

Spis treści

Wstęp	7
Introduction	11
ROZDZIAŁ I	
Na szlaku wampirów... czyli pochówki antywampiryczne (Cyprian Wieczorkowski, Kinga Dobrodziej-Szymczyk, Maciej Brożyna, Łukasz Godek, Bartłomiej Drozd)	15
ROZDZIAŁ II	
Czułajster – w poszukiwaniu karpackiego Yeti (Cyprian Wieczorkowski, Kinga Dobrodziej-Szymczyk, Bartłomiej Drozd, Sławomir Drozd, Łukasz Godek)	41
ROZDZIAŁ III	
Podróż do źródeł hydroterapii (Monika Urbanik)	53

Wstęp

Podstawowym kryterium podziału turystyki jest główny motyw podróży. W tym kontekście możemy mówić między innymi o turystyce poznawczej, wyczynowej, wypoczynkowej, kwalifikowanej, zdrowotnej, biznesowej czy religijnej¹.

W miarę bogacenia się społeczeństw wzrasta zainteresowanie turystyką. Coraz więcej środków finansowych przeznaczana się na wojaże turystyczne, spędzanie wakacji zarówno w atrakcyjnych miejscach w kraju, jak i poza jego granicami. Turyści coraz częściej, zniechęceni do wyjazdów do znanych i przepełnionych miejsc turystycznych, wybierają nietypowe cele podróży². Jedną z form turystyki cieszącą się w obecnie coraz większą popularnością jest tzw. turystyka kulturowa³. Wydaje się, że najlepiej zjawisko to określa definicja, jaką podaje Armin Mikos von Rochrscheidt⁴. Ujmuje ona turystykę kulturową jako „te wszystkie grupowe lub indywidualne wyprawy o charakterze turystycznym, w których spotkanie uczestników podróży z obiektami, wydarzeniami i innymi walorami kultury wysokiej lub popularnej albo powięk-

¹ Stanisław Liszewski, *Treści, formy, przestrzenie i klasyfikacje turystyki (artykuł dyskusyjny)*, „Warsztaty Geografii Turyzmu” 2013, s. 9–19.

² *Podróże niezwykłe – poza utartym szlakiem*, Expressmap Polska 2023.

³ Szeroko zagadnienie to jest opisane na łamach czasopisma naukowego „Turystyka Kulturowa”, <http://turystykakulturowa.org/ojs/index.php/tk> (20.09.2024). Zob. też: Armin Mikos von Rochrscheidt, *Turystyka kulturowa. Fenomen, potencjał, perspektywy*, Gniezno 2008.

⁴ Armin Mikos von Rochrscheidt, *Turystyka kulturowa – wokół definicji*, „Turystyka Kulturowa” 2008, nr 1, s. 4–21.

szenie ich wiedzy o organizowanym przez człowieka świecie otaczającym jest zasadniczą częścią programu podróży lub stanowi rozstrzygający argument dla indywidualnej decyzji o jej podjęciu lub wzięciu w niej udziału”.

Skutecznym i atrakcyjnym sposobem umożliwiającym wyeksponowanie dziedzictwa kulturowego są bez wątpienia szlaki tematyczne. Zatem alternatywą dla standardowego spędzenia urlopu mogą być np. podróże śladami bohaterów literackich⁵, podróże do miejsc, w których realizowano znane produkcje filmowe⁶, czy wreszcie dla osób, które kochają smakować rozmaite potrawy, idealnym wyjazdem wakacyjnym okażą się podróże kulinarne szlakiem kuchni regionalnych⁷ lub szlakiem winnic⁸.

Monografia *Wybrane zagadnienia turystyki i medycyny podróży* jest próbą przedstawienia oryginalnych, a przy tym atrakcyjnych tematycznych szlaków turystycznych. Ich wybór był poddyktowany zainteresowaniami badawczymi autorów. Przedstawili oni propozycje trzech podróży tematycznych.

Pierwsza to podróż *Na szlaku wampirów... czyli pochówki antywampiryczne*. W tej części niniejszej publikacji opisano napotykaną w różnych regionach Polski znaleziska świadczące o tym, że zgodnie z dawnymi wierzeniami w czasie pochówków stosowano różne zabiegi mające zapobiegać wyjściu z grobu osoby uznawanej za wampira. Wśród autorów tej części monografii są pracownicy Uniwersytetu Rzeszowskiego, podróżnicy, kompozyto-

⁵ Marzena Mróz-Bajon, *Domy pisarzy*, Warszawa 2021.

⁶ Andrzej Stasiak, *Turystyka literacka i filmowa*, Łódź 2010.

⁷ *Kulinarne szlaki – 52 weekendy w najsmaczniejszych miejscach świata*, Bielsko-Biała 2018.

⁸ *Winne szlaki po Europie*, Bielsko-Biała 2022.

rzy, ratownicy, studenci, producenci muzyczni, liderzy wielu projektów naukowych. Poszukiwanie śladów wampirów w Polsce to więcej niż ich hobby. Szukają nie tylko w literaturze przedmiotu ale również wyruszają w teren, aby obejrzeć z bliska miejsca, gdzie chowano ludzi uznanych za wampiry. Na podstawie tych poszukiwań prezentują karpacki szlak wampirów.

W rozdziale *Czuhajster – w poszukiwaniu karpackiego Yeti* opisano znanego z mitologii Karpat leśnego człowieka zwanego Czuhajstrem, wskazując tereny, na których wierzono, że występuje. Pomysłodawcą i głównym inicjatorem badań nad mitycznym bieszczadzkim Yeti jest Cyprian Wieczorkowski. Po zebraniu materiału autorzy wielokrotnie wyruszali w teren, aby poczuć, w jakich warunkach powstała ta legenda. Prezentują trasę po okolicy, w której mieszkańcy Bieszczad wierzyli w istnienie Czuhajstra.

Monografię zamyka rozdział *Podróż do źródeł hydroterapii*. Ta część nawiązuje do obchodzonego w 2021 roku 200-lecia urodzin jednego z najwybitniejszych twórców hydroterapii, księdza Sebastiana Kneippa (1821–1897). Warto z tej okazji przypomnieć historię hydroterapii i przybliżyć miejsca związane z twórcami metody leczniczej, która dziś weszła do kanonu medycyny akademickiej i jest stałym elementem leczenia uzdrowiskowego. Autorka jest z wykształcenia farmaceutką i kustoszem – pracuje w Muzeum Farmacji Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie. Ma w swym dorobku opracowania z zakresu historii farmacji i medycyny. Oprócz poszukiwania i analizowania informacji bibliograficznych, często wyrusza w świat, aby poznać miejsca, które związane są z prowadzonymi przez nią bada-

niami. Tak również było w przypadku zbierania informacji do omawianego rozdziału.

Przedstawione propozycje tras powstały na podstawie badań literaturowych i terenowych przeprowadzonych przez autorów. Wszystkie trasy zostały sprawdzone w praktyce, stając się podstawą konkretnych podróży, które autorzy zrealizowali. Teraz pozostaje ich propagowanie wśród miłośników turystyki kulturowej.

Introduction

The basic criterion for dividing tourism is the main motive for the trip. In this context, we can talk about, among others, cognitive tourism, competitive tourism, recreational tourism, qualified tourism, health tourism, business tourism or religious tourism.

As societies become more affluent, interest in tourism grows. More and more financial resources are allocated to tourist trips, spending holidays in attractive places both in the country and abroad. Tourists, increasingly discouraged from trips to well-known and overcrowded tourist destinations, choose unusual destinations. One of the forms of tourism that is currently enjoying increasing popularity is the so-called cultural tourism. It seems that this phenomenon is best described by the definition provided by Armin Mikos von Rochrscheidt. This definition defines cultural tourism as “all those group or individual trips of a tourist nature, in which the meeting of travel participants with objects, events and other values of high or popular culture or increasing their knowledge of the surrounding world organized by man is an essential part of the travel program or constitutes a decisive argument for an individual decision to undertake it or take part in it.” Thematic routes are undoubtedly an effective and attractive way of displaying cultural heritage. An alternative to a standard vacation can be, for example, traveling in the footsteps of literary heroes, traveling to places where famous film productions were made, or finally, for people who love to taste various dishes, culinary journeys along the trail of regional cuisines or the vineyard trail will be an ideal vacation trip.

therapy, Father Sebastian Kneipp (1821–1897), celebrated in 2021. It is therefore worth taking this opportunity to recall the history of hydrotherapy and introduce places associated with the creators of the healing method, which has now entered the canon of academic medicine and is a permanent element of spa treatment. The author is a pharmacist and curator by education – she works at the Museum of Pharmacy Collegium Medicum Jagiellonian University in Krakow. She is the author of studies on the history of pharmacy and medicine. In addition to searching for and analyzing bibliographic information, she often sets off into the world to get to know places that are related to her research. This was also the case when collecting information for this chapter.

The presented route proposals were created on the basis of literature and field research conducted by the authors. All routes have been tested in practice, becoming the basis for specific journeys that the authors have carried out. Now all that remains is to promote them among lovers of cultural tourism.

ROZDZIAŁ I

Na szlaku wampirów... czyli pochówki antywampiryczne

Cyprian Wieczorkowski, Kinga Dobrodziej-Szymczyk,
Maciej Brożyna, Łukasz Godek, Bartłomiej Drozd

Uniwersytet Rzeszowski, Kolegium Nauk Medycznych
Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej

Celem przedstawionego opracowania jest informacja o pochówkach antywampirycznych na terenie Polski. Autorzy proponują także potencjalną trasę turystyczną definiowaną lokalizacją faktyczną lub domniemaną pochówków antywampirycznych na obszarze Bieszczad i Beskidu Niskiego. Informacje o pochówkach antywampirycznych pochodzą z kwerendy w materiałach źródłowych. Istotne jest przy tym określenie lokalizacji, gdzie były one praktykowane. Szczególną uwagę autorzy zwrócili na miejscowość Jawornik na Podkarpaciu w aspekcie promocji szlaku zapomnianych Beskidzkich i Bieszczadzkich wiosek.

Słowa kluczowe: pochówki antywampiryczne, pochówki atypowe, wampiry

The aim of the presented work is to provide information about anti-vampiric burials in Poland. The authors also propose a potential tourist route defined by the actual or alleged location of anti-vampire burials in the Bieszczady and Low Beskids. Information about anti-vampire burials comes from a query in source materials. It is important to specify the location

where they were practiced. The authors paid special attention to the town of Jawornik in Podkarpacie in terms of promoting the trail of forgotten Beskid and Bieszczady villages.

Keywords: anti-vampire burials, atypical burials, vampires

Pochówki antywampiryczne to zabiegi, których celem, zgodnie z dawnymi wierzeniami, rozpowszechnionymi zwłaszcza na obszarach słowiańskich, było zapobieżenie wyjścia z grobu osoby uznanej za wampira, czyli istoty demonicznej, zazwyczaj pijącej krew. W wierzeniach ludowych uważano bowiem, że niektórzy zmarli mogą wychodzić z grobów i szkodzić żyjącym, głównie poprzez wypijanie ich krwi, co prowadziło do śmierci człowieka lub przemiany w wampira. Wampir zaś miał w ten sposób odżywiać martwe ciało, powstrzymując jego rozkład. Wierzono, że wampiry działają tylko w nocy, a światło słoneczne jest dla nich zabójcze bądź pozbawia je mocy. W polskiej kulturze ludowej synonimem wampira był upiór, strzyga, a we wcześniejszej, słowiańskiej – wąpierz. Z kultury ludowej wampir trafił do popkultury. Najbardziej przyczyniła się do tego powieść Brama Stokera *Dracula* z roku 1897. Obecnie w kulturze masowej wampiry to rodzaj istot ze świata fantasy, określanych ogólnie jako nieumarli, czyli ciała zmarłych istot, u których proces śmierci został zakłócony lub które zostały ożywione za pomocą czarów czy magicznych rytuałów.

Historycznie rzecz biorąc, już w najdawniejszych wierzeniach występowały postacie o cechach wampirów, a najstarszy pochówek antywampiryczny odkryty w Europie liczy sobie około 4000 lat. W tradycji żydowskiej była to upiorzyca Lilith uważana za pierwszą żonę Adama, a w mitologii greckiej – Empusa, bogini

strachu, która w nocy opuszczała podziemie, przybierała różne postacie, a następnie zabijała podróżnych i wysysała ich krew. Grecka Lamia była potworem o pięknej, kobiecej postaci. Uwodziła młodych mężczyzn, a następnie zabijała ich i pożerała. Przekonanie, że zmarli wstają z grobu i szkodzą, było powszechne także w kulturach pozaeuropejskich – w „żywe trupy” wierzono w Babilonii czy w starożytnych Chinach, Indiach i Egipcie.

W drugiej połowie X wieku w skandynawskich sagach pojawia się Torolf, po śmierci którego siadające na jego grobie ptaki padały martwe. Zresztą w średniowieczu ukształtował się obraz wampira jako zmarłego, który za złe życie straszy po śmierci oraz zabija ludzi. O takich zmarłych nikczemnikach, którzy nie tylko opuszczali swoje groby, by wysysać ludzką i zwierzęcą krew, ale także rozsiewali zarazy, pisał w swoich *Gesta Regum Anglorum* (Czyny królów angielskich) William z Malmesbury (ok. 1090–1143) – jeden z najważniejszych kronikarzy okresu anglo-normandzkiego. To z jego dzieła pochodzi mroczna historia związana z zamczyskiem w Alnwick, którego niecny właściciel przeobraził się po śmierci w wampira. Przemianie nie zapobiegł nawet katolicki pochówek, na który ów żadną miarą nie zasłużył, i dzięki potędze diabła nocami opuszczał grobowiec, a rozsiewany przez niego fetor wywołał zarazę, która doprowadziła do licznych zgonów. Wreszcie dwaj młodzieńcy, zrozpaczeni po śmierci ojca, postanowili położyć temu kres i udali się do grobu wampira. Nie musieli głęboko kopać, bo napuchłe ciało ze wzdętym brzuchem i rumianą twarzą leżało pod niewielką warstwą ziemi. Kiedy wbili w nie rydel, z rany chlusnęła ciepła krew, którą krwiopijca wysał z uśmierconych ludzi. Następnie wywlekli truchło za miasto i rzucili na zapalony stos, a ogień pochłoniął potwora i oczyścił skażone powietrze.

Inny duchowny i pisarz angielski Walter Map (1140–1209) był autorem dzieła *De nugis curialium* (ok. 1180 roku) – zbioru anegdot, dworskich plotek, a także autentycznych historii, w tym o duchach, krwiopijcach i wampirach-demonach. Opisał on między innymi historię kobiety-demona mordującej niemowlęta i złoczyńcy przemienionego w wampira, który co noc przyzywał jednego ze swoich krewnych i kolejno sprowadzał na nich śmierć.

Ze średniowiecza pochodzą pierwsze legendy o wampirach z Mołdawii i Wołoszczyzny. Częściowo wiążą się one z historyczną postacią Włada III Palownika, zwanego także Drakulą (1431–1476) – wołoskiego hospodara. Zapisał się on w historii jako okrutny władca wykorzystujący szczególnie często karę w postaci wbijania na pal. Biorąc pod uwagę jego zachowanie, wierzono, że za życia był wampirem. Właśnie jego postać była inspiracją dla Brama Stokera, irlandzkiego pisarza, autora powieści *Drakula*.

Pierwszą prawdziwą osobą, która została opisana jako wampir, był najpewniej Jure Grando, wieśniak z miasteczka Kringa leżącego na półwyspie Istria (obecnie Chorwacja). Zmarł w 1656 roku z powodu choroby, ale zgodnie z legendą wrócił z grobu w nocy jako wampir (*Atrigon*) i terroryzował swoją wioskę aż do ścięcia jego głowy w 1672 roku. Historię tę opisał słoweński historyk i przyrodnik Johan Weikhard von Valvasor w dziele *The Glory of the Duchy of Carniola* po tym, jak odwiedził Kringę w czasie swoich licznych podróży¹. Obecnie historia Jure Grando służy do przyciągnięcia turystów do Kringi, gdzie otworzono wampirzy bar.

¹ http://www.ice.hr/davors/simotamo_BorisPeric.htm; <https://mg.co.za/article/2006-04-24-croatian-dracula-revived-to-lure-tourists> (20.09.2024); Boris Perić, *Vampir*, Ljubljana 2007.

Aby walczyć z narastającą w Europie wiarą w wampiry, papież Innocenty VIII wydał bullę *Summis desiderantes affectibus*, na podstawie której można było ścigać heretyków, także i tych wierzących w „żywe trupy”.

W XVII i XVIII wieku wierzenia dotyczące wampirów stały się bardzo popularne, szczególnie w Europie Środkowo-Wschodniej. Wiązało się to z polowaniami na czarownice i nasileniem się praktyk okultystycznych. Z tego okresu pochodzi dzieło benedyktyna Agostino Calmet (1672–1757) *Traité sur les apparitions des anges, des démons et des esprits et sur les revenants, et vampires de Hongrie, de Bohème, de Moravie et de Silésie* (*Rozprawa o objawieniach duchów i o wampirach, czyli odrodzonych na Węgrzech, Morawach i Śląsku*). Autor starał się wytłumaczyć w racjonalny sposób wiarę ludzi w postaci z zaświatów. Uważał, że wynika to z niewiedzy i zabobonów, a za krwiożerczego stwora może zostać uznana za życia osoba chora na nieznaną przypadłość czy też wyglądem różniąca się od reszty społeczeństwa. W 1756 roku papież Benedykt XIV w dziele *De servorum Dei beatificatione et ceatorum canonizatione* zdecydowanie odrzucił możliwość istnienia „nieumarłych”. Było to ważne, ponieważ problem wampiryzmu narastał, a w egzorcyzmach brali udział także księża. O tym, jak duży był to problem, świadczy również fakt wydania przez cesarzową Marię Teresę Habsburg (1717–1780) rozporządzenia, w którym określono, że pochówki antywampiryczne mogą być dokonywane jedynie za zgodą i w asyście urzędnika państwowego.

Również na terenie dzisiejszej Polski, jeszcze w czasach przedchrześcijańskich, znany był demon, który może uchodzić za prawampira. Nazywano go różnie, w zależności od regionu: upiór,

wypiór, wąpiierz, wampierz lub strzygoń², ale charakteryzował się podobnym zestawem cech – po śmierci wracał na ziemię, mógł przybierać dowolną postać, często potrafił latać, żywił się ludzką krwią, a jeśli jego ofiary zmarły, same zamieniały się w upiory.

Od momentu wprowadzenia chrześcijaństwa i pochówków grzebalnych na obszarze Słowiańszczyzny zaczęto także stosować pochówki antywampiryczne.

Ponieważ wiara w wampiry – bez względu na to, jak je nazywano na danym terenie Polski – była powszechna, ludzie zaczęli opracowywać sposoby ochrony przed nimi. Część z nich dotyczyła identyfikacji potencjalnych wampirów jeszcze za życia. W uproszczeniu można powiedzieć, że każde odstępstwo wyglądu od normy (np. bardzo niski albo bardzo wysoki wzrost, garb, wystające zęby, osoby ze znamieniem, nadmiernym owłosieniem ciała, bladą cerą, niepełnosprawność itp.) było niepokojącym sygnałem, że po śmierci człowieka otoczenie może mieć do czynienia z wampirem. Innym wskazaniem był niegodziwy charakter zmarłego³. Wampirami mogły stać się też osoby zmarłe „złą śmiercią” – mordercy, ale i ofiary morderstw lub wypadków, grzesznicy, nieochrzczone dzieci, kobiety w ciąży lub połogu.

Inne obrzędy skupiały się na odstraszeniu upiorów od domostw, na przykład poprzez wtykanie głogu, tarniny czy jałowca za drzwi domu lub obory, posiadanie w chacie czosnku, a także symboli religijnych (święconej wody, różańca, krucyfiks, szczególnie ze srebra).

² Bohdan Baranowski, *W kręgu upiorów i wilkołaków*, Poznań 2019.

³ *Ibidem*; Leonard Pełka, *Polska demonologia ludowa*, Warszawa 1987; Wacław Odyniec, *Kaszubskie obrzędy i obyczaje*, Gdańsk 1985; Kazimierz Moszyński, *Kultura ludowa Słowian*, t. 2: *Kultura duchowa*, cz. II, Warszawa 2019.

Najskuteczniejsze były jednak praktyki związane z grzebaniem zmarłych, które miały unieszkodliwić (zabić) wampira albo uniemożliwić mu wyjście z grobu. Najprostsze było wrzucanie maku do trumny lub pogrzebanie zmarłego bez butów⁴. Za skuteczne uważane było również specyficzne ułożenie szczątków zmarłego twarzą do ziemi, co miało utrudniać mu lub uniemożliwić wstanie z grobu. Z kolei ułożenie na boku, w pozycji skurczonej, bardzo ułatwiało pętanie zwłok. Powstające wówczas węzły poza fizyczną barierą utrudniającą poruszanie stanowiły magiczne zamknięcie drogi do świata żywych.

Również ułożenie szczątków w odmiennej orientacji względem stron świata miało unieszkodliwić działalność nieumarłych. Dość powszechne było odcinanie zwłokom głowy i układanie jej między nogami albo dokonywanie innych uszkodzeń: łamanie rąk i nóg, wbijanie gwoździ w głowę i inne części ciała. Gwoździe, noże i wszelkie żelazne elementy, którymi przebijano zwłoki, miały zabić albo osłabić wampira, co uważano za najlepszą obronę. Nierzadko wampirom przebijano klatkę piersiową kołkiem osinowym (według wierzeń drzewo to miało silną, antywampiryczną moc) albo zębem od brony (ze względu na apotropaiczną moc żelaza). Do zabiegów antywampirycznych należało też zatykanie ust nieboszczyka kamieniem, gliną czy wkładanie do nich monet, co miało wampirom zapewnić pożywienie i zniechęcić je do poszukiwań pokarmu poza grobem⁵, jak również przygniata-

⁴ Adam Falis, *Zabiegi antywampiryczne na terenie Polski w średniowieczu*, Raszyn 2013.

⁵ Za: Piotr Kotowicz (Muzeum Historyczne w Sanoku) – wywiad, <https://nowiny24.pl/niech-wampir-z-grobu-nie-wstanie-makabryczne-pochowki-w-sanoku/ar/5748980> (20.09.2024).

nie dużymi kamieniami, które, poza ciężarem uniemożliwiającym poruszanie, wykazywały magiczną moc: zapobiegały działaniu strzygi⁶. Jednocześnie długowieczny i niezniszczalny kamień miał gwarantować pewność zabezpieczenia.

O tym, że mamy do czynienia z pochówkiem wampira, mogło także świadczyć usytuowanie grobu na obrzeżach nekropolii, na peryferiach wsi albo bagnach. Pewną wskazówkę mogło też stanowić głębsze wykopanie jamy w porównaniu do pozostałych grobów na cmentarzu albo ponowne otwieranie grobu po pogrzebie.

Tak przeprowadzone pochówki noszą nazwę antywampirycznych. Termin ten – z zastrzeżeniami – zastosowała po raz pierwszy w 1970 roku Helena Zoll-Adamikowa⁷.

Pochówki antywampiryczne wpisują się w szerszą grupę pochówków atypowych, które charakteryzują się odmiennymi zachowaniami funeralnymi niż te przyjęte za normę dla danej społeczności, miejsca i czasu. Były rozpowszechnione zwłaszcza na terenie Słowiańszczyzny, a w materiale archeologicznym obserwuje się ich obecność od momentu wprowadzenia chrześcijaństwa (III ćwierć X wieku), kiedy standardowo zalecano obrządek grzebania zmarłych w pozycji wyprostowanej na wznak, z wyprostowanymi kończynami.

Na terenie dzisiejszej Polski średniowieczne pochówki antywampiryczne po raz pierwszy stwierdzono w 1930 roku. Opisano wtedy atypowy grób nr 2 z Gwiazdowa (Wielkopolska)⁸. Odkryto

⁶ Jerzy Bartmiński, *Słownik stereotypów i symboli ludowych*, t. 1, Lublin 1997.

⁷ Helena Zoll-Adamikowa, *Wczesnośredniowieczne cmentarzyska szkieletowe Małopolski*, cz. 2, Wrocław–Gdańsk 1971.

⁸ Leszek Gardęta, *Vampire Burials in Medieval Poland*, „Lund Archaeological Review” 2015, no. 21, s. 109–126.

w nim szkielet młodej kobiety twarzą zwróconej na wschód (głowa była wykręcona w bok). Szkielet leżał na brzuchu. Interesujące były też przedmioty odkryte w grobie: przy lewej skroni dwa kabłączki skroniowe⁹, obok łopatki jeden kabłączek, a przy lewym przedramieniu nóż żelazny. Na kości ogonowej znajdował się pierścienek, a pod żebrami srebrne kółko¹⁰.

W latach 50. i 60. XX wieku zidentyfikowano kolejne średniowieczne pochówki antywampiryczne w Radomiu oraz w miejscowościach Adolfin i Złota Pińczowska. Warto wspomnieć, że w 1950 roku Jerzy Gąsowski jako pierwszy polski archeolog odważył się, mówiąc o pochówkach z Radomia, użyć terminu „wampir”¹¹, chociaż jak wspomniano wcześniej, w średniowieczu ta nazwa nie występowała na terenie Polski.

W zasadzie można powiedzieć, że średniowieczne pochówki antywampiryczne zostały zidentyfikowane na terenie całej dzisiejszej Polski: na zachodzie (Cedynia, Dziekanowice, Gwiazdowo), na Śląsku (Cielmice, Milicz, Niemcza), w środkowej Polsce (Radom, Brzeg, Brześć Kujawski, Buczek, Czekanów, Gruczno), Małopolsce (Jaksice, Kraków, Proszowice, Złota Pińczowska), województwie podkarpackim (Przemyśl, Sólca)¹².

⁹ Kabłączek skroniowy – wczesnośredniowieczna kobieca ozdoba słowiańska w kształcie otwartego krążka, często z charakterystycznym esowatym zakończeniem. Używana od VII/VIII do XIII wieku. Przypinana w okolicy skroni do czepca lub zakładanej na czoło, skórzanej lub płóciennej przepaski. Wykonywana z brązu, ołowiu, srebra, złota lub cyny.

¹⁰ Zdzisław Rajewski, *Wielkopolskie cmentarzyska rządowe okresu wczesnodziejowego*, „Przegląd Archeologiczny” 1937, t. 6, z. 1, s. 28–85 + tablice I–XII.

¹¹ Jerzy Gąsowski, *Wczesnohistoryczne cmentarzysko szkieletowe w Radomiu*, „Wiadomości Archeologiczne” (Państwowe Muzeum Archeologiczne w Warszawie) 1950/1951, t. XVII/4, s. 305–326.

¹² Adam Falis, *Zabiegi antywampiryczne...*

Wydawać by się mogło, że wraz z ugruntowaniem się wiary chrześcijańskiej¹³ na ziemiach polskich wiara w wampiry osłabła. Katechizm Kościoła katolickiego uczył przecież, że okultyzm i spirytyzm są przejawami chęci panowania nad czasem, historią i ludźmi, a jednocześnie pragnieniem zjednania sobie ukrytych mocy. Praktyki te były sprzeczne z czcią i szacunkiem, które należą się jedynie Bogu, a Biblia surowo przestrzegała przed tym grzechem w bardzo wielu fragmentach.

Ale osłabieniu wiary w wampiry przeczą z jednej strony wykopaliska archeologiczne, a z drugiej – świadectwa badaczy kultury i antropologów. Mimo że w XII i XIII wieku skończył się w Polsce proces chrystianizacji, Kościołowi z trudem przychodziło perswadowanie wiernym wiary w wampiry. Już wtedy, a i przez następne setki lat, wiara w czary i upiory mieszała się z wiarą w Boga, a ludowe obrzędy z praktykami kościelnymi.

Archeolodzy zbadali drawski cmentarz, na którym zidentyfikowali sześć pochówków antywampirycznych datowanych na XVII–XVIII wiek. W pięciu grobach odnaleziono sierpy, w dwóch jako dodatkowe zabezpieczenie przed nieumarłymi zastosowano kamienie¹⁴.

W Sanoku natomiast w trakcie rozbiorki zabytkowego domu odkryto szczątki sześciu osób. Dalsze prace archeologiczne wykazały, że w tym miejscu znajduje się czterdzieści pochówków, a wśród nich jeden antywampiryczny, na co wskazywała przede wszystkim odcięta głowa spoczywająca między nogami¹⁵. Z kolei

¹³ <https://echokatolickie.pl/index.php?str=100&id=2706&idd=20> (20.09.2024).

¹⁴ Tracy K. Betsinger, Amy B. Scott, *Governing from the Grave: Vampire Burials and Social Order in Post-medieval Poland*, „Cambridge Archeological Journal” 2014, vol. 24, issue 3, s. 467–476.

¹⁵ Niestety dokładna datacja dokonania pochówku nie jest możliwa. Orientacyjnie przyjmuje się przedział: II poł. XVI wieku – III ćwierć XVIII wieku. Na

w Jarosławiu przy okazji remontu płyty rynku głównego odnaleziono czterdzieści pięć pochówków z XVI–XVII wieku. Wśród nich zidentyfikowano pochówki antywampiryczne. Nie można jednak zapominać, że materia nadal pozostaje w strefie badań, co znaczy, że wnioski mogą się zmieniać. Jako przykład warto podać Kamień Pomorski. W 2014 roku na tym terenie odnaleziono szkielet kobiety (grób datowany pierwotnie na XVI–XVII wiek), którego uszkodzenia mogły wskazywać na antywampiryczny pochówek: kawałek cegły w zębach, ślady przebicia w kości udowej i piszczelowej. Jednak dokładniejsze badania i zestawienie ich z udokumentowanymi historycznie wydarzeniami, które miały miejsce na tych terenach, dowiodły, że pochowana kobieta była uznana za czarownicę, a nie wampirzycę.

Wiele materiałów źródłowych na temat średniowiecznych pochówków antywampirycznych i związanych z nimi przekonań zachowało się w odniesieniu do ludności rusińskiej: zamieszkującej tereny obecnej południowo-wschodniej Polski. Według etnografa i folklorysty Oskara Kolberga (1814–1890): „W upiory lud górski wierzy mocno (...). Upirz za życia ma dwa serca i czerwony kark, i kiedy umiera, to jedno tylko serce z nim ginie, a drugie żyje i jest powodem jego wędrówek pośmiertnych. Aby im zapobiec, obwijają szyję dokoła młodym prętem świerzbi-huza (głóg, dzika róża, zwana także hecze-pecze). A w serce wbijają gwóźdź z brony (inni twierdzą, że 3 ćwieki żelazne z brony). A głowę uciętą kładą w stopach”¹⁶.

temat datacji i samego pochówku zob. Piotr N. Kotowicz, „Wampir” z ulicy Zamkowej 20 w Sanoku, „Rocznik Sanocki” 2011, t. X, s. 33–65.

¹⁶ Oskar Kolberg, *Dzieła wszystkie*, t. 51, cz. III: *Sanockie-Krośnieńskie*, Warszawa 1971.

Za pierwszy potwierdzony w źródłach przekaz na temat stosowania antywampirycznych praktyk na tych terenach uważa się sądowe akta biskupie księdza Jana Karnkowskiego z 1529 roku. Można się z nich dowiedzieć, że we wsi Lalin (okolice Sanoka) dokonano profanacji zwłok jednego z mieszkańców¹⁷. Niecałe 230 lat później (1756) podczas wizytacji księdza Sierakowskiego w oddalonej o 7 km od Lalina wsi Niebocko jeden z księży żalił się na stosowanie przez tamtejszą ludność praktyk antywampirycznych: mieszkańcy mieli wykopywać w nocy trupy i ucinać im głowy¹⁸.

W ciągu kolejnych stuleci wiara w wampiry nie słabła, o czym świadczą także obecność „instytucji” pogromcy wampirów. Opisał to znawca polskiej sztuki ludowej i etnografii Karpat, Roman Reinfuss (1910–1998): „«Bacza» posługując się swoimi magicznymi sposobami, wyszukiwał na cmentarzu grób, z którego «wychodził» nieboszczyk, następnie odkopywał trumnę, wydobywał zwłoki, odwracał je plecami do góry i przybijał do ziemi osikowymi kołkami lub żelaznymi zębami od bron. Należało jeszcze odciąć nieboszczykowi głowę, włożyć ją między nogi, przykryć kolczastymi gałęziami i po zasypaniu ziemią przywalić grób kamieniami. W ubiegłym stuleciu [w XIX wieku] tego rodzaju pogrzeby były bardzo często wykonywane, ponieważ w czasie powtarzających się nawrotów cholery sprowadzanie zarazy Łemkowie przypisywali włóczącym się po nocach nieboszczykom”¹⁹.

Oprócz znalezisk archeologicznych zachowały się źródła i relacje świadków, którzy potwierdzali stosowanie praktyk przeciw

¹⁷ Piotr N. Kotowicz, „Wampir” z ulicy Zamkowej 20...

¹⁸ <https://supernowosci24.pl/sladamis-sanockich-wampirow/> (20.09.2024).

¹⁹ Roman Reinfuss, *Śladami Łemków*, Warszawa 1990.

wampirom w XX wieku. Jedną z nich przytacza Paweł Szymański (archeolog, Uniwersytet Warszawski): „Opowiadała mi babcia moja, Rozalia Szymańska, że gdy miała 6 lat na wiosnę 1914 r., w Mierzwicach Starych (gm. Sarnaki, woj. podlaskie) była obecna przy rozkopywaniu grobu upiora (...). Tego jeszcze dnia ksiądz, wraz ze wszystkimi mieszkańcami wsi, udał się na cmentarz i kazał rozkopać grób domniemanego upiora (...). Jak opowiadała babcia, ciało miał wiotkie, leżał na brzuchu i «zjadał się», gdyż palce poobgryzane miał ze skóry. Podczas gdy ksiądz modlił się za potępieńca – rydłem odcięto głowę nieboszczyka i włożono pomiędzy nogi”²⁰.

W 1934 roku w powiecie sanockim, ustrzyckim i leskim zgromadzono 186 teczek (po jednej na każdą miejscowość) nazwanych „Kwestionariusze w sprawie badań środowiska”. Zostały opracowane przez nauczycieli z tych regionów. Udokumentowano w nich różne zabiegi antywampiryczne przeprowadzane w: Berezce, Dudyńcach, Jurowcach, Kulasznie, Maniowie, Prełukach, Wisłoku Górnym, Balnicy, Bukowcu, Łupkowie, Rabem, Rajskim, Średniej Wsi, Smolniku, Serebnicy, Smereku, Terce, Wańkowej, Woli Postołowej, Zawoziu, Zubeńsku²¹.

W Dudyńcach uważano, że zmarłego można rozpoznać, nim zmieni się w wampira, bo zostaje nim osoba, która za życia mówi sama do siebie. W Średniej Wsi utrzymywano jednak, że upiora nie da się rozpoznać za życia, bo jest podobny do wszystkich innych ludzi. W Rajskim i Bukowcu dzieci urodzone martwe

²⁰ Paweł Szymański, *Rzecz o Frelku z Mierzwic Starych* [w:] *Czarownice w Funeralia Lednickie – spotkania 2*, red. Jacek Wrzesiński, Poznań 2008, s. 117.

²¹ Piotr N. Kotowicz, „Wampir” z ulicy Zamkowej 20...

spodziewano się zobaczyć ponownie po 7 latach (chyba że zastosuje się odpowiednie środki zaradcze). Panowało także przekonanie, że to inni ludzie przyczyniają się do zamiany człowieka w upiora, krzywdząc go za życia (wtedy duch miał wracać, żeby dokonać zemsty) albo nie dopełniając rytuału, chowając go nago i nie rzucając na grób grudki ziemi. Panowała przy tym dość powszechna zgoda, że wampir za życia ma dwa serca czy dwie dusze. Po śmierci jedno idzie do zaświatów, a drugie błąka się po ziemi i to właśnie je należy przebić, żeby unieszkodliwić upiora. Co ciekawe, w żadnym przekazie nie pojawia się informacja, że nieumarli piją krew ludzi czy zwierząt. Raczej „szkodzą”, „mszczą się w straszny sposób”, „straszą”.

Oczywiście w większości teczek opisano sposoby na unieszkodliwienie upiorów: wkładanie monet do ust, sypanie maku wokół trumny i do ust, modlitwa oraz bardziej drastyczne: wbijanie zęba od brony w głowę, nogi, serce czy odcinanie głowy.

W 1987 roku religioznawca Leonard Pełka (1929–2020) przygotował ranking skuteczności zabiegów antywampirycznych – 22 ankietowane osoby z terenów dawnych województw lubelskiego i podkarpackiego za najskuteczniejszy uznały odkopanie grobu i odwrócenie ciała twarzą do ziemi²².

²² Leonard Pełka, *Polska demonologia ludowa*, Warszawa 1987. Pełny ranking praktyk przeciw wampirom:

25,3% – odkopanie grobu i odwrócenie ciała twarzą do ziemi,

23,1% – zamówienie mszy w intencji zmarłego,

11,6% – wywiercenie otworu w grobie i wlanie do niego święconej wody,

11,6% – poświęcenie mieszkania po pogrzebie,

5,7% – pozbawianie upiora głowy poprzez ucięcie jej trupowi; zabieg stosowano zarówno przed, jak i po pogrzebie.

Najbardziej niezwykłym miejscem może się jednak okazać cmentarz we wsi Jawornik (łemkowski Jewirnyk), bo jak podaje Oskar Kolberg, na tamtejszej nekropolii wszyscy zostali pochowani zgodnie z miejscowym obrzędem antywampirycznym: „we wsi Jaworniku nad Osławicą nie ma jednego człowieka pochowanego na cmentarzu, który by nie miał wbitego w głowę ćwieka lub uciętej, i u nóg położonej, głowy”²³.

Ta położona nad Osławicą wieś została założona w połowie XV wieku (akt lokacyjny z 1546 roku). Rozwijała się dynamicznie, posiadała młyn i karczmę. W 1657 roku podczas najazdów Jerzego Rakocznego wyludniła się, ale przetrwała. W ciągu kolejnych stuleci liczba mieszkańców Jawornika systematycznie rosła: w 1785 roku było ich 240, a niemal 100 lat później Jawornik zamieszkiwało 355 osób, natomiast w 1918 roku było ich już 526²⁴. Przed II wojną światową w Jaworniku mieszkało 660 mieszkańców pochodzenia łemkowskiego. Wieś była bogata – na jej terenie znajdowały się cztery karczmy, szkoła, przedszkole, dwa młyny, olejarnia. Pod koniec II wojny światowej (1944) na terenie wsi doszło do walk między zgrupowaniem AK Południe i oddziałami SS. W 1947 roku mieszkańcy Jawornika zostali wysiedleni w ramach akcji „Wisła” – część do Ukraińskiej Socjalistycznej Republiki Radzieckiej, a większość, czyli 421 osób, na ziemie zachodnie Polski. Pozostawiono jedynie rodziny kolejarzy i leśni-

²³ Oskar Kolberg, *Dziela wszystkie*, t. 51, cz. III.

²⁴ Paweł Królikowski, *Wschodniółemkowska wieś Jawornik w społecznej pamięci dawnych mieszkańców*, praca magisterska (UMCS, Instytut Kulturoznawstwa, Lublin 2006); <http://www.beskid-niski.pl/index.php?pos=/miejsce-wosci&ID=57> (20.09.2024).

ków, które rozlokowano w sąsiednich wsiach, a cała zabudowa wsi wraz z cerkwią została zniszczona.

Obecnie Jawornik to miejsce dzikie i tylko idąc drogą biegnącą kiedyś środkiem wsi, można dostrzec pozostałości domostw czy stare studnie i zdziczałe drzewa owocowe. Najbardziej charakterystycznym miejscem jest jednak stare cerkwisko z kaplicą i resztkami podmurówki zniszczonej cerkwi oraz cmentarz. Na tym właśnie cmentarzu miały się odbywać pochówki antywampiryczne, o czym wiadomo tylko z relacji, ponieważ ekshumacji czy tym bardziej badań archeologicznych na tym terenie nie przeprowadzono. Wiadomo, że ostatnią osobą pochowaną tu przed wojną był niejaki Kurtyk, który zgodnie z przekazem sołtys Jawornika, Pawła Onyszkanycza (1938–1979), miał wizje dotyczące przyszłości wsi: „Jawornik będzie spalony bez ognia, ludzie będą rozegnani po całym świecie z Jawornika, ale kto tam w to wierzył (...). I co jeszcze mówił, w tego nikt nie wierzył, że po jakimś czasie tu będzie taka wielka wojna, że z tej okolicy to się tak mało ludzi zostanie”²⁵.

Ten sam Kurtyk miał także prosić, żeby po śmierci przebito mu głowę gwoździem z brony, aby nie stwarzał zagrożenia dla otoczenia²⁶. Włodzimierz Onyszkanycz potwierdził, że pamięta z opowieści ojca (Pawła), że takie praktyki stosowano we wsi²⁷.

19 maja 2016 roku autorzy niniejszego opracowania odwiedzili miejscowość, zapoznając się ze stanem aktualnym. Stare

²⁵ Paweł Onyszkanycz, *Opowiednie*, <http://www.orkiestra.umcs.lublin.pl/jawornik/wczoraj/opowiednie.html> (20.09.2024).

²⁶ Dziękujemy za informację, której udzielił nam pracownik Ośrodka Gminnego w Komańczy.

²⁷ Paweł Onyszkanycz, *Opowiednie*.

krzyże, nagrobki z inskrypcjami i zdjęciami zestawione z uzyskanymi informacjami sprawiły niesamowite wrażenie. Czy rzeczywiście ludzie żyjący niecałe 100 lat temu praktykowali pochówki antywampiryczne? Czy musieli chronić się przed upiorami? Tajemnica czeka na wyjaśnienie.

Aby wczuć się w nastrój miejsca, autorzy przez godzinę z 19 na 20 maja nagrywali pejzaż dźwiękowy. Po zeskanowaniu kodu QR (ryc. 1) można się wsłuchać w odgłosy jednego z najbardziej tajemniczych miejsc w Beskidzie Niskim, na pograniczu z Bieszczadami. Warto więc promować odwiedzenie Jawornika w połączeniu ze zwiedzaniem nieistniejących wsi beskidzkich i bieszczadzkich. Po II wojnie światowej zniknęło ich bowiem wiele z mapy, mieszkańcy zostali wysiedleni, a zabudowania rozebrane lub zniszczone. Pozostały stare piwnice, fragmenty podmurówek, cerkwiska i cmentarze. Zwykle te pozostałości porośnięte są dziką roślinnością. Zwiedzanie tych miejsc to podróż w czasie z posmakiem tajemniczości. Szlak, o którym mowa, obejmuje dawne wsie: Balnica, Beniowa, Bereźnica, Buk, Bukowiec, Caryńskie, Choceń, Dydiowa, Dźwiniacz Górny, Hulskie, Huczvice, Jaworzec, Kamionki, Krywe, Łokieć, Łopienka, Łuh, Rabe koło Baliogrodu, Rosolin, Ruskie, Sianki, Skorodne, Sokoliki, Sokołowa Wola, Studenne, Tworylczyk, Tworylne, Tyskowa, Tarnawa Niżna i Wyżna, Zawój, Zubeńsko i Żurawin. Wizyta w Jaworniku byłaby więc cennym uzupełnieniem pozwalającym przy tej okazji zapoznać się z niezwykle formami wierzeń ludowych i towarzyszących im pochówków.

Na przełomie 2021 i 2022 roku odkryto siedemnaście grobów antywampirycznych z XV wieku.

Kamień Pomorski (zachodniopomorskie)

Na terenie dawnego targowiska podczas prowadzenia prac archeologicznych w 2014 roku odnaleziono pochówek wampiryczny mężczyzny, za czym przemawiają dwa fakty: włożenie w usta fragmentu cegły, tak że wybito nim prawie wszystkie górne zęby, oraz przewiercenie kości udowej, by nie mógł wstać z grobu. Pochówek datowany jest na XVI–XVII wiek i zlokalizowany został na cmentarzu obok kościoła. Cmentarz ten istniał od XIII do XVIII wieku.

Kraków (małopolskie)

W roku 2008 podczas prac archeologicznych prowadzonych pod płytą rynku głównego zespół naukowców natrafił na sześć XI-wiecznych pochówków wampirycznych szczątków kobiet. Trzy z nich były ułożone w pozycji płodowej, dwa miały obcięte i przemieszczone głowy, a w kolejnych odcięta głowę położono na wieku trumny oraz obok korpusu. Jeden ze szkieletów ułożony był na brzuchu i miał skrępowane ręce.

Kolejne pochówki wampiryczne odnaleziono na XI-wiecznym cmentarzysku przy Rondzie Grunwaldzkim i na sporym cmentarzysku odkrytym podczas prowadzenia prac archeologicznych na placu Szczepańskim.

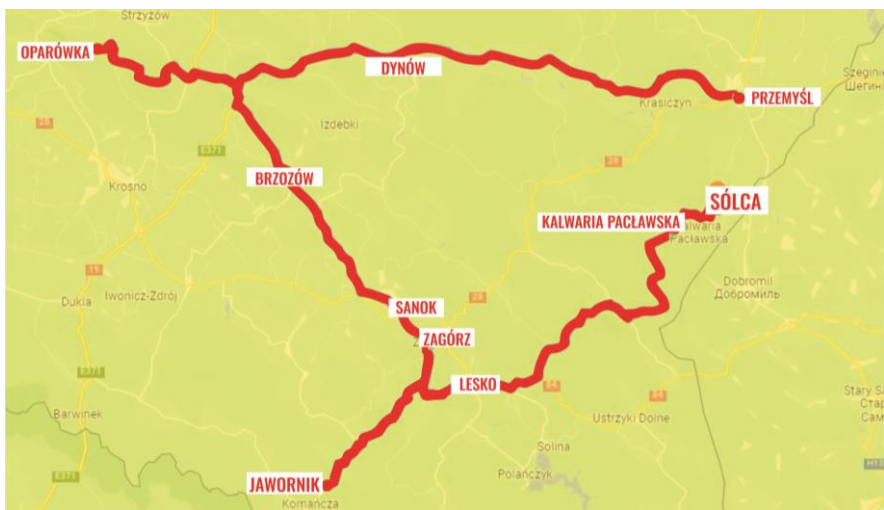
Lalin (podkarpackie)

Najstarszy udokumentowany pochówek antywampiryczny w Polsce – wzmianka z roku 1529.

czas gdy ksiądz modlił się za potępieńca, rydłem odcięto głowę nieboszczykowi i włożono ją pomiędzy jego nogi. Grób zasypano, a o całej sprawie ludzie bali się nawet nawzajem sobie opowiadać.

Inne miejsca:

Adolfin (mazowieckie),
Będzin (śląskie),
Brzeg (opolskie),
Brześć Kujawski (kujawsko-pomorskie),
Buczek (łódzkie),
Cedynia (zachodniopomorskie),
Cielmice (śląskie),
Czekanów (wielkopolskie),
Elbląg (warmińsko-mazurskie),
Gruczno (kujawsko-pomorskie),
Gwiazdowo (wielkopolskie),
Jawornik nad Osławicą (podkarpackie),
Kałdus (kujawsko-pomorskie),
Milicz (śląskie),
Niemcza (dolnośląskie),
Oparówka (podkarpackie),
Proszowice (małopolskie),
Przemyśl (podkarpackie),
Radom (mazowieckie),
Radomsko (łódzkie),
Sandomierz (świętokrzyskie),
Sólca (podkarpackie),
Stary Brześć (kujawsko-pomorskie),
Stary Zamek (dolnośląskie),
Wieluń (łódzkie),
Złota Pińczowska (świętokrzyskie).



Ryc. 4. Szlak samochodowy miejscowości z udokumentowanymi pochówkami antywampirycznymi na obszarze Bieszczadów i Beskidu Niskiego Szlak (czas przejazdu 5 h)

Źródło: opracowanie własne na podkładzie Google Maps.



Ryc. 5. Szlak rowerowy miejscowości z udokumentowanymi pochówkami antywampirycznymi na obszarze Bieszczadów i Beskidu Niskiego Szlak (czas przejazdu 17 h)

Źródło: opracowanie własne na podkładzie Google Maps.

ROZDZIAŁ II

Czuhajster – w poszukiwaniu karpackiego Yeti

Cyprian Wieczorkowski, Kinga Dobrodziej-Szymczyk,
Bartłomiej Drozd, Sławomir Drozd, Łukasz Godek

Uniwersytet Rzeszowski, Kolegium Nauk Medycznych
Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej

Celem opracowania było zebranie i przedstawienie informacji o Czuhajstrze utożsamianym z karpackim Yeti. Pochodzą one z kwerendy w materiałach źródłowych, szczególnie z przekazów pasterzy i drwali. Autorzy starali się również znaleźć miejsca utożsamiane z domniemanym pobylem Czuhajstra, a przez to zaproponować szlak turystyczny poświęcony temu karpackiemu Yeti.

Słowa kluczowe: Czuhajster, karpacki Yeti

The aim of the study is to collect and present information about the Chuhajster, identified with the Carpathian Yeti. The information comes from the query in the source materials, especially from the accounts of shepherds and lumberjacks. The authors also tried to find places identified with the alleged stay of Chuhajster.

Keywords: Chuhajster, Carpathian Yeti

Ludzie od niepamiętnych czasów otaczali góry szczególną czcią. Uznawali je za siedziby bogów i bóstw, którym oddawali cześć, ale też za miejsce przebywania demonów i istot dzikich,

mi włosami. Hodgson podejrzewał, że mieli do czynienia z małpą. Lokalni myśliwi wierzyli jednak, że była to istota o nadprzyrodzonych mocach, być może pomniejsze bóstwo czy lokalny duch³.

Kiedy w książce Aleksandry Hnatiuk *Wiedzmy, czarty i święci Huculszczyzny* znaleźliśmy historię wielkiego, silnego niby-człowieka o skórze pokrytej gęstym zarostem, zwanego Czuhajstrem, zdaliśmy sobie sprawę, że mamy do czynienia z opisem karpackiego Yeti, którego koniecznie trzeba poznać bliżej. Została utworzona grupa „Origonatus” i ustalono założenia projektu „Czuhajster – w poszukiwaniu karpackiego Yeti”. Na przełomie lat 2015 i 2016 rozpoczęto realizację tego projektu. Zdecydowano, że z jednej strony należy szukać materiałów odnoszących się wprost do Czuhajstra, wymieniających go z imienia, ale z drugiej strony zaplanowano sprawdzenie źródeł legend, w których wzmiankuje się bezimienne stworzenia, które odpowiadają tej wstępnej charakterystyce. Brano bowiem pod uwagę możliwość, że opowieści mogą pomijać imię, traktując je jak tabu. Następnie na podstawie uzyskanych informacji postanowiono odwiedzić miejsca, które w jakiś sposób można powiązać z Czuhajstrem, i przekonać się, czy potwierdzą jego legendę.

³ „My shooters were once alarmed, in the Kachár, by the apparition of a «wild man», possibly an urang, but I doubt their accuracy. They mistook the creature for a cacodemon or rakshasa, and fled from it instead of shooting it. It moved, they said, erectly: was covered with long, dark hair, and had no tail” [„Moich strzelców kiedyś w Kachár zaniepokoiło pojawienie się «dzikiego człowieka», prawdopodobnie uranga, ale wątpię w ich właściwą ocenę. Pomylili stworzenie z cacodemonem lub rakshasą i uciekli przed nim zamiast go zastrzelić. Mówili, że poruszał się prosto: był pokryty długimi, ciemnymi włosami i nie miał ogona”]. Brian H. Hodgson, *On the Mammalia of Nepal*, „Journal of the Asiatic Society of Bengal” 1832, no. 1, s. 335–349.

poetka Olga Strilec pisała o Czuhajstrze, twierdząc, że był opiekunem ceramików.

Dobrymi źródłami do poszukiwań były także prace Oskara Kolberga i Ferdynanda Antoniego Ossendowskiego. Opisywali oni zespół cech i zachowań istot, które mogły wskazywać na Czuhajstra⁹. Z podań wynika, że Czuhajster był kiedyś człowiekiem, który został przeklęty. W jednej wersji występuje jako niegodziwy człowiek, który wyrządził krzywdę sąsiadowi. Ten wypowiedział zaklęcie i od tamtej pory Czuhajster błąka się po leśnych ostępach¹⁰. Według innej wersji Czuhajster był człowiekiem dobrym, ale został przeklęty przez Boga i skazany na oczyszczanie ziemi z niegodziwych stworzeń. Nie jest w tym zadaniu osamotniony, bo razem z Czuhajstrem Bóg przeklął także innego dobrego człowieka i zamienił go w bociana. Bocian został strażnikiem domu, a Czuhajster strażnikiem człowieka przebywającego z dala od domu¹¹. Natomiast w zakarpackich legendach Czuhajster co najmniej ocierał się o boskość, a przy tym miał wyższy status niż

⁹ Oskar Kolberg, *Ruś Karpacka*, cz. I–II, Warszawa 1970.

¹⁰ Iwan Pankowic, *Ukraińskie opowieści...*

¹¹ *Ibidem*: „І священний птах Лелека, і цей напів-звір-напівлюдина, Чугайстер, були колись добрими людьми, але прокляті Богом. Вони приречені очищувати Землю. Гайстер-Бусел посланий знищувати гадюк, вужів, жаб, мишей та іншу нечисть, а Чугайстрин має очищувати Землю від лихих істот, що виникли із страчених дітей, самогубців. Якщо Бусько — охоронець дому, то Чугайстрин — охоронець людини далеко від дому (у лісі, на полонині)” [„Zarówno święty ptak Bocian, jak i ten pół-bestia-pół-człowiek, Czuhajster, byli kiedyś dobrymi ludźmi, ale zostali przeklęci przez Boga. Są skazani na oczyszczenie Ziemi. Bocian zostaje wysłany, aby zniszczyć żmije, węże, żaby, myszy i inne złe duchy, a Czuhajster musi oczyścić Ziemię ze złych stworzeń, które powstały z straconych dzieci, samobójstw. Jeśli Busko jest strażnikiem domu, to Chuhajstryn jest strażnikiem człowieka z dala od domu (w lesie, na łące)”].

służącego (wbrew umowie nie dał mu w zamian za roczną służbę ubrania), Czuhajster podpowiedział pokrzywdzonemu, jak zwabić niegodziwca do lasu, a sam poszczuł na niego niedźwiedzia. Bogaty, ale nieuczciwy pan nie tylko stracił życie, ale też kolejne części garderoby, kiedy miał jeszcze nadzieję ująć cało z tej przygody¹⁵.

Oprócz ochrony przed miawkami, Czuhajster ostrzegał pasterzy przed atakami niedźwiedzi czy wilków¹⁶. Od czasu do czasu porzucał leśne ostępy i odwiedzał wsie, także aby upewnić się, że mieszkańcy zabezpieczyli chaty przed ogniem oraz zgromadzili odpowiednią ilość wody na wypadek pożaru. Jeśli wszystko było w porządku – odchodził. Jeżeli nie – wymierzał nieroztropnemu gospodarzowi karę, zabierając mu dziecko¹⁷. Przy okazji odwiedzin wsi Czuhajster uczył ludzi rzemiosła¹⁸.

¹⁵ *Ibidem*: „І напустив Чугайстрин на пана ведмедя, що той постоли в потоці лишив, сердак на суці завис, а гачі на чугили лишив. Отак Чугайстер провчив пана” [„A Czuhajster napuścił niedźwiedzia na pana, który zostawił słupki w strumieniu, serce wisiło na gałązce, a haczyki zostawił na pnium. W ten sposób Czuhajster uczył pana”].

¹⁶ *Ibidem*.

¹⁷ *Ibidem*: „розповідь Володимира Курчука: Коли я був малий, то бабця моя вірила, що з вечора в хаті має бути два-три відра, наповнені водою, і мають бути замкнені двері. Щовечора посилала мене по воду. «Іди, — казала, — бо прийде Чугайстер і дітей украде»” [„opowiadanie Wołodymyra Kurczuka: Kiedy byłem mały, babcia uważała, że wieczorem w domu powinny być dwa lub trzy wiadra z wodą i drzwi powinny być zamknięte. Co noc wysyłała mnie po wodę. — Idź — powiedziała — bo Czuhajster przyjdzie i ukradnie dzieci”].

¹⁸ *Ibidem*: „Чугайстер їм кози пасе, і свої, дикі кози, пасе. Як напасуться, зажене їх у кошару, а сам іде в село народ навчати. Коли якомусь майстрові не вдалася робота, то Чугайстер поучував, як треба зробити. Чугайстер усякий дар людям дав” [„Czuhajster pasie swoje kozy, a jego własne dzikie kozy pasą się. Kiedy pasą się, zawozi je do stodoły i jedzie do wioski”].

samowitej tajemniczości. Znając opowieść o Czuhajstrze, można, idąc tędy, rozglądać się, czy nagle się nie pokaże.

A dalej otwarta przestrzeń Połoniny Wetlińskiej, gdzie Czuhajster czuł prawdziwą wolność, ale stąd lepiej widział wilki i niedźwiedzie polujące na wypasane stada, a także miawki czyhające na pasterzy. Na zejściu z Połoniny Wetlińskiej znajdują się pozostałości wsi Brzegi Górne (Berehy Górne). Jest to cerkwiśko i całkiem dobrze zachowany cmentarz. Może tutaj Czuhajster rozmyślał nad swoim losem.

Hydroterapia – rys historyczny

W pierwszej połowie XIX wieku nasilił się nowy, krytyczny wobec medycyny akademickiej ruch masowy, który wywodził się ze środowiska niezwiązanego ze światem nauki. Było to przyrodolecznictwo rozumiane jako leczenie chorób takimi czynnikami naturalnymi, jak woda, światło, powietrze i dieta¹.

Wiara w lecznicze właściwości wody, klimatu i innych zasobów naturalnych była obecna przez wieki. Lecznictwo o charakterze uzdrowiskowym rozwijało się we wszystkich starożytnych cywilizacjach². Hipokrates (ok. 460–377 p.n.e.) w jednym z tekstów zawartych w *Corpus Hippocraticum*, pod tytułem *O powietrzu, wodach i miejscach*, umieścił swoje spostrzeżenia, uwagi i zalecenia odnośnie do wykorzystywania naturalnych źródeł, wody i świeżego powietrza w celach profilaktycznych i terapeutycznych³. Natura człowieka ma u Hipokratesa znaczenie zasadnicze, jest bowiem tym czynnikiem, który w chorobie sam leczy. Różne narządy ciała współdziałają ze sobą, tworząc jedną harmonijną całość. Lekarz powinien obserwować chorego, patrzeć, jak postępuje natura, i naturze pomagać, nigdy zaś jej nie szkodzić. Hipokrates uważał, że środowisko i klimat mają istotny wpływ na stan zdrowia i kondycję człowieka. Walory lecznicze

¹ Władysław Szumowski, *Historia medycyny filozoficznie ujęta*, Warszawa 1994, s. 597–598.

² Zob. Ludomił Korczyński, *Początki i ewolucja balneoterapii*, „Pamiętnik Polskiego Towarzystwa Balneologicznego” 1930, t. 9. s. 131; Ludwik Dydyński, *Pogląd historyczny na rozwój wodolecznictwa*, „Medycyna” 1934, nr 22, s. 773.

³ Hipokrates swe przemyślenia zawarł w pracy *Peri aeron, hydaton, topon*, która została przetłumaczona na język polski przez Henryka Łuczkiwicza i wydana w Warszawie w 1890 roku pt. *O powietrzu, wodach i miejscach*.

wód mineralnych doceniali także starożytni Rzymianie. Asklepiades (ok. 128–56 p.n.e.) był zwolennikiem wodolecznictwa, stosował wodę zimną, ciepłą, parówki, natryski, enemy i kąpiele⁴.

Po okresie średniowiecza, gdy prawie całkowicie zaniechano wszelkich praktyk balneologicznych, szkoły lekarskie w epoce renesansu zaczęły na nowo interesować się terapeutycznym zastosowaniem wody. Pojawiły się rozprawy o przyrodolecznictwie. W Polsce pierwszym autorem rozprawy o wodach leczniczych, ich właściwościach, sposobach użycia i miejscach występowania był Wojciech Oczko (1537–1600), nadworny lekarz i sekretarz króla Stefana Batorego. W swym dziele *Ciepllice* (1578) zawarł całą ówczesną wiedzę o leczeniu uzdrowiskowym. Rozpoczęto rozbudowę zapomnianych przez wieki uzdrowisk. Wyjeżdżanie „do wód” na kurację stawało się coraz bardziej popularne. Korzystanie z dobrodziejstw natury w uzdrowiskach z czasem schodziło jednak na drugi plan, ponieważ wartości społeczne tych podróży wyparły medyczne walory źródlanej terapii. Podróżowanie „do wód” stało się znakiem przynależności do odpowiedniej grupy społecznej, a sam pobyt w kurorcie miał nie tylko leczyć, lecz również – a nawet przede wszystkim – być formą życia towarzyskiego⁵.

Kuracje wodne przeżywały okresy wzlotów i upadków przez całe stulecia. Obok zabobonów czy przesądów, miały często ściśle powiązanie z praktyką i co najważniejsze – bardzo często „radziły sobie” z chorobami, wobec których bezradna była ówczesna medycyna akademicka. Józef Dietl (1804–1878), jeden najwybitniejszych polskich balneologów, stwierdził nawet, że

⁴ Władysław Szumowski, *Historia medycyny...*, s. 113.

⁵ *Historia medycyny*, red. Tadeusz Brzeziński, Warszawa 2000, s. 422.

dla nich, niematerialna siła oddziaływująca terapeutycznie na organizm⁹.

Dużą rolę w popularyzowaniu wodolecznictwa na początku XIX wieku odegrał wielki zwolennik tej metody leczenia, nauczyciel gimnazjum w Ansbach, Eucharius Ferdinand Christian Oertel (1765–1850). Jego działalność terapeutyczna i liczne prace przyczyniły się w znacznym stopniu do powolnego przełamania oporu, jaki kuracje wodne wzbudzały początkowo u traktujących je pogardliwie lekarzy¹⁰. Oprócz prac własnego autorstwa Oertel wydawał również wznowienia dzieł dawnych propagatorów wodolecznictwa, takie jak choćby łacińska rozprawa o stosowaniu zimnej wody autorstwa rzymskiego uczonego Aulusa Corneliusa Celsusa (ok. 25 p.n.e. – ok. 50)¹¹ czy praca świdnickiego lekarza Johanna Sigmunda Hahna (1696–1773), który stosował zimną wodę w swoich praktykach leczniczych¹². Wydane na nowo przez Oertela prace Hahna stały się źródłem wiedzy zarówno dla niego samego, jak i wielu późniejszych propagatorów wodolecznictwa¹³.

⁹ B. Płonka-Syroka, *Uwarunkowania medyczne i społeczne kształtowania się standardu kultury uzdrowiskowej w Europie czasów nowożytnych – rys historyczny* [w:] *Kultura Uzdrowiskowa na Dolnym Śląsku w kontekście europejskim*, t. I, red. Bożena Płonka-Syroka, Agnieszka Kaźmierczak, Wrocław 2013, s. 51.

¹⁰ Zob. Eucharius Ferdinand Christian Oertel, *Geschichte Der Wasserheilkunde Von Moses Bis Auf Unsere Zeiten*, Leipzig 1835.

¹¹ Eucharius Ferdinand Christian Oertel, *De aquae frigidae usu Celsiano: dissertatio philologico-medica*, München 1826.

¹² Johann Siegmund Hahn, *Unterricht von Krafft und Würckung des frischen Wassers in die Leiber der Menschen, (...)*, Bresslau–Leipzig 1738.

¹³ Sabine Ludyga, *Geschichte der Naturheilkunde in Bayern im 19. Jahrhundert*, Hamburg–Münster 2004, s. 29–35.

zdrowia dla chorych i zdrowych na r.p. 1892 (1891), Kodycyl do mojego testamentu dla zdrowych i chorych (1898), Mój testament dla zdrowych i chorych (1895), Niezbędny podręcznik dla używających w domu kuracyi... (1896), O cholery (1893), Pogadanki o odzieży, mieszkaniu, napojach itp. Miane publiczne w Wörishofen (1894), Tak żyć potrzeba. Wskazówki i rady dla zdrowych i chorych... (1891).

Metoda leczenia Kneippa była bardzo prosta w użyciu, a książki pisał łatwym językiem, tak aby rozumieli je prości ludzie, więc każdy z łatwością mógł się według niej hartować i leczyć wodą w domu, bez kosztów i z niewielkim zachodem. „Kącik na ustawienie wanny znajdzie się w każdym domu, a wody nawet w mieście za parę groszy można mieć pod dostatkiem”²⁰.

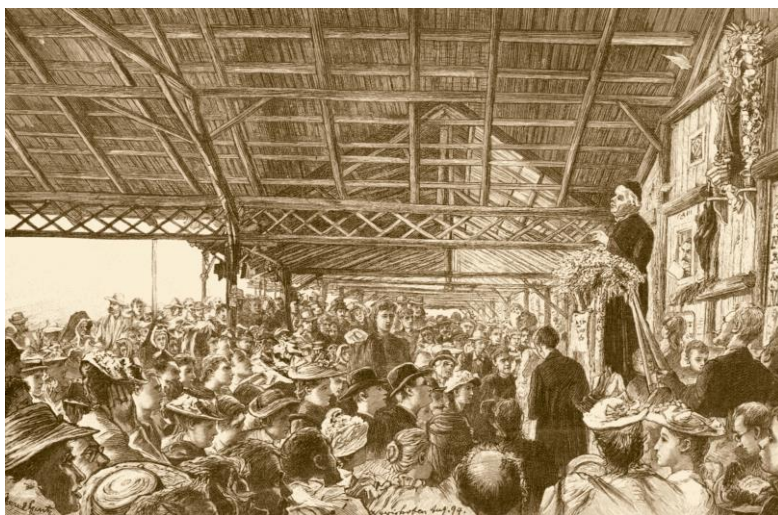
Metoda Kneippa (ryc. 2) początkowo była prosta w założeniach. Polegała na polewaniu zimną wodą, brodzeniu boso w wodzie i chodzeniu boso po mokrej trawie. Kurację uzupełniał ruch na świeżym powietrzu i stosowanie diety ubogiej w mięso. Obserwując pacjentów, modyfikował indywidualnie rodzaje zabiegów. Z biegiem czasu rozszerzył stosowany przez siebie zakres kuracji wodnych, dodając zawijania, okłady i zmywania. Zdarzało się, że ordynowane przez Kneippa zabiegi dla niektórych pacjentów okazywały się szkodliwe, zwłaszcza że bezkrytycznie stosował swoje metody we wszystkich, nawet najcięższych przypadkach²¹.

²⁰ Sebastian Kneipp, *Moje leczenie wodą na podstawie przeszło 40-letniego doświadczenia*, Kempten 1903, s. V.

²¹ Andrzej Kierzek, *Ksiądz Sebastian Kneipp i jego metoda hydroterapii. Spojrzenie po ponad stu latach*, „Przegląd Lekarski” 2005, nr 12, s. 1584.

nie odnosił się do stosowania chininy, antypiryny, morfiny i opium. Zabraniał także stosowania zwykłych używek, takich jak kawa czy herbata. Ze swej strony proponował domową apteczkę z ziołami, wyciągami, ekstraktami, olejami, proszkami pochodzącymi „ze ziół tanich, pierwiej często używanych i szacowanych, teraz zupełnie prawie zapomnianych, które z łaski Boga rosną po ogrodach, polach, niektóre koło domu, po miejscach nieuczęszczanych, z ziół leczniczych, które przeważnie prawie centa nie kosztują”²³. „Apteka domowa” miała być uzupełnieniem wodnej kuracji.

Popularność metody Kneippa sprawiła, że zaczęli się nią również interesować lekarze. Sam bardzo chętnie zapraszał ich do odwiedzenia Wörishofen, by zapoznali się tam z jego metodami leczenia (ryc. 3).



Ryc. 3. Publiczny wykład Sebastiana Kneippa w Bad Wörishofen

Źródło: https://de.wikipedia.org/wiki/Sebastian_Kneipp (20.09.2024).

²³ *Ibidem*, s. 252.

lasów i te, które sam uprawiał w przyklasztornym ogrodzie. Przyrządzał z nich herbaty, soki, wina ziołowe, nalewki, oleje i proszki. Zachęcał do spożywania miodu i jego przetworów, syropu z żywicy, cebuli lub czosnku, tranu, napoju z owsa, kiszonej kapusty, soku z rzodkwi, malin i igieł sosnowych. Nakazywał spacerować wśród ziół, obserwując pozytywny wpływ olejków eterycznych i aerozoli na układ oddechowy i odnotowując ogólną poprawę samopoczucia po tak zwanej przez niego „przechadzce”²⁸.

Koncepcja opracowana przez Kneippa stanowi równocześnie filozofię życia, której celem jest wykształcenie umiejętności pozwalających na rozwój samoświadomości w budowaniu pozytywnego stanu własnej psychiki i zdrowia fizycznego. Opracowana przez niego metoda propaguje edukację prozdrowotną realizowaną poprzez eliminowanie niezdrowych nawyków w codziennym funkcjonowaniu. Łączyła i łączy w jedną całość elementy leczenia wodą, leczenia ziołami, działania i terapii poprzez ruch, stosowania zdrowych nawyków żywieniowych oraz ćwiczeń wyciszająco-relaksacyjnych. Obecnie stanowi również pole działania dla wielu dziedzin medycyny, między innymi hydroterapii, balneologii, fitoterapii, apiterapii, aromaterapii, dietetyki, fizjoterapii, psychoterapii itd.

Jeszcze do połowy XIX wieku Wörishofen była niewielką rolniczą wioską. Popularność metod leczenia stosowanych przez Kneippa była tak wielka, że w połowie XIX wieku licząca 800 mieszkańców miejscowość zaczęła się przekształcać w kurort. Jeszcze za czasów działalności Kneippa zaczęły w Wörishofen powstawać pierwsze domy zdrojowe, hotele i gościńce, które do dziś stosują zabiegi przyrodolecznicze. Środki finansowe na rozbudowę uzdrowiska Kneipp pozyskiwał dzięki dochodom ze sprzedaży swoich książek, honora-

²⁸ *Ibidem.*

się instrukcją, jak powinno się wykonywać te zabiegi, zalecenia i przeciwwskazania itp.³¹

Jako przykład z naszego podwórka może posłużyć *Sebastianum Silesiacum*, Instytut Naukowo-Badawczy Księdza Sebastiana Kneippa w Kamieniu Śląskim. Znajdujący się tam ogród Kneippa stanowi ogólnodostępny teren z małą architekturą. Zlokalizowano w nim dwa deptaki wodne do moczenia nóg (brodzenia) oraz granitową wannę do moczenia rąk. Zabiegi te można wykonywać samemu. Należą do grupy hartujących ciało. Ciąg wodny zakończony jest stawem o naturalnym charakterze, na brzegach którego kwitną polne kwiaty i rosną zioła³².

JESIENIK

Vincenz Priessnitz (1799–1851)

Okolice Jesienika, niewielkiej miejscowości położonej na Śląsku Czeskim, na pograniczu Wysokiego Jesionika i Gór Złotych, są bogate w atrakcje turystyczne. Mogą być one wspianiałym celem nawet krótkich, weekendowych wypadów, które zaspokoją zarówno amatorów turystyki aktywnej, jak i poszukiwaczy miejsc z ciekawą historią. Połączenie świeżego górskiego powietrza z malowniczą naturą stwarza doskonałe warunki do spędzenia tutaj letnich wakacji lub zimowych ferii. Warto przyjechać do Jesienika również dla podratowania zdrowia, gdyż miasteczko ma status uzdrowiska i bogatą historię związaną z osobą Vincenza Priessnitza

³¹ Anna Ochremiak, *Bad Wörishofen 200 lat od urodzin Sebastiana Kneippa*, <https://www.krajoznawcy.info.pl/200-lat-od-urodzin-sebastiana-kneippa-77607> (23.02.2013).

³² <http://sanatorium.kamienslaski.pl/7/strona-glowna.html> (20.09.2024).

się w ciekawym budynku tak zwanej Katowni (ul. Palackého 176/12). Nazwa powstała w oparciu o legendę o ostatnim kacie w mieście Jesienik, choć tak naprawdę dom ten nigdy nie był siedzibą kata. Zaopatrzeni w mapy i foldery, oferowane również w języku polskim, wyruszamy na Rynek, który nazywano tak aż do XX wieku (obecnie Masarykovo náměstí). W Rynku dominuje renesansowy ratusz. Jego dzisiejsza forma pochodzi z 1710 roku. Jednym z najstarszych budynków jest dom nr 166 pochodzący z okresu sprzed wielkiego pożaru miasta w 1696 roku, a za najciekawszy obiekt uważany jest dom nr 68, który w 1860 roku gościł samego cesarza Franciszka Józefa I.

Ciekawym zabytkiem miasta jest gotycka twierdza wodna z kamiennym mostem przerzuconym nad fosą (Zámecké náměstí 120). Została ona zbudowana na początku XV wieku w miejscu wieży mieszkalnej z połowy XIII wieku. Jako że Jesienik od 1561 roku stanowił majątek wrocławskiego biskupstwa, twierdza była jego siedzibą. Po pożarze w 1727 roku twierdza została przebudowana na zamek. Obecnie mieści się tam Muzeum Krajoznawcze Regionu Jesioników (Vlastivědné muzeum Jesenicka), w którym można obejrzeć kilka ekspozycji, między innymi interaktywną ekspozycję nazwaną *Spirala času*, poświęconą geologii regionu, oraz multimedialną ekspozycję opowiadającą o procesach inkwizycyjnych, jakie nękały ludność regionu przez prawie cały XVII wiek. Krew w żyłach mrozi brutalność, z jaką „śledczy” zmuszali wówczas zwykłych ludzi i zamożnych mieszczan, by przyznali się do kontaktów z diabłem, a setki kobiet zginęły w płomieniach w imię polowania na czarownice. Warto również odbyć spacer do Sadów Smetany, czyli miejskiego parku w Jesieniku, a stamtąd wyruszyć edukacyjną ścieżką *Źródła Vilego*. Siedem przystanków z tablicami: Sady Smetany, Źródło u Lwa, Od górnictwa do uzdrowiska, Uzdrowiskowe życie, Angielskie

A gdy się ciało tak oczyści, że przy ciągłym braniu kuracyj, nowe wyrzuty się nie pokażą i każdy się uważa za zupełnie wyleczonego, wtedy i ja Gräfenberg opuszczę”³⁷.

Niektórzy lekarze pomimo znaczących sukcesów i wyników, jakie osiągał Priessnitz, nie akceptowali jego poczynañ terapeutycznych. Traktowano je, jak to określił dr Władysław Jasiński, jako „lichą parodię sztuki lekarskiej”³⁸. W opinii lekarzy Priessnitz nie posiadał odpowiedniej wiedzy lekarskiej, wręcz jakiegokolwiek wyobrażenia o tym, co to znaczy leczyć, co to jest choroba, co zdrowie. Nie znał podstaw biochemicznych, z którymi związana jest odporność organizmu, nie rozumiał znaczenia sugestii i wszystkich innych czynników, które występują podczas leczenia uzdrowiskowego. Zarzucano mu także, że działał na chybił trafił, popełniając przy tym wiele błędów, oraz że żył w świecie samych złudzeń, uważając wodę za jedyny środek leczniczy³⁹.

Skuteczność terapii stosowanej przez Priessnitza była tak ogromna, iż z czasem Gräfenberg stał się znanym na całym świecie ośrodkiem wodolecznictwa. Powodowało to ogromną zawiść ze strony miejscowych lekarzy, którzy nie dopuszczali myśli, aby syn chłopa, niedouczony felczer czy wiejski znachor zyskał rozgłos, sławę i korzyści materialne kosztem dyplomowanych medyków. Już w 1822 roku lekarze wnieśli przeciwko niemu oskarżenie o szarlataństwo, dyletanctwo, partactwo i czary⁴⁰.

³⁷ Józef Ignacy Kraszewski, *Medycyna empiryczna. Wincenty Prinsnitz*, „Tygodnik Petersburski” 1838, nr 24, s. 135–136.

³⁸ Władysław Jasiński, *Priessnitz i jego wyobrażenia o leczeniu*, Lwów 1897, s. 4.

³⁹ *Ibidem*, s. 5.

⁴⁰ Mariusz Migąła, Krzysztof Wronecki, *Vincez Priessnitz – prosty chłop czy geniusz wodolecznictwa?*, „Balneologia Polska” 2008, nr 1, s. 75–79.

Zjednoczonych po Emiraty Arabskie. W 1949 roku uzdrowisko zostało znacjonalizowane, a w 1957 roku zostało organizacyjnie włączone do uzdrowiska w Jesieniku.

Obecnie uzdrowisko należy do prywatnej spółki Schroth. Leczy się tu przede wszystkim zaburzenia przemiany materii, choroby skórne, choroby układu trawiennego oraz układu krwionośnego. Do leczenia stosowane są najnowocześniejsze metody i urządzenia lecznicze (masaże, wodolecznictwo, kompresy parafinowe). Lipowskie uzdrowisko co roku pomaga wrócić do zdrowia wielu pacjentom. Tworzy je dzisiaj ładnie utrzymany park z licznymi gatunkami roślin ozdobnych oraz kompleks budynków uzdrowiska, głównie z końca XIX wieku (ryc. 11).

Ryc. 11. Uzdrowisko Dolní Lipová (stan obecny)

Fot. M. Urbanik.

Do najstarszych należy tak zwany Gründungshaus, zbudowany przez założyciela uzdrowiska, Johana Schrotha, w 1842 roku, co upamiętnia umieszczona na budynku pamiątkowa tablica. W parku uzdrowiskowym znajdują się też dwa pomniki. Jednym z nich jest pomnik Johanna Schrotha ofiarowany założycielowi uzdrowiska przez wdzięcznych pacjentów, postawiony w 1870 roku, z tekstem na cokole: „W wilgotnym cieple dobrze się ma drewno, płody, wino, a nawet mięso i kości. Dobroczyńcy ludzkości 1870”. Drugim pomnikiem, stojącym w pobliżu drewnianego budynku nad rzeczką Staříč, jest popiersie Emanuela Schrotha z roku 1894, autorstwa rzeźbiarza Stahla, wyciosane w miejscowym marmurze. Na miejscowym cmentarzu znajduje się grobowiec założyciela uzdrowiska, Johanna Schrotha. Warto odwiedzić również muzeum jemu poświęcone, mieszczące się pod adresem Lipová Lázně 476, gdzie zgromadzono wiele pamiątek. Szczególnie ciekawa jest aranżacja pokoju, w którym „opakowana w pieczyń” kuracuszka poddaje się kuracji Schrotha⁴⁹.

VELDES (obecnie Bled w Słowenii) Arnold Rikli (1823–1906)

„Woda wprawdzie jest skuteczna, wyżej jednak stoi powietrze, najwyżej zaś światło” – tak brzmiała dewiza Arnolda Rikliego, który w 1855 roku uruchomił pierwszy zakład kąpeli słonecznych w Vel-des⁵⁰. Jego metoda leczenia, zwana przez zwolenników „riklijaństwem”, oparta była na kąpielach powietrznych, słonecznych i wodnych. Integralną częścią leczenia były wegetarianizm, nudyzm

⁴⁹ <http://www.ic-lipova.cz/> (20.09.2024).

⁵⁰ Robert Jütte, *Historia medycyny...*, s. 155.

i masaż. Za sprawą Rikliego Veldes na przełomie XIX i XX wieku stało się popularnym uzdrowiskiem dawnej monarchii austro-węgierskiej i przyciągało europejską elitę arystokratyczną.

Dawne Veldes to obecnie Bled, jedna z najstarszych i najpiękniejszych miejscowości turystycznych w Słowenii. Położone jest w regionie Górna Kraina, w północno-zachodniej części kraju, nad jeziorem Bled, u podnóża Alp Julijskich. Bled oprócz wspaniałego położenia jest bogaty w zabytki. Na skale, około 100 metrów powyżej tafli jeziora, wznosi się imponujący zamek, z którego roztacza się malowniczy widok na miasto i okolice. Zamek powstał w wyniku rozbudowy umocnień, które znajdowały się w tym miejscu już na początku XI wieku. Najbardziej interesująca jest XVI-wieczna kaplica poświęcona św. Albinowi i św. Ignacemu, która na początku XVIII wieku uzyskała wystrój barokowy. Obecnie w zamku mieści się muzeum posiadające w swoich zbiorach między innymi bogatą kolekcję dawnego uzbrojenia. Fragment muzealnej ekspozycji poświęcony jest Rikliemu, dzięki któremu tak naprawdę Bled zyskał rozgłos w całej Europie⁵¹.

Kolejną ciekawostką Bledu jest Kościół Wniebowzięcia zlokalizowany na wyspie pośrodku jeziora. Jak głosi legenda, znajdowała się tam pierwotnie pogańska świątynia bogini Živy. Obecny barokowy kościół stoi na miejscu zniszczonego w wyniku trzęsienia ziemi kościoła romańskiego. Turystów przyciąga na wyspę tak zwany dzwon życzeń pochodzący z XVI wieku. Według miejscowej legendy wystarczy pociągnąć mocno za sznur i jeżeli dzwon zabije trzy razy, to spełni się nasze życzenie! Chętnych do takiej zabawy jest wielu, dlatego też przez cały dzień po tafli jeziora niesie się jego ton⁵².

⁵¹ <https://www.blejski-grad.si/en/about-the-castle> (20.09.2024).

⁵² Steve Fallon, *Słowenia*, Bielsko-Biała 1996, s. 142.

W bezpośrednim sąsiedztwie jeziora znajduje się park zaprojektowany w 1890 roku przez szwedzkiego architekta Carla Gustava Svenssona (1861–1910), a wokół jeziora prowadzi rekreacyjna ścieżka, którą można pokonać pieszo lub na rowerze. Spacerując po parku, natrafiamy na willę „Mezaklja” (ryc. 12) należącą kiedyś do Rikliego. Willa jest niestety w stanie ruiny, ale jest nadzieja, że w najbliższym czasie na nowo ożyje.

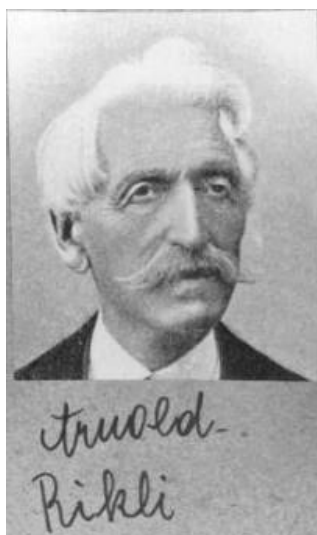


Ryc. 12. Willa Arnolda Rikliego (stan obecny)

Fot. M. Urbanik.

Rikli (ryc. 13) urodził się 13 lutego 1823 roku w Wangenan der Aare w Szwajcarii. Jako młody chłopak rozpoczął pracę w należącej do rodziny farbiarni, praca ta jednak szczególnie go nie interesowała. W wolnym czasie studiował chemię i przepro-

wadzał eksperymenty w przyfabrycznym laboratorium. Eksperymentując z wpływem powietrza i światła na rośliny, zdał sobie sprawę, że podobne efekty można obserwować również w przypadku ludzkiego ciała. Podróżując po Europie, zetknął się z wodolecznictwem. Czytał liczne publikacje, jakie ukazywały się wówczas na temat kuracji wodnych. Kuracje te zaczął z powodzeniem stosować u chorych pracowników swej fabryki. Sukcesy, jakie na tym polu odnosił, sprawiły, że postanowił zostać „lekarzem natury”⁵³. Eksperymentował z różnymi leczniczymi zastosowaniami wody. Poszukując sposobu na wykorzystanie ciepłej i zimnej wody w terapii, Rikli skonstruował specjalne łóżko do kąpeli parowej. W 1847 roku opisał jego konstrukcję i zasadę działania⁵⁴.



Ryc. 13. Arnold Rikli (1823–1906)

Źródło: https://en.wikipedia.org/wiki/Arnold_Rikli (20.09.2024).

⁵³ Zob. Zvonka Zupanic-Slavec, Cirila Toplak, *Water, air and light-Arnold Rikli (1823–1906)*, „Gesnerus” 1998, no. 55(1–2), s. 58–69; Władysław Jasiński, *Priessintz, Rikli, Kneipp*, Lwów 1895.

⁵⁴ Friedhelm Kirchfeld, Wade Boyle, *Nature doctors...*, s. 51.

Sukcesy, jakie odnosił na niwie terapeutycznej, przekonały go do porzucenia pracy w farbiarni i poświęcenia się leczeniu chorych. W 1852 roku po chorobie płuc wyleczonej naturalnymi metodami pojechał do Veldes na rekonwalescencję. Wspinała lokalizacja miejscowości, piękne jezioro, łagodny klimat i czyste alpejskie powietrze zainspirowały go do założenia tam sanatorium. W 1854 roku przeniósł się wraz z rodziną do Veldes, gdzie praktykował później przez następne 50 lat. Zaczął skromnie od kilku pacjentów, którzy rozczarowani brakiem skutecznej pomocy ze strony lekarzy, byli tak zdesperowani, że decydowali się poddać nowej szalonej terapii proponowanej przez Rikliego⁵⁵.

Pacjenci nazywali go z uwagi na opaloną skórę „orzechowym doktorem”. Uznany za dziwaka, spotykał się z ostracyzmem zarówno ze strony innych „lekarzy natury”, swoich przyjaciół, jak i okolicznej ludności, która nie akceptowała osobliwego cudzoziemca. Początkowo Rikli stosował powszechnie zalecane przez Priessnitza i Heinricha Friedrich Francke (1805–1848), niemieckiego „lekarza natury”, sposoby kuracji, z czasem jednak rozpoczął poszukiwanie alternatywy dla zimnych kąpiei. Zaczął eksperymentować na sobie, wystawiając ciało na działanie powietrza, wiatru i deszczu we wszystkich możliwych temperaturach i warunkach pogodowych. Doszedł do wniosku, że człowiek nie rodzi się w ubraniu i tak jak roślina jest przeznaczony do życia na powietrzu i w słońcu⁵⁶. W ten sposób z praktycznych doświadczeń zrodziła się ostatecznie teoria termodietetyki. Opierała się ona na następującej zasadniczej myśli: „Każda zmia-

⁵⁵ *Ibidem*, s. 52.

⁵⁶ *Ibidem*, s. 55.

na temperatury, spowodowana głównie światłem słońca, cieniem, wiatrem, deszczem i mgłą, prowokuje w naszej obwodowej sieci nerwowej prąd elektryczny, utrzymujący się aż do czasu, kiedy temperatura skóry ustali się na poziomie temperatury atmosferycznej, którą nazywamy termoelektrycznością. Ten prąd elektryczny w nerwach obwodowych (zwany *innowacją*) rozszerza się na ośrodek nerwowy (masa mózgowa) i jest przezeń (...) przenoszony za pomocą delikatnych włókien nerwowych na gruczołowe i wewnątrzskórne organy śluzowe, jak też i na system naczyniowy (sieć naczyń krwionośnych i limfatycznych)⁵⁷. To, co Rikli podniósł do rangi teorii, było w gruncie rzeczy prostą metodą leczenia opartą na wrażliwości ludzkiego ciała na bodźce.

W 1865 roku wprowadził w swoim uzdrowisku tak zwane kąpiele powietrzne. W tym celu powstało kilka parków położonych wysoko w górach i w okolicznych dolinach, gdzie znajdowały się tak zwane chaty świetlne, w których pacjenci spędzali większość czasu, łącznie z nocami. Miejsca były na tyle odosobnione, że przebywający tam pacjenci odbywali zalecane przez Rikliego spacerunki w skąnym odzieniu lub wręcz nago. Rikli na długo przed Kneippem podkreślał znaczenie chodzenia boso, odradzał jednak spacerunki po rosie, a jeśli już, to w odkrytych sandałach. Większość jego parków była pokrywana suchym piaskiem. Uważał, że podczas kąpiele powietrznych należy gołymi stopami dotykać ziemi, aby uzyskać odpowiedni efekt „drenażu”. Sam chętnie uczestniczył razem ze swoimi pacjentami w spacerach po górach, dając tym dobry przykład i zarażając wszystkich

⁵⁷ Robert Jütte, *Historia medycyny...*, s. 156.

swoim entuzjazmem. Jasne i przewiewne drewniane chaty znajdowały się także nad brzegiem jeziora, zwrócone w jego stronę, tak aby ich mieszkańcy mogli cieszyć się pięknym widokiem i zażywać kąpeli. Kuracjusze otrzymywali skromne wegetariańskie jedzenie, takie jak chleb żytni, mleko, owoce i rośliny strączkowe, „do detoksykacji i regulacji przepływu krwi”. Alkohol i palenie tytoniu były zabronione, a osoby przyłapane na łamaniu przepisów zwalniano z dalszej kuracji⁵⁸.

Awersja do wszelkiego fanatyzmu, umiar i elastyczność Rikliego dały wyraz w jego stosunku do wegetarianizmu, na który przeszedł pod wpływem teorii Teodora Hahna (1824–1883), pioniera ruchu wegetariańskiego w Niemczech. Przez 15 lat był wegetarianinem, jednak znaczne pogorszenie stanu zdrowia, jak sądził po bezmięsnej diecie, sprawiło, że wrócił do normalnego odżywiania. Uważał natomiast, że wegetariańskie jedzenie jest doskonałe jako tymczasowa terapia, ale nie nadaje się jako dieta stała⁵⁹.

Wprowadzona przez Rikliego zasada kontrastu była jego najbardziej oryginalnym wkładem do ideologii przyrodolecznictwa. Twierdził, że wszelkie przeciwstawieństwa, takie jak zimno i ciepło, dzień i noc, deszcz i słońce, lato i zima, odzwierciedlają naturalne prawa i są absolutnie koniecznym stymulatorem życia roślin, zwierząt i ludzi. Dlatego też uważał, że w życiu codziennym człowieka konieczne są zmiany. Wierzył, że każda zmiana w stylu życia wywoła „nowy ruch” korzystny ze względów terapeutycznych. Nawet zmiany na poziomie emocjonalnym w formie

⁵⁸ Friedhelm Kirckfeld, Wade Boyle, *Nature doctors...*, s. 57.

⁵⁹ *Ibidem*.

rozrywki, muzyki, tańca i radości z pięknych widoków przyrody zrównoważą monotonię życia codziennego⁶⁰.

Terapia przebiegała według ustalonego schematu – zaczynała się o świcie i trwała do wieczora. Wyruszając boso na wędrówki po Bledzie i okolicach, mężczyźni zakładali bawełniane koszule i szorty, a kobiety krótkie sukienki do kolan, bez rękawów. Warunki zdrowotne i płeć determinowały czas trwania, nachylenie i długość spacerów. Krótkie spacery po łąkach trwały 30 minut, a dłuższe do 4 godzin. Najczęściej wędrowano rano z Bledu, boso i na pusty żołądek, na górę Straža. Po krótkim śniadaniu pacjenci przechodzili „terapię klimatyczną” obejmującą gimnastykę i inne ćwiczenia fizyczne na świeżym powietrzu, helioterapię – rodzaj prawie nagiego opalania się na drewnianych platformach ustawionych wokół jeziora oraz hydroterapię, czyli serię kąpeli parowych, zimnych i ciepłych, które oczyszczać miały organizm poprzez poprawę krążenia krwi. Odpoczynek również był kluczowy. Pacjentom przepisano 8 godzin snu każdej nocy. Zajęcia towarzyskie wypełniały wieczory i obejmowały pływanie po jeziorze tradycyjną łodzią, tak zwaną pletną, grę w tenisa, jazdę na rowerze czy słuchanie muzyki. Pacjenci musieli bardzo ściśle przestrzegać zaleceń terapii. Najczęściej mieli problemy z utrzymaniem reżimu dietetycznego i zdarzało się, że wyjeżdżali do pobliskich karczm na gulasz i piwo. Jeśli złapał ich „atmosferyczny lekarz”, nie szczędził ostrych słów, a czasem nawet wyrzucał ze swojej placówki⁶¹.

Początkowo rodowici mieszkańcy Bledu nieufnie przyglądali się poczynaniom Rikliego, uznawali wręcz sposoby jego terapii za obraźliwe i niemoralne. Wszak jego pacjenci byli skąpo

⁶⁰ *Ibidem*, s. 59.

⁶¹ Zvonka Zupanic-Slavec, Cirila Toplak, *Water, air...*, s. 58–69.

ubrani czy wręcz nawet nędzy, kobiety wbrew ówczesnym kanonom spacerowały swobodnie po okolicznych łąkach, a wszyscy zażywali więcej kąpeli w jeziorze, niż to było w zwyczaju. Z czasem jednak, kiedy zobaczyli, jakie Rikli osiągał efekty i jak wielu kuracjuszy jego metoda terapii przyciągała do Veldes, sami zaczęli oferować własne „powietrzne chaty” po bardziej przystępnych cenach⁶².

Rikli był autorem kilku książek, w których opisał stosowane przez siebie metody uzdrawiania z pomocą powietrza, słońca i przy zastosowaniu łaźni parowych⁶³. Twierdził, że jego metoda leczy anemię, migrenę, nerwicę, histerię, zaburzenia miesiączkowania, infekcje macicy, hemoroidy, paraliż, dermatozy i różnego rodzaju dysfunkcje seksualne, jednak nigdy nie uważał, że posiada uniwersalną moc leczenia wszystkich chorób. Pacjentów kwalifikował na kurację na podstawie szczegółowych wywiadów. Zdarzało się, że odmówił leczenia wielu z nich. „Naturalna metoda leczenia” Rikliego opierała się na przekonaniu, że choroba dowolnego organu prowadzi do osłabienia całego organizmu. Chodziło o to, aby traktować ciało i umysł jako całość, a nie sumę różnych narządów. Leczenie powinno przede wszystkim zwiększyć ogólną odporność organizmu.

Kuracja atmosferyczna Rikliego natrafiła początkowo na niezrozumienie w kręgach ruchu przyrodoleczniczego. Świadczą o tym

⁶² *Ibidem*.

⁶³ Arnold Rikli, *Rikli's Bett- u nd Theildampfbäder*, 3. Verbesserte Auflage 1872; *idem*, *Die Grundlehren der Naturheilkunde* (pierwszy tytuł *Allgemeine Curregeln*) *mitbesonderer Berücksichtigung der atmosphärischen Cur*, Verbesserte Auflage 1890; *idem*, *Die atmosphärische Kuroder das Lichtluftbad und das Sonnenbad und die Sonne der schärfste Diagnostiker und prognostiker*, 4. Verbesserte Auflage 1894.

między innymi negatywne reakcje ówczesnego redaktora naczelnego czasopisma „Der Naturarzt”, Theodora Hahna. Z czasem to nastawienie zmieniało się i metoda Rikliego znalazła w ruchu przyrodoleczniczym wielu naśladowców, wśród których najbardziej znanym był Adolf Just (1859–1936), twórca ruchu „Jungborn” promującego styl życia zgodny z naturą.

Po śmierci Rikliego w 1906 roku jego działalność próbował kontynuować jego syn, jednak zainteresowanie kuracjami było coraz mniejsze, a wybuch I wojny światowej całkowicie zakończył zainteresowanie tą alternatywną terapią.

Misją Rikliego było zaoferowanie mieszkańcom miast, cierpiącym z powodu zanieczyszczeń i codziennego stresu, terapeutycznego kontaktu z naturą. Współcześnie jego filozofia stała się znowu aktualna. Znaczenie aktywności fizycznej potwierdzają badania naukowe. Lekarze są dziś przekonani, że długość naszego życia zależy od poziomu codziennej aktywacji naszego organizmu. Świadomość wagi zdrowej żywności potwierdzają liczne medyczne dowody na występowanie wielu chorób wynikających z niewłaściwego odżywiania się. Światło słoneczne ma kluczowe znaczenie dla wytwarzania witaminy D, której niedobór wpływa na odporność organizmu, co jest niezwykle ważne zwłaszcza w dobie pandemii.

O Riklim w Bledzie słyszy się coraz częściej. Zaczyna się dostrzegać jego marketingowy potencjał. 100 lat po jego śmierci niektóre hotele w Bledzie włączyły elementy proponowanych przez niego zabiegów do oferty swoich spa. W każdą pierwszą niedzielę lipca od ponad 20 lat miłośnicy Rikliego wędrują jego szlakiem na Stražę, by tam pod jego pomnikiem (ryc. 14) oddać mu hołd.



Ryc. 14. Pomnik Arnolda Rikliego na górze Straža
Fot. M. Urbanik.

