

KLAUDIA ADAMCZEWSKA*
Uniwersytet Łódzki

REFLEKSJE NA TEMAT ZDROWEJ I SZCZĘŚLIWEJ STAROŚCI
W *ŻYWCIE CZŁOWIEKA POCZCIWEGO* MIKOŁAJA REJA I *ZIELNIKU* STEFANA FALIMIRZA
(SFERY *SACRUM* I *PROFANUM*)

Funkcjonowanie jednostki w społeczeństwie, uwarunkowane jest jej kondycją fizyczną i psychiczną¹. Rodzima literatura dawna percypowała śmierć jako pojęcie ogólne, współistniejące z — powszechnie znanym — motywem *vanitas*. Tematyka związana z podeszłym wiekiem w życiu człowieka, to przede wszystkim przemijanie, bliskość śmierci i wynikająca z niej konieczność rozliczenia się z przeszłością. Starość nabierała wtedy znaczenia pejoratywnego. Była synonimem końca i tak postrzegana wywoływała niechęć społeczeństwa². Starość, według jednego z włoskich myślicieli — Santorio Santorio, który stworzył teorię „niewidzialnego parowania”, uważana była za jedną z chorób wynikającą z rozkładu „tchnień duchowych”. Pozwalają one ciału spełnić jego czynności. Szczątki tchnień wypełniają tkanki oraz powodują ich twardnienie w wyniku czego zostają odnowione — następuje wówczas starość, która pociąga za sobą śmierć³.

Jednak dążenie ziemskie do osiągnięcia szczęścia wiecznego nie stanowiło jedynego problemu ludzkości. Kłopot pojawiał się wówczas gdy kondycja fizyczna jednostki i jej zdrowie, nie pozwalały pracować nad doskonaleniem duszy i wykonywaniem uczynków względem niej. Skupiano się wtedy na wyeliminowaniu dolegliwości doskwierających ciału, by móc oddać się pracy nad duszą. Aby okres rekonwalescencji nie trwał zbyt długo, wskazane było zasięgnięcie fachowej porady medycznej. Ludzie w XVI wieku uparcie wierzyli w działanie tradycyjnych metod leczniczych, dlatego też naprzeciw ich oczekiwaniom wyszedł Stefan Falimirz. W pierwszej polskiej popularnej encyklopedii lekarsko-przyrodniczej *O ziołach i mocy ich* przedstawił metody leczenia i zapobiegania chorobom, wykorzystując sposoby oparte na tradycyjnej medycynie naturalnej.

Już od dawna próbowano odnaleźć doskonały lek na wydłużenie ludzkiego życia. Niestety, jedynym antidotum, do którego zdołano dotrzeć, była recepta ludowa.

* Klaudia Adamczewska — studentka filologii polskiej Uniwersytetu Łódzkiego. Pracę licencjacką poświęciła funkcji dydaktycznej kazań wybranych mówców staropolskich. W pracy magisterskiej podejmuje próbę ukazania człowieka wobec tajemnic świata według poradnika medycznego Stefana Falimirza.

¹ A. A. Zych, *Człowiek wobec starości — szkice z gerontologii społecznej*, Katowice 1999, s. 27–42.

² E. Twardowska, *Dozwolone do lat... czyli o starości i erotyzmie w żartach i obcesach staropolskich*, [w:] *Starość raz jeszcze: (szkice)*, red. J. Olejniczak, S. Zając, Katowice, Częstochowa 2007, s. 141.

³ J.-P. Bois, *Historia starości. Od Montaigne'a do pierwszych emerytur*, przekł. M. Karczevska, Warszawa 1996, s. 28–29.

Zawierała ona porady pozwalające uniknąć, bądź umiejętnie radzić sobie z różnego rodzaju schorzeniami⁴. Troska o ciało, które po śmierci zostaje unicestwione (*profanum*) umożliwiawała jednocześnie dbanie o ducha (*sacrum*), co zbliżało jednostkę do osiągnięcia zdrowej i szczęśliwej starości.

Nietrwałość urody pozwala na przyporządkowanie kategorii cielesności sferze profanum, czyli ziemskiemu, doczesnemu, kruchemu bytowi rzeczy materialnych. Paradoksalnie jednak właśnie ta wartość ciała pozwala człowiekowi, który umie z niej roztropnie korzystać, zakosztować prawdziwej miłości w relacjach międzyludzkich, przez co zbliża go do tajemnicy sacrum, bo przecież, jak pisał św. Jan: „Bóg jest miłością”⁵.

W związku z krótszą niż obecnie średnią życia, trudno było wskazać precyzyjnie moment, który decydował o tym, czy dana osoba jest stara, czy też jeszcze nie. Przyjmowano, że dla kobiet okres dojrzałości kończył się wraz z możliwościami rozrodczymi. Mianem „starej szkapy” określano panią trzydziestokilkuletnią, dlatego też odpowiedni wiek do zawarcia małżeństwa przypadał na dwadzieścia lat. Dolna granica zaś wskazywała u kobiety na dwunasty rok życia. W przypadku mężczyzny okres młodości trwał trochę dłużej, jednak pięćdziesięciolatek uważano już za osoby mocno posunięte w latach⁶.

Mikołaj Rej w trzeciej części *Żywota człowieka pocziwego* wysnuł kilka refleksji dotyczących ostatniego już etapu wędrówki jednostki po świecie doczesnym. Umieścił wskazówki i rady, co czynić, by móc dobrze rozliczyć się z przeszłością. Falimirz zaś w *Zielniku* podał zalecenia, odnoszące się do utrzymania poprawnego funkcjonowania organizmu i właściwej kondycji fizycznej. Wszystko to było potrzebne człowiekowi do osiągnięcia szczęścia wiecznego, a dzięki temu zdrowej i spokojnej starości.

Osoba zbliżająca się do kresu życia analizowała i oceniała swoje dotychczasowe poczynania. Występki i złe uczynki, których się dopuściła nie przybliżają jej do świętości, a przecież do tego powinna była dążyć. Rej, opisując chrześcijańskie i prawe życie, a tym samym dbałość o duszę, przywołał biblijną historię, o królu Dawidzie. Miała ona ukazać człowiekowi „co starzec do poćciwego żywota na pomoc ma brać”⁷. Pisarz zwrócił uwagę na trzy cnoty Boskie, tj. wiarę, nadzieję i miłość.

Bo z wiary będziesz miał taką opatrność Pańską, bezpieczeństwo i pokój, że będziesz jako Anioł Boży chodził sobie zawsze pod królestwem jego, pod mocą a pod obroną a pod opatrnością jego, że cię żaden strach nigdy straszny być nie może, a nic nigdy żadne niebezpieczeństwo nie będzie mogło przekazać do każdych swoich pocziwych spraw. Patrząc zaś na to będziesz miał z łaski tu jeszcze za żywota swego, gdy będziesz życzliwie miłował bliźniego swego, to też inaczej być nie może, jedno że cię też wszyscy miłować

⁴ G. Minois, *Historia starości. Od antyku do renesansu*, przeł. A. Marczevska, Warszawa 1995, s. 287–291.

⁵ M. Krzysztófik, *Ciało ludzkie między sacrum a profanum. Literatura XVII wieku wobec ontologii cielesności*, [w:] *Kultura staropolska — poszukiwanie sacrum, odnajdywanie profanum*, red. B. Rok, F. Wolański, Toruń 2013, s. 225–247.

⁶ E. Twardowska, *dz. cyt.*, s. 142–148.

⁷ M. Rej, *Żywot człowieka pocziwego*, cz. 3, Warszawa 1829, s. 21.

muszą. A gdy cię wszyscy miłować będą, już ci z tego urosnie życzliwość, pocziwość, sława, powaga pocziwych lat twoich, żywot rozkoszny a spokojny, boć już nikt w nim z onej spełnionej miłości przekazać nie będziesz mógł. A czegoż ci za żywota twego w tej sędziwości twej nie będzie dostawało, bowiem zasię nadzieja to wszystko w tobie jako mocnym przywilejem upewni i zapieczętuje, iż już w tym twym jako słyszysz wdzięcznym a spokojnym żywocie, który z wiary a z łaski przypadnie, będziesz zawsze chodził w bezpiecznej nadziei, iż cię to nigdy nie minie, co jest w obietnicach Pańskich dane⁸.

Wiara, nadzieja i łaska, według Reja, stanowiły fundament życia pocziwego, które prowadziło do osiągnięcia królestwa niebieskiego. Wyrzeczenie się dóbr doczesnych, a tym samym dużej ilości gromadzonych przez całe życie pieniędzy, sukien czy innych kosztowności, stanowiło kolejny warunek mający przybliżyć człowieka do Boga. Czas, który nieustannie uciekał, działał na niekorzyść starca i rozliczał go z każdej mijającej godziny, minuty, a nawet sekundy. Bardzo często bywało tak, że to, co błahe i niepotrzebne zajmowało zbyt wiele czasu. Ludzie przejmowali się tym co trywialne, zapominając zupełnie o tym, co istotne. Sędziwy wiek człowieka świadczył o postawie wobec życia i zbliżającym się jego kresie. Tacy ludzie koncentrowali się na modlitwie i rachunku sumienia, rezygnując jednocześnie z prowadzenia aktywnego trybu życia. Parafrazując fragmenty biblijne, Rej przełożył osiem błogosławieństw na powinności, które musiała wykonać jednostka, by móc w pełni radować się osiągnięciem szczęścia wiecznego.

Rej w *Żywocie* wspominał również o zbytнім zamartwianiu się człowieka wydarzeniami, które przeminęły. Podkreślił, że rozpamiętywanie przygód i złych wybryków niczemu nie pomoże, a jedynie zaszkodzi. Jednostka skupiałyby się wówczas na przeszłości, ignorując teraźniejszość. Obarczając siebie winą, nie jest w stanie naprawić błędów czy też odwrócić niepowodzeń wynikających z rozpustnego i przygodnego życia. Refleksja wysnuta przez autora dotycząca siedmiu grzechów głównych, stanowiła kolejny drogowskaz ukazujący jak dobrze żyć. Nikt bowiem nie zastanawiał się nad tym, co mogło wydarzyć się później, a nieszczęśliwy był człowiek, który w „nieszczęsnym próżnowaniu czas swój tracił”⁹. Ludzie żyjący w XVI wieku obawiali się śmierci, a tym samym starości. Ich niepokój wynikał przede wszystkim ze świadomości utraty sił witalnych, jak również z lęku przed odrzuceniem, zwłaszcza przez najbliższych. Niechęć do starszych wynikała z konieczności zapewnienia utrzymania i opieki nad osobami słabymi i niezdolnymi już do pracy.

Sfera *sacrum*, silnie zaznaczona, funkcjonowała nierozzerwalnie ze sferą *profanum*. Człowiek dbający o swoją duszę, nie powinien zaniedbywać również ciała. Choroby doskwierające ówczesnym ludziom starszym odciskały piętno na poprawnym funkcjonowaniu organizmu. Brak dostępu do fachowej opieki medycznej skłaniał społeczeństwo do zasięgania porad opartych na tradycyjnej medycynie naturalnej. Jednym z pierwszych autorów rodzimej literatury farmaceutycznej był Falimirz. W *Zielniku* umieścił sposoby przyrządzania lekarstw, a także opisy najpowszechniejszych chorób wraz ze sposobami ich przeciwdziałania.

⁸ Tamże, s. 23–24.

⁹ Tamże, s. 144.

Jedną z częstszych dolegliwości doskwierających człowiekowi w okresie późnej dorosłości była skłonność do wypadania zębów stałych. Przyczyna ich utraty mogła mieć podłoże genetyczne — słabość oraz nadmierna wrażliwość, jak również nieprawidłowa dbałość o zęby. Żeby jednak temu zapobiec i utrzymać jak najdłużej stałe zęby ważna była ich pielęgnacja od najmłodszych lat. Falimirz przygotował również kilka przydatnych wskazówek leczniczych dotyczących tej przypadłości.

Naprzód jest silnej pomocy na utwierdzenie ruszających się zębów, ocet w aptece, tym sobie zęby płukać, i k temu wdzięczną wonią ustam daje. Też wino białe z Mirrą a z oliwą przyważone, to w ustach trzymaj, jest niepospolitej mocy ku umocnieniu poruszonych zębów, i też próchnienia ich niepospolicie broni. Też w ten czas gdy na zęby stękają, tedy masło wypłukane, a z miodem zmieszane, pocierać tym dziąsła i wszystko co bywa w dziąsłach oddala, i też wolno zęby z dziąseł występują¹⁰.

Radykalne często sposoby przeciwdziałania wypadaniu zębów stałych, pozwalały zmniejszyć ryzyko, a nawet zapobiec tej dolegliwości.

Moczenie nocne to jedna z niekomfortowych przypadłości towarzyszących osobom starszym. Dolegliwość ta mogła mieć podłoże psychiczne lub biologiczne. Niezależnie od przyczyny, nieświadome oddawanie moczu wywierało niekorzystny wpływ na stan psychiki, a nasilenie problemów psychicznych czy emocjonalnych narastało z czasem trwania choroby. Aby jej zapobiec, Falimirz zaproponował kilka skutecznych sposobów przeciwdziałania:

Naprzód koral czyrwonny na proch starty, a z wodą albo z wódką babczaną na noc pity, znakomicie broni osikania w spaniu. Też korzenie omanowe, z babczaną wódką pite, broni tej niemocy. Czy nasienie Laktuczane i kurzej nogi ziela: starte, a z cukrem zmieszane, daj na noc z wódką babczaną, albo z piwem¹¹.

Regularne spożywanie przygotowywanych suplementów sprzyjało ograniczeniu, a nawet wyeliminowaniu problemu. Dzięki świadomości wyzbycia się tej przypadłości osoba chora poprawiła swoją kondycję psychiczną.

Stan, który charakteryzuje się brakiem dopływu bodźców nerwowych do mózgu zwany jest paraliżem lub inaczej porażeniem. Skutkiem tej choroby mógł być, całkowity bądź częściowy bezruch¹². Takie schorzenie często bywało uciążliwe dla najbliższego otoczenia chorego, jak również dla samego poszkodowanego. Dlatego też autor *Zielnika* podał kilka porad, jak umiejętnie sobie z nim radzić. Zauważył że, najważniejsza jest pomoc, a wszystkie lekarstwa stanowią swoisty dodatek lecznicy. Jedną z metod, którą zaproponował Falimirz, była następująca:

Naprzód jeśli może chodzi wziąć piłuły, tedy mu daj na świtanie dragme smrodliwych piłuł uczyniwszy z dragmy dziewięć i daj mu te połknąć po jednej. Jeśli nie może wziąć piłuł, tedy mu klisteriję¹³ uczyn.

¹⁰ S. Falimirz, *O ziołach i mocy ich*, Kraków 1534, s. 794.

¹¹ Tamże, s. 803.

¹² E. Herman, *Diagnostyka chorób układu nerwowego*, Warszawa 1967, s. 281–283.

¹³ Wlewanie płynu do odbytnicy, powszechnie znane zjawisko jako lewatywa, L. A. Jankowiak, *Słownictwo medyczne Stefana Falimirza*, t.2, *Słownik*, Warszawa 2006, s. 184.

Zwarzywszy w prostej wodzie, rumien, ślaz, szalwia, fig z kilka, jakowcu spół garści, piołynku trochę przyczyniwszy, a potem powarzywszy wszystkiego onego dobra chwilę, odlej izby onego było trochę mniej kwarty, potym rozpuść w onym ukropie Jerepigre¹⁴ dwa łoty, benedykta laksatywa¹⁵ łot jeden, oliwy z pięć łotów wlej, soli spół łyżki wysp. Otóż masz klisterę, którą wlać masz przez Instrument na to uczyniony: zadkiem w chorego człowieka, a niechaj w sobie dźwierz co nadłużej może potym we trzy albo we dwie godzinie dasz mu co lekkiego zjeść. Potym gorczycą wiercianą z miodem a z octem masz go często, to jest trzeciego a trzeciego dnia karmić, abowiem osobnej jest a doświadczonej pomocy na paraliż¹⁶.

Bezruch wywołany porażeniem mózgowym, wykluczał człowieka z poprawnego funkcjonowania w społeczeństwie. Ryzyko zachorowania zwiększało się zwłaszcza w ostatnim etapie życia. Sposoby zapobiegające powstawaniu paraliżu czy też łagodzące objawy, znacznie ułatwiały bliskim opiekę nad cierpiącym. Świadomość własnego ciała, a zarazem czynności motoryczne mogły być wówczas, w znacznej mierze, wykonywane przez chorego.

Dolegliwości doskwierające człowiekowi w okresie starości, były jedną z przyczyn ucieczki przed nieuniknionym biegiem życia. Obawiano się nie tylko odrzucenia z powodu braku sił vitalnych, ale także odczuwano lęk przed zbliżającym się kresem wędrówki ziemskiej. Śmierci nikt nigdy nie widział, nikt jej nie przeżył, a w związku z tym strach przed czymś nieznanym był zupełnie naturalnym zjawiskiem.

Bowiem pocziwemu a rozumem ozdobionemu człowiekowi a czemu być ma śmierć straszna? Gdy nic na swym sumieniu nie czuje co by mu do łaski Pańskiej, do żywota wiecznego przeszkadzać miało, gdyż ozdobił staniczek swój takim żywotem i takimi sprawami, że i po śmierci sława jego nigdy umrzeć nie będzie mogła. Gdy też będzie pewien, iż dusza ona jego miła w rozkoszy a w radości zachowana być ma aż do zawołania swego, a ciało też jako smacznym snem iż też uspokojone będzie¹⁷.

Każdy kto wiódł życie prawe, dobrze czynił, jak również ten, kto doznał nawrócenia nie powinien obawiać się śmierci. „Stały człowiek niczego się nie boi”.

A tak już stój w tym boju mocno, a nie odnoś nic w tej stałości swej umysłu swego od Pana swego aż cię będzie świat a fortuna po części odciągała od tego łudarstwa a kuglarstwa swemi, żeć się jakoś myśl odciągała od bezpieczeństwa twego, a wodziła cię w niepotrzebne rozmysły świata tego, ale ty nic niedbaj na to, wszakżeś się już dosyć napatrzył tego wszystkiego, i hojnieś używał tego. A słuchaj Apostoła świętego który na cię woła: póki czas mamy starajmy się o to co nam przystoi, abyśmy dobrze wszystko czynili. Bo to wiedz pewnie jakimi się tam sprawami postawisz, z takimi też osądzon będziesz¹⁸.

Śmierć rozumiana jako proces przejścia z życia ziemskiego do życia wiecznego, stanowiła ostatni etap ludzkiej wędrówki w świecie doczesnym. Starość jej towarzysząca

¹⁴ Lek stosowany przez Galena podawany zwykle w postaci tzw. konfektu (powleczonea cukrem substancja lecznicza), której głównymi składnikami były: aloes, narda indyjska, cynamon, szafran, mastyka i miód. Tamże, s. 168.

¹⁵ Kuklik pospolity. Tamże, s. 32.

¹⁶ S. Falimirz, *dz. cyt.*, s. 787.

¹⁷ M. Rej, *dz. cyt.*, s. 168–169.

¹⁸ Tamże, s. 211.

przygotowywała do osiągnięcia wiecznego szczęścia. Z uwagi na to, że życie miało przyrodzony i z góry określony kres, nikomu nie wolno było sztucznie go przedłużyć¹⁹.

Osiągnięcie szczęśliwej, zdrowej i spokojnej starości opierało się na zaspokojeniu potrzeb ciała i ducha. Rodzima literatura dawna dużo miejsca poświęciła dbałości o sferę *sacrum*, traktując zarazem pobieżnie tematykę ułomności ludzkiego ciała uważanego za narzędzie, którym posługuje się duch²⁰. Człowiek znajdujący się u kresu własnego życia, często wykluczony z aktywnego funkcjonowania, opadał z sił i tracił chęci do dalszego działania. Aby jednak temu zapobiec należało skupić się na dążeniu do osiągnięcia szczęścia wiecznego. Zaniechanie wykonywania ciężkich prac fizycznych i poświęcenie czasu na uczynki względem ducha, nierzadko wypełniały pozostałą część życia jednostki. Dążenie do osiągnięcia życia wiecznego często wiązało się z zapewnieniem wewnętrznego spokoju i szczęścia człowiekowi. Czasami w pracy nad sobą przeszkadzała ludziom pojawiająca się choroba. Konieczne było podjęcie natychmiastowych starań, by doprowadzić jednostkę do prawidłowego funkcjonowania, a tym samym przywrócić dobrą kondycję fizyczną.

Dbałość o zaspokojenie potrzeb duszy jak i ciała stanowiła istoty problem egzystencjalny ówczesnego społeczeństwa. Współistnienie sfery *sacrum* i *profanum* ukazywało, że występują one nierozzerwalnie w życiu każdego człowieka. Ciało jest świętością, a zarazem bytem świeckim. Platoński dualizm duszy i ciała oraz Arystotelesowska koncepcja jedności ciała i ducha ukazują, że przenikanie się istniejących sfer stanowi nierozzerwaną jedność istnienia. Tak więc zarówno Rej, jak i Falimirz przedstawili niezawodny przepis na osiągnięcie zdrowej, spokojnej i szczęśliwej starości.

Klaudia Adamczewska

REFLECTIONS ON A HEALTHY AND HAPPY OLD AGE IN THE *LIFE OF AN HONEST MAN* MIKOŁAJ REJ
AND *HERBARIUM* STEFAN FALIMIRZ (THE SACRED AND THE PROFANE)

Summary

Mikołaj Rej and Stefan Falimirz took in their works the subject of old age, presenting it in two different ways. Falimirz wrote in herbarium about a sphere physicality, while Rej in the *Life of an Honest Man* of the spiritual sphere. The purpose of the human earthly journey is to achieve eternal life. This will be possible if an entity full of site attempt to live according to Christian deeds. I wrote an article about the combination of these two aspects.

Słowa kluczowe: *sacrum*, *profanum*, starość, choroba umysłu, choroba duszy

Keywords: *sacrum*, *profanum*, senility, disease, disease of the soul

¹⁹ G. Minois, *dz. cyt.*, s. 288–289.

²⁰ M. Krzysztofik, *dz. cyt.*, s. 225–247.