

# Co każda matka swojej dorastającej córce powiedzieć powinna



IZABELA MOSZCZEŃSKA

## *Co każda matka swojej dorastającej córce powiedzieć powinna*

### WSTĘP

Kochana córko moja! Gdybym wiedzieć mogła na pewno, że w każdej chwili twego rozwoju i dalszego życia towarzyszyć ci będą rady i wskazówki kochającej i doświadczeniem życiowym wzbogaconej matki, że tak jak w twych niemowlęcych i dziecinnych latach wzrok mój zawsze spoczywać będzie na tobie, czytać w twoich myślach, bacznie śledzić każdą zmianę zachodzącą, czy w twym organizmie, czy też w twym charakterze — może nie pisałabym tej książeczki. Wiedziałabym, że ile razy nasunie ci się jakaś wątpliwość, ile razy jaka ciekawa zagadka dręczyć cię będzie, zwrócisz się do mnie ze szczerym i otwartym pytaniem, ufna, że cię nigdy nie zawiodę, tak jak wtedy, gdy zaledwie przyswoiwszy sobie mowę, zarzucałaś mnie pytaniami: „A co to? A po co to? A czemu tak?” i zawsze z ust usłyszałaś wystarczające, proste i z prawdą zgodne objaśnienie. A tak jak nigdy, od najmłodszych nawet lat nie zbywałam cię półsłówkami, nie oszukiwałam bajeczkami w imię źle zrozumianej przyzwoitości, gdy zadawałaś tak zwane pytania drażliwe, tak i później, w miarę gdy dojrzewać będziesz, nigdy fałszywy wstyd nie zamknąłby mi ust, gdyby chodziło o wyjaśnienie najważniejszych, najżywotniejszych może dla ciebie zagadnień życiowych.

Ale żadna z nas przyszłości przewidzieć nie może. — Dzisiaj jesteś tak młoda, że nie mogłabyś ani pojąć, ani dostatecznie ocenić znaczenia tych wyjaśnień i wskazówek, które ci w dalszym życiu najniezbędniejsze się okażą. Wtedy zaś, gdy umysł twój i twoje ciało dojdą już do tego stopnia rozwoju, w którym nie tylko zrozumieć, ale zastosować je będziesz musiała, Bóg wie, czy los nie pozbawi cię już mej opieki, czy dozwoli mi jeszcze na ciebie oddziaływać, rad i wyjaśnień udzielać.

Od chwili, gdy tylko przysłaś na świat, cała twoja przyszłość możliwa i przewidywana stała mi zawsze przed oczami; nie było dnia, nie było ani jednej czynności dla ciebie lub względem ciebie spełnianej, w której bym się z tą przewidywaną przyszłością nie liczyła poważnie i usiłowań moich nie kierowała w tym celu, by jej jak najpomyślniejsze, o ile to w mej mocy, zapewnić warunki.

I w tej chwili to samo pragnienie kieruje mymi postępami. Pragnę, aby pisane przeze mnie słowa zastąpiły ci kiedyś, jeśli to będzie konieczne, brak poufnej z matką rozmowy, aby moje doświadczenie było dla ciebie źródłem pożytecznych wiadomości, choćby mnie już przy tobie nie było.

Że zaś z miłością dla własnych dzieci łączyłam zawsze serdeczną macierzyńską troskliwość dla wszystkich tych, które macierzyńskiej opieki potrzebują, a zwłaszcza dla tych, które jej są pozbawione, więc pragnę, aby i ta książeczka służyła nie tobie tylko, lecz wszystkim dziewczętom twego wieku, które, wstępując w życie, albo nie mają o nim żadnego pojęcia, albo też zupełnie fałszywe i spalone.

### O PRZEZNACZENIU KOBIETY

Samo przeczytanie tego tytułu nasunie ci wspomnienie całego szeregu nudnych moralów i banalnych frazesów, z którymi się już nieraz w życiu i książkach spotykałaś, moralów i zdań, które niejedno młode dziewczę w twym wieku niesmakiem przejmują. Nie obawiaj

się jednak; rozumiem ten niesmak, doskonale pojmuję jego źródło i będę się starała ci go oszczędzać.

Słyszałaś nieraz, że przeznaczeniem kobiety jest zostać żoną i matką, a — jak zwykle dodają — i gospodynią, stawiając tym sposobem zadanie rodzenia i wychowania przyszłych ludzi tuż obok umiejętności kwaszenia ogórków, przyprawiania sosów i wywabiania plam, a przez to samo obniżając poniekąd pojęcie o znaczeniu kobiety i jej roli.

Nie samo to zestawienie jednak drażni i razi ciebie i inne dziewczęta w twoim wieku, o ile mają wyższe dążenia i wyższe ambicje. Drażni je ono ze względu na to, że nigdy nic analogicznego nie mówi się ich braciom i rówieśnikom. Podczas gdy najwyższym pragnieniem rodziców jest widzieć syna sławnym uczonym, znakomitym inżynierem, genialnym artystą lub tym podobnym — córkę pragną oni uczynić tylko dobrą żoną i matką, jak się nieraz dziewczęta w twym wieku z żalem i uczuciem upokorzenia odzywają.

Takie postępowanie rodziców i wychowawców zdaje się opierać na mniemaniu, że podczas gdy chłopiec i mężczyzna istnieje sam dla siebie, jest czymś sam przez się, dziewczynka i kobieta wychowuje się i żyje tylko dla mężczyzny, i do jego potrzeb, pragnień, poglądów przystosować się musi.

Stąd wynika również pojęcie, że fakt, czy dana kobieta przeznaczenie swe spełni, zależy od decyzji tego, który ją za żonę i matkę swych dzieci wybierze, a zatem los jej od jego woli w zupełności czyni zawisłym, czego nawzajem o mężczyźnie nikt twierdzić się nie ośmiela. Wreszcie to zakreślanie życiu synów celów zupełnie osobistych i takich, do których samodzielnie zmierzać mogą, a życiu córek celów nieosobistych i pewnymi niezależnymi od nich okolicznościami uwarunkowanych, wydaje się jakoby uznaniem niższości tych ostatnich, ich wartości względnej i zupełnie niesłusznie w nich samych wywołuje przekonanie, jakoby np. rola matki była czymś podrzędnym w zestawieniu z rolą inżyniera lub doktora.

Wszystkie powyżej scharakteryzowane poglądy, przeciw którym burzy się młoda ambicja twoja i tobie podobnych dziewcząt, które ich godność ludzką urażają i ranią, są najzupełniej błędne i wynikają z bardzo rozpowszechnionych wprawdzie, lecz zupełnie nieuzasadnionych zwyczajów patrzenia na rzeczy i oceniania ich wartości.

Nie w ten sposób bynajmniej myślę ci objaśnić przeznaczenie kobiety, gdyż wcale nie tak je pojmuję. Przede wszystkim zaznaczyć muszę, że w moim przekonaniu przeznaczenie kobiety i mężczyzny jest w głównych zarysach takie samo, ich cele są wspólne i zgodne, ich zależność wzajemna, a ich łączność dla obu stron konieczna.

Pierwszym celem i zadaniem każdej jednostki ludzkiej jest dojść do *najwyższego stopnia swego rozwoju*, do takiej pełni sił fizycznych i umysłowych, żywotności, działalności i godności ludzkiej, do jakiej tylko natura ją uzdolniła. *Cale wychowanie dziecka i cale życie jednostki dojrzałej powinno do tego zmierzać, by rozwinąć w sobie człowieka w najwyższym znaczeniu tego wyrazu.*

W tym określeniu mieści się wszystko to, co dotyczy wykształcenia zdrowia, charakteru, roli człowieka w rodzinie i w społeczeństwie, jego działalności naukowej, artystycznej, ekonomicznej itd.

Jednakże na osobistym doskonaleniu nie kończy się przeznaczenie ludzkie, bo nie na jednym pokoleniu kończy się ludzkość. Każdy z nas, czy chce, czy nie chce, świadomie lub nieświadomie, żyje dla przyszłości, bo wobec krótkości i znikomości życia dziewięć dziesiątych czynów ludzkich nie miałyby celu ani sensu i nie dają się wytłumaczyć inaczej, jak tylko myślą o przyszłości. Ta przyszłość uwarunkowana jest istnieniem następnych pokoleń, które w naszych zdobyczach uczestniczyć mają i naszą pracę wykończać i doskonalić.

Gdyby któregokolwiek dnia ogół ludzi zyskał przekonanie lub pewność, że wkrótce nastąpi koniec świata, że dzieci przestaną się rodzić, rosnąć, dojrzewać, nowymi ludźmi stawać, wówczas od razu ustałby wszelki ruch, wszelka praca, wszelkie życie, nastąpiłaby martwota i ciężkie przygnębienie tych wszystkich, którzy mieliby być ze swego rodzaju ostatni. Przedłużenie istnienia ludzkości, utrzymanie nie siebie, lecz swego gatunku, przekazywanie życia następny pokoleniom jest więc podstawą i główną sprężyną działalności ludzkiej w ogóle. Popęd do tego przekazywania życia tkwi w naturze każdej normalnej jednostki ludzkiej, jest jej przeznaczeniem naturalnym. To przeznaczenie naturalne jest wspólne i mężczyznom, i kobietom, i absolutnie inaczej być nie może.

Syn, Córka, Dorosłość

Kondycja ludzka, Kobieta,  
Mężczyzna

Dziecko

Nie dosyć na tym; jak celem każdego pojedynczego człowieka nie jest wyłącznie podtrzymanie swej marnej egzystencji, lecz doprowadzenie jej do najwyższego stopnia rozwoju, do pełni życia w najwyższym rozumieniu tego wyrazu, tak też celem mężczyzn i kobiet nie może być samo utrzymanie istnienia gatunku i przekazywanie marnego życia nowym, na równie lichy istnienie skazanym jednostkom. Nie tylko o utrzymanie gatunku chodzi, lecz o jego udoskonalenie i rozwój, a jak ci wyjaśnię dalej, tę dążność do udoskonalenia ludzkiego typu natura wszczepiła w ludzi razem z instynktem, który ich popycha do samego przekazywania życia.

W tym punkcie oba główne cele człowieka: osobisty i nieosobisty — schodzą się i podtrzymują wzajemnie. Zdrowie, zdolności, cnoty, talenty, wykształcenie, silna wola, praca itp. są mu potrzebne nie tylko na to, by sam w sobie pełnię życia rozwinął i człowieka w najwyższym znaczenia tego wyrazu w sobie wykształcił, lecz i na to także, by tym pokoleniom nowym, które z niego początek wezmą, spotęgowany zasób sił życiowych przekazał i na wyższy szczebel człowieczeństwa je wprowadził.

I to także w równej mierze odnosi się do mężczyzn, jak i do kobiet. Zaniedbanie fizycznego, umysłowego czy moralnego rozwoju kobiety, czyni ją równocześnie, i lichszą istotą w ogóle i zupełnie nieodpowiednim materiałem na matkę. Wszystko zaś to, co jej siły duchowe czy fizyczne potęguje i rozwija, co ją czyni wyższego rzędu człowiekiem, uzdalnia ją zarazem do lepszego spełniania macierzyńskich obowiązków.

Że jednak dzieci nie tylko po matce, lecz i po ojcu wady i zalety dziedziczą, że nie tylko pod jej, lecz i pod jego wpływem się wychowują, więc to samo i o mężczyznach w zupełnie równej mierze powiedzieć można: ich zdrowie i siły, ich rozum i charakter, są potrzebne nie tylko dla nich, lecz i dla ich potomstwa; ich ułomności i choroby są równie szkodliwe dla istnienia przyszłych ludzi, jak ułomności i choroby matek. I ich przeznaczeniem jest przekazywać życie, być ojcami i oni również do tej roli przygotowywać się odpowiednio powinni. Stąd wynika, że równie niesłusznie (czy może równie słusznie?) byłoby mówić, że kobieta jest stworzona dla mężczyzny, jak odwrotnie, że mężczyzna stworzony jest dla kobiety. Oboje bowiem zarówno są najprzód stworzeni dla siebie samych, tj. rozwój i szczęście tak mężczyzn, jak i kobiet jest równie pożądany i ważny, a dalej dla następnych pokoleń, czyli dla swoich dzieci.

Jeżeli dla dzieci kobieta jako matka jest bardziej, a raczej dłużej niezbędna, jeżeli na ich naturę w wyższym stopniu oddziaływa, w kształtowaniu nowych ludzi większy udział bierze, to bynajmniej cechy jej niższości stanowić nie może<sup>1</sup>. Przekazywanie życia i doskonalenie człowieka jest tak ważną sprężyną życia, tak doniosłą funkcją istoty ludzkiej, że poniżanie macierzyńskiej godności może tylko świadczyć o wielkim spaczeniu i zwyrodnieniu pojęć, i o wielkim zaniku poczucia dostojeństwa ludzkiego w ogóle.

Gdy dokładniej po przeczytaniu całej książeczki zrozumiesz znaczenie słów powyższych, pewno nigdy nie przyjdzie ci na myśl z uczuciem niesmaku i wyrazem pogardliwego lekceważenia mówić o tym, że przeznaczeniem twoim i rówieśniczek twoich miałyby być, by każda z was została „tylko” matką!

Jakkolwiek twierdziłam, że przeznaczenie mężczyzny i kobiety jest w ogólnych rysach to samo, to jednak w zadaniu, które spełniają wspólnie, istnieje pewien podział funkcji, taki sam, z jakim się spotykamy w ogóle w żyjącej przyrodzie.

Kiedy byłaś jeszcze bardzo mała, stawiałaś sobie — tak jak znaczna większość twych rówieśniczek — nieraz pytanie, skąd się biorą dzieci, a że tego bardzo ciekawego pytania sama rozstrzygnąć nie umiałaś, udałaś się z nim do mnie.

Pamiętasz zapewne dobrze, że zamiast ci opowiadać bardzo rozpowszechnione bajeczki o bocianie, którymi jeszcze później próbowały zabawiać cię twoje towarzyski zabawy, powiedziałam ci od razu, że dziecko powstaje w łonie matki, w nim rośnie i rozwija się, jej krwią się żywiąc póty, póki wszystkie organy jego ciała nie wykształcą się do tego stopnia, by mogło rozpocząć życie samodzielne. Wówczas wydobywa się ono z macierzystego łona, narażając matkę na silne bóle i utratę krwi, i to nazywa się porodem. Jednakże i wtedy jeszcze tak ścisła przedtem łączność życia dziecka z życiem matki nie zrywa się od

Kobieta, Matka, Kondycja  
ludzka

Matka, Córka, Dziecko,  
Natura, Nauka

<sup>1</sup>to bynajmniej cechy jej niższości stanowić nie może — nie może to być w najmniejszym stopniu uznawane za cechę równoznaczną z niższością. [przypis edytorski]

razu, gdyż z piersi jej czerpie ono swe pierwsze pożywienie, bez którego trudno by było utrzymać się przy życiu.

Mówiłam ci też, że i ty byłaś kiedyś częścią mego własnego ciała, że nosiłam cię w moim łonie przed twoim urodzeniem, że zanim oczki twoje świat ujrzały, już otaczałam cię swymi staraniami, pragnąc cały mój tryb życia w owym czasie tak uregulować, żeby tobie dać jak najwięcej sił i zdrowia, a przyjście twe na świat uczynić o ile było w mej mocy nie tylko dla mnie, lecz i dla ciebie jak najmniej niebezpiecznym.

Zwracałam ci uwagę i na to, że w całej żyjącej naturze powtarza się to samo, że istoty dojrzałe dają życie istotom nowym, które z początku stanowią tylko ich częścią. Ta częścią rośnie, rozwija się w organizmie macierzystym, a doszedłszy do pewnego stopnia rozwoju, odłącza się od niego, następnie żyje samodzielnie i znów daje początek nowym pokoleniom. Jak owoc jest najprzód tylko częścią drzewa, na którym wyrasta, a gdy dojrzeje, opada, i z nasienia jego powstać może nowe drzewo, tak dziecko jest najprzód częścią matki, a później odłącza się od niej, rośnie, dojrzewa, staje się człowiekiem i znówuż dzieci na świat wydaje.

Tak ci objaśniłam, stosując się do twego dziecięcego umysłu.

Objaśnienie to wystarczyło ci na długo. Jednakże nowe spostrzeżenia nasunęły ci nowe wątpliwości. Kiedy ci objaśniono życie roślin, dowiedziałas się, że nasienie powstaje w słupku tylko wtedy, jeżeli pyłek z pręcików kwiatka padnie na znamię, znajdujące się na szczycie słupka, przez szyjkę przeniknie i zapłodni znajdujące się tam zalążki, które rozwijają się w nasiona. Mówiono ci także, że te dwa organy biorące udział w rozmnażaniu: pręciki i słupki nie zawsze znajdują się połączone w jednym kwiecie i nie zawsze wystają na tejże samej roślinie. Kwiaty posiadające tylko pręciki, wydzielające zapładniający pyłek, nazywano męskimi, kwiaty opatrzone tylko słupkami, które ten pyłek przyjmują i nasienie w sobie rozwijają, żeńskimi. Słyszałaś także, że przenoszenie zapładniającego pyłku z jednego kwiatka na drugi odbywa się bądź to przy pomocy wiatru, bądź za pośrednictwem owadów, które przelatując od jednego kwiatka do drugiego, przenoszą ten pyłek i że skutkiem tego żywe barwy kwiatów grają w życiu roślin ważną rolę, gdyż nęcą owady, a przez to ułatwiają przenoszenie pyłku, zapłodnienie go i tworzenie się nasienia, a zatem rozmnażanie danego gatunku rośliny.

Rośliny, Kwiaty

Będąc na wsi, słyszałaś nieraz, że jeśli w czerwcu, w porze, gdy żyta kwitną, nie ma wiatru, ziarno się nie tworzy i zboże potem nie sypie.

Z podobnymi faktami spotykałaś się i wtedy, gdy ci objaśniano życie owadów. Dowiedziałas się, że zadanie trutniów w ulu polega na zapładnianiu jajek znajdujących się w ciele pszczoły-królowej, że ze złożonych przez nią jajek, przy troskliwej opiece pszczół robotnic, wylęgają się następnie nowe matki, robotnice i trutnie; te ostatnie wymierają, skoro tylko spełniły swą jedyną ważną czynność, to jest zapłodnienie jajek królowej.

Zwierzęta, Natura,  
Kondycja ludzka

Choćby przez samo porównanie ze światem roślinnym i ze światem owadów musiało ci się nasunąć przypuszczenie, że to samo zjawisko powtarzać się musi i u stworzeń wyższego rzędu, u ptaków, zwierząt ssących i u człowieka, że i tam w przekazywaniu życia muszą brać udział istoty dwojakiego rodzaju, tj. dwojakiej płci, z których jedna wydziela pierwiastek zapładniający, jak pyłek w kwiatkach męskich czyli pręcikowych, a druga wytwarza przeznaczone do zapłodnienia jajko, w którym rozwija się nowa, życiem obdarzona istota.

To przypuszczenie musiało ci się nasunąć tym pewniej, że podział istot żyjących na męskie i żeńskie stwierdziłaś w całym swym otoczeniu. Widziałaś, że ptaszki żyły parami, a gdy ich samiczki znosiły i wysiadywały jajka, samce ujawniały rodzicielskie swe uczucia, szukając i znosząc im pożywienie. Musiałaś też zauważyć, że u zwierząt ssących tylko samice rodzą i karmią młode.

I rzeczywiście, rozmnażanie, czyli przekazywanie życia odbywa się u wszystkich wyżej wspomnianych tworów w sposób podobny, jest w swej istocie zupełnie takie samo, z tą różnicą, że podczas gdy u owadów i ptaków ciało samicy wydziela już zapłodnione jajko, u zwierząt ssących i u człowieka pozostaje ono w ciele matki dopóty, póki nowa istota z niego się nie pocznie, po czym istotą ta rozwija się, żyje, porusza, i w końcu jako nowy, żyjący organizm w tym jajku z łona matki się wydziela.

Widzimy więc, że im wyżej się posuwamy po szczeblach wielkiej drabiny stworzenia, tym ściślejszy się staje związek między życiem matki a życiem jej potomstwa, tym silniej-

sze jej oddziaływanie na istoty, którym daje początek, tym większa potrzeba poświęceń i starań macierzyńskich.

Karmienie noworodków mlekiem własnej piersi przedłuża tę spójnię między organizmem dojrzałym a organizmem dziecięcym poza okres poczęcia i narodzenia, a na tle tej ścisłej spójni rozwija się instynkt, najgłębiej tkwiący w każdej żeńskiej naturze i najcharakterystyczniej ją cechujący, to jest instynkt macierzyński, który u stworzeń najwyższych, u ludzi, przechodzi w najwznioślejsze, najgłębsze uczucie — w *macierzyńską miłość*.

Z tego podziału funkcji między płęć męską i żeńską wynikają wszelkie różnice, jakie między fizjologicznym przeznaczeniem kobiety a mężczyzny zachodzą.

Rolą kobiety-matki jest być pierwszym schronieniem swego dziecka, żywić je swą krwią, chronić je swym ciałem od szkodliwych wpływów, które by jego rozwojowi zagrażały mogły, i w ciągu dziewięciu miesięcy, które upływają od chwili poczęcia do chwili porodu, żyć z nim życiem wspólnym i oddziaływać na ukształtowanie się jego istoty.

Jest to, jak widzimy, rola niezmiernie ważna i niekiedy rozstrzygająca o całym życiu przyszłego człowieka. Jeżeli rozważymy, że wszyscy ludzie, którzy wstąpili w życie z organizmem zdrowym, wolnym od kalectw i ułomności, obdarzeni energią życiową, normalnym systemem nerwowym, dobrymi skłonnościami, żywą inteligencją, zdolnością myślenia, działania, tym wszystkim, co ich czyni ludźmi w wyższym znaczeniu, zawdzięczają to w pierwszym rzędzie swoim matkom, bo jeden fałszywy krok ze strony matek byłby mógł ich uczynić niedołączkami, kalekami, idiotami lub cherlakami — z tego ocenimy, jak święte i doniosłe jest macierzyńskie zadanie, jak wiele świat zawdzięczać może tym kobietom, które się przejmą powagą swej macierzyńskiej roli i wielkością swej odpowiedzialności, a powołaniu swemu godnie odpowiedzą.

Matka, Dziecko, Ciało

## MIŁOŚĆ, MAŁŻEŃSTWO, MACIERZYŃSTWO

Wspólność przeznaczeń obu płci, połączona z podziałem funkcji między nimi, skazuje je na pożycie wspólne, sprawia, że jednoczenie się osobników męskich z osobnikami żeńskimi jest dla obu stron naturalną potrzebą i jednym z najsilniej i najgłębiej w ich naturze tkwiących instynktów. Na tle tego instynktu, tej wrodzonej potrzeby połączenia się z istotą płci odrębnej powstaje miłość.

Miłość

Widzę, jak w tej chwili na twarzy twej i rówieśniczek twoich, które te słowa czytać będą, zjawia się wyraz rozczarowania i niesmaku.

„Jak to, więc ta miłość opiewana przez wszystkich naszych wielkich poetów, miłość stanowiąca wątek takich dzieł jak *W Szwajcarii*<sup>2</sup>, miłość zapełniająca setki i tysiące tomów wzruszających romansów, miłość stanowiąca najżywotniejszy pierwiastek wstrząsających dramatów jest tylko pociąganiem jednej płci do drugiej, dla wydania nowych jednostek ich gatunku? Jakże to brzydkie, jakże to prozaiczne”.

Być może, że to, co poprzednio mówiłam o przeznaczeniu kobiety i jej macierzyńskiej roli, pogodziło was już cokolwiek z myślą, że nie wszystko, co tkwi w cielesnej naturze człowieka, przez to samo już wstrętne i niskie być musi. Może także uda mi się was przekonać, że jakkolwiek wasze młodociane pojęcia o miłości nieraz znacznie odbiegają od rzeczywistości, są trochę sztucznie wyśrubowane i nienaturalnie nadziemskie, to jednak jej istotne wielkie znaczenie w życiu człowieka i w rozwoju ludzkości najzupełniej usprawiedliwia i tłumaczy fakt, że jest ona jednym z nieśmiertelnych źródeł poetyckiego natchnienia i wszelkiej artystycznej twórczości.

Ona sama bowiem, fizjologicznie rzecz biorąc, jest objawem potęgi twórczej, jest tą siłą, przez którą świat stary wciąż się odradza, odnawia i żyje, i tą siłą, która na grobach dawno wygasłych pokoleń tworzy nową wiosnę, nową młodość, nowy rozkwit potęgi i piękna, jest źródłem życia, dalszym ciągiem twórczego: „Stań się!”, które światu początek dało.

Miłość, Obraz świata,  
Odrodzenie

Jak ci dobrze wiadomo, człowiek żyje życiem fizycznym i duchowym. Jego życie fizyczne zbliża go do najwyższego rzędu zwierząt, tj. do ssących, ale swoim rozwojem duchowym znacznie je przewyższa. Jego najwyższe nawet dążenia tkwią korzeniami w jego

Ciało, Dusza, Kondycja  
ludzka

<sup>2</sup>*W Szwajcarii* — poemat miłosny napisany przez Juliusza Słowackiego w latach 1835–1838, wydany w 1839 w Paryżu w tomie *Trzy poemata*. [przypis edytorski]

cielesnej naturze i są przez nią poniekąd uwarunkowane o tyle, że jakaś czysto fizyczna przyczyna, choroba organiczna, jeśli dotyka jego mózgu lub systemu nerwowego, może najwspanialszy rozkwit jego ducha osłabić lub zniszczyć.

Z drugiej jednak strony, jego życie duchowe silnie bardzo oddziałuje na jego cielesne funkcje, przeobraża je, uszlachetnia i nadaje im charakter odmienny od tego, jaki też same funkcje posiadają u zwierząt. Pociąg jednej płci do drugiej, tak ściśle związany ze sprawą utrzymania gatunku, czyli przekazywania życia, istnieć musi naturalnie i u zwierząt, zjawia się jednakże tylko w pewnych epokach ich życia, jest czysto fizyczny i znika, skoro tylko zadanie swe spełni, to jest zapewni egzystencję gatunku.

U ludzi zespała się on ściśle z całym ich duchowym rozwojem, wchłania w siebie wszystkie pierwiastki ich duchowego życia: miłość dobra, piękna i prawdy, staje się obok fizycznego pociągu uwielbieniem, zachwytem, szacunkiem, przyjaźnią, przywiązaniem, skłonnością do poświęceń, wspólnością myśli, zdolnością do przebaczenia, do zapomnienia o sobie i życia dla drugich, do znoszenia cierpień dla szczęścia ukochanej istoty.

Byłoby to wielkim nieszczęściem dla rodzaju ludzkiego, gdyby stosunek mężczyzn do kobiet zamykał się tylko w granicach czysto fizycznego pociągu.

Jak ci już mówiłam, przeznaczeniem mężczyzny i kobiety zarówno jest nie tylko przekazywanie życia, lecz udoskonalenie go, nie tylko tworzenie nowych ludzi, lecz tworzenie wyższego typu człowieka. Miłość jest źródłem życia, mówiłam; otóż im wyższa, doskonalsza, potężniejsza i głębsza jest miłość, tym pełniejsze, bujniejsze, szlachetniejsze jest to życie, które z niej początek bierze.

Jest faktem ogólnie znanym i bardzo pospolitym, że dzieci mają stałe pewne cechy podobieństwa z rodzicami, że po nich dziedziczą zarówno duchowe, jak i fizyczne właściwości.

Wydaje się każdemu rzeczą zupełnie naturalną, że wzrost, budowa, kolor oczu i włosów świadczy o ich bliskim pokrewieństwie z ojcem lub matką, że nawet w ich uczuciach, skłonnościach, uzdolnieniach, znajdujemy jakoby dalszy ciąg, odbicie, a często spotęgowanie rodzicielskich skłonności i uzdolnień.

Już z tego samego wnosić można, że dla życia naszych potomków nie jest bynajmniej rzeczą obojętną, z kim nas węzły miłości i małżeństwa połączą.

Niemniej i sam fakt połączenia, uczucie, które rodziców do niego skłania, również wpływa na ukształtowanie się tych istot, które z ich związku się rodzą. Przysłowiove u wszystkich narodów stało się zdanie, że dzieci miłości bywają zwykle piękne i rozumne. Miłość więc nie tylko kieruje naszym wyborem dla dostarczenia naszym dzieciom takich rodziców, którzy by im najwięcej cech dodatnich przysporzyć mogli, lecz jest poniekąd sama tą rzeźbiarką, która fizyczną i duchową postać przyszłego człowieka kształtuje.

Ludzie, którzy się łączą, ulegając nie chwilowemu i przelotnemu podnieceniu zmysłów, lecz także i przekonaniu, że w ukochanej istocie znaleźli wcielenie wszelkich cnót, zalet, wdzięków, wyższości umysłowej i doskonałości moralnej, jeśli sami pod wpływem doznawanej miłości czują się i szczęśliwi, i zdolni do poświęceń, dobrzy, silni, ofiarni, bezinteresowni, szlachetni — zyskują możliwość przekazania swym potomkom tych wszystkich dodatnich cech swej natury, które w chwili łączenia się z istotą ukochaną do wyższej nad zwykłą miarę potęgi wzrastają.

Dlatego też właśnie ta miłość idealna, opiewana przez poetów, ma wielkie w życiu ludzkim znaczenie, jest bowiem środkiem uszlachetnienia ludzkiego typu.

Dość długo rozpisałam się o tej kwestii, gdyż wstępujesz właśnie w epokę, w której miłość w życiu twoim odegrać może bardzo ważną, bardzo decydującą rolę, kiedy to tak łatwo postawić krok fałszywy, za który całe życie pokutować można, którego czasem całym życiem cierpień odkupić nie ma sposobu.

Wtedy, gdy organizm twój dojrzewać zacznie, równocześnie i w usposobieniu twym zajdą pewne zmiany, świadczące, że z dziewczęcą zaczynasz się przeobrażać w kobietę. Niczym niewytłumaczone chwile tęsknoty i rozrzewnienia, nieokreślone pragnienia, egzaltowane porywy, niepokoje i nagłe wybuchy, nadmierna wrażliwość i drażliwość są to zwykle u dziewcząt twego wieku zjawiska. Naturalne u dziewcząt uczucie wstydlivości, które jest jak gdyby instynktownym poczuciem świętości swego ciała i jego przeznaczeń, nie zapobiega temu, by od czasu do czasu nie zjawiały się pewne błyski sympatii do tego lub owego mężczyzny, sympatii lęklivo ukrywanej, lecz niemniej niepokojącej i zdradza-

Miłość, Dziecko, Kondycja  
ludzka

Dziecko, Miłość

jącej się nieraz nagłym rumieńcem na samą wzmiankę o człowieku, który twoją uwagę zwrócił.

Te pierwsze objawy, tak dla ciebie nowe, nie są jeszcze bynajmniej miłością, są może jej zwiastunami i powinny dla ciebie stanowić ostrzeżenie, byś odtąd stanęła na straży swego serca, swej ludzkiej godności i swego przyszłego powołania.

W tej epoce pierwszego rozkwitu młodych sił i świeżych zmysłów, młode, nieświadome życia dziewczęta stają się nieraz niewinnymi ofiarami niesumiennych ludzi, którzy ich rozkwitającą wrażliwość wyzyskać, a ich godność ludzką poniżyć pragną. Stają się też często ofiarami własnej wyobraźni, podniecanej bądź to czytaniem sensacyjnych romansów, bądź też rozmową z towarzyszkami, toczącą się nieodmiennie około miłosnych tematów. Ich charakter, równie nieugruntowany i niedojrzały jak ich organizm, z trudnością się opiera pierwszej lepszej pokusie, traci równowagę i nieraz upada pod wpływem człowieka, który na ich zmysły podziałał i wolę ich ujarzmił.

Człowiek taki najczęściej sam nie doznaje miłości i z pewnością nie mógłby jej wzbudzić w dziewczęciu, gdyby się cokolwiek dał mu poznać i gdyby ono miało dosyć trzeźwości sądu i przytomności umysłu, by go przeniknąć i ocenić. Cała jego siła polega na tym, że on zna słabość i wrażliwość młodej istoty, że umie dowolnie dla własnej zabawki wywołać jej niepokój, zmieszanie, rumieniec, odurzać ją i z równowagi wyprowadzać. Uduje mu się to tym łatwiej, im bardziej wyobraźnia dziewczyny rozgorączkowana jest scenami miłosnych upojeń i zachwyty, a jej zmysły wskutek tego bardziej podrażnione.

Chcąc takich bolesnych upadków, przełomów życiowych uniknąć, staraj się życie swe wypełnić pracą pożyteczną, a umysł poważnymi myślami. Nie myśl zbyt wiele o miłości, nie szukaj jej, nie wywołuj, nie baw się nią — jak tyle twoich rówieśniczek, których życie całe snuje się z domysłów na temat, kto się w nich kocha lub zakochać może, albo w kim też się one zakochają. Nie czyni sobie sportu i rozrywki z robienia tak zwanych konkiet<sup>3</sup>, wzbudzania w mężczyznach zmysłowych wrażeń swymi spojrzeniami, uśmiechami, ruchami lub strojem. Nie tęsknij za miłością — przyjdzie ona sama jako zwiastunka twego kobiecego przeznaczenia. Jeżeli ją wywoływać będziesz sztucznie, poddając się działaniu twych przedrażnionych zmysłów i rozgorączkowanej niewłaściwą strawą wyobraźni, łatwo ci obłąka i do bolesnych pomyłek skłoni; jeżeli zaskoczy cię w zupełnie normalnych warunkach twego życia, będzie ci godnym zaufania przewodnikiem.

Nie baw się flirtem ani żadną inną komedią miłości. Szkoda cię na to, szkoda rozpraszać swą zdolność kochania i doskonalenia się przez miłość na przelotne i niezdrowe wrażenia. Pracuj nad sobą, nad spotęgowaniem tych wszystkich cech dodatnich, które w przyszłości dzieciom swym przekazać pragniesz, i patrz na miłość jako na stopień wiodący do szczytu twego fizycznego i duchowego rozwoju, do macierzyństwa w pełnym znaczeniu tego wyrazu.

Na mężczyzn staraj się patrzeć takim okiem, jakim spoglądasz na twych bliskich krewnych i braci. Nie myśl o wrażeniu, jakie na tobie robią, ani o tym, jakie ty na nich robić możesz. Bądź prosta i naturalna, szczerą, skromną i spokojną, i bądź przekonana, że kto cię pokocha taką, jaką jesteś, a nie taką, jaką się dla przypodobania mężczyznom czynisz, ten tylko stale i prawdziwie kochać cię będzie.

O ile jednak ustrzec bym cię pragnęła, byś się nie stała ofiarą swych zmysłów i wyobraźni, a chwilowego zapomnienia nie odpokutowała zbyt srogo, w związku, który fizyczny pociąg miałby za jedyną podstawę, o tyle również chciałabym cię uwolnić od wpływu tych fałszywych doradców i przyjaciół, którzy powołując się na swe wieloletnie doświadczenie, dowodzić ci będą, że miłość w życiu nie ma żadnego znaczenia, że jest ona wymysłem piszących książki, a małżeństwo najzupełniej bez niej obejść się może. Ci ludzie mówić ci będą, że podstawą szczęścia małżeńskiego nie jest miłość wzajemna, lecz materialny dobrobyt i charakter męża, przy czym zauważyć będziesz mogła, że za dostateczne świadectwo dobrego charakteru poczytywać będą również w większości wypadków zdolność zarabiania i oszczędzania pieniędzy, połączoną co najwyżej z poszanowaniem obowiązujących praw i utartych zwyczajów.

Zdaje mi się, że gdyby wychowanie moralne dziewcząt opierano, nie — jak niestety dotychczas zbyt często się zdarza — na nieświadomości życia, lecz na *poszanowaniu swojej*

Mężczyzna, Kobieta, Miłość  
spełniona

Małżeństwo, Mąż, Pieniądz,  
Obyczaje

<sup>3</sup>konkieta (z fr. *conquête*: zdobycie, zdobycz) — sukces w zalotach, podbój miłosny. [przypis edytorski]



ludzkiej godności i swych ludzkich przeznaczeń, żadna nie uległaby tego rodzaju namowom niby doświadczonych ludzi.

Nie masz powodu wątpić, że zanim te słowa pisać zaczęłam, wzbogaciłam się bardzo znacznym zasobem doświadczeń. Życie mi ich nie oszczędzało, a między innymi z przyczyny trosk materialnych wycierpiałam tyle, że nie gorzej niż ktokolwiek inny umiem ocenić wartość dobrobytu, a dręczącego niepokoju o niepewne jutro niezawodnie oszczędzić bym ci pragnęła. Niemniej jednak czuję się zupełnie uprawniona do oświadczenia ci, że wyżej określone poglądy ludzi praktycznych uważam za *niemoralne i poniżające*.

Mam nadzieję, że choćby pod wpływem tego, co poprzednio pisałam, uznasz i odczujesz słuszność mego sądu.

Wszak to jest tak naturalne, że to uczucie skromności i wstydlivości, które ci każe każdy śmielszy ruch, każde nawet niedyskretne spojrzenie mężczyzny odczuwać jako obrazę, przerodzić by się mogło we wstręt, w naturalny, a niepokonany protest całej twej natury, gdyby człowiek, który ci jest obojętny, chciał cię uczynić matką swych dzieci, dzieci, biorących początek nie z miłości, lecz z przymusu. Gdyby zaś do poddania się temu przymusowi skłaniać cię miała myśl, że mąż twój wynagrodzi ci go przez zapewnienie ci dostatecznego utrzymania, w takim razie żadne zręczne frazesy nie zdołałyby przed tobą ukryć tej prawdy, że sprzedałaś siebie za kawałek chleba albo za wygodne mieszkanie, ładne suknie i kosztowne meble.

Sądzę, że czujesz, jak cię sama ta myśl poniża.

Nie dość na tym, że musiałabyś znosić przymus, musiałabyś go jeszcze pokrywać, a co więcej, uroczystym, zaprzysiężonym kłamstwem maskować. Uznanie, że tylko miłość poważna i głęboka może być uczciwą i moralną podstawą związków małżeńskich, skłoniło Kościół do uczynienia jej warunkiem niezbędnym udzielanego nowożeńcom błogosławieństwa. Kochając czy nie kochając, będziesz musiała przed ołtarzem miłość swemu mężowi przysięgać, a czymże będzie związek oparty na krzywoprzysięstwie?

Czy wobec tego moralnego poniżenia może cię pocieszać dostatecznie myśl, że twój małżonek ma być zapewniony i charakter? Jeżeli istotnie ma dobry charakter, to nie jesteś go godna, bo dajesz dowód złego charakteru, oszukując go; jeżeli zaś nie ukrywasz przed nim swego wstrętu, to on nie daje dobrego świadectwa swemu charakterowi, wyzyskując twe moralne poniżenie.

„Czasem takie małżeństwa bywają bardzo szczęśliwe, czasem miłość przychodzi po ślubie” — powiadają. — Zapewne. Najprzód są różne rodzaje szczęścia, a niektóre z nich zbyt marne i zbyt drogo kupowane. Co zaś do miłości, zjawiającej się po ślubie, to co do niej żadnej naprzód gwarancji mieć nie można i licząc na nią, zbyt wielkie popełnia się ryzyko.

Pominąwszy już nawet samą moralną brzydotę takiego gwałtu zadanego najszlachetniejszej części twej natury, niebezpieczeństwa wynikające z niego są bardzo poważne.

Stosunek wzajemny, który u kochających się małżeństw sprawia nieraz, że po dłuższym pożyciu stają się i moralnie, i fizycznie nawet do siebie podobni, u małżeństw z wyrachowania i rozsądku bywa źródłem rozterki, nieufności i ciągłego rozjątrzenia. Żadne z nich nie znajduje w takim związku zupełnego zadowolenia swej naturalnej potrzeby miłości i zupełnego oddania się; jedno podejrzewa drugie, a dom, w którym się zagnieździ nieufność, podejrzliwość i zazdrość, ognisko rodzinne osnute brudną pajęczyną kłamstwa, oszustwa, komedii, sprofanowane kłótnią i walką — nie może być dla dzieci ciepłym gniazdem i bezpiecznym schronieniem, w którym by swe siły fizyczne i duchowe pomyślnie rozwijać mogły.

Z domów takich wychodzą dzieci obarczone kalectwem duchowym, charaktery wykolejone i ułomne, nieuleczalnie chore, nieraz ludzie tacy, którzy nieszczęście swoje noszą w sobie, tak że ono wraz z nimi rośnie, dojrzewa i dopiero wraz z nimi umiera.

Dziś jeszcze jesteś młodzieńką, a myśl o dzieciach własnych, o ich przyszłości, o ich szczęściu i charakterze wydaje ci się tak odległą, jak myśl o śmierci; na razie w twoich planach i marzeniach wcale w rachubę nie wchodzi. Ale czas bardzo, bardzo szybko mija, chwila twej zupełnej dojrzałości się zbliża, a losu swego przewidzieć nie możesz. To jedno zaś jest rzeczą niezawodną, że ze wszystkich uczuć, jakich doznać możesz, uczucie macierzyńskie będzie najsilniejsze; ze wszystkich obowiązków, jakie na ciebie spaść mogą,

Małżeństwo, Pieniądz,  
Kobieta, Mężczyzna,  
Kłamstwo, Miłość

Małżeństwo, Kłamstwo,  
Dziecko

Matka, Kobieta

obowiązki macierzyńskie najświętsze i ze wszystkich odpowiedzialności, jakie ci ponosić przyjdzie, odpowiedzialność matki najcięższa.

Z tego wszystkiego wynika jasno, że spomiędzy nieszczęść, jakie na cię los zesłać może, najdotkliwszymi, najbardziej przygnębiającymi, najstraszniejszymi mogą być te właśnie, które cię w charakterze matki dotkną.

Nieraz słyszałaś i nieraz miałaś może sposobność zauważyć, że ból matki po stracie dziecka jest tak wielki, głęboki i tak długotrwały, że z żadną inną żalobą porównać się nie może.

Ale śmierć dziecka nie jest jeszcze największym cierpieniem, jakie matkę dotyka. Dawać życie, a nie dawać warunków zdrowia, pomyslnego rozwoju i szczęścia, rodzić dzieci ułomne, kaleki, fizycznie lub duchowo spaczone, patrzeć na ich nieuleczalne cierpienia, na ich moralny upadek, poniewierkę lub hańbę — to jest dopiero boleść bezgraniczna, przewyższająca wszystko, co człowiek znieść jest w stanie!

Chciałabym, żebyś się jak najgłębiej przejęła tą prawdą i nigdy nie traciła jej z oczu. Od chwili, gdy cię natura sama do roli matki przysposabiać zaczyna, niech myśl o tej największej odpowiedzialności chroni cię od kroków lekkomyślnych i fałszywych.

*Szanuj w sobie matkę twych przyszłych dzieci.*

Kobieta, Matka, Dziecko,  
Kondycja ludzka, Żaloba,  
Cierpienie

## JAK PIELEGNOWAĆ CIAŁO

Każdy człowiek powinien dbać o własne zdrowie nie tylko dlatego, że ono jest dla niego samego niezbędnym warunkiem szczęścia, lecz że ono daje mu możliwość pożytecznego działania dla drugich.

Ciągła myśl o sobie, o strzeżeniu swego ciała od wszelkich złych i szkodliwych wpływów jest, zwłaszcza dla osób młodych, niezmiernie nudna i uciążliwa. Nie tego też od ciebie wymagam i nie takie ochranianie zdrowia mam na myśli.

Człowiek żyjący życiem czynnym i pożytecznym, życiem jedynie godnym tej nazwy, a nie marną, egoistyczną vegetacją, organizmu swego od ujemnych wpływów zabezpieczyć nie może. Praca, obowiązki, chęć niesienia pomocy drugim — zawsze będą go musiały w pewnych okolicznościach narażać na nadmierne zmęczenie, wyczerpanie, bezsenność, przeziębienie, na oddychanie niezbyt czystym powietrzem lub nawet styczność z ludźmi zaraźliwie chorymi.

Toteż nie o to chodzić powinno, by się od wszelkich szkodliwych wpływów trzymać z dala, lecz o to, by swój organizm do tego stopnia wzmocnić i odpornym uczynić, aby mógł wszelkie dolegliwości przewyciężyć i niewygody bez szkody dla siebie znosić.

Nie życzę ci i nie pragnę dla ciebie bynajmniej marnej, egoistycznej vegetacji ślimaka zamkniętego w swej ciasnej skorupce. Abyś jednak o sobie zapominać mogła, powinnaś dążyć do takiego rozwoju sił i swej żywotności, który by cię, ile możliwości, na zawsze ustrzegł od roli fizycznej niedołągi, niezdolności dla samej siebie, a uciążliwej dla drugich.

Jeżeli przeznaczone ci jest zostać matką, co jest zawsze prawdopodobne dla większości kobiet, to musisz w przyszłości być narażona na fizyczne przejścia, które dla organizmów wątłych, słabych i nienormalnych są zawsze niebezpieczne, a najzdrowsze nawet narażają na przypłacenie najmniejszej nieostrożności zdrowiem lub życiem.

Pominąwszy jednak twe osobiste bezpieczeństwo, lekceważenie twych sił i twego zdrowia wpłynąć może na zdrowie, a może i życie twych dzieci i właśnie przez wzgląd na nie, przez wzgląd na ich fizyczny rozwój, powinnaś pielęgnować swe ciało.

Przyroda, dając ciału to przeznaczenie, zaopatrzyła je w odpowiednie organa i uzdolniła do pełnienia tak ważnych funkcji, jak odżywianie zawiązku człowieka, zwanego embriorem, przed urodzeniem i wydanie go na świat, gdy do samodzielnego życia dojrzeje.

Już nawet zewnętrzna budowa kobiety świadczy, że ciało jej ukształtowane jest odpowiednio do jej macierzyńskiej roli. W epoce dojrzewania piersi, które kiedyś napełnić się mają mlekiem, pierwszym pokarmem niemowlęcia, nabrzmiewają i zaokrąglają się, biodra się rozszerzają i rozrastają, nadając dolnej części tułowia kształty pełne i wydattne i jakoby sposobiąc miejsce, w którym rosnąć i rozwijać się ma owoc jej dojrzałości płciowej, tj. dziecko.

Zdrowie, Kondycja ludzka

Kobieta, Matka, Ciało,  
Zdrowie,  
Niebezpieczeństwo

Opis budowy ciała znajdziesz w każdej anatomii (np. w małej książeczce *Krótką anatomia ciała ludzkiego* przez dr Z. Wolberga<sup>4</sup>, w wydawnictwie „Książki dla wszystkich”, albo w bardzo popularnie opracowanej książce Brzezińskiego *Jak jest zbudowane ciało człowieka*). Polecam ci jak najuważniejsze przeczytanie tej książki, gdyż ona ci pozwoli zrozumieć dokładniej moje rady pielęgnowania twego ciała dotyczące.

Organizm kobiety musi dla odżywiania mogącego powstać płodu wytwarzać pewien nadmiar krwi, ażeby dziecko nie żyło kosztem matki i w miarę swego wzrostu, jej zdrowia nie rujnowało. Tego nadmiaru krwi pozbywać się jednak musi jako zbytecznego w pewnych stałych odstępach czasu póty, póki jedno z jajek, wytwarzających się w organizmie kobiety, nie spożytkuje go dla rozwoju i wzrostu dziecka. Tym się tłumaczy powtarzające się co miesiąc odpływy krwi, będące u dziewcząt pierwszą nieomylną oznaką ich fizycznego dojrzewania. W ciągu zaś dziewięciu miesięcy, w których dziecko w łonie matki się rozwija, odpływy krwi ustają. Czas ten nazywa się czasem ciąży. W połowie tego okresu matka odczuwać zaczyna w swym łonie ruchy dziecka coraz silniejsze i częstsze. Po upływie dziewięciu miesięcy pojawiają się nagle bardzo silne bóle, będące oznaką zbliżającego się porodu. Potem następują bóle jeszcze silniejsze, połączone z parciem płodu ku wyjściu, przy czym matka wysiłkiem mięśni płód ze swego ciała wypycha. Wreszcie dziecko wydobywa się z organizmu matki, wraz z nim odpływa znaczna ilość krwi, i bóle porodowe natychmiast ustają. Tak się odbywa normalny, szczęśliwy poród. Jeżeli jednak ciało matki nie jest odpowiednio i zdrowo ukształtowane, a siła maczynych mięśni tak mała, że nie zdobędzie się na natężenie wystarczające do tak zwanego wyrabiania bólów, wówczas poród trwa długo, staje się nadmiernie bolesny i niebezpieczny. Wtedy urodzenie nie może się odbyć w sposób naturalny i trzeba uciekać się do operacji, przy czym nieraz ofiarą pada życie dziecka, albo też dziecko rodzi się uszkodzone, kalekie lub niezdolne do życia i rozwoju.

Musiałam ci chociaż w tak pobieżnym streszczeniu opisać przebieg porodu, żebyś dokładniej zrozumiała ważność wskazówek higienicznych, których ci w dalszym ciągu udzielię. Tylko zupełną nieznajomością powyżej opisanego faktu tłumaczyć się mogą takie spalone pojęcia o fizycznym wychowaniu kobiet, z jakimi niejednokrotnie spotykać ci się przyjdzie.

Ludzie, którzy wdzięk kobiety upatrują w jej słabości i cielesnym niedołęstwie, którzy uznając wielkie znaczenie ćwiczeń fizycznych, gimnastyki, swobody i żywości ruchów dla chłopców, poczytują je dla dziewcząt za rzecz niewłaściwą i nieprzyzwoitą, którzy wątle, drobne kształty i bladą cerę uważają za nieodłączne cechy kobiecości i zamykając swe córki w domu, zmuszają je do siedzącego życia, a chronią od najmniejszego mięśniowego wysiłku — przez nieświadomość, a częściej jeszcze przez lekkomyślność popełniają zamach na szczęście i zdrowie, a nawet na życie swych dzieci.

Śmiech i politowanie bierze, patrząc na starania, jakimi otaczają swe córki matki nierozsądne, i to te właśnie, które marzą dla nich wyłącznie i jedynie o pomyślnym pójściu za mąż lub o tak zwanej świetnej partii! Wyłączne pielęgnowanie rąk, cery i włosów, tj. tych właśnie części ich organizmu, które jak najmniejszą z ich macierzyńską rolą mają styczność, lecz za to najwięcej uwagi zwracają i wzrok ludzki nęcą, ściskanie nówek zbyt małymi bucikami, osadzonymi na zbyt wysokich obcasach, aby się jak najdrobniejszymi wydać mogły; ujmowanie figury w mocno wysznurowany gorset, tak, aby ją w pasie ująć można ręką, a przy tym naturalne ruchy ciała jak najwięcej skrępować; osłanianie twarzy przed słońcem, ażeby się, broń Boże, nie opaliła, a okrywanie ciała tak długimi sukniami, że one nie pozwalają nawet kroku przyspieszyć — oto, co się robi dla szczęścia córek, które się dobrze za mąż wydać pragnie.

Zwracam ci przy tym uwagę, że przy takim wychowaniu wszystkie zabiegi estetyczne przenoszą się z ciała na ubranie. Te modne szykowne figurki, na których sezonowe stroje tak ładnie leżą, muszą być, pozbawione ozdób, które krawcowej lub modniarce zawdzięczają, lecz okryte tylko własną skórą, nader szpetne i niekształtne. Żaden rzeźbiarz nie chciałby wykuć w marmurze ciała kobiecego przeciętego w pasie na kształt osy wraz z od-

Kobieta, Ciało, Krew,  
Matka, Dziecko, Narodziny

Kobieta, Uroda, Ciało,  
Zdrowie

<sup>4</sup>Opis budowy ciała znajdziesz (...) w małej książeczce „Krótką anatomia ciała ludzkiego” przez dr Z. Wolberga — str. 32 i 38. [przypis autorski]

ciskami fiszbinów<sup>5</sup> od gorsetu na skórze, ani też nogi kobiecej zdefigurowanej obuwiem zupełnie nieprzystosowanym do jej naturalnego kształtu.

I higiena, i estetyka nakazywałyby przyjąć wprost przeciwny tryb postępowania.

Pierwszym przykazaniem higieny jest — jak ci wiadomo — *czystość*. Odpowiada ona także wymaganiom estetyki, która u naszych dziewcząt tak decydującą gra rolę, choć tak fałszywie bywa pojmowana.

Od dzieciństwa też starałam się przyzwyczajać cię do jak najdokładniejszego obmywania skóry nie tylko na twarzy, rękach i szyi, jak się to jeszcze dość ogólnie praktykuje, lecz na całym ciele. Czystość nie jest i nie była w naszym domu nigdy uważana jako środek podobańca się gościom, których się nie chciało razić zamorusaną buzią i brudnymi rączkami, lecz jako elementarna potrzeba fizyczna, niezbędna dla zachowania zdrowia, jako zewnętrzny objaw tego poszanowania swego ciała, jakie każdy sam sobie jest winien. Czystość skóry nie tylko usuwa z niej pot i kurz, ale nadaje jej elastyczność konieczną przy wykonywaniu wszelkich ruchów, jędrność i świeżość, będące zarówno warunkiem piękności, jak zdrowia.

Jeżeli zaś jako mała dziewczynka musiałaś często używać kąpeli i codziennie całe swe ciało obmywać, to obecnie staje się to dla ciebie tym więcej niezbędne. Nie słuchaj rad, ażeby w czasie miesięcznego odpływu krwi unikać starannego obmywania, gdyż to ma zdrowiu szkodzić. Może spotkasz się czasem nawet z tak niemądrym zdaniem, że mycie twarzy w ciągu tych dni szkodliwie działa na cerę. Wszystkie takie zdania są zupełnie błędne i na przesadach oparte. Dla cery nic nie jest równie szkodliwe jak brud. Co zaś do obmywania, to ono właśnie w tym czasie jest tym bardziej konieczne. Zaniedbanie tego zwyczaju wywołuje przykre dolegliwości, które stają się niejednokrotnie źródłem szkodliwych nałogów, grożących zniszczeniem całego organizmu i sprowadzających zanik sił fizycznych, osłabienie sił umysłowych, rozstrój nerwowy lub obłąd.

Nie wspominałabym tu o nich, gdybym nie wiedziała, że w mniejszym lub większym stopniu znaczna ilość dzieci podlega tym nałogom, i gdybym nie znała bardzo smutnych faktów zwichnięcia życia jednostkom od natury bardzo szczęśliwie uposażonym.

Niechaj to więc będzie dla ciebie ostrzeżeniem, ażebyś w epoce dojrzewania zdwoiła starania o czystość całego ciała.

Jedyną ostrożność, jaką ci zalecić mogę, jest, ażebyś do obmywania używała wody ciepłej i w ogóle chroniła się od przeziębienia. Może ono bowiem sprowadzać nagłe wstrzymanie periodu<sup>6</sup>, co grozi również poważnymi chorobami<sup>7</sup>.

Drugim ważnym przykazaniem higieny jest *ruch*. Dlatego to zawsze starałam chronić cię od wyłącznie siedzącego życia, z którego wynika słabe lub nienormalne krążenie krwi i osłabienie mięśni. Blednica<sup>8</sup>, tak często spotykana u twych rówieśniczek, powolność i ociężałość ruchów, nerwowe rozdrażnienie, bezsenność często po prostu wynikają z tego, że wiodą one życie zamknięte, unikają słońca, unikają powietrza i wyglądają jak rośliny w piwnicy zamknięte.

Jak wiesz już z moich słów poprzednich, fizyczne niedołęstwo nie zdobi kobiety ani jej też w niczym nie pomaga, a jako dla przyszłej matki jest wprost zabójcze i szkodliwe. Giętkość, zręczność, żywość i elastyczność ruchów dodają uroku nieraz i takiej kobiecie, której rysy twarzy daleko od klasycznego typu odbiegają. Swobodny ruch nie tylko normuje krążenie krwi, przyspiesza oddech i przemianę materii, nie tylko wyrabia siłę i elastyczność mięśni, tak niezbędne kobiecie jako matce, lecz w epoce wzrostu i dojrzewania rozwija jej kształty, sprzyja normalnemu rozrostowi figury, kieruje, że się tak wyrażę, budową ciała kobiecego. Ruchy rąk i ramion sprzyjają rozrostowi piersi, tak ważnego organu dla kobiet, ruchy nóg, zginanie się, pochylanie itp. rozwijają i wzmacniają mięśnie bioder i brzucha, wzbudzają ich siłę i elastyczność.

<sup>5</sup>*fiszbin* (z niem. *Fischbein*: *Fisch*: ryba, *Bein* daw.: kość) — usztywniający pręt w gorsecie lub staniku; daw. fiszbiny były wyrabiane z giętkiej, rogowej substancji tworzącej płyty na podniebieniu wielorybów, również zwanej *fiszbinem*. [przypis edytorski]

<sup>6</sup>*period* (daw., z łac.) — okres; tu: menstruacja, miesiączka. [przypis edytorski]

<sup>7</sup>*wstrzymanie periodu, co grozi również poważnymi chorobami* — Normalny period trwać może 4–5 dni i powtarzać się nie częściej niż co cztery tygodnie. Częstsze lub dłuższe są objawem chorobliwym i zmuszają do zasięgnięcia rady lekarza. [przypis autorski]

<sup>8</sup>*blednica* (daw. med.) — anemia, niedokrwistość związana z niedoborem żelaza, występująca głównie u młodych dziewcząt i kobiet. [przypis edytorski]

Dlatego też, o ile możliwości, używaj dużo ćwiczeń fizycznych. Dalekie przechadzki, ślizgawka, wiosłowanie, gry w piłkę, goniwty, wszystkie takie zabawy, które ciało twe w równomierny ruch wprawiają, niechaj się zawsze cieszą twą sympatią. Gdy cię do nich twa naturalna żywość popycha, niech cię od nich nie powstrzymuje uwaga, że dorastającej pannie „nie wypada” biegać i skakać niby mały dzieciak, drapać się na drzewa, przelazić płoty i tym podobne nie dość poważne wykonywać czynności. Żywość, ruchliwość, młodość nikogo nie szpecą i nikomu wdziękowi nie ujmują, a uwagi „nie wypada” są takim streszczeniem zbiorowej głupoty ludzkiej, że powinnaś się raz na zawsze pozbyć bezmyślnej uległości względem nich.

Jeżeli długa suknia krępuje twoje ruchy, noś krótką i będziesz w niej stokroć ładniejsza, gdy ci żywy ruch rozrzedzi policzki i oczy uśmiechem rozjaśni, niż tve rówieśniczki, wlokące powoli za sobą długie treny i wzbijające nimi tumany kurzu, zanieczyszczające ich ciało, lub ciasne suknie niepozwalające zrobić swobodnego kroku.

I tu jednak znowu dodać muszę pewne zastrzeżenie. Jakkolwiek ruchliwa zabawa jest dla ciebie rzeczą nieocenioną, to jednak w czasie periodu powinnaś się wystrzegać nadmiernego ruchu i zmęczenia, żeby nie zwiększać niepomernie utraty krwi i nie narażać się na zbyt znaczne osłabienie. Nie idzie zatem, żebyś w ciągu tych dni za przykładem twych nadmiernie wydelikacyonnych i wypieszczonych rówieśniczek kłaść się miała do łóżka lub leżąc na szezlongu<sup>9</sup>, zajmować się wyłącznie czytaniem sentymentalnych powieści. Bynajmniej; period u kobiet zdrowych i normalnych nie jest chorobą i nie powinien ich skłaniać do zaniedbania zwykłych zajęć, jeżeli te zajęcia nie są tak męczące jak dźwiganie ciężarów, szorowanie podłóg, froterowanie posadzek, pranie itp. Umiarkowana przechadzka, zajęcia gospodarskie itp. nie przyniosą szkody twemu zdrowiu; jednakże od jazdy konnej, ślizgawki, wieczorów tańczących, jazdy na bcyklu, męczących wycieczek górskich, tak samo zresztą jak forsownego szycia na maszynie nożnej każda kobieta w ciągu kilku dni periodu powstrzymać się powinna.

Wszystko to, co krępuje ciało, tamuje swobodę ruchów, a w epoce dojrzewania paczy budowę kobiety, winno być usuwane i unikane. Dlatego to tak ogólnie potępiany jest gorset. Swoją drogą zaznaczyć mogę, że nie każdy gorset zasługuje na potępienie, lecz to, co pozwolę sobie nazwać nadużyciem gorsetowym. Zanim ciało twoje dojrzewać zacznie, gorset jest ci w ogóle niepotrzebny. Całe ubranie twoje opierać się może na ramionach, to jest utrzymywać się za pomocą szelek albo też być przypinane do luźnych staników. Z chwilą jednak, gdy tve piersi formować się zaczęły, szelki lub nierozciągliwe staniki mogą wywierać na nie ucisk, powstrzymując je od swobodnego rozwijania się; równocześnie, rozrastające się biodra stanowią też zupełnie odpowiednie oparcie dla spódnicy. Jeżeli chodzi o to, aby ich paski nie wrzynały się w skórę, to gorset miękki i niski, bez brykli<sup>10</sup> i stałek, może oddać pewne usługi.

Bezwarunkowo jednak nie powinien on ścisnąć ciała, lecz je zupełnie luźno obejmować, ażeby nie utrudniał oddechu, nie gniołł żeber, nie uciskał żołądka, śledziony i wątroby, nie wywoływał, tak częstych u młodych, pretensjonalnych dziewcząt, zaburzeń w trawieniu i krążeniu krwi. Choćby nawet miało być prawdą, że warunkiem piękności jest ile możliwości być jak najcieńszą w pasie, to z drugiej strony zaprzeczyc się nie da, że twarz nabrzmiała, obrzękła lub nalana i biała są bezwarunkowo szpetne. Taką zaś twarz miewają bardzo często panienki, które dla próżności ścisną się gorsetem.

Nie dość na tym, osoby o tak skrępowanych figurkach nie mogą ani normalnie jeść, ani swobodnie oddychać, ani zręcznie się poruszać. Doznają nagłego osłabienia, mdłości, zawrotów głowy, bólów w bokach itp. przypadłości, które zdradzają się chorobliwym wyrazem twarzy i bynajmniej ich urody nie podnoszą. Nie trzeba wprawdzie pielęgnować twarzy kosztem zaniedbania całego organizmu, ale nie należy i o tym zapominać, że wyraz twarzy jest zarazem zwierciadłem naszych duchowych i fizycznych stanów, że on jest właśnie tym, co nas w ludziach na pierwszy rzut oka najwięcej zjednywa i pociąga, co najwięcej na ich korzyść świadczy. Otóż dbałość o zdrowie — nie ta nadmierna, przesadzona, prowadząca do nieustannego leczenia się na coraz to nowe fikcyjne choroby, lecz polegająca na zapewnieniu swemu organizmowi takich warunków egzystencji, żeby się

Ciało, Kobieta

Uroda, Strój, Kobieta,  
Obyczaje, Cierpienie,  
Choroba

Zdrowie, Uroda

<sup>9</sup>szezlong — kanapa w kształcie wydłużonego fotela, na której można odpoczywać w pozycji półleżącej. [przypis edytorski]

<sup>10</sup>brykla (z niem.) — rodzaj stalowej taśmy wszywanej w gorset. [przypis edytorski]

nie potrzebował na nas mścić różnymi dolegliwościami — zapewnia nam najważniejszy warunek urody, tj. swobodny i pogodny wyraz twarzy. Na nic się nie przydadzą klasyczne rysy i oczy błękitne jak lazur, jeżeli wyraz ich mówić wam będzie tylko o bólu w boku lub kurczu żołądka.

Stanowczo więc wzbraniam ci ściskania się w pasie i ostrzegam cię jeszcze raz przed zgubnymi skutkami gorsetu twardego i wysokiego. Gorset wysoki, zamiast stanowić oparcie dla piersi, uciska je, długi — krępuje brzuch i biodra, a twarde zamyka ciało niby w pudełku i przeszkadza nam do swobodnego wykonywania ruchów. Widziałaś nieraz te wysznurowane panienki, które ubrane w balowy lub wizytowy strój nie mogą nawet podnieść chustki do nosa, jeśli na ziemię upadnie. Znasz pewno i takie elegantki, które będąc w gorsecie, nie mogły same zmienić bucików, bo nie są w stanie się nachylić. Niechaj cię nigdy niemądra próżność nie zakuje w tego rodzaju dyby<sup>11</sup>. Jeżeli bez gorsetu będzie ci niewygodnie, noś taki, który będzie posłuszny twemu ciału i do niego się zastosuje, a nie odwrotnie.

Bardzo wygodne są tak zwane antygorsety bez brykli, nie uciskają one ciała, gdyż szelkami opierają się głównie na ramionach.

Co się zaś dotyczy piękności twej figury, to uwierz, że Fidiasz<sup>12</sup> był większym artystą i estetykiem niż Herse<sup>13</sup>, a żadna z jego bogiń nie miała w pasie 54 centymetrów objętości! Świeżość, młodość, wesołość i zdrowie dodadzą tym kształtom, jakie ci natura dała, więcej wdzięku niż krawiecka i gorseciarska sztuka.

Trochę analogiczne uwagi mogłabym zrobić o obuwiu. Pamiętaj, że bucik stworzony jest dla nogi, a nie odwrotnie, i bez względu na to, czy ktoś małeńką nóżkę uważa za szczyt powabu czy nie, ty musisz poprzestać na takiej, jaką ci natura dała, dbając o to, by jej nie zeszepecić nagniotkami, nie wykrzywić jej i nie okaleczyć tak, byś zamiast chodzić musiała się potykać.

Cała dzisiejsza dbałość o strój dąży nie do tego, ażeby być, lecz żeby wydawać się ładną, i to kosztem różnych umartwień, kosztem zdrowia i rzeczywistej piękności. Jest to chęć podobania się obcym na pewną odległość, właściwie ludzenie pozorami wdzięków, których się nie posiada. Bądź co bądź jest to rodzaj komedii, którą łatwiej byłoby można wybaczyć, gdyby jej zbyt drogo okupywać nie było potrzeba.

Bardzo ujemnie też działa na zdrowie codzienne oddawanie się towarzyskim rozrywkom, w których dziewczęta twego wieku tak wielkie znajdują upodobanie. Nie chciałabym cię zrażać zbyt surowymi wymaganiami ani też narzucać ci klasztornej trybu życia. Przypuszczam, że będziesz lubiła taniec, gdyż i dziś jako dziecku sprawia ci on dużą przyjemność. Wiem, że coraz częściej spotkać można surowych moralistów i pedantycznych higienistów, którzy w wieczorach tańczących widzą ważny czynnik podkopywania zdrowia i szerzenia zepsucia. Co do mnie, nie sądzę, ażeby jedna noc przetańczona w ciągu kilku miesięcy mogła zdrową dziewczynę o chorobę przyprawić, a cnotliwą i szanującą się znieprawić; ale taniec nadmierny bywa zgubny. Ile razy widziałam panienki, dla których treścią życia bywały bale, wieczorki, zabawy, rauty i majówki (naturalnie tańczące); które w ciągu całego karnawału nie widywały prawie światła dziennego, gdyż wstawały po przetańczonej nocy dopiero, gdy słońce zimowe zachodziło; dla których jedynym ruchem był ruch wirowy w natłoczonej, oddechem ludzkim, wyziewami potu i zapachem perfum przepelnionej sali, a jedynym pokarmem umysłowym „lekkie” rozmowy odurzonej winem młodzieży — żal mnie brał na myśl, że można tak cenne skarby, jak młodość i zdrowie, wrażliwość uczuć i świeżość myśli w taki lichy sposób marnować. A uśmiech politowania wzbudzały we mnie te pełne poświęcenia matki, które decydowały się noc po nocy przedzierać na kanapkach balowej sali i skracać sobie ostatnie lata życia dla tak fałszywie pojętego dobra swych córek!

Grzechy karnawału i ich następstwa: blednica i rozstrój nerwowy, miał zgładzić wy-

<sup>11</sup>*dyby* — drewniane pęta w postaci desek lub kłód z otworami umożliwiającymi zamknięcie rąk lub nóg. [przypis edytorski]

<sup>12</sup>*Fidiasz* (ok. 490–ok. 430 p.n.e.) — najwybitniejszy rzeźbiarz grecki okresu klasycznego; autor m.in. posągów Ateny Promachos i Ateny Partenos na ateńskim Akropolu oraz posągu Zeusa w Olimpii, zaliczanego do siedmiu cudów świata starożytnego. [przypis edytorski]

<sup>13</sup>*Herse* — dawny ekskluzywny dom mody założony w 1868 przez Bogusława Hersego w Warszawie. [przypis edytorski]

Kobieta, Strój, Obyczaje

Strój, Uroda, Pozory

Taniec, Obyczaje, Święto,  
Zima, Młodość, Światło

Córka, Handel

jazd do wód w ciągu lata, ale i ten nie pomagał, gdyż pobyt w miejscach kąpielowych wypełniany był kilkakrotnym przebieraniem się dla imponowania strojem na deptaku, fryzowaniem włosów, sezonowym flirtem i tak zwanymi reunionami<sup>14</sup>.

Szczęściem twym nazwać mogę, że tego rodzaju tryb życia ci nie grozi; warunki twoje materialne nie pozwolą ci wykierować się na lalkę salonową, wystawianą na sprzedaż w coraz to innej sukience, a kształconą w jednej tylko umiejętności: w sztuce podobaania się.

Mam nadzieję, że dane ci będzie zakosztować odpowiednich twemu wiekowi rozrywek, lecz treścią twego życia niezawodnie będzie praca.

I tu jednak chciałabym zalecić pewnego rodzaju umiarkowanie. Zarówno dla pracy, jak i dla rozrywki nie poświęcaj snu. Bezsenność osłabia organizm i rozstraja nerwy, a rozstrój nerwowy, do którego i tak skłonna być możesz, bardzo łatwo udziela się potomstwu, a nieraz przez dziedziczność nawet się potęguje. Młodzież, będąca jeszcze w fazie wzrastania i rozwijania, potrzebuje znacznie więcej snu niż ludzie dojrzały i starzy. Sen pozwala organizmowi pokryć straty, ponoszone w ciągu dnia przez ruch, pracę i wysiłek myśli, i gromadzić zapasy energii na dzień następny. Kto ujmuje sobie godziny snu, ten zmniejsza kapitał swój życiowy, traci swe siły i skraca życie.

Dzisiaj jeszcze nawet przewidzieć nie możesz, jak wielkie wymagania życie stawiać ci będzie i jak dużego zasobu sił będzie ci potrzeba, by im podołać, i pamiętaj, że praca wykonywana kosztem zdrowia, nawet materialnie nie przynosi zysków, lecz — straty.

Daj Boże, abyś mogła twe siły umysłowe i zdolności wrodzone tak rozwinąć, a nawyknięcia swe i potrzeby tak unormować, by ci nietrudno było o zajęcie korzystne, które by zdrowia twego nie rujnowało, a utrzymanie dostateczne zapewniło. Inaczej bowiem rada moja musiałaby być bezskuteczna.

A kiedy mowa o normowaniu potrzeb, zwrócić muszę uwagę i na to, że dziewczęta w twoim wieku miewają zły zwyczaj zaczynania wszelkich oszczędności od żołądka. Puder i perfumy, modne krawatki, całkiem zbyteczne woalki są to w ich oczach rzeczy pierwszej potrzeby; natomiast swe mocno gorsetami ściśnięte żołądki hartują do niemożliwości, wystawiając je na chroniczną głodową kurację. Jedzenie wydaje im się rzeczą nieładną, zbyteczną, wcale do szczęścia niepotrzebną. Co najwyżej cukierki, pierniki, ciastka, albo też kreda, węgiel, ołówki zyskują ich uznanie.

Takie upodobania bywają często w związku z nienormalnym trybem życia, brakiem ruchu i strojem utrudniającym trawienie. Często bardzo cierpią na zamknięcie żołądka, czemu sprzyja fałszywie pojęte poczucie przyzwoitości, które każe im w różnych okolicznościach życia powstrzymywać swe naturalne potrzeby. Taż sama panienska, która na balu bez poczucia wstydu pokazuje odkryte piersi i ramiona, za nic w świecie nie usunie się wśród zabawy z towarzystwa, żeby nie dać pola do domysłów, że i ona ma żołądek i kiszki, funkcjonujące normalnie.

Wszystko to są rzeczy, które rujną organizm i zmniejszają jego odporność. Zdrowy apetyt, dobre odżywianie się jest koniecznym warunkiem rozwoju i wzrostu sił, a żołądek funkcjonujący normalnie stanie się wprost skarbem dla ciebie i dla twego dziecka, gdy będziesz musiała krwią swoją dwie żyjące istoty odżywiać. Różne przypadłości trapiące kobiety podczas ciąży, mdłości, brak apetytu itp. — są znacznie powszechniejsze u tych, które za młodu cierpiały na blednicę i zjadały kredę, a zwłaszcza ścisnęły się gorsetem, niż u tych, które były wolne od powyższych słabości. Nie są to też dolegliwości od ciąży nieodłączne, przeciwnie, niektóre kobiety właśnie czują się wtedy jak najzdrowsze, jedzą dużo, dobrze trawią i rodzą dzieci silne, tłuste i zdrowe.

I jeszcze jedno ostrzeżenie dodać muszę: Unikaj napojów alkoholowych. Są one bezwarunkowo szkodliwe dla każdego, zwłaszcza zaś dla ludzi młodych. Rujną i wyczerpują nerwy wskutek nienaturalnego ich podniecania, są przyczyną bardzo wielu chorób i skracają życie. W czasie periodu zwiększają odpływ krwi i osłabiają organizm, dlatego w tym czasie tym bardziej unikać ich powinnaś.

Nie mówiąc wcale o nadużywaniu trunków i odurzaniu się winem, co już nie tylko ze względów higienicznych, lecz moralnych jest naganne; strzeż się, aby używanie choćby małych ilości trunku nie przeszło u ciebie w stałe przyzwyczajenie.

<sup>14</sup>reunion (z fr.: *réunion*) — zebranie towarzyskie; przyjęcie. [przypis edytorski]

Sen, Zdrowie

Jedzenie, Kobieta, Uroda,  
Obyczaje, Ciało

Alkohol

Nie będę się rozwodziła nad ujemnymi skutkami alkoholizmu, niemało o tym napisano książek i z łatwością możesz je dostać do ręki; nadmienię tylko, że skłonność do rozpalających napojów często przekazuje się dziedzicznie, a nadużycia popełniane przez rodziców mszczą się na dzieciach, obarczając je różnymi ułomnościami. Nie chciałabyś zapewne mieć dzieci idiotycznych, epileptycznych, nerwowych, histerycznych itp. Nie przywykaj zatem do rozpalających napojów, gdyż używając ich w czasie ciąży, narazić możesz swe dziecko na jedno z tych chronicznych cierpień.

Powinno ci bardzo zależeć na tym, ażebyś dzieciom swoim przekazała krew czystą i w odżywcze składniki bogatą. W tym celu sama powinnaś się odżywiać obficie i zdrowo, trawić normalnie i nie nasiąkać trucznymi, które z twego organizmu w organizm dziecka przeniknąć muszą.

Po tym wszystkim, co ci napisałam o wielkim znaczeniu zdrowia i zachowywaniu przepisów higienicznych, zadziwić cię może przestroga, abyś zbyt wiele o swym zdrowiu nie myślała. Cały tryb twego życia powinnaś tak unormować, aby on był z zasadniczymi warunkami higieny zgodny, ale to cię nie powinno prowadzić do nadmiernego rozpieszczenia, nieustannego obserwowania zjawisk i zmian w twym organizmie zachodzących i ciągłego rozmyślania na temat, czy to lub owo nie zaszkodzi, czy taki objaw nie jest początkiem jakiej ciężkiej choroby, czy jakie lekarstwo używane przez twoją rówieśniczkę nie mogłoby i tobie pożytku przynieść. Drobne dolegliwości przemijają tym szybciej, im mniej na nie uwagi zwracamy, a raz urządziwszy sobie życie tak, by organizmowi dobre warunki egzystencji zapewnić, będziemy bardzo radzi, jeżeli on nam o sobie zapominać pozwala i żadnym dotkliwym bólem lub silnym osłabieniem spokoju nam nie mąci. I dusza, i ciało najlepiej na tym wyjdą, gdy jedno drugiemu swobodę zostawia i w drogę nie wchodzi.

## O WYBORZE MĘŻA

Miałam początkowo zamiar po poprzednim rozdziale, zawierającym wskazówki, jak powinnaś swój organizm przygotować do funkcji macierzyńskiej, napisać drugi o tym, jak do roli matki i żony przygotować twą duszę, jakie umiejętności zdobyć, zdolności w sobie rozwijać, jakimi cnotami powinnaś się wzbogacić, by człowiekowi, z którym cię miłość połączy, spokój i szczęście, a dzieciom swym dobre wychowanie zapewnić.

Po namyśle jednak zaniechałam tego zamiaru, gdyż streszczenie choćby tylko tych wskazówek, jakie ja kosztem doświadczeń życiowych i przez obserwacje zdobyłam, tych zasad, wedle których pragnęłabym, byś się w swym życiu rządziła, wymagałoby napisania drugiej książeczki, przewyższającej rozmiarami tę, którą teraz dla ciebie piszę.

Zresztą, jak już w pierwszym rozdziale nadmieniłam, sposobiasz się do roli matki, musisz w ogóle stać się człowiekiem w najszlachetniejszym i w najpełniejszym znaczeniu tego wyrazu, ażeby przekazać swym dzieciom jak największą siłę moralną i jak największe bogactwo duchowe. Jako żona powinnaś wyrobić w sobie te zalety, które każdemu człowiekowi w pożyciu z innymi ludźmi są potrzebne, te same, które cenimy w stosunkach przyjacielskich i koleżeńskich, w kole rodzinnym i domowym, tylko może o tyle spotęgowane, że im ściślejsza jest wzajemna zależność dwojga ludzi, im częstsze i bliższe ich stosunki, tym więcej jedno indywidualność drugiego szanować i uwzględniać musi, żeby nieuchronnych starć unikać i ich przebieg łagodzić. Wskazówki dotyczące tych kwestii niewątpliwie urosłyby do rozmiarów i znaczenia ogólnego przewodnika życiowego i nie mogłyby się zamknąć w zakresie pytania: „Jak się do małżeństwa i macierzyństwa panny przygotować powinny?”.

Nie mogę jednak pominąć milczeniem kwestii wyboru męża — jakkolwiek niejednemu wydać się może rzeczą jałową i bezcelową jej teoretyczne roztrząsanie. Nie wątpię też, że sam tytuł niniejszego rozdziału da powód do krytyki i nasunie różne wątpliwości. Postaram się więc najprzód na możliwe zarzuty odpowiedzieć i wątpliwości rozstrzygnąć, gdyż już to samo nastęrczy mi sposobność do rozwinięcia moich na tę kwestię poglądów i wynikających z nich wskazówek praktycznych.

Pierwszy zarzut, jaki zwłaszcza matki czytające tę książeczkę podniosą, będzie zapewne następujący:

Ciało, Zdrowie,  
Umiarkowanie

Kobieta, Matka, Żona,  
Kondycja ludzka



„Czyż można mówić o wyborze męża w warunkach obecnych, kiedy nawet pannom doskonale wychowanym i wyjątkowo przez naturę uposażonym, jeśli nie mają majątku, rzadko możliwość wyboru się nastęrcza, a niejednokrotnie i panny posiadające trochę posagu dość długo na sposobność odpowiedniego zamążpójścia czekają? Dziś, gdy liczba kobiet tak stale przewyższa liczbę mężczyzn i to właśnie najwięcej w tym wieku, który dla zawierania małżeństw jest najodpowiedniejszy, kiedy trudne warunki materialne powstrzymują znaczną liczbę mężczyzn od zawiązywania rodziny, konkurent nie jest wcale tak pospolitym zjawiskiem, ażeby o przebieraniu między kilku możliwymi kandydatami mogła być mowa. Co najwyżej nastęrcza się kwestia ogólna: »Iść czy nie iść za męża?«, a jeżeli decyzja wypadnie potakująca, trzeba brać nie tego, kogo by się chciało, lecz tego, który się trafi.

Zresztą i tutaj względy materialne muszą grać rolę ważną, a może rozstrzygającą. Panny bogate, żyjące ruchliwym życiem towarzyskim, mogą być otoczone rojem młodzieży, która się o ich rękę dobija; te naprawdę wybierać mogą, ale zdaje się, że nie dla nich wyłącznie pisana jest ta książeczka. Jeżeli zaś mowa o dziewczętach biednych, zmuszonych nieraz bardzo wyteżoną i ciężką pracą zdobywać skromne lub liche utrzymanie, albo też będących ciężarem dla niezamożnych rodziców, którzy dla ustalenia ich losu skromnych funduszy rodziny uszczuplić nie mogą, lub wreszcie, gdy chodzi o panny pozbawione celu w życiu, nie dość bogate, by życia używać i konkurentów swym majątkiem nęcić, nie dość biedne, by marne zarobki bardziej potrzebującym odbierać, czyż nie lepiej, aby korzystały z pierwszej nastęrczającej się sposobności, dla zapewnienia sobie egzystencji lub odpowiedniego pola pożytecznej pracy w charakterze żony i matki?»

W uwagach tych mieści się sporo prawdy, ale nie cała prawda. Istotnie, stosunek liczebny kobiet do mężczyzn układa się coraz niekorzystniej dla kandydatek do zamążpójścia i z góry obliczyć można, że pewien procent kobiet jest na celibat skazany. I to także jest prawdą, że mężczyźni coraz więcej obawiają się małżeństwa i połączonych z nim obowiązków, a zwłaszcza materialnych ciężarów, które by ich skłaniały do ograniczenia własnych potrzeb lub obarczania się pracą nad siły. Dlatego i oni też w małżeństwie szukają albo materialnego oparcia, albo też choć takiej pomocy, która by troskę o utrzymanie rodziny na dwie osoby rozdzieliła.

Najgorsze jest to, że do stanowiska materialnego wystarczającego na wyżywienie żony i dzieci mężczyźni dochodzą zwykle w tym wieku dopiero, którym już pracą wyteżoną lub niezdrowym, nieregularnym i lekkomyślnym trybem życia zdążyli siły swe fizyczne nadszarpnąć, uczucia ochłodzić, a zdolność przystosowania się do drugich, tak niezbędną w ścisłym domowym pożyciu, zatracić.

Są to rzeczywiście warunki ogromnie utrudniające zawieranie małżeństw w ogóle, a w szczególności zawarcie takiego związku, który by kobiecie trwale szczęście mógł zapewnić.

Jednakże nie należy zbyt pesymistycznie przeczerńać obrazu rzeczywistych, niezadowolających stosunków. Sądzę, że każda kobieta może swoje szanse dobrego wyjścia za mąż poprawić przez odpowiednie postępowanie, a zwłaszcza dzięki odpowiedniemu wychowaniu.

Najprzód nie należy sądzić, aby ten rój wielbicieli, który otacza panny bogate, miał być dla nich ułatwieniem przy wyborze męża. Ilościowo istotnie tak się rzecz przedstawia, ale jakościowo niekiedy ma się ona wprost przeciwnie. Mężczyźni obdarzeni wyższym poczuciem godności osobistej, szlachetną ambicją i subtelniejszą uczuciowością — często tak starannie unikają upokarzającej roli łowcy posagowego, podejrzeń o interesowne zabiegi około kasy ogniotrwałej przyszłego teścia, że przez to samo tracą sposobność zbliżenia się do kobiety, która by ich wartość ocenić mogła.

Dlatego też dość często się zdarza, że panny bardzo bogate wychodzą za mąż bardzo nieszczęśliwie.

Chęć sprzedania się żonom za posag nie jest znowuż tak powszechna u mężczyzn, jak by się to zdawać mogło, słysząc ubolewania i żale matek mających córki na wydaniu, natomiast dość powszechna jest ostrożność i lękliwość, która im wzbrania wstępować w związku, krępujące ich swobodę i obarczające zbyt wielkim ciężarem.

Mężczyzna, Mąż, Pieniądz,  
Zdrowie

Toteż właśnie tak zwane „panny na wydaniu”, panny wydawane wyłącznie w widokach zrobienia tak zwanej dobrej partii, mają najgorsze szanse wyjścia za mąż i dziwić się temu naprawdę nie można.

Te, których wyłącznym przeznaczeniem w przekonaniu rodziców jest zostać żonami i matkami, przeważnie nie mają na żony i matki najmniejszych fizycznych ani duchowych kwalifikacji. Jakim trybem idzie ich wychowanie fizyczne, o tym już poprzednio pisałam. Czyż niesłusznie unikają mężczyźni związków, które by ich narażały na utrzymywanie stalego szpitala w domu i ciągłe dzielenie się swymi dochodami z doktorem i aptekarzem?

Żona, Mąż, Zdrowie

Kwalifikacje umysłowe polegające przeważnie na znajomości obcych języków, którymi i tak żadna żona i matka w rozmowie z dziećmi i mężem się nie posługuje, na zbiorze powierzchownych wiadomości, wystarczających do prowadzenia urozmaiconej rozmowy, lecz niewystarczających do pokierowania swym życiem, nie dają też bynajmniej gwarancji, że kobieta swym rodzinnym obowiązkom odpowie i dzieciom zdolność do jasnego, logicznego rozumowania przekáže. Pod względem moralnym taka panienka strojona i pielęgnowana, strzeżona i wprowadzana w świat kosztem najwyższych macierzyńskich oszczędności i poświęceń, a ojcowskiego znoju, jest i dla swego otoczenia, i dla samej siebie zagadką. Do dobrego ma mało pola, do złego mało pokus i okazji, jest to w ogóle wielki znak zapytania.

Kobieta, Tajemnica

Badanie takiej psychicznej zagadki jest w tym okresie i w takim trybie życia dość trudne, a dla mężczyzn o tyle mało pociągające, że naraża ich na różne nieprzyjemności i zawikłania, które bardzo życie utrudniają i są wysoce niewygodne.

Zaledwie zdąży zwrócić na nią uwagę, zająć ją kilka razy dłuższą rozmową lub przetańczyć z nią kilka mazurów, już między rodzicami, w kole ich krewnych i przyjaciół zaczynają się roztrząsania na temat „Czy co z tego wyniknie? Czy to do czego doprowadzi? Czyby to było by dobrze, czy nie dobrze?”. Wywiadywanie się o stanowisko przypuszczalnego konkurenta, jego położenie materialne, stosunki rodzinne, pilne obserwowanie jego zachowania się na każdej wizycie lub przechadzce, tak że dwoje młodych krępowanych przez nieustanne badawcze spojrzenia matki, ciotek i ich przyjaciółek ani na chwilę nie mogą zapomnieć, że chodzi tu nie o zwykłą rozmowę, wymianę myśli i poglądów, lecz o ustalenie losu.

Nikt nie lubi być wciąż na cenzurowanym, ważyć każdy krok i każde słówko, by przez nie odpowiedzialności na siebie nie ściągnąć i ludzi nie narażać. Toteż wyżej opisany tryb postępowania jest wysoce upokarzający dla obu stron i mrozi nieraz w związku takie uczucie, które by się w pomyślnych warunkach pięknie rozwinąć mogło. Ileż razy zdarzyło mi się w rozmowie z innymi kobietami stwierdzać ten wciąż powtarzający się objaw, że każda z nich dopiero wtedy miała sposobność mężczyzn poznać i naturalne, przyjacielskie i towarzyskie stosunki z nimi zawiązywać, gdy ją przestano uważać za kandydatkę do ślubnego koberca!

Kobieta, Mężczyzna,  
Obyczaj, Małżeństwo

Pod względem zwyczajów towarzyskich stosunki zmieniają się na korzyść, stają się prostsze i naturalniejsze, co w znacznej części zapewne tej okoliczności zawdzięczamy, że ilość panien na wydaniu jest coraz mniejsza, a coraz więcej tych, które pragną żyć i pracować samodzielnie i nie uważają małżeństwa za jedyny możliwy sposób ustalenia swego losu. Mężczyźni nie czują się wobec nich w położeniu zwierzyny, lękającej się nastawionych siideł, cennej zdobyczy, na którą cała zgraja panien spragnionych celu w życiu czyha zdradziecko.

Połowanie, Małżeństwo,  
Kobieta, Mężczyzna,  
Obyczaj, Przemiana

Należy też przyznać, że i ich znacznie częściej, niż to się ogólnie mówi, skłania do związków małżeńskich miłość, oparta na bliższej znajomości kobiety, która swym naturalnym wdziękiem i zaletami duszy zainteresować ich zdołała. „Żle jest człowiekowi być samemu<sup>15</sup>” — nawet w raju, a dla większości mężczyzn świat nie jest takim rajem, żeby obecność istoty kochającej i kochanej, współniczki złej i dobrej doli, miała być zbyteczna i niepożądana. Jednakże muszą oni mieć przekonanie, że w żonie znajdą taką istotę kochającą, towarzyszkę złych i dobrych losów, nie zaś tylko stałego poborcę miesięcznej pensji, ozdobę kosztownego, choć zbytecznego salonu, ubieraną w kosztowne, choć niezastosowane do wymagań higieny i estetyki stroje.

<sup>15</sup>Żle jest człowiekowi być samemu — słowa z biblijnej *Księgi Rodzaju* (Rdz 2, 18), którymi Bóg po stworzeniu mężczyzny w rajskim ogrodzie Eden tłumaczy stworzenie kobiety. [przypis edytorski]

Spomiędzy panien niemających, rozsądnie wychowanych, zdrowych, pracowitych i nieprzywykłych do zbytku bardzo mało znam kobiet takich, którym by się sposobność do wyjścia za mąż nie trafiała. Niektóre z nich wychodziły za mąż dość późno, a były nie mniej kochane niż te, które w wiosnie życia, w pełnym rozkwicie wdzięków, stawały na kobiercu. Mężczyźni bowiem znacznie częściej, niż się powszechnie mniema, ulegają urokowi zalet duchowych kobiet, a nie tylko jej fizycznych przymiotów. I nic dziwnego; o zadowolenie zmysłów przy ich luźnych poglądach na moralność jest im stosunkowo wiele łatwiej niż o duchową spójnię z istotą, z którą ich miłość płciowa łączy.

Z tego, co tutaj napisałam, wynikają dla ciebie dość ważne wskazówki: Aby sobie zapewnić możliwość wyboru, uniknąć małżeństwa z konieczności, małżeństwa jako jedyne punktu wyjścia z kłopotliwego materialnego położenia, aby móc trafić na człowieka, który by pragnieniom twego serca odpowiedział, nie uważaj wyjścia za mąż za nieuchronną konieczność i — *nie szukaj męża!*

Staraj się, ile możliwości, materialnie i moralnie stać o własnych siłach i na sobie polegać. Nie uważaj się za wątpliwy bluszcz, który tylko w potężnym dębie oparcie znaleźć może. Dęby mają dzisiaj tak dużo do dźwigania, a czasem jeszcze tak bywają zmurszałe, że rola opiekunów i kierowników nie bardzo im się uśmiecha. Ty sama zaś, im więcej sił i energii w sobie rozwiniesz, im bardziej odporna, wytrwała i zaradna się staniesz, tym lepiej się do swych zadań życiowych przygotujesz, bez względu na to, czy będą to zadania matki i żony, czy jakiegokolwiek inne. Prawda, że na liczny zastęp konkurentów, spośród których wybierać byś mogła, w żadnym razie rachować nie możesz, że decyzja twoja zawsze obracać się będzie około kwestii: „Iść czy nie iść za mąż?”, nie zaś około pytania: „Którego spomiędzy nich wybrać?”. Zdaje mi się jednak, że dla kobiety z głębszym charakterem, wyższym poczuciem godności i silniejszymi uczuciami, w żadnych warunkach kwestia nie stawia się inaczej.

Czyż można właściwie wybierać spomiędzy kilku ludzi, z których jeden tylko przecież posiadać może naszą miłość, a inni są obojętni? Przecież kochając pana N, nie mogę równocześnie za pana Z wychodzić, gdyż to byłoby niemożliwością. Mogę co najwyżej, mimo miłości, dla bardzo ważnych powodów nie wyjść za pana N, i tylko co do tego wahać mi się wolno. W takim też tylko sensie mówiłam o wyborze męża.

Mam nadzieję, że przy swych wrodzonych zdolnościach, silnej z natury budowie fizycznej zdołasz osiąść wykształcenie, które cię uzdolni do pracy korzystnej i nienadwerężającej sił. Mam nadzieję także, że ci ambicji, charakteru, pracowitości i wytrwałości nie zbraknie dla sumiennego pełnienia obowiązków, których się podejmiesz; przypuszczam więc, że może widmo nędzy nie popchnie cię w objęcia człowieka, który by ci jako jedyny warunek szczęścia zapewnił możliwość utrzymania egzystencji. Dla mniej szczęśliwych rówieśniczek twoich takim losem zagrożonych mam nie słowa potępienia, lecz głębokiego współczucia.

Nie mniej niż poprzedni uzasadniony się wydaje i taki zarzut: „Jeżeli małżeństwo z miłości uważamy za jedyny moralny związek, który kobietę z mężczyzną połączyć może, to nie mówmy już o wyborze męża. Miłość jest ślepa, nie rozważa i nie rozumuje, a Tytania<sup>16</sup> zakochana w ośle głowie, Goplana<sup>17</sup> rozmiłowana w Grabcu — mają w naszym świecie kobiecym bardzo liczny zastęp sobowtórów”.

Jest w tym bardzo dużo prawdy, ale nie jest to prawda bezwzględna. Pamiętajmy, że zarówno Goplanę, jak i Tytanię do tak niewłaściwego kierunku miłosnych zachwyków skłoniła ta potęga, którą poetyczne alegorie napojem miłosnym nazywają, a która w życiu rzeczywistym nazywa się po prostu wyobraźnią, wybujałą w erotycznym kierunku.

Panienki, których wyłączny pokarm umysłowy stanowią sentymentalne powieści, pełne namiętnych wybuchów i przesiąknięte erotyzmem zmysłowym utwory, lub rozmowy toczone w kole rozmarzonych, a nieświadomych życia rówieśniczek — piją całymi garncami ten napój miłosny, tak odurzający, że może ich w końcu uzdolnić do zakochania się w pierwszym lepszym Grabcu. O takich panienkach słusznie się ktoś wyraził, że

Miłość, Marzenie,  
Błądzenie, Rozum, Wzrok,  
Erotyzm

Miłość romantyczna

<sup>16</sup>Tytania zakochana w ośle głowie — w komedii Szekspira *Sen nocy letniej* tkaczowi Denko chochlik Puk zamienił głowę na głowę osła. Denko, oczekując powrotu wystraszonych towarzyszy, zaczął śpiewać, co zbudziło królową elfów Tytanię, która natychmiast się w nim zakochała. [przypis edytorski]

<sup>17</sup>Goplana rozmiłowana w Grabcu — w tragedii Słowackiego *Balladyna* Goplana, nimfa, królowa Gopla, zakochała się w uratowanym przez siebie Grabcu, prostaku i pijaku. [przypis edytorski]

nie kochają człowieka, lecz kochają miłość, a nie chodzi im nawet o to, żeby w tej miłości znaleźć źródło szczęścia i siły dla siebie i wybranego, lecz żeby przeżyć pewną ilość erotycznych wrażeń, choćby bardzo rozdzierających, bolesnych i tragicznych.

To przesadne i niezdrowe wyobrażenie o miłości podyktowało jednej z moich znajomych charakterystyczne zapytanie w chwili, gdy się decydowała zerwać z narzeczonym, doszedłszy do przekonania, że go nie kocha i szczęścia swego dla niego poświęcać nie może. Wtrąciłam wśród poufnej rozmowy uwagę: „Życia on sobie nie odbierze”. Ona zaś, wprost zdumiona tymi słowami, zapytała: „Jak to? Więc myślisz, że mnie wcale nie kochał?”. Kiedy się moje słowa sprawdziły, czuła się wprost obrażona. Fakt, że były narzeczony po pewnym czasie ożenił się z inną, uznawała jako dowód jego moralnej nędzoty.

Chcąc się więc uchronić od zakochania się w oślej głowie, nie nadużywaj miłosnego napoju i nie sądz, że życie człowieka składać się może z samych miłosnych zachwyków i katastrof sercowych.

Bez sztucznych podniet zbudzi się serce i w tobie przy sprzyjających okolicznościach, a najlepiej będzie, jeśli się wzbudzi wyłącznie pod wpływem podniety naturalnej, to jest osobistych przymiotów człowieka, który twoją miłość posiada. Większość pomyłek, na które przy wyborze męża narażają się dziewczęta, przypisać można właśnie ich wybudzającą i rozgorączkowaną wyobraźnię, którą niebaczni wychowawcy lekkomyślnie potęgują przez ogólnie przyjęty system wykształcenia panien i przez utrzymywanie ich w nieświadomości rzeczywistych życiowych stosunków.

Jakkolwiek bowiem miłość nie rozważa i nie rozumuje, nie brak dowodów i na to, że na możliwość zakochania się w tym lub owym człowieku wpływają bardzo potężnie nasze ogólne poglądy, przyzwyczajenia, przesady, to wszystko, co się na nasze życie umysłowe składa. Wiemy przecież bardzo dobrze, że jest rzeczą rzadką, by panna z wyższej towarzyskiej sfery zakochała się w mężczyźnie, który np. palcami nos obciera i rąk nie myje. Panny z prowincji, na wsi wychowane, darzą najchętniej swą sympatią młodzież, która zręcznie konno jeździ, celnie strzela i zgrabnie tańczy. Choćby młodzieniec posiadał wiedzę mędrca, a serce apostoła, pozbawiony tych zalet wydalby im się przeważnie tylko śmieszna, niezdarna kreatura.

Natomiast panny żyjące w kole inteligencji miejskiej uważają czasem za niemożliwość zakochanie się w człowieku, który nie kończył uniwersytetu.

Ponieważ nie znają życia, ani istoty małżeńskiego stosunku, ulegają pierwszej lepszej podniecie ze sfery tych wyobrażeń, które im są najbliższe i najlepiej znane. Reszty przymiotów dopożyczają ukochanemu wyobraźnia panińska, a całą treść ich miłości stanowi rozbudzenie zmysłów.

Tym się też tłumaczy gromadne zakochywanie się panien w aktorach, śpiewakach, muzykach i w ogóle w osobistościach głośnych, choćby czasem rozgłos swój zawdzięczali takim cechom, które ich wcale na mężów i ojców nie kwalifikują. Stąd też wynikają pensjonarskie uwielbienia dla starych profesorów, adoracje dewotek dla księży i te prawdziwe klęski rodzin, spowodowane przez typowych pożeraczy serc, którzy nieraz magnetyczny wpływ swój na kobiety zawdzięczają wyłącznie swej opinii ludzi niebezpiecznych. Czasem kariera takiego Don Juana<sup>18</sup> zaczyna się po prostu od nieuczciwych przechwałek, szarpających opinię osób dotąd nieposzlakowanych, a właściwy kobietom popęd do owczego naśladownictwa i brak samodzielności sprawia, że wydaje im się rzeczą równie niemożliwą oprzeć się temu, któremu się dotychczas żadna nie oparła, jak zakochać się w takim, za którego poprzednio już dwie przyjaciółki wyjść nie chciały.

Sądzę, że gdyby panny wcześniej przywykały patrzeć na miłość jako na łącznik duchowy dwóch istot, a zarazem jako na pierwszy szczebel wiodący do macierzyństwa, na małżeństwo jako na ścisły duchowy i fizyczny związek mający na celu oprócz wspólności życia i wydawanie potomstwa, może by ich miłosne zapęły nie błękały się po takich manowcach i nie tak często w przepaść je wiodły.

Pragnęłabym, abyś przy zachowaniu wszystkich poprzednio przeze mnie wyluszczonego rad nigdy nie traciła z oczu tej prawdy, że twe najgorliwsze usiłowania w celu zapewnienia twym dzieciom zdrowia i dobrego wychowania iść muszą na marne i w niwecz się

Miłość, Pozycja społeczna,  
Obyczaje, Kobieta,  
Męczyzna, Wizja,  
Marzenie

<sup>18</sup>Don Juan — legendarny uwodziciel, XVI-wieczny szlachcic hiszpański, bohater licznych oper i dramatów; pot.: uwodziciel, entuzjasta przygód miłosnych. [przypis edytorski]

obrócić, jeżeli twym współnikiem w tak ważnym zadaniu będzie człowiek nieposiadający zalet dla męża i ojca niezbędnych.

Choćby ciało twoje było zdrowe, jędrne, doskonale zbudowane, twa krew czysta jak źródła górskie, a twoja troskliwość macierzyńska niezrównana, zmuszona będziesz rodzic i wychowywać kaleki, cherlaków, niedołęgów lub idiotów, jeżeli ojciec choroby swe i ułomności im przekaże.

Twoja własna młodość, czerstwość i uroda zwiędnąć mogą skutkiem nieuleczalnych chorób, biorących początek w niewłaściwym związku. Może zupełnie będziesz się musiała wyrzec pociech macierzyńskich, może życiem dzieci lub życiem własnym przypłacisz zgubny krok, do którego cię miłość popchnęła.

Jakkolwiek wpływ organizmu matki na rozwój organizmu dziecka jest większy, jakkolwiek wychowanie naszych dziewcząt przeważnie warunkom higieny nie odpowiada, to jednak każdy człowiek doświadczony przyznać musi, że dziś niebezpieczeństwa grożące przyszłym pokoleniom ze strony ojców najmniej po trzykroć przewyższają te, które im zagrażają ze strony matek. Wychowanie mężczyzn jest nie mniej wadliwe niż wychowanie kobiet, a ich luźne pojęcia moralne, fałszywe przywileje, którymi się cieszą, i zgubna tolerancja, która wszelkie wybryki młodzieży otacza, pozwalając jej szumieć, póki się w jarzmo małżeńskie nie wprzęgnie, naraża młodych ludzi na choroby, które nie tylko im życie skracają i zdrowie rujnują, lecz mszczą się na bliższych i dalszych pokoleniach, które z nich początek biorą.

Wiem, że tobie samej trudno będzie się informować o zdrowie twego narzeczonego; jest to raczej obowiązkiem rodziców lub opiekunów. Jeżeli jednak zabraknie ci mojej opieki, przypuszczam, że zawsze mieć będziesz przy sobie kogoś ze starszych zaufanych przyjaciół, który by się tej roli podjął i ciebie od najstraszniejszej klęski życiowej uchronić zdołał.

Na to też liczę na pewno, że jeśli otrzymasz odpowiednie ostrzeżenie od życzliwych ci osób, nie będziesz go lekceważyła i nie będziesz się pocieszać myślą, że twoja idealna miłość osłodzi życie nieszczęśliwemu, a od zadowolenia zmysłowych popędów powstrzymać się będziesz mogła. Nie wiesz, jak długo utrzymasz się w tym idealnym nastroju, a przede wszystkim nie możesz liczyć na to, by się w nim utrzymał twój mąż, zwłaszcza jeśli jest tyle niesumienny, że nie lęka się młodą twą egzystencję przykuć do swej fizycznej ruiny.

Strzeż się też od ulegania tym owczym pędom, które całe gromady ofiar rzucają w objęcia słynnych zdobywców serc i salonowych rozbójników. Rozgłos osobistości demonicznych i niezwykłych niech ci nie imponuje; zwykle nie bierze on źródła z żadnej innej istotnej wyższości.

Przypuśćmy nawet, że taki mężczyzna zachował swą fizyczną młodość i zdrowie, dzięki temu, że tylko zdrowe istoty unieszczęśliwiał i do upadku doprowadzał, to jednak chwilka zastanowienia wytłumaczy ci, że dusza jego musiała się zatruć i znieprawić w ciągu tej kariery Don Juana, złożonej z kłamliwych obietnic i fałszywych przysiąg, zręcznie odgrywanych komedii, na zimno dokonywanych eksperymentów i wyuzdaną hulanką zagłuszanych wyrzutów sumienia.

Czyż nie odstręczy cię od niego myśl, że człowiek, który tyle kłamał i oszukiwał, i ciebie także oszukiwać może, że przywykł do bawienia się tym, co dla ciebie jest świętością, i tobą także się bawi, a wyznania miłosne, które ciebie o zawrót głowy przyprawiają, on deklamuje z wprawą rutynowanego aktora, występującego po raz setny w tej samej roli? Czy może szanować w tobie kobietę, matkę swych dzieci, ten, który tyle kobiet poniżył i pod pręgierz opinii postawił?

Nie możesz naturalnie ludzić się nadzieją, że będziesz bezwarunkowo pierwszą miłością twego wybranego, jednakże tego żądać masz prawo, abyś była naprawdę jego miłością, a nie zabawką kupioną za cenę aktu ślubnego. Pod tym względem zawsze lepszą gwarancję da ci człowiek, który miłości nie traktował jako sportu, nie szumiał, na kawalerskie wybryki sobie nie pozwalał, a czcąc własną matkę, braterskim przywiązaniem i opieką darząc własne siostry, nauczył się w każdej kobiecie szanować czyjąś córkę i siostrę, oraz przyszłą matkę. Ludzie tacy nie umieją bardzo wprawnie i zręcznie dziewczętom głowy zawracać, ale tym więcej szczerą miłość wzbudzić mogą, że na nią zasługują.

Nie bierz za miłość pierwszego lepszego uczucia sympatii, które cię do danego mężczyzny zbliży. Młode serca wezbrane potrzebą miłości szukają ujścia w każdym stosunku,

Mężczyzna, Flirt,  
Kochanek, Zabawa

Miłość, Młodość,  
Miłosierdzie, Kaleka,  
Małżeństwo, Kobieta,  
Matka

który się nastroczy, tam nawet, gdzie zupełnie wystarczyłby szacunek, życzliwość lub współczucie. Nieszczęśliwi, choćby sami na siebie swe nieszczęścia ściągali, wykołeni, starzy, schorowani, różne fizyczne i moralne kaleki i niedołęgi, nie tracą więc nadziei, że się do nich jakieś młodziutki, nieświadome życia stworzenie przywiąże i przez to całą swą przyszłość zwichnie.

Zanim się niepodzielnie oddasz takiemu uczuciu, zastanów się najprzód, czy chciałabyś mieć dzieci podobne do człowieka, z którym życie swe łączysz, czy zgodziłabyś się na to, żeby im przekazał swoje ułomności fizyczne i moralne, swoje kalectwa i swoje dziwactwa. Czy miłość twa, wystawiona na długoletnie próby cierpliwości, rezygnacji, poświęcenia, zaparcia się wszystkiego, co życie miłym czyni, wyjdzie z nich zwycięsko? Wreszcie, czy masz prawo powoływać do życia istoty obarczone dziedzicznymi przypadłościami? Rozważ i to, że choć miłość, którą w danej chwili dla wybranego swego serca odczuwasz, wydaje ci się bezgraniczna, nie dorównuje bynajmniej ona temu uczuciu, które dla dzieci swych będziesz miała, że z czasem, widząc w nim źródło nieszczęść, które na nie spadną, nie tylko zobojętnieć, ale nawet znienawidzić go będziesz w stanie.

I to również jest ważne, ażebyś w swym przyszłym mężu widziała te przymioty moralne i zalety umysłu, które w ludziach w ogóle najwięcej cenić przywykłaś i które pragnęłaś swoim dzieciom przekazać. Wychowanie dzieci przeważnie w twym ręku spoczywać będzie, ale nie będzie w nim spoczywać wyłącznie, a jeżeli zaś ono w ogóle ma się udać, musi panować między rodzicami zgodność zasadniczych poglądów na życie, bo wśród domowej rozterki rozwój dzieci jest dziełem ślepego przypadku.

Powinnaś też pamiętać o tym, że od chwili połączenia się z mężem stanie się on dla ciebie nieodłącznym towarzyszem i przyjacielem, że będziesz z konieczności zmuszona unikać wszystkiego, co cię od niego oddala i z nim różni, a tego się chwycić, co między wami ściślejszą spójnię stanowi. Nawet najbliższa rodzina, nawet najserdeczniejsza przyjaciółka nie wynagrodzi ci tych braków, które w pożyciu z nim odczuwać będziesz, jeśli się usposobienia wasze nie dobiorą i jeśli każde z was będzie miało pewną sferę uczuć i pojęć dla drugiego niedostępną i zamkniętą. Dlatego też zanim powiesz słowo decydujące, staraj się wtajemniczyć w sposób myślenia twego przyszłego męża, poznać sferę jego zainteresowania i zakres działalności, szczerze i naturalnie wypowiadaj mu własne poglądy na rzeczy, które cię zainteresują, a jeśli taka wymiana myśli doprowadzi was do harmonijnego nastrojenia dusz na jeden ton zasadniczy, to miłość dopełni reszty i zespoli was w najściślejczy węzeł, jaki człowieka z człowiekiem połączyć może.

Względy materialne, zwykle stawiane na pierwszym planie, ja umieściłam na końcu, nie dlatego, żebym je pomijać lub lekceważyć radziła, lecz dlatego, że mają one istotnie dopiero trzeciorzędne znaczenie.

Ludzie w ogóle bardzo źle znoszą materialne kłopoty, a troska o jutro odbiera im łatwo moralną równowagę i pozbawia ich wielu cennych właściwości usposobienia. Pod wpływem nieustających pieniężnych niedoborów stają się zgryźliwi, nerwowi, niecierpliwi, znudzeni i przygnębieni, a w takim stanie umysłów o harmonii małżeńskiej mowy być nie może. Dlatego też mam nadzieję, że będziesz tyle rozsądna, by nie wyjść za człowieka, dla którego byłabyś ciężarem nad siły i nie zdecydujesz się mieć dzieci, których byś nie miała czym wyżywić.

Jeżeli byś go bardzo kochała, jeżeli by wam się zdawało, że żyć bez siebie nie możecie, to zdecyduj się czekać do chwili, aż się wasze materialne położenie, dzięki pracy i oszczędności, poprawi i połączenie się umożliwi. Będzie to nawet dla ciebie bardzo pożyteczną próbą miłości, twego przyszłego męża i twej własnej, oraz energii i wytrwałości obojga.

Z drugiej strony i to przyznać można, że w większości wypadków obawy dotyczące materialnej egzystencji są przesadzone. Ludziom rozumnym, poważnie myślącym i czującym głęboko, nie potrzeba do szczęścia tak dużych dochodów lub tak znacznego majątku, jak się powszechnie mniema. W ogóle ludzie mało zdają sobie sprawę z tego, bez ilu rzeczy takich, do których przywykli, obejść by się mogli, gdyby mieli kompensatę w tak ważnych źródłach szczęścia, jak przywiązanie wzajemne i widok zdrowych, ładnych, poczciwymi skłonnościami i bystrym pojęciem obdarzonych dzieci.

Zbyt mało też wiedzą o tym, że każda najdrobniejsza przyjemność, najskromniejsza rozrywka, najmniejszy wzrost domowego dobrobytu staje się źródłem niemałych rozkoszy, jeśli nie jest rzeczą powszednią i łatwą, lecz pewnym trudem i dłuższym oczekiwa-

Mąż

Kłótnia, Rodzina, Dziecko

Mąż, Żona, Słowo

Bieda, Małżeństwo, Matka,  
Dziecko

Radość

niem okupioną. Podróż za granicę nie taką sprawia przyjemność ludziom bogatym, jak krótka zamiejska wycieczka tym, którzy cały tydzień w pocie czoła pracowali; całe kosztowne umeblowanie pięknego salonu nie tyle cieszy człowieka mającego duże dochody, jak kupienie łóżka temu, kto sypiał na ziemi, lub sprawienie ściennego zegara w domu, w którym tani budzik funkcje czasomierza pełnił.

Jeżeli mąż w żonie, a żona w mężu znajduje moralne i materialne oparcie, jeżeli zgodnie i łącznie dążą do zapewnienia dzieciom dobrego wychowania, to praca ich nie męczy, oszczędność życia nie obrzydza, a troski materialne znoszą mężnie i nawet wesoło.

Tam tylko bywają one przyczyną rozterki domowej, gdzie biorą źródło w lekkomyślności, egoizmie lub zgubnych nałogach jednej lub drugiej strony. Żona próżna, leniwa, strojnisia, rozrzutna i niedbała, z egoistycznym zadowoleniem trwoniąca zarobek męża, który na niego kosztem sił i zdrowia pracuje; mąż lekkomyślny, sybaryta<sup>19</sup> lub hulaka, trwoniący poza domem grosz dla wyżywienia dzieci niezbędny — muszą sobie wzajemnie zakwaszać życie i żyć w piekielku domowym, którego stałym gościem jest komornik.

Spokój domowego ogniska zabezpieczają nie wielkie dochody, lecz takie, do których mąż i żona chętnie swe wymagania przystosują, jeżeli je przystosować w ogóle mogą — co jednak poniżej pewnej cyfry<sup>20</sup> dla danego stopnia kultury staje się istotnie niemożliwe.

Pieniądz, Małżeństwo,  
Piekło, Egoizm

Małżeństwo, Pieniądz,  
Umiarkowanie

---

Po napisaniu tych uwag pokazałam jednej z mych przyjaciółek cały rękopis i taką od niej usłyszałam krytykę:

„Jeżeli ta książeczka ma być dla twojej córki istotnym kierownikiem, a zarazem jedynym majątkiem, który jej przekazesz, to z góry pogódź się z myślą, że panną zostanie. Gdziez znajdziesz człowieka, który by dał jej wszystkie wymagane przez ciebie gwarancje, miłością ją obdarzył i miłość jej wzbudził? Choćby nawet i takiego znaleźć mogła, boć i tacy trafić się mogą niewątpliwie, choć ich nie ma wielu, to przecież ona szukać go nie będzie. Tego jej nie radzisz i to z jej panińskiej roli nie wynika, zwłaszcza że chcesz wykorzenić z niej to wszystko, co na kokieteryę i próżność zakrawa, a nie myślisz jej kształcić w sztuce podobania się, dzięki której niejedna kobieta tak nieszczęśliwie swym życiem pokierowała”.

Słowa jej skłoniły mnie do chwili namysłu, po czym odpowiedziałam:

„Że córka moja panną zostać może, tego bynajmniej nie zaprzeczam i z tym przypuszczeniem zupełnie się godzę, a choć wolałabym ją widzieć szczęśliwą żoną i matką; nie wątpię jednak, że te same przymioty, które by jej szczęście rodzinne zapewnić mogły, we wszelkich innych warunkach posłużą jej do wypełnienia swego życia pożyteczną pracą, ważnymi obowiązkami i takimi serdecznymi stosunkami przyjaźni i przywiązania, które jej w znacznej części ciepło rodzinne zastąpią. Jedyłą klęską, jakiej się dla niej naprawdę obawiam i od jakiej za każdą cenę ustrzec bym ją pragnęła, jest roztrwonienie swych fizycznych i duchowych sił w niedobranym i nieszczęśliwym związku i skazywanie na udział w cierpieniach i poniewierze niewinnych istot, którym by życie dała.

Nie sądzę jednak, aby ona miała być nieuchronnie na staropanieństwo przeznaczona. Choć jej nie będę w świat wprowadzać, nie będę jej wszakże trzymała pod kloszem. Będzie się musiała samodzielnie zatrudniać, wśród ludzi obracać, poznawać ich i im się dać poznać, będzie się stykała z życiem rzeczywistym, a nie ze sztucznym życiem salonów — i mam nadzieję, że to jej da sposobność poznać ludzi takimi, jakimi są, a nie jakimi się wydawać pragną.

Jeżeli rozwinię w sobie te przymioty, które w niej widzieć pragnę, jest rzeczą prawdopodobną, że jej młodość, świeżość, zdrowie, prostota i szlachetna godność postępowania, jej szlachetne uczucia, prawość i bystrość umysłu — zwrócą uwagę mężczyzny, który właśnie te przymioty ceni w kobiecie, towarzysze życia.

Co zaś do sztuki podobania się, tej nauczy ją miłość. Nieświadomie, instynktownie odkryje ona tysiące sposobów przywiązania do siebie człowieka, do którego jej serce przylgnie!”

Kobieta, Małżeństwo, Los,  
Szczęście, Córka, Matka

---

<sup>19</sup>sybaryta — człowiek rozmiłowany w zbytku, wygodach i przyjemnościach życia. [przypis edytorski]

<sup>20</sup>cyfra (daw.) — liczba, wielkość liczbowa; dziś popr.: pojedynczy znak pisarski służący do zapisywania liczb. [przypis edytorski]

---

Wszystkie zasoby Wolnych Lektur możesz swobodnie wykorzystywać, publikować i rozpowszechniać pod warunkiem zachowania warunków licencji i zgodnie z *Zasadami wykorzystania Wolnych Lektur*.

Ten utwór jest w domenie publicznej.

Wszystkie materiały dodatkowe (przypisy, motywy literackie) są udostępnione na *Licencji Wolnej Sztuki 1.3*.

Fundacja Wolne Lektury zastrzega sobie prawa do wydania krytycznego zgodnie z art. Art.99(2) Ustawy o prawach autorskich i prawach pokrewnych. Wykorzystując zasoby z Wolnych Lektur, należy pamiętać o zapisach licencji oraz zasadach, które spisaliśmy w *Zasadach wykorzystania Wolnych Lektur*. Zapoznaj się z nimi, zanim udostępnisz dalej nasze książki.

E-book można pobrać ze strony: <http://wolnelektury.pl/katalog/lektura/moszczenska-rzepecka-co-kazdamatka-swojej-dorastajacej-corce-powiedziec-powinna/>

Tekst opracowany na podstawie: Iza Moszczeńska, *Co każda matka swojej dorastającej córce powiedzieć powinna*, wydanie drugie, Wydawnictwo M. Arcta w Warszawie, 1904.

Wydawca: Fundacja Nowoczesna Polska

Sfinansowano ze środków Miasta Stołecznego Warszawy

Opracowanie redakcyjne i przypisy: Aleksandra Kopeć-Gryz, Aleksandra Sekuła, Wojciech Kotwica.

ISBN 978-83-288-6086-5

*Wesprzyj Wolne Lektury!*

Wolne Lektury to projekt fundacji Wolne Lektury – organizacji pożytku publicznego działającej na rzecz wolności korzystania z dóbr kultury.

Co roku do domeny publicznej przechodzi twórczość kolejnych autorów. Dzięki Twojemu wsparciu będziemy je mogli udostępnić wszystkim bezpłatnie.

*Jak możesz pomóc?*

Przeznacz 1,5% podatku na rozwój Wolnych Lektur: Fundacja Wolne Lektury, KRS 0000070056.

**Wspieraj Wolne Lektury** i pomóż nam rozwijać bibliotekę.

Przeznacz darowiznę na konto: [szczegóły na stronie Fundacji](#).