

## ANTYCZNE PODRÓŻE DO UZDROWISK POCZĄTKIEM TURYSTYKI

Turystyka stanowiąca „zorganizowane zbiorowe lub indywidualne wyjazdy poza miejsce stałego zamieszkania, wędrówki po obcym terenie, mające cele krajoznawcze lub będące formą czynnego wypoczynku”<sup>1</sup>, jako społeczno-kulturowe zjawisko społeczeństw uprzemysłowionych, stała się fenomenem XX wieku. Ten efekt cywilizacji przemysłowej, czyniącej z czasu wolnego od pracy dobro powszechne, będący wytworem stosunków współczesnego społeczeństwa masowego, swymi korzeniami sięga czasów antycznych, kiedy to podróże po zdrowie stały się jedną z najczęstszych form wyjazdów poza miejsce stałego zamieszkania. Zdrowotno-rekreacyjne wyjazdy starożytnych Greków do świątyń Asklepiosa dały początek wzorom zachowań, które były kultywowane w następnych epokach przez elitarne grupy Europejczyków by z czasem, za sprawą cywilizacji przemysłowej, stać się egzemplifikacją stylu życia szerokich warstw ludności od XIX wieku. Ukształtowane w antyku a następnie rozwinięte w późniejszych epokach wzory pielgrzymowania do kurortów utworzyły uzupełniającą lecznicze zabiegi, charakterystyczną subkulturę uzdrowiskową, której elementy przetrwały do dziś (zabawy rekreacyjne, wycieczki krajoznawcze, wieczorki taneczne).

Współcześni konsumenci turystyki zdrowotnej (higieniczno-kosmetycznej w „Spa”) nie przypuszczają, że większość zabiegów, którym się poddają, ma antyczne korzenie, podobnie jak towarzyszące im normy uzdrowiskowego zachowania. Refleksja nad antycznymi kurortami, pozwala na stwierdzenie, iż reguły leczenia uzdrowiskowego i jego obrzędowej oprawy uległy pewnym nieznacznym zmianom, natomiast zachowania kuracjuszy zdają się respektować podobne założenia wzorcowe. Współczesne kurorty to dawne świątynie Asklepiosa, które przeszły lifting dziejowy, niby inne, ale tak naprawdę takie same.

### Asklepiony miejscem magii i leczniczych zabiegów

Zdrowie i dobre samopoczucie od czasów najdawniejszych było postrzegane jako najważniejszy czynnik wpływający w istotny sposób na jakość ży-

---

<sup>1</sup> *Słownik języka polskiego*, Warszawa 1984, t. III, s. 555.

cia. Starożytni Grecy i Rzymianie zdawali sobie sprawę, że jednostki słabe i chore mogą negatywnie oddziaływać na zjawiska o charakterze społecznym. Dostrzegając wpływ stanu somatycznego na psychikę przywiązywali oni dużą wagę do działań podtrzymujących zdrowie, co znalazło wyraz w stworzeniu przez nich mitów sławiących zdrowie, sprawność fizyczną i psychiczną hero-sów. Śmiertelnym owe historie miały służyć jako wzór do naśladowania, który mogli realizować czcząc boga Asklepiosa, poprzez którego kult, Grecy (potem Rzymianie wyznający Eskulapa) kreowali ruch na rzecz kultury zdrowotnej.

Kult boga Asklepiosa narodził się w V wieku p.n.e. w Grecji. Był wyrazem holistycznego podejścia do istoty ludzkiej, będącej jednością w swoim środowisku. Jako patron najważniejszej dla człowieka wartości – zdrowia, posiadał on umiejętności terapii i profilaktyki, które jego córka Hygieja wykorzystwała tworząc zasady zdrowego stylu życia. Były one propagowane i urzeczywistniane w świątyniach jemu poświęconych, których największy rozkwit przypada na IV w. p.n.e., i które, co warto podkreślić, przetrwały upadek antyku. Jak twierdzą historycy greccy, praktycznie w każdym mieście albo była świątynia Asklepiosa, albo jemu poświęcony ołtarz<sup>2</sup>. Ośrodki kultu Asklepiosa składały się z szeregu budynków, których wymiary i urządzenie zależało od zamożności i rangi danego miejsca. Do najbardziej znanych należały świątynie znajdujące się w Trikki, Epidauros, Titani, Atenach, na wyspie Kos, Kyrene, które dysponując pełną infrastrukturą z ośrodków sensu stricto kultowych, z czasem, stały się wyłącznie miejscami wypoczynku. Do tych urokliwych miejsc, sławnych z pożytku dla zdrowia pielgrzymowali starożytni, dla których motywem i celem podróży nie były wojna, dyplomacja, interes, ale przyjemność i dobre samopoczucie.

Te najsłynniejsze świątynie Asklepiosa były lokowane pośrodku soczystej zieleni, w pobliżu mineralnych wód (już wówczas doceniano uzdrawiającą moc wody), w czystym środowisku, gdzie mikroklimat sprzyjał zdrowiu oraz ich usytuowanie skłaniały do uprawiania spacerów i wycieczek krajoznawczych. Wokół tych sanktuariów zdrowia gromadzili się ludzie pragnący odpoczynku, jak również szukający ukojenia dla swych duchowych i fizycznych cierpień. W świątyniach Asklepiosa odnajdywali to wszystko, co służyło zdrowieniu lub pomnażaniu dobrostanu. Świątynie oferowały swoim gościom psychiczne wzmocnienie i wiarę w uzdrowienie, ówczesne środki farmaceutyczne, zabiegi fizykalne, ale przede wszystkim perswazję do prowadzenia zdrowego trybu życia, opartego na częstym uprawianiu popularnych form aktywności ruchowych.

Dla chorych były inicjacją do indywidualnego leczenia porządkującego ich dotychczasowy tryb życia; dla szukających odpoczynku były wstępem

---

<sup>2</sup> N. Yalouris, *Healing and Art in the Asclepeion of Epidaurus*, (in:) *Olympic Academy Report*, Athens 1968, s. 197

do higienizacji życia. Pobyty w asklepieonie były swoistymi rekolekcjami wyrosłymi z potrzeb organizmu, domagającego się „przyjaznego traktowania”, jak i z głębokiej potrzeby człowieka poszukującego sensu swego życia. Kapłanom Asklepiosa chodziło najpierw o to, by odwiedzający ich świątynie na nowo a czasem może po raz pierwszy, wyraźnie zrozumieli i pojęli sens pełnowartościowego życia, bez cierpień, aktywnego, inaczej mówiąc szczęśliwego (czytaj zdrowego). Bogowie olimpijscy włąli w każde serce greckie pragnienie szczęścia. Każdy więc szukał swego szczęścia i nierzadko mylił z przyjemnością. Jak pokazują dzieje antyku, jedni szukali szczęścia w zaspokojeniu zmysłów, inni w sławie (olimpionicy), inni w bogactwie (Midas). Ile w tym szukaniu było zawodów i rozgoryczeń? Ile chorób? Sądząc po ilości i popularności asklepieonów oraz zachowanych inskrypcjach, to cierpienie duszy i ciała było sporo. Kapłani zdawali sobie sprawę, że uczynienie życia każdego człowieka szczęśliwym (zdrowym) nie jest sprawą prostą. Dlatego stworzyli instytucję asklepieonów, która pomagała odnaleźć zagubioną chęć do prowadzenia zdrowego trybu życia.

W asklepieonach na równi stawiano fizyczne i duchowe potrzeby człowieka, które były komplementarne i nie podlegały hierarchizacji. Z tego względu kapłani aplikowali swym kuracjuszom dwa rodzaje leczniczych procedur, z których jedne były oparte na mistycznym pierwiastku, drugie zaś składały się z różnych zabiegów medycznych o charakterze racjonalnym. Wprawdzie mogły one istnieć niezależnie od siebie, ale ich połączenie stworzyło z terapii (wypoczynku) coś wyjątkowego. Zabiegi o charakterze kultowym należały do wstępnych procedur i były obligatoryjne. Składały się na nie obowiązkowa ablucja mająca nie tylko wymiar higieniczny, ale przede wszystkim duchowej ekspiacji. Była symbolicznym oczyszczeniem z dotychczasowego „brudnego” sposobu życia. Temu samemu również służył krótszy lub dłuższy post, przygotowujący do pojednania z Asklepiosem, który poprzedzony był złożeniem stosownych ofiar w darze bóstwom. (Od Każdego, kto pragnął boskiej pomocy, oczekiwano datków pieniężnych, czyli honorarium). Najważniejszą częścią sakralną w asklepieonach była „inkubacja”, czyli sen uzdrawiający. Miał on miejsce w świątyni, w specjalnie do tego celu wydzielonym pomieszczeniu (kline). Tam pod wieczór chorzy byli układani na leżankach. Po czym gaszono światło i wszystkim nakazywano zachowanie spokoju. Według Arystofanesa, najpierw pojawiał się dyżurny kapłan, który obchodził pomieszczenie dookoła i zbierał z ołtarzy złożone dary. Dopiero po chwili zjawiał się Asklepios w otoczeniu dwóch córek Panaceji i Higieji oraz niewolnika. Temu orszakowi towarzyszyły zwierzęta. Konsylium przystawało przy każdym łóżku i badało będącego w półśnie pacjenta, dla którego indywidualnie przygotowywano leki. „Uzdrowiony był człowiek, którego bolał palec wskutek ukąszenia węża. Człowiekowi temu sprawiała straszne cierpienie rana w wielkim palcu u nogi. (...) Obudziwszy się i czując się uzdrowionym, człowiek powiedział,

że miał sen, w którym ukazał się młodzieniec i położył lekarstwo na palec”<sup>3</sup>. Po tym magicznym miejscu, jakim była kline, snuły się oswojone węże, będące atrybutem Asklepiosa, które również „potrafiły” leczyć<sup>4</sup>. Lizały one rany chorych, wzbudzając w nich postrach i posłuch dla otrzymanych wskazówek<sup>5</sup> Fantasmagoryjną atmosferę snu wywołanego wywarami z ziół, wykorzystywano do przeprowadzania bezboleśnie drobnych zabiegów, co może poświadczyć przypadek wyleczonego w Epidauriosie Euipposa, który „przez sześć lat nosił w policzku grot od dzidy. Pewnego razu zasnął, a bóg, wyjąwszy grot, oddał mu go do rąk. Z nastaniem dnia Euippos wyszedł ze świątyni z grotem w rękę”<sup>6</sup>. Dzisiaj powiedzielibyśmy, że kapłani zdawali sobie sprawę z potęgi hipnozy i wiary w uzdrowienie. Były one bardzo pomocne w leczeniu wielu chorób, a zwłaszcza tych o podłożu psychosomatycznym.

Podczas „inkubacji” wyobraźnia silnie podniecona sprzyjała fantazjowaniu i niezwykłym doznaniom sennym, które były poddawane szczegółowej analizie przez kapłanów w następnym dniu. Stosownie do interpretacji pacjenci i odpoczywający otrzymywali dalsze zalecenia, pochodzące od samego patrona zdrowia i opiekuna chorych<sup>7</sup> Tak było w przypadku sparaliżowanego Demostenesa X, leczonego w Epidauriosie. „Ów przybył do świątyni na noszach i obszedł święte miejsce dookoła o kulach. Kiedy ułożył się do snu w świętym pomieszczeniu, ujrzał twarz; śnił, że bóg każe mu pozostać w świątyni cztery miesiące, gdyż w tym czasie ozdrowieje. I w ciągu tych czterech miesięcy, gdy w ostatnich dniach wszedł do świętego miejsca o kulach opuścił je zdrów”<sup>8</sup>. Emanacja tego fantastycznego miejsca, gotowość i wiara przybyłych wpływały na powodzenie kuracji, jak i ówczesne zabiegi fizjoterapeutyczne, takie jak: kąpiele, masaże, aktywność ruchowa, które również miały cudowną moc. Na tablicach wotywnych nie wspomina się o nich, a przecież bez nich asklepiiony byłyby jedynie siedliskiem szalbierstwa i zabobonów, jak chciał antyczny prześmiewca Arystofanes<sup>9</sup>

---

<sup>3</sup> Szumowski, *Historia medycyny*, Warszawa 1994, s.68.

<sup>4</sup> Według komedii Arystofanesa („Plutos” i „Żaby”), które w sposób satyryczny opisują działalność świątyni Asklepiosa, kapłan przebrany za boga uleczył niewidomego za pomocą węży. Otóż miały one polizać powieki choremu i tym samym odzyskał on wzrok. Opowieść ta brzmi niewiarygodnie. Faktem jest, że w świątyniach Asklepiosa zaćmę usuwano przy pomocy specjalnych igieł, przy czym pacjenci, będący wprowadzani w stan półsnu wierzyli w cudowną interwencję boga. Węże były kładzione na brzuchu bezpłodnych kobiet. Oprócz węży, kapłani do leczenia „wykorzystali” również inne zwierzęta. Przykładowo, gęsi szczypiąc czyraki, przyczyniały się do ich gojenia.

<sup>5</sup> W. Szumowski, op. cit., s. 68.

<sup>6</sup> Ibid.

<sup>7</sup> N. Yalouris, op. cit., s. 197–207.

<sup>8</sup> Cyt. za *Kronika medycyny*, Warszawa 1994, s. 39

<sup>9</sup> Komedia Arystofanesa skłoniły nieżyjącego już profesora historii medycyny z Lyonu, J. Guiarta do stwierdzenia, że medycyna nie powstała w asklepiionach. Zob. J. Guiart, *Wiedza lekarska nie powstała w świątyniach Asklepiosa*, „Biologia Lekarska” 1928, nr 3–4.

Nie rozwodzą się nad nimi albowiem mając znaczenie terapeutyczne były także często praktykowane w codziennej higienie, w domowym zaciszu, w gimnazjum, w łaźni. Te zabiegi stosowane przez kapłanów były identyczne, jak w przypadku lekarzy, którzy jakkolwiek pochodzili od boskiego Asklepiosa, to ich medyczne procedury, posiadające wymiar racjonalny, były efektem ówczesnej wiedzy, i siłą rzeczy pozbawione były magii. To właśnie dzięki niej zabiegi w asklepiadach, z powszednich stawały się czymś więcej niż leczniczymi i przez to mniej uciążliwymi dla kuracjuszy.

W świątyniach Asklepiosa znajdowały się specjalne miejsca służące do zabiegów balneologicznych (kąpiele), które łagodziły ból, polepszały cyrkulację krwi, a także działały relaksacyjnie. Stosowano zimne, ciepłe i parowe kąpiele w zależności od wieku, schorzenia oraz kondycji. Generalnie ludziom słabym i starym aplikowano kąpiele przynajmniej letnie. Kąpiele zimne Grecy stosowali w celach higienicznych<sup>10</sup>, leczniczo w stanach zapalnych i przy kontuzjach. Pływanie, brodzenie oraz różne formy ćwiczeń w basenach zalecali dla wzmocnienia mięśni<sup>11</sup>. Równie chętnie aplikowali kompresy z wody lub z wywarów ziołowych. Te miały dodatkowy walor, znajdujący, niezależnie od epoki, zwolenników, dbających o swój wygląd. (Większość ziół ma do dzisiaj kosmetyczne zastosowanie).

Zabiegi z użyciem wody były wspomagane masażem, który swój rozkwit zawdzięcza agonistyce. „Sporty i gimnastyka uprawiane powszechnie, jako ćwiczenia ludowe, uprzywilejowane, nagradzane dostojenstwami i otoczone nimbem bohaterstwa, sprawiają, że dbałość o wzrost i sprawność mięśni była przez dłuższy czas największą troską obywateli greckich. Empirycznie przekonano się, że właśnie mieszenie przyczynia się w wielkiej mierze do tych celów i co więcej konserwuje znakomicie mięśnie”<sup>12</sup>. Jakkolwiek masaż został opracowany z myślą o atletach, dla podtrzymywania ich kondycji, to szybko znalazł on zastosowanie w kosmetyce i higienie dnia codziennego. Szczególnie kobiety greckie dbające o urodę doceniały dobroczynne działanie masażu, wykonywane z użyciem wonnych olejków, co pozwalało im zachować urodę. Z dobroczynnych skutków masażu chętnie korzystano w asklepiadach, używając przy tym różnych olejków eterycznych (pobudzających, relaksacyjnych, wzmacniających, gojących, przeciwbólowych). Masaż, który składał się z nacierania, smarowania, głaskania, ugniatania i szczypania, pomagał w leczeniu różnych schorzeń, a szczególnie skutkował w terapii niedowładów, otyłości, nerwobólów, spastycznych mięśni.

---

<sup>10</sup> Zdrowi Grecy po kąpiele ciepłej (pyria) lub parowej (pyriaterion) polewali się wodą zimną. O. Jurewicz, L. Winniczuk, *Starożytni Grecy i Rzymianie w życiu prywatnym i państwowym*, Warszawa 1970, s. 158.

<sup>11</sup> P.C. McInstosh, *Fitness or Prowess*, (in:) *Olympic Academy Report*, Athens 1963, s. 92.

<sup>12</sup> J. Zaorski, *Mieszenie lecznicze*, Warszawa 1928, s. 11–12.

W świątyniach leczono również światłem promieni słonecznych, który antycznym Hellenom służył też jako środek higieniczny dla zahartowania oraz dla zachowania zdrowia. Kąpiele słoneczne stanowiły najprostsze i bardzo naturalne lekarstwo pomocne w leczeniu reumatyzmu, otyłości, chorób skórnych. Jak wyglądało takie leczenie dowiadujemy się z opisu Herodota. Otóż choremu nakazywano „leżeć w pogodne dni gorące na rozpalonym piasku na brzegu rzeki lub morza w pełni promieni słońca, (przy czym ochraniano jedynie głowę i oczy). Kuracja ta była połączona z okładami z gorącego piasku oraz zabiegami wodolecznicznymi”<sup>13</sup>.

Zabiegi były przeplatane indywidualnie dobranymi, ze względu na rodzaj schorzenia, bądź kondycję, zajęciami ruchowymi. Aktywność ruchowa była bardzo ważnym elementem leczenia i aktywnego wypoczynku w asklepijonach, o czym świadczy usytuowanie stadionów lub gimnazjonów na obszarze świątyni. Kapłani wykorzystywali wrodzoną Grekom skłonność do aktywności ruchowej. Agonistyka wpisana była w ich obyczajowość, a zatem nie mogło jej zabraknąć w asklepijonach. W asklepijonach nabierała ona nieco innego wymiaru. Stawała się agonistyką zdrowia. Tam aktywność ruchowa była jednym z istotnych elementów wyścigu do zdrowia lub po zdrowie. W świątyniach chętnie „przepisywano” wszystkie ówczesne formy ruchu, takie jak: biegi, skoki, rzuty, ćwiczenia z ciężarkami, pływanie, zapasy z cieniem, gimnastykę, zabawy z piłką, taniec, spacer, chodzenie na palcach<sup>14</sup>. Ćwiczenia ruchowe były kombinacją zarówno dyscyplin olimpijskich, jak i tych, które pozbawione były blasku wielkiego agonu. Zastosowanie ćwiczeń uzależnione było od rodzaju choroby, typu budowy, temperamentu człowieka, jego upodobań. Te same ćwiczenia w zależności od sytuacji były leczniczymi, albo higienicznymi. Lecznicze stosowanie ruchu podczas pobytu w świątyniach zdrowia było ważne przy usprawnianiu funkcji wszystkich narządów: zwiększało naturalne zdolności organizmu do przeciwstawiania się chorobom. Toteż wykorzystywano ich możliwości do zwiększenia lub przywrócenia sprawności fizycznej poprzez różnego rodzaju ćwiczenia, spacer, gry z piłką. Leczenie (odpoczynki) uatrakcyjniały koncerty i przedstawienia teatralne (wyłącznie komedie). Były one obowiązkowe dla wszystkich. Tego typu przedstawienia rozładowały napięcia i lęki chorych. Spełniały bardzo ważną funkcję psychoterapeutyczną i niewątpliwie uatrakcyjniały przebywanie w ośrodku.

Podczas pobytu w asklepijonie trwającego kilka tygodni (miesiące) naturalny proces zdrowienia zyskiwał wsparcie, a pacjent przyswajał sobie umiar-

---

<sup>13</sup> Powietrze i słońce jako najlepsze i najtańsze środki lecznicze, Warszawa 1904, s. 42.

<sup>14</sup> Zob. K. Celsus, *O lecznictwie ksiąg ośmioro*, tłum. H. Łuczkiwicz, Warszawa 1889, księga III, IV; R. Caton, *The Temples and Rituals of Asclepios at Epidauros and Athens*, London 1900; H. I. Marrou, *Historia wychowania w starożytności*, 1910, s. 188; P.C. McInstosh, op. cit., s. 92.

kowany styl życia. Toteż Asklepiiony stały się ważnymi ośrodkami leczniczymi oraz istotnymi miejscami pomnażającymi indywidualną zdrowotność, na długo zanim medycyna zyskała naukową podbudowę<sup>15</sup>.

Tę medycyna zawdzięcza Hipokratesowi, który naukowo uzasadnił przydatność wyjazdów do kurortów, zarówno w leczeniu wielu schorzeń, jak i w profilaktyce. Za sprawą Hipokratesa leczenie i wypoczynek w uzdrowiskach weszły na stałe do medycyny. Odtąd następne pokolenia medyków rozwijały i umacniały (na wskazanej przez Hipokratesa zasadzie) związek leczenia uzdrowiskowego z medycyną, który został przypieczętowany przez medycynę rzymską. Obok walorów terapeutycznych, pobyty w kurortach miały również znaczenie higieniczne. Były bardzo przydatne w pomnażaniu zdrowia fizycznego i duchowego antycznych. Polecane były zdrowym Grekom i Rzymianom, jako najlepsza forma spędzania kanikuły, promująca życie w zgodzie z własnym organizmem. Zadaniem tak pojmowanego wypoczynku było wzmocnienie sił obronnych poprzez zastosowanie naturalnych środków, działających w jedności z organizmem, a nie wbrew jemu. Asklepiiony poprzez wzmocnienie zdrowia indywidualnego przyczyniały się do podniesienia zdrowia społecznego antycznych. Toteż od czasów antycznych leczenie, bądź wypoczynek w uzdrowisku stały się swoistym obowiązkiem dbających o własną uświadamiającą zdolność do życia.

### **Uwspółcześnione asklepiiony**

Wraz z upadkiem cywilizacji antycznej skończyła się radosna afirmacja zdrowia i cielesności. Myśl chrześcijańska rozwijała się w opozycji do antyku, w ustawicznym dialogu, ciągłej rozprawie ze starożytną myślą, uznaną przez Ojców Kościoła za pogańską. Siłą rzeczy antyczny kult zdrowia poddany został ostrej krytyce. Skutkiem tego było poniechanie, bądź znaczne ograniczenie leczenia uzdrowiskowego, które we wczesnym średniowieczu było krytykowane przez niektórych Ojców Kościoła. Ich opinie na pewno przyczyniły się do spowolnienia rozwoju turystyki zdrowotnej, co miało miejsce we wczesnym średniowieczu. Jednak za sprawą wypraw krzyżowych, powraca do łask antyczny hellenizm, który powoli wypełniał luki, jakie w zachodniej kulturze pozostawiło dziedzictwo łacińskie. Duża w tym zasługa Arabów i chrześcijańskich tłumaczy. Ci pierwsi ocalili i troskliwie przechowywali pisma antycznych uczonych, które w tym samym czasie w Europie nikogo nie interesowały. Drugim zawdzięczamy powrót należnego Europie klasycznego dziedzictwa. Dzięki nim, albo raczej tłumaczonym przez nich traktatom medycznym, na nowo odkryto, że rozsądna dieta, higiena ciała i duszy, ak-

---

<sup>15</sup> Praktyka w świątyniach Asklepiosa dała podwaliny pod rozwój teorii medycznej, uzasadniającej stosowane tam praktyki medyczne.

tywność ruchowa, masaże, kąpiele sprzyjają zdrowiu. Powracają tedy do łask kąpieliska ze źródłami leczniczymi. Zyskują one coraz więcej zwolenników, którzy wierzyli w cudowną moc kąpieli w wodach mineralnych i podróżowali do modnych wówczas kąpielisk, takich jak: Akwizgran, Baje, Karlsbad, Siena, Ems, Baden-Baden.

W średniowieczu na pierwszym miejscu stawiano kąpiele, sporadycznie zalecano picie wód mineralnych. Kąpiele związane były ze środkami medycznymi, które aplikowali kąpielowi, balwierze i chirurdzy. Nie to jednak było cechą charakterystyczną tych miejsc, lecz towarzystwo podczas wspólnych kąpieli. Wspólnie spożywano posiłki, muzykowano, dyskutowano i odbywano przechadzki. Można powiedzieć, że na powrót zaczęły wykształcać się obyczaje uzdrowiskowe, które ostatecznie ustaliły się w XIX w. Dotyczą one zarówno procedur leczniczych<sup>16</sup>, jak i stylu życia w kurorcie, wypełnionego spacerami, słuchaniem koncertów muzycznych, flirtami oraz zabawami tańecznymi. „Gdy przy wesołych tańcach, skromnych żartach trochę się w wesołości zbytkuje lekkie ciepło rozlewa, które w wielu chorobach niewymownie dobrze skutkuje”<sup>17</sup>, zauważali lekarze, polecający kuracjom ten rodzaj ruchu, jak i przechadzki, nazywane „leczniczymi spacerami”<sup>18</sup>. Od końca XVIII w. wyjazdy do „wód” stały się modne, ze względu na ich walory towarzyskie i towarzyszące im rozrywki. Co rusz, dla wielu stawały się koniecznością. Często ludzie szukali ratunku „u wód”, gdy ich organizm był mocno osłabiony. „Lecz niestety, pisał doktor wodny A. Godlewski, wtenczas tylko udają się do kuracji wodnej, gdy już wszystkie środki zostały wyczerpane, kiedy ze swego ciała zrobiono magazyn żyjąco-apteczny, zrujnowawszy go całkiem, i zniszczywszy siłę życia”<sup>19</sup>. W takim przypadku zdrojowiska były ostatnim „portem zbawienia”, niczym antyczny asklepijon.

Pielgrzymki po zdrowie dały podwaliny pod rozwój turystyki, która zaczęła się w XIX wieku. Bowiem właśnie wtedy „u wód” odkryto wartości krajoznawstwa, które stały się udziałem nie tylko elit, ale swoistym przywilejem wielu ludzi.

Zmienili się ludzie, zmienił się świat. Mimo tych różnic w teraźniejszości kurortów ciągle tkwi coś, co ma związek z jego przeszłością.

---

<sup>16</sup> Większość zabiegów fizykoterapeutycznych ustaliła się w XVIII w.: wodolecznictwo, balneoterapia, elektroterapia („prądowanie”, „galwanizowanie”), masaż, gimnastyka.

<sup>17</sup> L. Lafontaine, *Opisanie skutków y używania ciepłych siarczystych, y zimnych żelaznych kompieli w Krzeszowicach*, Kraków 1789, s. 121.

<sup>18</sup> L. Korczyński, *Technika w usługach balneoterapii*, „Przewodnik Kąpielowy” 1904, nr 11, s. 153.

<sup>19</sup> A. Godlewski, *Rys ogólny użyteczności kuracji wodnej*, „Przyjaciół Domowy” 1858, nr 20.