

Kakovostna starost

REVIJA ZA GERONTOLOGIJO IN MEDGENERACIJSKO SOŽITJE
LETNIK 28 (2025), ŠTEVILKA 1



INŠTITUT ANTONA TRSTENJAKA

KAKOVOSTNA STAROST

letnik 28, številka 1, 2025

UVODNIK

KLASIKI O STAROSTI IN SOŽITJU GENERACIJ

- 3 Maja Sevnik: Maksim Gorki in njegova babica
- 26 Irena Avsenik Nabergoj: Teološke in kulturne razsežnosti pete Božje zapovedi: spoštovanje in skrb za ostarele starše v Svetem pismu

IZ GERONTOLOŠKE LITERATURE

- 41 Oskrbovalni odnos med otrokom in staršem v poznejšem življenjskem obdobju – psihosocialne izkušnje (Tjaša Potočnik)
- 44 Ne gre za staranje, gre za starizem (Alenka Ogrin)

GERONTOLOŠKO IZRAZJE

- 46 Hoja in drugo gibanje v starosti (Jože Ramovš)

KONFERENCE IN PROJEKTI

- 50 Starati se pomeni živeti (Alen Sajtl in Marta Grčar)
- 58 Nevidni oskrbovalci – pot do celovite podpore neformalnim oskrbovalcem (Tjaša Potočnik)
- 61 Starizem – izziv današnjega dne (Alenka Ogrin)
- 63 Kako promovirati medgeneracijsko solidarnost v EU? (Alenka Ogrin)

IZ MEDGENERACIJSKIH PROGRAMOV

- 65 Zanimive oblike sodelovanja več generacij na Dunaju (Alenka Ogrin)

INTERVJU

- 69 Elena Felipe in Alenka Ogrin: Koncept podpore oskrbovalkam in starejšim osebam na otoku Tenerife

GOOD QUALITY OF OLD AGE

- 79 Good Quality of old age: Journal for Gerontology and Intergenerational Relations, Vol. 28, Num. 1, 2025

Draga bralka, dragi bralec!

Pred vami je prva številka 28. letnika revije *Kakovostna starost*. Po 27 letih predanega urednikovanja prof. dr. Jožeta Ramovša, smo prevzeli njeno urejanje mlajši sodelavci. Pri njenem nastajanju smo sodelovali že vrsto let, kljub temu pa smo šele zdaj v polnosti začutili, kako pomembna je modrost, ki jo prinašajo dolgoletne izkušnje, in kako dragocen je prenos tega znanja s starejših na mlajše generacije. Prof. Ramovš nam je pri tem prehodu – in upamo, da nam bo tudi v prihodnje – stal ob strani z nasveti, spodbudami in z zaupanjem v naše delo. Ta podpora nam je dala samozavest, zagon in odgovornost, da nadaljujemo s poslanstvom revije. Jože, iskrena hvala za vse, kar si ustvaril in za vse znanje, ki nam ga vsakodnevno predajaš!

Tokratna številka revije je obarvana bolj literarno, saj vsebuje kar dva znanstvena članka v rubriki *Klasiki o staranju in sožitju*. Ta rubrika se nanašata na odnose med generacijami in na odnos do starejših – temi, ki sta rdeča nit te številke. Prof. Maja Sevnik obravnava odnos Maksima Gorkija do svoje babice, ki ga opisuje v romanu *Detinstvo*. Ob vsej kompleksnosti in patologiji v družine prevlada pomen, ki ga imajo stari starši za psihosocialni razvoj vnukov. Prof. ddr. Irena Avsenik Nabergoj pa piše o teoloških in kulturnih razsežnostih 5. Božje zapovedi, ki govori o spoštovanju in skrbi za ostarele starše v Svetem pismu. Tudi prikazi iz gerontološke literature, poročila iz konferenc in projektov ter druge rubrike v tej številki so uglašene na tematiko medgeneracijskih odnosov. Med drugim lahko preberete o oskrbovalnem odnosu med odraslimi otroci in njihovimi starši, o učinkih starizma, ki preprečuje medgeneracijsko sodelovanje, o promociji medgeneracijske solidarnosti v EU in o modelu skupnega medgeneracijskega bivanja, ki so ga razvili na Dunaju in bi lahko služil kot zgled tudi za slovenski prostor.

Pomemben del prve letošnje številke je povzetek enega od petih posvetov Svetovne zdravstvene organizacije z naslovom *Starati se pomeni živeti: prizadevanje za zdravje in dobrobit skozi vse življenje* in bo podlaga za drugi evropski delovni program za obdobje 2026-2030. Nova usmeritev SZO opozarja na to, da starost ni problem, sindrom ali breme, kakor je pogosto predstavljena, ampak naraven in dragocen del življenjskega poteka ter privilegij. Sprememba dojemanja in vrednotenja starosti postaja vse pomembnejša, saj je v hitro starajočih se družbah ključna za dolgoročno vzdržnost socialnih in zdravstvenih sistemov, iz človeškega vidika pa je doživljanje smiselnosti staranja, starosti in tudi z njo povezane krhkosti ter odvisnosti od pomoči, ključna za preživetje naše družbe.

Na koncu revije najdete intervjuju z Eleno Felipe, ustanoviteljico organizacije Acufade na Tenerifih, ki z empatijo, dobro organizacijo in skupnostnim pristopom pomembno prispeva k izboljšanju kakovosti življenja starejših in njihovih neformalnih oskrbovalcev. Njihov program integrirane dolgotrajne oskrbe je primer, kako civilna pobuda preraste v nacionalni program, preko evropskih projektov pa seže tudi širše.

V pričujoči številki se torej ponovno posvečamo vprašanju, ki ob staranju prebivalstva in naraščajočem individualizmu postajajo vse bolj pereča: kako zagotoviti dostojno in kakovostno staranje ter kako ohranjati in krepiti vezi med generacijami v času družbene fragmentacije. To je mogoče doseči samo z črpanjem iz korenin preteklosti, s trajnostnim pogledom v prihodnost in s kakovostnim delom v sedanjosti.

V imenu uredniškega odbora vama želiva prijetno branje!

Tjaša Potočnik in Ana Ramovš

KAKOVOSTNA STAROST *GOOD QUALITY OF OLD AGE*

Revija za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje

Izdajatelj in založnik / Publisher

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje
Resljeva 11, p. p. 4443, 1001 Ljubljana

ISSN 1408 – 869X

UDK: 364.65-053.9

Uredniški odbor / Editors

Ana Ramovš dr. med. (odgovorna urednica), mag. Tjaša Potočnik (strokovna urednica),
Marta Grčar, mag. Alen Sajtl, Alenka Ogrin

Uredniški svet / Editorial Advisory Board

prof. dr. Herman Berčič (*Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport*)
prof. dr. Vlado Dimovski (*Univerza v Ljubljani, Ekonomska fakulteta*)
dr. Simona Hvalič Touzery (*Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede*)
prof. dr. Zinka Kolarič (*Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede*)
prof. dr. Ana Krajnc (*Univerza za tretje življenjsko obdobje*)
prof. dr. Jana Mali (*Univerza v Ljubljani, Fakulteta za socialno delo*)
mag. Ksenija Ramovš (*Inštitut Antona Trstenjaka*)
prof. dr. Jože Ramovš (*Inštitut Antona Trstenjaka*)
dr. Božidar Voljč (*zdravnik in bivši minister za zdravje*)

Mednarodni uredniški svet / International Advisory Board

prof. dr. Mladen Davidović (*Center for geriatrics, KBC Zvezdara, Beograd, Srbija*)
prof. dr. David Guttman (*Faculty of Welfare and Health Studies, School of Social Work,
University of Haifa, Izrael*)
dr. Andreas Hoff (*Oxford Institute of Ageing, VB*)
dr. Iva Holmerová (*Centre of Gerontology, Češka*)
prof. dr. Ellen L. Idler (*Institute for Health, Health Care Policy and Aging Research, Rutgers University, ZDA*)
dr. Giovanni Lamura (*National Research Centre on Ageing – INRCA, Italija*)

Povzetki člankov so vključeni v naslednjih podatkovnih bazah:

Sociological Abstracts, Social Services Abstracts, Cobiss, EBSCO, ProQuest.

Oblikovanje in priprava za tisk: Salve d.o.o. Ljubljana, Rakovniška 6

Tisk: Itagraf d.o.o. Ljubljana

Cena: letnik 44 €, posamezna številka 14 €, prostovoljci 24 €

Spletna stran: <http://www.inst-antonatrstenjaka.si/tisk-kakovostna-starost-arhiv.asp>

E-pošta: info@inst-antonatrstenjaka.si

Maja Sevnik

Maksim Gorki in njegova babica

POVZETEK

V članku je prikazano, kako ruski pisatelj Maksim Gorki v avtobiografskem romanu *Detinstvo* opisuje svojo babico. Bila je dobra, modra oseba, ki je znala mirno reševati družinske in druge težave, svojega vnuka je imela zelo rada, svojo ljubezen pa je delila tudi živalim in vsemu okrog sebe. Tudi z Bogom se je pogovarjala enako osebno in vdano, njeno zaupanje v življenje se je opiralo na pravoslavno verovanje. Za vnuka, ki bi sicer imel neperspektivno otroštvo, je bila babica svetla človeška oseba, ki jo je občudoval in se je z močjo njene osebnosti lahko zdravo osamosvojil.

Ključne besede: vnuk, stari starši, dobrot, verovanje, tragika

AVTORICA

Maja Sevnik je upokojena profesorica slovenščine in francoščine. Pri slovenskih in svetovnih pisateljih je z zanimanjem preučevala njihove opise babic; o tem je objavila v reviji Kakovostna starost članka Babica in vnuk v Proustovem romanu Iskanje izgubljenega časa (2013, št. 1) ter Vitomil Zupan in njegova babica (2014, št. 1). Je članica Medgeneracijskega društva za kakovostno staranje Ljubljana.

ABSTRACT

Maxim Gorky and his grandmother

This article explains how the Russian writer Maxim Gorky describes his grandmother in his autobiographical novel *My Childhood*. She was a good and wise person who solved problems in family relations and other difficulties with peace. She loved her grandchildren very much, and she also shared her compassionate love with the animals and everything around her. She also talked to God with the same personal and devoted attitude; her trust in life is based on her Orthodox faith. To a grandchild who would otherwise have had a perspectiveless childhood, his grandmother was a

bright human person to admire, and, with the strength of her personality, he became healthily independent person.

Key wordes: grandchild, grandparents, generosity, belief, tragedy

AVTHOR

***Maja Sevnik** is a retired professor of Slovenian and French language. She has been studying Slovenian and international writers with an interest in their descriptions of grandmothers and has published articles on this topic in the journal Good quality of Old Age: The Grandmother and the Grandson in Proust's novel The Search of Lost Time (2013, no. 1) and Vitomil Zupan and His Grandmother (2014, no. 1). She is a member of the Intergenerational Association for Quality Ageing Ljubljana.*

1. MAKSIM GORKI

Maksim Gorki (28. 3. 1868–18. 6. 1936), je bil rojen kot Aleksej Maksimovič Peškov v Nižnjem Novgorodu v Rusiji. Maksim Gorki je njegov psevdonim. V otroštvu je živel v številčni družini, najbližja mu je bila babica, najslabše pa se je razumel z očimom, oče mu je namreč zgodaj umrl. Ko je njegov čudaški ded obubožal se je dvanajstletni vnuk začel težko preživljati z različnimi deli. Delal je v tovarni piškotov, prodajal sadje, delal na železnici ... in se selil iz kraja v kraj. Leta 1880 je bil aretiran zaradi revolucionarne dejavnosti. Po babičini smrti, pri devetnajstih letih je poskušal napraviti samomor.

Bil je prijatelj Tolstoja in Čehova.

Nasprotoval je carski Rusiji, postal politični aktivist, v svojih delih opisoval najnižje sloje družbe, revščino, razkrival brutalnosti, vendar ohranjal iskro človečnosti. Bil je pristaš boljševikov.

S Stanislavskim sta načrtovala ustanavljanje podeželskih gledališč.

Po neuspeli revoluciji je emigriral na Capri, od koder se je vrnil leta 1913. Zaradi bolehnosti je od leta 1921 do leta 1929 ponovno živel v Italiji, v Sorrentu. Po vrnitvi v Rusijo je postal predsednik Zveze pisateljev in ključna oseba Stalinovega nadzora nad književnim življenjem.

Njegova smrt ni pojasnjena.

Bil je pesnik, pisatelj in dramatik, velja za utemeljitelja socialističnega realizma. Severin Šali, prevajalec njegovih del in pisec spremnih besedil,

meni, da se je Gorki v svojih boljših delih znal izogniti tipiziranosti junakov in je snov umetniško oblikoval. Njegova najpomembnejša dela so: *Makar Čudra*, *Starka Izergil*, *Jemeljan Piljaj*, *Konovalov*, *Čelkaš*, *Pesem o burjevestniku*, roman *Mati*, avtobiografska dela *Detinstvo*, *Med ljudmi* in *Moje univerze* ter drame *Na dnu*, *Malomeščani*, *Foma Gordejev*, *Sovražniki*.

2. BABICA MAKSIMA GORKEGA IN NJEGOVO PISANJE O NJEI

Babica iz avtobiografskega romana *Detinstvo* je preprosta ženska iz ljudstva, ki je že v rani mladosti začela preživljati svojo onemoglo mater in sebe s čipkarstvom. Njen mož, vnukov dedek, je neke vrste barvar. Babica je temnejše polti, ima mladosten svetel obraz, bleščeče bele zobe, lepe lase, koničast nos z nekakšno bunkico na koncu, široke nosnice. Njuha tobak, tudi popije včasih malo več. Giblje se lahkotno kot žival in živali ima zelo rada. Nagovarja jih kot ljudi, jih zdravi in jih uči človeške govorice. Njen mož, dedek, nasprotuje poroki hčerke, pripovedovalčeve matere, z revnim izbrancem, babica pomaga, da se kljub temu poročita, in se zelo dobro razume s prišlekom. Velika družina živi skupaj (še strica, teti, posvojenec, Ciganček in Grigorij, pomočnik pri delu), vnuk z babico v isti sobi, zelo se naveže nanjo. Babica je polnokrvna in hkrati poduhovljena ženska, vedrega duha, zna lepo pripovedovati in doživeto plesati. Je zelo bistra in pogumna, boji se le ščurkov. Je globoko verna, z Bogom se pogovarja o družinskih zadevah, domača je z ikonami. Vedno je na strani šibkejših, družbene hierarhije ne upošteva, je pa odločno proti vsaki goljufiji. Dedovi jezi in udarcem se zna upreti, hkrati pa dedka pred vnukom vedno opravičuje. Vsem pomaga, vsem svetuje, poučuje vnuka, da je ženske treba spoštovati. Ko dedovo premoženje usahne, ko izgubi celo hišo, v kateri je nekaj časa imel najemnike, babica vnuka in sebe preživlja z ročnimi deli, nikoli se ne pritožuje, nikoli se ne zgubi v malodušju. Sočustvuje z dedom, ki je spremenljive volje in trpi zaradi hčerke, vnukove matere, ki je po rojstvu drugega otroka zelo nesrečna v zakonu z drugim možem, zboli in umre. Ko se ded loči od babice, ko živijo zelo revno, babica čedalje več pije, hudo ji je, da mora vnuk tako rekoč beračiti. Kljub vsemu ohranja vero v življenje.

Eden od najemnikov v dedovi hiši svetuje dečku, naj se nauči pisati, da bo zapisal, kar je babica pripovedovala.

Maksim Gorki v *Detinstvu*, spominih na otroštvo, z ljubeznijo pripoveduje o svoji babici, ki je v življenju preživela veliko težkega, trpela v revščini, prenašala nasilje, ponižanja, smrti. Severin Šali v spremni besedi k zgodbi o življenju neke ruske družine ob koncu 19. in začetku 20. stoletja zapiše: »Da, babica – to je sonce te knjige, luč, ki tudi najhujši mrak razsvetli z dobroto. Koliko je v dedovem domu sovraštva, znakažene stvarnosti, podivjanega življenja! Toda ko so izbruhi zlobe in pokvarjenosti najhujši, komaj se hiša malo pomiri, že zazveni pojoči babičin glas, ki pripoveduje stare zgodbe in legende, in že vzklika starka vsa srečna: ‚Kako lepo, kako čudovito lepo je na svetu!‘

Ali ni nemara prav ta babičin pripev, ki ga je kar naprej poslušal v otroških letih, ohranil Gorkemu nikoli načeto vero v človeka in svet?« (Severin Šali, 1979)

* * *

Po smrti pripovedovalčevega očeta pride babica iz Nižnjega iskat hčerko in vnuka, da bi ju odpeljala živeti k dedu. Prve besede o njej se nanašajo na način, kako je govorila.

»Babica je govorila prijetno, veselo in umirjeno. Že prvi dan sva si postala prijatelja in zdaj bi rad, da bi me slej ko prej odpeljali iz te sobe.« (Gorki, 1979, str. 6)

Rada spevno pripoveduje.

»Babica je na neki poseben način pela besede, da so se mi vtisnile v spomin, podobne rožam, mile, barvite in sočne. Kadar se je nasmehnila, so se ji temne, kakor višnji podobne zenice razširile in zasijale v čudovito blagi luči, smehljaj je veselo odkril bele, čvrste zobe in navzlic številnim gubam v potemneli koži lic je bil ves njen obraz mladosten in svetel. Vse to pa je kvaril koničasti nosič s širokimi nosnicami in z rdečo bunko. Njuhala je tobak iz črne, s srebrom okovane tobačnice. Vsa je bila temna, toda bleščala je od znotraj – skozi oči – z neugaslo radostno in toplo svetlobo. Bila je sključena, skoraj grbasta, močno zalita, toda gibala se je lahkotno in tako spretno kot kaka velika muca in bila je prav tako mehka kot prikupna živalca.

Do njenega prihoda sem malone spal, skrit, v temi! Ko pa je prišla, me je zbudila, popeljala na svetlo, zvezala vse okrog mene z nepretrgano nitjo, spletla v pisane čipke in mi mahoma postala za vse življenje prijateljica, najbližja

mojemu srcu, najbolj razumno in najdražje bitje. Njena nesebična ljubezen do sveta me je obogatila, me nahranila z dobro močjo za trpko življenje.« (Gorki, 1979, str. 12)

Ded vnuka pretepa, mati ga ne zaščiti, ker se deda boji. To zaneti prepir med materjo in babico.

»Posebno hudo me je potrl prepir med babico in materjo: v tesni izbi je babica, črna in velika, naskakovala mater, jo rinila v kot pred ikono in sikala: 'Ti, čemu ga nisi rešila, a?' 'Ustrašila sem se.' 'Takale krepka mrha! Sram te bodi, Varvara! Jaz sem starka, pa se ne bojim! Sramuj se! ...' 'Pustite me, mamica: hudo mi je ...' 'Ne, ti ga ne ljubiš! Ne smili se ti, ubožček!' Mati je odgovorila težko in na ves glas: 'Tudi jaz sem vse življenje reva!' Potem sta obe dolgo jokali, sedeč na skrinji v kotu.« (Gorki, 1979, str. 27)

Babica mu pripoveduje pravljice. V družini so pogosti prepiri zaradi delitve premoženja, o tem pa govori babica posmehljivo.

»Sedaj sem spet živel z babico kot takrat na parniku in vsak večer mi je pripovedovala pravljice ali pa razkladala svoje življenje, ravno tako podobno pravljici. Toda o poslovnem življenju v družini – o delitvi imetja med otroke in o novi hiši, ki jo hoče ded kupiti zase – je govorila posmehljivo, tuje, nekako od daleč, kot soseda in ne kot drugi gospodar v hiši.« (Gorki, 1979, str. 33)

Opiše vnuku, kako sta ona in ded posvojila otroka.

»Revščina je kriva, Aljoša; ponekod je hudo, da ni mogoče povedati! In menijo, da neomoženo dekle ne sme roditi – da je sramota! Ded je hotel odnesti Vanjuška na policijo, pa sem ga pregovorila. Vzemiva ga, sem rekla; bog ga pošilja nama v zameno za otroke, ki so pomrli. Kajti osemnajst sem jih rodila; če bi še živeli – polna ulica bi jih bila, osemnajst hiš! Viš, mene so omožili s štirinajstimi leti, v petnajstem pa sem že rodila. Toda Gospodu je bil povšeči moj rod; kar naprej in naprej je odnašal moje otročičke med angele. Hudo mi je za njimi, pa tudi vesela sem!«

Sedela je na postelji v sami srajci, vsa posuta s črnimi lasmi, velika in skuštrana, podobna medvedki, katero je nedavno bil pripeljal na dvorišče bradati gozdni kmet iz Sergača. Pokrižala je snežno bele čiste prsi, se potiho zasmejala in pozibala z vsem životom.« (Gorki, 1979, str. 34)

Ded pregovori babico, da zapleše, kot je včasih zaplesala z vnukovim očetom Maksimom.

»Da je tvoj oče tukaj, Leksej Maksimovič – he, ta bi drugače zagodel! Bil je vesel možak, družaben. Ali se ga spomniš?«

„O! Veš, kadar sta on in babica ... Stoj, počakaj!“

Vstal je, visok in mršav, podoben svetniku na sliki, se priklonil babici in jo začel prositi s čudno globokim glasom:

„Akulina Ivanovna, bodi tako ljubezniva: zapleši vsaj enkrat! Tako, kot si se zavrtela z Maksimom Savetejevom. Ustrezi nam!“

„Kaj te je pičilo, dragec? Kaj ti je, gospodar Grigorij Ivanič?“ je smeje se in goltajoče govorila babica. „Kako naj plešem? Ljudje se bodo smejali ...“

Toda vsi so jo začeli prositi in babica je zdajci mladostno čila vstala, si popravila krilo, se vzravnala, vrgla nazaj težko glavo in vzklikajoč šla po kuhinji:

„Pa se nasmejmo, na naše zdravje! Hajde, Jaša, druge strune uberi!“

Stric se je ves razpotegnil, potem zlezel vase, zamižal in zaigral počasi; Ciganček je za hip obstal, poskočil in šel s počepko okrog babice. Babica je neslišno plavala po podnicah kakor po zraku, razkrila roke, dvignila obrvi in s temnimi očmi gledala nekam v daljavo. Meni se je zdela smešna, pa sem butnil v smeh. Mojster mi je strogo zažugal in vsi odrasli so se namrgodeno ozrli proti meni.

„Ne razbijaj, Ivan!“ je nasmejano rekel mojster. Ciganček je ubogljivo odskočil v stran in sedel na prag, pestunja Jevgenija pa je izbočila jabolko in zapela z nizkim, prijetnim glasom:

„Kar ves teden do sobote,

vezla srajco je dekle;

z delom se je utrudila –

le še na pol živa je!“

Babica je plesala, kakor da nekaj pripoveduje. Glej jo, kako hodi potih, zamišljeno, se ustavlja, pogleduje pod rokami okrog in njeno postavno telo se neodločno ziblje, noge previdno tipljejo pot. Ustavi se, kakor da se je nenadoma bogve česa ustrašila, obraz ji drhti, se namršči in takoj zasije z dobrim, ljubeznivim nasmehom. Odskoči v stran, kot bi hotela komu narediti prostor, odganja nekoga z rokami; nato povesi glavo, zanemi, prisluškuje in se vse bolj smehlja. Hipoma pa jo odtrga z mesta, završi kot vihar, vsa je postala napeta, višja, in že ne moreš odtrgati pogleda od nje – tako je postala bujno lepa in mila v teh trenutkih čudežne vrnitve v mladost!« (Gorki, 1979, str. 39 in 40)

Vsi včasih pijejo, tudi babica. Vnuk jih začuden opazuje in želi razlago za vse, kar vidi in sliši.

»Vsi so pili žganje, posebno si ga je privoščil Grigorij. Babica mu je natakala kozarec za kozarcem in ga opominjala. ‚Le glej, Grigorij; da povsem ne oslepiš!‘

Grigorij je resno odgovarjal: ‚Nič zato! Oči ne potrebujem več – vse sem že videl ...‘

Pil je, ne da bi se opil, toda postajal je vse bolj zgovoren in mi je kar naprej govoril o očetu: ‚Človek velikega srca je bil, moj prijateljček Maksim Savatejič ...‘

Babica mu je vzdihujoč pritrjevala:

‚Da, božji otrok ...‘

Vse je bilo strašansko zanimivo, vse me je držalo v napetosti in od vsega je vela v srce neka tiha, neboleča žalost. Žalost in radost sta hkrati živeli v ljudeh, skoraj neločljivo, in zamenjevali druga drugo z neulovljivo, nepojmljivo hitrico.

Nekoč je stari Jakov, ne preveč pijan, začel s sebe trgati srajco, se divje cukati za kodre, za pičle belkaste mustače, za nos in za pobeslo ustnico.

‚Kaj je to, kaj?‘ je tulil, oblit s solzami. ‚Čemu vse to?‘

Bil se je po obrazu, po čelu, po prsih in stokal:

‚Lopov in podlež, izgubljena duša!‘ Grigorij je renčal:

‚Ahaa! To je tisto! ...‘

Babica, tudi vinjena, je mirila sina in ga lovila za roke:

‚Dovolj, Jaša, Bog že ve, čemu nas muči!‘

Opijanjena je postala še lepša; njene temne, nasmejane oči so lile luč, ki je ogrevala vse duše; z robcem si je hladila razgreti obraz in pojoč govorila:

‚O, ljubi bog! Kako lepo je vse to! Poglejte no, kako lepo je vse na tem svetu!‘

To je bil vzklik njenega srca, vodilo vsega življenja. (Gorki, 1979, str. 41 in 40)

Mojster Grigorij, dedkov pomočnik, pove vnuku, kako grob je njegov stric z ženo, hkrati pa ga napoti k babici, o kateri ima zelo dobro mnenje.

»Z Gregorijem je bilo preprosto kot z babico, toda grozljivo; zdelo se mi je, da skozi naočnike vidi vse skozi in skozi. ‚Kako jo je pretepel?‘ sem vprašal.

‚Kako?‘ je odgovoril počasi. ‚Tako: legel je k nji spat, ji pokril glavo s kocem, jo davil in tepel. Čemu? Verjetno niti sam ne ve.‘

Ne meneč se za Ivana, ki se je vrnil z naročajem drv, čepel pred ognjem in si grel roke, je mojster prepričljivo nadaljeval:

„Morda je tepel zategadelj, ker je bila boljša od njega in je bil nevoščljiv. Kaširini, bratec, dobrih ljudi ne marajo; nevoščljivi so jim. Sprejeti jih ne morejo, zato jih uničujejo! Kar babico vprašaj, kako so tvojega očeta v grob spravili. Ona bo vse povedala; laži ne trpi, ne razume. Babica je v sorodu s svetniki, čeprav pije vino in njuha tobak. Kot blažena je. Le krepko se je okleni.“ (Gorki, 1979, str. 43)

Ob petkih Ciganček z vozom odhaja kupovat na trg. Pripovedovalec opiše, kakšna je ob njegovi vrnitvi babica.

»Ciganček se je včasih vrnil šele popoldne. Ded in stric sta stekla na dvorišče, za njimi jo je ubrala babica, topoglava kot medvedka, divje smrkala njuhanec in bila ob takem času vselej nekako strašansko nerodna. Privihrali so otroci in začelo se je veselo raztovarjanje sani, polnih prašičkov, zaklanih kur, rib in mesa vseh vrst.

„Si nakupil vsega, kot je bilo naročeno,“ je vprašal ded in z ostrimi očmi od strani ogledoval tovor.

„Sem; tako, kot je prav!“ je veselo odgovoril Ciganček, cepetal po dvorišču, da se ogreje, in oglušujoče ploskal z rokavicami.» (Gorki, 1979, str. 44)

Ciganček je pri kupovanju goljufal in babica to ve. Ni ji prav in spremeni svoje vedenje do Cigančka, ki ga ima sicer rada. Rada ima tudi živali, posebno konja.

»Babica je izpregla konja.

„Kaj je, ljubček? Kaj je, muček? Poigral bi se rad, a? No, le daj se, da ti bo veselo!“

Visoki Šarap je opletal z gosto grivo, hlatal z belimi čekani po babičini rami, ji vlekel z glave svilen ruto, jo ogledoval z veselimi očmi, stresel s trepalnic ivje in potihlo hrzal.

„Bi rad kruha?“

Babica mu je porinila v zobe precejšen krajec, močno posoljen, mu podstavila pod gobec predpasnik kot vrečo in zamišljeno gledala, kako prežvekuje.

Ciganček, poskakovaje kot žrebe, je skočil k nji.

„Babica, tako dober je naš konjiček, tako pameten ...“

„Zgini, kaj plešeš okrog mene!“ je revsnila nanj babica, „saj veš, da te na tak način ne maram!“ (Gorki, 1979, str. 45 in 46)

Babica moli.

»Ležim na široki postelji, štirikrat ohomotan s težkim kocem, in poslušam, kako babica moli. Kleči, eno roko drži na prsih, z drugo pa se počasi in poredko pokriža.

Na dvorišču škriplje mraz; zelenkasta mesečina sije skozi ledene rože na oknu, prijetno osvetljuje blagi nosati obraz in vžiga v temne oči fosforne plamenčke. Svilen ruta pokriva babičine lase in se kovinsko sveti; črna obleka ji pada, valovi z rame in se zastilja po tleh.

Ko je babica končala molitev, se je molče slekla, skrbno zložila obleko na skrinjo v kotu in prišla k postelji. Potajil sem se, da trdno spim.

„Viš ga razbojnika! Lažeš, gotovo ne spiš?“ reče potih. „Ne spiš, ti pravim, dušica golobičja. No, daj odejo!“

Vedoč, kaj še pride, ne morem ukrotiti smeha in babica zabrunda:

„Aa, tako ti z babico starko norca briješ!“

Prime odejo za rob in jo spretno in krepko vleče k sebi, da odskakujem v zrak, se nekajkrat prekopicnem in pljusnem na mehko pernico. Babica se hahlja:

„Kaj je, ti redkvica? Si brenclja požrl?“

Včasih pa moli zelo dolgo; takrat zares zaspim in ne slišim, kdaj leže.

Z dolgimi molitvami se zmeraj končajo dnevi žalosti, preprirov in spopadov; strašansko rad jih poslušam. Babica nadrobno pripoveduje bogu o vsem, kar se je zgodilo v hiši: težka kot visok grič kleči in skraja šepeta neumljivo, urno, potem pa zamolklo gode:

„Gospod, saj ti sam veš – vsak bi rad, kar je najbolje. Mihail je starejši in je prav, da ostane v mestu. Bilo bi krivično, da bi moral čez reko. Kraj je tam nov, nepoznan; kaj bo, ni moč vedeti. Toda oče ima raje Jakova. Ali je to prav, da ne ljubi vseh otrok enako? Trdoglav je, starec. Ti, Gospod, bi ga spametoval.“

Z velikimi sijočimi očmi gleda temne ikone in svetuje svojemu bogu:

„Dobre sanje mu pošlji, Gospod; da bo spoznal, kako mora pravično poskrbeti za svoja otroka!“

Babica se križa, priklanja do tal, zadeva s širokim čelom ob podnice, se znova zravnja in pravi prepričljivo:

„Tudi Varvare bi se lahko s kako dobroto usmilil! S čim te je razkačila? Zakaj bi bila večja grešnica kot drugi? Kaj se to pravi: mlada, zdrava ženska, pa v žalosti živi?! Pa tudi na Grigorija ne pozabi, Gospod – z očmi je vedno huje. Naj oslepi in gre po svetu? To ni dobro! Vse svoje moči je potrošil za deda, misliš, da mu bo ded pomagal? ... O Gospod; Gospod ...“

Potem dolgo molči s ponižno povešeno glavo in rokami, kot da je trdno zaspala, otrpnila.

„In kaj še?“ se na glas domišlja in mršči obrvi. „Usmili se vseh pravoslavnikov, reši jih; meni, trapi izgubljeni, pa odpusti. Saj veš, da ne grešim iz hudobije, marveč zaradi svoje neumne pameti.“

Nato globoko vzdihne pa pravi priliznjeno in zadovoljno:

„Ti vse veš, ljubi moj; tebi, očka nebeški, je vse znano.“

Babičin bog mi je strašansko ugajal, tako domač je bil, pa sem jo večkrat prosil:

„Pripoveduj mi o bogu!“

Govorila je o njem na poseben način: zelo tiho, čudno je raztezala besede, mežikala in sedela negibno. Včasih je vstala, spet sedla, dala na glavo ruto in brundala na dolgo in široko, dokler nisem zaspal:

„Sedi Gospod na hribu sredi rajskega loga, na modrem safirnem prestolu, pod srebrnimi lipami in te lipe cveto vse letne čase. V raju ni ne jeseni ne zime, rože nikdar ne ovenejo, zmeraj cveto, v veselje božjim izvoljencem. Okoli Gospoda poletavajo neštetilni angeli – kakor bi padal sneg ali čebele rojile, ali pa zlete kot beli golobi z nebes na zemljo pa spet nazaj, in vse povedo bogu o nas ljudeh. Vmes sta tudi tvoj in moj in dedov angel – Gospod je do vseh enak. Viš, pa sporoči tvoj angel Gospodu: ›Leksej je dedu jezik pokazal!‹ In tako vse, vsem in vsakomur deli po zaslugah – enemu gorje, drugemu veselje! In tako nazarensko lepo je pri njem, da se angeli veselijo, plahutajo s perutnicami in pojo naprej in naprej: ›Slava ti, Gospod, slava ti!‹ On pa, najmilejši, se samo smehlja – eh, res je lepo!“

Potem se smeje sama sebi in kima.

„Si videla vse to?“

„Videla ne, ali vem!“ pravi zamišljeno.

Kadar je govorila o bogu, raju in angelih, je postala majhna in pohlevna; obraz ji je pomladel, rosne oči so odsevale neko posebno, toplo luč. Jaz sem jemal v roke težke svilene kite, si jih ovijal okoli vratu in nepremično napeto poslušal neskončne, nikoli dokončane pripovedi.

„Človeku ni dano, da bi videl boga – oslepiš! Samo svetniki ga gledajo z odprtimi očmi. Viš, angele sem pa videla. Ti se pokažejo, kadar je duša čista. Stala sem v cerkvi pri jutranji božji službi in uzrla, kako hodita dva okoli oltarja, kot meglici. Vse se je videlo skozi njiju. In kako sijoča, sijoča! Perutnice do tal, čipkaste, kot pajčolan. Hodita okoli prestola in pomagata očetu Eliju, starčku: on dvigne onemogle roke in moli, angela mu pa komolce podpirata. Oče Elija je bil že hudo star, napol slep, ob vse se je spotikal; kmalu potem je izdihnil, umrl. Takrat, ko sem ju zagledala, sem skamnela od veselja, srce mi je zastalo, solze so tekle – oh, čudovito je bilo! Joj, Lenka, dušica golobičja, lepo je vse pri bogu, na nebesih in na zemlji, tako lepo ...“

„Je tudi pri nas lepo?“

Babica se je pokrižala in odgovorila:

„Slava presveti Bogorodici – vse je lepo!“

To me je motilo: težko je bilo potrditi, da je v hiši vse lepo. Meni se je zdelo, da postaja v njej iz dneva v dan hujše.« (Gorki, 1979, str. 53, 54 in 55)

Vnuk opazuje, kako babica skrbi za ikone, in posluša njeno pripoved o tem, kako je videla hudiče.

»Zanimivo in prijetno je bilo gledati, kako je brisala prah z ikon in čistila okraske; ikone so bile bogate, v biserih, srebru in žlahtnem kamenju na venčkih. Babica je s spretnimi rokami snela ikono, jo smehljaje se ogledovala in mehko govorila:

„Kakšen mil obražček ...“

Nato se je pokrižala in jo poljubila.

„Zaprašila si se, okadila – oh, ti mati pomočnica, veselje neusahljivo! Pogledaj, Lenja, dušica, golobičja, kako na tenko je popisana, figurice so majcene in stoje vsaka zase. Temu se pravi »Dvanajst praznikov«, na sredi pa je mati božja Fjodorovska, predobrotnica. Viš, tule pa je – »Ne ne objokuj me, mati, ko me vidiš v grobu« ...“ Včasih se mi je zdelo, da se prav tako prisrčno in resno igra z ikonami kot prismuknjena sestrična Katarina z lutkami.

Babica je večkrat videla hudiče, v skupinah in posamič. „Grem tako nekako v velikem postu ponoči mimo Rudolfove hiše; noč je polna mesečine, mlačna, pa nenadoma zagledam: na strehi zraven dimnika okobal sedi peklenšček. Rogato bučo je sklonil nad dimnik pa voha in smrka, je velikanski in skuštran. Voha, z repom pa ometa in šari po strehi. Jaz mu naredim križ: »Naj vstane

bog in razpode njegovi sovragi!« pravim. Takrat pa je vrag tiho zjavkal, se prekopicnil s strehe na dvorišče in – splahnel! Najbrž so Rudolfovi tisti dan kuhali mesno jed, pa je vohal in se veselil ...‘« (Gorki, 1979, str. 56 in 57)

Babica verjame, da Bogorodica rešuje Ruse.

»Posebno lepo je pripovedovala pesmi, kako je Bogorodica šla skozi zemsko trpljenje, kako je učila razbojnico gospo kneginjo Jengaličevo, naj ne ubija, ne ropa Rusov; pesmi o Alekseju, božjem možu, in Ivanu Bojevniku; Pravljice o premodri Vasilici, o PopuKozlu in božjem krščencu, strašne zgodbe o Marfi Posadnici, o Babi Usti; poglavarju razbojnikov, o egiptovski grešnici Magdaleni, o bridkosti razbojnikove matere. Pravljič, zgodbic in pesmi je znala cele kupe.« (Gorki, 1979, str. 58)

Nikogar se ne boji, razen ščurkov.

»Ni se bala ne ljudi ne deda, ne peklensčkov ne hudičev, ne nobene druge peklenške sile, strahotno pa se je bala ščurkov; čutila jih je že na veliko razdaljo. Zgodilo se je, da me je prebudila ponoči in pošepetala: ‚Aljoša, ljubček, ščurek leze. Ubij ga, za božjo voljo!‘

Zaspan sem prižgal svečo, se plazil po tleh in iskal sovražnika, kar se mi ni vselej posrečilo.

‚Nikjer ga ni,‘ sem rekel, babica pa je ležala negibno, pokrita čez glavo z odejo, in komaj slišno prosila:

‚Joj, je! No, poišči ga, prosim te! Tukaj je, saj vem ...‘

Nikoli se ni zmotila – zmeraj sem našel ščurka kje v bližini postelje.

‚Si ga ubil? No, hvala bogu! Lepo se ti zahvalim ...‘

Potegnila je odejo z glave, olajšano vzdihnila in se nasmehnila.

Če pa ščurka nisem našel, babica ni mogla zaspati. Čutil sem, kako ji podrhtava telo ob najrahljšem šumu v mrtvi tihoti, in slišal, da zadržuje dih in šepeta:

‚Zraven praga je ... pod skrinjo je zlezel ...‘

‚Zakaj se bojiš ščurkov?‘ Osorno je odgovorila:

‚Ne morem doumeti, čemu so? Lazijo, samo lazijo, črnuhi. Gospod je vsaki živalci dal neko nalogo: stonoga priča, da je v hiši vlaga, stenica pomeni, da so stene umazane; če napade uš, se pravi, da bo nekdo zbolel – vse je razumljivo! Ščurki pa – kdo bi vedel, kakšna sila živi njih, česa vsega so zmožni?‘« (Gorki, 1979, str. 58 in 59)

Ob požaru babica ohrani trezno glavo, daje navodila za reševanje.

»Jagenija, snemi ikone! Natalija, obleci otroke!« je strogo, s krepkim glasom poveljevala babica, ded pa je samo opotekavo zavijal:

„I-i-i .../.../“

Toda babica, vsa kadeča se, sklonjena in vrteč z glavo, je že skočila ven in nesla na usločenih rokah veliko steklenico vitriola.

„Oče, odveži konja!“ je hripavo in poskakujoče zaklicala. „Snemite mi tole s pleč – ali ne vidite, da gorim?“

Grigorij ji je potegnili s pleč tlečo odejo, se prelomil v pasu in začel metati z lopato skozi dver delavnice velike grude snega. Stric je skakal okrog njega s sekiro v roki, ded je begal za babico in jo obmetaval s snegom; babica je sunila steklenico v kup snega, skočila k vratom, jih odprla, se priklonila došlim ljudem in rekla.

„Kaščo rešite, sosedje! Če preskoči ogenj na kaščo in senik, nam bo vse do tal pogorelo, pa še vaše se bo vnelo! Razkoplajte streho, seno pa na vrt! Grigorij, gor meči, kaj samo pri tleh onegaviš! Jakov, kaj se vrtorepiš? Sekire daj ljudem pa lopate! Prijatelji – sosedje, poprimite složno, bog nam pomagaj!“

Babica je bila prav tako zanimiva kot požar. Osvetljena od ognja, ki je dobesedno lovil njeno črno postavo, je begala po dvorišču, bila vsepovsod zraven, vse razporejala, vse videla.

Na dvorišče je pridirjal Šarap, se vzpel na zadnje noge in odvrzel deda; v velike oči mu je udaril ogenj, da so rdeče poblisknile. Konj je zahropel in se vkopal s sprednjimi nogami, ded je spustil povodec in zavpil:

„Mati, drži ga!“

Babica je skočila pred noge podivjanega konja in obstala pred njim kot križ. Konj je žalostno zarezgetal in se stisnil k nji, preplašen od plamenov.

„Nič se ne boj!“ mu je rekla babica z globokim glasom, ga potrepljala po vratu in prijela povodec: „Misliš, da te bom v tem strahu pustila? Oh, ti mišek ...“

Mišek, trikrat večji od nje, ji je ubogljivo sledil k vratom, prhal in ogledoval njen pordeli obraz.

/.../ Ded je prasil vžigalico in osvetlil z modrim plamenčkom svoje dihurjasto lice, umazano od saj, našel na mizi svečo in brez naglice prisedel k babici.

„Umil bi se,“ mu je rekla ona, prav tako sajasta in nadišavljena z jedkim dimom.

Ded je zavzdihnil:

„Usmiljen je bog s teboj, z veliko pametjo te obdarja ...“

Tudi babica se je nasmehnila in hotela odgovoriti, toda ded je pomrknil...

Babica je vstala in odšla, držeč roko pred obrazom in pihaje v prste, ...»
(Gorki, 1979, str. 59, 60, 61, 62, 63)

Ded zadržano občuduje babičin pogum.

»Si videl požar od začetka? In babica, a? Viš, starka je ... Poteptana, zlomljena ... To je tisto! Eh, vi-i ...« (Gorki, 1979, str. 63)

Med požarom rojeva teta Natalija, babica pouči vnuka: ženske je treba spoštovati.

»Tudi babica se je opekla. Le kako bo pomagala? Jojmine, kako teta stoka! Pozabili so bili nanjo; veš, ona je že na začetku požara dobila popadke – od strahu ... Lej, kako težko je roditi človeka, pa le ne spoštujejo žensk! Zapomni si: ženske je treba spoštovati, to se pravi – matere ...« (Gorki, 1979, str. 65)

Včasih babica pomisli tudi nase.

»Vrata so se silno počasi odprla. V izbo je pridrsala babica, zaprla vrata s hrptom in se naslonila nanje. Stegnila je roke proti modremu plamenčku večne lučke in potiho, otroško žalostno zastokala:

„Rokice moje, rokice moje...“ (Gorki, 1979, str. 67)

Ko se ded reši težav s sinovoma, kupi novo hišo, vselijo se najemniki, babica dela in govori o sreči in deli nasvete.

»Potem ko se strica izselita iz dedove hiše, si je ded kupil veliko hišo. Bila je naseljena s podnajemniki; samo v prvem nadstropju je ded pustil veliko sobo zase in za sprejemnico gostov; midva z babico sva se vselila v podstrešnico. /... / Babica je kuhala, šivala, kopala na vrtu in v zelniku, se vrtela ves dan kot velika vrtavka, ki jo poganja neviden korobač, njuhala tobak, krepko kihala in govorila, brišoč potna lica: „Pozdravljen, poštene svet, na veke vekov! No, vidiš, Aljoša, dušica moja, pa smo zaživel v miru! Slava ti, kraljica nebeška, tako silno lepo je postalo!“ (Gorki, 1979, str. 68)

Pripovedovalcu pa se ne zdi vse tako lepo. Babico ves dan kličejo ženske, ki živijo v hiši.

„Akulina Ivanovna!“

Akulina Ivanovna se je vsakomur smehljala enako prijazno, bila do vseh blaga in pozorna. Tlačila je s palcem tobak v nosnice, si redno čedila nos in prst z rdečim kockastim robcem in govorila:

„Proti ušem, ljuba gospa, se je treba pogosto umivati v kopalnici, se pariti v sopari od mete; ...“ (Gorki, 1979, str. 68)

Vsem pomaga.

»Bila je tudi babica, urejevala je družinske spore in prepire, zdravila otroke, povedala na pamet, Marijine sanje, da bi se jih ženska naučile v svojo srečo, in dajala gospodinjske nasvete: „Kumarice same povedo, kdaj jih je treba soliti; brž ko nehajo dišati po zemlji in drugih dišavah, jih potrgajte. Kis je treba ujeziti, da bo krepak, da se razjari; kis ne mara sladkobe, zategadelj ga potrosite z rozinami, pridajte pa tudi sladkorja, kake pol deke na vedro. Kislo mleko se pripravlja na različne načine: po dunajskem načinu in španskem, potlej pa še po kavkaškem ...“ (Gorki, 1979, str. 68)

Vnuk je ves čas ob njej.

»Jaz sem se ves dan smukal okrog nje na vrtu, po dvorišču, hodil k sosedom, kjer je Akulina po cele ure pila čaj in neprenehoma pripovedovala vsakovrstne zgodbe. Bil sem kot priraščen k nji in ne pomnim, da bi bil v tej dobi življenja videl še kaj drugega kot to nemirno, neutrudno in dobro starko.« (Gorki, 1979, str. 69)

Mati je povsem drugačna od babice.

»Včasih je za nekaj dni prišla mati. Ponosna in stroga je na vse gledala s hladnimi sivimi očmi kot zimsko sonce in spet hitro zginila, ne da bi zapustila spomin o sebi.« (Gorki, 1979, str. 69)

Vnuk vpraša babico, ali je morda čarovnica.

»Nekoč sem pobaral babico:

„Si ti – čarovnica?“

„No, kaj boš še potuhtal!“ se je nasmehnila in takoj zamišljeno dodala: „Kje sem še od čarovništva – to je mučna veda! Pa tudi pisati ne znam, še A ne napišem. Lej deda, kako se na pisanje spozna, meni pa bog ni dal te modrosti.“

In odkrila mi je košček svojega življenja:

Veš, tudi jaz sem zrasla v siromašnici. Moja mati je bila revna kot cerkvena miš in povrh še pohabljen. Bila je še dekletce, ko jo je gospodar prestrašil – ponoči je skočila skozi okno in si zlomila kolk, pa tudi ramo si je pohabila. Posušila se ji je desna roka, njo bi pa najbolj potrebovala. Joj, kako slavna čipkarica je bila! S suho roko je kajpak postala gospodi nerabna, dali so ji prostost: pomagaj si, kakor veš in znaš! Kako naj bi živela brez roke? Šla je beračit, postala v breme ljudem. Ali takrat so živeli ljudje bolje, pa tudi dobrosrčni so bili. Kakšen ugled so uživali balahonski tesarji in čipkarice! Pa sva hodili z mamico. Jeseni in pozimi sva živeli v mestu, ko je nadangel Gabriel zamahnil z mečem in prepodil zimo, zemljo pa je objela pomlad, sva pa šli daleč proč, kamor so naju nesle noge. /.../ Spomladi in poleti je lepo hoditi po zemlji; zemlja je ljubka, trava žametna, presveta Bogorodica je s cvetjem posula polja; tam je sama radost, sama svoboda v srcu! Pa se je zgodilo, da je mamica priprla sinje oči in dvignila pesem v višavo, njen glas ni bil močan, toda bil je zvonek in vse naokrog kot bi zadremalo, nič se ne zgane, samo posluša. Lepo je bilo živeti od božje milosti! Ko pa mi je bilo devet let, je postalo materi nerodno, da bi me še vodila po svetu, sramovala se je in se naselila v Balahi. Potikala se je po ulicah iz hiše v hišo, ob praznikih pa prosjčila pred cerkvenimi vrati. Jaz pa sedim doma in se učim klekljati čipke, si prizadevam, da bi mogla čimprej pomagati materi. Včasih se mi ni kaj posrečilo, pa sem solze točila. V dveh letih in nekaj, le poslušaj, sem se priučila poslu in postala v mestu slavna. Kdor je potreboval lep vzorec, takoj k nam: ›No, Akulja, zaigraj z iglami!‹ Seveda to ni bilo mojstrstvo, marveč materin pouk. Ona sama z eno roko ni mogla delati, toda pokazati je znala. A dober učitelj je več vreden kot deset delavcev. Takrat sem pa zrasla: ›Ti, mamica,‹ ji pravim, ›pusti beračenje, poslej te bom jaz preživljala!‹ Ona pa nazaj: ›Molči, veš, za tvojo doto zbiram!‹ Kmalu potem se je oglasil ded. Bil je odličen fant: dvaindvajsetletnik, pa že nadzornik burlakov. Njegova mati me je ogledovala; vidi: delavka sem, beraška hči, se pravi, da bom pohlevna, no-no ... Toda bila je zvita buča in hudobne duše, naj ji ne štejem v zlo ... Eh, kaj bi se hudobnih spominjali? Gospod sam jih vidi, on jih vidi, hudiči pa ljubijo. ‹ (Gorki, 1979, str. 60 in 70)

Včasih vnuk posluša pogovor med dedom in babico.

»Ob spominu na preteklost sta pozabila name. Glasovi in besede jima zvene polglasno in tako složno, da se mi včasih zazdi, da pojeta pesem, žalobno pesem o bolezni, požarih, mučenju ljudi, o nesrečnih smrtih in zvutih prevarah, o prismuknjencih zaradi Kristusa, o divjih gospodarjih.« (Gorki, 1979, str. 70)

Ded se razžalosti ob mislih na otroke in v nemoči udari babico.

»Babica je sedela v mraku in se molče križala, potem je obzirno stopila k njemu in ga pogovarjala:

„No, kaj si se tako razžalostil? Gospod že ve, kaj dela. Ali nimajo tudi drugi prav takih otrok, kot so najini? Povsod, oče, je eno in isto – jeza in prepir pa težave. Vsi očetje in matere svoje grehe s solzami izpirajo, nisi sam ...“

Včasih so ga te besede pomirile pa se je molče in utrujeno zvalil na posteljo, midva z babico pa sva potihoma odšla v podstrešnico.

Toda nekoč, ko je babica prišla k njemu s prijazno besedo, se je nagloma obrnil in jo z vso silo udaril s pestjo obraz. Babica se je zamajala in opotekla, zgrabila se je za usta, obstala in rekla potihoma, mirno:

„Eh, bedak ...“

In izpljunila mu je pred noge kri. Ded je dvakrat zateglo zatulil in dvignil roke:

„Zgini, ubijem te!“

„Bedak,“ je ponovila babica in stopila do vrat. Ded je planil za njo, toda starka je polagoma prestopila prag in mu zadrlesnila vrata pred nosom. /.../

Ko sem legel, je stopila k meni, me rahlo pobožala po glavi in rekla:

„Le mirno spi, jaz grem dol k njemu. Nikar me ne pomiluj, dušica nedolžna; veš, morda sem tudi sama kriva ... Le spi!“

Poljubila me je in šla, mene pa je prevzela bridkost. Skočil sem iz široke, mehke in tople postelje, šel k oknu in gledal po prazni cesti kakor okamenel od nepopisne žalosti.« (Gorki, 1979, str. 81, 82 in 83)

Nekega dne pride v hišo grozit sin in udari svojo mamo, pripovedovalčevo babico. Ded pokliče padarico, da bi babici uravnala kosti. Ded toži, da ju bodo otroci spravili v grob. Vnuk se boji, da bo babica umrla.

»Dolgo sta se pomenkovala: babica potihoma in otožno, ded pa kričavo in jezno.

Potem je prišla pritlikava grbasta staruha z velikimi usti do ušes, spodnja čeljust ji je drgetala, usta je imela odprta kot ščuka in čez gornjo ustnico je

kukal vanje kljukast nos. Oči ni bilo videti. Starka je komaj premikala noge, tapkala s palico po tleh, v roki pa je nesla žvenketajočo culo.

Meni se je zdelo, da je prišla babičina smrt, skočil sem k babi in zavpil na ves glas:

„Zgini ven!“

Ded me je brezobzirno pograbil in razkačen odnesel na podstrešje. « (Str. 91)

Pripovedovalec opiše, kako babica vstaja.

„Aha! O, te preklete grive! V samo nadlogo vas imam.“

Ko se je nazadnje le razčesala in urno spletla lase v debele kite, se je šla umiti. Jezno je prhala, nato pa z od spanja uvelim in še zmeraj razkačenim obrazom stopila v kot pod svete podobe. Šele zdaj se je začelo pravo jutranje umivanje in babica je nenadoma bila vsa poživiljena in čila.« (Gorki, 1979, str. 91 in 92)

Babica živi z bogom.

»Babičin bog je bil ves dan z njo, celo živalim je pripovedovala o njem. Bilo mi je jasno, da se temu bogu z lahkoto in ubogljivostjo uklonijo vsi: ljudje, psi, ptiči, čebele in trave; do vsega na zemlji je bil enako dober, vsem enako blizu.

Nekoč je scrkljan krčmarkin maček, poredkan sladokusec in priliznjenec, privlekel z vrta škorca. Babica je rešila ptičko in začela zmerjati mačka:

„Kaj se ne bojiš boga, ti bitje pokvarjeno!“

Krčmarica in hišnik sta se zasmejala njenim besedam, toda babica je ježno revsnila:

„Kaj menita, da živali ne poznajo boga? Vsaka stvar ga pozna, in nič slabše kot vi, brezsrčneži ...“

/.../ Babičin bog mi je bil umljiv in nič strašen, toda lagati pred njim ni bilo mogoče – sramota! On mi je zbujal samo nepremagljiv sram in zato nisem babici nikoli lagal. Bilo je povsem nemogoče, da bi kar koli skril pred tem dobrim bogom, in se mi zdi, da sploh nisem želel skrivati.« (Gorki, 1979, str. 93)

Ko krčmarica brez vzroka zmerja babico, se ji vnuk maščuje.

»Dolgo sem tuhtal, kako bi čim huje zadel to rusolaso, krmežljivo in tolsto babnico z dvojnim podbradkom.

Po mojih opazovanjih medsebojnih preklarij med stanovalci sem vedel, da se maščujejo drug drugemu tako, da sekajo mačkam repe, dražijo pse, koljejo peteline in kokoši ali pa se ponoči zavlečejo v sovražnikove kleti, nalivajo v kadi z zeljem in s kumaricami petrolej, spuščajo kvas iz sodčkov, ali vse to mi ni bilo povšeči. Moral sem si izmisliti vse kaj hujšega.

In domislil sem se, prežal sem na krčmarico, in ko je šla v klet, sem poveznil nad njo loputnico, jo zaklenil, zaplesal na njej maščevalni ples, vrgel ključ na streho in strmoglavo zbežal v kuhinjo k babici. Ni mogla takoj razumeti, zakaj sem tako vesel, ko pa se ji je posvetilo, me je naklestila, kakor je treba, zvlekla na dvorišče in poslala na streho po ključ. Presenečen nad njenim obnašanjem sem molče poiskal ključ, ušel v kot na dvorišče in opazoval, kako je babica reševala ujeta krčmarico in kako obe prijazno nasmejani gresta čez dvorišče.« (Gorki, 1979, str. 94)

Ded odslovi slepega mojstra za barvanje in ta je prisiljen beračiti.

Babica ga včasih povabi v hišo. Vnuku in babici je hudo.

»Včasih ga je babica povabila v kuhinjo, pogostila s čajem in nahranila. Nekoč je prašal, kje sem jaz. Babica me je poklicala, toda ušel sem in se skril v drvarnico. Nisem mogel k njemu – bilo me je pred njim neznansko sram in vedel sem, da se tudi babica sramuje. Samo enkrat sva govorila o Grigoriju: ko ga je pospremila do vrat, se je počasi s povešeno glavo vračala čez dvorišče in potihlo jokala. Stopil sem k nji in jo prijazno prijel za roke.« (Gorki, 1979, str. 104)

Babica zdravi ptice.

»Škorcu, ki ga je rešila pred mačko, je spodrezala polomljeno perut in namesto odgrizene nogice spretno stavila paličko, ga ozdravila in učila govoriti. Včasih je stala po dolge ure pred ptičnico na okenski polici kakor velika dobra žival in z globokim glasom vtepala bistrournemu, kot ogel črnemu ptiču:

„No, prosil: Škorčku – kašice!“

Škorec je škilil nanjo z okroglimi, veseljaško živahnimi očmi, pritrkaval s paličko po tankem kletkinem dnu, iztegoval vrat in žvižgal kot kobilar, oponašal šojo in kukavico, poskušal zamijavkati kot mačka, posnemal je pasje zavijanje, toda človeški govor se mu ni posrečil.

„Nikar ne brij norca!“ ga je resno pokarala babica. „Lepo reci: Škorčku – kašice!“

Črni pernati opičjak presunljivo vpije nekaj podobnega babičinim besedam, starka se razposajeno smeje, daje ptičku s prsta prosene kaše in pravi: „Poznam te, nepridiprav: pretvarjaš se – vse zmoreš, vse znaš!“ (Gorki, 1979, str. 105 in 106)

Kadar gre ded od doma, babica povabi ljudi na obisk.

»Ob deževnih večerih, če je šel ded od doma, je prirejala babica v kuhinji prav zanimive sestanke. Povabila je na čaj vse stanovalce: kočijaža, slugo, večkrat je prišla tudi živahna Petrovna, včasih se je oglasila celo vesela stanovalka, vsakokrat pa je v kotu pri peči nepremično in molče sedel tudi „Dobra stvar“. Nemi Stjopa je kvartal s Tatarjem; Valej je tleskal s kartami po tumpastem mutčevem nosu in ga karal: „Uh, ti satan!“ /.../

Petrovna je postregla s steklenico višnjeveca, vesela gospa z orehi in bonboni. Začela se je razkošna gostija, najljubša babičina zabava.« (Gorki, 1979, str. 111)

Najemnik, ki so ga klicali Dobra stvar, se zbliža z otrokom, kasnejšim pripovedovalcem, in mu svetuje, naj se nauči pisati, da bo zapisal babičine pripovedi.

»Nauči se. In ko se boš naučil, zapiši vse, kar babica pripoveduje; to je tako koristno, ljubi moj ... « (Gorki, 1979, str. 118)

Babica brani deželana pred meščanom.

»Večkrat, ko je šla na Seneni trg po vodo, me je babica vzela s seboj in nekoč sva videla, kako je pet meščanov teplo deželana – vrgli so ga na tla in mlatili kot snop. Babica je snela vedri, dvignila poverek in šla z njim nad meščana. Meni pa je zapila:

„Beži proč!“ (Gorki, 1979, str. 121)

Vnuk zboli, samo babica ga obiskuje.

»Drugo jutro sem se predramil ves pokrit z rdečimi pegami – dobil sem osepnice. Spravili so me v zadnjo podstrešnico; dolgo sem ležal tam, slep, trdno povezan na rokah in nogah s širokimi povoji. Mučile so me strahotne blodnje, kar bi me skoraj veljalo življenje. K meni je prihajala samo babica,

me hranila z žličko kot dojenčka in pripovedovala neskončne, zmeraj nove pravljice in bajke.» (Gorki, 1979, str. 175)

Dedovo imetje počasi kopni, babica čedalje več pije.

»Prihajala ja babica; vse pogosteje in močnejše so ji besede dišale po žganju. Potem je začela nositi s seboj velik bel čajnik, ga skrivala pod mojo posteljo in govorila mežikaje:

»Veš, dušica nedolžna, dedu preklemanemu nikar ne povej!« (Gorki, 1979, str. 176)

Babica vnuku pripoveduje, kako je bilo, ko se je njegova mama poročala z Maksimom, njegovim očetom.

»Poslušam jo pazljivo in zvedavo. To in ono v njeni zgodbi mi ni jasno; ded je docela drugače orisal materino poroko: on je bil proti tej zvezi, po poroki matere ni pustil v hišo, toda poroka ni bila, kot je rekel, tajna, in v cerkvi je bil tudi sam navzoč. Nočem vprašati babice, kateri govori po pravici: ona ali ded, ker je babičina zgodba lepša in mi močnejše ugaja. Ko jo pripoveduje, se venomer pozibava, kot bi se vozila v čolnu. Če govori o čem žalostnem ali strahotnem, se ziblje huje in proži roko predse, kakor bi se oprijemala nečesa v zraku. Večkrat zapre oči in v gubah njenih lic se skriva pritajen, mil nasmeih, goste trepalnice ji komaj opazno vzdrhte vajo. Včasih me prav v srce gane ta skrita, vse pomirjujoča dobrota, včasih pa spet zaželim, da bi babica rekla kakšno krepko besedo, zavpila, kriknila.» (Gorki, 1979, str. 180)

Mati se nesrečno drugič poroči s plemenitašem, ki jo onesreči. Ded in babica v veliki revščini živita ločeno.

»Babica mi je nasmejana povedala o delitvi imetja med njima: ded ji je dal vse lonce in sklede, vso posodo in rekel.

,To – je tvoje; kaj drugega nikar ne zahtevaj od mene!‘ /.../ Do kraja je podlegel skoposti in zgubil tudi ves ponos ...

Vse v hiši se je natančno delilo: en dan je babica pripravila obed iz živil, ki jih je kupila za svoj denar, drugi dan je živež in kruh kupil ded. Na njegov dan je bila hrana zmeraj slabša: babica je prinesla domov meso, ded pa drobovino – jetra, pljuča in vampe. Čaj in sladkor sta hranila vsak zase, toda čaj sta skuhalo v istem čajniku in ded je vznemirjeno spraševal.

„Stoj, počakaj – koliko si pa dala?“ (Gorki, 1979, str. 216)

Vnuk pobira odpadke po cestah in tako služi. Začne tudi krasti.

»Tudi sam sem začel služiti denar: ob nedeljah zгодaj zjutraj sem vzel vrečo in šel na dvorišča in ulice pobirat kosti, cunje, papir in žeblje. /.../ Z zbiranjem sem se ukvarjal tudi delovne dni po šoli in prodal vsako soboto raznih odpadkov za trideset kopejk do pol rublja, če je šlo po sreči, tudi za več. Babica je jemala denar, ga urno spravljala v žep na jopici in me hvalila s povešenimi očmi:

„Hvala ti, dušica golobičja! Midva se bova že pretolkla, midva! Malenkost.“

Nekoč sem opazil, kako je držala na dlani moje petake, jih gledala in molče jokala; motna solza ji je visela tudi na nosu, luknjičavem kot plovec.« (Gorki, 1979, str. 217)

Denarja je čedalje manj, babica je bolna, ded besni.

»Žrete me! Do kosti me boste oglodali. Eh, vi-i ...‘

Nesel sem knjige v trgovino in jih prodal za petinpetdeset kopejk. Denar sem izročil babici, pohvalno diplomo pa sem počekal z nekimi napisi in jo dal dedu. Ta je listino varno shranil; ker ni prebral, tudi ni opazil moje potegavščine.« (Gorki, 1979, str. 227)

Mati doživi hudo razočaranje s svojim drugim možem. Z otrokom se že bolehnava vrne k dedu in kmalu umre. Babica živi v mestu in bogatemu trgovcu veze na prst podoba Kristusa. Vnuka ded odslovi, naj si sam služi kruh.

3. SKLEPNA MISEL

Ob dejstvu, da velja Maksim Gorki za socrealističnega pisatelja, je treba poudariti dvoje. Prvo: bil je umetnik svojega časa in prostora. Drugo: umetnik ostaja v svoji umetniški presežnosti glasnik pomembnih spoznanj o življenju in sožitju. V tem članku smo prikazali izbor njegovega pisanja o pomenu starih staršev za psihosocialni in eksistencialni razvoj otroka in mladostnika; pri nas je vzgojno poslanstvo starih staršev raziskoval in opisal Bogdan Žorž (2006).

V kolikšni meri so v Gorkijevi avtobiografiji osebe resnične, koliko pa zaradi narave umetnosti estetizirane, ne moremo izmeriti. Mogoče pa je razmisliti o tem, kako dragocene so vezi med vnuki in starimi starši, kaj vse jih ustvarja in krepi in kakšna popotnica za življenje so. Te vezi tkejo vsakdanja opravila, stvarna skrb za preživetje, za zdravo telo, in tista, ki to presegajo.

Pri Vitomilu Zupanu smo pri njegovem odnosu do babice izpostavili pomembnost izpovedovanja v pismih (Sevnik, 2014), pri Marcelu Proustu zavedanja dragocenosti babice, ljubeče poslušalke (Sevnik, 2013), pri Maksimu Gorkem pa občudovanje babičine notranje moči, veselja do življenja in vere v Boga ter skrivnostnega čara njene pravoslavne obrednosti. Podobno bi videli pri Gabrielu Garcii Markuezu privlačnost skrivnostnega sveta babice, pri sodobnem turškem pisatelju Orhanu Pamuku babičino prepoznavanje njegovega umetniškega talenta, pri Boženi Nemcovi pa vnuki ob babici spoznavajo starožitnosti in se učijo ljubezni.

V članku smo izbrali delčke o babici pri Maksimu Gorkem. Ko bremo celotna literarna dela navedenih in drugih avtorjev o starih starših, je doživetje popolnejše, lepše. Naš izbor pa nam pod drobnogledom predoči vzgojno vrednost starih staršev.

LITERATURA

- Gorki Maksim (1979). *Detinstvo*. Prevedel Severin Šali. Ljubljana: Prešernova družba v Ljubljani.
- Sevnik Maja (2013). Babica in vnuk v Proustovem romanu Iskanje izgubljenega časa. V: *Kakovostna starost*, letnik, 16, št. 1, str. 70-80.
- Sevnik Maja (2014). Vitomil Zupan in njegova babica. V: *Kakovostna starost*, letnik, 17, št. 1, str. 86-96.
- Šali Severin (1962). »Temna zarja zgodnjih let Maksima Gorkega«. Spremna beseda k romanu *Otroška leta*. Knjižnica Kondor, 49. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Šali Severin (1978). »S svojim delom je služil umetnosti«. Spremna beseda k romanu *Mati*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Šali Severin (1979). »Kako čudovito je na svetu«. Spremna beseda k romanu *Detinstvo*. Zbirka Ljudska knjiga. Ljubljana: Prešernova družba.
- Žorž Bogdan (2006). *Stari starši in njihovo vzgojno poslanstvo*. Celje: Mohorjeva družba.

Avtorica:

Prof. Maja Sevnik: maja.sevnik@guest.arnes.si

Irena Avsenik Nabergoj

Teološke in kulturne razsežnosti pete Božje zapovedi: spoštovanje in skrb za ostarele starše v Svetem pismu

POVZETEK

Spoštovanje do staršev je pogosta tema Svetega pisma Stare in Nove zaveze in je opazna tako zaradi vsebine kot zaradi različnih oblik priporočil in zapovedi. Za to zapoved obstajajo zelo dobre teološke utemeljitve. Ko je govor o onemoglih starših, pa so priporočila pogosto čustvene spodbude, da je treba zanje solidarnostno poskrbeti.

V širšem svetopisemskem kontekstu zapovedi in priporočil glede skrbi za onemogle starše najdemo številna besedila Stare in Nove zaveze, ki ubogim in šibkim zagotavljajo Božjo zaščito; Bog je namreč predstavljen kot zgled za človekovo ravnanje do ranljivih.

Članek razkriva teološke razloge za apodiktično obliko zapovedi spoštovanja do staršev, teološke utemeljitve brezpogojnosti te zapovedi, razvoj različnih oblik modrostnih in preroških spodbud in odredb ter teološko utemeljitev pete Božje zapovedi pri Filonu Aleksandrijskem in Jožefu Flaviju. Primerjave v širšem kontekstu kultur starega Bližnjega vzhoda lahko najbolj zanesljivo pokažejo, v čem je posebnost odnosa do Boga in človeka v Svetem pismu.

Ključne besede: dekalog, peta Božja zapoved, spoštovanje do staršev, apodiktična oblika zapovedi, Ben Sirah, Tobit, Filon Aleksandrijski

AVTORICA

Prof. ddr. Irena Avsenik Nabergoj je doktorica slovenistike (Filozofska fakulteta UL) in teologije (Teološka fakulteta UL), redna profesorica in znanstvena svetnica za področje religiologije in religijske antropologije UL, znanstvena svetnica na Znanstvenoraziskovalnem centru Slovenske akademije znanosti in umetnosti v Ljubljani, redna profesorica za področje slovenske književnosti na Univerzi v Mariboru in redna profesorica za

področje književnosti na Univerzi v Novi Gorici. Je članica Evropske akademije znanosti in umetnosti.

ABSTRACT

Theological and Cultural Dimensions of the Fifth Commandment: Honoring and Caring for Elderly Parents in the Bible

Respect for parents is a common theme in the Bible, both Old and New Testament, and is notable both for its content and for the various forms of recommendations and commands. There are very good theological justifications for this commandment. When it comes to aged parents, however, the recommendations are often emotional exhortations to care for them in solidarity.

Within the broader biblical framework of the commandments and recommendations regarding care for aging and infirm parents, numerous passages across the Old and New Testaments affirm divine protection of the poor and the weak – God is thus revealed as an ethical exemplar for human responsibility toward the vulnerable.

The article reveals the theological reasons for the apodictic form of the commandment of respect for parents, the theological justifications for the unconditional nature of this commandment, the development of various forms of wisdom and prophetic exhortations and injunctions, and the theological justification of the fifth commandment of God in Philo of Alexandria and Josephus Flavius. Comparisons within the wider context of the cultures of the ancient Near East can most surely show what is distinctive about the relationship to God and humankind in the Bible.

Key words: Decalogue, the Fifth commandment, honouring of parents, the apodictic form of commandment, Ben Sira, Tobit, Philo of Alexandria

AUTHOR

***Prof. ddr. Irena Avsenik Nabergoj** holds a PhD in Slovene Studies (Faculty of Arts, UL) and Theology (Faculty of Theology, UL), is a full professor and scientific advisor in the field of Religious Studies and Religious Anthropology at UL, a scientific advisor at the Scientific Research Centre of the Slovenian Academy of Arts and Sciences in Ljubljana, a full professor in the field of Slovene Literature at the University of Maribor, and a full professor in the*

field of Literature at the University of Nova Gorica. She is a member of the European Academy of Sciences and Arts.

1 UVOD

Po vsem Starem Bližnjem vzhodu obstajajo dokumenti, ki priporočajo ali celo zahtevajo, da družinski člani skrbijo za svoje starejše sorodnike.¹ Razlika med odredbami civilizacij stare Mezopotamije in Egipta ter temeljnim dokumentom starega Izraela, Svetim pismom Stare zaveze, je v tem, da so mezopotamske in egiptovske civilizacije politeistične, kozmično in družbeno kolektivistično naravnane, kultura in religija starega Izraela pa je monoteistična in zato osebno naravnana na vrednote in pričakovanje odgovornega osebnega odnosa človeka do Boga in soljudi. Samo Sveto pismo ves čas postavlja v ospredje naravo vseмогоčnega, pri tem pa sočutnega Boga kot zgled za človekov odnos do šibkih ljudi vseh vrst, kot so na primer onemogli starši, vdove in sirote, bolni, tujci in begunci. Morda najbolj celovit kratek povzetek dojemanja in sprejemanja enega samega Boga v vseh njegovih edinstvenih lastnostih v vlogi vesoljnega zakonodajalca najdemo v Mojzesovi oporoki v Peti Mojzesovi knjigi, in sicer v 5 Mz 4,1-8:

Zdaj pa, Izrael, poslušaj zakone in odloke, katere vas učim izpolnjevati, da boste živeli in prišli in vzeli v last deželo, ki vam jo daje Gospod, Bog vaših očetov! Ničesar ne dodajajte besedi, ki vam jo zapovedujem, in ničesar ji ne odvezemaj, da se boste držali zapovedi Gospoda, svojega Boga, ki vam jih zapovedujem! [...] Glejte, učim vas zakone in odloke, kakor mi je zapovedal Gospod, moj Bog, da bi jih izpolnjevali v deželi, v katero greste, da jo vzamete v last. Držite se jih in jih izpolnajte, kajti to bo vaša modrost in razumnost v očeh ljudstev, ki bodo slišala o vseh teh zakonih; rekli bodo: »Ta veliki narod je res modro in razumno ljudstvo.« Kajti kateri veliki narod ima bogove, ki bi mu bili tako blizu, kakor je nam blizu Gospod, naš Bog, kadarkoli kličemo k njemu? In kateri veliki narod ima tako pravične zakone in odloke, kakor je vsa ta postava, ki jo danes dajem pred vas?

¹ Prispevek je nastal v okviru raziskovalnega programa P6-0262 in raziskovalnega projekta J6-50212, ki ju vodi prof. dr. Irena Avsenik Nabergoj in ju sofinancira Javna agencija za raziskovalno in inovacijsko dejavnost Republike Slovenije (ARIS).

Besedna zveza »zakoni in odloki« označuje celotno hebrejsko postavo. Ta je obvladovala vso Izraelovo religijo, ki nosi pečat zaveze med Bogom in Izraelom. V tem okviru lahko dojamemo težo pete Božje zapovedi, ki je na številnih mestih Svetega pisma in v poznejši interpretaciji tako rekoč sveta. Veličina Boga je ključna za razumevanje pomena in odgovornosti staršev v razmerju do otrok, pa tudi obratno – za razumevanje pomembnosti spoštovanja in skrbi otrok do njihovih staršev. Razumljivo je torej, da se v Svetem pismu pojavljajo besedila, ki zahtevajo spoštljiv odnos otrok do staršev v načelu, zlasti pa v njihovih starejših letih, ko so ti odvisni od pomoči svojih otrok. Zapoved o spoštljivem odnosu do staršev vsebujejo tri mesta: 2 Mz 20,12 = 5 Mz 5,16; 3 Mz 19,3. Prva dva primera sta del dveh različic desetih zapovedi in sta skoraj identična (2 Mz 20,1-17 = 5 Mz 5,1-21), tretji primer je iz svetostne postave (3 Mz 17-26). Peta Božja zapoved v 2 Mz 20,12 se glasi:²

Spoštuj (kabbēd) svojega očeta in svojo mater, da se podaljšajo tvoji dnevi na zemlji, ki ti jo daje Gospod, tvoj Bog!

V različici desetih zapovedi v 5 Mz 5,16 se peta Božja zapoved glasi:

Spoštuj (kabbēd) očeta in mater, kakor ti je zapovedal Gospod, tvoj Bog, da se podaljšajo tvoji dnevi, in ti bo dobro v deželi, ki ti jo daje Gospod, tvoj Bog!

V 3 Mz 19,3 pa najdemo moralni in kultni predpis:

Vsak naj spoštuje (tîrā'û) svojo mater in svojega očeta in obhaja moje sobote! Jaz sem Gospod, vaš Bog.

2 APODIKTIČNA OBLIKA PETE BOŽJE ZAPOVEDI V KONTEKSTU SVETEGA PISMA

Razlago pomena pete Božje zapovedi začnemo z ugotovitvami, ki jih navaja Gerald Blidstein v svoji študiji *Honor thy Father and Mother: Filial Responsibility in Jewish Law and Ethics* (1975). Avtor predstavi pomen pete

² V hebrejskem izvirniku je zapoved spoštovanja staršev peta, v krščanski katekizemski tradiciji je četrta; v obeh primerih pa je vezna zapoved med prvim delom zapovedi, ki se nanašajo na odnos do Boga, in drugim delom, ki se nanaša na odnose med ljudmi.

Božje zapovedi v okviru celotnega dekaloga na podlagi obsežnih virov rabinskega nauka. Prepričljivo dokazuje, da peta Božja zapoved ni le »ključna«, ampak je zrcalo človekovega odnosa do Boga in človeka. Blidsteinova knjiga je nepogrešljiva za pravilno razumevanje desetih Božjih zapovedi v njihovi brezčasnosti.

Med komentatorji ponujajo relevantne daljše razlage Brevard S. Childs v komentarju *Exodus: A Commentary* (1974); Cornelis Houtman v svojem komentarju *Exodus* (zv. 3, 2000) in Moshe Weinfeld v svojem komentarju *Deuteronomy 1-11* (1991). Childs v svojem celostnem pristopu k dekalogu izpostavi splošno sprejete ugotovitve Albrehta Alta o posebnosti izraelske postave oziroma zakonodaje znotraj starega Bližnjega vzhoda. Alt razlikuje dve obliki zakonodaje: kazuistično in apodiktično. Kazuistična oblika zakona vsebuje pogojen slog priporočila neke dolžnosti. Tak primer imamo v 2 Mz 21,1-36. Za ponazoritev navajamo primer iz 2 Mz 21,7-11:

Kadar kdo proda svojo hčer za sužnjo, ta ne sme oditi, kakor odhajajo sužnji. Če ne ugaja svojemu gospodarju in je ni odbral, naj se odkupi. Tujemu ljudstvu je ne sme prodati, če ji ni ostal zvest. Če jo je določil za svojega sina, naj ravna z njo po pravu hčera. Če pa si vzame še drugo, ji ne sme kratiti njene hrane, njene obleke in zakonskega občevarja z njo. Če ji ne stori teh treh reči, sme oditi brez plačila odkupnine.

Pogojna oblika je bila v rabi na celotnem Bližnjem vzhodu. Zato pa smo toliko bolj pozorni na apodiktično obliko zakonodaje, ki je značilna za Izrael in je drugod ne najdemo. Osnovna apodiktična oblika je sestavljena kot brezpogojna zapoved ali prepoved v drugi osebi brez določitve kazni. Takšne primere imamo v odredbah 2 Mz 23,1-33. V 2 Mz 23,6-9, na primer beremo prepoved:

Ne zatiraj siromakove pravice v njegovi pravdi! Ogibaj se lažnive pravde. Nedolžnega in pravičnega ne ubijaj, kajti krivčnika ne bom opravičil! Ne sprejemaj darov, kajti darovi slepijo tiste, ki vidijo in sprevračajo zadeve pravičnih. Tujca ne stiskaj, saj poznate življenje tujca, ker ste bili sami tujci v egiptovski deželi.

Alt meni, da je kazuistična oblika zakona rastla iz svetnega prava. Apodiktična oblika pa ima svoj *Sitz im Leben* v obrednih odredbah izraelske

religije in jo torej razume kot edinstveno izraelsko novost, ki ima ustrezno teološko osnovo (Alt 1966, 81–132). Altovi razlagi so sledili številni vodilni strokovnjaki eksegeze Stare zaveze, nekateri drugi izražajo določeno zadržanost.

Splošna debata o kazuistični in apodiktčni obliki v razvoju izraelskega prava se še posebej nanaša na razlago dekaloga, ki je dosledno sestavljen v apodiktčnem slogu. Vsi razlagalci se v bistvu strinjajo, da imata apodiktčna oblika dekaloga in njegov posebni pomen znotraj izraelske religije za seboj dolgotrajen razvoj iz začetne pluralnosti oblik. Sedanja oblika dekaloga vsebuje pečat zapovedi in prepovedi, ki so v središču življenja Izraela od začetka do konca. Dekalog ni pridobil osrednjega bogoslužnega položaja po sklepu kanona, temveč že zgodaj znotraj same Stare zaveze, kot poseben Božji dar razodetja na gori Sinaj. Childs to okoliščino komentira:

Dekalog kaže vse znake, da je imel posebno mesto v starozaveznem izročilu. Številni dokazi kažejo, da mu je posebno pomembno mesto namenila že sama Stara zaveza, ne le poznejši judovski in krščanski razlagalci. [...] Zapovedi so neločljivo povezane z Božjim razodetjem na Sinaju. Poseben značaj teh zakonov, za razliko od vseh drugih, se izraža v posebni formuli, ki nakazuje na neposredno, ne posredovano komunikacijo samega Jahveja. [...] Poleg tega vse kaže, da si je urednik končne oblike pripovedi prizadeval razviti notranjo logiko tega sprejetega izročila. Zapovedi niso bile samovoljna določila, ki so si nehote pridobila pomen. Nasprotno, odražale so bistveni značaj samega Boga. To je jasno razvidno tako iz načina podajanja kot tudi iz učinka, ki ga imajo na recepcijo. Odziv človeške groze izhaja tako iz Božje veličine kot tudi iz razodetja njegove volje, ki sta neločljivo povezana. (Childs 1974, 397)

Za religijo Stare zaveze je bistvena vera, da so vsi zakoni od Boga, toda dekalog ima med njimi posebno mesto, ker sestavlja osnovo za zavezo z Bogom, zaveza pa zahteva zvestobo. Childs komentira: »Dekalog je usmerjen navzven in navznoter; varuje pred potjo smrti in kaže na pot življenja.« (Childs 1974, 398) Iz te razlage sledi sklep:

Izraz Božje volje v dekalogu je bil sorazmeren z Božjo naravo. Stara zaveza nikoli ni prepoznala prekinitev med njegovo razodeto in dejansko naravo. Zapovedi so bile najboljše razumljene, ko so bile v najtesnejši

povezavi z Bogom zaveze, ki je zahteval ljudi zase in jih usmerjal v novo življenje kot Božje ljudstvo. (Childs 1974, 400–401)

Značilna skladnost med naravnimi in razodetimi zakoni, kot jo razlagajo predvsem preroki, ogrozi pa jo lahko greh ustvarjenih bitij, predstavlja ključ za razumevanje pete Božje zapovedi, ki brezpogojno zahteva spoštovanje otrok do staršev (Gamberoni 1964; Kremers 1961). Peto zapoved pogosto razlagajo kot most, ki povezuje dolžnosti do Boga, kot jih zapovedujejo prve štiri zapovedi (*fas*), in dolžnosti do soljudi (*jus*), kot jih zapoveduje zadnjih pet zapovedi. Toda poskusi razlage, zakaj ni Božji subjekt zapovedi bolj izrazito izpostavljen, niso vodili do splošnega soglasja. Še posebej težko je zadovoljivo razložiti, zakaj so nekatere zapovedi, ki se tičejo odnosa otrok do staršev, sestavljene v pozitivnem (zapoved spoštovanja v peti zapovedi, 3 Mz 19,3), druge pa v negativnem slogu (prepoved preklinjanja v 2 Mz 21,15.17; 3 Mz 20,9; 5 Mz 27,16). V Matejevem evangeliju se obe različici povezujeta kot Božja zapoved: »Bog je rekel: *Spoštuj očeta in mater in Kdor preklinja očeta ali mater, naj bo kaznovan s smrtjo.*« (Mt 15,4) Različne oblike zapovedi in prepovedi lahko še najbolj zanesljivo razložimo kot odraz različnih situacij in ciljev avtorjev končne oblike besedil:

Zelo verjetno je, da je bil problem pravice staršev zadeva, ki je izhajala iz različnih situacij in je bila nadzorovana na več načinov (sodišče, kult, gospodinjstvo). V jedru prvotne prepovedi je bila zapoved, ki je starše varovala pred tem, da bi jih, potem ko niso mogli več delati, izgnali od doma ali jih zlorabljali. (Childs 1974, 418)

V preteklosti so razlagalci radi poudarjali, da peta Božja zapoved tako apodiktično zapoveduje spoštovanje do staršev, ker so starši vidni predstavniki Boga za izvajanje njegove avtoritete v medčloveških odnosih. Problem te razlage je v tem, da niso vsi starši dovolj prepričljivi predstavniki Božje avtoritete na zemlji.

Zato je še toliko bolj pomembno upoštevati dejstvo, da Sveto pismo celostno dojema Boga in odnose med člani človeških družin, bolj kot druge kulture in religije starega Bližnjega vzhoda. Ker je Bog ljubeč, sočuten in usmiljen, ta čustva upravičeno predpisuje vsem človeškim subjektom. Posebni odnosi med družinskimi člani so razlog, da se ljubezen, sočutje in

usmiljenje najbolj naravno pričakujejo v odnosu otrok do staršev (Albertz 1978). Cornelis Houtman meni, da naj bi v peti Božji zapovedi besedi »oče« in »mati« pomenili starejše starše (*aged parents*):

Konkretno gre za starše svobodnih Izraelcev; prav ti svobodni Izraelci so zadolženi za skrb za svoje starše. Starodavni Izrael je v zvezi s skrbjo za ostarele starše gojil visoke ideale, ki niso navedeni le v pravnih besedilih, temveč tudi v drugih vrstah literature. Knjiga Pregovorov poziva k spoštljivemu vedenju do staršev (Prg 10,1; 15,20; 17,6.21.25; 19,26; 20,20; 23,22; 28,24; 30,11.17).

Tudi tu lahko pomislimo na spoštljivo vedenje odraslih do ostarelih staršev ali ostarele ovdovele matere. (Houtman 2000, zv. 3, 52)

Weinfeld pod vplivom rabinske eksegeze poudarek na spoštovanju staršev povezuje z dolžnostjo oskrbe:

Sinovske dolžnosti so predvsem dvojne: spoštovanje, ki pomeni poslušnost, in je pogosto potrjeno v didaktičnih virih Svetega pisma (Prg 1,8; 23, 22; Ben Sirah 3,1-16), in skrb, ki ni navedena v Svetem pismu, vendar je potrjena v zunanjih virih (glej ugaritski odlomek zgoraj) in v rabinski literaturi, kot je prikazano zgoraj. Peta zapoved je formulirana pozitivno in abstraktno, tako da lahko zajema vse možne sinovske dolžnosti: »Spoštuj očeta in mater« se nanaša tako na spoštovanje kot tudi na telesno skrb. (Weinfeld 1991, 311)

Skladno z zapovedjo v desetih Božjih zapovedih postava zaveze v 2 Mz 21,15 in 17 odreja:

Kdor udari svojega očeta ali svojo mater, mora umreti. Kdor ugrabi človeka, pa naj ga je že prodal ali pa je najden v njegovi roki, mora umreti. Kdor preklinja svojega očeta ali svojo mater, mora umreti.

V 3 Mz 20,9 beremo svarilo:

Kdor bo preklinjal očeta ali mater, bo kaznovan s smrtjo. Očeta ali mater je preklel, njegova kri bo padla nanj.

Zapis Postave v 5 Mz 27,16 za podobne prestopke grozi s prekletstvom:

Preklet, kdor zaničuje očeta in mater! – In vse ljudstvo naj reče: »Amen.«

V knjigi Pregovorov najdemo nekaj sentenc, ki spodbujajo spoštovanje do staršev ali grozijo s posledicami nespoštovanja. V Prg 1,8-9 imamo spodbudo:

*Poslušaj, moj sin, pouk svojega očeta
in ne zametuj nauka svoje matere!
Kajti ljubek venec bosta tvoji glavi
in ogrlici na tvojem vratu.*

V Prg 19,26 imamo obsodbo nesposobljivega sina do staršev:

*Kdor grdo ravna z očetom in preganja mater,
je ničvreden in pokvarjen sin.*

V Prg 6,20 beremo naročilo:

*Spoštuj, moj sin, zapoved svojega očeta,
ne zaničuj nauka svoje matere!*

V Prg 28,24 izraža obsodbo nad grehom tatvine:

*Kdor krade očetu in materi, pa reče: »To ni greh,«
je tovariš pokončevalcu.*

V Prg 30,17 imamo grožnjo nad grehom nespoštovanja do staršev:

*Ok, ki se posmehuje očetu
in zametuje pokorščino materi,
naj izdrejo krokarji ob potoku
in požro mladi orli.*

Prerok Malahija neposredno povezuje spoštovanje otrok do staršev s spoštovanjem Boga kot očeta. V Mal 1,6 prerok govori duhovnikom:

*Sin spoštuje svojega očeta
in služabnik se boji svojega gospodarja.
Če sem torej oče, kje je moja čast;
in če sem gospodar, kje je strah, ki mi gre?
Govori Gospod nad vojskami vam,
duhovnikom, ki zaničujete moje ime.*

3 ODMEVI PETE BOŽJE ZAPOVEDI PRI BEN SIRAHU IN TOBITU

Ben Sirah ima v 3,1-16 obsežno poetično besedilo v treh kiticah o dolžnosti in odgovornostih otrok do staršev:

*Mene, svojega očeta, poslušajte, otroci,
po mojem nauku se ravnajte, da boste rešeni.
Kajti Gospod je očeta povzdignil nad otroke
in utrdil materino pravico nad sinovi.
Kdor spoštuje očeta, bo dosegel odpuščanje grehov,
zbira zaklad, kdor slavi svojo mater.
Kdor spoštuje očeta, bo vesel lastnih otrok,
na dan svoje molitve bo uslišan.
Kdor slavi očeta, bo dolgo živel,
kdor uboga Gospoda, bo svoji materi dal počitek.*

*Kdor se boji Gospoda, spoštuje očeta,
kakor gospodom bo stregel svojim staršem.
V dejanju in besedi spoštuj svojega očeta,
da bo nate prišel njegov blagoslov,
kajti očetov blagoslov utrjuje hiše otrok,
materina kletev pa jim izruje temelje.
Ne ponašaj se, ko je tvoj oče v sramotenju,
kajti sramotenje očeta ti ne bo v slavo.
Sloves moža namreč izvira iz spoštovanja svojega očeta,
kakor je otrokom v sramoto, če je mati na slabem glasu.
Moj sin, zavzemi se za očeta na njegova stara leta,
nikar ga ne žali v njegovem življenju.
Čeprav mu pamet peša, bodi prizanesljiv,
ne zaničuj ga, ko si na višku svoje moči,
Kajti usmiljenje do očeta ne bo pozabljeno,
marveč se ti bo vračunalo v spravo za grehe;*

*Na dan tvoje stiske se te bo Gospod spomnil,
kakor slana ob lepem vremenu, tako se bodo stopili tvoji grehi.
Kakor bogokletnik je, kdor zapusti očeta,
preklet od Gospoda je, kdor razsrdi svojo mater.*

To besedilo zelo jasno pokaže, da grehi v odnosu do staršev pomenijo grehe v odnosu do Boga: »Verniki (= tisti, ki ljubijo in se bojijo Gospoda) morajo ljubiti in spoštovati tudi svoje starše ter skrbeti za njihovo srečo. [...] Ben Sirah s tem dejansko potrjuje, da je brezbožnost do staršev brezbožnost do samega Boga.« (Skehan in di Lella 1987, 154-157) Spoštovanje do staršev je dejansko vogelni kamen svetopisemske etike Stare in Nove zaveze (prim. 2 Mz 21,15.17; 3 Mz 20,19; 5 Mz 5,16; Prg 1,8; 6,20; Tob 4,3-4; 14,12-13; Mt 15,3-6; Mr 7,9-13; Ef 6,2-3).

V 7,27-28 Ben Sirah v poetični obliki priporoča spoštovanje do staršev kot roditeljev:

*Z vsem srcem spoštuj svojega očeta
in ne pozabi materinih porodnih bolečin.
Pomni, da si po njiju rojen.
S čim jima boš povrnil za to, kar sta storila zate?*

Besedilo potrjuje veljavo zapovedi v desetih Božjih zapovedi glede spoštovanja otrok v odnosu do staršev (2 Mz 20,12 = 5 Mz 5,16). Besedna zveza »z vsem srcem« je prevzeta iz zapovedi v 5 Mz 6,5: »Ljubi Gospod, svojega Boga, z vsem srcem, vso dušo in vso močjo!« Utemeljitev priporočila pa pomeni zapoved povezuje z dolžnostjo hvaležnosti: »Odrasli moramo spoštovati in skrbeti za starajoče se starše ne le zato, ker tako pravi Božji zakon, ampak tudi zato, ker to zahteva zakon hvaležnosti« (v. 28b). (Skehan in di Lella 1987, 206)³

Tobit v 4,3-4 naroča svojemu sinu:

Ko bom umrl, preskrbi zame dostojen pokop; spoštuj svojo mater! Ne zapuščaj je vse dni svojega življenja! Delaj, kar ji je všeč, in z nobenim dejanjem ji ne prizadeni žalosti v duhu! Spomni se, sin, da je prebila zate veliko nevarnosti, ko te je nosila v svojem naročju! In ko umre, jo pokoplji poleg mene v istem grobu! (prim. Tob 14,12-13)

³ Za izčrpnjši pregled besedil o skrbi za starše pri Ben Sirahu gl. Bohlen 1991.

Joseph A. Fitzmyer komentira: »Tako Tobit dejansko ponovi eno od desetih zapovedi (2 Mz 20,12) o sinovski dolžnosti; prim. Prg 23,22; Sir 7,27-28. Tobiju naloži, naj poskrbi za ustrezen pokop njega samega, ki je pogosto skušal pokopati mrtve.« (Fitzmyer 2003, 167) Fitzmyer navaja tudi tekstnokritične različice besedila. Še izčrpnější pregled tekstnokritičnih različic pa najdemo v Weeks, Athercole in Stuckenbruck 2004.

4 RAZLAGA PETE BOŽJE ZAPOVEDI PRI FILONU ALEKSANDRIJSKEM IN JOŽEFU FLAVIJU

Filon Aleksandrijski (ok. 20 pr. Kr. – ok. 50 po Kr., helenistični filozof judovskega rodu, razlaga pomen pete Božje zapovedi v dveh svojih delih: *Dekalog* (106-107), *Posebni zakoni* (2.225). V *Dekalogu* 106-107 beremo:

Po obravnavi sedmega dneva poda peto zapoved o spoštovanju staršev. To zapoved je postavil na mejo med dvema sklopoma petih zapovedi; je zadnja v prvem sklopu, v katerem so podane najsvetejše zapovedi, in meji na drugi sklop, ki vsebuje dolžnosti človeka do človeka. Razlog za to je po mojem mnenju naslednji: vidimo, da starši po svoji naravi stojijo na meji med smrtno in nesmrtno stranjo bivanja, smrtno zaradi sorodstva z ljudmi in drugimi živalmi zaradi minljivosti telesa, nesmrtno pa zato, ker jih dejanja rojevanja enačijo z Bogom, generatorjem vsega. (Filon 1984, 60-61)

Malo dalje (118-120) Filon argumentira:

Ali si ljudje, ki ne mislijo na svoje starše, ne morejo zasluženo zakriti obraza od sramu in si očitati, da zanemarjajo tiste, katerih blaginja bi morala biti njihova edina ali glavna skrb, in to ne toliko kot dajalci, temveč kot vračalci dolga? Kajti otroci nimajo ničesar, kar ne bi izhajalo iz virov ali ne bi bilo pridobljeno s sredstvi, ki izvirajo iz njih. Pobožnost in vera sta kraljici med vrlinami. Ali živita v mejah takih duš, kot so te? Ne, pregnala sta jih iz kraljestva in jih poslala v izgnanstvo. Starši so namreč Božji služabniki za nalogo rojevanja otrok, in kdor zasramuje služabnika, zasramuje tudi Gospoda. Nekateri pogumnejši duhovi, ki poveljujejo vlogo starševstva, pravijo, da sta oče in mati pravzaprav bogova, razodeta človeškim očem, ki posnemata Stvarnika pri njegovem delu oblikovalca življenja. On, pravijo, je Bog ali Stvarnik sveta, oni pa samo tistih, ki so jih spočeli. In kako naj nevidnemu Bogu izkazujejo spoštovanje tisti, ki kažejo nespoštovanje bogovom, ki so blizu in jih vidi oko? (Filon 1984, 66-69)

V delu *Posebni zakoni* 2.224-230 Filon argumentira povezavo med prvo in peto zapovedjo v dekalogu:

Prehajam na peto zapoved, ki govori o dolžnosti spoštovanja staršev, ki je, kot sem pokazal v razpravi, posvečena zlasti temu, na meji med človeškim in božanskim. Starši so namreč na sredini med Božjo in človeško naravo in so deležni obeh; človeške očitno zato, ker so se rodili in bodo propadli, božanske pa zato, ker so k rojstvu pripeljali druge in so nebivajoče dvignili v bivajoče. Starši so po mojem mnenju za svoje otroke to, kar je Bog za svet, saj tako kot je on dosegel obstoj za nebivajoče, tako oni v posnemanju njegove moči, kolikor so tega sposobni, nesmrtni rod. Oče in mati pa si zaslužita čast, ne le zaradi tega, temveč tudi iz številnih drugih razlogov. Kajti po presoji tistih, ki upoštevajo krepost, so starejši nad mlajšimi, učitelji nad učenci, dobrotniki nad upravičenci, vladarji nad podaniki in gospodarji nad služabniki. Staršem pa je dodeljeno mesto v višjem od teh dveh vrst, saj so starejši in učitelji ter vladarji in gospodarji: sinovi in hčere pa so postavljeni v nižji red, saj so mlajši in učenci ter prejemniki koristi in podložniki ter hlapci. [...]

Nadalje, koga bi lahko bolj resnično imenovali dobrotniki kot starše v odnosu do svojih otrok? Najprej so jih pripeljali iz nebivanja, nato pa so jim zagotovili pravico do vzgoje in pozneje skrb za vzgojo telesa in duše, da bi imeli ne le življenje, ampak tudi dobro življenje. Telesu so pomagali z vadbo in tamkajšnjimi vajami, s katerimi je pridobilo mišično moč in dobro kondicijo ter moč, da se prenaša in giblje z lahkoto, ki jo zaznamujeta gracioznost in eleganca. Enako so storili za dušo s pomočjo črk, aritmetike, geometrije, glasbe in filozofije kot celote, ki um, shranjen v smrtnem telesu, dvigne v višave in ga pospremi v nebesa ter mu pokaže blažena in srečna bitja, ki tam prebivajo, ter v njem vzbudi hrepenenje po neomajnem, vedno usklajenem redu, ki ga nikoli ne zapusti, ker uboga svojega poveljnika in maršala. (Filon 1984, 446-451)

Jožef Flavij, rimsko-judovski zgodovinar in vojaški poveljnik, na kratko komentira peto Božjo zapoved v delu *Proti Apionu* (2.206):

Spoštovanje staršev zakon uvršča na drugo mesto, takoj za spoštovanjem Boga, in če se sin ne odzove na prejete koristi od njih – za najmanjšo kršitev dolžnosti do njih –, ga izroči kamenjanju. Od mladih zahteva, da spoštujejo vse starejše, saj je Bog najstarejši od vseh. (Jožef 1976, 377)

5 SKLEP

Peta Božja zapoved ima osrednje mesto med desetimi Božjimi zapovedmi, saj povezuje zapoved čaščenja Boga z zapovedmi o ustreznem odnosu do ljudi. V Svetem pismu najdemo besedila, ki zahtevajo spoštljiv odnos otrok do staršev v načelu, zlasti v njihovih starejših letih, ko so odvisni od pomoči svojih otrok. Na treh mestih imamo zapoved o spoštljivem odnosu do staršev: 2 Mz 20,12 = 5 Mz 5,16; 3 Mz 19,3. Prva dva primera sta del dveh različnih desetih zapovedi in sta skoraj identična (2 Mz 20,1-17 = 5 Mz 5,1-21), tretji primer je del svetostne postave (3 Mz 17-26).

Posebno odmevne so ugotovitve Albrechta Alta o posebnosti izraelske postave oziroma zakonodaje znotraj starega Bližnjega vzhoda. Alt razlikuje dve obliki zakonodaje: kazuistično in apodiktično. Kazuistična oblika zakona vsebuje pogojen slog priporočila neke dolžnosti, kot je razvidno v 2 Mz 21,1-36. Pogojna oblika je bila v rabi po celotnem Bližnjem vzhodu. Zato pa smo toliko bolj pozorni na apodiktično obliko zakonodaje, ki je značilna za Izrael in je drugod ne najdemo. Osnovna apodiktična oblika je sestavljena kot brezpogojna zapoved ali prepoved v drugi osebi brez določitve kazni, kot je razvidno v odredbah 2 Mz 23,1-33. Alt meni, da kazuistična oblika zakona izhaja iz svetnega prava, medtem ko ima apodiktična oblika svoj *Sitz im Leben* v obrednih odredbah izraelske religije. Alt jo razume kot edinstveno izraelsko novost s teološko osnovo (Alt 1966, 81-132).

Splošna debata o kazuistični in apodiktični obliki v razvoju izraelskega prava se še posebej nanaša na razlago dekaloga, ki je dosledno sestavljen v apodiktičnem slogu. Vsi razlagalci se strinjajo, da sta apodiktična oblika dekaloga in njegov poseben pomen znotraj izraelske religije rezultat dolgotrajnega razvoja iz začetne pluralnosti oblik. Sedanja oblika dekaloga nosi pečat zapovedi in prepovedi, ki so bile v središču življenja Izraela od začetka do konca. Osrednjega bogoslužnega položaja dekalog ni dobil po sklepu kanona, temveč že zgodaj znotraj same Stare zaveze kot poseben Božji dar razodetja na gori Sinaj.

Spoštovanje do staršev je dejansko vogelni kamen svetopisemske etike Stare in Nove zaveze (prim. 2 Mz 21,15.17; 3 Mz 20,19; 5 Mz 5,16; Prg 1,8; 6,20; Sir 3,1-16; 7,27-28; Tob 4,3-4; 14,12-13; Mt 15,3-6; Mr 7,9-13; Ef 6,2-3 itd.). Daljše pasuse najdemo v Sirahovi in Tobitovi knjigi. Ben Sirah ima v

3,1-16 obsežno poetično besedilo v treh kiticah o dolžnostih in odgovornostih otrok do staršev, v 7,27-28 pa v poetični obliki priporoča spoštovanje do staršev kot roditeljev. Tobit v 4,3-4 svojemu sinu Tobiju naloži dolžnost, naj poskrbi za ustrezen pokop njega samega, ki je pogosto skušal pokopati mrtve. Med antičnimi razlagalci je posebno pomemben helenistični filozof judovskega rodu Filon Aleksandrijski. Peto Božjo zapoved razlaga v dveh svojih delih: *Dekalog* (106-107), *Posebni zakoni* (2.225). Vlogo staršev vidi kot posnemanje presežnega Boga stvarnika v vidnih zemeljskih danostih.

LITERATURA

- Albertz Rainer (1978). Hintergrund und Bedeutung des Elternggebots im Dekalog. *Zeitschrift für die alttestamentliche Wissenschaft* 9: 348-374.
- Alt Albrecht (1966). The Origins of Israelite Law. V: Albrecht Alt, *Essays on Old Testament History and Religion*. Prevod R. A. Wilson. Oxford: Oxford University Press. 81-132.
- Blidstein Gerald J. (1975). *Honor thy Father and Mother: Filial Responsibility in Jewish Law and Ethics*. New York: Ktav Publishing House.
- Bohlen Reinhold (1991). *Die Ehrung der Eltern bei Ben Sirah: Studien zur Motivation und Interpretation eines familienethischen Grundwertes in frühhellenistischer Zeit*. Trier: Paulinus-Verlag.
- Childs Brevard S. (1974). *Exodus: A Commentary* (Old Testament Library). London: SCM Press.
- Fitzmyer Joseph A. (2003). *Tobit* (Commentaries on Early Jewish Literature). Berlin / New York: Walter de Gruyter.
- Filon (Philo) (1984). *The Decalogue (De decalogo)*. V: Philo in Ten Volumes. Zv. 7. With and English Translation by F. H. Colson (Loeb Classical Library; 420). Cambridge, MA: Harvard University Press; London: William Heinemann. 1-95.
- Filon (Philo) (1984). *The Special Laws (De specialibus legibus)*. V: Philo in Ten Volumes. Zv. 7. With and English Translation by F. H. Colson (Loeb Classical Library; 320). Cambridge, MA: Harvard University Press; London: William Heinemann. 97-607.
- Gamberoni Johann (1964). Das Eltern gebot im Alten Testament. *Biblische Zeitschrift*, neue Folge 8: 161-190.
- Houtman Cornelis (2000). *Exodus. Zv. 3: Chapters 20-40* (Historical Commentary on the Old Testament). Leuven: Peeters.
- Jožef (Josephus) (1976). *Against Apion or On the Antiquity of the Jews*. V: Josephus in Nine Volumes (Loeb Classical Library; 186). Zv. 1. With an English Translation by H. St. J. Thackeray. Cambridge, MA: Harvard University Press; London: William Heinemann. 161-411.
- Kremers Heinz (1961). Die Stellung des Elternggebotes im Dekalog (eine Voruntersuchung zum Problem Elterngelot und Elternrecht). *Evangelische Theologie* 21: 145-161.
- Skehan Patrick W. in Alexander A. di Lella (1987). *The Wisdom of Ben Sira* (The Anchor Bible; 39). New York, NY: Doubleday.
- Weeks Stuart, Simon Gathercole in Loren Stuckenbruck (ur.) (2004). *The Book of Tobit: Texts from the Principal Ancient and Medieval Traditions with Synopsis, Concordances, and Annotated Texts in Aramaic, Hebrew, Greek, Latin, and Syriac*. Berlin / New York: Walter de Gruyter.
- Weinfeld Moshe (1991). *Deuteronomy 1-11: A New Translation with Introduction and Commentary* (The Anchor Bible; 5). New York / London / Toronto / Sydney / Auckland: Doubleday.

Avtorica:

Prof. ddr. Irena Avsenik Nabergoj: irena.avsenik-nabergoj@guest.arnes.si

IZ GERONTOLOŠKE LITERATURE

Brett, Bethany Morgan (2023). *The Child-Parent Caregiving Relationship in Later Life: Psychosocial Experiences*. Bristol: Policy Press.

OSKRBOVALNI ODNOS MED OTROKOM IN STARŠEM V POZNEJŠEM ŽIVLJENJSKEM OBDOBJU – PSIHOSOCIALNE IZKUŠNJE

Družinska oskrba je hrbtenica vseh sistemov dolgotrajne oskrbe v Evropi (Zigante 2018) in je ključna za njihovo vzdržnost. Odrasli otroci tudi pri nas v Sloveniji, poleg partnerjev, najpogostejše zagotavljajo neformalno oskrbo. Obe nem so tudi zakonsko dolžni poskrbeti za starše, saj 185. člen Družinskega zakonika pravi, da mora »polnoletni otrok po svojih zmožnostih preživljati starše, če ti nimajo dovolj sredstev za življenje in si jih ne morejo pridobiti, vendar najdlje toliko časa, kot so starši dejansko preživljali njega.« Kljub temu, da oskrba lahko pozitivno vpliva na kakovost življenja oskrbovalca, nudenje intenzivne oskrbe pogosto s seboj prinaša tudi določene stroške. Oskrbovanje zahteva svoj čas, kar pogosto vpliva na to, da pomembno vpliva tudi na druga za oskrbovalce pomembna področja, kot so družina, služba, prostčasne dejavnosti, druženje s prijatelji

ipd. Poleg fizičnega dela oskrba pogosto od vseh, ki so vključeni v oskrbovalni odnos, zahteva tudi veliko emocionalnega dela, ki pa je pogosto spregledano. Ravno slednje je v ospredju v lani izdani knjigi *Skrbstveni odnos med otrokom in staršem v poznejšem življenjskem obdobju: psihosocialne izkušnje*. V njej dr. Bethany Morgan Brett opisuje, kako se odrasli otroci spopadajo z upadanjem telesnih in duševnih sposobnosti svojih staršev, njihovim preходом v institucionalno dolgotrajno oskrbo ter spreminjajočim se odnosom na relaciji otrok-starš.

V uvodnem poglavju avtorica opredeli kontekst, v katerem so bili izvedeni intervjuji z oskrbovalci, ki so bili podlaga za pisanje knjige. Avtorica sociološko opredeli staranje prebivalstva kot družbeni problem, ki s seboj prinaša vse večjo potrebo po oskrbi, ter pritisk na sisteme dolgotrajne oskrbe. Slednji namreč v številnih državah po svetu niso več sposobni nasloviti potreb starih ljudi, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo in njihovih oskrbovalcev. Oskrbovalni krizi so najbolj izpostavljene že tako deprivilegirane skupine, predvsem posamezniki z nižjim socio-ekonomskim statusom, ki si ne morejo privoščiti

nakupa oskrbe na trgu, kar še pogloblja neenakosti med starimi ljudmi in tudi med njihovimi oskrbovalci.

Prvo poglavje ponuja psihološki pogled na oskrbo kot del življenjskega poteka posameznika, pri čemur se avtorica opre na Eriksonov model življenjskega poteka, predvsem na njegovi zadnji dve fazi – generativnost proti stagnaciji in integriteta proti obupu. Pravi, da je oskrba staršev in predvsem spremljanje njihovega upada funkcionalnih zmognosti, eden od izvorov eksistencialne tesnobe v srednjih letih, saj se odrasli otroci, poleg tega, da so soočeni s starostjo svojih staršev, zavedo, da prihajajo za njimi, da so oni naslednja generacija, ki se bo postarala in umrla. Vendar pa avtorica opozori tudi, da je ta eksistencialna tesnoba stalno v boju s potencialom rasti in samoaktualizacije.

V drugem poglavju se obrne bolj proti sociološki opredelitvi oskrbovanja, predvsem preko teorije etike skrbi (glej Sevenhuijsen 2003; Tronto 2013) ter poleg fizičnega poudari težko merljivo emocionalno delo kot sestavni del oskrbovanja. Emocionalno delo se večinoma odraža v empatiji, povezanosti ter naklonjenosti v odnosu med oskrbovalcem in oskrbovancem. Avtorica izpostavlja tudi spolno zaznamovanost skrbstvenega dela ter opozori na dejstvo, da je večina oskrbovalk ženskega spola, kar negativno vpliva tudi

na njihov kasnejši družbeni položaj. Poglavje naslavlja tudi prehod v vlogo oskrbovalca in predvsem vpliv le tega na odnose med sorojenci, saj oskrba pogosto obudi stare konflikte med sorojenci.

V tretjem in četrtem poglavju obravnava prehod v institucionalno oskrbo ter opredeli različne situacije (od padca do kognitivnega upada ter osamljenosti), zaradi katerih starši ne morejo več bivati v domačem okolju ter so se primorani preseliti v dom za starejše. Opisuje številne izzive, ki jih ta selitev prinaša, med drugim pogosto tudi potrebo po zmanjšanju števila osebnih predmetov, ki so povezani z njihovo identiteto, kar včasih vključuje tudi prodajo doma. Avtorica poudarja, da bi morali biti starejši ljudje vključeni v odločitve, katere predmete, predvsem oblačila, naj obdržijo, saj jim to pomaga ohranjati njihov občutek identitete in nadzora, vendar se (žal) pogosto zgodi, da temu ni tako.

Peto poglavje obravnava spremenjen odnos med starši in otroki po selitvi staršev v dom za starejše, saj otroci pogosto občutijo krivdo zaradi selitve starša v dom, kar posledično lahko vpliva na njihove obiske in odnos do starša. Tudi starši lahko občutijo zamero do otrok zaradi selitve v dom in redkih obiskov, čeprav hkrati vzpostavljajo odnose z drugimi stanovalci in osebjem. Pri premagovanju te zamere avtorica poudarja

ključno vlogo domov, oziroma njihovega osebja, ki lahko s spodbujanjem in omogočanjem smiselnega vključevanja otrok v oskrbo prispevajo k izboljšanju odnosov med starši in otroki.

Zadnje, šesto poglavje govori o izgubi starša, po kateri se »identiteta odraslega otroka nepreklicno spremeni skozi proces prilagoditve in čustvene integracije izgube osebe«, ki je bila v otrokovem življenju (večinoma) prisotna že od rojstva (Brett 2023, str. 111). Izpostavlja različne tipe izgub ter različne načine soočanja z izgubo, od sprejemanja do izogibanja, ter opiše strategije (ponazorjene s primeri), ki jih oskrbovalci uporabljajo pri posameznih tipih izgub. V poglavju je opisano tudi emocionalno doživljanje in soočanje z izgubo starša, obdobje po smrti, predvsem v smislu rekonfiguracije vlog v družini.

V zadnjem desetletju smo zaradi prenosa odgovornosti skrbi za stare ljudi z države na družino ter oskrbovalne krize, ki šibi sisteme dolgotrajne oskrbe, v številnih evropskih državah priča prelaganju odgovornosti za oskrbo na neformalne (večinoma družinske) oskrbovalce. Knjiga ponuja pomemben interdisciplinarni vpogled v oskrbovanje s poudarkom na psihosocialnem doživljanju oskrbe, ki je pogosto spregledano, vendar pomembno vpliva na odnos med oskrbovalcem in

oskrbovancem ter na njuno kakovost življenja. Osebne zgodbe v knjigi poglabljajo teoretične koncepte ter razkrivajo kompleksnost oskrbe, kjer so stiske in izzivi oskrbovalcev hkrati edinstveni in prežeti s skupnimi značilnostmi. Čeprav se je dr. Brett v knjigi osredotočila na odnos starš-otrok, je psihoanalitični pristop, ki ga je avtorica uporabila za analizo, uporaben tudi za analizo drugih oskrbovalnih odnosov, npr. mož-žena; snaha-tast ali tašča ipd.

Pomembna omejitev knjige je vzorec, saj zajema zgolj oskrbovalce in oskrbovalke stare med 39 in 68 let, ki so bili rojeni v Veliki Britaniji in katerih starši so se odločili za selitev v dom za starejše, ne vključuje pa drugih skupin, kot so npr. oskrbovalci, ki niso bili rojeni v Veliki Britaniji, mladi oskrbovalci ter oskrbovalci, ki doma skrbijo za starše, npr. tisti, katerih starši se ne želijo preseliti v dom za starejše oz. nimajo sredstev in s tem posledično tudi izbire za selitev. Psihosocialno doživljanje oskrbe s strani drugih skupin oskrbovalcev bi pomembno dopolnilo poznavanje tematike in pokazalo na morebitne specifične vezane na odnos med oskrbovancem in oskrbovalcem, ter na morebitno vlogo konteksta (npr. dom za starejše nasproti staranju in oskrbi v lastnem domu). Kljub temu knjiga zelo dobro opiše razmerja med starši in otroki ter izpostavi socio-emocionalno

kompleksnost oskrbovanja, ki ji bomo morali v prihodnje nameniti več pozornosti, med drugim tudi v povezavi z vzpostavitev učinkovitih podpornih sistemov za neformalne oskrbovalce. Le-ti bi morali vključevati ne le praktično pomoč, temveč tudi psihološko podporo ter razumevanje ter prilagoditve glede na oskrbovalno fazo, v kateri se oskrbovalci nahajajo.

LITERATURA

- Morgan-Brett, B. (2023). *The Child-Parent Caregiving Relationship in Later Life Psychosocial Experiences*. Bristol: Policy press.
- Sevenhuijsen, S., Švab, A. in Mesec, P. (2003). Labirinti skrbi. Ljubljana: Mirovni inštitut - Inštitut za sodobne družbene in politične študije.
- Tronto, Joan. (2013). *Caring Democracy: Markets, Equality, and Justice*. *Caring Democracy: Markets, Equality, and Justice*. 1-227.

Tjaša Potočnik

Centre for better ageing (2025). *New Age Without Limits research finds how ageism can impact older people's enjoyment of* Taylor Swift. Dostopno prek: <https://ageing-better.org.uk/news/new-age-without-limits-research-finds-how-ageism-can-impact-older-people>

NE GRE ZA STARANJE, GRE ZA STARIZEM

Starost brez omejitev (Age Without Limits, od 2023) je kampanja britanske organizacije Center za boljše staranje (Centre for Ageing Better), ki se ukvarja z neenakostmi pri staranju. Prizadevajo si, da bi bili starejši bolje vključeni v družbo, v lokalne skupnosti in na delovna mesta. Radi bi ustvarili

starosti prijazno gibanje, da bi družba na staranje gledala bolj pozitivno in da bo posledično več ljudi v starosti zdravih ter da bodo spoštljivo obravnavani. Kampanja opozarja vse, naj bodo pozorni na starizem in naj ne dopuščajo negativnega odnosa do staranja in starejših ljudi.

»S staranjem lahko naletimo na zdravstvene, premoženjske ali druge težave, a starizem nas ne sme omejevati pri izbiri oblačil, ki si jih želimo nositi, pri poslušanju glasbe, dejavnostih, ki si jih želimo izvajati, ali načrtih, ki smo si jih zastavili. Starizem lahko slabo vpliva na številne vidike našega življenja; na delovna mesta ali na zdravstveno oskrbo, ki smo je deležni, to pa lahko škoduje našemu telesnemu in duševnemu zdravju. Ljudje so lahko diskriminirani na podlagi starosti in zato negativno obravnavani v različnih starostnih obdobjih. Zaradi sporočil v medijih, v družbi, celo v vsakodnevnih frazah, ki jih uporabljamo, lahko zaznamo odpor do staranja, kar se pogosto kaže v negativnih predstavah o starejših ljudeh. Včasih se ta stališča z leti spremenijo, nekateri pa jih ohranijo tudi v poznejšem življenjskem obdobju. Če bomo kot posamezniki bolj pozorni na starizem in prepoznali negativne vplive, lahko vsi skupaj spremenimo miselnost ter zagotovimo, da se bomo lahko vsi starali brez omejitev.« (Dr Carole Easton, direktorica centra)

»Obožujem Taylor Swift in lani sem bila na koncertu njene turnee Eras. Njen nastop je bil sama radost in veselje za vse starosti. Veliko ljudi srednjih let, kot sem jaz, se je zelo zabavalo, ne glede na to, ali smo tam spremljali svoje otroke ali pa šli na koncert družno s prijatelji. Zaskrbljujoče je, da nekateri menijo, da starejši ne bi smeli uživati v takšnih dogodkih in glasbenih festivalih. Industrija žive glasbe je v krizi in izključitev dela občinstva ne bi pripomogla k njenemu razcvetu.« (Emma B, didžejka na Magic Radiu in prej na BBC Radio 1)

Raziskava ob prvi obletnici kampanje razkriva staristične predstave, kako bi se morali ljudje po 50. letu obnašati, biti oblečeni, koliko bi morali telovaditi in celo kateri koncerti so (ne)primerni za njihovo starost. Raziskavo so izvedli v Veliki Britaniji decembra 2024, z 2057 respondenti vseh starosti.

V raziskavi je 31 % vprašanih izjavilo, da bi morali ljudje, starejši od 50 let, biti oblečeni »starosti primerno«, 34 % pa, da bi morali starejši od 50 let prilagoditi telovadbo glede na svoje fizične omejitve. Raziskava je pokazala tudi različna mnenja po starostnih skupinah: 40 % mladih v starosti od 25 do 34 let je bilo mnenja, da je udeležba ljudi v starosti 50 in 60 let na koncertu izvajalcev, kot je Taylor Swift, ki jo obožujejo predvsem mladi, neprimerna, celo sramotna, medtem ko tako misli le

10 % ljudi, starih 65 let in več. Več kot 52 % respondentov v starosti od 25 do 34 let meni, da bi morali ljudje, starejši od 50 let, prilagoditi telovadbo glede na svoje fizične omejitve, medtem ko med 45 in 54-letniki tako misli le 25 %. 47 % vprašanih v starosti od 25 do 34 let meni, da bi se morali starejši od 50 let oblačiti starosti primerno, medtem ko je takega mnenja le 23 % ljudi, starih od 55 do 64 let.

Slogan kampanje je *Ne gre za staranje, gre za starizem* in kaže na učinke starizma ter kako lahko odnos drugih omejuje naša življenja, vpliva na delovna mesta, načine izražanja in ambicije. Starizem je zelo razširjen in ga lahko doživljamo na različne načine, nekateri ga morda sploh ne prepoznajo. Toda če smo pozorni, pogosto lahko ugotovimo, da nekatere vsakodnevne, skoraj neopazne opazke, ki jih slišimo ali vidimo v medijih, niso le povezane s staranjem, temveč so dejansko staristične.

»Pogosto gre za predsodke, za negativna stališča. To sem občutil tudi sam. Z ženo na primer rada hodiva na koncerte in včasih mi znanci komentirajo 'pa saj bosta tam najstarejša'. In kaj potem, če pa tam uživava in pogosto med obiskovalci niti nisva najstarejša, saj so tam tudi drugi naši sovrstniki. Nena zadnje pa bomo slej ko prej vsi stari«.

(Fergus Rose, podpornik kampanje)

Prevod in priredba Alenka Ogrin

GERONTOLOŠKO IZRAZJE

HOJA IN DRUGO GIBANJE

V STAROSTI

angleško: Walking and other forms of exercise in older age

Osnovni varovalni dejavnik zdravja je prava količina in pravi način gibanja. Hoja je pri tem najenostavnejša in večini ljudi najdosegljivejša, saj je osnovni način človeškega gibanja. Zanj ni potrebna draga oprema in drugi stroški, dostopna je vsakemu, ki zmore hoditi. Za motivacijo in pravilnost redne hoje je koristno sodobno znanje o njej, navada redne hoje in njeno mesto v rednem dnevnem in tedenskem urniku pa zagotavljata, da je hoja eden od najpomembnejših varovalnih dejavnikov zdravja. Ob konca 20. stoletja se ozaveščenost o koristnosti hoje in drugega gibanja za varovanje in krepitev zdravja naglo dviga.

Po upokojitvi je redna hoja in drugo gibanje nenadomestljivo za ohranjanje zdravja, moči in spretnosti ob pešanju organizma. Podatki reprezentativne terenske raziskave o tem, kaj nad 50 let stari slovenski prebivalci potrebujejo, zmorejo in hočejo za svoje kakovostno staranje in sožitje v monografiji *Staraenje v Sloveniji* (2013), kažejo, da s hojo in drugim gibanjem v naravi zavestno

skrbi za svoje zdravje dve tretjini prebivalcev Slovenije. Le malo manj jih obdeluje vrt in opravlja dela druga fizična dela. Telovadi slaba četrтина.

Pri telovadbi v zrelih letih izstopa različnost motivacije. Najmočnejša je terapevtska motivacija, da človek po poškodbi in bolezni z vadbo ponovno pridobi zmožnost za opravljanje osnovnih vsakdanjih opravil ter da vzdrži relativno zdravje ob kronični bolezni hrbtenice, križa, dihal ali drugih organov. Pri tej vadbi imajo izjemno učno in motivacijsko vlogo fizioterapevti, zato je fizioterapija nepogrešljiva sestavina sodobne dolgotrajne oskrbe na domu. V otroštvu je telovadba del šolske vzgoje, po vzhodni Aziji to skupnostno navado prakticirajo tudi v službah, tako da jo ljudje prenesajo tudi v starost kot vsakdanjo rutino za ohranjanje spretnosti, gibčnosti in mišične mase. Današnja zdravstvena preventiva razvija in uvaja ustrezne telovadne vaje za ciljno preprečevanje določenih bolezni in poškodb, npr. za krepitev ravnotežja in s tem povezano preprečevanje padcev v starosti.

Zelo močna motivacija za telovadbo po upokojitvi so skupnostni programi, ki jih podpira javno mnenje, za hojo pa dobra osebna družba, ki ni samo

spodbuda za hojo, ampak tudi prostor za lepe pogovore, skupno doživljanje narave ter za krepitev prijateljstva in lepega medčloveškega odnosa. Naše planinstvo že skozi več rodov motivira in organizira zdravo hojo v naravi. Naglo se širi kolesarjenje starejših, prav tako pa tudi organizirana jutranja telovadba na prostem po krajevnih skupnostnih. V poznejših letih je zelo dober način gibanja plavanje, nekateri redno tečejo, hodijo zlasti pozimi in ob slabem vremenu v fitnes.

V Sloveniji ima za uvajanje gibalnih navad velike zasluge generacija pionirjev množične telesne kulture v 20. stoletju, začeni s sokoli in orli med vojnama do Draga Ulage, ki je s svojim znanjem in delom simbol na tem področju. S številnimi poljudnoznanstvenimi knjigami, članki in oddajami je ukoreninjal v zavesti ljudi pomen hoje, vsakdanje športne dejavnosti in telesne kulture – posebej tudi v starosti. Njegov pristop k telesni vadbi je celosten, po njegovem mora biti športna vadba tudi igriva in vključevati duševno in socialno razsežnost.

Ob pešanju zmožnosti za hojo ali njeni delni izgubi so si ljudje od nekdaj pomagali s palico ali doma narejenimi lesenimi berglami. Danes se iz dneva v dan porajajo nova znanja in novi pripomočki za oporo gibljivosti, ki je okrnjena zaradi bolezni ali starostne

onemoglosti. Proteze, hodulje, vozički in nešteto drugih pripomočkov za gibanje ob okrnjenih zmožnostih so v resnici »podaljški« naših organov, enako kakor očala ali slušni aparati.

Hoja in drugo redno gibanje ter vadba je verjetno najmočnejši varovalni dejavnik za preprečevanje prezgodnje odvisnosti od pomoči drugih pri vsakdanjih opravilih. Pri tem je pomembna prava mera; če je gibanja premalo, človek zakrneva, če ga je preveč ali ni pravilno, mu škodi. Količino in vrsto gibanja je treba nenehno prilagajati svojemu zdravju, starosti in razmeram. Na temelju raziskav zdravega staranja lahko najdemo splošne smernice, npr. da je za relativno zdravega upokojenca priporočljivo narediti večino dni kakih pet tisoč korakov (od tega jih običajno naredimo pri vsakdanjih opravilih doma in v bližnji okolici kako polovico), dvakrat tedensko pa iti na sproščen pohod v naravi, ki traja približno dve uri. K redni hoji in drugemu gibanju ter zdravju primerni količini pri tem danes učinkovito motivirajo elektronski pripomočki, npr. pametna ura, ki poleg števila korakov spremlja tudi srčni utrip, porabo energije in druge procese v telesu.

V omenjeni raziskavi so tudi podatki o tem, koliko slovenski prebivalci po 50. letu starosti zmorejo hoditi in koliko dejansko hodijo. Dobra polovica prehodi

brez težav razdalje več kilometrov, četrтина krajše do 1 km, ostali okrog hiše in po stanovanju, vsak dvajseti ne more hoditi. Zmožnost za hojo na daljše razdalje z leti upada, tako da jih po 80. letu starosti to zmore manj kakor 10 %. Podatek, da so Slovenci po 50. letu šli v preteklem letu v povprečju dva in pol krat tedensko na pohod, ki je trajal okrog dve uri, kaže, da s hojo dobro skrbimo za svoje zdravje.

Primerjava podatkov o hoji je tudi v tej raziskavi potrdila pomembnost hoje za telesno, duševno in socialno zdravo staranje. Za pomembno se je pokazalo zlasti dvoje. Prvo: navada redne hoje po opravkih v okolici do 1 km. In drugo: redni pohodi na daljše razdalje. Tisti, ki so navajeni iti peš po opravkih v okolici do 1 km, kažejo bistveno višje uspehe tudi pri vseh drugih navadah zavestne skrbi za krepitev lastnega zdravja, medtem ko so tisti, ki se pri tem običajno peljejo, bistveno pogostejše odgovarjali, da z ničemer zavestno ne skrbijo za krepitev svojega zdravja.

Tudi za slovensko starajoče se prebivalstvo so se v tej obsežni raziskavi potrdile ugotovitve številnih raziskav po svetu, da je hoja in drugo gibanje pomemben varovalni dejavnik pred duševnimi motnjami. Tisti, ki gredo navadno po opravkih v okolici do 1 km peš, manjkrat pozabljajo, kaj so počeli včeraj, se manjkrat počutijo tesnobno,

so manjkrat otožni, se manjkrat počutijo osamljeni, se jim manjkrat zdi, da je vse nesmiselno. Med hojo ter varovanjem in krepitevjo duševnih, socialnih in duhovno-bivanjskih zmožnosti je povezava, ki deluje v obe smeri. Danes je ta psiho-socio-somatska povezava splošno znana.

Celostni antropološki pogled na neločljivost telesnega, duševnega in socialnega zdravja ter na človekov vseživljenjski razvoj kaže z ene strani, da je enako pomembna kakor telesna tudi gibljivost v vseh drugih človekovih razsežnostih: duševna, duhovna, socialna, razvojna in bivanjska. Vse tvorijo eno sistemsko celoto tako, da druga drugo krepijo; ko npr. telesna gibljivost oslabi, omogočajo ohranjati večjo kakovost življenja čustvena in umska svežina, duhovno doživljanje smisla in ohranjena dinamičnost drugih človeških razsežnosti. V tej luči lahko gibljivost opredelimo kot zmožnost za smiselno telesno, duševno, duhovno, socialno, razvojno in bivanjsko premikanje v prostoru in času. Telesno gibanje, dinamično povezovanje z drugimi ljudmi in gibčnost v dožemanju in opravljanju smiselne življenjske naloge v vsakem trenutku so enako pomembni za kakovost življenja.

Celostna gibljivost v vseh človekovih razsežnostih je temeljna oblika osebne samostojnosti in svobode, kakovostnega

sožitja z ljudmi ter ključna zmožnost za samostojno življenje in vseživljenjski osebni razvoj.

Gibljivosti vseh človekovih razsežnostih so med seboj povezane tako, da vsaka od njih komplementarno dopolnjuje in krepi vse druge; iz te izkušnje je nastal latinski rek *Zdrav duh v zdravem telesu* (*Mens sana in corpore sano*). Telesno gibanje krepi tudi duševne zmožnosti (spomin, mišljenje, čustva, vedrino razpoloženja in pozitivno usmerjenost, umirjenost ...), socialne zmožnosti (komuniciranje, sodelovanje, prevzemanje primernih vlog v sožitju ...) ter duhovne in bivanjske zmožnosti (sočutenje z drugimi in naravo, svobodo za dobro, doživljanje smisla ...). V primerih, ko telesna gibljivost odpoveduje zaradi bolezni ali onemoglosti, ostaja kakovost življenja višja, če je človek gibčen v višjih razsežnostih, zlasti socialno (ko npr. s hvaležno prijaznostjo sprejema pomoč) ter duhovno in bivanjsko (ko npr. kljub telesni omejitvi uspešno išče smisel svoje preteklosti, sedanosti in prihodnosti). Socialna gibčnost v navezovanju in vzdrževanju lepih odnosov z ljudmi preprečuje osamljenost in občutno dviga kakovost oskrbe tudi, ko človeku odpovedo zmožnosti za hojo. Izkušnja kaže, da v primeru

invalidnosti ali kronične bolezni lahko s kakovostnim razvojem v socialni, duševni, zlasti pa duhovni in bivanjski razsežnosti dosežemo, da velja tudi: *Zdrav duh v bolnem telesu*.

Sodobnega sistema za kakovostno staranje in za dolgotrajno oskrbo ni mogoče načrtovati, ne da bi poznali in upoštevali podatkov o dejanski gibljivosti starejših ljudi, učinkovite načine motivacije za redno zdravo gibanje, medsebojni vpliv hoje in drugega gibanja na duševno in socialno zdravje ter sodobne pripomočke za oporo v oslavljeni gibljivosti. Redni pohodi in sprehodi na razdalje, ki jih človek zmore, so nepogrešljiva sestavina skupinskih ali skupnostnih programov za zdravo staranje. K oblikovanju zavesti o kakovostnem staranju sodi tudi stališče, da človek mirno »izpusti« predstavo, da je zmožen pri osemdesetih letih hoditi na dolge ture z enako lahkoto kot pri štiridesetih. Sodobni javni sistem dolgotrajne oskrbe pa poleg rednega premeščanja nepokretnega na voziček s »prevozom« po bližnji okolici ali stanovanju vključuje fizioterapijo, ki skrbi za redno telesno vadbo oskrbovancev glede na človekovo stanje, prav tako pa oskrbovalcev.

Jože Ramovš

KONFERENCE IN PROJEKTI

STARATI SE POMENI ŽIVETI

Evropa doživlja čas sprememb in pretresov brez primere, ki ga zaznamujejo kompleksne, medsebojno povezane krize, hiter napredek na področju digitalnih tehnologij in umetne inteligence, staranje prebivalstva, naraščajoča neenakost, osamljenost in vsesplošen upad zaupanja v znanost in oblasti. Za lažje soočanje z izzivi je evropska podružnica Svetovne zdravstvene organizacije (v nadaljevanju SZO) organizirala serijo petih posvetovanj, ki bodo podlaga za *drugi evropski delovni program* za obdobje 2026-2030 (European Programme of Work 2). V nadaljevanju je predstavljen drugi v seriji petih posvetovanj, ki so ga izvedli 30. januarja 2025 pod naslovom: *Starati se pomeni živeti: prizadevanje za zdravje in dobrobit skozi vse življenje* (Ageing is living: working for a lifetime of health and well-being).

Evropski delovni program

Gre za strateški dokument SZO za Evropo za obdobje 5 let, ki so ga razvili v procesu obsežnega posvetovanja z državami članicami, Evropsko komisijo, nevladnimi in medvladnimi organizacijami, organizacijami Združenih narodov ter osebjem SZO. Prvi evropski delovni

program obsega obdobje 2020-2025 in še vedno traja pod sloganom »*Združenji ukrepi za boljše zdravje v Evropi*« s prednostnimi nalogami zmanjševanje neenakosti v zdravju, spodbujanje zdravja in dobrega počutja ter trajnostni razvoj zdravstvenih sistemov.

Trenutno smo v fazi posvetovanj, ki bodo podlaga za drugi evropski delovni program za obdobje 2026-2030. V nadaljevanju je zbranih nekaj pogledov z drugega posveta, kjer so ugotavljali, kako obravnavati aktualne demografske megatrende, ki vplivajo na zdravje in enakost na področju zdravja v evropski regiji SZO do leta 2030.

Sprememba načina razmišljanja

V uvodu je dr. Hans Kluge, regionalni direktor SZO za evropsko regijo, predstavil sedanjo evropsko družbeno realnost. Lansko leto je bilo v EU prvič več starejših kot mladih. Leta 2050 lahko pričakujemo, da bo starejših od 80 let trikrat toliko kakor danes. Zato potrebujemo premik v razmišljanju – potrebujemo novo paradigmo starosti. Poudari, da staranje ni bolezen ampak privilegij, saj *starati se pomeni živeti*. Potrebo po tem obratu paradigme je prepoznal iz izkušnje ob srečevanjih z

upokojenimi sodelavci SZO, za katere si rad vzame čas, kot je sam povedal. Z njimi se je pogovarjal o tem, kako družba še vedno vidi starost kot težavo, sindrom, breme. A če prehod v starost dobro opravimo, je to res lahko privilegij. Potrebo po tem obratu paradigme vidi tudi zaradi drugih razlogov: brez njega se bodo sistemi sesuli, drugačno miselnost pa dolgujemo tudi svojim staršem in starim staršem, ki so in še vedno veliko prispevajo družbi. Osamljenost je še vedno tihi ubijalec in vsak četrti starejši se počuti osamljeno. Tudi mladi se velikokrat tako počutijo. S povezovanjem osamljenih lahko storimo veliko za izboljšanje kvalitete življenja.

Zavzema se tudi za spremembo paradigme na področju preventive. Kot primer omeni štirinajst dejavnikov tveganja za pojav demence, na katere lahko vplivamo. Za uspešno preventivo je potrebno začeti že zgodaj, celo pred rojstvom. Tudi vrtci in šole imajo pri tem veliko vlogo. V nekaterih državah se sistemi že prilagajajo tej realnosti in za izzive na področju starejših odgovarjajo z ukrepi za učenje otrok ali pa s spodbujanjem odraslih otrok ostarelih staršev k uporabi pametnih domov. Vse to je konkretizacija vseživljenjskega pristopa (*Life course approach*), ki se včasih zdi abstrakten pojem, vendar je v resnici zelo potreben in življenjski.

Eden od ciljev preventive je tudi zblíževanje pričakovane življenjske dobe in pričakovane zdrave življenjske dobe, pri čemer je seveda potrebno vzeti v obzir tudi dejstvo, da bo človek v zadnjem delu življenja še vedno potreboval tudi oskrbo. V tej luči je Hans Kluge navedel primer projekta, kjer so starejše ljudi vprašali, kaj si želijo. Veliko rešitev imamo pred našimi očmi in so bolj preproste, kot bi si mislili, je povedal. V različnih intervjujih se je ponavljala ista misel: dostojanstvo, ne obravnavajte nas kot otroke. Nihče ni govoril o tem, da bi s pomočjo umetne inteligence rad dočakal dvesto let. Raje pogledjmo, kaj starejši ljudje še zmorejo. SZO ima široko definicijo zdravja: govorimo o fizičnem zdravju, psihičnem zdravju, socialnem zdravju in dobrem počutju (*wellbeing*). Drugi element je socialna povezanost; ljudje po svoji naravi nismo kot otok sredi jezera, kar se je lepo videlo v času covida. Zato je še en pomemben obrat paradigme, torej preskok, ki ga moramo narediti najprej v naših glavah, vezan na pomen socialne povezanosti in dostojanstva.

Poslanstvo SZO je v tem, da v času hitrih sprememb, ko se nam mnogokrat zdi, da nimamo odgovorov, sklicuje različne akterje, približuje znanost ljudem in jih združuje s poudarkom na tem, kaj lahko naredimo. Ker veliko rešitev že obstaja, a jih moramo narediti skupaj.

Medgeneracijska socialna pogodba

Najdaljši prispevek k posvetu je prispeval Dr. Pieter Vanhuyse, predstojnik oddelka za politično ekonomijo in javne politike na Univerzi južne Danske in strokovnjak za politično demografijo. Predstavil je s podatki podprt in sodoben razmislek o medgeneracijski socialni pogodbi v naših starajočih se družbah.

Podobno kot njegov predhodnik je najprej poudaril, kako pomemben je vseživljenski pristop s poudarkom na ekonomskih vidikih. Pokojnine, zdravstveni sistem in dolgotrajna oskrba se začnejo že z novorojenci. V zgodnjih in poznih letih porabimo več kot prispevamo v srednjih letih, izenačenost po generacijah pa rešujemo s socialno državo. Rešitev neenakomerne porazdelitve skozi življenje je torej v medgeneracijskem prenosu virov.

Izpostavil je tri kanale medgeneracijske izmenjave. Prvi kanal izmenjave so javni socialni transferji, ki temeljijo na sredstvih, ki jih država pobere z davki. Poleg tega pa so še transferji, ki potekajo v okviru družine. Tu gre lahko tako za čas (drugi kanal) kot denar (tretji kanal). Slednja sta manj očitna in slabše prepoznana in kar kliče k bolj celostnem pogledu na oskrbo v širšem smislu.

Zanimalo ga je tudi, kako evropske socialne države razporejajo denarne vire

in v ta namen je primerjal 22 evropskih držav. Predvsem ga je zanimalo, ali države uporabljajo denar za uravnavanje socialno ekonomskega statusa (kar je poimenoval »Robin Hood« model) ali pa prevzemajo bolj vseživljensko funkcijo, kjer gre večinoma za transferje navzdol mlajšim in navzgor starejšim (ta model je poimenoval hranilnik). Obe funkciji socialne države sta pomembni, a raziskava je pokazala, da rezultat sploh ni bil tesen. Starost se je izkazala za veliko pomembnejšo od socialno ekonomskega statusa. Socialna država torej ne zgolj prerazporeja sredstva med bogatimi in revnimi, ampak vpliva na prerazporeditev dohodka znotraj življenjskih obdobj. Večina sredstev ne gre neposredno od bogatih k revnim, ampak od delovno aktivnih k mladim (izobraževanje, otroški dodatki) in starim (pokojnine, zdravstvena oskrba). Socialna država v tem pogledu deluje kot zavarovalniški sistem: ljudje prispevajo, ko delajo, in prejemajo pomoč v obdobjih, ko niso ali so manj produktivni (otročstvo, upokojitve, bolezni, brezposelnost).

Socialne države so medgeneracijska socialna pogodba. Dr. Vanhuyse nadaljuje, da sistem deluje, a žal ni uravnotežen. Pristranost na podlagi starosti je velika in razvite socialne države zapravijo veliko več za transferje starejšim kakor mlajšim; vendar ta trend upada.

Prav tako sta iz sistema popolnoma izključena čas in denar (drugi in tretji kanal), ki ga prispevajo družine in so ključne pri oskrbi. Pri tem je pomemben tudi medgeneracijski prenos vrednot in neenakosti, ki vplivajo na družbene odnose in ohranjanje ekonomskih razlik skozi čas.

Pomoči ne »prinaša štoklja«

Dr. Vanhuysse se je poglobil tudi v oskrbo otrok in poudaril, da oskrba ni nekaj, kar potrebuje samo novorojenček, ampak da gre za obliko pomoči, ki je v različnih oblikah potrebna še (vsaj) naslednjih petindvajset let. Omenil je raziskavo, ki je pokazala, da v Evropi starši v povprečju prispevajo dobro četrtno manj davkov kakor tisti brez otrok. A ko upoštevamo še drugi (čas) in tretji kanal (denar) pri vzgoji otrok ugotovimo, da slabe tri četrtnine vse oskrbe otrok pokrijejo starši sami, vse to je zasebno delo, ki je v skandinavskih državah še višje. Tu gre seveda za strošek, ki ga odrasli brez otrok nimajo.

Na vzgojo otrok lahko gledamo (tudi) kot na ohranjanje vrste, na delo družin pa kot na brezplačno storitev skupnosti. Socialna država temelji na zdravih odraslih (v širokem pomenu besede: fizično in psihično sposobnih, kreativnih, delavnih); vzgojiti zdravega odraslega pa je petindvajset let trdega dela. Zato ni dovolj govoriti samo o

rodnosti v smislu količine, ampak tudi o kakovosti. Kot se je v prispodobi pošalil dr. Vanhuysse, nam je vsem jasno, da otrok ne prinese štoklja, prav tako pa štoklja ne prinese zdravih odraslih otrok. Ko osvetlimo prenos virov med generacijami, lahko prepoznamo, kako družba prejema zastoj storitve na račun podcenjenja oskrbovalnega dela v družinah, ki je za ekonomsko statistiko nevidno. Vsi imamo močan interes, da nekdo vzgoji naslednje generacije in da se medgeneracijska pogodba nadaljuje. Tudi družinam tradicionalno najbolj prijazne socialne države, kakšni sta Finska ali Švedska, zelo obremenjujeta starše. Pomoč ne sme biti darilo, vse je izmenjava v obliki časa ali denarja. S tem ko dela v oskrbi ne cenimo, oskrbovalce samo še dodatno obremenimo. S tem pa prihajamo do paradoksa, da starajoče se države, ki so najbolj odvisne od mlajših generacij, najbolj obremenjujejo prav starše, oskrbovalce. Potreben je še en »zeleni moment«: podobno kot se je pred leti začelo govoriti o pomenu sistemske in sistematične skrbi za okolje, za kar se še vedno trudimo, moramo kot družba govoriti tudi o pomenu tega, da sistemsko in sistematično skrbimo za tiste, ki skrbijo za druge.

Avtor zaključuje, da poznavanje problematike lahko pomembno vpliva na našo perspektivo kako razumemo politična in zakonodajna vprašanja. Tako lahko

učinkoviteje razporedimo sredstva namenjena različnim oblikam dela in s tem povečamo njihovo trajnost. Osvečtlimo lahko vztrajajoče slabe prakse, kot so kaznovanje na račun oskrbovalnega dela ali materinstva ter neenakomerno porazdelitev stroškov vzgoje in izobraževanja prihodnjih generacij med posameznimi družbenimi skupinami, državami ali sektorji. Poskrbimo torej za oskrbovalce z zakonodajo, ki bo ustrezala tako mladim kot starejšim.

Socialne investicije vodijo v socialne inovacije

Alexei Buzu je moldavski minister za delo in socialno zaščito, odgovoren za reforme ob migracijskih in demografskih spremembah v njegovi državi. Predstavil je analizo stanja, ki so jo izvedli v Moldaviji leta 2022. Ugotovili so, da se je med letoma 2014 in 2025 celotna populacija zmanjšala za 12 %, delovna populacija pa na račun migracij kar za 20 %. Najbolj optimistične projekcije za prihodnost so pokazale, da se bo do leta 2040 populacija zmanjšala za 21%, skoraj polovica populacije pa bo starejša od 50 let.

Izpostavil je, da so rodnost, odvisnost, oskrba in podobni pojmi, ki oblikujejo demografsko sliko države, pomembni, a njihovo poznavanje in govorjenje o teh tematikah ni dovolj za njihovo reševanje. Zakaj? Opaža, da

ljudje ob pogovorih na te teme reagirajo na dva načina: nekateri zavzamejo stališče, da je demografska slika usoda, proti kateri ne moremo narediti ničesar, drugi pa reagirajo v smeri zastavljanja nerealnih visokoletečih ciljev, kot na primer povečati rodnost, povečati število prebivalcev, poleg tega pa za doseganje teh ciljev uvajajo napačne ali kontraproduktivne politike. Po njegovem mnenju je poleg poznavanja statistike in zgoraj omenjenih tematik pomembno vprašanje, kako se počutijo državljani. Postaviti si je treba preprosta vprašanja: Ali se naši ljudje, ženske in moški, mladi in stari počutijo varno? Ali čutijo, da lahko prispevajo skupnosti? Ali lahko sooblikujejo državo in skupnosti, v katerih živijo? Imajo lahko produktivno življenje? Njihovo blagostanje mora biti v ospredju in ima prednost pred ostalimi indikatorji. To je včasih težko udejaniti, saj se vmes dogajajo nepredvidljive okoliščine, kot je na primer vojna. Vendar pa je Alexei Buzu povedal, da se trudi, da bi bili ljudje prvi in da ne bi zaradi takšnih okoliščin delali kompromisov na račun socialnih programov. To je politična odločitev, je še izpostavil.

V tej luči je povedal, da se, odkar je zadnji dve leti minister, prizadeva za družbeni obrat: da bi skrbeli za oskrbovalce. Izpostavi, da so tudi v Moldaviji oskrbo predolgo podcenjevali

in jo jemali za samoumevno. Zato je njihov trud kljub ekonomskim omejitvam usmerjen v investicije in v oskrbo otrok in starejših. Izvedli so reformo sektorja socialne pomoči, tudi reformo oskrbe na domu, katere rezultat je konec leta 2024 bilo 11 % povečanje oskrbe na domu. Odmevna je tudi reforma hitrejšega odziva na medspolno nasilje. Vse reforme so ključne v želji po enakopravnosti, saj spremembe ne smejo različno vplivati na različne demografske skupine. Poudaril je pomen opolnomočenja vseh spregledanih, saj so vsi glasovi pomembni. Predvsem pa ne smejo usahnuti socialne investicije, ki so temelj socialnih inovacij.

Ne želimo biti enaki, ampak enakopravni

Nadaljevala je Heidrun Mollenkopf, predsednica AGE platform Europe, mreže organizacij v Evropi, ki predstavlja interese starejših ljudi in si prizadeva za izboljšanje kakovosti njihovega življenja. Poudarila je veliko raznolikost med najstarejšimi, ki je večja od drugih generacij in je posledica izkušenj in življenjskih okoliščin. A nalagajo se tako negativne kot pozitivne izkušnje, zato je ključno, da ustvarjamo okolja in okoliščine, v katerih bodo ljudje radi živeli.

Povedala je, da se starejši tako kot vse generacije soočajo tudi z ovirami. Izpostavi mobilnost, digitalizacijo in

zdravstvene storitve. A ovire ne smejo biti razlog za izključevanje, potrebne so alternative. Nekateri ne morejo, spet drugi nočejo, na primer uporabljati digitalne storitve. Izpostavi tudi staristične prakse, ki starejše postavljajo v slabši položaj na podlagi njihove starosti. Zakaj, na primer, plačujejo pri zavarovalnicah starejši višje prispevke, ali prepoved vožnje osebnega avtomobila po določeni starosti? Zakaj je manj zdravstvenih storitev in rehabilitacij in tudi manj podpore duševnemu zdravju?

Tudi upodabljanje starejših v medijih ostaja težava. Prepogosto so ti upodobljeni kot šibki, potrebni oskrbe, kot breme za družino in družbo. A to sploh ne drži. Tako kot so starejši najbolj raznolika starostna skupina, tako so tudi raznoliki prispevki k različnim delom družbe. Seveda kot stari starši, a tudi kot učitelji, mentorji mladim strokovnjakom in kulturnikom, kot športni trenerji ipd. Tudi ohranjanje demokracije in okolja je pogosto v domeni starejših. Zaključí, da starejši niso samo prejemniki storitev, ampak aktivno prispevajo k družbi.

(Zdrava) življenska doba

Profesor Peter Kelly je regionalni direktor za javno zdravje v regiji Severovzhod in Yorkshire v Nacionalni zdravstveni službi (NHS). Pri svojem delu se osredotoča na vrzel med pričakovano

življensko dobo in zdravo življensko dobo in kako je različno razporejena med različnimi demografskim skupinami. Predstavil je podatke za svojo regijo, ki pa odražajo razmere v celotni Angliji.

Povedal je, da je za najrevnejših 10 % prebivalstva vrzel med življensko dobo in zdravo življensko dobo 26 let. Za 10 % najbogatejših je ta vrzel 15 let. Najrevnejši torej v povprečju preživijo kar 26 let v slabem zdravstvenem stanju, kar 10 let več od najbogatejših. Odnos je sorazmeren glede na dohodek. Breme slabega zdravja je večje v revnejših skupnostih, zato morajo biti tudi intervencije usmerjene še bolj v prid revnih skupin. Težava je tudi multimorbidnost – istočasno pojavljanje različnih bolezni. Polovica najrevnejših do 60 leta namreč nabere ogromno različnih bolezenskih stanj, tudi težav z duševnim zdravjem.

Njegovo zdravstveno delovanje je kombinacija primarne in sekundarne preventive. Primarna poteka na nivoju celotne populacije in se začne že pri najmlajših, poudarek pa je na tobaku, alkoholu in debelosti. Vsi bi morali biti aktivni. Največ pa lahko pridobimo v najrevnejši populaciji, ki je največje breme za zdravstvo. Sekundarna preventiva je krepitev ukrepov pri nediagnosticirani hipertenziji, visokem holesterolu in zdravljenju. Ocenjujejo, da 40 % primerov demence lahko zamaknejo dlje v prihodnost. Verjamejo, da

se bo kakovost življenj izboljšala, če se osredotočimo na zdravje in enakost.

Evropska strategija oskrbe

Dana-Carmen Bachmann je vodja enote pri Generalnem direktoratu za zaposlovanje, socialna vprašanja in vključevanje Evropske komisije, kjer je odgovorna za politike socialne zaščite. Sodelovala pa je tudi pri enem najpomembnejših evropskih dokumentov zadnjih let s področja oskrbe – Evropski strategiji oskrbe, katere dosežke je predstavila.

V jedru strategije oskrbe je vseživljenska perspektiva. Avtorica poudarja, da moramo kot družba povečati pomen in prepoznavnost formalne in neformalne oskrbe v vseh življenjskih obdobjih ter predvsem oskrbovalcev. Kot najpomembnejši dosežek je poudarila vsestransko podporo, ki jo strategija prejema. Gre za podporo vseh evropskih držav, ki menijo, da strategija podpira njihovo delo. A tudi na lokalnem nivoju zaznavajo veliko energije in zavezani so ne samo zdravstvenih in socialnih ministrstev, ki se povezujejo, ampak tudi lokalnih odločevalcev, ponudnikov oskrbovalnih storitev in podobno.

V preteklem letu so države članice povprašali o ukrepih, ki so jih uvedli v zadnjih dveh letih v podporo implementaciji strategije oskrbe. Do sedaj so prejeli več kot 200 zelo raznolikih

ukrepov. Na primer, glede izboljšanja delovnih razmer, socialnega dialoga, pridobivanja in zadrževanje kadra v dolgotrajni oskrbi, izboljševanja dostopnosti, kakovosti življenja v domačem okolju, različice modelov oskrbe na domu in podobno.

Izdali so tudi samoocenjevalno orodje za oceno sistemov za dolgotrajno oskrbo, ki ga lahko države uporabljajo za prepoznavo prednosti in težav v sistemu. Proti koncu leta pa izide tudi zbirka orodij za podporo neformalnim oskrbovalcem.

Rezultati so obetavni, a ni še konec, saj so cilji čedalje zahtevnejši. Krepitev partnerstev je ključna. Tudi področja, ki so bila dolgo zanemarjena, morajo priti v ospredje. Predvsem pa ne smemo pozabiti, da ni oskrbe brez oskrbovalcev.

Povezovanje vseh deležnikov

Dr. Lisa Warth je vodja enote za demografijo pri Ekonomski komisiji Združenih narodov za Evropo (UNECE), kjer spodbuja dialog o demografskih spremembah s posebnim poudarkom na staranju. Pred tem je delala na SZO kot koordinatorka Globalne mreže starosti prijaznih mest in skupnosti.

Takoj je poudarila pomembnost področja staranja za celotno Evropsko unijo. Če se staramo zdravi, lahko delamo smiselne stvari še dolgo v starost in obratno. EU sledi Madridskemu

mednarodnemu akcijskemu načrtu za staranje (MIPAA), dokumentu Združenih narodov, ki mu sledijo že 20 let in še vedno ostaja ključni okvir za oblikovanje politik in programov, ki zagotavljajo dostojanstvo, enakost in kakovost življenja starejših po vsem svetu.

Pri tem tesno sodelujejo z mnogimi organizacijami, tudi s SZO, ki je del družine OZN. SZO zagotavlja vodstvo in usmeritve, ki temeljijo na podatkih. Pomaga pri spremljanju napredka in ugotavljanju vrzeli na ključnih področjih kot so na primer integrirana oskrba, boj proti starizmu, dolgotrajna oskrba ali ustvarjanje starosti prijaznih okolij.

A države ne smejo ostati same, zato je pomembno povezovanje. Če želimo izpolniti vse cilje, moramo zgraditi mostove med različno mislečimi. Oblikovati moramo koordiniran celosten zakonodajni odziv, ki bo tako lokalni kot globalni. Pomembna bo vloga ustvarjanja dokazov, dokumentov in dejstev. Delati moramo na zdravju in oskrbi, a tudi vseživljenskem učenju in ustvarjanju priložnosti za delo ne glede na starost.

Zaključek

Posvetovanje je ponudilo veliko iztočnic za odločevalce, predvsem pa miselno naravnost, da staranje ni nekaj, kar moramo premagati, temveč potovanje, na katerem lahko tudi

uživamo. Da gre za bogato in s smislom napolnjeno poglavje življenja. Staranje je sprejemanje nepričakovanega in pri-ložnost za pogumne odločitve. Staranje je privilegij. Staranje je zdaj.

Alen Sajtl in Marta Grčar

NEVIDNI OSKRBOVALCI – POT DO CELOVITE PODPORE NEFORMALNIM OSKRBOVALCEM

Spletni seminar londonske šole za ekonomijo

*London School of Economics’
webinar – Navigating the Path to
Comprehensive Carers’ Support*

21. novembra 2024 sem se udeležila webinarja, ki ga je ob dnevu pravic oskrbovalcev (*Carers’ rights day*), organiziral *Care Policy and Evaluation Centre*; ta deluje v okviru *London School of Economics*. Na webinarju so bili predstavljeni ključni koraki za oblikovanje prilagojene in učinkovite podpore za oskrbovalce, izzivi pri prepoznavanju nevidnih oskrbovalcev, ovire, s katerimi se ti soočajo pri dostopu do kakovostne podpore, ter pomen prilagodljivosti storitev, vključno z uporabo informacijsko-komunikacijskih tehnologij.

Raziskovalec Amritpal Rehill je predstavil problem t. i. nevidnih oskrbovalcev (ang. *hidden carers*) – ljudi, ki nudijo pomoč in podporo osebam s potrebo po dolgotrajni oskrbi, vendar se

sami ne prepoznajo kot oskrbovalci. To je problematično predvsem z vidika, ker dejstvo, da se posameznik ne prepozna kot neformalni oskrbovalec, preprečuje dostop do podpornih storitev, hkrati pa oblikovalcem politik onemogoča oblikovanje učinkovitih podpornih programov. V raziskavi, ki so jo izvedli Urwin in sodelavci (2021), so nevidne oskrbovalce identificirali s primerjavo poročanj o nujenju in prejemanju neformalne oskrbe med različnimi člani gospodinjstva. Nevidni oskrbovalec je bil opredeljen kot oseba, za katero je drug član gospodinjstva navedel, da zagotavlja oskrbo, čeprav se ta oseba sama ni prepoznala kot oskrbovalec. Avtorji so ugotovili, da je kar 62,5 % oskrbe prihajalo od posameznikov, ki niso poročali, da nudijo oskrbo, so pa drugi člani gospodinjstva navedli, da jo od njih prejema. To pomeni, da trenutne raziskave, ki se zanašajo na samoidentifikacijo in samoporočanje, spregledajo približno dve tretjini petih oskrbovalcev v gospodinjstvih. Posledično je dejansko število neformalnih oskrbovalcev verjetno bistveno višje kakor kažejo obstoječe raziskave.

Dr. Madeleine Stevens je predstavila potrebe mladih oskrbovalcev, pri čemur je izpostavila dejstvo, da večina podpornih programov predvideva, da bodo oskrbovalci proaktivni, se izpostavili in sami poiskali pomoč. Vendar se po

njihovih podatkih dejansko izpostavijo in identificirajo le določene skupine mladih oskrbovalcev, kar pomeni, da preostale skupine (tisti, ki se ne identificirajo kot oskrbovalci in ne poiščejo pomoči) ostanejo brez ustrezne podpore, kar vodi v dodatne neenakosti med njimi. Kot enega od razlogov za neidentifikacijo omenja ponekod še vedno globoko zakoreninjeno prepričanje, da je oskrba zasebna zadeva. Omenja tudi potrebo po evalvaciji podpornih programov za oskrbovalce, saj številni omenjajo, da se ne vključujejo, ker menijo, da jim tovrstna podpora ne bo pomagala v njihovi situaciji. Kot pomembnega akterja pri identifikaciji mladih oskrbovalcev omenja šole ter izpostavlja dobro prakso iz Japonske, kjer imajo šole pomembno vlogo ne le pri identifikaciji mladih oskrbovalcev, temveč tudi pri tem, da mlade oskrbovalce povežejo in vključijo v primerne podporne sisteme na lokalni in državni ravni.

Dr. Derek King je predstavil raziskavo, v kateri je skupaj s kolegi (Damant in dr., 2024) proučeval uporabo ter vpliv IKT tehnologije med oskrbovalci oseb z demenco. V raziskavi ugotavljajo, da oskrbovalci oseb z demenco večinoma uporabljajo običajne IKT-naprave, kot so prenosniki in pametni telefoni ter internetne aplikacije, vključno z videokonferenčnimi in družbenimi omrežji,

za podporo pri vsakdanjih aktivnostih in negi. Nekateri so omenili uporabo prilagojenih naprav, kot so pametne ure in storitve teleskrbe. Kot predloge za izboljšave so večinoma omenjali bolj personalizirane komunikacijske aplikacije, ki bi omogočale oddaljeno interakcijo in spodbujale samostojnost oseb z demenco. Omenjena je bila tudi skrb glede naraščajoče potrebe po IKT za dostop do formalnih oskrbnih storitev ter neustrezne IKT infrastrukture v nekaterih domovih za starejše.

Čeprav so se predstavitve dotikale različnih tem, je vsem skupno, da je pri oblikovanju podpornih programov ključno upoštevati potrebe različnih skupin neformalnih oskrbovalcev. Poleg tega se ne smemo zanašati zgolj na samoidentifikacijo oskrbovalcev, temveč jih je potrebno tudi aktivno iskati, vabiti in ozaveščati o obstoju podpornih programov. Na družbeni ravni je nujno spodbuditi zavedanje, da oskrba ni zgolj zasebna skrb, temveč pomembno javno vprašanje, ki zahteva kolektivno družbeno odgovornost. Potrebno je krepiti zavest o potrebi po sistemski podpori neformalnemu oskrbovalcem in k temu vključiti različne akterje, od izobraževalnih ustanov, delodajalcev, do širše družbene skupnosti. Ključnega pomena je, da ti akterji prepoznajo potrebe neformalnih oskrbovalcev, jim zagotovijo ustrezno podporo ali jih usmerijo k

ustreznim virom oz. podpornim programom.

V Sloveniji se v zadnjem času, predvsem v luči novega Zakona o dolgotrajni oskrbi, veliko govori o družinskih in drugih neformalnih oskrbovalcih in čeprav zakon uveljavlja institut oskrbovalca družinskega člana, le-ta naslavlja le manjšino neformalnih oskrbovalcev, ki se bodo odločili za tovrstno obliko »zaposlitve«, ter bodo izpolnjevali vključitvene pogoje (so družinski člani oskrbovanca v 4. ali 5. kategoriji potreb, sobivajo z njim ter so pripravljeni zaradi oskrbe zapustiti trg dela). Zakon spregleda vse tiste oskrbovalce, ki šele vstopajo v vlogo neformalnih oskrbovalcev ali oskrbujejo posameznike z nižjo stopnjo potreb in za nudenje kakovostne oskrbe nujno potrebujejo pomoč in podporo ter informacije o dostopu do ustrezne pomoči, ter oskrbovalce, ki ne izpolnjujejo vključitvenih dejavnikov, pa vseeno skrbijo za težko bolne in od njihove pomoči odvisne oskrbovance v 4. in 5. kategoriji potreb – ki na primer ne živijo v istem gospodinjstvu z oskrbovancem, ter oskrbovalce, ki nudijo tovrstno pomoč izven družinskega omrežja (npr. sosede, prijatelji, live-in migranti).

Neformalna oskrba, kot ste lahko prebrali v prispevku o psihosocialnem doživljanju oskrbe na relaciji starš – otrok, zahteva več kot le neko medgeneracijsko

solidarnost, ter praktično podporo pri vsakdanjih opravilih, saj s seboj prinaša številne psihosocialne izzive za oskrbovalca ter spremembe v odnosih, hkrati pa zahteva tudi veliko emocionalnega in strokovnega dela (npr. negovanja), ki so se ga trenutno oskrbovalci večinoma primorani priučiti sproti med oskrbovanjem. Pomanjkanje ustrezne podpore in ozaveščanja o neformalni oskrbi pri nas sta tudi ključna dejavnika, da se ljudje pogosto ne prepoznajo kot neformalni oskrbovalci. To redno opažamo tudi na Inštitutu Antona Trstenjaka, kjer že več desetletij nudimo program usposabljanja za družinske in druge neformalne oskrbovalce in raziskujemo področje neformalne oskrbe. Pogosto se srečujemo s stavki, kakršen je »*Nisem neformalna oskrbovalka, sem njena hči/sin/vnuk-inja.*« – ti jasno kažejo, da oskrbovalci težko ločujejo med vsakdanjo družinsko pomočjo in oskrbo, do katere pa pride, ko starejši človek ni več zmožen samostojno opravljati vsakdanjih opravil brez pomoči drugega. Ravno to prepričanje, da je oskrba le normalna vsakdanja pomoč med družinskimi člani, preprečuje številnim, da se prepoznajo kot neformalni oskrbovalci in poiščejo ustrezno pomoč in podporo.

Čeprav v Sloveniji trenutno (še) ne obstaja sistem, ki bi tako kot npr. v Veliki Britaniji prepoznaval in beležil

neformalne oskrbovalce ter jim nudil ustrezne podporne storitve, neformalni oskrbovalci določeno stopnjo podpore vseeno lahko dobijo preko izobraževanj in usposabljanj, ki jih nudijo nevladne organizacije (npr. Inštitut Antona Trstenjaka, Spominčica, Hospic). Vendar je pogostost in izvedba tovrstnih usposabljanj in ozaveščanj (pre)pogosto odvisna od financiranja iz različnih evropskih, nacionalnih in lokalnih projektov, kar povzroča časovno in prostorsko fragmentiranost dostopa neformalnih oskrbovalcev do ustrezne pomoči. To kaže na potrebo po sistemski ureditvi podpore neformalnim oskrbovalcem v različnih življenjskih obdobjih in strukturno sofinanciranje, ki bi omogočalo trajnost tovrstnih programov.

Tjaša Potočnik

STARIZEM – IZZIV DANAŠNJEGA DNE

Omizje na Festivalu za tretje življenjsko obdobje, Ljubljana, 2. oktober 2024

Moderator okrogle mize je bil Aleš Kenda, sekretar na Ministrstvu za solidarno prihodnost, panelisti pa Bojanka Genorio, upokojena direktorica Doma starejših občanov Fužine, Marijana Kolenko, ravnateljica Osnovne šole Lava Celje, Mateja Kožuh Novak, upokojena ginekologinja in nekdanja

predsednica ZDUS, Luka Omladič, sekretar na Ministrstvu za solidarno prihodnost, Zvezdan Pirtošek, nevrolog in predstojnik Katedre za nevrologijo ULMF ter Simon Trussevich, varuh dijakovih pravic in član koordinacijskega odbora Medgeneracijske koalicije Slovenija.

V uvodu je moderator predstavil starizem – pojav, o katerem se veliko govori, mnogi ljudje občutijo njegove posledice, a le redki se zavedajo, da so tudi sami žrtve različnih oblik tega pojava.

Starizem so **stereotipi** – kako mislimo, **predsodki** – kako čutimo in **diskriminacija** – kako delujemo do neke skupine ljudi na podlagi njihove starosti. Vsem članom te starostne skupine se pripisuje enake negativne lastnosti, npr. vsi starejši so pozabljivi, slabi vozniki, onemogli itd.

Starizem je odpor do starejših in njihovo osebno ali družbeno podcenjevanje, preziranje, zapostavljanje in odrivanje za rob družbe. Usmerjen je proti ljudem na temelju njihove starosti, ne velja pa izključno za starejše. Daljše pričakovano trajanje življenja in posledice, povezane s tem, same po sebi niso problem, temveč so izziv tako za posameznika kot za celotno družbo. Starizem pa je dejansko problem in ne nekaj običajnega, stvar tradicionalnega dojemanja, kot se ga včasih prikazuje. Prisoten je vsepovsod, a večini neviden

in zato neprepoznan, saj ga ljudje ponotranjijo že v mladosti. Zaradi tega ga ne opazimo in se z njim premalo ukvarjamo.

Dokazano je, da ima starizem daljnosežne posledice na zdravje ljudi, na njihovo dobro počutje, na človekove pravice itd.; o tem poroča tudi Svetovna zdravstvena organizacija. V znanstveni študiji dr. Becca Levy ugotavlja, da ljudje, ki so ponotranjili starizme o nemoci, nesposobnosti in nekoristnosti v starosti, živijo 7,5 let manj kot tisti, ki na starost gledajo pozitivno.

Spopadanje s starizmom je tesno povezano s spremembo odnosa do staranja in starosti, kar pa je dolgotrajen proces, za katerega so odgovorni vsi v družbi, od posameznika in vladnih služb do civilne družbe.

Gospa Bojanka Genorio je doživeto opisala, kako je pred desetletji v Domu starejših občanov Fužine ob nastopu funkcije uvedla mnoge inovativne spremembe, predvsem v odnosu zaposlenih do stanovalcev in ni čudno, da ta dom še danes velja za enega boljših pri nas.

Ravnateljica Marijana Kolenko se je osredotočila predvsem na zanimive oblike sodelovanja dijakov s starejšimi v lokalnem okolju in na neprecenljive življenjske izkušnje, ki jih mladi pridobijo z medgeneracijskim druženjem.

Mateja Kožuh Novak meni, da starizma ni več kot prej, a ga zaradi osveščanja

in informiranja javnosti ljudje pogosteje prepoznajo, so bolj pozorni do starističnih pogledov in ravnanj, posledično se o tem več govori. Mediji pogosto poročajo o primerih starističnega obravnavanja starejših, pa tudi mladih.

Luka Omladič je predstavil politike in ukrepe Ministrstva za solidarno prihodnost, ki je pristojno za to področje. Poudaril je pomen medgeneracijskega sodelovanja, saj se ravno v aktivnostih, v katerih sodelujejo ljudje različnih starosti, posamezniki ne delijo več na »mi« in »vi«, temveč delajo skupaj, s skupnim ciljem.

Mladi varuh dijakovih pravic Simon Trussevich je najprej predstavil svojo družinsko zgodbo tesne medgeneracijske povezanosti in kakšno bogato popotnico mu to daje tako v zasebnem življenju kot pri študiju in karieri. Kot član koordinacijskega odbora Medgeneracijske koalicije Slovenija je predstavil sodelovanje z ZDUSom in drugimi organizacijami za starejše.

Zanimiv je bil prispevek nevrologa Zvezdana Pirtoška, ki je prikazal delovanje možganov pri različnih oblikah starizma. Stereotipi so vezani na miselni možganski sistem, predsodki na čustvenega, diskriminacija pa na eksekutivnega. Opisal je tudi evlucijski pogled na dojemanje staranja ter odnosa do starejših od antike do antropocena. Poudaril je, da starizme

pogosto ponotranjimo, saj nehote sprejmemo »resnico«, ki jo družba ali mediji ves čas ponavljajo; to je tudi kulturološko pogojeno in se zelo zgodaj zaje v človeško dušo.

Pri nas področje diskriminacije in starizma pokriva zagovornik načela enakosti, ki opozarja na primere neenakega obravnavanja, predvsem na področju zaposlovanja in dela. Do diskriminacije prihaja tudi na področju zdravstvenega varstva, na primer: nekaterim starejšim, ki niso večši modernih tehnologij, je otežen dostop do zdravstvenih storitev. Lahko se dogaja tudi pri dostopu do dobrin in storitev, ki so na voljo javnosti. Zakon o varstvu pred diskriminacijo varuje pred neenako obravnavo na različnih področjih družbenega življenja. Neupravičena neenaka obravnava zaradi starosti pomeni diskriminacijo.

Starizem in njegove pojavne oblike je že bila obravnavana tema na okroglih mizah minulih festivalov za tretje življenjsko obdobje, pa tudi na drugih simpozijih in strokovnih konferencah. Tokratno omizje nam je dalo dodatne uvide, nove dimenzije razumevanja tega pojava in utrdilo prepričanje, da se je proti starizmu dobro in vredno boriti na vseh frontah. Prvi koraki pa se začnejo pri osveščanju in prepoznavanju tega pojava.

Alenka Ogrin

KAKO PROMOVIRATI MEDGENERACIJSKO SOLIDARNOST V EU?

<https://www.age-platform.eu/age-discussed-how-to-promote-intergenerational-solidarity-in-the-eu/>

Tema konference Evropskega ekonomsko-socialnega odbora (EESO) 10. oktobra 2024 v Bruslju so bili izzivi in priložnosti pri spodbujanju solidarnosti med mladimi in starejšimi v Evropski uniji. Na njej so raziskovalci, predstavniki civilne družbe in uradniki EU razpravljali o pozitivnem vplivu medgeneracijske solidarnosti v kontekstu staranja evropskega prebivalstva in raziskovali ključno vlogo, ki bi jo morala imeti vsaka generacija pri zagotavljanju trajnostne prihodnosti za vse. Dogodek je bil priložnost za predstavitev zgodb o uspehu ter razpravo z organizacijami civilne družbe na evropski ravni o priložnostih in izzivih, s katerimi se soočajo različne generacije na različnih področjih.

Na dogodku so prikazali video sporočilo Marzene Okła-Drewnowicz, ministrice za politiko starejših Republike Poljske, ki bo naslednja predsedovala Svetu Evropske unije. Poudarila je, da je treba zgraditi EU, v kateri ni »starost le številka« in v kateri »lahko razvijemo svoj potencial v vseh starostnih obdobjih«.

Udeleženci so soglasno potrdili, da je treba okrepiti medgeneracijsko solidarnost kot ključno za reševanje izzivov starajočega se prebivalstva: podaljšanje delovne dobe za zagotovitev zadostnih pokojnin, obvladovanje povečanih potreb po zdravstvenih storitvah, podpora mladim kmetom pri prevzemanju kmetijskih dejavnosti itd.

Predsednica platforme AGE Heidrun Mollenkopf je opozorila, da medgeneracijsko pravičnost dojemamo različno. *»Toda ljudje imajo enake vrednote v vseh starostnih obdobjih, zato bi morali na politični ravni preveriti, v kolikšni meri so starejši in mladi obravnavani na pravičen način.«*

Da bi se izognili stigmatiziranemu dojoemanju starosti ter podprli vizijo enakosti, potrebujemo pristop, ki temelji na pravicah in upošteva celotno življenjsko pot osebe ter obravnava njene individualne potrebe v različnih življenjskih obdobjih. Večina težav, s katerimi se soočajo tako mlajše kakor starejše generacije, je namreč skupnih: zadosten dohodek za zagotavljanje dostojnega življenja, dostop do ustreznega stanovanja, vseživljenjskega učenja, prožni pogoji zaposlovanja, usklajevanje poklicnega in zasebnega življenja, zdravo okolje itd.

Predstavili so tudi septembra 2024 izšlo publikacijo *Medgeneracijsko sodelovanje v EU* (Inter-generational solidarity within the EU). V njej so objavljeni različni prispevki, od neenakosti v zaposlovanju ter zelenih in potrošniškom prijaznih prehranjevalnih verig do na potrebah temelječe ravnovesje med poklicnim in zasebnim življenjem; skupna rdeča nit pa je medgeneracijska solidarnost.

Zanimiv je prispevek Neže Repanšek iz Mladinskega sveta Slovenije s slikovito prispodobo: Medgeneracijska solidarnost je podobna mogočnemu hrastu, odpornemu v vseh letnih časih. Njegove korenine simbolizirajo modrost in izkušnje starejših generacij ter zagotavljajo stabilnost in hrano. Njegove veje, ki predstavljajo energijo in vitalnost mlajših generacij, pa se raztezajo proti nebu, proti novim priložnostim. Ta medsebojna povezanost in vzajemna podpora posameznih delov drevesa omogočata, da drevo uspeva, preživi nevihte in se sčasoma razcveti. Ko korenine črpajo modrost iz preteklosti, veje pa segajo v prihodnost, mogočno drevo odraža moč, ki izhaja iz medsebojne povezanosti generacij.

Alenka Ogrin

IZ MEDGENERACIJSKIH PROGRAMOV

ZANIMIVE OBLIKE SODELOVANJA VEČ GENERACIJ NA DUNAJU

Predstavnica Inštituta Antona Trstenjaka se je v začetku septembra 2024 udeležila novinarskega obiska treh dobrih praks medgeneracijskega sodelovanja na Dunaju.

Dunaj ima skoraj dva milijona prebivalcev, od tega več kot 400.000 starejših od 60 let.

Dunajčani so ponosni na svoje mesto z veliko zelenih površin, na voljo so socialna stanovanja, dober zdravstveni sistem, obsežne storitve socialnega varstva, mesto si prizadeva za zelen, inovativen in trajnostni razvoj, za skupno dobro celotnega mesta in njegovih prebivalcev.

Starejši prebivalci so pomembna skupina na vseh področjih življenja na Dunaju - nastanitev, mobilnost, varnost in zdravje, zato je cilj mestne uprave starejšim omogočiti samostojno življenje in možnosti aktivnega sodelovanja v družbi.

Številni ukrepi kažejo na zavezanost Dunaja k ustvarjanju starosti prijaznega okolja: gosto prepletena mreža storitev zdravstvene nege in socialne oskrbe, možnosti rekreacije, cenovno dostopna najemna stanovanja, prilagojena za varno in samostojno staranje, podporne in socialne ugodnosti, dobro razvito in dostopno omrežje javnega prevoza itd.

Nenazadnje je tudi mesto Dunaj član mednarodne mreže starosti prijaznih mest in občin.

1. WG Melange (bivalna skupnost Melange)

Predstavnica Caritas Anna Winklehner je predstavila WG Melange, sobivalno skupnost starejših. Nahaja se v novozgrajeni soseski Seestadt Aspern v predmestju Dunaja, pol ure vožnje s podzemno železnico do centra mesta. Ta bivalna skupnost zavzema celotno prvo nadstropje bloka (skupna površina nad 400 m²), ki so ga poimenovali »svetilnik«, kjer živijo pretežno mlade družine. Vstopni kriterij za stanovalce tega bloka je želja po skupnostnem bivanju, sodelovanju, solidarnosti, vzajemni pomoči. Vsak stanovalec v sobivalni skupnosti starejših ima svojo garsonjero ali enosobno stanovanje površine od 29 do 46 m², ki je prilagojeno za bivanje starejših. Skupno je osem takih enot, delijo pa si skupne prostore: osrednjo prostorno dnevno sobo, kuhinjo, jedilnico, pralnico in teraso, v okolici bloka pa so v skupni uporabi vrtilčki in visoke grede. Od stanovalcev se pričakuje sodelovanje v skupnih aktivnostih in vzajemna podpora. Skupnost je preudarno zasnovana, saj ima vsak stanovalec svoj zasebni prostor,

skupni prostori pa vabijo k druženju, sodelovanju in skupnim aktivnostim. To skupnost uvrščamo med medgeneracijske, ker vanjo sprejemajo stanovalce v starosti od 55 let dalje; mlajši stanovalci so še zaposleni, starejši blizu 80. let pa so že desetletja v pokoju. Izkušnje iz medgeneracijskih projektov sobivanja namreč kažejo, da najbolj uspevajo skupnosti, kjer sobiva več generacij, saj tako lahko najbolj sodelujejo, se dopolnjujejo, si pomagajo. V skupnih prostorih bloka je na voljo tudi savna, fitnes in soba za goste. Predstavniki Caritas z dolgotrnimi izkušnjami s tovrstnimi skupnostnimi programi obiščejo to skupnost na mesečnih srečanjih, ko se zberejo vsi stanovalci, se pogovorijo, razrešijo kak nesporazum, ki se ob takem načinu sobivanja občasno pojavi ali posredujejo v morebitnih konfliktih in seveda tudi nazdravijo ob okroglih obletnicah. WG Melange lepo uspeva, trenutno tam biva osem starejših oseb različnih starosti, šest žensk in dva moška. Mesečna najemnina stanovanjske enote s souporabo skupnih prostorov je od 540 do 800 evrov, odvisno od kvadrature enote, obratovalni stroški so vključeni, razen stroškov za energijo.

2. Vollpension

Drugi obisk je bil v nadvse priljubljeno dunajski večgeneracijski kavarni Vollpension (<https://www.vollpension.wien/>),

kjer je delegacijo sprejela mlada soustanoviteljica in vodja te kavarne Julia Krenmayr. Izraz »vollpension« (polni penzion) ima tako kot v slovenščini dvojni pomen; pomeni »polno pokojnino« in tudi »polni penzion«, to je namestitev s tremi obroki. Ideja je zaživela leta 2012 v glavah mladih zanesenjakov, v praksi pa so jo realizirali s pomočjo subvencij za spodbujanje socialnega podjetništva. Izhajali so iz dejstva, da hrana povezuje ljudi, slaščice pa še posebej vzbujajo pozitivne občutke in spomine na otroštvo. Z oglasom v časopisih so povabili k sodelovanju starejše, ki radi pečejo sladice in bi radi zraven še nekaj zaslužili; prijave so kmalu začele deževati. Starejši – kličejo jih babice in dedki (omas in opas) – v Vollpensionu pečejo odlične torte, kolače in drugo pecivo, pripravljajo pa tudi zajtrke in prigrizke. Lokal je okusno opremljen, z veliko nostalgijnimi kosi pohištva in starinsko dekoracijo. Pri mizah goste postrežejo natakarji različnih starosti, od študentov do sivolasi, vsi pa radi poklepetajo z gosti, tako domačini kot turisti, saj je Vollpension postal lokalna posebnost, ki ga priporoča obiskovalcem tudi dunajski turistični urad. Organizirajo tudi tečaje peke, v živo in po spletu, kar jim je pomagalo preživeti težke koronske čase. Del kavarne se lahko rezervira za zaključene družbe, po naročilu pečejo torte in jih lahko tudi

dostavijo, nudijo pa tudi catering za različne naročnike, za konference, promocijska srečanja itd. Ker so zelo priljubljeni, tudi med korporativnimi naročniki (banke, farmacevtska podjetja itd.), prav s komercialnimi storitvami največ zaslužijo, dobiček pa se povrne v osnovno dejavnost, saj niso profitno naravnani. Poleg kavarne v četrtem okrožju imajo še dodatne prostore, kjer pripravljajo svoje kulinarčne mojstrovine po naročilu in jih razvažajo s transportnim kombijem, simpatično poimenovanim »buhteljmobil«.

Starejši za svoje delo prejemajo plačilo, višina zaslužka je v skladu z formalnimi omejitvami glede dela upokojencev, povprečno delajo po 10 ur tedensko. V Vollpensionu je našlo svojo »drugo kariero« preko 50 starejših, ki na ta način ostajajo aktivni, vključeni v družbo, v vsakodnevnih stikih z mladimi. V intervjujih s kandidati so ugotovili, da so glavni vzroki za prijavo predvsem želja drugim pokazati svoje kulinarčne spretnosti in recepte, zaradi ustvarjalnega druženja s sovrstniki in mladimi, nenazadnje pa zaradi možnosti dodatnega zaslužka, kot dodatek k nizkim pokojninam. Na ta način se starejši aktivno vključujejo v družbo, dialog med generacijami se krepi namesto vse večjega razkoraka itd. Razlogi, zaradi katerih starejši najdejo pot do Vollpensiona, so tako različni, kot so različni oni sami.

3. Wohnbuddy

Tretji obisk je bil pri organizaciji Wohnbuddy (bivalni prijatelj). Pred leti so razvili platformo <https://www.wohnbuddy.com>, kjer se srečujeta ponudba prostih sob v stanovanjih starejših s povpraševanjem mladih, predvsem študentov. Na podlagi podatkov, pridobljenih z uvodnimi intervjuji z interesi in s pomočjo algoritma, ki so ga razvili prav v ta namen, poiščejo čimbolj kompatibilen par za sobivanje. A kot priznavajo koordinatorji te organizacije, je najbolj odločilen osebni pogovor, intuicija, občutek za ljudi. Vsako leto pomagajo najti bivališče preko 50 mladim, večina so študenti. Predstavniki te organizacije Manuel Schuler je poudaril, da niso agencija, ki posreduje sobe. Nudijo celostni pristop, saj so jim pomembni tudi odnosi; spremljajo sobivanje, po potrebi posredujejo, zgladijo morebitne nesporazume.

Obiskali smo upokojenega profesorja arhitekture Petra Bleierja, ki v svojem prostornem (nad 200 m²) starejšem stanovanju v centru Dunaja že desetletja po ugodni ceni oddaja sobe študentom, tudi iz tujine. Vsak najemnik ima svojo sobo, delijo pa si kuhinjo, kopalnico in dva WC-ja. Kot miren prostor za študij lahko uporabljajo tudi prostore arhitekturnega ateljeja, ki ga je prof. Bleier včasih imel v stanovanju. Pravi, da si ne predstavlja življenja brez mladih v hiši;

ob skupnih večerjah se družijo z njimi in z njihovimi obiskovalci, uživa v živahnih pogovorih, jim po potrebi pomaga z nasveti, a ne vsiljuje svojega mnenja, marsikaj se od njih tudi nauči. Zaveda se, da je med starejšimi prej izjema kot pravilo, ker si bolj kot družbe sovrstnikov želi družbe mladih, pogoji za uspešno sobivanje pa so odprtost, tolerantnost, predvsem pa zaupljivost do mladih, s katerimi si deli življenjski prostor.

Med ponodbami te organizacije najdemo tudi možnost bivanja mladih v domovih za starejše in v stavbah z oskrbovanimi stanovanji (Pensionisten-Wohnhaus) na Dunaju in v okolici, kjer ob prispevku za sobo ali manjše stanovanje mladi opravijo še nekaj ur tedenske pomoči ali druženja s starejšimi stanovalci. Trenutno je na njihovi spletni strani objavljenih več ponudb stanovanj za mlade v teh domovih kot je privatnih ponudb za bivanje pri starejših doma.

Opisani trije modeli medgeneracijskega sodelovanja so si med seboj različni, a imajo tudi precej skupnega. Osamljenost je velika težava številnih starejših v velikih mestih, zaradi izgube partnerja, prijateljev, oddaljenosti svojcev, selitve v institucionalno oskrbo ali zaradi fizičnih ovir, ki lahko omejijo njihove socialne stike. Posledice osamljenosti lahko vodijo v depresijo, tesnobo in nižajo kakovost življenja, hkrati pa povečujejo tveganje za številne

bolezni in lahko poslabšajo simptome že obstoječih.

Starejši osebi ni lahko najti smiselne dejavnosti, zaradi katere z veseljem pričakovano odhaja od doma nekam, kjer se bo počutil koristen, sprejet, vključen. Vollpension spodbuja sodelovanje med generacijami: stari in mladi skupaj, ne glede na to, od kod prihajajo in kdo so; pomembno je, da so drug do drugega spoštljivi in empatični. Med seboj se spoznavajo in se učijo drug od drugega.

Skupnostno bivanje, kot ga ponuja WG Melange, kjer pod isto streho živijo starejši več generacij, je lahko odlična rešitev proti osamljenosti; stanovalci imajo v svojih prostorih vso potrebno zasebnost, na drugi strani vrat pa so prostori, ki vabijo k druženju, sodelovanju in različnim aktivnostim s stanovalci. Tam v praksi živijo pravilo, da je skupaj lažje biti sam. Organizacija Wohnbuddy spodbuja sobivanje mladih in starejših, kar pa ni za vsakogar. Tako mladi najemniki sob kot starejši, ki mlade sprejmejo pod svojo streho, morajo biti dovolj tolerantni in prilagodljivi za tak način bivanja. A po besedah in izkušnjah organizatorjev lahko prednosti, ki jih prinese uspešno medgeneracijsko sobivanje, precej doprinesejo k dvigu kvalitete življenja, vključenosti v družbo in proti osamljenosti starejših.

Obisk je organizirala mednarodna pisarna mesta Dunaj v Ljubljani.

Alenka Ogrin

Elena Felipe in Alenka Ogrin

Koncept podpore oskrbovalkam in starejšim osebam na otoku Tenerife

POVZETEK

V intervjuju se je Alenka Ogrin pogovarjala z Eleno Felipe, direktorico nevladne organizacije Acufade (Združenje oskrbovalk, sorodnikov in prijateljev oseb, ki potrebujejo oskrbo, z Alzheimerjevo boleznijo in drugimi demencami) z otoka Tenerife, enega od sedmih Kanarskih otokov, ki so del Španije. Na Tenerifu živi nekaj manj kot milijon prebivalcev, površino pa ima podobno veliko kakor Slovenija. Inštitut Antona Trstenjaka je navezal stike z organizacijo Acufade leta 2021, saj se obe organizaciji strokovno ukvarjata z družinskimi oskrbovalci in s spodbujanjem zdravega, aktivnega in neodvisnega staranja. V letu 2023 smo skupaj izvedli projekt Convida+ in ob tej priložnosti spoznali soustanoviteljico te organizacije Eleno Felipe, predano in priljubljeno direktorico ter prepoznali mnogo skupnih točk in možnosti za sodelovanje. Acufade je namreč uvedel inovativen koncept podpore družinskim oskrbovalcem, ki ga uspešno širi na druga območja. V intervjuju nam Elena Felipe predstavi začetke in razvoj te organizacije, njihov koncept in način delovanja. Organizacija je postala pomembna in priznana tudi v nacionalnem in mednarodnem merilu. V začetku 2025 se je pokazala priložnost za intervju, ki smo ga opravili na sedežu Acufade v mestu Victoria de Acentejo.

Ključne besede: družinski oskrbovalci, dolgotrajna oskrba, civilna družba

AVTORICI

***Elena Felipe** je diplomirala iz socialne pedagogike in magistrirala na področju pomoči starejšim. Zaposlila se je v upravi občine Matanza de Acentejo, kjer je sodelovala pri izvajanju različnih socialnih dejavnosti in projektov podpore civilni družbi. Leta 2005 je soustanovila nevladno organizacijo Acufade za zaščito pravic družinskih oskrbovalcev in podporo njim, starejšim in vsem drugim, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo.*

Alenka Ogrin je diplomirala iz menedžmenta v turizmu. S področjem staranja se ukvarja od leta 2004, ko se je pridružila HelpAge International, leta 2008 ZDUS, od leta 2018 pa je zaposlena na Inštitutu Antona Trstenjaka za gerontologijo; nadaljuje predvsem z mednarodnimi projekti, povezanimi s staranjem, na področju vseživljenjskega učenja, bivanja starejših, ozavešanja o podnebnih spremembah itd. Je tudi sourednica strokovne revije Kakovostna starost.

ABSTRACT

Support concept for carers and older people in Tenerife

In this interview, Alenka Ogrin talks to Elena Felipe, Director of Acufade (Association of carers, relatives and friends of people in need of care and with Alzheimer's disease and other dementias), an NGO based on the island of Tenerife, one of the seven Canary Islands, which are part of Spain. Tenerife has just under one million inhabitants and an area similar to Slovenia. The Anton Trstenjak Institute established contacts with Acufade in 2021; both organizations have expertise in family care and in promoting healthy, active and independent ageing. In 2023, we implemented the Convida+ project together and on that occasion met the co-founder of this organisation, Elena Felipe, a dedicated and popular director, and identified many common opportunities for cooperation. In the last two decades, Acufade has developed and introduced an innovative concept of support for family carers, successfully spreading it to other municipalities. In this interview Elena Felipe gives us an insight into the origins and development of this organisation, their concept and their modus operandi. The organisation has become important and recognised nationally and internationally. At the beginning of 2025, the opportunity for an interview came up. It was conducted at Acufade's headquarters in Victoria de Acentejo.

Keywords: family carers, long-term care, civil society

AUTHORS

Elena Felipe, graduated in social education and has a master's degree in intervention with the older people. She joined the local administration of the municipality of Matanza de Acentejo, where she worked on the implementation of different social activities and civil society support

projects. In 2005, she co-founded Acufade, an NGO for the defence of the rights of family carers, and for support to them and older people in need of long-term care.

Alenka Ogrin graduated in tourism management. She has been working on ageing related area since 2004, when she joined HelpAge International, from 2008 she worked in ZDUS and since 2018 she has been working in the Anton Trstenjak Institute of Gerontology; she carries on with ageing related activities and projects about lifelong learning, housing for older people, awareness raising about climate change etc. She is also co-editor of Quality Ageing expert journal.

***Ogrin:** Hvala, da ste si vzeli čas za ta intervju, saj ste verjetno ena najbolj zasedenih oseb na otoku. Prosim povejte nam, kdo je Elena Felipe in kako se je začela zgodba z Acufade.*

Felipe: Kot prvo se identificiram kot prebivalka Kanarskih otokov, prihajam iz ruralnega območja. Sem mati dveh otrok in imam štiri vnuke. Za študij sem izbrala socialno pedagogiko ter svojo poklicno pot začela v lokalni upravi občine Matanza, kjer sem počasi napredovala, področja mojega dela in odgovornosti so se s časom širila. Sem radovedna oseba, od nekdanj sem rada delala z ljudmi, iščem nove poti in rešitve in pri tem hočem biti čim bolj ustvarjalna, začeti nekaj na novo, od pletenja puloverja in ponovne uporabe do ustvarjanja novih projektov. Imela sem veliko srečo, da sem se lahko stalno razvijala in napredovala. Po 28 letih dela na občinski upravi sem že imela precej pomembno funkcijo in z njo veliko odgovornosti. A za vedno več del in nalog se mi je zdelo, da so zgolj »površinske«, formalistične, brez pravega smisla in vsebine, po drugi strani pa z veliko omejitvami. Začutila sem, da je bil čas za spremembo in se odločila za korak naprej, leta 2007 pustila varno občinsko službo in začela na novo na podlagi izkušenj in znanj, pridobljenih na različnih področjih: participacija občanov, socialno zdravstvene aktivnosti, delo z različnimi skupinami itd. Že v času dela na občini smo dobro sodelovali z lokalnim zdravstvenim domom in pravzaprav so že od takrat zametki nove organizacije.

Zame se je začel odpirati nov svet, povezan z oskrbovanjem. Spoznavala sem ženske, ki so večji del življenja ostajale doma in oskrbovale svoje, bile so nevidne, brez kakršnekoli zunanje podpore. In prav to je vodilo k

odločitvi, da se področju dolgotrajne oskrbe popolnoma posvetim. Najprej smo bili le skupina zanesenjakov z močno potrebo in željo po spremembah na tem področju, a nismo dobro vedeli, kje in kako začeti. Najprej smo ustanovili in registrirali Acufade, nevladno in neodvisno organizacijo, ki deluje za socialnem področju.

Matanza ima dolgo tradicijo spodbujanja civilnih iniciativ in aktivnega državljanstva, tako na področju športa, kulture, varstva okolja, pa tudi sociale. Prav na tem področju obstaja preko 30 organizacij, s katerimi sem sodelovala, a se nisem aktivno vključila. Ustanovili smo Acufade, ker smo prepoznali veliko praznino na področju podpore oskrbovalkam.¹ Ženske so v tem sistemu na nek način zaslužnjene, saj niso pristale v tej vlogi po lastni odločitvi, temveč ker se to od njih pričakuje in ker ni drugih možnosti. Sedanji kapitalistični sistem »počiva« na ramenih žensk, na njihovem času in življenju, izključene so iz družbe. Tudi prosti čas moških gre pogosto na račun obremenitve žensk.

Najprej smo začele z aktivnostmi za osebe, ki so odvisne od pomoči oskrbovalk (starejši, invalidi itd.), a z glavnim ciljem pomagati prav njim, da imajo nekaj prostega časa, da grejo lahko v miru k frizerju, po nakupih, na obisk, da si lahko vsaj za nekaj časa oddahnejo. Začele smo z aktivnostmi, ki smo jih izvajale ustanoviteljice; vsaka je imela nek talent, znanje ali veščino. Ker sem na magistrskem študiju spoznala metode treninga spomina, je bila to ena od prvih delavnic, ki smo jo ponudile. Kolegica je dobra v ročnih spretnostih in je zasnovala delavnico na to temo in tako se je začelo, takrat še brez kakršnekoli finančne podpore, na prostovoljni osnovi, občina pa nam je pomagala z brezplačno uporabo prostorov za delavnice.

Počasi so se aktivnosti širile, organizacija se je krepila tudi strokovno in z leti smo postali prva organizacija z akreditacijo za podporo starejšim, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo in njihovim oskrbovalkam na Kanarskih otokih. Pri našem delu pa nam ostaja najbolj pomembno prepoznavanje in pravilno vrednotenje vloge oskrbovalk, da se počutijo pomembne, vključene v družbo, da se njihovo predano delo ceni. S tem se krepí njihova samozavest, samospoštovanje, zavedanje o pomembnem prispevku tako družini kakor družbi.

¹ Felipe vedno in namenoma uporablja žensko obliko, saj - kot odločno poudarja - so ženske v oskrbovanju v veliki večini in je prav, da se to upošteva tudi v poimenovanju.

V prostorih v občinski lasti smo odprli prvi dnevni center za starejše. Po potrebi smo organizirali prevoz za udeležence. Odlično smo sodelovale tudi z lokalnim zdravstvenim domom; tudi nekaj soustanoviteljic Acufade prihaja s področja zdravstva, ostale so bile oskrbovalke. In tako se je začelo.

Prva leta smo delali na prostovoljni pogon in zbirali sredstva na najrazličnejše načine: z denarjem, ki smo ga nabrali s prodajo koledarjev, smo kupili kombi. Šele dve leti po ustanovitvi smo pridobili dovolj denarja, da smo začeli zaposlovati. Tudi sama sem bila nekaj let brez rednih prihodkov. Za aktivnosti v dnevni centrih smo zaposlili psihologe, terapevte, animatorje. Redno se prijavljamo na razpise lokalnih oblasti, kjer izvajamo programe in pri tem smo kar uspešni. Imamo le en reden oz. dolgoročen vir financiranja. Pomagamo si tudi z javnimi deli, različnimi spodbudami za zaposlovanje, družbeno koristnim delom ipd.

Ogrin: *Acufade se torej prvenstveno ukvarja s podporo oskrbovalkam, pri nas jim pravimo družinski oz. neformalni oskrbovalci.*

Felipe: Odločno zavračam izraz »neformalni« (informal), ker, vsaj v španščini, to pomeni nekaj neobveznega, neresnega, lahkotnega, kar razvrednoti vrednost in prispevek oskrbovalk. Kaj naj to pomeni za žensko, ki žrtvuje svoje življenje, zdravje, včasih kariero, srečo, potem pa jo nazivajo z »neformalno« oskrbovalko? To ni pravično! V Acufade uporabljamo izraz oskrbovalka (cuidadora), ali družinska oskrbovalka (cuidadora familiar) ali neprofesionalna oskrbovalka (cuidadora no-profesional); slednji izraz lahko vključuje tudi sosedo, prijateljico in prostovoljce. Osebo, ki ji je oskrbovanje poklic, poimenujemo poklicna oskrbovalka (cuidadora profesional).

Ogrin: *Če prav razumem, izvajate aktivnosti za starejše in njihove oskrbovalke v dnevni centrih in tudi na domu?*

Felipe: Že s prvo donacijo, ki smo jo dobili od banke Caja Canaria, smo zaposlili dva fizioterapevta, ki sta poleg aktivnosti v dnevnem centru tudi obiskovala oskrbovalke na domu in izvajala fizioterapijo tako za starejše kot njihove oskrbovalke. S tem smo nadaljevali tudi ko smo na vabilo posameznih občin oz. lokalnih skupnosti ustanavljali dnevne centre tudi

drugod. Dogovorimo se za brezplačno uporabo prostorov, plačujejo tudi obratovalne stroške, mi pa smo odgovorni za izvajanje aktivnosti in seveda tudi to krijejo, saj le tako lahko zaposlimo osebje in aktivnosti kvalitetno in strokovno izvajamo. Vsak lokalni center jih izvaja v svojih prostorih, včasih pa tudi na domovih oskrbovalk, kar imenujemo spodbujanje osebne avtonomije na domu: kognitivna stimulacija, fizioterapija, delovna terapija, e-oskrba itd. Tudi družinskim oskrbovalkam nudimo različne vrste podpore na domu, poleg fizioterapije in podobnih storitev tudi svetovanje, informiranje o vrstah socialnih pomoči, subvencij. A če je le mogoče, želimo čim več oskrbovancev pritegniti v naše centre, prostore za druženje, kjer lahko starejši ljudje, ki potrebujejo podporo okolja, z Alzheimerjevo boleznijo ali drugo demenco razvijajo, ohranjajo in krepijo svoje kognitivne, funkcionalne, socialne in čustvene zmožnosti. V centrih pride do izraza tudi vidik druženja, socializacije, vključijo se v skupine, sodelujejo v aktivnostih, kakovostno preživijo del dneva pri nas.

Naše skupine so zelo raznovrstne; nemalo udeležencev v dnevnih centrih ima Alzheimerjevo bolezen in potrebujejo posebno obravnavo. V dnevnem centru so od jutra, ko jih pripeljejo, do kosila in popoldanskega počitka; tudi aktivnosti so seveda njim prilagojene. Nekatere skupine so mešane, udeleženci so poleg starejših in oskrbovalcev tudi osebe z Downovim sindromom ali invalidi, saj spodbujamo inkluzijo in raznovrstnost. Neredko so med udeleženci zakonski pari, npr. starejša oskrbovalka je prihajala z možem, ki je imel Alzheimerjevo bolezen. Precej je skupin za družinske oskrbovalke, ki se redno srečujejo, si medsebojno pomagajo, izmenjujejo izkušnje, občasno imajo dodatna usposabljanja. Terapevtski pomen skupine je neprecenljiv; spoznavanje drugih oseb v podobni situaciji, tudi če je ta situacija še veliko težja, oskrbovalkam veliko pomeni.

Pred leti sem bila bolj vključena v te aktivnosti, zdaj pa se ukvarjam pretežno z administracijo in vodenjem Acufade. Takrat sem opazovala kako so oskrbovalke z udeležbo na srečanjih osebno rasle, kako se je krepila njihova samozavest, dobra volja, zavedanje o pomenu njihove vloge in to me še danes navdihuje. Tudi ko se njihova oskrbovalna vloga zaključí, jih večina ostane v naših vrstah. Glede na njihove bogate oskrbovalne izkušnje v praksi so za nas strokovnjakinje za oskrbo, zato jih angažiramo, da to posredujejo naprej, kot udeleženke ali vodje skupin, nekatere kot

prostovoljke pomagajo pri izvajanju aktivnosti v dnevnih centrih, ali pa drugim pomagajo pri oskrbovanju.

Leta 2021 smo izvedli raziskavo med tistimi, ki doma oskrbujejo in rezultati so pokazali, da je med njimi dobrih 80 % od žensk. Med 20 % moških oskrbovalcev pa jih je 80 % izjavilo, da jim pri oskrbovanju precej pomagajo ženske, medtem ko več kot 70 % žensk oskrbujejo same, brez pomoči drugih. Naslednji podatek, ki mi je dal misliti, je bil, da je preko 80 % oskrbovalk izjavilo, da to počnejo, ker se počutijo obvezane in ne po svoji volji. Zato, ker so hčere, soproge, sestre, snahe, vnukinje, kratko malo ker se to od njih pričakuje, kar pa ne velja za moške. In to ni pravično.

Vsako leto organiziramo tudi letno srečanje oskrbovalk, vsakič na drugi lokaciji, v prvih letih z nekaj ducat udeleženkami, kmalu pa je to preraslo v velik dogodek z nekaj sto in več udeleženkami – oskrbovalkami, strokovnjaki z različnih področij, prostovoljci, osebjem Acufade, predstavniki občin itd. – pravi festival veselja, ponosa in promocije oskrbovanja. Sredstva za te aktivnosti, za prevoz in pogostitev navadno prispevajo občine.

Tudi za udeležence drugih skupin organiziramo dodatne aktivnosti, npr. jih peljemo na izlete, saj nekateri starejši, ki živijo v zakotnih in težko dostopnih vaseh, niti svojega otoka ne poznajo dobro. Povem vam anekdoto iz prvih let: vprašali smo jih, kaj si še želijo doživeti in tri želje udeležencev so bile: peljati se s tramvajem (moderni tramvaj, ki povezuje mesto la Laguna in glavno meto Santa Cruz), obiskati el Corte Ingles (velika prestižna veleblagovnica v Santa Cruzu) in naučiti se podpisati. Prav ste slišali, samo v našem kraju La Matanza, ki je ruralno in slabše razvito območje, je med starejšimi 18 % nepismenih. Na delavnicah smo se lotili tudi te težave, tako da se na banki ali upravni enoti lahko lastnoročno podpišejo, kar jim veliko pomeni.

Ogrin: *Zdaj delujete v mnogih občinah po otoku. Kako tam začnete, pridete do njih, prostorov, sredstev?*

Felipe: Načinov je več, najpogosteje pa je pobuda prišla od tamkajšnjih oskrbovalk, ki so slišale za naše delovanje, včasih pa so se na nas obrnili z lokalnih zdravstvenih centrov. Povabijo nas na obisk, osnujemo skupino, se pogovorimo o potrebah v tej skupnosti, kaj morda že deluje, kje so

vrzeli. Potem skupaj obiščemo odgovorne osebe na občini in skoraj vedno naletimo na pozitiven odziv. Tudi sami so prepoznali potrebo po podpori starejšim in njihovim oskrbovalkam, a niso vedeli, kje začeti. Zato nas po navadi sprejmejo odprtih rok.

Zdaj, ko smo se že uveljavili in nas dobro poznajo po vsem otoku, nas občine same kličejo in vabijo, da naš koncept podpore starejšim in oskrbovalkam prenesemo k njim, odpremo dnevne centre itd. Vsako leto razširimo naše delovanje na nova območja, v večje ali manjše kraje po otoku: Tegueste, Villaflor, Granadilla de Abona, Acentejo, Orotava itd. Določene aktivnosti širimo tudi na druge otoke, nedavno tudi na najmanjši, a v zadnjih letih najbolj napredni otok el Hierro. Vsak od otokov ima namreč določeno stopnjo avtonomije in el Hierro želi postati samo-oskrben, tako energetsko (le obnovljivi viri energije), prehrambno, kot tudi sam poskrbeti za svoje starajoče prebivalstvo (»isla de los ciudados« – otok oskrbovanja). Povabili so nas, da naš koncept podpore starejšim in oskrbovalkam prenesemo k njim in prve aktivnosti, to je ugotavljanje potreb z delavnicami in vprašalniki za lokalno prebivalstvo, so se v letu 2024 že začele. Z lokalno oblastjo želimo vpeljati širok koncept vzajemne »skrbi« za različna področja – varovanje okolja, infrastruktura, skrb za ranljive skupine (starejše osebe, migrante), za dobre medčloveške odnose itd. Otok el Hierro z le okoli 10.000 prebivalci je idealen za tovrsten družbeni eksperiment.

Še vedno zbiramo sredstva za delovanje tudi z organizacijo najrazličnejših dogodkov, od športnih in kulturnih, s čimer si tudi izboljšujemo prepoznavnost. Večina teh dogodkov se zaključí s pogostitvijo, saj hrana imenitno povezuje ljudi, udeležencem pa taka pozornost veliko pomeni.

Ogrin: *Kako pa je pri vas organizirana pomoč na domu, ki jo izvajajo poklicne oskrbovalke?*

Felipe: Oskrba na domu je v domeni občin, te navadno izberejo koncesionarja, ki potem oskrbo izvajata. Tudi z njimi na lokalni ravni dobro sodelujemo, si izmenjavamo informacije, dopolnjujemo, jih izobražujemo itd.

Ogrin: *Slišala sem, da pri vas nimate težav s kadri za oskrbo starejših, kakor jih imamo v drugih evropskih državah.*

Felipe: Tudi pri nas je težje kot pred leti najti oskrbovalni kader, saj je med mladimi manj zanimanja kakor prej. Zaenkrat uspevamo zagotoviti kader predvsem z migrantkami iz Latinske Amerike, predvsem iz Venezuele in Kube, državami, ki so zgodovinsko povezane s Kanarskimi otoki, govorimo pa tudi isti jezik, kar je velika prednost. Še vedno obstaja tudi sivi trg oskrbovanja; ko starejša oseba doma potrebuje 24-urno pomoč, družina pogosto poišče oskrbovalko, ki se preseli k starejši osebi na dom in je stalno na razpolago; večinoma prihajajo iz prej omenjenih držav. A pri nas v Acufade je vse težje najti strokovne profile, ki jih zaposlujemo za delo s starejšimi in oskrbovalkami – psihologe, fizioterapevte, animatorje, medicinske sestre itd. A zaenkrat se nekako znajdemo.

Ogrin: *Acufade je v zadnjih letih še razširil področja delovanja, povejte nam še kaj o tem.*

Felipe: Prej smo bili predvsem lokalno in regionalno usmerjeni, pred štirimi leti pa smo osnovali tudi oddelek za mednarodno sodelovanje in vsako drugo leto organiziramo mednarodni kongres oskrbovanja, prvič leta 2022 pri nas na Tenerifu in 2024 na Gran Canariji. Odziv je bil odličen, med udeleženci so bile »naše« oskrbovalke, priznani strokovnjaki iz tujine, akademiki, raziskovalci, kongres pa je bil tudi medijsko dobro podprt. Sodelujemo tudi v mednarodnih projektih, med drugim tudi z vašim inštitutom, saj se drug od drugega lahko veliko naučimo, prenašamo dobre prakse. Odprli smo tudi raziskovalni oddelek za različna področja gerontologije, sodelujemo z univerzami in znanstvenimi inštituti. Imamo tudi akreditacijo za izvajanje osebne asistencije in sicer za vse, ki potrebujejo pomoč pri ohranjanju osebne avtonomije in ki ni omejena na starost.

Leta 2010 smo pridobili akreditacijo za poklicna izobraževanja s področij zdravstva in sociale, od fizioterapije, treninga spomina do lajšanja bolečin itd., torej s področij, kjer naši zaposleni strokovnjaki delujejo. Ti se udeležujejo različnih strokovnih izobraževanj in konferenc po vsej Španiji, od koder prinašajo mnogo koristnih idej in znanj in jih uporabljajo pri rednem delu. Kolegi v Baskiji so nam na primer predstavili koncept

individualne oziroma k posamezniku usmerjene oskrbe, kjer je v središču človek in ne sistem, kateremu bi se moral posameznik prilagajati. Ta pristop smo delno uporabljali že prej, po tem pa smo ga v celoti usvojili in ga uporabljamo v vseh vidikih našega dela.

Ogrin: *Najlepša hvala gospa Felipe za vaše izčrpne odgovore, zdaj lažje razumemo razvoj in način delovanja vaše organizacije ter vaš koncept podpore oskrbovalkam in starejšim. Lahko bi govorili še ure, saj ste vir navdiha in motivacije za mnoge, ne samo na Tenerifu. Prepričana sem, da bo ta intervju zanimiv tudi našim bralcem.*

Naslov avtorice:

Alenka Ogrin: alenka.ogrin@iat.si

GOOD QUALITY OF OLD AGE

Good Quality of old age: Journal for Gerontology and Intergenerational Relations, Vol. 28, Num. 1, 2025

INDEX

0. Editorial (Tjaša Potočnik in Ana Ramovš)

1. Scientific and expert articles

- 1.1. Maja Sevnik: Maxim Gorky and his grandmother
- 1.2. Irena Avsenik Nabergoj: Theological and Cultural Dimensions of the Fifth Commandment: Honoring and Caring for Elderly Parents in the Bible

2. Review of Gerontological Literature

- 2.1. The Child–Parent Caregiving Relationship in Later Life: Psychosocial Experiences (Tjaša Potočnik)
- 2.2. It's not about ageing, it's about ageism (Alenka Ogrin)

3. Glossary of Gerontology Terms

- 3.1. Walking and other forms of exercise in older age (Jože Ramovš)

4. Conferences and Projects

- 4.1. Ageing is living (Alen Sajtl in Marta Grčar)
- 4.1. Hidden Carers - Navigating the Path to Comprehensive Carers' Support (Tjaša Potočnik)
- 4.3. How to promote intergenerational solidarity in the EU? (Alenka Ogrin)

5. Reflecting on the Intergenerational Programmes

- 5.1. Interesting intergenerational cooperation initiatives in Vienna (Alenka Ogrin)

6. Interview

- 6.1. Elena Felipe in Alenka Ogrin: Support concept for carers and older people in Tenerife

The first issue of the 28th volume of the Slovenian journal on ageing and intergenerational coexistence, *Kakovostna starost*, features two important articles from a series of classics on ageing and coexistence, as well as numerous conference reports.

Given the current growth of the older population compared to the younger generation, the main task of gerontology is to research and interpret the situation and develop methods to address this pressing challenge facing today's society and culture. Collecting raw data is not a science in itself – it is only the quality of its interpretation that counts. However, high-quality interpretation and the development of responses to today's challenges cannot be of high quality and ethically and materially sustainable if they do not consider the experiences of human cultures in the field of ageing and intergenerational relations. For this reason, our journal has also published articles on this topic. Several articles have covered the experiences of European culture since ancient times (the *Iliad*, Cicero, etc.) and the articles by foreign and Slovenian writers and scientists who have devoted themselves to ageing and intergenerational coexistence; we have also published an article on these topics in ancient Chinese wisdom literature.

This issue features two more articles on this topic. The first presents the writing of Russian author Maxim Gorky about his grandmother in his autobiographical novel *Detinstvo* (Childhood). He describes social problems and disorders realistically, while portraying his grandmother's wisdom, kindness, love for him, for all people and animals, and for God in her Orthodox religious beliefs with all human warmth. For today's coexistence of generations, Gorky's writing about his grandmother is a challenge to find such models of coexistence for that are applicable for the present time. Research by the Institute and its practical work consistently shows that most young, middle-aged, and third-generation people describe their grandmothers as their greatest role models. The article about Gorki and his grandmother was written by retired language teacher Maja Sevnik, who has already contributed two similar articles for our magazine: *Grandmother and Grandson in Proust's Novel In Search of Lost Time* (2013, no. 1) and *Vitomil Zupan and His Grandmother* (2014, no. 1). The second article was written by philosopher and theologian Prof. Dr. Irena Avsenik Nabergoj. Her article continues the theme written for the previous issue with academician Prof. Dr. Jože Krašovec, *Caring for the Older People in the Civilizations of the Ancient Near East – from Ancient Oriental Cultures to the Bible*. Our magazine has already contributed so many articles to the *Classics on Ageing and Coexistence* section, with such a diverse selection of content and authors, that they deserve to be published in a separate monograph.

Complete journal together with abstracts in English is published on the Anton Trstenjak Institute's website.

POSŁANSTVO REVİJE Z NAVODILI AVTORJEM

Poslanstvo revije *Kakovostna starost* je zbiranje sodobnega znanja o starosti, staranju in medgeneracijskem sožitju ter posredovanje teh znanj vsem, ki jih v slovenskem prostoru potrebujejo.

Revija je vsebinsko znanstvena in strokovna, jezikovno pa si posebej prizadeva, da so prispevki napisani v lepi in vsem razumljivi slovenščini. Pri tem so nam vzor jezik, znanstveno in strokovno delo Antona Trstenjaka, enega največjih slovenskih duhov v dvajsetem stoletju.

Revija je usmerjena v **celostno gerontologijo**, ki upošteva pri znanstvenem in praktičnem delu za kakovostno staranje in solidarno sožitje naslednja štiri izhodišča.

1. Celostna antropološka podoba človeka v njegovi telesni, duševni, duhovni, sožitno-socialni, razvojni in eksistencialni razsežnosti ob nedeljivi sistemski celoti vseh teh razsežnosti.
2. Celovit človekov razvoj skozi vsa življenjska obdobja od spočetja do smrti, isto dostojanstvo in smiselnost človekove mladosti, srednjih let in starosti ter povezanost vseh treh generacij v solidarnem družbenem sožitju.
3. Interdisciplinarno dopolnjevanje vseh znanstvenih ved in kulturnih panog, katerih znanja in tehnologije prispevajo h kakovostnemu staranju in solidarnemu sožitju; v reviji prevladujejo gerontološki in medgeneracijski prispevki iz psihosocialnega, zdravstvenega, vzgojno-izobraževalnega ter okoljsko-prostorskega področja.
4. Intersektorsko sodelovanje vseh družbenih in političnih resorjev, ki so pomembni za kakovostno staranje in solidarno sožitje; posebna pozornost je posvečena medsebojnemu dopolnjevanju družine, krajevne skupnosti, civilne družbe in države.

Posamezni prispevki naj obravnavajo svoje področje tako, da so usklajeni z navedeno jezikovno in antropološko usmeritvijo celostne gerontologije.

Revija izhaja štirikrat letno. Vodena je v domačih in mednarodnih znanstvenih bazah.

Prvi del revije je namenjen izvirnim in preglednim člankom; ti so recenzirani. Praviloma vsebujejo s presledki od 10.000 do 30.000 znakov. Prispevki v drugem delu revije povzemajo informacije o novih tujih in domačih spoznanjih in izkušnjah na področju starosti, staranja in medgeneracijskega sožitja. Njihova dolžina se razteza od kratke zabeleške z nekaj sto besedami do obširnejših prispevkov o gerontoloških dogodkih ter spoznanjih in izkušnjah iz literature in prakse. Prispevki so objavljeni v slovenščini.

Uporabljene vire in literaturo se v člankih praviloma navaja sproti v tekstu v oklepaju na sledeči način: (priimek prvega avtorja, letnica izida: stran) ali pa v opombah pod črto. Uporabljena literatura se navaja na koncu članka po abecedi priimkov prvega avtorja. Primeri za navajanje posameznih vrst uporabljene literature:

- knjiga: Trstenjak Anton (1989). *Skozi prizmo besede*. Ljubljana: Slovenska matica;
- članek iz revije: Trstenjak Anton (1998). Štirje letni časi življenja. V: *Kakovostna starost*, letnik 1, št. 1, str. 4–7 (če je več avtorjev, se navajajo vsi, loči jih vejica);
- samostojni prispevek iz zbornika ali avtorsko poglavje v knjigi drugega avtorja: Trstenjak Anton, Ramovš Jože (1997). Sciences as a global problem. V: Pejovnik Stane in Komac Miloš (ured.). *From the global to the roots: learning – the treasure within*. Forum Bled '96, 13 – 15 October, 1996. Ljubljana: Ministry of Science and Technology of the Republic of Slovenia, str. 134–139;
- če je avtor organizacija: World Health Organization (2007). *Global Age-friendly Cities: A Guide*.
- spletno besedilo: Trstenjak Anton. *Skozi prizmo besede*. V: <http://www.inst-antonatrstenjaka.si> (datum sprejema besedila na spletu).

Izvirni in pregledni znanstveni in strokovni članki imajo naslednjo obliko: ime avtorja oziroma avtorjev, naslov članka, povzetek (do 250 besed) v slovenščini in v angleščini, ključne besede (2–5) v slovenščini in v angleščini, avtorjevi biografski podatki (do 100 besed v tretji osebi), kontaktni naslov avtorja ali avtorjev (poslovni in elektronski). Besedilo naj bo smiselno razčlenjeno v uvodni del, osrednji prikaz spoznanj, sklepne misli ter navedbo uporabljene literature. Napisano naj bo v urejevalniku besedila Word s standardno pisavo brez dodatnih slogovnih določil, velikost črk 12 pt z razmakom med vrsticami 1,5. Rokopis se pošlje v elektronski in pisni obliki na naslov revije Inštitut Antona Trstenjaka, Resljeva cesta 11, p.p. 4443, 1001 Ljubljana ali kot priponko v e-pismu na: info@inst-antonatrstenjaka.si. Objave izvirnih in preglednih znanstvenih in strokovnih člankov v reviji praviloma niso honorirane.

Kakovostna starost

LET. 28, ŠT. 1, 2025

Good quality of old age

VOL. 28, NUM. 1, 2025

ZNANSTVENI ČLANKI

SCIENTIFIC ARTICLES

Maja Sevnik

Maksim Gorki in njegova babica 3 Maxim Gorky and his grandmother

Irena Avsenik Nabergoj

Teološke in kulturne razsežnosti
pete Božje zapovedi: spoštovanje in skrb za ostarele starše
v Svetem pismu 26 heological and Cultural Dimensions of the Fifth
Commandment: Honoring and Caring for Elderly
Parents in the Bible

IZ GERONTOLOŠKE LITERATURE 41 REVIEW OF GERONTOLOGICAL LITERATURE

GERONTOLOŠKO IZRAZJE 46 GLOSSARY OF GERONTOLOGY TERMS

KONFERENCA IN PROJEKTI 50 CONFERENCES AND PROJECTS

IZ MEDGENERACIJSKIH PROGRAMOV 65 REFLECTING ON THE INTERGENERATIONAL
PROGRAMMES

INTERVJU 69 INTERVIEW

GOOD QUALITY OF OLD AGE 79 KAKOVOSTNA STAROST



INŠTITUT
ANTONA TRSTENJAKA

RESLJEVA 11, p.p. 4443,
1000 Ljubljana, Slovenija
Tel.: + 386 1 433 93 01

<http://www.inst-antontrstenjaka.si>