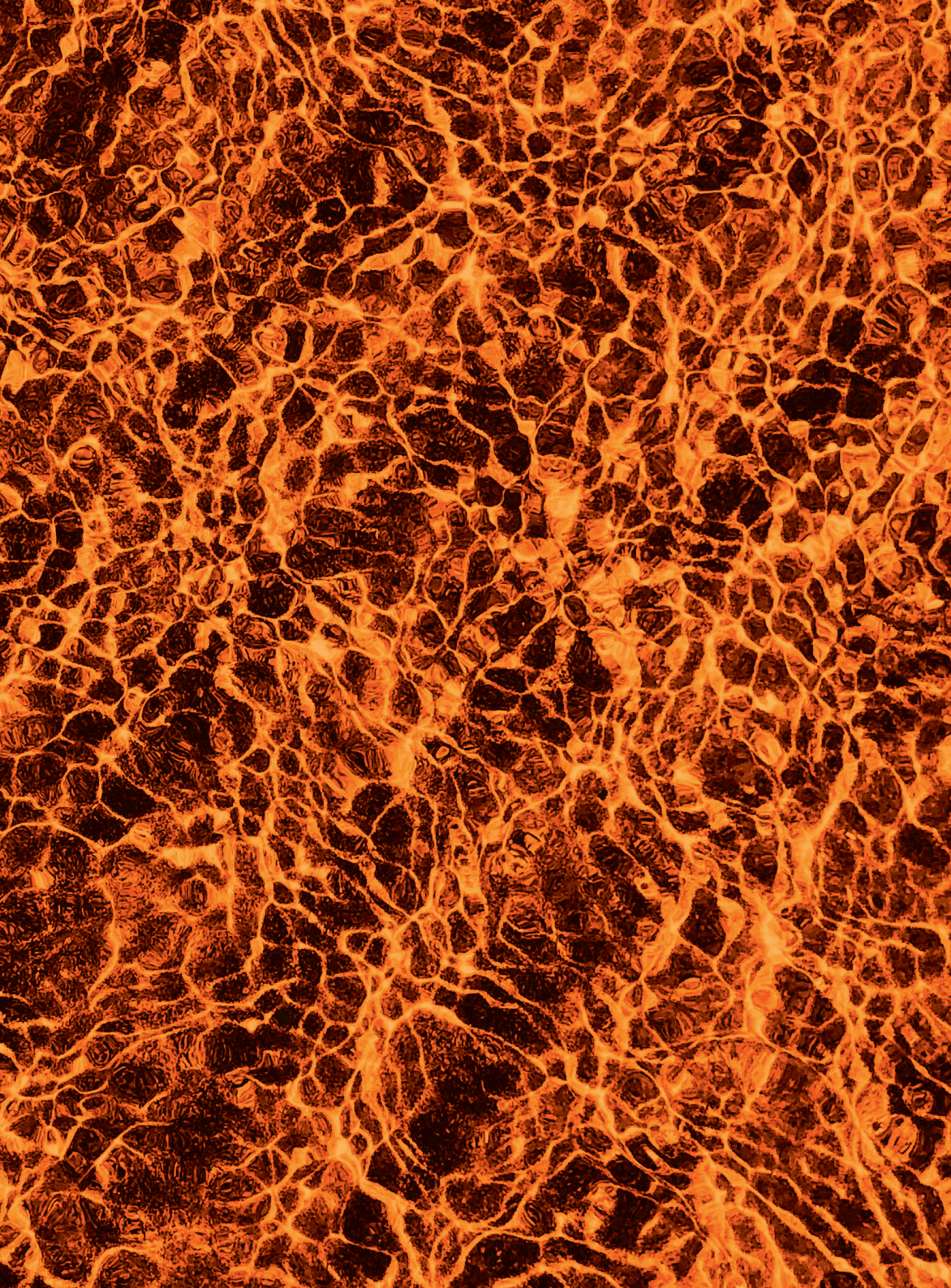

Andrius Sniadeckis

APIE VAIKŲ FIZINĮ LAVINIMĄ

LEIDYKLA SPAUSTUVĖ Omnia

Utena, 2025

Lietuviškas vertimas

Versta iš: Śniadecki Jędrzej. O fizycznem wychowaniu dzieci.
Warszawa: Nakładem Augusta Emmanuela Glüksberga,
Księgarza przy ulicy Miodowej, No. 497, 1840

Vertėjas iš lenkų kalbos, įvadinio straipsnio ir komentarų autorius
doc. dr. Aistis Žalnora

Komentarų autoriai:
hab. dr. Jaroslavas Baranskis (Lenkija, Medicinos humanistikos skyrius, Vroclavo medicinos universitetas, Vroclavas)
prof. hab. dr. Vojciechas Šlusarčykas (Lenkija, Medicinos kolegija, M. Koperniko universitetas, Bydgoščius)
prof. dr. Janina Tutkuvienė (Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas)
prof. dr. Algirdas Utkus (Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas)
doc. dr. Lina Zabulienė (Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas)

Recenzavo LSMU doc. dr. Vilma Gudienė

Rėmėjai:

ThermoFisher SCIENTIFIC

VILNIAUS PEDIATRŲ DRAUGIJA
ĮKURTA 1924

VILNIAUS MEDICINOS DRAUGIJA

Bibliografinė informacija pateikiama Lietuvos integralios bibliotekų informacinės sistemos (LIBIS) portale ibiblioteka.lt.

ISBN 978-609-455-752-1

© Tekstas, Jędrzej Śniadecki
© Vertimas į lietuvių kalbą, Aistis Žalnora, 2025
© Komentarai, Aistis Žalnora, Jaroslavas Baranskis, Vojciechas Šlusarčykas, Janina Tutkuvienė, Algirdas Utkus, Lina Zabulienė, 2025

TURINYS

A. Sniadeckio „Apie vaikų fizinį lavinimą“: įvadinis komentaras lietuviškam vertimui *(Aistis Žalnora)* 5

Andrius Sniadeckis – jo laikai ir darbai. Problematikos apibrėžimas *(Vojciechas Šlusarčykas)* 16

Andrius Sniadeckis „Apie vaikų fizinį lavinimą“ *(Śniadecki Jędrzej. O fizycznem wychowaniu dzieci, 1840)* 29

Kreipimasis į skaitytoją 29

Įžanginis žodis 30

I skyrius. Į ką turime atkreipti dėmesį kurdami santuoką 42

II skyrius. Apie besilaukiančių moterų priežiūrą 50

III skyrius. Kūdikių auginimas 54

IV skyrius. Vaikų auginimas nuo žindymo pabaigos iki septintųjų metų pabaigos 82

V skyrius. Vaikų lavinimas po septintųjų gyvenimo metų arba po nuolatinių dantų išdygimo 102

VI skyrius. Bręstančių jaunuolių lavinimas 125

VII skyrius. Iš prigimties silpnų arba ligotų vaikų lavinimas 135

Andriaus Sniadeckio pastabos apie vaikų fizinį lavinimą: auksologinės įžvalgos prieš kelis šimtus metų ir jų aktualumas šiandien *(Janina Tutkuvienė)* 149

Andriaus Sniadeckio knyga „Apie vaikų fizinį lavinimą“ – įkvėpimo šaltinis apie vaikų auklėjimą ir lavinimą *(Algirdas Utkus)* 221

Istorija tęsiasi: Andriaus Sniadeckio įžvalgų ir šiuolaikinio požiūrio į paauglių sveikatą darna *(Lina Zabulienė)* 223

Apie Andriaus Sniadeckio darbo „Apie vaikų fizinį lavinimą“ unikalumą *(Jaroslavas Baranskis)* 227

A. Sniadeckio „Apie vaikų fizinį lavinimą“: įvadinis komentaras lietuviškam vertimui

Doc. dr. Aistis Žalnora
Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas
Sveikatos mokslų institutas
Sveikatos etikos, teisės ir istorijos centras

2025 m. sueina lygiai 220 metų nuo pirmojo Vilniaus universiteto profesoriaus Andriaus Sniadeckio (Jędrzej Śniadecki, 1768–1838) straipsnio vaikų fizinio lavinimo tema „Pastabos apie vaikų fizinį lavinimą“ (1805)[1] paskelbimo. Vėliau straipsnis su patikslinimais ir papildymais išauga iki visos knygos „Apie vaikų fizinį lavinimą“ (1840)[2].

Andrius Sniadeckis nusipelnė net keletui sričių – žinomas kaip chemikas, biologas, filosofas, medikas, higienos ir dietologijos propaguotojas, pedagogas, kūno kultūros pradininkas Lenkijoje ir Lietuvoje, mokslo populiarintojas ir publicistas. Jis buvo bene ryškiausias jaunosios Lenkijos ir Lietuvos Apšvietos kartos atstovas (žr. p. 16). Buvo mylimas ir gerbiamas dėstytojas, garsus gydytojas, vienas iš Vilniaus medicinos draugijos steigėjų, priklausė ir slaptai Šubravcų (Nenaudėlių) draugijai, buvo jos pirmininkas. Be mokslinio darbo profesorius daug dėmesio skyrė visuomeniniam gyvenimui, visuomenės švietimui.

Andrius Sniadeckis vienas iš nedaugelio tuo metu įgijo puikų vakarietišką išsilavinimą, tačiau pasiliko tuo metu jau kaimyninių valstybių padalintoje, prarastoje Tėvynėje – gimtojoje Lenkijos ir Lietuvos Respublikoje, kaip Vilniaus universiteto puoselėtojas ir

[1] J. Śniadecki, Uwagi o fizycznem wychowaniu dzieci, „Dziennik Wileński“, 1805, nr. 5, p. 1–32.
[2] J. Śniadecki, *O fizycznem wychowaniu dzieci*, Warszawa, 1840.

patriotas. 1787 m. Aukso medaliu baigęs gimnaziją Andrius Sniadeckis išvyko studijuoti medicinos į Krokuvos akademiją. Vėliau nuo 1791 m. tęsė studijas Vakarų Europos universitetuose: 1791–1793 m. – Pavijoje; 1793–1795 m. – Edinburge. 1795–1796 m. jis praktikavosi Vienos ligoninėse. 1796 m. grįžo į Lenkiją. 1797 m. gegužės 7 d. buvo paskirtas chemijos profesoriumi Vilniaus vyriausioje mokykloje[3]. Nuo to laiko liko dirbti Vilniuje iki pat emeritūros 1822 metais[4].

Viena iš Andriaus Sniadeckio domėjimosi sričių buvo socialinė medicinos pusė – higiena[5]. Šioje srityje profesoriaus interesai sutapo su kito Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto profesoriaus, Europoje žinomo socialinės medicinos kūrėjo profesoriaus Johano Peterio Franko (Johann Peter Frank, 1745–1821), bei jo sūnaus – profesoriaus Jozefo Franko (Joseph Frank, 1771–1842) moksliniais interesais[6]. 1805 m. J. P. Frankui palikus Vilnių, universiteto klinikas ir visas kitas veiklas perėmė sūnus Jozefas Frankas[7]. J. Franko ir A. Sniadeckio tarpusavio santykiai nebuvo itin šilti, skyrėsi jų politinės pažiūros – Frankas atvirai palaikė carinę valdžią[8], Sniadeckis – vis dar puoselėjo laisvos Lenkijos idėją[9]. Visgi dėl vilniečių gerovės net ir skirtingose stovyklose buvę mokslininkai mokėjo dirbti kartu. Vienas iš didžiausių jų bendrų nuopelnų buvo Vilniaus medicinos draugijos įkūrimas[10]. 1805 metais abu mokslininkai kartu su Augustu Liudviku Bekiu (August Ludwik Beku, 1771–1824), Johanu A. Lobenveinu (Johann Andreas Lobenwein, 1758–1820), Ferdinandu Špicnageliu (Ferdinand Spitznagel, 1760–1826), Jokūbu Šimkevičiumi (Jakub Szymkiewicz, 1775–1818) ir kitais

[3] A. Wrzosek, *Jędrzej Śniadecki*, t. Kraków, 1910, t. I, p. 11–42.
[4] B. Railienė, *Andrius Sniadeckis*, Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2005, p. 145–148.
[5] *Jędrzej Śniadecki jako lekarz i higienista*, „Jędrzej Śniadecki: Wybór Pism naukowych i publicystycznych“ [Oprac. Bolesław Skarżyński], Kraków, 1952, p. 253–257.
[6] B. Railienė, *Andrius Sniadeckis*, Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2005, p. 82.
[7] J. Frankas, *Vilnius XIX amžiuje. Atsiminimai*, Vilnius: Mintis, 2013 p. 110.
[8] *Ibidem,* p. 159.
[9] *Życiorys Jędrzeja Śniadeckiego*, „Jędrzej Śniadecki: Wybór Pism naukowych i publicystycznych“. [Oprac. Bolesław Skarżyński], Kraków, 1952, p. 36.
[10] *Życiorys Jędrzeja Śniadeckiego*, „Jędrzej Śniadecki: Wybór Pism naukowych i publicystycznych“. [Oprac. Bolesław Skarżyński], Kraków, 1952, p. 28.

Vilniaus universiteto profesoriais įkūrė originalią medikų draugiją. Tuomet pirmuoju Draugijos sekretoriumi buvo paskirtas Jozefas Frankas, o Vilniaus medicinos draugijos prezidentu (pirmininku) – Andrius Sniadeckis[11].

Vilniaus medicinos draugija vienijo Vilniaus gydytojus, siekdama bendro tikslo – kovos už vilniečių sveikatą. Draugijos nariai iškėlė tokius tikslus: rūpintis medicinos, chirurgijos, vaistininkystės reikalais, kovoti su infekcinėmis ligomis, rinkti duomenis apie krašto ligas, ligų gydymo metodus, dalintis patirtimi, tirti sergamumo ir mirtingumo priežastis, taikyti naujus gydymo metodus praktikoje, gerinti šalies sanitarinę būklę ir galiausiai – skleisti higienos žinias[12].

Iš visų Andriaus Sniadeckio publikacijų daugiausia ne tik amžininkų, bet ir vėlesnių laikų tyrėjų dėmesio sulaukė tuo metu pirmasis chemijos vadovėlis lenkų kalba[13], taip pat originalus net kelių mokslo sričių žinias jungiantis darbas – „Organinių būtybių teorija“[14], tačiau nei kiek ne mažiau svarbus buvo ir kitas jo darbas, higieniniam visuomenės švietimui turėjęs tarnauti – vadovėlis „Apie vaikų fizinį auklėjimą“.

Iš „Vilniaus dienraštyje“ (lenk. – „*Dziennik Wilenski*“) paskelbto straipsnio „Pastabos apie vaikų fizinį lavinimą“ (1805 m.)[15] vėliau į atskirą darbą išaugęs „Apie fizinį vaikų lavinimą“ (lenk. – *O fizycznem wychowaniu dzieci*) pirmąsyk išspausdintas jau po mokslininko mirties, 1840 m. Varšuvoje[16]. Visų pirma tai unikalus istorinis XIX a. Švietimo ir Romantizmo epochų medicininės minties paminklas – turtinga, tačiau visuomenei suprantama to meto kalba parašytas sveiko gyvenimo būdo vadovėlis. XIX a. pradžioje

[11] D. Triponienė, *Prie Vilniaus medicinos draugijos versmės*, Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2012, p. 101–102.
[12] V. Miežutavičiūtė, *Vilniaus medicinos draugija ir jos kova su infekcinėmis ligomis (1805–1939)*, Daktaro disertacija, Vilnius: Vilniaus universitetas, 2001, p. 21–23.
[13] B. Railienė, *Andrius Sniadeckis*, Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2005, p. 66–74.
[14] Jan Goliński, *Śniadecki's Theory of organic Beings in the context of European science*, „*Jędrzej Śniadecki. Theory of organic beings*“, Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2018, p. 18–25.
[15] J. Śniadecki, *Uwagi o fizycznem wychowaniu dzieci*, „Dziennik Wileński“, 1805, nr. 5, p. 1–32.
[16] J. Śniadecki, *O fizycznem wychowaniu dzieci,* Warszawa, 1840.

naujoji miestiečių karta susidūrė su tokiais iššūkiais kaip sveikatos netolygumai, žalingi įpročiai, dažnos infekcinės ir kai kurios lėtinės ligos, sistemiškų žinių apie sveikatą trūkumas bei sėslaus, kabinetinio darbo specifikos sukelti negalavimai. Tuo metu jau nuo pat mažumės stengtasi mokyti vaikus užsienio kalbų, matematikos, gamtos mokslų, istorijos. Deja, dažnai vaikams skiriamas protinio darbo krūvis buvo nepamatuotai didelis, tuo tarpu fizinis vaikų lavinimas – apleistas. Profesorius kritikavo tokį nenuoseklų požiūrį į vaikų lavinimą, lemiantį ne tik vaikų pervargimą, bet ir ilgalaikius negalavimus, silpną sveikatą bei ligas.

Įdomu tai, kad šis darbas aktualumo neprarado dar ir daugelį metų po Sniadeckio epochos. Jis leistas pakartotinai net tris kartus[17]. XX a. 3 deš. juo vis dar remtasi formuojant moderniosios Lenkijos sveikatos apsaugos sistemos gaires, ypač susijusias su vaikų sveikata ir fiziniu aktyvumu[18]. Sniadeckio mintys nepraranda aktualumo ir šiandien. Šiandieninėje visuomenėje, ypač po COVID-19 pandemijos, vis dažniau kalbama apie tai, jog daugelis šių laikų sveikatos grėsmių kyla dėl fizinio aktyvumo stokos, sveiko gyvenimo būdo taisyklių nepaisymo, ilgalaikių psichosocialinių problemų, išryškėjančių net ir jauname amžiuje. Andriaus Sniadeckio veikale išreikštos mintys išlieka kaip vertingas ir sektinas populiariai surašytų sveikatos taisyklių rinkinys. Darbe kompleksiškai aptariami daugelis sveikatą lemiančių veiksnių: miegas, laisvalaikis, dienotvarkė, mityba, apranga, protinio ir fizinio darbo santykis, paveldimumas bei jų svarba. Kūrinyje atsiskleidžia plati paties autoriaus erudicija ir stebėtinai gilios įžvalgos, toli lenkiančios savąjį laikmetį. Pateikiamos rekomendacijos kompleksiškam vaiko kūno ir asmenybės lavinimui. Kaip rašo pats autorius, šis darbas buvo skirtas pirmiausia tėvams ar globėjams, norintiems visapusiškai lavinti savo atžalas, tačiau, mes manome, kad knyga aktuali ir bendrosios praktikos gydytojams, pediatrams, kūno kultūros mokytojams bendrojo lavinimo mokyklose, antropologams, istorikams ir istorijos mylėtojams.

[17] J. Śniadecki, *O fizycznem wychowaniu dzieci*, Warszawa, 1929.
[18] *Pamiętnik III Zjazdu Pedjatrów Polskich*, „Pediatria Polska“, Warszawa, 1927, nr. 7, p. 370–377.

Pats Andrius Sniadeckis lietuviškai nekalbėjo, tačiau šiandien turime unikalią galimybę padėti jo mintims pasiekti ir lietuvišką auditoriją. Suvokdami autoriaus idėjų aktualumą nūdienos visuomenei užsibrėžėme tikslą išversti A. Sniadeckio kūrinį „Apie vaikų fizinį lavinimą“ iš lenkų kalbos į lietuvių kalbą. A. Sniadeckio darbas – tai anų laikų Abiejų Tautų Respublikos mokslininko kūrinys, todėl nusprendėme sutelkti jėgas ir šiandien – originalaus teksto vertimą papildėme ir skirtingų mokslo sričių Lietuvos bei Lenkijos mokslininkų komentarais, padėsiančiais geriau suprasti autoriaus mintis ir suvokti jų svarbą, kilmę, galiausiai trumpai pristatyti ir paties profesoriaus gyvenimo istoriją.

Darbas, kurį laikote savo rankose – tai įvairiapusės skirtingų disciplinų atstovų komandos bendrų pastangų rezultatas. Kone dviejų šimtų metų senumo veikalas ir vėl atgimė, tik šįkart – lietuvių kalba. Profesoriaus Andriaus Sniadeckio veikalą šiandien laikome unikaliu Apšvietos ir ankstyvojo Romantizmo laikotarpių mokslo paminklu. Ir nors šių laikų mokslas daugelį A. Sniadeckio teiginių galbūt palaikytų pasenusiais, tačiau jų dalis vis dar byloja apie stebėtinai gilias įžvalgas, skvarbų protą, nepaklūstantį laikui savo universalumu, tarsi keliaujantį per skirtingus laikotarpius ir nepaisantį skirtingų istorinių nei politinių aplinkybių, įvairiapusišką, griežtą ir kartu kūrybingą, kartais net maištingą šio mokslininko asmenybę bei jo mokslinę kūrybą.

Šiandienis mokslas kitoks nei Sniadeckio laikais, vis labiau stengiamės viską tirti skirtingų disciplinų rėmuose. Visgi neretai pastebima ir priešinga tendencija – tarsi grįžtama prie mokslo šaknų – į kiekvieną reiškinį bandome žvelgti iš kelių disciplinų perspektyvos. Taigi, savo darbe nusprendėme remtis abiem požiūriais – tiek skirtingų disciplinų ribose, tiek sujungiant jų teikiamas žinias į visumą. Todėl šiai užduočiai pasitelkėme skirtingų specialybių mokslininkų komandą. Tai, ką anuomet aprašyti pakako vienam Andriui Sniadeckiui, šiandien ištirti ir pamatuoti jau turime pasitelkti net kelių specialybių atstovus. Kiekvieno mokslo idėjos, taip

pat ir medicinos mokslo idėjos atsirado tam tikroje istorijos plotmėje. Šių idėjų kilmę, jų genezę, variacijas tiria tarpdisciplininė mokslo sritis – medicinos istorija. To meto kalba, kultūrinis kontekstas reikalavo pritaikyti tekstą šiuolaikiniam skaitytojui, pateikti paaiškinimus. Taigi ši užduotis teko farmacijos, medicinos istorikui iš Bydgoščiaus (Bydgoszcz), Lenkijos prof. hab. dr. Vojciechui Šlusarčykui (Wojciech Ślusarczyk) bei medicinos, visuomenės sveikatos istorikui doc. dr. Aisčiui Žalnorai.

Kadangi veikalas buvo skirtas visų pirma vaikų fizinės raidos klausimams, neabejotinai svarbus indėlis teko fizinės antropologijos, vaikų raidos, auksologijos žinovei profesorei Janinai Tutkuvienei. Vaikų ir paauglių sveikatos klausimais taip pat svarbių pastabų pateikė docentė daktarė Lina Zabulienė. Vertingų pastabų genetikos klausimais pateikė Vilniaus medicinos draugijos pirmininkas, genetikas profesorius Algirdas Utkus.

Vis tik nei pats autorius negalėjo, nei mes galėtume apsiriboti vien tik fiziniu vaikų lavinimu, juk ne mažiau svarbus ir dvasinis arba proto lavinimas – etikos, moralės, galiausiai kitų protinių gebėjimų klausimai, priskirtini filosofijai. Taip pat svarbu sužinoti, kokia buvo Sniadeckio idėjų įtaka plačiąja prasme. Galime drąsiai sutikti, jog Andrius Sniadeckis yra tarsi tiltas, jungiantis Lenkijos ir Lietuvos mokslą ir kultūrą. Dar 2017 metais Vroclave apie tai diskutavome su profesoriumi, habilituotu daktaru, filosofu Jaroslavu Baranskiu (Jarosław Barański), jis taip pat pateikė savo komentarą. Už idėją, įkvėpimą ir padrąsinimą imtis šio veikalo vertimo bei nuolatinį palaikymą dėkoju Andriaus Sniadeckio mylėtojai, jo biografei, nuolatinei Sniadeckio skaitymų organizatorei dr. Birutei Railienei. Galiausiai veikalas nebūtų pasirodęs ir be rėmėjų bendrovės: „Thermo Fisher Scientific“, pediatro prof. Arūno Valiulio bei Vilniaus pediatrų draugijos, Vilniaus medicinos draugijos paramos.

Neabejotinai svarbiausias šio darbo istorijoje pats autorius – lenkų tautybės mokslininkas, Vilniaus universiteto profesorius, Abiejų Tautų Respublikos (toliau ATR) pilietis – Andrius Sniadec-

kis (1768–1838). Todėl dar šiek tiek grįžkime prie kai kurių jo biografinių faktų ir tų faktų įtakos veikalui. Kaip savo komentaruose pažymi tiek Wojciech Ślusarczyk (žr. p. 16), tiek ir prof. Jarosław Barański (žr. p. 240), tiek ir kiti tyrėjai, būsimo profesoriaus kelias į mokslus sutapo su Apšvietos laikotarpiu, o dar svarbiau mūsų istorijai – su ATR saulėlydžiu. Simboliška, tačiau mokyklos baigimo medalį, kuris tarsi žymi Sniadeckio neeilinius gabumus ir išpranašavo būsimą mokslininko karjerą, įteikė paskutinis ATR karalius Stanislovas Augustas Poniatovskis (1732–1798). Iki tol laisva ir pažangia moksline mintimi besididžiavusi Respublika buvo suskaldyta trijų kaimyninių demokratine mintimi nesižavėjusių absoliutinės monarchijos šalininkių. Mažiausiai liberaliai iš jų – carinei Rusijai – atiteko Lietuva ir Vilniaus universitetas. Vėliau per visą Europą, taip pat ir Lenkiją bei Lietuvą, nuvilnijo ne vienas sukilimas, tačiau nei Sniadeckiui, nei jo amžininkams nebuvo lemta vėl pamatyti laisvos Tėvynės.

Todėl neatsitiktinai profesorius daug dėmesio skyrė tautiškumo klausimams, kalbos ugdymui. Profesorius teigė, kad be kalbos negali būti ir jokio mokslo, nes mąstydami operuojame sąvokomis, kurios glūdi kalboje, tačiau kartu priduria, kad kiekviena tauta turi turėti savo kalbą, antraip tiesiog mokytume vaikus būti svetimtaučiais. Keliamas tautinio identiteto klausimas. Taigi, minėti Švietimo epochos bruožai persipina su Romantizmo dvasia. Svarstoma apie savo valstybę, kas ją stiprina ir kas silpnina. Autorius pabrėžia, kad ją stiprina tautiški ir sveiki piliečiai, silpnina fizinio lavinimo stoka, ligos, svetimtaučių įtaka. Galimai tai ir vyresnio brolio Jano Sniadeckio įtaka. Pastarasis stengėsi mažinti svetimtaučių įtaką Vilniaus universitete[19]. Įdomu tai, kad Andriaus Sniadeckio idėjos tarsi naują kvėpavimą įgijo tarpukario Lenkijoje ir Vilniaus krašte. Štai bene pagrindiniu vedliu po šimto metų Sniadeckį pasirenka garsus Vilniaus krašto pediatras, Vilniaus medicinos draugijos prezidentas Vaclovas Jasinskis (Waclaw Jasinski, 1881–1936), ne sykį

[19] *Życiorys Jędrzeja Śniadeckiego*, „Jędrzej Śniadecki: Wybór Pism naukowych i publicystycznych“, [Oprac. Bolesław Skarżyński], Kraków, 1952, p. 24–25.

citavęs Sniadeckio mintis savo darbuose tiek tautiniais, tiek ir pediatrijos klausimais[20].

Nepaisant sunkios tarptautinės padėties, Andriaus Sniadeckio mokslinis bagažas ir aplankytų miestų žemėlapis pasakoja apie plačius jo minties horizontus ir pavydėtinai visapusišką išsilavinimą, įgytą Vakarų Europos miestuose. Iš pradžių dėl jo matematinių gabumų Sniadeckiui buvo siūloma studijuoti inžineriją Prūsijoje, vis tik brolio spiriamas 1788 m. jis pradėjo studijuoti matematikos ir fizikos mokslus Krokuvoje, jau tais pačiais metais – mediciną taip pat Krokuvoje, kur 1791 m. ir baigė medicinos studijas. Tačiau jau 1792 m. jis vėl išvyko studijuoti medicinos, šįkart – Pavijoje. 1793 m. patraukė į Londoną, vėliau Edinburgą. 1795–1796 m. praktikavosi Vienos ligoninėse, bendravo su garsiuoju J. P. Franku, net buvo apsistojęs jo namuose. Tuomet dar dirbo Voluinėje. Galiausiai, kaip minėta,1797 m. atvyko į Vilnių[21].

Nepaisant visų aplankytų miestų ir jaunystėje aiškiai patirto miestietiško gyvenimo būdo, Sniadeckis lieka prie šaknų – Gimtinės. Vienas iš pagrindinių knygos leitmotyvų – savotiška natūralistiška, sakytume, kaimiška Sniadeckio filosofija. Profesorius peikė miestus kaip ligų ir ištvirkimo šaltinį. Kaip priešpriešą moraliniam ir fiziniam sugedimui miestuose jis laikė ramų, fizinio darbo kupiną gyvenimą kaime. Žinoma, jam įtakos turėjo Žano Žako Ruso (Jean-Jacques Rousseau, 1712–1778) ir kitų mokslininkų idėjos. Visgi reikia pridurti, kad ir pats Sniadeckis nusimanė apie žemės ūkį ir šiltuoju metų laiku gyvendavo Baltupio dvare, tik žiemomis važiuodavo į Vilnių[22]. Taigi gyvenimas kaime nebuvo tik svajonės ar teoriniai samprotavimai, bet asmeninis pasirinkimas.

Sniadeckis gausiai cituoja žymių antikos veikėjų mintis, dalinasi jų idėjomis, kas rodo iš tiesų platų jo apsiskaitymą ne tik tiksliųjų mokslų, bet ir istorijos, politikos ir kitose srityse. Veikale stebėtinai daug šiandien jau gana mažai žinomų vardų ir sąvokų,

[20] *Pamiętnik III Zjazdu Pedjatrów Polskich*, „Pediatria Polska“, Warszawa, 1927, nr. 7, p. 370–377.
[21] A. Wrzosek, *Jędrzej Śniadecki*, t. Kraków, 1910, t. I, p. 11–42.
[22] B. Railienė, *Andrius Sniadeckis*, Vilnius, 2005, p. 145–157.

reikalaujančių paaiškinimų, todėl siekdami pagelbėti šiandieniniam skaitytojui išnašose pateikėme paaiškinimus, paties autoriaus papildomas pastabas pateikėme kursyvu.

Antra vertus, darbas tuo pat metu ir novatoriškas. Šiuolaikiška laikytina tai, kad Sniadeckis vaiko ugdyme akcentuoja ne tik išorinės motyvacijos, bet ir vidinės vaiko motyvacijos skatinimą. Turbūt iš asmeninės patirties, kaip žinia, augino dvi dukteris ir sūnų[23], Sniadeckis siūlo niekada nekovoti su vaiku, netaikyti jokios prievartos, bet tik gudrauti, susitarti su vaiku. Kiekvienam darbui profesorius sumaniai ir kūrybingai pasitelkia vis naujas tam tikru vaiko raidos etapu pasireiškiančias savybes, tokias kaip smalsumas, polinkis mėgdžioti, asmeninės vaiko charakterio savybės ir polinkiai, o ugdymo procese siūlomą vaikų atskyrimą pagal lytį jis argumentuoja ne tiek biologiniais vaikų skirtumais, kiek bėgant metams vis ryškėjančiais mergaičių ir berniukų polinkių skirtumais.

Galima sutikti su Wojciech Slusarczyk pastaba (žr. p. 25), jog Sniadeckis savo veikale galbūt nesirėmė Johano Kristofo Frydricho GutsMutso (Johann Christoph Friedrich GutsMuths, 1759–1839) darbu, kuris jau tada pateikė konkrečias rekomendacijas vaikų fizinio lavinimo pratimams. Visgi žvelgiant iš viso veikalo filosofinės-holistinės perspektyvos darytina ir kita prielaida. Sniadeckis akcentuoja itin individualų kiekvieno vaiko lavinimą pagal jo konstitucijos tipą, polinkius. Tokiu atveju konkrečių visiems tinkančių ir patinkančių fizinių normų ir pratimų mes tiesiog negalime pasiūlyti. Juk tai, kas tiks ir patiks vienam vaikui, galbūt visai netiks kitam.

Štai šioje vietoje turbūt ir turime kebliausią teorinę vaikų ugdymo problemą visame darbe. Viena vertus, pats autorius pradėdamas veikalą kalba apie tai, kad fizinis lavinimas, apskritai vaikų lavinimas turi tapti mokslu, kaip ir kiti mokslai paremtu konkrečiais dėsniais, protu, patirtimi. Antra vertus, pats profesorius pripažįsta, kad vaikai yra skirtingi savo konstitucija, polinkiais ir pomėgiais.

[23] *Życiorys Jędzeja Śniadeckiego*, „Jędzej Śniadecki: Wybór Pism naukowych i publicytycznych", [Oprac. Bolesław Skarżyński], Kraków, 1952, p. 45–50.

Taigi nustatyti nekintamus konkrečius dėsnius čia, regis, neįmanoma. Laimei, profesorius pasiūlo ir išeitį – siūlo nesprausti vaikų į savotiškas „Prokrusto lovas“, o žvelgti į tai kaip į meną, kūrybiškai derinant paties vaiko prigimtines savybes, natūralius poreikius. Jei jis linkęs varžytis, nuolat tarsi „dega ugnimi“, būdamas lyg choleriško tipo, pasirūpinkime tą jo energiją nukreipti pozityvia linkme, leisti jam kuo daugiau žaisti, lakstyti gryname ore, kiek mažiau rengti, derinti tiek aktyvias, tiek ir pasyvias veiklas. Tačiau jei vaikas vangokas, silpnos sveikatos, sakytume, melancholiško ar flegmatiško temperamento, tai visiškai nereiškia, kad jis gali nuolat kiurksoti namie ir atsisakyti fizinio krūvio, šalto oro ir kitų jam nepalankių dalykų. Tiesiog jį turime gal kiek šilčiau aprengti, gal labiau patausoti.

Kalbant apie vaikų mitybą Sniadeckio ir šiandieninis požiūriai akivaizdžiai prasilenkia. Profesorius siūlo ją apriboti iš esmės augalinės kilmės maistu ir vengti bet kokio „kaitinančio“ maisto, mėsos. Žinoma, tokias rekomendacijas lemia ir visai kiti argumentai – taip vadinamos humoralinės teorijos įtaka. Tuo metu šiuolaikiniai mitybos dėsniai dar tiesiog neatrasti. Nežinota ir apie baltymų svarbą augančiam organizmui. Visgi ir čia sužiba dar vienas profesoriaus perliukas. Jis vaizdžiai palygina gyvenimą su „lenktynėmis, bėgimu link kapo duobės“, o visas suaugusiesiems labiau tinkamas veiklas, taip pat ir kaloringą, mėsos gausią mitybą to „bėgimo“ spartinimu. Taigi, nors ir ne visai teisinga, ši rekomendacija svarbi ir šiandien. Jei ano meto kilmingieji dažnai iškreipdavo vaikų mitybą galbūt per gausiu mėsos vartojimu, tai šiandien vaikų mitybą iškreipia vadinamasis „greitas maistas“ – mėsainiai, keptos bulvytės ir kiti kaloringi, tačiau menkos maistinės vertės produktai.

Stebėtina tai, kad Sniadeckis ir toliau išlaiko pirmąjį pažadą – savo darbe remtis dėsniais ir logika. Turbūt vienas svarbiausių Sniadeckio veikalo bruožų yra nuolatinė autoriaus (savi)refleksija, noras visur remtis sveiku protu, kritiškas santykis su teorija, kartais net atviras šaipymasis iš kvailų teorijų ar veiksmų. Net ten, kur

žymaus autoriteto nuomonė lyg turėtų būti paskutinė, Sniadeckis sugrąžina skaitytoją į blaivų santykį su realybe. Pvz., Ž. Ž. Ruso rekomendaciją žiemą vaikus rengti vasariniais drabužiais jis laiko tiesiog paika. Juk toks „grūdinimas“ gali nuvesti tik į ligą, o ne į geresnę sveikatą. Kvailybe jis laiko ir prietarus naujagimius maudyti kone lediniame vandenyje ar vyne. Profesorius šmaikštauja, esą tokiu būdu daugelis norėtų sukurti sau naujus „achilus“.

Manau, kad atidesnis, o gal jau kiek nekantraujantis skaitytojas, perskaitęs šį įvadinį straipsnį, jau turi mums klausimą: tai koks gi galiausiai turi būti tas vaikų fizinis lavinimas? Kam tada tenka paskutinė užduotis – įvertinti Sniadeckio veikalą ir jo idėjas? Čia nenusižengsime paties profesoriaus Sniadeckio sumanymui – ši užduotis tenka ne kam kitam, bet pačiam skaitytojui. Kaip rašo profesorius: „ <...> neplanavau jo skirti mokslininkams nei reikliems išminčiams. Tačiau norėjau įteikti jį geriems tėvams ir protingoms motinoms, ir net, viliuosi, jų neįžeisti, mūsų jaunuolių mokytojoms, kurias paprastai guvernantėmis vadiname.“ Taigi tikime, kad būtent jis, skaitytojas, laisvai, be išankstinių nuostatų galiausiai galės pažvelgti į šio vaikų lavinimo mokslo, o gal meno, esmę ir padaryti savo išvadas. To kartu su profesoriumi Sniadeckiu ir visa tarptautine knygos leidimo komanda mūsų skaitytojui nuoširdžiai ir linkime.

Andrius Sniadeckis – jo laikai ir darbai. Problematikos apibrėžimas

Prof. habil dr. Wojciech Ślusarczyk
Medicinos ir slaugos istorijos skyrius
Liudviko Rydygerio vardo Medicinos kolegija Bydgoščiuje
Torunės Mikalojaus Koperniko universitetas;
Leon Wyczółkowski apskrities muziejus Bydgoščiuje

„Andrius Sniadeckis buvo chemikas, biologas, filosofas, gydytojas, higienos ir dietologijos propaguotojas, pedagogas, kūno kultūros pradininkas Lenkijoje [ir Lietuvoje], mokslo populiarintojas ir publicistas. Jis buvo ryškiausias jaunosios Lenkijos Apšvietos kartos atstovas <...>."[24] Neįmanoma nesutikti su minėta Edmundo Fryckowskio suformuluota charakteristika. Tituluotasis veikėjas pasižymėjo teisėjo žvilgsnio skvarbumu, argumentų aiškumu, interesų įvairiapusiškumu ir kruopštumu. Sniadeckis neabejotinai buvo iškilus žmogus. Laikotarpio, kuriame jis gyveno, atmosfera turėjo įtakos jo asmenybei. Tai buvo dinamiškų politinių pokyčių – senų jėgos sistemų ir valstybinių organizmų žlugimo – laikotarpis. Panašiai yra ir mokslo pasaulyje – senos ir naujos sąvokos susidūrė vienos su kitomis.

Andrius Sniadeckis gimė 1768 m. lapkričio 30 d. nuskurdusioje didikų šeimoje[25] Rydlewo mieste netoli Żnin didžiojoje Lenkijoje. Jis mokėsi gimnazijoje Trzemeszno, o vėliau – Nowodworski gimnazijoje Krokuvoje, kur 1787 m. gavo karališkąjį apdovanojimą – Diligentiae medalį (kruopštumas). 1787–1791 m. studijavo

[24] E. Fryckowski, *Jędrzej Śniadecki – wybitny myśliciel polskiego Oświecenia*, „Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Bydgoszczy. Studia z Nauk Społecznych" 1993, z. 10, p. 18.

[25] Rodzina Śniadeckich, choć wywodziła się z drobnej szlachty, prowadziła życie typowe dla mieszczan, wiążąc się ze Żninem, miastem na pograniczu Wielkopolski i Kujaw. Zob. A. Wrzosek, *Jędrzej Śniadecki. Życiorys i rozbiór pism*, t. 1, Kraków 1910, s. 13; Ibidem, p. 17–18.

mediciną Krokuvos akademijoje. Vėliau tęsė studijas Pavijoje, o 1793–1795 m. studijavo mediciną Edinburge[26]. 1795 m. išvyko į Vieną ir pradėjo dirbti Vienos ligoninėse. 1796 m. grįžo į gimtąją šalį[27].1797 m. gegužės 7 d. caras Pavlas paskyrė jį chemijos profesoriumi Vilniaus vyriausioje mokykloje. 1822 m., būdamas 54 metų, jis paliko chemijos skyrių ir pasitraukė į emeritūrą. Nenutraukė tik medicinos praktikos. 1827 m. Universiteto tarybos prašymu grįžo į universitetą, kuriame ėjo medicinos katedros vedėjo pareigas. Katedrai jis taip pat vadovavo ir uždarius universitetą (1832) bei pertvarkius jį į Medicinos ir chirurgijos akademiją (1832). Mirė 1838 m. gegužės 11 d. Vilniuje[28].

Sniadeckio gyvenimas sutapo su audringu ir tragišku Lenkijos ir Lietuvos istorijos periodu. Jo jaunystės laikais Lenkijos ir Lietuvos Respublika buvo ekonomiškai ir kultūriškai atsilikusi, silpna valstybė, turinti didžiulę teritoriją, patekusią į Rusijos protektoratą. Mėginimai atsisakyti Maskvos priežiūros reformuojant politinę sistemą ir ginkluotais veiksmais žlugo[29].Galiausiai 1795 m. valstybė per tris padalijimus buvo aneksuota kaimynių: Rusijos, Prūsijos ir Austrijos[30]. Sniadeckis taip pat tapo lenkų bendradarbiavimo su Napoleonu Bonapartu ir jo mirtino žygio į Rusiją (1812 m.) liudininku. Su kuo sieta ir viltis atstatyti Respubliką įskaitant taip pat ir Lietuvą[31]. Vėlyvuoju Sniadeckio gyvenimo laikotarpiu kilo Lenkijos ir Lietuvos prieš Rusiją nukreiptas 1830–1831 m. sukilimas[32]. Jo pralaimėjimas lėmė caro represijas prieš abi tautas[33].

[26] L. Szyfman, *Jędrzej Śniadecki przyrodnik-filozof*, Warszawa 1960, p. 10, 13, 15, 17.
[27] A. Wrzosek, *Jędrzej Śniadecki. Życiorys i rozbiór pism*, t. 1, Kraków 1910, p. 32, 34.
[28] L. Szyfman, *op. cit.*, p. 18, 25–27.
[29] Zob. W. Szczygielski, *Łagodna rewolucja w Polsce u schyłku XVIII wieku. Obrady Sejmu Wielkiego i Konstytucja 3 maja (1788–1792)*, Łódź 2019.
[30] N. Davies, *Boże igrzysko. Historia Polski*, tłum. E. Tabakowska, t. 1, Kraków 1993, p. 669.
[31] Por. D. Nawrot, *Litwa i Napoleon w 1812 roku*, Katowice 2008, s. 480–485.
[32] Por. J. Feduszka, *Powstanie listopadowe na Litwie i Żmudzi*, „Teka Kom. Hist. OL PAN" 2004, 1, p. 110–160; J. Wojtasik, *Powstanie na Litwie 1830–1831 w świetle pamiętników*, [w:] T. Skoczek (red.), *Powstanie listopadowe 1830–1831: dzieje, historiografia, pamięć*, Warszawa 2015, p. 389–405.
[33] E. Fryckowski, *op. cit.*, s. 18. Por. A. Czernyszew, *Wkład zesłańców polskich doby powstania listopadowego w rozwój guberni jenisejskiej*, [w:] T. Skoczek (red.), *op. cit.*, p. 179–181.

Minėtas bandymas atkurti Respubliką sutapo su Apšvietos tendencijomis, besiskverbiančiomis į Lenkijos–Lietuvos žemę. Judėjimas įgavo pavidalą 1773 m. sukūrus Vyriausiąją Edukacinę Komisiją (toliau – VEK) ir jos pastangomis reformuoti švietimą. Panaikinus jėzuitų ordiną (1773), kuris šiuo atžvilgiu turėjo monopoliją, buvo stengiamasi išnaudoti galimybę įvesti naujo laikotarpio reikalavimus atitinkančią mokymo sistemą[34]. Nowodworski vidurinė mokykla Krokuvoje, kurioje mokėsi Andrius Sniadeckis, taip pat veikė Apšvietos dvasia. Ji ugdė jaunus žmones taip, kad jie taptų naudingi piliečiams savo valstybei. VEK atkreipė dėmesį ir į didelį visuomenės atsilikimą sveikatos srityje. Mokyklose, kurias ji kuravo, komisija įvedė dalyką „Naujienos apie žmogaus sveikatą“[35].Taigi jau buvimas vidurinėje mokykloje turėjo didelę įtaką būsimojo mokslininko pasaulėžiūrai. Tai pastebima, be kita ko, ir traktate apie vaikų fizinį ugdymą. Progresyvus Andriaus Sniadeckio požiūris atsiskleidė ir už mokslo ribų. Savo Vilniaus gyvenimo laikotarpiu prisidengdamas slapyvardžiu Sotvaras (lietuvių saulės dievas) jis aktyviai dalyvavo literatūrinėje ir satyrinėje Nenaudėlių draugijoje (1817–1822), kovojo su obskurantizmu ir abejingumu[36]. Jo pažiūroms įtakos turėjo ir jo dvylika metų vyresnis brolis Janas Sniadeckis (1756–1830), matematikas, astronomas ir filosofas, kuris juo rūpinosi po tėvo mirties[37]. Jis buvo Vilniaus universiteto rektorius[38]. Jo valdymo metu universitetas pateko į intensyvios plėtros etapą ir sulaukė tarptautinio žinomumo[39]. Būtent Janas leido Andriui pradėti dirbti jam pavaldžioje įstaigoje[40]. Anksčiau jis jaunesnį brolį įkvėpė tęsti studijas užsienyje ir, turėdamas pinigų, palengvino jo studijų baigimą[41].

[34] A. Jobert, *Komisja Edukacji Narodowej w Polsce*, tłum. M. Chamcówna, WrocławWarszawa-Kraków-Gdańsk 1979, sp. 121–127.
[35] P. Tarkowski, *Grzegorza Piramowicza troska o zdrowie i sprawność fizyczną*, [w:] W. Korpalska, W. Ślusarczyk (red.), Czystość i brud. Higiena nowożytna (XV–XVIII w.), Bydgoszcz 2015, p. 195.
[36] Ł. Kurdybacha, *Rozwój oświaty na Białorusi i Litwie w początkach XIX*, [w:] idem (red.), *Historia wychowania*, t. 2, Warszawa 1967, p. 135; E. Fryckowski, *op. cit.*, p. 29.
[37] A. Wrzosek, *op. cit.*, t. 1, p. 14–15.
[38] S. Wołoszyn, *Dzieje wychowania i myśli pedagogicznej w zarysie*, Warszawa 1964, p. 337.
[39] Ł. Kurdybacha, *op. cit.*, p. 133.
[40] A. Wrzosek, *op. cit.*, t. 1, p. 41.
[41] Por. Ibidem, p. 29, 31.

Krokuvos universitetas Andriaus Sniadeckio studijų metu jau buvo moderni įstaiga, kurią reformavo Hugo Kołłątaj (Hugas Kolontajus, 1750–1812)[42]. Čia medicinos studijos atitiko klinikinės medicinos normas Vakarų Europos universitetuose[43]. Buvo išvystyti tarptautiniai mokslo ryšiai. Ryšiai su užsienio medicinos teorijos ir praktikos šviesuoliais, patirtis, įgyta dirbant ligoninėse, galiausiai suformavo Sniadeckį kaip gydytoją, gamtininką ir filosofą. Pavijoje jam paskaitas be kitų mokslininkų skaitė fizikas ir chemikas, žinių apie elektrą pradininkas Alessandro Volta (Aleksandras Volta, 1745–1827)[44]. Tačiau didžiausią įtaką Lenkijos studentui padarė medicinos policijos doktrinos kūrėjas ir šiuolaikinės higienos, epidemiologijos bei teismo medicinos pradininkas Johanas Peteris Frankas (1745–1821). Netrukus, 1795 m., viešnagės Austrijos sostinėje metu, Sniadeckis sutiko šį mokslininką, kuris vėliau buvo medicinos klinikos Vienoje skyriaus vadovas[45]. Artimą gydytojų ryšį liudija faktas, kad tuo metu Sniadeckis gyveno Franko namuose. 1792 m. vasarą jis pradėjo dirbti Milano ligoninėse. Ten jis susipažino su dinamiškos medicinos tendencijos atstovo, škotų gydytojo Jonhn Brown (Džonas Braunas, 1736–1780) darbais, iš kurių ypač susidomėjo dirgiklių, turinčių įtakos organizmui, svarba[46]. Viešnagės Edinburge metu jis taip pat praktikavosi ligoninėse. Studijuodamas užsienyje, Sniadeckis buvo vertinamas vietinių medicinos akademinių bendruomenių. Škotijos sostinėje jam netgi buvo pasiūlyta pelninga medicinos pareigybė Indijoje.

[42] M. Chamcówna, *Uniwersytet Jagielloński w dobie Komisji Edukacji Narodowej. Szkoła Główna Koronna w okresie wizyty i rektoratu Hugona Kołłątaja 1777–1786*, Wrocław–Warszawa 1957, p. 129–132.

[43] A. Wrzosek, *Jędrzej Śniadecki. Życiorys i rozbiór pism*, t. 2, Kraków 1910, p. 202–203; L. Chrzęściewski, *Jędrzej Śniadecki. Życie i dzieło*, Kraków 1978, s. 12–13; Z. Gajda, *Wydział Lekarski Akademii Krakowskiej – od założenia do reform Komisji Edukacji Narodowej*, [w:] A. Śródka (red.), *Zarys historii nauczania medycyny w Polsce do roku 1939*, Kraków 2012, p. 23–26.

[44] A. Wrzosek, *op. cit.*, t. 1, p. 24; A. K. Wróblewski, *Historia fizyki od czasów najdawniejszych do współczesności*, Warszawa 2007, p. 268–270.

[45] L. Szyfman, *op. cit.*, p. 13, 17.

[46] L. Chrzęściewski, *op. cit.*, p. 15, 17; B. Płonka-Syroka, *Niemiecka medycyna romantyczna*, Warszawa 2007, p. 445, 456.

Tačiau jis atsisakė, nes, vadovaudamasis Apšvietos idėjomis, jautė būtinybę veikti savo gimtojoje šalyje[47].

Sniadeckis gyveno tuo metu, kai senosios medicinos teorijos neteko galios gamtos moksluose ir medicinoje. Carl Scheele (Karlas Vilhelmas Šelė, 1742–1786) ir Joseph Priestley (Džozefas Pristlis, 1733–1804) atradus deguonį, o Antoine Lavoisier (Antuanas Lavuazjė, 1743–1794)[48] paaiškinus degimo ir kvėpavimo procesus atsirado šiuolaikinė chemija. Taip pat pasiekta precedento neturinti pažanga augalų ir gyvūnų fiziologijos bei embriologijos tyrimų srityje. Tarp mokslininkų įsivyravo modernus požiūris[49]. Paskutinių aštuonioliktojo amžiaus dešimtmečių intelektualinio gyvenimo atmosferoje akademinė medicina įsisavino gamtos mokslų srities naujoves, kuriomis remiantis buvo galima iš naujo interpretuoti ankstesnius požiūrius[50]. Filosofija labiau įsiskverbė į taikomuosius mokslus, įskaitant mediciną[51]. XIX amžiaus pradžioje Vilniaus universitete, daugiausiai dėl jo mokslininkų kelionių užsienyje, atsirado tokios naujos filosofinės doktrinos kaip empirizmas ir racionalizmas[52].

Anot Sniadeckio, mokslas neturėtų nagrinėti teorijų, kurių neįmanoma patikrinti eksperimentu. Remdamasis Lavuazjė patirtimi, jis tapo Lenkijos cheminės terminijos autoriumi[53]. Svarbiausias jo mokslinis pasiekimas yra gamtamokslinis darbas „Organinių būtybių teorija (1804 m. – I tomas, 1811 m. – II tomas)“, kuriame šiuolaikiniu požiūriu jis pateikia tezę apie gyvosios ir negyvosios materijos vieningumą[54]. Darbas įrodo aplinkos įtaką ir svarbą gyvajam organizmui, jo gyvenimo ciklui. Aplinkos įtaka kūnui yra esminė gyvybinių procesų sąlyga. Pagrindiniai gyvybę lemiantys

[47] L. Szyfman, *op. cit.*, p. 15, 17–18.
[48] A. K. Wróblewski, *op. cit.*, p. 232–233.
[49] L. Szyfman, *op. cit.*, p. 113, 169, 180; A. Magowska, *Empirycznie czy racjonalistycznie? Dylematy i praktyka medycyny uniwersyteckiej w Wilnie w latach 1781–1842*, Poznań 2015, s. 11, 55.
[50] B. Płonka-Syroka, *Niemiecka...*, p. 450.
[51] L. Szyfman, *op. cit.*, s. 113, 169, 180; A. Magowska, *op. cit.*, p. 11, 55.
[52] A. Magowska, *op. cit.*, p. 12.
[53] L. Szyfman, *op. cit.*, p. 18, W. Hubicki, *Chemia*, [w:] K. Maślankiewicz (red.), *Zarys dziejów nauk przyrodniczych w Polsce*, Warszawa 1983, p. 230; 279–283; 290.
[54] J. Śniadecki, *Teorya jestestw organicznych*, t. 1, Warszawa 1804; idem, *Teorya jestestw organicznych*, t. 2, Wilno 1811.

veiksniai yra: oras, vanduo, šiluma ir maistas. Vieno iš jų trūkumas sutrikdo gyvybinius procesus, lemiančius ligą ar mirtį. Jis pirmasis mokslo istorijoje nurodė saulę kaip pagrindinį gyvybės šaltinį. Todėl kiekvienos gyvo organizmo dalelės, kuriose pasireiškia gyvybės procesai, juda dėl išorinės aplinkos įtakos. Šis įsitikinimas buvo susijęs su tuo, kad Sniadeckis palaikė metabolizmo dėsnį. Taigi jis sukūrė teoriją, kurioje pagrindinė gyvybinė funkcija yra medžiagų apykaita. Jis iš metafizinio aiškinimo išlaisvino gyvybinių procesų suvokimą.

Sniadeckis taip pat nagrinėjo bruožų paveldimumo klausimą. Jo manymu, iš tėvų paveldėti bruožai turi didelę įtaką palikuonių gyvenimui[55]. Nežinodamas tuo metu dar neatrastų genetikos dėsnių, jis paaiškina „elementariųjų organizuojančių galių" lemiamą paveldėjimo mechanizmą. Tai reiškia, kad silpniems tėvams yra didelė tikimybė, kad vaikai gali būti neįgalūs, o sveikiesiems vaikai dažniausiai gims sveiki[56]. Tačiau iš tėvų perimti bruožai nėra vienintelis veiksnys – perimtus bruožus galima tobulinti ar sumažinti. Pažymėtina, kad Vilniaus profesorius neapsiribojo biomedicininiu-mechanistiniu suvokimu. Jis laikėsi nuomonės, kad socialinė aplinka daro įtaką ir žmogaus psichikai. Taigi tai yra tiek biologinės, tiek socialinės aplinkos produktas. Kaip gydytojas, remdamasis racionaliomis prielaidomis, jis tęsė jatrochemijos ir jatrofizikos tradicijas, tačiau jas plėtojo iš antiflogistono chemijos ir šiuolaikinės fizikos perspektyvos. Jis siekė sukurti nuoseklią medicinos sistemą, nesiremdamas metafiziniais veiksniais[57]. Sniadeckis buvo spiritualizmo (vitalizmo) ir gyvūno magnetizmo priešininkas[58]. Jis taip pat priešinosi senoviškai savaiminės generacijos koncepcijai[59]. Priešindamas preformizmo sampratai, jis paaiškino individualų vystymąsi per

[55] L. Szyfman, *op. cit.*, p. 47, 67, 72, 77, 104, 128, 139, 159, 165, 303.
[56] A. Magowska, *op. cit.*, p. 45–46.
[57] L. Szyfman, *op. cit.*, p. 128, 189, 215, 255, 304–304; Ł. Kurdybacha, *op. cit.*, p. 135; B. Płonka-Syroka, *Niemiecka...*, p. 452–453.
[58] L. Szyfman, *op. cit.*, p. 166, 284; E. Fryckowski, *op. cit.*, s. 21. Więcej na temat magnetyzmu zwierzęcego w: B. Płonka-Syroka, *Mesmeryzm. Od astrologii do bioenergoterapii*, Wrocław 2007.
[59] L. Szyfman, *op. cit.*, p. 49.

epigenezę[60]. Dėl to, kad gyvenimo fenomenas jam buvo transformacijų ir pokyčių kelias, tai galima pavadinti jatrodinamika.

Jis išskyrė keturis įgimtos ligos polinkio tipus – konstituciją, matomą iš kūno sandaros: raumeninę, kraujo, limfinę ir nervinę. Tokiu būdu jis rėmėsi senovine temperamento samprata apie 4 pradus: kraujo, vandens, tulžingą ir melancholišką. Jis buvo susipažinęs su Albrecht von Haller (Albrechtas fon Haleris, 1708–1777) suformuluotais raumenų bruožų ir temperamento deriniais. Tuo remdamasis, jis suformulavo savo dviejų „individualių konstitucijų" – nervų ir raumenų – apibrėžimus. Jis tikėjo, kad nervinė konstitucija būdinga turtingiems žmonėms, todėl jie nėra labai fiziškai aktyvūs, turintys silpnus raumenis. Priešingai, neturtingiems žmonėms būdinga raumeninė konstitucija pasižymi atletiška figūra ir aktyviu gyvenimo būdu. Viename žmoguje gali būti kelių konstitucijų bruožų, tačiau visada vyrauja viena iš jų. Dėl šios priežasties diagnozuojant ir skiriant gydymą jam buvo svarbi paciento socialinė padėtis. Taigi jis laikėsi holistinio požiūrio[61].

Sniadeckio interesų laukas medicinoje buvo platus. Jis buvo ir praktikas, ir teoretikas. Jis daug dėmesio skyrė prevencijai, higienai, dietai ir socialinėms sąlygoms. Jis siūlė taikyti izoliaciją tuo atveju, jei kyla epidemija. Farmakologija taip pat buvo jo interesų sritis[62]. Reikšmingas įkvėpimas jam buvo ir Jean-Jacques Rousseau (Žanas Žakas Ruso, 1712–1778) idėja apie grįžimą į gamtą[63]. „Organinių būtybių teorijos" turinys ir Sniadeckio medicininės pažiūros buvo platesnių dabarties teorijų, aprašytos aukščiau, bei standartų, vyravusių vėlyvojo Apšvietos moksle, dalis. Kartu jie matomi traktate „Apie vaikų fizinį lavinimą".

Prieš Andrių Sniadeckį Lenkijoje dėmesį į sveikatos problemas ir tinkamą fizinį vystymąsi auginant vaikus atkreipė: Adolf Kamieński (Adolfas Kamienskis, 1737–1781), Antoni Popławski

[60] L. Chrzęściewski, *op. cit.*, p. 75; E. Fryckowski, *op. cit.*, p. 23.
[61] A. Magowska, *op. cit.*, p. 44–47. Zob. też: J. Strojnowski, *Psychofizjologia Jędrzeja Śniadeckiego*, Wrocław 1968.
[62] E. Fryckowski, *op. cit.*, p. 27–28.
[63] A. Wrzosek, *op. cit.*, t. 2, p. 272–273.

(Antonis Poplavskis, 1739–1799) ir Grzegorz Piramowicz (Gžegožas Piramovičius, 1735–1801). Šiek tiek vėliau apie tai postulavo Hugas Kolontajus ir Stanisław Staszic (Stanislavas Stašicas, 1755–1826). Jų kūrybą įkvėpė Džonas Lokas (1632–1704), Jacques Ballexerd (Džekas Balekserdas, 1726–1774) ir Samuel-Auguste Tissot (Samuelis Augustas Tisotas, 1728–1797)[64]. Tačiau minėti lenkų mąstytojai neturėjo medicininio išsilavinimo. Todėl Sniadeckio darbas yra pirmasis gydytojo parengtas darbas lenkų kalba, derinant pedagogiką su medicina[65].

Pirmasis šio leidinio variantas buvo išleistas 1805 m. „Vilniaus dienraštyje“ [66]. 1822 m. autorius pratęsė savo darbą. Tačiau naujoji versija buvo išleista tik po jo mirties 1840 m. Varšuvoje[67]. Naujienos medicinos ir gamtos mokslų srityje leido Sniadeckiui pastebėti fizinio tobulėjimo svarbą ugdymo procese. Stebėdamas Lenkijoje ir Lietuvoje vyraujančią situaciją, jis įžvelgė pavojų, susijusį su ugdyme ignoruojamais fiziniais aspektais. Dvasininkai, kuriems buvo pavaldi dauguma pagrindinių lavinimo mokyklų, sutelkė dėmesį tik į intelekto klausimus[68]. Mokymo programose pateikta informacija buvo nepraktiška. Visa tai tapo kūrinio sukūrimo priežastimi. Sniadeckio darbai parašyti prieinama kalba, kad juos suprastų vidutinis, protingas žmogus[69]. Taip yra ir su veikalu apie vaikų fizinį lavinimą. Sniadeckis nelaikė jo moksliniu darbu. Jo ketinimas buvo pasiekti visų socialinių sluoksnių atstovus, pirmiausia tėvus ir auklėtojus[70].

[64] P. Tarkowski, *op. cit.*, p. 195. Por. J. Ballexered, *Sposób dla rodziców fizycznego wychowania dzieci*, Warszawa 1783; S. Tissot, *Porządek życia w czerstwości zdrowia w długie prowadzący lata, ze wszystkich dzieł p. Tyssota w jedno zebrany*, Supraśl 1789; idem, *Rada dla pospólstwa względem zdrowia jego P. Tyssota, doktora i profesora medycyny i woleli akademii towarzysza*, Warszawa 1790.

[65] Ł. Kurdybacha, *op. cit.*, p. 138.

[66] J. Śniadecki, *Uwagi o fizycznem wychowaniu dzieci*, „Dziennik Wileński“ 1805, t. 2, nr. 5, p. 1–32; nr. 6, p. 113–145; t. 3, nr. 7, p. 225–247.

[67] J. Śniadecki, *O fizycznėm wychowaniu dzieci*, [w:] M. Baliński (wyd.), *Dzieła Jędrzeja Śniadeckiego*, Warszawa 1840, t. 1, p. 91–285; t. 2. – 318, [2] p.

[68] Ł. Kurdybacha, *op. cit.*, p. 138.

[69] L. Szyfman, *op. cit.*, p. 174.

[70] J. Śniadecki, *Fizyczne wychowanie dzieci*, Sanok 1855, s. 12; Ł. Kurdybacha, *op. cit.*, p. 138.

Veikale labiausiai juntama Ruso kūrybos įtaka – be kita ko, iš „Naujosios Eloizos (1761[71]) ir „Emilio“ (1762[72])[73]. Civilizacija pristatoma kaip pagrindinė vystymosi netobulumų ir ligų priežastis[74]. Sniadeckio teigiamas pavyzdys europiečiams yra necivilizuoti gyventojai į pietus nuo Sacharos Afrikoje ir senovės graikai bei romėnai (pastarieji dar prieš „sugedimo“ stadiją[75]). Dėl to Sniadeckiui valstiečiai sveikesni nei miestiečiai. Lygiai taip pat ir fiziškai aktyvūs vargšai sveikesni nei kartų kartos supuvusių aukštesnių klasių atstovų[76]. Matydamas gamtą kaip pavyzdį, Vilniaus profesorius skatina motinas pačias maitinti kūdikius, o ne duoti tai atlikti auklėms[77]. Pridėkime tai, kad įprotis įdarbinti žindyves buvo paplitęs tarp tuometinių aukštesnių klasių. Remdamasis analogija iš gyvūnų pasaulio, Sniadeckis taip pat teigia, kad geriausias maistas kūdikiui yra motinos pienas[78].

Sekdamas Ž. Ž. Ruso pavyzdžiu, jis išskiria vaikystę kaip atskirą žmogaus gyvenimo periodą, tuo jis tapo ir platesnės tuo metu prasidėjusių kultūrinių pokyčių srovės dalimi[79]. Remdamasis analogija su gamta Sniadeckis taip pat pabrėžia kūno grūdinimo svarbą. Suvokdamas, kad negali turėti tiesioginio poveikio vaikui gimdoje, jis pateikia daugybę rekomendacijų nėščiosioms[80]. Jo nuomone, fizinis lavinimas turėtų prasidėti beveik iškart po gimimo. Šis procesas neturėtų pasibaigti iki 25 metų amžiaus[81]. Jis mano, kad fizinio tobulėjimo kelias turėtų būti individualizuotas[82]. Todėl prastos fi-

[71] Por. J. J. Rousseau, *Nowa Heloiza*, tłum. E. Rzadkowska, Wrocław 2018.
[72] Por. J. J. Rousseau, *Emil, czyli o wychowaniu*, tłum. W. Husarski, t. 1, Wrocław 1955, t. 1–2.
[73] A. Wrzosek, *op. cit.*, t. 2, p. 248, 269–272.
[74] J. Śniadecki, *Fizyczne...*, p. 17–18.
[75] A. Wrzosek, *op. cit.*, t. 2, p. 245.
[76] J. Śniadecki, *Fizyczne...*, p. 20, 49.
[77] Ibidem, s. 38.
[78] J. Śniadecki, *Fizyczne...*, p. 41.
[79] Por. Ph. Ariès, *Historia dzieciństwa. Dziecko i rodzina w czasach ancien régime'u*, tłum. M. Ochab, Warszawa 2010; M. Nowicka, *Odkrywanie dzieciństwa przez Rousseau i Korczaka*, „Studia Pedagogiczne“ 2015, t. LXVIII, p. 208–217.
[80] J. Śniadecki, *Fizyczne...*, p. 26–30.
[81] A. Wrzosek, *op. cit.*, t. 2, p. 248, 269–272.
[82] B. Hutnik, S. Podobiński, *Idee, słowa, czyny. O Jędrzeja Śniadeckiego poglądach na temat kształtowania ludzkiego fizys*, „Prace Naukowe. Pedagogika“ 1999–2000–2001, 8–9–10, p. 82.

zinės būklės vaikui reikia ir specialių auklėjimo priemonių. Jos gali padėti beveik bet kuriam silpnam vaikui išaugti į sveiką ir naudingą individą [83].

Sniadeckis nenurodo sistemingos fizinių pratimų programos, o tai leidžia daryti išvadą, kad jis nežinojo vokiečių švietėjo Johano Kristofo Frydricho GutsMutso (1759–1839) darbo ir mankštos rinkinio, kurį jis rekomendavo taikyti lauke. Tačiau tai pateisinama tuo, kad Vilniaus profesoriaus traktate dominuoja medicininis, o ne pedagoginis požiūris[84]. Auklėjimas turėtų būti tėvų, o ne užsienio pedagogų, įdarbintų šiuo tikslu, uždavinys. Kaip ir šveicarų filosofas (turimas omenyje Ž. Ž. Ruso), Sniadeckis yra kūdikių vystymo priešininkas. Anot Ruso, per ankstyvas mokymasis neigiamai veikia vaiko protą. Jis taip pat postuluoja ugdyti pedagogo autoritetą atsisakant įsakymų ir draudimų. Kaip ir Ruso, jis yra fizinių bausmių priešininkas ir profesinio mokymo šalininkas. Sniadeckio nuomone, gamta daro teigiamą poveikį žmogaus organizmui, todėl jis teikia pirmenybę sveikam gyvenimo būdui – prevencijai, o ne medicinai. Laikydamasis Apšvietos racionalizmo, jis kritiškai vertina liaudies mediciną teigdamas, kad jos vartojimas yra žalingesnis nei paciento palikimas be gydytojo pagalbos, kol jis pats gydosi[85]. Taigi akivaizdu, kad Sniadeckį įkvėpė šveicarų filosofas. Tačiau jis jo nekopijavo be apmąstymų. Ruso nuomone, auklėjimas yra naudingas tik mokiniui – Emiliui. Tačiau Sniadeckiui asmens ugdymas naudingas ir visuomenei. Jis taip pat nesutinka su Ruso nuomone, kad vaikai neturėtų pradėti mokyklos iki dvylikos metų, nurodydamas aštuntus metus kaip tinkamą laiką tai padaryti[86].

Minėta švietimo socialinio naudingumo idėja buvo paimta iš Johano Peterio Franko pažiūrų. Savo pagrindimui Sniadeckis nurodo ir senovės autorius – Platoną ir Plutarchą. Traktate „Apie vaikų fizinį lavinimą“ taip pat yra informacijos apie tinkamą lyti-

[83] J. Śniadecki, *Fizyczne...*, s. 14–15; Ł. Kurdybacha, *op. cit.*, p. 139.
[84] Ł. Kurdybacha, *op. cit.*, p. 139, 141.
[85] J. Śniadecki, *Fizyczne...*, p. 59; A. Wrzosek, *op. cit.*, t. 2, p. 248–250, 255, 269–273.
[86] A. Wrzosek, *op. cit.*, t. 2, p. 261, 273.

nį švietimą. Kūno poreikių, įskaitant seksualinę aistrą, apleidimas lemia prastesnį raumenų ir nervų sistemos vystymąsi. Mintį skirti paaugliams medicininę seksualinio gyvenimo kontrolę neabejotinai paskatino Franko pažiūros. Sunkios berniukų auginimo sąlygos ir nuolatinė jų veikla skirta atitraukti juos nuo mąstymo apie seksą. Tam reikalingas ir atskiras mergaičių ir berniukų auklėjimas paauglystėje[87]. Šis atskyrimas taip pat pateisinamas diferencijuoto švietimo poreikiu, atsižvelgiant į skirtingus vyrų ir moterų socialinius vaidmenis[88].

Menstruacijų atsiradimas mergaitėms neparodo brandos, todėl jos vis tiek turi būti toliau lavinamos. Prasidėjusį brendimą Sniadeckis sieja su poreikiu didinti moralinio lavinimo dalį. Santuokas turėtų sudaryti subrendę žmonės. Per ankstyva ar per vėlyva santuoka, lytiniai santykiai ir nėštumas yra pavojingi, ypač moterims. Neigiamą požiūrį į fizines bausmes lėmė ir tai, kad, Sniadeckio nuomone, jos gali sukelti seksualinius sutrikimus. Sniadeckis meilės jausmą supranta kaip kenksmingą. Norint jo išvengti, profesorius rekomenduoja sublimaciją, kurią sudaro meilės pakeitimas draugyste, pamaldumu, mokslu ir menu. Meilė neturėtų būti priežastis susituokti. Partnerių atrankos kriterijus turėtų būti grindžiamas partnerių fizine ir psichine sveikata. Pagrindinis jos tikslas yra būsimų vaikų sveikata. Nepaisant griežtai vedybinio santuokos instituto suvokimo, Sniadeckis kritikuoja jos sudarymą dėl materialių ar socialinių priežasčių[89]. Pagrindinė to priežastis yra dažna praktika apvesdinti jaunas moteris su vyresniais, turtingais, bet fiziškai silpnais vyrais[90]. Tačiau čia reikia pažymėti, kad santuokos srityje Sniadeckis yra toli nuo valstybinės santuokos priežiūros idėjos, kilusios iš Platono, laikydamas ją nežmoniška ir sukuriančia galimybes piktnaudžiauti. Švietimą jis laiko vienintele priimtina

[87] A. Strojnowski, *Jędrzej Śniadecki – pionier seksuologii naukowej w Polsce*, „Kwartalnik Historii Nauki i Techniki" 1968, 13/4, p. 781.
[88] J. Śniadecki, *Fizyczne...*, p. 91–94.
[89] A. Strojnowski, *Jędrzej...*, p. 780–781, 796.
[90] J. Śniadecki, *Fizyczne...*, p. 18–19.

galios priemone[91]. Todėl jo negalima laikyti vėlesnio Frencio Galtono (1822–1911) eugenikos pirmtaku[92].

Savo švietimo postulatuose Sniadeckis kartais prieštarauja šiuolaikinėms kultūros normoms. Jis mano, kad nuo aštuonerių metų berniukai, nepaisant jų kilmės, turėtų išmokti įvairių amatų, tokių kaip dailidės, tekintojo, račiaus ir šaltkalvio, o gyvendami kaime, turėtų užsiimti žemės ūkio darbais. Be naudos sveikatai, tuo metu įgyti įgūdžiai turėjo būti naudingi ir suaugus. Esant tokiai situacijai, kai dauguma Lenkijos ir Lietuvos bajorų fizinį darbą laikė gėdingu, Sniadeckio pažiūros atrodo labai progresyvios[93]. Jo šiuolaikinį požiūrį liudija ir tai, kad jis rašo apie berniukų ir mergaičių auklėjimą[94].

Traktatas „Apie vaikų fizinį lavinimą“ buvo sukurtas Apšvietos dvasia. Jo turiniui ypač didelę įtaką padarė Ruso ir Franko mintys. Tai bandymas derinti medicinos žinias su pedagogika. Tai yra pirmasis toks darbas, parašytas lenkų kalba. Vaikystė apžvelgiama kaip atskiras žmogaus gyvenimo etapas, kas atitinka modernios Europos kultūros ir mokslo dvasią. Traktate pateiktos rekomendacijos atitinka Sniadeckio natūralistines ir medicinines pažiūras, pateiktas, be kita ko, „Organinių būtybių teorijoje“[95]. Rašydamas savo darbą Sniadeckis didžiąja dalimi rėmėsi informacija, gauta studijuojant gimtajame krašte ir užsienyje[96]. Utilitaristinė švietimo reikšmė joje turėtų būti derinama su VEK tradicijomis ir sudėtinga to meto lenkų ir lietuvių politine, ekonomine ir kultūrine padėtimi[97]. Taigi analizuotas darbas yra Sniadeckio laikų intelektualinių srovių ir jo išgyvenimų sumos sublimatas.

[91] Ibidem, p. 22.
[92] E. Black, *Wojna przeciw słabym. Eugenika i amerykańska kampania na rzecz stworzenia rasy panów*, tłum. H. Jankowska, Warszawa 2004, p. 49–52; M. Zaremba Bielawski, *Higieniści. Z dziejów eugeniki*, tłum. W. Chudoba, Wołowiec 2011, p. 52–55.
[93] Ł. Kurdybacha, *op. cit.*, p. 142.
[94] S. Wołoszyn, *op. cit.*, p. 354; Ibidem, p. 141.
[95] S. Wołoszyn, *op. cit.*, p. 352.
[96] Ł. Kurdybacha, *op. cit.*, p. 138.
[97] S. Wołoszyn, *op. cit.*, p. 352.



AND. SNIADECKI.

ANDRIUS SNIADECKIS

Apie vaikų fizinį lavinimą

Kreipimasis į skaitytoją

1805 m. prisitaikydamas prie ką tik pradėto leisti Vilniaus dienraščio „Vilniaus dienraštis“[98] tarp kitų medicinos žinių, kurias tuo metu stengiausi kartu su savo tautiečiais aptarti ir paskleisti, pateikiau kai kurias pastabas apie fizinį vaikų lavinimą. Vėliau skaitydamas tą rašinį radau jame įvairių trūkumų, kurių kiekvienas paskubomis leidžiamas periodinio leidinio straipsnis visada turi. Todėl nusprendžiau laisvu metu išgryninti, suvienodinti ir papildyti šį darbą. Tiesa, reikia pasakyti, kad nenorėjau visai jo pakeisti, neplanavau jo skirti mokslininkams nei reikliems išminčiams. Tačiau norėjau įteikti jį geriems tėvams ir protingoms motinoms ir net, viliuosi, jų neįžeisti, mūsų jaunuolių mokytojoms, kurias paprastai guvernantėmis vadiname. Manau, kad jau seniai mūsų jaunuolių lavinimas, tiek namuose, tiek ir visuomenėje, nėra visavertis tuo požiūriu, kad siekdami lavinti tik protą ir apkraudami jų jaunas galvas mokslu, kuris tolimesniame gyvenime jiems bus mažai naudingas, apleidžiame kūno jėgas ir sveikatą. Dėl to didžiąja dalimi ir turime tokius žmones, kokius išugdome: kūnas silpnas ir nesveikas, o mokslas netiksliai arba paviršutiniškai išmoktas. Tačiau daugiau šios pastabos netęsiu, nes ją paaiškins pats mano darbas.

Parašiau Vilniuje, 1822 m. spalio 26 d. [Andrius Sniadeckis]

[98] Vilniaus dienraštis (lenk. – *Dziennik Wileński*) – kultūros ir literatūros žurnalas, ėjęs 1805–1806 m., 1815–1830 m. Vilniuje lenkų kalba. Leidinys apėmė gana platų lituanistikos spektrą. Buvo rašoma istorijos, mitologijos, gamtos, medicinos, žemės ūkio, pedagogikos, literatūros, meno, kultūros ir kitomis temomis. Leidinyje buvo pateikiamos įvairaus pobūdžio rekomendacijos, kultūros renginių, naujų knygų apžvalgos Vilniaus gyventojams. Žurnale spausdinti Vilniaus universiteto mokslininkų, visuomenės ir kultūros veikėjų darbai. Iš pradžių žurnalą leido Vilniaus universitetas, vėliau spaustuvininkų draugija, Antonijus Marcinovskis. 1805–1825 m. žurnalas spausdintas garsiojoje Juozapo Zavadskio spaustuvėje Vilniuje. Vienas iš nuolatinių laikraščio redaktorių buvo Andrius Sniadeckis.

Įžanginis žodis

Sunku būtų rasti tokią žmonijos žinių sritį, kuri būtų sulaukusi tiek daug mokslininkų dėmesio, būtų tiek daug svarstoma, kuri taip smarkiai jaudintų ir būtų taip plačiai aprašyta. Sunku rasti kitą sritį, kuri būtų toks puikus protinis užsiėmimas, kaip vaikų auklėjimas. Dėl to atrodo, kad čia jau nieko naujo nebegalima pasakyti ir nesinorėtų tęsti panašių tyrimų. Lyg tai būtų tuščias ir nenaudingas darbas. Be to, ne vienas gali palaikyti varžybas su pirmaisiais šios srities žinovais beatodairiškumu. Tačiau, kas gali teigti, jog nors viena smulkiausia žmonijos žinių dalis galėtų būti taip atidžiai ištirta, kad jau nieko naujo nebebūtų galima daugiau pridėti ar supaprastinti. Taigi toks šlovingas įsipareigojimas išlieka. Juo labiau, kad ir mokslininkai kartais padaro paprastų žmogiškų klaidų – tampa šališki, prisiriša prie kokios nors pamėgtos teorijos ar prie pasenusių prietarų, nekreipia dėmesio nei į tikrą patirtį, nei į gamtos dėsnius.

Be to, filosofai, užsiimdami vien tik morale, formavo žmogaus protą, bet ne kūną. Vieni stengėsi pasirodyti svarbiais žinovais, kiti – valstybių valdovais arba puikiais valdininkais, dar kiti rašė pagal valdžios poreikius arba vaidino puikius šeimos vadovus – tėvus, vyrus ar pavyzdingus sūnus. Aš noriu kalbėti tik apie sveiko žmogaus lavinimą, neatsižvelgiant į jo padėtį ir svarbą visuomenėje. Todėl su filosofiško išsilavinimo rašytojais mažai ką bendro turėsiu.

Atsižvelgdami į įvairias žmonių padėtis ir klases, įvertindami jų galimybes rūpintis vaikais bei apsistodami ties savimi ir asmenimis, su kuriais gyvename, ties ydomis, kurias mes iš pirminio išsilavinimo gavome, ir ties šaltiniu tų ydų – trūkumais arba nedorybėmis – reikia pripažinti, kad nepaisant to, jog parašyta tiek daug mokslo darbų šia tema ir taip išlavinto mokslo, mes arba iki šiol nežinome to, ką turime žinoti, arba dėl kokių nors nuo žmogaus nepriklausančių, fatališkų aplinkybių nemokame arba nenorime tomis žiniomis naudotis. Taigi, arčiau prie reikalo. Jei norime, kad

žmogus būtų tobulas, reikia, kad jis galėtų būti tuo viskuo, kuo tik įmanoma, būti sau ir kitam naudingas. Dėl to reikia mokėti išryškinti, išlavinti ir ištobulinti visas tas galias, kurias jam davė gamta. Tai yra neišmatuojamas uždavinys, kuris dėl šiandienio neišbaigto švietimo ir netobulos visuomenės, nepanašu, jog bus įgyvendintas. Tačiau ar dėl dabartinės tvarkos, niekada nesulaukę tinkamos epochos, atsisakysime visuotinio mokslo apie lavinimą ir atsitrauksime nuo tokio uždavinio? Neiti tiesos keliu, vadinasi, mokytis klaidų. Lavinti žmogų, neatsižvelgiant į gamtos dėsnius, vadinasi, jam kenkti ir kurti monstrą.

Kita vertus, siekti tobulumo yra ne tik pagirtinas, bet ir žmogui derantis uždavinys. Nepradėjęs niekada ir neužbaigsi, neatradęs tiesos jos niekada ir neištirsi. Todėl pradėkime. Tik iš pat pradžių iškart apsibrėžkime, kad lavinimo menas dar yra toli nuo tobulumo ir nuo tikro mokslo. Vis dar nėra aiškių ir paprastų taisyklių, kurias jis turėtų turėti. Deja, toks yra didesnės mūsų žinių ir meno dalies likimas.

Panašu, kad vaikų lavinimo mene daugelio klaidų ir netikslumų pradžia buvo tai, jog čia visi norėjo pasirodyti žinovais. Tie, kuriems kaip nors pavykdavo išugdyti vaikus, priskirdavo tai savo žinioms, kurias jie dar ir demonstruodavo kitiems. Kiti, kurie šią sunkią pareigą laikė privaloma, taip pat nenorėdavo pasirodyti nemokyti. Čia ir prasidėjo lenktynės, ir klaidos, paremtos klaidingais įsitikinimais, arba kova su jais. Iš čia ir tiek nuomonių, išankstinių įsitikinimų, keliaujančių iš kartos į kartą. Tokiu būdu kiekviena šalis, kiekviena visuomenė, šeima, kiekvieni namai tarsi turi savo lavinimą. Kuris iš jų geriausias? Sunku į šį klausimą atsakyti taip, kad visus įtikintum ir nieko neįžeistum. Mokslininkai turi savo nuomonę, kurią moka ginti, o tėvai geriausiu laiko tokį lavinimą, kokį gavo patys. Mokytojai, norintys pasirodyti ekspertais, kuria naujas ir negirdėtas idėjas, naujas taisykles, dažniausiai ydingas, su kuriomis jokiu būdu nenori atsisveikinti. Tačiau yra viena tiesa – kaip ir visur kitur, taip ir ugdyme turėtų būti tikslūs ir nekintantys

dėsniai. Tų dėsnių reikėtų ieškoti prote ir patyrime, kitaip niekaip nesuvaldytos žinios nebus nei baigtinės, nei suvoktos.

Lavinimu vadinu visas pastangas, sutelktas aplink vaiką tam, kad jomis galėtum tobulai išugdyti žmogų. Tiesą sakant, tobulumas nėra žmogiškas dalykas. Tai yra tikslas, kurio visi siekiame, tačiau niekada nepasiekiame. Visgi yra laimingųjų, kurie prie jo bent jau prisiartina. Visi mokslai sutinka, kad tik gamta yra tobula ir todėl žmogus, kaip gamtos kūrinys, turėjo gimti iš jos įsčių arba Kūrėjo rankų kaip pats gražiausias. Toks jis ir turėtų būti, kol gyvena ir vadovaujasi Kūrėjo tiesomis. Deja, visuomenėje, sukurtoje remiantis žmonių pastangomis, žmogus jau seniai nustojo toks būti. Žmonės šiuolaikinėje visuomenėje iš tikro dirbtini, taip pakeisti ir apsigimę, kad vargu ar išlaikė organišką pirminį žmogaus pavidalą. Tuo požiūriu palyginus su pirmaisiais žmonėmis esame tarsi gėlės, augintos soduose, vazonuose ar šiltnamiuose, šalia tų, kurios auga gamtoje. Botanikai jas vadina dekoratyvinėmis pabaisomis, o mes gi esame nupoliruoti žmonės. Kalbant apie lavinimą visuomenėje kyla pirmiausias klausimas, ar žmogų turime lavinti sau pačiam, ar visuomenei, kurioje jis gyvens? Atrodo, kad tos dvi lavinimo rūšys viena nuo kitos labai skiriasi.

Aš manau, kad gamta, kurdama žmogų, negalvojo apie jo gyvenimą visuomenėje, bet galvojo apie jį patį, sukūrė jį sau pačiam ir jo paties laimei. Tačiau kai tik jis pateko į visuomenės ryšius ir pasidavė visuomenės tiesoms, laisvu pasirinkimu ar spiriamas reikiamybės, neišvengiamumo, tuo pat metu jis atsisakė ir savo pirminio tobulumo, prarado dalelę savo laimės, kurią Aukščiausiasis, visa ko Kūrėjas jam buvo skyręs. Ne mano užduotis išsiaiškinti, ar žmogus iš to kažką gavo ir kiek jis gavo, bet negaliu nutylėti, jog prarado jis daug sveikatos ir jėgų. Tuo lengvai galime įsitikinti. Jeigu galvotume tik apie sveikatą, tai tobuliausias būtų tas žmogus, kuris labiausiai priartėtų prie pavyzdinio ir pirminio Kūrėjo kūrinio. Taigi, ir lavinimas geriausias būtų tas, kuris arčiausiai priartėtų prie to idealo. Žmogus savyje ir sau yra tobulas, nes yra gražus,

stiprus ir sveikas. Tuo požiūriu visas lavinimas laikytinas fiziniu. Tačiau visuomenei to nepakanka, nes visuomenė tobulumą vertina dvejopai – ir kaip fizinį, ir kaip moralinį. Pirmasis apima žmogaus kūną, antrasis – jo gebėjimus ir įgūdžius. Lavinti žmogų taip, kad visos jo dalys būtų gražios ir stiprios, visos juslės ištobulintos, visos kūno galios pilnos, vadinasi, lavinti jį fiziškai. Lavinti jo protą ir širdį neatsižvelgiant į kūno poreikius (taip populiariai sakome), vadinasi, lavinti jį tik morališkai. Tačiau žvelgiant iš esmės žmogus nėra nei vien kūnas, nei tik dvasia. Juk niekas negyvena dykumoje, negyvena tik sau, todėl lavinimas taip pat turėtų apimti ir viena, ir kita. Taigi, tik pasitelkiant abu požiūrius tobulu galima vadinti tą, kuris turi stiprų ir gražų kūną, tyrą širdį ir nenugalėtą sielą, tą, kuris turi tinkamus gebėjimus toje visuomenėje, kurioje gyvena. Tačiau toks aukštas tobulumo lygis yra tik įsivaizduojamas. Jo pasiekti net ir nereikia, jį pasiekti per sunku.

Be to, žmogus nėra visada iš vienos ir tos pačios formos išlieta skulptūra. Tai būtybė, kuri turi neribotą skaičių atmainų. Gamta mėgsta įvairovę, tai įvairovei suteikia savo galią, protą ir didybę, o žmonių giminei, dengiančiai visą žemės paviršių – be galo daug atmainų, įvairovės, formų ir transformacijų. Turime ne vieną, bet daug pavyzdžių, kurių net visų apimti negalime. Nes, tiesą sakant, kiekvienas žmogus gali būti tobulas pats sau ir savo būdu ir gali būti tobulas sau arba visuomenei, kurioje gimsta. Visuomenės nuomone, tobuliausias būtų tas žmogus, kuris jai būtų labiausiai naudingas. Dėl to kiekviena bendruomenė turi ugdyti žmones pagal savo poreikius ir tikslus, kurių siekia. Todėl jaunuolių lavinimą ji turi aprašyti įstatymais. Senovės tautos ir protingi jų įstatymų kūrėjai tam skyrė daugiausiai dėmesio, o pats lavinimas užėmė didžiausią jų įstatymų dalį. Štai todėl tik senovėje matome tikras tautas ir tautybes. Šiandien turime daug valstybių, bet mažai tautų.

Ir visgi, lavinime turime akcentuoti tai, jog žmogus nesukuriamas pagal kažkokį iš anksto sugalvotą planą, pagal žmogiško požiūrio išbaigtumą, bet žmogumi gimstama. Mokytojas, kuris turi

užsiimti jo lavinimu, turi lavinti žmogų tokį, kokį jį gauna iš gamtos. Jis turi iš pradžių pažinti tą žaliavą, tuos pirminius žmogaus matmenis, su kuo ir turi atsirasti jo darbo turinys – taip, kaip ūkininkas turi žinoti žemę, kurią kultivuos; taip, kaip skulptorius tiria uolą, kurią formuos.

Ką tik gimęs žmogus dar neturi jokių proto galių, bet turi jų potencialą. Kūdikio fizinės galios dar labai silpnos ir ribotos, tačiau jis jas turi. Jis juda ir jaučia, turi sąmonę, priima išorės ženklus, gali valgyti ir gerti. Taigi, atlieka jau daug fizinių veiksmų, į kuriuos reikėtų atkreipti dėmesį. Remdamiesi patirtimi, fizinio arba kūniško lavinimo nuo protinio arba moralinio atskirti negalime. Tačiau mokslo ir aiškinimo tikslais abi dalis galime įsivaizduoti atskirai. Žmogus lavindamasis ir augdamas tarp žmonių neišvengiamai lavinasi kartu ir fiziškai, ir morališkai. Visgi jo moralinis lavinimas yra filosofų, mokančių vystyti, pažinti ir išskirti visas širdies ir proto galias, reikalas. Aš į tokį sudėtingą ir neįsigilintą mokslą nedrįstu leistis. Apsistosiu tik ties kitu klausimu ir bandysiu išsiaiškinti, kaip reikėtų vaiką ugdyti, kad kuo geriau išugdytume jo kūną – išgautume, plėtotume, lavintume ir tobulintume jo jėgas ir kūno galias, sustiprintume ir užtikrintume sveikatą. Tokį lavinimą tiksliau būtų vadinti „gydytojišku“, nes tai susiję tik su sveikatos palaikymu ir garantija, kas ir yra dalis šio meno / mokslo. Tačiau pasakymas „gydytojiškas lavinimas“ ne tik kad nėra naudojamas, bet ir gali ne vieną atstumti arba suerzinti. Atstumti todėl, kad plačiai paplitusi nuomonė, jog gydytojas nieko nedaro be vaistų. Suerzinti, nes ne vienas tokį lavinimą palaikytų įkyriu dėmesiu, taigi lepinimu. O štai mano ketinimai nebus nei neprotingi, nei juokingi.

Lavinti vaiką fiziniu arba medicininiu atžvilgiu, vadinasi, taip juo rūpintis, kad ne tik jo gyvenimą ir sveikatą apsaugotum nuo visokios žalos, bet ir taip juo pasirūpintum ir sustiprintum, kad tuo užtikrintum gerovę ir laimę visam gyvenimui. Drąsiai sakau žmogaus laimę, nes tas, kuris gerai žino apverktinus santykius tos scenos, kurią visuomeniniu gyvenimu vadiname, su manimi sutiks,

kad visa laimė yra tik tvirta sveikata. Tokia sveikata, kurios sunki kančios našta, negalavimai ir rūpesčiai negali lengvai sunaikinti, kuri galėtų iki galo atlaikyti visą gausybę įvairių aistrų. Garsus Ženevos[99] filosofas Žanas Žakas Ruso pasakė, kad geriausiai išlavintas yra tas, kuris geriausiai moka ištverti sėkmingą ir priešišką likimą [pranc. – *Celui d'entre nous, qui saint le mieux supporter les biens et les maux de cette vie, est à mon grè le mieux èlevè. Émile Liv 1*]. O tai, mano nuomone, įrodyti gali tik tas, kas turi stiprią sveikatą. Gali būti, kad tie, kurie lavina žmogų morališkai, užtikrina jo garantuotą laimę, tačiau tie, kurie lavina žmogų fiziškai, kurie stengiasi dėl jo jėgų ir sveikatos, padeda tvirčiausią jo laimės pamatą, ir, jeigu laimė kur nors žemėje yra, užtikrina naudojimąsi ja. Aš remsiuosi moraliniu lavinimu, visokiais visuomeniniais požiūriais ir vaizdiniais, kuriais remiantis žmonės auga patys ir augina kitus. Tačiau, mano manymu, visi visuomeniniai ar tautiniai lavinimai bus verti tiek dėmesio, kiek man pasitarnaus atskleisti jų įtaką [vaikų] fizinei jėgai ir sveikatai. Todėl istorija mums daugelį sykių bus patarėja, nes ji parodo mums, kaip reikia teisingai mokyti žmogų būti tvirtam ir sveikam, ne ant popieriaus ar teoriškai, bet gamtoje ir patirtyje. Iš tiesų, ne pagal pavienius buitinius atvejus, kaip lavina tūkstančiai, kurie nieko tikro išmokyti negali, bet pagal lavinimą ištisų kartų per daugybę amžių galime orientuotis. Tik taip galima išgauti edukacines taisykles – ne iš sugalvojimų, bet iš didelės ir neabejotinos patirties, nutikusios didžiajame Pasaulio teatre, įskaitant visas tautas. Dėl to senųjų tautų istorija bus mums geriausia mokykla. Iš jos todėl didžiąja dalimi semsime tiesas ir modelius, visgi mano pastabos neliečia visuomeninio auklėjimo nei jo klausimu išleistų įstatymų, bet tiktai pavienio asmens ugdymą, kuris padėtų sustiprinti jo fizines jėgas, išsaugoti sveikatą ir prailginti gyvenimą.

Kaip kiekvienas veltėdis, nevykėlis, ištižėlis yra našta ir sau, ir visuomenei, kurioje gyvena, taip ir kiekvienas gerai fiziškai išlavintas žmogus visada yra geradarystė šaliai ir visuomenei. Jeigu kada ir

[99] Ženevos filosofas – turimas omenyje Ž. Ž. Ruso (Jean-Jacques Rousseau, 1712–1778).

buvo poreikis atkreipti į tai dėmesį, tai dabar, kai išplito tiek daug ir tokių klaidingų nuomonių ir prietarų lavinimo klausimais; kai tiek padaugėjo gydytojų: vyrų ir moterų, tauškalų ir nesąmonių, kurie su savo mokytojo teisuoliškumu prisideda prie to, kad klaidinamos šeimos ir ištisos kartos. Šiandien, kai turtingi tėvai savo svarbiausias ir švenčiausias ugdymo pareigas perleidžia samdytiems mokytojams, dažniausiai atsitemptiems iš užsienio, kurių nežinojimas, o kartais ir blogis savo artimui užkrečia šalį fiziniu požiūriu nepilnaverčiais asmenimis ir užsieniečiais. Dabar, kai ne tik pavieniai asmenys, bet ir ištisos bendruomenės lavinimo meną laiko dvikovomis ir sau tai priskiria. Protingi ir nešališki tėvai skaitys ir priims mano pastabas su dėkingumu, nes kalbant su žmonėmis, neapkvailintais netikrų mokslų, kalbant sąžiningai, iš širdies ir paprastai lengvai juos įtikinsiu. Juolab kad žmonės, protingi ir neužsikrėtę madingais prietarais, labiausiai myli savo vaikus ir visada iš tikro jiems linki gėrio. Tokiems tėvams nereikia priminti, kad geras lavinimas yra pats pirmiausias ir brangiausias palikimas, kuriuo jie gali savo vaikus apdovanoti. Nes kitos šeimos dovanos yra labai negarantuotos, jos gali tapti likimo žaislu, o geras lavinimas yra turtas, kurį gali prarasti nebent tik su gyvenimu. Esu tvirtai įsitikinęs, kad nuo sveikatos stiprinimo pats tikriausias žmogaus gėris priklauso. Taigi, laikau tai aukščiausiu lavinimo tikslu. Tuo požiūriu visus kitus dalykus galima paaukoti. Nes vertinant individualiai nesugadintame žmoguje negali būti nelaimės, bet tik jo luošume ar silpnume. Todėl ankstyvos pastangos dėl vaikų sveikatos reikalauja dar daugiau atidumo, nes tas amžius net ir be patirties, net ir tik vos prasidedant ydoms, yra labai dosnus. Nes tik tada suprantame sveikatos vertę, kai ją jau būname praradę, ir tada lengvai puolame į priešingą klaidą beprasmiškai užsidegdami ją susigrąžinti, prie ko jei dar pridėsime proto silpnumą, visą likusį gyvenimą liekame gydytojų arba apgavikų belaisviais.

Nežinau, ar galime laikyti laime tai, kad gyvename amžiuje, kai užsiimama tik proto lavinimu, be mažiausio dėmesio fiziniam

lavinimui, be dėmesio žmogaus jėgoms ir sveikatai. Dėl to šiandien, ypač aukštesnėse visuomenės klasėse, turime nedaug žmonių, nes tai, su kuo ten susiduriame, yra dažniausiai matuojama protu arba protingųjų. Atrodo, lyg tikro gyvenimo jie nevertina ir susikūrė sau dar čia, žemėje, kažkokį dvasinio gyvenimo modelį, todėl nei vieno pasiekiame, nei kitu naudojamės. Trokšdami susikurti rojų protui, atkasame negalios, sielvarto, tūkstančių kūniškų kentėjimų šaltinį ir kuriame sau žemėje tikrą skaistyklą, jei ne pragarą. Todėl ne kartą stengiausi parodyti, šiuolaikiniais raštais įtikinti kiekvieną, kad atleidžiant vadeles protinėms galioms, tik jomis rūpinantis ir jas glostant (joms pataikaujant), lėtai silpniname ir naikiname kūniškas galias ir tuo pačiu nustumiame savo fizinį gyvenimą į ašarų pakalnę.

Fizinis lavinimas, sukurtas žmogaus laimei, turi būti toks, kad juo kiekvienas galėtų naudotis. Toks jis yra iš tikrųjų, kas įrodo, kad tik tokio iš mūsų reikalauja gamta. O lavinimas moralinis, tautinis ar mokslinis yra žmogiškas darbas, yra visuomenės arba šeimos interesas. Tačiau fizinis lavinimas yra toks [sudėtingas], kad jam sunku rasti taisykles visoms smulkioms detalėms ir pavieniams atvejams. Ženevos filosofas Žanas Žakas Ruso išsirinko Emilį[100], gerai išlavintą ir stiprų lyg silpni, trapūs arba neįgalūs vaikai nebūtų verti lavinimo ir žmogiškų pastangų. Mes negalime eiti jo pavyzdžiu. Iš tiesų kas nors galėtų suprasti, kad tas gilus išminčius, stovintis Likurgo[101] vietoje ir siekiantis sukurti naują riterišką Respubliką, kaip nepermaldaujamas įstatymų kūrėjas, visus silpnuosius nori išnaikinti, kai tuo tarpu teigia, kad tik nori lavinti žmogų. Ar silpni ir trapūs negali būti žmonėmis? Ar dėl žmogaus lavinimo reikia pačiam nustoti būti žmogumi? Sergančius ir ligotus turėtų pasiimti

[100] Ž. Ž. Ruso (Jean-Jacques Rousseau, 1712–1778) ir jo kūrinys „Emilis, arba apie auklėjimą“ (Émile ou de l'éducation, 1762).

[101] Likurgas-Lycurgus (/laɪˈkɜːrgəs/; Greek: Λυκοῦργος, Lykoûrgos, Ancient Greek: [lykôrgos]; fl. c. 820 BC) legendinis Spartos valdovas, įstatymų kūrėjas, savo reformomis įtvirtinęs kariškai orientuotą tvarką, spartietišką gyvenimo būdą ir vertybes, tokias kaip lygybė, fizinis tvirtumas, asketizmas. Nors apie jį rašo tokie senovės istorikai ir mąstytojai kaip Herodotas, Ksenofonas, Platonas, Plutarchas ir kiti, iki šiol nežinome, ar Likurgas buvo realus asmuo, tačiau jam priskiriamos reformos, manoma, pakeitusios Spartos visuomenę.

gydytojas, kuris neturėtų liesti Emilio, nebent tik mirties valandą, tikriausiai su kunigu, pasirūpinsiančiu jo amžinybės keliu. Taigi, imkime į savo globą tuos kūdikius, kuriuos nepalenkiamas išminčius per savo nepamatuotas pastangas atmetė. Kai kas nemato, kad taip elgdamasis atvėrė neapibrėžtą erdvę vis naujoms nuostatoms, taisyklėms ir išimtims, nes nesuskaitomi gali būti silpnumai (ydos), kuriuos kūdikiai su savimi į pasaulį atsineša ar dėl tėvų kaltės, ar dėl pačios gamtos nukrypimų. Bet kad tokiu sumanymu pernelyg neužsidegčiau ir rašinį padoriai apibrėžčiau, tuo ir apsiribosiu.

Tačiau pirmiausia – jei pati liga reikalauja gydymo ir gydytojo pastangų ir tuo pačiu nepriklauso prie lavinimo ir nėra jam taikoma. O ligota konstitucija, taip pat organinės ydos, kurių neišeina išgydyti ir kurios turi likti visam gyvenimui, reikalauja lavinant ypatingo dėmesio, atskirų nuostatų, kad sutrikusios raidos žmonės galėtų gyventi savo būklei kiek įmanoma labiau normalų gyvenimą ir tiek gyvenimu galėtų naudotis, kiek tai dera su jų likimu. Gerai ir tvirtai sudėtieji reikalauja daug mažiau dėmesio (apsieisiu be pavyzdžių), tačiau tie, kurie ateina į pasaulį sutrikusios raidos ir turi būti visuomenės nariais, reikalauja mūsų palaikymo ir pagalbos. Tie nauji nariai tiesia savo rankas į visuomenę ir pagalbos prašo, o mes ją turime taip teikti, kad suspėtume gautą pagalbą atiduoti ir paskolinti. Tokia tarpusavyje susijusi visuomenė, kokia ji yra šiandien, turi tūkstančius būdų žmogui užimti, įdarbinti ir teisingai panaudoti. Nėra tokio ištižėlio, kurio nebūtų galima nieko išmokyti, o išmokius panaudoti. Tačiau toks lavinimas reikalauja daug dėmesio ir atidumo kiekvieną atskirą atvejį pažinti, taip pat atspėti ir įvertinti visą tą gausybę gėrio, kurį iš tų nelaimingųjų galima gauti jiems patiems ir visuomenei. Kokią naudingą kryptį ir kelią reikėtų duoti jų ydoms? Kaipgi juos gali apleisti moralės mokytojai, jei jie turi tokią pačią sielą kaip ir stiprieji bei mokyti, o protas jų keliskart puikesnis ir todėl vertas filosofų dėmesio. Siela nepasiduoda neįgalumui, o proto negalia ir nepajėgumas, nors mums ir

kasdien matoma, pasitaiko net ir pačiame gražiausiame kūne, o kas blogiausia, kartais būna ir pačių filosofų ugdymo pasekmė.

Apie fizinį lavinimą pasakykime ir tai, kad jo įtaka yra tokia visuotinė, kad jis nepripažįsta jokių išimčių. Niekas negali be jo apsieiti, gerai vadovaujamas jis visada pavyksta, kai tuo tarpu taip vadinamas moralinis lavinimas ne visada. Nes prisiminkime, jog ir proto būklė, ir proto galios, ir širdies [dorumas] didele dalimi nuo sveikatos ir jos organizacijos priklauso, ir todėl bet kuris moralinis lavinimas turi remtis fiziniu pamatu. Kas gi nepripažįsta, kad garsios ir didelės širdies ar proto savybės arba proto galios yra gana retos. Iš to išeina, kad moralinis lavinimas, orientuotas būtent į proto tobulinimą, retai pavyksta. Bet taip jau yra, kad mus įtikina patirtis. Beveik kasdien stebime žymiausius meistrus, atrodančius kaip baisūs neišmanėliai arba kruvini „tigrai“; taip labai, kad kai kurie mokslininkai pradėjo abejoti, ar gali lavinimas ištiesinti kreivai pakreiptą protą arba nemokšą ko nors išmokyti. Bet gyvenimą ir sveikatą, visiems priklausančius, lavinimu mūsų galima vienodai pritaikyti ir iškiliems genijams, ir žemiškiems protams. O rūpestingumas yra toks pats reikalingas ir prigimties apdovanotiems, ir nevykėliams ar neįgaliems. Tačiau jei gamta šykščiai apdovanojo savo dovanomis, į pagalbą turi būti pasitelktas lavinimas, o protingas menas turi stengtis ištaisyti gamtos klaidas. Bet jeigu pažėrė jų dosniai, lavinimas turi mokėti jas išlaikyti, sustiprinti ir tinkamai jas nukreipti, taigi mokėti jas apsaugoti. Nes nėra turtų, kurių nebūtų galima iššvaistyti arba blogam panaudoti, kaip ir nėra blogio, kurio su protu nebūtų galima geram nukreipti, o iš šiandienės patirties žinome, kad nėra tokios sveikatos ir jėgų, kurių nebūtų galima lengvai sugadinti.

Šiandienis mokslinis lavinimas, taip visuotinai vedamas ir remiamas po apgaulingu liaudies ir tautos švietimu, daro mūsų visuomenę kiekvienam protingam žmogui nepakeliamą. Nes kaip fizinio lavinimo stoka didina skaičių kuprotųjų, šleivakojų ir visokių rūšių nevykėlių, kurie draugijose savo kūno ydas kai kada juokingiau-

siais būdais slepia ir maskuoja, taip madingi mokslinio lavinimo pervertinimai duoda, viena vertus, pasipūtusius ir nepakenčiamus bakalaurus (mokslinčius), į kuriuos negali žvelgti netrūkčiodamas pečiais, o antra vertus, pilni kambariai ir salės pretendentų į mokslą, kurių protas ir sąmojai dreba išmintimi, ir kurie yra tikriausi šiuolaikinės visuomenės vargas ir liga, kuriuos veikiau reikėtų vadinti moraliniais lazaretais[102].

Norint sukurti vaiko lavinimą, pirmiausia jį reikia pažinti. Nes kaip iš pirmo žvilgsnio traukiame į save panašius, taip ir vieni nuo kitų skiriamės. Kaip kiekvienas žmogus turi savo veidą ir savitą kūno sudėtį, taip turi savo konstituciją, savo jėgas, savo gabumus ir polinkius. Tokias duotybes, plaukiančias iš mūsų kūno sudėjimo ir konstitucijos, gauname iš gamtos ir vadiname jas dispozicijomis, t. y. įgimtomis savybėmis. Jos yra pirminės sudėties ir pasireiškia visada, atsiskleidžia tuomet, kai mes vystomės, brėstame ir stiprėjame. Dėl to kas nors man galėtų priekaištauti, kad visos mūsų galios mums yra duotos iš prigimties ir todėl fizinis lavinimas, negalintis pakeisti prigimties, niekam nereikalingas. Taigi, geriausias lavinimas yra tas, kuris leidžia vaikui pačiam vystytis. Tačiau gerai sudėtą vaiką irgi reikia prižiūrėti, kad tolygiai augtų ir kad tos pirminės struktūros nepažeistų. Tuo tarpu silpnai ir prastai sukurtus reikia taip pakreipti ir vesti, kad tuos nukrypimus išlygintum ir pažeidimus kiek įmanoma pataisytum. Tačiau, žinoma, šaltinis ir pirmoji fizinio gyvenimo pradžia yra struktūroje. Visgi ji būtų negyva be tinkamo ryšio su ją supančiu fiziniu pasauliu. Išorės veiksnių įtaka ir veikla sudaro didelę dalį mūsų gyvenimo, duoda aiškią kryptį ir pačiai mūsų struktūrai, palaiko jos jėgas, o pagal veikimo būdą arba ją visą išsaugo, arba ją silpnina ir gadina. Ta išorės veiksnių įtaka ryškiausia yra vaikystėje ir visame jauname amžiuje, nes ta struktūra, ką tik užsimezgusi ir aktualizuota gimimu, besivystanti visą laiką iki brandos, tobulėja, tvirtėja arba visam laikui sugriūna. Dėl to dėmesys fiziniam vaikų lavinimui turi būti skiriamas ne tik iškart

[102] Lazaretas – terminas kilęs nuo sergančiųjų raupsais izoliatorių (viduriniais amžiais ši liga buvo siejama su šv. Lozoriaus vardu).

jam gimus, bet jam vos prasidėjus ir tuo daugiau dėmesio reikalauja, kuo arčiau tos vaiko pradžios priartėjama. Didžiausia dalis mūsų sveikatos, formos ir jėgų priklauso nuo motinų ir auklių. Jau pačiame lopšyje įvyksta labai svarbi fizinio lavinimo dalis. Tuo amžiaus laikotarpiu pastebėtos raidos ydos ir nuokrypiai į ligas dažniausiai pasiduoda sumažinimui arba pataisymui. Tai yra sėklos, kurios neprigyja ir neužauga, jei negauna joms tinkamo maisto. Pirmiausia, norint kalbėti apie fizinį lavinimą reikia pažvelgti į pačius tėvus, jų konstituciją, sveikatą arba ligas, į jų kūno sudėjimą ir visuomeninius ryšius, o tai reikalinga tam, kad būtų galima geriau numatyti ir suprasti sėklą, kurią jis gali gauti iš tėvų. Antra, reikia atkreipti dėmesį į motinos nėštumą ir jos elgseną nėštumo metu, kad ji galėtų išnešioti ir pagimdyti vaiką. Trečia, atkreipti dėmesį į kūdikystės amžių, t. y. į motinos ir auklės teikiamą lavinimą. Ketvirta, reikia atkreipti dėmesį į vaikystės amžių, tai yra laikas nuo pirmųjų dantų iki [antrųjų] lytinių požymių atsiradimo, t. y. barzdos atsiradimas vyrams ir mėnesinės moterims. Galiausiai, reikia atkreipti dėmesį į jaunuolių elgesį brendimo laikotarpiu, kai tampama vyru arba moterimi.

I skyrius

Į ką reikia atkreipti dėmesį kuriant santuoką

Kuo žmogus daugiau ugdomas visuomenėje, labiau civilizuojasi, tuo labiau išsigimsta ir sumenkėja fiziniu požiūriu. Išėjęs iš kelio, kurį gamta jam skyrė, jis praranda vis daugiau jėgų ir serga. Nelaimei, kartu su [fiziniu] išsigimimu kartu sugenda širdis ir protas iškrypsta. Tuo tarpu taip nutinka, kad gausūs nusikaltimai prigimčiai tampa mūsų dorybėmis, o beprotybė – protingumu. Ir kenčiame dėl tų nusikaltimų visą gyvenimą. Gamtos dėsnių negalima laužyti nebaudžiamai. Kas nori akivaizdžiai įsitikinti mūsų fiziniu sugedimu, tegu palygina vietinį ne pernelyg šiaurinės Amerikos gyventoją su mūsų magnatais ir mokslininkais, arba gamtoje augusį prastuolį su mūsų didžiojo pasaulio damomis. Tokia pasikeitusi ir įvairi būtybė savo vidaus sandara turbūt yra panaši, bent jau bendraisiais sudėjimo bruožais, tačiau smulkesnė sudėtis, vidinė nervų organizacija ir tinklas turėtų itin skirtis.

Taigi, ta dirbtinė degeneracija yra didžiosios dalies mūsų kančių šaltinis, jau nekalbant apie milijoną dar blogesnių moralinių ligų, kurių nemokytas žmogus nejaučia ir nežino. Viena iš pirmųjų vis blogėjančios mūsų aukščiausios ir labiausiai rafinuotos visuomenės narių degeneracijos ir silpnumo priežasčių yra blogai pasirinktos santuokos. Kartu jungiant abi lytis tik vienas [tikslas] turi būti reikšmingas – o būtent tai yra susilaukti daug ir sveikų palikuonių. Prie to tikslo veda abipusė simpatija ir meilė. Patirtis jau seniai net ir paprastą liaudį įtikino, kad tik tikra ir karšta aistra, tik stiprus užsidegimas meile duoda puikius palikuonis. Ta tiesa yra visų tautų lūpose. Likurgas, vienas išmintingiausių karo įstatymų kūrėjų, kokį tik kada nors matė tautos, tai puikiai žinojo ir surašė

savo raštuose. Vyras turėjo ne tik iš tėvų namų žmoną pasivogti, bet ir savo namuose su ja matytis. Todėl viešai šaipytasi iš to vyro, kurį užtikdavo išeinantį iš žmonos kambario.

Tuo tarpu kuriant santuoką šiandieninėje visuomenėje, o ypač aukštuosiuose sluoksniuose, į abipusę meilę visai neatsižvelgiama. Net ir ribotos reikšmės ir ne itin turtinguose namuose ambicijos, godumas, tuštybė ir gobšumas pakeičia tikrus jausmus ir tampa mūsų meile. Senovėje ji [meilė] gimdavo iš įsčių jūros vandenų, pati tyriausia ir nuoga[103]. Tuo tarpu pas mus pagal mūsų įgeidžius ir norus ji turėtų gimti iš pilnai prikrautų klėčių ir klojimų arba iš aukso kalnų, nusagstytų deimantais ir purpuru pasipuošusių. Taigi, jūs, didelių turtų arba garsaus vardo panelės, ko siekėte dėl savo didybės? Dailus, tvirtas ir įraudęs jaunuolis, į kurį su simpatija žiūrite, yra nevertas jūsų apkabinimo ir jūsų vaikų tėvu netaps, nes jis neturi turtų arba, kas dar geriau, vardo. Jums skirtas, tiesą sakant, per senas, kuprotas ir užsikosėjęs, tačiau pakankamai žymus, dvarus skaičiuojantis, ir pagal didžiojo pasaulio taisykles gyvenantis, mylimasis. Kaip galite nemylėti tokių sutuoktinių? Bet juk tai bus jūsų vaikų tėvai, gyvenimo draugai, jūsų paguodos ir rūpesčių dalininkai. Bučiuojate rankas savo tėvų, kurie jus tokia laime apdovanoja, kurie jums tokį Adonį[104] atveda. Tokioje laimėje pasakykite man prašau, o ką gi jūs iš tos civilizacijos gaunate? Ar laukinė afrikietė, kuri su savo mylimuoju, su savo antrąja sielos puse laisvai pereina akimi neperregimas dykumas; su juo dalindamasi alkiu, karščiu, vargais ir malonumais, nėra už jus tūkstantį kartų laimingesnė? Ir ar norėtų su jumis apsikeisti likimu? Be abejonės – ne. Jūs atidūs ir išmintingi tėvai, kurių, laimei, civilizacija dar nesugadino, būkite tikrais savo vaikų draugais ir kurdami santuoką pagalvokite apie jų jausmus.

[103] Galimai turimas omenyje meno kūrinys „Veneros gimimas“, italų renesanso menininko Sandro Botičelio (Botticelli, 1445–1510) paveikslas, vaizduojantis nuogą merginą, Venerą, išnyrančią iš vandenyno. Simboliškai siužetas laikytinas tyros, natūralios meilės archetipu.

[104] Adonis – mirtingasis deivės Afroditės mylimasis. Archetipinis vyriško grožio, mirštančio ir vėl atgimstančio dievo vaizdinys. Manytina, kad Sniadeckis šiuo atveju ironizuoja vadindamas sukriošusius, užsikosėjusius senius grožio etalonu.

Tačiau atsiminkime, kad meilė yra akla ir todėl kartais klysta, todėl ją protingi tėvai iš dalies turi valdyti. Pirmiausia jie turi atsižvelgti į mylimųjų sveikatą ir sudėjimą. Ką tik minėti spartiečiai į tai labiausiai kreipė dėmesį norėdami sukurti santuoką tarp gražių, tiesių, stiprių ir dailių žmonių, kurių veiduose švytėtų linksmumas ir sveikata. Dėl to visuotinai buvo žinoma, kad Graikijoje nebuvo nieko gražesnio už spartiečius ir spartietes. Tokio papročio laikymas iš tikrųjų yra svarbus aukštosioms visuomenės klasėms, kuriose išsekimas daug labiau paplitęs, nei galime įsivaizduoti, ne tik dėl minkšto ir per daug patogaus gyvenimo, bet ir dėl turtų, palaidumo, paleistuvystės arba aistrų ir daugelio moralinių kentėjimų. Tad jeigu ta klasė per vedybas nesimaišo su neturtingesne, bet sveikesne, tuomet vis labiau išsigimsta, vis labiau menkėja, silpnėja ir gęsta. Joje galiausiai perimame ir per paveldimumo dėsnius išauginame visokių rūšių negalavimų ir ligų, ypač chroniškų, kurios, jei pirminėje organizacijoje turi buveinę ir potencialą, nėra įveikiamos ir labai sunkios, jeigu tik nueinama sugadintu arba išeikvojimo organinių galių keliu, nes negalima pakeisti tų klasių gyvenimo būdo ir tokiu būdu užgesinti ankstyvų tų ligų prielaidų. Tačiau kartais likimas gydo tokias ligas, kurioms medicinos menas neturi galios, ir tai [daro] nustumdamas tuos likimo numylėtinius nuo jų sėkmės viršūnės.

Dabar labai dažnai galima išgirsti klausimą, kodėl šiandien turime tiek daug naujų ligų, kurių senovėje nežinota? Į šį klausimą lengva atsakyti. Mūsų gyvenimas į senovinį nėra niekuo panašus. Gendame kaskart vis labiau ir išlempame per minkštumą, neveiklumą ir pasileidimą. Pats menų ir mokslų išaukštinimas yra fizinio sugedimo šaltinis. Taigi atsirado naujos ligų priežastys, kurių anksčiau nežinota ir kurių net ir šiandien nežino laukinės laisvos tautos. Tačiau lai jos nepraranda vilties, kai jas atrasime ir pradėsime lankyti, atnešime jiems tas „geradarystes“ kartu su civilizacija, menais ir prekyba. Daug žmonių turi dėkoti anglams už tai, kad jiems atvežė naują šviesą, naujas ligas ir naujas nelaimes[105]. Dėl to

[105] Turima omenyje XIX a. kolonijinė politika, kuomet Vakarų Europos tautos, taip pat ir anglai užkariavo ir savo kolonijomis pavertė didžiulę Pasaulio dalį.

jūs turtingi, bet protingi ir nešališki žmonės, kadangi negalite atsisakyti tų patogumų ir to minkštumo, savo sūnums ir dukterims stengiatės už savo turtus bent jau dalį laikinos laimės nupirkti. O ją turite pradėti kurti įpėdiniams per jėgas ir sveikatą. Stenkitės auginti vaikus neturtingus, bet sveikus ir stiprius, kad tokiu būdu savo sveikatą ir talentą patys mokėtų pelnyti.

Tačiau nėra taisyklių be išimčių. Būna ir aukštesniuose sluoksniuose stiprių, sveikų ir gerai išlavintų žmonių. Kas gi gimęs turtuoliu arba garsaus vardo žmogumi nusižemintų iki žemesnės padėties mažiau pagerbtoje arba mažiau turinčioje bendrijoje? Jeigu jums sekasi meilėje, jeigu jūs džiaugiatės sveikata kartu su magnato statusu – toks derinys gali jums garantuoti pastovumą, o pasaulinė didybė gali ilgam būti jūsų paveldėjimu. Toks rinkinys bus visapusiškai laimingas, tačiau retas.

Renkantis vyrus savo dukroms, arba žmonas sūnums reikia atkreipti dėmesį ne tik į dabartinę jų sveikatą, kūno formas ir sudėjimą; ne tik taip vadinamas širdies ypatybes, bet visų svarbiausia, ar jų šeimoje nėra, ar nebuvo kokių nors paveldimų ligų. Tokios šeimų ligos yra džiova[106], angliška liga[107], skrofuliozė[108] arba infarktai[109], didžioji liga arba epilepsija, melancholija ir manija[110], kaltūnas[111] ir kraujagyslių ligos. Gydytojai šimtąsyk tramdo pavienius

[106] Džiova (ist.) – tuberkuliozė.

[107] Angliška liga – turimas omenyje rachitas.

[108] Skrofuliozė – limfinė tuberkuliozės forma. Istoriškai siejama su daugeliu kitų ligų ir simptomų.

[109] Originale bendrąja prasme priepuolis.

[110] Melancholija ir manija – istoriniai terminai, apibūdinantys psichikos sutrikimus. Remiantis humoraline arba keturių skysčių teorija buvo teigiama, kad žmogaus viduje esama keturių pagrindinių skysčių: kraujo, gleivių, geltonosios tulžies, juodosios tulžies. Tam tikras skystis buvo siejamas su žmogaus fiziniais, mentaliniais bruožais bei polinkiu tam tikroms ligoms. Buvo manoma, kad žmogus, turintis per daug juodosios tulžies, yra linkęs į depresyvią būklę. Pagal tą pačią teoriją per didelis tulžies kiekis lemdavo itin ūmų būdą bei patologišką atkaklumą, aistras – maniją. Pagal šią teoriją žmonės, atsižvelgiant į juose dominuojančius skysčius, taip pat ir sudėjimo tipą, temperamento savybes yra skirstytini į keturis pagrindinius tipus: guvus Sangvinikas (kraujas), lėtas Flegmatikas (Gleivės), užsiplieskiantis Cholerikas (Tulžis), liūdnas Melancholikas (Juodoji tulžis).

[111] Kaltūnas – istorinė liga-fenomenas. Lietuvoje ir Lenkijoje ypač paplitęs liaudies tikėjimas, kad į kuokštą susivėlę plaukai yra vidaus ligų simptomas. Taip pat tai ir gydymo metodas. Manyta, kad susivėlus kaltūnui arba specialiai jį suvėlus jokiu būdu negalima jo nukirpti, kadangi liga tokiu būdu perkeliama iš žmogaus vidaus į išorę, t. y. į plaukus. Jei plaukai bus nukerpami, liga „sugrįš“ atgal į paciento kūną ir sukels apakimą, apkurtimą ar net mirtį. Ilgą laiką tikėjimą kaltūnu palaikė ne tik liaudis, bet ir gydytojai.

silpnumus, tačiau juos įveikti gali tik pati krašto tvarka ir apgalvota teisė. Gyvename tokiame amžiuje, kuriame valdžia išmoko, kokių reikia imtis priemonių, kad apsaugotume Europą nuo maro ligos[112]. Išrastos vakcinos mums garantuoja tikrųjų raupų išnykimą[113], tačiau nematau, kokia valdžia pajėgtų įstatymais įveikti paveldimas ligas, pavyzdžiui, džiovą. Kadangi negalima uždrausti visoms šeimoms tuoktis, nes toks įstatymas būtų palaikytas rūsčiu ir nežmonišku. Negalima to taikyti asmeniui, nes kaipgi visuomenė gali primesti jungą individui, kuris atitinka visas visuomenės taisykles. Galiausiai toks įstatymas būtų sunkiai įgyvendinamas ir dar duotų blogiems žmonėms naujų priemonių, kaip išnaudoti ir engti nekaltuosius[114]. Taigi, negalima tokių įspėjimų įgyvendinimo patikėti valdžiai, tačiau jas reikia turėti galvoje ir širdyje globėjams ir tėvams. Tam tikros gyvenimo būdo taisyklės žmonėms, gimusiems su ta liga [tuberkulioze], gali padėti jiems ilgą laiką apsisaugoti nuo jos pasireiškimo, o santuoka su kitos lyties asmeniu, turinčiu gerą ir tvirtą krūtinės sandarą, gali palaipsniui ir visai užgesinti tą ligą jų namuose. Tų pačių principų reikia laikytis ir kalbant apie kitas paveldimas ligas. Skrofuliozės pasireiškimo labai dažnai galima išvengti paprastu, tvirtu ir grūdinančiu gyvenimo būdu, o, be to, ją ir visai šeimose užgesinti ir visus polinkius į ją numarinti. Daug sunkiau įveikti didžiąją ligą (epilepsiją), dar sunkiau – melancholiją ir maniją, ir todėl jų kuriant santuoką labiausiai saugočiausi. Išeina, kad laikas, gyvenimo būdas ir giminių maišymasis su sveikaisiais daug lengviau gali pataisyti kitus organus, bet tik ne galvą, prie ko reikėtų priskirti ir taip vadinamas širdies ydas – rūstumą, godumą, puikybę, žiaurumą ir šykštumą.

[112] Maro epidemijų XVIII a. pab. – XIX a. pr., kai gyveno Andrius Sniadeckis, jau pasitaikydavo retai, tačiau medicininio gydymo tuo metu dar nebuvo. Maro sukėlėją atrado Aleksandre Yersin (1863–1943.) tik pačioje XIX a. pabaigoje.

[113] Turima omenyje 1796 m. E. Jenner išrasta vakcinacija nuo raupų.

[114] Šiandien galėtume sakyti, kad Sniadeckis buvo teisus ir tarsi numatė ateitį, kadangi būtent taip nutiko XX a. pradžioje su eugenikos įstatymais. Eugenikos įstatymai numatė santuokos draudimus, sterilizaciją, „prastenių individų izoliavimą“, deja, dažnai tik prisidengiant liga, rase ir kitais diskriminuojančiais motyvais. Dalis tuo metu paveldimomis laikytų ligų vėliau pripažintos išgydomomis ir išvengiamomis.

Didikų namuose būna ir dar viena nedorybė, į kurią taip pat mažai kas kreipia dėmesį, o ji dažnai pasireiškia anksti po vedybų. Ta nedorybė yra didesnė nei kas galėtų įsivaizduoti, nes pakerta tėvų sveikatą ir duoda silpnus arba neįgalius palikuonis. Interesas, arba taip vadinamos šeimyninės pažiūros rodo, kad tėvai mažiausiai į tai kreipia dėmesį. Tuo tarpu jaunas ponas po vestuvių susiranda naujų „saldainiukų“, jais piktnaudžiauja, gadina sveikatą, o po to greitai ima nekęsti žmonos. Jaunas žmogus be patirties ir mokslo, pats dar reikalaujantis vedlio ir mokytojo, tampa vyru ir tėvu. Koks liūdnas vaizdas! Daugsyk greičiau miršta toks vyras ir tėvas, nei išmoksta būti ir vienu, ir kitu. Anksti išeikvodamas gyvenimą, anksti iššvaistydamas visą jo žavesį po to nuobodžiauja. Viskas ir pats gyvenimas jam pabosta, jis kenčia, serga ir miršta dar prieš mirtį. Todėl didžiausias menas gyvenime yra žinoti, kaip tuo gyvenimu naudotis atsargiai ir kukliai, atsidėti dalį jo malonumų vėlesniam laikui.

Tačiau kitas blogis, akivaizdus moterų atveju, – vestuvės esant per jauno amžiaus. Jos tampa nėščios ir gimdo anksčiau laiko, pasensta per anksti ir kai kada dar būdamos trisdešimties ar keturiasdešimties metų. Priversti kentėti ir gimdyti dar ne iki galo subrendę jų lyties organai dėl to stipriai dirginami arba patiria uždegimus ir palaipsniui kietėja, arba ima išskirti daug klijų konsistencijos sekrecijos, kurios po to jau joks menas sulaikyti negali. Be to, priverstinis ir konstitucijos galimybes viršijantis dirginimas sukelia visokias visos sistemos kančias ir galiausiai visišką jos sunaikinimą. Iš čia turime šaltinį daugelio krūties, pilvo ir gimdos ligų.

Amžius, kai mūsų klimate merginos be pavojaus gali tekėti, yra dvidešimt arba dvidešimt vieneri metai. Vyrams dvidešimt šeštieji arba trisdešimtieji metai. Tam, kad jauni žmonės laimingai susilauktų sveikų vaikų, reikia, kad jie būtų visiškai suaugę, o rinkdamiesi pakankamai subrendę. Platonas savo „Valstybėje“[115] nori,

[115] „Valstybė“ – graikų filosofo Platono (422–347 m. pr. Kr.) veikalas apie idealią valstybės santvarką. Veikale iškeliama originali idėja, kad piliečius reikia ugdyti pilietine dvasia pasitelkiant įvairias gana radikalias priemones: atskiriant juos nuo tėvų, lavinant specialiose stovyklose, grūdinant ir rengiant kaip būsimus karius.

kad vyrai nevestų anksčiau nei trisdešimties metų ir kad jų mylimosios turėtų dvidešimt metų. Aristotelis pataria, kad moterys turėtų aštuoniolika metų, o vyrai – trisdešimt septynerius; bet tie du amžiai nėra visai suderinami. Vis dėlto tokias taisykles derėtų pritaikyti prie kiekvieno atskiro atvejo, nes ir konstitucijos tipas, ir gyvenimo būdas gali suaugimą ir subrendimą paankstinti arba pavėlinti. Apskritai žmonės, gyvenantys patogiai, gyvena greičiau, o dėl to ir bręsta greičiau. Visgi nemačiau nei vieno pavyzdžio anksčiau nei šešiolikos ar aštuoniolikos metų subrendusios merginos, bet mačiau ištekintas ir keturiolikos, ir dvylikos metų amžiaus. Negalima subrendimu laikyti pirmųjų mėnesinių, nes jos rodo tik lyties organų vystymosi pradžią, kuri pasiturinčiųjų namuose visada yra per daug ankstyva.

Gal man kas pasakytų, kad šalies mastu žvelgiant darosi priimta vesti anksčiau. Aš gi atsakyčiau, kad didinti negalią tai nėra pagalba žmonėms. Nes jei kas man kaip įrodymą pateiktų mūsų žydus, tam aš atsakyčiau, kad jiems nurodomas vedybų amžius puikiai tiko gražiame ir karštame Šventosios Žemės klimate, kur brendimas keleriais metais paspartėja. Visgi nemačiau tarp jų vaisingesnių šeimų nei pas krikščionis. Taigi ne dėl paankstintų santuokų jų padaugėja. Matomas jų padaugėjimas pas mus toliau vyksta dėl išskirtinio tų žmonių prisitaikymo, kurie gyvendami tarp mūsų yra visiškai atskira tauta, besivadovaujanti savo įstatymais ir niekada neprisidedanti prie šalies gynybos, kai iš mūsų žmonių į karinę tarnybą paimami gražiausi ir stipriausi jaunuoliai. Istorija mus moko, kad karingos tautos dėl nuolatinio gražiausių šalies žmonių praradimo visai sumenkėja, išsigimsta ir taip smunka, kad vėliau gali kurti tik menininkus arba dainininkus. Antra, žydų įstatymuose gėda siejama su viengungyste ir vaikų neturėjimu ir lemia tai, kad pirmasis dalykas [viengungystė] nėra tarp jų paplitęs, nei vis dažnėjantis, o antrasis [vaikų neturėjimas] yra skyrybų ir dar didesnių pastangų sukurti vaisingą santuoką priežastis. Pas mus skyrybos yra paplitusios tarp pasiturinčių klasių ir yra ne tiek noro susilaukti

vaikų, kiek sugedusių papročių ir savivalės pasekmė. Tarp neturtingos liaudies nerasime daug skyrybų pavyzdžių. Taigi nevaisingos santuokos trunka iki mirties ir todėl viena šaka, kuri galėtų duoti vaisių, tiesiog nudžiūsta. Tai yra dėsnis, vertas kuo didžiausio dėmesio, tai žala, kurios įstatymai turėtų išvengti.

Dėl to reikėtų griežtų įstatymų, kurie draustų senoms ir daugiau gimdyti negalinčioms arba pripažintoms nevaisingomis moterims tekėti. Vyrams sunku nustatyti, nuo kurio amžiaus jie nustoja būti vaisingi; moterys nustoja vaisingumo, kai baigiasi mėnesinės. Be to, taip mažai apgyvendintuose kraštuose, kaip Šiaurinės žemės dalis, turėtų būti išvis uždrausta ir griežtai baudžiama profesija, kurios dalis moterų imasi dėl paleistuvystės. Patirtis parodė, kad moterys, kurios nuėjo tuo keliu, prarado vaisingumą. Tai buvo jauni ir gražūs žmonės, kurie kitu atveju galėjo gerokai prisidėti prie tautos pagausinimo.

Didelės šeimos, norėdamos išlaikyti savo turtus ir vardą, kuria santuokas savo namuose. Mano galva, tai pats tikriausias išsigimimo būdas. Tai pastebėta jau su naminiais gyvūnais, bet ir žmonės tai patvirtina.

II Skyrius

Apie besilaukiančių moterų priežiūrą

Rašydami gyvenimo būdo ir elgesio patarimus besilaukiančioms moterims, turime omenyje arba motinos sveikatą, arba visišką vaisiaus išnešiojimą. Išeina, kad kadangi negalime tiesiogiai veikti vaisiaus sveikatos labui, o silpna ir ligota motina arba negali jo išnešioti, arba sveiko ir stipraus pagimdyti, todėl visos pastangos turi būti sukoncentruotos į motinos jėgų stiprinimą ir gerovę. Jeigu tos sveikatos pakanka, tuomet visos taisyklės turėtų būti nukreiptos taip, kad padėtų ją išlaikyti iki pabaigos. Tačiau kiek pastebėjau iš patirties, vaiko jėgos ir gyvybingumas labiau priklauso nuo tėvo nei nuo motinos[116]. Dažnai mačiau, kaip silpnos ir ligotos moterys pagimdo sveikus ir stiprius vaikus, tačiau niekad nemačiau, kad niekam tikusiems tėvams gimtų sveiki vaikai. Jeigu leistume sau pernelyg nesigilinant į skirtybes palyginti mūsų gyvenimą su augalų, tai moteris reikėtų laikyti dirva, kuri priima sėklą ir leidžia jai išdygti. Tiesa, daug kas priklauso nuo dirvos, bet dar daugiau nuo sėklos. Tačiau kadangi per ilgą devynių mėnesių laikotarpį vaisius gyvena ir auga motinos sąskaita, negalime užginčyti didelės jos įtakos vaiko jėgoms, o taip pat ir reikiamybės rūpintis jos pačios sveikata.

[116] Paveldėjimo mechanizmai tuo metu dar nėra aiškiai suvokiami. Manytina, kad Sniadeckis aiškindamas paveldėjimo dėsnius rėmėsi senais įsitikinimais, būdingais tradicinėms medicinos sistemoms. Vienas tokių – gyvybės siejimas su išimtinai vyriška energija. Tradicinėje kinų medicinoje šviesa, aktyvumas siejamas su vyrišku pradu. Neretai ir kitose tradicinėse medicinos sistemose, liaudyje tikėta, kad gyvybei sukurti gali užtekti tik vyriškojo prado. XVI a. alchemijoje paplitęs tikėjimas mistine būtybe – dirbtinai sukurtu mažu žmogeliuku humunkulu. Kiek vėliau, XVII a., sukurta teorija apie iš vyro sėklos dirbtinai sukurtą žmogų – animakulą.

Nėštumas yra natūrali moterų būklė, kuri yra tam, kad pradėtą vaisių išnešiotų, subrandintų ir galiausiai pagimdytų. Todėl negalima tos būklės laikyti liga. Visgi kai kurios moterys gali sirgti. Jeigu taip nutinka, reikia ją gydyti ir taip su ja elgtis, kaip to reikalautų gydymas. Priešingu atveju nėščioji ar sveika neturėtų keisti gyvenimo būdo, tiesiog turėtų labiau rūpintis sveikata ir saugotis ligų, turėdama omenyje, jog yra atsakinga už dviejų asmenų gyvenimą.

Taigi, moterų išorinių ligų priežastys būna arba visai nepastebimos, arba labai akivaizdžios. Nuo pirmųjų ne visada galima apsisaugoti, nuo antrųjų lengviau, kadangi jos agresyvesnės ir labiau krinta į akis. Prie tokių priskirtini sumušimai, ypač pilvo, nukritimai arba staigus sukrėtimas, kiekvienas prievartinis arba staigus pokytis kūne ir stiprus jo sujudinimas, nesvarbu, ar vidinis, ar išorinis, o taip pat ir neatsargi aistra ar kūno sukrėtimas arba neįprastas ir didelėmis pastangomis dirbamas darbas, kėlimas arba nuleidimas svorių, bereikalingas bėgiojimas ir šokinėjimas, svaigiųjų gėrimų arba aštrių ir agresyvių vaistų, galiausiai, ir nuodingų medžiagų vartojimas. Jeigu tos priežastys veikia stipriai, vienąkart jos gali sukelti persileidimą. Tuo tarpu jei jos veikia nepastebimai, bet nuolatos, gali sukelti vaisiui motinos pilve tikras kančias ir ligas, o taip pat pavėlinti, sustabdyti vaisiaus augimą arba brendimą, gali pradėti arba įtvirtinti jo silpnumą ar negalias visam laikui, gali tapti pagrindu jo neįgalumui.

Griežtas ir viskam atidus įstatymų kūrėjas turi įstatymais apibrėžti deramą požiūrį į besilaukiančias moteris. Jų įžeidimai arba nepriežiūra turi būti viešai pasmerkiama kaip nusikaltimas. Galiausiai reikia teisiškai apibrėžti jų gyvenimo būdo, darbo ir pramogų taisykles. Spartoje, kai pilietė sužinodavo, kad ji laukiasi, jos kambaryje buvo pakabinamas paveikslas su Apolonu[117], Narcizu[118],

[117] Apolonas – senovės graikų dievas, Dzeuso ir Leto sūnus, romėnų mitologijoje – Jupiterio ir Latonės sūnus. Apolonas – saulės šviesos dievas, muzikos, poezijos globėjas, mūzų choro vadovas ir pats įžymus muzikantas. Žinomas kaip dievas pranašautojas ir gydytojas.

[118] Narcizas – senovės graikų mitologijoje pasakojama apie labai gražų jaunuolį, kurio vardas buvo Narcizas. Jis taip save mylėjo, kad aplinkui nieko nepastebėdavo ir vis žiūrėdavo į savo gražaus veido atspindį vandenyje. Tačiau už tai dievai jį nubaudė ir pavertė gėle, kuri savo žiedą yra pasukusi į šoną arba žemyn, tarsi žiūrėdama į veidrodį ar į vandenį.

Hiacinto[119], Kastoro[120] ir Polukso[121] atvaizdais kaip grožio etalonais tam, kad bežiūrėdama į juos moteris perduotų bent jau dalį to pavyzdinio grožio savo kūdikiui. Sumanymas, kad tai labai sujudina motinos mintis ir uždega vaizduotę, priklausė Likurgui. Mūsų laikais ši idėja taip degradavo, kad motinoms liepiama stebėti baidykles ar pabaisas. Tai, žinoma, yra neapgalvota ir tiesiog kvaila. Tačiau tie, kurie netiki, kad per besilaukiančių moterų jausmus galima paveikti vaiko formą, turėtų pagalvoti, ar tai neveiks priešingai. Iš tiesų gyvename, lavinamės ir augame dėka pirminės kūrimo jėgos, bet be dėmesio į išorės įspūdžius negalime gyventi ir organizuotis, o tų įspūdžių pasikeitimai yra ir ženkli priežastis pokyčiams mumyse ir tam, kas su mumis dedasi. Todėl dera viską palikti mokslininkams, o patiems laikytis išmintingų ir sveiku protu paremtų taisyklių, nekelti besilaukiančioms moterims pavojaus, rodant joms bjaurius, papiktinančius ar baisius reginius. Neuždegti jų vaizduotės pabaisomis arba visokiais neišsivysčiusiais padarais, kurių pilni šiandieniai romanai, kuriais gali būti kai kurie tragiški reginiai, gyvūnų kankinimai ir mušimai, iškreipti garsių fokusininkų ir šokinėtojų (raitelių) pasirodymai trasose ar su žirgais. Trumpai tariant, visų rūšių vieši reginiai besilaukiančioms moterims turi būti uždrausti.

Apibendrinant besilaukianti moteris neturėtų keisti sau įprasto gyvenimo būdo, ypač jei jis tapo įsišaknijusiu įpročiu. Ji turi saugotis visokių staigių pokyčių, visokio neįprasto maisto ir gėrimų. Darbščios moterys turi ir toliau dirbti, valgyti tą patį maistą kaip ir anksčiau – žodžiu, taip gyventi, lyg jos nebūtų besilaukiančios. Visokie gaivališki įgeidžiai ir visko sau leidimas, kurie galėtų stipriai sukrėsti arba supykdyti, yra ne tik nereikalingi, bet ir kenksmingi. Todėl kaitinantys gėrimai, stiprūs patiekalai, bakalėja, sūrus maistas,

[119] Hiacintas – Graikijoje hiacintas laikytas liūdesio gėle. Sakmė byloja, kad ši gėlė išaugo iš jaunuolio Hiakinto kraujo. Vėjų dievas Zefyras pamilo Hiakintą, kuris buvo Apolono numylėtinis, tačiau iš pavydo (kai Apolonas jaunuolį mokė mėtyti diską) Apolono mestą Hiakintui diską nukreipė į jaunuolio galvą, kurią ir praskėlė. Liūdėdamas Apolonas iš jos išaugino gėlę hiacintą. Kadangi mirdamas Hiacintas sušuko „varge, varge“ (graikiškai „oi, oi“) – pasak sakmės – šiuos žodžius dar ir dabar galima įskaityti laukinio hiacinto žiedlapiuose.

[120] Kastoras – senovės graikų dievas, Dzeuso ir Ledos sūnus.

[121] Poluksas – senovės graikų dievas, Dzeuso ir Ledos sūnus, Kastoro brolis dvynys.

stiprūs vaistai neabejotinai joms kenkia. Netgi netikėtas džiaugsmas, susijaudinimas ar ekstazė (lenk. – *rozkosz*) joms yra kenksminga. Mūsų damos retai kada susižeidžia dėl fizinių išorinių priežasčių, nes jų gyvenimas yra sunkus, tačiau gana ramus, o jų aistros jas be perstojo žaloja ir blaško. Visa jų nervų sistema yra nuolatos įtempta ir dėl to labai dažnai genda, dėl to [jos] dažnai serga.

Tos, kurios turi priežasčių bijoti persileidimo arba kurioms tai jau buvo nutikę, turi gyventi kuo ramiau ir kukliau, vengti pokyčių iš ramaus gyvenimo į smarkų, turi išlaikyti saiką valgydamos, gerdamos, miegodamos ir judėdamos. Turėtų vengti skrandžio prikimšimo, kratančių ir tolimų kelionių, triukšmo ir riksmų, o svarbiausia – saugotis išgąsčio. Jų drabužiai turi būti tokie, kad visos kūno dalys galėtų laisvai judėti, jog nei vienas prispaudimas nestabdytų kraujotakos ir kvėpavimo. O taip pat turėtų atsisakyti triukšmingų kompanijų, linksmintis viešose vietose ir ten, kur susirenka daug žmonių. Turi vengti balių arba kitų renginių, reikalaujančių per lengvų arba kūną varžančių drabužių.

Stiprios ir pakankamai sveikos moterys neturėtų jaudintis dėl saugumo ar kažko ypatingai vengti, nes jų sveikata įveiks net ir labai kenksmingas priežastis. Tačiau silpnos ir delikačios moterys turi stiprinti save darbu ir būdamos gryname ore, jeigu tai leidžia metų laikas. Jeigu ne, jei jų būklė ir galimybės joms neleidžia gyventi kaime, jos turi užsiimti kokia nors aktyvia joms malonia veikla. O tuo pat metu reikėtų pratintis prie santūraus ir paprasto gyvenimo, prie daugiausiai augalinio maisto, trumpo miego kietoje ir šaltoje lovoje, taip pat prie šaltų maudynių ir ilgų pasivaikščiojimų arba pasivažinėjimų po jų. Svarbiausia – reikia jose palaikyti nuolatinį linksmumą, tam parinkti tinkamą kompaniją. Tačiau tas linksmumas turi būti be aistrų, kas šiuolaikinėse mūsų kompanijose yra gana sudėtingas dalykas. Trumpai tariant, silpnoms ir švelnioms nėščiosioms reikia gyventi kukliai, bet aktyviai. Tiesa, tas aktyvumas turi būti pritaikytas prie jėgų – sunkus darbas joms būtų nepakeliami vargai. Švelnioms ir jausmingoms moterims tai būtų tikra prievarta ir todėl galiausiai joms kenktų.

III Skyrius

Kūdikių auginimas

Iki gimimo momento visos mūsų pastangos ir naudotos priemonės dėl vaisiaus dažniausiai buvo susijusios su jo tėvais. Nes iki jam išeinant iš įsčių, motinos pilvas buvo jo pasaulis, kuriame jis gyveno ir augo. Nuo šio momento [kai gimstama] visas žemės paviršius tampa jo gyvenamąja vieta, kurioje esanti gyvastis yra ir jo gyvastis bei svarbūs jo išgyvenimo resursai. Nuo atėjimo į pasaulį viskas, su kuo susiduriame, mums daro įtaką, veikia mūsų gyvenimą, lavėjimą ir sveikatą. Dėl to viskas gali būti panaudota protingai ir tinkamai arba netinkamai ir žalingai. Taigi tas kiekvienu laiku tinkamas išorės veiksnių naudojimas ir pritaikymas gali tapti gebėjimu, kurio dalis priklauso ir nuo mūsų. Būtent ta dalis, kuri mus moko, kaip naudotis išorės jėgomis, veikiančiomis vaiką taip, kad užtikrintų jo sveikatą, tolygų augimą, taip pat ir išvaizdų, ir stiprų sudėjimą.

Vos gimęs vaikas pats ima kvėpuoti, gi iki tol jis gyveno be kvėpavimo, o kvėpavimo sistema vietoj savo gaminamo arterinio kraujo naudojo motinos. Gimimo momentas yra didelio pokyčio metas kūdikio gyvenime. Keičiasi visa kraujotaka, oras užpildo plaučius ir visą kūną, kurį iki tol buvo užpildę vaisiaus vandenys. Vaikas papuola į daug vėsesnę vietą, o toks staigus pokytis gali tapti nemalonaus jausmo ir verksmo priežastimi. Kadangi kiekvienas vaikas savo atėjimą į pasaulį pažymi verksmu, tai yra pirmasis ženklas gimimo ir tuo pačiu kančios. Pati prigimtis mus įspėja, kad viena yra neatskiriama nuo kito ir bus kartu amžinai. Ir nuo tada ši vargana būtybė, tas naujas pasaulio pilietis atsiduria likimo galioje, tampa jo žaislu. Nuo tada jis pradeda įgyvendinti savo lemtį, kuri

yra kentėti ir kartais tą kančią perpinti trumpais laimės momentais. Verksmas – tai vienintelė kūdikių kalba. Jis įspėja mus apie jų kančią, tuo tarpu gerovę išreiškia tylėjimas.

Jeigu naujagimiai iškart po gimimo lengvai judina kūno dalis, jei lengvai kvėpuoja, lengvai atveria akis, jeigu ant galvos yra trumpi plaukai, jeigu nagai geri, o veidas pilnas ir nesusiraukšlėjęs – tai yra ženklas, jog [kūdikis] sveikas ir gimė savo laiku.

Pirmoji paslauga, kurią reikia atlikti po to, kai užrišame bambagyslę, tai nuplauti vaikelį ir apvynioti vystyklais. Gyvūnai naujagimius nuplauna nulaižydami. Žmonės tą paslaugą pakeičia nuprausimu, tačiau viską jie nori paaiškinti moksliškai ir viskam turi paruošę priežastį, ir dėl to nesutaria dėl nuprausimo būdo. Vieni maudo vaikus šiltame, vasariškame vandenyje, kiti – nardina į šaltą, galiausiai dar kiti – į sūdytą ar jūros vandenį. Yra tokių, kurie pataria maudyti vyne ar juo ištrinti, tuo tarpu kiti ištrina aliejumi. Gaila, kad neturime įrengę Stikso maudyklių[122], nes neabejotinai ne vienas norėtų į juos vaikus nardinti tam, kad taip daugiau Achilų[123] galėtų sukurti. Daug neaiškindamas pasakysiu, kad vaikas turi būti nuvalytas drėgna skarele ir nuplautas vasariškame vandenyje. Tokiame vandenyje, kuris būtų maloniai šiltas ir artimos temperatūros tokiai, kurioje dar neseniai vaisius augo prieš gimdamas. Naujagimio nardinimas į šaltą vandenį, o juo labiau į upės vandenį, kai kurių propaguojamas su užsidegimu, yra kenksmingas paprotys, paplitęs karingose tautose, kurioms to reikia tam, kad silpnus ir paliegusius kūdikius, vos įžengusius į pasaulį, pražudytų. Kai Spartoje gimdavo sūnus, jis buvo atiduodamas giminės vyresniųjų teismui. Jie liepdavo vaiką maudyti vyne, kas turėjo labai dirginti silpnus ir švelnius vaikus. O jei tų respublikoniškų tironų nuomone, naujagimis netiko respublikai ir būtų tapęs našta sau pačiam, jis

[122] Stikso upė – graikų mitologijoje tai upė, žyminti ribą tarp šio pasaulio ir požemio karalystės. Taip pat tikėta, kad šios upės vanduo suteikia stebuklingų galių, tokių kaip nepažeidžiamumas.

[123] Achilas – graikų mitologijos herojus, Trojos karo dalyvis. Pagal vieną iš mitų, didvyrį Achilą dar kūdikystėje motina panardino į Stikso upę ir jis tapo beveik nesužeidžiamu (išskyrus kulną, už kurio motina jį laikė nardindama į upę).

buvo metamas į bedugnę po Taigeto kalnu[124]. Ir tokių drakoniškų įstatymų kaltininkas buvo protingasis Likurgas.

Atėnuose ir kone visoje Graikijoje pats tėvas buvo naujagimio sūnaus teisėjas, sprendžiantis gyventi jam ar mirti. Dėl to iškart po gimimo jam po kojomis buvo paguldomas naujagimis, jei jį tėvas pakeldavo, tai būdavo ženklas, kad atleidžia kaltę [moteriai], jog jį pagimdė, tačiau jei nusisukdavo, pasmerktas naujagimis kuo greičiausiai buvo paimamas ir nužudomas arba paliekamas kieno nors kito globai. Kokius nežmoniškus įstatymus sukūrė senovės graikų užsidegimas dėl respublikos, o jų filosofai palaimino tą barbarystę.

Kartais pasitaiko, kad iškart po gimimo kūdikio padai būna persisukę į vidinę pusę arba pasisukę šonu. Tokiu atveju reikia elgtis taip: lengvu judesiu apimti kojytę taip, kad pėda įgautų reikiamą kryptį.

Kasdienis vaikų maudymas yra labai girtinas paprotys, nes švara yra jiems toks svarbus elementas, kad būtina atkreipti į tai dėmesį. Iš dalies tai galime pamatyti tarp gyvūnų, kurie savo vaikus beveik be perstojo laižo ir valo – paukščiai, vos jų jaunikliai ima plunksnuotis, juos iškart valo snapu. Visgi nepatarčiau visada maudyti tik šiltame vandenyje, nes jis palaipsniui vis labiau veda link minkštumo. Todėl reikia nuo vasariško vandens palaipsniui pereiti prie vis vėsesnio vandens, o vyresniame amžiuje jau baigti apipilant vaikus šaltu vandeniu. Tačiau po kiekvieno apipylimo reikia kūną gerai iššluostyti. Gyvename krašte, kuriame reikia iš anksto pasiruošti visokioms šalčio formoms ir visokioms staigioms oro permainoms. Dėl to toks paprotys, kai paprastas rusas neria po pirties tiesiai į vandenį arba voliojasi sniege, yra geriausias būdas apsisaugoti nuo kenksmingų atmosferos pokyčių. Tačiau tas paprotys yra pavojingas mažiems vaikams, o jaunuolius galima tik lėtai prie to

[124] Taigeto kalnas – anot istoriko Plutarcho, nuo šio kalno seniūnų apžiūrėti nesveiki kūdikiai buvo numetami į prarają. Istorikų duomenimis infanticido paprotys buvo paplitęs visoje Graikijoje. Jis labiau priskirtinas Atėnams ir tik rečiau – Spartai. Dažniau buvo žudomos mergaitės, bet ne berniukai. Archeologiniai tyrimai patvirtina hipotezę, kad galimai ant Taigeto kalno buvo žudomi ir vėliau žemyn numetami žmonės, tačiau palaikų ekspertizė parodė, kad tai suaugusieji, kūdikių kaulų toje vietoje nerasta. Žr. *https://www.quora.com/What-are-some-common-misconceptions-about-Spartans*

pratinti. Taip pat niekada negalima maudyti vaikų po valgio, bet tik prieš. Savaime aišku, atsargumas reikalauja, kad po maudynių patalynė ir vystyklai turi būti sausi ir švarūs.

Gimdymo metu kūdikio galva įgauna kiek smailią ir pailgą formą, tačiau vėliau ji pati palaipsniui suapvalėja ir įgauną reikiamą pavidalą. Dėl to kai kurių išsimokslinusių matronų pastangos, kurios netaisyklingą galvutę iškart po gimimo ima maigyti ir spausti, taip norėdamos suteikti jai tinkamą formą, yra nereikalingos. Toks smegenų ir dar minkštų kaukolės kaulų spaudimas ne tik nėra reikalingas, bet gali labai pakenkti ne tik galvos formai, bet daug blogiau – protinėms galioms. Kadangi nei papročiai, nei mada, nei teisė nenurodė galvai reikalingos formos, geriausia ir protingiausia būtų palikti tai natūraliam augimui. Mažos, minkštos ir lengvos kepurėlės, kurias dažnai naudojame, nors yra mažai reikalingos, bet laisvam galvos augimui netrukdo.

Kai kurios primityvios tautos vieni į kitus panašūs pagal galvos formą, kadangi stengiasi iškart po gimimo savo vaikams ją suteikti. Kas per laukinis žmogaus noras! Viską, kam gamta prieštarauja, jis nori pataisyti ir tai vadinam protingumu! Taip ir pas mus – kai vaikas iš prigimties yra linksmas, gyvas, judrus, nuolatos liepiame jam sėstis, liepiame laikytis sistemos, rimtumo ir išmin-čiaus protingumo. Liepiame mokytis ir mąstyti, kai dar to negali, o kai jis bręsta ir visa tai jau gali, sakome jam duoti mums ramybę.

Iškart po gimimo vaikų ir kai kurių gyvūnų žarnyne lieka tamsiai žalia, lipni ir tiršta materija, kuri vadinama mekonijumi. Jis vėliau išsivalo. Tos pirmos žarnyno išskyros dažniausiai pasišalina be jokių papildomų pastangų. Ta juoda materija dalinai pasišalina pati, dalinai jai pasišalinti padeda pirmasis žindymas iš motinos krūties, dėl ko pirmajam pienui priskiriamos išvalomosios savybės. Kaip ten bebūtų, pirmas pienas, be abejonės, yra ir pirmas maistas, kuris tinka naujagimiui. Jei kūdikiai maitinami senu ir riebiu motinos pienu, nuo to sutrinka jų virškinimas ir užkietėja viduriai, o tada pasireiškia liga, kurią siejame su nepasišalinusia juodąja

materija. Tada vieną klaidą taisome kita klaida – priimame naują pasaulio gyventoją su vaistais t. y. rabarbarų sirupu, kurį jam per jėgą pilame į gerklę tol, kol neišeina tas nelemtas mekonijus. Naujagimis taip „mandagiai“ priimtas ima sirgti, greitai patiria pilvo pūtimą, dieglius, pjovimą, tokį, kokio mes niekad nejautėme. Taigi, tos kančios – tai pasekmė mūsų jam duoto lengvo nuodo, bet mes priskiriame tai mekonijui ir toliau bandome laisvinti vidurius pildami dar daugiau rabarbarų gėrimo, o tada stebimės, jog kūdikis nevirškina maisto, aiškiname tai silpnumu ir atiduodame į gydytojo rankas. Taip kiekviena klaida mus veda prie kitos, ir taip vis iš naujo tol, kol arba vaiko jėgos ir laikas visko nepataiso, arba kol ta dirbtinė liga nesibaigia mirtimi. Tai, kad tas paprotys girdyti vaikus sirupais yra kenksmingas, pirmiausia išsiaiškinta Anglijoje, kur tą patį metodą bandyta naudoti su veršeliais. Kai kurie jų nugaišdavo dar vartodami tokį vaistą, kiti neramūs ir labai kenčiantys palengva po kelių dienų atsistatydavo.

Taigi, kai kas paklaustų, kaipgi nugalėti tuos juodus klijus, kai motina nemaitina, o motinos maistas jau yra senas ir riebus, juo neišeina neišvesti skrandžio iš rikiuotės? Kaip greitai įsitikinsime stebėdami prigimtinius dėsnius, kiekvienas mūsų poelgis bus neteisingas, o pagalba baigsis tuo, kad iš dviejų ar daugiau blogybių rinksimės mažesnę. Galiausiai suprantu, kad vaikai iš kažkur kitur bus sveiki, o dėl juodosios materijos atsikratymo neverta stengtis, krūties duoti nereikia skubėti, bet galima švariu ir nekaltu skysčiu padėti klijams išeiti. Nėra paprastesnio ir nekaltesnio skysčio nei vanduo, kuriame dėl skonio ir maistingumo galima ištirpinti gabalėlį cukraus. Todėl pirmam maitinimui galima naudoti ir motinos pieną, skiestą vandeniu. Klijai išeis patys, dėl jų nereikia vargti.

Apie poreikį ir būtinybę, jog motinos pačios maitintų savo vaikus, rašė jau tiek daug gydytojų ir filosofų, kad jau iš esmės nieko daugiau pridurti neišeina. O kadangi jau tiek stiprių ir išbaigtų raštų, priminimų, įspėjimų neturėjo poveikio, negaliu tikėtis, kad pavyks įkalbėti [žindyti] kokią nors motiną. Tuo pat metu esu tvir-

tai įsitikinęs, kad pačios motinos daug labiau nuo to kenčia nei jų vaikai. Tačiau blogas papratimas šiandien tapo toks populiarus, kad tos doros ir protingos motinos peikia nuomonę, jog vedamos prigimties turėtų vykdyti savo pareigą, duoti sau ir savo vaikui tai, kas reikalingiausia. Kūdikiai kenčia, jei jiems duodamas senas ir jų skrandžiams per sunkus maistas, tačiau augant ir stiprėjant šis trūkumas turėtų nunykti. Taigi, jauna, žydinti, stipri, kukli, nekalta rami žindyvė yra tikrų tikriausia geradarystė vaikui, kuriam gyvybę davė sena arba delikati, išsekinta, serganti, lengvabūdė ar tūkstančio aistrų mėtoma motina, minkšta, švelni, nuolaidi arba nesustabdoma pikčiurna. Yra įrodyta, kad aistros daro didžiausią poveikį visiems gyvūniniams produktams, taip pat ir pienui, kurį, kaip rodo patirtis, viena bloga mintis gali paversti nuodu. [Yra pavyzdžių, kai kūdikiai puldavo į konvulsijas arba staiga mirdavo, jei jiems krūtį duodavo įpykusi motina – Andriaus Sniadeckio pastaba.] Paprastos moterys, kurių nervų neišlepino mokslai ir gyvenimo būdas, išskyrus pyktį neturi kitų aistrų, ir todėl neturi tiek daug progų ir būdų sugadinti maisto ir nuodyti vaikų, kiek jų turi išsilavinusios damos[125]. Niekada nereikia jų nervinti, o jei jau susinervino, negalima joms leisti maitinti vaikų tol, kol nenusiramins.

Kai motinos nustoja maitinti savo vaikus, tai yra pats tikriausias tautos sugedimo ir paprastumo praradimo bruožas. Tas sugedimas prasideda galingųjų namuose ir palengva ateina ir į neturtingųjų klasę. Taip Italijoje ne tik žinomos damos ir galingiausios pilietės, bet ir paprastos amatininkės savo vaikus atiduoda žindyvėms į kaimą. Taip ir senovės Graikijoje motinos ilgai pačios maitino savo vaikus, tačiau galiausiai atidavė tą vargą vergėms. Tačiau skyrėsi nuo mūsų tuo, kad buvo dorovingesnės ir išmintingesnės, nes vergės žindyvės tapdavo šeimos narėmis ir buvo pirmosiomis savo auklėtinių mokytojomis, neatsitraukiančiomis bei globojančiomis draugėmis. Mes, po to kai jos išmaitina vaikus, sumokame joms šimtą ar du šimtus zlotų ir atleidžiame jas kaip paprastus

[125] Sniadeckis remiasi senu įsitikinimu, jog mokslas kenkia moterims, nuo jo jos tampa nervingos ir suserga isterija. Ilgą laiką tai net buvo argumentas neleisti moterims mokytis universitetuose.

tarnus. Ir romėnės pačios maitindavo vaikus, kol prabanga ir sugedę papročiai patarė perleisti tą paslaugą graikėms. Tačiau net ir sugedusios Romos laikais buvo dorų piliečių, kurios šios pareigos nesišalino. Taip Katono[126] motina ne tik pati savo krūtimis jį maitino, bet dažnai tą pačią krūtį duodavo ir kartu augantiems vergų vaikams manydama, kad tas pats maistas suvienys jaunąjį Katoną su jo tarnais.

Jaunos motinos daugiausia po gimdymo kenčia nuo pieno, kuris būna ne tik sunkių, bet kartais ir mirtinų ligų priežastis. Jos negali geriau sau padėti, kaip tik maitinti kelias savaites, jei ne kelis mėnesius. Tokiu būdu išnyksta grėsmės dėl krūtų užleidimo. Geriausia pagalba jaunoms ir delikačioms motinoms yra tai, kad jos bent jau kelias savaites pačios kartu su žindyvėmis maitintų.

Kai kurie gydytojai draudžia maitinti moterims, kurios linkusios į krūtų ligas, tačiau aš iš patirties įsitikinau, kad būtent žindymas kuriam laikui arba visam laikui nuo tokių ligų ir apsaugo. Kai jau vaiką ima maitinti žindyvė, tinkamas jos pasirinkimas yra labai svarbus. Renkantis žindyvę reikia galvoje turėti tiek kūno, tiek ir dvasines jos savybes. Ne dėl to, kad pagal seną prietarą sakoma, kad žindyvių blogybės ir ydos persiduos vaikui, bet dėl to, kad pyktis, aistros ir netvarkingas gyvenimas daro labai didelę įtaką maisto prigimčiai. [Senovės Graikijoje stengtasi gauti žindyves iš Lakedemonijos, kuri garsėjo griežtu lavinimu ir dorovingu gyvenimu. Mes nekreipiame dėmesio į geras žindyvių širdies savybes ir tai yra baisiausias neatsargumas – A. S. pastaba.]

Gera žindyvė neturi būti vyresnė nei trisdešimties ir turi būti paimta po pirmo arba antro gimdymo, o tas gimdymas turėtų kiek įmanoma labiau sutapti su žindomo vaiko gimimo laiku. Jeigu pienas yra senas, vaikai serga virškinimo sutrikimais ir pilvo pūtimu. Dėl to, jei pati motina gali maitinti pirmas kelias dienas, ji negali

[126] Markas Porcijus Katonas (lot. *Marcus Porcius Catō*, dar žinomas kaip Katonas Jaunesnysis, lot. *Cato Minor*, 95–46 m. pr. Kr.) – sen. Romos respublikos politikas ir stoikas, išgarsėjęs nepaperkamumu, principingumu ir užsispyrimu. 65 m. pr. m. e. Katonas tapo kvestoriumi ir senatoriumi. Jis palaikė optimatų partiją. 63 m. pr. m. e. buvo išrinktas plebėjų tribūnu ir po metų kartu su Ciceronu sužlugdė Katilinos sąmokslą.

atsisakyti duoti vaikui savo krūties. Sveika ir jauna žindyvė negali turėti jokių žalingų įpročių, tokių kaip girtuoklystė ar apsirijimas, turi būti švari ir darbšti, kantri, švelni ir gyva.

Vienas iš labai svarbių perspėjimų, susijusių su žindyvėmis, yra tai, kad jų gyvenimo būdo staiga negalima keisti. Kiekviena priverstinė permaina gali tapti ligos priežastimi, o taip pat ir pakeisti maistą. Žindyvėmis visada reikia imti sveikas ir darbingas kaimietes, todėl pradžioje joms reikia atsikratyti kaimietiškų įpročių, maisto ir skirti joms pamatuotą kiekį, tačiau nuolatinio darbo. Atsimenant kitus dalykus, prie kurių nepriprantama, dėl staigaus gyvenimo būdo pasikeitimo, pastebėjau, kad kaimo moterys prie gerovės, dykinėjimo ir patogumų greitai pripranta ir perima miestiečių delikatumą ir ydas. Taigi, gerovė ir dykinėjimas gali jas pastūmėti į pasileidimą, kas labiausiai kenkia kūdikio sveikatai.

Per pirmus šešis mėnesius kūdikiui pakanka maisto, kurio jis gauna iš krūties, vėliau, jei vaikas stiprus ir sveikas, jį galima pratinti prie kito maisto. Mačiau, tiesa, kad vaikai nuo dviejų ar trijų mėnesių jau pratinami prie sultinių, košių arba kisielių, tačiau taip pat patyriau ir tai, kad tokie vaikai retai būna sveiki. Žinoma, stipresni ir tvirtesni vaikai tokį maistą ištveria, bet jautresni ir silpnesni nuo jo akivaizdžiai kenčia. Gamta ne be reikalo vaikams skyrė pieną kaip maistą, dėl to reikia naudotis jos dėsniais ir sumanymais. Dantų atsiradimas parodo, kad jau galima vartoti ir kitus, tirštesnius ir stipresnius, maisto produktus. Tačiau negalima galvoti, kad visas pienas yra vienodas ir galima maitinti tiek motinos, tiek ir karvės ar ožkos pienu. Šviežias maistas iš motinos krūties tuo metu, kai dar ištraukiamas būna gyvas – gyvena moters gyvenimu, ir todėl nuo negyvo ir gyvūninio pieno labai skiriasi. Nes kaip kiekviena gyvūnų rūšis turi savo kraują, kurį nors ir į kitos rūšies kraujo indus pripylę ilgai ir sveikai juo negalėsime naudotis, taip ir kiekvienas turi savo pieną, kuris kitos rūšies kūdikiams netinka, bent jau kol jų virškinimo sistema nėra visiškai susiformavusi ir sustiprėjusi [virškiname ir gyvūnų pieną, taip kaip šiek tiek sunkiau virškinamą maistą – A. S.

pastaba]. Jeigu man kas nors pasakytų, kad esama pavyzdžių, kai vaikai išaugo maitinami vien tik karvės pienu, aš atsakysiu trumpai, kad esama pavyzdžių žmonių, kurie gyvena maitindamiesi pačiu blogiausiu maistu ir priprantančių net ir prie nuodų. Aš esu įsitikinęs, kad didžioji dalis taip maitinamų vaikų miršta. Ta mano pastaba veda į neatsargų klausimą: ar išskyrus motinos pieną, t. y. moters pieną, kuris yra sukurtas būtent vaikui ir tik jo jėgoms pritaikytas, gali būti efektyviai ir be žalos vartojamas koks nors kitas maistas? Tam štai būtų toks atsakymas.

Gydytojai nuo seno nagrinėjo klausimą: ar galima maitinti ir lavinti vaikus be žindyvių? Patirtis atsakė į tą klausimą: negalima. Kūdikėlio Jėzaus ligoninėse[127] Londone, Paryžiuje, Stokholme visi vaikai, maitinti karvės arba ožkos pienu, numirė. Ruane[128] tuo aiškiai įsitikinta: vaikai labai sulyso, [vėliau] buvo maitinami pienu ir kisieliumi, tačiau ir tai nepadėjo. Praėjus aštuoniolikai mėnesių iš 132 vaikų liko gyvi tik 30, tačiau ir tie išblyškę, silpni ir ligoti, visi greitai išmirė. Bandyta išsiaiškinti, ar toks nelaimingas nutikimas galėjo būti susijęs su ligoninėmis. Dėl to kai kurie gydytojai nusprendė tokiu pat būdu auginti vaikus tik po vieną. Tačiau ir tai, anot kai kurių anglų, nepasiteisino. Taigi, tokiu būdu auginti vaikus galima nebent tik esant būtinybei, nes geriau jau vaikus maitinti blogai, nei leisti jiems mirti badu. Vaiką reikia maitinti šaukšteliu ir visada stengtis, kad pienas būtų šviežias, žodžiu, ką tik pamelžtas. Didžiojoje Milano špitolėje mačiau vaikus, pripratintus žįsti ožkas. Ožkos buvo taip išmokytos, kad pačios prie joms žinomų lopšių nubėgtų ir, juos atvertusios, duotų kūdikiams tešmenis. Tiesa, vaikų mirtingumas buvo didelis, kas ligoninėse būna įprasta, tačiau buvo gana retų atvejų, kai vaikai augo gana gerai. Aš tą pavyzdį norėčiau palyginti su jau minėtu, kai vaikai prie seno ir riebaus maisto pratinasi. Iš tiesų ilgai serga, bet galiausiai ima tą maistą virškinti ir gyvena gana gerai.

[127] Kūdikėlio Jėzaus ligoninė. Žr. p. 70.
[128] Ruanas – miestas Prancūzijos šiaurėje, prie Senos upės žemupio.

Žindyvės, turinčios daug maisto, dažnai numalšina kūdikių neramumą, ašarojimą arba raudas paduodamos krūtį, o tokiu būdu ne tik juos pripratina prie apsirijimo, ne tik moko juos išsireikalauti ir įsakinėti verksmais, bet ir juos silpnina, gadina skrandį. Jeigu žindyvė arba maitinanti motina yra darbšti ir visad kažkuo užsiėmusi, ji neturi maitinti vaiko tik savo pertraukai, o jei vaikas verkia dėl to, kad serga ar kenčia, paduodant krūtį jo nepavyks nuraminti, nei skrandžio pripildymu nepavyks išgydyti. Elgiantis protingai ir paduodant krūtį tik tada, kai vaikas yra alkanas, galima jį pripratinti prie labai reguliaraus žindymo. Galiausiai kartais reikia leisti vaikams paverkti. Gamta jiems ne veltui balsą davė, jis padeda ir plaučių lavinimui, ir krūtinės ląstoms raumenims. Dėl to protinga kantrybė yra labai reikalinga žindyvėms ir motinoms. Jeigu vaikas yra stiprus ir sveikas, apsivalgymas jam gresia mažiau, nes viršytą suvartoto pieno kiekį jis atpila. Iš to manoma, kad vaiko atpylinėjimas nuo pirmųjų dienų yra sveikatos ženklas ir taip iš tikro yra. Nes jeigu [maistas] dėl kokių nors priežasčių užlaikomas, tuomet vaikai serga. Visada, jei vaikas gerai žinda, reikia jam atitolinti maitinimus ir daug rečiau duoti krūtį.

Taip pat reikia rūpintis, kad žindyvė niekada vaiko nepasiguldytų nakčiai prie savęs. Reikia žinoti, kad kai kurios turi tokį įprotį, labai dažną ir kenksmingą. Yra pavyzdžių, kai vaikai sunkių ir mieguistų žindyvių būna uždusinami. Kartais tingios ir vangios moterys uždusina vaikus dėl to, kad jos krūtį pasideda ant lopšio ir duoda vaikui. Todėl tam, kad to išvengtų, reikia ne tik tokioms moterims liepti neduodi krūties kitaip negu pasiėmus vaiką ant rankų ir pasidėjus ant pilvo, bet ir nuolat jas stebėti. Kartais pasitaiko ir taip, kad žindyvės iš tingumo ar papratimo visad tik vieną krūtį duoda, todėl užleidžia kitą. Dėl to ne tik kad gali susirgti krūties sugedimu [uždegimu], ne tik nepajėgia vaiko pamaitinti, bet ir guldydamos jį visad ant vieno šono prie tos pačios krūties trukdo abiem kūdikio šonams tolygiai augti. Dėl ko vystosi kartais ir sunkesnės vaiko ligos ir ydos, negu kas galėtų iš šalies įtarti. Dėl

tos pačios priežasties reikia atidžiai stebėti, kad kai jau vaikas nešiojamas ant rankų, vieną kartą prie vieno, kitą kartą prie kito peties jis turi būti priglaudžiamas.

Taip pat reikėtų kaip įmanoma vengti žindyvių kaitos, tačiau, esant reikalui, to bijoti irgi nereikia. Jei žindyvė prarado ar sugadino pieną, jeigu jai pasireiškia liga arba piktumas, jei ji taps nemaloni ir ims nuobodžiauti arba jei pastos, tuomet ją reikia pakeisti. Medicinos autoriai tarp pagrįstų priežasčių keisti žindyvę nurodo jos mėnesinių pasirodymą. Aš suprasčiau, kad tokiu atveju reikėtų atkreipti dėmesį į tai, ar nuo to vaikai kenčia, ar serga, tačiau mačiau labai sveikų ir stiprių vaikų, sėkmingai maitinamų tokios žindyvės. Renkantis naują žindyvę reikia stengtis, kad jos pienas būtų kuo panašesnis į ankstesnės, t. y. arba kokiu nors būdu sutaptų jų amžius, gyvenimo būdas ir gimdymo laikas[129].

Visgi pateikdamas tiek daug nuostatų, susijusių su žindyvėmis, tuo pat metu nenorėčiau, kad kas nors pagalvotų, jog ginu motinas, kurios atsisakė savo šventos pareigos maitinti savo vaikus. Tas nusikaltimas pats užtraukia bausmę. Nes tas, kuris elgiasi priešingai gamtos dėsniams, pats neišvengiamai nuo to kenčia. Dėl to didelė dalis ligų, kurios tenka mūsų damoms po gimdymo, kyla iš šio šaltinio. Tokios ligos yra krūtų uždegimai, sukietėjimai, pūliavimai, ūmios pieninės karštinės, balti patinimai arba taip vadinami pieno persimetimai į kitas kūno dalis arba vidurius, gimdyvių karštinės ir bėrimai, baltos išskyros ir kai kurios nervų ligos. Taigi gamta nori ir reikalauja, kad kiekviena moteris, kuri gimdo, žindytų. Dėl to damos, kurios šios priedermės nenori arba negali įvykdyti, turi savo pačių sveikatos labui bent kelioms savaitėms šiai pareigai paklusti, bent jau tol praeis laikas, kuomet minėtų ligų rizika yra didžiausia. Toks nurodymas ypač svarbus toms, kurios dėl kokios nors ligos turi silpnesnius organus. Nors gydytojai paprastai liepia damoms, kurių krūtys susilpnėjusios, niekada nemaitinti, aš gi iš

[129] Originale (O fizycznem wychowaniu dzieci, 1840 m. Varšuva, p. 60) *yra czas powodzenia*, kas reikštų „sėkmės laikas“, visgi atsižvelgiant į darbo kontekstą, tai vertintina kaip korektūros klaida. Turėtų būti *czas porodzenia* – gimdymo laikas.

patirties įsitikinau, kad yra visiškai priešingai, nes būtent maitinimas apsaugo jas nuo krūtų ligų.

Tačiau jei maitina delikačios, ligotos, bet užtai sentimentalios ir švelnios damos, o taip pat ir kiekvienam savo proto judesiui ir aistroms pavaldžios, vaikai iš to nieko negauna, bet jos labai kenčia, jei to nedaro. Taigi, tai jau ne vaikų, bet labiau jų pačių interesas, kiek įmanoma ilgiau maitinti.

Kai kurie siūlo laikyti kūdikius ramioje vietoje dėl to, kad tuo amžiaus tarpsniu jie miega ir turi miegoti kuo daugiau todėl, kad jie gali lengvai išsigąsti [ir pabusti]. Toks patarimas ne tik kad nereikalingas, bet ir žalingas. Pastebėjau, kad vaikai, kurie priprato visad būti tarp žmonių, saldžiai miega net ir didžiausiame šurmulyje, bet niekad nebijo ir neatsibunda net ir nuo ryškaus trenksmo. Tuo tarpu juos nuolat saugoti nuo šurmulio ir net mažiausių trenksmų ar triukšmo, vadinasi, sukelti jiems kuo didžiausią nesaugumo jausmą ir kančias kiekvienąkart, kai jie turės atsidurti tarp žmonių. Staigiais pokyčiais ir nesaugumu prijaukiname gyvūnus, kuriuos norime apsaugoti nuo žalos, o savo vaikus norime padaryti dar jautresnius nei jie, lyg jie negyventų amžinai besiilsinčiame pasaulyje. Atminkite kartui ir visiems laikams, geri ir protingi tėvai, kad vaiko suminkštinimas, išlepinimas, sujautrinimas yra vaikui nelaimė, o ne turtai nei apdovanojimai. Vaikai, nuo gimimo užaugę nepatogumuose, atšiauriame klimate, nepritekliuose ir neapsaugoti nuo žmogiškų kentėjimų, nuo nieko nekenčia, nes supranta, kad taip turi būti. Matydami, kad tie, su kuriais gyvena, kenčia tą patį, viską lengvai pakelia be sielvarto ir liūdesio. O išpaikinti, išpopinti ir „iščackinti“ paliegėliai, tolimesniame gyvenime vos tik trumpam turi atsisveikinti su patogumais ir lepinimu, yra pačios nelaimingiausios ir labiausiai pasigailėjimo vertos būtybės. Nes ne tik sąžiningai kenčia kančias, bet ir nuo menkiausių nepatogumų suserga. Taigi, jūs aklos ir savo teisumu neabejojančios motinos ir bobulės, kurios vaikus minkštai ir lepiai auginate, klausykite ir drebėkite! Jūs rengiate savo vaikams tikrą nepatvarumo pragarą, jūs esate belzebubai,

tinkami jų kankinimui. Žmogus yra likimo žaislas, o likimas visad yra nenuspėjamas, deja, visad galingas. Jį tik tas nugalėti gali, kuris jį niekinti moka, kuris turi tiek kūno ir proto jėgų, kad visus jo smūgius ištveria, tas, kuris turi tiek tvirtumo, kad niekada nepalūžta. Tačiau ta tvirtybė, ta tikra didybė yra tuo labiau reikalinga, kuo žmogus aukštesnę vietą visuomenėje užima. Nes likimas yra toks išdidus, kad tik didelio ir pasipūtusio kaklo siekia.

Yra dar du dalykai, susiję su kūdikių auginimu, kurie traukia mokslininkų dėmesį: tai suvystymas ir supimas, su kuo visi užaugo. Aš nepritariu suvaržymams ir prievartai ir manau, kad suvaržyti dar pačioje pradžioje į pasaulį ateinantį žmogų yra labai nemandagus būdas jį pasveikinti ir priimti. Tuo pačiu reikia pažymėti, kad kai kurie papročiai, susiję su suvystymu, yra perdėti, t. y. kad neteisingai jam priskiriamos kai kurios negalios ir tuo pat metu nedaug galėtų nutikti blogų dalykų dėl kojų ir rankų, kurių kūdikis dar pats nemoka judinti, laisvumo. Tačiau aišku yra tai, kad pilnavertis galūnių augimas ir vystymasis reikalauja galimybės jas laisvai naudoti, dažnai judinti, kas jas, be abejo, sustiprina. Nereikėtų bijoti, kad kūdikis savo jėgomis ir laisve galėtų piktnaudžiauti. Antra vertus, kūdikio verksmas ir muistymasis vystykluose tiesiog rodo, kad jis nori judinti galūnes, todėl jo suvaržymas yra nenatūralus, o viso fizinio lavinimo kontekste tai gali būti pirma priežastis fiziniam silpnumui. Žindyvės mėgsta suvynioti kūdikius dėl to, kad taip lengviau juos paimti ir pernešti iš vienos vietos į kitą, bei todėl, kad suvystytą vaiką lengviau prižiūrėti. Be to, laisvas rankytes kūdikiai kiša į burnytę ir čiulpia, tokiu būdu kartais save dusina. Tą paskutinį netinkamą elgesį, jei jis būtų tiesa, kuo aš abejoju, lengva suvaldyti, nes rankytes galima lengvai ir laisvai aprišti taip, kad į burnytę susikišti nepavyktų, bet ir nevaržyti judesių. Lengvas kūnelio suvystymas be rankų ir kojų suvaržymų, padedantis paimti ir pernešti kūdikį, jam visai nekenkia.

O dėl supimo paprastai teigiama, kad tai susuka naujagimiui galvą ir šiek tiek apsvaigina, dėl to kūdikio protinės galios gali būti

taip stipriai pažeistos, jog jis taptų protiškai atsilikęs, neįgalus ar nemokša. Iš esmės supimas yra netolimas užžaidimui, užmigdymui ar nuraminimui, kai to reikia, jeigu vaikas prie to nepripratinamas, jeigu jis nesuvaržomas, laisvai judina galūnes, ir jei auklės jį dažnai nešioja, ypač šviežiame ore. Iš kitos pusės nematau, dėl ko jis [supimas] turėtų būti toks žalingas, jei jis yra lėtas judėjimo būdas, kas tuo metu dar silpnas kūdikio galūnes pavaduoja. Vaikui jis sukelia tokias pat emocijas kaip ir jums pasivažinėjimas patogiame ir gerai sureguliuotame vežime. Supimas visus vaikus ir daugelį suaugusiųjų užmigdo, niekam tai nei proto, nei sąmonės neatima, nei talentą sužlugdo. Ką gi tada reikėtų pasakyti ir nuspręsti apie supimąsi sūpynėmis, kas taip populiaru kai kuriose šalyse? O ką reikėtų sakyti apie valsą ir kitus šokius? Tai reikštų visiškai išeiti iš proto ir naikinti visas proto galias, tačiau to patirtis nepatvirtina. Ką reikėtų sakyti apie tuos, kurie laivais išplaukia į ilgas keliones arba ilgai gyvena jūroje? Visi jie tuomet turėtų būti visiški kvaišos, tačiau taip visai nėra. Nemanau, kad vaikų supimas yra reikalingas, bet ir kenksmingu jo laikyti negaliu. Geriau jau leisti juos sūpuoti, negu leisti, kad neatidžios ir dažnai apsimiegojusios žindyvės arba auklės juos nešiotų ir suptų rankose.

Kai kūdikis jau ima tiesiai laikyti galvą, reikia laikyti jį ant rankų ir nešioti, kai jau moka sėdėti, sodinti, ir tiesiog ant žemės, o geriausia – ant vejos ar smėlio. Kai jau išmoksta ropoti, negalima to drausti, bet tik paskatinti ropinėti. Visa tai yra išdava raidos pažangos ir didėjančių jėgų, vis kitų naujų raumenų vystymosi, o visas ir laisvas jų naudojimas yra vienintelis būdas juos lavinti ir stiprinti. Sėdinčiam ir ropinėjančiam vaikui reikia paduoti tokius daiktus, kuriuos būtų galima gaudyti, pakelti, judinti arba kurie lengvai išsivyniotų, kokie yra kai kurie žaislai, pavyzdžiui, trumpi pagaliukai arba lazdelės, akmenukai, o palaipsniui ir vis didesnės lazdos. Vaikai, visad prižiūrimi žindyvės arba auklės, susižeisti negali, o tokia veikla jie naudoja visus savo raumenis ir taip juos visaip išlavina.

Nuo gimimo reikia pratinti vaikus prie gryno oro ir visokių jo atmainų. Žinoma, suprantama, kad silpni ir sergantys vaikai čia būtų išimtis. Vaikai mėgsta gryną orą ir laisvą veiklą jame, ir jis ne tik jiems nenusibos, bet ir nemaloniausias jo permainas priims su didžiausiu entuziazmu. Galima ilgai diskutuoti, ar gamta visiems žmonėms sukūrė [skirtingus] klimatus, palieku tą klausimą filosofams. Vis dėlto aišku yra tai, nes tą parodo patirtis, kad prie kiekvieno klimato galima priprasti ir prisitaikyti. Tiesa tai, kad žmogus yra prisitaikęs gyventi gryname ore, nes tada jis būna stipriausias ir sveikiausias. Tačiau būtinybė privertė žmogų gyventi atšiauriausiuose klimatuose, tuo pačiu išmokė jį užsidaryti ir trokšti apšildomuose kalėjimuose, t. y. namuose ir miestuose. Pirmiausia juos žmonės stato iš būtinybės ir taip jais rūpinasi per kelis mėnesius metuose. Taip kaip šiaurėje užtrokšta pečiais šildomi pietų kraštų augalai, taip ir žmogus tokiuose namuose išsigimsta ir serga. Į miestus žmogų iš dalies traukia reikiamybė, iš dalies dykinėjimas, prabanga ir pasileidimas. Sakau drąsiai, prabanga ir pasileidimas, nes miestai yra tikrų tikriausia to mokykla ir sostinė. Nes miestai yra didžiausias mūsų gadinimo įrankis – ir moraline, ir fizine prasme, nes miestus reikia kaltinti dėl didžiosios dalies mūsų giminės išlepimo, menkumo ir niekšybės. Tačiau girdžiu iš išsilavinusios minios nenuilstančius riksmus esą turėtume jiems padėkoti už civilizaciją, menus ir mokslą. Tiesa. Bet nauda, kurią iš to turime, niekada nenusvers tos nelaimės, kurią jie sukuria. Laimingiausi buvo ir yra tie kraštai, kurie jokių miestų neturėjo ir neturi, arba jų turi labai mažai, tik tokiuose kraštuose žmogus išsaugo savo pirmykštę energiją ir laisvę. Miestų gyventojas ne tik vis labiau sumoteriškėja (suglemba) ir nusilpsta, bet ir, sutramdytas visų žmogiško gyvenimo nuotykių, užsisklendžia ir tampa abejingas kitiems, arba trumpai tariant, fiziniu požiūriu sumoteriškėja, o moraliniu požiūriu tampa „tigru“ (vilku). Čia gali pamatyti patį didžiausią neturtą ir skurdą visai šalia gausos, prabangos ir pasileidimo, žmogaus menkumą ir niekšybes šalia turtingiausių puikybės ir pasipūtimo; blogiausią lemtį šalia savivaliavimo.

Čia savo garbe pasipuošęs ir savo didybe pasipūtęs turtuolis sausomis ir blaiviomis akimis žvelgia į gatvės purve besivoliojantį elgetą arba ramiai jį praeina. Atėnai, vėliau Roma sugadino didžiausių senovės tautų papročius, šiandien juos gadina Paryžius ir Londonas, o beveik visa europietiška jaunuomenė tenai eina pradėti pasileidusio ir blogo gyvenimo.

Minioje susibūrusių ir tankiai susitelkusių žmonių sumanymai yra priešingi prigimčiai. Geriausias to įrodymas yra tai, kad kai kur nors susidaro toks žmonių sambūris, ten gimsta ligos, o mirtis neišvengiamai greitai ateina tenai. Suvaryti, suspausti, o labiausiai uždaryti daug žmonių kartu, vadinasi, dirbti ir sėti mirties naudai, ruošti jai gausybę derliaus. Dėl tos priežasties karas, suburiantis daugelį žmonių į krūvą ir dažnai ankštas vietas, be kitų nelaimių ir nuniokojimų, ištisas provincijas ir šalis nusiaubia, sėdamas ir gimdydamas užkrečiamąsias ligas. Vaikai, kuriuos bendrai kalbant, ligos ir visokios epidemijos labiausiai veikia, tampa pirmosiomis epidemijų aukomis miestuose. Nors tokia griežta ir neatšaukiama taisyklė neaplenkia ir senolių. Pagal tikslius skaičiavimus gauname, kad didžiuosiuose miestuose kasmet miršta 1 žmogus iš 21, mažuose miestuose – 1 iš 24, o kaimuose 1 iš 31. Taikant tą apskaitą vaikams paaiškėja, kad didžiuosiuose miestuose pusė jų miršta dar nesulaukę trejų metų, kaimuose – tik trečdalis. Dėl tos priežasties negalima nepagirti apdairumo tėvų, kurie savo vaikus augina kaime.

Ž. Ž. Ruso, augindamas savo Emilį kaime sukūrė pirmąją sąlygą, kad jį apsaugotų nuo moralinio sugedimo. Ta pati sąlyga yra neišvengiama ir geram fiziniam lavinimui, siekiant išugdyti auklėtinio sveikatą ir stiprybę visam gyvenimui. Žinoma, ne visi galime auginti vaikus kaime, tačiau kiekvienas turėtų, kas tik gali. Priešingu atveju reikia bent jau stengtis juos auginti erdviuose, dažnai vėdinamuose kambariuose, dažnai išleisti į lauką, o žiemą nuolatos palaikyti degimą kamine, neleisti, kad vaikų kambaryje susiburtų daug žmonių, ypač naktį. Tačiau pastebėjau, kad daugelyje didelių

namų vaikų kambarys yra ir visų tarnaičių linksmybių kambarys, ir dažnai net miegamasis. Niekada negalima pamiršti, kad dideli susibūrimai mums yra žalingi, bet labiausiai jie kenkia vaikams. Tas, kas nori tuo įsitikinti, tegu apsilanko vaikų ligoninėse, dar kitaip vadinamuose Kūdikėlio Jėzaus namuose. Tie namai, skirti nelaimingiesiems kūdikėliams, kurių atsisakė neteisingi ir nežmoniški tėvai, auginti, bet vietoj to, kad būtų jiems prieglauda, kupina atjautos ir gerumo, yra tikrų tikriausia skerdykla, tikra žmonijos mėsinė. Negalima be siaubo prisiminti, jog tos siaubingos mėsinės yra dar kenksmingos ir tuo, kad jos melagingai tarnauja žmogiškumui.

Neketinu ilgai apsistoti prie tų idėjų, kurių kūrėjai vadovavosi gryniausiu žmogiškumu, nei prie dorybių asmenų, kurie šventa artimo meile besivadovaudami pašventė savo gyvenimą paliktiems arba sergantiems vaikams[130]. Ir vienų, ir kitų dorovingumu žaviuosi, juolab suprasdamas, kad dėl mirtingumo tuose namuose kalti ne šie žmonės, bet pati reikalo prigimtis.

Mačiau kelis tokius namus, įrengtus itin kruopščiai ir kaip tik įmanoma geriau, tačiau net ir ten visas žmogiškas atsargumas, mokslas ir sumanumas negalėdavo padėti išvengti ir įveikti nepaaiškinamo mirtingumo.

[130] [Andriaus Sniadeckio, toliau A. S. pastaba] *Šv. Vincentas iš Paulo [Vincent de Paul, 1581–1660], kurio dorybe ir artimo meilė galime tiktai stebėtis, nes niekas nėra toks iškalbus nei drąsus, kad galėtų tinkamai pagirti pirmuosius Kūdikėlio Jėzaus špitolių įkūrėjus. Tame šventame sumanyme jam padėjo penelė Le Gross [Loise de Grass arba Loise de Merilac, 1591–1660] – pirmoji pripažinta šventąja gailestingąja seserimi. Tai buvo iš tikro geranoriškas ir šventas darbas, nes tuo metu nelaimingiesiems kūdikėliams nebuvo jokios priežiūros. Iš vienos pusės skurdas ir nesugebėjimas išmaitinti savo vaikų, iš kitos – gėda, kurią užsitraukdavo netekėjusios motinos, buvo priežastis, dėl ko vos gimę kūdikiai buvo žudomi arba jais atsikratoma paliekant prie bažnyčių ar turgaus aikštėje. Jau iš pat pradžių apie tai buvo ginčijamasi krikščionybės išpažinėjų, tačiau problema nebuvo išspręsta. Imperatorius Konstantinas paskelbė įstatymą, kuriame buvo numatyta, kad toks vaikas priklauso tam asmeniui, kuris jį surado ir išaugino. Paryžiuje dar iki Vincent de Paul pamestinukai buvo surenkami ir atiduodami našlei, kuri gyveno Šv. Luis gatvėje. Ji su dviem pagalbininkėmis maitindavo vaikus. Tačiau ta dora, bet nelaiminga moteris negalėjo išmaitinti ir išauginti tiek daug vaikų, kiek jai buvo atnešama. Taigi, vaikai mirdavo, o pagalbininkės, nesugebėdamos susidoroti su tokiu darbu, arba padėdavo jiems greičiau numirti, arba padovanodavo, arba parduodavo labai pigiai. Pasibaisėjęs tokiu nežmoniškumu šventasis [V. De Paul] įkalbėjo Gailestingąsias seseris lankyti minėtąją našlę ir kai kuriuos vaikus pasiimti ir pačioms auginti. Vėliau joms išnuomotas namas prie Šv. Viktoro vartų ir panelė Le Gross su savo vienuolėmis ėmė rūpintis jų auginimu. Tai buvo pirmasis Kūdikėlio Jėzaus namas, kuriame 1640 m. buvo auginami 372 vaikai.*

Įprastas vaikų mirtingumas, daug didesnis nei suaugusiųjų, yra toks didelis, kad per pirmuosius aštuonerius metus iš 1000 gimusių miršta 464. Po to, kai pritaikyti karvių raupų skiepai[131], tas mirtingumas gerokai sumažėjo, tačiau vis dar nėra apskaičiuotas. Tuo tarpu didžiuosiuose miestuose nesulaukę 8 metų, bet vos 3 m. amžiaus miršta pusė vaikų, kai Paryžiaus vaikų ligoninėse per pirmąsias keturias savaites miršta du trečdaliai visų kūdikių[132].

Nuo 1774 iki 1790 metų į tą [Kūdikėlio Jėzaus] ligoninę papuolė 101000 kūdikių, iš jų 1790 m. gyvų buvo likę 15000. Kitose panašiose ligoninėse mirtingumas toks pats[133]. Pamestinukas, augęs ligoninėje, kuris sulaukia 20 metų amžiaus, yra vienas iš rečiausių atvejų. Vienoje, nepaisant visų pastangų ir norų, mačiau vaikus, mirštančius kaip muses. Kaselyje [dabartinė Vokietija] iš 740 vaikų, kurie į ligoninę pateko 8 metų amžiaus, iki 14 m. išgyveno tik dešimt. Perpinjane [dabartinė Prancūzija] iš 100 pamestinukų tik 10 sulaukė 5 m. amžiaus. Jeigu surinktume tikslias žinias apie kitas panašias vietas, surinktume panašius duomenis, rastume tą patį, dėl ko tuos namus reikėtų vadinti vaikų kapinėmis. Ir nors yra ligoninių, kuriose pagrindinė mirtingumo priežastis yra žindyvių trūkumas, nepatogumai, neatidumas ir nepriežiūra, tačiau kai net ir kitose pačiose geriausiose vyksta tas pats, reikia atvirai pripažinti, kad pats didelio vaikų skaičiaus subūrimas turi būti pagrindinė mirtingumo priežastis. Ligoninės yra gydytis arba mirti, bet jose gyventi sudėtinga, o augti neįmanoma[134].

Taigi jūs, gerosios sielos, kurios dalį savo lėšų skiriate apleistų vaikų auginimui, stenkitės taip jas nukreipti, kad geriau kiekviena

[131] Turima omenyje E. Jenner (1746–1823) vakcinacijos pradžia.

[132] [A. S. pastaba] *C. Liacourt rapport à L'assamblée nationale.*

[133] [A. S. pastaba] *Paryžiuje šiuo metu kasmet į pamestinukų ligonines patenka nuo penkių iki šešių vaikų. Nuo 1640 m., kai sukurta ligoninė, iki 1814 m. lapkričio 22 d., t. y. per 174 metus papuolė 498 000 vaikų. 1640 m. jų buvo 372, o 1790 m. jau 8842.*

[134] [A. S. pastaba] *Iš kelių ligų, nuo kurių vaikai miršta ligoninėse, labiausiai šioms įstaigoms būdinga liga, kurią prancūzai vadina le muguet. Tai yra grybelio burnoje ir gerklėje forma, kuri vėliau pasiekia ir skrandį ir baigiasi visišku sulysimu arba viduriavimu. Tas, kas turėjo vaikų arba žino apie jų auginimą, be abejonės žino, kiek atidumo reikalauja net vieno vaiko auginimas. Tik pati mama gali taip pasišvęsti šventai pareigai ir ją įvykdyti. Ką kalbėti apie auginimą didelio skaičiaus vaikų, kurių likimas niekam nerūpi, kurių verksmas niekam neišspaus ašarų.*

kaimo moteris, kuri tokius vaikus priimtų ir išaugintų, gautų tokią paramą, kuri ją efektyviai paskatintų imtis tokio sumanymo.

Nepaisant tokio akivaizdaus poreikio auginti vaikus atvirame ir šviežiame ore, gyvename krašte, kuriame kone septynis mėnesius reikia užsidaryti, o taip pat ir vaikų, ypač kūdikių negalime nei išleisti, nei išnešti į atvirą orą. Taigi auginame juos šildomuose namuose ir kambariuose. Tokioje nepalankioje situacijoje reikia turėti omenyje, kad vaikus reikia ne tik auginti dideliuose ir erdviuose kambariuose, bet ir nešioti po visą butą arba paleisti juos pačius pajudėti. Taip pat reikia saugotis, kad vaikų kambariai nebūtų per karšti, nes jų laikymas „pirtyje“ ne tik juos silpnina, bet ir daro juos jautresnius net menkiausiam šalčiui. Geriau juos laikyti šaltuose kambariuose, nešioti po skirtingas buto vietas, kur temperatūra svyruoja, o kartais nunešti juos ir į visai šaltą kambarį tam, kad anksti juos užgrūdintum. Anksčiau patariau vaikų kambariuose statyti pečius, pas mus vadinamus švediškais[135] [136], tačiau dabar esu kitos nuomonės; nes nepaisant nešvaros tokie pečiai sukelia ir daug nelaimingų atsitikimų, reikia prisiminti gana dažnus atvejus, kai nuo tokių pečių užsidega damos, o tarnaitės dažnai pernelyg besirūpindamos išsaugoti šilumą per anksti užsklendžia dureles dar nei anglims nespėjus sudegti, kas neretai sukelia ligas, o kartais ir mirtį. Neprižiūrimos tarnaitės dažnai tokiuose pečiuose gamina sau maistą, verda, kepa, džiovina vystyklus ar kitus skalbinius, dėl ko oras prisipildo kenksmingų garų ir drėgmės. Dėl to vaikų kambariuose geriau statyti paprastas lenkiškas krosnis[137], bet kambarius kasdien rūpestingai vėdinti. Smilkymas, kuris neva padeda gerinti pagedusį kambarių orą, yra būdas sugadinti orą dar blogesniu, pripildant jį dujų ir kvapų, padedančių tik tuo, kad būdami stipresni jie slopina ir užgožia nemalonius kvapus. Smilkymas ir stiprūs kvapai iš esmės labiau kenkia vaikams nei suaugusiems, nes jų juntamumas

[135] [A. S. pastaba] *Ob. Dziennik Wileński, 1805 m. nr. 6, p. 113 [Turima omenyje A. S. straipsnio „Uwagi o fizycznem wychowaniu dzieci“ 2 dalis, išspausdinta „Dziennik Wileński“].*

[136] Švediškas pečius – kombinuota atviro tipo krosnis, kuria galima ir šildyti patalpas, ir gaminti maistą, paplitusi Rusijos imperijos teritorijoje XVIII a. pab. – XIX a. pr.

[137] Lenkiška krosnis – turima omenyje koklinė, uždaro tipo krosnis.

yra stiprus, o uodimo organai gyvybingi. Artimas šių organų ryšys su smegenimis yra priežastis stipraus viso kūno dirginimo, o kartais ir konvulsijų. Dėl tos pačios priežasties visi stiprūs kvapai vaikams yra kenksmingi.

Norint sumaniai auginti vaikus taip pat reikia žinoti, kad su vaikais negalima auginti jokių gyvūnų, ypač šunų ir kačių. Nes reikia paminėti, jog dėl nešvaros ir kai kada gyvūnų išskiriamų nuodingų dujų dažnai pasitaiko atvejų, kuomet uždūsta maži kūdikiai, o didesni vaikai suluošinami. Tačiau ne tik galima, bet ir reikia pratinti vaikus prie gyvūnų tam, kad jie išvengtų kenksmingų ir juokingų baimių vėlesniame amžiuje. Reikia jiems dažnai rodyti gyvūnus, leisti vaikams su jais būti, bet gyventi ir juo labiau miegoti su jais negalima leisti.

Taip pat reikia saugotis, kad vaikai nebūtų nešami prie ugnies ar tuo labiau migdomi prie pečiaus, ką labai mėgsta mūsų auklės ir žindyvės. Nuo tokio dirbtinai karšto laikymo vaikams ir jų žindyvėms pasireiškia sloga, galvos skausmai, akių ir kiti uždegimai.

Dar svarbu stebėti, kad žindyvės vaikų nemigdytų prie pečiaus ir nepriglaustų prie jo lopšio, kadangi gali užsidegti vaikų drabužėliai. Vaikų drabužėliai turi būti lengvi, laisvi ir paprasti, be veržimų ar sagų, ar dar kokio nors suspaudimo. Vaiko galvelė turėtų būti vienplaukė arba kuo lengviau dengiama. Jos šildymas vatinėmis ar kailinėmis kepurėlėmis vaikams ne tik kenkia, bet ir nepastebimai veda prie smegenų uždegimų.

Ypatingo dėmesio reikalauja kūdikio regėjimas. Dažnai dėl nepriežiūros šiame amžiuje vaikai įpranta kreivai žiūrėti ir tampa žvairais. Tam, kad to išvengtume, reikia žinoti, jog vaiko niekad negalima guldyti šonu į šviesą, dėl ko jis, negalėdamas apsiversti, nei pasukti galvos, išmoksta žiūrėti tik viena akimi. Todėl lopšelį ar lovytę visad reikia statyti taip, kad šviesa sklistų tiesiai į akis.

Žvairumas išsivysto nuo to, kad leisdami žiūrėti viena akimi, kitą atpratiname nuo regėjimo funkcijos. Tai kartais sukelia tokias pasekmes kaip regėjimo netekimas arba labai nusilpęs regėjimas

viena akimi. Pačioje pradžioje lengva šią ydą pataisyti, stebėdami, kuria akimi vaikas nežiūri, turime apversti jį ant kito šono. Taip ilgai žiūrėdama dominuojanti akis pavargsta ir priverčiame vaiką naudotis kita akimi, kai jis ir pats įpranta taip daryti, blogas įprotis [žiūrėti viena akimi] pats išnyksta.

Taip pat svarbu dar mažus, apsiversti negalinčius kūdikius guldyti ant šono taip, kad jų burnoje esantys skysčiai patys galėtų išbėgti, kitaip jie gali uždusti. Tačiau ir tokiu atveju reikia stebėti, kad kūdikis vieną sykį gulėtų ant vieno, kitą – ant kito šono. Ne tik žindyvė, bet ir joks kitas suaugęs ar juo labiau senas asmuo neturi kūdikio guldyti šalia savęs. Prisimenant jau minėtą uždusimo pavojų, pati seno žmogaus atmosfera kūdikiui yra žalinga. Mūsų oda ne tik šiek tiek gadina mus supantį orą, bet ir pripildo jį tam tikrų dujų, kurios kartais gali būti gaivinančios, o kartais ir labai kenksmingos. Jaunų asmenų atmosfera labai atgaivina ir sustiprina senus asmenis, o senų žmonių – silpnina arba užmuša jaunus. Net ir pačios motinos nėra šios taisyklės išimtis. Nors Hufeland[138] [139] reziumuoja, kad jų atmosfera kūdikiams yra reikalinga. Taigi, vaikams reikia parinkti sveikas ir jaunas, gyvas ir linksmas žindyves bei aukles. Linksmumas, kuris yra sveikatos ir gerovės ženklas, yra reikalingas ne tik patiems vaikams, bet ir viskam, kas juos supa. Todėl be reikalo paniurusios arba nuolat perdedančios motinos ir mokytojos bara žindyves ir auklytes, kurios vaikams dainuoja. Kuo labiau žmonės riboti, tuo mieliau savyje mato tik tobulumą ir sau viską leidžia. Ir tai tik dėl šios priežasties (aš kitos nematau) – niūrios ir nuobodžios matronos taip piktai reaguoja į jaunas, gyvas ir linksmas auklytes, kurios prie vaikų šoka, dainuoja. Taip matronos maskuoja savo tulžingumą neva tai vaikų poreikiu ramybei. Paprotys dainuoti vaikams prieš miegą ar norint juos nuraminti yra labai senas ir būdingas visoms tautoms. Pasakojama, kad stoikas Chri-

[138] [A. S. pastaba] *Hufeland, Über die wesentlichen Vorzüge der Inoculatio, p. 216.*

[139] Christoph Wilhelm Hufeland (1762–1837) – žymus vokiečių gydytojas, natūropatas, geras homeopatijos išradėjo Samuel Hahnemann (1755–1843) draugas ir kolega, vitalistas, humoralinės teorijos šalininkas.

sipas[140] pats kūrė daineles vaikams, tačiau moterys (jaunamartės) visuose kraštuose yra apdovanotos tokiomis vaikiškomis dainelėmis ir melodijomis. Tiesa, mūsų jaunamartės neturi nei poezijos, nei dainelių, nei malonios muzikos, vis dėlto tai labai nekalta pramoga ir joms, ir vaikams. Iki šiol mūsų poetai nesugalvojo sukurti mažų dainelių vaikams, kompozitoriai nesugalvojo sukurti jiems muzikos, tačiau tai yra svarbus darbas. Aš gi patikėčiau šį gražų darbą mūsų rūpestingosioms damoms, kurios labai dažnai puikiai supranta muziką ir kurių motiniška širdis jautriausiai ir tinkamiausiai moka kalbėti vaikams. Ta nekalta pramoga padeda puoselėti gerą poezijos pojūtį ir suteikti šeimos muzikavimo charakterį. Pirmiausias dainavimo tikslas yra nuraminti verkiantį vaiką arba jį užmigdyti, čia svarbiausia garsai, nes kūdikiai dar nesupranta žodžių. Vėlesniame amžiuje į dainų tekstus galima įdėti moralinių pamokymų arba įsimintinų istorinių įvykių, nes tos vaikiškos dainelės dar niekuo neužkrautoje galvelėje gerai įsimena ir išlieka visą gyvenimą. Nors vaikams verkimas yra reikalingas ir, jei verkia be priežasties, jų nereikia glausti ir raminti, tačiau tai neprieštarauja vaikiškų dainelių reikalingumui. Jeigu vaikas verkia, nes jam kas nors blogai, reikia panaikinti to blogumo priežastį, o jei verksmu jis reikalauja ko nors kenksmingo, nereikalingo ar neįmanomo, dainavimas nukreipia jų dėmesį į save ir išsklaido nereikalingas mintis.

Kūdikiai dažnai suserga visokiomis ligomis ir nuo jų miršta. Tame amžiuje mirtingumas yra labai didelis, bėgant metams ir vaikui besivystant jis mažėja. Tačiau reikia prisiminti, kad tarp daugelio taip vadinamų vaikiškų ligų yra ir tokių, kurias vaikiškame amžiuje įgyjame visam gyvenimui. Ką tik susikūrę dariniai lengviau ir genda, jų jautrumas išorės veiksmams yra labai didelis, todėl dažniau pasitaiko daugiau ligų ir mirčių. Tačiau, mano nuomone, vaikus užmuša ne tiek pačios ligos, kiek nereikalingas ir neapgalvotas rūpestingumas, bobučių medicina, kuri kiekvienai ligai turi savo teoriją ir gydymą. Tų gydytojų azartas yra toks nežabotas, fanta-

[140] Chrysippus ho Soleos (279–206 m. pr. Kr) – graikų filosofas stoikas, kilęs iš Soli miesto, Kilikijos (dab. Turkija). Sukūrė originalią teiginių logikos sistemą.

zija – nesustabdoma, ir tai taip paplitę, kad nepaisant griežčiausių draudimų, didžiausio atsargumo, slapta kone kiekvieną vaiką gydo ne tik tarnaitės, bet ir draugės, krikštamotės, besislapstydamos ir nuo gydytojų, ir nuo pačių tėvų. Ne kartą svarsčiau, kokiais būdais tą blogį išgyvendinti, kaip išvengti tų rūbininkų konsultacijų[141], ir man atrodo, kad tik dvasininkai gali per pamaldumą nuo šio įpročio atgrasyti, įvardindami tokią veiklą kaip didelį nusikaltimą, nuodėmę ir bedievystę. Visgi išgydymas, remiantis suvokimu ir taisyklėmis, gydant vaikų ligas šiai pastabai netaikomas. Miestuose reikia pagalbos kreiptis į protingus ir patyrusius gydytojus, kaime ar kitur, kur negalima gauti pagalbos, geriausia palikti ligą gyti natūraliai. Ne sykį mačiau, kaip baisiausios ir visai nežinomos vaikų ligos greitai ir neįtikėtinai sėkmingai atslūgdavo. Remdamasis savo įsitikinimais ir patirtimi patariu ne tik tėvams, bet ir gydytojams kuo mažiau naudoti vaistų gydant vaikiškas ligas ir juos naudoti tik ten, kur esama didžiausios būtinybės. Kūdikių silpnumai dažnai yra nesuvokiami, todėl ir aiškių priemonių prieš juos neišeina imtis, tuo tarpu dirginimas, kurį jautriame kūne sukelia vaistai, yra daug kartų blogiau už pačią ligą.

Jau anksčiau minėjau, kad vaikų mirtingumas yra labai didelis, aišku tai, kad didelėse ir civilizuotose šalyse pusė žmonių nesulaukia dvylikos metų. Tačiau toks mirtingumas nėra nei būtinas, nei kyla dėl natūralių priežasčių, ir tokio didelio jo neįmanoma pasiekti net tarp kaimiečių ar laukinių tautų. Taigi, akivaizdu, kad tai yra mūsų gyvenimo būdo ir auginimo arba perdėto, kartais neprotingo rūpestingumo pasekmė. Ir tai yra viena iš dovanų, kurias žmogui reiškia civilizacija[142].

[141] Keliaujantys drabužių pardavėjai, taip pat siūlę ir įvairias savo konsultacijas.

[142] Visgi tai gali būti ir tam tikras statistikos paradoksas. XIX a. ėmus kruopščiai registruoti gyventojų sergamumą ir mirtingumą imta aiškiai suvokti didžiulius populiacijos ligotumo mastus. Miestuose statistiniai duomenys apie gyventojų ligas ir mirtis buvo tikslesni, nes kaimuose juos buvo sunkiau surinkti. Taigi, tokie statistikos metodologijos netikslumai galėjo sukurti įspūdį, kad miestų gyventojai ypatingai dažnai serga ir miršta, daug dažniau nei kaimų gyventojai. Juo labiau kad tikrų statistinių duomenų apie „laukines“ tautas kažin ar kas tuo metu turėjo.

Anksčiau minėjau, kad vaikai iki šešių mėnesių turėtų būti maitinami tik krūtimi, tačiau ir šiai taisyklei yra išimčių. Jeigu žindyvės turi mažai pieno, o vaikai yra stiprūs, gerai virškina ir dažnai verkia dėl to, kad alkani, galima juos prie maisto pratinti ir anksčiau. Tuo tarpu delikačius ir ligotus kūdikius derėtų maitinti krūtimi kur kas ilgiau. Reikia stengtis, kad jų pirmasis maistas būtų kuo panašesnis į natūralųjį. Todėl reikia jiems duoti pieno arba pieniškų patiekalų. Iš patirties įsitikinau, kad po atpratinimo nuo krūties niekas taip vaikams netinka kaip pienas, nuo kurio jie stiprėja ir pilnėja ir kurį jie labai mėgsta. Taip pat reikėtų pasakyti, kad atgyvenęs, tačiau liaudyje vis dar įsišaknijęs prietaras teigia esą pienas didina gleives[143] ir padeda kirminams[144] ir dėl to esą vaikams visai netinka. Iš to atsirado prancūziškas paprotys maitinti vaikus buljonais, t. y. stipriais ir aromatingais sultiniais arba kisieliumi ir zacirkomis[145], pagamintomis pagal mūsų močiučių receptus. Ir visgi esama tautų, kurios gyvena besimaitindamos vien tik pienu, tačiau jie nei labiau flegmatiški, nei labiau apnikę kirminais nei kiti. Jei manęs neapgauna mano suvokimas, tai vien tik pienu maitinami vaikai daug mažiau kenčia nuo kirminų, nei maitinami sultiniais ir košelėmis.

Kitas nepagrįstas prietaras yra baiminimasis pieno rūgšties, kaip įrodymą rūgšties sankaupų skrandyje pateikiant varškytę, kurią kūdikiai atpila. Tačiau jei tai būtų argumentas prieš pieniškus patiekalus, tuomet reikėtų visiems kūdikiams nebeduoti krūties, nes jie visi atpila varškytėmis. Pienas visada susirenka į gabalus ir taip atsiranda varškė, net ir pačiame stipriausiame ir sveikiausiame skrandyje. Dėl to tik juoko vertas tas neva tai moksliškas numanymas tų, kurie sergančiam rekomendavus ar leidus gerti pieną, griežtai draudžia sūrį ir varškę. Nors pienas vaikų skrandyje susitraukia į

[143] Gleivės – vienas iš taip vadinamų keturių humorų arba skysčių. Galimai šiuo atveju liaudies tikėjimas vis dar remiasi humoraline teorija.

[144] Kirminas – senosiose tautose daugelis ligų aiškinama kirminų veikla. Dantų ligas neva sukelia dantų kirminas, ėdantis dantį iš vidaus. Kitos ligos taip pat siejamos su įvairiais kirminais.

[145] Zacirka – naminiai makaronai / virtinukai / kleckai iš miltų. Taip pat su jais gaminama to paties pavadinimo sriuba.

varškę ir pavirsta sūriu, visgi ta pati skrandžio ir jose esančių sulčių jėga[146] vėl paleidžiama ir ji pieną palengva perdirba. Jeigu vaikai prastai virškina ir maistas per ilgai užsilaiko skrandyje, tai ne tik pienas, bet ir visas kitas maistas jame rūgsta. Pienas yra geriausias maistas, kuriuo greta to, kurį jis gauna maitinant krūtimi, arba nustojus maitinti, galima duoti vaikui. Vyresniems vaikams galima su juo ruošti košeles, džiūvėsius arba gerai iškeptus skrebučius. Įprasti kisieliai ir taip vadinamos zacirkos, gaminamos iš miltų arba iš blogai suraugintos ir blogai iškeptos duonos, yra kenksmingi, nes yra sunkiai virškinami, ilgai guli skrandyje ir žarnyne, neteikia maistinės naudos, o sukelia dujų kaupimąsi ir rūgštingumą, kas ir tampa pilvo išsiplėtimo ir didelio pilvo augimo priežastimi.

Paprastai septintą mėnesį ima kaltis dantys, visgi tam nėra aiškaus termino – būna atvejų, kai jie išsikala gerokai anksčiau, o kartais ir vėliau. Jų per ankstyvas pasirodymas trečią arba ketvirtą mėnesį yra silpnumo ir gana paplitusios angliškos ligos ženklas. Nereikia pernelyg baimintis jų vėlyvo dygimo, jei matosi, kad vaikas pagal kitus požymius atrodo sveikas. Iš esmės daug geriau, kai ta organizacija vystosi lėčiau nei per anksti. Dantų dygimą gydytojai paprastai laiko stiprių ir pavojingų vaiko kančių priežastimi, tačiau yra ir tokių, kurie jų atsiradimą ir augimą laiko natūraliu ir neišvengiamu dalyku, nei liga, nei ligos priežastimi to nelaiko. Vadovaudamiesi sveika patirtimi ir mokslu, mano nuomone, užtikrintai galime teigti, kad visai sveiki ir stiprūs vaikai įgyja dantis be menkiausių ligų ir taip lengvai, kad net pastebėti, kada tiksliai jie išauga, neišeina, todėl dantų dygimas yra visiškai natūralus dalykas, bet ne liga ar jos priežastis. Tačiau, taip kaip visose gyvose būtybėse nėra nieko tokio, kas negalėtų išsigimti ir sirgti, taip reikėtų suprasti ir dantų dygimą. Todėl nereikėtų abejoti, kad gali būti ir tokių vaikų, kurių natūrali funkcija, iš prigimties būdama ligota, gali tapti kitų ligų šaltiniu ir pradžia.

[146] Tikėtina, kad A. Sniadeckis tuo metu dar nežinojo apie tikslų skrandžio sulčių veikimo mechanizmą. Wiliam Buamont (1785–1853) savo tyrimų apie skrandžio sultis išvadas „Experiments and Observations on the Gastric Juice, and the Physiology of Digestion“ (Eksperimentai ir stebėjimai apie skrandžio sultis ir virškinimo fiziologiją) paskelbė tik 1838 metais.

Tokiu atveju reikia ištirti arba atspėti, kuo iš tiesų vaikas serga ir stengtis išgydyti tą ligą, o dantys išdygs patys, be mūsų pagalbos. Nes nei gyvūnai, nei laukiniai žmonės tiek, kiek žinome iš istorijos, niekada neserga dantų ligomis, todėl drąsiai galime teigti, kad ir dėl šios kančios kaltinti reikėtų mūsų suminkštėjimą ir sugedimą dėl visuomeninio gyvenimo, ir todėl vaikai, gimę sveikiems tėvams ir tinkamai lavinami, dantų ligomis niekada nesirgs. Dažnai delikatūs vaikai dygstant dantims patiria stiprų viduriavimą, tačiau jis jiems visai nekenkia.

Jeigu dantys jau būna arti, dažniausiai būna patinusios ir paraudusios dantenos, burna yra karšta, labai stipriai bėga seilės, o vaikai ką tik pagriebia kiša į burną. Taip būna dėl stipriai sudirgintų, šiek tiek uždegimo apimtų dantenų sukelto nežėjimo. Dantis negali kitaip išdygti kaip tik savo augimu spausdamas dantenas, dėl to jas dirgindamas ir suaktyvindamas seilių liaukų veiklą, kurios nežymiai spaudžia dantenas, jis pasirodo ir išauga. Jei toks dirginimas vyksta ir viršuje, ir apačioje, tuomet seilių liaukų veikla dar labiau suaktyvėja, dėl to kokių nors ne aštrių, bet kietų daiktų kramtymas tam procesui ne tik nekenkia, bet ir padeda. Tuos pačius veiksmus galima pastebėti ir tarp gyvūnų, kurie, kai jau įgyja dantis, uoliai graužia viską, kas tik papuola. Tačiau jei dantenos labai sudirgintos ir jautrios, vietoj kietų daiktų reikėtų vaikams duoti elastingus, lanksčius ir minkštėjančius daiktus. Tokie yra duonos pluta arba kiaulės lašinių oda. Pirmoji suminkštėja nuo seilių ir be dirginimo lengvai spaudžia dantenas, kita pati jau yra slidi ir minkštėjanti.

Atėjome prie labai svarbaus fiziniam lavinimui laikotarpio, tai yra vaikų atjunkymo, kuris daugeliu atžvilgių reikalauja atskiro dėmesio. Tai tiesiogiai susiję ne tik su vaiko sveikata, tačiau mūsų moterys šiuo klausimu turi tiek daug prietarų, tiek daug nuomonių, dažniausiai klaidingų. O visgi šis laikotarpis labai svarbus tolimesniam vaiko lavinimui ir pačiam gyvenimui, taip pat ligos, kartais labai sunkios, kurios tuo metu prasideda, todėl jų praeiti be atskiro aptarimo negalima.

Pirmasis šiuo atžvilgiu klausimas: kiek laiko vaikai turi būti žindomi? Kaip ir daugeliu atvejų dėl to nesutaria daugelis gydymo meno žinovų (autorių). Vieni siūlo atjunkyti jau nuo šešto mėnesio, kiti – nuo vienuolikto mėnesio arba nuo metų, dar kiti pataria maitinti iki pusantrų metų. Mūsų moterys šiuo klausimu irgi turi savo nuomonę, ir ji taip pat skirtinga. Atsižvelgiant į natūralią tvarką išeitų, kad vaikas turėtų tol žįsti krūtį, kol jam ji bus nebereikalinga, o taip pat, kai jau gali valgyti kietą maistą ir jį gerai virškinti. Panašu, kad tas laikas ateina kartu su pirmųjų dantų atsiradimu, taigi trunka iki pirmųjų dviejų metų. Tikriausiai daugeliui tėvų toks ilgas maitinimas nepatiks, tačiau aš esu įsitikinęs, kad taip turi būti. Tai sietina vien tik su mūsų krašto specifika, kur vaikai vystosi lėtai, gi šiltuose kraštuose toks maitinimas, be abejo, būtų ilgas.

Pas mus bemaž visi vaikai po atjunkymo serga, o ta liga, mano manymu, ir yra nuo atjunkymo. Mano tikslas nėra čia aprašinėti šią ligą, tačiau negaliu nutylėti, kad tai yra įrodymas jog, pagal gamtos dėsnius, negalima atjunkyti, nes iš to atsiranda liga. Visgi niekada nemačiau sergančių vaikų, kurie buvo maitinami iki nustatyto laiko. Tie, kurie atjunkomi nuo vienerių metų, taip pat šia liga suserga, tik lengviau, tačiau tie, kurie atjunkomi nuo septinto, aštunto arba devinto mėnesio, arba tampa to auka, arba likusiam gyvenimui lieka liguisti. Ir visgi, stiprius ir sveikus, prie mūsų mitybos pripratusius vaikus galima atjunkyti kiek anksčiau, tačiau negalima skubėti atimti krūties iš silpnų, delikačių ar iš prigimties ligotų vaikų. Ilgiausiai patarčiau maitinti vaikus, kuriems pasireiškė polinkis į anglišką ligą. Patirtis parodė, kad tai geriausias būdas jos išvengti. Jeigu tenka pastebėti šeimoje paveldimą džiovą[147], tokie vaikai turi būti ilgai žindomi. Trumpai tariant, ilgas maitinimas krūtimi neturi jokių negerovių, o per trumpas – tūkstančius. Tai, ką sako kai kurie rašytojai, neva tai pienas vaikui po metų amžiaus nėra gerai, laikau mokslininkų prietaru, kurio negalima pagrįsti žiniomis, taip kaip reikia laikyti ir bemokslių, ir tikrų tikriausius bo-

[147] Paveldima džiova – šiuo laikotarpiu manyta, jog tuberkuliozė (džiova) yra paveldima liga.

bučių prietarus, kuriuos matronos priima kaip teisybę, neva tai nuo ilgo žindymo vaikai likusiam gyvenimui tampa kvailais ir bukais.

Taip pat reikia ypatingai atkreipti dėmesį į tai, kad negalima atjunkyti sergančių vaikų, išskyrus kai kuriuos retus atvejus, kai to reikalauja pati liga. Kartais pasitaiko tokių nutikimų, kai pagal visus kriterijus tenka atmesti žindymą. Tačiau tokie nutikimai nesusiję su pačiu vaiku, bet plinta per žindyves ir yra perduodami ir kitiems.

Pirmiausia. Jei žindyvė pastoja. (Retai pasitaiko, kad žindančios moterys pastotų, tačiau neabejotinai pasitaiko tokių pavyzdžių. Jeigu taip nutiko, reikia pakeisti žindyvę arba, jei vaikas nenori priimti kitos, tuomet atjunkyti.)

Antra. Jeigu žindyvė praranda pieną arba jį sugadina, kad vaikas nuo jo aiškiai serga.

Trečia. Jeigu [žindyvės] krūtyse susidaro pūliai arba gumbeliai.

Ketvirta. Jei [žindyvė] suserga ilgai trunkančia, pavojinga arba užkrečiama liga.

Galiausiai. Jeigu pats vaikas visiškai atstumia krūtį. Kartais nutinka, kad vaikai patys staiga ir be jokios aiškios priežasties nustoja žįsti ir ne tik bjaurisi krūtimi, bet ir pienu, ir visu į jį panašiu maistu. Tačiau visgi jei vaikas yra sveikas, nereikėtų to laikyti liga, bet greičiau poreikiu kitos prigimties maisto. Koks maistas labiausiai tinka po atjunkymo, minėjau jau anksčiau. Pienas ir visi pieno produktai turėtų būti pirmoje vietoje. Po jų geriausia tinka produktai, kurie artimiausi pienui, o tai yra tie, kurie turi cukraus ir baltymų prigimtį. O taip pat kiaušiniai ir iš jų gaminami produktai, taip pat cukrus, vaisiai ir saldžios daržovės, krakmolas ir krakmolingi augalai – tas elementas artimiausias cukrui. Tačiau kai vaikai jau turi dantis ir jau gali bėgioti, visas maistas jiems jau pakeliamas ir geras.

IV Skyrius

Vaikų auginimas nuo žindymo pabaigos iki septintųjų metų pabaigos

Laikas, kai vaikai pradeda vaikščioti ir valgyti, yra nesuskaičiuojamų vaiko gerovės labui skirtų pastangų, priemonių, rūpesčių ir išradimų metas. Stebint patį vaikščiojimo mokslą, sugalvotus tam dirbtinius įrankius ir būdus, kurie turėtų mus lavinti šiame sudėtingame mene, saugoti nuo nukritimo, galima pagalvoti, kad šis gebėjimas nėra gamtos duota dovana ir kad, jei žmogiški išradimai neateitų čia į pagalbą, žmonės niekada neišmoktų vaikščioti, arba visi po tokio sunkaus mokymosi liktų neįgaliais. Ir visgi patirtis parodė, kad vaikai, dėl kurių buvo dedama daugiausiai pastangų, vėliausiai ir blogiausiai išmoko vaikščioti, o greičiausiai ir geriausiai išmoko tie, kurie tai darė laisvai, be jokių papildomų priemonių. Žvelgiant į mūsų aukštuomenės vaikus, su dideliu rūpestingumu ir išmone ugdomus mieste, kurie nuo vaikystės pagal vadovėlius mokomi kojas statyti, kurie niekad neištrūksta iš mokytojo rankų, kurie už pavadėlio vedžiojami, mokomi šokti iš knygų, tam kad pataikytų į gerą toną, norisi juoktis stebint juos mindžiukuojant po nelygias, nesaugias ar netinkamas vietas – kalnus, uolas. Taip kaip ir lyginant jų silpnus, drebančius ir neužtikrintus žingsnius su kaimiečio žingsniu, kurio niekas nemokė vaikščioti, tačiau kiekvienas jo žingsnis stiprus, drąsus ir užtikrintas. Todėl geriausias būdas mokyti šio sunkaus meno yra duoti vaikams visišką laisvę ir leisti vaikams į priekį rėplioti, o po to eiti ten, kur nori ir kaip nori. Tačiau nereikia suprasti, kad galima palikti vaikus be jokios priežiūros. Juk protinga priežiūra ir visiška vaikiška laisvė vienas kitam neprieštarauja.

Dažniausiai vaikai išmoksta ropoti po šešių mėnesių, o vaikščioti – po metų. Gamta moko, kad kol vaikas pakankamai nesustiprėja ir neišmoksta tvirtai vaikščioti, negalima jam rėplioti ar bėgioti tokiose vietose, kur nukritęs jis galėtų stipriai susižeisti. Tačiau galima jį laisvai paleisti gryname ore ant žolės ir smėlio, namuose ant grindų, o dar geriau ant kilimų. Tokiu būdu vaikai greitai įgyja jėgų, sveikatos ir drąsos, kuri visada atsiranda iš pasitikėjimo savo jėgomis. Kai jau sustiprėja ir geba bėgioti, tuomet reikia juos nusivesti į kalnuotas, nelygias, o kartais ir nesaugias vietas tam, kad išmoktų paskutines vaikščiojimo pamokas ir pirmąją drąsos pamoką.

Tokiu būdu naudojami visi raumenys, o jų forma tolygiai vystosi, įgyjami gražūs, ryškūs ir vyriški viso kūno bruožai. Taip visi judesiai, panašūs į jau atliktus, tampa jiems įprasti ir lengvi. Ir priešingai, jeigu vaikai perdėtai rūpestingai saugomi, jų kiekvieną žingsnį lydi guvernantė ar atsargios auklės, kurios vis liepia stotis, sėsti, eiti ir laikytis tik tuo, ne kitokiu būdu. Jiems niekada neleista nukrypti nuo apibrėžtų normų, o jų paslydimas ar kritimas iškart visus namus ant kojų sukelia ir visai šeimai tampa svarbiu įvykiu, gi jų klyksmas yra visų klausytojų siaubas ir nelaimė. Tuomet tampa jie nevykėliais / ištižėliais visam likusiam gyvenimui. Kai jiems neleidžiama naudotis savo jėgomis, jie jų niekad ir nesužino, neišmoksta jomis naudotis, savo įgimtos galios nevysto, nesustiprina ir neištobulina. Taigi, jie taps žmogiško pavidalo ištižėliais, pagal taisykles šnekančiomis ir vaikščiojančiomis lėlėmis. Visiška sveikata, tvirtumas ir energija atsiranda ir išlaikoma tiktai tada, kai kiekvienas gebėjimas naudojamas tolygiai, atsiranda, vystosi ir auga. Gebėjimo apleidimas dėl tingumo yra toks pat kenksmingas kaip ir per intensyvus jo naudojimas. Ši didžiulė tiesa bus laiku ir vietoje, jei ją čia aptarsime, visgi jau minėjau ją anksčiau.

Galiausiai toks [perdėtai rūpestingas] lavinimas turi net labai didelių moralinių trūkumų. Nes stebintieji tokį perdėtą rūpestingumą ir pastangas, tokias tarnų procesijas, sekančias menkiausią jų suklupimą, pripranta manyti esantys kažkokios aukštesnės būtybės

ir žvelgia į jį supančius žmones kaip į belaisvius, sukurtus jų užgaidoms. Stebėdami kaip kiekviena jų klaida sukelia tarnų peikimą ir apgailėtinus pasiteisinimus, palengva išmoksta savo klaidas ir ydas priskirti kitiems, o į save žiūrėti su pasigėrėjimu, kaip į neklystantį ir visais atžvilgiais tobulą kūrinį, kuris turi gyventi ir veikti kitų pastangomis, be menkiausių rūpesčių. Vaikų kasdieniai pargriuvimai mokantis vaikščioti niekada nėra tokie kenksmingi, kad sukeltų rimtų sužalojimų, tačiau jie reikalingi tam, kad pratintų juos prie tvirto ir užtikrinto žingsnio. Įprasti sumušimai ir mėlynės, nesukeliantys jokios rimtesnės žalos, tai maži nutikimai, kurie taiso mūsų klaidas ir moko atsargumo, atidumo ir protingų savo jėgų naudojimo. Galiausiai nelaimės yra geriausi žmonių mokytojai ir taisytojai, todėl tos mažos nesėkmės ir nedidelė žala gali mus apsaugoti nuo kur kas sunkesnių ir blogesnių. Smagu matyti vaikus, auginamus visiškoje laisvėje: bėgančius ir savarankiškai atliekančius vikrius šuolius ir visgi protingai išvengiančius visokių kliūčių, kai kiekvienas jų kūno judesys yra stiprus ir užtikrintas, kaip tuo jie lenkia visus lepinamus ištižėlius, kurie žingsnio žengti be baimės ar pargriuvimo nemoka.

Patardamas vaikams leisti laisvai ropinėti ir vaikščioti ir suprasdamas tai kaip vienintelį būdą juos lavinti ir sukurti jų sveikatą ateičiai, tuo pat metu esu priešininkas visokių diržų, kėdučių, raištelių ir kitų įrenginių, sukurtų arba juos vedžioti, arba saugoti nuo nukritimo. Visi šie įrenginiai spaudžia ir maigo krūtinę, kuriai reikia ne tik laisvai judėti, bet ir palaikyti normalią formą, kuri yra saugoma kaulų ir toks spaudimas gali ją sugadinti visam likusiam gyvenimui. Be to, tai, kas vaikų prigimtyje linkę kauptis arba stabdyti, priskiriama jų delikatumui ar silpnumui. Iš kitos pusės negalima sveikintinu dalyku laikyti kai kurių asmenų pastangų, kurie vaikus, dar neturinčius tam reikalingų jėgų, vedžioja dirbtinai, prievarta bando pratinti prie vaikščiojimo. Vaikai besinaudodami visiška laisve nepradeda nieko, kas yra virš jų jėgų, tačiau niekada nepraranda jau įgytų ir naudojimui paruoštų gebėjimų. Kai tik

atranda savyje potencialą, reikalingą vaikščiojimui, naudoja tuos gebėjimus su didžiausiu malonumu.

Kai tik kūdikis atprato nuo krūties, gali valgyti kai kuriuos mums įprastus maisto produktus ir pradeda vaikščioti, visas tolimesnis lavinimas iki pat septintųjų metų, arba pirmųjų dantų iškritimo ir antrųjų dygimo, turi būti fizinis ir tik fizinis. Jei pastebima kokia nors raidos yda, reikia ją šiuo laiko tarpu taisyti arba visai panaikinti. Trumpai tariant, pirmiausia šį jauną amžių reik išnaudoti sustiprinti vaiką fiziškai, o visoms įgimtoms kūno galioms leisti atsiskleisti visiškoje laisvėje. Be to, reikėtų atsiminti svarbią išmintį, kad visi veiksmai, kurie su mumis vyksta, atliekami tam skirtais įrankiais, arba kitaip organais. Mūsų sudėjime arba kūno organizacijoje yra visų mūsų galių ir savybių buveinė.

Niekas negali eiti be kojų ar dirbti be rankų. Nuo viso ir išbaigto tų galių susiformavimo priklauso mūsų tobulumas, labiausiai, žinoma, fizinis, tačiau iš dalies ir moralinis. O taip pat reikia pridėti, kad viskas, kas vystosi per lėtai, silpnina, vėluoja arba nukreipia nuo prigimtinio kelio augimą ir organizaciją, visa tai kenkia ne tik sveikatai ir fizinėms jėgoms, bet ir proto bei širdies galioms. Bendrieji organizacijos ir gyvenimo dėsniai yra visoje gamtoje vieni ir tie patys; lengviausia juos išmokti stebint primityvias būtybes, gyvenančias laukinėje gamtoje, o juose pastebėtus dėsnius pritaikyti ir kitoms būtybėms. Tas, kas nori tinkamai įsivaizduoti, kaip daug keičia žmogiški gebėjimai ir žmogaus ranka organizuotoms būtybėms, tegu palygina naminius augalus ir gyvūnus su tokiais pat, tik gyvenančiais laukinėje būklėje ir visiškoje laisvėje. Galima įsitikinti, kad kur tik žmogus norėjo pataisyti gamtą, visur ją sudarkė, susilpnino, sugadino – vienu žodžiu – visur sutvėrė pabaisas. Gamta teikia organines būtybes, iš kurių žmogus, besityčiodamas iš jos, sukuria baidykles.

Dabar palyginkime laukinį žmogų, gyvenantį visiškoje laisvėje, gamtoje, su visuomenėje gyvenančiu žmogumi, t. y. išlavinto žmonių pagalba. Pastatykime jį vieną priešais kitą, palyginkime jų

jėgas, energiją, lankstumą ir sveikatą. Įsivaizduokime, kad jie tarpusavyje varžosi, įvertinkime jų jusles, regėjimą, klausą, uoslę, bėgimo stiprumą ir greitį, jų drąsą ir orientaciją. Tuomet suprastume, kiek mes gavome iš visuomeninio lavinimo. Vis dėlto mano tikslas nėra auginti laukinius žmones ar netašytus prasčiokus, manau, taip ir esu įsitikinęs, kad žmogus, sukurtas visuomeniniam gyvenimui, turi būti ir lavinamas visuomenei ir būti jai naudingas. Tačiau esu įsitikinęs ir tuo, kad ištižėlis, neįgalusis ar paliegėlis niekada nebus kam nors tikęs ir dėl to pirmiausia dėmesį skiriu žmogaus sveikatai ir jėgoms. Tam reikalui pirmiausia norėčiau paskirti jaunystę ir tik tada jau suformuotą žmogų atiduoti į mūsų mokytojų, lavinančių protą, rankas. Jie už kibirkštį, kartais net netikros šviesos, subjauroja visą vaiko prigimtį ir sugadina visas brangiausias galias. Nepaisant to, apie ką galvojate jūs, kurie karštakošiškai ribojate proto galias ir iškreipiate žinias / tiesą. Tačiau amžius, kurį aš skiriu visapusiškam fiziniam lavinimui, yra dar ne jums, nes čia arba dar nėra galių, vadinamų protinėmis, arba jos dar per silpnos ir tik palengva atsiskleidžia. Gal norėtumėte jas dar vos beužgimstančias sunaikinti ir uždusinti? Gal norėtumėte paimti ir pakinkyti į darbą protą, kuris dar tik turi atsirasti? Palaukite šiek tiek, lai tas protas atsiranda ir tinkamai išsivysto, o tada jau galėsite jį sunkumais apkrauti. Tuo tarpu paskirkime pirmąją jaunystę sukurti patvarius geros sveikatos pamatus.

Štai priežastys, dėl kurių manau, kad per ankstyvas vaikų įkinkymas į mokslus ir sėdėjimą suole yra ir nereikalingas, ir kenksmingas. Nereikalingas, nes tuo laikotarpiu visos proto galios, o būtent supratimas, dar yra labai ribotos, ir todėl visas per ankstyvas mokslas nieko neduoda. Kenksmingas, nes ne tik apkraudami proto galias jas pažeidžiame ir gadiname visam gyvenimui, o ir sėdėjimas, būtino kūno judėjimo trūkumas, nuobodulys ir apmirimas, smarkiai veikia susilpnindami sveikatą ir sugadindami sudėjimą visam laikui. Pridėkime ir tai, kad dar neišsivysčiusių proto organų apkrovimas, prievartinis vaikų mokymas mokslo, kurio jie nesu-

pranta, kuris jiems nuobodus, ne tik nelavina proto galių, bet ir sukelia ankstyvą nenugalimą pasibjaurėjimą visu protiniu darbu. Aš žinau, kad galima pateikti ne vieną pavyzdį, kai vaikai patys noriai imasi mokslo ir neabejotinai jame daro pažangą, tačiau toks per ankstyvas proto galių lavinimas yra liguistas ir ne tik negalima tuo džiaugtis ir jam padėti, bet visomis jėgomis reikia tai pristabdyti ir sulaikyti. Nauda, kurią tokiame amžiuje galima pasiekti moksle, yra labai neaiški, o žala sveikatai – neišvengiama. Šiuo atžvilgiu kreipiuosi į kiekvieno skaitytojo asmeninį liudijimą. Jeigu tokiame jauname amžiuje jis ko nors mokėsi, ar tai suprato? O jei ko nors išmoko, ar nepamiršo to vėlesniame amžiuje ir ar neteko viso to mokytis iš naujo? Taigi, tokia tai nauda iš per ankstyvo mokymosi – matome žalą.

Visoje organinių būtybių[148] sistemoje veikia tokia gamtos tvarka, kad vieni organizaciniai elementai tampa materija, iš kurios sukuriami kiti, iš jų dar kiti, iš pastarųjų – vėlesni – ir taip nesikeičiančia tvarka iki tokių, kurie savyje nebeturėdami kuriamosios galios tampa sustojimo tašku ir organizacinės sistemos materijos atsipalaidavimu, galiausiai padeda jai visiškai suskilti. Ta didelė tiesa taip pat veikia ir visame organiniame pasaulyje, ir kiekvienoje atskiroje organinėje būtybėje. Augalai tarnauja kaip maistas gyvūnams, gyvūnai – vieni kitiems taip pat. Maistas patekęs į skrandį ištirpsta ir tampa bendra mase, kuri papuola į žarnyną; iš jų patenka į kraują ir jame yra perdirbamas; kraujas smegenyse persidirba į smegenis, kauluose – į kaulus, plėvėse – į plėves (lenk. – *błonie*), o raumenyse į raumenis. Dėl to kraujas susidaro ir juda tam tikruose induose, iš kurių jis vėliau išvarinėjamas po visą kūną. Dėl to kraujo indai išeina iš vieno šaltinio ir įeina į kitą, išsidalina po visą kūną ir kiekvienam gyvam taškui teikiamas kraujas arba iš jo pagamintos sultys.

Turint omenyje tai, kad nervų sistemos pagrindas yra stuburo smegenys ir nervai, kurie taip pat pasiekia visas gyvas kūno dalis, jose nusidriekia ir miršta, negalima kitaip suprasti, kaip tik, kad

[148] Žr. Organinių būtybių teorija.

nervinis audinys, minkštas ir pusiau skystas, gaminamas stuburo smegenyse ir galvos smegenyse, išvarinėjamas po visą kūną per nervus ir yra organinio perdirbimo medžiaga, gyvybiniuose organuose ir taškuose.

Jau besivystančiame vaisiuje pirmiausia formuojasi širdis ir iš jos vedantys kraujo indai, nes kraujas turi būti medžiaga, reikalinga vystytis kitoms dalims. Tačiau ir galvos smegenys, ir stuburo smegenys, bei iš jų išeinantys nervai taip pat ne mažiau sparčiai užsimezga ir vystosi, taip aiškiai parodydami savo panašią paskirtį. Vaikų smegenys palyginus su visu kūnu yra labai didelės, bėgant metams ir vystantis kitoms kūno dalims ta didelė masė grįžta prie įprastų proporcijų. Taigi toks ankstyvas didelio nervinio audinio susiformavimas taip pat patvirtina mano pastabą. Jeigu taip yra, tada smegenų ir kraujo audinys susiformuoja iš kraujo, o perdirbamas ir suvartojamas tampa mąstymo organuose ir raumenyse. Ir todėl pastaruosiuose organuose daugiausiai nervų nusidriekia ir žūva, taigi esu įsitikinęs, jog juose daugiausiai nervinės masės perdirbama ir sunaudojama.

Žmogaus sveikata ir išbaigtumas priklauso nuo tinkamo lavinimo ir tinkamo visų kūno dalių tarpusavio funkcionavimo. Visiškas raumenų susiformavimas tampa fizinėmis jėgomis, nes tos dalys tampa judėjimo ir jėgos įrankiais. O kuo daugiau naudojame raumenis, tuo jie geriau vystosi, stiprėja, formuojasi, ir todėl veiksmai, pratimai ir darbas kūnui yra pradžia ir vienintelis būdas įgyti jėgą ir formą. Be to, kadangi nervų sistema sukuriama iš kraujo, judėjimo ir mąstymo organuose yra perdirbama, o kraujo tekėjimas yra niekad nepertraukiamas ir pastovus, tai per visą gyvenimą nervų sistema taip pat vystosi nepertraukiamai ir pastoviai. Taigi, jeigu per veikimą ji nepasiekia to paties santykio, galiausiai ji turi išsikeroti ir persipildyti. Todėl kūno neveiklumas ir tingumas neišvengiamai turi dvi pasekmes, tai yra: raumenų silpnumas ir nervų sistemos išsikerojimas. Tas perpildymas arba išsikerojimas pasieks aukščiausią laipsnį, jei raumenų neveiklumą sujungsime su smar-

kiu nervų ar smegenų naudojimu, kas labai padidina ir paspartina nervinio audinio gamybą kraujyje, ir todėl pernelyg ankstyvas ar nereikalingas protinis darbas, tingus ir patogus gyvenimas sukuria aistras, ypač malonias aistras.

Šiandieninėje visuomenės ir šalių santvarkoje žmonės, kuriems nusišypso fortūna, gyvena taip, kad iš kraujo gaminami tik nervai, o raumenys apleidžiami. O neprotingi mokslininkai ir neatsargūs turtuoliai netgi moko vaikus tokio gyvenimo būdo. Seniau tvirtos riteriškos tautos tokią būklę vadino išlepimu, mes civilizacija ir apšvieta vadiname. Už menamą apšvietą ir civilizaciją, kurių naudą dar reikia įrodyti, atiduodame sveikatą, o tokiu būdu ir garantuotą laimę už netikrumą. Kadangi vaikų nervinė masė yra tokia didelė, kad sudaro didelę persvarą lyginant su kitomis dalimis, todėl pirminis lavinimo tikslas, į kurį nuolat orientuotis, turėtų būti nuolat lavinant ir naudojant raumenis harmonizuoti jų santykį su nervų sistemos augimu. Atsigręžkime į patirtį. Ar ne to siekia gamta? Ar ne to trokšta vaikai ir tai labiausiai jiems tinka! Taigi siekdami užtikrinti harmoningą raumenų ir nervinės sistemos lavinimą, kuris vyksta juose ir pasireiškia dar prieš juos, negalime leisti, kad įsigalėtų tokie netolygumai. Tėvai ir motinos! Ponai ir liaudies valdovai! Nuolatos tai prisiminkite, kad bereikalingas nervų išaukštinimas ir, sakyčiau, lepinimas, yra didžiausia šiandieninės visuomenės yda, tai – tūkstančio kentėjimų ir nelaimių priežastis, gimdytojas tokios daugybės fanatikų politikoje, tikėjime ir moksle, tai ir sektų, perspaustų maksimų ir kliedesių, o taip pat ir karų, duok Dieve, tik literatūrinių karų šaltinis.

Tai ko tuomet [tu] nori? Atsilieps tėvai. Vaikų nieko nemokyti, o liaudį sugrąžinti atgal į barbarystę? Anaiptol. Būdamas teisingo lavinimo šalininku negaliu priimti barbarybės ir laukiniškumo. Tačiau nenorėčiau, kad vaikai imtų naudotis protu dar prieš išlavindami kūną, o tuo labiau nenorėčiau, kad puoselėdami tik proto galias, visiškai paniekintų kūniškąsias. Norėčiau, kad neatitraukiant vaikų nuo žaidimų ir fizinių darbų tik palengva labai

neakivaizdžiai jiems būtų pateikiama tik tokių mokslų, kurie atitiktų jų gebėjimus, kurie juos pralinksmina ir kurie jiems patinka, nereikalauja jokios proto įtampos. Norėčiau, kad joks vaikas nežinotų stalų ir suolų, ant kurių juos pasodina bejausmiai nežmoniški mokslinčiai ir samdomi mokytojai. Norėčiau, kad vaikai visad būtų judėjime ir darbe, kad nežinotų kito poilsio kaip tik miegas ir valgymo metas, kad jų protas būtų užimtas tik žaidimais. O tada, atsakys man kažkas, kada jie mokysis? Tuomet, kai pakankamai sustiprės, tuomet, kai mokslą jie pajėgs priimti ir jis taps jiems naudingas, kuomet atras tikrą potraukį mokslui. Nors vaikai turi patį didžiausią smalsumą ir uoliai puola prie kiekvienos naujienos, tačiau mokslu reiškia pasibjaurėjimą ir apatiją, todėl kad jį jiems brukame kaip priverstinį dalyką, kuris tik su dideliu proto įtempimu ir prievarta atsiduria jų galvose. Todėl remiantis gamtos įspėjimais, kuriuos ji mums savo laiku pateikia, nedera jų versti prie tokių dalykų, kurių jie nekenčia. Primestas arba prievarta išvargtas mokslas bus tiek pat naudingas, kiek maistas ir gėrimai, kai dar nesi nei alkanas, nei ištroškęs, bet bus jis per aiškų pasibjaurėjimą sugrūstas. Tik per sudominimą ir žaidimus vyresnius vaikus, t. y. tokius, kurie jau turi antruosius dantis, galima prie mokslo vilioti. Tačiau net ir tas mokslas neturi pertraukti jų išdykavimų ir laisvės, bėgiojimo, pasakyčiau, jų šėlionių, nes būtent ta vaikiško gyvenimo laisvė vadintina rimtu mokymu.

Lengvai surasčiau bent vieną iš tų pasipūtusių mokslinčių, kurie gardžiai juoktųsi iš tokios minties ir parodytų man nors vieną pavyzdį ne vaiko, bet suaugusiojo, prievarta išmokyto kokio nors mokslo. Paprastas būdas – tiesiog įkalti [žinias] į vargšo vaiko galvą yra įmanomas, tačiau ar toks mechanizmas vertas būti pavadintas mokslu? Ar gauta nauda būtų verta pastangų? Ar atperka prarastas jėgas, sveikatą ir laiką? Galiausiai net jei ir vaikui atsirastų ūpas tam, net jei jį pavyktų įkalbėti ir, kuo visgi abejoju, vaikas pajėgtų suprasti ir protauti, nors ir išsivystytų ir imtų vešėti jo proto galios – ar būtų kuo džiaugtis, ar reikėtų pasveikinti tokius jo gebėjimus?

Apverktinas, apgailėtinas ir iš tikro nelaimingas tai būtų išminčius, nes jo sveikata būtų visam laikui prarasta, o fizinės kančios jo nuolat lauktų.

Paprastai [manoma, kad] vaikai, tiek mokyti, tiek ir nemokyti, stebina atmintimi ir turi ją daug geresnę nei suaugusieji. Tačiau toks įsitikinimas yra klaidingas, ką jau minėjau kitoje vietoje. Gera atmintis atsiranda vėlai, kaip ir kitos protinės galios, tačiau dėl to panašu, kad pirmiausia kaip tik ji ir turi susiformuoti, nes be teisingo jos naudojimo kitkas vykti ir atsiskleisti negali, nes negalima nei mąstyti, nei suprasti tol, kol atmintis neįgalina minčių ir proto. Trumpai tariant, vaikai nemąsto tol, kol neturi apie ką mąstyti. Tačiau nuo pat gimimo įgyjame įsivaizdavimą įsimindami dalykus iš išorės, visgi tai vyksta lėtai ir nepastebimai. Tas supratimas įsispaudžia ir lieka mumyse pabudindamas atitinkamą judėjimą nervų sistemoje. O tie judesiai taip tiksliai susiję su pačiu suvokimu, kad kiek tik kartų atsinaujina dėl kokios nors priežasties, tiek kartų atsiranda arba veikiau atnaujina tuos pačius pojūčius ir tą patį pažinimą, kuriuos kartojant galiausiai sąmoningai mokomės atnaujinti žinias jau savo valia, o tą galią atnaujinti tam tikrus smegenų judesius ir su jais susijusius jausmus vadiname atmintimi. Taigi, kuo daugiau protas patiria tokių judesių, tuo jie būna mažiau aiškūs, švarūs ir stiprūs. Iš to plaukia, kad kuo mažiau suvokiame, tuo aiškesni [atsiminimai] ir todėl pirmasis įgytas pažinimas yra stipriausias ir atsiminimai apie juos tvariausi. Ir dėl to atsirado klaidingas supratimas, kad vaikų atmintis yra stipriausia.

Smegenys veikia nuo pat mūsų gimimo momento, tačiau tam, kad ta veikla būtų naudinga, ji turi prisitaikyti prie kūno vystymosi ir jėgų pažangos. Jeigu kas nors aštuonmečiui užkrautų naštą, kurią sunkiai gali pajudinti suaugę ir stiprūs vyrai, visi tokį [mokytoją] laikytų pamišėliu. Tačiau protingu, mokytu ir šviesiu žmogumi laikomas tas, kuris tą nelaimėlį [mokinį] apkrauna virš jo sugebėjimų ir dar tik užgimstančias jėgas ardo arba naikina. Tokiems išminčiams brangiai mokame ir dažnai atsigabename iš toli.

Bet jei kas nors pasakytų – ar galima vaiką išmokyti nemokant? Nes jo dėmesys juk labiausiai susikoncentruoja per žaidimus. Atsakyčiau – labai daug ko [galime] – tačiau mes to laisvo ir pačio reikalingiausio mokslo nelaikome mokslu dėl to, kad jis įgyjamas savaime, be vargų, be knygų ir be mokslinčių. Todėl ir išsilavinimo, ir mums nevalingai įdiegto mąstymo nelaikome mokslu, nes tai ateina lengvai, be prievartos ir be mokytojo, kuris mus laikytų už sprando. Reikia, kad vaikai mokytųsi žaisdami ir išdykaudami, o mums priklauso jiems duoti tik tokius žaislus, tik tokiais dalykais juos užimti, į tokias vietas juos vestis, kur jie galėtų išmokti kažko, ko norime. Įgimtas smalsumas lemia tai, kad mums kiekvienas dalykas išprovokuoja tūkstantį klausimų, o mes būsime tikrais mokytojais tada, kai į kiekvieną mokėsime taip vikriai atsakyti, kad dorai mokytume vaikus. Taip lavindami kūną iš dalies laviname ir protą, neleidžiame nervų sistemai „dirvonuoti“, bet laviname pagal gamtos dėsnius, proporcingai su visu kūnu, drauge negadindami sveikatos ir nenuodydami pirmųjų, saldžiausių gyvenimo metų.

Vienas iš blogiausių ir labiausiai paplitusių įpročių yra beprasmių pasakėlių pasakojimas vaikams vos tik jie pradeda kalbėti. Toks būdas galėtų tapti priimtiniausiu ir vertingiausiu mokslu, jei tik kas žinotų, kaip vaikišku stiliumi jiems pateikti iš tikro naudingų istorinių ir moralinių pasakojimų, kuriuos motinos ir auklės pasakotų ne iš knygų, bet mintinai, tuo metu, kai vaikams jau pabosta bėgioti ir išdykauti, kai jie mielai susėda pasiklausyti ir patys prašo pasakos. Pasakų rašytojai – štai jums darbas! Deja, panašu, kad mano šauksmas bus tik balsas tyruose, nes jūsų tokios istorijos nedomina, jūsų dideli protai nukreipti į aukštesnius dalykus. Jūs rašote ir visad rašysite meilias, gražias istorijas, nes meilė yra tas gebėjimas, kurio niekas nepažįsta. Gerai, kad yra su ja susitvarkantis mokslas, būtent moterims, kurios šiuo atžvilgiu yra labai nesuprantamos. Mūsų auklių ir tarnaičių pasakojimai yra arba be prasmės apie kokius nors karalius ir karalienes, arba dar blogiau, apie šmėklas ir baubus, arba apie senius ir bobas, kurie ėda vaikus.

Kadangi vaikams būti vaikams neleidžiama, sugalvojamos visokios baidyklės lyg kokiems žvirbliams miežiuose, o tomis baidyklėmis pasirenkame skurdą ir senatvę. Ir taip vaikai, kurie turėtų jausti giliausią pagarbą pražilusiam senoliui ar gailestį vargšams, dreba iš baimės vien tik apie juos prisiminę.

Nerastume tarp mūsų nei vieno, kuris iš savo patirties nežinotų, kaip pačioje vaikystėje įskiepytos baimės sunkiai įveikiamos vėlesniame amžiuje ir kaip padidina mūsų kasdienius kentėjimus. Tačiau net tai turint omenyje, baimės ir išgąstis labiausiai sukrečia visą nervų sistemą, o tokioms jautrioms būtybėms kaip vaikai dažnai sukelia traukulius ar sunkias ligas, griauna sveikatą visam gyvenimui. Medicinos meno istorija pateikia daug pavyzdžių neišgydytos epilepsijos, kurią sukėlė išgąstis vaikystėje. Tačiau tas nelemtas vaikų gąsdinimo įprotis yra ne tik labai paplitęs, bet ir labai senas. Jau romėnės [turėjo] gėdingą paprotį kviestis bjaurias bobas, vadinamas *lamie*, vaikams bauginti ir [rodyti] stabuką dievo *Mandrucia*, kuris neva tai turėjo blogus ir nemandagius vaikus ryti.

Taigi, atsižvelgiant į tai, kad baimė turi tokį poveikį sveikatai, reikia vengti netgi tokių bausmių, kurios vaikus stipriai nugąsdina ar sukrečia. O jei jau tenka, tuomet reikia tokias bausmes rinktis labai atsargiai. Mano nuomone, vaikui, niekada nesugadintam blogo lavinimo, bausmių, ypač kūno, niekada taikyti ir neprireikia. Apie tai, kad reikia vengti neigiamų gąsdinimo pasekmių, pataria ir Ž. Ž. Ruso, teigdamas, kad vaikus reikia anksti pripratinti prie dalykų, kurių gali bijoti, tokių kaip: rupūžės, gyvatės, vorai ir kiti vabzdžiai, taip pat kaukės arba bjaurūs gyvūnai. Iš tikro ne tik namie auginti vaikai, bet ir delikačios miesto damos bijo panašių dalykų, išskyrus kaukes, ir nuo jų vaizdo puola į traukulius arba juos supykina. Tačiau kaime auginti vaikai, šviežiame ore ir visiškoje laisvėje, būna jau pripratę prie panašių dalykų, kurių kadais bijojo, nebent, kas kartais pasitaiko, buvo specialiai jais bauginami arba jiems buvo pasakojamos baisios pasakos apie nutikimus su įvairiais ropliais arba vabzdžiais.

Kita vaikiškų baimių priežastis, kurios dažnai nepavyksta įveikti visą gyvenimą, yra naktis ir tamsa. Ta baimė yra natūrali, nes negalėdami matyti mus supančių daiktų arba dėl turimų neaiškių vaizdų ir garsų duodame laisvę vaizduotei, kuri neparemta tiksliomis žiniomis, piešia mums ryškius ir baisius dalykus ir apsupa mus nebūtų dalykų sukeltu nesaugumu. Anksti pripratindami vaikus būti, žaisti, vaikščioti ir bėgioti tamsoje ne tik išlaisviname juos iš tos baimės, bet ir palengva pripratiname grakščiai vaikščioti ir orientuotis nakties metu. Geriausias to įrodymas yra gyvūnai, kurie daugiau vaikščiodami naktį nei dieną, pripranta pastebėti, įžiūrėti ir atpažinti netgi pakankamai tolimus daiktus didžiausioje tamsoje taip, kaip mes juos pamatome šviesią dieną. Kaimietis drąsiai eina tamsiausią naktį, net tankiausiame miške ir niekad nepasiklysta, tuo tarpu kai mieste auginti išlepėliai iš kambario į kambarį be žvakės nueiti negali. Galiausiai pastebėjau, kad tik tie vaikai bijo tamsos, kuriems buvo įteigtos nakties baimės ir todėl tokia baimė yra taip pat dirbtinė, mūsų veiklos pasekmė. Baimė atima mūsų nuovoką ir yra mūsų nukritimų, sumušimų ir susižeidimų priežastis. Dėl to vaikštantis per miegus mažiau susižeidžia, kadangi eina drąsiai, be mažiausios baimės ar minties apie nesaugumą. Todėl naudojantis šia įžvalga reikia arba vaikus leisti tamsoje vaikščioti, arba neva tai netyčia palikti joje šiek tiek pabūti, arba geriausia, išvesti pasivaikščioti naktį, būtent į laukus ar miškus. Tai bus būdas ne tik pripratinti juos prie tamsos, bet ir palaipsnis jų regos bei pojūčių, nuo kurių tobulumo taip daug kas priklauso, lavinimas. Juos tamsoje galime taip įtempti, kad pripratinsime atskirti net ir mažiausius ir tolimiausius daiktus. Visgi reikia saugotis, kad vaikai niekad nesuprastų, kad tai darome tyčia, kitaip jie ne tik ims bijoti, bet ir ims mumis nepasitikėti.

Vaikai ne taip bijo iš prigimties, kiek mokosi baimės iš pavyzdžio, todėl reikia itin stengtis iš jų draugijos pašalinti visus asmenis, kurie turi visokių baimių, bijo griaustinio, šaudymo arba kitų panašių dalykų. O jei netyčia tokie žmonės atsiranda vaikų

kompanijoje, reikia vaikus iš jos išvesti arba nukreipti jų dėmesį kuo nors kitu, o baimes keliančius žmones išjuokti, arba kaip pataria Ž. Ž. Ruso, įvardinti kaip sergančius[149].

Vaikų drabužiai, ypač tuo jų amžiaus laikotarpiu, kurį dabar aptariame, turi būti laisvi, kad visos kūno dalys galėtų netrukdomai vystytis. Tačiau kartu turi derėti su metų laiku ir oro temperatūra. Nors vaikų lepinti nederėtų ir reikėtų pratinti pakentėti, priprasti prie nepatogumų, bet sunkūs kailiniai ir karštos suknios visai jiems nepadeda, taigi [drabužius] reikia rinktis atsargiai, kad netyčia nesukeltų jiems ligų ar net mirties. Vaikams nepakenks, jei išleisime juos pažaisti lietuje ar balose, ar ne per daug šaltą dieną pabėgioti po sniegą ir jame vartytis. Tačiau Ženevos išminčiaus patarimas esą galima vaikams leisti žiemą nešioti vasarinius drabužius ir žaisti sniege, visai netinka mūsų kraštui. Taip ne užgrūdinti, bet sušaldyti visus vaikus galima, o labiausiai gali jie sušalti pirštus, ausis ir nosį. Taigi, visur reikia laikytis saiko ir aiškiai skirti tai, kas padeda juos sustiprinti ir užgrūdinti nuo to, kas jiems kenkia. Nors reikia pripratinti vaikus prie karščio, šalčio, lietaus, vėjo ir audrų, tačiau čia reikia laikytis saiko ir atsargumo, visada turėti galvoje tai, kad būna ir toks šaltis, kuriame negalima gyventi ir todėl neįmanoma prie jo priprasti.

Taip pat nereikėtų pamiršti, kad vaikai gimsta su skirtinga konstitucija, todėl ne visi gali viską ištverti. Jautrūs, delikačių tėvų

[149] [A. S. pastaba] *Jutimų (jausmų – zmysłów) lavinimas turi tapti pagrindiniu fizinio lavinimo tikslu, tačiau ši lavinimo dalis mūsuose ne tik visiškai apleista, bet dažniausiai mūsų lavinimo įpročiai yra tokie, kad kai kuriuos jutimus slopiname arba sunaikiname visam gyvenimui. Pavyzdžiui, jaunuoliai, lavinami mieste, retai kada turi gerą regėjimą, nes jį visam laikui sugadiname dėl per ankstyvo jų sodinimo prie knygų, piešinių, rašymo, žvakių šviesos. Taip pat matome, kaip mūsų ponaičiai vos aštuoniolikos ar dvidešimties metų griebiasi didinamųjų stiklų ir akinių. Kaimo jaunuoliai neturi šios problemos. Laukinės tautos, gyvenančios po atviru dangumi ir negadinančios akių skaitymu nei krapštymusi prie smulkių daiktelių, mato labai gerai ir labai toli. Dažnai keliaudami iš vietos į vietą, būdami didelėse erdvėse, vydamiesi laukinius žvėris, išlavina gebėjimą akimirksniu nustatyti atstumus. Tą patį gebėjimą dažnai turi ir mūsų medžiotojai, jei nėra tuo pat metu ir literatai, taip pat jį palengva išlavina ir kariai, gyvenantys stovyklose.*

Tai, ką pasakiau apie regėjimo sugadinimą miestuose, dar geriau patvirtina uoslės pojūčiai. Laukinėse tautose šis pojūtis yra ryškus, mūsuose jis beveik visai išnykęs. Tai sprendžiant iš viso šito išeina, kad žmogus tik kaime, gryname ore, be patogumų ir visokių pramanytų daiktų augintas, gali būti tinkamai fiziškai išlavintas.

vaikai sunkiau pakelia šaltį nei kiti, todėl juos reikia lėtai ir atsargiai prie jo pratinti. Tuos, kurie nuo mažumės turėjo polinkį džiovai (tuberkuliozei), reikia saugoti nuo šalčio visą gyvenimą. Staigus pasikeitimas tarp karščio ir šalčio sukelia jiems ne tik slogą, nuo kurios tokiu atveju juos reikia labai saugoti, bet dėl suaktyvėjusio plaučių darbo ir dirginimo gali staiga kilti plaučių uždegimas, o jis vėliau tampa džiovos priežastimi. Apskritai džiovininkų vaikai negali būti spaudžiami prie tiek nepatogumų, kiek tai galima daryti su stipriais ir sveikais vaikais. Juos reikia visad šilčiau rengti, neleisti taip stipriai ir ilgai bėgioti kaip kitiems, reikia saugoti juos nuo staigių oro kontrastų. Tuo tarpu kiti vaikai, laisvai bėgiodami net per sniegą, ne per šaltame ore, šokinėdami, mėtydamiesi, vartydamiesi ir šūkaudami stebuklingai išlavina ne tik visus raumenis, bet ir plaučius bei diafragmą. Apspausti, nepatogūs ir varžantys drabužiai, pavyzdžiui, husariško stiliaus kostiumai, kurie dėl grožio daugeliui tėvų patinka, yra visiškai nevaikiški. Trumpos kelnės / šortai, apatinės kelnės dėl savo laisvumo yra tinkamiausias apdaras tol, kol vaikas auga, nevaržo jo bėgant, šokinėjant, jodinėjant ir atliekant kitus judesius. Drabužėliai, kuriais dabar rengiamos mergaitės, yra tinkami, nes ačiū Dievui, iš mados išėjo raišteliai ir kamštiniai bateliai, gaila tik, kad tarp damų sugrįžta korsetai, kurie taip pat jau buvo pamiršti. Tikiuosi iš motinų tiek išminties, kad jų savo mažoms dukrelėms nevarstys[150]. Šiandien damų apdarai daugeliu atžvilgių verti pagyrimo, yra pakankamai patogūs ir laisvi, nevaržo natūralios talijos. Gaila tik, kad tie drabužiai perimti iš Graikijos, yra per lengvi mūsų klimatui ir dažnai tampa peršalimo priežastimi žiemos metu. Iš šiandienių Europos tautų niekur nemačiau taip gražiai ir kartu patogiai aprengtų vaikų kaip Anglijoje, ir nors visai nepritariu svetimšalių mėgdžiojimui, tačiau mielai matyčiau šiuos drabužius ir ant mūsų vaikų.

Vaikai žymiai daugiau miega ir turi miegoti ilgiau nei suaugusieji. Jų gyvenimas motinos pilve yra nepertraukiamas miegas.

[150] Korsetas, tikėtina J. P. Frank įtaka. Pastarasis pagrįstai smerkė moterų dėvimus korsetus dėl to, jog jie suspausdavo vidaus organus ir kenkdavo jų veiklai.

Naujagimiai miega kone nuolatos, o bėgant metams augdami vis mažiau. Taigi, polinkis miegui ir jo poreikis nuolatos mažėja iki pat vėlyvos senatvės. Daugelis senolių naktį praleidžia visai nemiegodami. Todėl vaikams reikia leisti miegoti tiek, kiek jiems patinka. Dėl to itin blogai elgiasi motinos, kurios vaikus su savimi pasiima į teatrus, vakarinius pobūvius ar maskaradus. Tokia kompanija yra žalinga, kadangi atima vaikų miegui reikalingą laiką ir taip gali gerokai pakirsti jų sveikatą. Be to, geriausia kompanija vaikams yra kiti vaikai, o triukšmas arba rimtos kalbos juos tik verčia nuobodžiauti. Jokie suaugusiųjų darbai, pramogos, ceremonijos, kuriuose jie būna priversti būti, jiems negali patikti. Tikrai juokingas tėvų ar mokytojų lūkestis yra tai, kai jie liepia išlaikyti tokį pat dėmesingumą ir laikyseną kaip suaugusieji. Tai tas pats, kaip jiems liepti tapti keturiasdešimtmečiais arba paliepus užaugti, tai jų pratinimas mėgdžioti ir apsimetinėti kitais, tai laimingiausios gyvenimo dalies, kurią nekaltiems žaidimams ir laisvei derėtų skirti, nuodijimas. Tėvai pamiršta, kad vyresnis amžius yra skirtas darbui, vargams, apmirimui ir prievartai, kad ta visuomenės prievarta yra viena tikriausių nelaimių, jog visada esame viešosios nuomonės belaisviai, o vaikai tai valiai nepaklūsdami yra laimingiausi ir iš tikro laisvi. Dėl ko gi tuomet prievarta nuodyti tą saldžiausią gyvenimo momentą?

Tačiau duoti vaikams visišką laisvę tai anaiptol nereiškia juos lepinti ir tapti jų įgeidžių belaisviu. Tikra jų laisvė turi būti paremta jų pačių savanorišku darbu ir judėjimu. Visgi reikia pasirūpinti, kad nepaklusdami jokiems suaugusiųjų sumanymams ir prievartai jie nepasijustų ponais. Nes jei vaikai kartą pajunta, kad gali įsakinėti, tampa nepakeliamais despotais, kadangi noras įsakinėti ir piktnaudžiauti valdžia yra viena iš žmogiškų silpnybių. Tuo tarpu vaikiškas silpnumas ir tuo pat metu nepatyrimas rodo, kad juos visada reikia valdyti ir jiems vadovauti. Tačiau nei vienas valdymas nereikalauja tiek atsargumo, nes vaikai godžiai perima dar ir mūsų ydas, o būtent ūmumą, grubumą ir nežmoniškumą. Vaikai turi klausyti savo tėvų ir mokytojų įsakymų, tačiau įsakyti jiems reikia be pyk-

čio, įniršio ir barimosi. Kartą paliepus atsitraukti negalima, vaikai turi suprasti suaugusiųjų paliepimą kaip neatšaukiamą. Vaikai turi žinoti, kas yra būtinybė ir prie to juos reikia anksti pripratinti, tai yra užbaigtumo jėga, kylanti iš pačios gamtos, ji yra aukščiau visų žmogiškų galių. Dėl to laisvai auginami vaikai labai lengvai pakelia visus nepatogumus, tokius kaip oro permainos, alkis, troškulys, jei nemato jokio būdo juos numalšinti. Ir dėl šios priežasties kuo kiečiau jie lavinami, kuo didesniame nepatogume, tuo toks lavinimas yra geresnis. Tie, kurie nuo pat gimimo auga nepatogumuose, juos lengvai pakelia, nes jie supranta, kad kitaip būti negali, nes nei žino apie geresnį gyvenimą, nei gali apie jį spręsti. Žmogus yra likimo žaislas ir kiekviena minutė gali išmokyti vis kitų, priešingų dalykų, todėl reikia anksti priprasti prie nepritekliaus, vargo ir prievartos, kad į besišypsančio likimo dovanas jis žiūrėtų ne kaip į savaime suprantamą dalyką ir nuo tokios sėkmės nepriklausytų – nei ja girtųsi, nei didžiuotųsi. Negalima žmonių auginti turčiais ir fortūnos numylėtiniais, nes tokiais būti gali visi, jei tik sėkmė galvos nesuks. Tačiau tam, kuris augintas patogumuose ir pripratusiam prie gausos ar prabangos, tiems, kuriuos likimas iškart pastatė ant aukštuomenės laiptelio, sunku pakelti nepriteklių, skurdą, pažeminimą ar panieką.

Taigi juos reikia taip auginti, kad visa tai kantriai ir narsiai pakeltų, nes amžiais sukaupta patirtis parodė, kad likimo dovanos yra nepastovios, kad aukštos pozicijos gali būti lengvai prarastos ir tik vienas yra nekintantis turtas tas, kuris yra viduje. Be viso to, pripratinti prie nepatogumų ir kieto gyvenimo yra, kaip sako daug sykių jau minėtas Ženevos filosofas, vadinasi, padidinti jų malonių jausmų, kai tuo tarpu minkštas gyvenimas jiems ruošia neribotą skaičių kančios ir kentėjimų. Tad tėvai, kurie savo vaikus lepina, o nepatogumų užgautų pasigaili, ruošia jiems nežinią ir tūkstančius nelaimių, kurias jie gyvenime turės patirti. Tai bepročiai, kuriuos apakina aistros, ir kurie akimirkos malonumus palaiko patikima ir ilgalaike sėkme. Vaikai naudodamiesi natūralia laisve eina kartu

su prigimtimi ir bus iš tikro laimingi, nes net jei jiems tektų kentėti, jie tai pakels be menkiausio burbėjimo, suprasdami, kad tai jų pačių kaltė. Vieni patys laisvai žaisdami vaikai nesiskundžia nei dėl nukritimų, nei susitrenkimų, ištveria tai kantriai, karštį ar šaltį, noriai pakelia alkį ir troškulį. Tačiau jei jiems kas priskiria ar įsako žaisti žaidimus, be perstojo verkia ir skundžiasi, nes dėl mažiausio negalavimo ar nepatogumo jie gali kaltinti savo valdovus ir mokosi jų nekęsti. Dėl to nemačiomis paduodant vaikui jo mylimiausią žaisliuką galima sutelkti visą jo dėmesį ir pripratinti prie visų nepatogumų ir nemalonumų.

Naudojantis tuo, kad vaikai noriai ir ilgai miega, o pavargę miega giliai, net ir be minkštų patalų, reikia juos pripratinti miegoti vėsiai ir kietoje lovoje. Plunksnos ir pūkai vaikams yra kenksmingi, nes tai juos bendrai susilpnina ir suminkština. Dėl to kietas pluoštinis čiužinys, odinė, kailiu apipinta pagalvė, lengva vilnonė antklodė ir visada balta paklodė – tai turi būti visas jų įprastas patalas. Kartais gi galima taip sutvarkyti, kad vaikai pamiegotų ir ant grindų ar kieto suolo. Tačiau reikia visada turėti sausą ir švarią patalynę, nes tvarka yra sveikatos ir jėgų šaltinis, taip kaip apsileidimas labiausiai paplitusi ligų priežastis.

Vaikų maistas taip pat labai svarbus ir dėmesio vertas dalykas. Jų ligos labai dažnai kyla dėl persivalgymo arba blogo ir žalingo maisto. Tačiau abi šios priežastys kenkia tik lepiai augintiems vaikams. Vaikai, užgrūdinti viskam, kuriems patinka laisvai bėgioti ir žaisti, retai kada serga virškinimo sutrikimu. Iš prigimties vaikai reikalauja visko, kas tik yra valgoma, net jei kai kurie maisto produktai jiems kenkia, todėl reikia stengtis, kad jie jų nematytų. Valgyti jiems reikia duoti dažnai, tačiau po nedidelį kiekį vienu kartu. Maži vaikai niekada neturi sėdėti prie stalo, jie turi valgyti tada, kai jie nori. Vėlesniame amžiuje, kai jie jau sustiprėja ir pajėgia valgyti kietesnį maistą, geriausias būdas saugoti juos nuo apsivalgymo yra jiems nieko nedrausti. Nes žinodami, kad viską gali valgyti, jie pernelyg ir netrokš nieko, nieko godžiai ir pribėgdami neapsivalgys ir kartu anksti pripras prie visų produktų.

Tačiau esama maisto produktų ir gėrimų, kurie vaikams visai nepritaikyti, taigi tokių jiems negalima nei rodyti, nei duoti ragauti. Tai yra: bakalėjos produktai, sūdyti produktai, „uždegantys produktai“, pvz., kepta mėsa, taip pat visi karšti gėrimai. Nemanau, kad vaikams visai reikėtų uždrausti mėsą ir mėsiškus produktus, nes silpniems, delikatiems ir į skrofuliozę linkusiems vaikams toks maistas netgi būtinas. Taip pat toks maistas [mėsa] reikalingas tiems vaikams, kurie dėl blogos fizinės ištvermės ir nusilpimo negali laisvai bėgioti ir nuolatiniu judėjimu sustiprinti savo kūno, kurie yra vangūs, tingūs ir tarsi nutukę, kurių skrandis prastai virškina arba gamina daug dujų. Tačiau vaikams, kurie yra tvirti, gyvi, linksmi mėsa ir mėsiški patiekalai nėra reikalingi. Jei mūsų jaunuoliams būtų rengiamos gimnastikos (fizinio aktyvumo) treniruotės, jiems sveikiausias ir geriausias maistas būtų paprasti ir sunkūs patiekalai. Pasak Ksenofonto[151], persų vaikai nevalgydavo namie, tačiau ryte pakeliui iš namų į mokyklą pasiimdavo su savimi duonos ir puodelį vandeniui pasisemti iš artimiausio šaltinio. Jų dienotvarkė būdavo tokia užimta treniruotėmis, kad valgydavo jie tiesiog prie mokytojų, tokiu būdu pratinant juos prie darbštumo ir santūrumo.

Jau anksčiau minėjau, kad po [naujagimio] atjunkymo geriausias maistas vaikams yra pienas. Taip pat dėl to ir vėlesniame amžiuje pienas, sviestas ir varškė yra geras maistas silpnam ir augančiam jaunuoliui. Siekiant, kad jis įgautų daugiau jėgų, galima taip pat duoti košės ir kitų miltinių arba tiksliau krakmolingų patiekalų: visokių rūšių grūdų ir iš jų pagamintų miltų, kruopų, bulvių arba krakmolingų ir saldžių vaisių bei daržovių. Vėliau galima duoti sultinių, žėlė / drebučių, kiaušinių ir iš jų pagamintų produktų arba baltos lengvos mėsos, ir tik nedideliais kiekiais. Vaikai, kartą paragavę mėsos, ją iškart pamėgsta ir vėliau jos prašo, tačiau tai nėra įrodymas, kad mėsa yra jiems naudingas ir geras patiekalas, taip kaip ir alkoholiniai gėrimai nėra sveikas dalykas tiems, kurie

[151] Ksenofontas (450–354 m. pr. Kr) – senovės graikų rašytojas, istorikas, Atėnų karvedys, ekonomikos teoretikas ir politinis veikėjas, istorinių ir filosofinių veikalų autorius, Sokrato mokinys. Filosofiniuose veikaluose nagrinėjo racionalaus ūkininkavimo bei idealaus vadovavimo klausimus.

juos mėgsta ir prie visko priderina. Žmogus iš prigimties mėgsta linksmybes ir visa, kas gamtoje jį linksmina, todėl ir visus gėrimus, ir maistą, kurie skubina gyvenimo tėkmę, čia patenka ir mėsa[152]. Tuo tarpu kalbant ir apie visas kitas negeroves, greitai gyventi, vadinasi, greitai bėgti iki paskutinio finišo, t. y. iki kapo duobės, todėl, mano nuomone, tie, kurie gyvena sveikai ir laisvai, neturėtų niekur skubėti. Taigi, kol vaikai dar nėra patys savo likimo šeimininkai ir dar patys nieko nesprendžia, jų tėvai ir mokytojai neturi turėti nei pareigos, nei reikalo juos skubinti link kapo. Be to, ir pats šis greitas gyvenimo tarpsnis sustiprina vaikų ir jaunuolių ugnį ir dėl to paskatina karštąsias ligas, taigi kam netinkamu maistu ir gėrimais tai dar labiau sustiprinti? Kai kas pasakytų, kad prie tos [ugnies] veda nuolatinis judėjimas, bėgiojimas ir šokinėjimas. Tai tiesa, bet tai neišvengiamai reikalinga ir būtent dėl to, jog tai neišvengiama, nereikėtų padėti kilti kitoms blogoms pasekmėms. Tačiau visgi pats gyvenimas yra bėgimas link mirties ir kiekvienas, kuris gimsta, gyvenimą turi užbaigti, dėl to naujagimio gyvybę saugome dėl artimo meilės.

[152] Remiamasi humoraline teorija (žr. p. 45). Šios teorijos šalininkai taip pat siūlo maitinantis atsižvelgti į produktų skonio ir fizines savybes, kurios koreliuoja su organizmo tipu / charakteriu / virškinimo savybėmis. Kūdikiams ir mažiems vaikams artimiausias tipas yra lėtas, gleivingas flegmatikas, dėl to jų maistas turėtų būti sunkus ir saldus. Mėsa, alkoholiniai gėrimai ir kiti „karšti“ produktai turėjo savybę „pakurstyti ugnį“, jie dera su choleriškuoju tipu, taigi verčia greičiau degti, greičiau bėgti gyvenimą. Panašiais mitybos principais iki šiol remiamasi ir tradicinėse kinų ir indų (ajurvedos) medicinos sistemose. Kiek anksčiau Sniadeckio pateikiama rekomendacija skirti mėsą tik silpniems vaikams gali būti sugretinta su ajurvedos tekstuose pateikiamais pasiūlymais kasdienėje mityboje vengti mėsos, išskyrus tuos atvejus, kai jos reikia labai nusilpusiam žmogui.

V skyrius

Vaikų lavinimas po septintųjų gyvenimo metų arba po nuolatinių dantų išdygimo

Kūdikystėje ir pirmojoje vaikystėje auklėjame vaikus vienodai nepriklausomai nuo lyties, nes tuo laikotarpiu tai nėra svarbu. Tie patys silpnumai, polinkiai ir žaidimai nereikalauja išskyrimų, visas atsargumas dėl to, kas dera ir kas ne, čia nėra reikalingas. Dėl to abiejų lyčių vaikai gali būti lavinami kartu ir tais pačiais būdais. Mūsų klimate tokį lavinimą, neišskiriant skirtybių, galima taikyti iki dvylikos metų amžiaus. Tačiau vėliau jau visam laikui lavinimas ima skirtis. Ne dėl to, kad jau tuo laiku dėl lyčių tarpusavio maišymosi galėtų kilti koks nors nesaugumas, bet todėl, jog kiekviena lytis turi gyventi kitaip ir įgyvendinti kitas fizines ir moralines pareigas, taigi reikalauja ir kitokio lavinimo. Mūsų laikais ir mūsų visuomenėje neišsipildytų Platono troškimas, kad moterys kartu su savo vyrais narsiai gintų tėvynę ir būtų lavinamos kartu su jais toje pačioje vietoje[153]. Nepasiteisintų ir jo patarimas mokyti [mergaites] kartu su berniukais ne tik visų mokslų pradmenų, bet ir gyvenimiškos išminties. Ką kalbėti apie sportavimą ir gimnastikos (fizinio aktyvumo) varžybas, kuriose jaunos merginos, apsinuoginusios ir tik savo dorybėmis pasidabinusios, varžytųsi su taip pat apsinuoginusiais jaunuoliais. Panašu, jog išmintingasis Platonas mažai iš tikro patyrė to, apie ką rašė.

Kadangi, mano manymu, besibaigiant septintiesiems gyvenimo metams jau dera labiau lavinti ir protą, tas lavinimas kiekvienai lyčiai jau turi būti skirtingas, taigi sakyčiau, kad tai laikas, kada jau

[153] Turimas omenyje garsus graikų filosofo Platono (428–348 m. pr. Kr.) veikalas „Valstybė“, kuriame pastarasis pateikė daug originalių minčių, pavyzdžiui, kad vaikus auklėti reikia vadovaujantis tėvynės meile kaip didžiausiu gėriu.

reikia atskirti skirtingų lyčių vaikus ir juos lavinti individualiai. Kadangi moterų pašaukimas, jų jėgos, polinkiai, temperamentas, taip pat ir kūniškos bei proto galios skiriasi nuo vyrų, taigi ir jų lavinimas turi būti skirtingas. Tačiau tik lėtai ir nepastebimai galime tai atskirti, duodami vaikams tokius žaidimus ir veiklas, kurios būtų nukreiptos į jų būsimą pašaukimą. Tokiam sumanymui labiausiai padeda tai, kad skirtingų lyčių vaikai turi ir skirtingą skonį, ir pomėgius, kas gali būti panaudota kaip pirmiausias būdas, pirmasis akstinas atskyrimui. Nes kaip berniukai mėgsta nuolatinę veiklą, bėgiojimą, smarkias, dažnai visokeriopai neatsargias veiklas, taip mergaitės mėgsta ramius žaidimus ir sėdimą veiklą. Gi tie [berniukai] ieško veiklos ir nuotykių, mėgsta šurmulį ir lenktynes, mėtytis [kamuoliu], kovoti ir ginkluotis botagais ar lazdomis; jodinėti žirgu, nors ir mediniu, bėgioti su laukiniais gyvūnais ir paukščiais, spęsti spąstus, susirenka medžioti ir prie ginklų, tinkamais rūbais laiko šarvus ir didžiuojasi tuo, kas juos padaro baisesnius. Mergaitės priešingai – užsiima drabužėliais ir visu tuo, kuo galima apsirengti, pasipuošti arba kuo joms galima įtikti, rūpinasi lėlyčių auginimu, mokymu ir apranga, siuva joms kepurėles ir sukneles, komponuoja aprangą, puošia jų vežimėlius ir loveles, gamina, patiekia joms pietus, duoda joms gero elgesio patarimus – vienu žodžiu, su jomis daro visa tai, ką mato iš mamos pavyzdžio. Taigi, ir berniukai, ir mergaitės linksta prie to, kam juos sukūrė gamta, o lavinimas turi eiti ta pačia kryptimi, turi laikytis jos [gamtos] dėsnių. Šiame amžiuje netraukia šių abiejų lyčių viena prie kitos, dėl skirtingų skonių jie vieni kitų neseka, veikiau vengia, tai padeda šiam atskyrimui, tačiau jį reikia pradėti šiame amžiuje, tol, kol dar neprasidėjo lytinis brendimas, nes tada šį atskyrimą įgyvendinti jau bus sunkiau. Tuo laiku gali kilti dar per ankstyvos aistros, kurios gali ne tik visą lavinimą sugadinti, bet ir tapti kenksmingos sveikatai ir tolimesniam likimui. Dėl šios priežasties suprantu, kad kartu su besibaigiančiais septintaisiais metais reikia atskirti skirtingų lyčių vaikus ir lavinti atskirai. Dėl to iki tol kalbėjau tik apie vaikus, dabar jau kalbėsiu vieną kartą apie berniukus, kitą – apie mergaites.

Iš anksto numatau, kad neišvengiamai manęs tėvai tuojau paklaus – kada jau leisti vaikams mokytis? Atsakyčiau – mokomės nuo pat gimimo. Nes visas gyvenimas yra nuolatinis mokymasis, kurį tik miegu ir poilsiu pertraukiame, o mirtimi užbaigiame. Tas, kas gyvendamas nenori mokytis, turėtų užmerkti akis, užsiklijuoti ausis ir kitus jutimo organus turėtų uždengti nieko nepraleidžiančiu šydu. Viskas, ką žmogus atranda ir suvokia, jam yra mokslas, nauja nauda jo protui. Visi jo jausmai, įsivaizdavimai ir judesiai yra įrašomi ir yra patikimas įgūdis santykyje tarp jo ir jį supančių būtybių. To santykio pajautimas yra turtas ir lobis, jo proto brangenybės. O tas, kuris sąmoningai suvokia visus savo santykius su daiktais ir tarp savęs, tas moka viską, kas jam naudinga, ir tiek, kiek suvokia visą gamtą, kiek tas suvokimas jam yra naudingas – žodžiu pridurčiau – tiek, kiek jam ji yra prieinama. Tačiau visuomenėje žmogus yra taip pamišęs, taip išmuštas iš prigimties kelio ir taip nuo jo nutolęs, taip apsvaigęs prietarais ir klaidomis, kad tai, ko neįkalė per prievartą mokslinčiai, sėdint, plušant ar linguojant už stalo ar mokykliniame suole, to nelaiko mokslu. Dėl to pats žodis „mokslas“ jam [vaikui] siejasi su skausmingu įsivaizdavimu didžiausios kančios ir nuobodulio, o mes, žmonės, pagal nerašytą taisyklę stebimės, jog vaikai nemėgsta mokslo ir barame juos už tai.

Kodėl pamatinės tiesos, kurios tarnauja kaip kertinis akmuo visam fizinių ir kai kurių moralinių gebėjimų statiniui tol, kol bus atskleistos, turėtų reikalauti visuotinio leidimo? Nes tai yra tiesos, kurias kiekvienas jau turi savyje, kurias gyvendamas išmoko ir turėjo išmokti, kurias pajuto, tik žodžiais niekad neapibūdino. Todėl tas išradėjas, kuris jas atranda, mokytojas, kuris jas mokiniui išaiškina, nemoko jo tų tiesų, bet atkreipia mokinio dėmesį į jas ir moko jas apibūdinti žodžiais. Be to, jam parodo tas tiesas, kurias savyje nešioja. Tokiu atveju gerai yra pasakyta, kad mokslai yra kalbų gebėjimai, kad kiekvienas jų turi savąją kalbą, nors ir ne kiekvienas vienodai sėkmingą.

Taigi, kai vaikai laisvai gyvendami lavina savo kūną ir stiprina sveikatą, tuo pat metu lavina ir savo protą, praturtina jį vis naujomis žiniomis. Todėl visas tėvų ir mokytojų menas priklauso nuo to, kaip juos sudominti tokiais dalykais ir tokiais juos žaidimais užimti, kurie užimdami kūną ir lavindami protą jį praturtintų naujomis idėjomis. Tai yra menas, kurio niekas savaime nemoka, tai edukacijos kursas, kurį kokia nors gera galva su nesugadinta širdimi turi sukurti. Tačiau tokios pedagogikos nereikia tikėtis iš tų, kurie daug apie ją rašo ir diskutuoja be prasmės ir tikro dalyko suvokimo.

Sujungiant fizinį lavinimą su moraliniu, o jau minėjau, kad jų negalime atskirti, visa gero lavinimo paslaptis priklauso nuo to, kaip ir kūną, ir protą visapusiškai išlavinti, kaip rasti tinkamą tų dviejų dalykų pusiausvyrą, kaip augant nei vienos iš galių neapleisti, tačiau ir neleisti kuriai nors iš jų pernelyg išsikeroti ir taip iškreipti darant žalą kitoms. Taip graikų atletai, kurie kūno jėgas, o tiksliau raumenis iškėlė iki didžiausių aukštumų ir išlavino iki milžiniškos galios, tuo pat metu paleido visas proto galias ir visą nervų sistemą. Tai buvo žmonės be proto ir jausmų, kurie visą savo gyvenimą apribojo raumenimis ir į juos sudėjo. Tokie, kurių proto galios buvo kumštyje, o šlovė ir didybė pasiekiama suvalgant ir suvirškinant visą jautį[154].

Tie, kurie lavina tik kai kuriuos raumenis, dažniausiai būna nerangūs tais atvejais, kai reikia naudoti kitus raumenis, kaip kad turime pavyzdį įprastą pratinimą naudotis tik dešine ranka ir priešingą pavyzdį kairiarankiams. Ką matome ir su amatininkais, prie savo amato prirakintais ir negrabiais viskam, išskyrus jų amatą. Tie, kurie save atiduoda amatui ar mokslui, dažniausiai prastai virškina, o raumenys jų silpni ir nerangūs. Tokioje pat padėtyje yra ir moterys, kurių nervai išlepinti jautrumo sau, poilsio ir minkštumo, su tais visokių rūšių nutrūktgalviais, kurie tegalvoja apie vieną užsiėmimą ir „į vandenį paleidžia“ tą jausmą, iškeisdami jį į aistras, kuriomis mėgaujasi visą savo gyvenimą. Taigi geras lavinimas pri-

[154] [A. S. pastaba] *Pavyzdžiui, pasakojama, kad Teogenas iš Taso per dieną galėjo suvalgyti visą jautį. Jei tame būtų nors pusė tiesos, tai ir tiek būtų pakankamai.*

klauso nuo tinkamo visų galių ir organų naudojimo, jų suformavimo ir stiprinimo bei harmonijos siekiant, kad vienas nedominuotų kito atžvilgiu.

Vaikus visko mokyti tik iš knygų – tai blogas prietaras ir įprotis, nes jos skirtos tik subrendusiems, kad pastarieji prie jų galėtų kiurksoti kelias valandas lyg įkalti, dar pridedant ryškų sugedusių pedagogų spaudimo ir grasinimo prieskonį. Tai yra tobulas būdas visam laikui subjauroti mokslą ir sugadinti sveikatą. Seneka[155], kalbėdamas apie ano meto Romos jaunimą, pasakoja, kad niekada nesėdėjo ir sėdint jo niekas nieko nemokė. Vis tik neabejojame, jog romėnai būtų neva tai blogai išsimokslinę, o jų jaunimas – niekam tikęs. Platonas kurdamas savo valstybę vaikus lavina tik žaislais, šventėmis, šokiais, pramogomis ir dainomis, nes tuos šokius, pramogas ir dainas taip galima sutvarkyti, kad jie taptų naudingu mokslu. O jei ir netaptų – kas geriau – turėti mokslą be sveikatos ar sveikatą be mokslo? Tačiau taip mokantis prie knygų galima ir sveikatą prarasti, ir mokslų nepasiekti. Mano nuomone, tas, kuris savo mokslo nemoka pateikti maloniai, niekada nieko neišmokys. Tikslieji mokslai nėra vaikams, jie tik mažam suaugusiųjų ratui ir brandžioms galvoms. Mokslai vaikams nuo dvylikos iki penkiolikos metų yra skaitymas, rašymas, skaičiavimas, ir tai mechaninis. Sakau mechaninis, nes teorinis skaičiavimo teorijų supratimas reikalauja itin geros ir brandžios galvos. Taip pat tai piešimas, šokiai, jodinėjimas, plaukiojimas, bėgiojimas, mankštinimasis su pasirinktais ginklais ir medžioklė, tai kaip ir šaudymas į stovintį, bėgantį ar skrendantį taikinį, taiklus šaudymas nuo žirgo ir t. t.[156].

[155] Lucijus Anėjus Seneka (Lucius Annaeus Seneca; 4 m. pr. Kr. – 65 m.) – romėnų filosofas stoikas, dramaturgas, valstybės veikėjas ir gamtos tyrinėtojas. Nuo 49 m. buvo vienas iš pagrindinių imperatoriaus Nerono auklėtojų. Ruošdamas Neroną imperatoriaus sostui, sukūrė veikalą apie tai, kad yra išmintinga valdyti švelniai (de clementia).

[156] [A. S. pastaba] *Gera gimnastika (fizinis aktyvumas) turi savyje jungti visų rūšių kūno pratimus, kaip antai: mėtymasis kamuoliu, pasirinktų ginklų gamyba, šokiai, šokinėjimas, laipiojimas medžiais, šokinėjimas per griovius, plaukiojimas, jodinėjimas žirgu, užšokimas ant jo bėgant ir t. t. Tai yra tam, kad būtų tolygiai lavinami visi raumenys. Tai duoda tikrą jėgą, tikslius ir ryškius viso kūno bruožus (formas), iš ko susidaro tikras vyriškas grožis.*

Kalbos mokymasis prasideda iškart po gimimo ir vyksta kartu su suvokimo apie dalykus įgijimu, dėl to kiekviena sąvoka (dalykas) mūsų atmintyje turi ją apibūdinantį pasakymą (žodį), dėl to mąstome ir suprantame remdamiesi tomis sąvokomis arba kas yra tas pats – remdamiesi simboliais. Dėl to geriausias tautos švietimo įrodymas yra jos kalbos švarumas, tobulumas ir aiškumas, nes joje telpa visas tos tautos minčių ir mokslo turinys. Dėl to nors mums ir atrodo, kad mokslas yra toks pats visoje žemėje, visad palaikyčiau nuomonę, kad kiekviena tauta turi turėti savo mokslą, turi jį prisijaukinti savo pačių kalboje, antraip niekada nebus išsilavinusi. Tačiau toks mano noras, matyt, tėra balsas tyruose!

Prie tinkamo fizinio lavinimo priskirtina ir tai, kad reikia gerai išlavinti kalbos aparatą, vaikus išmokyti kiekvieną žodį tiksliai ir aiškiai ištarti. Ir tai bus pirmas ir labai svarbus mokslas, kurį vaikai turi perimti iš motinos, tėvo ir auklių. Pirmieji jų mokytojai turi išlavinti šį gebėjimą mokant kalbėdami ir su žaisliukais garsiai ir aiškiai ištardami kiekvieną balsę, kiekvieną skiemenį ir kiekvieną žodį. Tai galima daryti vaikams skaitant ir juos paskatinant pakartoti lengvus, trumpus ir gražius eilėraštukus, tokius kaip, pvz., Krasickio[157] pasakos, pasakojant įvairius istorinius ir pamokančius pasakojimus, stengiantis juos ištarti mūsų kalbos muzika. Atėniečiai, šauniausi iš senovės tautų, liaudis, kuri savo kalbą, kitų graikų manymu, tarė su didžiausiu dailumu ir labiausiai išpuoselėjo, o galiausiai net ir „išcackino“, laikė tai svarbiausiu ir pirmiausiu mokslu. O mes – kokia gėda! Lyg neturėdami savo kalbos mokome savo vaikus vapėti visokiomis užsienio kalbomis, o ypač prancūzų, vietoj to, kad galvotume apie savo kalbą, kurios jau turčių namuose joks vaikas nebemoka. Kas iš to? Mokėme juos būti svetimtaučiais ir išmokėme.

[157] Ignas Blažiejus Francišekas Krasickis (1735–1801) – Varmijos vyskupas, Gniezno arkivyskupas, Sembos kunigaikštis, Šventosios Romos imperijos grafas, vyriausiojo karinio tribunolo prezidentas Liubline, kunigas, Lvovo katedros skyriaus kuratorius, poetas, prozininkas, publicistas ir enciklopedistas. Vienas pagrindinių Lenkijos Apšvietos atstovų. Pasivadino „Lenkijos poetų kunigaikščiu“. Daug dėmesio skyrė liaudies švietimui. Įdomu tai, kad tai bene vienintelis dvasininkas, kurį kaip ugdymo pavyzdį pateikia A. Sniadeckis. Paties Sniadeckio pažiūros religijos atžvilgiu buvo skeptiškos.

Vadinant daiktus juos reikia visada įvardinti aiškiausiu pasakymu ir niekada nenaudoti tokio žodžio, kuris neleistų vaikui aiškiai suprasti jo reikšmės arba nebūtų galima parodyti to pavyzdžiu. Tokiu būdu vaikai mokosi ne tik kalbos, bet kartu išmoksta tiksliai, aiškiai ir visiems suprantamai mąstyti ir kalbėti[158]. Mūsų lavinimas ir šiuo požiūriu eina visiškai atbulai. Mes vaikus ne tik varginame užsienio kalbomis ir mokome juos mėgdžioti viską lyg kokios šarkos, tačiau dar ir tuo pat būdu mokome juos mokslo, nes tai darome gerokai anksčiau, nei išsivysto ir sustiprėja jų protinės galios, leidžiančios jiems suvokti ar bent jau numanyti, apie ką juos mokome. Tokiu būdu tik apkrauname jų galvas, taip vietoje jų protinių galių padidinimo, sustiprinimo ir atgaivos mes jas dusiname ir naikiname dar pačioje pradžioje, perkraudami iškreipiame smegenų darbą ir mokome kreivai mąstyti, taip kaip žirgą išmokome neteisingai žingsniuoti ar kaip skrandį visam laikui sugadiname apsivalgydami. Taip kaip tinkamu laiku panaudojamos galios sustiprėja, įgauna pavidalą, tobulėja, taip ir netinkamu panaudotos silpnėja, genda ir sunyksta. Pirma, neleidžiama joms stiprėti ir vystytis, augant jos tik išsenka, antra, nuolatinis apkrovimas jas dar ir laužo. Protinės galios, priklausančios nuo tam tikrų organų arba kūniškų įrankių, šiuo požiūriu pasiduoda tiems patiems dėsniams kaip ir paprastos fizinės galios ir todėl jų kažkaip kitaip negalima vertinti. Todėl reikalauti, kad vaikai, kurių protinės galios dar tik pradeda atsiskleisti ar dar nesivysto, savo protu kažką darytų yra tas pats, kas liepti jiems stotis ir vaikščioti vos tik gimus. Dėl to negalima be gailesčio ir netraukant pečiais stebėti, kaip dešimtmečiai išminčiai, pasodinti už stalo, sprendžia matematinius, filosofinius ar fizikos mokslo uždavinius arba svarsto apie istoriją ir literatūrą, vienu žodžiu, taip besišaipančius iš mokslininkų ir tiesiog kartojančius be prasmės ir supratimo tokius dalykus, kurie iš tiesų galvoje gimsta jau tik brandžiame amžiuje.

[158] [A. S. pastaba] *Mano nuomone, žmogui, kuris neketina būti mokslininku, jei jis taip moka [t. y. šnekėti aiškiai], daugiau ir nereikia. Tačiau toks sakinys jiems [mokslininkams] nepatiktų.*

Puikiai žinau, kad nuolatos kalant ir kankinant vaikus galima juos galiausiai kažko išmokyti, tačiau ir šarkos mokosi kalbos, varnėnai – groti, o meškos – šokti. Sveikinu tėvus, kurie tokiu būdu savo palikuonis tinkamai išlavins, tačiau, jei leisite, turiu jiems kelias pastabas.

Pirmiausia. Visas toks mokslas yra niekam tikęs. Jau seniai patirties įrodytas dalykas, kad tokio mokslo jie nesupranta, kad [vaikai] visa tai kalba ir pasakoja nesuvokdami, kad tai, ko išmoko, lengvai pamiršta ir subrendę vėl viso to turi mokytis iš naujo. Pats Platonas, nors ir pataria iki aštuoniolikos metų tarp žaidimų pamokyti aritmetikos, astronomijos ir muzikos, tačiau visa tai baigus, tik apie dvidešimtuosius ar dvidešimt pirmuosius imti juos mokyti tikrojo pažinimo.

Antra. Kai proto organai pernelyg išsikeroja, tuomet apleidžiamos kūniškos galios, nenaudotos tada, kai jos formuojasi ir įgauna pavidalą, o tam reikalingi pratimai nebūna atliekami ir taip visam gyvenimui susiformuoja silpnosios vietos. Taigi tokia edukacija neišvengiamai veda prie kūno ir proto negalios, dabartinė mūsų visuomenė tikriausias to įrodymas, lengvai parodyčiau ištisus kabinetus tokių pavyzdžių. Galiausiai kalbėdamas iš savo paties patirties, remdamasis visais tais liudininkais, kurie mokėsi tiksliųjų mokslų vaikystėje, remdamasis jų sąžine [paklausčiau], ar moka jie visa tai dabar? Ne. O jei ir moka, ar neteko jiems viso to mokytis iš naujo jau brandžiame amžiuje? Jei taip, tai kuo jiems buvo naudingas pirmasis mokslas?

Bet gal gi man kas nors pasakytų, jog dera vaikus kuo anksčiau užimti, kad anksti priprastų prie darbo ir tuo būdu taip pat susilpninti ir numarinti jų norą dykinėti. Tačiau vaikams, varu priverstiems, toks darbas niekada nepavyksta, o jei tas darbas yra malonus, patys tuomet prie jo atbėga. Varu juos varyti ir prievarta apkrauti darbu, kurio jie nemėgsta, vadinasi, sukelti jiems pasibjaurėjimą darbu, paskatinti juos ieškoti būdų, kaip nuo tokio darbo pasprukti. Tai yra priežastis, kodėl jaunuoliai pabėga iš mokyklų ir nuo mokytojų, o nežinodami, kur toliau eiti, jie daugelį kartų patenka į blogiausias draugijas.

Taigi, ko reikėtų mokyti vaikus, kurių protinės galios dar tik pradeda vystytis? Žinoma, jos neturi būti visai apleistos, bet tik tobulinamos ir stiprinamos. Tam trumpas ir labai paprastas atsakymas – reikia mokyti to, ką tuo metu leidžia protinės galios, to, kam patys vaikai rodo polinkį ir pomėgį, prie ko patys atbėga, tačiau visad reikia atsargiai vertinti, kad jų niekuo neapkrautum, o jų sveikatą ir jėgas pradiniu lavinimu ne tik palaikytum, bet ir kaskart labiau išlavinum[159].

Kalbant bendrai, jaunos mergaitės bręsta daug greičiau nei berniukai, greičiau vystosi jų protas, todėl ir kai kurių mokslų lavinti jas galima taip pat anksčiau. Kadangi jos iš prigimties linkusios užsiimti namų ruošos darbais, o nuolatinis sėdimas gyvenimo būdas joms kenkia mažiau, taigi jas galima anksčiau pratinti prie mokslų, tik ne prie tiksliųjų mokslų. Nes nors turime pavyzdžių damų, kurioms pavyko įvaldyti tiksliuosius mokslus, visgi kalbant bendrai, jos mažiau nei vyrai gabios įtemptam ilgam mąstymui, jos gabesnės mokslams, reikalaujantiems vaizduotės ir atminties, nei verčiantiems ilgai, stipriai ir giliai sukoncentruoti dėmesį. Todėl istorija, sujungta su geografija, piešimo pradmenys, įvairūs rankdarbiai, sodininkystė, namų ruošos darbeliai, drabužiai, namų tvarkymas ir puošimas – tai dalykai, kuriais pakaitomis jos gali užsiimti. Taip pat derėtų pridėti ir tai, kas formuoja kūną ir meninį skonį, kas lavina figūrą ir protą. Tai šokiai, žaidimai, vaikiškos lenktynės, bėgiojimas ir pasivaikščiojimai bei muzika[160], dainavimas, poezija ir bendroji literatūra.

[159] [A. S. pastaba] *Atkreipiant dėmesį į pastabą, kad vaikai pasižymi gera atmintimi, todėl jie pas mus mokomi geografijos. Aš daug sykių įsitikinau, kad jie jos nemoka, tik kartoja vardus kaip šarkos, tačiau apie tikrą tų vietovių padėtį žemėje neturi nei menkiausio supratimo. Geografija yra mokslas, skirtas brandžioms galvoms, jis turi prasidėti gaublio pažinimu ir juo remtis. Mintinai mokėti šalių ir miestų pavadinimą tai nereiškia mokėti geografiją. Tačiau visas mūsų mokymas, taip kaip ir kituose poelgiai, paremti tik tariamu žinojimu ir paviršutiniškumu vietoje tikro dalyko išmanymo ir gilinimosi į jį.*

[160] [A. S. pastaba] *Muzika sudarė didelę dalį graikų lavinimo, kuris jungė ją su gimnastika (fiziniu aktyvumu). Muzikos reikšmė buvo suvokiama gerokai plačiau nei pas mus. Tikrai aišku, kad aiški ir stipri muzika turi įtaką žmogaus protui. Pastebėta, kad net kai kurie graikų valstybėlių papročiai šiuo aspektu skyrėsi. Egiptiečiai manė, kad muzika yra kenksminga, esą silpnina proto galias. O spartiečiai, nors ir mėgo muziką, vis tik karišką ir tokią, kuri pakelia protą ir uždega riteriškiems poelgiams. Tačiau atėniečiams muzika buvo svarbi lavinimo dalis, tokia kaip pas mus prancūzų kalba. Pasakojama, kad susirinkus vakaroti pirmam įspūdžiui visiems buvo paduodama lyra, jei kažkas nemokėdavo ja groti, Temistoklis tai laikydavo blogu tono ženklu, lygiai taip, kaip mūsų damos dabar laiko negebėjimą kalbėti prancūziškai.*

Tačiau kalbant apie literatūrą, čia dažnai pasitaiko išgalvotų istorijų arba pramanytų pasakų, kurias prancūziškai vadiname romansais. Tos literatūros rūšis, dar nežinota senovėje, vadintina mūsų amžiaus liga ir pragaištimi. Moterys, kurios kartą tokios literatūros pasmaguriauja, prapuola visam laikui. Jas praranda visuomenė, jų vaikai ir vyrai. Užsikasę į tą literatūros irštvą iš jos išsilaisvinti jau niekas negali, paskiria tam skaitymui brangiausius gyvenimo metus, kūkčioja, verkia, jaučia ir gyvena tame jų pačių sugalvotame pasaulyje, iš kurio joms, regis, į mūsų pasaulį jau nesugrįžti. Gyvenimiški nutikimai ir įprastai bėgančios dienos joms ima kelti pasibjaurėjimą arba išspaudžia savigailos ašaras, nes niekas nevyksta pagal jų įsivaizduojamo gyvenimo taisykles, trumpai tariant, visas jų fizinis gyvenimas susikoncentruoja į jų psichiką; visa būtis ir laimė yra intelektualiniuose malonumuose, o viskas, kas jas supa, tampa jų kančios ir skausmo priežastimi. Iš to kyla ir šiandien tokios paplitusios nervinės ligos, iš čia ir perdėtas sentimentalumas, pasibjaurėjimas buities reikalais, iš čia ir pasibjaurėjimas savo pačių broliais ir seserimis, savo kraštu.

Iki šiol mažai kas mąsto apie moterų lavinimą, niekas to nesiėmė, neturime nei nuostatų, nei jų lavinimui skirtų visuomeninių mokyklų. Jos lavinamos vienuolynuose, pensionuose arba tiesiog tėvų namuose. Visais atvejais jų lavinimui samdomos svetimtautės, dažniausiai prastai išauklėtos, neišsilavinusios ir nieko nemokančios, o vietoje to užkrečiančios mergaites tūkstančiais pramanų ir ydų. Pasakysiu daugiau – nesutvertos jos gyventi tarp žmonių ir, kai kada išmestos iš savo krašto, pasipūtusios, šališkos svetimtautės kalba kuo blogiausiai ir apie mūsų kraštą ir tokiu būdu jaunimą moko nekęsti to, kas kiekvienai dorai sielai yra švenčiausia. Dorybingosios tautietės! Anksčiau valdžia negalvojo apie jus, todėl pačios pagalvokite apie save, būkite mokytojomis savo dukterims, išplėškite jas iš prakeiktų svetimtaučių, įvairiausių mūsų krašto nedraugių rankų, atsikratykite prietarų, pirmiausia pamilkite savo kraštiečius ir savo kalbą. Galiausiai išmokite nebeieškoti laimės už savo namų slenks-

čio, už savo gimtos žemės ribų, už savo pasaulio ir atminkite, kad tik namuose ir Tėvynėje yra tikra ir tvari laimė, kad ją ten surado visos istorijoje didžios ir šlovingos moterys. Bet grįžkime prie vyrų.

Pirmieji mokslai, kuriais maži vaikai yra linkę užsiimti, yra grynai mechaniniai arba tokie, kuriais užsiimant daugiausiai veikia kūnas ir daug mažiau protas, kuriais užsiimant nereikėtų pernelyg įtempti mąstymo. Tokius mokslus jau minėjau anksčiau, bet dar norėčiau prie jų pridėti kai kuriuos lengvus amatus. Kai kalbu apie amatus, nemanau paversti vaikų tikrais amatininkais, tačiau noriu, kad amatas būtų mylimas fiziškų žaidimų šaltinis, kuris kartu lavintų ir mąstymą. Toks mokslas tolimesniame gyvenime turi daugeriopą naudą, nes laisvu laiku leidžia užsiimti mėgstama ir naudinga veikla. Nelaimėje / nepritekliuje jis gali mums būti pragyvenimo šaltiniu, gelbstinčiu nenupulti iki elgetavimo. Galiausiai jis moko mus gerbti tokią naudingą žmonių klasę kaip dori amatininkai, išlaisvina mus nuo su tuo susijusių paniekos ir prietarų, kuo šiuo metu serga didelė dalis aukštuomenės. Ž. Ž. Ruso šią lavinimo dalį taip pat laikė labai svarbia, taip pat manė ir senovės išminčiai. Pavyzdžiui, Solonas[161] atleisdavo sūnų nuo pareigos senatvėje maitinti tėvą, jei šis jos nebuvo išmokęs jokio amato. Kadangi kai kurie amatai yra purvini, nesveiki ir nesaugūs, kiti reikalaujantys būti vis toje pačioje kūno padėtyje, dėl ko visam laikui kūnas tampa nerangus ar juokingas, todėl pasirinkti reikia išmintingai. Ženevos filosofas savo Emiliui parinko staliaus amatą ir tai labai gera amato rūšis. Taip pat būtų galima paminėti tekintojo, račiaus, dailidės, šaltkalvio[162] ir kt. Jei jaunuolis auga kaime, tegul žaisdamas išmoksta visus ūkio darbus – tegu išmoksta žagrę ir plūgą valdyti, šienauti dalgiu, grėbti, krauti vežimą. Jei to ateityje pats ir nedarys, galės pamokyti tą neteisingai darančius, parodys, kur jie klysta. Gerai tai, kad įgys ūkininko jėgos bei mokslą ir suvokimą, vertins ir gerbs ūkininko

[161] Solonas (Σόλων, apie 638–558 m. pr. Kr.) buvo žymus senovės Atėnų įstatymų kūrėjas, poetas. Labiausiai žinomas dėl savo reformų, padidinusių piliečių dalyvavimą Atėnų vyriausybėje. Reformų tikslas buvo apriboti didžiūnų despotiją neturtingųjų atžvilgiu, pasiekti kompromisą tarp oligarchijos ir demokratijos.

[162] *Szlosarstwo*, dabartine kalba būtų šlusarstwo.

darbą. O jei likimas jam būtų nepalankus, ūkininko darbe jis atras nepriklausomybę ir patį sąžiningiausią uždarbį.

Pradiniame mokyme reikia stengtis, kad visi mokslai būtų tarsi pertraukėlės ir malonūs žaidimai, kad vaikai tam skirtų kuo mažiausiai laiko, jungiant tai su kitais žaidimais ir fiziniais darbais, tačiau bėgant metams ir didėjant gebėjimams, galima vis daugiau leisti jiems užsiimti protiniu darbu ir nepastebimai skirti tam vis daugiau laiko. Galima palaipsniui lavinti atmintį, vaizduotę ir dėmesingumą, tačiau niekada visiškai neapkrauti vaikų jiems sudėtingais mokslais, o visų pirma – nepasodinti jų už stalo nuolatiniam darbui prie jo. Protinis darbas ir sėdėjimas suaugusiems yra lėtai veikiantys nuodai, o jaunus jie veikia labai greitai.

Žodžiu, pirmoje jaunystėje reikia parinkti mokslus, kurie šiek tiek užimtų protą, bet tuo pačiu palaikytų kūną nuolatiniame veikime, padėtų augti ir vystytis kūno galioms, kurios ne tik stiprintų ir formuotų kūną, bet kartu suteiktų visiems judesiams grakštumo ir miklumo. Todėl šokiai, lenktynės, imtynės, ginklų gamyba, dainavimas, taip pat žaidimai, reikalaujantys miklumo ir judrumo, kokie yra žaidimai kamuoliu, balionu, badmintonas, biliardas, jodinėjimas, garsus eilėraščių ir prozos skaitymas, yra gryniausia pramoga ir kartu mokslas. Nematau geresnio ir protingesnio lavinimo jaunimui kaip tik tas, kuris organizuotas Graikijos gimnazijose, o ypač Atėnuose, kur kūno pratimai buvo tvarkingai atliekami prižiūrint asmeninimas mokytojams[163], griežtai laikantis papročių ir kur kartu atskirose ir erdviose salėse surinkdavo filosofai, retorikai ir sofistai savo mokinius arba klausytojus. Tokiu būdu tie protingi įstatymų kūrėjai leido suprasti, kad fiziniai pratimai turi būti kaitaliojami su protiniais pratimais, o gryni papročiai neturi būti atskirti nei nuo vieno, nei nuo kito.

Ir nors mūsų lavinimas yra nutolęs nuo išmintingų graikiškų principų, tačiau viešasis lavinimas vis labiau prie to artėja, ir turi tūkstanteriopai daugiau naudos nei vaikų kankinimas namuose. Nes jau neminint kitų dalykų, pati didelė kompanija, užvaldanti

[163] [A. S. pastaba] *Paedotribes et gymnasts.*

ir pralinksminanti jaunuolių protą, suteikia tai veiklai daugeriopą malonumą. Pertraukos gausiame jaunuolių rate, jų bėgiojimas, lenktynės ir imtynės yra tarsi ano meto lavinimo atspindys, nes galiausiai mokymasis draugų būryje ir teikimas jiems pirmenybę pralinksmina net liūdniausią mokslą, sunkiausią – palengvina. Mano nuomone, mūsų viešasis lavinimas būtų labai geras, jei prie jo pridėtume bent dalį senosios gimnastikos (fizinio aktyvumo), jei vaikų nelaikytume po kelias valandas uždarytų ir jeigu, imant pavyzdį iš senųjų Atėnų gimnazijų, be gebėjimų ir gimnastikos (fizinio aktyvumo) lavinimo pagal senųjų sofistų[164] pavyzdį, reikėtų pridėti atskirus gerų papročių ir disciplinos stebėtojus. Jei kam šis sakinys nepatinka, atsakykite man, ar esame labiausiai apsišvietusi ir geriausia tauta, kokie buvo senovės graikai, kurių gimnastika (fizinis aktyvumas) ir muzika sudarė kone visą lavinimą. Ar mūsų internatus baigę mokiniai geriau mąsto ir mokosi nei Atėnų jaunuoliai kadais.

Ž. Ž. Ruso nori, kad jo mokinys iki dvylikos metų nieko tokio nesimokytų, kas reikalautų kokio nors protinio darbo. Tokią nuostatą laikau perdėta, ji neatitinka mano nusakytos tvarkos. Nes puikiai sveikatai pakanka išugdyti kūniškas galias, tačiau puikiai išugdyti žmogų to nepakanka. Žmogus turi kiekvieną iš galių, kurias jis turi protingai ir nuosaikiai naudoti, turi kiekvieną iš jų išlavinti praktikuodamasis. Dėl to norisi žinoti taisykles, kaip reikėtų naudotis protinėmis galiomis, kada ir kokia tvarka. Reikia tiksliai apibrėžti, kada tos galios žmoguje atsiranda, kaip jos auga ir kaip viena kitą keičia. Kiek žinau, dar niekas šio klausimo neišsprendė ir jo sprendimas nėra lengvas. Filosofai šiuo atžvilgiu turi tik prielaidas,

[164] Sofistai (nuo gr. *Sophia* – išmintis). Tai „įvaldę savo įgūdžius“, „išminčiai“, itin aukštos kvalifikacijos senovės Graikijos mokytojai, dažniausiai mokę aukštuomenės vaikus, būsimus politikus. Sofistai per filosofiją, retoriką, muziką, atletiką ir matematiką mokė *aretė* – visapusiškų kilmingo kario protinių ir fizinių dorybių – narsos ir fizinės jėgos – ugdymas. Vėliau *aretė* įgavo reikšmę kaip politiko gebėjimas įtikinti kitus savo intelektualiniais argumentais per retoriką. Taip pat turėjo bendrinę reikšmę kaip išminčiai. Žymiausi sofistai buvo Protagoras, Gorgijas, Antifonas, Hipijas, Prodikas, Trasimachas. Prie sofistų kartais priskiriami ir Sokratas, Homeras bei Hipokratas. Tiesa, tik iš dalies, kadangi Sokratas už savo mokymą mokesčio neėmė, o Homeras ir Hipokratas priskirtini labiau plačiąja prasme kaip išminčiai.

o gal net ir prietarus, o fiziologai, kuriems šis klausimas labiausiai priklauso, nepakankamai į tai įsigilino arba nuėjo filosofų prielaidų keliu. Tačiau labiausiai į tiesą panašu yra tai, kad taip, kaip mūsų siela yra gausiai apdovanota galiomis, kurioms atsiskleisti padeda kūnas, taip ir protinės galios neatsiranda ir nepasirodo visos kartu, bet tik pagal tam tikrą tvarką, vienos po kitų. Taip pat ir nyksta jos tam tikra tvarka, vienos po kitų, tuo pačiu santykiu, kaip jomis besinaudojantys įrankiai užsimezga, tobulėja arba genda.

Taigi, kol nebus sumaniai išdėstyta ši žmonijos žinių dalis, galima būtų laikytis šios taisyklės, kad vaikus palaipsniui reikia užimti tokiais mokslais, kokiems jie rodo gabumus ir polinkį. Tačiau tuo pat metu sunku pagalvoti, kaip išugdyti žmogų iš tokių nemokšų, kurie neturi niekam ir polinkio. Kuo mokomasi mažiau dalykų, o dažniausiai su didesniu užsidegimu, tuo geriau ir išmokstama. Daug naudingiau yra mokėti vieną dalyką gerai, nei mokantis daug nieko gerai neišmokti, ką matome ir su mūsų dienų jaunimu.

Mokslas – tai mūsų mąstymo organų lavinimas ir organizavimas, tokių, bet ne kitokių. Nes pagal tai, ką jau išdėsčiau kitoje vietoje, kiekviena organinė veikla yra susijusi su to organo, kuriuo ji atliekama, kūrimu. Jeigu ta veikla dažnai kartojama arba yra labai aiški ir ryški, organas formuojasi pagal ją ir pagal jos nustatytą kryptį ir nuo tada visam laikui tokia veiklos rūšis tampa organo savybe. Jis jau vystosi tuo, bet ne kitu būdu. O mes tai vadiname įgūdžiais, atmintimi arba gebėjimais. Dėl to parodžiau, kad tai, ką atsimename, mūsų smegenyse yra ir raumenų įgūdis, ir įprotis kituose įrankiuose, neišskiriant net sekrecijos. Dėl to visiškai nesunku suprasti, kad lengviausiai naujus įspūdžius priima ir geriausiai išsaugo tie organai, kurie jų mažiausiai yra gavę. Ir todėl akivaizdu, kodėl viskas labiau veikia su vaikais ir geriausiai įsirėžia į jų protą, jei jie atkreipia į save dėmesį. Tačiau apskritai organo veikla yra tuo tobulesnė ir stipresnė, kuo organas labiau yra subrendęs. Todėl jei atmintis turi savo organą smegenyse, tai jis turėtų būti daug tobulesnis ir stipresnis suaugusiųjų nei vaikų. Suaugusieji dėl to lengviau

supranta ir atsimena, tačiau aiškiausiai atsimename vaikystėje gautus įspūdžius, ypač stiprius įspūdžius. Visgi tikroji vaikų atmintis yra silpna, bet dėl smalsumo ir godumo, su kuriuo jie priima naujas idėjas, atrodo, kad jie visa tai atsimena atmintimi. Nauji dalykai mus sukrečia, priverčia susimąstyti ir visus linksmina, vaikams gi viskas yra naujiena ir todėl jų dėmesys juos supantiems daiktams yra didesnis ir įspūdžiai iki tam tikro amžiaus yra stipresni.

Bet tinkamiausias jaunuolių mokymas turėtų būti tam tikri atminties dalykai, glūdintys raumenyse, kadangi juos reikia lavinti nuo pat vaikystės iki reikiamo veikimo laipsnio. Prie tokių mokslų priklauso kalbos, kurių tinkamam ištarimui reikia pradėti vaikus lavinti anksti. Tačiau ir šis mokslas nueis perniek, jei jo mokoma bus tik iš knygų, iš taisyklių ir tik prie stalo. Gramatikos taisyklės su giliais kalbos apmąstymais ir iš jų plaukiančiomis išvadomis, tai ne vaikų mokslas, o neabejotinai efektyviausias būdas priversti vaiką pasibjaurėti bet kuria kalba. Tokiems mokslams galime priskirti ir muziką, kurią gerai atlikti reikia daug raumenų praktikos, tačiau ir čia teoriją reikia palikti vėlesniam laikui. Galas[165] teisingai pastebi, kad ypač stiprūs yra vaikų stebėjimo, pastabumo gebėjimai. Kas tik juos atidžiai stebėjo, lengvai gali įsitikinti, kad niekas nepraslysta pro jų akis. Taigi, belieka šia savybe pasinaudoti ir vaikams duoti tarsi žaidimui tokius dalykus, kurie būtų naudingi jiems ateityje. Prie šio gebėjimo pastebėti dar prisideda ir noras mėgdžioti viską, ką mato, o iš to plaukia ir lengvumas mokyti juos daugelio dalykų, bet tik protingai, atsargiai, be prievartos ir neparodant jiems to, kad tai yra mokslas. Ta savybė greitai pamatyti, noras viską mėgdžioti reikalauja vaikus vesti link dorybių apsupant juos geriausiais ir nekalčiausiais pavyzdžiais. Gera draugija ir pavyzdys išmoko juos darbo, triūso, pakelti nepatogumus, nepriteklių, šaltį, karštį ir alkį.

Pavyzdys patraukia juos prie prasmingo gyvenimo ir dorybių, taip kaip ir pavyzdys juos gali užkrėsti ir sugadinti visam gy-

[165] Francas Jozefas Galas (F. J. Gall, 1758–1828) – vokiečių kilmės neuroanatomas, psichologas, pirmasis sukūręs teoriją, teigiančią, kad smegenų funkcijos gali būti lokalizuotos tam tikrose srityse. Taip pat sukūrė frenologijos teoriją, pagal kurią bandyta nustatyti žmogaus charakterį ir intelekto gabumus analizuojant kaukolės formą.

venimui. Pirmasis ir svarbiausias įspėjimas auklėjant vaikus – juos taip auklėti, apsupti tuo, taip linksminti ir užimti, kad nieko nematytų, negirdėtų, nieko nepradėtų, kas nebūtų jiems dabar arba vėliau naudinga, pamokoma, gelbstintis, kas būtų tik gerai jų kūnui ir protui. Geriausias lavinimas, paremtas įspėjimais ir taisyklėmis, virs niekais, jei vaikai mato visai ką kita pavyzdžiuose. Dėl to, jei tėvai yra blogi, jeigu vaikai jų namuose stebi negražius ar netinkamus dalykus, jei klausosi juos gąsdinančių kalbų ar nedorų dainų, joks jų lavinimu užsiimantis filosofas negali jų paversti gerais. Kai Ciceronas[166] metė Gajui Veresui[167] kaltinimus dėl Sicilijoje padarytų nusikaltimų, prie jo nuodėmių paminėjo ir tai, kad tenai šis turėjęs ir suaugusį sūnų, kurį prisotino ir sugadino savo nusikaltimais kaip blogu pavyzdžiu.

Girdėjau daugelį kalbant, kad lavinimas namuose yra geresnis nei viešosiose mokyklose todėl, kad blogi pavyzdžiai ten sugadina gerus vaikus. Tokių taigi mielai paklausčiau: o iš kur atsiranda tie blogi pavyzdžiai? Ogi iš namų juos vaikai atsineša. Taigi namuose ir dėl namų mokyme atsiranda blogio šaknys, ta liga, kuri gadina ir viešąją mokyklą. Tai puikiai suprato Likurgas, kai visus jaunuolius mokė viešose mokyklose, visus kartu ir visų gyventojų akivaizdoje, nes matė, kad kartais vaikų aplinkoje pasitaiko netinkamų asmenų, kad gadina kai ką mamytės ar auklytės, gadina ir pavyzdys bei kalbos tarnų, bet labiausiai – mamos nuolaidžiavimas ir dykinėjimas. Kodėl spartiečiai buvo tokie dorybingi? Nes nebuvo jokio asmeninio lavinimo, nes vaikai nuo gimimo tapdavo visuomenės turtu. Tas didysis įstatymų kūrėjas norėjo, kad Spartoje viskas vyktų visų akivaizdoje. Todėl turėjo būti viešumoje žaidžiama ir valgoma, o

[166] Markas Tulijus Ciceronas (M. T. Cicero, 106–43 m. pr. Kr.) – Romos politikas, oratorius, teisininkas, filosofas ir konsulas. Viename iš teismo procesų jis sutriuškino daugeliu nusikaltimų įtariamą Sicilijos gubernatorių Gajų Veresą.

[167] Gajus Veresas (G. Verres, 120–43 m. pr. Kr.) – magistratas, valdęs Siciliją, liūdnai pagarsėjęs vietinių ūkininkų turto prievartavimu, piktnaudžiavimu valdžia, šventyklų griovimu, kyšininkavimu ir kitais blogais darbais, už ką buvo viešai pasmerktas Cicerono ir nuteistas, galiausiai buvo priverstas bėgti į Romos provinciją Mesilą (dab. Marselis). Vėliau teismo medžiaga tapo pavyzdiniu teisės istorijos šaltiniu apie Romos administravimą ir korupciją.

tuos, kurie prie stalo apsivalgydavo, viešai balsu išjuokdavo. Į tas šventes jaunuoliai būdavo atvedami, kad iš vyresniųjų mokytųsi saikingumo, kad klausytųsi jų kalbų ir pokštų. Tačiau spartiečiai mėgo ir šmaikščius juokelius, kandžias pastabas, tačiau niekada dėl to nepykdavo. Patirti tokių juokų leisdavo ir jaunuoliams, kurie buvo pratinami prie glaustų, bet tikslių atsakymų, kas populiariai buvo vadinama lakoniškais posakiais.

Gebėjimas suvokti ir atidžiai viską sekti, kuriam padeda ir noras mėgdžioti, yra daug stipresnis mergaičių atveju nei berniukų, iš ko galima daryti išvadą, kad jos turi daugiau gabumų ir užsidegimo visokiems mechaniniams darbeliams.

Iki vaikiškas amžius peraugs į brendimą, būtų geriau, kad jaunuolis peraugtų visas tas ligas, kurias kartą gyvenime reikia persirgti, taip vadinamas vaikiškas ligas. Tokios ligos yra: vėjaraupiai[168], tymai, dusinantis kosulys, kuris pas mus dar vadinamas kokliušu[169]. Atsiradus vakcinai nuo raupų, ši liga nustojo būti neišvengiama nelaime, tymais tuo tarpu lengviau persergame vaikystėje, nei suaugus. Jei vaikai sveiki, juos galima skiepyti karvių raupų vakcina[170] iškart po gimimo, tačiau negalima rizikuoti ir susargdinti jų tikrais raupais. Bet kai vaikai jau vyresni, o būtent po antrųjų dantų išdygimo[171], esant lengvai epidemijai galima sąmoningai užkrėsti tymais. Mūsų krašte nėra įvesta vakcinacija nuo tos ligos, o ir nuo tikros ligos formos ji nedaug yra geresnė[172]. Laimei, skarlatinos epidemijų pasitaiko ne taip dažnai, o ir tokių ligų kaip

[168] Originale pavartotas terminas *ospa*. Tuo metu šis terminas vartojamas gana plačiai tiek apibūdinant raupus (ospa prawdziwa), tiek ir vėjaraupius (ospa wietrzona). Iš konteksto spręstina, kad visgi omenyje turimi vėjaraupiai. Tuo metu raupai nelaikoma „vaikiška liga“, nuo raupų dar 1796 m. pradėta vakcinuoti.

[169] XVIII a. dar neturėta modernių vakcinų nuo vėjaraupių, tymų bei kokliušo. Manytina, kad pastaroji A. Sniadeckio rekomendacija buvo padiktuota to meto medicinos realijų. Šiandien tokia rekomendacija jau yra pasenusi.

[170] Kalbama apie E. Jennerio vakcinacijos metodą, kuomet pacientui suleidžiama lengva karvių raupų sukėlėjo forma, kuri leidžia įgyti imunitetą ir nuo raupų formos, kuria serga žmogus.

[171] Nuolatiniai dantys.

[172] Turima omenyje škotų gydytojo Francis Home (1719–1813) pirmieji bandymai vakcinuoti nuo tymų.

tymai ir raupai ne taip dažnai pasitaiko. Turint omenyje, kad liga kartais būna pavojinga, niekada negalima ja užkrėsti vaikų. Kas dėl dusinančio kosulio (kokliušo), kuris dažnai perauga į epidemiją ir kuriuo susergama tik kartą gyvenime, patirtis parodė, kad suaugusieji nuo jo kur kas rečiau kenčia nei maži vaikai, o kūdikiai net dažnai tampa tos nelaimingos ligos aukomis. Todėl reikia kiek tik įmanoma vengti šios ligos, kuo vaikas mažesnis – tuo labiau.

Jaunuolių amžiuje, t. y. baigiantis penkioliktiesiems metams, kūniškos galios jau vis labiau bręsta, raumenys įgauna vis daugiau jėgos ir apimties, kūnas palengva pasiekia savo įprastą dydį, protas įgyja daugiau tikslumo, įsižiebia samprotavimai, vystosi atmintis, vaizduotė ir sveikas protas. Taigi šiuo metu turi prasidėti tikrasis moralinis lavinimas, tačiau taip pat nesibaigia ir fizinis. Atėjo laikas jau išlavintas kūno galias išpuoselėti ir sustiprinti, atėjo laikas joms suteikti tikrą pavidalą ir neįveikiamą tvarumą visam gyvenimui. Tačiau tuo pat metu siekiant neapleisti proto galių reikia užsiimti jų pažinimu, tobulinimu, praturtinimu. Kartu reikia atlikti vis sudėtingesnius kūno pratimus. Šis laikas yra tikro mokymo laikas, tas metas, kai menkiausias nuklydimas gali sunaikinti visas ankstesnes pastangas, o [ugdomą] žmogų visam likusiam gyvenimui paklaidinti. Jeigu esama tokių jaunuolių lavinimo meistrų, tai jie šiuo laikotarpiu turi įrodyti visą savo jėgą, visą savo meistriškumo didybę. Aš manyčiau, kad šiuo laiku pateikiant protui kaskart vis ką nors naujo, vis galingesnio, sakyčiau, naudingo peno, kūną gimnastika (fiziniu aktyvumu) ir nepatogumais reikia vis labiau grūdinti. Tačiau toliau vystyti šį didelį meną pagal taisykles palieku labiau patyrusiems meistrams, tokiems, kurie pasišvenčia tik moraliniam žmogaus auklėjimui.

Visgi, mano nuomone, šio meno taisyklės turėtų būti tokios:

Pirmiausia. Žmogaus tobulumui pasiekti būtina, kad visos jo galios būtų vienodai lavinamos – taigi, tiek dvasinės, tiek ir kūniškos.

Antra. Ir kiekvieną galią, dvasinę ir kūnišką, lavinti tokiu santykiu, kokiu jos save išpildo ir atsiskleidžia. Nes apleisti gebėjimai – kaip upė – nunyksta ir miršta. O jei jais piktnaudžiaujama, jie išsieikvoja, veda į per ankstyvą brandą, o po to – į senatvę. Tai kaip augalai be saulės gyventi negali, bet ir nuo per didelės kaitros miršta. Ir todėl:

Trečia. Vienintelis kūniškų ir proto galių išlavinimo būdas yra jų naudojimas, tačiau derama tvarka. Piktnaudžiavimas yra ne mažiau žalingas nei visiškas apleidimas. Paplitęs neatidumas kūno ir dvasios harmonijai yra priežastis, kodėl didžioji dalis auklėtinių apleidžia savo tikslą. Tai, tiesą sakant, yra yda laikų, kuriais gyvename. Visi dabar kalbame apie švietimą, visi trokštame mokslo, meno, visų rūšių žinių, visi su jais sutinkame, vieni sąžiningai ir uoliai, kiti – sekdami mada ir mėgdžiodami tuos, kuriuos mados pastato kaip pavyzdį. Vis dėlto reikia kažką mokėti, reikia skaityti, sėdėti už stalo ir mąstyti. Todėl dabar jauni ir seni, turčiai ir neturtingi, vyrai ir damos, visų profesijų – visi galvotrūkčiais bėgame prie mokslo, tačiau daugelis tose lenktynėse krinta ir nebeatsistoja, didžioji dalis taip ir lieka toli nuo finišo linijos. Iš to išeina, kad visa mūsų būtis dėl smegenų, nes regimai gyvename proto pasaulyje, įsivaizduojame pasaulyje, kuriam pašvenčiame savo gerovę, ramybę ir sveikatą, mums atneša daugiau kančios nei tikrųjų gėrybių. Pakartosiu darsyk – stebėkimės senovės tautomis, kurios davė tiek nuostabių genijų, kurios pasiekė didžiausios šlovės. Ar nebuvo jie žvalaus ir galingo kūno, nuostabios drąsos, pribloškiančio dvasios kilnumo, kurį davė daugiausiai gimnastika (fizinis aktyvumas)? Jų riteriai mums tarsi milžinai, jų išminčiai savo minties jėga neprilygstami pavyzdžiai. Kokie gi tolimi vaisiai mūsų kabinetuose nuolat tūnančių ir nuvytusių išminčių nuo tos tikros vyriškos jėgos ir stiprybės, nuo to gaivališko entuziazmo, nuo jų neprilygstamo tikslumo, kuriuo stebimės skaitydami senovės graikų ir romėnų raštus.

Šiandien turime du suvytimo, suminkštėjimo ir ištižimo šaltinius: tai visiškas atsidavimas protiniam darbui ir fizinio darbo ap-

leidimas bei rūpinimasis juslėmis, jų lepinimas, persotinimas arba davimas visiškos laisvės vešliai ir karštai fantazijai. Pirmojo atvejo pavyzdį mums duoda persistengę mokslininkai, kito – mūsų damos, kai kada ir kiti gražūs juokdariai? Ir vieni, ir kiti visą savo gyvenimą sukoncentruoja į nervus, dėl to yra jautrūs, irzlūs, neramūs, tūkstančio aistrų blaškomi, persekiojami tūkstančio kančių ir visada stipriai. Nes kaip atletas, nejautrus ir bukas, visą savo būtį sukoncentruoja į raumenis, o nervus ir net dauginimosi organus pasmerkė nuolatiniam neveikimui, taip ir griežtas literatas, kaip ir lepios damos, praktiškai neturi raumenų nei jokios raumenų jėgos, o nervai išvešėję iki aukščiausio laipsnio. Į tai yra panaši būklė geidulingų / aistringų žmonių, kurie būna užsidegę žaidimais, politika arba religiniu fanatizmu. Prie viso to šiandienis mūsų damų lavinimas, toks jų gyvenimo būdas, nepabijosiu pasakyti, kad naudojasi jos tik jausmais ir nervais. Patogus ir minkštas gyvenimas, sėdėjimas, laisvinantys arba stipriai kaitinantys gėrimai, visa tai vartojant dažnai ir gausiai, rafinuotas ir pojūčius kutenantis maistas, skaitymas, ypač apie labiausiai jaudinančius dalykus, muzika, švelnūs ir vaizduotę įaudrinantis reginiai – visa tai padaro jas tokias jautrias ir, pasakyčiau, drebančias nuo visko, kad visą jų gyvenimą neabejotinai būtų galima laikyti psichine liga.

Viskas yra gerai, kai naudojama laikantis tinkamo laiko ir saiko, viskas, kas daroma ne laiku ir neteisingai, tampa žalinga. Civilizacija, atvedusi mus iš pirmykštės laukinės būklės, barbariško griežtumo, atėmė daug fizinių jėgų, kurias turėjome toje netašytoje būklėje, vietoj jų įgijome nervinių ir protinių galių. Panašu, kad mokslas ir menai mus apdovanoja už pirmąją netektį, nes leidžia lavinti naujas galias, kurių laukinis žmogus nežino ir nenaudoja, suteikia mums gausybę naujų šlovingų profesijų, naujų darbų ir vargų, naują malonumų ir laimės šaltinį. Tačiau jei pražūsime, jei šioje naujoje veikloje ir gyvenimo būde prarasime saiką, prigimtis, keršydama už jos patirtas skriaudas, atneša mums tūkstančius naujų negalavimų ir kančių šaltinių, kuriais niekingus ir prastai

išsivyščiusius kūrinius galiausiai turi išgydyti. Doros ir protingos motinos, siekiančios išvengti tų nelaimių savo dukterims, atminkite, kad joms reikia kūno jėgų. Atminkit, kad joms reikia susilaukti sveikų ir stiprių palikuonių. Puikiai lavinate jų protą, puoselėjate jų įgimtai jautrią širdį, tačiau su ypatingu atsargumu ir dėmesingumu atkreipkite dėmesį į jų fizines jėgas, nes jose slypi tikrasis ir svarbiausias grožis. Atminkit, kad spartietės, kurios taip pat kaip ir jauni vyrai dalyvavo gimnastikos (fizinio aktyvumo) ir imtynių treniruotėse visoje Graikijoje, garsėjo dėl neprilygstamo grožio. Atminkit, kad perdėtas jautrumas yra tik neišsemiamas vis naujų kančių šaltinis. Visa grupė nervų ligų, kankinančių kone visus turtingus ir išsilavinusius asmenis, išnyktų tuoj pat, jei tik vėl pasuktume nuo gausos ir suminkštėjimo prie kieto, neramaus ir laukinio gyvenimo. Jei mūsų puikus išsilavinimas pranyktų, jei fabrikai ir menas, tarnaujantys minkštumui, pražūtų, ir jei visi knygynai, daugiausia užkimšti romanais, supūtų. Trumpai pasakysiu, tvarka namuose ir vaikų auginimas yra žmonos fizinis darbas ir proto religija... Tos, kurios geba suderinti ir vieną, ir kitą pareigą, neperdedant, mano nuomone, laikytinos gerai išlavintomis... Tačiau nieko negali būti blogiau už tai, ką šiandien priimta vadinti geru lavinimu. Pati religija gali skatinti moters švelnumą, visa kita ji turėtų atiduoti tikrai draugystei, kaip meilę vyrui ir vaikams. Tačiau ar yra koks nors reikalas pričiulbėti moteriai istorijų apie nerealius dalykus ar žmones, kurių niekad nebuvo? Šiomis pareigomis vadovaudamiesi, pagrįstai ir protingai, mokytojai turėtų lavinti ir vesti jaunus mokinius į laimę. Duok Dieve (!), kad kada nors pačios motinos taptų savo dukterų mokytojomis, kad rūpesčio savo vaikais nepirktume iš svetimšalių, iš užsienio atvykusių mokytojų! [Taip buvo] kol Romoje buvo [seni] papročiai, kol motinos nepatikėjo vaikų samdomoms žindyvėms ir auklėms, bet savo krūtimi maitino ir dorybes namuose kūrė savo pačių pavyzdžiu. Sergėjo vaikus kiekvieną akimirką, buvo jų žaidimų ir laisvės stebėtojomis, visur rūpinosi grožiu. Taip

garbinga Grakchų[173] motina Kornelija, taip pat Julijaus Cezario[174] motina Aurelija, kaip ir Atija[175] augino Augustą[176].

Geriausias stiprios jaunuolio sveikatos įrodymas, tiek vienos, tiek ir kitos lyties, patikimiausias stiprios konstitucijos garantas yra lėtas, laipsniškas ir reguliarus visų kūniškų ir dvasinių galių lavinimas. Paspartėjęs augimas, greita ir per daug ankstyva branda, lygiai taip pat kaip itin sparti suvokimo bei proto raida, kas mums vaikuose taip patinka ir taip stebina tėvus, yra silpnos sveikatos ženklas ir veda prie ligų ar net negalios. Paplitęs greitas iššovimas į viršų ir liesas sudėjimas žada džiovą ir ja baigiasi. Ankstyva nuovokos ir proto raida, perdėtai brandžios mintys jaunose galvose paprastai eina kartu su angliška liga arba skrofulioze. Tai visada yra kūno ligotumo pasekmė ir dažnai rodo blogą prognozę apie proto galias ateityje ir visada apie sveikatą.

Iš esmės, kuo kūniškos ir proto galios vystosi lėčiau, tačiau stipriai ir nuosekliai, tuo geriau galima spręsti apie sveikatą ir talentus ateityje, nes tik tai yra iš tikro gerai, kas neišeina iš gamtos dėsnių ribų. Jei kuri nors galia išsivysto per anksti, pagal jau anksčiau minėtą dėsnį, tuomet ta galia naudotis tokiu santykiu kaip ji atsiranda nepavyksta. Taigi, jei tai yra proto galia, jos negalima pernelyg užimti, bet ir apleisti negalima, o tuo labiau tikrai negalima tikėtis visiškai išlavinti, ir tuo pat metu reikia lavinti kūno galias. Tai pavyzdys, kai geriausias būdas gydyti ligas yra sunkus darbas, bėgiojimas, gaudynės, kietas gyvenimas ir visokie nepritekliai.

[173] Broliai Gajus (154–121 m. pr. Kr.) ir Tiberijus (162–133 m. pr. Kr.) Grakchai – sen. Romos tribūnai, politiniai veikėjai, pagarsėję savo reformomis. Grakchai siekė sumažinti valstiečių išnaudojimą, atimant iš Romos senatorių žemės monopoliją. Jie pasiūlė žemės reformą, kuri turėjo sudaryti galimybes valstiečiams nebrangiai išsinuomoti bendruomeninės žemės.

[174] Gajus Julijus Cezaris (100–44 m. pr. Kr) – Romos imperijos valdovas, diktatorius, imperatorius *de facto*, daugelio reformų autorius. Siekė centralizuoti Romą, valdė remdamasis liaudimi, kas nepatiko senatoriams. Be kitų nuopelnų įvedė Julijaus kalendorių.

[175] Atija Balba Cezonija (85–43 m. pr. Kr.) – Julijaus Cezario dukterėčia, imperatoriaus Augusto motina. Istoriniuose šaltiniuose minima kaip itin religinga ir morali, viena iš labiausiai gerbiamų Romos matronų.

[176] Gajus Julijus Oktavijus Augustas (63 m. pr. Kr. – 14 m. AD) pirmasis Romos imperatorius *de jure* ir *de facto*. Per savo valdymą reikšmingai praplėtė Romos imperijos ribas, atliko daug reformų, tarp įdomesnių – sukūrė policijos ir gaisrinės tarnybas Romoje.

Kai vaikai auginami nepatogiomis sąlygomis ir nuolat dirbant tai jiems duoda ne tik gerą apetitą, bet ir puikų miegą. Jis, kaip jau anksčiau minėjau, yra labai svarbus ir turi būti ilgesnis nei suaugusiųjų. Dėl to naktinės ir vakarinės pramogos, dideli pobūviai, teatrai ar kiti vakariniai renginiai, baliai, maskaradai yra patys kenksmingiausi vaikams. Ne tik morališkai juos gadina ir moko malonumų ieškoti dykinėjant, bet ir atima iš jų miegui skirtą laiką. Tiesa, kartais reikia vaikus pratinti ir prie trumpesnio miego arba galimų nuokrypių nuo miego režimo, bet tik nekaltomis pramogomis arba naudingais žaidimais ir tai labai retai.

VI skyrius

Brėstančių jaunuolių lavinimas

Ne mano kaltė, kad dažnai turiu pasisakyti prieš mūsų papročius arba įstatymais skųstis ar juos kritikuoti. Tačiau kiek tai susiję su lavinimu, laikau juos daugeliu atvejų klaidingais arba nepakankamais. O jei klystu, tai klaida gali būti [mano] apmąstymuose, bet tik ne gėrio troškime. Todėl būčiau laimingas matydamas šiuo požiūriu geriausią tvarką. Mūsų jaunuolių lavinimas prasideda ir baigiasi rūpesčiu, suteikiamu tuomet, kai jis reikalingiausias, ir tai turi būti tikrai naudinga. Išskirčiau todėl moralinį lavinimą, nes fizinis visais laikotarpiais yra vienodai svarbus ir naudingas. Brendimas – tai laikas, kai ūgis priartėja prie pabaigos, įgaunamas vaisingumas ir atsiranda trauka kitai lyčiai, o proto galios įgyja visą jėgos ir tikrumo potencialą. Be to, tai yra momentas, kai dera jas iki galo panaudoti. Tai laikas, kai atmintis yra geriausia, vaizduotė aktyvi ir vešli, ir palengva ima atsirasti išmintis. Taigi, tie, kurie užsiima proto lavinimu, turi prie to prisitaikyti.

Fiziniu požiūriu tai yra dar didelio vikrumo etapas, kai judėjimo, veiklos ir pokyčių svarba yra kuo didžiausia. Tai užsidegimo, nekantrumo, neatidumo, staigumo ir neapgalvotos drąsos laikas. Šiuo laiku įsiliepsnojusi meilės ugnis yra pati stipriausia ir visas kitas aistras ji nustelbia. Ir visa tai vyrauja šiuo laiku ir tai beveik vienintelė karšta aistra, kuri įtrauks ar užkariaus kitas, kuri gali visas mūsų ankstesnes pastangas sugriauti ir niekais paversti, suardyti jėgas ir pakirsti sveikatą visam laikui, jeigu nesustabdysime jos gaivališko bėgimo, jei nepajėgsime jos suimti į savo rankas arba įsismarkavusios nepažabosim. Tad jei lavinimas kada nors turi būti atsargus, meistriškas, apgalvotas, lankstus, tai – būtent dabar. Da-

bar reikia ryžtingos ir įgudusios rankos, kad būtų galima sulaikyti besimuistančių jaunuolių vadeles, kad netikėtai būtų neprarasti aštuoniolikos metų darbo vaisiai. Sakau aštuoniolikos metų darbo, nes tai amžius, kai net ir mūsų įstatymai įpareigoja paleisti jauną žmogų į laisvę ir atiduoda teisę spręsti jam pačiam. Iki šiol, kai jam laisvė buvo reikalinga, mes ją atimdavome, dabar gi, kai ji jam gali būti pati kenksmingiausia – mes ją atiduodame. Stebėdamas tokius veiksmus kas nors, priklausantis mūsų visuomenei, suprastų, kad auginame žmogų tam, kad jį pirmiausiai sugadintume ir galiausiai prarastume. Sakau prarastume, nes savarankišku keliu paleistas jaunuolis pirmąkart pasijunta pats savo valios ir turtų šeimininku. Pakurstytas pasileidimo jausmų ir nežabotų aistrų, bet dar nesusaistytas patirtimi ir išmintimi, kurios dar nėra, lekia jis aklai į prarają ir pastebi tai tik tada, kai jau visam laikui būna paradęs sveikatą, gerą vardą ir turtus.

Mūsų krašte ir klimate vyrų brendimas turi trukti iki 24 ar 25 metų, moterų – iki 20 metų, tik tada jis iš tikro geras ir išbaigtas. Tuo laiku tampame žmonėmis, tačiau iš tikro subrendusiais žmonėmis, jei jais pavyksta tapti, tampame 35 metų amžiaus, nes tuo laiku prasideda tikrasis išminties amžius, kuris yra gražiausias žmogiškas dalykas.

Aštuonioliktais ar devynioliktais metais prasideda ir reikšmingi jaunuolių sveikatos, temperamento ir polinkių pokyčiai. Vaikiško laikotarpio ligos baigiasi su brendimo pradžia, tačiau atsiranda polinkis kitoms ligoms. Ir nors tie pokyčiai prasideda aštuoniolikos, tačiau tas laikotarpis priklausomai nuo atvejo skiriasi. Be jau minėtų klimato ir lyties jis priklauso ir nuo individualios prigimties, taip pat nuo lavinimo ir gyvenimo būdo. Merginos bręsta daug greičiau nei vaikinai.

Kai kuriuose karštuose kraštuose [mergaičių] brendimas jau būna pasibaigęs devintais arba dešimtais gyvenimo metais, nekarštuose, bet šiltuose kraštuose – keturiolikos arba penkiolikos metų, o jau šiauriniuose kraštuose – devyniolikos ar dvidešimties metų.

Mūsų krašte berniukai ima brėsti dvylikos metų amžiaus, tačiau gana dažnai tas brendimas yra daug vėlesnis. Mano manymu, taip, kaip per ankstyvas ir per greitas augimas yra ženklas, kad tai gali baigtis liga ir silpna sveikata, taip pat ir per ankstyvas brendimas negali būti geras dalykas. Vaikai, kurie iš prigimties guvūs ir gerai maitinami, šiltai ir patogiai gyvenantys, kaitinami stipriaisiais gėrimais, prieskoningu maistu maitinami ir penimi, kuriems nedraudžiamos pramogos su kitos lyties asmenimis, kurių vaizduotė nuolatos yra įaudrinta istorijų, skaitinių, teatrų, nepadorių paveikslų ar statulų, o visų svarbiausia – blogo pavyzdžio – brėsta daug greičiau nei tie, kurie gyvena šaltyje, skurde ar nepritekliuje. Dėl tos pačios priežasties vaikai daug greičiau brėsta civilizuotose šalyse, lepiose ir sugedusiose, nei laukinėse, necivilizuotose ir gamtos apsuptyje gyvenančiuose kraštuose, greičiau ir netolygiau miestuose nei kaimuose pas prasčiokus. Mūsų šalyje dažnai galima pamatyti jaunus vaikinus, turinčius jau aštuoniolika ar dvidešimt metų, kuriems sprendžiant pagal išvaizdą net dvylikos metų negalima būtų duoti ir kiekvienas iš jų gyvena tokiomis sąlygomis, kad neabejotinai bus neūžaugomis. Jie tik sulaukę 22 arba 23 metų, stiprėja ir ima brėsti. Taip pat ir turtingesniuose namuose, kietomis ir nepatogiomis sąlygomis, jei vaikai anksti pratinami prie nuolatinio darbo, būna atitraukiami nuo visko, kas galėtų uždegti jų vaizduotę, o svarbiausia – jei vengiama bet kokio abiejų lyčių kontakto, brendimo laikas gali būti gerokai vėlesnis. Vaikai auginami atskirai ir ramybėje ne taip greitai ima brėsti ir visiškai užauga, kaip tie, kurie auga kolektyve, pavyzdžiui, pensionuose arba viešose mokyklose, kur laisviausios kalbos bei pati draugija pabudina geismus ir paskatina ankstesnę brandą. Pastebėta ir įsitikinta taip pat ir tuo, kad vienuolių mokytojų kone kas dieną taikomas gėdingas paprotys plakti valstiečius rykštėmis arba rimbu ne tik gerokai paankstina jų brendimą, bet ir visam gyvenimui juos pastūmėja į geismingumą.

Brendimo amžius yra pirmųjų aistrų, stiprių jausmų, kuriuos skatina pats psichikos brendimas, metas. Aistrų ir jausmų, kurių

nieks nesuvaldo ir jais nepersisotina. Nekintamas gyvosios gamtos dėsnis yra tai, kad du stiprūs jausmai negali suderėti ir būti kartu, bet vienas susilpnina kitą, stipresnis sulygina silpnesnį ir naikina. Kai prasideda brendimas ir atsiranda trauka priešingai lyčiai, kyla aiškus „užsidegimo“ pavojus, pirmai progai pasitaikius – tai stipriausia iš visų aistrų. Ta aistra nemačiomis sukelia jaunuoliams tūkstančius žalų ir nelaimių. Vien tik ji taip užvaldo visus nervus ir protą, taip pakelia, uždega ir užaštrina jų jautrumą, taip išsekina visokių nervinių perkrovų išsekintus raumenis, kad žmogus tiesiog akyse silpsta ir greitais žingsniais juda link ištižimo. Ką jau kalbėti apie žalą, kurią tos ankstyvos aistros sukelia, į kokias neišvengiamas žinias veda, tiek moraliniu požiūriu, tiek ir pilietiniu! Kaip tai įveikti ir pagelbėti? Ž. Ž. Ruso leidžia savo Emiliui mylėti, pats jam apie meilę kalba, apie pirmąją mylimąją diskutuoja, piešia jos paveikslą, žavesį ir savybes. Tačiau piešia taip, kad nepastebimai pastūmėtų ir tarsi priverstų pamilti žmogų, kurį pats jau anksčiau jam buvo numatęs. Ž. Ž. Ruso yra įsitikinęs, kad meilė – akla, todėl aukojasi kaip vedlys jai rasti. Panašu, kad rinkdamasis šį kelią mūsų išminčius buvo giliai įsitikinęs, kad jaunam žmogui neįmanoma išvengti meilės. Kadangi negalima niekaip kitaip išvengti žalingų meilės pasekmių kaip tik valdant tą aistrą, todėl vedant tuo keliu, kuris, meistro nuomone, būtų saugiausias – yra išmintinga. Tačiau turint omenyje, kad visuomenėje jis regės tiek daug ir tokių skirtingų, tokių viliojančių moterų, kyla klausimas, kaip garantuoti, ką pastebi ir pats Ž. Ž. Ruso, kad Emilis išsirinks jam skirtą Sofiją, o ne kitą moterį? Ar filosofas nenumatė, kad taip elgdamasis stumia savo auklėtinį į pavojų arba į galimą konfrontaciją su savo mokytoju ir judviejų draugystės nutrūkimą? Galiausiai norint vesti jaunuolį tokiu keliu reikės jį anksti apvesdinti, o tada, jau bijau, kad gydymas nebūtų blogesnis nei pati liga.

Taigi, nuo ko turėtume pradėti? Ogi reikia kiek įmanoma labiau stengtis, kad ta aistra neištiktų per anksti, tik jau subrendus, ir todėl reikia stengtis augantį jaunimą nuo jos saugoti. Tačiau kuo

gi nuo jos nukreipsime dėmesį? Kuo jauną žmogų nuo jos skubos sustabdysime? Jo protą, kuris tuo metu jau pradeda veikti, reikia užimti kažkuo kitu, vietoj žalingos aistros pažadinant kitą, naudingą aistrą. Mano nuomone, yra trys pagirtinos aistros, kurios, jei pavyksta jomis užkabinti jauną protą, neabejotinai ilgam laikui padeda apsaugoti nuo meilės. Tai yra: draugystė, pamaldumas ir užsiėmimas mokslu arba kokiu nors dailiuoju menu. Tačiau tai turi būti užsiėmimas su užsidegimu ir iš visos širdies. Žinome, jei jaunuolis demonstruoja polinkį į kitą pagirtiną ar bent jau nekenksmingą sritį, kaip tarkime karyba, pašaukimas bažnyčiai, ūkininkavimas, reikia leisti jam tą polinkį realizuoti. Nes užsiėmimas kokiu nors darbu ir nepriteklius ar bėda ne tik saugo nuo pavojingos meilės, bet ir jau prasidėjusią ją gali išgydyti. Ž. Ž. Ruso nedavė Emiliui kito draugo kaip tik save. Tokia draugystė būtų pati naudingiausia, tačiau nenatūrali, nes tik tarp bendraamžių ir turinčių vienodus polinkius gali būti iš tiesų stipri ir aistringa draugystė, tokia, kokia mums reikalinga šiuo atveju. Senovės įstatymų kūrėjai ir išminčiai turėjo gerai suprasti tą jaunuolių draugystės svarbą, net Likurgas ją aprašė įstatymu[177]. Ta draugystė buvo verta karšto pagyrimo dvasinių ir kūniškų savybių, ji buvo prilyginama meilei. Kad joks jaunuolis neprisirištų prie kito meilės ryšiais, numatė bausmes[178]. Tą įstatymą Likurgas paėmė iš Kretos[179] gyventojų, pastebėjęs teigiamus tokio sumanymo rezultatus. Tai buvo visą gyvenimą nesugriūnančių ir jaudinančių sąjungų priežastis. Draugas sekdavo jam išrinktojo mylimo draugo[180] poelgius, gėdijosi jo klaidų, o jo nusikaltimus laikydavo savo gėda. Panašūs draugiški ryšiai, kartais trunkantys ir vėliau, per visą gyvenimą, atsiranda ir viešosiose mokyklose, ir yra viena iš priežasčių, dėl kurių berniukų lavinimą reikėtų iš privataus paversti viešuoju.

[177] [A. S. pastaba] *Bet tai taipogi klaida, nes įstatymų primesta draugystė turėtų būti be galo šalta.*
[178] Manytina, kad turimi omenyje per ankstyvi skirtingų lyčių asmenų santykiai.
[179] Turima omeny Kretos-Minojinė civilizacija, gyvavusi 2700–1450 m. pr. Kr. Dalį šios civilizacijos bruožų vėliau perėmė senovės graikai.
[180] Manytina, kad omenyje turima ne erotinė meilė, bet meilė bendresne prasme, tokia kaip artimo meilė, draugo meilė.

Tačiau nematau jokių argumentų prieš tokią nekaltą ir tyrą draugystę, tik blogos širdies žmogus čia rastų kažką blogo[181]. Jaunuolio brendimo amžius neišvengiamai yra pirmųjų užsidegimų ir paūmėjimų metas, nepavyks jų išvengti ir todėl reikia išsirinkti pačius nekalčiausius iš jų. O ką pasakytume, jei pasirinkta aistra galėtų būti ne tik ne žalinga, bet ir naudinga? Pamaldumas nereikalauja išskirtinių dorybių, kiekvienas jaučia tam reikiamybę – jam ir šventumui. Tačiau tik dalis gyventojų ryžtasi eiti atlikti šventiko pareigų, tačiau tai yra kiekvienos budrios valdžios interesas, kiekvienos valstybės tai turi būti deramai apibrėžta. Tas pamaldumas turi būti apibrėžtas įstatymais, kad jis neišsigimtų į vienuoliškumą arba žalingą fanatizmą. Kiekvienas doras, išsimokslinęs ir išmintingas šventikas, kuris jaunuolius moko tikėjimo tiesų, tas ribas žino ir rūpinasi, kad jos nebūtų peržengtos.

Nerasčiau didelio reikalo kalbėti ir apie mokslų ir menų naudą. Vargas tam, ką dar reikia įtikinėti apie jų poreikį ir naudą. Kas juos žino, juos turi mylėti ir nieko gero tas nepadarys, kas teiktų pirmenybę tiems, kurie apie juos net neįsivaizduoja. Amžius, apie kurį kalbu, yra metas, kai proto galios ima vystytis ir klestėti, o ypač atmintis, vaizduotė ir samprotavimo galios. Pagal mano jau minėtą taisyklę kiekvieną galią reikia naudoti tokiu intensyvumu, kaip ji pasireiškia. Taigi tai būtent tas amžius, kai galima pradėti mokslo arba mokslų kursą, kas jau kaip pasirinktų. Atmintis ir suvokimas jau yra pasiruošę, o nuomonė ir sveikas protas ima atsirasti, taigi juos tereikia ištobulinti. Tačiau jei kur nenorėčiau perlenkti lazdos – tai kalbėdamas apie viešąjį ir asmeninį interesą. Viešajam interesui tai svarbu, nes tautai reikia turėti daug išsilavinusių žmonių, tačiau tik nedaugelio labai gerai išsimokslinusių, tik mokslui pasišventusių ir visiškai nereikia pedantų. Nes negali visa tauta būti mokslinčiai, net jei ir būtų, greičiausiai tai būtų pati juokingiausia pasaulyje tauta. Galiausiai ir asmeniniu, ir visuomeniniu požiūriu

[181] [A. S. pastaba] *Stebėdamas vaikų bendravimą kompanijoje nuoširdžiai pasakyčiau, kad tarp mergaičių kur kas greičiau, stipriau ir ilgiau užsimezga draugystė nei tarp berniukų. Todėl joms sukurti vieši pensionai arba auklėjimo namai tuo požiūri yra labai naudingi.*

tai būtų blogai, nes nuolatinis ar bereikalingas proto apkrovimas ir visiškas pasišventimas mokslui išsekina, susilpnina ir naikina, taip pat kaip ir bet koks kitas piktnaudžiavimas arba pasileidimas.

Trumpai tariant, dabar yra laikas užimti ir įdarbinti jauną žmogų fiziniais ir proto pratimais, taip sudėlioti jo laiką, kad neliktų nei akimirkos dykinėjimui, nei akimirkos, neužimtos darbu.

Šiuo laiku jam labiausiai reikia mokytojo ir prižiūrėtojo, kuris niekada jo nepaleistų iš akių, kaitaliotų protinius ir gimnastikos (fizinio aktyvumo) pratimus, jaustų, kada duoti poilsio kūnui. Nuo šio laiko pratimai jau turėtų būti vyriški. Jau pakankamai išlavinti organai gali būti panaudoti tikram ir naudingam darbui. Dabar jau galima mokytis kokio nors amato pradmenų, mokytis sumaniai gaminti ginklus, visu pajėgumu jodinėti žirgu, tinkamas laikas ūkio darbams, medžioklei, žvejybai. Laimingas tas, kuris tuos darbus ir kūno triūsus kukliai gyvendamas ir saikingai svajodamas gali derinti su maloniais ir naudingais mokslais, kuris į žinias tiksliai įsigilina ir jomis džiaugiasi, kurį literatūra džiugina ir moko. Toks ir kūną išlavina, sustiprina, nuo ligų apsaugo ir protu pasipuošia.

Artėjančio arba jau vykstančio brendimo ženklai yra: pastebimi organizmo humorų pokyčiai[182] jauname organizme, niūrumas, susimąstymas be priežasties, kartais mėgavimasis vienatve, o mergaičių atveju – ašaros be menkiausios priežasties arba bet kuriai progai pasitaikius, berniukų – pyktis ir ūmumas. Prie minėtų pokyčių balsas tampa gerokai žemesnis, vyriškėja. Berniukams ima želti barzda ir ūsai, o mergaičių krūtinė pakyla ir tampa pilnesnė, prasideda mėnesinės. Pats gražiausias ir aiškiausias brendimo požymis – tikras drovumas / gėda, kuris iki tol abiem lytims buvo tik menamas jausmas, dabar jis tampa tikru sielos judėjimo akstinu. Visi vaikiški veiksmai ir polinkiai nutrūksta, o naujos sielos galios ir širdies virpesiai pasireiškia visa jėga ir gyvybingumu, lyg kokia nepaaiškinama ugnis užvaldo visą esybę. Ta ugnis, nerimas, poreikis veikti, šis impulsas ir pakilumas, nevaldomas patirties, nuveda

[182] Žr. p. 45, humoralinė teorija.

tūkstančius jaunuolių į pavojų, į sveikatos praradimą arba patį tikriausią jų sveikatos žlugimą. Mūsų laikais sunkiai rastume žmogų, kurio sveikata nebūtų perkrauta arba visai sugadinta, retas kuris tokio amžiaus jau nebūtų iššvaistęs savo turto. O tų nelaimių priežastis yra paleidimas iš priežiūros vos sulaukus aštuoniolikos. Esant poreikiui būtų galima sukurti įstatymą, kuriuo pilnametystė būtų pratęsta iki 24 ar 25 metų.

Visgi, sunku būtų nusamdyti ar prikalbinti mokytoją, kuris gražiausius savo dvidešimt penkerius metus paskirtų kieno nors lavinimui. Tas, kas žino, ką reiškia auginti vaikus, ir yra sąžiningas žmogus, tas patvirtins, kad tokios pareigos neapsiimtų. Liūdna pastaba. Nes mus ji įspėja, jog tie, kurie ją supranta, jau niekuo negali stebėtis. Taigi, tiesą sakant, jei išsilavinimas nebus visuomeninis ir patikėtas tam tikriems pareigūnams, tektų užsiimti tik pačioms motinoms arba tėvams. Ž. Ž. Ruso mano, kad tik draugas gali atstoti tėvą. Jeigu jis būtų žinojęs, kur tokių draugų rasti, sutikčiau su tuo, bet man tokių susitikti nepavyko. Jei jie kažkur yra, tai turėtų jie būti labai reti. Galiausiai, kol buvo laikomasi papročių tėvai mielai savo laiką pašvęsdavo savo vaikų lavinimui. Toks buvo jau anksčiau minėtas Katonas[183] vyresnysis, taip pat ir Emilijus Paulius[184], kuris tarp pirmo ir antro buvimo konsulu pašventė savo laiką vaikų lavinimui. Net pats Augustas[185], skirdamas savo laiko nuo valdymo darbų, užsiimdavo savo seserėnų mokymu. Mokytojas, kuris užsiima auklėjimu, turi būti ne tik subrendusio proto, bet ir nepriekaištingų manierų. Pirmiausia, ko reikia, tai, kad jis vaikams ir jaunuoliams apgalvotai vadovautų, kad papročiai jam būtų pavyzdžiu. Dėl to geras mokytojas negali būti niekuo daugiau apdovanotas, kaip širdyje deganču dėkingumu, kuris jam turėtų būti beribis. Tokiu beribiu dėkingumu savo mokytojams degė iš-

[183] Žr. p. 60.

[184] Lucijus Emilijus Paulas (Liucius Aemilius Paullus, + 226 BC) – Romos konsulas (219 m. ir 216 m. pr. Kr.), generolas, antrojo Ilirų karo prieš Ilirus bei antrojo Punų karo prieš Kartaginą dalyvis. Jo sūnus Lucijus Emilijus Paulas Makedonikas (229–160 m. pr. Kr.) taip pat du kartus buvo Romos konsulu bei garsiu generolu, galiausiai palaužusiu Makedoniją.

[185] Žr. Gajus Julijus Oktavijus Augustas, p. 75.

skirtinio proto Aleksandras Didysis[186]. Taip ir Periklis[187] įrodė neribotą savo dėkingumą Anaksagorui[188].

Tokiu būdu iki jauno amžiaus pabaigos reikia palaikyti discipliną sveikatą stiprinančiu darbu ir nepatogumais, išlaikyti kuklumą ir santūrumą. Tai šiandieninėje mūsų visuomenėje jau išnyko, o jaunuolių auklėjime nepastebima. Nors draugijose / rateliuose ir baliuose nesaikingumas daug mažiau kenkia tiems, kurie užgrūdinti darbo, nei ištižusiems ir nusilpusiems dėl neveiklumo. Tačiau užgrūdinimą galima gauti tik lavinant. Dabar, kai kūno pratimai visiškai apleisti, leidžiame savo jaunimui mėgautis gurmanišku maistu ir stipriaisiais gėrimais, kas yra pats tikriausiais pagrindas prastai sveikatai vėliau. Spartiečiai laikė visus gurmaniškus patiekalus netinkamais doriems ir raumeningiems žmonėms, visus gardumynus atiduodavo heilotams[189], siekdami sukelti jaunuoliams pasibjaurėjimą jiems tyčia rodydavo alkoholio prigirdytus vergus. Nes alkoholiniai gėrimai yra lėtas nuodas suaugusiesiems ir labai stiprus – jaunuoliams. Todėl negalima ramiai stebėti tėvų, kurie patys vaikams duoda gėrimų, manydami, kad tai sveika. Alkoholiniai gėrimai, kaip ir visi kiti nuodai, tam tikrais atvejais gali būti vaistas, tačiau tik tuo atveju, jei juos išrašo gydytojas, ir tik saikingai, tik kartais juos galima leisti vartoti.

[186] Aleksandras Didysis arba Aleksandras Makedonietis (336–323 m. per. Kr.) – Makedonijos karalius, vienos didžiausių senovės imperijų – Makedonijos imperijos – kūrėjas.

[187] Periklis (495–429 pr. Kr) – žymus ir įtakingas Atėnų politikas, oratorius ir karvedys Persų ir Peloponeso karų metu. Inicijavo priimti įstatymus (vadinamuosius Periklio įstatymus), kurie demokratino valstybės valdymą: atvirą balsavimą daugeliui pareigybių eiti pakeitė rinkimu burtais, panaikino turto cenzą, už tarnybą pradėjo mokėti atlyginimą, nuolatos dalijo neturtingiesiems maisto produktus ir kt. Periklio laikais Atėnai klestėjo labiausiai, tapo Graikijos didžiausiu politiniu, ekonomikos ir kultūros centru; sustiprėjo jų karinio jūrų laivyno galia. Atėnuose buvo pastatytas Partenonas, Propilėjai, odeonas. Manoma, Periklis mirė nuo maro. Aprašytas Plutarcho, Plinijaus vyresniojo veikaluose.

[188] Anaksagòras Klazomeniẽtis (Anaxagoras Klazomenios, apie 500–428 pr. Kr.) – senovės graikų filosofas, Anaksimeno Miletiečio mokinys, Periklio mokytojas. Didesnę gyvenimo dalį praleido Atėnuose; apkaltintas bedievyste, iš jų ištremtas. Parašė filosofijos veikalą „Apie gamtą“, kuriame atsispindi jonėnų mokyklos gamtos filosofijos idėjos. Laikėsi požiūrio, jog pasaulis atsirado iš beformės materijos, sudarytos iš daugybės nematomų dalelių, kurių kiekvienoje glūdi visų savybių sėklos. Anaksagoru Klazomeniečiu rėmėsi Platonas, Aristotelis.

[189] Heilotai – Spartos vergai, užkariautų tautų palikuonys.

Vaikų amžiuje ir pirmojoje jaunystėje visi pereiname laiką, kai išdykaujama, šokinėjama, rūpinamasi ir dirbama. Tinginiavimo bijotis, ką jau minėjau anksčiau, tuo laiku pernelyg nereikia. Tačiau tame amžiuje, apie kurį dabar kalbame, tėvams reikia rūpintis būtinu jaunuolių užimtumu ir darbu, protiniu ir fiziniu, bei tuo, kaip išvengti nežabotų aistrų ir dykinėjimo, ir kitokio blogio. Liaudyje taip pat kaip ir dideliuose politiniuose dariniuose papročiai yra paremti darbu ir saikingumu. Dėl to ir Amazis[190] Egipto įstatymuose nurodė, kad kasmet kiekvienas gyventojas turi atsiskaityti savo provincijos valdytojui, ką jis veikia ir kuo verčiasi, kad pragyventų. Drakonas[191] užkietėjusius dykinėtojus bausdavo mirtimi. Likurgas jaunuolius nuolatos treniruodavo viešai atliekamais pratimais, tuo pačiu saugojo ir nuo sugedimo. Tuo metu, kai vykdavo žaidynės, jų dalyviai buvo atleidžiami nuo visų kitų reikalų ir pareigų. Tačiau amžiuje, apie kurį kalbame, reikia taip organizuoti kūno ir proto pratimus, kad būtų atsižvelgta į gyvenimo būdą ir padėtį, kurią ugdomasis užima visuomenėje arba padėtį, kurioje jis gimė. Kadangi šis amžius labai tinka mokslui, savaime aišku, kad tuo metu kiekvienas turi mokytis to, kuo jis turės būti ateityje.

[190] Amazis (Amasis, 570–526 m. pr. Kr.) – dvidešimt šeštosios Egipto dinastijos faraonas, generolas, kovojęs su Graikija, Babilonija ir Persija. Jo valdymu Egiptas klestėjo.

[191] Drakas arba Drakonas (7 a. pr. Kr.) – legendinis Atėnų įstatymų kūrėjas. Jo išleistas kodeksas numatė itin griežtas bausmes tiek dideliems, teik ir nežymiems nusikaltimams.

VII Skyrius

Iš prigimties silpnų arba ligotų vaikų lavinimas

Jau anksčiau minėjau, kad nei žmonija, nei visuomenė neleistų, kad silpni, ligoti ar negalią turintys vaikai būtų palikti be priežiūros arba, sekant barbariškais senųjų amžių valstybių pavyzdžiais – būtų pasmerkti mirti.

Taigi tų nelaimėlių lavinimas reikalauja kai kurių atskirų nuostatų. Gerai išsivysčiusių ir sveikų vaikų lavinimui užtenka tiesiog sekti gamtos dėsnius ir leisti jiems tinkamai subręsti. Tuo tarpu jei vaikas yra iš prigimties sutrikusios raidos, tai reikia šią raidą pataisyti, o jei neįmanoma, tuomet reikia užkirsti kelią tolimesniam blogiui, jo lavinimą taip apriboti, kad ne visai konstitucijai esant, būtų galima ne tik išgyventi, bet ir užtikrinti sveikatą. Neįgalieji gali gyventi ir būti sveiki, be to, kiekvienas iš jų turi savitą sveikatą, kurią reikia pažinti ir išmokti saugoti. Tai pat yra tokių vaikiškų raidos ydų, kurias lengva pataisyti, tačiau yra ir tokių, kurių pataisyti nepavyksta. Todėl būtų gerai, kad užsiimantys lavinimu tai žinotų. Žinotų, ką reikia palikti gamtai ir laikui, o kam jau reikia pasitelkti gydytojo ar chirurgo[192] pagalbą. Taip pat svarbu, jog žmonės galėtų atskirti išpūstus pažadus ir nepapultų į sukčių spąstus. Kaip pavyzdžiui: vaikai, gimę per anksti, yra gerokai silpnesni.

Kaip ir kiekvienas gyvenimo laikotarpis turi tęstis tam tikrą laiko tarpą, taip ir gyvenimas motinos pilve turi visiems žinomą terminą. Tačiau tas terminas nėra kiekvienam toks nekintamas ir

[192] XVIII a. pabaigoje – XIX a. pradžioje praktiniu lygmeniu medicina dažnai dar buvo suvokiama kaip dvi atskiros sritys – vidaus ligų medicina ir chirurgija. Taip nutiko todėl, kad viduriniais amžiais chirurgija nelaikyta medicinos mokslu, bet tik amatu, kurį atlikdavo treniruoti amatininkai chirurgai-barzdaskučiai. Pastarieji nestudijavo medicinos žinių universitetuose. Ilgainiui šie amatininkai įgijo vis daugiau praktinių žinių. Galiausiai chirurgija buvo taip pat pripažinta medicinos dalimi. Kuriamos chirurgijos mokyklos, chirurgija studijuojama universitetuose.

tikslus, išreikštas konkrečiu valandų ar dienų skaičiumi, ir todėl remiantis vien tik juo negalima spręsti apie vaisiaus išnešiojimą arba neišnešiojimą. Daugeliu atvejų jis gali prasitęsti kelias papildomas savaites arba baigtis anksčiau. Tačiau įprastai nuo pradėjimo iki gimdymo skaičiuojame 39 savaites arba 273 dienas. Kūdikis, gimęs anksčiau ir neturintis ženklų, rodančių apie galimą brandos trūkumą, silpnas ar stokojantis tinkamo išsivystymo, yra laikomas neišnešiotu, jei galim jį toliau auginti, jei ne, tuomet – sutrikusios raidos.

Patirtis parodė, kad vaikai, nešioti septynis mėnesius ar ilgiau, gali vystytis ir išgyventi, tačiau jei trumpiau – tuomet jau negali. Mūsų gyvenimas nėštumo metu, t. y. motinos pilve, taip skiriasi savo atmosfera nuo to, kuriame gyvename vėliau, kad vaisius, kuris neprabūna savo pirmojo laikotarpio, papuola į tokį jam skirtą gyvenimą, prie kurio prisitaikyti būna ne jo jėgoms. Sakau ne jo jėgoms, nes jo organai dar nėra prisitaikę, nepakankamai išsivystę, kad pajėgtų susidoroti su ta nauja veikla ir funkcionuoti be žalos. Tačiau dažnai naujagimiai miršta dėl to, kad reikiama pagalba jiems nebuvo suteikta laiku.

Pirmiausia. Motinos pilve jie būna visada vienodai šiltomis sąlygomis, ko ir reikia tam, kad išgyventų. Dėl to patiems reikia sukurti daug mažiau šilumos ir todėl, neturėdamas sąlyčio su atmosfera, gali išgyventi.

Antra. Motinos pilve jie yra apsupti ne oru, bet vandeniu ir tas vanduo tik tam yra skirtas.

Trečia. Jie nepriima dar jokio maisto per burną, bet tik iš motinos per siurbimo gyslą[193]. Dėl to plaučiai, skrandis ir visas virškinimo kanalas[194] neveikia, bet dar tik vystosi ir auga.

Ketvirta. Vandenys, supantys vaiką, nėra jo odos pašalinamas produktas, vaikai būdami įsčiose dar nešalina. Iš viso to išeina, kad per anksti gimę vaikai turi nepakankamai išsivysčiusius plaučius, kuriais galėtų kvėpuoti ir patys gamintis arterinį kraują, nesusifor-

[193] Bambagyslė.
[194] Virškinimo traktas.

mavusį virškinimo traktą, kuriuo vieninteliu galėtų virškinti. Taigi organizmo silpnumas yra dėl: 1. nepakankamo maisto suvirškinimo, 2. dėl nepakankamos arterinio kraujo gamybos ir todėl 3. nepakankamų gyvybinių funkcijų bei prastos termoreguliacijos. Nes kaip jau anksčiau įrodžiau – šiluma yra organizmo gamybos produktas ir yra jos lemiamas. Tai yra labai svarbios silpnumo priežastys, galinčios vesti į pačią mirtį. Pirmoji pagalba tokiems nelaimėliams yra pakankamai šilta išorės temperatūra. Gyvūno temperatūra yra pati tinkamiausia ir patogiausia, dėl to būta pavyzdžių, kai *ankstukams* išgyventi padėdavo jų laikymas šviežiai paskerstų gyvūnų viduriuose. Tačiau, kadangi ne visi gali turėti skerdienos savo spintoje, suvystymas į šiltus, nuolat pakaitinamus vystyklus, svarbiausia – priglaudimas prie jaunų ir sveikų žmonių, dažnas maudymas avių kojų arba jautienos sultiniuose, arba šiltame piene, ypač ką tik pamelžtame, ir laikymas gerai šildomoje patalpoje arba šiltose plunksnose, gali atstoti maudymą gyvūnų viduriuose. Tokių vaikų žindyvė turi būti jauna, sveikai įraudus ir stipri, pienas kuo jaunesnis ir liesas. Krūtis, tiesa, turėtų būti paduodama retai, tačiau miegas – kuo ilgiausias, beveik nepertraukiamas.

Kai tokie kūdikiai sustiprės ir ateis tinkamas laikas, tuomet juos reikia lavinti toliau taip pat, kaip ir kitus.

Visgi neišnešiotų naujagimių negalima maudyti vyne, nei trinti šiltais gėrimais, kaip ir negalima duoti ir tirštų sultinių, kas daroma tikintis taip juos sustiprinti. Tie dalykai jiems yra per stiprūs ir juos taip dirgina, kad gali greičiau juos pražudyti nei sustiprinti. Šiandienos visuomeniniame gyvenime esame palengva pripratę prie daugelio nuodų, kurie tapo tarsi mūsų būtinųjų poreikių dalimi. Tokie yra visi fermentuoti gėrimai. Žmogui, kuris mąsto savo galva, dera, mūsų supratimu, atsisakyti lėto savanoriško nuodijimosi. Tačiau už ką vaiką, vos tik įžengusį į visuomenę, norime priimti ir pamaloninti nuodais? Kad nuplovimą vynu gali ištverti tik stiprūs vaikai, įrodo jau senovės spartiečių paprotys. Kadangi jie norėjo auginti tik didvyrius, todėl naujagimius iškart tokiu būdu bandydavo.

Tačiau nutinka ir taip, kad vaikai, nors ir motinos pilve subrendę, išnešioti, gimsta leisgyviai arba nerodo jokių gyvybės ženklų. Taigi reikia juos gelbėti nuo tokios tariamos mirties. Ir nors tai yra bobučių[195] arba jas pavaduojančiųjų pribuvėjų pareiga, tačiau tuo atveju jei jų nebūtų, tai reikėtų žinoti visiems. Ši tariama mirtis gali ištikti dar gimdymo metu, ypač jei jis būna labai sunkus ir užsitęsęs. Paprastai tai nutinka, kai virkštelė apsiveja naujagimį ir trukdo jam gimti. Virkštelė bus svarbi iki tol, kol naujagimis pateks į atmosferą, įkvėps oro ir pradės gyventi nauju būdu. Tokios tariamos mirties atvejų būna dviejų rūšių. Naujagimio veidas būna ištinęs ir mėlynas, kaip ir visos kitos kūno dalys būna mėlynos ir kietos arba jis būna blyškus, suglebęs ir tarsi apvytęs. Pirmuoju atveju reikia nukirpti bambagyslę ir ją surišti, leidus nubėgti porai šaukštelių kraujo, arba daugiau, jei vaikas gyvybingas. Antruoju atveju – reikia vengti kraujo nuleidimo, bet stengtis nestipriu jaudinimu išprovokuoti kvėpavimą ir jį palaikyti. Tam pasiekti reikia kūną lengvai trinti, jis sušyla, ypač pilvukas, veidas apipurškiamas vandeniu, pirštu atsargiai atveriama burna ir švelniai dirginama, po nosimi reikia pakišti kvapiųjų medžiagų, kutenti arba nestipriai įbrėžti pėdutes tol, kol vaikas pats nepradeda kvėpuoti.

Nekalbėsiu apie ligas, pasitaikančias naujagimiams ar visu kūdikystės laikotarpiu, nes šiame veikale nekeliame uždavinio aprašyti ir gydyti vaikiškas ligas. Tačiau esama ydų, į kurias dėmesį turi atkreipti patys tėvai ir jas lengva pataisyti net ir nekviečiant gydytojo. Pasitaiko, pavyzdžiui (ką jau anksčiau minėjau), kad kūdikių kojytės taip išsikreivina, kad pėdos atsisuka į vidų arba apsisuka atgal. Tą ydą galima lengvai pataisyti lengvu ir atsargiu judesiu atsukant kojytes į tokią padėtį, kurioje jos turėtų būti. O štai kreivi kojos kaulai žemyn iki kelių nereikalauja jokių pastangų. Tačiau jei vaikai kitais atžvilgiais yra sveiki, su laiku augant ta yda pati susitvarko ir vaikai turės tiesias kojas bei vaikščios tiesiai.

[195] Turima omenyje bobutės akušerės. XIX a. akušerijos pareigas Lietuvoje ir kitose Rytų Europos šalyse vis dar dažnai atlikdavo ne gydytojai, bet bobutės, turėjusios empirinių praktinių žinių akušerijos srityje. Nors XVIII a. W. Smely iniciatyva jau imami ruošti pirmieji gydytojai akušeriai, tačiau dar ilgą laiką akušerija buvo laikoma išimtinai moteriška sritimi.

Nepatarčiau tėvams kreiptis dėl patarimo gydyti šašus ar mėlynes ant galvos, kas vaikams gana dažnai, kai kada ir iki brendimo, pasitaiko. Jei sunkiai dirbant palaikoma galvos švara, galva plaunama vandeniu ir muilu, bei nešiojama lengva klijuotinė kepurė, tai neleidžia ligai plisti, o su amžiumi ji praeina savaime.

Daugiausiai dėmesio ir lavinimo reikalauja tie vaikai, kurie iš prigimties turi polinkį į paveldimas ligas, t. y. būdingas tėvams arba visai šeimai. Dalis tų ligų pasireiškia dar vaikystėje arba ankstyvoje jaunystėje, kitos – vėlesniame amžiuje. Pirmosioms priklauso angliška liga, t. y. rachitas ir skrofuliozė, kitoms – džiova (tuberkuliozė), didžioji liga, t. y. epilepsija, melancholija arba manija ir podagra.

Lavinimas gali nulemti, ar tie įgimti polinkiai toliau vystysis, augs ir taps liga, ar sumažės, bus apriboti arba visai išnyks. Tiesa, tos ligos, kurios priklauso nuo tam tikros konstitucijos, pavyzdžiui, džiova, proto ligos, yra sunkiai išnaikinamos, sunku jų išvengti todėl, kad pačią organų struktūrą mes gauname iš tėvų ir ji kiekvienai gyvai būtybei yra ypatinga, jis vystosi ir stiprėja individualiu būdu. Tačiau žinodami, prie kokių ligų veda šeimos ar tėvų konstitucija ir nuo pat gimimo į tai atkreipdami dėmesį, labai dažnai galime, ką parodė patirtis, tuos polinkius apriboti ir neleisti kilti pačiai ligai arba ją bent jau gerokai pavėlinti.

Taip vadinamą anglišką ligą laikome paveldima ne todėl, kad ją perduoda jau sergantys tėvai. Patirtis rodo, kad ji labai dažnai pasitaiko ne tiems vaikams, kurių tėvai niekada jos neturėjo, bet paveldima laikau todėl, kad ją sukelia nesveikas, blogas tėvų gyvenimo būdas. Vienu žodžiu, kaltė būna ne vaikų, bet tėvų, jei tokia liga pasireiškia palikuonims. Vadinama ji angliška liga greičiausiai dėl to, kad ji pirmiausia pasirodė Anglijoje XVII amžiuje[196], nors gali būti ir taip, kad liga nėra nauja. Nes jau nuo neatmenamų laikų

[196] Paprastai pirmieji mokslinėje literatūroje aprašyti rachito atvejai siejami su anglų gydytojais Daniel Whistler (1619–1684) ir Francis Glisson (1597–1677). 1645 m. Whistler paskelbė savo disertaciją apie rachitą „De Morbo puerili Anglorum, quern patrio idiomate indigense vocant“ (Apie vaikų ligą, kurią gimtąja kalba angliška vadiname). Glisson taip pat tyrė šią ligą.

įvairūs autoriai rašė apie kai kurias kūno ydas ir bjaurumus, kuriuos išprovokuoja ši liga[197].

Kaip ten bebūtų, riterių ir galiūnų laikais, paprastumo ir kuklumo amžiuje, šalyse, kur griežta teisė buvo paremta visuomenės papročiais, ta liga arba niekad negalėjo pasireikšti, arba pasireikšdavo labai retai. Man taip pat atrodo, kad jai palankesnės vidutinio klimato šalys nei šaltos arba karštos. Galbūt todėl, kad šalyse, kuriose ji ne taip paplitusi, geresni papročiai ir gyvenimo būdas neleidžia jai labiau pasireikšti. Tačiau iš tiesų aišku, kad ją galima rasti tik patogiai, minkštai ir svarbiausia – pasileidusiai gyvenančiųjų namuose. Net ir turtingose šeimose nėra taip paplitusi kaime kaip mieste. Jos nežino darbštus ūkininkas nei kaimo amatininkas, bet ši liga mėgsta prie miesto prirakintus neturtingųjų darbininkų ar blyškių, apsileidusių amatininkų vaikus. Dėl to ši liga pirmiausia pastebėta Rytų Anglijos pramoniniuose miestuose.

Ji [liga] pasireiškia, bent jau jos pradžia, nuo devynių mėnesių amžiaus iki 2 metų amžiaus [vaikams]. Retai kada prasideda vėliau, tačiau jau prasidėjus trunka kelerius metus. Ir nors jau brendimo laiku praeina, tačiau palieka įvairių ydų, tokių kaip kreivumas ir bjaurumas. Galva būna didelė, o kūnas silpnas ir sulinkęs, kaulai apie sąnarius patinę, visas kūnas minkštas ir lengvai linksta, taip pat didelis pilvas – visa tai būdinga šiai ligai. Jei pagal proporcijas vaikų galva yra didelė, o kaulai apie sąnarius darosi stambūs ir patinę, reikia galvoti apie beprasidedančios ligos prevenciją, jei ji jau labai pažengė, reikia kreiptis pagalbos į gydytoją.

Jos išvengti galima lavinimu, o būtent rūpinantis švara / tvarka, dažnai keičiant baltinius, kūno šveitimu flanele arba šepetėliu, dažnomis maudynėmis šaltame arba sūriame vandenyje. Jei kūdikis maitinamas krūtimi, o žindyvė stipri, jauna ir sveika, iš patirties žinau, kad niekas taip nepadeda išgydyti angliškos ligos, kaip žin-

[197] [A. S. pastaba] *Kai kurios Marcelijaus eilės byloja apie anglišką ligą senovės Romoje:*
Si solum spectes hominis caput,
Hectora credas.
Si stantem videas, Astyanacta putes.

dymas iki pat 2 gyvenimo metų. Ir priešingai, jei žindyvė ligota, silpna arba sena, tuomet arba ją reikia pakeisti, arba vaikui žįsti daugiau neduoti.

Iš vaiko lovytės taip pat reikia išimti visus plunksninius patalus ir pagalves, o vietoje jų naudoti paprastus šienu kimštus čiužinius arba bent jau odinius čiužinius, prikimštus plaukų arba veltinio. Antklodę ir paklodę iš storos vilnos. Jei metų laikas leidžia, reikia vaikus laikyti gryname ore, leisti šliaužioti saulėje, ant smėliuko ar žolės. Jei ne, leisti jam šliaužioti kambaryje ant grindų, kilimo arba kilimėlio, austo iš virkšrių[198]. Maudynes smėlyje, pačioje saulėkaitoje reikia laikyti svarbiu vaistu nuo šios ligos. Jeigu tėvų finansinė padėtis tai leidžia, geriausia būtų vaikus išvežti į kaimą ir lavinti gryname, sausame ir švariame ore. Jeigu tokios galimybės nėra, tuomet reikėtų juos bent jau nešioti arba vežioti šviežiame ore, ypač saulėje. Jos tiesioginė įtaka mūsų kūnui efektyviausiai padeda išvengti tos ligos ir tinka ją gydyti[199]. Vyresniems vaikams, sergantiems šia liga, tinkamiausias maistas yra paprasti mėsiški patiekalai su šviežiomis daržovėmis, be jokių įmantrių prieskonių, kiek įmanoma sausesni, bet maistingi.

Šiai ligai taip pat gimininga skrofuliozė[200], kurią galime vertinti dvejopai. Vienu požiūriu kaip ligą, kitu – kaip tam tikrą kūno konstituciją, vedančią prie skirtingų, kartais sunkių ligų. Antruoju atveju galiu pasakyti tik tiek, kad jai labai svarbus paveldėjimas, t. y. ją paprasčiausiai vaikams perduoda tėvai, tačiau tai viena būdingiausių kai kurių šeimų savybių, dėl to mažai ką atskleidžia. Gana dažnai tai ateina tiesiog iš tėvų, tačiau daug dažniau iš motinos nei iš tėvo, galbūt todėl kad tai daug dažniau taikoma mergaitėms nei berniukams.

[198] Virkšris – *lot. Juncacus,* augalai, anksčiau naudoti pinti įvairiems gaminiams, taip pat ir kilimams austi.

[199] [A. S. pastaba] *Saulės poveikis gydant angliš̌ką ligą toks stiprus ir garantuotas. Be to, pasirodymas saulėje buvo taip rekomenduojamas tankiai gyvenamuose miestuose, kuriuose gatvės siauros, o amatininkų butai žemi ir labai prastai apšviesti. Todėl tą ligą norėjau palyginti su augalų ištraukų darymu arba, kaip sakome prancūziškai, augalų etiolacija. Tačiau kai tai pamačiau ir turtingųjų namuose, ir čia, kaime, atsisakiau šios minties.*

[200] Žr. p. 45.

Tą konstituciją galime pažinti pagal jautrią, ploną, labai baltą ir blizgią odą, taip pat iš ryškių, apskritų skruostų, kiek didesnę, patinusią viršutinę lūpą bei gana storą nosies pertvarą. Akys didelės, blizgančios, mėlynos, veidas turi tarsi švelnumo išraišką, plaukai visada šviesūs ir ploni, limfmazgiai, labiausiai ant kaklo, patinę ir kieti, būdingi tai ligai arba konstitucijai. Bet kokiu atveju tai būtų taikoma labiau moteriškai lyčiai, bet ne veido ar kūno struktūros ypatumams. Be to, vaikams, turintiems skrofulinę konstituciją, būdingas ryškus sąmoningumas, nuovokumas ir sava nuomonė, lenkiantys savo metus, kaip ir neįprastas smalsumas ir gebėjimas greitai suvokti[201].

Mūsų krašte skrofulinė konstitucija yra gana paplitusi, tačiau retai brandi, todėl retai tampa tikra liga. Tačiau tokių savybių turinčių vaikų lavinimui reikia skirti ypatingą dėmesį, nes tos konstitucijos negalavimai vėlesniame amžiuje gali privesti prie mirties ar negalios.

Naujagimių arba maitinamų kūdikių polinkis į skrofuliozę dar nesimato, tačiau palengva pasireiškia trečiaisiais arba ketvirtaisiais gyvenimo metais. Pati liga niekada nepasireiškia iki to laikotarpio pabaigos. Negalima šios ligos sieti, kaip ir anksčiau minėtųjų, su tinginyste ar minkštu patogiu gyvenimu, nes pasitaiko ji ir tarp vargšų, ir tarp turtingų, visgi dažniau ji būna ten, kur stoka, kančia, skurdas ir apleidimas. Todėl mūsų krašte jos taip daug nepamatysi niekur kaip tik tarp žydų. Tačiau yra šalių ir provincijų, kuriose tai ligai labiau patinka ir geriau sekasi.

Didžioji Britanija yra numylėta tos ligos tėvynė. Šiai ligai labiau palankus šaltas ir drėgnas oras, todėl šiauriniuose, nuošaliuose, pelkėtuose arba pajūrio kraštuose yra labai paplitusi. Todėl ir drėgni, nevėdinami, ankšti ir šalti butai, apsileidimas ir skurdas, prastas, sugedęs maistas, be to, dar ir nedarbas, per ilgas miegas, tingumas, vargai ir nuolatinis sielvartas kuo labiausiai padeda tai ligai. Taip pat manoma, kad augalinis maistas, o ypač miltiniai

[201] Sniadeckis remiasi humoraline teorija, apibūdinama konstitucija atitiktų melancholiko arba šiuolaikiniu supratimu leptomorfinį tipą.

patiekalai, krakmolingi ir lipnūs, labiau šiai ligai palankūs nei gyvūninės kilmės maistas. Dėl to būsto pakeitimas, t. y. ir namo, ir vietos, šiltas ir sausas oras, lengvas darbas su būtiniausiais buities poreikiais, flaneliniai drabužiai, švarus, šepečiu ar vilnos audeklu išŠveistas kūnas, mėsiškas ir augalinis maistas, pramogos ir nuolatinė džiuginanti veikla turintiems skrofulinę konstituciją gali sunaikinti ligą, bet ir pakeisti konstituciją. Tačiau patirtis parodė, kad tos konstitucijos niekas taip nenaikina, kaip šaltos maudynės kartu su aktyviais fiziniais pratimais, o ypač maudynės jūroje, kuo labiausiai pasitiki anglai. Visgi nuo jūros toli esančiuose miestuose jūros vandenį galima pakeisti valgomosios druskos arba akmens druskos tirpalais.

Nepatariu vaikams vartoti vyno ar kitų stipriųjų gėrimų, tuo atveju, jei liga pasireiškia, reikia kreiptis į gydytoją.

Skrofulinė konstitucija yra nuolatinis kai kurių šeimų bruožas, ir nors kartais vieną ar kitą žmogų ji apleidžia, tačiau neskuba palikti tų namų. Todėl labai svarbu, sudarant santuoką, atkreipti dėmesį į konstituciją.

Yra viena paveldima daug sunkesnė ir pas mus gana paplitusi liga, kuri kai kada priklauso nuo skrofulinės konstitucijos. Veda ji į neišvengiamą mirtį ir patį gražiausią ir tvarkingiausią jaunimą, ko visomis išgalėmis reikia išvengti lavinimu. Ši liga yra džiova. Ta nelaimė kai kuriose Europos dalyse yra tokia didelė, kad kone kasmet sunaikina tiek pat jaunuolių kaip ir karas... Pakanka pasakyti, kad Anglijoje kasmet vien tik nuo džiovos kasmet miršta apie 40 tūkst. žmonių. Būna tokių nelaimingų šeimų, kuriose retas kuris sulaukia trisdešimties ar keturiasdešimties metų. Vis dėlto pasitaiko, kad žmogus, turintis tokią pat konstituciją, kaip ir kiti jos šeimos nariai, su tokiu pačiu temperamentu ir polinkiais, gyvena ilgai ir visiškai nesuserga ta liga. Taigi išeina, kad turėtų būti koks nors lavinimo ir gyvenimo būdas, kuris nepaisant šeimos temperamento, gali apsaugoti nuo tos nelaimės. Todėl apsistoju ties tuo ir norėčiau pasidalinti tuo, ką pastebėjau, su savo skaitytoju. Džiova

ne visada priklauso nuo vienos ir tos pačios konstitucijos, ne visada kyla dėl iš giminės paveldėtų savybių, bet kartais būna ir atsitiktinė, nes asmenims, kurie nerodo jokių tai ligai būdingų požymių, ne visada prasideda ir tuo pačiu būdu pasireiškia. Tai, žinoma, įrodo, kad liga priklauso nuo įvairių priežasčių ir ne visada yra tos pačios prigimties. Iš tos pastabos išeina, kad net jei jos šaltiniai yra įvairūs ir skirtingos prigimties, tai ir gydyti ją bei jos išvengti reikia skirtingais būdais. Labiausiai paplitusi ir sunkiausiai gydoma ligos forma serga tie, kurie jau gimsta su skrofuline konstitucija ir skrofulioze. Jų liga kyla nuo kietų guzelių (darinių), susiformavusių plaučių masėje, dėl jų uždegimo ir pūliavimo. Todėl gydytojai šią formą vadina plaučių džiova[202] (lot. – *phthisis tuberculosa*).

Jaunuoliai, turintys polinkį šiai ligai, pasižymi specifine kūno struktūra, ta struktūra populiariai vadinama džiovininkų tipu. Tas sudėjimas pasižymi šiais bruožais: aukšta ir labai liekna figūra, ilgas kaklas, siaura krūtinė, pečiai atsikišę nuo menčių, rankos bei kojos ilgos ir plonos, ilgi ir smailūs pirštai. Taip pat šiai figūrai būdinga gražūs ir labai balti dantys, jautri ir blizganti oda, ryškios, iškilusios venos, plaukai dažniausiai šviesūs, mėlynos akys, tačiau kartais būna ir akys, ir plaukai labai juodi ir blizgantys[203]. Taip susiformavusiame džiovininkų kūne ligos atvejai dažnai baigiasi mirtimi, o gydytojai laiko šiuos atvejus blogiausiais.

Tačiau taip pat pastebėjau, kad tokį polinkį turintys žmonės ligos išvengia rūpindamiesi savo gyvenimo būdu. Įsitikinau, nuo tos ligos pavyksta apsiginti, jei vaikai auginami taip, kaip patariau, kad skrofulinę konstituciją susilpnintų ir pakeistų. Visgi jei dėl tokios konstitucijos žmogaus plaučiuose jau susidarė guzeliai ir gresia uždegimu arba uždegimas prasideda, toks gyvenimo būdas jau gali būti žalingas. Kiek pavyko pastebėti (o mačiau ir matau tokių žmonių), taip sudėti jaunuoliai, gyvendami kietai, nepatogiai, dirbdami, nieko pernelyg nesisaugodami, bet gyvendami kukliai, net ir

[202] Istoriškai *gruczołkowa suhota* arba „guzelinė džiova“, nuo guzelių, kurie susiformuoja limfmazgiuose ir kitose dalyse.
[203] Sniadeckis dar kartą pateikia melancholiko arba leptomorfinio tipo apibūdinimą.

dažnai kylant slogai sugeba išvengti džiovos. Dėl to karo tarnyba arba darbštus ūkininko gyvenimas geriausiai jiems padeda. Taip pat žinau tokių, kurie jau prasidedant ligai buvo paimti į kariuomenę, o būdami ypač darbingoje kompanijoje, grįžo sveiki ir kupini jėgų. Miestuose tokie žmonės neabejotinai tampa patogaus gyvenimo ir malonumų aukomis. Tačiau jei guzeliai užsidega ir prasideda džiova, toks gyvenimo būdas daugiau nepadeda ir gali ligos eigą pagreitinti. Todėl vaikus, turinčius polinkį tokios formos džiovai, mano manymu, reikėtų lavinti taip, kaip turinčius skrofuliozę.

Tačiau yra kita džiovos rūšis, kuri apninka guvų ir patį gražiausią jaunimą. Ji priklauso nuo lengvos arterinės sistemos dirginimo ir išvešėjimo, veda į plaučių kraujavimą, uždegimą ir pūliavimą, o kai kada labai greitai baigiasi mirtimi. Žmonės, linkę į tą džiovos rūšį, turi stiprų ir gyvą rausvumą, yra labai jautrūs, dėl mažiausios priežasties raudonuoja, ankstyvoje jaunystėje jiems dažnai kraujuoja iš nosies vos tik pajudėjus ar susijaudinus, kiekvienąkart labai stipriai. Jie linksmi, mėgsta žaidimus, bėgiojimą, šokius, bet lengvai pavargsta ir, kaip paprastai sakome, darosi „stiprūs krūtine“[204]. Tiesą sakant, tokio tipo jaunimas neturi aiškios ir apibrėžtos kūno formos, tačiau pasitaiko, kad turinčius polinkį į plaučių kraujavimą jungia aiškus džiovininko tipas ir blogiausia dispozicija, kurios beveik neįmanoma sunaikinti.

Šios konstitucijos žmonės turi švelnią ir baltą odą, o žandai apimti stipraus apvalaus raudonio. Po pietų arba karšto gėrimo tas raudonis dar labiau sustiprėja ir veidas lengvai suprakaituoja. Kol vaikai maži, nelengva pastebėti tą konstituciją, tačiau kartais apie ją perspėja stiprus raudonis ir dažnas kraujavimas iš nosies. Tokius vaikus reikia kiek įmanoma laikyti atokiau nuo mėsos, maitinti tik augaliniu maistu, pratinti prie santūraus gyvenimo ir darbo, drausti jiems ilgai miegoti, gerti visokius fermentuotus gėrimus, bakalėjos produktus ir kartų maistą, o rekomenduoti vaisius, daržoves ir

[204] Sniadeckio pateikiama charakteristika labiausiai tinka cholerikui, šiuolaikiniu supratimu atitinka mezomorfinį tipą.

rūgšties[205]. Be to, reikia juos rengti visada lengvai ir šaltai, neleisti miegoti pūkuose, uždrausti jiems stipriai pervargti, ypač medžioklėje, labiausiai drausti reikia šokius dideliame žmonių būryje arba stipriai šildomose patalpose. Visus fizinius pratimus jiems reikia atlikti gryname, vėsiame ore. Be kitų fizinių pratimų jiems labai tinka jodinėjimas žirgu. Vėliau, jau prasidedant brendimui, jiems galima retkarčiais nuleisti kraujo[206], kiek galima vengti daug gaiviališkų aistrų, pratinti prie oro permainų, neleisti artintis prie ugnies, ypač labai sušalus ar peršalus. Net suaugusieji, turintys tokią konstituciją, turi pasišalinti iš karštų patalpų, vengti ilgo buvimo ir deginimosi saulėje, saugotis karštų maudynių, o labiausiai maudynių gare (pirties). Jeigu ta konstitucija yra sujungta su jau minėta skrofuline konstitucija, tuomet neįmanoma arba labai sunku išvengti džiovos. Nes tai, kas saugo nuo skrofuliozės, padeda plaučių uždegimui ir kraujavimui, o tai, kas užkerta tam kelią, padeda skrofuliozei.

Atsitiktinės džiovos, nekylančios iš jokių konkrečių polinkių, bet iš plaučių uždegimo, užleistos stiprios slogos, krūtinės sumušimo ar sužeidimo ir kitų smurtinių priežasčių, lavinimu nepavyks išvengti, kas aišku iš pačios dalykų esmės. Todėl ties šiais klausimais čia neapsistosiu.

Daug sunkiau arba neįmanoma užkirsti kelią įvairioms proto ligoms arba konvulsijoms, kurių polinkį paveldime iš tėvų. Todėl ta šeimos (paveldimų) negalių grupė pati blogiausia. Tiksliai nežinome, ar yra kažkokia specifinė organų ir nervų sistema, kuri tai rodo, nes skrodimo metu randame įvairių ir kiekvieną kartą kitokių pakitimų. Jie ryškūs ir nežinome, kaip jie atsiranda arba nuo ko jie priklauso iki nebūdingų tam pirminiam sudėjimui pakitimų. Taip pat nepavyksta nustatyti ir kokiais būdais lavinimu jų būtų galima

[205] Rūgštis – XIX a. ir anksčiau Vilniaus krašte, galimai ir kitur, vartota gana daug rūgštaus skonio gėrimų. Tai buvo įvairūs sulos gėrimai, gira ir kt.

[206] Kraujo nuleidimas – senoviškas terapinis gydymo metodas, siejamas su humoraline teorija (žr. p. 45). Tikėta, kad kraujo nuleidimas gali padėti subalansuoti kūno skysčius, dėl kurių dermės stokos kyla ligos. Choleriškam ir sangviniškam tipui rekomenduota profilaktiškai nuleisti kraujo, tokiu būdu siekta sumažinanti per didelį „karštį“. Tikėta, kad šiam tipui, ypač chorerišKam, ligas sukelia „karščio“ perteklius.

išvengti. Žvelgiant į patirtį, mus įtikina, kad minėtos ligos vienodai dažnai pasireiškia ir visiškai apleidus, ir stropiai prižiūrint nervų sistemą[207].

Vien tik iš atskirų aprašymų ir tų kentėjimų svarstymų galima padaryti išvadą, kad aistringas ir atkaklus įsigilinimas kokia nors tema dažniausiai duoda jiems pradžią. Iš to aš spręsčiau, kad tai, kas pakelia ir pakursto jautrumą, ir todėl duoda impulsą prisiminti aistras, tai ligai padeda. Taigi saugiausia būtų paleisti nervų sistemą „dirvonuoti“, palikti ramybėje ir leisti jai pačiai tvarkytis, atsisakyti visų minčių apie psichinių galių pakėlimą, nebandyti nieko įrodyti. Būna labai liūdna, jei ginantis nuo konvulsinių kančių ar beprotybės, tenka pasmerkti auklėtinį beveik gyvuliškam gyvenimui.

Tačiau ir toks lavinimo būdas nuo nieko neapsaugo. Nes kartais kyla gaivališkos aistros ir ima viršų net ir neišsilavinusiuose žmonėse, o vieną kartą stipriai įsišaknijusios sukelia jautrumą iki didžiausio intensyvumo ir jausmų sumišimą arba traukulines ligas. Todėl tvarkingas, kuklus, darbingas gyvenimas ir ramybė, šalinimasis visokios veiklos, galinčios perkrauti proto galias arba pažadinti kokias nors aistras, kuo ilgiausiai, kartais ir visam gyvenimui apsaugo nuo tų nelaimingų ligų. Ir tuo pačiu reikia kuo kruopščiausiai ištirti šeimos istorijas, kokios būtent aistros davė impulsą kilti toms ligoms arba tėvų, arba kitų giminių atveju, o tai žinant taip vaikus lavinti, tokia veikla ir žaidimais juos užimti, tokį gyvenimo būdą parinkti, kad toms ligoms būtų užkirstas kelias.

Prie proto ligų taip pat priklauso ir taip vadinamos širdies ydos: godumas, šykštumas arba išlaidumas, žiaurumas ir rūstumas. Jos taip pat dažnai paveldimos kai kuriose šeimose lyg tamsūs ar šviesūs plaukai, juodos ar mėlynos akys, ūgis ar lieknumas. Skirtin-

[207] [A. S. pastaba] *Aš daugelį kartų įsitikinau, kad kai proto ligos kyla iš specifinio kūno sudėjimo, t. y. kaip sakome, iš organinių ydų, tuomet naudojami gydymo būdai veikia tik pagal savo prigimtį – maniją pakeičia melancholija, arba atvirkščiai. Iš to galime spręsti, kad pati kūno organizacija yra tiek vienos, tiek ir kitos ligos priežastis. Man atrodo, kad kiekviena gaivališka aistra savo prigimtimi yra proto pamišimas, bet trumpas ir praeinantis, o nuolatine beprotybe tampa, kai kyla iš ilgalaikės ir nenugalimos aistros.*

gų polinkių giminių maišymasis gali tas ydas vis labiau susilpninti ir galiausiai sunaikinti, o tikras švietimas, parodantis visų tų ydų šlykštumą ir bjaurumą, mokantis, kaip tai žemina ir gėdina žmogaus orumą, kaip tai prieštarauja tikrai ir tvariai jo laimei, kartais gali pasitarnauti stiprinant jų proto galias ir valios jėgą.

Kad kaltūnas[208] yra tikra liga, negali abejoti ir neabejoja joks išsilavinęs ir dėmesingas mūsų krašto gydytojas. Tačiau ar ta liga yra paveldima, kaip kai kurie šiandien teigia? Aš negalėčiau galutinai įtikinti. Visgi, net jei taip ir būtų, negalėčiau vaikystėje jos nei pastebėti, nei numatyti, kad tą ligą su laiku turės, nei lavinimu jai užkirsti kelią. Todėl jeigu šiuo atžvilgiu yra kokių nors nuostatų, jų išaiškinimą aš palieku labiau už mane patyrusiam.

Podagra[209] yra neabejotinai paveldima liga, jeigu tėvas, turintis jai polinkį, palieka sūnui [šį] turtą, gerovę ir apribotą gyvenimą. Geras gimnastikos (fizinio aktyvumo) lavinimas padeda dalinai išvengti tos ligos, o darbas, abstinencija, kuklus maistas ir švarus geriamasis vanduo užkerta kelią jai net ir senyvame amžiuje pasireikšti.

Pabaiga

[208] To meto supratimu kaltūnas laikytas liga, žr. p. 45.

[209] Podagra – lėtinė šlapimo rūgšties apykaitos sutrikimo sukelta liga. Sergant podagra dėl kraujyje ir kituose organizmo skysčiuose padidėjusio šlapimo rūgšties kiekio atsiranda natrio uratų kristalų. Šie kristalai gali nusėsti sąnariuose ir audiniuose aplink juos, taip pat vidaus organuose. Kristalų atsiradimas sąnaryje sukelia ūminį sąnario uždegimą – podagrinį artritą.

Andriaus Sniadeckio pastabos apie vaikų fizinį lavinimą: auksologinės įžvalgos prieš kelis šimtus metų ir jų aktualumas šiandien

Skiriu Lietuvos auksologijos mokslo Vilniaus universitete 220 metų sukakčiai paminėti

Prof. dr. Janina Tutkuvienė
Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Biomedicinos instituto Anatomijos, histologijos ir antropologijos katedra

Andrius Sniadeckis – unikalus ir iškilus XVIII a. pabaigos bei XIX a. pradžios mokslininkas, kurį drąsiai galima pavadinti tarpdisciplininio profilio mąstytoju. Jo darbai man primena kamieninę ląstelę, kuri netrukus proliferavo ir specializavosi į keletą atskirų tipų. Matyt, todėl šį mokslininką, kaip vienos ar kitos mokslo šakos pradininką Lietuvoje, linkę „savintis“ daugelis šiuolaikinių mokslo sričių ir krypčių. Antropologai Andrių Sniadeckį taip pat priskiria auksologijos (augimo ir brendimo tyrimų) pradininkui Lietuvoje – tai siejama su jo dar 1805 m. žurnale *„Dziennik Wilenski“* publikuotais darbais *(„Uwagi o fizycznem wychowaniu dzieci“,* t. y. „Pastabos apie vaikų fizinį lavinimą“). Vėliau šie darbai buvo išplėtoti iki knygos, kurios pirminis variantas buvo parašytas 1822 m., tačiau oficialiai knyga pavadinimu „Apie vaikų fizinį auklėjimą“ buvo išleista Varšuvoje tik po A. Sniadeckio mirties *(„O fizycznem wychowaniu dzieci“,* 1840, Warszawa). Todėl pasitinkant

Lietuvos auksologijos mokslo 200 metų sukakties jubiliejų, dar 2004 m. organizavome vieną pirmųjų Medicinos fakulteto Anatomijos, histologijos ir antropologijos katedros tarptautinių konferencijų Nepriklausomybės metais [Česnys and Tutkuvienė, 2004].

Andriaus Sniadeckio, kaip ir daugelio kitų to meto iškilių pasaulinio lygmens mokslininkų, veikalai pasižymi ypatingai kompleksiniu, holistiniu požiūriu į žmogaus kūną, gamtos reiškinius ir dėsnius. Šiandien toks požiūris tampa ypač aktualus. Šiuolaikinis biomedicinos mokslas vystosi milžinišku greičiu, dažnai įvairių mokslo šakų informacijos sklaida ir gausybė lenkia žmogaus galimybes aprėpti bei suvokti mokslo naujienų laviną, todėl skirtingų sričių mokslininkai vis dažniau bendradarbiauja siekdami naujų idėjų ir atradimų. Štai čia iškyla holistinio požiūrio į žmogaus kūną, jį supančią aplinką, gamtą ir visą pasaulį poreikis.

Šiandien gilios tam tikros mokslo šakos žinios būtinos vykdyti aukšto lygmens mokslinius tyrimus – nebegalime (kaip prieš 200–300 metų) tuo pačiu metu būti matematikais, fizikais, medikais ir menininkais. Tačiau siekiant inovatyvumo, naujų idėjų proveržio ir pažangos būtinas daugelio sričių ir įvairių mokslininkų bendradarbiavimas. Neretam kyla klausimas – nuo ko pradėti, kaip šiandien išsiugdyti platų, visaapimantį požiūrį į tam tikrą reiškinį, pavyzdžiui, žmogaus kūno ypatumus, atsižvelgiant į vidinius ir išorinės aplinkos veiksnius?

Štai čia ir verta prisiminti, kad istorija vystosi spirale, todėl kartais pravartu sustoti ir atsigręžti į praeitį, pakelti nuo lentynos seną gerą veikalą, nupūsti nuo jo dulkes bei pasinerti į skaitymą po kelių šimtų metų ir naujomis akimis bei kito lygmens žiniomis pažvelgti į mintis, išsakytas tuomet, kai žmogus ir gamta buvo mažiau „suskaidyta“ į daugybę sudėtingos dėlionės gabaliukų, kurie ypač XXI a. pradžioje pabiro, atsiskyrė, kartais taip susipainiojo, kad mes, mokslininkai, dabar dažnu atveju nebesugebame susigaudyti, kuriai sudėtingos žmogaus ir gamtos dėlionės vietai mūsų nustatytas ar atrastas dėsnis, reiškinys ar požymis priklauso, ir apskritai, nuo ko pradėti tyrimus, ką reiškia gauti rezultatai, kaip juos interpretuoti.

Taigi pasinerkime į įdomią kelionę Andriaus Sniadeckio veikalu „Apie vaikų fizinį auklėjimą“. Toliau pateiksiu savo nuomonę ir įžvalgas apie pačius įdomiausius, netikėčiausius, šiandien naujai atrastus (ir vėl itin aktualius!) arba paneigtus šio mokslininko dar prieš kelis šimtus metų aprašytus žmogaus raidos dėsnius ir organizmo sąsajas su aplinkos veiksniais. Ypač norėčiau akcentuoti šiame veikale aprašytus žmogaus ontogenezės svarbiausio etapo – vaikų augimo ir brendimo ypatumus, kurie dar ir šiandien neprarado savo aktualumo. Kita vertus, pateiksiu ir keletą „mitų“, kurie šios dienos mokslo šviesoje yra paneigti, bet tik laikas parodys, ar tai buvo mitas, ar tikrovė.

Kodėl aktualu XXI a. trečiajame dešimtmetyje vėl pažvelgti į kelių šimtų metų senumo pastarąją knygą, kurioje kalbama apie vaikų augimą, brendimą ir fizinį lavinimą? Labai svarbu, kad šią knygą rašydamas A. Sniadeckis ypač akcentavo to meto **pasiturinčios visuomenės vaikų raidos ir jų auginimo problemas**, bet XXI a. panašias vaikų augimo sąlygas (ir problemas!) turi dauguma įvairių šalių. Skaitant tampa akivaizdu, kokią didelę reikšmę vaikų augimui ir sveikatos būklei turi socialiniai, ekonominiai ir net kultūriniai veiksniai, nesvarbu – ar prieš kelis šimtus metų, ar dabar – tie patys veiksniai veikia organizmą labai panašiai.

„Įžanginis žodis“

Savo knygos **įžangoje**, kuri yra lyg trumpas pagrindinių minčių, toliau plėtojamų atskiruose knygos skyriuose, išdėstymas A. Sniadeckis rašė, kad „*sunku rasti kitą sritį, kuri būtų toks puikus protinis užsiėmimas, kaip vaikų auklėjimas*“. Tačiau čia pat jis pastebi, kad „*mokslininkai kartais padaro paprastų žmogiškų klaidų – tampa šališki, prisiriša prie kokios nors pamėgtos teorijos ar prie pasenusių prietarų*“, be to, „*mes arba iki šiol nežinome to, ką turime žinoti,*

arba dėl kokių nors nuo žmogaus nepriklausančių, fatališkų aplinkybių nemokame arba nenorime tomis žiniomis naudotis“. Stebėtina, bet po kelių šimtų metų drąsiai galima būtų pasakyti tą patį: auksologijos tema parašyta šimtai tūkstančių straipsnių, atskleista daug augimo dėsnių, tačiau iki šiol turime dešimtis neatsakytų klausimų. Įdomu, kad A. Sniadeckis pabrėžia, jog „*kiekviena šalis, kiekviena visuomenė, šeima, kiekvieni namai tarsi turi savo lavinimą. Kuris iš jų geriausias? Sunku į šį klausimą atsakyti*“. Įdomu, bet dar ir šiandien auksologai diskutuoja, kokie fizinės būklės rodikliai optimaliai siejasi su vaiko bendra sveikatos būkle ir geriausiai atspindi sveikatos riziką, kokios rekomendacijos (augimo kriterijai, standartai) vaikų augimui ir brendimui vertinti turėtų būti taikomi (tarptautiniai ar regioniniai) [Hermanussen et al. 2010; Morkuniene et al. 2022; Gleason et al. 2024; Morkuniene et al. 2025]. Šiais klausimais ir dabar atliekama daug studijų, rengiamos konferencijos [Tutkuvienė et al. 2009; Missoni et al. 2024].

Lavinimu A. Sniadeckis vadino „*visas pastangas, sutelktas aplink vaiką tam, kad jomis tobulai išugdytų žmogų*“ – perskaičius knygą aiškėja, kad tai visa sistema žinių, kuri gali būti taikoma siekiant, kad vaikas augtų optimaliai pagal savo prigimtį tam tikru metu tam tikroje socialinėje terpėje, t. y. vidinių ir išorinių augimo sąlygų visuma, įvairios priemonės ir veiklos vaikų fiziniam kūnui ir protui bei mąstymui ugdyti. Tačiau A. Sniadeckis stebėtinai progresyviai pagal to meto žinių visumą aprašo ir esminius augimo, brendimo bei organizmo tobulėjimo dėsnius. Savo veikale A. Sniadeckis nagrinėja vaiko augimo ir sveikatos niuansus, neatskirdamas to nuo supančios aplinkos, pasitelkia daugelio senųjų filosofų, taip pat to meto garsių mokslininkų ir kitų iškilių asmenybių mintis, dažnai gretina žmogaus organizmo ir gyvūnų raidą, paliečia svarbiausius žmogaus evoliucijos mechanizmus. Tai puikus kompleksinis požiūris į labai sudėtingą žmogaus augimo ir brendimo laikotarpį. Pavyzdžiui, jau tuomet A. Sniadeckis rašė, kad „<...> *palyginus su pirmaisiais žmonėmis, esame tarsi gėlės, augintos soduose,*

vazonuose ar šiltnamiuose, šalia tų, kurios auga gamtoje. Botanikai jas vadina dekoratyvinėmis pabaisomis, o mes gi esame nupoliruoti žmonės <...>“. O mes manome, kad „*nupoliruoti žmonės*“ atsirado tik XXI a.!

Pradėdamas įžangą A. Sniadeckis akcentuoja **fizinės ir psichinės būklės vienovę**, pabrėžia žmogaus fizinio ir moralinio (protinio) lavinimo svarbą. Pirmiausia jis rekomenduoja atsižvelgti į kiekvieno vaiko organizmo individualius ypatumus, tačiau nepamiršti to, kad „<...> *niekas negyvena dykumoje, negyvena tik sau,* <...> *tobulu galima vadinti tą, kuris turi stiprų ir gražų kūną, tyrą širdį ir nenugalėtą sielą, tą, kuris turi tinkamus gebėjimus toje visuomenėje, kurioje gyvena* <...>“. A. Sniadeckis jau tuomet akcentavo žmogaus organizmo įvairovę, pabrėždamas, kad „<...> *žmogus nėra visada iš vienos ir tos pačios formos atlieta skulptūra. Tai būtybė, kuri turi neribotą skaičių atmainų. Gamta mėgsta įvairovę* <...>“. Tačiau čia pat jis pabrėžia, kad tobulumas „*pats sau*“ gerai, tačiau visuomenė taip pat turi savo kriterijus, koks žmogus yra jai naudingiausias. Štai čia įžvelgiama sudėtinga kolizija – kaip suderinti kiekvieno individualius poreikius su tais, kurie reikalingi ir naudingi visai visuomenei. Akivaizdu, kad nuo vaikų bei jaunuolių gerovės priklauso ir visos tautos ateitis, ir čia A. Sniadeckis pateikia istorinių pavyzdžių: „<...> *senovės tautos ir protingi jų įstatymų kūrėjai tam skyrė daugiausiai dėmesio, o pats lavinimas užėmė didžiausią jų įstatymų dalį* <...>“. Deja, pastaruosius kelis dešimtmečius vaikų fizinei būklei lavinti, sveikatai ir medicininiams poreikiams užtikrinti, vaiko ir motinos apsaugai optimizuoti Lietuvoje buvo skiriamas nepakankamas dėmesys, tačiau labai tikimės teigiamų pokyčių ateityje. Gal šios knygos lietuviškasis vertimas paskatins labiau susimąstyti sveikatos sistemos administratorius skirti deramą dėmesį vaikų sveikatos priežiūrai ir lavinimui plačiąja prasme.

Ypatingą dėmesį ir pagarbą A. Sniadeckis suteikia **mokytojui**, „<...> *kuris turi užsiimti jo* [vaiko] *lavinimu, turi lavinti žmogų tokį, kokį jį gauna iš gamtos. Jis turi iš pradžių pažinti tą žaliavą, tuos*

pirminius žmogaus matmenis, su kuo ir turi atsirasti jo darbo turinys <...>“. „*Mokytoją*“ čia galima būtų suprasti taip pat labai plačiai – visų pirma, tai vaiką auginantys, prižiūrintys, saugantys jo sveikatą ir lavinantys jo kūną bei protą asmenys.

A. Sniadeckis pabrėžia, kad „*fizinio arba kūniško lavinimo nuo protinio arba moralinio atskirti negalime*“, tačiau savo knygoje daugiausiai dėmesio jis skiria **fizinei vaiko raidai**, jo kūno ir jėgų lavinimui (siekiant stiprinti vaiko sveikatą), nes „<...> *moralinis lavinimas yra filosofų, mokančių vystyti, pažinti ir išskirti visas širdies ir proto galias, reikalas. Aš į tokią sudėtingą ir neįsigilintą mokslą nedrįstu leistis* <...>“. A. Sniadeckis pabrėžia, kad savo veikale stengsis panaudoti visų pasaulio tautų patirtį: „<...> *senųjų tautų istorija bus mums geriausia mokykla* <...>.“ Čia jis ypač akcentuoja tų laikų išplitusias klaidingas nuomones ir net prietarus vaikų auginimo klausimais, įskaitant net ir kai kurių gydytojų, jo nuomone, neteisingą požiūrį bei tėvams skiepijamas klaidingas vaiko priežiūros taisykles. Sudėtinga numanyti, ką konkrečiai A. Sniadeckis turėjo omenyje, tačiau ir dabar galima rasti paralelių – labai dažnai visuomenėje, ypač per socialinius tinklus tam tikrose grupėse plinta gandai sveikatos, taip pat ir „optimalaus“ vaikų auginimo, lavinimo bei maitinimo klausimais. Įdomu, kad *a priori* (jei asmuo neturi specialių žinių) A. Sniadeckis siūlo labai paprastą būdą apsisaugoti nuo klaidingų nuomonių – „*neužsikrėsti madingais prietarais*“, tiesiog mylėti vaikus, klausyti širdies ir pasikliauti šimtmečių patikrintais vaikų auginimo „*receptais*“. Nieko geriau vienu sakiniu ir šiandien negalėtume pasiūlyti. Beje, šiandien ypač plinta natūralizmo, ekologinio visomis prasmėmis gyvenimo būdo idėjos, kaip atsvara šiuolaikiniam netinkamam gyvenimo būdui (mes manome, kad tai yra tik XXI a. problema, bet prieš kelis šimtus metų, pasirodo, apie tai jau buvo susimąstyta).

Pradėjus skaityti knygą iš pirmo žvilgsnio šiek tiek trikdo A. Sniadeckio ypač kritinis požiūris į ***„protinių galių“*** perdėtą puoselėjimą, sureikšminimą, iškėlimą virš fizinių, ***„kūniškų ga-***

***lių*“**. Juk jis pats buvo labai išsilavinęs žmogus, vienas iškiliausių to meto mokslininkų, tai kodėl toks negatyvus požiūris į mokslo žinių siekimą? Skaitant knygą paaiškėja, ką A. Sniadeckis turėjo omenyje – kituose skyriuose Profesorius paaiškina, kad tarp protinės ir fizinės raidos turi būti **harmonija**, tačiau jo nuomone, protinis vaiko lavinimas neturėtų būti pirmesnis nei fizinis, ir net suaugus „<...> *atleidžiant vadeles protinėms galioms, tik jomis rūpinantis ir jas glostant (joms pataikaujant), lėtai silpniname ir naikiname kūniškas galias ir tuo pačiu nustumiame savo fizinį gyvenimą į ašarų pakalnę* <...>“. Gali būti, kad A. Sniadeckis turėjo omenyje tuo metu pasiturinčiose šeimose plintančią madą pradėti mokyti „*tikrųjų mokslų*“ net 6–7 metų nesulaukusius vaikus? Šiandien perdėtą „*protinį lavinimą*“ galėtume iš dalies sutapatinti su labai ankstyvu mažų vaikų polinkiu žaisti kompiuterinius žaidimus, naršyti nuo ryto iki vakaro internete, polinkį į kompiuterines technologijas, prieš tai neperpratus reiškinių klasikiniais mokymosi metodais. Šiandien mes kalbame apie tokios veiklos galimą žalą bendrai vaiko ir paauglio sveikatos būklei. Kita vertus, ir mes kol kas nežinome atokių rezultatų, jų dar nėra – o gal kaip tik nieko blogo neįvyks, gal tiesiog dabar augančios kartos organizmas pats taikosi prie dramatiškai ir staigiai kintančios aplinkos, kuri vis sparčiau tampa virtuali?

Kai dėl mažų vaikų, čia A. Sniadeckis ypač griežtai pasisako dėl **protinio lavinimo** (mokymo) terminų, teigdamas, kad tai galima pradėti daryti ne anksčiau, nei prasikala „*antrieji dantys*“ ir tam turi argumentuotą paaiškinimą (pateikia kituose savo knygos skyriuose). Jo nuomone, iki šio amžiaus bet koks vaikų lavinimas turėtų būti susietas tik su žaidimais, be to, turėtų dominuoti fizinis aktyvumas, o mokyti „*tikrųjų mokslų*“ galima tik tiek, kiek tai atitinka individualius vaiko norius ir galimybes. Argi ne puiki šiuolaikiška mintis? Tai tampa ypač aktualu šiandien, kai siekiama paankstinti **mokyklinį amžių**, o daugelis tėvų apkrauna vos darželinio amžiaus sulaukusį vaiką keliomis papildomomis veiklomis (bet ar tuomet neatima iš jo vaikystės džiaugsmo, kai dar būtinos visai kito pobū-

džio veiklos tinkamiems pamatams vaiko organizme susiklostyti?). Tikrai verta įsiklausyti ir atkreipti dėmesį į individualią vaiko raidą, be to, ankstinant mokyklinį amžių labai svarbu apgalvoti ir tinkamai parengti specifines edukacines programas, siekiant nesutrikdyti natūralios vaiko raidos ir nepakenkti ne tik fizinei raidai, bet ir psichinei vaiko sveikatai. Kita vertus, o gal šiandien ankstesnis „*protinis lavinimas*“ tiesiog būtinas (?), keičiantis aplinkai, vis daugiau darbų persikeliant į intelektualią, dažniausiai virtualią erdvę. Čia tikrai verta kritiškai pagalvoti apie minėtą A. Sniadeckio mintį.

Galop A. Sniadeckis daug dėmesio skiria paliegusių, **neįgalių vaikų raidos ir auginimo** klausimams. Jis retoriškai klausia: „*Ar silpni ir trapūs negali būti žmonėmis? <...> O ligota konstitucija, taip pat organinės ydos, kurių neišeina išgydyti ir kurios turi likti visam gyvenimui, reikalauja lavinant ypatingo dėmesio, atskirų nuostatų, kad sutrikusios raidos žmonės galėtų gyventi savo būklei kiek įmanoma labiau normalų gyvenimą* <...>?“ Nors A. Sniadeckis žavisi spartiečių gyvenimo būdu, jis nepritaria palikti iš prigimties paliegusių vaikų likimo valiai, rašo, kad „<...> *tie, kurie ateina į pasaulį sutrikusios raidos ir turi būti visuomenės nariais, reikalauja mūsų palaikymo ir pagalbos. Tie nauji nariai tiesia savo rankas į visuomenę ir pagalbos prašo, o mes ją turime taip teikti <...>. Tokia tarpusavyje susijusi visuomenė, kokia ji yra šiandien, turi tūkstančius būdų žmogui užimti, įdarbinti ir teisingai panaudoti* <...>“. Net ir šiandien tai labai progresyvus ir modernus požiūris, vertas didelės pagarbos ir įsiklausymo – pastaruoju metu net Europos Sąjungos mastu šiuo klausimu kuriami įstatymai ir inicijuojamos įvairios programos [European Union 2010; European Commission 2021]. Tuo pačiu A. Sniadeckis pabrėžia, kad „<...> *toks lavinimas reikalauja daug dėmesio ir atidumo kiekvieną atskirą atvejį pažinti, taip pat atspėti ir įvertinti visą tą gausybę gėrio, kurį iš tų nelaimingųjų galima gauti jiems patiems ir visuomenei* <...>“. Puikiai pasakyta – akcentuotas net ir individualus požiūris į kiekvieną raidos sutrikimų turintį vaiką. Mokslas gerokai vėliau prabilo apie tų pačių paveldimų ligų

skirtingus fenotipus (raiškos variantus) [Botstein and Risch 2003; Robinson et al. 2008]. Labai stipri jo mintis yra tokia: „*Siela nepasiduoda neįgalumui, o proto negalia ir nepajėgumas, nors mums ir kasdien matoma, pasitaiko net ir pačiame gražiausiame kūne, o kas blogiausia, kartais būna ir pačių filosofų ugdymo pasekmė.*“ Matyt, kiekvienas suprasime, ką reiškia „*filosofų ugdymas*“ savaip – gal jis čia turėjo omenyje nepagrįstų mokslo faktais teorijų skleidimą?

Per pastaruosius kelis šimtus metų yra buvę įvairiausių **vaikų auginimo ir ugdymo mokslinių teorijų**, kurios nuolat kito, šiek tiek prieštaravo viena kitai – pradedant tik nuo gabių vaikų puoselėjimo, baigiant iš pirmo žvilgsnio „*beviltiško mokslams*“ vaiko įtraukimu į standartines mokymo programas. A. Sniadeckis pirmenybę ugdant vaiką teikė **fizinei būklei stiprinti**: „*Apie fizinį lavinimą pasakykime ir tai, kad jo įtaka yra tokia visuotinė, kad jis nepripažįsta jokių išimčių. Niekas negali be jo apsieiti, gerai vadovaujamas jis visada pavyksta <...>, bet kuris moralinis lavinimas turi remtis fiziniu pamatu* <...>.“ Jis tikėjo organizmo plastiškumu ir gebėjimu atsistatyti. Tik labai moderni reabilitacija dabar pripažįsta tokią teoriją – dar prieš 20–30 metų niekas netikėjo, kad kartais pirmieji fizinio atsigavimo po traumos (ar dėl kai kurių ligų) požymiai gali atsirasti ir vėliau nei po metų, nenustojant ir toliau taikant žmogui tinkamą fizinį lavinimą [Cakar, 2024].

Kita vertus, ypač svarbu tai, kad A. Sniadeckis tikėjo **protinių gebėjimų „ištreniravimu“**. XX a. buvo įvairių teorijų – nuo griežtai paveldėtų fizinės būklės ir gebėjimų (todėl stabilių, beveik nepasiduodančių išoriniams veiksniams) konstatavimo, iki pastaruoju metu vis labiau populiarėjančio požiūrio, kad epigenetiniai faktoriai gali keisti net ir „stabilią“ paveldėtą vieną ar kitą specifinę organizmo būklę. Taigi čia A. Sniadeckio mąstymas buvo labai progresyvus: „<...> *kai kurie mokslininkai pradėjo abejoti, ar gali lavinimas ištiesinti kreivai pakreiptą protą arba nemokšą ko nors išmokyti <...>. Tačiau jei gamta šykščiai apdovanojo savo dovanomis, į pagalbą turi būti pasitelktas lavinimas, o protingas menas turi stengtis ištaisyti*

gamtos klaidas. Bet jeigu pažėrė jų dosniai, lavinimas turi mokėti jas išlaikyti, sustiprinti ir tinkamai jas nukreipti, taigi mokėti jas apsaugoti <...>." A. Sniadeckis tikėjo, kad tinkamas fizinis ugdymas gali panaikinti daugelį fizinės raidos nesklandumų, o protinė veikla – išlavinti ir „*nemokšą*".

Baigdamas savo knygos tikrai labai ilgą įžangą, A. Sniadeckis akcentuoja **vaiko individualią prigimtį**: „<...> *sukurti vaiko lavinimą pirmiausia jį reikia pažinti* <...> *Kaip kiekvienas žmogus turi savo veidą ir savitą kūno sudėtį, taip turi savo konstituciją, savo jėgas, savo gabumus ir polinkius* <...>". Jau tuomet A. Sniadeckis naudojo įgimtų savybių terminą, tačiau pabrėžė, kad jos atskleidžiamos tik tuomet, kai vaikas auga, bręsta ir ugdo tas savybes fiziškai ir protiškai lavindamasis. Jo nuomone, „<...> *gerai sudėtą vaiką irgi reikia prižiūrėti, kad tolygiai augtų ir kad tos pirminės struktūros nepažeistų. Tuo tarpu silpnai ir prastai sukurtus reikia taip pakreipti ir vesti, kad tuos nukrypimus išlygintum ir pažeidimus kiek įmanoma pataisytum* <...>".

XX a. viduryje ir net pabaigoje auksologijoje buvo įsigalėjęs požiūris, kad vaiko fizinė būklė yra stipriai genetiškai fiksuota, t. y. ūgis, proporcijos, kūno sudėjimas (konstitucinis tipas) paveldimas, todėl šių požymių išorinės sąlygos iš esmės pakeisti negali, tačiau dabar aiškėja ir kitokių faktų [Jelenkovic et al. 2020]. XXI a. jau žinome **epigenetinių veiksnių**, išorinių faktorių, ypač socialinių, ekonominių sąlygų, mitybos ir gyvenimo būdo didžiulę reikšmę augančio vaiko fizinei raidai – net konstitucinis tipas gali pasikeisti dėl kraštutinių veiksnių. Žinoma, paveldimumo reikšmė išlieka didelė, ypač stabiliomis aplinkos sąlygomis. A. Sniadeckis rašė, kad „<...> *išorės veiksnių įtaka ryškiausia yra vaikystėje ir visame jauname amžiuje, nes ta struktūra, ką tik užsimezgusi ir aktualizuota gimimu, besivystanti visą laiką iki brandos, tobulėja, tvirtėja arba visam laikui sugriūna* <...>". Stebėtinas pastabumas, nes moksliniais tyrimais tai buvo įrodyta beveik po dviejų šimtų metų [Liu et al. 2015].

Neįtikėtina, tačiau A. Sniadeckis užsimena ir apie vadinamąją **augimo programavimo** teoriją, kurią tik apie 1990 m. išrutu-

liojo D. Barkeris [Barker and Osmond 1986; Barker et al. 1993; Barker 1994; Barker 1995]: „<...> *dėmesys fiziniam vaikų lavinimui turi būti skiriamas ne tik iškart jam gimus, bet jam vos prasidėjus ir tuo daugiau dėmesio reikalauja, kuo arčiau tos vaiko pradžios priartėjama* <...>." Per pastaruosius kelis dešimtmečius buvo atlikta daugybė studijų, patvirtinusių šią teoriją, o pastaruoju metu yra nagrinėjamos net sąlygos iki nėštumo, t. y. motinos gyvenimo būdas ir mityba iki jai pastojant ir net močiutės gyvenimo sąlygos [Araminaite et al. 2014; Stankevic et al. 2020; Laurinaviciute et al., 2022; Šimkūnaitė-Rizgelienė et al. 2024; Ouyang et al., 2024].

Prieš pradėdamas detalesnę vaikų augimo ir brendimo analizę atskiruose skyriuose, A. Sniadeckis, net ir šiuolaikinės auksologijos požiūriu, labai profesionaliai išvardija kelis **svarbiausius (kritinius) žmogaus augimo laikotarpius**: „*Pirmiausia, norint kalbėti apie fizinį lavinimą reikia pažvelgti į pačius tėvus, jų konstituciją, sveikatą arba ligas, į jų kūno sudėjimą ir visuomeninius ryšius, o tai reikalinga tam, kad geriau numatytume ir suprastume sėklą, kurią jis gali gauti iš tėvų. Antra, reikia atkreipti dėmesį į motinos nėštumą ir jos elgseną nėštumo metu, kad ji galėtų išnešioti ir pagimdyti vaiką. Trečia, atkreipti dėmesį į kūdikystės amžių, t. y. į motinos ir auklės teikiamą lavinimą. Ketvirta, reikia atkreipti dėmesį į vaikystės amžių, tai yra laikas nuo pirmųjų dantų iki antrinių lytinių požymių atsiradimo, t. y. barzdos atsiradimas vyrams ir mėnesinės moterims. Galiausiai, reikia atkreipti dėmesį į jaunuolių elgesį brendimo laikotarpiu, kai tampama vyru arba moterimi* <...>." Jeigu atsiverstume bet kurią pačią naujausią pasaulinio lygmens auksologijos knygą – matytume, kad čia išvardinti svarbiausi vaiko raidos momentai akcentuojami labai panašiai ir šiandien [Cameron and Schell, 2021].

Toliau A. Sniadeckis gražiai pagal įžangoje pateiktą planą atskiruose skyriuose išplėtoja, pagilina, patikslina tai, ką numatė įžangoje. Pabandykime taip pat nuosekliai apžvelgti A. Sniadeckio knygos skyrius ir panagrinėti svarbiausius joje aptartus auksologinius reiškinius per šiuolaikinio mokslo prizmę.

„Į ką reikia atkreipti dėmesį kuriant santuoką“

Šis skyrius pradedamas labai svarbia mintimi: „*Gamtos dėsnių negalima laužyti nebaudžiamai* <...>.“ Čia slypi labai svarbus žmogaus evoliucinių **kitimų** mechanizmas: organizmas optimaliai prisitaiko tam tikroje aplinkoje, bet jam adaptuotis reikia palyginti ilgo laiko (toks bendras požiūris yra dar ir šiandien), todėl staigūs aplinkos pokyčiai ir jų ekstremalus poveikis dažnai baigiasi įvairiais sveikatos sutrikimais. Stebina, kad apie tai buvo kalbama jau prieš kelis šimtus metų, o mes manome, kad didžiausi ir staigiausi gyvenimo būdo, mitybos ir aplinkos pokyčiai prasidėjo XX a. antroje pusėje bei vyksta dabar – XXI a. Pastarųjų metų tyrimai rodo, kad šiandien palyginti staigiai vykstantys neigiami gyvenimo būdo, mitybos ir socialiniai pokyčiai siejasi su didele metabolinio sindromo, nutukimo, antro tipo cukrinio diabeto, širdies ir kraujagyslių ligų rizika [Vajdi et al. 2023]. Bet svarbiausia yra tai, kad augimo metu patirtas neigiamas aplinkos fonas, netinkama mityba ir stresas gali pasireikšti nebūtinai iškart, bet vyresniame amžiuje. Taigi vyresnių žmonių sveikatos problemų priežasčių dažnai reikia ieškoti ne čia pat, bet pasiaiškinti, kokios buvo konkretaus asmens augimo sąlygos ir problemos [Sales et al. 2024]. Matome, kad kiekvienas laikmetis turėjo savo iššūkių. Kita vertus, naujausiomis žiniomis, organizmas yra labiau plastiškas ir greičiau gali prisitaikyti prie kintančių aplinkos sąlygų nei manyta anksčiau, todėl „be žalos“ vykstantiems evoliuciniams organizmo pokyčiams nereikia tūkstančių metų [Romero-Mujalli et al. 2021].

Šiame skyriuje A. Sniadeckis kalba apie labai svarbų **santuokos pamatą** – tikrąją meilę ir poros santarvę bei natūralią darną: „<...> *tik tikra ir karšta aistra, tik stiprus užsidegimas meile duoda puikius palikuonis. Ta tiesa yra visų tautų lūpose.* <...> *Tuo tarpu, kuriant santuoką šiandieninėje visuomenėje, o ypač aukštuosiuose sluoksniuose, į abipusę meilę visai neatsižvelgiama* <...>.“ Čia A. Sniadeckis

ypač kritikuoja santuokas „pagal išskaičiavimą“, pagiežingai kalba apie to meto aukštosios visuomenės prioritetus santuokai sudaryti, todėl prašo tėvų atsižvelgti į savo vaikų jausmus. Medicinine prasme, iki šiol mes neturime aiškių įrodymų, kad tik „*karšta aistra*“ lems sveikus ir optimaliai fiziškai sudėtus palikuonis. Kita vertus, pastaruoju metu jau yra tyrimų, kurie rodo, kad teigiamos emocijos pozityviai veikia partnerių neuroendokrininę sistemą, taip pat lemia ir spermatozoidų judrumą bei optimalią jų atranką [Chao et al. 2023].

Tačiau A. Sniadeckis pažymi, kad „*meilė yra akla ir todėl kartais klysta, todėl ją protingi tėvai iš dalies turi valdyti. Pirmiausia jie turi atsižvelgti į mylimųjų sveikatą ir sudėjimą*“. Čia, matyt, galima būtų ginčytis, nes šiandien žinome, kad ne visada „**optimali**“ **fizinė būklė** koreliuoja su **puikia sveikata**, o ir pats A. Sniadeckis dar įžangoje minėjo, kad „<...> *proto negalia ir nepajėgumas, nors mums ir kasdien matoma, pasitaiko net ir pačiame gražiausiame kūne* <...>“. Toliau jis ypač atkreipia dėmesį į paveldimas ligas, taip pat psichikos ligas, rekomenduoja vengti tokių partnerių. Kita vertus, dabar žinome, kad kraštutinai nukrypę fiziniai bruožai dažnai siejasi su rimtomis sveikatos problemomis, neretai pasitaiko tam tikrų įgimtų sindromų atvejais [Berg et al. 2007].

Įdomu, kad jau A. Sniadeckis kėlė klausimą, kuris siejasi su žmogaus adaptacijos aplinkoje galimybių ribomis ir iš to kylančia potencialia sveikatos rizika: „<...> *kodėl šiandien turime tiek daug naujų ligų, kurių senovėje nežinota? Į šį klausimą lengva atsakyti. Mūsų gyvenimas į senovinį nėra niekuo panašus. Gendame kaskart vis labiau ir išlempame per minkštumą, neveiklumą ir pasileidimą.* <...> *Taigi atsirado naujos ligų priežastys, kurių anksčiau nežinota ir kurių net ir šiandien nežino laukinės laisvos tautos* <...>.“ Stebėtina, beveik tą patį galime pasakyti ir dabar, ir tai yra ypatingai aktuali šių dienų problema – gyvename drastiškai kintančių aplinkos sąlygų ir gyvenimo būdo fone, todėl šiandien patiriame ypač daug organizmo adaptacinių iššūkių [Massey and Climatewire 2013].

Tačiau A. Sniadeckis galop sutinka, kad negalima drausti, tuo labiau įstatymais reguliuoti **sutuoktinių pasirinkimo** pagal fizinę būklę ir sveikatą, o kalbėdamas apie tuberkuliozę pažymi, kad „<...> *santuoka su kitos lyties asmeniu, turinčiu gerą ir tvirtą krūtinės sandarą, gali palaipsniui ir visai užgesinti tą ligą jų namuose* <...>“. Jo nuomone, dėl „*maišymosi su sveikaisiais*“ fizinės būklės nesklandumus galima „*greičiau ištaisyti nei galvą*“ bei psichines problemas. Deja, ir šiandien mes negalime labai tiksliai atsakyti, ar tokia nuostata teisinga.

Santuokos kūrimo skyriuje A. Sniadeckis rašo ir apie **optimalų santuokos amžių**, ypač pabrėžia labai jauno moters amžiaus potencialią riziką: „*Jos tampa nėščios ir gimdo anksčiau laiko, pasensta per anksti ir kai kada dar būdamos trisdešimties ar keturiasdešimties metų <...>. Amžius, kai mūsų klimate merginos be pavojaus gali tekėti, yra dvidešimt arba dvidešimt vieneri metai. Vyrams dvidešimt šeštieji arba trisdešimtieji metai* <...>.“ A. Sniadeckis nerekomenduoja labai didelio amžiaus skirtumo tarp santuokos partnerių, kita vertus, rašo, kad „<...> *vis dėlto tokias taisykles derėtų pritaikyti prie kiekvieno atskiro atvejo, nes ir konstitucijos tipas, ir gyvenimo būdas gali suaugimą ir subrendimą paankstinti arba pavėlinti* <...>“. Šiandien ši moterų labai ankstyvo ištekinimo (vedybų) problema vis dar itin aktuali Lotynų Amerikoje, kai kuriose Afrikos ir Azijos šalyse, o moksliniai tyrimai patvirtina paauglių nėštumo neigiamą poveikį moters bendrai sveikatos būklei bei jos socialiniam gyvenimui [Kohno et al. 2020; Chakole et al. 2022]. Tačiau ir šiandien nesutariama dėl optimalaus partnerių amžiaus skirtumo bei jo sąsajų su pačių partnerių ar jų vaikų sveikata [Adebowale 2018]. Matyt, tai yra labai individualu (įvairuoja ir populiacijų viduje, ir tarp populiacijų), be to, stinga patikimų mokslinių tyrimų.

A. Sniadeckis nurodo galimą ankstyvų santuokų to meto visuomenėje „pateisinimo“ priežastį – tai klaidingas įsivaizdavimas apie **merginos subrendimą**: „*Negalima subrendimu laikyti pirmųjų mėnesinių, nes jos rodo tik lyties organų vystymosi pradžią, kuri*

pasiturinčiųjų namuose visada yra per daug ankstyva <...>." Tai visiškai modernų šių dienų mokslinį požiūrį atitinkantis teiginys – menarchės (pirmųjų mėnesinių) amžius pažymi tik palyginti ilgo brendimo laikotarpio vidurį [Brix et al. 2018]. Akivaizdu, kad dar ir šiandien toks požiūris gajus kai kuriose anksčiau minėtose populiacijose, kuriose populiaru ištekinti paaugles. Be to, A. Sniadeckis pažymi, kad mūsų kraštui būdingas vėlesnis brendimas, o daugelis pietų populiacijų merginų subręsta gerokai anksčiau: „*Nes, jei kas man kaip įrodymą pateiktų mūsų žydus, tam aš atsakyčiau, kad jiems nurodomas vedybų amžius puikiai tiko gražiame ir karštame Šventosios Žemės klimate, kur brendimas keleriais metais paspartėja* <...>." Kalbant apie vaikų brendimą, vadinamasis Šiaurės-Pietų gradientas (kai šiauriau gyvenančios populiacijos bręsta vėliau, o pietinės – anksčiau) vis dar egzistuoja ir XXI a., tačiau nėra toks ryškus kaip prieš kelis šimtus metų. Natūralu, nes fizinės būklės skirtumai pasauliniu metu pradeda niveliuotis dėl globalizacijos (visomis prasmėmis) – panašėjančio gyvenimo būdo, mitybos, kintančių aplinkos sąlygų [Bogin et al. 2020]. Pavyzdžiui, ir Lietuvos mergaičių brendimo datos pastaruoju metu ypač paankstėjo [Tutkuvienė and Silove 2018; Tutkuviene et al. 2023].

Baigdamas šį skyrių A. Sniadeckis kritiškai atsiliepia ir apie **skyrybas**, kurios, jo nuomone, kur kas dažnesnės pasiturinčiose šeimose dėl jų „*sugedusių papročių*". Deja, ir šiandien stokojame tyrimų, kaip socialinis statusas siejasi su skyrybų dažniu [Wilcox, Wang 2017]. Čia pateikiama ir šiandien panašiai traktuojama mintis apie **vaisingo amžiaus baigmę**: „<...> *vyrams sunku nustatyti, nuo kurio amžiaus jie nustoja būti vaisingi; moterys nustoja vaisingumo, kai baigiasi mėnesinės* <...>." Stokojame tyrimų apie vyrų vaisingumo baigmės terminus, tačiau pastarųjų metų tyrimai rodo, kad bendrieji vyrų vaisingumo rodikliai per pastaruosius kelis dešimtmečius kito neigiama linkme kur kas sparčiau nei moterų – tai siejama su daugeliu negatyvių modernaus gyvenimo būdo veiksnių, kuriems vyrų organizmas, matyt, yra jautresnis (mažu fiziniu akty-

vumu, netinkama mityba, hormonine aplinkos ir maisto produktų tarša) [Levine et al. 2017; Levine et al. 2023]. Galop A. Sniadeckis kategoriškai pasisako apie **artimų giminaičių santuokas**: „*Didelės šeimos, norėdamos išlaikyti savo turtus ir vardą, kuria santuokas savo namuose. Mano galva, tai pats tikriausias išsigimimo būdas* <...>." Lyg ir visiems suprantamas šiais laikais faktas (dėl genetikos mokslo pažangos), tačiau ši problema nagrinėjama ir šiandien, nes tokių studijų, atliktų pasitelkus gausius populiacijų kontingentus ir taikant šiuolaikiškas metodikas giminingumui nustatyti, nėra daug [Yengo et. al 2019].

„Apie besilaukiančių moterų priežiūrą"

A. Sniadeckis tvirtai teigia, kad „<...> *visos pastangos turi būti sukoncentruotos į motinos jėgų stiprinimą ir gerovę* <...>". Lyg ir nieko ypatingo moksline prasme nepasakyta – tai žinojo ir mūsų protėviai istorijos priešaušriu, tačiau net ir šiuo klausimu iki dabar tęsiami tyrimai, vis kitaip interpretuojama, ką gi tas „*stiprinimas*" ir „*gerovė*" reiškia. Iki šiol diskutuojama, kokia **mityba, koks fizinis aktyvumas ar gyvenimo būdas nėščiajai** yra optimalus – čia tyrimų rezultatai, rekomendacijos įvairuoja, priklauso nuo individualių motinos organizmo ypatumų, tačiau sutariama dėl saiko kalbant apie fizinį aktyvumą ir mitybą [Moyer et al. 2015; Olander et al. 2018; Chiavaroli et al. 2018; Morris et al. 2020; Collings et al. 2020; Grenier et al. 2021; Hayman et al. 2023; Killeen et al. 2023; Worska et al. 2024].

A. Sniadeckio nuomone, „<...> *vaiko jėgos ir gyvybingumas labiau priklauso nuo tėvo nei nuo motinos* <...>, *moteris reikėtų laikyti dirva, kuri priima sėklą ir leidžia jai išdygti. Tiesa, daug kas priklauso nuo dirvos, bet dar daugiau nuo sėklos* <...>". Šiandien žinome **paveldimumo dėsnius**, tačiau fizinės ir bendros sveikatos

būklės įvairių ypatumų paveldėjimo mechanizmai labai sudėtingi, daug kas neaišku iki dabar, todėl pasakyti, kiek konkretus vaikas paveldėjo tam tikrų motinos ir kiek – tėvo savybių labai sudėtinga, o pastarųjų metų epigenetinės studijos dar labiau keičia paveldėtų bruožų, ypač kalbant apie fizines jėgas ir sveikatos būklę, supratimą [Axsom, Libonati 2019; Costa-Junior et al. 2021; Ghai and Kader 2022].

A. Sniadeckis nurodo, kad **nėščia moteris** neturėtų iš esmės keisti savo įprasto **gyvenimo būdo** ar mitybos, bet turėtų labiau saugotis bei rūpintis savo ir būsimo vaiko sveikata. Jis išvardija labai pavojingas nėštumui priežastis: „<...> *sumušimai, ypač pilvo, nukritimai arba staigus sukrėtimas, kiekvienas prievartinis arba staigus pokytis kūne; <...> neįprastas ir didelėmis pastangomis dirbamas darbas, kėlimas arba nuleidimas svorių, bereikalingas bėgiojimas ir šokinėjimas, svaigiųjų gėrimų arba aštrių ir agresyvių vaistų, galiausiai, ir nuodingų medžiagų vartojimas* <...>." Puikūs patarimai, galiojantys ir šiandien, nors tuo metu, kai A. Sniadeckis apie tai rašė, pastarosios tiesos nebuvo įrodytos moksliniais tyrimais (pastebėtos empiriniu būdu). A. Sniadeckio nuomone, pastarieji veiksniai lemia vaisiaus raidos sutrikimus, ir net būsimas sveikatos problemas vėliau. Turint omenyje augimo programavimo teoriją, tokio požiūrio iš esmės laikomasi ir šiandien. Kita vertus, ir dabar stinga tyrimų apie čia išvardintų veiksnių konkrečias sąsajas su palikuonio sveikata, nes kartais minėti veiksniai sukelia, o kartais nesukelia neigiamų pasekmių vaisiaus ir būsimo vaiko sveikatai [Bauer et al. 2020; Gascoigne et al. 2023].

A. Sniadeckis ypač išaukština **deramą požiūrį į nėščią moterį ir jos tinkamą gyvenimo būdą**: „*Jų įžeidimai arba nepriežiūra turi būti viešai pasmerkiama kaip nusikaltimas. Galiausiai reikia teisiškai apibrėžti jų gyvenimo būdo, darbo ir pramogų taisykles, <...> nestatyti besilaukiančių moterų į pavojų, rodant joms bjaurius, papiktinančius ar baisius reginius, <...> kaitinantys gėrimai, stiprūs patiekalai, bakalėja, sūrus maistas, stiprūs vaistai neabejotinai joms kenkia. Netgi*

netikėtas džiaugsmas, susijaudinimas ar ekstazė joms yra kenksminga <...>.“ Negalima nesutikti su tokiu požiūriu, tačiau šiandien mažai moterų atsisako čia išvardintų „*stiprių*“ patiekalų ar lankymosi „*baisiuose*“ renginiuose. A. Sniadeckis pataria nėščioms moterims gyventi ramiai ir kukliai, saikingai valgyti, miegoti ir judėti, vengti „<...> *kratančių ir tolimų kelionių, triukšmo ir riksmų, o svarbiausia – saugotis išgąsčio;* <...> *atsisakyti triukšmingų kompanijų, linksmintis viešose vietose ir ten, kur susirenka daug žmonių* <...>“. Sunku pasakyti, ar viskas, kas čia buvo pasakyta, yra teisybė, bet daugelis šių laikų studijų patvirtina streso žalą besilaukiančiai mamai ir jos būsimam kūdikiui [Jagtap et al. 2023; Collins et al. 2024].

Nėščioms, ypač **silpnesnės sveikatos moterims** A. Sniadeckis pateikia puikių patarimų – saikingą fizinį aktyvumą, dažniau būti gryname ore, apsigyventi kaime, užsiimti malonia aktyvia veikla, grūdintis, daug vaikščioti. Kita vertus, kai kurie patarimai abejotini, ypač jeigu tai nebuvo moters įprastinis gyvenimo būdas („<...> *daugiausiai augalinio maisto, trumpo miego kietoje ir šaltoje lovoje,* <...> *šaltų maudynių* <...>“). Priešingai, nėščiosios mityba turėtų būti subalansuota, kieta lova kenkia stuburui (ypač nėščios moters), šaltis jai taip pat nepatartinas, o daugelis tyrimų rodo, kad vidutinės ar net šiek tiek ilgesnės trukmės miegas teigiamai veikia nėščiosios organizmą [Killeen et al. 2022; Duxiana 2021; Ruan et al. 2023].

„Kūdikių auginimas“

Niekas neabejoja, kad „<...> *gimimo momentas yra didelio pokyčio metas kūdikio gyvenime* <...>“. A. Sniadeckis supranta, kad kūdikystės laikotarpis yra ypač svarbus (bene svarbiausias) individo raidai ir net būsimai jo sveikatos būklei, pataria skirti ypatingą dėmesį šiam vaiko raidos laikotarpiui: „*Dėl to viskas gali būti pa-*

naudota protingai ir tinkamai arba netinkamai ir žalingai <...>.“ Dr. Virginija Apgar 1952 m. pasiūlė **naujagimio būklę vertinti** pagal APGAR skalę [ACOG 2015], kuri naudojama iki dabar – čia vertinami penki svarbiausi požymiai: odos spalva, pulsas (širdies veikla), kvėpavimas, naujagimio refleksai ir reakcijos į dirginimą, raumenų tonusas ir judesių aktyvumas. Beveik tą patį siūlė vertinti ir A. Sniadeckis: „*Jeigu kūdikiai iškart po gimimo lengvai judina kūno dalis, jei lengvai kvėpuoja, lengvai atveria akis, jeigu ant galvos yra trumpi plaukai, jeigu nagai geri, o veidas pilnas ir nesusiraukšlėjęs – tai yra ženklas, kad kūdikis sveikas ir gimė savo laiku* <...>.“ Be to, jis siūlė svarbiausias ir šiandien naudojamas naujagimio priežiūros priemones iškart po gimimo: „<...> *vaikas turi būti nuvalytas drėgna skarele ir nuplautas vasariškame vandenyje. Tokiame vandenyje, kuris būtų maloniai šiltas ir artimos temperatūros tokiai, kurioje dar neseniai vaisius augo prieš gimdamas* <...>.“ A. Sniadeckis pataria kūdikius auginti deramoje aplinkos temperatūroje, neneigdamas, kad mūsų krašte vaikus „<...> *reikia iš anksto pasiruošti visokioms šalčio formoms ir visokioms staigioms oro permainoms.* <...> *Tačiau tas paprotys yra pavojingas mažiems vaikams, o jaunuolius galima tik lėtai prie to pratinti. Taip pat niekada negalima maudyti vaikų po valgio, bet tik prieš* <...>.“ Jis taip pat akcentuoja asmeninės higienos ir švaros svarbą.

Įdomu, kad A. Sniadeckis atkreipia specialų dėmesį į kai kurias palyginti dažnai pasitaikančias naujagimių būkles, kurioms ir šiandien medicinos studijose skiriama daug dėmesio. Tai – **naujagimių šleivapėdystė**: „*Kartais pasitaiko, kad iškart po gimimo kūdikio padai būna persisukę į vidinę pusę arba pasisukę šonu. Tokiu atveju reikia elgtis taip: lengvu judesiu apimti kojytę taip, kad pėda įgautų reikiamą kryptį.*“ Dažniausiai tą patį pediatrai ir kineziterapeutai siūlo ir šiandien [AAOS 2023]. Jis aptaria ir naujagimių **galvos deformacijas** (dažnai taip nutinka dėl gimdymo proceso nesklandumų ir labai labilių naujagimių kaukolės bei skalpo ypatumų). Matyt, jau tuomet empiriniai stebėjimai leido manyti, kad

didžioji dalis tokių galvos deformacijų nyksta savaime kūdikiui augant: „*Kadangi nei papročiai, nei mada, nei teisė nenurodė galvai reikalingos formos, geriausia ir protingiausia būtų palikti tai natūraliam augimui* <...>." Tikrai protingai pasakyta, nes tuo laiku pradeda rastis frenologijos teorija (spręsti apie žmogaus intelektą, pomėgius, charakterį pagal kaukolės dalių formą), kurią rutuliojo F. J. Gall'as, ir A. Sniadeckis buvo susipažinęs su šia teorija [Eling and Finger 2020]. Ši teorija iki šiol neturi mokslinio pagrindo, o neseniai frenologijos idėjos buvo paneigtos ir moderniais smegenų tyrimais [Parker et al. 2018].

Čia A. Sniadeckis išplėtoja savo knygos įžangoje minėtą **vaiko fizinio aktyvumo lavinimo svarbą**: „<...> *kai vaikas iš prigimties yra linksmas, gyvas, judrus, nuolatos liepiame jam sėstis, liepiame laikytis sistemos, rimtumo ir išminčiaus protingumo. Liepiame mokytis ir mąstyti, kai dar to negali, o kai jis bręsta ir visa tai jau gali, sakome jam duoti mums ramybę* <...>." Tai ypač aktualu dabar, kai skubantys ir dirbantys tėvai nebegali skirti pakankamai laiko ir aktyviai užsiimti su vaiku, dažnai norėdami nors šiek tiek „ramybės" sau, net kūdikiui leidžia ilgokai žiūrėti įvairius filmukus ar kompiuterinius žaidimus.

A. Sniadeckis nepataria auginti ir migdyti vaikų labai **ramioje aplinkoje**, pastebi, kad „<...> *vaikai, kurie priprato visad būti tarp žmonių, saldžiai miega net ir didžiausiame šurmulyje, bet niekad nebijo ir neatsibunda net ir nuo ryškaus trenksmo. Tuo tarpu juos nuolat saugoti nuo šurmulio ir net mažiausių trenksmų ar triukšmo, vadinasi, sukelti jiems kuo didžiausią nesaugumo jausmą ir kančias kiekvienąkart, kai jie turės atsidurti tarp žmonių* <...>." Jo nuomone, vaikus reikia grūdinti visaip, pratinti prie visokių, taip pat nepalankių sąlygų. Matyt, visur reikėtų išlaikyti saiko jausmą – labai triukšminga aplinka, nuolatinis garsus triukšmas, taip pat nuolatinės įtampą keliančios aplinkos sąlygos gali trikdyti vaiko augimą [Nelson et al. 2020; Simon et al. 2022; Balk 2023].

A. Sniadeckis rekomenduoja **vaikus nuraminti dainomis**: „*Paprotys dainuoti vaikams prieš miegą ar norint juos nuraminti yra*

labai senas ir būdingas visoms tautoms <...>." Tuo pačiu jis kritikuoja to meto dainų arsenalą, teigdamas, kad poetai ir kompozitoriai beveik nekuria vaikams, todėl skatina tuo užsiimti gabias muzikai vaikus auginančias moteris: „*Pirmiausias dainavimo tikslas yra nuraminti verkiantį vaiką arba jį užmigdyti, čia svarbiausia garsai, nes kūdikiai dar nesupranta žodžių. Vėlesniame amžiuje į dainų tekstus galima įdėti moralinių pamokymų arba įsimintinų istorinių įvykių, nes tos vaikiškos dainelės dar niekuo neužkrautoje galvelėje gerai įsimena ir išlieka visą gyvenimą <...>, o jei verksmu jis reikalauja ko nors kenksmingo, nereikalingo ar neįmanomo, dainavimas nukreipia jų dėmesnį į save ir išsklaido nereikalingas mintis* <...>."

Toliau A. Sniadeckis kalba apie iki šiol **du diskusijas keliančius klausimus**: „*Yra dar du dalykai, susiję su kūdikių auginimu, kurie traukia mokslininkų dėmesį: tai suvystymas ir supimas, su kuo visi užaugo.*" Jis nepritaria tampriam **kūdikio vystymui**, teigdamas, kad „<...> *pilnavertis galūnių augimas ir vystymasis reikalauja galimybės jas laisvai naudoti, dažnai judinti, kas jas, be abejo, sustiprina* <...>". Toks požiūris tikrai šiuolaikiškas, bet kaip vaikus vystyti miegui – čia jau ginčijamasi [Fletcher et al. 2018]. Jis nerekomenduoja **vaikų supimo**, tačiau nemato čia ir kenksmingumo, kita vertus, pasisako prieš vaikų netinkamą nešiojimą ir sūpavimą: „*Geriau jau leisti juos sūpuoti, negu leisti, kad neatidžios ir dažnai apsimiegojusios žindyvės arba auklės juos nešiotų ir suptų rankose* <...>." Šiandien kūdikių supimo klausimu turime daug skirtingų nuomonių – vis tik daugelis rekomenduoja kūdikius ir nešioti, ir supti – manoma, kad tai ramina vaiką, didina emocinį ir socialinį ryšį su juo, stimuliuoja vaiko refleksų brendimą ir psichomotorinę raidą [Moller et al. 2019; Provasi et al. 2021]. Kita vertus, studijų, kurios labai aiškiai rodytų vaiko fizinės būklės ir supimo sąsajas, stinga ir dabar.

A. Sniadeckis puikiai išdėsto **vaiko motorinės raidos** etapus: „*Kai kūdikis jau ima tiesiai laikyti galvą, reikia laikyti jį ant rankų ir nešioti, kai jau moka sėdėti, sodinti, ir tiesiog ant žemės,*

o geriausia – ant vejos ar smėlio. Kai jau išmoksta ropoti, negalima to drausti, bet tik paskatinti ropinėti. Visa tai yra išdava raidos pažangos ir didėjančių jėgų, vis kitų naujų raumenų vystymosi, o visas ir laisvas jų naudojimas yra vienintelis būdas juos lavinti ir stiprinti <...>." Šiandien beveik visi šie teiginiai testuoti daugelyje studijų, sukurta daug metodikų vaiko psichomotorinei raidai vertinti, tačiau žinome, kad vaiko raida itin individuali ir varijuoja [Boyd and Bee 2010]. Tą pastebėjo ir A. Sniadeckis, rašydamas apie **dantų dygimą**: „*Paprastai septintą mėnesį ima kaltis dantys, visgi tam nėra aiškaus termino – būna atvejų, kai jie išsikala gerokai anksčiau, o kartais ir vėliau* <...>." Jo nuomone, ankstyvas dantų dygimas dažniau gali sietis su tam tikromis kūdikio ligomis nei vėlyva raida: „*Iš esmės daug geriau, kai ta organizacija vystosi lėčiau nei per anksti* <...>." Tai ypatingai svarbus pastebėjimas, prie kurio grįžta tik XXI a. pradžioje, nes XX a. auksologijos literatūroje buvo teigiama, kad ankstyva raida ir brendimas – teigiami reiškiniai, nes tuo metu tai buvo būdinga labiausiai išsivysčiusioms šalims ir tik vėliau buvo pastebėtos ypatingai spartaus augimo bei ankstyvo brendimo sąsajos su metabolinėmis ir kitomis ligomis [EURODIAB Substudy 2 Study Group 2002; Li et al. 2020]. A. Sniadeckis aprašė dantų dygimą kaip visiškai natūralų reiškinį, kurio nereikėtų tapatinti su liga (tuo metu buvo paplitusi ir tokia nuomonė), teigė, kad „<...> *dantys išdygs patys, be mūsų pagalbos vaikai,* <...> *gimę sveikiems tėvams ir tinkamai lavinami, dantų ligomis niekada nesirgs* <...>". Čia, žinoma, galima būtų diskutuoti, nes gali būti įvairiai, arba reikia labai gerai susitarti, ką reiškia „*sveiki tėvai*" ir „*tinkamas lavinimas*" – gal tai tinkama dantų ir burnos priežiūra?

Nuo pat kūdikystės A. Sniadeckis pataria **vaikus grūdinti**, auginti juos kaime, gamtoje: „*Nuo gimimo reikia pratinti vaikus prie gryno oro ir visokių jo atmainų. Žinoma, suprantama, kad silpni ir sergantys vaikai čia būtų išimtis* <...>." Jo nuomone, jeigu neįmanoma vaikų auginti kaime, „<...> *reikia bent jau stengtis juos auginti erdviuose, dažnai vėdinamuose kambariuose, dažnai išleisti į lauką, o*

žiemą nuolatos palaikyti degimą kamine, neleisti, kad vaikų kambaryje susiburtų daug žmonių, ypač naktį <...>“.

A. Sniadeckis pasisako ir apie svarbiausias kūdikių auginimo **higienos taisykles**:

• pataria vaikų nemigdyti arti pečiaus, mini, kad tam tikros konstrukcijos krosnys yra pavojingos dėl nešvaros, gaisro tikimybės, be to, dažnai motinos ar tarnaitės „<...> *per anksti užsklendžia dureles dar nei anglims nespėjus sudegti, kas neretai sukelia ligas, o kartais ir mirtį* <...>“*;*

• teigia, kad dėl nešvaros tikimybės „<...> *su vaikais negalima auginti jokių gyvūnų, ypač šunų ir kačių* <...>“, kita vertus, jis rekomenduoja „<...> *pratinti vaikus prie gyvūnų, siekiant išvengti kenksmingų ir juokingų baimių vėlesniame amžiuje* <...>“*;*

• pabrėžia, kad „*Smilkymas ir stiprūs kvapai iš esmės labiau kenkia vaikams nei suaugusiems, nes jų juntamumas yra stiprus, o uodimo organai gyvybingi. Artimas šių organų ryšys su smegenimis yra priežastis stipraus viso kūno dirginimo, o kartais ir konvulsijų* <...>“. Tokios gilios žinios apie uoslės organus ir jų sąsajas su įvairiomis smegenų sritimis stebina, nes tik XXI a. buvo detaliau ištirtos sritys, atsakingos už uoslės funkcijas, o amžiniai uoslės organo ir uodimo funkcijos niuansai nėra visiškai aiškūs ir dabar [Kondo et al. 2020].

• pataria, kad „<...> *vaikų drabužėliai turi būti lengvi, laisvi ir paprasti, be veržimų ar sagų ar dar kokio nors suspaudimo* <...>“*;*

• liepia vaikus guldyti ant šono (siekiant išvengti paspringimo, kūdikiui atpylus maistą) ir ne šonu į šviesą, kad neįprastų žiūrėti į daiktus daugiau viena akimi: „*Žvairumas išsivysto nuo to, kad leisdami žiūrėti viena akimi, kitą atpratiname nuo regėjimo funkcijos* <...>.“ Teisinga rekomendacija dėl šviesos, nors XXI a. auginant vaikus intensyvaus dirbtinio apšvietimo sąlygomis, tai ir nėra ypač aktualu, kita vertus, miopijos ir intensyvaus apšvietimo ryšys – įdomi šiuolaikinė problema [Zhang and Zhu, 2022; Kuoliene et al. 2024]. Kai dėl guldymo ant šono – pastaruoju metu yra priešinga nuomonė, kad dėl staigios kūdikių mirties pavojaus geriau juos guldyti ant nugaros [Moon et al. 2022].

A. Sniadeckis ypač neigiamai atsiliepia apie tuometinių **miestų aplinką** vaikams augti: „*Laimingiausi buvo ir yra tie kraštai, kurie jokių miestų neturėjo ir neturi, arba jų turi labai mažai, tik tokiuose kraštuose žmogus išsaugo savo pirmykštę energiją ir laisvę* <...>." Jis miestuose įžiūri daug blogio: „*Čia gali pamatyti patį didžiausią neturtą ir skurdą visai šalia gausos, prabangos ir pasileidimo, žmogaus menkumą ir niekšybes šalia turtingiausių puikybės ir pasipūtimo; blogiausią lemtį šalia savivaliavimo* <...>." Įdomu, bet apie ekonominę ir socialinę nelygybę, kaip ypatingai grėsmingą veiksnį vaiko augimo ir raidos aplinkai, aiškiau prabilta tik pastarąjį dešimtmetį (nuo 2010 m. žmogaus raidos indeksas koreguojamas pagal nelygybę – angl. *Inequality-Adjusted Human Development Index*), mes taip pat savo studijose naudojame pastarąjį indeksą ir matome, kad šis kompleksinis indeksas labai stipriai siejasi su vaikų fizinės būklės rodikliais [Dumuid et al. 2018].

Žinoma, A. Sniadeckis kalba apie miestus prieš kelis šimtus metų, tačiau daugelyje šalių dar ir dabar dideliuose miestuose **socialinė nelygybė** yra didesnė nei kaimiškose vietovėse. Jis akcentuoja ir dar vieną teisingą šios dienos požiūriu faktą – didesnę infekcijų plitimo tikimybę miestuose: „<...> *kur susidaro toks žmonių sambūris, ten gimsta ligos, o mirtis neišvengiamai greitai ateina tenai* <...>. *Vaikai, kuriuos bendrai kalbant, ligos ir visokios epidemijos labiausiai veikia, tampa pirmosiomis epidemijų aukomis miestuose* <...>."

A. Sniadeckis pateikia statistikos ir apie **kūdikių mirtingumą**: „*Įprastas vaikų mirtingumas, daug didesnis nei suaugusiųjų, yra toks didelis, kad per pirmuosius aštuonerius metus iš 1000 gimusių miršta 464. Po to, kai pritaikyti karvių raupų skiepai, tas mirtingumas gerokai sumažėjo* <...>", teigia, kad „<...> *didžiuosiuose miestuose pusė jų* (vaikų) *miršta dar nesulaukę trejų metų, kaimuose – tik trečdalis* <...>". Daugelyje šalių padėtis miestuose ir kaimuose per kelis šimtus metų pasikeitė, tačiau iki šiol nagrinėjami miestų ir kaimų vaikų augimo skirtumai, o rezultatai pasauliniu mastu labai įvairuoja, šiandien daugelio šalių kaimiškų vietovių vaikų augimo

rodikliai yra net prastesni dėl blogesnių socialinių ir ekonominių tokių vietovių sąlygų. [Paciorek et al. 2013; Spencer et al. 2018]. Galop A. Sniadeckis komentuoja ir labai aktualų to meto neigiamą reiškinį, susijusį su palyginti dideliu kūdikių mirtingumu: „*Tačiau mano nuomone, vaikus užmuša ne tiek pačios ligos, kiek nereikalingas ir neapgalvotas rūpestingumas, bobučių medicina, kuri kiekvienai ligai turi savo teoriją ir gydymą.*“ Neįtikėtina, bet tai ypač svarbu dar ir šiais laikais, ypač turint omenyje nepatikrintos ir klaidingos informacijos sklaidą socialiniuose tinkluose, nepasitikėjimą mokslo žiniomis, ypač kalbant apie skiepus, mitybą ir vadinamąjį „sveikuolišką“ gyvenimo būdą.

A. Sniadeckis dar tuomet iškėlė **našlaičių ir pamestinukų** progresyvią priežiūros idėją: „<...> *geriau kiekviena kaimo moteris, kuri tokius vaikus priimtų ir išaugintų, gautų tokią paramą, kuri ją efektyviai paskatintų imtis tokio sumanymo* <...>.“ Lietuvoje apie globos namų reformą ir skatinimą įsivaikinti vaikus drąsiau prabilta tik prieš kelerius metus.

Daug dėmesio A. Sniadeckis skiria **naujagimio ir kūdikio mitybai**. Jis visiškai pagrįstai sureikšmina vadinamojo „priešpienio“ svarbą, rašydamas, kad „<...> *pirmajam pienui priskiriamos išvalomosios savybės* <...>“. Įdomu, kad susidomėjimas motinos pieno sudėtimi ir savybėmis pastaruoju metu tik didėja – pagrindiniai komponentai išaiškinti seniai, tačiau dabar ypač propaguojamas kūdikių žindymas, nuolat atrandamos naujos bioaktyvios motinos pieno medžiagos, tiriamas ir „priešpienis“ [Ballard, Morrow 2013; Dror and Allen 2018; Y de Vries et al. 2018; Czosnykowska-Łukacka et al. 2018; Czosnykowska-Łukacka et al. 2020; Dombrowska-Pali et al. 2024; Szyller et al. 2024; Corona-Cervantes et al. 2025].

A. Sniadeckis labai plačiai net keliose šio skyriaus vietose išdėsto pagrindines **kūdikių maitinimo taisykles**: „*Kūdikiai kenčia, jei jiems duodamas senas ir jų skrandžiams per sunkus maistas, tačiau augant ir stiprėjant šis trūkumas turėtų nunykti* <...>.“ Jis ypatingai akcentuoja motinos psichologinės būklės, netgi charakterio ir gyvenimo būdo svarbą tinkamai laktacijai, pieno sudėčiai ir atitinka-

mai – ypatingą tokios motinos pieno naudą augančiam kūdikiui: jo nuomone, motina negali maitinti krūtimi vaiko, jeigu labai susinervina. Jis net teikė prioritetą jaunoms, sveikoms ir linksmoms (!) žindyvėms, jeigu motina negaluoja, rekomenduoja, kokia gi turėtų būti žindyvė: „*Sveika ir jauna žindyvė negali turėti jokių žalingų įpročių, tokių kaip girtuoklystė ar apsirijimas, turi būti švari ir darbšti, kantri, švelni ir gyva* <...>. *Linksmumas, kuris yra sveikatos ir gerovės ženklas, yra reikalingas ne tik patiems vaikams, bet ir viskam, kas juos supa* <...>."

Šiandien tikrai niekas neabejoja žindymo nauda, tačiau savos motinos pieno nauda kūdikiui neabejojama, o apie donorinio pieno sąsajas su vaiko raida studijų stinga, taip pat trūksta studijų ir apie motinos psichologinės būklės įtaką pieno sudėčiai bei vaiko augimui [Paulavičienė 2021]. Kai dėl dirbtinio maitinimo, šiandien dėl ištobulintų kūdikių maitinimui naudojamų mišinukų vaikai dažniausiai puikiai auga ir vystosi [Giuliani et al. 2012; Girard et al. 2017; Nojiri et al. 2020]. A. Sniadeckis akcentuoja ir teigiamą žindymo naudą moters krūtų būklei: „*Nors gydytojai paprastai liepia damoms, kurių krūtys susilpnėjusios, niekada nemaitinti, aš gi iš patirties įsitikinau, kad yra visiškai priešingai, nes būtent maitinimas apsaugo jas nuo krūtų ligų* <...>." Čia, žinoma, nelabai aišku, kas tas „*krūtų susilpnėjimas*" – jeigu tai nepakankama laktacija, tuomet tai tikrai šiuolaikiškas požiūris į žindymo naudą [Piccolo et al. 2022].

A. Sniadeckis akcentuoja **reguliarų maitinimą:** „*Elgiantis protingai ir paduodant krūtį tik tada, kai vaikas yra alkanas, galima jį pripratinti prie labai reguliaraus žindymo. Galiausiai kartais reikia leisti vaikams paverkti. Gamta jiems ne veltui balsą davė, jis padeda ir plaučių lavinimui, ir krūtinės ląstos raumenims* <...>." Šiandien mes turime dvi nuomones – viena teorija skatina vaikus maitinti reguliariai, kita – „pagal poreikį", nesilaikant tvarkaraščio [Iacovou and Sevilla 2013]. Be to, jis nebuvo šalininkas vaikų guldymo į motinos ar žindyvės lovą: „*Taip pat reikia rūpintis, kad žindyvė niekada vaiko nepasiguldytų nakčiai prie savęs. Reikia žinoti, kad kai kurios turi tokį*

įprotį, labai dažną ir kenksmingą <...>.“ Vienareikšmiškai pasakyti, koks žindymo tipas yra geresnis, negalime ir šiandien, stinga tyrimų, kurie moksliškai įrodytų vieno ar kito maitinimo režimo naudą vaiko raidai [Iacovou, Sevilla 2013; Redsell et al. 2021].

Stebėtina, bet A. Sniadeckio požiūris į **papildomą maitinimą** atitinka modernias rekomendacijas: „*Per pirmus šešis mėnesius kūdikiui pakanka maisto, kurio jis gauna iš krūties, vėliau, jei vaikas stiprus ir sveikas, jį galima pratinti prie kito maisto. Mačiau, tiesa, kad vaikai nuo dviejų ar trijų mėnesių jau pratinami prie sultinių, košių arba kisielių, tačiau taip pat patyriau ir tai, kad tokie vaikai retai būna sveiki.*“ Dar prieš kelis dešimtmečius papildomą maitinimą kūdikiams buvo siūloma įvesti šiek tiek anksčiau, ir tik pastaruoju metu nusistovėjo nuomonė pradėti papildomą maitinimą nuo 4–6 mėn. [WHO 2023]. A. Sniadeckis akcentuoja per ankstyvo papildomo maitinimo žalą, teigdamas, kad dėl nežinojimo ir klaidingos liaudyje paplitusios nuomonės „<...> *atsirado prancūziškas paprotys maitinti vaikus buljonais, t. y. stipriais ir aromatingais sultiniais arba kisieliumi ir zacyrkomis, pagamintomis pagal mūsų močiučių receptus* <...>“.

A. Sniadeckis pažymi, kad motinos pienas skiriasi nuo karvės bei ožkos, bet akcentuoja **ožkos pieno pranašumą**: „*Didžiojoje Milano špitolėje mačiau vaikus, pripratintus žįsti ožkas. Ožkos buvo taip išmokytos, kad pačios prie joms žinomų lopšių nubėgtų ir, juos atvertusios, duotų kūdikiams tešmenis. Tiesa, vaikų mirtingumas buvo didelis, kas ligoninėse būna įprasta, tačiau buvo gana retų atvejų, kai vaikai augo gana gerai* <...>.“ Tik gerokai vėliau biocheminiai tyrimai patvirtino empirinį ožkos ir moters pieno panašumo pastebėjimą [Muñoz-Salinas et al. 2022]. A. Sniadeckio nuomone, kūdikis persivalgyti negali: „*Jeigu vaikas yra stiprus ir sveikas, apsivalgymas jam gresia mažiau, nes viršytą suvartoto pieno kiekį jis atpila. Iš to manoma, kad vaiko atpylinėjimas nuo pirmųjų dienų yra sveikatos ženklas ir taip iš tikro yra* <...>.“ Dažniausiai taip ir yra, kita vertus, nors ir labai retai, dažnas atpylimas būna ir dėl tam tikrų ligų [Indrio et al. 2009].

Šio skyriaus pabaigoje A. Sniadeckis kalba ir apie **vaikų atjunkymo nuo žindymo** problemą, kuri „<...> *daugeliu atžvilgių reikalauja atskiro dėmesio <...>, tačiau mūsų moterys šiuo klausimu turi tiek daug prietarų, tiek daug nuomonių, dažniausiai klaidingų* <...>“. Jis teigia, kad net ir to meto specialistai nesutarė dėl pastarųjų terminų: „*Vieni siūlo atjunkyti jau nuo šešto mėnesio, kiti – nuo vienuolikto mėnesio arba nuo metų, dar kiti pataria maitinti iki pusantrų metų* <...>.“ A. Sniadeckio nuomone, atjunkyti kūdikį nuo krūties reikėtų iki išdygsta pirmieji dantys, t. y. ganėtinai vėlai – nuo metų iki dvejų metų, bet ypač „<...> *negalima skubėti atimti krūties iš silpnų, delikačių ar iš prigimties ligotų vaikų* <...>“. Įdomu, kad ši lyg ir paprasta problema labai aktuali ir šiandien, dėl visiškai tokių pačių terminų dar ir dabar diskutuoja viso pasaulio pediatrai bei kiti specialistai [Vail et al. 2015; Villar et al. 2020; Suliman et al. 2023; WHO 2023], be to, niekas nesiginčija dėl motinos pieno naudos imunitetui stiprėti [Verhasselt 2024]. Kita vertus, A. Sniadeckis pateikia visiškai teisingas rekomendacijas, kada vis tik reikėtų nutraukti maitinimą iš krūties (išvardija žindyvės krūtų bei kitas ligas ir būkles). Tuomet, jo nuomone, „<...> *pieno produktai turėtų būti pirmoje vietoje. Po jų geriausia tinka produktai, kurie artimiausi pienui, o tai yra tie, kurie turi cukraus ir baltymų prigimtį* <...>.“ Iš esmės tai atitinka šiuolaikines vaikų mitybos rekomendacijas [American Heart Association 2024], o neseniai Lietuvos sveikatos mokslų universiteto mokslininkai paskelbė tyrimą apie ypatingą angliavandenių naudą labai mažo gimimo svorio naujagimių augimui, kūno sandarai ir neurologinei raidai [Brinkis 2023].

„Vaikų auginimas nuo atjunkymo iki septintųjų metų pabaigos“

Šį laikotarpį A. Sniadeckis pavadina taip: „*Laikas, kai vaikai pradeda vaikščioti ir valgyti* (patys), *yra nesuskaičiuojamų vaiko*

gerovės labui skirtų pastangų, priemonių, rūpesčių ir išradimų metas <...>.“ Įdomu tai, kad jis kalba apie įvairias dar tuomet egzistavusias priemones ir būdus vaiko **vaikščiojimui** skatinti ir „tobulinti“, tačiau pabrėžia, kad „<...> *greičiausiai ir geriausiai išmoko tie, kurie tai darė laisvai, be jokių papildomų priemonių <...>. Todėl geriausias būdas mokyti šio sunkaus meno yra duoti vaikams visišką laisvę ir leisti vaikams į priekį rėplioti, o po to eiti ten, kur nori ir kaip nori* <...>.“ Kita vertus, šiandien tobulėjant reabilitacijos ir kineziterapijos metodikoms, galime teigti, kad taikant tinkamas papildomas priemones motorinės raidos problemų turintiems vaikams galima tinkamai padėti pradėti vaikščioti [Dumuids-Vernet et al. 2022; Dumuids-Vernet et al. 2023]. A. Sniadeckis nurodo ir vaiko psichomotorinės raidos terminus, identiškus dabartiniams: „*Dažniausiai vaikai išmoksta ropoti po šešių mėnesių, o vaikščioti – po metų* <...>.“ Čia dėl vaiko saugumo akcentuojama ypatinga šio laikotarpio kūdikio priežiūra, „<...> *laisvai paleisti grynаme ore ant žolės ir smėlio, namuose ant grindų, o dar geriau ant kilimų <...>. Kai jau sustiprėja ir geba bėgioti, tuomet reikia juos nusivesti į kalnuotas, nelygias, o kartais ir nesaugias vietas tam, kad išmoktų paskutines vaikščiojimo pamokas ir pirmąją drąsos pamoką* <...>.“ Jo nuomone, tuomet optimaliai vystosi visi raumenys ir tobulėja jų funkcija. Kita vertus, jis nesiūlo perdėtai įvairiais draudimais saugoti pradedančio vaikščioti vaiko, kai „*kiekvieną žingsnį lydi guvernantė ar atsargios auklės, kurios vis liepia stotis, sėsti, eiti <...> jiems neleidžiama naudotis savo jėgomis, jie jų niekad ir nesužino, neišmoksta jomis naudotis, savo įgimtos galios nevysto, nesustiprina ir neištobulina* <...>“. A. Sniadeckis akcentuoja, kad „<...> *gebėjimo apleidimas dėl tingumo yra toks pat kenksmingas kaip ir per intensyvus jo naudojimas* <...>“. Beje, labai protingas ir modernus požiūris net ir šių dienų akimis.

Svarbu tai, kad jau A. Sniadeckis susiejo **motorinę raidą su psichikos raida**. Jis rašė, kad pernelyg rūpestingai prižiūrimi vaikai „*pripranta manyti esantys kažkokios aukštesnės būtybės*“ *ir* „*palengva išmoksta savo klaidas ir ydas priskirti kitiems*“. Jo nuomone, vaikai

turėtų augti visiškoje laisvėje – jam buvo malonu matyti vaikus, „<...> *bėgančius ir savarankiškai atliekančius vikrius šuolius ir visgi protingai išvengiančius visokių kliūčių, kai kiekvienas jų kūno judesys yra stiprus ir užtikrintas* <...>“. A. Sniadeckis buvo priešininkas „<...> *visokių diržų, kėdučių, raištelių ir kitų įrenginių, sukurtų arba juos vedžioti, arba saugoti nuo nukritimo* <...>“, nes vaikai „<...> *nepradeda nieko, kas yra virš jų jėgų, tačiau niekada nepraranda jau įgytų ir naudojimui paruoštų gebėjimų* <...>“. Tai puikūs patarimai ir dabartinės augančios kartos tėvams, kita vertus, hiperaktyvius vaikus, žinoma, reikėtų saugoti.

A. Sniadeckis ypač akcentavo ikimokyklinio laikotarpio vaikų **fizinio lavinimo svarbą**: „<...> *lavinimas iki pat septintųjų metų, arba pirmųjų dantų iškritimo ir antrųjų dygimo, turi būti fizinis ir tik fizinis* <...>.“ Jis pabrėžia žmogaus ir jį supančios gamtos vienovę, pataria pasižiūrėti į gamtą – pateikia lyginamosios morfologijos pavyzdžių pagal kitus augalus ir gyvūnus. Jo nuomone, „<...> *čia arba dar nėra galių, vadinamų protinėmis, arba jos dar per silpnos ir tik palengva atsiskleidžia* <...>, *palaukite šiek tiek, lai tas protas atsiranda ir tinkamai išsivysto, o tada jau galėsite jį sunkumais apkrauti* <...>, *dar neišsivysčiusių proto organų apkrovimas, prievartinis vaikų mokymas mokslo, kurio jie nesupranta, kuris jiems nuobodus, ne tik nelavina proto galių, bet ir sukelia ankstyvą nenugalimą pasibjaurėjimą visu protiniu darbu* <...>“. Čia galima diskutuoti. Šiandien žinome, kad **protinis ugdymas** pradedamas dar ikimokykliniu laikotarpiu, nes mes manome, kad tokius reikalavimus diktuoja laikmetis. Daugelis šiuolaikinių tėvų kremtasi, kad jų darželinukas dar neskaito ar nesudeda ir neatima dviženklių skaičių (neva kaip kiti), bet ar tikrai pagrįstos tokios baimės? Ar nevertėtų labai gerai pagalvoti ir ikimokyklinio laikotarpio ugdymo programų bei metodikų kūrėjams – ar tikrai verta forsuoti dar iki pirmosios klasės sudėtingų kognityvinių funkcijų lavinimą? Mes šiandien tikrai nežinome, ir praktiškai nėra tokių tyrimų, kurie patvirtintų arba paneigtų A. Sniadeckio nuogąstavimą, bet susimąstyti verta. Gali būti, kad iš tikrųjų organizmas

keičiasi, taikosi prie aplinkos, lyg suprasdamas, kokius darbus reikės dirbti ateityje, todėl ankstyvas protinis lavinimas yra tiesiog objektyvus ir reikalingas šio laikmečio fenomenas.

Toliau šiame skyriuje daug dėmesio skiriama šio ikimokyklinio laikotarpio bendriesiems (pagal to meto supratimą) **augimo ir raidos dėsniams** nušviesti. Pavyzdžiui, nors ir labai miglotai, bet A. Sniadeckis, matyt, aprašo ir šio laikotarpio **centrinės nervų sistemos** raidą, taip pat **periferinių nervų** mielinizacijos (pasidengimo mielino dangalu) procesą, bet dar ir šiandien šie procesai iki galo neišnagrinėti [Baba et al. 2020; Previtali 2021]: „<...> *nervinis audinys, minkštas ir pusiau skystas, gaminamas stuburo ir galvos smegenyse, išvarinėjamas po visą kūną per nervus ir yra organinio perdirbimo medžiaga* <...>." Jis teisingai pastebi, kad „<...> *vaikų smegenys palyginus su visu kūnu yra labai didelės, bėgant metams ir vystantis kitoms kūno dalims ta didelė masė grįžta prie įprastų proporcijų* <...>", todėl, jo nuomone, reikėtų „<...> *lavinant ir naudojant raumenis harmonizuoti jų santykį su nervų sistemos augimu* <...>, *negalime leisti, kad įsigalėtų tokie netolygumai* <...>". Negalima su tuo nesutikti, nors mielinizacijos amžiniai ypatumai tiriami iki dabar.

A. Sniadeckis teigia, kad nereikėtų, jog „<...> *vaikai imtų naudotis protu dar prieš išlavindami kūną* <...>", tačiau iškart užbėga už akių klausimui, ar tokiu požiūriu jis nenori „<...> *vaikų nieko nemokyti, o liaudį sugrąžinti atgal į barbarybę* <...>" – teigia, kad tam tikras **protinis ir moralinis lavinimas** turėtų vykti jau ir šiuo laikotarpiu: „<...> *tik tokių mokslų, kurie atitiktų jų gebėjimus, kurie juos pralinksmina ir kurie jiems patinka, nereikalauja jokios proto įtampos* <...>, *kad jų protas būtų užimtas tik žaidimais* <...>." Jo nuomone, net pradinukus reikėtų mokyti „*per sudominimą ir žaidimus*" ir taip juos „*galima prie mokslo vilioti*", be to, „*reikia, kad vaikai mokytųsi žaisdami ir iš̌dykaudami*". Labai svarbu, kad šiuo laikotarpiu vaikai turi kaupti žinias palaipsniui, ir tik tuomet susidarys pagrindas mąstyti: „<...> *trumpai tariant, vaikai nemąsto tol, kol neturi apie ką mąstyti* <...>." Jis retoriškai klausia: „<...> *įkalti*

(žinias) *į vargšo vaiko galvą yra įmanomas, tačiau ar toks mechanizmas vertas būti pavadintas mokslu?*“ Laikas parodys, ar teisus buvo A. Sniadeckis, akcentuodamas fizinio, bet ne protinio lavinimo ikimokykliniu laikotarpiu pirmumą: deja, kol kas kažkieno pirmumo negalime moksliškai pagrįsti, tačiau akivaizdu, kad yra teigiamas ryšys tarp fizinio aktyvumo, emocinio intelekto ir kognityvinių funkcijų [Wang 2022; Wang et al. 2023].

A. Sniadeckis ypač pabrėžia šio amžiaus tarpsnio vaikų teisingo, atitinkančio jų raidos fazę **moralinio ir emocinio intelekto** svarbą (pagal šiuolaikinę terminologiją – psichikos sveikatos svarbą): „<...> *vienas iš blogiausių ir labiausiai paplitusių įpročių yra beprasmių pasakėlių pasakojimas vaikams, vos tik jie pradeda kalbėti* <...>“. Jis piktinasi, kad to meto specialistai nepateikia, „*kaip vaikišku stiliumi jiems pateikti iš tikro naudingų istorinių ir moralinių pasakojimų* <...>, *pasakų rašytojai – štai jums darbas*“, todėl „<...> *mūsų auklių ir tarnaičių pasakojimai yra arba be prasmės apie kokius nors karalius ir karalienes, arba dar blogiau, apie šmėklas ir baubus* <...>, *baidyklėmis pasirenkame skurdą ir senatvę. Ir taip vaikai, kurie turėtų jausti giliausią pagarbą pražilusiam senoliui ar gailestį vargšams, dreba iš baimės vien tik apie juos prisiminę* <...>.“ Gili išmintis ir iki šiol gajų stereotipų aiškinimas. A. Sniadeckis pabrėžia, kad prastos emocinės patirtys, taip pat „<...> *vaikystėje įskiepytos baimės sunkiai įveikiamos vėlesniame amžiuje* <...>“. Jis ypač pasisako prieš vaikų fizines bausmes, teigia, kad „<...> *reikia vengti netgi tokių bausmių, kurios vaikus stipriai nugąsdina ar sukrečia* <...>“.

A. Sniadeckis palaiko nuomonę, kad reikėtų jau tokio amžiaus **vaikus pratinti prie bauginančių dalykų pamažu**, t. y. „<...> *prie dalykų, kurių gali bijoti, tokių kaip: rupūžės, gyvatės, vorai ir kiti vabzdžiai, taip pat kaukės [?] arba bjaurūs gyvūnai* <...>“, taip pat pratinti nebijoti nakties ir tamsos, nes tai dažnai būna įvairių kitų baimių vyresniame amžiuje priežastis: „<...> *anksti pripratindami vaikus būti, žaisti, vaikščioti ir bėgioti tamsoje ne tik išlaisviname juos iš tos baimės, bet ir palengva pripratiname grakščiai vaikščioti ir orien-*

tuotis nakties metu <...>, geriausia, išvesti pasivaikščioti naktį, būtent į laukus ar miškus <...>.“

A. Sniadeckis aptaria ir šio amžiaus tarpsnio vaikų auginimo **higieninius reikalavimus**, viena vertus, akcentuoja **grūdinimo** svarbą, kita vertus, rašo, kad nereikėtų „<...> *vaikams leisti žiemą nešioti vasarinius drabužius ir žaisti sniege <...>, labiausiai gali jie sušalti pirštus, ausis ir nosį <...>, reikia pripratinti vaikus prie karščio, šalčio, lietaus, vėjo ir audrų, tačiau čia reikia laikytis saiko ir atsargumo, visada turėti galvoje tai, kad būna ir toks šaltis, kuriame negalima gyventi ir todėl neįmanoma prie jo priprasti* <...>.“ Negalima su tuo nesutikti ir šiandien. Čia jis pabrėžia ir skirtingą vaikų kūno sudėjimą bei organizmo įvairovę, „*todėl ne visi gali viską ištverti*“. A. Sniadeckio nuomone, vaikai turėtų **miegoti** vėsioje patalpoje, patalynė turėtų būti sausa ir švari (negalima nesutikti), tačiau jis rekomenduoja vaikams miegoti kietoje lovoje, o kartais – net ir ant grindų ar kieto suolo, o minkšti patalai, jo nuomone, vaikams labai kenkia. Šiuolaikinis požiūris kitoks – ypač kieta lova gali lemti stuburo raidos sutrikimus, nes tuomet kūnas taip pat įgauna ydingą padėtį [Hong et al. 2022; Mosaic Weighted Blankets 2024]. Kita vertus, A. Sniadeckis čia, matyt, turėjo omenyje, kad dėl tuometinių minkštų patalų vaiko kūnas miegant įdubdavo, įgaudavo ydingą padėtį, tačiau šiuolaikiniai minkšti čiužiniai neleidžia kūnui netinkamai išlinkti.

Be to, A. Sniadeckis ypač akcentuoja pakankamą **vaikų miego trukmę**: „<...> *vaikai žymiai daugiau miega ir turi miegoti ilgiau nei suaugusieji <...>, vaikams reikia leisti miegoti tiek, kiek jiems patinka <...>, itin blogai elgiasi motinos, kurios vaikus su savimi pasiima į teatrus, vakarinius pobūvius ar maskaradus* <...>.“ Jis teigia, kad „<...> *geriausia kompanija vaikams yra kiti vaikai, o triukšmas arba rimtos kalbos juos tik verčia nuobodžiauti* <...>“, pabrėždamas tai, kad negalima vaikų apkrauti kalbomis apie sudėtingas suaugusiųjų gyvenimo problemas. Kita vertus, jis akcentuoja, kad nereikėtų vaikų auginti šiltnamio sąlygomis, beatodairiškai juos lepinti šiuo

gyvenimo tarpsniu: „<...> *tikra jų laisvė turi būti paremta jų pačių savanorišku darbu ir judėjimu* <...>“, o tėvų ir mokytojų pamokymai turėtų būti „*be pykčio, įniršio ir barimosi*“. Čia A. Sniadeckis akcentuoja ir **psichologinio grūdinimo svarbą**, teigia, kad „*reikia anksti priprasti prie nepritekliaus, vargo*“, nes „<...> *tiems, kuriuos likimas iškart pastatė ant aukštuomenės laiptelio, sunku pakelti nepriteklių, skurdą, pažeminimą ar panieką* <...>“. Jis mano, kad vaikus „<...> *reikia taip auginti, kad visa tai kantriai ir narsiai pakeltų, nes amžiais sukaupta patirtis parodė, kad likimo dovanos yra nepastovios* <...>“.

Baigdamas šį skyrių, A. Sniadeckis ypač pabrėžė tinkamos **vaikų mitybos** svarbą: „<...> *vaikų maistas taip pat labai svarbus ir dėmesio vertas dalykas*“. Jaunesniems šio amžiaus vaikams jis nerekomenduoja viso suaugusiųjų vartojamo raciono: „<...> *iš prigimties vaikai reikalauja visko, ko tik yra valgomo, net jei kai kurie maisto produktai jiems kenkia, todėl reikia stengtis, kad jie jų nematytų* <...>; *valgyti jiems reikia duoti dažnai, tačiau po nedidelį kiekį vienu kartu* <...>.“ Vyresniems ikimokyklinio amžiaus vaikams jis siūlo būdą nuo apsivalgymo – nieko nedrausti (!): „<...> *žinodami, kad viską gali valgyti, jie pernelyg ir netrokš nieko, nieko godžiai ir pribėgdami neapsivalgys ir kartu anksti pripras prie visų produktų* <...>.“ Įdomi, net ir šiandien diskusijos reikalaujanti mintis – matyt, galima taikyti tokią taktiką, jeigu maistas natūralus, ekologiškas, bet tam tikrais atvejais reikėtų kitokios taktikos (ypač jeigu vaikas turi apetito sutrikimų, valgo daug maisto su skonio stiprikliais ar kitais priedais, kurie iškreipia sotumo pojūtį) [Scientists live 2013; Cammarata 2023].

Svarbu tai, kad A. Sniadeckis kalba apie **individualius vaikų organizmo ypatumus** ir dėl to skirtingą optimalią jų mitybą. Kaip ir šiuolaikinėse rekomendacijose, siūloma maitinti sergančius vaikus lengvesniu maistu (daugiau pieno produktų, košių, miltinių patiekalų, vaisių, daržovių, sultinių, drebučių, kiaušinių, šiek tiek baltos mėsos), o sparčiai augančius ir fiziškai aktyvius vaikus –

kaloringesniu maistu, daugiau baltymų ir mėsos, nors apskritai jis teigia, kad šio amžiaus vaikams mėsos reikia duoti labai nedaug. Tai iš esmės atitinka ir šiuolaikines tokio amžiaus vaikų mitybos rekomendacijas [American Heart Association 2024].

A. Sniadeckis rašo, kad šis laikotarpis labai svarbus vėlesnei individo raidai ir net sveikatos būklei suaugus: „<...> *žmogus iš prigimties mėgsta linksmybes ir visa, kas gamtoje jį linksmina, todėl ir visus gėrimus, ir maistą, kurie skubina gyvenimo tėkmę, čia patenka ir mėsa. Tuo tarpu kalbant ir apie visas kitas negeroves, greitai gyventi, vadinasi, greitai bėgti iki paskutinio finišo, t. y. iki kapo duobės, todėl, mano nuomone, tie, kurie gyvena sveikai ir laisvai, neturėtų niekur skubėti* <...>." Įdomi mintis, kuri ir dabar yra dėmesio centre: XX a. antroje pusėje buvo rekomenduojama vaikus gausiau maitinti mėsos ir kitais gyvūninės kilmės baltymų gausiais produktais, bet pastaruoju metu požiūris keičiasi [Schneeman 2003; USDA 2020]. Tačiau dar labiau stebina A. Sniadeckio tokia įžvalga: „<...> *šis greitas gyvenimo tarpsnis sustiprina vaikų ir jaunuolių ugnį ir dėl to paskatina karštąsias ligas* <...>." Dabar jau žinome, kad itin gausus baltymų maistas skatina ankstyvą brendimą (ypač mergaičių) ir su tuo susijusias metabolines ligas. Taigi čia akcentuojamas dar vienas labai svarbus suaugusio asmens sveikatos programavimui augimo laikotarpis – tai ikimokyklinis amžius, jo augimo ypatumai ir veiksniai [Wehrle et al. 2021; Attanasio 2024].

„Vaikų lavinimas po septintųjų gyvenimo metų arba nuolatinių dantų išdygimo"

Pradėdamas šį poskyrį A. Sniadeckis pasako tikrai šiuolaikišką mintį ir paneigia teoriją, kad nuo seno buvo rekomenduojama **mažus vaikus auginti**, atsižvelgiant į jų **biologinę lytį**: „*Kūdikystėje ir pirmojoje vaikystėje auklėjame vaikus vienodai nepriklausomai nuo ly-*

ties, nes tuo laikotarpiu tai nėra svarbu. Tie patys silpnumai, polinkiai ir žaidimai nereikalauja išskyrimų, visas atsargumas dėl to, kas dera ir kas ne, čia nėra reikalingas. <...> Mūsų klimate tokį lavinimą, neišskiriant skirtybių, galima taikyti iki dvylikos metų amžiaus <...>." Čia A. Sniadeckis netiesiogiai pateikia amžių, kada prasideda **tikrasis lytinis brendimas**: beje, dar prieš 20–30 metų Lietuvos berniukų ir mergaičių brendimo „žirklės" (mergaitės pradeda bręsti 1–2 metais anksčiau nei berniukai) ir buvo ryškiausios apie 11–13 metus [Tutkuvienė 1995]. Tačiau šiandien galima būtų diskutuoti dėl jo kitos frazės: „<...> *kiekviena lytis turi gyventi kitaip ir įgyvendinti kitas fizines ir moralines pareigas, taigi reikalauja ir kitokio lavinimo* <...>." Iš dalies (kalbant apie „*fizinį lavinimą*") toks požiūris teisingas ir šiandien, bet turint omenyje „*moralines pareigas*" plačiąja prasme, XXI a. biologinė lytis nebeturi tiek daug reikšmės, kaip kažkada žmogaus evoliucijos priešaušriu: šiandien visi dirbame panašius darbus (daugiausiai dirbame smegenimis), o čia jau šiuo aspektu visų lyčių šansai vienodi. Taip, moterų vis dar geresni įgūdžiai auginti vaikus, bet šiuolaikiniai progresyvūs vyrai šiais gebėjimais sparčiai vejasi moteris, ir tai yra normalus toliau vykstančių žmogaus evoliucinių kitimų fenomenas, atitinkantis laikmečio sąlygas ir poreikius [Kennedy 2024].

Įdomu, kad A. Sniadeckis pateikia ir **mokyklinio amžiaus pradžios laiką**: „<...> *mano manymu, besibaigiant septintiesiems gyvenimo metams jau dera labiau lavinti ir protą, tas lavinimas kiekvienai lyčiai jau turi būti skirtingas* <...>." Kaip žinome, XX a. antroje pusėje vakarietiškame pasaulyje nusistovėjo požiūris, kad ir berniukai, ir mergaitės turi pradėti eiti į mokyklą vienu metu ir mokytis mišriose klasėse. Neįtikėtina, bet XXI a. vėl pasigirsta nuomonių, kad gal vertėtų atskirti berniukų ir mergaičių protinį lavinimą dėl to, jog berniukai bręsta vidutiniškai keleriais metais vėliau [Holthouse 2010]. Deja, dar ir šiandien labai trūksta mokslinių tyrimų, kaip būtų geriau – mokyti skirtingų lyčių vaikus pagal skirtingas programas, siekiant geriau atitikti individualius poreikius ir optimalią neuroraidą, ar visiems taikyti tas pačias ugdymo pagal

pasinį amžių programas [Mael et al. 2005; Pahlke et al. 2014; Choi et al. 2015; Pennington et al. 2018].

Labai svarbi ir moderni A. Sniadeckio frazė apie **mokymąsi visą gyvenimą**, kad „<...> *mokomės nuo pat gimimo. Nes visas gyvenimas yra nuolatinis mokymasis, kurį tik miegu ir poilsiu pertraukiame, o mirtimi užbaigiame.* <...> *Viskas, ką žmogus atranda ir suvokia, jam yra mokslas, nauja nauda jo protui.* <...> *kai vaikai laisvai gyvendami lavina savo kūną ir stiprina sveikatą, tuo pat metu lavina ir savo protą, praturtina jį vis naujomis žiniomis. Todėl visas tėvų ir mokytojų menas priklauso nuo to, kaip juos sudominti tokiais dalykais.*“ Mokymosi per žaidimus idėja labai sena, tačiau XXI a. ji įgavo dar didesnį aktualumą: gausėja metodinių priemonių ir specialių programų, siekiant sujungti šiuos dalykus ugdant ne tik mažus, bet ir vyresnius vaikus, tai tampa aktualu net ir universitetinių studijų procese [Hasselmann and Lurkin 2023].

A. Sniadeckis pabrėžia **„*fizinio ir moralinio lavinimo*“ vienovę bei pusiausvyrą**, rašo, kad kūno ir proto lavinimo negalima atskirti, tuo pačiu iškelia ir šiandien aktualų klausimą: „<...> *kaip rasti tinkamą tų dviejų dalykų pusiausvyrą, kaip augant nei vienos iš galių neapleisti, tačiau ir neleisti kuriai nors iš jų pernelyg išsikeroti ir taip iškreipti darant žalą kitoms.* <...> *Taigi geras lavinimas priklauso nuo tinkamo visų galių ir organų naudojimo, jų suformavimo ir stiprinimo bei harmonijos siekiant, kad vienas nedominuotų kito atžvilgiu.*“ Čia pabrėžiamas ir **mokytojo vaidmuo**: „<...> *kuris savo mokslo nemoka pateikti maloniai, niekada nieko neišmokys*“, taip pat pažymima, kad ir šiuo amžiaus laikotarpiu labai svarbu protui lavinti naudoti ne tik knygas, nes tai yra „<...> *tobulas būdas visam laikui subjauroti mokslą ir sugadinti sveikatą* <...>“. Įdomu, ką A. Sniadeckis pasakytų apie šiuolaikinių informacinių technologijų, kompiuterinių žaidimų taikymą ugdant vaikų intelektą? Beje, jau yra duomenų, kad tai turi ir teigiamą poveikį augančios kartos protiniams gebėjimams ugdyti [Sauce et al. 2022]. Žinoma, būtina neapleisti ir tinkamo fizinio lavinimo, nes vien tik „<...> *protinis*

darbas ir sėdėjimas suaugusiems yra lėtai veikiantys nuodai, o jaunus jie veikia labai greitai <...>“. Kaip teigiamą pavyzdį čia A. Sniadeckis pateikia senovės Graikijos gimnazijų ir Atėnų modelį, kur fiziniai pratimai buvo lavinami, prižiūrint patyrusiems mokytojams, kaitaliojami su protinėmis užduotimis, dalyvaujant filosofams ir kitiems to meto išminčiams.

Kita vertus, jo nuomone, labai svarbu **„neperspausti“ nei vienos ugdomos srities**, ypač, jeigu dar ir pats vaikas nėra linkęs į tą sritį, nelavinti šio amžiaus vaikų pernelyg sudėtingomis užduotimis: „<...> *nuolatos kalant ir kankinant vaikus galima juos galiausiai kažko išmokyti, tačiau ir šarkos mokosi kalbos, varnėnai – groti, o meškos – šokti,* <...> *tokio mokslo jie nesupranta,* <...> *ko išmoko, lengvai pamiršta ir subrendę vėl viso to turi mokytis iš naujo* <...>.“ Tikrai kontraversiška mintis. Tai ypač aktualu šiandien, kai daugelis tėvų linkę savo paauglius apkrauti pačiomis įvairiausiomis veiklomis taip, kad jie nebeturi laiko tiesiog gyventi ir džiaugtis pauglyste, dažnai tai veda ir prie išsekimo ar „perdegimo sindromo“ [Walker 2024; MIND 24-7 Team 2024]. Tačiau A. Sniadeckio nuomone, šio amžiaus vaikų dykinėjimas yra taip pat labai pavojingas reiškinys. Jo nuomone, šio amžiaus vaikus galima **pratinti ir prie tam tikro amato**: „*Kai kalbu apie amatus, nemanau paversti vaikų tikrais amatininkais, tačiau noriu, kad amatas būtų mylimas fiziškų žaidimų šaltinis, kuris kartu lavintų ir mąstymą. Toks mokslas tolimesniame gyvenime turi daugeriopą naudą, nes laisvu laiku leidžia užsiimti mėgstama ir naudinga veikla* <...>.“ Puikus patarimas, kaip paauglius nukreipti tinkamo hobio linkme! Be to, anot A. Sniadeckio, tam tikrais gyvenimo atvejais amatas gali tapti ir pragyvenimo šaltiniu. Šiandien taip pat matome, kad jauni žmonės labai dažnai įgyja išsilavinimą vienoje srityje, bet gyvenime dažnai užsiima kita veikla (dažnai kylančia iš jų hobio), kuri tampa net jų pragyvenimo šaltiniu.

Šiame skyriuje A. Sniadeckis pateikia ir **pedagoginių patarimų** – jo nuomone, **12–15 metų vaikams** reikia itin lavinti skaity-

mą, rašymą, taip pat mechaninį skaičiavimą, nes „<...> *skaičiavimo teorijų supratimas reikalauja itin geros ir brandžios galvos. Taip pat tai piešimas, šokiai, jodinėjimas, plaukiojimas, bėgiojimas, mankštinimasis* <...>.“ Jo nuomone, kuo mažesnis vaikas, tuo svarbesnis fizinis lavinimas ir protinis ugdymas žaidimų forma, o vaikui bręstant pamažu protinį lavinimą reikėtų stiprinti, neapleidžiant ir fizinio lavinimo.

Čia A. Sniadeckis ypač akcentuoja **gimtosios kalbos**, kalbinių įgūdžių lavinimą – tai būtų „<...> *pirmas ir labai svarbus mokslas, kurį vaikai turi perimti iš motinos, tėvo ir auklių* <...>“, teigia, kad „<...> *geriausias tautos švietimo įrodymas yra jos kalbos švarumas, tobulumas ir aiškumas, nes joje telpa visas tos tautos minčių ir mokslo turinys* <...>“. Jo nuomone, labai svarbu vaikui paaiškinti žodžio prasmę „*aiškiausiu pasakymu*“, pateikiant pavyzdžių. A. Sniadeckis piktinasi, kad to meto paaugliai, užuot tobulinę gimtąją kalbą, pirmiausia tobulina **užsienio kalbas**. Matyt, čia A. Sniadeckis turėjo omenyje pasiturinčios visuomenės dalį – šis klausimas ypač aktualus šiandien, tačiau iki šiol neturime aiškaus atsakymo, nuo kada geriausia pradėti vaiką mokyti užsienio kalbos ar kelių kalbų, ar gerai nuo pat pirmųjų metų vaikus tuo pačiu metu mokinti daiktus ir reiškinius įvardinti keliomis kalbomis (tai aktualu mišrioms šeimoms) – nuomonės šiuo klausimu išsiskiria, o objektyvių tyrimų stinga [Hardach 2018; Meck 2023]. Kita vertus, toliau A. Sniadeckis teigė, kad kalbų „*tinkamam ištarimui reikia pradėti vaikus lavinti anksti*“.

A. Sniadeckis pasisako apie **protinio lavinimo ir mąstymo lytinius skirtumus**, dėl kurių ir dabar vyksta mokslinės diskusijos: „<...> *jas* (mergaites) *galima anksčiau pratinti prie mokslų, tik ne prie tiksliųjų mokslų,* <...> *jos mažiau nei vyrai gabios įtemptam ilgam mąstymui, jos gabesnės mokslams, reikalaujantiems vaizduotės ir atminties, nei verčiantiems ilgai, stipriai ir giliai sukoncentruoti dėmesį* <...>.“ A. Sniadeckis įvardija, kad moterims itin tinka „<...> *šokiai, žaidimai, vaikiškos lenktynės, bėgiojimas ir pasivaikščiojimai*

bei muzika, dainavimas, poezija ir bendroji literatūra <...>“. Kita vertus, jis akcentuoja, kad moterims ypač reikėtų vengti „*išgalvotų istorijų arba pramanytų pasakų*“, nes „<...> *kurios kartą tokios literatūros pasmaguriauja, prapuola visam laikui* <...>“. Šiandien tą patį galima būtų pasakyti apie polinkį tikėti socialiniuose tinkluose ir įtartinoje elektroninėje erdvėje skleidžiama informacija, tik reikėtų pridurti, kad vyrai į tokius spąstus šiandien pakliūva tiek pat dažnai kaip ir moterys. Įdomu, kad smegenų veiklos, ypač mąstymo lytinių skirtumų klausimu literatūra šiandien labai įvairi, tačiau pastaruoju metu vis dažniau pripažįstama, kad mąstymo mechanizmų lytiniai skirtumai (jeigu jie randami) yra labiau fiksuoti epigenetiniu nei genetiniu lygmeniu [Ratnu et al. 2017; Qureshi and Mehler 2015; Kundakovic and Tickerhoof 2024], t. y. tikslingai lavinant smegenis tam tikra linkme ilgainiui galima būtų išugdyti nuo biologinės lyties nepriklausančius mąstymo ypatumus.

Pastarasis skyrius baigiamas **holistiniu požiūriu į kūno ir proto lavinimo vienovę**, kuri kaip niekad aktuali šiandien: „<...> *kaip mūsų siela yra gausiai apdovanota galiomis, kurioms atsiskleisti padeda kūnas, taip ir protinės galios neatsiranda ir nepasirodo visos kartu, bet tik pagal tam tikrą tvarką, vienos po kitų. Taip pat ir nyksta jos tam tikra tvarka, vienos po kitų, tuo pačiu santykiu* <...>.“ A. Sniadeckio nuomone, geriau reikėtų šiuo amžiaus tarpsniu apsistoti ir lavinti mažiau dalykų: „*Daug naudingiau yra mokėti vieną dalyką gerai, nei mokantis daug nieko gerai neišmokti, ką matome ir su mūsų dienų jaunimu.*“ Kaip minėjau, tai ypač aktualu šiandien, kita vertus, klausimas lieka atviras – ar lavinti vaiką visose srityse, ar parinkti vieną (dvi) veiklas ir leisti pasinerti į jas visu pajėgumu? Manau, tai labai individualu, be to, priklauso nuo tikslų – ar norime „arti“ vieną, bet gilią vagą, ar apžvelgti daug lyg „akėjant“ paviršiumi. Matyt, reikia visko.

A. Sniadeckis akcentuoja **tinkamos aplinkos vaikui augti ir lavinti svarbą**, tinkamų realių pavyzdžių naudą, nes šio amžiaus vaikai ir paaugliai labai pastabūs ir linkę atkartoti bei „mėgdžioti“ ap-

linkinius: „*Gera draugija ir pavyzdys išmoko juos darbo, triūso, pakelti nepatogumus, nepriteklių, šaltį, karštį ir alkį. <...> Geriausias lavinimas, paremtas įspėjimais ir taisyklėmis, virs niekais, jei vaikai mato visai ką kita pavyzdžiuose* <...>.“ Neįtikėtina, bet A. Sniadeckis pabrėžia ankstyvųjų vaiko ir paauglio raidos etapų svarbą būsimai individo sveikatai – jo nuomone, tinkamas šio laikotarpio lavinimas (kūno ir proto) pasilieka organizmo atmintyje. Vadinasi, gerokai anksčiau nei tai buvo įrodyta XXI a. moksliniais tyrimais, jis užsimena apie individo sveikatos **programavimą augimo laikotarpiu** [Barker and Osmond 1986; Barker et al. 1993; Barker 1994; Barker 1995].

Baigdamas laikotarpio iki tikrojo subrendimo skyrių, A. Sniadeckis užsimena ir apie **vaikiškas ligas:** „<...> *iki vaikiškas amžius peraugs į brendimą, būtų geriau, kad jaunuolis peraugtų visas tas ligas, kurias kartą gyvenime reikia persirgti, taip vadinamas vaikiškas ligas. Tokios ligos yra: vėjaraupiai, tymai, dusinantis kosulys, kuris pas mus dar vadinamas kokliušu* <...>.“ Čia jis pateikia informaciją ir apie to meto skiepus bei paaiškina jų naudą, aprašo ligų amžinius ypatumus ir riziką sveikatai.

Šio skyriaus pabaigoje A. Sniadeckis nurodo **svarbiausius kūno kitimus** dėl įsibėgėjančio lytinio brendimo, kuris prieš kelis šimtus metų prasidėdavo vidutiniškai keleriais metais vėliau nei XXI a. pradžioje [Bellis et al. 2006]. „<...> *baigiantis penkioliktiesiems metams, kūniškos galios jau vis labiau bręsta, raumenys įgauna vis daugiau jėgos ir apimties, kūnas palengva pasiekia savo įprastą dydį, protas įgyja daugiau tikslumo, įsižiebia samprotavimai, vystosi atmintis, vaizduotė ir sveikas protas* <...>.“ Čia jis dar kartą akcentuoja **fizinio ir protinio lavinimo pusiausvyrą** ir neatsiejamą vienovę: „*Šiandien turime du suvytimo, suminkštėjimo ir ištižimo šaltinius: tai visiškas atsidavimas protiniam darbui ir fizinio darbo apleidimas. <...> Nes kaip atletas, nejautrus ir bukas, visą savo būtį sukoncentruoja į raumenis, o nervus ir net dauginimosi organus pasmerkė nuolatiniam neveikimui, taip ir griežtas literatas, ir lepios damos praktiškai neturi raumenų, nei jokios raumenų jėgos <...>. Visa grupė nervų ligų, kankinančių kone*

visus turtingus ir išsilavinusius asmenis, išnyktų tuoj pat, jei tik vėl pasuktume nuo gausos ir suminkštėjimo prie kieto, neramaus ir laukinio gyvenimo <...>." Be abejo, čia A. Sniadeckis turi omenyje pasiturinčią to meto visuomenės dalį, o šiandien toks posakis aktualus didžiajai daliai įvairių šalių populiacijų.

Ypatingai svarbi A. Sniadeckio mintis, moksliniais tyrimais įrodyta tik XXI a. [Prentice, Viner 2013; Goldberg et al. 2020; Bleil et al. 2024], yra pateikta prieš pradedant rašyti skyrių apie brėstančių paauglių augimą – tai **itin spartaus augimo ir brendimo** potenciali žala individo raidai ir sveikatos būklei net ir vyresniame amžiuje: „*Viskas yra gerai, kai naudojama laikantis tinkamo laiko ir saiko, viskas, kas daroma ne laiku ir neteisingai, tampa žalinga. <...> Geriausias stiprios jaunuolio sveikatos įrodymas, tiek vienos, tiek ir kitos lyties, patikimiausias stiprios konstitucijos garantas yra lėtas, laipsniškas ir reguliarus visų kūniškų ir dvasinių galių lavinimas. Paspartėjęs augimas, greita ir per daug ankstyva branda, lygiai taip pat kaip itin sparti suvokimo bei proto raida, kas mums vaikuose taip patinka ir taip stebina tėvus, yra silpnos sveikatos ženklas ir veda prie ligų ar net negalios* <...>." Gal ir per griežtas pastarasis teiginys, tačiau verčia susimąstyti ir šių dienų kontekste. Kita vertus, dabar jau žinome, kad ankstyvas lytinis brendimas ir itin spartus augimas dažnai siejasi su tam tikromis metabolinėmis ligomis. A. Sniadeckio nuomone, čia labai svarbu suteikti vaikams tinkamas sąlygas augti, viena vertus, užtikrinant socialinę ir sveikatos apsaugos gerovę, kita vertus, grūdinant vaikus ir tinkamai ugdant jų fizinius ir protinius gebėjimus: „*Iš esmės, kuo kūniškos ir proto galios vystosi lėčiau, tačiau stipriai ir nuosekliai, tuo geriau galima spręsti apie sveikatą ir talentus ateityje, nes tik tai yra iš tikro gerai, kas neišeina iš gamtos dėsnių ribų* <...>." Deja, ir šiandien trūksta tyrimų apie sąsajas tarp fizinių ir protinių gebėjimų, jų raidos spartą ir individo sveikatos būklę vyresniame amžiuje [Kuhn et al. 2024].

„Brėstančių jaunuolių lavinimas“

Pradėdamas šį skyrių A. Sniadeckis pateikia trumpą **lytinio brendimo apibrėžimą**: „*Brendimas – tai laikas, kai ūgis priartėja prie pabaigos, įgaunamas vaisingumas ir atsiranda trauka kitai lyčiai, o proto galios įgyja visą jėgos ir tikrumo potencialą. <...> Tai laikas, kai atmintis yra geriausia, vaizduotė aktyvi ir vešli, ir palengva ima atsirasti išmintis. <...> Fiziniu požiūriu tai yra dar didelio vikrumo etapas, kai judėjimo, veiklos ir pokyčių svarba yra kuo didžiausia. Tai užsidegimo, nekantrumo, neatidumo, staigumo ir neapgalvotos drąsos laikas* <...>.“ Iš esmės, čia išvardinti svarbiausi šio laikotarpio ypatumai, kuriuos galima rasti ir moderniuose auksologijos vadovėliuose [Cameron and Schell 2021]. Ypač čia akcentuojama tinkamo lavinimo svarba – būtent šiuo laikotarpiu lavinimas „*turi būti atsargus, meistriškas, apgalvotas, lankstus*“. Jau tuomet A. Sniadeckis perspėjo apie šio laikotarpio grėsmę – pasitaikantį **fizinės (biologinės) ir protinės (emocinės) brandos neatitikimą**, kas itin aktualu tapo XXI a., kai lytinis brendimas paankstėjo net keleriais metais, o socialinė, emocinė branda dažnai vėluoja [Stenberg et al. 2009; Pfeifer and Allen 2021; van Rijn et al. 2023].

Įdomu, kad šiame skyriuje A. Sniadeckis pateikia ir šiandien tinkančias **lytinio subrendimo datas**: „*Mūsų krašte ir klimate vyrų brendimas turi trukti iki 24 ar 25 metų, moterų – iki 20 metų, tik tada jis iš tikro geras ir išbaigtas. Tuo laiku tampame žmonėmis, tačiau iš tikro subrendusiais žmonėmis, jei jais pavyksta tapti, tampame 35 metų amžiaus, nes tuo laiku prasideda tikrasis išminties amžius, kuris yra gražiausias žmogiškas dalykas.*“ Nuostabiai tiksliai išvardinti esminiai žmogaus ontogenezės laikotarpiai ir jų chronologija – ir dabar reikėtų laikytis tokios nuostatos, nes brendimas nesibaigia tik biologinių pirminių ir antrinių lytinių požymių branda – būtina atsižvelgti ir protinę, socialinę bei emocinę brandą. Čia A. Sniadeckis pažymi ir tai, kad 18–19 metais „<...> *prasideda ir reikšmingi*

jaunuolių sveikatos, temperamento ir polinkių pokyčiai. Vaikiško laikotarpio ligos baigiasi su brendimo pradžia, tačiau atsiranda polinkis kitoms ligoms <...>."

Toliau A. Sniadeckis detalizuoja **brendimo chronologijos lytinius skirtumus**: *„Merginos bręsta daug greičiau nei vaikinai. Kai kuriuose karštuose kraštuose* (mergaičių) *brendimas jau būna pasibaigęs devintais gyvenimo arba dešimtais gyvenimo metais, nekarštuose, bet šiltuose kraštuose – keturiolikos arba penkiolikos, o jau šiauriniuose kraštuose – devyniolikos ar dvidešimties.* <...> *Mūsų krašte berniukai ima bręsti dvylikos metų amžiaus, tačiau gana dažnai tas brendimas yra daug vėlesnis* <...>." Čia A. Sniadeckis kalba apie **biologinę brandą** ir pateikia akivaizdžiai vėlesnes lytinio brendimo pabaigos datas, kurios šiandien Lietuvoje yra vidutiniškai net 2–3 metais ankstesnės – tai rodo ir mūsų Katedros atlikti pastarojo dešimtmečio lytinio brendimo datų žvalgomieji tyrimai [Tutkuviene and Silove 2018; Tutkuviene et al. 2023]. Tačiau vadinamasis **lytinio brendimo chronologijos geografinis gradientas** („šiaurės – pietų") pastebimas dar ir XXI a. – vis dar anksčiau bręsta pietinių kraštų paaugliai [Tutkuviene and Silove 2018; Eckert-Lind et al. 2020]. Tačiau šiandien dėl labai sparčios gyvenimo būdo ir kitų augimo sąlygų kaitos ir globalizacijos (tai kelia tam tikrą stresą organizmui) daugelyje pasaulio šalių paauglių, ypač mergaičių, brendimas gerokai paankstėjo [Bellis et al. 2006; Wang et al. 2024]. Be to, dar prieš kelis šimtus metų A. Sniadeckis pastebėjo, kad **brendimo tempas labai varijuoja** ir toje pačioje populiacijoje – jo nuomone, tai daugiau priklauso nuo augimo sąlygų: *„Mūsų šalyje dažnai galima pamatyti jaunus vaikinus, turinčius jau aštuoniolika ar dvidešimt metų, kuriems sprendžiant pagal išvaizdą net dvylikos metų negalima būtų duoti, ir kiekvienas iš jų gyvena tokiomis sąlygomis* <...>. *Jie tik sulaukę 22 arba 23 metų stiprėja ir ima bręsti* <...>." Tai modernus požiūris, nes dar iki XX a. pabaigos dominavo teorijos apie glaudesnes brendimo laiko ir tempo sąsajas su genetiniais veiksniais [Alsaker 1995; Karapanou and Papadimitriou 2010].

Be to, pastarųjų metų pasauliniai tyrimai rodo akivaizdžias **ankstyvo lytinio brendimo sąsajas su daugeliu ligų** (metaboliniu sindromu, nutukimu, širdies ir kraujagyslių sistemos ligomis, antro tipo cukriniu diabetu ir kt.) [Prentice and Viner 2013; Goldberg et al. 2020; Bleil et al. 2024]. Įdomu, kad XX a. pabaigoje auksologinėje literatūroje vyravo nuomonė, jog ankstyvas brendimas yra teigiamas ženklas, nes brendimas iš pradžių pradėjo ankstėti ekonomiškai labiausiai išsivysčiusiose šalyse [Parent et al. 2003], ir tik XXI a. pasirodė mokslinių studijų apie neigiamas ankstyvo lytinio brendimo ir ligų sąsajas. Tuo tarpu A. Sniadeckis dar prieš kelis šimtus metų rašė, kad „<...> *per ankstyvas ir per greitas augimas yra ženklas, kad tai gali baigtis liga ir silpna sveikata, taip pat ir per ankstyvas brendimas negali būti geras dalykas* <...>*“*. Tai rodo šio globalaus mąstytojo nepaprastą intuiciją, nes tuo metu ir iki pat XXI a. nebuvo atitinkamų mokslinių įrodymų.

Stebėtina, bet A. Sniadeckis išvardijo ir potencialias **ankstyvo lytinio brendimo priežastis**, apie kurias iki dabar diskutuojama mokslinėje literatūroje. Pasak A. Sniadeckio, tai būdinga vaikams, kurie „<...> *gerai maitinami, šiltai ir patogiai gyvenantys, užsidegantys nuo stipraus ir prieskoningo maisto, <...> kurių vaizduotė nuolatos yra įaudrinta istorijų, skaitinių, teatrų, nepadorių paveikslų ar statulų, o visų svarbiausia – blogo pavyzdžio – bręsta daug greičiau nei tie, kurie gyvena šaltyje, skurde ar nepritekliuje. Dėl tos pačios priežasties vaikai daug greičiau bręsta civilizuotose šalyse, lepiose ir sugedusiose, nei laukinėse, necivilizuotose <...>, greičiau ir netolygiau (bręsta) miestuose nei kaimuose* <...>.“ Šiandien visa tai galima būtų perfrazuoti taip: lytinį brendimą ankstina įtampa, intensyvus gyvenimo tempas, urbanizacija, informacijos gausa, netinkama mityba (pernelyg kaloringa, nesubalansuota mityba, iškreipiantys skonio ir sotumo jausmą maisto priedai) [Bellis et al. 2006; Wang et al. 2024].

Kita vertus, A. Sniadeckis besąlygiškai netapatina pasiturinčio gyvenimo su ankstyvu brendimu, jis rašo, kad brendimo laikas

gali būti vėlesnis „<...> *ir turtingesniuose namuose, kietomis ir nepatogiomis sąlygomis, jei vaikai anksti pratinami prie nuolatinio darbo, būna atitraukiami nuo visko, kas galėtų uždegti jų vaizduotę* <...>. *Vaikai auginami atskirai ir ramybėje ne taip greitai ima brėsti ir visiškai užauga, kaip tie, kurie auga kolektyve, pavyzdžiui, pensionuose arba viešose mokyklose, kur laisviausios kalbos bei pati kompanija pabudina geismus ir paskatina ankstesnę brandą* <...>." A. Sniadeckis čia turėjo omenyje nedidelę turtingą visuomenės dalį, tačiau šiandien tai aktualu daugumai išsivysčiusių šalių ir net kai kurioms besivystančių šalių populiacijoms – šiuolaikinis patogus ir pernelyg gausus gyvenimas, deja, turi ir neigiamų pasekmių sveikatai, jeigu mes nemokame atskirti ir tinkamai naudotis pažangaus gyvenimo būdo mums suteiktais privalumais. Šiandien niekas neabejoja fizinio lavinimo, judesio, tinkamos mitybos, ekologiško gyvenimo būdo svarba. Manau, kad ekologiškas gyvenimo būdas apima ne vien švarią žmogaus aplinką, visą gamtą, bet ir saiką visur, visose gyvenimo srityse – gyventi lėtai ir ramiai, mažiau vartoti, daugiau sustoti ir susimąstyti.

Šiame skyriuje A. Sniadeckis paliečia ir šiandien aktualią problemą – **ankstyvus lytinius santykius** su visomis neigiamomis jų pasekmėmis: „*Kai prasideda brendimas ir atsiranda trauka priešingai lyčiai, kyla aiškus užsidegimo pavojus, pirmai progai pasitaikius, stipriausia iš visų aistrų. Ta aistra nemačiomis sukelia jaunuoliams tūkstančius žalų ir nelaimių.* <...> *Ogi reikia kiek įmanoma labiau stengtis, kad ta aistra neištiktų per anksti, tik jau subrendus, ir todėl reikia stengtis augantį jaunimą nuo jos saugoti* <...>." Jis iškart pateikia kelias rekomendacijas, kaip to galima išvengti: „<...> *reikia užimti kažkuo kitu, vietoj žalingos aistros pažadinant kitą, naudingą aistrą. Mano nuomone, yra trys pagirtinos aistros, kurios, jei pavyksta jomis užkabinti jauną protą, neabejotinai ilgam laikui padeda nuo meilės apsaugoti. Tai yra: draugystė, pamaldumas ir užsiėmimas mokslu arba kokiu nors dailiuoju menu. Tačiau tai turi būti užsiėmimas su užsidegimu ir iš visos širdies* <...>." Manau, kad sąmoningai ar nesą-

moningai modernūs tėvai tai ir daro, skatindami savo vaikus užsiimti pačia įvairiausia papildoma veikla. Tačiau ir čia A. Sniadeckis pataria „*neperlenkti lazdos*“, visur ieškoti pusiausvyros, nepasinerti į minėtas kitas „*pagirtinas aistras*“ fanatiškai.

A. Sniadeckis aptaria dar vieną labai svarbų paauglių raidai fenomeną – tai **santykius su bendraamžiais**, prieraišumą ir meilę (bendrine prasme) artimam draugui, bendraamžių pasitikėjimo ir palaikymo svarbą šiuo amžiaus laikotarpiu: „<...> *tik tarp bendraamžių ir turinčių vienodus polinkius gali būti iš tiesų stipri ir aistringa draugystė, tokia, kokia mums reikalinga šiuo atveju* <...>.“ *Šiandien mes puikiai suprantame, koks tai svarbus psichologinis veiksnys tinkamai individo raidai, ir kaip žiauriai gali sužaloti bendraamžių patyčios ir atstūmimas* [Kendrick et al. 2012; Graber et al. 2016]. A. Sniadeckis rašė, kad „<...> *tarp mergaičių kur kas greičiau, stipriau ir ilgiau užsimezga draugystė nei tarp berniukų* <...>“ – kaži, ar tai tikslus pastebėjimas? Kita vertus, ir šiandien trūksta objektyvių mokslinių tyrimų tokiai nuomonei patvirtinti ar paneigti [Thomas and Daubman 2001; Graber et al. 2016].

Skirtingai nei aprašydamas ankstesnius vaiko ir paauglio raidos etapus, šiame skyriuje A. Sniadeckis drąsiai kalba apie **mokslo ir meno poreikį** paaugliams brendimo laikotarpiu: „*Nerasčiau didelio reikalo kalbėti ir apie mokslų ir menų naudą. Vargas tam, ką dar reikia įtikinėti apie jų poreikį ir naudą.*“ Jo nuomone, brendimo pabaigoje „<...> *proto galios ima vystytis ir klestėti, o ypač atmintis, vaizduotė ir samprotavimo galios. Taigi tai būtent tas amžius, kai galima pradėti mokslo arba mokslų kursą, kas jau kaip pasirinktų. Atmintis ir suvokimas jau yra pasiruošę, o nuomonė ir sveikas protas ima atsirasti, taigi juos tereikia ištobulinti* <...>.“ Taigi čia vėl matome, kaip tiksliai A. Sniadeckis įvardija dar vieno individo raidos laikotarpio – įžangos į subrendusio asmens amžių – pradžią, pažymėdamas, kad tuomet pats laikas kibti į „*tikruosius mokslus*“, lyg ir nurodydamas aukštesniųjų studijų ar **aukštojo mokslo tinkamą pradžios laiką**. Kita vertus, A. Sniadeckio nuomone, „<...> *negali visa tauta būti mokslinčiai, net jei ir būtų, greičiausiai tai būtų pati juokingiausia*

pasaulyje tauta. Galiausiai ir asmeniniu, ir visuomeniniu požiūriu tai būtų blogai, nes nuolatinis ar bereikalingas proto apkrovimas ir visiškas pasišventimas mokslui išsekina, susilpnina ir naikina, taip pat kaip ir bet koks kitas piktnaudžiavimas <...>." Šiandien mes taip pat vis dažniau prabylame apie profesijos ir amato įgijimo svarbą.

Kaip ir jaunesnieji, taip ir vyresnieji paaugliai, pasak A. Sniadeckio, turi būti užimti **tinkamai suderintomis įvairiomis veiklomis**, t. y. svarbu „*užimti ir įdarbinti jauną žmogų fiziniais ir proto pratimais, taip sudėlioti jo laiką, kad neliktų nei akimirkos dykinėjimui, nei akimirkos, neužimtos darbu. Šiuo laiku jam labiausiai reikia mokytojo ir prižiūrėtojo, kuris niekada jo nepaleistų iš akių, kaitaliotų protinius ir gimnastikos pratimus, jaustų, kada duoti poilsio kūnui.* <...> *Jau pakankamai išlavinti organai gali būti panaudoti tikram ir naudingam darbui* <...>." Čia A. Sniadeckis ypač rekomenduoja imtis įvairaus amato (žemės ūkio darbų), kūno lavinimo ar laisvalaikio praleidimo veiklų, kurias šiandien vadiname „hobiu". Jis ir vėl akcentuoja **saiką ir kuklumą**: „*Laimingas tas, kuris tuos darbus ir kūno triūsus, kukliai gyvendamas ir saikingai svajodamas, gali derinti su maloniais ir naudingais mokslais, kuris į žinias tiksliai įsigilina ir jomis džiaugiasi, kurį literatūra džiugina ir moko. Toks ir kūną išlavina, sustiprina, nuo ligų apsaugo, ir protu pasipuošia.*" Matyt, tokio požiūrio paskatintas ne vienas to meto aukštuomenės atstovas pasinėrė į sodo priežiūrą, jodinėjimą, medžioklę, žvejybą, literatūros skaitymą ar net mokslinius tyrimus.

Šiame skyriuje A. Sniadeckis pateikia **svarbiausius lytinio brendimo kitimus**, siedamas tai su „*humorų pokyčiais jauname organizme*", išvardija psichologinius ypatumus, pavyzdžiui, nuotaikų kaitą („*mergaičių verksmingumą*", „*berniukų ūmumą*"), dažną paauglių polinkį į vienatvę, susimąstymą. Jis taip pat aprašo esminius kūno kitimus, kuriuos šiandien vadiname antriniais lytiniais požymiais: „<...> *balsas* (berniukų) *tampa gerokai žemesnis, vyriškėja. Berniukams ima želti barzda ir ūsai, o mergaičių krūtinė pakyla ir tampa pilnesnė, prasideda mėnesinės* <...>." Čia A. Sniadeckis ypač akcentuoja vyresniųjų paauglių dažnai staigią **charakterio kaitą**:

„<...> *vaikiški veiksmai ir polinkiai nutrūksta, o naujos sielos galios ir širdies virpesiai pasireiškia visa jėga ir gyvybingumu, lyg kokia nepaaiškinama ugnis užvaldo visą esybę. Ta ugnis, nerimas, poreikis veikti, šis impulsas ir pakilumas, nevaldomas patirties, nuveda tūkstančius jaunuolių į pavojų, į sveikatos praradimą* <...>."

A. Sniadeckio nuomone, **visapusio subrendimo amžius** (įskaitant socialinę ir emocinę brandą) yra kur kas vėlesnis nei 18 metų: „*esant poreikiui, būtų galima sukurti įstatymą, kuriuo pilnametystė būtų pratęsta iki 24 ar 25 metų.*" Neįtikėtina, bet tik XX a. pabaigoje žmogaus amžiaus ir ontogenezės tarpsnių klasifikacijoje mūsų Katedros profesorius Salezijus Pavilonis (moderniosios auksologijos pradininkas Lietuvoje) 18–24 metų laikotarpį pavadino „jaunuolyste", ir tik 2015 m. (!) PSO pakeitė žmogaus amžiaus klasifikaciją: dabar individas traktuojamas **suaugusiuoju tik nuo 25 metų**. Čia dar kartą reikia akcentuoti, kad A. Sniadeckis prieš kelis šimtus metų rašydamas šią knygą, matyt, turėjo omenyje pasiturinčią visuomenės dalį. Šiandien, kai daugelyje išsivysčiusių šalių biologinė branda ankstėja, o psichosocialinė ir dažnai – emocinė branda vėluoja, turime dar didesnį neatitikimą tarp visiško (plačiąja prasme) individo subrendimo ir fizinės lytinės brandos [Monahan et al. 2013; Icenogle et al. 2019]. Kita vertus, daugelio neturtingų šalių paauglių socialinė branda yra kur kas ankstesnė – kartais vos 12 metų (ar net jaunesni) paaugliai privalo dirbti ir padėti šeimai išsilaikyti, o vaikų išnaudojimas darbe vis dar aktualus daugelyje besivystančių šalių [Camilletti et al. 2024; UNICEF 2024].

Baigdamas šį skyrių, A. Sniadeckis dar kartą akcentuoja **stoiško gyvenimo būdo** svarbą šiuo gyvenimo laikotarpiu: „*Tokiu būdu iki jauno amžiaus pabaigos reikia palaikyti discipliną sveikatą stiprinančiu darbu ir nepatogumais, išlaikyti kuklumą ir santūrumą. Tai šiandieninėje mūsų visuomenėje jau išnyko, o jaunuolių auklėjime nepastebima* <...>." Jis taip pat akcentuoja ir **tinkamos mitybos** svarbą, neigiamai atsiliepia apie „*gurmaniškus patiekalus ir gardumynus*". Akivaizdu, kad ir čia jis kalba apie pasiturinčios visuome-

nės paauglius, nes vargingiau gyvenančių šeimų paaugliai, vargu, ar prieš kelis šimtus metų galėjo dykinėti, galvoti tik apie pramogas, nuolat persivalgyti. Kita vertus, kylant pragyvenimo lygiui ši problema tapo aktuali daugelio šalių didžiajai visuomenės daliai, o minėtus „*gurmaniškus patiekalus ir gardumynus*“ dabar, matyt, galima būtų prilyginti greito maisto, koncentruotų kaloringų užkandžių problemai [Fuhrman 2018]. Ypač neigiamai A. Sniadeckis pasisakė apie alkoholį: „<...> *alkoholiniai gėrimai yra lėtas nuodas suaugusiesiems ir labais stiprus – jaunuoliams* <...>.“

Pasak A. Sniadeckio, šiuo amžiaus laikotarpiu „<...> *tėvams reikia rūpintis būtinu jaunuolių užimtumu ir darbu, protiniu ir fiziniu, bei tuo, kaip išvengti nežabotų aistrų ir dykinėjimo, ir kitokio blogio.* <...> *Kadangi šis amžius labai tinka mokslui, savaime aišku, kad tuo metu kiekvienas turi mokytis to, kuo jis turės būti ateityje* <...>.“ Puikus patarimas, kuris buvo įgyvendintas ne taip jau seniai – įvedus profiliavimą vyresniųjų klasių moksleiviams, todėl kyla klausimas, ar tikrai reikia pradėti profiliuoti vaikų polinkius nuo pat pradinių klasių? Skyriaus pabaigoje A. Sniadeckis ypač akcentuoja kiekvieno **paauglio skirtingą prigimtį**, taikomų lavinimo priemonių bei gyvenimo būdo individualumą.

„Iš prigimties silpnų arba ligotų vaikų lavinimas“

A. Sniadeckis labai žavėjosi senovės romėnų, graikų, spartiečių gyvenimo būdu – jau minėjau, kad įvairiuose savo knygos skyriuose jis pateikia daug šioms visuomenėms būdingų vaikų ir paauglių auginimo ir lavinimo pavyzdžių. Gali susidaryti įspūdis, kad jis garbino tik itin sveiką, tvirtą, išpuoselėtą kūną ir stoišką sielą. Tačiau paskutiniame šios knygos skyriuje atsiskleidžia jo itin humaniškas ir net šiuolaikiškas požiūris į **sergančius bei neįgalius vaikus**: „<...> *nei žmonija, nei visuomenė neleistų, kad silpni, ligoti*

ar negalią turintys vaikai būtų palikti be priežiūros arba, sekant barbariškais senųjų amžių valstybių pavyzdžiais – būtų pasmerkti mirti <...>.“ Jis pabrėžia, kad sveikų vaikų auginimas ir lavinimas yra kur kas paprastesnis („*užtenka tiesiog sekti gamtos dėsnius ir leisti jiems* (vaikams) *tinkamai subręsti*“). Tuo tarpu reikia specialių papildomų žinių auginant ir ugdant „*iš prigimties sutrikusios raidos*“ vaiką, siekiant „*raidą pataisyti, o jei neįmanoma, tuomet reikia užkirsti kelią tolimesniam blogiui*“. A. Sniadeckis užsimena, kad tokiu atveju būtinas individualus požiūris į vaiko sveikatą: „<...> *yra tokių vaikiškų raidos ydų, kurias lengva pataisyti, tačiau yra ir tokių, kurių pataisyti nepavyksta. Todėl būtų gerai, kad užsiimantys lavinimu tai žinotų. Žinotų, ką reikia palikti gamtai ir laikui, o kam jau reikia pasitelkti gydytojo ar chirurgo pagalbą* <...>.“

Pirmiausia A. Sniadeckis aptaria **neišnešioto naujagimio** sveikatos problemas, atkreipdamas dėmesį, kad ir normos atveju nėštumo trukmė labai skiriasi, kita vertus, pateikia ir normalios nėštumo trukmės apibrėžimą, kuris labai artimas taikomam šiandien (40 savaičių, arba 280 dienų; išnešiotas vaikas – nuo 37 gestacinės savaitės): „*Tačiau įprastai nuo pradėjimo iki gimdymo skaičiuojame 39 savaites, arba 273 dienas* <...>. *Patirtis parodė, kad vaikai, nešioti septynis mėnesius ar ilgiau, gali vystytis ir išgyventi, tačiau jei trumpiau – tuomet jau negali* <...>.“ Jo nuomone, svarbiausia neišnešiotų naujagimių mirties priežastis, vis tik, yra savalaikės ir tinkamos pagalbos nesuteikimas naujagimiui. Kad tai yra neginčijama tiesa, pasaulis tuo įsitikino XX a. pabaigoje ir ypač – XXI a. pradžioje. Šiandien dėl didžiulės medicinos mokslo ir technikos pažangos dažnai išgyvena net ir vos 22 gestacijos savaičių naujagimiai, o Lietuvos kūdikių mirtingumas yra vienas žemiausių pasauliniu kontekstu: 2023 m. Lietuvoje vidutiniškai fiksuotos 2,8 pirmų metų vaikų mirtys, skaičiuojant 1000-čiui gyvų gimusių naujagimių [Oficialiosios statistikos portalas 2023]. Dabar žinome, kad net neišnešiotų vaikų fizinė būklė labai skiriasi įvairiose šalyse ir tai priklauso ne tik nuo paveldėtų, bet ypač – nuo išorinių augimo sąlygų (Morkuniene et al. 2022., Morkuniene et al. 2025).

Sniadeckis rašė, kad neišnešioti vaikai dažniausiai būna silpnesni ir tiksliai (net ir šių dienų žiniomis) išvardijo svarbiausias **neišnešiotų vaikų raidos ir sveikatos problemas**: „<...> *per anksti gimę vaikai turi nepakankamai išsivysčiusius plaučius, kuriais galėtų kvėpuoti ir patys gamintis arterinį kraują, nesusiformavusį virškinimo kanalą, kuriuo vieninteliu galėtų virškinti* <...>.“ Ypač jis akcentuoja nepakankamą **ankstukų termoreguliaciją** ir pateikia įvairių rekomendacijų palaikyti tinkamą tokių naujagimių temperatūrą. Šiandien tokie vaikai laikomi specialiuose inkubatoriuose, kur palaikoma ne tik tinkama temperatūra, bet ir kitos optimalios auginimo sąlygos. Prieš kelis šimtus metų A. Sniadeckis rašė, kad tinkamą naujagimio temperatūrą galima užtikrinti, laikant vaiką „*šviežiai paskerstų gyvūnų viduriuose*“. Šiandien tai skamba drastiškai, bet tuomet tokie metodai, matyt, padėjo išgelbėti ne vieną vaiką. Kaip alternatyvą ankstuko kūno temperatūrai palaikyti jis siūlė tokius būdus: „<...> *priglaudimas prie jaunų ir sveikų žmonių, dažnas maudymas avių kojų arba jautienos sultiniuose, arba šiltame piene, ypač piene, ką tik pamelžtame, ir laikymas gerai šildomoje patalpoje arba šiltose plunksnose, gali atstoti maudymą gyvūnų viduriuose. Tokių vaikų žindyvė turi būti jauna, sveikai įraudus ir stipri, pienas kuo jaunesnis ir liesas. Krūtis, tiesa, turėtų būti paduodama retai, tačiau miegas – kuo ilgiausias, beveik nepertraukiamas* <...>.“

Šiandien niekas neabejoja žindymo ir motinos pieno nauda, bet kalbant apie itin neišnešiotus naujagimius, gausėja tyrimų, kurie akcentuoja jų maitinimą pagal individualius poreikius – kartais **donorinį pieną** galima geriau pritaikyti optimaliai ankstuko raidai. Dabar tokius vaikus rekomenduojama maitinti dažniau nei išnešiotus, nors A. Sniadeckis teigė priešingai, bet reikia sutikti, kad miegas visų, o ypač neišnešiotų kūdikių raidai yra ypatingai svarbus veiksnys. Tačiau A. Sniadeckis griežtai pasisako prieš „*koncentruotų sultinių*“ ir „*fermentuotų gėrimų*“ naudojimą silpnų vaikų mitybai. Be to, šiame skyriuje jis paneigia tuo metu paplitusį paprotį neišnešiotą, silpną naujagimį maudyti... vyne – šiandien tiesiog neįtikinė-

tina, kad taip buvo daroma, tačiau tuomet buvo tikima, kad tokios „maudynės“ gali sustiprinti, tonizuoti silpną organizmą.

A. Sniadeckis rašė, kad neišnešiotiems ar dėl ligų silpniems vaikams sustiprėjus paprastai ateina laikas, kai „*juos reikia lavinti toliau taip pat, kaip ir kitus*“. Dabar žinome, kad tai tiesa, kalbant apie vaikus, gimusius po septintojo nėštumo mėnesio, tačiau į labai neišnešiotus vaikus (pastarieji prieš kelis šimtus metų tiesiog neišgyvendavo), vis tik, reikia atkreipti didesnį dėmesį, nes jie augdami turi kur kas daugiau sveikatos problemų, taip pat ir vėliau vyresniame amžiuje (Morkuniene et al. 2025). Tik XX a. antroje pusėje buvo detaliau pradėtas tirti vadinamasis augimo **atsigriebimo fenomenas** (angl. *catch-up growth*) [Largo 1993; Boersma and Wit 1997], tačiau iki šiol nežinome šio reiškinio individualios įvairovės specifinių raidos sutrikimų ar tam tikrų ligų atvejais, pavyzdžiui, ar visi vaikai (ir kokiu mastu) gali „atsigriebti“ dėl raidos nesklandumų ar ligų „prarastą“ augimą ir diferenciaciją, kokie yra šio reiškinio veiksniai (paveldėti ir aplinkos)? Tai ateities tyrimų sritis.

A. Sniadeckis aprašo ir išnešiotų naujagimių „*tariamos mirties*“ būklę dėl **komplikuoto gimdymo, virkštelės apsisukimo**: „*Tačiau nutinka ir taip, kad vaikai, nors ir motinos pilve subrendę, išnešioti, gimsta leisgyviai arba nerodo jokių gyvybės ženklų. Taigi reikia juos gelbėti nuo tokios tariamos mirties.*“ Čia jis palyginti tiksliai aprašo tokio „pridususio“ naujagimio fizinę būklę ir kaip reikėtų tokiu atveju elgtis: „*<...> stengtis nestipriu jaudinimu išprovokuoti kvėpavimą ir jį palaikyti. Tam pasiekti reikia kūną lengvai trinti, jis sušyla, ypač pilvukas, veidas apipurškiamas vandeniu, pirštu atsargiai atveriama burna ir švelniai dirginama, po nosimi reikia pakišti kvapiųjų medžiagų, kutenti arba nestipriai įbrėžti pėdutes tol, kol vaikas pats nepradeda kvėpuoti* <...>.“

Baigdamas šį skyrių A. Sniadeckis pabrėžia, kad šioje knygoje jis nesiekia aprašyti naujagimių ir kūdikių ligų bei jų gydymo, bet norėtų pateikti kelis specifinių kūdikių fizinės būklės pavyzdžius, kurie svarbūs tėvams – „*jas lengva pataisyti net ir nekviečiant gydy-*

tojo“. Čia A. Sniadeckis mini šleivapėdystę: „*Pasitaiko, pavyzdžiui (ką jau anksčiau minėjau), kad kūdikių kojytės taip išsikreivina, kad pėdos atsisuka į vidų arba apsisuka atgal. Tą ydą galima lengvai pataisyti lengvu ir atsargiu judesiu atsukant kojytes į tokią padėtį, kurioje jos turėtų būti. O štai kreivi kojos kaulai žemyn iki kelių nereikalauja jokių pastangų* <...>.“ Kita vertus, šiandien žinome, kad dažnai paprastais būdais šleivapėdystės ištaisyti neįmanoma, prireikia kineziterapeutų, kartais – ir ortopedų pagalbos. Kai dėl „*kreivų kojos kaulų*“ – neaišku, ką jis turėjo omenyje: tai gali būti ir amžinis kūdikių kelio sąnario ašies ypatumas (jiems būdingas „O“ pavidalo, bukas ir į vidų atviras kampas, susidarantis tarp šlaunikaulio ir blauzdikaulio ašių), kuris pranyksta su amžiumi, bet kreivi kaulai gali būti ir rachito (ar kitų ligų) požymis, reikalaujantis rimto gydymo [Dobbe and Gibbons 2017; Chanchlani et al. 2020;].

A. Sniadeckis taikliai pažymi, kad „<...> *daugiausiai dėmesio ir lavinimo reikalauja tie vaikai, kurie iš prigimties turi polinkį į paveldimas ligas, t. y. būdingas tėvams arba visai šeimai. Dalis tų ligų pasireiškia dar vaikystėje arba ankstyvoje jaunystėje, kitos – vėlesniame amžiuje* <...>“, tačiau toliau jis netiksliai pagal šiuolaikinę sampratą nurodo **paveldimų ligų** pavadinimus. Kita vertus, iškart pažymi, kad rachitą, „<...>*vadinamą angliška liga, laikome paveldima ne todėl, kad ją perduoda jau sergantys tėvai. Patirtis rodo, kad ji labai dažnai pasitaiko ne tiems vaikams, kurių tėvai niekada jos neturėjo, bet paveldima laikau todėl, kad ją sukelia nesveikas, blogas tėvų gyvenimo būdas* <...>.“

Tąsyk jis netiksliai nurodė dažniau **rachitu sergančias vaikų populiacijas** (nebuvo detaliai suprasta vitamino D svarba) ir teigė, kad *„angliškoji liga“* dažnesnė miestuose, tarp neturtingų darbininkų, bet ir turtingose šeimose, *„patogiai, minkštai, ir svarbiausia – pasileidusiai gyvenančiųjų namuose“* (dabar žinome, kad pastarasis empirinis pastebėjimas buvo neteisingas). Kita vertus, gerokai iki genetikos mokslo pažangos, A. Sniadeckis suprato, kad kai kurios ligos būdingos tam tikroms šeimoms dėl panašaus gyvenimo

būdo, mitybos, socialinių, ekonominių ir kitų aplinkos veiksnių. Šiandien žinome, kad modifikavus minėtus faktorius, tokių ligų, kaip rachito, tuberkuliozės, net ir daugelio psichikos ligų galima išvengti. A. Sniadeckis teigia, kad „<...> *lavinimas gali nulemti, ar tie įgimti polinkiai toliau vystysis, augs ir taps liga, ar sumažės, bus apriboti arba visai išnyks.* <...> *žinodami, prie kokių ligų veda šeimos ar tėvų konstitucija ir nuo pat gimimo į tai atkreipdami dėmesį, labai dažnai galime, ką parodė patirtis, tuos polinkius apriboti ir neleisti kilti pačiai ligai arba ją bent jau gerokai pavėlinti* <...>." Sakyčiau, labai modernus požiūris, kurį padės išaiškinti **epigenetinių veiksnių** moksliniai tyrimai, kurie įsibėgėja tik pastaruoju metu [Deichmann 2016; Cavalli and Heard 2019; Zhang et al. 2020].

Šiame skyriuje A. Sniadeckis skiria daug dėmesio **rachito profilaktikai**: aprašo dažniausią ligos pasireiškimo amžių (9 mėn. – 2 metai), svarbiausius fizinės būklės požymius („*galva būna didelė, o kūnas silpnas ir sulinkęs, kaulai apie sąnarius patinę, visas kūnas minkštas ir lengvai linksta, taip pat didelis pilvas* <...>"), pateikia rekomendacijų, kaip šios ligos galima išvengti – siūlo laikytis higienos, dažnai maudytis sūriame ir šaltame vandenyje, miegoti tinkamuose pataluose, vaikus „<...> *laikyti gryname ore, leisti šliaužioti saulėje, ant smėliuko ar žolės.* <...> *Maudynes smėlyje, pačioje saulėkaitoje reikia laikyti svarbiu vaistu nuo šios ligos* <...>." Dabar žinome, kad pastarasis empirinis pastebėjimas buvo visiškai teisingas. Iš esmės teisinga jo rekomendacija ir dėl rachitu sergančių vyresniųjų vaikų mitybos: „<...> *tinkamiausias maistas yra paprasti mėsiški patiekalai su šviežiomis daržovėmis, be jokių įmantrių prieskonių, kiek įmanoma sausesni, bet maistingi* <...>."

Šiame skyriuje A. Sniadeckis palyginti plačiai aprašo **skrofuliozę** (limfmazgių padidėjimą, uždegimą, dažniausiai – tuberkuliozinės kilmės). Pirmiausia jis nurodo, kokio **konstitucinio tipo** žmonėms pastaroji liga pasireiškia dažniau: „*Tą konstituciją galime pažinti pagal jautrią, ploną, labai baltą ir blizgią odą* <...>, *plaukai visada šviesūs ir ploni, limfmazgiai, labiausiai ant kaklo, patinę ir*

kieti <...>. Be to, vaikams, turintiems skrofulinę konstituciją, būdingas ryškus sąmoningumas, nuovokumas ir sava nuomonė, lenkiantys savo metus, kaip ir neįprastas smalsumas ir gebėjimas greitai suvokti <...>.“ Pagal šiuolaikinį supratimą, tai labiau leptosominis (kai vyrauja išilginiai kūno matmenys, liesas kūnas) somatotipas. Pasak A. Sniadeckio, skrofuliozė pasitaiko ir tarp turtingų, ir tarp vargšų, bet ypač dažnai – šaltuose, drėgnuose kraštuose, ją skatina „<...> *drėgni, nevėdinami, ankšti ir šalti butai, apsileidimas ir skurdas, prastas, sugedęs maistas <...>*“. Todėl čia jis pataria laikytis higienos, grūdintis, dažniau maitintis gyvūninės kilmės produktais, pasirinkti sausą ir šiltą klimatą, užsiimti mėgstama veikla, papramogauti – visa tai, jo nuomone, gali pakeisti net „*skrofulinę konstituciją*“.

Šiandien puikiai žinome, kad **tuberkuliozė** yra bakterinė liga, o prastos gyvenimo sąlygos, skurdas ir netinkama mityba silpnina imunitetą, todėl didina tuberkuliozės tikimybę. Dar nuo Hipokrato laikų yra paplitusi teorija, kad labai liesi asmenys šia liga serga dažniau, matyt, dėl prastesnio imuniteto, tačiau tuberkuliozės ir kūno masės indekso sąsajos nevienareikšmės [Casha, Scarci 2017; Kim et al. 2018; Choi et al. 2021], be to, ir šiandien neturime patikimų mokslinių duomenų, ar leptosominis kūno sudėjimas dažniau siejasi su polinkiu sirgti tuberkulioze, ar kokia nors kita liga. Tuomet A. Sniadeckis vadino tuberkuliozę paveldima liga, kuri siejasi su „*skrofuline konstitucija*“, tačiau teigė, kad tam tikras lavinimas ir gyvenimo būdas gali padėti išvengti šios ligos: „<...> *turėtų būti koks nors lavinimo ir gyvenimo būdas, kuris nepaisant šeimos temperamento, gali apsaugoti nuo tos nelaimės <...>.*“ Jis sielojasi, kad pastaroji liga labai paplitusi ir Lietuvoje, ir kitose šalyse (ypač – Anglijoje), kasmet nusineša dešimtis tūkstančių žmonių – „<...> *kone sunaikina tiek pat jaunuolių kaip karas <...>*“. A. Sniadeckis dar kartą akcentuoja, kad džiova sirgti linkę jaunuoliai pasižymi stipria **leptosomine konstitucija**: „<...> *aukšta ir labai liekna figūra, ilgas kaklas, siaura krūtinė, pečiai atsikišę nuo menčių, rankos bei kojos ilgos ir plonos, ilgi ir smailūs pirštai. Taip pat šiai figūrai*

būdinga gražūs ir labai balti dantys, jautri ir blizganti oda, ryškios, iškilusios venos, plaukai dažniausiai šviesūs, mėlynos akys, tačiau kartais būna ir akys, ir plaukai labai juodi ir blizgantys <...>." Tačiau čia pat konstatuoja, kad „<...> *džiova ne visada priklauso nuo vienos ir tos pačios konstitucijos, ne visada kyla dėl iš giminės paveldėtų savybių, bet kartais būna ir atsitiktinė* <...>", be to, jo nuomone, tokią konstituciją galima pakeisti tinkamu lavinimu. Tai pastaruoju metu taip pat yra diskusinis klausimas – ar galima pakeisti paveldėtą konstitucinį kūno tipą? [Teplica 2010; Weber 2021].

Labai svarbi šio skyriaus mintis apie **paveldimų ligų skirtingą raidą ir fenotipą**: „<...> *liga priklauso nuo įvairių priežasčių ir ne visada yra tos pačios prigimties. Iš tos pastabos išeina, kad ir jei jos šaltiniai yra įvairūs ir skirtingos prigimties, tai ir gydyti ją bei jos išvengti reikia skirtingais būdais* <...>." Šiandien jau žinome, kad ir paveldimos ligos varijuoja savo pasireiškimu, eiga ir prognoze, o šio fenomeno veiksnių tyrimai tik įsibėgėja [John and Rougeulle 2018; Safi-Stibler and Gabory 2020]. Šiame skyriuje trumpai A. Sniadeckis aptaria ir **„kaltūną"**, kuris anuomet buvo laikomas liga, kita vertus, jis abejoja, ar ši „liga" gali būti paveldima. Pamini ir **podagrą**, priskirdamas ją paveldimoms ligoms, tačiau pažymi, kad „<...> *geras gimnastinis lavinimas padeda dalinai išvengti tos ligos, o darbas, abstinencija, kuklus maistas ir švarus vanduo, kaip gėrimas, leidžia jai niekada, net ir senyvame amžiuje, nepasireikšti* <...>." Iš esmės tai atitinka ir šiuolaikinį požiūrį [Dalbeth et al. 2017; Eustice 2023].

Šį skyrių A. Sniadeckis baigia samprotavimu apie „***proto***" **(nervų sistemos ir psichines) ligas**. Jo nuomone, „<...> *daug sunkiau arba neįmanoma užkirsti kelią įvairioms proto ligoms arba konvulsijoms, kurių polinkį paveldime iš tėvų* <...>." Čia, matyt, A. Sniadeckis turėjo omenyje traukulius, epilepsiją. Jis pripažįsta, kad šioje srityje daug nežinomybės, tuomet buvo neaiškios tokių ligų priežastys ir gydymo būdai. Nepaisant didžiulės neuromokslų pažangos, matyt, ir šiandien reikėtų sutikti, kad daugelis nervų sistemos ligų, ypač psichikos sutrikimų, lieka atviri mokslui, o daugelis nervų sistemos sandaros ir veiklos mechanizmų intensyviau

pradėti nagrinėti tik pastaraisiais dešimtmečiais, atsiradus neinvazyvioms tyrimų technologijoms, tačiau neabejotinai – tai ateities tyrinėjimų sfera [Altimus et al. 2020; Ibanez et al. 2024; Cisek and Green 2024]. Kita vertus, A. Sniadeckis traukulių profilaktikai rekomenduoja vengti nervų sistemos dirgiklių, kurie galėtų juos išprovokuoti: „<...> *tvarkingas, kuklus, darbingas gyvenimas ir ramybė, šalinimasis visokios veiklos, galinčios perkrauti proto galias arba pažadinti kokias nors aistras* <...>." Jis rekomenduoja išsiaiškinti šeimos istoriją ir galimas priežastis, nervų sistemos ir psichikos problemų turinčiam vaikui parinkti individualų lavinimą: „<...> *tokia veikla ir žaidimais juos užimti, tokį gyvenimo būdą parinkti, kad toms ligoms būtų užkirstas kelias* <...>."

Galop A. Sniadeckis psichinėms ligoms priskiria ir tokius **charakterio bruožus**, kaip „<...> *godumas, šykštumas arba išlaidumas, žiaurumas ir rūstumas. Jos taip pat dažnai paveldimos kai kuriose šeimose lyg tamsūs ar šviesūs plaukai, juodos ar mėlynos akys, ūgis ar lieknumas* <...>." Kaži, ar galėtume su tuo šiandien sutikti, nors ir pats A. Sniadeckis rašo, kad „<...> *skirtingų polinkių giminių maišymasis gali tas ydas vis labiau susilpninti ir galiausiai sunaikinti, o tikras švietimas, parodantis visų tų ydų šlykštumą ir bjaurumą, mokantis, kaip tai žemina ir gėdina žmogaus orumą, kaip tai prieštarauja tikrai ir tvariai jo laimei, kartais gali pasitarnauti stiprinant jų proto galias ir valios jėgą* <...>". Taigi ir čia A. Sniadeckis pažymi aplinkos sąlygų, vaiko auginimo, auklėjimo ir lavinimo svarbą.

Apibendrinimas

Andrius Sniadeckis – plataus mąstymo, **holistinio požiūrio mokslininkas**, žvelgęs į daugelį augančio žmogaus organizmo reiškinių tarpdisciplininiu aspektu, sujungdamas aktualias to meto medicinos, biologijos, evoliucijos, chemijos, istorijos ir net filoso-

fijos žinias. Jis puikiai suprato, kad žmogaus kūnas ypač priklauso nuo supančios aplinkos, nuolat prisitaiko prie tam tikrų gamtos ir gyvenimo sąlygų. Šiandien **epigenetikos mokslas** įrodo tai ląsteliniu ir molekuliniu lygmeniu. Čia dar kartą reikėtų akcentuoti, kad A. Sniadeckis savo didžiąją dalį knygos skiria to meto pasiturinčios visuomenės vaikų augimo ypatumams nagrinėti, palyginant juos su kitų vaikų augimu, parodant miesto ir kaimo vaikų raidos ir auginimo sąlygų skirtumus.

Stebėtinai įžvalgiai jis pradeda aiškinti vaikų augimo ir auginimo klausimus „iš toli“ – nuo santuokos sudarymo ir besilaukiančių moterų priežiūros, lyg numatydamas **augimo programavimo** ankstyvaisiais gemalo ir vaisiaus raidos etapais teoriją, kurią tik apie 1990 m. išrutuliojo D. Barkeris. Dar iš šiandien yra sprendžiami sudėtingi šios teorijos mechanizmai, gilinamasi, kaip ir kelias kartas gali paveikti tam tikrų augimo sąlygų įvairiais organizmo raidos laikotarpiais nukrypimai.

A. Sniadeckis progresyviai pagal to meto žinių visumą aprašė esminius **augimo ir brendimo dėsnius**, vadinamuosius **kritinius augimo laikotarpius** (*in utero*, kūdikystė, tikrasis brendimas ir kt.), tinkamai **klasifikavo augimo periodą**, tiksliai nurodė jo reiškinių **chronologiją**, pateikė tinkamas brendimo datas. Šios datos smarkiau pakito tik XXI a., tačiau ir dabar mokslininkai bei gydytojai nesutaria, ar pastaruoju metu gerokai pasikeitusias augimo ir brendimo datas galime traktuoti kaip natūralų vyksmą, ar kaip nukrypimą, dėl kurio reikėtų visiems labai susirūpinti ir imtis prevencijos priemonių. Profesorius daugiau nei prieš 200 metų akcentavo ankstyvųjų vaiko ir paauglio raidos etapų svarbą būsimai individo sveikatai, nes, jo nuomone, tinkamas šio laikotarpio kūno ir proto lavinimas pasilieka organizmo atmintyje.

Aprašydamas visus **esminius žmogaus augimo laikotarpius** (kūdikystę, laikotarpį iki septintųjų gyvenimo metų ir brendimo periodą), visur A. Sniadeckis akcentavo fizinės ir psichinės būklės vienovę, harmoningą fizinį ir protinį lavinimą (auklėjimą) pagal

amžiaus laikotarpį ir atsižvelgiant į vaiko biologinę lytį bei kitus organizmo individualius ypatumus. Svarbiausia mintis čia – kuo vaikas mažesnis, tuo daugiau turi dominuoti fizinis auklėjimas, o tikrasis „*protinis lavinimas*“ – ne anksčiau, nei prasikala „antrieji dantys“. Tai iš esmės sutampa su mokyklinio amžiaus pradžia net ir šiandien. A. Sniadeckis akcentavo „*fizinio ir moralinio lavinimo*“ vienovę bei pusiausvyrą, „*neperspaudžiant*“ nei vienos ugdomos srities. Šie klausimai aktualūs ir šiandien, kai auganti karta vis daugiau laiko praleidžia prie ekranų.

Didelį dėmesį Profesorius skyrė visų amžiaus laikotarpių, o ypač – **kritinių augimo periodų ypatumų sąsajoms su aplinkos sąlygomis**, mityba, gyvenimo būdu (tinkama fizine veikla, miego trukme), buities ir higienos sąlygomis, psichologine ir emocine aplinka. Kadangi A. Sniadeckis daugiau dėmesio skyrė pasiturinčio sluoksnio vaikų augimui aprašyti, jau tuomet minėjo dažnai nepakankamą jų fizinį aktyvumą, nesubalansuotą mitybą, nors mes manome, kad tai yra tik XXI a. problema. Labai svarbi čia yra Profesoriaus įžvalga, kad minėti neigiami veiksniai dažnai siejasi ir su pernelyg **sparčiu augimu bei ankstyvu brendimu**, o tai gali turėti neigiamos įtakos individo raidai ir sveikatos būklei (tam tikroms ligoms) net ir vyresniame amžiuje. Kai dėl kūdikių mitybos – ypač daug dėmesio šioje knygoje skirta **žindymo reikšmei, donoriniam (žindyvės) pienui** ir net **pakaitiniam maitinimui**, kur pateikiama stebėtina įžvalga dėl ožkų pieno geresnio tinkamumo (nei karvės pienas) mažų kūdikių mitybai.

Dar viena ypatingai svarbi A. Sniadeckio įžvalga – **brėstančių jaunuolių biologinės, socialinės ir emocinės brandos skirtumai**: Profesorius nurodė, kad visapusio subrendimo amžius yra kur kas vėlesnis nei 18 metų, jis net iškelia mintį, kad „*esant poreikiui, būtų galima sukurti įstatymą, kuriuo pilnametystė būtų pratęsta iki 24 ar 25 metų*“ (!). Neįtikėtina, bet tik 2015 m. Pasaulinė sveikatos organizacija (PSO) pateikė naują apibrėžimą, kad individą galima traktuoti suaugusiu tik nuo 25 metų.

Stebina A. Sniadeckio įžvalgos apie **geografinius augimo ir brendimo skirtumus**, tačiau ir čia mokslininkas akcentuoja pirmiausia ne „*prigimtinių*“, o aplinkos sąlygų įtaką (kas paaiškėjo tik po pastarojo dešimtmečio epigenetinių tyrimų, nors dar iki XX a. pabaigos manyta, kad augimo ypatumai ir žmogaus kūno dydis labiausiai priklauso nuo fiksuotų genetinių veiksnių). Vis tik A. Sniadeckis neneigia paveldimumo svarbos, tačiau pabrėžia, kad organizmas kaip augalas – galop daug kas priklauso nuo augimo (auginimo) sąlygų.

Be abejo, kai kurias A. Sniadeckio mintis reikia vertinti labai kritiškai, pavyzdžiui, tam tikrų ligų priežasčių ir gydymo rekomendacijas (natūralu – daugiau nei prieš 200 metų šios žinios buvo tik modernios medicinos priešaušryje). Tačiau jo įžvalgos apie **neišnešiotų naujagimių** sveikatos problemas iš esmės teisingos net šios dienos žinių kontekste – jis akcentavo, kad tokių vaikų plaučiai (!) ir virškinimo kanalas nėra tinkamai subrendęs, termoreguliacija nepakankama, o dažniausia jų mirties priežastis – savalaikės ir tinkamos pagalbos nesuteikimas, bet užsiminė, kad tokie vaikai vėliau augdami dažnai „atsigriebia“ augimo atsilikimą. Užsimena ir apie „*prigimtinių ligų*“ galimybę išnykti dėl „*giminių maišymosi*“ (nors genetikos mokslas prasidėjo maždaug tik po 100 metų).

Galop pabaigoje atsiskleidžia A. Sniadeckio itin humaniškas ir šiuolaikiškas net šių dienų kontekste požiūris į sergančius bei **neįgalius vaikus** – jis teigė, kad negalią turintys vaikai negali būti palikti be priežiūros ar pasmerkti mirti, kad civilizuotos visuomenės turi rūpintis visais, dar daugiau – tokių vaikų priežiūra turi būti ypatinga, nes kiekviena negalia yra labai skirtinga. Įdomu, kad tos pačios negalios skirtingų raiškų (fenotipo) tyrimai aktualūs ir šiandien, stinga detalesnių tyrimų.

Pabaigai belieka pridurti *William Blake* frazę „*Tai, kas dabar įrodyta, kažkada buvo tik įsivaizduojama*“. Tačiau prieš 220 metų tokiam auksologijos dėsnių „įsivaizdavimui“ vis viena reikėjo turėti labai skvarbų protą, kompleksinį mąstymą ir, matyt, puikų vizionierišką mąstymą.

Literatūros sąrašas:

1. AAOS (American Academy of Orthopaedic Surgeons). Clubfoot. April 2023. *https://orthoinfo.aaos.org/en/diseases--conditions/clubfoot/*

2. ACOG (American College of Obstetricians and Gynecologists). The Apgar Score. Committee Opinion No. 644. Obstet Gynecol 2015;126:e52-5. *https://www.acog.org/en/clinical/clinical-guidance/committee-opinion/articles/2015/10/the-apgar-score*

3. Adebowale SA. Dynamics of child marriage and marital timing in Nigeria: A retrogression or progression? Health Care Women Int. 2018 Sep;39(9):975-993. doi: 10.1080/07399332.2018.1490742.

4. Alsaker FD. Timing of puberty and reactions to pubertal changes. In *Psychosocial disturbances in young people. Challenges for prevention.* Edited by Rutter M. Cambridge University Press, Cambridge, 1995, p. 37–82.

5. Altimus CM, Marlin BJ, Charalambakis NE, Colón-Rodriquez A, Glover EJ, Izbicki P, Johnson A, Lourenco MV, Makinson RA, McQuail J, Obeso I, Padilla-Coreano N, Wells MF; for Training Advisory Committee. The Next 50 Years of Neuroscience. J Neurosci. 2020 Jan 2;40(1):101-106. doi: 10.1523/JNEUROSCI.0744-19.2019.

6. American Heart Association. Dietary Recommendations for Healthy Children. September 24, 2024. *https://www.heart.org/en/healthy-living/healthy-eating/eat-smart/nutrition-basics/dietary-recommendations-for-healthy-children*

7. Attanasio O. Understanding Early Childhood Development and Its Importance. The Reporter. NBER. 2024;3:10-15.

8. Axsom JE, Libonati JR. Impact of parental exercise on epigenetic modifications inherited by offspring: A systematic review. Physiol Rep. 2019 Nov;7(22):e14287. doi: 10.14814/phy2.14287.

9. Baba T, Alvarez-Prats A, Kim YJ, Abebe D, Wilson S, Aldworth Z, Stopfer MA, Heuser J, Balla T. Myelination of peripheral nerves is controlled by PI4KB through regulation of Schwann cell Golgi function. Proc Natl Acad Sci U S A. 2020 Nov 10;117(45):28102-28113. doi: 10.1073/pnas.2007432117.

10. Balk SJ. How Noise Affects Children. American Academy of Pediatrics Council on Environmental Health and Climate Change. October 20, 2023. *https://www.healthychildren.org/English/safety-prevention/all-around/Pages/how-noise-affects-your-child.aspx*

11. Ballard O, Morrow AL. Human milk composition: nutrients and bioactive factors. Pediatr Clin North Am. 2013 Feb;60(1):49-74. doi: 10.1016/j.pcl.2012.10.002.

12. Barker DJP and Osmond C. Infant mortality, childhood nutrition, and hischaemic heart disease in England and Wales. Lancet 1986; 1: 1077–1081.

13. Barker DJP, Gluckman PD, Godfrey KM, et al. Fetal nutrition and cardiovascular disease in adult life. Lancet 1993; 341: 938–941.

14. Barker DJP. Mothers, babies and disease in later life. London: BMJ Publishing Group, 1994.

15. Barker DJ. The fetal and infant origins of disease. Eur J Clin Invest. 1995 Jul;25(7):457-63. doi: 10.1111/j.1365-2362.1995.tb01730.x.

16. Bauer I, Hartkopf J, Kullmann S, Schleger F, Hallschmid M, Pauluschke-Fröhlich J, Fritsche A, Preissl H. Spotlight on the fetus: how physical activity during pregnancy influences fetal health: a narrative review. BMJ Open Sport Exerc Med. 2020 Mar 16;6(1):e000658. doi: 10.1136/bmjsem-2019-000658.

17. Bellis MA, Downing J, Ashton JR. Adults at 12? Trends in puberty and their public health consequences. J Epidemiol Community Health. 2006 Nov;60(11):910-1. doi: 10.1136/jech.2006.049379.

18. Berg K, Arron K, Burbidge C, Moss J. & Oliver C. (2007). Carer reported contemporary health problems in people with severe learning disability and genetic syndromes. Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities, 4, 120-128.

19. Bleil ME, Appelhans BM, Gregorich SE, Hiatt RA, Roisman GI, Booth-LaForce C. Pubertal timing: A life course pathway linking early life risk to adulthood cardiometabolic health. PLoS One. 2024 Mar 27;19(3):e0299433. doi: 10.1371/journal.pone.0299433.

20. Boersma B, Wit JM. Catch-up growth. Endocr Rev. 1997 Oct;18(5):646-61. doi: 10.1210/edrv.18.5.0313.

21. Bogin, B., Azcorra, H., Ávila-Escalante, M.L., Castillo-Burguete, M.T., Varela-Silva, M.I., Dickinson, F. (2020). Globalization and Children's Diets: The Case of Yucatan, Mexico. In: Azcorra, H., Dickinson, F. (eds) Culture, Environment and Health in the Yucatan Peninsula. Springer, Cham. *https://doi.org/10.1007/978-3-030-27001-8_3*

22. Boyd DR, Bee HL. The Growing Child. 10th ed., Pearson, 2010.

23. Botstein D, Risch N. Discovering genotypes underlying human phenotypes: past successes for mendelian disease, future approaches for complex disease. Nat Genet. 2003 Mar;33 Suppl:228-37. doi: 10.1038/ng1090.

24. Brinkis R. The Impact of Early Nutrient Intake on Growth, Body Composition, and Neurodevelopment of Very Low Birth Weight Infants: doctoral dissertation. Lithuanian University of Health Sciences; Kaunas, 2023.

25. Brix N, Ernst A, Lauridsen LLB, Parner E, Støvring H, Olsen J, Henriksen TB, Ramlau-Hansen CH. Timing of puberty in boys and girls: A population-based study. Paediatr Perinat Epidemiol. 2019 Jan;33(1):70-78. doi: 10.1111/ppe.12507.

26. Cakar E. Post-Stroke Walking/ When Does a Paralyzed Patient Walk? Blog (2024): *https://engincakar.com/en/post-stroke-walking-when-does-a-paralyzed-patient-walk/*

27. Cameron N, Schell L. (eds.) (2021) Human Growth and Development. 3rd ed. Academic Press, 592 p.

28. Camilletti E, Gassmann F, Groot W, Martorano B. Child Work in Developing Countries: Revisiting the Differences and Similarities Between Income-Generating and Care and Domestic Work. The Journal of Development Studies. 2024;1–25. *https://doi.org/10.1080/00220388.2024.2434253*

29. Cammarata CM. Avoidant/Restrictive Food Intake Disorder (ARFID). Kids Health, April 2023. *https://kidshealth.org/en/parents/arfid.html*

30. Casha AR, Scarci M. The link between tuberculosis and body mass index. J Thorac Dis. 2017 Mar;9(3):E301-E303. doi: 10.21037/jtd.2017.03.47.

31. Cavalli G, Heard E. Advances in epigenetics link genetics to the environment and disease. Nature. 2019;571:489–499. *https://doi.org/10.1038/s41586-019-1411-0*

32. Celinska A. Supporting each unique child. Early Years Educator. 2023. *https://doi.org/10.12968/eyed.2023.24.2.30.*

33. Chakole S, Akre S, Sharma K, Wasnik P, Wanjari MB. Unwanted Teenage Pregnancy and Its Complications: A Narrative Review. Cureus. 2022 Dec 18;14(12):e32662. doi: 10.7759/cureus.32662.

34. Chanchlani R, Nemer P, Sinha R, Nemer L, Krishnappa V, Sochett E, Safadi F, Raina R. An Overview of Rickets in Children. Kidney Int Rep. 2020 Apr 11;5(7):980-990. doi: 10.1016/j.ekir.2020.03.025.

35. Chao H-H, Zhang Y, Dong P-Y, Gurunathan S and Zhang X-F (2023). Comprehensive review on the positive and negative effects of various important regulators on male spermatogenesis and fertility. *Front. Nutr.* 9:1063510. doi: 10.3389/fnut.2022.1063510.

36. Chiavaroli, V., Hopkins, S.A., Derraik, J.G.B. et al. Exercise in pregnancy: 1-year and 7-year follow-ups of mothers and offspring after a randomized controlled trial. Sci Rep 8, 12915 (2018). *https://doi.org/10.1038/s41598-018-30925-5*

37. Choi H, Yoo JE, Han K, Choi W, Rhee SY, Lee H, Shin DW. Body Mass Index, Diabetes, and Risk of Tuberculosis: A Retrospective Cohort Study. Front Nutr. 2021 Dec 1;8:739766. doi: 10.3389/fnut.2021.739766.

38. Choi J, Park H, Behrman JR. Separating boys and girls and increasing weight? Assessing the impacts of single-sex schools through random assignment in Seoul. Soc Sci Med. 2015 Jun;134:1-11. doi: 10.1016/j.socscimed.2015.03.053.

39. Cisek P, Green AM. Toward a neuroscience of natural behavior. Curr Opin Neurobiol. 2024 Jun;86:102859. doi: 10.1016/j.conb.2024.102859.

40. Collings PJ, Farrar D, Gibson J, West J, Barber SE, Wright J. Associations of Pregnancy Physical Activity with Maternal Cardiometabolic Health, Neonatal Delivery Outcomes and Body Composition in a Biethnic Cohort of 7305 Mother-Child Pairs: The Born in Bradford Study. Sports Med. 2020 Mar;50(3):615-628. doi: 10.1007/s40279-019-01193-8.

41. Collins JM, Keane JM, Deady C, Khashan AS, McCarthy FP, O'Keeffe GW, Clarke G, Cryan JF, Caputi V, O'Mahony SM. Prenatal stress impacts foetal neurodevelopment: Temporal windows of gestational vulnerability. Neurosci Biobehav Rev. 2024 Sep;164:105793. doi: 10.1016/j.neubiorev.2024.105793.

42. Corona-Cervantes K, Sánchez-Salguero E, Zárate-Segura PB, Krishnakumar A, Piña-Escobedo A, Rangel-Calvillo MN, Ramírez-Lozada T, Acosta-Altamirano G, Lázaro-Pérez NDS, Sierra-Martínez M, Santos-Argumedo L, García-Mena J. Maternal immunoglobulins differentially bind a diverse bacterial community in human colostrum and the stool of breastfed neonates. Immunol Lett. 2025 Feb 7;273:106978. doi: 10.1016/j.imlet.2025.106978.

43. Costa-Júnior JM, Ferreira SM, Kurauti MA, Bernstein DL, Ruano EG, Kameswaran V, Schug J, Freitas-Dias R, Zoppi CC, Boschero AC, Oliveira CAM, Santos GJ, Carneiro EM, Kaestner KH. Paternal Exercise Improves the Metabolic Health of Offspring via Epigenetic Modulation of the Germline. Int J Mol Sci. 2021 Dec 21;23(1):1. doi: 10.3390/ijms23010001.

44. Czosnykowska-Łukacka M, Królak-Olejnik B, Orczyk-Pawiłowicz M. Breast Milk Macronutrient Components in Prolonged Lactation. Nutrients. 2018 Dec 3;10(12):1893. doi: 10.3390/nu10121893.

45. Czosnykowska-Łukacka M, Lis-Kuberka J, Królak-Olejnik B, Orczyk-Pawiłowicz M. Changes in Human Milk Immunoglobulin Profile During Prolonged Lactation. Front Pediatr. 2020 Aug 7;8:428. doi: 10.3389/fped.2020.00428.

46. Česnys G, Tutkuvienė J. Tarptautinė konferencija „200 metų Lietuvos antropologijai: istorija, perspektyvos, ryšiai su medicinos praktika ir humanitarinė kultūra". Spalio 28–30, 2004, Vilnius, Lietuva. *https://www.vu.lt/site_files/MoS/2004%20m%20konf..doc*

47. Dalbeth N, Stamp LK, Merriman TR. The genetics of gout: towards personalised medicine? BMC Med. 2017 May 31;15(1):108. doi: 10.1186/s12916-017-0878-5.

48. Deichmann U. Epigenetics: The origins and evolution of a fashionable topic. Dev Biol. 2016 Aug 1;416(1):249-254. doi: 10.1016/j.ydbio.2016.06.005.

49. Dobbe AM, Gibbons PJ. Common paediatric conditions of the lower limb. J Paediatr Child Health. 2017 Nov;53(11):1077-1085. doi: 10.1111/jpc.13756.

50. Dombrowska-Pali A, Wiktorczyk-Kapischke N, Chrustek A, Olszewska-Słonina D, Gospodarek-Komkowska E, Socha MW. Human Milk Microbiome-A Review of Scientific Reports. Nutrients. 2024 May 8;16(10):1420. doi: 10.3390/nu16101420.

51. Dror DK, Allen LH. Overview of Nutrients in Human Milk. Adv Nutr. 2018 May 1;9(suppl_1):278S-294S. doi: 10.1093/advances/nmy022.

52. Dumuid D, Maher C, Lewis LK, Stanford TE, Martín Fernández JA, Ratcliffe J, Katzmarzyk PT, Barreira TV, Chaput JP, Fogelholm M, Hu G, Maia J, Sarmiento OL, Standage M, Tremblay MS, Tudor-Locke C, Olds T. Human development index, children's health-related quality of life and movement behaviors: a compositional data analysis. Qual Life Res. 2018 Jun;27(6):1473-1482. doi: 10.1007/s11136-018-1791-x. Epub 2018 Jan 23.

53. Dumuids-Vernet MV, Forma V, Provasi J, Anderson DI, Hinnekens E, Soyez E, Strassel M, Guéret L, Hym C, Huet V, Granjon L, Calamy L, Dassieu G, Boujenah L, Dollat C, Biran V, Barbu-Roth M. Stimulating the motor development of very premature infants: effects of

early crawling training on a mini-skateboard. Front Pediatr. 2023 Jun 6;11:1198016. doi: 10.3389/fped.2023.1198016.

54. Dumuids-Vernet MV, Provasi J, Anderson DI, Barbu-Roth M. Effects of Early Motor Interventions on Gross Motor and Locomotor Development for Infants at-Risk of Motor Delay: A Systematic Review. Front Pediatr. 2022 Apr 28;10:877345. doi: 10.3389/fped.2022.877345.

55. Duxiana. The Myth of the Hard Bed. April 27, 2021. *https://www.duxiana.com/magazine/the-myth-of-the-hard-bed/*

56. Eckert-Lind C, Busch AS, Petersen JH, Biro FM, Butler G, Bräuner EV, Juul A. Worldwide Secular Trends in Age at Pubertal Onset Assessed by Breast Development Among Girls: A Systematic Review and Meta-analysis. JAMA Pediatr. 2020 Apr 1;174(4):e195881. doi: 10.1001/jamapediatrics.2019.5881.

57. Eling P, Finger S. Franz Joseph Gall's non-cortical faculties and their organs. J Hist Behav Sci. 2020 Jan;56(1):7-19. doi: 10.1002/jhbs.21994.

58. EURODIAB Substudy 2 Study Group. Rapid early growth is associated with increased risk of childhood type 1 diabetes in various European populations. Diabetes Care. 2002 Oct;25(10):1755-60. doi: 10.2337/diacare.25.10.1755.

59. European Commission: Directorate-General for Employment, Social Affairs and Inclusion, Union of equality – Strategy for the rights of persons with disabilities 2021-2030, Publications Office, 2021. *https://data.europa.eu/doi/10.2767/31633*

60. European Union (2010). Charter of Fundamental Rights of the European Union. In Official Journal of the European Union C83. Vol. 53, p. 380.

61. Eustice C. Symptoms of Gout. Attacks can often worsen over time if left untreated. Very well health. March 8, 2023. *https://www.verywellhealth.com/recognize-the-signs-and-symptoms-of-gout-189846*

62. Fletcher L, Pham T, Bar S, Li D, Spinazzola R, Papaioannou H, Milanaik R. Variation in Neonate Swaddling Techniques. Adv Neonatal Care. 2018 Aug;18(4):302-306. doi: 10.1097/ANC.0000000000000506.

63. Fuhrman J. The Hidden Dangers of Fast and Processed Food. Am J Lifestyle Med. 2018 Apr 3;12(5):375-381. doi: 10.1177/1559827618766483.

64. Gascoigne EL, Webster CM, Honart AW, Wang P, Smith-Ryan A, Manuck TA. Physical activity and pregnancy outcomes: an expert review. Am J Obstet Gynecol MFM. 2023 Jan;5(1):100758. doi: 10.1016/j.ajogmf.2022.100758.

65. Ghai M, Kader F. A Review on Epigenetic Inheritance of Experiences in Humans. Biochem Genet. 2022 Aug;60(4):1107-1140. doi: 10.1007/s10528-021-10155-7.

66. Girard LC, Doyle O, Tremblay RE. Breastfeeding, Cognitive and Noncognitive Development in Early Childhood: A Population Study. Pediatrics. 2017 Apr;139(4):e20161848. doi: 10.1542/peds.2016-1848.

67. Giuliani F, Prandi G, Coscia A, Cresi F, Di Nicola P, Raia M, Sabatino G, Occhi L, Bertino E. Donor human milk versus mother's own milk in preterm VLBWIs: a case control study. J Biol Regul Homeost Agents. 2012 Jul-Sep;26(3 Suppl):19-24.

68. Gleason JL, Reddy UM, Chen Z, Grobman WA, Wapner RJ, Steller JG, Simhan H, Scifres CM, Blue N, Parry S, Grantz KL. Comparing population-based fetal growth standards in a US cohort. Am J Obstet Gynecol. 2024 Sep;231(3):338.e1-338.e18. doi: 10.1016/j.ajog.2023.12.034.

69. Goldberg M, D'Aloisio AA, O'Brien KM, Zhao S, Sandler DP. Pubertal timing and breast cancer risk in the Sister Study cohort. Breast Cancer Res. 2020 Oct 27;22(1):112. doi: 10.1186/s13058-020-01326-2.

70. Graber R, Turner R, Madill A. Best friends and better coping: Facilitating psychological resilience through boys' and girls' closest friendships. Br J Psychol. 2016 May;107(2):338-58. doi: 10.1111/bjop.12135.

71. Grenier LN, Atkinson SA, Mottola MF, Wahoush O, Thabane L, Xie F, Vickers-Manzin J, Moore C, Hutton EK, Murray-Davis B. Be Healthy in Pregnancy: Exploring factors that impact pregnant women's nutrition and exercise behaviours. Matern Child Nutr. 2021 Jan;17(1):e13068. doi: 10.1111/mcn.13068.

72. Hayman M, Brown WJ, Brinson A, Budzynski-Seymour E, Bruce T, Evenson KR. Public health guidelines for physical activity during pregnancy from around the world: a scoping review. Br J Sports Med. 2023 Jul;57(14):940-947. doi: 10.1136/bjsports-2022-105777.

73. Hardach S. What is the best age to learn a language? BBC. October 26, 2018. *https://www.bbc.com/future/article/20181024-the-best-age-to-learn-a-foreign-language*

74. Hasselmann K, Lurkin Q. Stimulating student engagement with an AI board game tournament. Machine Learning Workshop at ECML, Grenoble, 2022. Conference paper, May 2023. *https://arxiv.org/abs/2304.11376*

75. Hermanussen, M., Aßmann, C., Tutkuvienė, J. (2010). Statistical agreement and cost-benefit: comparison of methods for constructing growth reference charts. Annals of human biology. ISSN 0301-4460. 37(1). 57-69.

76. Holthouse D. Gender Segregation: Separate But Effective? Learning for Justice. 2010;37. *https://www.learningforjustice.org/magazine/spring-2010/gender-segregation-separate-but-effective*

77. Hong TT, Wang Y, Wong DW, Zhang G, Tan Q, Chen TL, Zhang M. The Influence of Mattress Stiffness on Spinal Curvature and Intervertebral Disc Stress-An Experimental and Computational Study. Biology (Basel). 2022 Jul 8;11(7):1030. doi: 10.3390/biology11071030.

78. Y de Vries J, Pundir S, Mckenzie E, Keijer J, Kussmann M. Maternal Circulating Vitamin Status and Colostrum Vitamin Composition in Healthy Lactating Women-A Systematic Approach. Nutrients. 2018 May 28;10(6):687. doi: 10.3390/nu10060687.

79. Iacovou M, Sevilla A. Infant feeding: the effects of scheduled vs. on-demand feeding on mothers' wellbeing and children's cognitive development. Eur J Public Health. 2013 Feb;23(1):13-9. doi: 10.1093/eurpub/cks012.

80. Ibanez A, Kringelbach ML, Deco G. A synergetic turn in cognitive neuroscience of brain diseases. Trends in Cognitive Sciences 2024 April;28(4):319-338.

81. Icenogle G, Steinberg L, Duell N, Chein J, Chang L, Chaudhary N, Di Giunta L, Dodge KA, Fanti KA, Lansford JE, Oburu P, Pastorelli C, Skinner AT, Sorbring E, Tapanya S, Uribe Tirado LM, Alampay LP, Al-Hassan SM, Takash HMS, Bacchini D. Adolescents' cognitive capacity reaches adult levels prior to their psychosocial maturity: Evidence for a "maturity gap" in a multinational, cross-sectional sample. Law Hum Behav. 2019 Feb;43(1):69-85. doi: 10.1037/lhb0000315.

82. Yengo L, Wray NR, Visscher PM. Extreme inbreeding in a European ancestry sample from the contemporary UK population. Nat Commun. 2019 Sep 3;10(1):3719. doi: 10.1038/s41467-019-11724-6.

83. Indrio F, Riezzo G, Raimondi F, Cavallo L, Francavilla R. Regurgitation in healthy and non healthy infants. Ital J Pediatr. 2009 Dec 9;35(1):39. doi: 10.1186/1824-7288-35-39.

84. Institute of Animal Reproduction and Food Research of the Polish Academy of Sciences. Human genes can't keep up with adaptation to modern diet. Date of publication: 28.04.2023. *https://pan.olsztyn.pl/2023/04/human-genes-cant-keep-up-with-adaptation-to-modern-diet/*

85. Jagtap A, Jagtap B, Jagtap R, Lamture Y, Gomase K. Effects of Prenatal Stress on Behavior, Cognition, and Psychopathology: A Comprehensive Review. Cureus. 2023 Oct 14;15(10):e47044. doi: 10.7759/cureus.47044.

86. Jelenkovic A, Sund R, Yokoyama Y, Latvala A, Sugawara M, Tanaka M, Matsumoto S, Freitas DL, Maia JA, Knafo-Noam A, Mankuta D, Abramson L, Ji F, Ning F, Pang Z, Rebato E, Saudino KJ, Cutler TL, Hopper JL, Ullemar V, Almqvist C, Magnusson PKE, Cozen W, Hwang AE, Mack TM, Nelson TL, Whitfield KE, Sung J, Kim J, Lee J, Lee S, Llewellyn CH, Fisher A, Medda E, Nisticò L, Toccaceli V, Baker LA, Tuvblad C, Corley RP, Huibregtse BM, Derom CA, Vlietinck RF, Loos RJF, Burt SA, Klump KL, Silberg JL, Maes HH, Krueger RF, McGue M, Pahlen S, Gatz M,

Butler DA, Harris JR, Brandt I, Nilsen TS, Harden KP, Tucker-Drob EM, Franz CE, Kremen WS, Lyons MJ, Lichtenstein P, Bartels M, Beijsterveldt CEMV, Willemsen G, Öncel SY, Aliev F, Jeong HU, Hur YM, Turkheimer E, Boomsma DI, Sørensen TIA, Kaprio J, Silventoinen K. Genetic and environmental influences on human height from infancy through adulthood at different levels of parental education. Sci Rep. 2020 May 14;10(1):7974. doi: 10.1038/s41598-020-64883-8.

87. John RM, Rougeulle C. Developmental Epigenetics: Phenotype and the Flexible Epigenome. Front Cell Dev Biol. 2018 Oct 11;6:130. doi: 10.3389/fcell.2018.00130.

88. Karapanou O, Papadimitriou A. Determinants of menarche. Reprod Biol Endocrinol. 2010 Sep 30;8:115. doi: 10.1186/1477-7827-8-115.

89. Kasperiūnaitė, Laura; Tutkuvienė, Janina (temos vadovas). Lietuvos merginų menarchės amžiaus ypatumai ir pokyčiai per pastaruosius 20 metų // Studentų mokslinės veiklos LXXV konferencija Vilnius, 2023 m. gegužės 15–19 d.: pranešimų tezės; leidinį sudarė Simona Kildienė. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla. eISSN 2783-7831. 2023, p. 68-69.

90. Kendrick K, Jutengren G, Stattin H. The protective role of supportive friends against bullying perpetration and victimization. J Adolesc. 2012 Aug;35(4):1069-80. doi: 10.1016/j.adolescence.2012.02.014.

91. Kennedy J. Men are spending more time looking after their children – and it's not just cultural, it's in their genes. The Guardian. July 28, 2024. *https://www.theguardian.com/commentisfree/article/2024/jul/28/men-children-cultural-parenthood-hormones*

92. Killeen SL, Donnellan N, O'Reilly SL, Hanson MA, Rosser ML, Medina VP, Jacob CM, Divakar H, Hod M, Poon LC, Bergman L, O'Brien P, Kapur A, Jacobsson B, Maxwell CV, McIntyre HD, Regan L, Algurjia E, Ma RC, Adam S, McAuliffe FM; FIGO Committee on Impact of Pregnancy on Long-term Health and the FIGO Division of Maternal and Newborn Health. Using FIGO Nutrition Checklist counselling in pregnancy: A review to support healthcare professionals. Int J Gynaecol Obstet. 2023 Jan;160 Suppl 1(Suppl 1):10-21. doi: 10.1002/ijgo.14539.

93. Killeen SL, Geraghty AA, O›Brien EC, O›Reilly SL, Yelverton CA, McAuliffe FM. Addressing the gaps in nutritional care before and during pregnancy. Proc Nutr Soc. 2022 Mar;81(1):87-98. doi: 10.1017/S0029665121003724.

94. Kim SJ, Ye S, Ha E, Chun EM. Association of body mass index with incident tuberculosis in Korea. PLoS One. 2018 Apr 18;13(4):e0195104. doi: 10.1371/journal.pone.0195104. Erratum in: PLoS One. 2018 Jun 8;13(6):e0199065. doi: 10.1371/journal.pone.0199065.

95. Kohno A, Techasrivichien T, Suguimoto SP, Dahlui M, Nik Farid ND, Nakayama T. Investigation of the key factors that influence the girls to enter into child marriage: A meta-synthesis of qualitative evidence. PLoS One. 2020 Jul 17;15(7):e0235959. doi: 10.1371/journal.pone.0235959.

96. Kondo K, Kikuta S, Ueha R, Suzukawa K and Yamasoba T (2020). Age-Related Olfactory Dysfunction: Epidemiology, Pathophysiology, and Clinical Management. *Front. Aging Neurosci.* 12:208. doi: 10.3389/fnagi.2020.00208

97. Kuhn HG, Skau S, Nyberg J. A lifetime perspective on risk factors for cognitive decline with a special focus on early events. Cereb Circ Cogn Behav. 2024 Mar 7;6:100217. doi: 10.1016/j.cccb.2024.100217.

98. Kundakovic M, Tickerhoof M. Epigenetic mechanisms underlying sex differences in the brain and behavior. Trends Neurosci. 2024 Jan;47(1):18-35. doi: 10.1016/j.tins.2023.09.007.

99. Kuoliene K, Danieliene E, Tutkuviene J. Eye morphometry, body size, and flexibility parameters in myopic adolescents. Sci Rep. 2024 Mar 21;14(1):6787. doi: 10.1038/s41598-024-57347-w.

100. Largo RH. Catch-up growth during adolescence. Horm Res. 1993;39 Suppl 3:41-8. doi: 10.1159/000182783.

101. Levine H, Jørgensen N, Martino-Andrade A, Mendiola J, Weksler-Derri D, Jolles M, Pinotti R, Swan SH. Temporal trends in sperm count: a systematic review and meta-regression

analysis of samples collected globally in the 20th and 21st centuries. Hum Reprod Update. 2023 Mar 1;29(2):157-176. doi: 10.1093/humupd/dmac035.

102. Levine H, Jørgensen N, Martino-Andrade A, Mendiola J, Weksler-Derri D, Mindlis I, Pinotti R, Swan SH. Temporal trends in sperm count: a systematic review and meta-regression analysis. Hum Reprod Update. 2017 Nov 1;23(6):646-659. doi: 10.1093/humupd/dmx022.

103. Li N, Zhang S, Leng JH, Li WQ, Wang LS, Li W, Liu HK, Du YX, Zheng RX. Effects of rapid growth in early childhood on metabolic and cardiovascular diseases among preschool-aged children. Asia Pac J Clin Nutr. 2020;29(3):558-565. doi: 10.6133/apjcn.202009_29(3).0015.

104. Lynn Mulvey K, Boswell C, Zheng J. Causes and Consequences of Social Exclusion and Peer Rejection Among Children and Adolescents. Rep Emot Behav Disord Youth. 2017 Summer;17(3):71-75.

105. Liu Q, Yu C, Gao W, et al. Genetic and Environmental Effects on Weight, Height, and BMI Under 18 Years in a Chinese Population-Based Twin Sample. Twin Research and Human Genetics. 2015;18(5):571-580. doi:10.1017/thg.2015.63

106. Mael F, Alonso A, Gibson D, Rogers K, Smith M, American Institutes for Research. Single-Sex Versus Coeducational Schooling: A Systematic Review. U.S. Department of Education Office of Planning, Evaluation and Policy Development Policy and Program Studies Service. Washington, DC, 2005. *https://www.ed.gov/sites/ed/files/rschstat/eval/other/single-sex/single-sex.pdf*

107. Massey N, Climatewire. Humans May Be the Most Adaptive Species: Constant climate change may have given Homo sapiens their flexibility. Date of publication: 25.09.2013. *https://www.scientificamerican.com/article/humans-may-be-most-adaptive-species/*

108. Meck KY. When is the best time to introduce a new language for bilingual and trilingual families? The Multilingual Family Hub. February 6, 2024. *https://www.multilingualfamilyhub.com/post/when-is-the-best-time-to-introduce-a-new-language-for-bilingual-and-trilingual-families*

109. MIND 24-7 Team. Teenage burnout: key symptoms & how to help. Mind 24-7. March 8, 2024. *https://www.mind24-7.com/blog/teenage-burnout-key-symptoms-how-to-help/*

110. Missoni S, Institute for Anthropological Research. 23rd EAA Congress -16th ISGA Congress - SSHB Congress. 5-8th September, Zagreb, Croatia. *https://web.empl.io/EAA2024/#welcome*

111. Moyer C, Livingston J, Fang X, May LE. Influence of exercise mode on pregnancy outcomes: ENHANCED by Mom project. BMC Pregnancy Childbirth. 2015 Jun 9;15:133. doi: 10.1186/s12884-015-0556-6.

112. Möller EL, de Vente W, Rodenburg R. Infant crying and the calming response: Parental versus mechanical soothing using swaddling, sound, and movement. PLoS One. 2019 Apr 24;14(4):e0214548. doi: 10.1371/journal.pone.0214548.

113. Monahan KC, Steinberg L, Cauffman E, Mulvey EP. Psychosocial (im)maturity from adolescence to early adulthood: distinguishing between adolescence-limited and persisting antisocial behavior. Dev Psychopathol. 2013 Nov;25(4 Pt 1):1093-105. doi: 10.1017/S0954579413000394.

114. Moon RY, Carlin RF, Hand I; TASK FORCE ON SUDDEN INFANT DEATH SYNDROME AND THE COMMITTEE ON FETUS AND NEWBORN. Sleep-Related Infant Deaths: Updated 2022 Recommendations for Reducing Infant Deaths in the Sleep Environment. Pediatrics. 2022 Jul 1;150(1):e2022057990. doi: 10.1542/peds.2022-057990.

115. Morkuniene R, Levuliene R, Gegzna V, Jakimaviciene EM, Tutkuviene J. Surviving prematurity: retrospective longitudinal study of multisystem consequences in preterm-born individuals from infancy to adolescence. BMC Pediatr. 2025 Jan 18;25(1):46. doi: 10.1186/s12887-025-05393-2.

116. Morkuniene R, Tutkuviene J, Cole TJ, Jakimaviciene EM, Isakova J, Bankauskiene A, Drazdiene N, Basys V. Neonatal head circumference by gestation reflects adaptation to maternal body size: comparison of different standards. Sci Rep. 2022 Jun 30;12(1):11057. doi: 10.1038/s41598-022-15128-3.

117. Morris T, Strömmer S, Vogel C, Harvey NC, Cooper C, Inskip H, Woods-Townsend K, Baird J, Barker M, Lawrence W. Improving pregnant women's diet and physical activity behaviours: the emergent role of health identity. BMC Pregnancy Childbirth. 2020 Apr 25;20(1):244. doi: 10.1186/s12884-020-02913-z.

118. Mosaic Weighted Blankets. How Firm Should Your Child's Mattress Be? June 7, 2024. *https://www.mosaicweightedblankets.com/blogs/sleep/how-firm-should-your-childs-mattress-be*

119. Muñoz-Salinas F, Andrade-Montemayor HM, De la Torre-Carbot K, Duarte-Vázquez MÁ, Silva-Jarquin JC. Comparative Analysis of the Protein Composition of Goat Milk from French Alpine, Nubian, and Creole Breeds and Holstein Friesian Cow Milk: Implications for Early Infant Nutrition. Animals (Basel). 2022 Aug 30;12(17):2236. doi: 10.3390/ani12172236.

120. Nelson CA, Scott RD, Bhutta ZA, Harris NB, Danese A, Samara M. Adversity in childhood is linked to mental and physical health throughout life. BMJ. 2020 Oct 28;371:m3048. doi: 10.1136/bmj.m3048.

121. Nojiri K, Kobayashi S, Higurashi S, Takahashi T, Tsujimori Y, Ueno HM, Watanabe-Matsuhashi S, Toba Y, Yamamura J, Nakano T, Nomura K, Kobayashi T. Maternal Health and Nutrition Status, Human Milk Composition, and Growth and Development of Infants and Children: A Prospective Japanese Human Milk Study Protocol. Int J Environ Res Public Health. 2020 Mar 13;17(6):1869. doi: 10.3390/ijerph17061869.

122. Oficialiosios statistikos portalas. Kūdikių mirtingumas. 2023. *https://osp.stat.gov.lt/statistiniu-rodikliu-analize?hash=9ef213ad-ae15-444a-b77c-1e4805db3ae8#/*

123. Olander EK, Smith DM, Darwin Z. Health behaviour and pregnancy: a time for change. J Reprod Infant Psychol. 2018 Feb;36(1):1-3. doi: 10.1080/02646838.2018.1408965.

124. Paciorek CJ, Stevens GA, Finucane MM, Ezzati M; Nutrition Impact Model Study Group (Child Growth). Children's height and weight in rural and urban populations in low-income and middle-income countries: a systematic analysis of population-representative data. Lancet Glob Health. 2013 Nov;1(5):e300-9. doi: 10.1016/S2214-109X(13)70109-8.

125. Pahlke E, Hyde JS, Allison CM. The effects of single-sex compared with coeducational schooling on students' performance and attitudes: a meta-analysis. Psychol Bull. 2014 Jul;140(4):1042-72. doi: 10.1037/a0035740.

126. Parent AS, Teilmann G, Juul A, Skakkebaek NE, Toppari J, Bourguignon JP. The timing of normal puberty and the age limits of sexual precocity: variations around the world, secular trends, and changes after migration. Endocr Rev. 2003 Oct;24(5):668-93. doi: 10.1210/er.2002-0019.

127. Parker Jones O, Alfaro-Almagro F, Jbabdi S. An empirical, 21st century evaluation of phrenology. Cortex. 2018 Sep;106:26-35. doi: 10.1016/j.cortex.2018.04.011.

128. Paulavičienė IJ. Nežindančių motinų pieno maistinių medžiagų koncentracijos pokyčiai po gimdymo ir veiksniai bei procedūros, turintys įtakos jo sudėčiai. Daktaro disertacija. Vilniaus universitetas, 2021.

129. Pennington CR, Kaye LK, Qureshi AW, Heim D. Controlling for Prior Attainment Reduces the Positive Influence that Single-Gender Classroom Initiatives Exert on High School Students' Scholastic Achievements. Sex Roles. 2018;78(5):385-393. doi: 10.1007/s11199-017-0799-y.

130. Pfeifer JH, Allen NB. Puberty Initiates Cascading Relationships Between Neurodevelopmental, Social, and Internalizing Processes Across Adolescence. Biol Psychiatry. 2021 Jan 15;89(2):99-108. doi: 10.1016/j.biopsych.2020.09.002.

131. Piccolo O, Kinshella MW, Salimu S, Vidler M, Banda M, Dube Q, Kawaza K, Goldfarb DM, Nyondo-Mipando AL. Healthcare worker perspectives on mother's insufficient milk supply in Malawi. Int Breastfeed J. 2022 Feb 23;17(1):14. doi: 10.1186/s13006-022-00460-1.

132. Prentice P, Viner RM. Pubertal timing and adult obesity and cardiometabolic risk in women and men: a systematic review and meta-analysis. Int J Obes (Lond). 2013 Aug;37(8):1036-43. doi: 10.1038/ijo.2012.177.

133. Previtali SC. Peripheral Nerve Development and the Pathogenesis of Peripheral Neuropathy: the Sorting Point. Neurotherapeutics. 2021 Oct;18(4):2156-2168. doi: 10.1007/s13311-021-01080-z.

134. Provasi J, Blanc L, Carchon I. The Importance of Rhythmic Stimulation for Preterm Infants in the NICU. Children (Basel). 2021 Jul 29;8(8):660. doi: 10.3390/children8080660.

135. Qureshi IA, Mehler MF. Genetic and epigenetic underpinnings of sex differences in the brain and in neurological and psychiatric disease susceptibility. Prog Brain Res. 2010;186:77-95. doi: 10.1016/B978-0-444-53630-3.00006-3.

136. Ratnu VS, Emami MR, Bredy TW. Genetic and epigenetic factors underlying sex differences in the regulation of gene expression in the brain. J Neurosci Res. 2017 Jan 2;95(1-2):301-310. doi: 10.1002/jnr.23886.

137. Redsell SA, Slater V, Rose J, Olander EK, Matvienko-Sikar K. Barriers and enablers to caregivers' responsive feeding behaviour: A systematic review to inform childhood obesity prevention. Obes Rev. 2021 Jul;22(7):e13228. doi: 10.1111/obr.13228.

138. Robinson PN, Köhler S, Bauer S, Seelow D, Horn D, Mundlos S. The Human Phenotype Ontology: a tool for annotating and analyzing human hereditary disease. Am J Hum Genet. 2008 Nov;83(5):610-5. doi: 10.1016/j.ajhg.2008.09.017.

139. Romero-Mujalli D, Rochow M, Kahl S, Paraskevopoulou S, Folkertsma R, Jeltsch F, Tiedemann R. Adaptive and nonadaptive plasticity in changing environments: Implications for sexual species with different life history strategies. Ecol Evol. 2021 Apr 4;11(11):6341-6357. doi: 10.1002/ece3.7485.s

140. Ruan T, Yue Y, Lu W, Zhou R, Xiong T, Jiang Y, Ying J, Tang J, Shi J, Wang H, Xiao G, Li J, Qu Y, Mu D. Association between low ambient temperature during pregnancy and adverse birth outcomes: A systematic review and meta-analysis. Chin Med J (Engl). 2023 Oct 5;136(19):2307-2315. doi: 10.1097/CM9.0000000000002361.

141. Safi-Stibler S, Gabory A. Epigenetics and the Developmental Origins of Health and Disease: Parental environment signalling to the epigenome, critical time windows and sculpting the adult phenotype. Semin Cell Dev Biol. 2020 Jan;97:172-180. doi: 10.1016/j.semcdb.2019.09.008.

142. Sales WB, Maranhão EF, Ramalho CST, Macêdo SGGF, Souza GF, Maciel ÁCC. Early life circumstances and their impact on health in adulthood and later life: a systematic review. BMC Geriatr. 2024 Nov 28;24(1):978. doi: 10.1186/s12877-024-05571-4.

143. Sauce B, Liebherr M, Judd N, Klingberg T. The impact of digital media on children's intelligence while controlling for genetic differences in cognition and socioeconomic background. Sci Rep. 2022;12:7720. *https://doi.org/10.1038/s41598-022-11341-2*

144. Schneeman BO. Evolution of dietary guidelines. J Am Diet Assoc. 2003 Dec;103(12 Suppl 2):S5-9. doi: 10.1016/j.jada.2003.09.030.

145. Scientists live. Satiety enhancers in food. April 1, 2013. *https://www.scientistlive.com/content/17801*

146. Simon KR, Merz EC, He X, Noble KG. Environmental noise, brain structure, and language development in children. Brain Lang. 2022 Jun;229:105112. doi: 10.1016/j.bandl.2022.105112.

147. Spencer PR, Sanders KA, Judge DS. Growth curves and the international standard: How children's growth reflects challenging conditions in rural Timor-Leste. Am J Phys Anthropol. 2018 Feb;165(2):286-298. doi: 10.1002/ajpa.23350.

148. Stankevic J, Audickaite A, Silove S, Simcikas V, Cesiulis H, Skujiene G, Bukelskiene V, Zalgeviciene V, Tutkuviene J. Effect of ionised (electrolysed) water on the rat embryo development // Journal of environmental engineering and landscape management. Vilnius: Vilniaus Gedimino technikos universitetas. ISSN 1648-6897. eISSN 1822-4199. 2020, vol. 28, iss. 1, p. 28–35. DOI: 10.3846/jeelm.2020.11831.

149. Steinberg L, Cauffman E, Woolard J, Graham S, Banich M. Are adolescents less mature than adults?: minors' access to abortion, the juvenile death penalty, and the alleged APA "flip-flop"Am Psychol. 2009 Oct;64(7):583-94. doi: 10.1037/a0014763.

150. Suliman O, Alsharif WM, Alsaedi EA, Alhazmi LS, Reshwan LM, Alharbi NN, Munir F, Surrati A. The Effect of Weaning Practices on the Nutritional and Health Status of Saudi Preschool Children. Cureus. 2023 Oct 18;15(10):e47273. doi: 10.7759/cureus.47273.

151. Szyller H, Antosz K, Batko J, Mytych A, Dziedziak M, Wrześniewska M, Braksator J, Pytrus T. Bioactive Components of Human Milk and Their Impact on Child's Health and Development, Literature Review. Nutrients. 2024 May 14;16(10):1487. doi: 10.3390/nu16101487.

152. Šimkūnaitė-Rizgelienė, Renata; Laurinavičiūtė, Guoda; Reivytytė, Rosita; Virbauskytė, Viktorija; Semenkovaitė, Justina; Šlažaitė, Gerda; Strelčenko, Jekaterina; Vosyliūtė, Rūta; Žalgevičienė, Violeta; Čepulienė, Ramunė; Bartuškienė, Violeta; Tutkuvienė, Janina. Role of maternal undernutrition: comparison of histomorphological changes in visceral organs and retinas of two-generation rat offspring // 11th Baltic morphology meeting, November 13–15, 2024: abstract book. Rīga: Rīga Stradiņš University, 2024. ISBN 9789934618581. eISBN 9789934618598. p. 46. Prieiga internete: <*https://dspace.rsu.lv/jspui/bitstream/123456789/16868/1/Balt-Morf_2024-Abstract-Book_IPD-5117.pdf*>.

153. Teplica D. The genetic basis of body shape: lessons from mirror twins and high-definition digital photography. Virtual Mentor. 2010 May 1;12(5):412-7. doi: 10.1001/virtualmentor.2010.12.5.imhl1-1005.

154. Thajer A, Teunissen E, Kainz T, Calek E, Harreiter K, Berger A, Binder C. The Impacts of Single Preterm Human Donor Milk Compared to Mother's Own Milk on Growth and Body Composition. Nutrients. 2023 Mar 24;15(7):1578. doi: 10.3390/nu15071578.

155. Thomas JJ, Daubman KA. The Relationship Between Friendship Quality and Self-Esteem in Adolescent Girls and Boys. Sex Roles. 2001;45:53–65. *https://doi.org/10.1023/A:1013060317766*

156. Tutkuvienė J, Šilovė S. Differences in secular trend of menarcheal age during, the XIX-XXI c.c. in relation to geographic region, environmental and socio-economic factors // World anthropologies and privatization of knowledge: engaging anthropology in public: IUAES inter congress, 4-9 May, 2016: abstract book. Dubrovnik: IUAES. 2016, p. e287.

157. Tutkuvienė J, Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Anatomijos, histologijos ir antropologijos katedra, Lietuvos mokslų akademijos Žmogaus morfologijos komisija ir VU Vaikų ligoninė. Tarptautinė konferencija Vaikų augimo standartai: nacionaliniai ar tarptautiniai, „natūralūs" ar „dirbtiniai". Birželio 29 d. – liepos 1 d., 2009, Vilnius, Lietuva. *https://www.vu.lt/site_files/MoS/Reng/Vilnius2009.pdf*

158. Tutkuvienė J. Vaikų augimo ir brendimo vertinimas. Vilnius: Meralas, 1995.

159. Tutkuvienė, Janina; Šilovė, Simona. Pubertal maturation in changing environment: the secular trend in menarcheal age during the last 100 years – an example of developmental plasticity // Acta medica Lituanica. Vilnius: Lietuvos mokslų akademijos leidykla. ISSN 1392-0138. eISSN 2029-4174. 2018, vol. 25, suppl. p. 20–21.

160. UNICEF. Child labor. July 2024. *https://data.unicef.org/topic/child-protection/child-labour/*

161. USDA. U.S. Department of Agriculture and U.S. Department of Health and Human Services. Dietary Guidelines for Americans, 2020-2025. 9th Edition. December 2020. *https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2020-12/Dietary_Guidelines_for_Americans_2020-2025.pdf*

162. Vail B, Prentice P, Dunger DB, Hughes IA, Acerini CL, Ong KK. Age at Weaning and Infant Growth: Primary Analysis and Systematic Review. J Pediatr. 2015 Aug;167(2):317-24.e1. doi: 10.1016/j.jpeds.2015.05.003.

163. Vajdi M, Karimi A, Farhangi MA, Ardekani AM. The association between healthy lifestyle score and risk of metabolic syndrome in Iranian adults: a cross-sectional study. BMC Endocr Disord. 2023 Jan 17;23(1):16. doi: 10.1186/s12902-023-01270-0.

164. van Rijn R, Lee NC, Hollarek M, Sijtsma H, Walsh RJ, van Buuren M, Braams BR, Krabbendam L. The Effect of Relative Pubertal Maturation and Perceived Popularity on Symptoms of Depression and Social Anxiety in Adolescent Boys and Girls. J Youth Adolesc. 2023 Nov;52(11):2384-2403. doi: 10.1007/s10964-023-01836-0.

165. Verhasselt V. A newborn's perspective on immune responses to food. Immunol Rev. 2024 Sep;326(1):117-129. doi: 10.1111/imr.13376.

166. Villar J, Ochieng R, Staines-Urias E, Fernandes M, Ratcliff M, Purwar M, Barros F, Horta B, Cheikh Ismail L, Albernaz E, Kunnawar N, Temple S, Giuliani F, Sandells T, Carvalho M, Ohuma E, Jaffer Y, Alison Noble J, Gravett M, Pang R, Lambert A, Bertino E, Di Nicola P, Papageorghiou A, Stein A, Bhutta Z, Kennedy S. Late weaning and maternal closeness, associated with advanced motor and visual maturation, reinforce autonomy in healthy, 2-year-old children. Sci Rep. 2020 Mar 23;10(1):5251. doi: 10.1038/s41598-020-61917-z.

167. Walker T. Study: Too Many Enrichment Activities Harm Mental Health. NEA Today. March 31, 2024. *https://www.nea.org/nea-today/all-news-articles/study-too-many-enrichment-activities-harm-mental-health*

168. Wang C. The role of physical activity promoting thinking skills and emotional behavior of preschool children. Psicol. Refl. Crít. 2022;35:24. *https://doi.org/10.1186/s41155-022-00223-1*

169. Wang N, Wang Q, Liu X, Mahfooz M, Savila Z. Examining the impact of physical education and physical skills development on preschoolers' physical and mental health. Front Psychol. 2023 Jan 6;13:1000653. doi: 10.3389/fpsyg.2022.1000653.

170. Wang Z, Asokan G, Onnela JP, Baird DD, Jukic AMZ, Wilcox AJ, Curry CL, Fischer-Colbrie T, Williams MA, Hauser R, Coull BA, Mahalingaiah S. Menarche and Time to Cycle Regularity Among Individuals Born Between 1950 and 2005 in the US. JAMA Netw Open. 2024 May 1;7(5):e2412854. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2024.12854.

171. Weber CF. Epigenetics: taking greater control of your health and wellness. Des Moines University. August 23, 2021. *https://www.dmu.edu/blog/2019/06/epigenetics-taking-greater-control-of-your-health-and-wellness/*

172. Wehrle FM, Caflisch J, Eichelberger DA, Haller G, Latal B, Largo RH, Kakebeeke TH, Jenni OG. The Importance of Childhood for Adult Health and Development-Study Protocol of the Zurich Longitudinal Studies. Front Hum Neurosci. 2021 Jan 28;14:612453. doi: 10.3389/fnhum.2020.612453.

173. WHO (World Health Organization). Infant and young child feeding. December 20, 2023. *https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding*

174. Wilcox WD, Wang W. The Marriage Divide. How And Why Working-Class Families Are More Fragile Today. Research brief for Opportunity America–AEI–Brookings Working class group. American Enterprise Institute 2017; 1-19.

175. Worska A, Laudańska-Krzemińska I, Ciążyńska J, Jóźwiak B, Maciaszek J. New Public Health and Sport Medicine Institutions Guidelines of Physical Activity Intensity for Pregnancy-A Scoping Review. J Clin Med. 2024 Mar 18;13(6):1738. doi: 10.3390/jcm13061738.

176. Zhang L, Lu Q, Chang C. (2020) Epigenetics in Health and Disease. In: Chang C, Lu Q. (eds.) Epigenetics in Allergy and Autoimmunity. Advances in Experimental Medicine and Biology, vol. 1253. Springer, Singapore. *https://doi.org/10.1007/978-981-15-3449-2_1*

Andriaus Sniadeckio knyga „Apie vaikų fizinį lavinimą“ – įkvėpimo šaltinis apie vaikų auklėjimą ir lavinimą

Prof. dr. Algirdas Utkus
Žmogaus ir medicininės genetikos katedra,
Biomedicinos mokslų institutas,
Medicinos fakultetas, Vilniaus universitetas, Lietuva

Andriaus Sniadeckio knyga „Apie vaikų fizinį lavinimą“ buvo išleista XIX a. pirmoje pusėje, tačiau jos teiginiai ir principai vis tiek gali būti pritaikyti šiandienos kontekste. Kadangi knygoje daugiausia dėmesio skiriama vaikų fiziniam lavinimui, auklėjimui ir jų svarbai, ši tema išlieka aktuali ir šiandien, nes sveikata ir judėjimas, lavinimas yra universaliai svarbūs kiekvienam vaikui nepaisant laiko.

Žinoma, reikia atsižvelgti į tai, kad pasaulis nuolat kinta, o kartu ir moksliniai tyrimai bei žinių sklaida apie fizinį lavinimą ir vaikų auklėjimą. Svarbu atsižvelgti į skirtingas istorines, kultūrines, socialines ir ekonomines sąlygas, kuriose auga vaikai šiandien, ir pritaikyti knygos principus atsižvelgiant į šias aplinkybes.

Knyga yra nepaprastai informatyvi ir įkvepiantis šaltinis visiems, kurie domisi moterų, vaikų, paauglių sveikata, judėjimu bei auklėjimu. Autorius apžvelgia svarbiausius aspektus, susijusius su vaikų fizinio lavinimo svarba ir metodika, pateikdamas platų informacijos spektrą nuo pratimų įvairovės iki sveikos gyvensenos principų pagal to meto mokslinį supratimą. Jo pasiūlyti sprendimų pavyzdžiai ne tik skatina vaikų aktyvumą, bet ir padeda ugdyti teigiamą požiūrį į fizinę veiklą ir sveiką gyvenseną.

Ypač norėčiau atkreipti dėmesį į knygos VII skyrių, kuriame rašoma apie iš prigimties silpnų arba ligotų vaikų lavinimą. Andrius Sniadeckis rašo: „*Jau anksčiau minėjau, kad nei žmonija, nei*

visuomenė neleistų, kad silpni, ligoti ar negalią turintys vaikai būtų palikti be priežiūros arba, sekant barbariškais senųjų amžių valstybių pavyzdžiais – būtų pasmerkti mirti."

Tai puikiai atspindi paties A. Sniadeckio požiūrį į tokius asmenis, kurie turi negalią, ir dar vienas jo teiginys „*Neįgalieji gali gyventi ir būti sveiki, be to, kiekvienas iš jų turi savitą sveikatą, kurią reikia pažinti ir išmokti saugoti*" yra pralenkiantis to meto supratimą ir yra labai modernus šiandieniniame kontekste.

Vaikų su įgimtomis anomalijomis fizinis auklėjimas ir rūpinimasis jais yra labai svarbus aspektas, kurį aptarinėja A. Sniadeckis knygoje „Apie vaikų fizinį lavinimą". Tokiems vaikams suteikti tinkami lavinimo metodai ir rūpinimasis jų sveikata gali turėti svarbią reikšmę jų bendrai gerovei ir tolesniam vystymuisi.

A. Sniadeckio knyga „Apie vaikų fizinį lavinimą" turi svarbią istorinę reikšmę vaikų lavinimo, auklėjimo srityse. Pirmiausia, knyga atspindi supratimą apie lavinimą ir auklėjimą, kurie buvo populiarūs ir dominavo tuo metu, kai ji buvo parašyta. Tai leidžia suprasti, kaip buvo vertinamas ir organizuojamas lavinimas ir auklėjimas to meto visuomenėje. Dar daugiau, tai atspindi ir A. Sniadeckio pralenkiantį laiką požiūrį į lavinimo ir auklėjimo svarbą, ypač kalbant apie vaikus su negalia.

Be to, ši knyga taip pat gali turėti svarbų kultūrinį, istorinį ir edukacinį poveikį, nes ji skatina sąmoningumą apie vaikų, paauglių, moterų sveikatą, aktyvumą ir judėjimą, kas yra svarbu ne tik tam tikru laikotarpiu, bet ir ilgalaikėje perspektyvoje. Knyga gali būti naudinga kaip istorinis šaltinis, kuriuo remiantis galima plėtoti šiuolaikinius vaikų fizinio lavinimo ir auklėjimo metodus bei idėjas, pritaikytas dabartiniams poreikiams ir sąlygoms.

Taigi, Andriaus Sniadeckio knyga „Apie vaikų fizinį lavinimą" yra svarbus istorinis dokumentas, atspindintis tam tikras lavinimo ir auklėjimo paradigmas, bei turinti potencialą būti naudinga ir įkvėpimo šaltinis šiandienos mokslininkams ir praktikams.

Istorija tęsiasi: Andriaus Sniadeckio įžvalgų ir šiuolaikinio požiūrio į paauglių sveikatą darna

Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto docentė gydytoja endokrinologė doc. dr. Lina Zabulienė, Vilniaus medicinos draugijos Valdybos narė, atsakingoji sekretorė, Europos medicinos specialistų sąjungos (UEMS) Paauglių medicinos ir sveikatos daugiadisciplininio jungtinio komiteto prezidentė

„Mūsų jaunuolių lavinimas prasideda ir baigiasi rūpesčiu,
suteikiamu tuomet, kai jis reikalingiausias ir
tai turi būti tikrai naudinga“
Andrius Sniadeckis

Metraščiuose, rašytuose XIX amžiaus pradžioje, aptinkame išskirtinį pirmojo Vilniaus medicinos draugijos pirmininko, profesoriaus Andriaus Sniadeckio vadovą „Apie vaikų fizinį lavinimą“ (lenk. – „*Śniadecki Jędrzej. O fizycznem wychowaniu dzieci*“). Šis savąjį laikmetį aplenkęs veikalas į vaikų fizinio lavinimo ypatumus ir esmę žvelgia novatoriškai, tarsi kviesdamas keliauti laiku ir ieškoti paralelių su aktualiomis šių dienų problemomis. Neįtikėtina, tačiau Andriaus Sniadeckio išsakytos mintys, gilios įžvalgos bei pateikiamos rekomendacijos ir šių dienų Pasaulio sveikatos organizacijos vizija apie vaikams ir paaugliams kylančius iššūkius turi daug bendrų sąlyčio taškų, kurie peržengia laiko ir kultūrų ribas.

Skatindamas susimąstyti apie įvairialypę paauglių sveikatos ir ugdymo dėlionę savo knygoje profesorius A. Sniadeckis atveria ir aprašo itin aktualius klausimus apie tobulų ir sveikų fiziniu kūnu ir

siela (psichine sveikata) asmenybių gerovę ir ugdymą, ypač paauglystės ir brendimo laikotarpiu. Profesorius turtinga, žaismingа ir suprantama to laikmečio skaitytojui kalba aprašo sveikos gyvensenos principus ir kenksmingus sveikatai veiksnius, pabrėždamas, kad fizinis lavinimas yra ne tik pratimų rinkinys, bet ir unikalus kiekvieno vaiko moralės, elgesio kultūros, vidinės motyvacijos, smalsumo, individualaus kūrybiškumo, dėkingumo ir savirūpos bei savirefleksijos ugdymas pagal prigimtines savybes ir natūralius poreikius. Plačiąja prasme fizinis lavinimas – tai tarsi investicija į visapusišką vaiko vystymąsi, neaplenkiant aplinkos, gyvensenos, fizinių, psichinių, emocinių ir mokymosi aspektų ir šių veiksnių poveikio pusiausvyros.

Prasmingi Andriaus Sniadeckio knygoje „Apie vaikų fizinį lavinimą“ išsakyti žodžiai „<...> *Brendimas – tai laikas, kai ūgis priartėja prie pabaigos, įgaunamas vaisingumas ir atsiranda trauka kitai lyčiai, o proto galios įgyja visą jėgos ir tikrumo potencialą. Be to, tai yra momentas, kai dera jas iki galo panaudoti. Tai laikas, kai atmintis yra geriausia, vaizduotė aktyvi ir vešli, ir palengva ima atsirasti išmintis. Taigi, tie, kurie užsiima proto lavinimu, turi prie to prisitaikyti* <...>“ atspindi ne tik brendimo ir paauglystės laikotarpio esmę, bet profesoriaus erudiciją ir gilų šios srities išmanymą XIX amžiaus pradžioje.

Kita vertus, Andriaus Sniadeckio požiūris į jaunuolius iki 24–25 metų ar net iki 35 metų amžiaus taip pat atitinka šiuolaikinę Pasaulio sveikatos organizacijos nuostatą, kad paauglystė nėra apribota griežta amžiaus riba, bet yra dinamiškas augimo ir brendimo tarpsnis, trunkantis nuo 10 iki 19 metų, o „jaunojo suaugusiojo“ sąvoka peržengia tradicinį paauglystės amžių ir siekia 24 metus, pabrėžiant šio pereinamojo laikotarpio holistinės priežiūros svarbą ir perspektyvą. Įdomu tai, kad A. Sniadeckis atkreipia dėmesį į paauglių ir pereinamojo laikotarpio jaunuolių tapatybės, įsitikinimų, santykių, meilės ir aistros ugdymo svarbą, o tai glaudžiai siejasi su Pasaulio sveikatos organizacijos nuostatomis apie paauglių unikalumą ir jiems būdingus iššūkius, kai pabrėžiamas jaunimui palankios ir saugios aplinkos poreikis.

Andriaus Sniadeckio vizijos atgarsiai, jo įžvalgos ir patarimai verčia stabtelti, ramiai tyrinėti bei vėl ir vėl atskleisti daugialypius dėsningumus, atitinkančius šių dienų sveikatos ir ugdymo ypatumų supratimą. Šiuolaikinėje visuomenėje, ypač sparčiai vystantis technologijoms, keičiantis kasdieniams gyvensenos įpročiams, visuomenės normoms, poreikiams ir lūkesčiams, didėjant įvairioms galimybėms, o kartu ir pagundoms, pasiekti paauglių fizinės ir psichinės sveikatos darną yra gerokai sunkiau nei bet kada anksčiau.

Šiuolaikinė paauglių sveikata ir pereinamojo laikotarpio priežiūra vadovaujasi keliais pagrindiniais principais – holistiniu požiūriu į sveikatą, įrodymais pagrįsta į paauglį orientuota, visapusiška, tarpdisciplinine ir koordinuota priežiūra, bei siekiu įgalinti jaunimą rūpintis savo sveikata. Holistinis požiūris apima visus paauglių gerovės aspektus, kai paaugliai pripažįstami kaip asmenybės su unikaliais fiziniais, psichiniais, emociniais ir socialiniais poreikiais. Teikiant į paauglį orientuotą priežiūrą ir taikant reikalingas intervencijas atsižvelgiama į pačių paauglių konkrečius poreikius, požiūrį, pageidavimus, vertybes ir aplinkybes, jie įtraukiami į sveikatos priežiūros ir sprendimų priėmimo procesus kaip aktyvūs dalyviai, įgalinant juos prisiimti atsakomybę už savo sveikatą ir gerovę. Neabejojama, kad paaugliams ir jaunuoliams reikia visapusiškų sveikatos priežiūros paslaugų ir galimybės naudotis integruotomis ir lengvai prieinamomis įvairiomis sveikatos priežiūros paslaugomis, įskaitant ligų prevenciją, reprodukcinės sveikatos paslaugas, psichikos sveikatos priežiūrą ir priklausomybių prevenciją bei gydymą. Įvairiomis iniciatyvomis siekiama pašalinti netolygumus ir užtikrinti, kad visi paaugliai, nepriklausomai nuo jų kilmės, socialinio ir ekonominio statuso ar geografinės padėties, turėtų vienodas galimybes gauti sveikatos priežiūros paslaugas. Paaugliams, sergantiems lėtinėmis ligomis ar turintiems sudėtingų sveikatos priežiūros poreikių, siekiama užtikrinti sklandų perėjimą iš vienos – vaikų sveikatos priežiūros sistemos ir į kitą – suaugusiųjų, teikiant koordinuotą priežiūrą ir paramą. Visus šiuos sveikam stotui išugdyti svarbius aspektus – visapusišką požiūrį į sveikatą, kompleksišką kūno

ir asmenybės ugdymą, paramą, jaunuolių įsitraukimą, sveikatos rizikos veiksnius, galimus pavojus, tokio amžiaus jaunuolių ligas ir siekį jų išvengti savo knygoje aptaria ir profesorius A. Sniadeckis.

Andrius Sniadeckis apie mokytojus, kurie įkvepia kiekvieną judėti savo keliu, sako: „<...> *Dėl to geras mokytojas negali būti niekuo daugiau apdovanotas, kaip širdyje degančiu dėkingumu, kuris jam turėtų būti beribis* <...>.“ Jis pabrėžia kiekvienam neabejotiną dėkingumo svarbą. Šiuolaikinis mokslas įrodė, kad skatinti ir puoselėti dėkingumo mąstyseną yra labai naudinga, nes būdami dėkingi esame fiziškai sveikesni, geriau miegame, patiriame mažiau streso, nerimo ir netikrumo jausmo, kuriame tvirtesnius socialinius ryšius ir bendruomenę, kurioje gera būti. Dėkingumas leidžia pažinti save, lengviau prisitaikyti prie kintančių sąlygų ir augti, stiprina psichologinį atsparumą, sutelkdamas dėmesį į teigiamus gyvenimo aspektus, net ir esant sudėtingoms aplinkybėms, nesėkmėms ar kliūtims. Skatinant vaikų ir paauglių gebėjimą atrasti sidabrinę dėkingumo giją, galima padėti jiems rasti pusiausvyrą tarp lūkesčių, galimybių, emocijų, troškimų ir tobulumo siekio.

Tiek Andrius Sniadeckis, tiek ir Pasaulio sveikatos organizacija skatina į paauglystę žvelgti ne kaip į fiksuotą laikotarpį, o kaip į dinamišką ir formuojamąjį tarpsnį, skatinantį prisitaikyti prie besikeičiančių jaunų žmonių poreikių, keisti savo požiūrį, ieškoti galimybių ir naujoviškų sprendimų. Ši knyga – tai tarsi tiltas tarp istorinės išminties ir šių dienų aktualijų, kviečianti skaitytojus apmąstyti minčių apie vaikų gerovę tęstinumą. Semdamiesi įkvėpimo iš pamatinių Andriaus Sniadeckio principų galime leistis į kelionę, kurios tikslas – kurti stiprią, sveiką, kūrybišką ir šviesią jaunimo kartą, kad išugdytume ne tik akademiškai gabius, bet ir atsparius, aistringus ir visapusiškai sveikus jaunuolius, pasirengusius įveikti sudėtingus šiuolaikinio pasaulio iššūkius ir pasitikėti savimi.

Apie Andriaus Sniadeckio darbo „Apie vaikų fizinį lavinimą“ unikalumą

Prof. habil. dr. Jarosław Barański
ORCID: 0000-0001-5670-9391
Vroclavo medicinos universitetas
Medicinos humanitarinių mokslų katedra
Vroclavas

Andriaus Sniadeckio veikalas „Apie vaikų fizinį lavinimą“[210] yra ypatingas tekstas, išsiskiriantis iš daugelio panašių leidinių, išleistų XVIII–XIX amžių sandūroje. Daug parašyta apie vaikų auklėjimo meną – ir Śniadeckis tai žinojo, kai kukliai pažymėjo, kad „*daugelis žmonių gali manyti, kad įžūlu būtų konkuruoti su pirmaisiais šios profesijos rašytojais iki finišo linijos*.“[211] Tačiau jis buvo giliai įsitikinęs, kad trūksta apmąstymų apie ugdymą ir auklėjimą, o svarbiausia – apie kūno kultūrą, nes kaltinimai, kuriuos Sniadeckis daugiausia kėlė filosofams, nagrinėjantiems vaikų auginimo klausimą, buvo rimti: nepaisoma patirties, įskaitant medicinos žinias; pasiduota savo mėgstamai teorijai ar prietarams; daugiausia dėmesio skiriama moraliniam ugdymui, skirtam daugiausia aukštesniųjų klasių atstovams, kurių vaikai paprastai buvo laikomi sveikais. Todėl Sniadeckis laikėsi savo paties „Vilniaus dienraštyje“ suformuluoto postulato: „*nekreipdami dėmesio į visus teorinius samprotavimus ir spėliones, atkreipsime dėmesį į patirtį*.“ [212]

[210] J. Śniadecki, *O fizycznem wychowaniu dzieci*, [w:] *Dzieła Jędrzeja Śniadeckiego*, T. 1, wyd. M. Baliński, druk. A. E. Glücksberga, Warszawa 1840. Praca drukowana była najpierw w „Dzienniku Wileńskim“, potem 1822 roku przygotowana do postaci książkowej i wydrukowana w 1840 roku w „Dziełach Jędrzeja Śniadeckiego“, których wydawcą był Michał Baliński, a jednocześnie tego samego roku wydana jako osobna pozycja (*O fizycznem wychowaniu dzieci*, druk. A. E. Glücksberga, Warszawa 1840). Późniejsze wydania: Sanok 1855, Wilno 1856, Poznań 1867 i Warszawa 1920.
[211] J. Śniadecki, *O fizycznem wychowaniu dzieci*, [w:] *Dzieła Jędrzeja Śniadeckiego*, op.cit., s. 93.
[212] J. Śniadecki, *Uwagi o Fizycznem wychowaniu dzieci*, Dziennik Wileński 1805, nr 5, s. 1.

Vis dėlto Sniadeckio darbo unikalumas slypi tame, kad, kalbėdamas apie fizinį lavinimą, jis rėmėsi ne tik humorų teorijos samprata ar senovės rašytojų autoritetu, bet moksline, arba fiziologine – organinio metabolizmo teorija, kurią jis suformulavo „Organinių būtybių teorijoje“. Dėl šios priežasties Sniadeckis įgijo ne tik teorinį ir medicininį švietimo sumetimų pagrindą, bet ir kritinę priemonę. „Organinių būtybių teorijoje“ jis parašė, kad organizacija ir gyvenimas priklauso gyvajam pasauliui, o *„žmogus turi savo prigimtines galias visai reprodukcijai ir tobulumui, o kartu ir visus šaltinius savo paties sugadinimui, sunaikinimui ir sulaukėjimui“*[213], tuo jis taip pat atsinaujina įvairiuose organizmo vystymosi etapuose, todėl reikalinga visa veikla, per kurią jis vystosi ir tobulina savo organus bei jutimus. Šios veiklos, kūniškos ir psichinės, stoka yra kūno ir proto silpnumo, netobulumų ir galiausiai ligų priežastis.

Tačiau svarbiausios žmogaus kūno mokslo žinių klausimams yra metodinės prielaidos, kurias Sniadeckis apibūdino taip*: „Norint suprasti bet kurį mokslą ir jį įvertinti, pirmiausia reikia pripažinti pradų, kuriais jis grindžiamas, vertę ir tikrumą; kurie, jei įrodoma, kad jie nėra pakankamai akivaizdūs ir pakankamai stiprūs, priverčia pačią konstrukciją apvirsti ir šliaužti. Ir jei pradžia yra teisinga, reikėtų vertinti iš jų išmoktas pamokas ir jų pritaikymą, ar tokio mokslo kūrėjas neatitrūko iš patirties ir grynos logikos.“*[214] Šių prielaidų dėka Sniadeckis, imdamasis vaikų fizinio lavinimo klausimo, nuosekliai kritikuoja savo pirmtakų spėjimus ir išradimus: *„įstatymai drįsta numatyti ir nurodyti tikrus principus, paremtus ne patirtimi, o pačiomis spėlionėmis: ne iš gamtos, o iš grynos vaizduotės; neįrodyta, o didaktiškai paskelbta“*[215].

Vaiko auginimas pagal Sniadeckį turi atitikti jo vystymosi poreikius, todėl jis turėtų būti harmoningas, pritaikytas pagal amžių ir sudarytas iš to, kad pagerėtų žmogaus organizuotumas, treniruojama jo veikla, treniruojami organai ir jutimai, taip pat suma-

[213] J. Śniadecki, *Teoria jestestw organicznych*, Wydanie Jubileuszowe, Nowiny Lekarskie, Poznań 1905, T. 2, s. 15 (§240).
[214] Ibid., T. 1, s. 111 (§214).
[215] Ibid., T. 2, s. 18 (§247).

žinami vystymosi defektai. Tam reikalinga sąlyga yra sužinoti apie vaiko būklę ir įgimtus polinkius.

Tačiau, kaip rašo „Gyvųjų būtybių teorijos“ autorius, švietime *„verčiau siekiame tobulinti organą, kuris rodo didesnes galimybes, arba, nepaisydami jų, mokome vaikus ne tų dalykų, kuriuos turėtume mokyti, o pavyzdžiui, to, ką bendri papročiai leido ir paskelbė, kad tai labiau reikalinga. Dėl šios priežasties dauguma lavinimo arba nepasiekia savo tikslo, arba jo neturėdami nieko ir nesiekia...“*[216]

Kadangi gyvenimo sąlygos ir auklėjimas daro įtaką žmogaus organinėms jėgoms, sveikatai ir ilgaamžiškumui, Sniadeckis, pagal gamtos dėsnių filosofo Ž. Ž Ruso mintis, rado pagrindinę teorinę perspektyvą. Ruso pripažino, kad ligos yra beveik visas paties žmogaus darbas. Jų būtų galima išvengti, jei tik žmonės *„liktų paprastame, vienišame ir monotoniškame gamtos lemtame mums gyvenime“*[217], bet sprendimas atsisakyti prigimtinės būklės pasmerkė žmogų civilizacijai, kuri, be daugybės patogumų ir malonumų, suteikia ir ligas: *„žmonijos ligų istorija galima būtų lengvai atkurti žingsnis į žingsnį einant su visuomenių ir civilizacijų istorija.*[218]“ Šios idėjos greitai buvo pritaikytos anglų medicinoje, sujungtos su makrobiotiko Kristupo Hufelando (Christoph Hufeland) samprata („Makrobiotik oder die Kunst das menschlische Leben zu verlängern“, 1797; 1800 m. Vertimas į lenkų kalbą). Anot Hufelando, gyvenimas pagal gamtos dėsnius yra ne tik sveikatos, bet ir ilgaamžiškumo garantija. Tai patvirtina Jamesas Eastonas (James Easton) „Žmogaus ilgaamžiškume“ (1799), teigdamas: *„kuo daugiau žmogus seka Gamta ir paklūsta jos teisėms, tuo ilgiau jis gyvena; ir kuo toliau jis nukrypsta nuo šio kelio, tuo trumpesnis bus jo egzistavimas.*“[219] Johnas Sinclairis „Sveikatos ir ilgaamžiškumo kodekse“ (1818) priduria: *„Nuo to laiko, kai žmogus gyvena dirbtinėje ar civilizuotoje būsenoje,*

[216] Ibid., T. 2, s. 147 (§497)
[217] J. J. Rousseau, *Trzy rozprawy z filozofii społecznej*, PWN, Warszawa 1956, s.149.
[218] Ibid., s.150.
[219] J. Easton, *Human Longevity: Recording the Name, Age, Place of Residence, and Year of the Decease of 1712 Person*, London 1799, s. XI.

jis labiau linkęs į ligas ir miršta jauname amžiuje nei paprastesnėje socialinėje būsenoje."[220]

Ši teorinė perspektyva, teigianti, kad žmogaus civilizacija jį gadina, yra labai ryški Ruso knygoje „Emilis" („Emile ou De l›éducation", 1762), atvėrusioje Sniadeckiui švietimo ir auklėjimo akiratį. Knygoje, kuri iškart po jos išleidimo buvo viešai pasmerkta ir sudeginta Prancūzijoje ir Šveicarijoje, o jos autorius buvo represuotas. Lenkijos ir Lietuvos Respublikoje, o vėliau iki 1930 m., ji vis dar nebuvo išspausdinta, nors tikrai buvo žinoma ne tik Vyriausios Edukacinės Komisijos atstovams. Jos fragmentų pasirodė Monitoryje (1765); ketvirta „Emilio" knyga buvo išversta 1800 m. Jaceko Mieroszewskio (Jacek Mieroszewski) 1811 m. ją Varšuvoje pristatė Mokslo bičiulių draugijoje[221]. Jos idėjos pasirodė literatūroje, netgi grožinėje, pavyzdžiui, Dymitro Krajevskio (Dymitr Krajewski) „Podolankoje"[222].

Kūrinyje „Emilis" Ruso miestus matė kaip sugedimo šaltinį. Miestas yra, rašė jis, žmonijos bedugnė. „*Kuo daugiau jų ten telkiasi, tuo daugiau jų gadina. Kūno negalios, taip pat sielos sugadinimai yra neišvengiamas šio perdėto susitelkimo rezultatas*."[223] Sniadeckis vadovaujasi šia mintimi tvirtindamas, kad žmogaus civilizacija padaro jį dirbtine būtybe, ypač miesto kultūroje, net išsigimusia: „*Į miestus žmogų iš dalies traukia reikiamybė, iš dalies dykinėjimas, prabanga ir pasileidimas. Sakau drąsiai, prabanga ir pasileidimas, nes miestai yra tikrų tikriausia to mokykla ir sostinė. Nes miestai yra didžiausias mūsų gadinimo įrankis – ir moraline, ir fizine prasme, nes miestus reikia kaltinti dėl didžiosios dalies mūsų giminės išlepimo, menkumo ir niekšybės*."[224] Niekas negali kompensuoti miesto gyvenimo nelaimių. Būtent jame viešpatauja kančia ir turtas, sukeliantys niūriausius pavydo, pasididžiavimo ir ištvermės jausmus, nes per didelis

[220] J. Sinclair, *The Code of Health and Longevity, or General View of the Rules and Principles Calculated for the Preservation of Health and the Attainment of Long Life*, M'Millan, London 1818, s. 3

[221] W. Olszewski, *O polskich przekładach Jana Jakóba Rossa: notatka bibljograficzna*, Pamiętnik Literacki 1936, nr 33/1/4.

[222] D. T. Krajewski, *Podolanka wychowana w stanie natury życie i przypadki swoie opisuiąca*, Lwów 1784.

[223] J. J. Rousseau, *Emil, czyli o wychowaniu*, T. 2., Ossolineum, PAN, Wrocław 1955.

[224] J. Śniadecki, *O fizycznem wychowaniu dzieci*, [w:] *Dzieła Jędrzeja Śniadeckiego*, op. cit., s. 155.

žmonių susitelkimas miestuose prieštarauja žmogaus prigimčiai. Tai yra mirties ir ligų priežastis. Ypač vaikai tampa urbanistikos auka (tai Sniadeckis įrodo pateikdamas skaičius apie vaikų mirtingumą gimdant prieglaudose), todėl, – rašė jis įsitikinęs, – *„Ruso savo Emilį įkurdino kaime kaip pirmąją sąlygą, kad apsaugotų jį nuo moralinio sugedimo. Tokia pati sąlyga neišvengiama ir esant geram fiziniam lavinimui, norint ugdytojui suteikti sveikatos ir energingumo visam gyvenimui*[225]*“, kad nepagaidaujama socializacija jį aplenktų ir nepažeistų jo fizinės sveikatos.*[226]

Tekste „Apie maisto produktų, gėrimų ir gyvenimo būdo apskritai svarbą medicinoje“ Sniadeckis priduria: „*Taigi yra trys puikūs ligos šaltiniai: kančia, perteklius ir tuštybė, žinoma, tokie patys kaip moralinis žmonių sugedimas.*“[227] Tačiau tose šalyse, kur nedaug miestų (omenyje Sniadeckis turi Lenkiją ir Lietuvą), *„žmogus išlaiko savo elementarią drąsą ir laisvę“*[228]. Tikriausiai dėl šios priežasties Ruso, apimtas pasibjaurėjimo Vakarų Europos miestais, įtikinęs Ksaverą Bogušą per Tyzenhauzą ir galbūt jo draugą Žaną Emanuelį Žiliberą, su kuriuo jis susipažino Lione 1768 m.[229] (pirmosios medicinos mokyklos 1775 m. Abiejų Tautų Respublikoje įkūrėją Gardine), ketino išvykti į Lietuvą 1778 m., gyventi Belovežo girioje, specialiai jam parengtame dvare[230].

Daug argumentų apie fizinį lavinimą Sniadeckiui pateikė kitas ženevietis, Žakas Bellexerdas (Jacques Ballexerd), drąsiai polemizuojantis su Johnu Locku, kurio darbas „Kai kurios mintys apie ugdymą“ (1693) Sniadeckio laikais jau buvo išleistas du kartus[231]. Sniadeckio darbe yra daug Ballexerdo teiginių, tokių kaip vaikų mirštamumo ar sveikatos trūkumo priežastys, išdėstytos „Disertacijoje apie šį klausimą, kokios yra svarbiausios mirties priežastys“

[225] Ibid., s. 157.
[226] Ibid., s. 113.
[227] J. Śniadecki, *O pokarmach, napojach i sposobie życia w ogólności we względzie lekarskim*, [w:] *Dzieła Jędrzeja Śniadeckiego* T. 2, op. cit., s. 12.
[228] J. Śniadecki, *O fizycznem wychowaniu dzieci*, [w:] *Dzieła Jędrzeja Śniadeckiego*, op. cit., s. 155.
[229] W. Sławiński, *Jan Emanuel Gilibert*, Archiwum Historji i Filozofji Medycyny 1926, T. IV, Z. II, s. 236.
[230] F. K. Bohusz, *Spominka o Antonim Tyzenhauzie*, Kurier Litewski 1820, nr 64.
[231] J. Locke, *Xsiążka o edukacyi dzieci z francuskiego na język polski przełożona*, Scholarum Piarum, Warszawa 1771; J. Locke, *O edukacyi dzieci*, Lebrun, Warszawa 1801.

(„Quelles sont les causes principales de la mort d'un assez grand nombre d'enfans, et quels sont les préservatifs les plus efficases et les plus simples pour leur conserver la vie“, 1775): paveldimas silpnumas, samdomų žindyvių, vaikų suvaržymas, žindymo nutraukimas per anksti[232]. Tuo tarpu knygoje „Tėvų būdas fiziškai auginti vaikus“ („Dissertation sur l'éducation physique des enfants depuis leur naissance jusqu'à l'âge de puberté“, 1762 m.) Ballexerdas taip pat kvestionuoja daugelį prietarų, įskaitant Loko, kurie taip pat buvo atmesti ir Sniadeckio darbe, tokie kaip kad kūdikiams rekomenduojamos šaltos vonios: jei šios vonios būtų „taikomos naujagimiams, pusė neišvengiamai mirtų nuo traukulių“. Ballexerdas, kaip Sniadeckis taip pat teigia, kad vaikai turi turėti galimybę judėti ir linksmintis bei mokosi žaisdami: „*Talentai, kuriuos gali turėti, nebus sugadinti ir mes sukursime daug sveikatos, naudodamiesi šiais šlovingais mokymo metodais*.“[233] Šią mokymosi per žaidimą idėją atrado šiek tiek vėliau ir Dymitras Tadas Krajevskis, minėto romano „Podolanka“ autorius. Jis knygoje „Mokslo žaidimai vaikams“[234] (1777) rašė apie natūralų vaikų polinkį judėti, kai tuo tarpu varginantis ir nuobodus mokymasis, kuris, pagrįstas disciplina, ilgiems metams sukelia tik pasibjaurėjimą mokymusi. Su amžiumi įdomus mokymasis, mokymasis per pramogas ir jo „pasaldinimas“ žaidimais yra būdas vaikams su džiaugsmu ir smalsumu įgyti reikiamų žinių.

Sniadeckio darbas apie fizinį vaikų lavinimą yra didesnio pasakojimo apie moralinį ir fizinį vaikų ugdymą dalis. Lenkijos ir Lietuvos Respublikoje intelektualinė bendruomenė, susitelkusi į Edukacinę komisiją, suprato, kad reikia imtis jaunimo kūno kultūros. Jau 1775 m. Stanislovas Konarskis „Mokyklų aktuose“ rekomendavo, kad mokyklose vyktų kūno mankšta: fechtavimasis, gimnastika ant medinio žirgo, būgnelis, rikiuotė [235] – pamokos, kurias mokytų

[232] J. Ballexerd, *Dyssertacya na to pytanie jakie są przednieysze przyczyny śmierci tak wielkiey liczby dzieci y jakie są nayskuteczniejsze, a oraz nayprościeysze sposoby do ocalenia ich życia*, Warszawa 1785, s. 2.
[233] Ibid., s. 147.
[234] D. T. Krajewski, *Gry nauk dla dzieci. Służące do ułatwienia ich edukacyi. Przez które łatwo nauczyć się mogą\: poznawania liter, syllabizowania, czytania w polskim i francuskim ięzyku*, Kraków 1777.
[235] S. Konarski, *Ustawy szkolne*, tłum. W. Germain, M. Arcta i sp., Kraków 1925, s. 228.

pasauliečiai mokytojai. Moralės mokslas (moralės filosofija), ypač tas, kuris užsiminė apie fiziokratiją, šio žmogaus vystymosi aspekto neignoravo. Andrejus Markevičius (Andrzej Markiewicz), kaip ir Hugas Kolontajus (Hugo Kołątaj) ir Jeronimas Stroinovskis (Hieronim Stroynowski), buvo įsitikinęs, kad „*tiek kūnas, tiek siela be mankštos susilpnėja ir sunyksta*“[236], *o žmogus prisiima du įsipareigojimus: nedirginti savo sveikatos ir nesutrumpinti savo gyvenimo*[237]. Antonis Poplavskis (Antoni Popławski) rekomendavo išlaikyti kūną švarų kaip pareigą prieš kitus žmones[238]. Gžegožas Piramovičius (Grzegorzas Piramowiczius) „Įprastiniame žmonių moksle“ sveikatos apsaugą taip pat apibrėžia kaip moralinę pareigą ir suformuluoja daugybę patarimų dėl šios tarnų sveikatos[239], o „Mokytojo pareigose“ trečiame skyriuje jis rekomenduoja visus fizinius pratimus, kurie sustiprins ir pagerins vaikų jėgą ir sveikatą, nes tingumas ir nejudrumas silpnina kūną[240].

Fizinio lavinimo problema taip pat iškyla medicininėse refleksijose. Teofilas Salomonas Meza (Salomon Meza) „Kūno lavinime“ (1790) rašė, kad kruopštus auklėjimas turėtų būti grindžiamas tiek kūno, tiek sielos sveikata. Pirma – stabilia ir tvaria veikla, t. y. dieta, susidedanti iš saikingo maisto vartojimo; kitas aspektas yra papuošti sielą dorybe ir žiniomis pagal moralės mokslo rekomendacijas. Įprotis daryti teisingus dalykus, rašo Meza, keičia žmonių polinkius, tačiau „*prigimtis negali be mankštos, turbūt būtų per vėlu, o mankšta be prigimties yra nenaudinga: todėl viena turi palaikyti kitą*“[241]. Pagrindinius vaiko auginimo principus ir patarimus motinoms trečiame disertacijos skyriuje nuo 1819 m. sufor-

[236] A. Markiewicz, *Moralność w wykładzie Prawa Przyrodzonego*, druk J. J. Trafsler, Kraków 1809, s. 70–71.
[237] A. Markiewicz, *Nauka obyczaiowa o obrzydzeniu występków, wad i przesądów a zamiłowaniu prawdy, cnoty i przymiotów towarzyskich do ukształcenia młodzieży na dobrych ludzi, obywatelów i urzędników stosowna*, Kraków 1810.
[238] A. Popławski, *Moralna Nauka Dla Szkół Narodowych Na Klasę I [-III]*, Drukarnia Szkoły Głównej Koronnej Kraków 1790.
[239] G. Piramowicz, *Nauka obyczaiowa dla ludu*, Warszawa 1811.
[240] G. Piramowicz, *Powinności nauczyciela*, Warszawa 1787.
[241] T. S. Meza, *Wychowanie ciała i duszy dzieci*, A. Grebl, Kraków 1790, s. 83.

mulavo Ignacy Fijałkowski[242]. Lvovo gydytojas M. Mahlas knygoje „Dovana rūpestingiems tėvams“ (1823) patvirtina, kad tinkamas žmogaus išsilavinimas priklauso nuo laimingo žmogaus gyvenimo ir yra patikima šio gyvenimo pratęsimo priemonė[243]. Franciszekas Siarczyńskis savo knygoje „Apie jaunų žmonių fizinį lavinimą ir imtynių pratimus (gimnastiką)“, išleistoje 1829 m., darydamas prielaidą, kad žmogaus moralinės ir fizinės savybės yra glaudžiai susijusios, pažymi: „*Siekdami lavinti jauną protą, per plačiai aprėpdami žmogaus įgūdžius ir sugebėjimus, mes beveik atsisakėme kūno lavinimo, kuris vis dėlto žmogaus laimei yra būtinas; taip, pakeldami ir per daug sustipindami sielos jėgas, silpniname kūno jėgas*.“[244]

Moterų fizinio lavinimo svarbą pabrėžia Karolis Kaczkowskis (Karol Kaczkowski) „Higienos pamokose“ (1833)[245], o šią temą sekdamas Sniadeckiu dar nagrinėjo Teodoras Teofilas Mateckis (Teodor T. Matecki) darbe „Vadovas jaunoms motinoms“ (1848)[246]. Jis rašė: „*nes kaip pati dvasia kilusi iš kūno sveikatos, taip ir vaisius visiškai priklauso nuo motinos sveikatos; kitaip tariant, mes pradedame jį sieti su motina, pirmiausia jame turime atlikti tinkamą vaidmenį ir būtent tai Sniadeckis vadina medicininiu ar fiziniu lavinimu, ir tai yra užduotis, kuri per pirmuosius septynerius gyvenimo metus turėtų būti siejama su mama*“ [247].

Kritinę Ruso ir Sniadeckio perspektyvą vėliau perėmė Ludvikas Bierkovskis (Ludwik Bierkowski), kuris knygoje „Keletas žodžių apie gimnastikos svarbą, poreikį ir naudojimą“ teigia, kad „*niekas to greičiausiai nepaneigs, kad žmonių giminė egzistavo daugelį metų, civilizuotose šalyse darosi vis silpnesnė, ir tarp žmonių vis daugiau atsiranda ligų, kurių anksčiau būdavo labai retai arba jų*

[242] I. Fijałkowski, *Rozprawa Ignacego Fijałkowskiego (...) uwieńczona na posiedzeniu publicznem tegoż Towarzystwa dnia 3 Maja 1819 roku*, druk Xięży Piarów, Warszawa 1819, rozdz. III.
[243] M. Mahl, *Upominek dla troskliwych rodziców zawierający rosprawę o fizycznem (cielesnem) wychowaniu dzieci podług zasad medycyny*, wyd. J. Pillera, Lwów 1823, s. 3.
[244] F. Siarczyński, O fizycznem wychowaniu młodzieży, i o zapaśniczych ćwiczeniach (gymnastika), Czasopism naukowy księgozbioru publicznego imienia Ossolińskich, Z. 3, Lwów 1829, s. 34.
[245] K. Kaczkowski, *Lekcje higieny, czyli nauki zachowania zdrowia*, Lwów 1833.
[246] T. T. Matecki, *Poradnik dla młodych matek, czyli fizyczne wychowanie dzieci w pierwszych siedmiu latach*, Poznań 1848.
[247] Ibid., s. 76.

visai nebūdavo“[248]. Tai yra įrodymas, kad nepaisant jaunų žmonių auklėjimo pagal gamtos taisykles, kai jie daug valandų per dieną sėdi nejudėdami ir dėl to gali susilpnėti jų kūnas. Todėl Bierkovskis pateikia paprastą diagnozę: „*mūsų perdėtas protinis išsilavinimas, netinkamas ryšys ir harmonijos su kūno kultūra stoka (kurią mūsų amžiaus pedagogika beveik visiškai pamiršo) daro žalingą poveikį ne tik atskirų asmenų sveikatai, bet ir mūsų ateities kartoms.*“[249]

Tačiau atsižvelgiant į aukščiau išvardintus darbus, Andriaus Sniadeckio veikalas „Apie fizinį vaikų lavinimą“ yra išskirtinis tekstas ne tik dėl savo – retai vartojamo griežtai medicininėje aplinkoje – subjekto, bet ir dėl daugybės perspektyvų, argumentacijos ir stiliaus, bet – svarbiausia – Sniadeckio darbas suderina medicinos žinias su pedagogika, siūlydamas modernų dalyką, t. y. auklėjimo meną, medicinos mokslą, taip pat suprantamą kaip sveiko gyvenimo meną: „*Tai yra menas, kurio niekas anksčiau negalėjo mokėti, tai ugdymo kursas, kurį turintis gerą galvą ir gerą širdį turi įgyvendinti. Tačiau šios pedagogikos nereikia tikėtis iš tų, kurie daug apie tai rašo ir diskutuoja be prasmės ir tikrojo dalyko pažinimo.*“[250] Šiuo menu siekiama patobulinti žmogaus galias, kurias jam davė gamta. Tad jo tikslas yra surasti tam tikras moksliškai pagrįstas auklėjimo tiesas ir tokiu būdu įtvirtinti lavinimo mokslą.

Viena iš ligšiolinių vaikų ir jaunimo auklėjimo klaidų buvo per didelis proto galių lavinimas ir kūno bei sveikatos nepriežiūra. Todėl „*norėdami sukurti protinį rojų, mes atversime silpnumo, kankinimų, tūkstančių kūniškų kančių šaltinį ir žemėje sukursime tikrą skaistyklą, jei ne pragarą*“[251]. Todėl sunku auklėti vaiką, kad jis būtų tobulas, jei jo sveikata vis blogėja. Ir Sniadeckis nenori to daryti pagal „protinį modelio tobulumą“, kuris kyla iš spėlionių, o ne iš patirties[252]. Tobulumo vadovaujantis „Organinių būtybių teorija“ siekiama išnaudojant visas žmogaus tobulėjimo galimybes, atsižvelgiant į jo natūralius polinkius, į sveikatos mokymą. Vos gimęs žmo-

[248] L. Bierkowski, *Kilka słów o ważności, potrzebie i użytku gimnastyki*, Kraków 1837, s. 1.
[249] Ibid., s. 2.
[250] J. Śniadecki, *O fizycznem wychowaniu dzieci*, [w:] *Dzieła Jędrzeja Śniadeckiego*, op. cit., s. 217.
[251] J. Śniadecki, *O fizycznem wychowaniu dzieci*, [w:] Dzieła Jędrzeja Śniadeckiego, op. cit., s. 105.
[252] Ibid., s. 100.

gus Sniadeckiui yra žaliava su sėklomis, iš kurios fizinis lavinimas sukuria meno kūrinį, lyg skulptoriui, kuris sukuria savo kūrinį iš riedulio: „*kuo geriausiai išlavinti jo kūną; iškelti, plėtoti, ugdyti ir tobulinti jo kūno jėgas ir gebėjimus, stiprinti ir saugoti sveikatą. Greičiau tokį auklėjimą reikėtų vadinti gydytojišku; nes sveikatos palaikymas ir užtikrinimas yra to įgudusio meno dalis.*“[253]

Nors Ruso mintys yra Sniadeckio svarstymų apie auklėjimą pagrindas, jis negailėjo jam kritikos. Knygoje „Emilis“ Ruso pagrindiniu veikėju išrinko sveiką ir stiprų berniuką, bet, anot Sniadeckio, lavinimas turėtų apimti visus, įskaitant silpnus, trapius ir neįgalius. Taigi atrodo, kad Sniadeckiui susidaro įspūdis, jog Ruso „*bando išvalyti visus silpnuosius*“[254]. Taigi, jei vaikai serga ir gijimas yra įmanomas, gydytojas turėtų tai padaryti ir jį pagydyti. Jei gydymo nėra, tada tokie vaikai turėtų būti kruopščiai lavinami, kad jie galėtų kuo geriau mėgautis gyvenimu. Tokia yra šiuolaikinė mintis, kuri Sniadeckio pirmtakams dažniausiai buvo visiškai svetima: *„Juk neįgalieji ir nelaimėliai ir turi turėti savo sveikatą ir savo laimę.*“[255] Tačiau Ruso ir Sniadeckio požiūris į mediciną sutampa, nes „Emilio“ autorius jai priskiria ir ligos baimės skatinimą, be to, medicina „*ne tiek atideda mirtį, kiek verčia ją mus pajausti iš anksto, išsekina gyvenimą, užuot pratęsusi*“[256]. Sniadeckis sergantiems vaikams pataria viena: *„vartoti kuo mažiau vaistų nuo vaikų ligų ir kreiptis į gydytojus tik ten, kur skubiai reikia*[257]“, nes vaikams skirti vaistai patys gali sukelti blogesnį poveikį nei pati liga. Tačiau medicinos žinios yra tinkamo fizinio išsivystymo garantija, nes tik puoselėjimas, lavinimas ir mokymas remiantis ja gali užtikrinti sveikatą.

Vaikų sveikatai nepadeda švietimas, nukreiptas tik į protinį vystymąsi, nepaisantis fizinio vystymosi, kurį Ruso pabrėžia žodžiais: „*užuot auginęs žmogų sau pačiam, noriu jį užauginti kitiems*[258]“, nuo vaikystės ugdome vaiką būti mokslininku ir nuo pat

[253] Ibid., s. 101.
[254] Ibid., s. 106.
[255] Ibid., s. 107.
[256] J. J. Rousseau, *Emil, czyli o wychowaniu*, T. 1, op. cit., s. 35.
[257] J. Śniadecki, *O fizycznem wychowaniu dzieci*, [w:] Dzieła Jędrzeja Śniadeckiego, op. cit., s. 169.
[258] J. J. Rousseau, *Emil, czyli o wychowaniu*, T. 1, op. cit., s. 11.

šio ugdymo pradžios – gąsdinimu, taisymais, priekaištais, grasinimais dėl samprotavimo[259]. Sniadeckis šią mintį pateikia labai įtikinamai: „*Būdamas tikrojo švietimo draugas, barbariškumo ir laukiniškumo aš negaliu palaikyti. Bet nenorėčiau, kad vaikai naudotųsi protu dar prieš formuodami kūną; ir dar labiau nenorėčiau, kad būtų lavinamos tik psichinės galios, o kūnas būtų visiškai paniekintas. Norėčiau, kad neatitraukiant vaikų nuo žaidimo ir kūniško darbo, lėtai ir tik po truputį išmokyti juos tų mokslų, kurie atitinka jų sugebėjimus, kurie juos linksmina ir kuriems jie rodo norą, ir kuriems nereikia jokio minčių intensyvumo. Norėčiau, kad nė vienas vaikas nežinotų stalų ir suolelių, ant kurių juos sodina nežmogiški mokslinčiai ir samdyti mokytojai. Norėčiau, kad vaikai visada judėtų ir dirbtų, kad jie nežinotų kito poilsio, išskyrus miegą ir laiką valgyti; kad jų protas būtų užimtas tik žaidimais*.“[260] Vertimas mokytis mokslo, jiems nuobodaus, keisto, dažnai nesuprantamo, sąstingyje ir drausmėje, kelia jiems tik pasibjaurėjimą ir atstūmimo reakciją, jei mokslas jiems grūdamas per prievartą.

Tai yra puiki Sniadeckio paraiška šiuolaikinei pedagogikai ir mokymuisi, kad vaikai su malonumu, išdykaudami, kaip ir turėtų būti vaikystėje, priimtų žinias. Todėl vaikus reikia skatinti mokytis, bet neatimti iš jų vaikystės. Sniadeckis rašo – nėra žmogaus, kuris būtų per prievartą išmokytas mokslo, ir sunku pripažinti mokslu tokias žinias, kurias prievarta norima įdiegti vaikams. Tokio lavinimo pasekmė yra pasibjaurėjimas mokslu ir „*tai yra priežastis, kodėl jauni žmonės bėga nuo mokyklos ir nuo mokytojų, ir nežinodami, kur kreiptis, dažnai patenka į blogiausias draugijas*“[261]. Todėl nekompetentingas vaiko auklėjimas yra trūkumų ir sveikatos, ligos ir negalios priežastis, o svarbiausia – nelaimės šaltinis.

Sniadeckio mintys apie auklėjimo meną buvo vertinamos, nors jo naujosios pedagogikos postulatas ne visada buvo suprantamas, kaip nutiko 1855 m. Sniadeckio kūrybos leidėjui Kazimierui Jozefui Turovskiui (Kazimierz Józef Turowski). Jis parašė: „*Paskutinis, bet ne mažiau svarbus dalykas yra tai, kad mokymasis, kurį ga-*

[259] Ibid., s. 91.
[260] J. Śniadecki, *O fizycznem wychowaniu dzieci*, [w:] Dzieła Jędrzeja Śniadeckiego, op. cit., s. 192.
[261] Ibid., s. 224.

lima derinti su linksmybėmis, nėra darbas, todėl jis nėra tinkamas mokymasis."[262] Tačiau susižavėjimu dalinosi visi, kuriuos pasiekė ši knyga. Jau 1840 m. Mykolas Balinskis (Michał Baliński) rašė, kad darbas „Apie vaikų fizinį lavinimą" buvo skaitomas „*su nepaprastu skaitytojų smalsumu net tų, kurie šiaip nebuvo pratę skaityti, su motinų dėkingumu, kas liudija apie jo didžiulį talentą stebėti ir didelę patirtį šiame objekte nuoširdžiausiai žmonijos gerovei*"[263]. Liudvikas Šviežavskis (Ludwik Świeżawski) apibūdino Sniadeckio veikalo didingumą sakiniu: „*Iš tiesų mes visada ieškome svetimų dievų, giriame svetimus, nežinodami, kad jei tik klausytumėmės savo išminčių ir išmoktume pasitikėti savo jėgomis, nepatektume į nesėkmių ir nelaimių potvynį.*"[264] Kita vertus, Stanislovas Brzozovskis (Stanisław Brzozowski) pripažino Sniadeckio darbą „*svarbiausiu ir iki šiol nepralenkiamu mūsų pedagoginės literatūros darbu: „Jei galėčiau taip padaryti, tai atsispausdinčiau šį kūrinį tiek egzempliorių, kiek yra šeimų, kurie moka skaityti, ir jei visoje mūsų visuomenėje būtų priimami tik Sniadeckio principai, neabejoju, kad naujos kartos padariniai peraugtų didžiausius mūsų lūkesčius.*"[265] Tokiu įsitikinimu apie Sniadeckio darbą dalinosi ir Henrikas Spenceris (Henrik Spencer) („ Education: intellectual, moral and physical", 1861). Janušas Korčakas (Januszas Korczakas) Sniadeckį vertino labiau nei Džoną Loką, rašydamas: „*Mes dar neužaugome taip, kad būtų galima tinkamai įvertinti Sniadeckio darbo vertę ir priklaupti prieš jį; mes neturime tam nei laiko, nei jėgų.*"[266]

Sniadeckio darbas „Apie vaikų fizinį lavinimą" taip pat minimas ir ištikimos skaitytojos ir skleidėjos Elzės Ožeškienės (Eliza Orzeszkowa), kuri knygoje „Keletas žodžių apie moterį" perima pagrindines Sniadeckio idėjas, rašydama: „*Ugdymas suprantamas kaip lavinantis ir tobulinantis visas žmonių galias, susideda iš trijų*

[262] K. J. Turowski, *Przedmowa*, [w:] J. Śniadecki, *Fizyczne wychowanie dzieci*, Sanok 1855, s. V.
[263] M. Baliński, Życie Jędrzeja Śniadeckiego, E. Günther, Leszno-Gniezno 1840, s. 40.
[264] L. Świeżawski, *Jędrzej Śniadecki, jego żywot, naukowe i społeczne stanowisko*, Petersburg 1900, s.94.
[265] S. Brzozowski, *Jędrzej Śniadecki, jego życie i dzieła*, druk M. Arcta, Warszawa 1903, s.126.
[266] J. Korczak, *Słowo wstępne*, [w:] J. Śniadecki, *O fizycznem wychowaniu dzieci*, Książka Polska, Warszawa 1920, s. VII.

glaudžiai susijusių dalių: fizinės, psichinės ir moralinės“[267] ir tokia yra gamtos logika, pabrėžia „Prie Nemuno“ (Nad Niemnen) autorė, kad vienos iš šių galių silpninimas silpnina kitas, nes „*kūno stiprybė ir sveikata yra sielos sveikatos ir galios pagrindas*“[268]. Fizinio lavinimo apleidimas ypač jaučiamas moterų atveju, nes jos rūpinasi savo kūnu tik tada, kai yra gražios dėl fizinio silpnumo. Mes niekur nerandame moterų, rašo Ožeškienė, „*judėjimo laisvės, jų kūnui tinkamų fizinių pratimų galimybės, būsto ir maisto higienos sąlygų*“[269].

Tačiau yra dar vienas aspektas, lemiantis kūrinio „Apie vaikų fizinį lavinimą“ unikalumą – jo aktualumas. Sunku nepripažinti Sniadeckio žodžių kaip vis dar svarbių, nors beveik 200 metų senumo, bet įspėjančių ir šiuolaikinį švietimą: „*Tai yra prietaras ir labai blogas, ir, deja, dažnas pripratimas mokyti vaikus visko iš knygų, nes jos skirtos tik suaugusiesiems; kelias valandas laikyti juos prie šių knygų kaip prirakintus, pridedant prie to dar ir pasipūtusio pedagogo žalą ir grasinimus. Tai yra neabejotinas būdas sugadinti mokymąsi ir amžinai sugadinti sveikatą.*“[270] Tačiau Sniadeckis nebuvo mokyklos priešininkas, priešingai nei Ruso. Jis žurnale „Vilniaus dienraštis“ rašė: „*Joks išsilavinimas, kaip tokios rūšies pramoga, nepalyginamas su įprasta mokykla, kurioje linksminamasi kartu, maloniai leidžiamas laikas kolektyve, tai yra pats laimingiausias ir geriausias laikas, jei jo kasdien nepakeliami mokytojai neužgniaužtų savo pedantizmu, karčiais aiškinimais, jei per anksti vaikai nebūtų vedami į mokyklą ir po kelias valandas nebūtų užrakinami lyg tikrame kalėjime, jei jie nebūtų mokomi apie tai, ką greitai pamirš.*“[271] „*Dauguma dalykų, kurių jie negali suprasti ir išmokti, todėl juos turi pamiršti.*“ Jei jis ir buvo priešininkas, tai tokios mokyklos, kuri atimanti iš vaikų vaikystę ir sveikatą.

[267] E. Orzeszkowa, *Kilka słów o kobietach*, Warszawa 1874, s. 51.
[268] Ibid.
[269] Ibid., s. 53.
[270] J. Śniadecki, *O fizycznem wychowaniu dzieci*, [w:] Dzieła Jędrzeja Śniadeckiego, op. cit., s. 218.
[271] J. Śniadecki, *Uwago o Fizycznem wychowaniu dzieci*, Dziennik Wileński 1805, nr 7, s. 234–235.

Andrius Sniadeckis

APIE VAIKŲ FIZINĮ LAVINIMĄ

Korektorė Sandra Garunkštienė
Maketavo Aistė Zitikienė

2025-11-07. Apimtis 15 apsk. sp. l.
Užsakymo Nr. 756. Tiražas 250 egz.
Išleido ir spausdino UAB „Utenos Indra“
Maironio g. 12, LT-28143 Utena
www.indra.lt, spauda@indra.lt

