

Maria Łuszczynska

Uniwersytet Papieski Jana Pawła II w Krakowie

## Wybrane koncepcje filozoficzne czasu i ich użyteczność w badaniach nad starością

### Selected Philosophical Concepts of Time and their Usefulness in Ageing Research

...czas albo w ogóle nie istnieje, albo jest pojęciem ogólnym i niewyraźnym.

Arystoteles, *Fizyka*

Jestem siłą, która największe skarby zachwyty i szczęścia w tęsknocie sobie uraja i do ich urzeczywistnienia dąży, ale wszystkich ich zrzec się gotowa za samą możliwość przetrwania. Jestem siłą, która się ostaje w przeciwnościach losu, gdy czuje i wie, że swobodnym swym czynem z niebytu wywoła to, co po niej pozostanie, gdy sama się już w walce spali. Jestem siłą, co chce być wolna. I nawet trwanie swoje wolności poświęci.

Roman Ingarden, *Książeczka o człowieku*

**ABSTRACT:** Interdisciplinarity of social gerontology encourages people to apply for the achievements of various sciences whose instruments can be helpful in deepening their knowledge about old age. In this article, the proposed source of inspiration for research into old age becomes the time category. The basic meaning of this category is shown in reference to philosophical thought, its current use in research on old age. The review has a character signaling the philosophical contexts, without embedding these concepts in the contexts of the history of philosophy. In addition, it is further elaborated in areas and questions that may inspire researchers of the issue of old age to use the time category as both research and interpretation canvas.

**KEYWORDS:** Time, ageing, philosophical categories in social researches, old age.

**STRESZCZENIE:** Interdyscyplinarność gerontologii społecznej zachęca do sięgania po dorobek różnych nauk, których instrumentarium może być pomocne w pogłębianiu wiedzy na temat starości. W prezentowanym artykule proponowanym źródłem inspiracji dla badań nad starością jest kategoria czasu. Ukazane zostaje podstawowe znaczenie tej kategorii w nawiązaniu do myśli filozoficznej, dotychczasowego wykorzystania jej w badaniach nad starością. Przegląd ma charakter sygnalizujący konteksty filozoficzne, bez osadzania tych pojęć w kontekstach historii filozofii. Dodatkowo zostaje ona uszczegółowiona w obszarach i pytaniach, które mogą zainspirować badaczy kwestii starości do wykorzystywania kategorii czasu zarówno jako kanwy badawczej, jak też interpretacyjnej.

**SŁOWA KLUCZOWE:** Czas, starość, kategorie filozoficzne w badaniach społecznych, starzenie się.

## Wprowadzenie

W obszarze analiz starości konieczne do obrazowania tego społecznego zjawiska jest wykorzystywanie studiów interdyscyplinarnych. Oczywiście w świecie gerontologów stało się już stwierdzenie dotyczące różnorodności osób starszych, ich niepowtarzalności i odmienności pod kątem stylów życia, potrzeb, oczekiwań, możliwości, stanu zdrowia i innych, ewentualnych, do badania cech charakteryzujących tę populację wiekową. Konieczność interdyscyplinarności badań nad starością staje się szansą dla tych nauk i dyscyplin wiedzy, które albo mają immanentną cechę uniwersalizmu (filozofia), albo zawierają wiele odniesień interdyscyplinarnych (na przykład pedagogika, socjologia, praca socjalna). Na potrzeby niniejszych rozważań sięgnięto do genezy nauk jako takich i zdecydowano o przeanalizowaniu aparatu pojęciowego filozofii pod kątem jego przydatności do badań nad starością.

Do inspirowania procesu poznawania starości warunki stwarzają rozmaite kategorie filozoficzne, wśród których można wymienić pamięć, będącą w kręgu zainteresowań Platona, Arystotelesa, Cyserona, św. Augustyna oraz Tomasza z Akwinu – żeby pozostać w czasach historycznie odległych, w których większość pojęć filozoficznych jeszcze się krystalizowała dla dalszego historycznego dyskursu. Dla badań nad starością inną przydatną kategorią może być kategoria odnosząca się do ciała, wynikająca bezpośrednio z greckiego materializmu, a w związku z nią bardziej już współczesna kategoria twarzy, chociażby w ujęciu Friedricha Nietzschego, Hannah Arendt, Jean-Paula Sartre'a czy Maurice'a Merleau-Ponty'ego. Jako kolejną wskazać trzeba kategorię spotkania – rozwiniętą dość obszernie w myśli Emmanuela Levinasa, a w polskim dorobku filozoficznym przez Józefa Tischnera, bez wątplenia zapowiadająca inspirujące rozważania wokół relacji tworzonych i wykorzystywanych w starości. Wszystkie ze wskazanych kategorii są na tyle pogłębione, zachęcające do refleksji i oferują uszczegółowioną analizę w kontekście badań nad starością, że każdej z nich można by poświęcić odrębny artykuł.

Wszelako na potrzeby poniższych analiz wybrana została jedna z najbardziej podstawowych w kontekście rozważań gerontologicznych – kategoria czasu – jako immanentnie wpisana w ujmowanie starości jako etapu życia w jego przebiegu. Kontekst temporalny stanowi bowiem nieodłączny element życia ludzkiego, którego granice, kamienie milowe i treść jest w pełni realizowana w perspektywie czasowej, określonej w konkretnej formie dni, miesięcy i lat życia.

Sam czas jednak nie jest aspektem oczywistym, jednorodnym, dlatego stwarza możliwości wielowątkowego analizowania starości, nierozzerwalnie z tym czasem korelującej, czy też wydarzającej się. Już samo określenie jej granicy początkowej czy różnych populacji osób starszych odbywa się poprzez zaznaczenie na osi czasu w jego przebiegu linearnym. Starość jest tutaj zaznaczona na skrajnym odcinku, ujmowana jako „najpóźniejszy okres życia”, „końcowa faza życia”, „ostatni etap życia” i w innych, mniej lub bardziej temporalnych określeniach. Takie ujęcia życia jako upływającego czasu znajdujemy w koncepcjach Erika Eriksona, Jamesa E. Birrena, Chada Gordona i Charlesa M. Gaitza (Erikson 1950; Birren 1961; Gordon, Gaitz 1976).

Przedkładany tekst ma zadanie z jednej strony uwypuklić i podkreślić znaczenie związku starości z czasem, również w nawiązaniu do najbardziej podstawowego namysłu nad tą kategorią, jaką jest namysł filozoficzny; z drugiej strony proponuje założenia do badań nad czasem w starości, poprzez wyodrębnienie określonych obszarów czasu w życiu osób starszych, a co za tym idzie również zebranie propozycji pytań badawczych przypisanych do każdego z tych obszarów. Ma to być punkt wyjścia do dyskusji nad projektem badawczym inspirującym badania nad starością w ujęciu temporalnym. Dodać należy, że przegląd koncepcji filozoficznych ze względu na rygor objętościowości będzie wybiórczy i przyczynkarski. Zamierzeniem jest bowiem uszczegółowienie kategorii czasu poprzez opis możliwych znaczeń, a przez to podjęcie próby stworzenia podkategorii znaczeniowych czasu w obrębie uniwersalnego jego rozumienia. Aspekt inspirowania badań nad kategorią czasu w starości wypełnia postulat praktycznego zastosowania wniosków z niniejszych rozważań.

## **Filozoficzne przesłanki rozumienia czasu dla namysłu nad starością**

Kiedy wspomina się o filozoficznych przesłankach namysłu nad czasem na przestrzeni wieków, zanim jeszcze zaczęli się nim zajmować reprezentanci innych nauk społecznych i ścisłych, ukazać należy dwie dominujące perspektywy myślenia o czasie – o czasie cyklicznym i o czasie linearnym. Ten pierwszy obecny w kulturach archaicznych i świecie greckim, związany jest ściśle

z obserwacją cykliczności przyrody – ruchu gwiazd, pór roku, rytmów biologicznych. Zgodnie z podobnym rozumieniem czasu, zdarzenia powracają, nie dzieje się nic, co by już wcześniej nie miało miejsca, przyszłość uwiecznia przeszłość i nie ma zdarzenia, które nie będzie musiało się powtórzyć. W tym sensie nie istnieje historia rozumiana jako jednorazowe i nieodwracalne następowanie po sobie niepowtarzalnych faktów. Okresowa cykliczność pociąga za sobą racjonalność wydarzeń, bowiem każde z nich ma swoje uzasadnienie. Z teorią tą jest również związana wiara w metempsychozę – cykliczną reinkarnację duszy.

Traktowanie czasu jako linearnego procesu zostało z kolei wytworzone przez kulturę żydowską, a następnie przejęte przez chrześcijaństwo. Opiera się ono na przekonaniu, że istnieje jeden kierunek czasu, jego znaczenie zapisane w chwili narodzin ma się zrealizować w historii. Czas ma więc strukturę postępową, miał początek, ponieważ został wykreowany razem ze światem i zmierza do swojego końca. Z kolei twórca temporalnego świata – Bóg – znajduje się poza nim, jest wieczny, trwa przed czasem i po nim. W tym znaczeniu raczej bytu ma historia, która – rozumiana jako sekwencja niepowtarzalnych wydarzeń – tworzy w swoim przebiegu epoki i modyfikujące się doświadczenie ludzkie rozpatrywane w kategoriach postępu duchowego, społecznego i naukowego (Ubaldo 2006).

Pisząc o czasie jako kategorii filozoficznej należy, przynajmniej pobieżnie, odnieść go do historycznego przeglądu stanowisk filozofów, którzy budując swoje koncepcje interesowali się tym zagadnieniem. Z konieczności będzie to przegląd bardzo subiektywny, z zastosowaniem kryterium punktowości, ujmujący kilku filozofów ważnych dla dyskusji o czasie w danej epoce historii filozofii.

Wskazać warto, że zasadniczo dwie epoki zdają się być najbardziej zainspirowane rozważaniami o czasie, a zatem starożytność i współczesność. W tej pierwszej, obejmującej okres starożytnej Grecji i Rzymu, w początkowym okresie rozwoju filozofii czas pojawiał się w pismach myślicieli sporadycznie. Częściej rozważano zagadnienia ruchu lub zmienności i to przez nie w sposób pośredni definiowano naturę czasu – tak było u Anaksymandra, Heraklita, Zenona z Elei, Empedoklesa, Demokryta (Diogenes Laertios 1988), Platona. W starożytności zderzyły się ze sobą dwie doktryny. Według jednej z nich czas jest wieczny, tak jak wieczna jest zasada, z której dzięki ruchowi powstaje cała przyroda (Anaksymander), a nawet więcej, zaś czas, podobnie jak wszechświat, nie ma początku, jest odwieczny, a zmienność jest podstawową własnością przyrody. Wszystko płynie i nie ma nic, co powtórzyłoby się na osi czasu (Heraklit). Z kolei Zenon z Elei i jego szkoła eleacka stworzyły poglądy,

że czas jest nieciągły, składa się z oderwanych od siebie chwil, w których nie tylko lecąca strzała, ale i cały świat, są nieruchome (Diogenes Laertios 1988, s. 551). Próbami pogodzenia tych rozbieżności było stanowisko Empedoklesa, który zaproponował obraz świata składający się z czterech żywiołów (wody, powietrza, ognia i ziemi), które są wprawiane w ruch przez dwie siły – miłość i niezgodę. Historia świata jest cykliczna – w pierwszym okresie żywioły pozostają w spoczynku, więc czas nie płynie, potem następuje okres działania niezgody, prowadzący do chaosu, czyli stanu wymieszania się żywiołów, a to wieńczy okres działania miłości. Z kolei od tego okresu czas powraca do etapu pierwszego – spoczynku żywiołów (Diogenes Laertios 1988, s. 497–498). Te wstępne teorie przygotowały grunt dla pojawienia się dwóch wielkich systemów starożytnej filozofii – myśli Platona i Arystotelesa. Pierwszy, przekonany było o celowości czasu, który istnieje po to, aby upodabniać świat do wieczności. Jest to koncepcja kołowa, opierająca się na założeniu, że historia świata składa się z wiecznych powrotów. Istnieją jednak byty a-czasowe, takie jak wieczne idee, niezmiennie w czasie, stanowiące niejako punkt odniesienia i dojścia całej rzeczywistości (Platon 1993; 2010).

Arystoteles definiował czas jako pojęcie fizyczne – ilość ruchu – ze względu na to, co wcześniejsze i to, co późniejsze (jako ilościową stronę ruchu), jako wartość podlegającą liczeniu, nie zaś jako środek do tego (Arystoteles 1990, s. 109–115). Uważał, że najbardziej naturalnym i doskonałym ruchem jest ruch po kole, dlatego powinien on służyć do pomiaru czasu. Ów ruch ponadto stanowi aspekt podporządkowany istnieniu umysłu, który może go obliczać. Czas jest traktowany jako ciągłość – swoiste kontinuum – nieskończenie podzielna (podobnie jak przestrzeń), ale jednocześnie nieskończona przez dodawanie.

W średniowieczu kosmocentryczna teoria czasu cyklicznego zastąpiona została przez teocentryczny czas linearny, dzięki, m.in., koncepcjom św. Augustyna, Awicenna, Awerroesa, Bonawentury, św. Tomasza z Akwinu. Czas mierzony ruchem planet konfrontował się z czasem odliczanym historią narodu wybranego. Święty Augustyn najdobitniej odcinał się od tezy cykliczności, twierdząc, że czas nie jest wieczny i został stworzony przez Boga, który poprzedza każdy czas (św. Augustyn 1987). Filozof odszedł ponadto od wiązania istnienia czasu z ruchem, gdyż jego zdaniem źródłem czasu jest ludzki umysł, który poprzez zawarte w sobie wrażenia wyznacza upływ czasu.

W X–XII wieku filozofowie arabscy (Awicenna, Awerroes) odkryli pisma Arystotelesa i w komentarzach do nich zawarta została wizja czasu cyklicznego, powiązanego z ruchem i nieposiadająca początku. Jednakże rozważania nad istotą Boga, które wypełniały filozofię średniowieczną za sprawą

św. Tomasza z Akwinu, zreorientowały namysł nad czasem, skupiając się na linearności. Filozof ten bowiem, odwołując się do myśli Arystotelesa, określił czas jako byt niedoskonały, który nie istnieje samoistnie, ponieważ zależy od ruchu ciał (jest bytem istniejącym potencjalnie w rzeczach), a także od liczącego umysłu (jest bytem istniejącym formalnie w umyśle). W czasie pozostaje wszystko to, co się zmienia, porusza się. Co istotne, Bóg jest wyłączony z tego kontekstu jako najdoskonalsze istnienie, które nie ulega żadnym zmianom (Turek 1986, s. 103–125).

Mówiąc o nowożytności wskazać trzeba trzy wielkie koncepcje: Leibniza, Newtona i Kanta, które są ze sobą w wielu kwestiach sprzeczne. Wszystkie miały jednak znaczący wpływ na kształtowanie się pojęcia czasu w XX wieku, przy czym wydaje się, że największe zasługi można przypisać Newtonowi, jako konstruktorowi teorii fizycznej. Po odkryciu przez Galileusza, że czas może być modelowany przy pomocy liczb, które będą po sobie następować, Newton stwierdził, że istnieje przestrzeń absolutna i czas absolutny. Twierdził, że absolutność czasu polega na tym, że jest on możliwy do wyrażenia w pojęciach matematycznych, płynie jednostajnie, sam przez siebie i taka jest jego natura, niezależna od niczego zewnętrznego – nic na niego nie może oddziaływać. Wspomniał też o czasie względnym, który był subiektywną miarą czasu absolutnego (Tatarkiewicz 2007).

Oponentem Newtona był Leibniz, według którego czas jest względny, wynikający ze współistnienia rzeczy. Sam w sobie nie istnieje, będąc raczej tylko zjawiskiem, podobnie jak próżnia. Dla człowieka czas jest subiektywny, a dla Boga może go w ogóle nie być. Leibniz twierdził, że czas jest jedynie układem relacji porządkujących procesy i zdarzenia (Leibniz 1969).

Ostatnim filozofem czasów nowożytnych, który rozważaniom o czasie poświęcił sporo miejsca i zainspirował ojca współczesnych teorii czasu Alberta Einsteina, był Immanuel Kant – twórca dwóch podejść do czasu – metafizycznego i transcendentalnego (Kant 1957). W poszukiwaniu apriorycznych czynników wiedzy – nie danych w doświadczeniu, ale koniecznych dla wszystkich doświadczeń – Kant uznał czas, obok przestrzeni, za jedno z takich pojęć. Jak twierdził, czas jest koniecznym wyobrażeniem, zawartym we wszystkich Poznaniach zmysłowych. Było to podejście metafizyczne. Z kolei ujęcie transcendentalne ugruntowało przekonanie Kanta o tym, że aby mówić o zmianie i ruchu, trzeba mieć wyobrażenie czasu. Czas i przestrzeń są formami poznawczymi, związanymi z umysłem ludzkim. Jak pisze filozof z Królewca o czasie: „nie jest pojęciem dyskursywnym lub jak się mówi, ogólnym, lecz jest czystą formą zmysłowej naoczności. Różne czasy są tylko częściami tego właśnie jednego czasu” (Kant 1957, s. 109).

## Czas jako kategoria badawcza osób starszych

Elementem tożsamości indywidualnej osób starszych jest ich stosunek do czasu i sposób jego przeżywania. Pojęcie czasu może stanowić jedną z podstawowych kategorii opisujących starość jako zjawisko społeczne, psychologiczne, edukacyjne, medyczne. Filozoficzne podstawy opisu tego pojęcia spowodowały rozwój zainteresowań tym wymiarem opisu starości przez różne dyscypliny naukowe. W psychologii dość obszerne analizy kategorii czasu wpływającej na rozwój psychiki człowieka zawierają omówiona w dalszej części artykułu koncepcje Philipa Zimbardo i Johna Boyda (Zimbardo, Boyd 2011), a także Charlotte Bühler. Ta ostatnia autorka postuluje konieczność analizowania rozwoju człowieka w kontekście całego życia, zarówno z perspektywy biologicznej, biograficznej jak też obiektywnej. Perspektywa ta ma się odnosić do uniwersalnych, wspólnych wszystkim ludziom elementów biegu życia, takich jak podjęcie i wykonywanie pracy, założenie rodziny, prowadzenie gospodarstwa domowego, wychowywanie dzieci, udział w życiu społecznym, zmiany pracy i zajmowanej pozycji zawodowej, zdarzenia losowe oraz zmiany miejsca zamieszkania (Bühler 1999). Z kolei w pedagogice w odniesieniu do kategorii czasu rozwija się dział odnoszący się do czasu wolnego, a z nim ściśle związane koncepcje rekreacji, aktywizacji różnych grup wiekowych czy społecznych, w tym seniorów i osób z niepełnosprawnością (Pięta 2004). Wokół zagadnień czasu wolnego prowadzone są liczne mikrobadania związane z jego zagospodarowaniem w różnych grupach wiekowych, środowiskach lokalnych, instytucjonalnych lub w ujęciach metodycznych. Podobne kwestie w związku z czasem wolnym są poruszane przez pedagogikę kultury, pedagogikę społeczną, a w innych naukach przez ekonomię, turystykę, socjologię.

Zarówno osoby młodsze, jak i te starsze, zaproszone do refleksji nad życiem, często używają kategorii czasu do opisu swoich przemyśleń. Liczne badania dowodzą, że starość jest kojarzona z czasem wolnym, z możliwością realizacji swoich marzeń, z nadrabianiem straconego czasu jeśli chodzi o przyjemności, ze swoistą temporalną wolnością (na przykład Omyła-Rudzka 2016; Sposoby 2012). Jest to jednak oczywista ułudą, co potwierdzają analizy związane z czasem wolnym seniorów, którzy, zajęci opieką lub edukacją, nie mają czasu na nic lub cały czas poświęcają na troskę o zdrowie, rodzinę czy inne ważne dla nich wydarzenia życia społecznego. Tęsknota za wolnym czasem staje się jedną z dominujących utopii życia seniorów (ale też młodszych grup wiekowych). Do tego dochodzi jeszcze poczucie utraty czasu, świadomość jego nieodwracalnego upływu i wszystkie kwestie, które w badaniach sprowa-



dzają się do dyskusji nad bilansem życia (por. Izdebski, Polak 2016; Sygulska 2016; Manachiewicz 2016; Cibor 2008). Sam czas życia – w wymiarze biologicznym i linearnym – przeplata się z wymiarami czasowymi poszczególnych dziedzin życia. Jest zatem czas na życie zawodowe z kolejnymi szczeblami kariery, osiąganymi w czasie, życie rodzinne i jego poszczególne etapy, rozwój edukacyjny, ze wskazaniem na coraz popularniejsze działania związane z uczeniem w późnym wieku (*late-life learning*), i w końcu czas rozwoju pasji i zdobywania doświadczenia w jakichś ważnych umiejętnościach i talentach, a zatem okres przyjemności i zabawy.

Periodyzacja życia człowieka, wyrażana w teoriach biograficznych, osadzona jest mocno w wymiarze linearnym czasu i rozciągnięta pomiędzy przeszłością, teraźniejszością a przyszłością danej osoby. Można uznać, że w takim ujęciu życia człowieka stosuje się perspektywę czasu jako swoiste szkło soczewkowe społecznego mikroskopu, przez które analizuje się moment życia, wspomnienia tego, co było, oczekiwanie na to, co ma nadejść, ale też przenikające się konteksty porządku kulturowego, społecznego, duchowego, edukacyjnego, rodzinnego i innych oddziałujących na człowieka czynników (np. nierówności ekonomicznych czy zaburzeń stanu zdrowia), modyfikujących jego perspektywę czasową. Ta wielowątkowość czynników oddziałujących na linearność czasu życia, mogących zmieniać jego bieg, łamać ogólne schematy, zgodnie z którymi życie ma się toczyć w ogólnie przyjętym społecznym i psychologicznym schemacie, powoduje, że tworzone są coraz to nowe i bardziej unikalne wzory przebiegu życia (Giddens 2001).

Przywołując inne koncepcje, które można, obok pedagogiki czasu wolnego i koncepcji biegu życia, wykorzystać do opisu temporalnego wymiaru starości, przytoczmy wspomnianą już koncepcję autorstwa Philipa Zimbardo i Johna Boyda, zgodnie z którą sposób interpretacji świata i ludzi dokonuje się w procesach poznawczych odnoszących się do czasowości. Każde ludzkie doświadczenie jest porządkowane w odniesieniu do przeszłości, teraźniejszości i przyszłości. Czas jest zatem indywidualną matrycą interpretacyjną dla doświadczenia człowieka. Zaznacza on nie tylko znaczące wydarzenia na osi swojego życia, ale wraz z jego biegiem nadaje tym zdarzeniom odmienną konotację i rangę (Zimbardo, Boyd 2011, s. 20–21). W ostatnim stadium życia szczególnie uwypukla się skłonność do analizowania przeszłości oraz przyszłości, co może być związane z bliższą perspektywą końca życia. To prowadzi seniorów do pogłębionej refleksji nad własnym życiem (Bühler 1999). Zauważona przez Zimbardo i Boyda zdolność do modyfikacji osobowości może również zdaniem innych badaczy zmieniać sposoby przystosowywania się do starości (Bugajska, Timoszyk-Tomczak 2012). Beata Bugajska i Celina Timo-



zyk-Tomczak wypracowały bardzo ciekawą propozycję konkretnego działania prowadzącego do poszerzania świadomości temporalnej, a co za tym idzie do nadania sensu i dokonania pozytywnego bilansu życia przez osoby starsze, a mianowicie pracę z metaforą życia jako podróży (Bugajska, Timoszyk-Tomczak 2014).

Inną teorią, w której aspekt temporalny jest eksponowany i stanowi podstawę wypracowanych założeń, jest teoria gerotranscendencji autorstwa Larasa Tornstama. Zakłada on, że rozwój człowieka jest procesem nieustannym, trwającym do późnej starości, a w jego trakcie człowiek może zmieniać perspektywę widzenia świata, siebie i innych ludzi (Tornstam 2005). Na podstawie wyników przeprowadzonych badań Tornstam zauważył, że seniorzy mogą postrzegać siebie i swoje życie nie tylko w kontekście wycofywania się z aktywności, tak jak ujmowała to teoria wycofania, ale też w kontekście pozytywnego ujmowania siebie. Wiąże się to z redefinicją siebie, relacji, w które są zaangażowani oraz ze stawianiem na nowo pytań egzystencjalnych. We wspomnianych badaniach respondenci zaznaczali zmiany w zakresie percepcji czasu, przestrzeni, kwestii życia i śmierci. Osoby te mówią o zmianie w zakresie postrzegania czasu, przestrzeni, a także życia i śmierci. Są w większym stopniu nastawieni na przeżywanie swojego świata wewnętrznego, ważnych dla siebie relacji z innymi ludźmi, a czują także więź z pokoleniami swoich rodziców i dziadków. Seniorzy przekraczają swoją dotychczasową perspektywę temporalną i definiują na nowo ważne dla nich kwestie egzystencjalne. Nie wchodząc w szczegóły i dyskusję wokół tej teorii, należy zauważyć, że ma ona charakter bardzo porządkujący perspektywę czasową, w której funkcjonuje senior i koresponduje ona z teoriami Philipa Zimbardo i Johna Boyda, Viktora Frankla, Erika Ericsona i innych myślicieli reprezentujących humanistyczny nurt w psychologii.

Nawiązując do filozoficznego ujmowania czasu w kategoriach cyklicznych i linearnych należy przywołać również teorię związaną ze specyfiką określonych populacji, związaną z cyklicznym upływem czasu. Chodzi o teorię cyklu pokoleniowego autorstwa Williama Straussa i Neil'a Howe'a. Teoria powstała w początkach lat 90. XX wieku i opisuje historię jako powtarzające się regularnie, choć w różnych wariantach, cztery fazy przebudzeń i kryzysów związanych z typami pokoleń, w ten sposób ujmująca rozwój społeczeństw w kontekście cyklicznym, a nie linearnym. Zgodnie z nią każde pokolenie jest w szczególny sposób związane z okresem swojego dzieciństwa i młodości. To właśnie wspólne doświadczenia, sposób życia charakterystyczny dla danego czasu, kontekst kulturowy i społeczny decydują o przynależności do danego pokolenia i tworzą różne przeszkody w przeżywaniu wszelkich zmian,

które w obyczajowości następują po tym okresie. Szczególnie mocno oddziałują wspólne doświadczenia i przeżycia dramatyczne: wojny, kataklizmy, zagłady i inne traumy społeczne, przeżywane wspólnie z innymi przedstawicielami własnego pokolenia. Przeżycia te, szczególnie związane z okresem dzieciństwa i młodości, kształtują wspólny obraz świata, sposób interpretacji wydarzeń, w których uczestniczymy, ustawiają także dane pokolenie w dialogu do pokoleń wcześniejszych. Stąd biorą się stale obecne i nieprzewidywalne konflikty międzypokoleniowe powstające na fali protestu i potrzeby zmiany rzeczywistości. Strauss i Howe zauważają, że społeczności ludzkie rozwijają się cyklicznie poprzez nawracające kolejno cztery typy generacji – pokolenie związane ze wzlotem, przebudzeniem, dezintegracją i kryzysem społecznym. Rozwój społeczny rozwija się w toku wymiany tych czterech typów pokoleniowych i jest nieodzowną cechą rozwoju społecznego, tak naturalną jak cykle zmiany pór roku lub cykle rozwoju człowieka (Strauss, Howe 1991). Autorzy podkreślają temporalny wymiar interpretacji poszczególnych losów ludzkich, z jednej strony jako przynależnych do danego pokolenia i przez pryzmat tej przynależności tłumaczący akceptację dla wartości, zasad, przeżyć i obrazu świata; z drugiej strony, czasowość wyeksponowana jest w powracającym cyklu rozwoju społecznego, przebiegającym w dość nieunikniony sposób; w końcu czasowość uwypukla się w kontekście relacji i konfliktów międzypokoleniowych, czyli w dostrzeganiu odmienności czasowej perspektywy innej grupy wiekowej. Zaprezentowana teoria stanowi dość istotny kontekst interpretacyjny wszelkich badań nad starością, niejako tło interpretacyjne każdej wypowiedzi seniora odnoszącą się do jego życia.

Przegląd badawczo użytecznych teorii interpretujących temporalność w badaniach nad starością pragnę zakończyć przywołaniem myśli polskiego filozofa Romana Ingardena, który w latach 30. XX wieku opublikował artykuł dotyczący człowieka i czasu (Ingarden 1998). Autor wyodrębnił dwa odmiennie podejścia człowieka do czasu. W pierwszym uznajemy, że to, co naprawdę istnieje, to my sami, a czas jest wobec tego zjawiskiem pochodnym i ulotnym. Drugie podejście uznaje, że czas i jego przemiany są jedyną rzeczywistością, natomiast człowiek biernie się im poddaje i w ich trakcie ulega unicestwieniu. Konsekwencje akceptacji każdego z tych założeń powodują skrajnie różne stanowiska metafizyczne i mogą prowadzić do odmiennych postaw chociażby wobec starzenia się.

Z jednej strony bowiem mamy do czynienia z uznaniem, że człowiek, podobnie jak świat, w którym żyje jest bytem skończonym, ukształtowanym, na którego zewnętrzne wydarzenia, relacje, interakcje nie mają wpływu, dopóki utrzymuje swoją strukturę psychofizyczną jako spójną i nieuszkodzoną.

Świat i inni ludzie są tylko pewnym zjawiskiem, a ja jako podmiot percepcji jestem stały i niezmienny w czasie. W relacji do czasu człowiek panuje i przewycięża go poprzez podtrzymywanie w istnieniu tego, co już minęło wraz z przeszłością. Taki stosunek człowieka do czasu jest silnie determinujący terażniejszość przez przeszłe wydarzenia, jak pisze Ingarden przeszłość zniewala terażniejszość, człowiek żyje tak, „jak gdyby nie minęło to, co przeszłe, jak gdyby nie było czasu” (Ingarden 1998, s. 47).

W drugim ujęciu człowiek jest bytem dynamicznym, zmieniającym się w czasie, ale nad nim do końca nie panuje. Czas jest niszczyielski dla istnienia człowieka, a on sam w czasie się dopiero staje, konstytuuje, przekształca samego siebie. Życie ludzkie jest kruche, gdyż jak pisze Ingarden „istnienie tego, co rzeczywiste, nie płynie z jego istoty i nie jest konieczne” (Ingarden 1998, s. 49). Człowiek wypełnia wciąż nową fazę czasową i tylko w ograniczonym zakresie czasowym istnieje, żyje pomiędzy tym, czego już nie ma i co jeszcze się nie pojawiło. W tym rozumieniu relacji człowieka do czasu ważne jest świadomość niepodważalności swojego istnienia dotychczas, czyli przez pryzmat przeszłości. Dopiero poprzez nią, poprzez „żywe pamiętanie”, człowiek ujawnia przed sobą samym to, kim jest. Ingarden podkreśla jednak, że wraz z upływem czasu może się zmieniać również interpretacja minionych zdarzeń, a co za tym idzie treść własnej tożsamości.

Roman Ingarden nie rozstrzyga, które z tych podejść jest właściwe. Analizuje wprawdzie warunki prawdziwości każdego z nich, ale sam zastrzega, że nie dysponuje takim aparatem badawczym, aby jednoznacznie rozstrzygnąć kwestię relacji człowieka do czasu. Jednakże stwierdza z pewnością obecność ścisłego związku pomiędzy tymi dwoma odmiennymi sposobami przeżywania czasu a zagadnieniem istnienia i istoty osobowości człowieka. Ingarden, posługując się omówionymi koncepcjami, przedstawia strategię uniezależnienia się od czasu lub rozpadnięcia się w nim, i konkluduje, że „czas jest zjawiskiem pochodnym, zależnym od sposobu zachowania się osoby ludzkiej, a ogólniej tego, co istnieje” (Ingarden 1998, s. 67). Dla badań nad starością koncepcja Ingardena może być inspirująca ze względu na dynamizm relacji do czasu, zawarty w tych dwóch skrajnych postawach. Konsekwencje każdej z nich wpływają na stopień gotowości do przeobrażania świata, własnego życia i nadawania sensu swojemu istnieniu, szczególnie w perspektywie badania starości, która umożliwi nie tylko spojrzenie na minione życie, ale też na sposób dostrzegania tego życia w czasie. Kontekst temporalności, ujmowany na sposób Ingardenowski, tworzy przesłanki nie tylko do biograficznego ujmowania doświadczeń seniora, ale przede wszystkim do odtwarzania głębiej skrywanych nastawień, przekonań, wierzeń i wartości. W tym sensie starość

jest formą dialogowania z życiem osoby starszej na bardziej pogłębionym poziomie dociekań.

Można powiedzieć, że czas życia jednostki jest czasem otwartym, swoistą grą wydarzeń, znaczeń, wspomnień i oczekiwań, a także grą wrażeń osadzonych w terażniejszości. Fascynujące jest tak mnogie uwikłanie człowieka w wielopoziomowe przeżywanie czasu, począwszy od tego już raz przeżytego, zamkniętego w ramach przeszłości, lecz wciąż na nowo interpretowanego, wspomnianego lub zapominanego, poprzez ten przyszły, pełen nadziei, oczekiwań, obaw, marzeń i planów, aż do czasu najmniej uchwytneho, obecnego, zanurzającego w doświadczeniu życia. W tej wieloaspektowości niezwykle rolę może pełnić wspomniana już kategoria pamięci, której bliskie relacje z czasem powinny zostać tu zasygnalizowane. Skomplikowanie ludzkiej czasowości, szczególnie w doświadczeniu osób starszych, jej nieoczywistą chronologiczność można poddać interpretacji poprzez odwołanie do konceptów wywiedzionych z myśli filozoficznej.

### Inspiracje dla badań

Przedstawione poniżej inspiracje badawcze do wykorzystania w ukazaniu temporalnej perspektywy społecznego i indywidualnego funkcjonowania osób starszych należy, zgodnie z tytułem niniejszego podrozdziału, potraktować jako punkt wyjścia do kreatywnego przetwarzania zaproponowanych obszarów badawczych i ich uszczegółowienia w postaci pytań badawczych. Jest to propozycja autorska, często bardziej porządkująca niż oryginalna, mająca zachęcić czytelnika do namysłu, dyskusji i modyfikacji określonych obszarów i pytań. Dodatkowo należy zaznaczyć, że wyodrębnione obszary badawcze trzeba rozumieć nie jako ściśle rozdzielone pomiędzy sobą, ale w jakichś zakresach zachodzące na siebie, tworząc jedno temporalne *uniwersum*. To prowadzi do przenikania i podobieństwa pytań badawczych pomiędzy różnymi obszarami. Często proste i oczywiste sformułowanie pytań badawczych ma na celu porządkowanie danego obszaru po to, aby w procesie badawczego namysłu doprowadzić do bardziej ukrytych i oryginalnych pomysłów na doprecyzowanie. Siłą rzeczy niniejsza część nie odwołuje się do żadnej literatury przedmiotu i należy ją traktować jako autorski pomysł, który narodził się pod wpływem teoretycznych rozważań kwestii opisanych w poprzednich podrozdziałach.

Badania nad starością, w których cel stanowi podkreślenie różnorodności grupy seniorów, powinny uwzględniać różnorodne zmienne, wskaźniki, kategorie interpretacyjne. Najlepiej jeśli te kategorie same w sobie są w dużej mierze zróżnicowane. Przyjęta na potrzeby niniejszej analizy filozoficzna ka-

tegoria czasu spełnia kryterium różnorodności, ponieważ można w niej wyodrębnić następujące obszary znaczeniowe:

1. Czasu obiektywnego – biegu życia.
2. Czasu spędzanego/wypełnianego.
3. Subiektywnego upływu i odczuwania czasu.
4. Percepcji terażniejszości przyszłości.
5. Czasu zmarnowanego.
6. Czasu wypartego.
7. Czasu zdobytego/odzyskanego.

Poniżej zostaną scharakteryzowane poszczególne obszary oraz zaproponowane pytania badawcze, którymi można uszczegółowić dany obszar. I tak pierwszy z nich – obszar czasu obiektywnego – biegu życia – obejmuje wymiar biograficzny badanego seniora. Analizuje się w nim zarówno przeszłość, terażniejszość, jak też wyobrażoną, oczekiwaną przyszłość. W analizie przyszłościowej w kontekście osób starszych można odnieść się do badań i propozycji praktycznego zastosowania wyników badań poprzez koncepcję warsztatów dla seniorów autorstwa B. Bugajskiej i C. Timoszyk-Tomczak (Bugajska, Timoszyk-Tomczak 2012; Bugajska, Timoszyk-Tomczak 2014). Obiektywność tego czasu wyznaczają określone fakty, wydarzenia ułożone w chronologii historycznej. Można powiedzieć, że jest to czas najbardziej faktyczny, rzeczywisty, niejako naturalistyczny dla danej osoby. Można go odtwarzać zarówno w trakcie badań sondażowych, dialogowych, jak też podczas analizowania dokumentów. Propozycjami pytań badawczych uszczegóławiających ten obszar przykładowo niech będą choćby następujące:

- Jaka jest historia życia seniora?
- Co po kolei działo się w życiu seniora?
- Jak wyglądały poszczególne etapy życia – dzieciństwo, młodość, dorosłość, późna dorosłość, wczesna starość?
- Jakie są różnice pomiędzy poszczególnymi fazami życia?
- Jakie wydarzenia odcisnęły swój ślad w pamięci seniora?

Kolejnym, pozostającym w duchu neutralności i obiektywizmu możliwym do badania obszarem czasu, jest czas spędzany lub też wypełniany. Dotyczy on różnorodnych form aktywności, wydarzeń, cyklicznych przedsięwzięć organizujących czas seniora przede wszystkim w terażniejszości, ale też w kontekście przeszłych zdarzeń regularnych. Ustanawia to obszar opisujący rutynę, preferencje w obrębie podejmowanych aktywności. W tym zakresie mogą również pojawić się wskazówki do aktywizacji lub też niechęci do aktywizacji w codzienności. Obszar ten, poza rutyną, ukazuje zainteresowania, talenty, umiejętności i potrzeby rozwojowe. Jest to obszar badania czasu najbardziej

powiązany z doświadczeniami edukacyjnymi oraz z chęcią, bądź niechęcią, do podejmowania kolejnych zadań rozwojowych. Pytaniami badawczymi pomagającymi ustalić omawiane tematy mogą być:

- Jakie czynności są ulubione do wykonywania przez seniora?
- Z kim najlepiej senior spędza czas i dlaczego?
- Jakie pasje życiowe zostały zrealizowane/można jeszcze zrealizować?
- Na czym polegały zadania zawodowe seniora i jak one przebiegały?
- Czym były wypełniane dni/czym są obecnie wypełniane dni seniora?
- Czym się różnił czas przeznaczany na pracę i na życie osobiste?
- W jakich rytmach czasowych senior funkcjonował?
- Czym jest dla seniora czas wolny?

Inny proponowany wymiar badawczy dotyczy subiektywnego upływu i odczuwania czasu. Jest to obszar wartościowania biografii, w którym fakty i wydarzenia nabierają określonego nacechowania emocjonalnego, poznawczego i aksjologicznego. Uwypuklają się tutaj związki pomiędzy czasem a pamięcią. Ta kategoria może objąć również badania stosunku osoby starszej do samego czasu, w ten sposób nabierając bardziej temporalnego znaczenia i wymiaru badawczego. Proponowane pytania badawcze mogą dotyczyć kwestii:

- kiedy senior poczuł, że jest stary (o ile taki moment w ogóle nastąpił)?
- jaki etap życia był najłatwiejszy/najtrudniejszy?
- jakie wydarzenia z życia są najważniejsze/najboleśniejsze/najciekawsze/najbardziej owocne/zasługujące na największą uwagę?
- kiedy czas płynął najwolniej/najszybciej?
- w jakich momentach czas stawał w miejscu?
- co osoba myślała o ludziach młodych/starych na przestrzeni swojego życia?
- jakie są oczekiwania seniora na przyszłość?
- kogo najlepiej osoba starsza pamięta z przeszłości?
- co najczęściej wspomina?

Powyższy aspekt wiąże się bezpośrednio z obszarem percepcji przeszłości, gdzie podmiotem badań można jednocześnie uczynić kategorię pamięci, a także z obszarem percepcji terażniejszości, w której należy wyodrębnić podkategorię pogodzenia się lub niepogodzenia z różnymi faktami/stanami/osobami/ oraz percepcji przyszłości, kiedy obok oczekiwań, planów, marzeń i celów można badać również stosunek do śmierci. Jak z tego wynika, badania obejmujące określone etapy czasowości w jej wymiarze linearnym można połączyć z relewantnymi dla nich stanami lub też treściami znaczeniowymi pojęć, osadzających się w obrębie danego etapu. Dla przeszłości będzie to pamięć, dla terażniejszości pojednanie, z kolei dla przyszłości – śmierć. Te kwestie wyzna-

czają niejako os zainteresowań, wokół których można penetrować przeszłość, terażniejszość lub przyszłość w sposób bezpośredni lub pośredni. Z podobnych powodów dla tego obszaru proponuje się następujące pytania badawcze:

- Co z czasem zaczyna się coraz bardziej liczyć w życiu seniora?
- Co z czasem nabiera coraz mniejszego znaczenia dla seniora?
- Co sprawia, że senior czuje się zakorzeniony w terażniejszości?
- Czym dla seniora jest terażniejszość?
- Co się dzieje/mogłoby się dzieć w jego życiu teraz, co ma/mogłoby mieć dla niego znaczenie?
- Jaka jest ocena długości własnego życia?
- Co jeszcze senior chciałby zrobić w życiu?
- Jakie jest nastawienie do śmierci w ogóle?
- Jakie jest nastawienie do własnej śmierci?
- Jakie jest wyobrażenie seniora o czasie po śmierci?

Kolejne dwa obszary dotyczą percepcji przeszłości: czasu zmarnowanego i czasu wypartego. Ten pierwszy zachęca osobę starszą do refleksji i dokonania bilansu życia, nie tyle w znaczeniu psychologicznym, ale temporalnym właśnie. W tym obszarze pojawiają się podkategorie żałowania, że się czegoś nie zrobiło, decyzji, których się nie podjęło, czynności, które zabrały czas na inne preferowane działania, czy też wyborów i wartości, które dla seniora w trakcie życia są ważne, a nie zostały zrealizowane. Podobnie jak w poprzednich obszarach wyodrębnić można pojęcia towarzyszące analizom temporalności. W tym sensie realizuje się kantowska przesłanka o tym, że czas stanowi pojęcie aksjomatyczne dla innych wydarzeń i doświadczeń poznawczych. Chcąc pytać o czas zmarnowany, można wykorzystać następujące pytania badawcze:

- Czego seniorowi jest najbardziej żal w życiu?
- Jakie decyzje zostałyby podjęte, gdyby można było urodzić się jeszcze raz?
- Jakie zdarzenia pochłonęły więcej czasu niż powinny?
- Jakich pasji nie udało się zrealizować?
- Co zdominowało codzienność?

Czas wyparty dotyczy dość trudnego do zbadania doświadczenia (doświadczeń) w życiu osób starszych, o których nie chcą pamiętać lub po prostu zapomnieli i nie potrafią do tego wrócić. Penetrowanie badawcze tego pola wydaje się na tyle trudne, że o jego istnieniu możemy wnioskować na podstawie domysłów, interpretacji gestów, zachowań niewerbalnych itp. Podkreślić tu należy dodatkową trudność związaną z badaniami nad osobami starszymi: skłonność do ukazywania własnej rzeczywistości lepszą, niż ona jest, i wynikającą stąd konieczność używania pytań kontrolnych, wyjaśniających i dopre-



cyzowujących uzyskiwane wypowiedzi i odpowiedzi seniorów dotyczące różnych, szczególnie drażliwych, kwestii. Dla tego obszaru proponuje się użycie następujących pytań badawczych:

- Jaki okres w życiu jest najmniej wspominany?
- O czym ze swojego życia nie chce się opowiadać?
- O czym senior by najchętniej zapomniał?
- Które wydarzenia powodują niepewność co do miejsca i czasu ich dziania się?
- Czy są zdarzenia z życia, które lepiej, żeby się nie wydarzyły?

Ostatni z omawianych i proponowanych badawczo obszarów dotyczy czasu zdobytego/odzyskanego. W przeciwieństwie do ostatnich odnosi się on do refleksji nad przyszłością. O czasie odzyskanym mówić można wtedy, gdy jakieś zdarzenia miały trwać dłużej niż rzeczywiście trwały, a ich skutki początkowo miały być gorsze niż się ostatecznie okazało. Dobrym przykładem jest sytuacja, w której ktoś miał być wywieziony na zsyłkę na Syberię, ale udało mu się uciec z transportu, albo został osadzony w więzieniu, lecz ogłoszona została amnestia. Jest to obszar, który równolegle wydobywa pojęcie szczęścia, cudu, przypadku, zbiegu okoliczności lub opatrności. Ten obszar proponuje się badać przy pomocy następujących pytań badawczych:

- Jakich wielkich zmian senior dokonywał w życiu?
- Co mogłoby się dzieć nieustannie?
- Z kim wspólnie spędzony czas jest/wydaje się bezcenny?
- Jakie wydarzenia miały w życiu seniora charakter cudu/szczęścia/opatrności?
- Jakie wydarzenie/momenty z życia seniora zmieniły bieg jego dalszego życia?
- Jakie krytyczne wydarzenia miały miejsce w życiu seniora?
- Ile trwały te kryzysy?
- Co miało wpływ na długość ich trwania?

Na koniec należy podkreślić, że wielość wymienionych pytań badawczych nie oznacza konieczności wykorzystywania ich wszystkich, ani też wyzyskania ich w proponowanym kształcie dla układania pytań w narzędziu badawczym. Poza inspiracją do zoperacjonalizowania narzędzia, można je potraktować jako pytania interpretacyjne odpowiedzi seniora, któremu badacz, tak jak na przykład w teorii ugruntowanej, zadaje jedno pytanie. Wówczas opisana powyżej konceptualizacja obszarów i pytań badawczych może być ukrytą dla seniora, a jawną dla badacza, strukturą hermeneutyczną, służącą do wydobywania treści znaczących z wypowiedzi.

## Podsumowanie

Dla badań nad starością kategoria czasu wydaje się niezwykle ciekawa i obiecująca ze względu na jej różnorodność znaczeniową i interdyscyplinarny charakter badań. Dobrym punktem odniesienia mogą być badania przeprowadzone przez Charlotte Bühler i jej zespół w 1933 roku. Do wypracowania koncepcji biegu życia przyczynił się jej zespół badawczy, składający się z psychologa, socjologa, historyka, lekarza, historyka sztuki, muzykologa i statystyka. Zespół przeanalizował biografie różnych osób starszych, zarówno sławnych, jak też nieznanymi szerszemu gronu. Wynikiem jego prac jest pierwsza teoria biegu życia, inspirowana dalsze analizy o charakterze biograficznym (Rzepa 2002).

Kategoria czasu jest na tyle zróżnicowana, jeśli chodzi o jej historyczne kształtowanie się oraz o wieloznaczność treściową, że może stać się dobrą ideą do badań nad osobami starszymi, jako inspirowana różnorodne aspekty funkcjonowania i życia ludzi z tej kategorii wiekowej. Dodatkowo, o czym wcześniej nie wspomniano, może być też kategorią łączącą grupę seniorów z innymi grupami wiekowymi i stanowić pomost w badaniach porównawczych, wyodrębniając specyfikę okresu starszego na tle innych pokoleniowych doświadczeń. Dyskurs badawczy o czasie może być zarówno podmiotem badań nad starością, jak też ich szerokim kontekstem znaczeniowym.

Należy również zwrócić uwagę na inne kategorie i obszary tematyczne blisko powiązane z czasem, a mogące tworzyć siatkę pojęciową dla pogłębiania wiedzy o starości. Za takie nieodzowne pojęcie towarzyszące uznać wypada pamięć, która zdaje się kategorią poznawczą równie bogatą, co czas. Kategorią taką może być również śmierć, która w podświadomości społecznej i indywidualnej często jest ze starością sprzężona, a przez swoją istotowość wyznacza granice czasu – ludzkiego, historycznego, a także czasu życia.

## Literatura

- Arystoteles, (1990), *Fizyka*, [w:] *Dzieła wszystkie*, t. 2, PWN, Warszawa.
- Birren J., (1961), *The Brief History of Psychology of Ageing*, „The Psychology of Ageing, The Gerontologist”, nr 1.
- Bugajska B., Timoszyk-Tomczak C., (2012), *Przyszłościowa perspektywa czasowa w starości*, Wydawnictwo Uniwersytetu w Szczecinie, Szczecin.
- Bugajska B., Timoszyk-Tomczak C., (2014), *Podróż w czasie. Warsztat rozwoju osobistego osób starszych*, Uniwersytet Szczeciński, Szczecin.
- Bühler Ch., (1999), *Bieg życia ludzkiego*, PWN, Warszawa.
- Cibor R., (2008), *Wartości życiowe i ich bilans u osób starszych*, „Chowanna”, nr 1.
- Diogenes Laertios, (1988), *Żywoty i poglądy słynnych filozofów*, PWN, Warszawa.

- Erikson E.H., (1950), *Childhood and society*, W.W. Norton&Company Inc., Nowy Jork.
- Erikson E.H., (1998), *The Life Cycle Completed*, New York.
- Giddens A., (2001), *Nowoczesność i tożsamość. „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*, PWN, Warszawa.
- Gordon Ch., Gaitz Ch., (1976), *Leisure and Lives. Personal Expressivity Across the Life Span*, [w:] *Handbook of Ageing and the Social Sciences*, Binstock R.H., Shanas E. (red.), New York.
- Ingarden R., (1998), *Książeczka o człowieku*, Wydawnictwo Literackie, Kraków.
- Izdebski P., Polak A., (2016), *Bilans życia i poczucie koherencji osób starszych w zależności od ich aktualnej sytuacji życiowej*, „Gerontologia Polska”, nr 3.
- Kant I., (1957), *Krytyka czystego rozumu*, t. 1, PWN, Kraków.
- Leibniz G.W., (1969), *Wyznanie wiary filozofa*, PWN, Warszawa.
- Manachiewicz P., (2016), *Sens życia osób starszych – analiza empiryczna*, „Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska Lublin-Polonia”, nr 29.
- Omyła-Rudzka M., (2016), *Sposoby spędzania czasu przez seniorów*, CBOS, Warszawa.
- Pięta J., (2004), *Pedagogika czasu wolnego*, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Warszawa.
- Platon, (1993), *Timajos*, [w:] *Dialogi*, Unia Wyd. „Verum”, Warszawa.
- Platon, (2010), *Państwo*, PWN, Warszawa.
- Rzepa T., (2002), *Czy warto badać czyjeś drogi życiowe i jak je badać, nie dobiegając kresu własnej?* „Przegląd Psychologiczny”, nr 1, t. 45, t. 45.
- Sposoby spędzania czasu na emeryturze*, (2012), CBOS, BS/106/2012, Warszawa.
- Sygulska K., (2016), *Poczucie sensu życia osób starszych – refleksje z badań*, Dyskursy Młodych Andragogów, Zielona Góra.
- Strauss W., Howe N., (1991), *Generations: The History of America's Future*, William Morrow and Company, New York.
- Św. Augustyn, (1987), *Wyznania*, PAX, Warszawa.
- Tatarkiewicz W., (2007), *Historia filozofii*, t. 2: *Filozofia nowożytna do 1830 roku*, PWN, Warszawa.
- Tornstam L., (2005), *Gerotranscendence. A developed theory of positive aging*, New York.
- Turek J., (1986), *Tomaszowe ujęcie czasowej nieskończoności wszechświata a współczesna kosmologia*, „Roczniki Filozoficzne”, t. 34, z. 3.
- Ubaldo N., (2006), *Filozofia*, Świat Książki – Bertelsmann Media, Warszawa.
- Zimbardo P., Boyd J., (2011), *Paradoks czasu*, Wydawnictwo PWN, Warszawa.