dbali również o kształcenie opiekunów rodzinnych i domowych.

Papież Franciszek mówi o *duchowej chorobie Alzheimera*, która polega na zapominaniu historii zbawienia, osobistej historii łączącej nas z Panem. Mowa tu o postępującym upadku zdolności duchowych, skutkującym poważną niestabilnością osoby. Ze zjawiskiem tym mamy do czynienia w przypadku tych osób, które zapomniały o spotkaniu z Panem. Tych, które stały się niewolnikami

własnych pasji, fantazji i manii, tych, które wokół siebie stawiają mury i czczą idoli wyrzeźbionych własnymi rękoma. Uwolnij nas Panie od tej choroby!

Z pewnością każda faza ludzkiego życia ma coś do zaoferowania społeczeństwu. Koniecznie należy odbudować nową kulturę uwagi i szacunku dla osób w podeszłym wieku – poprzez edukację i realizację polityki publicznej, społecznej i zdrowotnej, która kształtowałaby wrażliwość na docenianie pamięci historycznej, doświadczeń i mądrości życiowej pokoleń, które to mogą być przekazywane młodym, starszkom jutra, aby w przyszłości starzeli się z elegancją i godnością.

## 2. Przeżywać z wycuciem i godnością “niedzielę naszego życia”!

Życie przeżywane jak *Κρόνος* jest dziś doskonale dokumentowane przez wiedzę naukową geriatry i gerontologii. Dokumentowane są przede wszystkim ciemności i cienie, za które *Κρόνος* odpowiada: zmiany i drastyczna utrata energii, sił, zdolności, jasności umysłu, woli i świadomości naszej skończoności. Pojmowanie życia jak *Καίρος* – drogę przez światło, podczas gdy żyje się w *Κρόνος*, jest opcją pozwalającą na godne starzenie się w zdrowiu.

Osoby w podeszłym wieku nie mogą żyć biernie, tylko zgodnie ze stylem *Κρόνος*, który określa przyszłe starzenie się jako bezlitosne przeznaczenie, powiązane z ograniczeniem sił, energii, jasności umysłu i zwiększeniem zależności od innych. Starcy mają potrzebę rozwijania się w sposób kreatywny. Przechodzą przez fazę życia przepelnioną mądrością egzystencjalną i nadal mogą aktywnie uczestniczyć w życiu wspólnoty i społeczeństwa. Starzeć się z godnością i elegancją oznacza żyć wyborem, wyzwaniem, celem, prawdziwą misją, która zaczyna się w nas samych, jeszcze przed oznajmieniem jej innym.

Pragnę przytoczyć słowa *Aloisio Lorscheidera* (franciszkanina), brazylijskiego kardynała, który na kilka miesięcy przed swoją śmiercią (23.12.2007) w wieku 83 lat poprowadził konferencję na temat „starzenia się z mądrością”. W konferencji tej uczestniczyli jego współbracia, franciszkanie, w podeszłym wieku, z tego samego klasztoru, w którym on sam przebywał od kilku lat. Podzielił się z nimi swym osobistym doświadczeniem i mówił o starości jak o „*Niedzieli życia*”. Przepiękne wyrażenie, użyte przez pasterza, który zna swe owce i wie, że w *Niedzielę* bycie, socjalizowanie, świętowanie lub zabawa przedkładane są nad pracę, załatwianie spraw i codzienny stres!

Konieczne jest poświęcenie uwagi przesłaniu tego „starego i szacownego mędrca”, który opowiada nam o swych życiowych doświadczeniach z punktu widzenia osoby w podeszłym wieku.

1. *Starac się nie zatracić własnej tożsamości*. Bądźmy osobami pełnymi godności i pozostajmy takimi również wtedy, kiedy zaczniemy się starzeć. Starzenie się to nie złośliwość losu: możemy wybrać jak się starzeć, bez rezygnowania z naszych zdolności oraz daru bycia i działania. Idealnie będzie, jeśli w chwili, gdy przyjdzie nam opuścić ten świat, śmierć zastanie nas w pełni życia. Nie żyjemy w oczekiwaniu na śmierć, nie poddawajmy się biernie nudzie i pesymizmowi. Konieczne jest to, byśmy *cieszyli się* każdą chwilą, wyciskając nawet ostatnią kroplę soku z życia.

2. *Czas kontemplacji*. Starość może być również czasem kontemplacji i zamyślenia. Zapisujemy w nas samych wiele wydarzeń, sytuacji i spotkań, do których dochodzi na przestrzeni naszego życia. Czasem są to doświadczenia dość smutne. Należy więc kontemplować w specjalny sposób rzeczywistość i prawdziwość naszej wiary. Jeśli tak właśnie będziemy czynić, czas będzie szybko mijał, bo wiele jest spraw, o których możemy rozmyślać w środku nas samych.



3. *Czas ciszy.* Starość to również czas ciszy. Święta Teresa z Avila nalegała zawsze, by skupiać się szczególnie na *wewnętrznej ciszy*. Za młodu - bo tak chce tego natura i sam wiek - byliśmy bardziej niespokojni i hałaśliwi. Na przestrzeni lat stajemy się bardziej spokojni i refleksyjni. Wolimy ciche miejsca, z dala od piekielnego hałasu miasta, ruchu ulicznego, fabryk. Słuchanie muzyki może mieć bardzo duże znaczenie.

4. *Czas ograbienia i oderwania.* Krok po kroku pozbywamy się wielu naszych słabostek, powierzchowności, niechęci, ciągłego biadolenia i cierpienia. To czas naszego osobistego *Kenosis*, wybaczenia i umiejętności życia w pokoju. Wraz z biegiem lat stajemy się prawie jak granitowy blok – twardy, nieprzepuszczalny i niezmienny. Uznajemy, że nie ma niczego, czego moglibyśmy się nauczyć od młodych, i zamykamy się w nas samych. Jakie są nasze idee, nasze gusty, nasi przyjaciele? Musimy przeistoczyć się z granitowego bloku w blok z kryształ.

5. *Czas modlitwy.* Modlitwa to specjalna misja osób starszych. One bowiem mają dużo czasu do dyspozycji. Jeśli się nie modlimy, nasza starość bardzo traci na swoim znaczeniu. Starość to szczególnie moment na intensywne kultywowanie wymiaru duchowego. I dobrze nam robi odmładzanie się w modlitwie. Modlitwa odmładza serce. Święty Paweł przypomina nam, że „*choć bowiem niszczy nasz człowiek zewnętrzny, to jednak ten, który jest wewnątrz, odnawia się z dnia na dzień*” (2 Kor 4,16). Modlitwa to również sposób na wyjście z samotności, największego zagrożenia naszej epoki. Łączy nasz z innymi i z samym Bogiem, wzmacnia nasze poczucie przynależności. To tajemnicza siła, ale jakże skuteczna!

6. *Czas kontrolowania samych siebie.* Jak się zachowujemy? Jak niecierpliwi, egoistyczni i szemrający starcy, czy jak osoby o cierpliwym, tolerancyjnym i obojętnym sercu? Musimy koniecznie stworzyć w nas samych nowy „look”, z większym spokojem ducha w stosunku do minionego życia. Musimy kontrolować rozdrażnienie, aby zrobić miejsce radości z życia – z życia, które może dać nam jeszcze coś znaczącego.

7. *Czas kultywowania i dawania świadectwa wdzięczności.* Tylko ci, którzy kultywują pokorę i godzą się ze swoją bezbronnością są w stanie dziękować! Osoby aroganckie i samowystarczalne, przekonane, że wystarczają samym sobie, nie odczuwają potrzeby Boga. Bądźmy wdzięczni Bogu za tyle wspaniałych możliwości wzrostu, które dał nam na przestrzeni naszych lat. Nie *narzekajmy* – stawiamy sobie wyzwanie kultywowania *postawy doceniania życia*! Wyrażajmy naszą wdzięczność Bogu za wszystkie te osoby, które wspierały nas przez całe życie.

W życiu i doświadczeniu pasterskim z osobami chorymi i starszymi naszą uwagę przyciągało zawsze to, co chciały nam powiedzieć różne osoby, szczególnie te przed poważnymi operacjami chirurgicznymi, na przykład wiążącymi się z zagrożeniem dla życia: „*Ojcze, jeśli będę musiał znosić ból lub być zależny od innych, wolę umrzeć. Niech Bóg mnie zabierze*”. Pośród nas napotykamy na mnóstwo sytuacji, na skutek których osoby starsze cierpią, zde gustowane coraz to większą zależnością od innych i koniecznością stałej opieki lekarskiej. Czują się niepotrzebne. Co zrobić, by odzyskać szacunek do samych siebie, radość z życia – również w warunkach największej bezbronności? Żyć i współżyć, wspierając się nawzajem. Musimy być uważni, ponieważ nasze społeczeństwo działa na przekór tym wartościom i zależność od innych określa jak coś *brzydkiego*, a nawet *niegodnego*. Takie życie nie jest godne bycia przeżywanym: lepiej jest umrzeć! I gdy zmuszeni jesteśmy stawić czoła trudnościom losu lub chorobie degeneracyjnej, nie znajdujemy wartości, które nadałyby sensu i znaczenia życiu w takich warunkach. W takiej sytuacji eutanazja postrzegana jest z wielką sympatią, widziana jest jako wyraźna opcja umożliwiająca wyjście z tej sytuacji egzystencjalnej. Musimy nauczyć się akceptować naszą bezbronność, akceptując leczenie! Tak jak udzielono nam pomocy w chwili

narodzin... tak i teraz potrzebujemy pomocy w starzeniu się. Również w chwili, gdy przyjdzie nam opuścić ten świat. Przypomnijcie sobie, co robił i czego nauczał nas w tym zakresie święty Kamil!

Bez wątplenia to wielkie wyzwanie – przygotować się na pożegnanie z tym wspaniałym światem stworzonym przez Boga. Przypomnijcie sobie krótki hymn, który recytujemy codziennie na zakończenie dnia - *Nunc dimittis* – znany również jako pieśń Symeona (Ewangelia Łukasza 2, 29-32). To kanyk o nocy naszego życia, wyśpiewany przez starego Symeona, bliskiego śmierci. Przypomina nam o tym, o co modlimy się w Zdrowaś Maryjo: o „godzinie naszej śmierci”. Wyśpiewujcie kanyk *Nunc dimittis* – staniecie twarzą w twarz ze sztuką, ze starym stylem przygotowywania się do odejścia z tego świata, w chwili gdy przyjdzie wasz moment!

Wielkość Symeona polega na jego pokorze, na naturalności jego oczu, które dostrzegają ocalenie w kruchości dziecka, w czułości ojcowskiego uścisku, w matczynym przyjęciu nowonarodzonego życia, w dyspozycyjności do zrobienia miejsca dla innych, gotowości do odsunięcia się na bok, do pomniejszenia się po to, by to inni mogli wzrastać, tak jak czynił to prorok Jan Chrzciciel. Potrzeba, by On wzrastał, a bym ja się umniejszał (Ewangelia wg św. Jana 3,30).

Brak tu zazdrości typowej dla wielu osób w podeszłym wieku – zazdrości w stosunku do tych, którzy przyjdą po nich. Brak nieufności, zawiści. Tylko wdzięczność i pogodna radość. Symeon z pewnością starzał się w zdrowy i pogodny sposób.

Symeon dostrzegł boskie ocalenie w Dzieciątku, bo to ono jest wiarą. Wierzył, że Pismo Święte jest przesłaniem Boga skierowanym wprost do niego: on wierzył w boską obietnicę. Oto skuteczne słuchanie – słuchanie skutkujące silną wiarą, słuchanie, które może nas przeistoczyć w ludzi przeżywających jesień życia jako osoby otwarte, słoneczne, łagodne, czułe i gościnne.

### **3. Życie ze starszymi i schorowanymi współbraćmi oraz konieczność przygotowania się na pogodną starość!**

Jesteśmy ludźmi, a nie aniołami. I to właśnie dzięki tym ludzkim cechom, kruchości i bezbronności, pewnego dnia, w pewnym punkcie naszego życia, zostaliśmy dotknięci bożą łaską. W sposób wyjątkowo tajemniczy. Zostaliśmy wybrani, przeszkoleni i wysłani w świat jako kamilianie, aby być i głosić *dobrą nowinę* (Ewangelię). Ta misja niesie za sobą liczne wyzwania. Zgodnie z nauką Papieża Franciszka życie konsekrowane łączy się z trzema wielkimi wyzwaniami, którym czoła należy stawiać z wielką odwagą: „schyłek liczebny, starzenie się i coraz mniej powołań” (*Papież Franciszek w swym przesłaniu do Zakonu Braci Mniejszych, 26 maja 2015 roku*). Dzisiaj mamy przed sobą wyzwanie polegające na odnowieniu powiązań solidarności międzypokoleniowej, przeciwne ideologii, która odosabnia, izoluje i z łatwością odrzuca osoby w podeszłym wieku.

Nasz wielce szanowny ojciec Calisto Vendrame – były Generał Zakonu – w jednym ze swych przesłań skierowanych do starszych wiekiem współbraci ostrzegł nas, że „nie ma żadnej potrzeby separowania naszych starców. Ich obecność w naszych wspólnotach – podczas gdy doświadczenie łączy się z wiedzą – jest prawdziwym dobrodziejstwem. Potrafić słuchać i rozmawiać, aby odkryć i zaspokoić prawdziwe potrzeby starców. Potrzeby, których często nie są nawet świadomi”. Inny ważny punkt to: „pomagać starcom przeżywać życie we wszystkich jego wymiarach, nie starać się ich zastępować” (por.: CIC nr 147, rok XII, 20 kwietnia 1982 roku, strony 155-158). Innymi słowy, pomagać znaczy szanować rolę osób starszych wiekiem, ich niezależność, również ograniczoną, bez przyjmowania cech ojcowskich i zachowań infantylnych.

„Są starcy, którzy stają się antypatyczni nawet jeśli nie jest to konieczne. W dobrej wierze („ale to nie zawsze „dobra wiara”), ponieważ podświadomie czują się zobowiązane widzieć, poprawiać i, być może, czasem cenzurować a nawet demaskować. Chciałbym, o ile to możliwe, oszczędzić im tego cierpienia, tak jak i wspólnota, zwalniając ich z tego obowiązku. W podeszłym wieku, jeśli tylko nie przyjęliśmy na siebie odpowiedzialności Przeora (który jest ojcem wspólnoty), będziemy zdecydowanie bardziej kochani, zachowując się jak „dziadkowie”, a nie „ojcowie”. Księga Syracycydesa zalecała to już ponad dwa tysiące lat temu: „Mów, starcze, tobie to bowiem przystoi, jednak z dokładnym wyczuciem, abyś nie przeszkadzał muzyce” (Syr, 32,3).

Ojciec Calisto ostrzegał nas: „Wydaje mi się ważną dla naszego życia religijnego zdolność starzenia się z mądrością i pogodą ducha, przygotowania się na pokonanie bariery wieku bez urazów. Zdolność powstrzymania się przed dwoma pokusami typowymi dla tych, którzy się starzeją: nieakceptowania rzeczywistości i nierezygnowania z obowiązków, których nie możemy wypełnić z precyzją, z jaką zrobiliby to inni oraz tracenia wiary we własne, choć ograniczone siły i porzucanie wszystkiego. Tajemnica polega na tym, by porzucić pewne aktywności i podjąć inne, bardziej odpowiednie dla naszych sił, nigdy nie tracąc zainteresowania życiem”.

„Jeśli mógłbym udzielić rady moim młodszym braciom, powiedziałbym: bądźcie pełni zrozumienia i miłości do naszych starców, którzy z wielkim poświęceniem pokonywali drogi, wzdłuż których dzisiaj podróżujemy ze spokojem. Poświęcili się po to, byśmy otrzymali to, czego nigdy mieć byśmy nie mogli. Potrzebują naszego uznania i naszej miłości. Otwórzcie oczy, by dostrzec to, czego potrzebują, bo „kochany starzec to zima pełna kwiatów”.

„Moim starszym wiekiem i schorowanym braciom pragnę powiedzieć: potrzebujemy waszej mądrości, przykładu, modlitwy i ciepła. Wasza obecność we wspólnocie jest cenna, nie tylko dlatego, że daje nam radość z posługi jak sam Chrystus, ale i też dlatego, że możemy wam oddać to, co wy uczyniliście dla nas. Bez was wspólnota byłaby osierocona, zapomniałaby o licznych wymiarach rzeczywistości, którą musimy mieć zawsze na uwadze po to, by nasze życie było bardziej realne”.

„Wiemy również, że możemy przeżywać „noce ducha”, ponieważ Bóg nie jest dla nikogo łatwy, nawet jeśli jest miłością lub, ściślej, właśnie dlatego, że jest „Miłością”. Widząc, z jaką pogodą duszy stawiacie czoła procesowi starzenia się, widząc, jak żyjecie nie tylko wspomnieniami, ale i marzeniami i planami, jesteśmy jeszcze bardziej spokojni i zachęcani, bo podróżujemy tą samą drogą. Z nadzieją możemy spoglądać w przyszłość”.

To właśnie jest ścieżka, którą mamy iść, by budować horyzont nadziei. W wyrażaniu troski, szacunku i wdzięczności naszym starcom i chorym. Nasi młodzi i dorośli bracia – starcy jutra – mają przed sobą misję i egzystencjalny wybór. Na nikogo nie mogą przerzucić tej odpowiedzialności. W tym miejscu zadajemy sobie pytanie: jak się starzejemy? Troszczymy się dostatecznie o starca, który po cichu wzrasta w naszym wnętrzu? Jakimi starcami będziemy w przyszłości? Jak dbamy o nasz wewnętrzny świat? Niektórzy żyją tylko wspomnieniami, obwieszają i odmawiają „psalmy będące zawołaniem życia”: inni zaś nadal marzą, planują i są zdolni do wdzięczności.

Niech święty Kamil, nasz Ojciec Założyciel i inspirator, nas chroni. Niech mędrzec Symeon i dziadkowie Jezusa, Anna i Joachim, inspirują nas do tego, by stawiać czoła momentom cierpienia z ewangeliczną pogodą ducha po to, by starzeć się mądrze i elegancko!

14 lipca 2015

**o. Leocir Pessini, MI**  
**Generał Zakonu Kamilianów**

401 lat po śmierci św. Kamila