

Czesław Galek

ORCID: 0000-0001-6616-5535

DOI: 10.15290/dhmgz.02.2022.17

## Troska o zdrowie dzieci i młodzieży w II połowie XIX wieku w świetle literatury beletrystycznej i pamiętnikarskiej

### **Caring for the Health of Children and Young People in the Second Half of the 19th Century in the Light of Memoir and Fiction Literature**

**STRESZCZENIE:** W XIX wieku w wielu krajach europejskich zaczęto przywiązywać dużą wagę do przestrzegania zasad higieny i opieki zdrowotnej, ponieważ doceniono ich istotny wpływ na zdrowie i długość życia obywateli. Tymczasem na ziemiach polskich, będących wtedy pod zaborem Rosji, Prus i Austro-Węgier, istniało wielkie zacofanie pod tym względem, na skutek czego Polacy byli słabi fizycznie i chorowici, a przeciętny ich wiek życia należał do najniższych w Europie. Dotyczyło to również dzieci i młodzieży. Wielcy społecznicy, w tym również pisarze i publicyści, zachęcali ich do organizowania służby zdrowia, zasad higieny, zdrowego odżywiania, uprawiania gimnastyki, turystyki i różnych dyscyplin sportowych przez dzieci i młodzież. Przekazywali prawdy proste i w dzisiejszych czasach dla wszystkich oczywiste, ale wtedy uchodziły one za nowatorskie, a ich działalność należy uznać za prometejską. Ważną rolę w tym względzie odegrały również Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół” i skauting. Działania podjęte przez literatów i społeczników w celu poprawy tężyzny fizycznej, zdrowia i higieny młodych Polaków przyniosły pozytywny skutek.

**SŁOWA KLUCZOWE:** zdrowie dzieci i młodzieży – XIX wiek, odżywianie, nałogi, higiena, sport, turystyka

**ABSTRACT:** In the 19th century in many European countries people started to see the importance of hygiene and health care, as those factors had a significant impact on the health and life expectancy of citizens. However, Poland, which was at that time under the rule of Russia, Prussia, and Austria-Hungary, was extremely backward in this respect. As a result Poles were physically weak and sickly, and their life expectancy was among the lowest in Europe. The same applied to children and young people. Great social activists, including writers and publicists, encouraged the organisation of health-care, hygiene, healthy eating, gymnastics, tourism, and various sports for children and adolescents. They advocated simple ideas, which nowadays are obvious for everybody, but at that time were innovative, and their activity must be regarded as Promethean. The “Falcon” Polish Gymnastic Society and scouting also played a great role in this respect. The activities undertaken by Polish writers and social activists to improve the physical condition, health, and hygiene of young Poles brought positive effects.

**KEYWORDS:** health of children and young people – 19th century, nutrition, bad habits, hygiene, sport, tourism

## Wprowadzenie

W II połowie XIX wieku w wielu krajach europejskich zaczęto przywiązywać większą wagę do gimnastyki, sportu, zasad higieny, odżywiania i opieki lekarskiej, ponieważ uświadomiono sobie ich pozytywny wpływ na zdrowie i długość życia człowieka. Zagadnienia te stały się także przedmiotem zainteresowania polskich społeczników, wśród których byli pisarze, lekarze, pedagodzy, publicyści i duchowni. Obecnie tym zagadnieniem zajmuje się pedagogika zdrowia. W omawianym okresie Polska była pod zaborami Rosji, Prus i Austrii. Twórcy literatury polskiej uważali, że w warunkach silnej rywalizacji międzynarodowej przetrwają państwa z dużą liczbą ludności, zdrowej i silnej pod względem fizycznym. Te kryteria powinni spełniać zwłaszcza Polacy, chcący wybić się na niepodległość. Tymczasem w porównaniu z innymi narodami, byli oni słabi pod względem fizycznym i chorowici, co miało też przełożenie na zacofanie gospodarcze, ponieważ ich praca była mało wydajna. Według statystyk ich przeciętny czas życia należał do najniż-

szych w Europie. Dla przykładu w 1898 roku przeciętna długość życia najwyższa była w Norwegii – wynosiła 55 lat; najniższa w Rosji – 27 lat. Ziemię polską zajmowały jedno z ostatnich miejsc. W Galicji średnia długość życia mieszkańców wynosiła 30 lat, a w Królestwie Polskim 33 lata<sup>1</sup>. Celem niniejszego studium jest diagnoza przyczyn słabego zdrowia dzieci i młodzieży polskiej z trzech zaborów i sposobów ich profilaktyki w oparciu o literaturę piękną i pamiętnikarską.

## Przyczyny chorób dzieci i młodzieży

Autorzy dzieł beletrystycznych i pamiętnikarskich nieustannie przekonywali swoich czytelników, że źródłem licznych w omawianych czasach chorób, a nawet epidemii, były fatalne warunki higieniczne miast, pozbawionych kanalizacji, w których wszelkie nieczystości wylewano na ulice lub do rynsztoków, a przemysłowe ścieki zatruwały rzeki, z których czerpano wodę do użytku domowego, a nawet do picia. Brakowało śmietników i publicznych ubikacji, dlatego – jak się wyraził – Bolesław Prus (1848–1912) „ogół (...) mieszkańców [miasta – C.G.] (...) swoje poziome potrzeby zaspokaja, gdzie się da i jak się da”<sup>2</sup>. Na negatywne skutki takiego stanu rzeczy było narażone młode pokolenie, zwłaszcza wywodzące się z niższych warstw społecznych<sup>3</sup>.

Biedne rodziny mieszkały najczęściej w ubogich dzielnicach. O jednej z nich ks. Jan Gnatowski (1855–1925) pisze:

Uliczka była (...) wciśnięta pomiędzy targowisko żydowskie zaułki, a wyglądała tak, jakby w niej ludzie mieszkać nie mogli, takie tam były rudery, wałące się, odrapane. Środkiem rynsztok płynął, pełen zgnilizny, strzępki łachmanów suszyły się na żerdziach parkanu. W rudkach, w brudzie i zaduchu, w norach wilgotnych i czarnych gnieździło się biedactwo<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> B. Prus [A. Głowacki], *Kroniki*, oprac. Z. Szweykowski, t. 1-20, Warszawa 1953–1970, t. 15, s. 372-373.

<sup>2</sup> Ibidem, t. 7, s. 46.

<sup>3</sup> Zob. C. Galek, *Mysł pedagogiczna Bolesława Prusa na tle pozytywizmu polskiego*, Zamość 2005, s. 255-256.

<sup>4</sup> J. Łada [Gnatowski], *Wiosna. Obrazek szkolny*, [w:] Ibidem, *Pastele: Wiosna, W Tyrolu, Majówka, Kto on?, Atak cholery, W otchłani*, Lwów 1895, s. 8.

Mieszkania zlokalizowane najczęściej w suterenach pozbawione były elementarnych urządzeń sanitarnych, zawilgocone, zimne i ciemne, w dodatku bez możliwości wietrzenia<sup>5</sup>. Również młodzież gimnazjalna pochodząca z biednych rodzin mieszkała na stancjach zazwyczaj w ciasnych, zimnych i obskurnych pomieszczeniach<sup>6</sup>. Późniejszy pedagog Jan Jakóbiec (1876–1955) jako uczeń gimnazjum w Bielsku mieszkał w zawilgoconej suterenie, przez co nabawił się reumatyzmu mięśniowego oraz gruźlicy, których negatywne skutki odczuwał przez całe życie<sup>7</sup>.

Również na wsiach brakowało elementarnych warunków higienicznych. Zdarzało się, że fekalia z obór zalewały wody w płytkich studniach, z których czerpano wodę do picia, spływały na podwórza, na których przebywały dzieci i młodzież<sup>8</sup>. Warunki mieszkaniowe były też najczęściej prymitywne, co w sposób lapidarny opisał B. Prus: „W chłopskiej chacie panuje zaduch i brudy. Ściany odrapane, podłogi nie ma albo przegniłe, okna nie otwierają się. Garnki, miski konwie, i łyżki nie odznaczają się czystością i gdyby zbadał je bakterolog, może znalazły całkiem nieznanne gatunki istot chorobotwórczych”<sup>9</sup>. W jeszcze gorszych warunkach mieszkali pracownicy dworscy, co dosadnie wyraził Ochocki z *Lalki* B. Prusa: „Tułałem się po rozmaitych

<sup>5</sup> Zob. P. Gojawicyńska, *Dziewczęta z Nowolipek*, Warszawa 1986, s. 7-13. Zdarzało się, że w jednym pomieszczeniu mieszkało kilka rodzin: „Izdebka, w której mieszkał Czyż [jedno z dzieci – C.G] dawała schronienie trzem rodzinom. Żył tu stare bezdzietne małżeństwo, szewc zajmował miejsce z lewej strony okna, po prawej matka Franka [Czyża – C.G.] cerowała bieliznę. (...) Gotowano wspólnie na małej kuchence, dla wspólnego także użytku służył zlew i kran wodociągu. Było tu tak duszno od wyciewów i wilgoci, że Józio oddychał z trudnością”. (Z. Bukowiecka, *Jak się dusza budziła w Józiu. Opowiadanie dla młodzieży z 6 rysunkami A. Kamińskiego*, Warszawa 1908, s. 440.

<sup>6</sup> J. Bieniasz, *Edukacja Józia Barączka. Powieść dla młodzieży*, Kraków 1956, s. 135-136, 143; Idem, *Maturanci*, [w:] Idem, *Edukacja Józia Barączka...*, s. 265-266; E. Zegadłowicz, *Zmory. Upiory z zamierzchłej przeszłości*, Kraków 1992, s. 331-333; Z. Bukowiecka, op. cit., s. 30; W. Gomulicki, *Wspomnienia niebieskiego mundurka*, Warszawa–Kraków [i. in.] 1918, s. 123-126.

<sup>7</sup> J. Jakóbiec, *Szkolna droga syna chłopskiego (1882–1896)*, [w:] *Galicyskie wspomnienia szkolne*, do druku przygotował, wstępem i przypisami opatrzył A. Knot, Kraków 1955, s. 413-415. Cf. J. Fałat, *Pamiętniki*, Katowice 1987, s. 44.

<sup>8</sup> J. Słomka, *Pamiętnik włościanina. Od pańszczyzny do dni dzisiejszych*, wstępem opatrzył W. Stankiewicz, Warszawa 1983, s. 43.

<sup>9</sup> B. Prus, *Kroniki*, t. 14, s. 356.

okolicach kraju i wszędzie widziałem, że parobcy mieszkają jak świnie, a ich dzieci harczą po błocie jak prosięta”<sup>10</sup>.

Również fatalne na ogół były warunki higieniczne w szkołach wiejskich i miejskich, w których uczyli się biedni uczniowie. Jeden z autorów pamiętnika wspomina, że w jego wiejskiej szkole „dziedziniec szkolny był zwykłym podwórzem z gnojowiskiem, a nawet z gnojówką pośrodku”<sup>11</sup>. Również w miastach dziedziniec szkolny na ogół nie były utwardzone, stąd, kiedy uczniowie bawili się na nich w czasie przerw, unosiły się nad nimi tumany kurzu oraz fetor wydobywający się z ubikacji. Szkodliwy dla ich zdrowia kurz i fetor z ubikacji towarzyszył im również w czasie spaceru po zaniedbanych korytarzach szkół. Emil Zegadłowicz (1888–1941) wspomina: „Wewnątrz brud, śmieci, plwociny, kłęby kurzu i ów – jedyny dowód niedającego się w przyrodzonych funkcjach powstrzymać zwycięskiego życia – zaduch kloaki i karbolu!”<sup>12</sup>.

Rzadka sieć szkół sprawiała, że szkoły, zarówno powszechne jak i gimnazjalne, były przepełnione uczniami. Niekiedy w szkołach początkowych w niewielkiej salce uczyło się nawet 200 uczniów, a w gimnazjach od 60 do 100 uczniów. Sale szkolne były najczęściej brudne, zagrzybione i zapleśniałe, co trafnie podsumował Stefan Żeromski (1864–1925): „Szkolę wypełniał nie tylko zaduch, ale literalny smród, ciężki i nieznośny”<sup>13</sup>. Częściową winę za to ponosili nauczyciele, którzy nie przywiązywali wagi do wietrzenia pomieszczeń, w których

<sup>10</sup> Idem, [w:] Z. Szwejkowski (red.), *Pisma*, t. 1-29, Warszawa 1948-1952, t. 12, s. 305.

<sup>11</sup> L. Rudnicki, *Stare i nowe*, Warszawa 1977, s. 39.

<sup>12</sup> E. Zegadłowicz, op. cit., s. 118. Zob. G. Zapolska, *Przedpiekle*, Kraków 1957, s. 25; Z. Gruszczyńska, *Czterdzieści lat w szkole (wspomnienia uczennicy i nauczycielki)*, Warszawa 1959, s. 133; S. Żeromski, *Szyfowe prace*, oprac. A. Hutnikiewicz, Wrocław-Warszawa-Kraków 1992, s. 89; E. Szelburg-Zarembina, *Iskry na wiatr*, Lublin 1972, s. 160.

<sup>13</sup> S. Żeromski, op. cit., s. s. 19. Zob. tamże, s. 22, 190; W. Gomulicki, op. cit., s. 23; W. Sieroszewski, *Pamiętniki. Wspomnienia*, z rękopisu wydał A. Lam, Kraków 1959, s. 31; R. Turek, *Moja mama, ja i reszta*, Warszawa 1973, s. 288, 316; L. Rudnicki, op. cit., s. 37, 288, 316; Z. Bukowiecka, op. cit., s. 30, 64; G. Zapolska, op. cit., s. 71, 144. Nieraz zapachy dochodziły z mieszkania nauczyciela. Lucjan Rudnicki (1882–1968) wspomina: „Odczuwałem to boleśnie, bo przy każdym gotowaniu kapusty wracałem do domu z silnym bólem głowy” (op. cit., s. 39).

przebywali uczniowie<sup>14</sup>. Zimą obiekty szkolne były słabo ogrzewane, stąd „w klasach było zimno, jak w psiarni. Chłopcy ochrypli i zakatarzeni, aż wykładu słyszeć nie było od kaszlu i kichania”<sup>15</sup>. Złe warunki lokalowe i higieniczne w szkole wpływały negatywnie na zdrowie i samopoczucie uczniów: „W klasie było za ciasno i jakoś podle” – zauważył bohater jednego z dzieł literackich<sup>16</sup>.

Na stan zdrowia wpływa odżywianie, bo jak się wyraził B. Prus, „dobry pokarm daje siły i zdrowie, zły pokarm osłabia, może wpędzić w chorobę i narazić na ciężkie niepotrzebne wydatki”<sup>17</sup>. Niestety, ubodzy rodzice nie mogli zapewnić swoim dzieciom odpowiedniego wyżywienia, stąd najczęściej było ono mało urozmaicone i niskokaloryczne. Nie odbiegało od posiłku J. Jakóbca: „Obiad miałem skromny, bo zazwyczaj suchy placek lub kromkę chleba, związaną razem z książkami”<sup>18</sup>. Zdarzało się, że uczniowie uczęszczający do szkół często głodowali, żywili się suchym chlebem, którego innym brakowało<sup>19</sup>. Czasami żądni zarobku właściciele stacji bardzo marnie żywili mieszkających u nich uczniów, dlatego „karmiono ich (...) starem, siekanem mięsem, tłuszczem łojowym, suchem pieczywem, gdyż chłopcy zjadają go mniej niż świeżego”<sup>20</sup>. Niewłaściwe wyżywienie negatywnie wpływało na wydolność intelektualną, psychiczną i fizyczną młodych ludzi. Niektórzy z nich wygłodzeni i przemęczeni nauką popadali w choroby, musieli przerwać naukę dla podreperowania zdrowia. Marne posiłki serwowane

---

<sup>14</sup> J. Jakóbiec, op. cit., s. 425.

<sup>15</sup> J. Łada [Gnatowski], *W otchłań!*, [w:] Idem, *Pastele wiosną...*, s. 213-214. Zob. *Antek*, Warszawa 1975, s. 11; R. Turek, op. cit., s. 288.

<sup>16</sup> A. Strug, *Pokolenie Marka Świdy*, posłowie J. Pieszczachowicz, Kraków-Wrocław 1985, s. 11.

<sup>17</sup> B. Prus, *Kroniki*, t. 17, s. 261.

<sup>18</sup> J. Jakóbiec, op. cit., s. 405.

<sup>19</sup> M. Mazanowski, *Z notatek nauczycielki*, [w:] Idem, *Szkice*, seryja II: *Wyrodny, O Własie, Strajk, Z notatnika nauczycielki, Córki na wydaniu*, W.L. Anczyk, Kraków 1917, s. 136; W. Goetel, *Pod znakiem optymizmu*, Kraków 1976, s. 36; M. Rusinek, *Młody wiatr. Opowiadania*, Warszawa 1951, s. 55, 130-131; B. Hertz, *Ze wspomnień Samowara*, ilustrowała L. Janecka, Warszawa 1960, s. 174; J. Łada [Gnatowski], *Wiosną...*, s. 30; W. Gomulicki, op. cit., s. 42-43; G. Zapolska, op. cit., s. 144; J. Bieniasz, *Edukacja Józia Barączka...*, s. 137.

<sup>20</sup> Z. Bukowiecka, op. cit., s. 38.

dziewczętom na pensjach żeńskich były przyczyną śmierci niektórych z nich<sup>21</sup>.

Uczniowie nie mieli też obuwia i odzieży dostosowanych do warunków atmosferycznych, zwłaszcza zimowych. Niektóre dzieci wiejskie przychodziły do szkoły w podartych, albo niedostosowanych do ich wzrostu butach. Od wczesnej wiosny do późnej jesieni chodziły do szkoły boso. Maria Konopnicka (1842–1910) pisze: „Od kwietnia wszyscy chodziliśmy do szkoły boso. (...) Buty zdejmowały się na «prymalisa» [1 kwietnia – C.G.] (...) aż het do Wszystkich Świętych. (...) Nogi [były – C.G.] (...) zsiniały i zaczerwienione jak raki”<sup>22</sup>. Podobne były doświadczenia Stanisława Pigoń (1885–1968):

Do szkoły (...) biegać trzeba było wcale daleko; niemal pół godziny drogi. Biegałem latem boso, zimą w jakichś tam bucietach. (...) Ostro marzłem w nich w nogi. Biegałem więc co tchu, nierzadko popłakując, gdy mróz zanadto dojmował w palce, (...) mniej więcej w połowie drogi, zaczynały się stopy rozgrzewać<sup>23</sup>.

Niektóre dzieci, idąc zimą do odległej szkoły lub wracając z niej podczas zimowych mrozów, odmrażały sobie ręce, nogi i inne części ciała, co pozostawiało negatywne skutki na długie lata<sup>24</sup>. Podczas ciemności i mgieł były potrącane przez bryczki, co kończyło się niekiedy ich inwalidztwem, a nawet śmiercią<sup>25</sup>. Marne również było obuwie niektórych gimnazjalistów. Dla przykładu: u jednego z nich „cholewa była zesnurowana szpagatem, a skórę podeszwy zastępował złożony numer kuriera [gazety – C.G.]”<sup>26</sup>. Wielu w zimie nie miało ciepłej odzieży i ubrań. Nic też dziwnego, że uczniowie

<sup>21</sup> Z. Kisielewski, *Poranek*, Warszawa 1959, s. 69; G. Zapolska, op. cit., s. 17, 19, 21–22, 151; B. Prus, *Emancypantki*, t. 1, Warszawa 1973, s. 175, 201, 240.

<sup>22</sup> M. Konopnicka, *Ze szkoły*, [w:] Eadem, *Wybór pism*, Warszawa 1954, s. 194. Zob. M. Bałucki *Jubileusz. Nowela*, [w:] Idem, *Pisma wybrane*, t. 9: *Nowele i humoreski*, Kraków 1956, s. 113; A. Gruszecki, *Światłodawcy. Powieść współczesna*, Warszawa 1909, s. 159; R. Turek, op. cit., s. 339.

<sup>23</sup> S. Pigoń, *Z Komborni w świat. Wspomnienia młodości*, Warszawa 1983, s. 155.

<sup>24</sup> Zob. A. Kowalska, *Na rogatce*, Warszawa 1953, s. 126–128; J. Madejczyk, *Dwa lata w szkółce wiejskiej (1889–1891)*, [w:] *Galicijskie wspomnienia szkolne*, s. 455.

<sup>25</sup> Zob. M. Konopnicka, *Ze szkoły*, s. 199–200. Zob. B. Prus, *Grzechy dzieciństwa*, [w:] *Pisma*, t. 6, s. 174–179.

<sup>26</sup> Z. Bukowiecka, op. cit., s. 44.

mieszkający w zawilgoconych i zimnych mieszkaniach, nędznie się ubierający i słabo się odżywiający łatwo zapadali na choroby, niekiedy śmiertelne<sup>27</sup>.

Szkodliwe dla zdrowia młodego pokolenia było palenie papierosów i picie alkoholu. Już niektóre dzieci ze szkoły elementarnej paliły papierosy, które podkładały starszemu rodzeństwu lub ojcom, albo wyrabiali je z trzciny, niedopałek, albo z mchu pozyskiwanego ze ścian domu, a nawet z wysuszonego końskiego łajna, co źle odbijało się na ich samopoczuciu i zdrowiu<sup>28</sup>. Sięgali też po alkohol<sup>29</sup>. W gimnazjach palili papierosy zarówno chłopcy jak i dziewczęta. Po pierwszego papierosa sięgali najczęściej z ciekawości. Nie mając pieniędzy na ich zakup, robili je z tytoniu, bibuły, trzciny, co powodowało u niektórych z nich osłabienie i wymioty. Nieraz zgłodniaли uczniowie sięgali po papierosy, by przytłumić poczucie głodu<sup>30</sup>. Część gimnazjalistów piła także alkohol, najczęściej własnego wyrobu. Wiktor Gomulicki (1848–1919) opisuje ohydę takiego alkoholu i wyrabianych papierosów: „Gdyby inspektor zamiast sadzać tych uczniów do kozy, kazał im za karę pić ów likier i palić owe papierosy, uciekaliby z pewnością przed jednym i drugim, jak pies przed kijem. Ale że to był owoc zakazany, więc go spożywali łakomie, choć im niesmak usta wykrzywił”<sup>31</sup>.

Negatywny wpływ na zdrowie i kondycję fizyczną dzieci i młodzieży miejskiej miał ich statyczny tryb życia. Zarówno rodzice jak i nauczyciele nie przywiązywali wagi do wychowania fizycznego. W wielu szkołach nie było odpowiednich obiektów do uprawiania gimnastyki i gier sportowych. Na przykład, w Lublinie zajęcia gimnastyczne odbywały się na placu katedralnym. Tak samo było na pensjach żeń-

<sup>27</sup> Zob. J. Gnatowski [Łada], *Wiosną...*, s. 3-64; Z. Gruszczyńska, op. cit., s. 87-88; P. Gojawiczyńska, op. cit., s. 59-63.

<sup>29</sup> Ibidem, s. 326-328.

<sup>30</sup> Zob. S. Lempicki, *Złote paski. Wspomnienia ze szkoły galicyjskiej*, Warszawa 1957, s. 136-138; A. Dygasiński, *W Kielcach. Opowiadania i uwagi o czasach szkolnych. W Swojczy, czyli żywot poczciwego włościanina*, Warszawa 1952, s. 26, 45, 77; I. Zarzycka, *Panna Irka*, Lublin 1990, s. 18-20, 95-98; Z. Kisielewski, op. cit., s. 29; J. Bieniasz, *Edukacja Józia Barączka...*, s. 65, 104-105; J. Fałat, *Pamiętniki*, s. 44; E. Zegadłowicz, op. cit., s. 186-187; E. Dunikowski, *Z tęczowych dni w szkołach brzeżańskich 1861-1873*, [w:] *Galicyjskie wspomnienia szkolne*, s. 378-379; R. Turek, op. cit., s. 326-328; M. Mazanowski, *Strajk*, [w:] *Idem, Szkice, seryja II*, s. 100; E. Szelburg-Zarembina, *Iskry na wiatr*, s. 267.

<sup>31</sup> W. Gomulicki, op. cit., s. 126-127.



skich, co powodowało choroby, a niekiedy nawet zgony pensjonariuszek<sup>32</sup>.

Młodzi ludzie nie przestrzegali też podstawowych zasad higieny osobistej, co dosadnie ilustruje opinia Jadwigi Zanowej (1892–1964) na przykładzie jednej pensji: „Ach te nogi, często niedomyte, cuchnące nogi brudasek z wiejskich dworów, fetor niedomytych ciał rozwijających się dziewcząt! (...) W większości żadna nie wiedziała i nikt jej nie pouczył, jaka powinna być kultura pielęgnowania swego ciała”<sup>33</sup>. W podobnym tonie o chłopcach pisał Adolf Dygasiński (1839–1902):

Ci wszyscy pensjonarze skwapliwie stronili od wody, mydła, grzebienia. (...) U niektórych malców brud i atrament wrosły w palce i w paznokcie tak uparcie, że matki na żaden sposób nie zdołały tego wywabić w ciągu wakacji. (...) Jeszcze osobliwiej wyglądały twarze niektórych płaksów: brud i atrament rąk, dłonią wcierane razem ze łzami, tworzyły tu desenie cieniowane – coś w rodzaju jabikowitości u koni różnej maści. Umywanie, mianowicie w porze zimowej, stanowiło czczy obrządek zanurzania rąk w wodzie i oplukiwania policzków z lekka<sup>34</sup>.

Na skutek braku higieny powszechna była wtedy wśród dzieci wszawica, którą rodzice uważali za coś zupełnie naturalnego. Gdy jedna z nauczycielek na spotkaniu z nimi poruszyła ten problem, matki zareagowały następująco:

Cóż to była za awantura. – Patrzcie no... Jak im się to w głowach przewróciło... Wszy jej przeszkadzają. Każdy ma wszy. Mój ojciec je miał, ja je mam i moje dziecko też... A pani to nie ma wszów? – Niech pani lepiej dzieci uczy, za co pani płacą, a nie żeby pani dzieciom za kołnierz zaglądała. I dla takiego głupstwa człowieka do szkoły ciągnąć, – nie posiadały się z oburzenia i poszły odgrządzając się, że pójdą na skargę do władz na nauczycielkę – leniucha<sup>35</sup>.

<sup>32</sup> E. Szelburg-Zarembina, „Wielka nagroda” Józefa Czechowicza, [w:] Eadem, *Dzieła: Krzyże z papieru. Legendy Warszawy. Ziarno gorczyczne. Spotkania. W cieniu kolumny*, Lublin 1971, s. 499; J. Kubisz, *Pamiętnik starego nauczyciela. Garść wspomnień z życia śląskiego w okresie budzącego się ruchu narodowego w b. Księstwie Cieszyńskim*, Cieszyn 1928, s. 115; G. Zapolska, op. cit., s. 152, 155, 144–146, 196; Z. Gruszczyńska, op. cit., s. 17.

<sup>33</sup> J. Zanowa, *W służbie oświaty. Pamiętnik z lat 1900–1946*, Wrocław–Warszawa–Kraków 1961, s. 96.

<sup>34</sup> A. Dygasiński, op. cit., s. 42–43.

<sup>35</sup> Z. Gruszczyńska, op. cit., s. 129.

W tej wypowiedzi, jak w soczewce odbija się zacofanie części społeczeństwa omawianego okresu w podejściu do zasad higieny i zdrowego trybu życia. Stąd autorzy analizowanych źródeł wraz ze społecznikami starali się zmieniać tę mentalność.

## Programy i inicjatywy prozdrowotne

Autorzy dzieł literackich opisywali nie tylko przyczyny słabej kondycji młodego pokolenia Polaków, ale także proponowali sposoby ich rozwiązania, w czym przodował B. Prus. Apelowali do władz miejskich o sprzątanie ulic i instalowanie śmietników, budowę kanalizacji i wodociągów, budowę łaźni miejskich i ubikacji miejskich i dbanie o ich czystość. Zachęcali inwestorów i budowniczych do budowy mieszkań spełniających wymogi higieniczne, a ich użytkowników o dbałość, czystość, higienę i estetykę, poprzez sprzątanie i wietrzenie, mycie naczyń, tępienie insektów itp. Dużo uwagi poświęcali też higienie osobistej, zachęcając dorosłych, dzieci i młodzież do używania mydła, mycia twarzy, nóg, czyszczenia paznokci, używania grzebieni, szczoteczek do zębów, prania bielizny osobistej itp. Mając na uwadze zdrowie Polaków, zwracali się z prośbą do społeczeństwa o pomoc materialną dla szpitali i zakładania szkół medycznych w celu kształcenia lekarzy i pielęgniarek, zwłaszcza dla potrzeb mieszkańców wsi, ponieważ ich brak, sprawiał, że chorych, w tym również młodzież i dzieci, leczyli znachorzy, powodując uszkodzenie organów cielesnych, a niekiedy nawet śmierć<sup>36</sup>.

Autorzy dzieł beletrystycznych uświadamiali społeczeństwu polskiemu zło alkoholizmu i niktynizmu. Stanęli w jednym szeregu z duchowieństwem, katechetami, nauczycielami i innymi działaczami społecznymi do walki z alkoholizmem dorosłych, z których przykład brały dzieci i młodzież. Uświadamiali czytelników o destrukcyjnym wpływie alkoholu na rozwój osobowości i zdrowie młodych ludzi. Na ile cenzura im pozwalała, uświadamiali rodziców, że rozpijanie

<sup>36</sup> W. Witos, *Moje wspomnienia*, przedmowa i opr. A. Czubiński, Z. Hemmerling, S. Lato, W. Stankiewicz, Warszawa 1978, s. 132-133; J. Słomka, op. cit., s. 127-128. Zob. C. Galek, op. cit., s. 255-259.

ich dzieci leży w interesie zaborców<sup>37</sup>. Przekonywali też czytelników o szkodliwości palenia tytoniu, co lapidarnie wyraził B. Prus: „Trzeba wiedzieć, że tytoń palony namiętnie jest obrzydliwą trucizną, szkodzi płucom, psuje trawienie, rozstraja nerwy i osłabia ruchy serca”<sup>38</sup>. Do walki z tym nałogiem włączali się niektórzy nauczyciele i katecheci, co przynosiło nieraz pozytywne rezultaty<sup>39</sup>. Dyrektor pewnej szkoły, gdy dowiedział się, że jedna z uczennic pali papierosy wyrabiane z trzciny, poczęstował ją prawdziwym papierosem, nakazując, by się zaciągała dymem. Efekt był taki: „I tak musiałam wypalić caluteńkiego papierosa, a kiedy skończyłam, działo się ze mną coś dziwnego: wszystko wokół mnie tańczyło, wszystko było mgliste, przy tym mdliło mnie nieznośnie”. To sprawiło, że już nigdy nie sięgnęła po papierosy<sup>40</sup>. Część młodzieży nie paliła papierosów, ponieważ dbała o tężyznę fizyczną, a poczucie własnej godności i uczciwość nie pozwalały im na posługiwanie się kłamstwami, do których często uciekali się palacze<sup>41</sup>.

Widząc złe warunki higieniczne miejsc, w których bawiły się dzieci, pisarze mobilizowali społeczność lokalną do organizowania ogrodów oraz placów gier i zabaw oraz budowania przy nich hal, w których dzieci mogłyby mieć zajęcia w czasie deszczu i zimą, a dzieci biedne i zaniedbane powinny mieć zapewniony posiłek i dostęp do łaźni. „Wielka to reforma – pisał B. Prus – wydobyć dziecko z jaskini brudu i zepsucia na światło i świeże powietrze, ale nade wszystko oddać je pod opiekę ludzi dobrych!”<sup>42</sup>. Autor ten widząc zaniedbane, biedne, chore i zagrożone demoralizacją dzieci miejskie, już w 1874 roku, rzucił pomysł wysyłania ich na wieś, gdzie na łonie natury, pod opieką fachowych wychowawców, mogłyby połączyć odpoczynek z zabawą, gimnastyką i sportem, co zostało urzeczywistnione w 1882 roku przez lekarza i społecznika

<sup>37</sup> R. Turek, op. cit., s. 326-328; E. Zegadłowicz, op. cit., s. 186-187; Z. Nowakowski, *Rubikon*, Warszawa 1935, s. 125-134; A. Dygasiński, op. cit., s. 26.

<sup>38</sup> B. Prus, *Kroniki*, t. 4, s. 378.

<sup>39</sup> Zob. S. Pigoń, *Z Komborni w świat...*, s. 195-196; S. Łempicki, *Złote paski...*, s. 136-138; W. Gomulicki, op. cit., s. 281-284; I. Zarzycka, *Panna Irka*, s. 18-19, 21-22.

<sup>40</sup> Ibidem, s. 23-24 (cyt. s. 24).

<sup>41</sup> W. Sieroszewski, op. cit., s. 44-45.

<sup>42</sup> B. Prus, *Kroniki*, t. 16, s. 149.

Stanisława Markiewicza (1839–1911), który zapoczątkował organizację kolonii letnich na wioskach dla dzieci miejskich. W organizację kolonii włączyło się wielu społeczników, lekarzy, publicystów i pisarzy z trzech zaborów, a wśród nich był m.in. Janusz Korczak (1878–1942). Mieszkańcy wsi, zarówno chłopci jak i ziemianie chętnie przyjmowali miejskie dzieci do swoich zagród. Często przyjeżdżały na nie dzieci wygłodzone, brudne i zarażone wszawicą. W ciągu czterech tygodni przybierały na wadze i zwiększała się u nich odporność organizmu. Dało się zauważyć także ich rozwój umysłowy, moralny i religijny. Nabierały nawyków higienicznych, poznawały przyrodę, pracę i zwyczaje mieszkańców wsi. Szacuje się, że na przestrzeni 25 lat w koloniach uczestniczyło około 40 tys. dzieci<sup>43</sup>.

Zgodnie z założeniami pedagogiki Herberta Spencera (1820–1903) w XIX wieku zaczęto przywiązywać coraz większą wagę do wychowania fizycznego. Na ziemiach polskich propagowali go pierwsi higieniści szkolni: Tadeusz Żuliński (1889–1915; Lwów), Stanisław Markiewicz (1839–1911; Warszawa), Stanisław Domański (1844–1916; Kraków), pedagog Ewaryst Estkowski (1820–1856), a także publicyści-pozytywiści: Bolesław Prus (1847–1912), Adam Wiślicki (1836–1913), Aleksander Makowiecki (1840–1907), Konrad Prószyński (1851–1908) i inni. Autorzy dzieł beletrystycznych przestrzegali, że brak odpowiedniego wychowania fizycznego dzieci i młodzieży sprawia, że „z tego to źródła wypływają owe zapaly słomiane, grymasy histeryczne, owe duchowych i fizycznych bankrutów zniechęcenia”<sup>44</sup>. Zgodnie z pozytywistyczną zasadą „w zdrowym ciele zdrowy duch”, uważali, że zdrowy i silny organizm jest podstawą funkcjonowania i wszechstronnego wychowania człowieka. Na jego silnym fundamencie można rozwijać go pod względem intelektualnym, estetycznym, moralnym, religijnym i społecznym. Przekonywali rodziców i nauczycieli, by zachęcali dzieci i młodzież do uprawiania gimnastyki dla wzmocnienia ich kondycji fizycznej i psychicznej. Bez niej młodzi ludzie stają się zamknięci, apatyczni, aspołeczni, wåtli, chorowici, co nieraz doprowadza ich do śmierci<sup>45</sup>.

<sup>43</sup> Zob. D. Apanel, *Zdrowy styl życia w korczakowskim wychowaniu kolonijnym*, [w:] E.J. Kryńska, A. Suplicka, U. Wróblewska (red.), *Dziecko w historii – wątek korczakowski*, Białystok 2013, s. 192-207; C. Galek, op. cit., s. 216-217; K. Łazarowicz, *25 lat działalności Kolonii Letnich w m. Warszawie*, Warszawa 1907.

<sup>44</sup> M. Mazanowski, *O Włacie*, [w:] Idem, *Szkice*, seryja II, s. 42.

<sup>45</sup> Ibidem, s. 46 passim; B. Prus, *Kroniki*, t. 10, s. 143-144.

Apelowali też do rodziców i nauczycieli, by dawali przyzwolenie swoim dzieciom na zabawy ruchowe, związane nawet z pewnym ryzykiem, ponieważ wyrabiają one zręczność, odwagę, kształtują wyobraźnię i są spontaniczną formą gimnastyki. Kładli też nacisk na konieczność angażowania dzieci i młodzieży do wykonywania prac fizycznych, które dostosowane do ich możliwości, są korzystne dla rozwoju ich tężyzny fizycznej i mają przełożenie na polepszenie jakości i warunków życia Polaków. Jeden z nich apelował:

Nie dość umysł ćwiczyć. Mięśnie także i nerwy hartujmy, aby zdolne były do pracy i czynów. Nie dość ducha karmić, dajmy także chleba uczącej się dźwiatwie, by przedwcześnie sił młodych nie sterała. Nie dość pracą obarczać. Nauczmy, jak ma pracować bez niepotrzebnej utraty czasu. Na nic gnębić: pogodę i wiarę rozmnożmy, skutecznej pracy podstawę<sup>46</sup>.

W dzieło propagowania kultury fizycznej zdrowego stylu życia włączyło się założone w 1867 roku we Lwowie przez T. Żulińskiego Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół”, które starało się uzupełnić brak gimnastyki w niektórych szkołach poprzez stworzenie dla młodzieży odpowiednich warunków do jej uprawiania oraz różnych dyscyplin sportowych. W niektórych ośrodkach w zajęciach uczestniczyły także dziewczęta. Społeczeństwo postrzegało w nim załączki odrodzenia Polski<sup>47</sup>. W omawianym okresie funkcjonowały młodzieżowe tajne związki patriotyczne, w ramach których ich członkowie dbali o sprawność fizyczną m.in. poprzez uprawianie gimnastyki oraz uczyli się posługiwania się bronią, z myślą o udziale w przyszłym powstaniu narodowym<sup>48</sup>.

Zasady zdrowego stylu życia wśród młodzieży krzewił skauting, którego założycielem na ziemiach polskich był Andrzej Małkowski (1888–1919). Należeli do niego chłopcy i dziewczęta. Mikołaj Mazanowski (1861–1944) tak widział wszechstronne zalety tej organizacji:

<sup>46</sup> M. Mazanowski, *O Własie*, s. 49-50.

<sup>47</sup> A. Nossig, *Jan Prorok. Opowieść na tle galicyjskim z roku 1880 w dziewięciu księgach*, Lwów 1907, s. 172-176; Z. Nowakowski, *Rubikon*, s. 14; H. Obiezińska, *Jedno życie prywatne na tle życia Narodu Polskiego w wieku XX*, Bydgoszcz 1995, s. 45.

<sup>48</sup> I. Daszyński, *Pamiętniki*, t. 1, Warszawa 1957, s. 21.

Skaut szczerą prawdę zawsze i wszędzie ma mówić, co dzień jakiś pożyteczny uczynek ma spełnić, ma być karny i czujny, o honor swój dbały, na trud, głód, bezsenność i zimno wytrwały, w nauce szkolnej pilny; skaut ani tytoniem, ani alkoholem, ani żadnym innym zmysłowem nadużyciem nie znieprawia duszy i nie osłabia tężyzny ciała. Skaut za ojczyznę i bliźnich chętnie w potrzebie krew własną przeleje<sup>49</sup>.

Skauting przywiązywał dużą wagę do pobytu młodzieży na świeżym powietrzu, organizując dla niej wycieczki, biwaki, gry i zabawy sportowe oraz zajęcia o charakterze militarnym, z umiejętnością posługiwania się bronią palną włącznie. Podczas I wojny światowej skauci bohatersko walczyli o wolność Polski. Niektórzy z nich polegli, inni odnieśli ciężkie rany. Ich bohaterstwo, sprawność bojową i patriotyzm doceniali nawet wroży im oficerowie rosyjscy<sup>50</sup>.

W drugiej połowie XIX stulecia stała się modna turystyka. Propagował ją m.in. znany wtedy lekarz Tytus Chałubiński (1820–1889). Bolesław Prus widział w turystyce pieszej istotny probierz ogólnej kondycji społeczeństwa, ponieważ jego zdaniem „jedną z ważnych miar cywilizacji i szczęścia narodu jest liczba gromad, które podczas lata przebiegają jego terytoria”<sup>51</sup>. Młodzi ludzie ulegali tym sugestiom i samodzielnie organizowali piesze wycieczki, poznawali zabytki architektury oraz faunę i florę swoich okolic, a niekiedy także dalszych regionów, co rozwijało ich pod względem intelektualnym i estetycznym i dobrze wpływało na ich zdrowie fizyczne i psychiczne<sup>52</sup>. By zaspokoić potrzebę ruchu, uczniowie w czasie przerw międzylekcyjnych i po lekcjach biegali po podwórzach szkolnych, skakali, grali w piłkę, rzucali w siebie kasztanami, a zimą gałkami śnieżnymi<sup>53</sup>. W bardzo wielu

<sup>49</sup> M. Mazanowski, *O Własie*, s. 64.

<sup>50</sup> Ibidem, s. 62-64, 68-73; C. Latawiec, *Sandomierz – moja młodość*, Warszawa 1976, s. 99-100; E. Szelburg-Zarembina, *Iskry na wiatr*, s. 368-369, 372-373, 377-378.

<sup>51</sup> B. Prus, *Kroniki*, t. 6, s. 165.

<sup>52</sup> W. Goetel, *Pod znakiem optymizmu*, s. 37-49, s. 257; J. Błoński, *Pamiętnik 1891-1939*, Kraków 1981, s. 26-27; M. Rusinek, op. cit., s. 102-103; S. Łempicki, *Złote paski...*, s. 130-134; J. Bieniasz, *Maturanci*, s. 280-283; Z. Gruszczyńska, op. cit., s. 84; M. Rusinek, op. cit., s. 102-103.

<sup>53</sup> E. Szelburg-Zarembina, *Iskry na wiatr*, s. 323; S. Żeromski, op. cit., s. 89-92; M. Rusinek, op. cit., s. 100; W. Sieroszewski, op. cit., s. 30-31; B. Hertz, op. cit., s. 149-157; J. Kubisz, op. cit., s. 114.

pamiętnikach można wyczytać, że znaczna część młodzieży spontanicznie uprawiała różne dyscypliny sportowe, takie jak: strzelectwo, kolarstwo, szermierkę, zapasy, biegi, łyżwiarstwo, boks, różne gry w piłkę, a także sporty wodne np. pływanie, wioślarstwo i żeglarstwo i inne<sup>54</sup>. Zdaniem Stefana Roweckiego (1895–1944), wypływało to niekiedy z motywów patriotycznych. Młodzież liczyła się z możliwością udziału w bojach o niepodległość Polski. Miała świadomość, że aby zwyciężyć na polach bitew, trzeba przewyższać przeciwników sprawnością fizyczną, odwagą, zręcznością i lepszym przygotowaniem bojowym<sup>55</sup>.

Reasumując, trzeba podkreślić, że działania podjęte przez literatów i społeczników w celu poprawy zdrowia i higieny młodych Polaków, przyniosły pozytywny skutek. Zapewne dzięki nim znaczna część pokolenia młodzieży wychowanej w niewoli, przyczyniła się do odzyskania niepodległości przez Polskę w 1918 roku, stawiała opór nawale sowieckiej w 1920 roku. Włączyła się w odbudowę Ojczyzny w okresie międzywojennym. Podczas II wojny światowej walczyła na wielu frontach z armią niemiecką i brała czynny udział w ruchu oporu, a po jej zakończeniu sprzeciwiała się sowietyzacji Polski.

---

<sup>54</sup> Zob. W. Sieroszewski, op. cit., s. 55-56; W. Gomulicki, op. cit., s. 97, 109, 134-145; J. Kubisz, op. cit., s.114; S. Żeromski, op. cit., s. 26-27; B. Hertz, op. cit., s. 149-157; J. Błoński, *Pamiętnik 1891–1939*, s. 26-27; J. Jakóbiec, op. cit., s. 406, 417, 445.

<sup>55</sup> S. Rowecki, *Wspomnienia i notatki autobiograficzne (1906–1939)*, wybór tekstów A.K. Kunert, J. Szyrmer, Warszawa 1998, s. 19.