

**Część I. Historyczne  
aspekty powstania  
i funkcjonowania uzdrowisk**



# Rozdział I. Zarys historii rozwoju uzdrowisk w Europie

## § 1. Pierwotne leczenie uzdrowiskowe w Europie

Mówiąc o historii leczenia uzdrowiskowego, śmiało można postawić tezę, że dzieje tej formy leczenia są w zasadzie prawie tak odległe, jak odległa jest historia gatunku ludzkiego i trudno byłoby dziś podać nawet jakąś przybliżoną datę rozpoczęcia używania naturalnych surowców leczniczych w procesie leczenia człowieka. Niewątpliwie podstawą pierwotnego leczenia, w tym także leczenia, które dziś nazywamy uzdrowiskowym, było wszystko to, co dała natura, a więc woda, zioła, glinki, błota.

Efekty lecznicze u ludzi uzyskiwano zazwyczaj metodą prób i błędów lub w wyniku obserwacji zachowania zwierząt, które często naprowadzały na trop leczniczego surowca. Choć setki czy tysiące lat później do rozwoju leczenia, opartego na naturalnych surowcach leczniczych, przyczyniali się głównie możni, traktując pobyt u wód jak jakiś rytuał, to jednak pierwotna wiedza o właściwościach leczniczych naturalnych surowców pochodziła od ludzi gminu. To oni, obserwując zachowanie zwierząt, które korzystały z tego, co zaoferowała natura, a także poprzez własne doświadczenia przyczyniali się, na początku nieświadomie, do rozpropagowania naturalnych surowców leczniczych.

Rodzaj naturalnych surowców leczniczych, wykorzystywany w procesie leczenia, związany był zazwyczaj z regionem, w którym żył człowiek. W jednym miejscu były to wody czy peloidy<sup>1</sup>, o określonym składzie chemicznym i działaniu leczniczym, a w innym zioła, rośliny lub zupełnie inne naturalne surowce. Także skład środków leczniczych pochodzenia roślinnego używanych

---

<sup>1</sup> Peloidy (gr. *pelos* – błoto) – utwory geologiczne, które po rozdrobnieniu i zmieszaniu z wodą są wykorzystywane do celów leczniczych w formie kąpeli lub okładów. Do peloidów naturalnych zaliczane są borowiny, sapropel (szlamy wodne), fango (muły wulkaniczne) oraz glinki, lessy i kredy (złożone z  $\text{SiO}_2$ ,  $\text{CaCO}_3$  i  $\text{Al}_2\text{O}_3$ ) – definicja według J. Bażyńskiego, S. Turka, Słownik hydrogeologii, s. 192.

do leczenia zmieniał się w zależności od gatunków roślin, których dany region dostarczał. To choćby z tego tytułu, jak słusznie zauważa Z. Gajda<sup>2</sup>: „całe wieki później, gdy dojdzie do spisywania i opisywania roślin oraz ich działania i zrodzi się przeświadczenie (naukowo nieuzasadnione), że lokalnie występujące rośliny dostarczają surowców przeciw występującym endemicznie chorobom”. To wszystko dowodzi, że towarzysząca człowiekowi od prawieków empiria, czyli wiedza zdobywana przez obserwację i doświadczenie, zawsze była z człowiekiem i niewątpliwie będzie z nim tak długo, jak długo będzie istniała ludzkość<sup>3</sup>. Pierwsze pisemne wzmianki o indywidualnym używaniu naturalnych surowców leczniczych do leczenia pojawiają się już w starożytnym Egipcie i Indiach<sup>4</sup>. Nie było to jednak leczenie zorganizowane, a dostęp do wiedzy medycznej mieli tylko wybrani, którzy czerpali ją z racji przynależności do określonego stanu społecznego. Byli to zazwyczaj kapłani czy szamani plemienni, a także wróżbici i zielarze. Wiedzę medyczną uzyskiwali, praktykując w zespole (kapłani), albo zdobywali ją na zasadzie dziedziczenia w drodze indywidualnego przekazu od swoich krewnych (zielarze, wróżbici).

Jest rzeczą oczywistą, że w ówczesnych czasach mówiono generalnie o leczeniu, ale nikt nie nazywał tego typu leczenia leczeniem uzdrowiskowym. Aby jednak mówić o leczeniu uzdrowiskowym czy jego symptomach, trzeba wyjaśnić, co charakteryzuje tego typu leczenie lub co nim rzeczywiście jest. Jeżeli przeanalizujemy dostępną literaturę, to możemy stwierdzić, że i w dzisiejszych czasach nie jest możliwe sformułowanie uniwersalnej definicji leczenia uzdrowiskowego, bowiem w każdym kraju czy grupie krajów leczenie uzdrowiskowe jest inaczej pojmowane lub definiowane. Jednakże elementem wspólnym tych definicji jest zazwyczaj fakt wykorzystywania w procesie leczenia naturalnych surowców leczniczych, a także osobliwych właściwości klimatu sprzyjających leczeniu. Odrębną kwestią jest rodzaj surowców, które są wykorzystywane w procesie leczenia uzdrowiskowego. W jednym miejscu będą to wody termalne, w innym wody lecznicze o różnym składzie chemicznym i działaniu leczniczym. Jeszcze w innym borowiny, sapropel (szlamy wodne), fango (muły wulkaniczne), glinki, lessy, margle, kredy, wosk ziemny, tuf, gytia czy też jeszcze inne naturalne surowce, które mają właściwości lecznicze. To głównie na nich opierało się pierwotne leczenie uzdrowiskowe.

---

<sup>2</sup> Z. Gajda, *Do historii medycyny wprowadzenie*, s. 34.

<sup>3</sup> *Ibidem*, s. 35.

<sup>4</sup> A. Sabatowski, *Lecznictwo uzdrowiskowe w zarysie*, s. 289. Także M. i R. Łazarkowie, *Uzdrowiska w Europie*, s. 13 i n.

Trudno jest dziś przyjąć nawet jakąś przybliżoną datę powstania zorganizowanego leczenia uzdrowiskowego w odniesieniu do całego rodzaju ludzkiego. Można jedynie wskazać, w jakich rejonach świata powstawały pierwsze zorganizowane formy leczenia, w tym także typu uzdrowiskowego. Pierwsze zorganizowane ośrodki lecznicze zazwyczaj mieściły się w świątyniach, co jest oczywiste i naturalne, ze względu na wiedzę, jaką posiadali kapłani i skupione wokół nich osoby. W ośrodkach tych do leczenia wykorzystywano nie tylko zioła i medykamenty, ale też naturalne surowce lecznicze w postaci gorących wód, szlamów i mułów. *K. Konat* zauważa, że w „starożytnym Egipcie medycyna miała charakter zarówno magiczno-religijny, jak i empirycznie-racjonalny”<sup>5</sup>. To wiara w ozdrowieńczą moc bogów skłaniała chorych ludzi do odwiedzania świątyń *Thota*, *Ptaha*, *Apisa*, bogiń *Izydy* i *Sachmet* oraz szukania pomocy u kapłanów. Natomiast konkretne dolegliwości zmuszały ludzi do korzystania z porad lekarzy<sup>6</sup>. Pierwsze ośrodki lecznicze, w których wykorzystywano zioła, ale też i inne naturalne surowce lecznicze, pojawiły się w Egipcie w latach 2690–2670 p.n.e. za sprawą kapłana *Imhotepa* architekta (twórca piramidy schodkowej w Sakkarze-Egipt) wezyra i medyka nadwornego na dworze faraona *Dżesera*. Służyły one przede wszystkim faraonowi, kapłanom i innym skupionym wokół dworu faraona.

W starożytnym Egipcie wiedza medyczna spisywana była w księgach czczonego przez tamtejszy lud boga *Thota*<sup>7</sup>. Najstarsze rozprawy medyczne spisane były na papirusie, ale nie dotrwały do naszych czasów, a zatem nie są źródłami pierwotnymi. Są to źródła wtórne, bo czerpiemy je z opisów antycznych historyków. Wiele informacji o medycynie egipskiej dostarczają jednak zachowane manuskrypty, takie jak choćby papirus *Smitha* (spisany ok. 1600 r. p.n.e.)<sup>8</sup>, papirus z *Kahun* zawierający teksty ginekologiczne i weterynaryjne (ok. 2000 r. p.n.e.) oraz papirus *Ebersa*, z tekstami o chorobach wewnętrznych i używanych środkach leczniczych (ok. 1550 r. p.n.e.)<sup>9</sup>. To w papirusie *Ebersa* wspomina się o ziołach oraz środkach leczniczych pochodzenia zwierzęcego i mineralnego podawanych chorym w postaci pigułek, czopków, maści, kropli, kadzideł czy kąpiele. Rośliny wymienione w tym dokumencie to: platan

---

<sup>5</sup> *K. Konat*, Medycyna w starożytnym Egipcie, [http://www.histurion.pl/historia/starozytnosc/egipt/medycyna\\_w\\_starozytnym\\_egipcie.html](http://www.histurion.pl/historia/starozytnosc/egipt/medycyna_w_starozytnym_egipcie.html) (dostęp: 2.12.2018 r.).

<sup>6</sup> *Ibidem*.

<sup>7</sup> *G. Rachet*, Słownik cywilizacji egipskiej, *passim*.

<sup>8</sup> *J.H. Breasted*, The Edwin Smith surgical papyrus, s. 1–5; *J.P. Allen* James P.J.P., The Art of Medicine in Ancient Egypt, *passim*.

<sup>9</sup> *U. Kokot*, Początki słownictwa zielarskiego, *passim*; *J. Thorwald*, Dawna medycyna, *passim*.

wschodni (*Platanus orientalis*), figowiec pospolity (*Ficus carica*), palma daktylowa (*Phoenix dactylifera*), kolibło egipskie (*Balanites aegyptiaca*), granatowiec właściwy (*Punica granatum*), oliwka europejska (*Olea europaea*), tamaryszek senegalski (francuski) (*amarix senegalensis*)<sup>10</sup>. Przetwory z tych roślin sporządzone według ściśle określonej receptury, służyły do leczenia różnych chorób i miały duże zastosowanie. Na przykład w celu zmniejszenia bólu używano przetworów maku oraz substancji spokrewnionych z mandragorą, m.in. atropiny (hioscyjminy) i skopolaminy (hioscyny)<sup>11</sup>. Dużą wagę przywiązywano w starożytnym Egipcie do poznania właściwości leczniczych różnego rodzaju ziół i roślin. Uważano niemal powszechnie, że to natura daje lek, który leczy człowieka, ale daje też truciznę i tylko nieliczni posiadli wiedzę na ten temat. Dlatego tylko oni wiedzą, jak się je powinno stosować. Wśród poznanych wówczas ziół i roślin znajdowały się takie, które wykazywały właściwości lecznicze w najważniejszych chorobach trapiących wówczas ludzi, zwłaszcza dla gojenia ran, trawienia pokarmów, zachowania życia po ukąszeniu jadowitych gadów, zwierząt i owadów. Jak zauważają A. Ożarowski i W. Jaroniewski, „w poszukiwaniu roślin jadalnych człowiek pierwotny natrafiał na takie, które uśmierały bóle, przyspieszały gojenie ran, działały przeczyszczająco lub hamowały biegunki. Najstarsze ślady istnienia umiejętności sporządzania i badania leków można dostrzec w dolinie Tygrysu i Eufratu u Sumerów, Babilończyków i Asyryjczyków, a także w dolinie Nilu w starożytnym Egipcie.

Również w bardzo odległej starożytności powstały analogiczne ośrodki kultury w Indiach i Chinach. Kultura europejska jest spadkobierczynią kultury grecko-rzymskiej, a ta z kolei oparła się na wzorach egejskich i egipskich, następnie babilońskich, sumeryjskich i innych. Mniejszy wpływ miały kultury Indii i Chin. Początki kultury sumeryjskiej sięgają prawdopodobnie połowy IV tysiąclecia p.n.e. Sumerowie stosowali w lecznictwie surowce roślinne, jak daktyle, cebula, czosnek, jęczmień i sezam, surowce zwierzęce, np. skorupy żółwi, skórę i inne części ciała węży, a także surowce mineralne, jak muł rzeczny, olej skalny i asphalt. Wierzyli w złe duchy i demony, mające jakoby powodować choroby wśród ludzi i zwierząt. Złe duchy odpędzano zaklęciami i praktykami magicznymi. O istnieniu lecznictwa u Sumerów świadczą zachowane tabliczki zapisane pismem klinowym<sup>12</sup>.

---

<sup>10</sup> A. Ożarowski, Zarys historii lecznictwa empirycznego, s. 23–27.

<sup>11</sup> K. Konat, Medycyna w starożytnym Egipcie.

<sup>12</sup> A. Ożarowski, W. Jaroniewski, Rośliny lecznicze, s. 61.

## § 2. Leczenie uzdrowiskowe w Grecji

Pierwotne leczenie uzdrowiskowe rozwijało się także w starożytnej Grecji dzięki kultowi boga sztuki lekarskiej Asklepiosa, mitycznego twórcy medycyny, który, jak głosi legenda, potrafił nawet wskrzeszać umarłych, przy pomocy medykamentów sporządzanych z ziół. Historię początków medycyny greckiej możemy poznać dzięki kompleksowi dzieł pt. *Corpus Hippocrateum*, tj. kolekcji greckich rozpraw medycznych<sup>13</sup> zebranych przez *Hipokratesa*, oraz jego dziełu „O dawnej medycynie”. Na podstawie dzisiejszej wiedzy możemy przyjąć, że *Corpus Hippocrateum* jest zebraniem poglądów na leczenie całej ówczesnej greckiej medycyny. Według *Hipokratesa* zasadnicze znaczenie w leczeniu ma natura (*physis*), a lekarz, obserwując chorego, powinien ją podpatrywać, na niej polegać i nigdy jej nie szkodzić (stąd słynne *primum non nocere*). Dzieło to zawiera opis ponad 300 leków pochodzenia roślinnego, zwierzęcego i mineralnego. Podstawą leczenia w starożytnej Grecji były przede wszystkim oczyszczające posty i kąpiele w wodzie, ale też hipnoza odbywana obowiązkowo w świątyni.

Powszechnie stosowano też ziołolecznictwo. Z reguły na wszelkie schorzenia stosowano sok z owoców jemioli. Jednakże sięgano i po inne naturalne surowce lecznicze, w tym glinki, muły, tufy, wody termalne i mineralne. Potwierdzają to odkryte w czasie wykopalisk antyczne urządzenia lecznicze w miejscach kultu *Asklepiosa*, tj. w Pergamonie, Epidauros i na Kos (legendarnym miejscu urodzenia *Eskulapa*), które zaświadczenia o dobrze zorganizowanych i prowadzonych wielokierunkowych kuracjach zdrowotnych w świątyniach *Asklepiosa* – tzw. asklepiejonach, które pełniły funkcje szpitali oraz sanatoriów. Na wyspie Kos działała też słynna lekarska szkoła, założona przez *Hipokratesa*<sup>14</sup> i uzdrowisko w mieście Meropis zniszczone podczas trzęsienia ziemi<sup>15</sup>. *Hipokrates* rozwijał wszelakiego rodzaju nauki medyczne (interna, anatomia, patologia, chirurgia, położnictwo), ale też prowadził leczenie oparte na naturalnych surowcach leczniczych. Stanowczo jednak sprzeciwiał się zabiegom magicznym, którym bardzo często byli poddawani chorzy. Jego szkoła była nacecho-

---

<sup>13</sup> Np. *Hipokrates*, O powietrzu, wodach i miejscach, przekł. A. Marchewka, M. Świder, Toruń 2014.

<sup>14</sup> *Hipokrates* (ok. 460 r. p.n.e.– ok. 370 r. p.n.e.) – lekarz grecki obdarzony przydomkiem ojca medycyny.

<sup>15</sup> M. i R. Łazarkowie, *Uzdrowiska w Europie*, s. 24.

wana troską o chorego, co wyrażała paremia: „zdrowie pacjenta najwyższym prawem” (*salus aegroti suprema lex*).

Ówczesne uzdrowiska to zazwyczaj miejsca publicznego kultu, wokół których sytuowano budowle użyteczności publicznej, typu: hotel, stoa (rodzaj szpitala), palestra z gimnazjonem, łaźnia grecka i rzymska z biblioteką, stadion, teatr, a także trzypoziomowe tarasy z pomieszczeniami dla pacjentów<sup>16</sup>. Teren wokół lecznicy, stanowiącej miejsce kultu, był doskonale urządzonej pod względem funkcjonalnym i miał stwarzać odpowiednią atmosferę do leczenia. Służyły temu zarówno budowle i ich architektura jak też ich specjalnie urządzone otoczenie, które odpowiednio nastrajało zarówno chorego, jak też osoby pragnące wypocząć i się zrelaksować. Do świątyni pełniącej funkcję publicznej lecznicy wiodła tzw. święta droga medytacyjna, wzdłuż której stały półkolisty eskedry<sup>17</sup> dla kuracjuszy, pomniki wotywny i stele z opisami cudownych uzdrowień. Idący do lecznicy nieświadomie budował pozytywne nastawienie psychiczne do procesu leczenia. Stykając się z namacalnymi dowodami uzdrowień, był przekonany, że i on niewątpliwie dozna uzdrowienia. To właśnie ta utrwalona legenda o cudownych ozdrowieniach, po obmyciu się wodą leczniczą, czy po jej wypiciu, stała się w przyszłości podstawą powstania większości uzdrowisk.

Zabiegi lecznicze zazwyczaj pobierano w odkrytych wannach i basenach, choć zdarzały się przypadki budowli zamkniętych, ale z tym rodzajem obiektów na zasadzie powszechności spotkamy się dopiero w późniejszych latach. Teren lecznicy otaczały dobrze urządzone i zagospodarowane parki, łąki lub gaje oliwne. W starożytnej Grecji ośrodki lecznictwa były już naprawdę dobrze rozwinięte, a Grecy podróżowali do najbardziej znanych lecznic w Pergamonie, Kos, Epidauros. Przyjeżdżali też do nich nieliczni cudzoziemcy, którzy szukali możliwości ulżenia w cierpieniach, ale niekoniecznie byli mile widziani w tych miejscach. Pobytom cudzoziemców nie sprzyjały nauki ówczesnych rodzimych myślicieli, polityków i filozofów, którzy przyjezdnych traktowali niemalże jak wrogów. Nawet *Arystoteles* przemawiał do swoich uczniów sło-

---

<sup>16</sup> T. Zarębska, B. Gąsowska, Z. Sztayłło, Encyklopedia sztuki starożytnej, s. 169, 170, 263–264, 369.

<sup>17</sup> Według encyklopedii PWN (<https://encyklopedia.pwn.pl/haslo/eksedra;4008134.html>, dostęp: 15.6.2020 r.) eskedra to (gr.): 1) półokrągła nisza z ławą umieszczana w starożytnych greckich gimnazjonach, palestrach, domach mieszkalnych jako zakończenie perystylu; w epoce rzymskiej budowano eskedry jako samodzielne budowle, ozdobione niszami i posagami; w nowożytnej architekturze ogrodowej termin ten oznacza półkolistą niszę, kolumnadę lub pergolę z kamienną ławką wewnątrz.



wami: „Cudzoziemcy są naturalnymi wrogami, których należy zwyciężyć, obrócić w niewolników lub zniszczyć”<sup>18</sup>. Z czasem jednak ten negatywny stosunek do cudzoziemców zaczął powoli ustępować myśleniu ekonomicznemu, które z procesu leczenia i pobytu czyniło po prostu towar.

### § 3. Początki lecznictwa uzdrowiskowego w Rzymie

W starożytnym Rzymie początkami pierwszych uzdrowisk (kurortów) były bezspornie termy. Rzymianie znali korzyści, jakie wynikały z korzystania z wody zwykłej czy termalnej i dlatego postanowili jej wykorzystaniu nadać charakter szczególny, urządzając te miejsca w sposób wyjątkowo zorganizowany. Były to na początku duże kompleksy urbanistyczno-przestrzenne i monumentalne budowle architektoniczne, przeznaczone do kąpieli wodnych i parowych. Składały się z łaźni i przylegających do nich ogrodowych terenów odkrytych. Koło term budowano też fontanny i palestry<sup>19</sup>. Termy budowane były zarówno w miejscach, gdzie istniały naturalne wody termalne, jak i tam, gdzie wodę trzeba było nagrzewać. Do ogrzewania wody służył specjalny system do nagrzewania w postaci palenisk na słomę i kanałów rozprowadzających ciepło. System ten nazywany był przez Rzymian *hypokaustum*<sup>20</sup> i stosowany był w Grecji już od IV w. p.n.e., a w Rzymie od I w. p.n.e.<sup>21</sup>. System centralnego ogrzewania *hypocaustum* wykorzystywany był do ogrzewania gorącym powie-

---

<sup>18</sup> R. Bierzanek, *Le statut juridique des étrangers, passim*.

<sup>19</sup> Palestra – szkoła. „Dla tego rodzaju szkół przyjęła się jednolita architektura. Palestra była prostokątną budowlą z czterema portykami, które okalały kwadratowy dziedziniec. Po jednej ze stron (zazwyczaj północnej) budowano portyk o podwójnej kolumnadzie. Znajdowały się tu: salki z workami treningowymi (*korykeion*), szatnia (*apodyterion*), łaźienki, składziki na oliwę i piasek oraz obszerna sala klubowa (*eφεbeion*). Pozostałe portyki stanowiły miejsca odpoczynku, sportkań i ćwiczeń. Umieszczano tam kamienne ławy (*eksedery*) oraz posągi patronów atletów – *Herklesa* i *Hermesa*. Latem ćwiczenia odbywały się na dziedzińcu” – tak: [https://pl.wikipedia.org/wiki/Palestra\\_\(staro%C5%B4Cytina\\_Grecja\)](https://pl.wikipedia.org/wiki/Palestra_(staro%C5%B4Cytina_Grecja)) (dostęp: 9.1.2019 r.).

<sup>20</sup> Hypokaustum – „termin ten dosłownie oznacza «podogień», od greckiego słowa *hypo* – poniżej lub pod spodem, i *kaiein* – spalić lub rozpalić ogień. W centralnym pomieszczeniu pod posadzką ustawiony był piec, który ogrzewał powietrze. Posadzkę układano na szeregu słupkowatych podpórek wysokości ok. 80 cm. Przestrzeń między nimi tworzyła system kanałów wypełnianych gorącym powietrzem. Dodatkowo, pomieszczenia były niekiedy ogrzewane przez kanały utworzone w ścianach wykonanych ze specjalnych pustaków” – tak: <https://pl.wikipedia.org/wiki/Hypocaustum> (dostęp: 2.12.2018 r.).

<sup>21</sup> W. Szolginia, *Architektura, passim*.

trzem domów, term publicznych i prywatnych. Najstarsze całkiem dobrze zachowane łaźnie znaleziono w Pompejach (termy stebiańskie, II w. p.n.e.).

Termy coraz powszechniej zaczęto budować w I w. p.n.e., bo takie było wtedy społeczne zapotrzebowanie, a „jak żadna inna cywilizacja – Rzym nadał kąpielom znaczenie społeczne”<sup>22</sup>. Termy, czyli łaźnie publiczne, niewątpliwie stanowiły w Imperium Rzymskim centrum życia towarzyskiego, a z czasem także politycznego, gospodarczego, leczniczego oraz rekreacyjnego i sportowego. Budowano je głównie ze środków państwowych, ale też często ich budowę zlecały bogate rzymskie osoby. Dzięki temu termy pojawiały się zarówno przy willach arystokracji, jak i w obozach rzymskich żołnierzy (*castra*). To powodowało, że na obszarze Imperium Rzymskiego wyróżniało się łaźnie publiczne oraz prywatne. Do term chodzili zarówno cesarze, senatorowie i możni, jak i ubodzy; jedni dla rozrywki, zdrowia i rozwoju intelektualnego, drudzy dla higieny osobistej, inni dla zwykłego dowartościowania. Opłaty za kuracje wodne w termach były symboliczne i, jak podają źródła, mogli sobie na ten luksus pozwolić nawet żebracy. Okresowo opłaty były znoszone przez cesarza w drodze łaski, aby w ten sposób zjednać sobie lud rzymski.

Do budowy luksusowych łaźni, w których zażywano różnych przyjemności, przyczyniał się niewątpliwie zapożyczony z Grecji, a rozpowszechniony wśród rzymskich możnych hedonizm<sup>23</sup>. Hedonizm prezentowany był przez przedstawicieli szkoły filozoficznej założonej w IV w. p.n.e. przez ucznia *Sokratesa*, *Arystypa* z Cyreny<sup>24</sup>. Jego założeniem było uznanie przyjemności, rozkoszy za najwyższe dobro i cel życia, a nawet główny motyw ludzkiego postępowania. To dążenie do szczęścia, rozkoszy i zaznania przyjemności czy obcowania z luksusem, przejawiało się w rozwiązaniach architektonicznych term publicznych, jak też łaźni, basenów i ogrodów należących do możnych Rzymu.

Do najświetniejszych budowli tego typu należały termy zbudowane przez cesarzy *Tytusa*, *Domicjana*, *Karakallę*, *Dioklecjana*, *Konstantyna*, *Nerona* czy też konsula *Agryppę*<sup>25</sup>. Budowane były nie tylko w Rzymie, ale na terenie całego Imperium Rzymskiego, np. w Paterze, Paryżu, Pomukkale, Trewirze, Aleksan-

---

<sup>22</sup> K. Żukowska (red.), *Ziołolecznictwo amazońskie i andyjskie*, s. 225–226.

<sup>23</sup> Według SJP hedonizm to „postawa życiowa oparta na dążeniu do przyjemności i unikaniu przykrych rzeczy; wygodnictwo, sybarytyzm” (<https://sjp.pl/hedonizm>, dostęp: 18.3.2019 r.). Według T. Biesagi, *Hedonizm*, s. 272; A. Szostka, *Hedonizm*, kol. 613, hedonizm to pogląd, doktryna, uznająca przyjemność, rozkosz za najwyższe dobro i cel życia, główny motyw ludzkiego postępowania. Unikanie cierpienia i bólu jest głównym warunkiem osiągnięcia szczęścia.

<sup>24</sup> A. Gudaniec, *Arystyp z Cyreny*, s. 357–358.

<sup>25</sup> W. Szolginia, *Architektura*, s. 159.

drii. Termy rozwijają się przede wszystkim w tych krajach, gdzie istniały naturalne warunki do ich powstawania, a gdzie stacjonowali w obozach (*castra*) lub byli wysyłani w celu leczenia żołnierze legionów rzymskich. Budowane były też tam, gdzie możni, podkreślając swoją pozycję społeczną i eksponując posiadane bogactwo, dawali współobywatelom lub swoim poddanym możliwość skorzystania z najnowszych i modnych wówczas osiągnięć wiedzy technicznej czy technologicznej.

W Europie, będącej przez wieki pod panowaniem rzymskim, do dzisiaj zachowały się ruiny term lub ich pozostałości w takich uzdrowiskach europejskich, jak np. w Baden-Baden, Wiesbaden – Niemcy; Mont-Dore i Vichy (*Aquae Calidae*) – Francja; Bath (*Aquae Solis*) – Wielka Brytania; Baden bei Wien – Austria; Aquincum k. Budapesztu – Węgry; Trenčianskie Teplice – Słowacja; St. Moritz i Baden (*Aquae Helveticae*) – Szwajcaria oraz liczne termy na Węgrzech, w Bułgarii, Rumunii, Hiszpanii, Niemczech, Chorwacji, Turcji, Maroku, Libii, Algierii, Tunezji (termy Antonina), Portugalii, Anglii, a nawet w Gruzji (Gonio na południe od Batumi). Jednakże wyobrażenie o wielkości i rzeczywistej funkcji term dają dopiero ruiny term cesarza *Karakalli* w Rzymie, czy w Pompejach.

Wszystkie termy generalnie budowano w podobny sposób. Składały się one z reguły z kilku funkcjonalnie ze sobą połączonych pomieszczeń. Każda z nich pełniła określoną funkcję pozwalającą w rezultacie na osiągnięcie planowanego końcowego efektu. Pierwsza sala, tzw. *fridigarium* (*fridigus* – zimny), była z reguły pomieszczeniem o kopulastym sklepieniu, w którym zażywano kąpiele w zimnej wodzie. Druga sala, tzw. *tepidarium* (*tepidus* – ciepły), to maleńkie ogrzewane pomieszczenie, dzięki któremu podnoszono temperaturę ciała człowieka, aby bez żadnych nagłych palpacji serca mógł spokojnie rozkoszować się gorącą kąpielą w sali trzeciej, tj. *caldarium* (*caldum* – gorący), w której znajdowały się wanny jednoosobowe (*solium*) i wieloosobowe (*alvaus*). Kąpiących się w *caldarium* pierwotnie polewali wodą niewolnicy lub służba. Z czasem czynność tę zastąpiono prymitywnymi prysznicami.

W termach budowano też baseny przystosowane zarówno do pływania, jak i do kąpiele rekreacyjnych (*calida piscina*)<sup>26</sup>. Rzymskie urządzenia do kąpiele leczniczych były obiektami rozległymi i bardzo dużymi. Ich architektura miała przede wszystkim charakter monumentalny i reprezentacyjny. Termy projektowali najlepsi architekci i inżynierowie. Pomieszczenia były bogato zdobione i dobrze wyposażone. O skali wielkości term niech świadczy np. basen w No-

---

<sup>26</sup> P. Kowacki, Strefa Rzymu. Architektura, Warszawa 2001.

ris, który mierzył 128 metrów obwodu, a w basenie w Plombiers mogło jednocześnie zażywać kąpieli ok. 500 osób<sup>27</sup>. Niektóre termy zajmowały powierzchnię ponad 10 ha, a znane są termy o powierzchni nawet ok. 14 ha (termy cesarza *Dioklecjana*). W termach wydzielano także specjalne pomieszczenia będące odpowiednikiem dzisiejszej sauny. Przyjmowały one różne nazwy, ale najwcześniej określano je słowami *assum*, *assa sudatio*, *sudatorium*. Obok nich mieściły się sale (*deaterion*, *unctoria*) rehabilitacyjne, w których namaszczano ciała olejkami oraz wykonywano masaże. Masaże stały się z czasem jednym z rytuałów codziennego dnia rzymskich możnowładców. Co ciekawe, w termach w ówczesnych czasach wykonywano nawet depilacje. Poza pomieszczeniami do zabiegów higienicznych, przy termach budowano liczne obiekty o charakterze sportowym i kulturalno-rekreacyjnym, jak sale gimnastyczne, siłownie, boiska, a nawet stadiony sportowe, biblioteki, teatry, sale wypoczynkowe.

W architekturę term integralnie włączone były tereny i obiekty rekreacyjne, takie jak: palestry, gaje oliwne, parki, ogrody z fontannami i otwartymi basenami, promenady spacerowe, altany, treliarze czy kolumnady. W termach znajdowały się także biblioteki, pokoje muzyczne, bufety oraz sale gier w kości. Obiekty rozmieszczone były wśród zieleni. Same pomieszczenia, pełniące różną funkcję, miały bardzo bogate zdobienia i dekoracje. Ściany wykładane były marmurem, zdobione malowidłami, a posadzki pokryte były mozaikami. Dla zapewnienia dobrego samopoczucia w pomieszczeniach ustawiano rzeźby, zieleń i wszelkie elementy wystroju, które miały poprawiać nastrój przebywających tam osób. Bezspornie termy rzymskie były miejscami i ośrodkami życia kulturalnego i towarzyskiego, medytacji oraz miejscami leczenia, wypoczynku, rozrywki i sportu. Wyobrażenie o funkcjonowaniu term rzymskich daje nam opis term podany przez *L. Senekę*<sup>28</sup> który mieszkał obok term. „Mieszkam tuż obok term. Wyobraź sobie więc te najprzeróżniejsze głosy, których już uszy ścierpieć nie mogą. Siłacze ćwiczą i wyrzucają w górę ręce obciążone ciężarami (...); kiedy trafi się jakiś próżniak, któremu sprawiają przyjemność pospolite masaże, słyszę klaskanie dłoni o ciało (...). A jak się zjawi sędzia sportowy i zacznie liczyć piłki – to już koniec (...). Masz dalej tych, co skaczą do wody z impetem, rozbijając ją, (...). Wyobraź sobie piszczący i skrzekliwy głos niewolnika – depilatora (...). Dodaj najprzeróżniejsze nawoływania sprzedających ciastka i masarza i cukiernika, z których każdy na swój sposób ale zawsze głośny, re-

---

<sup>27</sup> E. Węclawowicz-Bilska, *Historyczne założenia zdrojowisk*, s. 8.

<sup>28</sup> L.A. Seneka, *Listy moralne do Lucylusza*, s. 186.

klamuje swój towar”. Ten lapidarny opis zachowań klientów term daje nam jednak dobre wyobrażenie o różnorodnych funkcjach, jakie pełniły termy.

Ogromną rolę w kultywowaniu tradycji bywania w termach odegrał wytworzony przez lata rytuał termalny, który polegał na tym, że każdego wchodzącego do term witał osobiście mistrz ceremonii (*capsarius*), u którego zostawiano na przechowanie pieniądze i kosztowności. Następnie należało przejść do łaźni, gdzie pozostawiano ubranie. Termy korzystały z najnowszych osiągnięć współczesnej techniki, stąd spotykamy tu jako rozwiązania technologiczne: akwedukty, ogrzewanie podłogowe, wentylacje, nagrzane powietrze, sauny, spluczki, prymitywne prysznice itp., choć przecież nowinki te znane już były w starożytnym Egipcie i w Grecji. Z czasem także bogaci obywatele rzymscy budowali swoje luksusowe wille obok samoistnych wypływów wód termalnych czy źródeł mineralnych i przeprowadzali kurację wodami leczniczymi bezpośrednio w domu. Jeżeli nie było ciepłych wód, bardziej zamożni Rzymianie budowali termy, podgrzewając wodę na podstawie najnowszych rozwiązań technicznych, czyli stosując ogrzewanie typu *hypocaustum*.

Bezspornie to termy rzymskie dały początek leczeniu uzdrowiskowemu, miejscowościom wypoczynkowym i turystyce uzdrowiskowej, ale w wydaniu bardziej relaksacyjnym i rekreacyjno-sportowym niż typowo leczniczym. Do dziś zresztą we Włoszech leczenie uzdrowiskowe traktowane jest jako zapewnienie pacjentom relaksu i dobrego samopoczucia psychofizycznego<sup>29</sup>. Powszechnie uważa się, że to Rzymianie odkryli nie tylko walory lecznicze wód termalnych, ale też zalety ciepłych i zimnych wód mineralnych. Rzymianie do perfekcji opanowali również kojarzenie architektury i pięknego krajobrazu z wodami leczniczymi, budując na ich bazie miejscowości wypoczynkowe z doskonale zaplanowanym układem architektoniczno-przestrzennym i obiektami o czasami bajecznej wprost architekturze. Niektóre zachowały się do dnia dzisiejszego. To z okresu Cesarstwa Rzymskiego pochodzą znane do dziś włoskie uzdrowiska: Acqui, Valdieri, Sirmione, Acqua Santa, Viterbo<sup>30</sup>.

---

<sup>29</sup> Włoska ustawa uzdrowiskowa Nr 323 z 2000 r. pt. Reorganizacja sektora uzdrowiskowego w art. 1 ust. 1 stwierdza, że świadczenie usług uzdrowiskowych to „świadczenie usług uzdrowiskowych, mających na celu zapewnienie zachowania i przywrócenia dobrego samopoczucia psychofizycznego (*wellness*)”.

<sup>30</sup> J. Golba, *Administracyjnoprawny status uzdrowiska*, s. 20.

## § 4. Hamamy jako pierwsze zakłady lecznicze w świecie arabskim

We wczesnym średniowieczu lecznictwo uzdrowiskowe rozwijało się przede wszystkim na obszarach podlegających wpływom arabskim, natomiast w zdecydowanie mniejszym stopniu na pozostałym obszarze Europy. Nasilenie jego rozwoju wystąpiło szczególnie w okresie wojen krzyżowych (XI–XII w.), który sprzyjał transponowaniu nowinek z Turcji i ze świata arabskiego do Europy, ale były to bardziej namiastki rozwiązań tureckich i arabskich niż rzeczywiste budowle, które można nazwać uzdrowiskami, termami czy hamamami. Tymczasem, jak podaje Z. Krasieński<sup>31</sup>, w tzw. złotych czasach w Bagdadzie funkcjonowało aż 30 000 hamamów, zakładanych na wzór term rzymskich. Świat arabski doszedł do wytworzenia własnego stylu w architekturze hamamów i wykonywaniu usług w swoich termach. Od rzymskiego stylu różnił się przede wszystkim tym, że hamamy działały jako typowe zamknięte łaźnie, a ich otoczenie nie było tak luksusowe i funkcjonalne, jak w termach rzymskich.

Hamamy różniły się od term rzymskich nie tylko układem funkcjonalnym wnętrza, ale też swoistym rytuałem relaksacji. Do nieodłącznego rytuału w świecie orientalnym należało palenie nargili (fajki wodnej) w doborowym towarzystwie. Rytuał ten miał uczyć cierpliwości i tolerancji, ale też był formą kontaktów towarzyskich i do dnia dzisiejszego takim pozostał np. w Turcji, Egipcie czy Syrii.

Hamamy w świecie orientalnym budowano niemalże na każdym kroku, a już obowiązkowo przy meczetach, bo taki nakaz wynikał pośrednio z nakazów ujętych w Koranie. W pewnym zakresie, w odniesieniu do niektórych zabiegów, ich dzisiejszy pierwowzór stanowiły zapewne łaźnie parowe, szeroko rozpowszechnione w krajach środkowoazjatyckich.

Analiza pierwotnych form lecznictwa wskazuje, że praktycznie każdy region świata wykorzystywał naturalne surowce lecznicze w zwalczaniu różnego rodzaju chorób. W jednych miejscach były to działania technologicznie bardzo zaawansowane, a w innych polegano jedynie na własnym przeświadczeniu o ich właściwościach leczniczych, czy też potwierdzano jedynie skutki tych oddziaływań. Oczywiście nie znając składu chemicznego wód i innych naturalnych surowców leczniczych ani ich rzeczywistych właściwości leczniczych,

---

<sup>31</sup> Z. Krasieński, *Cykle życia uzdrowisk*, s. 11.

uzdrowicielskie przymioty wód zdrojowych, tak w Grecji czy Rzymie, przypisywano zazwyczaj nadprzyrodzonym mocom. Dlatego też źródłom wód leczniczych nadawano imiona różnych świętych, a przy ozdrowieńczych źródłach ustawiano wota i stele dziękczynne opisujące cudowne uzdrowienia.

## § 5. Prapoczątek lecznictwa uzdrowiskowego w innych państwach europejskich

W Europie najwcześniej tradycje lecznictwa uzdrowiskowego kontynuowane były przede wszystkim tam, gdzie znajdowały się termy i szpitale, tzw. *valetudinaria*, budowane od czasów *Oktawiana Augusta* dla legionów rzymskich, stacjonujących w granicach Imperium Rzymskiego oraz cywilne osiedla rzymskie<sup>32</sup>. *Valetudinaria* miały zwykle formę czworobocznego budynku, w którym biegł korytarz z umieszczonymi po bokach salami dla chorych, zaś środkowa część (dziedziniec) służyła do spacerów. Największe obiekty tego rodzaju składały się z około 60 pomieszczeń dla chorych, kwater personelu, sal do kąpeli i pomieszczeń do składowania narzędzi<sup>33</sup>.

Jednym z ważniejszych zabytków tego rodzaju budownictwa szpitalnego są ruiny *valetudinarium* w *Novae*, odkryte w 1981 r. przez polskich archeologów<sup>34</sup>.

Rozwój term dotyczy przede wszystkim takich krajów jak: Niemcy, Węgry, Bułgaria, Rumunia, Hiszpania, Francja, Turcja, Austria, Anglia. To w tych państwach do dnia dzisiejszego przetrwały i funkcjonują w mniejszym lub większym zakresie termy budowane jeszcze przez Rzymian<sup>35</sup>. Jednakże po upadku Rzymu i cywilizacji rzymskiej trudno mówić o rzeczywistym rozwoju lecznictwa uzdrowiskowego. Bardziej odpowiednie określenie to proces stagnacji, czy nawet uwstecznianie się w funkcjonowaniu różnych form lecznictwa uzdrowiskowego. Naśladownictwo arabskich wzorów, jako mało europejskich, występowało lokalnie i nie rozprzestrzeniło się w szerszym wymiarze. Nie był to bowiem czas, który sprzyjał ich rozwojowi, a gloryfikowanie ascetycznego trybu życia często wręcz uniemożliwiało wprowadzanie jakichkol-

---

<sup>32</sup> M. Kucharzewski, R. Kokot, K. Wilemska-Kucharzewska, A. Kuropatnicki, Szpitale i lekarze armii Cesarstwa Rzymskiego, s. 85–90.

<sup>33</sup> *Ibidem*, s. 86.

<sup>34</sup> *Ibidem*, s. 87.

<sup>35</sup> M. i R. Łazarkowie, Uzdrowiska w Europie, s. 32.

wiek nowinek w procesie odzyskiwania zdrowia. Rzymskie olbrzymie kąpieliska budowane dla legionów, ale i dla ludności podbitych ziem zniknęły nawet z takich aglomeracji jak Lutecja (dzisiejszy Paryż). Nie oznacza to oczywiście, że od czasów rzymskich aż do XVI w. zanikło całkowicie leczenie uzdrowskowe, tak jak to sugerują niektórzy autorzy opisujący dzieje lecznictwa uzdrowskiego w Europie<sup>36</sup>. Mamy bowiem liczne źródła pisane i artefakty pochodzące z wykopalisk zaświadczające o istnieniu leczenia typu uzdrowskiego.

Lecznictwo uzdrowskowe od wieków było związane ze świątyniami i „świętymi źródłami”, stąd wzmianki o jego funkcjonowaniu bardziej dotyczyły tych świątyń czy źródeł. Należy jednak zwrócić uwagę, że w średniowiecznej Europie wszelkie postępy w naukach medycznych skutecznie hamował Kościół, który był przeciwny wszelkim eksperymentom medycznym, a choroby traktował jako karę za grzechy. W tamtym czasie leczeniem zajmowali się zazwyczaj aptekarze, którzy leczyli ziołami i medykamentami z ziół i innych naturalnych surowców. Z ich usług korzystali głównie ludzie zaможni. Ludzi gminu obsługiwali znachorzy, owczarze i tzw. babki. Nie znaczy to jednak, że całkowicie zarzucono rozpowszechnianie wiedzy medycznej. Jak podają A. Ożarowski i W. Jaroniewski „w IX wieku we włoskim mieście Salerno, powstała szkoła medyczna, w której w kilku językach wykładano wiedzę o lekach, głównie roślinnych, czerpaną z dawnych dzieł greckich, rzymskich i arabskich. W 1224 roku szkoła została przekształcona w uniwersytet ze studiami medycznymi. Zasadą tej uczelni było opracowanie książeczki *«Regimem Sanitatis Scholae Salernitanae»*, zawierającej przepisy z zakresu higieny, dietytyki i stosowania roślin leczniczych, a napisanej wierszem po łacinie. To niezwykle popularne dziełko doczekało się wielu wznowień i było przetłumaczone na niemal wszystkie języki europejskie (także na język polski – w 1775 roku). Przez kilka wieków popularyzowała wiedzę o lekach roślinnych i ich praktycznym zastosowaniu”<sup>37</sup>.

Przyznać jednak trzeba, że prawie przez dziesięć wieków leczenie uzdrowskowe rozwijało się bardzo rachitycznie. Na nowy impuls w rozwoju leczenia uzdrowskiego czekać trzeba było aż do XVI w., kiedy to pojawił się prekursor naukowego leczenia medycznego *Phillip Paracelsus* (1493–1541), autor

---

<sup>36</sup> Z. Krasieński, *Cykle życia uzdrowsk*, s. 11, stwierdza: „Przez dziesięć wieków średniowiecznej Europy niewiele mamy wzmianek o istnieniu – poza klasztorami i świętymi źródłami – publicznych kąpielisk”.

<sup>37</sup> A. Ożarowski, W. Jaroniewski, *Rośliny lecznicze*, s. 61.