

Dr. Żegota Króweczyński.

# KRÓTKI RYS HISTORYCZNY O GIMNASTYCE.

Odczyt wygłoszony na kursie dla nauczycieli  
gimnastyki w roku 1889.



**LWÓW**

**NAKŁADEM ZWIĄZKU POLSKICH GIMNASTYCZNYCH TOW. SOKOLICH.**

I. Związkowa drukarnia we Lwowie, ulica Lincelga 1. 4.

1898.

V7: 353504  
XX 004333743



J-19139

50596

Biblioteka Gl. AWF w Krakowie



\*1800065517\*

496.41 (091)

Ahc 1967 K 1340

## I.

### Gimnastyka w starożytności.

Zbyteczną byłoby rzeczą mówić o ważności dziejów gimnastyki. Przeświadczeni o doniosłym znaczeniu w ogóle nauki historii musimy uznać jej ważność w nauce gimnastyki. Ona bowiem wskazuje nietylko sposób powstawania tej nauki, ale zarazem kreśli jej pochod i rozwój, których znajomość powinna być drogowskazem w dalszym rozwoju gimnastyki; dzieje jej wreszcie wskazują wpływ na rozwój całych narodów i ludzkości. Godziłoby się dokładnie poznać dzieje gimnastyki; ograniczona jednak liczba godzin zniewala mnie do przedłożenia Panom tylko szkicu historycznego, który dla chętnych będzie bodźcem do dokładniejszego obeznania się z przedmiotem.

Za nim o dziejach gimnastyki pomówimy musimy się porozumieć co przez naukę gimnastyki rozumiemy. Mojem zdaniem najdokładniejszą jest definicja podana przez dra Hillaireta, który uważa gimnastykę jako naukę mającą na celu zapomocą pewnych ruchów ułatwić rozwój naturalny ustroju, przyczynić się do jego wzrostu i utrzymania w równowadze wszystkich sił organizmu. Jeśli najwyższym dobrem człowieka jest zdrowie indywidualne, a najwznieściejszym celem społecznym jest zdrowie ogólne, społeczne, a do tego celu prowadzi nauka gimnastyki, to już dlatego zasługuje ona na to, aby zajęła

w wychowaniu najpoważniejsze miejsce. Tymczasem jak Panowie wiecie, tą naukę bardzo po macoszemu dotąd traktujemy z krzywdą dla wychowanków i dla społeczeństwa, bo jeszcze nie otrząśliśmy się z wpływów, które ustrój podporządkowywały pod wpływ ducha, i które sztucznie rozłączały ducha od ciała, co zdaniem najpoważniejszych myślicieli rozłączyć się nie daje. O nauce gimnastyki w tej postaci jak ją określa podana definicja, świadczą dopiero dzieje Greków, gdy jednak w każdej nauce spotykamy okres zapowiadający powstanie samej nauki, tworzącej pewien system, przeto i o tem okresie kilka słów powiemy. Już w czasach przedhistorycznych musiał człowiek oddawać się ćwiczeniom ciała choćby i jedynie na to, aby w walce z dzikimi zwierzętami być zwyciężcą. Instynkt samozachowawcy wkłada dzikiemu Buszmannowi łuk i zatrutą strzałę w ręce, dziki Australczyk murzyn, czerwono-skórny i Patagończyk z konieczności staje się myśliwym i wojownikiem, używa swych sił, aby zachować swój kraj od zniszczenia przez hordy dzikich koni, staje się rybakiem, aby uzyskać pokarm. W tych usiłowaniach dzikich narodów spoczywa początek przyszłej nauki, która w miarę postępu i cywilizacji wyraźniejsze kształty przybiera. Najstarszym zabytkiem o gimnastyce poszczycić się może historia chińska; w dziejach Chińczyków na 3000 lat przed erą naszą spotykamy dwóch chińskich mocarzy — Chin-Nong i Hoang-Ti, z których pierwszy uchodzi za twórcę pierwszych reguł medycyny, a drugi za twórcę higieny. Dzieło ostatniego — Cong — (sztuka) Fou (człowiek) wydane w r. 2698 zawiera wskazówki gimnastyczne, przedstawia sposób wykonywania ćwiczeń, zajmuje się rozbiorem rozmaitych postaw i ułożeń ciała i sposobów oddychania, a celem tych wska-

zówek było doskonalić siebie, każdego dnia wywoływać odnowę ustroju. Mieszkańcy Hindostanu oddawali się również rozmaitym ćwiczeniom ciała, a ich historia świadczy o mięsieniu i nacieraniu skóry, jako o środkach mających na celu przyspieszenie odnowy ustroju, które to procedury polecane są w dziele „Susruta“.

Sądząc z zabytków potęgi umysłowej Egipcjan należy wnioskować, że składał się ich naród z indywidualnie silnych, mimo to o racjonalnem ćwiczeniu ciała nie znajdujemy wskazówek w ich historii. To samo dotyczy Babilończyków i Asyrejczyków. których zabytki sztuki świadczą o zamiłowaniu do polowań i walk szczególnie z dzikimi zwierzętami. O Persach podaje Ksenofon, że w wychowaniu ich gimnastyczne ćwiczenia uwzględniano, a mianowicie ćwiczą młodzi w jaździe konnej i strzelaniu z łuków i w prawdomowstwie przewidując, że i prawdomowstwo jest cnotą, którą przez ćwiczenie nabyć można. Najwięcej szczegółów o ćwiczeniach znajdujemy w historii żydowskiej. Rzucanie kamieniami, strzelanie z łuków, bieganie, współzawodniczenie w biegu i skoku, pływanie, polowanie, oto postacie ćwiczeń, o których w starym i nowym testamencie znajdujemy wzmiankę. U wszystkich jednak powyżej przytoczonych narodów ćwiczenia ciała dość poślednie miejsce w wychowaniu młodzieży zajmowały, a o systematycznej nauce gimnastyki w celach pedagogicznych lub narodowych nie było mowy. Zajmowano się ćwiczeniami przeczuwając ich użyteczność, ale nie pojmowano całej doniosłości i znaczenia ćwiczeń cielesnych. Dopiero Grecy wynieśli gimnastykę do odpowiedniej wyżyny, bo gimnastyka stała się u nich instytucją narodową. Grecy bowiem byli równie troskliwi o wykształcenie umysłowe jakoteż i fizyczne swoich wychowanków

i podczas gdy Ateńczycy dążyli do stworzenia piękna ciała, Spartańczycy dążyli do stworzenia siły fizycznej u obywateli. Prawodawstwo Likurga (880 p. Chr.) ma na celu zapewnić krajowi dzielnych wojowników zupełnie oddanych ojczyźnie, mniej zwraca uwagi na piękność ciała, a głównie hartuje, ćwiczy w wytrwałości dla stworzenia wojowniczej tęgości.

Solon (594 p. Chr.) jako prawodawca Aten pragnie mieć tęgich obywateli, u których wszystkie cnoty ludzkie są pielęgnowane, ćwiczy młodzież w muzyce i gimnastyce, a celem jego wykształcenia jest *καλοκαγαθία* t. j. harmonijne wykształcenie piękności cielesnej i doskonałości duchowej. W Grecji rozróżniano tak zwane gimnazja, zwykłe a publiczne miejsca ćwiczeń cielesnych (od *γυμνος* nagi) na których młodzież pod gołym niebem nago ćwiczyła, przyczem ćwiczenia na przyrządach zajmowały poślednie miejsce. Palestą nazywano miejsca prywatne dla ćwiczeń, Stadium oznaczało miejsce dla ćwiczeń w bieganiu, wreszcie Hippodromos miejsce dla ćwiczeń jazdy konnej i wozowej. Na czele gimnazjum stał tak zwany gymnaziarch czyli kierownik, prócz tego był gymnast czyli nauczyciel i aleiptes czyli służący. Najwyższego szczytu dosięgły ćwiczenia z chwilą wprowadzenia w życie tak zwanych igrzysk, które nosiły nazwy olimpijskich, bo odbywały się na cześć Zeusa w Olimpii, pytyjskich na cześć Apolla Pythios, nemijskich i istmijskich. Zwycięzców czczono i poważano, a nagrodę ich stanowił wieniec z liści drzewa oliwnego, z liści laurowych, bluszczu, lub wieniec sosnowy.

Zaprowadzony na igrzyskach olimpijskich pentathlon składał się z popisu w skakaniu, rzucaniu oszczepem, w wyścigach, w rzucaniu w dal i w pasowaniu, a zwycięzców nagradzano nietylko po od-

niesionem zwycięstwie na miejscu igrzysk, ale podejmowano uroczystości powracających do miejsca urodzenia, wznoszono na ich cześć w miejscach uświęconych posągi, opiewano ich czyny. Nagrody takie mogły być bodźcem do pracy w narodzie o wysokiej obyczajności, równie jak i cel ćwiczeń Greków w tym okresie rozwoju gimnastyki; cel był ze wszechmiar wzniosły, a mianowicie celem ich było zdrowie ciała, użyteczność w walce z nieprzyjaciołmi, piękność i powab ciała i jego ruchów i wreszcie odwaga, rozważa i panowanie nad uczuciami. Z upadkiem obyczajności i poszanowania bogów, traciły igrzyska i nagrody na znaczeniu i wartości, a na miejsce idealnych zapaśników dla wyższych celów wstępują zapaśnicy o korzyści materialne, miejsce dobrych obywateli-gimnastyków zajmują atleci, których jednostronność ćwiczeń nie wytwarzała dzielnych obywateli, ale siłaczy niezdolnych do ciężkiej służby publicznej, niedołęgów w walce z wrogiem ojczyzny. Jeszcze przez krótki czas walczyła gimnastyka z atletyką, ale nawet nawoływania i reformy Iccus'a z Tarentu były bez wpływu, gdyż w miarę upadku moralności upadek gimnastyki był widoczniejszym, i chwila utraty wolności rażnym krokiem się zbliżała, aż wreszcie na niegdyś dzielny naród nałożono obrożę rzymskiej niewoli. Od tej chwili jeszcze późniejsze miejsce zajmują ćwiczenia cielesne, które u Rzymian nigdy z zamiłowaniem nie zajmowano się. Wspomnieć się godzi jeszcze o nowym kierunku stworzonym przez Herodyka naczelnika palestry, który przez odpowiednie ćwiczenia odzyskawszy zdrowie, stworzył podstawy do gimnastyki leczniczej. Ale jak to często bywa nie znał on miary i jego rady chybiały celu. Dość przypomnieć, że on zalecał gorączkującym piesze

przechadzki 66 kilometrowe, które dla zupełnie zdrowych są już nadzwyczajnym wysiłkiem. To też uczeń jego a najznakomitszy lekarz grecki Hippokrates potępia postępowanie swego mistrza mówiąc: „Herodikus wielu gorączkujących tracił skutkiem zaforsownych przechadzek i wysiłających ćwiczeń, a spora liczba jego chorych gorzej się miała pod wpływem suchych nacierań ciała“.

Wraz z zwyciężonym krajem przyjmują Rzymianie greckie instytucje, w pierwszej chwili odbywają się igrzyska olimpijskie, ale duch ich jest inny. Nigdy gimnastyka nie zajęła tego stanowiska u Rzymian co u Greków, nie tylko, że nie stanowiła czynnika w wychowaniu narodowym, ale od pierwszej chwili oddawał się Rzymianin dlatego ćwiczeniom ciała, aby być dobrym żołnierzem. Pole marsowe, na którym się po południu zgromadzano, służyło dla jednych jako miejsce ćwiczeń wojskowych, dla drugich jako miejsce zabawy, wreszcie dla innych jako miejsce dla przechadzki. Tylko najzamożniejsi Rzymianie pielęgowali gimnastyczne ćwiczenia i to prywatnie, później jak zaraz się dowiemy pielęgowano ją jako czynnik higieniczny, nigdy jednak nie troszczył się Rzymianin, ani o piękność ciała, ani o powab ruchów, ani nie zapragnął przez ćwiczenia ciała zapanować nad jego żądzami. Z biegiem czasu ćwiczenia dla celów wojskowych ustępują atletyce i grom cyrkowym i od tej chwili rozpoczyna się upadek rzymskiej potęgi, od którego nie zdołały powstrzymać nawoływania rodziny Scypionów pragnącej gimnastykę grecką wprowadzić w życie, ani przestrogi najznakomitszych lekarzy.

Zwolna gimnastyka schodzi do czynnika czysto higienicznego, zapomocą którego podtrzymujemy słabnące ciało, albo jest środkiem leczniczym rozmaitych



chorób. Asklepiades z Bitynii zaleca nacierania, umiarkowane jazdy konne i wozem, szybowanie na czółnach, kąpiele zimne, nacierania wodą zimną i tusze, których on ma być wynalazcą. Za jego przykładem poszło wielu rzymskich lekarzy, a Musa lekarz Augusta z bardzo dobrym skutkiem zastosowuje hydroterapję. Bardzo wielkiem uznaniem cieszyła się gimnastyka w celach leczniczych u znakomitego lekarza Celsusa, który w dziele swoim *de re medica*, po każdym paragrafie podaje opis ćwiczeń mających być używanymi. On zaleca czytanie głośne, ćwiczenia bronią, zabawy piłką, bieganie i przechadzkę, rozbiera szczegółowo ich działanie uznając wyższość ćwiczeń na wolnem powietrzu przed ćwiczeniami w zamkniętych budynkach. Dokładnie określa ich cel, mianowicie wywołanie potu jako dowód przyspieszonej odnowy ustroju i każe zaprzestawać ćwiczyć z chwilą pierwszych objawów zmęczenia. Największym zwolennikiem gimnastyki racjonalnej, a przeciwnikiem jednostronnej atletyki jest najznakomitszy lekarz Galen (180—201). Wykazuje on szkodliwy wpływ na czynności ustroju, stwierdza, że atletyka wywołuje różne zboczenia chorobowe i potępia cyrkowe zapasy, a jego zdanie podzielają inni współcześni lekarzy i jego następcy uznając ważność gimnastyki nie tylko ze stanowiska higienicznego, ale i leczniczego. Mimo to z każdym dniem gimnastyka u Rzymian upada i to tem więcej im silniej zakorzeniał się szkodliwy wpływ ceraryzmu. Gdy wszelkiego rodzaju niecnoty zajęły miejsca obywatelskich cnót, gdy upodlenie charakterów stało się powszechnem, gdy lud wołał „*panem et circenses*“, gdy więc do najniższych warstw doszło upodlenie wówczas nie można było spodziewać się odrodzenia gimnastyki, do czego jednostki nawoły-

wały. Ani głos Juljana skwapliwie popierającego wszystko co szlachetne, a zdradliwie ginącego z ręki współziomka nie mogły zwrócić naród na właściwą drogę, i praca Oribasa lekarza i przyjaciela Juljana na nic się nie przydała, o gimnastyce nie mógł myśleć naród nieznający ani wstrzemięźliwości, ani nieodczuwający słodyczy cnót obywatelskich, a znajdujący najwyższą rozkosz w najwstrętniejszych czynach.

Oribasius, który za namową swego przyjaciela zebrał wszystkie dzieła lekarskie w starożytności znane, jeden tom poświęca gimnastyce, w nim rozbiera szczegółowo wszelkie rodzaje ćwiczeń i opisuje ich działanie. Właściwie nie różniły się ćwiczenia rzymskie od greckich co do rodzajów, przeważnie jednak kultywowano takie ćwiczenia, które dziarskość żołnierską wyradzały, bo ta dziarskość była w chwili rozkwitu państwa rzymskiego jedynym celem ćwiczeń Rzymian. Podobnie jak u Greków wyradza się atletyzm i gry cyrkowe z chwilą upadku ćwiczeń, a znika gimnastyka z widowni, gdy wszystko zapowiadało upadek państwa Rzymskiego. Czy byłby zdolny odrodzić się naród rzymski, gdyby gimnastyka zajęła należne miejsce i stała się instytucją narodową jak była w początku u Greków trudno powiedzieć, ale już z tego bardzo pobieżnego szkicu poznacie Panowie bardzo ściśle związek między żywotnością narodową a gimnastyką, a jak sądzę, jeszcze wyraźniej spostrzeżecie Panowie ten związek w historii nowożytnej gimnastyki, którą poprzedzając szkicem historycznym w średnich wiekach przedłożę Panom następnym razem.

---

## II.

### Wiek średni.

Niewłaściwie pojęta i zastosowana nauka Chrystusa stanęła dalszemu rozwojowi gimnastyki na przeszkodzie, a monachizm przeszczepiony ze wschodu na gruncie chrześcijańskim był największą przeszkodą, albowiem ślepe posłuszeństwo, oderwanie od rodziny obok wzniosłej pracy nad zbawieniem duszy kazały przechodzić do porządku dziennego nad troską o dobro ciała. W tych warunkach niczego nie mogły dokazać rozumne nawoływania Aetiusa (540), który propagował naukę Oribasiusa, ani przestrogi Pawła z Eginu (680), ani wreszcie nawoływania szkoły arabskiej (Rhazes w 10 wieku, Avicena w 11, Averrhos z Kordowy w 12 wieku) i dlatego też aż do 10 wieku nie znajdujemy żadnych śladów historycznych o pielęgnowaniu gimnastyki już nie jako nauki, ale nawet naturalnej polegającej na ćwiczeniach czy to w celach leczniczych czy wojskowych. I inaczej być nie mogło, bo posługując się słowami ojców kościoła w starożytności wychowywano dla ziemi, w średnich wiekach dla nieba, a w szkołach klasztornych karano nawet wszelkie ćwiczenia ciała, bo one stawały na przeszkodzie zbawieniu duszy. Zbijać tego błędnego zapatrywania chyba nie potrzeba. Dopiero średnio-wieczna rycerskość powołuje do życia ćwiczenia jednego wyłącznie stanu społecznego, który je pielę-

gnował przede wszystkim w celach wojowniczych, mniej estetycznych. Ćwiczenia zasadzały się na pasowaniu, szermierce, polowaniu, strzelaniu, bieganiu i skakaniu — a oddawała im się młodzież gromadząca się na dworach możnych panów. Tak się działo we Francji i Niemczech. Młodzieniec oddany na wychowanie do dworu z biegiem lat z pазia (14—21 lat) ćwiczącego się w robieniu bronią, towarzyszącego wreszcie panu w każdej potrzebie, a szczególnie na polowaniu i wojnie, zmieniał się na rycerza. Pasowanie na rycerzy odbywało się uroczyście a po trzykrotnem uderzeniu płaszczyzną miecza pasujący wygłaszał: W imieniu Chrystusa pasuję Cię na rycerza: Bądź odważnym, nieustraszonym i wiernym. Wychowanie rycerskie było niestety jednostronne, bo ćwiczone przede wszystkim w celach wojowniczych, a przytem zaniedbywano wszelką naukę umysłową, którą nad stanem rycerskim górował kler i przez to często rycerzy zwyciężał. Pod rządami Lothara Saskiego (1125—1137) zaprowadzono w Niemczech turnieje, czyli gry galijskie co wskazuje na ich pochodzenie francuskie, gdzie one odbywały się zawsze w obecności płci pięknej.

Wykształcenie i nauka kleru, którymi tenże dokonuje stan rycerski niepielegnujący takowych, tworzy z nich szafarzów łaski królów i światowców porzucających pałace biskupie i dochody, aby objąć urzędy światowe. Od wieku 13—16 o ćwiczeniach gimnastycznych zapomniano i dopiero w 1530 lekarz i zakonnik Franciszek Rabelais powstaje przeciwko sofisteryi scholastyki, zepsuciu kleru; chłoszcze nieobyczajność francuską i podaje szczegółowe rady jak młodzież wychowywać należy. Już w końcu 15 wieku Antoni Gazi z Padwy przypomina w opisach ćwiczeń

używanych w starożytności gimnastykę Greków, a Ludwik Cornaro przeszło stuletnim żywotem dowodzi do czego prowadzi życie odpowiednio uregulowane, hartujące ciało. Prawie równocześnie profesor wszechniczy w Tybindze nazwiskiem Fuchs (1536—1566) przygotowuje dzieło o korzyściach ruchu, a w kilkanaście lat później (1573) Hieronim Mercurialis lekarz z Werony wydaje dzieło „De arte Gymnastica“, którego trzy pierwsze tomy są poświęcone gimnastyce Greków, a 4, 5 i 6 tom szczegółowo rozbiera ćwiczenia mające służyć do wzmocnienia ciała i utrzymania zdrowia. Wkrótce po tem lekarz Karola IX. i Henryka III. Ambroży Paré wydaje dzieło o ważności gimnastyki, a prawdy głoszone przez obu znakomitych lekarzy znajdują przedewszystkiem w gronie lekarzy najwięcej zwolenników. Jeśli w historii gimnastyki szczególnie w wiekach średnich znajdujemy wielu pracowników z grona lekarzy, to dziwić nas nie może, ich nauka bowiem zajmująca się ciałem nie dozwalała podporządkowywać ciało zupełnie duchowi jak to pragnęło duchowieństwo. Ale nietylko lekarze walczą przeciw zgubnemu wpływowi duchowieństwa, które zabraniało wszelkich ćwiczeń ciała jakoby zgubnych dla szczęścia duszy. Za przykładem lekarzy postępują wielcy myśliciele i filozofowie. Z chwilą reformacji jej twórcy i filozofowie stają w obronie fizycznego wychowania. Na świadectwo tego twierdzenia przytaczamy słowa Marcina Lutra: Dobrze obmyślaną i wskazaną jest rzeczą, aby młodzież się ćwiczyła i dążyła do użytecznych i szlachetnych rzeczy, i tym sposobem nie popadła w rozpustę, nierząd, pijaństwo i gry. Zaleca on oddawanie się muzyce, która troski serca, melancholijne myśli rozpędza, i ćwiczeniom ciała jako to fechtunkowi, pasowaniu się, skakaniu

i bieganiu, bo one nadają giętkość członkom i utrzymują zdrowie. Jeszcze dobitniej przemawia Montaigne w dziele „de l'instruction des enfans“ (o wychowaniu dzieci). Mówi on: nasze zabawy i ćwiczenia ciała, bieganie, pasowanie się, muzyka, taniec, jazda, fechtunek i polowanie muszą stanowić poważną część naszych nauk. Wychowanie nie ma na celu wyłącznie wykształcić ducha lub tylko ciało, jego zadaniem jest wychować człowieka, którego rozdzielać na dwie istoty nie można, a posługując się słowami Platona wykazuje, że ciałem i duszą w równej mierze opiekować się należy i tak prowadzić jak parę koni w zaprzęgu.

Badania 17 wieku jeszcze większą zwracają uwagę na fizyczne wychowanie i potrzebę gimnastyki i tutaj znowu poważne stanowisko lekarzom się przynależy. Sarctorius rozprawia o transpiracji skóry i jej wpływie na czynności ustroju i na zdrowie, Harvey odkrywa krążenie krwi, a Borelli zastosowuje statystykę i matematykę w wytłumaczeniu teorii ruchu mięśniowego. Sydenham cały tom poświęca jeździe, Boerhaave zaś uważa ruch jako przyczynę życia i zaleca ćwiczenia ciała jako najlepszy środek utrwalenia zdrowia. Angielski lekarz, a znakomity przytem myśliciel John Locke twórca nowożytnego empiryzmu i materjalizmu w dziele swoim, „kilka myśli o wychowaniu dzieci“ kładzie nacisk na sentencję starożytnych: „Mens sana in corpore sano“, wykazując, że do tego dążyć jest naszym obowiązkiem, bo w tych słowach mieści się faktyczne szczęście doczesne. Kto posiada zdrowie ducha i ciała, ten posiada wszystko, a komu brakuje czy to zdrowia ciała, czy zdrowia ducha, nie wynagrodzi braku niczem, i chociaż w wychowaniu należy baczną i główną uwagę zwracać na

ducha nie wolno jednak zapominać o pielęgnowaniu ciała. Za daleko odbiegliśmy od przedmiotu, gdybyśmy chcieli przytaczać imiona wszystkich, którzy sprawę fizycznego wychowania, pielęgnowania ciała, umiejętną gimnastyką szczerze się zajmowali. Nie możemy jednak pominąć poważnego głosu Rousseau'a, który w swoim „Emilu“ z wielkim naciskiem wskazuje na potrzeby i ważność hartowania i ćwiczenia ciała. Uzbrajajcie ciągle człowieka przeciwko zdarzeniom nieprzewidzianym, ćwiczcie ciało na wszystkie sposoby, bo błędnem jest mniemanie, że ćwiczenie ciała przeszkadza wykształceniu ducha. Wychowanek powinien posiadać rozum mędrca obok siły atlety. Wszystko co rozum nabywa przyjmuje przez pośrednictwo zmysłów, zmysły są podstawą ducha, dlatego powinniśmy członki i zmysły ćwiczyć jako narzędzia naszej wiedzy i dlatego musi być ciało zdrowe i silne. Gimnastyka Greków wytwarzała energię ciała i duszy, która to energja wyróżnia starożytnych od obecnie żyjących. Wszystkie te głosy byłyby przeminęły bez echa, gdyby nie znalazł się znakomity, a dobrze Panom znany mąż na polu pedagogicznym, Pestalozzi, który jeszcze większą rację przykładał do fizycznego wychowania, jak równie znakomity pedagog Jan Amos Komeniusz. Ostatni nie tylko głosił, że młodzież powinna dowolnie się zabawić, ale chciał gimnastykę do szkoły ćwiczeń młodzieży wprowadzić i przepisywał, aby wychowanek 8 godzin zużywał dla spoczynku i snu, 8 godzin dla pracy i tyleż godzin zużywał dla pielęgnowania i odżywiania ciała. Szczęśliwszym w zabiegach był Pestalozzi zaprowadzający gimnastykę jako rzecz obowiązkową dla młodzieży jego pieczy w Neuhof powierzonej, a dzieło jego „Jak Gertruda uczy swoje dzieci“ jest najlepszym świadectwem jego zdrowych

poglądów na sprawę fizycznego wychowania, albowiem jak Panowie wiecie na czele programu pedagogicznego położył on ćwiczenia fizyczne. Tym sposobem stała się Szwajcarja kolebką nowożytnej gimnastyki, którą z równem zamiłowaniem w tym kraju pielęgnowali Stand, Berthoud i d'Yverdon. Pestalozzi zaś przechodzi do Francji, aby w Paryżu zaszczerpić potrzebę tej nauki. Nie wolno nam pominąć zasług Jana Bernarda Basedowa (1723—1790) profesora gimnazjum w Altonie, którego Niemcy z wszelką słuszością uważają za ojca niemieckiej gimnastyki szkolnej i twórcę filantropinizmu. Gimnastyka dotąd pielęgnowana przez stan szlachecki na akademiach rycerskich, staje się dzięki jemu udziałem młodzieży nieszlacheckiej. Zakłada on w Dessau w r. 1774 praktyczną szkołę zwaną filantropin, bo szczerą miłość ludzi wyrodziła myśl założenia tej szkoły i była podstawą idei Basedowa, która była niejako przeciwstawieniem humanistycznego kierunku. Jak wiadomo humanizm wiele opiekował się językami starożytnych, kładąc największą wagę w wychowaniu młodzieży na znajomość języków starożytnych, a chociaż mógł na tych wzorach zaczerpnąć bardzo ważnych wskazówek o fizycznem wychowaniu w starożytności i z korzyścią gimnastykę Greków w czyn wprowadzić, ograniczali się humaniści do prawienia o gimnastyce bez zamiaru wprowadzenia jej w czyn dokonany.

Właściwie na tych usiłowaniach kończy się wiek średni, a początek 19 wieku rozpoczyna nową epokę, której owoce w krótkim czasie przeszły wszelkie oczekiwania.

W końcu 18 wieku trzy państwa opiekują się gimnastyką a mianowicie Szwajcarja, Niemcy i Dania, ale reszta ludów europejskich i nieeuropejskich



nie mogła pozostać głuchą na nawoływania lekarzy, filozofów i pedagogów i tem tłumaczyć należy, że w wieku 19 w miejszym lub większym stopniu zainteresowały się nią rządy i narody. Z początkiem 19 wieku okrywają się zasługami w sprawie wychowania fizycznego ludzie zupełnie nowi mianowicie Ling w Szwecji, Jahn w Niemczech, Clias we Francji i Anglii, Amoros w Hiszpanii, a później w przybranej ojczyźnie Francji. Ich wystąpienie poprzedzili zasłużeni Niemcy, o których kilka słów powiemy, a którzy tworzą, że tak powiem przejście do wieku 19. Prócz Pestalozzi'ego o którym przed chwilą mówiliśmy poważne miejsce należy się profesorowi gimnazjalnemu nazwiskiem Villaume (ur. 1746 †1805). On głosi, że istnieje sztuka mająca na celu wykształcenie ciała a sztuka taka jest konieczną nie w Kamczatce, Senegalu i Orinoko, ale w Europie i w Niemczech. Jego nauka rozbrzmiewa po Niemczech w owym czasie kiedy myśl czynnie propagowaną przez Basedowa podejmuje Salzmann; zakłada on wychowawczy instytut w Schnepfenthal dotąd istniejący, do którego założenia skutecznie przyczynił się książę Ernest II. z Sachsen-Gotha w 1784. Praojcem gimnastyki i pierwszym autorem książki „nauki o gimnastyce“ jest Jan Chrystjan, Fryderyk Gutsmuths 1759 - 1839). Nauczyciel dwóch synów lekarza Rittersa odprowadza swoich wychowanków do Schnepfenthal, do Salzmann, który rażno przejrzał i poznał pedagogiczne zdolności młodego bo 26-letniego adepta i powierzył mu kierownictwo początkowych ćwiczeń. To kierownictwo zmusiło Gutsmuthsa do zaznajamiania się z gimnastyką starożytnych, i do przemyśliwania nad udoskonaleniem ćwiczeń gimnastycznych, które opracował w dziele pod napisem: „Gimnastyka dla młodzieży“ (1793).

Przyznaje on, że jego zadaniem i celem było w wspomnianem dziele zwrócić uwagę zamożniejszej klasy na dawno zapomniany przedmiot, a do rozpowszechnienia jego zamiarów przyczyniło się nietylko napisane dzieło, ale i częste odwiedziny krajowców i obcych, rodziców i opiekunów, ludzi rozmaitych stanów odwiedzających zakład Salzmann'a. Sprawą poruszoną najwięcej zajęła się Dania, w której istniało w r. 1803, 14 zakładów w których przeszło 3000 młodych ludzi się ćwiczyło. Z biegiem czasu z seminarjów przeszła gimnastyka do szkół ludowych, a rząd zażądał, aby obok każdej szkoły było odpowiednie miejsce do ćwiczeń. Nie będziemy wyliczali wszystkich dzieł Gutsmuthsa, który z żalem patrzył na zakaz rządu pruskiego dotyczący ćwiczeń fizycznych, o którym wkrótce pomówimy. Natomiast cieszył się on z tego, że Jahn szczęśliwie dokonał, iż gimnastyka rozpowszechniła się we wszystkich warstwach, a po 54-letniej a bardzo użytecznej pracy zakończył żywot w miejscu swego działania.

Pracjcem nowożytnej gimnastyki nazywają także Gerharda Ulricha, Antoniego Veitha (1763—1836) nauczyciela - matematyka szkoły dessauskiej, wszechstronnie wykształconego człowieka, który pracował nad teorią gimnastyki, do czego miał ułatwienie znając dokładnie mechanikę. On wypisuje jako dewizę dla każdego zakładu znane słowa Rousseau'a: „Le grand secret de l'education est, de faire que les exercices du corps et ces de l'esprit servent toujours de delassement les unes aux autres“. Wielką tajemnicą wychowania jest tak robić, aby ćwiczenia ciała i umysłu wzajemnie i ciągle się pokrzepiały. Dla nas Veith z jeszcze jednego względu zasługuje na szczególną uwagę. Teoretycznie wykształcony znając hi-

storję ćwiczeń fizycznych i ludzi, którzy gimnastykę uprawiali w średnich wiekach, a szczególnie za dni jego żywota wiedział, że tym nauczycielom wielce praktycznie wykształconym brakowało podstaw teorii i dlatego wypowiada on bardzo słuszne żądanie, aby nauczyciele gimnastyki posiadali dokładną znajomość maszyny (ciała) im do nauki powierzanej.

Reasumując to, co dotąd o gimnastyce w średnich wiekach powiedziano, widzimy, że dopiero po 16 wieku zwolna wyłania się ona z zapomnienia, a im bliżej do wieku 19., tem więcej znajduje ona zwolenników i pracowników szczerze oddanych ważnej sprawie fizycznego wychowania, którzy usiłują gimnastyką zainteresować wszystkie warstwy społeczne, a nawet rządy opiekują się nią w dobrze zrozumianym interesie własnym. Jak się wkrótce dowiemy zainauguruje wiek 19 raźniejszy postęp, dlatego też i korzyści z odpowiedniego zainteresowania się gimnastyką wyraźniej ukształcone wystąpią.

Ponieważ poprzednio omawiając gimnastykę w starożytności, poświęciliśmy kilka uwag gimnastyce lekarskiej, wypada przypatrzeć się co pod tym względem w wiekach średnich uczyniono. Znany lekarz Schreiber tak się w tym względzie wyraża. Pobożne Chrześcijaństwo średnich wieków odwróciło się od wszelkich starych urządzeń i dlatego gimnastyka lekarska popadła w zupełne zapomnienie, pozostawiono ją partaczom. Dopiero w r. 1680, gdy Bakon, Descartes i Newton wystąpili z swoimi uczonymi poglądami, które nowe drogi medycynie torowały, ogłasza Borelli dzieło „De motu animalium“ (o ruchu zwierząt). Wspomniany autor i wyznawcy jego poglądów starają się wszystkie ruchy i czynności ustroju wytłumaczyć matematyczno-mechanicznemi regułami,

ale popadają równocześnie w błąd jaskrawy, bo dla leczenia chorób nie uciekają się do środków fizycznych i mechanicznych, ale posługują się przedewszystkiem chemicznymi środkami. W kilkadziesiąt lat później, bo w 1740, Franciszek Fuchs wydaje gimnastykę lekarską (*Medicinische Gymnastik oder Jeder sein eigener Arzt*) noszącą także tytuł: każdy swoim własnym lekarzem, w której rozwodzi się nad wpływem ruchu na przemianę ustroju zwierzęcego i nad ważnością jego w zastosowaniu do leczenia niektórych chorób jako to suchot, wodnej puchliny, hypochondrji i t. d. Świat lekarski przyjął to dzieło tak jak ono na to zasługiwało, ono dało pochop do prac na tem polu jak świadczy praca Börnera, *Dissertatio de arte gymnastica nova* (rozprawa o sztuce gimnastyki) i Gericke'go, *De gymnasticae medicae veteris inventoriibus*. (O wynalazcach lekarskiej gimnastyki) i francuskiego lekarza Józefa Tissota (*Gymnastique médicale ou l'exercice appliqué aux organes de l'homme d'après le lois de la physiologie, de l'hygiène et de la therapeutique*). (Gimnastyka lekarska czyli ćwiczenie zastosowane do narządów ustroju ludzkiego według praw fizjologicznych, higienicznych i terapeutycznych (lecniczych). Znacznie więcej zainteresowało dzieło angielskiego lekarza nazwiskiem John Barklay'a: *The muscular motions of the human body* (o ruchu mięśniowym ciała ludzkiego), w którym autor opisuje ciężki przypadek reumatyzmu mięśniowego połączonego z niedowładem a wyleczonego gimnastyką. Dzieła powyższe nie wywarły należytego wpływu, albowiem świat lekarski przesiąkły był teorjami chemicznymi niewątpliwie częściowo słusznymi, które wykluczały wszelkie środki prócz chemicznych. Zbliżający się

wiek 19 przynosi i pod względem lekarskim bardzo poważne a korzystne zmiany, o których następnym razem już dlatego obszerniej się zajmiemy, że w miarę rozwoju naszych pojęć o siłach ustrojowych, gimnastyka lecznicza coraz poważniejsze miejsce zajmuje w leczeniu rozmaitych chorób.

---

### III.

#### Wiek 19ty.

Im bliżej przychodzimy do wieku obecnego, tem obfitszy znajdujemy materiał, którym trudno zawładnąć nietylko z powodu obfitości źródeł, ale i z tego powodu, że sąd sprawiedliwy o rzeczach rozwijających się przed naszymi oczyma następuje wielkie trudności. Na początku 19. wieku wyłania się potrzeba nauki gimnastyki nietylko w rozmaitych warstwach społecznych, ale i u rozmaitych narodów, a wspomniani przy końcu ostatniego wykładu mężowie Ling, Jahn, Clais i Amoros z wielkim zapałem, ale z różnym skutkiem i w rozmaitych celach całą swą pracę poświęcają sprawie gimnastyki. Jak widzieliśmy poprzedzili ich wystąpienie fachowi gimnastycy i pedagogowie, ale nie brak dowodów, że i inne osobistości nad potrzebą gimnastyki się zastanawiały. I tak minister pruski v. Massow (1804) umieszcza gimnastykę w swoim planie naukowym. Scharnhorst (1807) przedkłada Steinowi plan wykształcenia obrony krajowej i wykazuje potrzebę przygotowania dotąd wolnych klas społecznych od obowiązków wojskowych, przez ćwiczenia gimnastyczne do obrony kraju, a związane w Królewcu Towarzystwo zwane Tugendverein, albo Tugendbund, ma na celu przyjść w pomoc usiłowaniom rządu pruskiego przez podniesienie moralne i fizyczne indywidualów zapewnić ojczyźnie wolność.

Członkowie tego związku swoimi usiłowaniami doprowadzili do tego, iż w Prusiech w Braunsberg założono w 1809 r. publiczny zakład gimnastyczny w którym 37 młodzieńców ćwiczyło. W rok później na rozkaz Napoleona (31. grudnia 1809) rozwiązano związek formalnie, ale nie zdołano powstrzymać szczerze oddanych sprawie w pracy nad odrodzeniem narodem. Zwycięstwo Napoleona głównie podtrzymywało zapal Niemców i ono nadało kierunek właściwy, którym gimnastyka w Niemczech uprawiana się wyszczególnia. W tym czasie występuje w Szwecji Piotr Henryk Ling (1776—1839) najpierw uczeń uniwersytetu, później fechtmistrz i szwedcki narodowy poeta i kierujący nauczyciel centralnego instytutu dla gimnastyki w Stokholmie. Raniony w ramię w bitwie pod Kopenhagą traci władzę, ale zwolna przez ćwiczenia odzyskuje ją, a to doświadczenie pobudza go do studjów anatomji i fizjologii na których opiera on swój system ćwiczeń fizycznych. W kilka lat później zgłasza się on z przedstawieniem do rządu o poparcie swoich usiłowań na polu fizycznego wychowania, otrzymuje jednak od ministra oświaty w r. 1813 odmowną odpowiedź, albowiem Szwecja ma dość kuglarzy i linoskoków, która to odpowiedź jest najlepszym świadectwem, że minister oświaty pod względem ważności nauki gimnastyki nie był oświecony. Ling rozróżnia cztery rodzaje gimnastyki: pedagogiczną czyli szkolną, wojskową, lekarską i estetyczną, a ćwiczenia przez niego zalecane bywają czynne, z oporem i bierne. Może przedwczesną byłaby krytyka tego systemu, który dla wykształcenia pedagogicznego według twierdzenia niektórych miał doniosłe braki, nie ulega wątpliwości, że pod względem leczniczym korzyści z ćwiczeń były bardzo widoczne i temu

przypisać należy, że Ling pomiędzy współczesnymi lekarzami znalazł nietylko zwolenników, ale i uczniów. Nienawiść do Francuzów wrogów ojczyzny z jednej strony, a pragnienie służenia ojczyźnie z drugiej strony były pobudką dla Fryderyka Ludwika Jahna do pracy, która uwieczniła jego imię i za którą nadano mu słusznie miano „ojca niemieckiej sztuki gimnastycznej“. Urodzony w 1778 r. od pierwszej młodości zaprawiał ciało do znoszenia trudów i w tym celu urządzał piesze wędrówki. Jako uczeń uniwersytecki potępia rozwięzłość ówczesnej młodzieży, a szczerze przywiązany do kraju wydaje w r. 1800 pierwszą pracę (*Ueber die Beförderung des Patriotismus im preussischen Reiche, allen Preussen gewidmet*), w której pruskie urzędnicy stawia za wzór i wszystkich Niemców wzywa do pracy nad odrodzeniem narodem. Świadek klęski Niemców pod Jeną (1806) osiwiwały w tym dniu pamiętnym nie upada na duchu, ale przeciwnie wszelkimi siłami dąży do tego, aby podobne klęski na zawsze odsunąć, jak świadczą jego słowa: „Moja nadzieja co do Niemiec i niemieckości żyje, moja wiara w ludzkość jest niezachwianą, a wiecznego porządku świata nikt nie zmieni“. W r. 1810 staje on na czele zakładu w Berlinie, a imponująca postać jego gromadzi licznych uczniów, których nieraz około 2000 bywało, wszyscy zaś zarówno z swym mistrzem mieli to głębokie przekonanie o potrzebie gimnastyki dla celów narodowych i ją z zamięłowaniem pielęnowali, aby mówiąc słowami mistrza „zatracony stosunek w wychowaniu przywrócić“ i w równej mierze pielęnować wykształcenie ciała i ducha. Zasługi Jahna są niepomierne w sprawie odrodzenia i odzyskania wolności Niemców, obok Fichtego, Arnota naj-słuszniej Jahnowi należy się miejsce, bo niewątpliwie



Ci nigdy niezważyli w odzyskanie wolności i najwięcej nawoływali do czynów mających odrodzić ich ojczyznę. Jahn nie tylko jest twórcą niemieckiej gimnastyki, on wpajał w swoich uczniów nienawiść do Francuzów, zwycięzców ukochanego przez siebie narodu, on wkorzeniał zamilowanie do ojczystego języka i tego wszystkiego co piętno niemieckości znosiło. Wszystkimi jego czynami kierowała miłość ojczyzny, pragnął wychować naród cieleśnie i go zahartować, bo to potrzebnem było dla uwolnienia z jarzma narodu niemieckiego i dlatego jako cel swoich dążeń stawia, wolność, samodzielność i honor ojczyzny. W r. 1803 tworzy pułk i sam zaciąga się w jego szeregi ten, za którego głowę wyznaczył rząd francuski nagrodę, bo słusznie przewidywał, że tacy jak Jahn wrogowie są najstraszniejsi. Że nawet w jego ojczyźnie nie pojmowano jego działań, dowodzą usiłowania poważnych osobistości pragnących złamać Jahna dla których on był demagogiem, a wreszcie jego uwięzienie z powodu posądzenia go o współudział w morderstwie Kotzebue'go. Jakkolwiek okazało się, że Jahn był najniewinniej posądzony, dekretem króla Fryderyka Wilhelma IV. zamknięto zakłady gimnastyczne, a ojciec gimnastyki niemieckiej dopiero w roku 1825 został uwolniony z więzienia i od zarzutu zakłócania porządku, mimo to jednak z rozkazu króla nie wolno mu było mieszkać ani w Berlinie, ani w 10 milowym obwodzie miasta, ani w mieście posiadającym uniwersytet i gimnazjum i dopiero po wypełnieniu rozkazu królewskiego dozwolono mu wypłacać poprzednio przyznaną pensję 1000 talarów za zasługi oddane podczas wojen francuskich. Z policyjnego nadzoru jednak nie uwolniono go, co wszystko dowodzi, że nieprzyjaciele jego umieli go

usunąć od wszelkiego wpływu. Dopiero w r. 1840 na polecenie Fryderyka Wilhelma IV. zniesiono nadzór nad 62-letnim starcem i ozdobiono żelaznym krzyżem pierś, w której silnie biło serce dla jedności Niemiec, która według jego własnych słów była „snem w początku mego życia, jutrzrenką mojej młodości; słońcem w dojrzałym wieku i gwiazdą wieczorną, która mnie do snu wiecznego ukoi“. Zmarł on po krótkiej słabości w 1852 r., a jakkolwiek śmiało rzec możemy, że Jahnowi jako nauczycielowi gimnastyki nie jeden zarzut zrobić można, zawsze w dziejach gimnastyki, szczególnie niemieckiej pozostanie pamięć jego wiekopomną, i zdaje się, że wiele słuszności zawierają słowa, iż co Jahn w 1810 roku posiał, wydało kwiat w 1813 i 14 r., z którego owoc dojrzał w 1870 i 71 r. Wielkie pytanie czy Niemcy bez Jahna byłiby zwyciężyli Francję.

W tymże samym czasie rozpoczyna się działalność Plokisna, Henryka Cliasa, oficera artylerji w Szwajcarji. Urodzony w 1872 r. w Bostonie, gdy został naczelnikiem szwajcarskiej artylerji, zaprowadza w wojsku jemu podwładnem dla rozpędzenia nudów ćwiczenia gimnastyczne, które przyjmują się nie tylko w wojsku, ale i u ludności, a przekonawszy się, że jego własny organizm przez te ćwiczenia dużo zyskał siły, postanowił poświęcać się w tym kierunku dotąd mimochodem uprawianym. Od r. 1806 stoi on na czele szkoły w Gottstadt w Kantonie Berneńskim i pracuje na dziełem o gimnastyce „Gymnastique élémentaire“, które w manuskrypcie oddaje pod sąd Tow. lekarzy w Paryżu. Tow. wyznacza komisję z lekarzy, którzy dla stwierdzenia wartości żądali praktycznego przedstawienia rzeczy i po dokładnem przyjrzeniu się sprawie, bardzo pochlebny sąd o niej wydali. Sprawą

poruszoną przez Cliasa zainteresował się rząd angielski powołujący go na naczelnika ćwiczeń gimnastycznych do Londynu (1822—28), stąd powraca napowrót do Francji, aby przewodniczyć ćwiczeniom gimnastycznym w wojsku francuskim. W obu krajach odtąd z większym lub mniejszym zapałem jest uprawiana gimnastyka, i po różnych przejściach coraz większego doznaje uznania. niesprawiedliwym wydaje mi się sąd Niemców o działalności Cliasa i jego pismach, którzy upatrują w nich roszczenie do oryginalności, obok powierzchowności i braku samodzielności, bo dla nich Jahn jest bożyszczem, którego Clias z pewnością nie naśladował, a który zastosowywał ćwiczenia nie wyłącznie w celach wojskowych, ale jak sąd francuskiego Towarz. opiewa, cały plan swój oparł na potrzebach codziennego życia i prawach żyjącego ustroju, a ćwiczenia jego miały na celu wzmocnić każdy narząd ustroju i powiększyć energję życiowych czynności, dlatego też Cliasa metoda jest przede wszystkim pedagogiczną i najwięcej zastosowania zasługuje u młodzieży uczącej się.

Również we Francji rozpoczął swoją działalność Franciszek Amoros (w r. 1770—1848) Hiszpan z rodu, który z powodu udziału w zaburzeniach politycznych szukać musi schronienia we Francji i opuścić przewodnictwo szkoły wojskowej, które to stanowisko w Madrycie od r. 1807—1813 zajmował. Nowej ojczyźnie odśluguje się za doznaną gościnę i najpierw pracuje w prywatnych zakładach dla rozpowszechnienia gimnastyki, a z biegiem czasu staje na czele szkoły wojskowej utrzymywanej kosztem kraju (Gymnase normal militaire) w Paryżu. W nagrodę za usługi oddane Francji zostaje pułkownikiem i kawalerem Legji honorowej, i działa z wielką korzyścią w celach wojskowych. Mniej

szcześliwym propagatorem był prywatnie udzielanej gimnastyki, albowiem usiłowania założenia prywatnego zakładu gimnastycznego spełzły na niczem. Obaj rywale, Clias i Amoros, długo z zapalem występowały przeciwko sobie, a walka ta przyczyniła się do wykluczenia gimnastyki z planu nauki, bo ona miała na celu, według zdania przeciwników, tworzyć akrobatów, zdolnych brygantów, narażać życie dzieci i t. d., a wreszcie znalazł się Amoros bez przyczyny w więzieniu (1837), ale wkrótce potem staje znów do pracy i jego usiłowaniami zawdzięcza Francja, że gimnastykę w szkołach publicznych zaprowadzono. W przeciwstawieniu do Cliasasa, system Amorosa głównie miał na celu wychowanie dzielnych żołnierzy i pokrzepienie sił dojrzałego wieku.

Około tych czterech postaci grupują się następcy tychże, sprawa gimnastyki doznaje największego poparcia w Niemczech, i tutaj z największą korzyścią dla dobra narodowego jest pielęgnowaną. Niepodobna nawet najpobieżniej zestawiać działania wszystkich osobistości w kierunku gimnastyki pracujących, a wspominając o najwybitniejszych postaciach, będziemy się starali poznać różnicę kierunku jaką w rozmaitych krajach sprawie gimnastyki nadano. Przyjaciel i uczeń Jahna, Ernest Wilhelm Bernard Eiselen (1793—1846), wykończył z całą dokładnością plan swojego mistrza, oczyściwszy go z pewnych niewłaściwości, będących następstwem nieokiełzanej natury Jahna. Po wielu prośbach otrzymuje on pozwolenie (w owym czasie kiedy w Prusiech gimnastykę publiczną wzbroniono), na udzielanie prywatnej nauki gimnastyki dojrzałym uczniom w godzinach specjalnie do tego celu oznaczonych i zakłada w Berlinie w r. 1824 zakład, a z Berlina rozprzestrzenia się nauka gimnastyki

po całych Niemczech i jego główną zasługą jest, że zdołał sprawę podtrzymać po uwięzieniu Jahna i przez cały czas, w którym ćwiczenia gimnastyczne publicznie były wzbronione. Prócz tego dzielnie wspomagali usiłowania Jahna, Friesen (1785 do 1814) dzielny pod każdym względem młodzieniec, który w walce o niepodległość w zbójcecki sposób legł od kuli, która przeszła mu serce; dalej Pischon, Zenker, a później Massmann, o którego zasługach kilka słów powiemy. Hans Ferdynand Massmann, ur. 1797, † 1874, uczeń Jahna, w r. 1817 nauczyciel gimnastyki w Wrocławiu, później w Nürnberg, Magdeburgu i Szwajcarji, zostaje powołanym przez rząd bawarski do Monachium, aby stanąć na czele gimnastyki w instytucie kadetów. Tutaj przez lat 17 wiele zdziałał i wiele pism pozostawił, za jego wpływem zbudował rząd własnym kosztem zakład gimnastyczny w Monachium. W r. 1842 zostaje powołanym do przewodniczenia zakładom gimnastycznym w Berlinie, a stąd urządzane wycieczki do Magdeburga 1843, Szląska 1844, Reńskich prowincji i Westfalji 1845 znacznie przyczyniły się do rozpowszechnienia nauki gimnastyki. Byłby on jeszcze więcej zdziałał, gdyby nie był pod względem gimnastyki zagorzałym konserwatystą i przeciwnikiem wszystkiego nowego, co w nauce gimnastyki zaprowadzono, a ten konserwatyzm szkodził nie tylko sprawie, ale i jego zmusił do ustąpienia z zajmowanego stanowiska. Jego działalność da się określić w krótkich słowach: był on zwolennikiem i naśladowcą Jahna. Aby przedstawić wierny obraz historyczny, pokrótce przypominamy działalność Chrystjana Wilhelma Harnischa nauczyciela gimnastyki w Wrocławiu, Franciszka Ludwika Karola Fryderyka Passowa dyrektora filologicznego seminarjum, Ernesta Małczycego Arndta profesora li-

storji w Bonn, który dzielnie bronił nauki gimnastyki, którą oskarżano, że: 1. więcej szkodzi ciału jak przynosi pożytku; 2. szkodzi dobrym obyczajom; 3. jest niechrześcijańską i 4. wytwarza dzikie, krnąbrne i buntownicze pokolenie. Zarzuty takie pochodziły z ust poważnych przeciwników jak prorektora K. A. Menzla, Henryka Steffensa, rektora Eulera i Fr. v. Raumera. Że w perjodzie czasu, w którym w Niemczech gimnastykę wzbroniono, nie zniesiono jej zupełnie, wskazują miejsca jak Meklenburg, Oldenburg, Brunszwik, Hamburg, Lubecka, Boston, Monachium i Stuttgart, w których naukę gimnastyki uprawiano. Z tego perjodu wspomnieć należy o profesorze teologii A. St. Niemeyerze, który napisał rzecz o gimnastyce z pedagogicznego stanowiska, K. F. Kochu, praktycznym lekarzu, któremu Magdeburg zawdzięcza utworzenie zakładu gimnastycznego dla szkół wyższych i który napisał rozprawę: Gimnastyka ze stanowiska dyjetyki i psychologii i J. H. Krausem bibliotekarzu i profesorze uniwersyteckim w Hall, który w pismach przypominał gimnastykę starożytnych narodów. Gdy dekretem króla pruskiego Fryderyka Wilhelma IV. z dnia 6. czerwca 1842 uznano naukę gimnastyki jako niezbędną w kształceniu młodzieży, nauka gimnastyki znów szybko rozpowszechnia się w całych Niemczech, a twórca niemieckiej gimnastyki szkolnej, który wprowadza ją i dla dziewcząt, Adolf Spiess, wprowadza bardzo pożyteczne reformy (ur. 1810, † 1858). Jeszcze jako młodzieniec odszczególniał się on duchem wynalazczym w wynajdywaniu wesołych zabaw, a jako uczeń uniwersytecki w Giessen (1828) stara się u młodzieży rozbudzić zamiłowanie do gimnastyki, a w r. 1833 zostaje powołany na nauczyciela historii śpiewu, rysunku i gimnastyki do Burgdorf w kau-

tonie Berneńskim. Znając dokładnie braki systemu Jahna - Eiselena, dotąd powszechnie używanego w Niemczech, zaprowadza ćwiczenia wspólne tak dla uczniów i uczenic, które to ćwiczenia miały na celu harmonijne i wszechstronne wykształcenie i ułatwienie duchowi w zapanowaniu nad ciałem. Ćwiczenia wspólne i wprowadzenie gimnastyki do szkół żeńskich, oto największa zasługa Spiessa, którego system najwięcej zbliża gimnastykę nowoczesną do wzorów greckich, bo ma nietylko na celu wykształcenie fizycznego człowieka, ale równocześnie estetyczne i etyczne. Dzisiaj jeszcze niewielu umie zdać sobie sprawę z korzyści takich ćwiczeń, dla wielu jest niewidocznem, że tak gimnastyka działać może i to jest niewątpliwie przyczyną, że gimnastyka racjonalna nie zajęła dotychczas takiego stanowiska w sprawie wychowania, jakie jej słusznie się należy. Na wspomnienie zasługują: dr. Wassmansdorf, nauczyciel gimnastyki w Heidelbergu, wielki zwolennik systemu Spiessa, i Maurycy Kloss, najpierw nauczyciel gimnastyki w Prusiech, później dyrektor zakładu nauczycielskiego dla gimnastyki w Dreźnie, do którego ze wszystkich prowincyj niemieckich pielgrzymki urządzali uczniowie. Kloss i z tego względu zasługuje na wspomnienie, że wspólnie z prof. Richterem, dr. Schreterem, dr. Friedrichem, Spiessem, Wassmansdorfem i t. d. założyli w roku 1855 pismo poświęcone gimnastyce pod tytułem: „Neue Jahrbücher für die Turnkunst“. Wielki zwolennik systemu Spiessa o tyle go rozszerzył, że przyjął z innych systemów wiele pożytecznych wskazówek i ćwiczeń. W r. 1848 utworzono centralny zakład gimnastyczny w Berlinie, który początkowo prowadził Massmann, a później Hugo Rothstein (1810—1865) przeciwnik systemu Jahna a zwolennik Linga. Po długiej walce ustąpić musiał Roth-

stein dlatego, że był przeciwnikiem systemu Jahna, ale jego zasługą jest, że niejedną rzecz użyteczną z systemu Linga w Niemczech przyjęto. Na zakończenie wspomnieć należy o prof. dr. Ottonie Jägerze, w r. 1825 profesorze filozofji i pedagogiki w Zurychu, który zaprowadza reformy w dotąd używanych systemach, a uważając gimnastykę jako naukę, której głównym celem jest wytworzyć w sztuce wojennej biegłych, wyklucza ćwiczenia na drażku i poręczkach, a natomiast zaprowadza ćwiczenia żelaznemi ciężarkami i laskami, nie uwzględnia zaś gier i ćwiczeń dla dziewcząt. Przeciwno systemowi Jägera występują bardzo poważne osobistości, które słusznie żądają, aby przez ćwiczenia gimnastyczne nietylko wykształcić ciało i jego poszczególne narządy, ale równocześnie wpłynąć korzystnie na ducha, albowiem celem gimnastyki jest udoskonalić człowieka i uczynić go nietylko zdrowym na ciele i duchu, ale zarazem zaprawić go do ciężkiej walki życia.

Na zakończenie tego bardzo pobieżnego szkicu dodajemy, że obecnie wszystkie rządy opiekują się gimnastyką, a szczególnie Niemcy, że w Szwajcarji, Belgji, Holandji, Francji, Szwecji, Norwegji i Austrii jest bardziej pielęgnowaną jak np. w Rosji, i w tych krajach jest nauka obowiązkową, w Anglji jest uprawianą prywatnie, a najmniejszym poparciem cieszy się u rządu włoskiego i hiszpańskiego.

W Niemczech, Austrii i Francji obok gimnastyki szkolnej jest pielęgnowaną gimnastyka towarzyska.





15 Fiziologii

lekarskiej



19139

Biblioteka Gł. AWF w Krakowie



\*1800065517\*