

SPIRITUALE PODCAST

Wprowadzenie:

Starość – temat, o którym w dzisiejszym społeczeństwie nie zawsze łatwo się mówi.

Żyjemy w czasach, w których ceni się młodość, szybkość, wydajność i nieustanną aktywność. Chcemy być młodzi, wyglądać młodo, być wydajni i nieustannie wyznaczać sobie nowe cele. Jednak, jak wiemy, czasu nie da się zatrzymać. Wszyscy się starzejemy. Każdy dzień, który przeżywamy, jest jednocześnie dniem, który już nigdy nie powróci. Starość nie jest czymś, co pozostaje poza nami.

Jest ona nieodłączną, naturalną częścią naszego życia.

Rozmowa:

W młodości często mamy wrażenie, że przed nami nieskończenie dużo czasu. Świat stoi przed nami otworem, możliwości są niezliczone, a życie wydaje się przede wszystkim tym, co dopiero nas czeka.

Jednak wraz z upływem lat nasze spojrzenie na to znacznie się zmienia. Zaczynamy bardziej uświadamiać sobie to, co już było. Dostrzegamy ludzi, których spotkaliśmy, pamiętamy decyzje, które podjęliśmy, chwile radości, a także te, które sprawiały ból. I właśnie w tym rodzi się doświadczenie.

Młody człowiek często ma siłę i odwagę. Osoba starsza ma z kolei doświadczenie, dystans i umiejętność postrzegania rzeczy w szerszym kontekście.

Jedno nie jest jednak lepsze od drugiego. Są to różne dary różnych okresów życia.

Mimo to czasami próbujemy (w zasadzie na próżno) ukrywać swoją starość. Zachowujemy się tak, jakby jej nie było. Reklamy telewizyjne pokazują nam wiecznie młody wygląd, społeczeństwo podziwia wydajność i szybkość, a człowiek ma wrażenie, że jeśli nie nadaża, traci swoją wartość. Czuje się nieistotny. Jednak wartość człowieka nigdy nie polega wyłącznie na tym, ile jest w stanie zrobić.

Człowiek ma wartość po prostu dlatego, że jest człowiekiem.

A starość może przynieść coś, czego nie da się zdobyć na żadnym kursie ani przeczytać w żadnej książce. Przeżyty czas. Wspomnienia. Doświadczenie. I umiejętność rozróżnienia tego, co jest naprawdę ważne, od tego, co kiedyś uważaliśmy za kluczowe, ale co z czasem straciło na znaczeniu.

Osoba starsza często nie musi już udowadniać swojej wartości każdym osiągnięciem. Wie, że o niektóre rzeczy warto walczyć, a inne lepiej odpuścić. Wie, że można mieć rację, a mimo to coś stracić. Wie, że czasem ważniejsze jest objęcie niż wyjaśnianie.



SPIRITUALE PODCAST

Wie też, że życie nie składa się wyłącznie z wielkich wydarzeń. Tworzą je tysiące zwyczajnych dni, które wcześniej pomijaliśmy. Tak właśnie uczy nas starość. Zrozumienia, radości i wdzięczności. Wdzięczności za czas, który nam dano. Za ludzi, którzy przy nas zostali. Za możliwość powiedzenia jeszcze czegoś, odwiedzenia kogoś, wybaczenia komuś lub podziękowania. Z duchowego punktu widzenia żaden okres życia nie jest zbędny. Dzieciństwo ma swoje zadanie. Młodość ma swoją siłę. Dorosłość niesie ze sobą odpowiedzialność. A starość może przynieść mądrość, przekazywanie doświadczeń i pogodzenie się z tym, że człowiek nie jest panem czasu.

Każdy etap życia ma swoje miejsce. A starość jest zawsze pełnoprawnym etapem w naszym życiu.

Starzenie się nie przynosi tylko strat. Uzupełnia to, czego kiedyś nie zdawaliśmy sobie w pełni sprawy. Przybywa doświadczeń, wspomnień, zrozumienia i umiejętności akceptowania życia takim, jakim jest. I właśnie w tym tkwi jedna z największych mądrości życiowych. Nie chcieć być ciągle kimś innym i gdzie indziej. Ale zaakceptować czas, w którym właśnie się znajdujemy.

Starość nie jest więc końcem wartościowego życia. Jest jego kolejnym rozdziałem. Rozdziałem, w którym człowiek nie musi już tak bardzo się wykazywać, ale może więcej przekazywać. Może być oparciem, słuchać, wspominać, cieszyć się tym, co przychodzi po nim, i przekazywać dalej coś ze swojego życia. Również dlatego każdy wiek ma swoje miejsce, swoją godność i swój niezastąpiony sens.

Podsumowując:

Spróbujmy spojrzeć na starość inaczej. Nie jako na coś, przed czym trzeba uciekać, ale jako na część życia, która kiedyś czeka każdego z nas. Poświęćmy starości nasz czas.

Słuchajmy jej wspomnień. Pytajmy. Pozwólmy jej opowiadać. Wtedy odkryjemy coś, czego sami szukalibyśmy z trudem i bardzo długo.

Bo kiedy nasze dwa światy się spotykają, zawsze mogą się wzajemnie wzbogacić.

A kiedy sami czujemy, że lata mijają, nie zapominajmy: nasze życie nie traci wartości. Po prostu przybiera inną formę. Każdy okres ma bowiem swój czas, swoje zadanie i swoje piękno.



SPIRITUALE PODCAST

A odpoczynek? Oczywiście, to jest zrozumiałe i ważne. Znajdźcie miejsce, które uspokaja i daje przestrzeń do kontemplacji. Takim miejscem jest również Centrum Duchowe w Vranowie. Tutaj można się zatrzymać, spojrzeć wstecz i w spokoju zaakceptować to, w jakim momencie życia właśnie się znajdujemy.

Bo życie nie jest piękne tylko wtedy, gdy się zaczyna.

Jest piękne również wtedy, gdy dojrzewa.

autor: Mgr. Miroslav Lindovský

