

Beata K. Obsulewicz

Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II

ORCID 0000-0003-2103-9484

Zachodnie echa w polskim dyskursie o higienie. Parę uwag o *Zbudź się i walcz. Sztuka odnawiania duszy i ciała* Ellicka Morna według Władysława M. Kozłowskiego

I

Niniejsze rozważania wypada zacząć od niestety długiego, ale za to symptomatycznego świadectwa z epoki, jakim jest recenzja zamieszczona w 2. numerze pisma „Prąd” w roku 1911, skrócona do minimum niezbędnego dla dalszego wywodu. Posłuży nam ona jako dogodny punkt obserwacyjny, w którym pytanie o rolę pojęcia higieny urasta do kwestii kluczowej. Wskazuje też na co najmniej parę filologicznych zagadek.

Podpisany kryptonimem k. recenzent zestawia w niej dwa poradniki zaprojektowane jako antidotum na najpoważniejsze bolączki ludzi żyjących na przełomie XIX i XX wieku¹. Są to publikacje zagraniczne, spolszczone na potrzeby czytelnika polskiego.

Obszerność analizowanej recenzji pozwala dostrzec kryteria oceny ważne dla ówczesnych profesjonalnych czytelników dzieł o ambicjach

¹ k. ch., Orison S. Marden, „Wola i powodzenie”, *Ellick Morn „Zbudź się i walcz”*, „Prąd” 1911, nr 2, s. 67–71. Dla porządku zaznaczyć trzeba, że choć strona tytułowa periodyku podaje inicjały autora jako k.ch., pod recenzją w dziale „Sprawozdania i recenzje” w podpisie widnieje tylko k. (zob. tamże, s. 70).

wykraczających poza zwykłą *praxis*, czyli np. licznych poradników higieny pisanych pod dyktando ustaleń medycznych czy poradników higienicznego prowadzenia kuchni i gospodarstwa domowego (porządki, konserwacja odzieży i żywności), a także wzmacniania odporności i nauki wstrzemięźliwości². Pozwala również od razu wskazać wyjątkowość dzieła, którego przybliżenie stanowi przedmiot niniejszego artykułu.

Potrzeba pracy nad kulturą ducha, urabianie mocnych charakterów, kształcenie silnej woli coraz więcej daje się u nas odczuwać, jak świadczą o tym liczne książki, poruszające tę sprawę. Zwłaszcza w ostatnich czasach ukazały się one w dość poważnej liczbie.

Prac oryginalnych stosunkowo niewiele; przeważnie przekłady z obcych języków. Sposób rozwiązania i wartość bardzo rozmaita. Stosownie do swego stanowiska i całokształtu poglądu na świat, każdy autor rozwiązuje kwestię odrębnie. Jedni odwołują się do duchowego pierwiastku człowieka i wskazując mu cele wyższe oraz możliwość ich osiągnięcia jedynie za pomocą opanowania natury niższej, uzasadniają potrzebę i sposób kształcenia woli³. Inni, nie wdając się w teoretyczne umotywowanie (nieraz nawet wprost zaprzeczając, jak np. Payot – wolności woli⁴), opierając się jedynie na zewnętrznej obserwacji, dają praktyczne wskazówki możliwie szybkiego i skutecznego osiągnięcia swych zamiarów ziszczenia marzeń.

Do tej ostatniej kategorii zaliczyć należy świeżo na polski język przetłumaczoną książkę *Wola i powodzenie*, którą napisał Amerykanin S. Marden⁵. Dziełko to zyskało uznanie nie tylko w ojczyźnie autora, ale i w całej Europie. W Niemczech nakład *Woli i powodzenia* dosięgnął w krótkim czasie 70 000 egzemplarzy. Poczytność tej książki dowodzi, jak ludzie są spragnieni zmiany warunków życia i skwapliwie chwytają się każdego środka. [...]

Świeżo przetłumaczona książka nie wskazuje żadnych nowych dróg; oddzielne poglądy, aczkolwiek nie pozbawione nieraz słuszności, wynikają z czysto utylitarnych pobudek. Zasadniczą cechą jest płytkość, brak jakiegokolwiek uzasadnienia, podkładu moralnego i psychologicznego; jest to filozofia przeciętnego filistra, pozującego na dobroczyńcę ludzkości. Ideały mieszczańskie i kupieckie, od czasu do czasu odziane w nieco szlachetniejsze szaty. Przewodnią

² O tych aspektach traktuje solidne opracowanie A. Napierały, *Higiena prywatna. Koncepcje i porady w polskich publikacjach popularnych i popularnonaukowych w drugiej połowie XIX wieku i na początku wieku XX*, Poznań 2018.

³ F.W. Foerster, *Drogowskaz życia*, tłum. z niemieckiego Fr. S., Warszawa 1910.

⁴ Zob. J. Payot, *Kształcenie woli*, tłum. J.K. Potocki, wyd. drugie, Warszawa 1899.

⁵ **Arison** [sic!] S. Marden, *Wola i powodzenie*, red. S. Michalski, Warszawa 1911 [str. III + 212]. Warto dodać, że w tym samym roku nakładem Gebethnera i Wolffa ukazała się książka: Orison Sweet Marden, *Siła woli i powodzenie (Pushing to the Front or Success under Difficulties)*, tłum. A. Callier, Kraków 1911.

ideą autora jest powodzenie. Nie zadaje sobie jednakże nawet trudu wyjaśniania samego frazesu, który właśnie dla tego, że jest frazesem — jak wiele innych hasel — hipnotyzuje obecne społeczeństwa. [...]

Uczy nas p. Marden jak trzeba korzystać z każdej sposobności (zwłaszcza w handlu ma to olbrzymie znaczenie!) pokonywać wszystkie przeszkody. Piorunuje na próżniactwo, późne wstawanie. Gorąco zaleca punktualność, pracowitość, ześrodkowywanie wszystkich sił podczas pracy, zużytkowanie całej energii; radzi pracować raczej krótko, lecz intensywnie. Wszystkie te uwagi, którym nic zarzucić nie można, popiera licznymi przykładami, zaczerpniętymi z życia amerykańskiego, niejeden z nich znajduje się u Smilesa⁶. [...] W ostatnim rozdziale wyraźniej występuje ukryta tendencja amerykańskiego moralizatora. Chodzi mu o to, aby dać ludziom podręcznik zdobycia sobie w szybkim czasie wpływowego stanowiska oraz dać sposób jak najprędzej „zrobić majątek”⁷. Chociaż zaznacza, że bogactwo „nie jest celem, do którego dążyć się powinno, nie jest szczytem, ale początkiem działalności człowieka”⁸. [...] Zapewne nie jednemu zaimponuje taki ideał [...]. Sybarytyzm zawsze znajduje poklask, a jeszcze większy jeżeli odziewa się płaszczem szlachetności. *

Zapatrowania podobne nie są bynajmniej odosobnione. Inny Amerykanin p. Ellick Morn głosi bez wahania zasadę, iż „żołądek jest wszystkim” (str. 272)⁹. Od dawna była znana już prawda, iż „zdrowie ciała jest ściśle związane ze zdrowiem duszy” (str. 269). Na ten temat powstało jedno z najpopularniejszych przysłów łacińskich. Ale dotychczas uważano zdrowie ciała za środek do zahartowania i podniesienia ducha. Czasy się jednakże zmieniają. Obecnie trzeba być moralnym, by zachować zdrowie. „Zdrowie moralne rodzi zdrowie fizyczne” (str. 274). Stąd wniosek, że pobudką do moralnego postępowania jest zdrowie. E. Morn chce wykazać, że życie jest warte, aby je przeżyć, że człowiek nie jest nędzną istotą, którą pragnęła z niego uczynić krótkowidząca nauka i materializm, a jaką przedstawiła nam go poezja, pozbawiona skrzydeł, bluźniercza (str. 33 i 39). Najpotężniejszą dźwignią w człowieku jest dobroć.

I znowu stoimy wobec zagadki: czym ma być owa dobroć? Przez całą książkę powtarza się ten wyraz nieskończoną ilość razy, w najrozmaitszych przypadkach, coraz to z nowymi przymiotnikami — ale sam pozostaje do końca

⁶ Samuel Smiles. Nie wiadomo, o którym dziele Smilesa krytyk wspomina. Najprawdopodobniej o najpopularniejszym, czyli *Self-Help*. Na temat jej (nie tylko) polskiej recepcji zob. J. Kubicka, *Na przełomie. Pozytywiści warszawscy i pomoc własna*, Warszawa 2016. Tam obszerna literatura przedmiotu.

⁷ O.S. Marden, *Wola i powodzenie...*, dz. cyt., s. 16.

⁸ Tamże.

⁹ E. Morn, *Zbudź się i walcz. Sztuka odnawiania duszy i ciała*, tłum. W.M. Kozłowski, Warszawa 1911. Dzieło miało dwa wydania w 1911 roku. Recenzent posługiwał się wydaniem pierwszym, stamtąd też lokalizacja cytatów.

tajemnicą. Starodawna metoda Pytii nawet w tak postępowym społeczeństwie jak amerykańskie bywa praktykowana. Jednakże *Sztuka odnowienia duszy i ciała* nie potwierdza bynajmniej w zupełności przysłowia „nic nowego pod słońcem”. Przeciwnie, są tam nowe i piękne amerykańskie pomysły. Nie dowiadujemy się co to jest „dobroć”, ale za to wiemy, po co trzeba ją uprawiać. „Trzeba być *dobrym* nawet przez egoizm, a to w tym celu, aby mieć zdrowie i młodość!!!”. Od czasu powołania etyki niezależnej różni różnie starali się uzasadnić ideał dobra. Mieliśmy liczne próby mniej lub więcej nieudolne. Jedni chcieli to uczynić za pomocą nakazu wewnętrznego, inni pobudkami utylitarnymi lub „ego-altruizmem”, lecz jeszcze nikt w Europie nie wpadł na pomysł, aby sankcją postępowania etycznego uczynić wzgląd higieniczny. Nie zdobyła się na to ani „krótkowidząca” nauka i materializm, ani „bluźniercza” poezja. Podobne zwroty mogą się zrodzić tylko w płytkich mózgach ekscentrycznych mieszkańców Nowego Świata. [...]

Nasze „poczytne” dzienniki roją się od krzyczących ogłoszeń, zachwalających skuteczne sposoby zdobycia piękności i przeciwdziałania starości, ale nikt dotychczas nie wyzyskał dobroci i poezji. Żali się więc p. Morn, iż opiewano dobroć na wszystkie tony; wychowawcy podnieśli ją na stanowisko kierownika wszystkich naszych czynności, poeci chwalili ją jako uczucie boskie, filozofowie uczynili z niej nakaz kategoryczny, lecz (o zgrozo!) bardzo nie wielu było takich, którzy badali rozmyślnie jej skutki fizjologiczne (!!!) (str. 111). „Dobroć jest wynikiem ewolucji zmierzającej ku obronie naszego organizmu” (sic!). Wszyscy myśliciele, zaczynając od największych do najskromniejszych, zajmowali się kwestią dobra, zapomnieli jednakże o tym, że *dobroć* jest higieniczna (str. 115). A jak dobroć przyczynia się do odnalezienia zdrowia i spokoju, tak czynnikiem „określającym naprawdę piękność jest rozum” (str. 159). Sztuka jest narzędziem odrodzenia, rodzajem higieny (str. 87). Prawdziwie nowy przyczynek do zagadnień filozofii sztuki. Wprawdzie autor domyśla się, że wielu czytelników, słysząc światłe twierdzenie, że sztuka jest dobrym środkiem na zdobycze starości, skłania się do uśmiechu i do traktowania na sposób humorystyczny założeń, że przyjemna muzyka lub czytanie zajmującej powieści odmładzają człowieka. I rzeczywiście za podobne stawianie kwestii kwalifikowałaby się książka p. Morna jako jeden z charakterystycznych objawów umysłowości amerykańskich, do „książek humorystycznych”, gdyby nie poważny ton i zadanie, jakie sobie stawia autor, chcąc uchodzić za lekarza zbolalej ludzkości. Boleje nad tym, iż „życie współczesne wykazuje obfitość cierpień moralnych. Liczne też są przyczyny tych cierpień. Neurastenia szerzy spustoszenie wśród młodych. Samobójstwa zwiększają liczbę swoją, ludzie nie mają już energii do życia” (str. 282). Zupełna racja. I oto, aby wyprowadzić ludzkość z martwoty moralnej i odrętwienia, wynikającej z braku wszelkiego wznioślejszego i szlachetniejszego poglądu na świat (str. 8), daje podręcznik praktycznej psychologii; a przynajmniej zdaje mu się, że daje.

Większość pseudo-teoretycznych założeń, opartych jest na słynnym poglądzie Jamesa na wiarę, (wyrzeczonych w dziełku *The Will to Believe*¹⁰), oraz hipotezie o ukrytych potęgach naszej duszy, czyli tzw. „kryptopsychologii”. Na umiejętnym wyzyskaniu tych sił ma polegać „szkoła odnowienia duszy i ciała”.

Cel autora – dać ludziom szczęście. Dążenie do szczęścia jest najważniejszym zagadnieniem ludzkości. Istotą szczęścia jest spokój. Zdobyć go można za pomocą odrodzenia, które polega na wydobyciu z głębi jaźni sił, które były uśpione, na obudzeniu radości życia. Wszystko, co zamąca spokój, trzeba usunąć. Występne życie niemoralne, nadmierna analiza samego siebie zabija zdolność do życia. Ponieważ starość staje się często przyczyną zgryzot i zmartwień, a więc należy przeciwdziałać jej za pomocą sił kryptopsychicznych, starać się pozyskać piękność. Podług wzniosłych teorii p. Morna kobieta ma nie tylko prawo, ale obowiązek być piękną, powinna być ambitną na punkcie piękności (str. 172). Dobroć, zdrowie, piękność, spokój – oto etapy na drodze do szczęścia. Autor wspomina także o jakichś wyższych ideałach. Ale czy to ma być ideał „prawdziwego braterstwa” (str. 152), czy jaki inny, z tego p. Morn nie zdaje sobie sprawy. Wartość moralna *Zbudź się i walcz* jest jeszcze mniejsza niż *Woli i powodzenia*. P. Marden nie uzasadnia wcale swych poglądów, stawiając charakter wyżej nad majątek, sławę, karierę, nie wskazuje żadnego celu. Chociaż z całej książki czuć, iż pod „powodzeniem” rozumie zdobycie majątku, nie ma odwagi wprzęgnąć ideałów etycznych na służbę kariery. Przeciwnie – na to, żeby ją zdobyć trzeba zapewnić o względach materialnych.

Morn zachęca do dobrego za pomocą obietnicy zdrowia, piękności i powodzenia. Nikt nie będzie temu przeczył, iż spokój ducha dodatkowo wpływa na zdrowie, jasne jest zdanie, iż wartość moralna uszlachetnia rysy twarzy, ale nikomu jeszcze na myśl dotychczas nie przyszło, żeby za bodziec postępowania etycznego uważać zdrowie i piękność. Poglądy Morna dobitnie dowodzą, iż dążność do dobrego w duszy ludzkiej jest tak głęboko zakorzenioną, że nawet wtenczas, kiedy jej potrzeby bezpośrednio nie odczuwamy, staramy się przemycać ideały etyczne pod płaszczykiem skutecznych środków przeciw nielogicznej i zgubnej czynności „starzenia się”. Poszczególne aforyzmy są b. dobre i niejednemu przydadzą się w pracy nad sobą. Kto ma pogląd wyrobiony, oparty na niewzruszonych zasadach etycznych i wytknięty plan kształcenia charakteru, nie jedną cenną myśl może stąd zaczerpnąć, z tym zastrzeżeniem, iż odrzuci przewodnią bezwarunkowo niemoralną ideę autora.

Wątpliwym jest, czy obydwie prace przyniosą wielki pożytek naszemu społeczeństwu i ziszczą różowe nadzieje, wyrażone w przedmowie do polskiego wydania *Woli i powodzenia*. Przekład jest zupełnie poprawny, godny lepszych rzeczy.

¹⁰ W. James, *The Will to Believe*, „The New World” 1896, t. 5, s. 327–347.

Co jest interesującego w przytoczonej recenzji? Z pewnością nie to, że oba analizowane dzieła wpisują się w dobrze już wówczas funkcjonującą odrodzeńczą fazę modernizmu, spragnionego rekonwalescencji¹¹ po „wieku nerwowym”¹² – naznaczonym dekadentyzmem okresie spleenów, chorób duszy, apoteozy bezwolności i różnych odmian nihilizmu¹³. Zjawisko „woli mocy”, związane z pierwszym dziesięcioleciem XX wieku oraz z patronującą mu filozofią F. Nietzschego i H. Bergsona, zostało już dość dobrze zdiagnozowane w literaturze przedmiotu. Nie dziwi również niechęć do „filisterstwa” jako synonimu ideałów życiowych ograniczonych do zdobywania lub pomnażania bogactw materialnych¹⁴. Od kultu złotego cielca dystansowali się zarówno apologetci przełomu antypozytywistycznego (prowokujący swymi artystowskimi wystąpieniami ludzi-woły i ludzi-świnie¹⁵), jak i entuzjaści „woli mocy”, co wiąże się z silnym metafizycznym podglebiem i horyzontem modernizmu. Nie jest nowością posługiwanie się terminologią właściwą dla psychoanalizy. Nie zaskakuje ponadto postawa wątpienia w przenikliwość filozofów Nowego Kontynentu – Ameryka stereotypowo kojarzyć się mogła z dziarską energią kolonizatorów i szansą na zrobienie kariery, na przekroczenie społecznych barier, ale nie z finezyjnym operowaniem aparatem pojęciowym filozofii europejskiej. Wyrażna nuta pobłażliwości wobec importów zza oceanu wiąże się z traktowaniem kultury amerykańskiej jako atrakcyjnej, budzącej podziw ekspansywnością, skutecznością i żywotnością, ale zarazem nuworyszowskiej, by nie rzec – prymitywnej. Polskie (czy też szerzej: europejskie) społeczeństwo jest radykalnie odmienne i wymaga innych recept niż amerykańskie, choć niewątpliwie potrzebne jest mu (o czym przekonuje skala zainteresowania Orisonem S. Mardenem w Niemczech) remedium na odczuwalny brak szczęścia. Tonący brzytwy się chwyta, jednak – to konkluzja recenzenta – nie uratuje go brzytwą *made in USA*.

¹¹ Zob. L. Staff, *Rekonwalescencja końca wieku*, [w:] Leopold Staff, red. I. Maciejewska, Warszawa 1965, s. 57 i nn. Na temat witalizmu na mapie dziewiętnastowieczności zob. T. Sobieraj, *Kulturowy model dziewiętnastowieczności*, „Wiek XIX” 2008.

¹² J. Tomkowski, *Mój pozytywizm* (rozdz. IV: *Wszyscy chorujemy na nerwy*. *Neurotyczni bohaterowie Prusa*), Warszawa 1993; K. Kłosińska, *Powieści o „wieku nerwowym”*, Katowice 1988.

¹³ W.M. Kozłowski, *Dekadentyzm współczesny i jego filozofowie* (Pawel Bourget i Fryderyk Nietzsche), Warszawa 1893; R. Zimand, „Dekadentyzm” warszawski, Warszawa 1964; T. Walas, *Dekadentyzm wśród prądów epoki*, „Pamiętnik Literacki” 1977, z. 1, s. 97–149; E. Paczoska, *Dekadentyzm jako towar* (Gawalewicz, Mańkowski i inni), [w:] *Literatura niewyczerpana. W kręgu mniej znanych twórców polskiej literatury polskiej lat 1863–1914*, red. K. Fiołek, Kraków 2014, s. 59.

¹⁴ J. Zacharska, *Filister w prozie fabularnej Młodej Polski*, Warszawa 1996; J.A. Malik, *Studenci albo Maleski, Patkiewicz i ten trzeci*, [w:] tegoż, „Lalka”. *Historie z różnych światów*, Lublin 2005.

¹⁵ W. Nałkowski, *Forpocztę ewolucji psychicznej i troglodyci* (1895), [w:] tegoż, *Jednostka i ogół. Szkice i krytyki psycho-społeczne*, Kraków 1904, s. 36.

Dla k. faktem oczywistym, wynikającym z paralelnej lektury obu prac, wydawało się to, że ma do czynienia z pracami autorów amerykańskich. Być może w przypadku Morna sugestią, że dzieło pochodzi stamtąd, jest spory *passus* poświęcony amerykańskim kobietom i sposobom, w jaki (dzięki naśladownictwu postaci z ilustrowanej prasy) wzmocniły one witalność i wizualną atrakcyjność.

Autor mówi o „Gibson’s Girl” i „Fluffy Ruffles”¹⁶, jako

osobach istniejących realnie; w rzeczywistości stały się one realnymi dzięki operacji psychicznej, którą zalecamy każdemu pragnącemu zdobyć piękność. Gibson’s Girl i Fluffy Ruffles stanowią ideały piękności dla młodych Amerykanek. Wystawione, jeśli wolno tak wyrazić się, na rynku przez dwóch utalentowanych artystów, wzory te były tak dobrze naśladowane przez młode panny, że obecnie w salonach amerykańskich spotykamy tylko Gibson’s Girl i Fluffy Ruffles. Młode panny, które, przedtem nim zaczęły kopiować modne modele, nie były wcale uważane za piękne lub ponętne, przeobraziły się w krótkim czasie tak dalece, iż wydają się zupełnie innymi osobami¹⁷.

Wspólny mianownik obu „podręczników psychologii praktycznej” to „amerykański” optymizm, nawoływanie do pozytywnego myślenia i przekonanie, że wiele można osiągnąć szybko i za pomocą prostych metod.

II

Polski tytuł dzieła Ellicka Morna *Zbudź się i walcz* od progu zapowiada zerwanie z somnambulizmem – jednym z wyznaczników epoki¹⁸, a także z pesymizmem, abulią i apatią. Spersonalizowany nakaz – forma pobudki i jednocześnie hejnału – przypomina o stanie zagrożenia przez wrogie siły (wskazane przez autora szkodliwe teorie antropologiczne i estetyczne,

¹⁶ Gibson’s Girl – stworzona przez amerykańskiego rysownika Charlesa Dana Gibsona (na podstawie wizerunku żony) personifikacja amerykańskiego kobiecego ideału urody z końca XIX i początków XX wieku. Czarno-białe szkice przedstawiające Gibson’s Girl ukazywały się m.in. w takich czasopismach jak „Life”, „Harper’s”, a następnie w prasie codziennej. Komiks Wallace’a Morgana i Carolyn Wells *Fluffy Ruffles* zadebiutował w niedzielnym wydaniu „New York Herald” 3 lutego 1907 roku i był rozpowszechniany w prasie amerykańskiej do 1909 roku. Cieszył się niezwykłą popularnością wśród młodych kobiet pracujących kobiet, a „fluffymania” ogarnęła cały kraj. Fluffy była często porównywana do już dobrze znanej Gibson’s Girl.

¹⁷ W. Kozłowski, *Zbudź się...*, dz. cyt., s. 159–160.

¹⁸ M. Podraza-Kwiatkowska, *Somnbulicy, dekadenci, herosi. Studia i eseje o literaturze Młodej Polski*, Kraków 1985.

duchową gnuśność współczesnych, atrofię woli i cielesną niedołężność, udręczenie „rozmaitymi lękami czyli »phobiami«, przybierające w warunkach naszej cywilizacji charakter prawdziwych chorób przygnębiających”¹⁹). Poradniki ze swej istoty mają charakter wirtualnie performatywny i cel pragmatyczny: są instrukcjami obsługi naprawiającymi wadliwie działający mechanizm lub doskonalącymi to, co powinno funkcjonować wydajniej²⁰. Ellick Morn po perswazyjnym zaproszeniu, wręcz powołaniu²¹, objaśnia, co pragnie zmienić w życiu adepta/rekonwalescenta. Podtytuł *Sztuka odnawiania duszy i ciała* jest klarowną deklaracją – chodzi o umiejętne, podbudowane najnowszymi lub uniwersalnymi aksjomatami naukowymi, wprowadzenie porządku. Najpierw trzeba odnowić duszę (przez krytykę cywilizacji współczesnej zaproponować racjonalnie umotywowany odwrót od fałszywej antropologii i wesprzeć higienę myślenia, czyli wybieranie tych elementów, przekazów, książek, teorii, które nie redukują ani nie odbierają chęci do życia). Wyrażona jest tu, choć nie *expressis verbis*, reakcja na niepokojącą opinię publiczną falę samobójstw, plamę na balowej sukni *la belle époque*, a także świadectwo wzrastającej – dzięki rozwojowi psychiatrii i psychoanalizy – świadomości podatności jednostki na psychiczne traumy i zmęczenie szybkimi zmianami społecznymi, itd. Następnie narrator zwraca uwagę na rolę sztuki (piękna) i etyki (dobra) w procesie odnajdywania, regeneracji i wreszcie zachowywania właściwej kondycji psychofizycznej. Nie zapomina bowiem również o ciele: stare powiedzenie „w zdrowym ciele zdrowy duch” zachowuje ponadczasową aktualność.

W sumie zatem otrzymujemy, ubrany w odniesienia do nowych zjawisk, znany od początku cywilizacji euroatlantyckiej ideał *kalos kai agathos* (καλὸς καὶ ἀγαθός). Opisana przez Ksenofonta, zalecana przez Arystotelesa i chrześcijaństwo pocziwa *kalokagatia* (w praktyce niezwykle trudna jednak do osiągnięcia, gdyż wymagająca ogromniej samodyscypliny²²) toruje sfrustrowanym, słabującym na ciele i umyśle ludziom początku XX wieku przejście suchą nogą przez udręki i pułapki Morza Czerwonego, jakim jawi się nowoczesność.

¹⁹ E. Morn, *Zbudź się...*, dz. cyt., s. 34.

²⁰ Obszerne i poznawczo niezwykle cenne wprowadzenie w tę taktykę zob. D. Więclawek, *Programy samodoskonalenia w poradnikach wydanych na ziemiach polskich w latach 1864–1914*, praca doktorska, Katowice 2021, https://rebus.us.edu.pl/bitstream/20.500.12128/22139/1/Wieclawek_Programy_samosdoskonalenia_w_poradnikach.pdf

²¹ Do tej kwestii wrócę w dalszej części wywodu.

²² W. Jaeger, *Paideia. Formowanie człowieka greckiego*, tłum. H. Bednarek, M. Plezia, Warszawa 2001; tenże, *Wczesne chrześcijaństwo i grecka paideia*, tłum. K. Bielawski, Bydgoszcz 2002; J. Sprutta, *Idea kalokagatii w starogreckim wychowaniu*, „Nauczyciel i Szkoła” 2007, nr 3–4, s. 13–20, https://bazhum.muzhp.pl/media/texts/nauczyciel-i-szkoła/2007-tom-3-4-36-37/nauczyciel_i_szkoła-r2007-t3_4_36_37-s13-20.pdf

Ellick Morn podzielił swój poradnik na 16 rozdziałów. Po przedmowie tłumacza²³, stanowiącej *de facto* streszczenie głównych tez i celów pracy, następują: *Śpiąca Królowna, Nieznane potęgi duszy ludzkiej, Sztuka odradzania się, Ochotnicy starości, Czym jest upojenie psychiczne, Zdobycie radości, Dobroć uzdrowia, Sztuka stania się dobrym, Piękność bez kosmetyków, Piękność udzielana dzieciom, Upiększająca pieśczęta, Sztuka marzenia, Drzemiąca w nas genialność, Jak nabywa się energia, O zdrowiu duszy i zdrowiu ciała, Nasze przeznaczenie jest w nas samych*. Co jest ważne – narrator *Zbudź się i walcz* zasadniczo niemal nie wypowiada się w swoim imieniu. Głosi prawdy zaobserwowane przez innych. Ważnymi punktami odniesienia są zarówno myśliciele dawni (Marek Aureliusz, Leonardo da Vinci), jak i współcześni. Atutem publikacji jest przystępny, prosty, jasny, a zarazem niepozbawiony literackich ambicji język narracji²⁴. Ku wygodzie odbiorcy autor poradnika przygotowuje

²³ „Autor tej książki stawia sobie zadanie przywrócenia utraconych przez jednostki energii życiowych, przekonując je, że w głębiach jaźni naszej tkwią olbrzymie zapasy sił utajonych, które możemy wydobyć i wprawić w czynność wysiłkiem woli. [...] Nie do praktyk zabobonnych, nie do tradycji fakirów odwołuje się Ellick Morn, lecz do zdobyczy najnowszej psychologii, na niej opiera wywody swoje, a usiłuje dać szereg praktycznych wskazówek ku temu, co nazywa odrodzeniem się wewnętrznym.

Dzieło jego jest wezwaniem do życia i radości, w przeciwności do pesymizmu i mizantropii ułomnych teoryjek, rzucających człowieka w objęcia zniechęcenia, niewiary w siebie i apatii. Porównywa życie ludzi dobrowolnie stających się marionetkami otoczenia do śpiących [...]. Siły utajone duszy, ukryte od świadomości, lecz łatwe do pobudzenia wolą, są czynnikiem tego odrodzenia, nad którego sztuką zastanawia się dłużej. Przekonywa ochotników starości, że od nich tylko zależy przywrócenie utraconej młodości; wskazuje na środki jej zatrzymania jak najdłuższego; [...] wytyka uzdrawiającą potęgę dobroci; dyktuje zasady zdobycia piękności sposobami czysto umysłowymi dla siebie i dla dzieci; podnosi rolę miłości i pieśczęt macierzyńskich jako czynnika wpływającego na piękność dzieci; uczy sztuki marzenia; mówi o utajonej w nas genialności; o sztuce zdobycia energii, o zdrowiu ciała i duszy.

Jak człowiek o mięśniach nierozwiniętych nie ma wyobrażenia o cudach, które dokonać może nad nim gimnastyka, tak ludzie nie odwołujący się nigdy do potęgi własnej woli, nie podejrzewający nawet jej istnienia, a utrzymywani przez fałszywe doktryny w przeświadczeniu, że są tylko automatami, zależnymi od okoliczności zewnętrznych, mogą dokonać nad sobą prawdziwych cudów, jeśli świadomie przy stąpią do pracy nad gimnastyką duchową. A chociażbyśmy nie podzielali daleko sięgających nadziei autora, nie ulega najmniejszej wątpliwości, że lektura książki, odwołującej się do tego co jest w nas prawdziwie ludzkim, wzywającej do użytkowania potęg duchowych i do odrodzenia wewnętrznego, przyniesie ulgę niejednej duszy stroskanej warunkami fałszywej cywilizacji, powodującej zanik sił ducha, jak sztuczne jej warunki fizyczne stają się przyczyną zaniku i niezdarności ciała”. W.M. Kozłowski, *Przedmowa*, [w:] E. Morn, *Zbudź się...*, dz. cyt., s. 5–6.

²⁴ Odmienne zdanie miał dr A. Majewski, autor omówienia tej pozycji w „Książce” 1911, nr 4, s. 172: „Możemy z całym uznaniem oddać hołd szlachetnym tendencjom autora, [...] lecz ośmielamy się wątpić, czy rady i wskazówki praktyczne do osiągnięcia tego pięknego celu trafią do... zrozumienia nawet bardzo inteligentnego czytelnika. [...]

streszczenia (łatwe do zapamiętania i wdrożenia) i dba o atrakcyjne motta do każdej całości. Z dzisiejszego punktu widzenia część obserwacji wydaje się dziwnie aktualna – jest w nich zachęta do odcięcia się od destrukcyjnych źródeł wpływu, samopoznania, czyli dotarcia do utajonych (podświadomych) czy wypartych sił psychicznych, a także do skupienia się na świadomym celebrowaniu rytuałów przynoszących zadowolenie (np. wdzięczności). Ciekawe, momentami intrygujące są opinie Morna o wielkiej roli sugestii, imitacji czy naśladowaniu pożądaných zachowań. W tym mieści się na przykład uwaga o hipokryzji, która – choć niewątpliwie nie jest zjawiskiem społecznym aprobowanym i godnym pochwały (jako oszustwo) – nie powinna być z zasady tępiona, gdyż u jej źródeł tkwi dążenie do bycia lepszym, niż się jest, a zatem ukryte dążenie do dobra. Hipokryta (potraktowany jako człowiek godzien szacunku z powodu swoich intencji) może dzięki praktyce przywiązać się do prawdziwego dobra i realnie starać się sprostać ideałom, które deklaruje.

W refleksji nad zjawiskiem higieny autor posiłkował się (przede wszystkim) obserwacjami Williama Jamesa i Ernsta von Feuchterslebena²⁵. Higiena to jeden z warunków wspomagających proces samoakceptacji i odporności na negatywne czynniki zewnętrzne (tu trzeba oddać Mornowi honor – może nie wprost, ale zwracał uwagę na potężną siłę oddziaływania mass mediów i tzw. opinii publicznej wraz z jej sezonowymi modami).

Zacznę od prymarnej higieny duszy: należy dokonać oczyszczenia ciała z negatywnych emocji (budowanych przez wpływ środowiska, emocjonalne i intelektualne lenistwo i fobie generowane „atmosferą epoki”). Dekonstrukcja złych przekonań (proces intelektualny) to podstawa terapii. Ponadto trzeba wiedzieć, że higieniczne walory posiadają: świadoma modlitwa (niekoniecznie jako akt religijny), gdyż wzmacnia energię jaźni; piękno – przeżycie estetyczne uwznioślające i odradzające człowieka; dobro – świadomie praktykowane jako wybór egzystencjalny; marzenie – rozumiane jako poszerzanie duszy, wizualizacja dobra w przyszłości²⁶. Nie należy przy tym zapominać o trosce o ciało, chociażby przez regularną gimnastykę i przez... pieśczętę (tu autor podąża za ustaleniami Charlesa Weyhera (1836–1916), francuskiego inżyniera, eksperymentatora i wynalazcy). Higiena zatem sprowadza się do unikania tego, co szkodzi siłom życia, oraz do aktywnego poszukiwania tego, co wyzwala i chroni stan zwany dobrostanem psychicznym i fizycznym. Nie jest ona celem samym w sobie, a jedynie narzędziem wykorzystywanym w procesie budowania szczęścia rozumianego jako

Wątpimy też nadto, czy niejasność wyrażen jest winą zawiłości stylu autora, czy obarcza ona tłumacza, nie dość widocznie zagłębiającego się w ducha rzeczy tłumaczonej”.

²⁵ Zob. E. de Feuchtersleben, *Higiena duszy*, tłum. z wyd. 18 Aug. Thugutt, Warszawa 1857.

²⁶ Oczywiście wydają się tu echa przemysłów A. Schopenhauera i H. Bergsona nad sposobami unikania cierpienia.

zaspokojenie najgłębszych potrzeb człowieka: doświadczania panowania nad sobą, pełnego dysponowania własnym świadomym i podświadomym potencjałem psychicznym, realizowania zamierzonych celów, uzyskiwania uznania w środowisku, przeżywania chwil euforii (*flow*). W starym dobrym słowniku pedagogicznym zespół tych wartości (walka ze złem i słabością, by zdobyć siłę i dobro) nazywano cnotą.

Wróć na chwilę do cytowanej recenzji z „Prądu”. Można by uznać, że amerykański namysł nad sposobami osiągania pożądanych celów życiowych ma dwie wersje. Jedna koncentruje się na wymiarze doczesnym, praktycznym (Marden). Druga ma zabezpieczyć przed przedwczesnym zniszczeniem, ocalić i dzięki higienie w prawidłowy sposób ukształtować pięknego i dobrego, a zatem niemal automatycznie szczęśliwego (Morn). Szczęśliwego dla siebie, ale i dla innych.

III

Teza zawarta w ostatnim zdaniu byłaby pewnie do przyjęcia, gdyby... Morn był Amerykaninem. Jednak nim nie był. To jeden z pseudonimów włoskiego pisarza tworzącego w dialekcie piemonckim, Giovanniego Bertinettiego (1872–1950), barwnej postaci turyńskiego środowiska artystycznego. Na jego koncie znajdują się utwory z zakresu literatury dla dzieci²⁷ oraz dzieła science fiction²⁸, ponadto dramaty i scenariusze filmowe²⁹. W latach 1901–1905 kierował magazynem artystyczno-naukowym „Forum”, który założył w Turynie. Po śmierci Emilio Salgariego pisał kontynuacje jego powieści przygodowych (w porozumieniu ze spadkobiercami, jako pośmiertne dzieła wielkiego pisarza z Werony) – łącznie osiemnaście apokryficznych powieści sygnowanych rzecz jasna nazwiskiem Salgari³⁰. Pod pseudonimami Donna Clara³¹ i Baronessa d’Orchamps³² ukrywał książki tworzone z myślą o kobietach (poradniki o sposobach prowadzenia domu, urody, kobiecej psychologii). Jako Hubert Bennet publikował opowiadania detektywistyczne³³. Zio Tom, Relater, Speker – takich masek używał

²⁷ *Le orecchie di Meo; storia di quei ragazzi intelligenti che amano lo studio come il fumo negli occhi* (1908); *Meo nei sette paesi delle meraviglie* (1938).

²⁸ *Il gigante dell’apocalisse* (1930); *Ipergenio il disinventore* (1931); *Il rotoplano „3bis”* (1910).

²⁹ *Filibus* (1915); *Il ponte dei sospiri* (1921).

³⁰ Tytułem przykładu: *Il fantasma di Sandokan* (1928); *Sandokan nel labirinto infernale* (1929); *Lo schiavo del Madagascar* (1929).

³¹ *Dalla cucina al salotto* (1905), *Eleganza i Guerra alle rughe!* (1907).

³² *I segreti della donna. Confidenze* (1913), *La cuoca medichessa* (1932).

³³ *Le avventure di Kutt Hardy: Il rivale di Sherlock-Holmes* (1907).

w artykułach zamieszczanych we włoskiej prasie. Wreszcie jako Ellick Morn ogłaszał materiały poświęcone psychologii, rozwojowi osobistemu, duchowości³⁴. Silvio Aloviosio, na marginesie uwag o dokonaniach Bertinetti dla kinematografii włoskiej, zauważył:

G. Bertinetti era un poligrafo piuttosto eccentrico, e non aveva una formazione scientifica: con il nome di Ellick Morn, sedicente filosofo pragmatista americano, aveva però firmato alcuni manuali di successo, aventi per obiettivo il rafforzamento delle energie psichiche e della volontà individuale, che rimescolavano suggestioni filosofiche e psicologiche³⁵.

Włoski tytuł *Sorgi e cammina* (dosłownie: „wstań i chodź”) ewokuje skojarzenia biblijne (wezwanie Jezusa do uzdrowionego paralityka czy formułę powoływania apostołów). *Zbudź się i walcz* ma uchwytny „amerykański sznyt” (na tyle wyrazisty, że nabrał się nań polski krytyk). Nic zresztą dziwnego. Morn ewidentnie zafascynowany jest teorią wolnej woli i supremacją działania nad deliberacją. Widać też, że jest pasjonatem-praktykiem i nie ma ambicji tworzenia ani wchodzenia w głębszą polemikę z naukowymi autorytetami. Przywołuje tych, którzy są najużyteczniejsi (Marek Aureliusz, Leonardo da Vinci, John Ruskin, Prentice Mulford itd.) i „wpływowi”. Gdyby zresztą czynił inaczej, nie pisałby poradnika i popadłby w konflikt sam ze sobą, odradzającym wikłanie się w odbierające radość życia przemyśliwania i spekulacje, zwłaszcza te prowadzące w stronę sceptycyzmu lub autilozji³⁶.

Kto stoi za (potencjalnym) marketingowym sukcesem zalecanego trybu nawrócenia się na higieniczny model egzystencji³⁷? Oczywiście Morn, który spisał swoje porady zgodnie z zasadami taktownej, lecz zdecydowanej polemiki z duchem swego (lub ledwo co minionego) czasu, dążąc do obalenia

³⁴ E. Morn, *Il mondo è tuo. L'arte del successo in tutte le manifestazioni della vita*, Torino 1908; tenże, *Sorgi e cammina. L'arte di rinnovare l'anima ed il corpo*, Torino 1909; *La conquista dell'energia fisica, intellettuale, finanziaria*, Torino 1911.

³⁵ S. Aloviosio, *L'occhio sensibile. Cinema e scienze della mente nell'Italia del primo Novecento*, Torino 2013, s. 88 [G. Bertinetti był dość ekscentrycznym literatem i nie miał żadnego przygotowania naukowego: nazwiskiem Ellicka Morna, samozwańczego amerykańskiego filozof-pragmatyka, podpisał jednak kilka udanych podręczników, których celem było wzmocnienie energii psychicznej i woli jednostki, łączących sugestie filozoficzne i psychologiczne].

³⁶ Termin Morna – samorozpad.

³⁷ Poradnik musiał być towarem atrakcyjnym, gdyż – jak się wydaje – w ciągu jednego roku doczekał się w wydawnictwie S. Arcta dwóch wydań. Drugie, poprawione, nosi tę samą datę co pierwsze. Póki co nie udało się w pełni wyjaśnić tego zagadnienia, związanego ze specyfiką warszawskiego rynku wydawniczego (czy to była strategia marketingowa, czy też inne przyczyny).

błędnych poglądów. Zabiegając o uwagę czytelnika, propagował swoją wizję, przywołując zasady skutecznej perswazji: powoływał się na powagę wiedzy sprawdzonej, profilował pragnienia, dookreślał, wręcz wizualizował skutki szczęśliwie zrealizowanych zaleceń, a także specjalizował swoje uwagi pod kątem płci (kobiety, mężczyźni), wieku czy stanu.

Ale też tłumacz. A dzieło to tłumaczył nie byle kto, lecz Władysław Mieczysław Kozłowski (1858–1935).

Lekarz, botanik, przyrodoznawca, filozof, publicysta, historyk, działacz społeczny, wolnomularz. [...] Pochodził ze szlacheckiej rodziny kresowej o tradycjach patriotycznych. Po ukończeniu gimnazjum w Nowoczerkasku wstąpił w 1876 r. na Uniwersytet Kijowski, na którym studiował medycynę i nauki przyrodnicze, specjalizując się w biologii. W 1878 r. [...] zaangażował się w ruch rewolucyjny. Aresztowany w marcu 1880 r. po policyjnym śledztwie został zesłany na Syberię do Wiercholeńska. W 1889 r. powrócił z zesłania i skończył edukację, uzyskując stopień kandydata botaniki na uniwersytecie w Dorpacie. Rok później przeniósł się do Warszawy i nawiązał współpracę z przyrodoznawczym periodykiem „Wszechświat”. Publikował też w „Prawdzie”, „Przeglądzie Pedagogicznym”, „Ateneum”. W 1892 r. przeniósł się do Galicji. Odbił podróż do Stanów Zjednoczonych (1896–1898), podczas której udzielał się w koloniach polskich jako lektor i prelegent, [...] Badania historyczne kontynuował w archiwach Paryża i Rapperswilu. Swoje prace przyrodoznawcze i historyczne ogłaszał też w amerykańskich periodykach naukowych. W 1898 r. osiadł w Krakowie, gdzie w l. 1900–1902 wydawał i redagował czasopismo „Pogląd na Świat”. W 1899 r. otrzymał na Uniwersytecie Jagiellońskim stopień doktora filozofii, a w roku następnym habilitował się na Uniwersytecie Franciszkańskim we Lwowie. Od tego momentu jego zainteresowania naukowe kierują się w stronę filozofii, antropologii i socjologii. Wykładał na uniwersytetach w Genewie i Brukseli oraz uczestniczył w spotkaniach licznych towarzystw naukowych; odwiedził ponownie Stany Zjednoczone w 1903 r. W 1905 r. powrócił do Warszawy i stał się jednym z założycieli Towarzystwa Kursów Naukowych, z których wykształciła się Wolna Wszechnica Polska. W l. 1905–1919 rozwijał intensywnie swoją działalność wykładową, naukową, publicystyczną i przekładową oraz nawiązał liczne kontakty międzynarodowe, w tym z uczonymi francuskimi i czeskimi. Otrzymał nagrodę Paryskiej Akademii Nauk Moralnych i Politycznych za rozprawę o pragmatyzmie (1912). W porozumieniu z Wielkim Wschodem Francji współorganizował lożę „Wyzwolenie”, która była zarzewiem wielu społecznych, edukacyjnych i politycznych inicjatyw w Królestwie, m.in. Instytutu Pedagogicznego organizowanego w roku szkolnym 1915/1916, który przekształcił się w Wydział Pedagogiczny Wolnej Wszechnicy. Swoją program reform społecznych, nazwany humanizmem polskim, rozwinął na łamach wydawanego przez siebie w l. 1912–1915 czasopisma „Myśl i Życie” W styczniu 1920 r. znalazł zatrudnienie

na Uniwersytecie Poznańskim, gdzie rok później uzyskał katedrę i stanowisko profesora zwyczajnego [...] ³⁸.

Tę fascynującą biografię należy uzupełnić wzmianką, że Kozłowski był też bardzo cenionym tłumaczem wielu ważnych dla kultury XIX i XX wieku prac, w tym dzieł W. Jamesa. Jak się wydaje, to właśnie James, tak ważny dla Bertinettiego (Morna), był powodem, dla którego zdecydowano się na przekład analizowanego dzieła na język polski. Przekładu, którego urodę z żalem jednak docenił recenzent k. Drugim powodem sięgnięcia po dzieło Włocha była dogłębna znajomość skutków dekadentyzmu, któremu Kozłowski przyglądał się we wspomnianym artykule już w 1893 roku.

Zagadką do rozwikłania pozostaje to, czy *primo*: Kozłowski wiedział, czyje w rzeczywistości dzieło przekłada; *secundo*: jak do tego przekładu doszło? Otóż rzeczą niemal pewną (nie tylko tytuł na to wskazuje, ale też segmentacja wyводу i sondażowe porównanie wybranych do analizy fragmentów) jest to, że podstawą tłumaczenia była edycja francuska: Ellick Morn, *Réveille-toi et combats. L'art de renouveler l'âme et le corps*, traduction de l'anglais, Paris 1910, opublikowana przez oficynę Nilssona ³⁹. Warto zwrócić uwagę na brak nazwiska tłumacza na język francuski. W tym samym roku książkę z identyczną tytułaturą wypuścił również Payot & Cie w Londynie. Szkopuł w tym, że dotychczasowe poszukiwania tłumaczenia z włoskiego na angielski, z którego to (jak zaznacza podtytuł wersji francuskiej) miał powstać przekład na francuski, spełzły na niczym.

IV

Jedynym potwierdzonym wykorzystaniem poradnika Morna, który udało się znaleźć, jest to wiążące go ze światem kobiecym, a dokładniej z... codzienną higieną:

Wyrazicielem przekonania o etycznym uzasadnieniu dla wszelkich starań o osiągnięcie piękna fizycznego miał być Amerykanin Ellick Morn (właśc. włoski pisarz Giovanni Bertinetti) w niewymienionym w artykule z tytułu szkicu z dziedziny rozwoju osobistego *Zbudź się i walcz. Sztuka odnawiania*

³⁸ M. Gloger, *Władysław Mieczysław Kozłowski*, <https://nplp.pl/arttykul/kozlowski-wladyslaw-mieczyslaw/> [dostęp 15.04.2025]; tenże, *Sztuka – społeczeństwo – naród. Połgądy filozoficzno-estetyczne Władysława Mieczysława Kozłowskiego, czyli o długim trwaniu pozytywizmu*, <https://swiattekstow.upsl.edu.pl/images/publikacja/09/gloger9.pdf>. Tam obszerna literatura przedmiotu.

³⁹ Udokumentowany jest też przekład na język portugalski *Se queres viver, desperta e luta. Arte de revigorar a alma e o corpo*, Paris [1924].

duszy i ciała (wyd. oryg. 1909). Autorem polskiego przekładu tego poradnika motywacyjnego był w 1911 r. filozof i wolnomularz Władysław Mieczysław Kozłowski [Obserwator, *Walka o piękność. Refleksje na temat nieśmiertelnie aktualny*, „Świat Kobiety – Rekord” 1924, nr 8, s. 158]. Nieco później periodyk posłużył się jedną z myśli Morne’a *in extenso*: „Próba uzyskania piękna fizycznego nie jest bynajmniej lekkomyślna. Jest ona nieświadomym uleganiem powszechnemu prawu doskonalenia się, skłaniającego człowieka do tego, aby stał się najwyższym wyrazem piękna organicznego, nadając w ten sposób systematycznie powtarzanym zabiegom pielęgnacyjnym kobiet charakter codziennej praktyki duchowej [Efeb[!], *Gdy chodzi o piękność... Praktyki poranne*, „Świat Kobiety – Rekord” 1926, nr 19, s. 371]⁴⁰.

Higieną, która (tu Morn oddycha z ulgą...) ma wymiar praktyki duchowej.

Bibliografia

- Alovisio S., *L'occhio sensibile. Cinema e scienze della mente nell'Italia del primo Novecento*, Torino 2013.
- Feuchtersleben E. de, *Hygiena duszy*, tłum. z wyd. 18-go Aug. Thugutt, Warszawa 1857.
- Foerster F.W., *Drogowskaz życia*, tłum. z niemieckiego Fr. S., Warszawa 1910.
- Gloger M., *Sztuka – społeczeństwo – naród. Poglądy filozoficzno-estetyczne Władysława Mieczysława Kozłowskiego, czyli o długim trwaniu pozytywizmu*, <https://swiat-tekstow.upsl.edu.pl/images/publikacja/09/gloger9.pdf>
- Gloger M., *Władysław Mieczysław Kozłowski*, <https://nplp.pl/artikul/kozowski-wladyslaw-mieczyslaw/>
- Jaeger W., *Wczesne chrześcijaństwo i grecka paideia*, tłum. K. Bielawski, Bydgoszcz 2002.
- Jaeger W., *Paideia. Formowanie człowieka greckiego*, tłum. H. Bednarek, M. Plezia, Warszawa 2001.
- James J., *The Will to Believe*, „The New World” 1896, t. 5.
- k. [ch.] Orison S. Marden, „Wola i powodzenie”, Ellick Morn „Zbudź się i walcz”, „Prąd” 1911, nr 2.
- Kłosińska W.M., *Powieści o „wieku nerwowym”*, Katowice 1988.
- Kozłowski W.M., *Dekadentyzm współczesny i jego filozofowie (Paweł Bourget i Fryderyk Nietzsche)*, Warszawa 1893.
- Kubicka J., *Na przełomie. Pozytywiści warszawscy i pomoc własna*, Warszawa 2016.
- Majewski A., E. Morn, „Zbudź się i walcz. Sztuka odnawiania duszy i ciała”. 8-ka podłużna, str. 291. Warszawa 1911. Wydawnictwo M. Arcta. Cena rb. 1.50, „Książka” 1911, nr 4.
- Malik J.A., *Studenci albo Maleski, Patkiewicz i ten trzeci*, [w:] tegoż, „Lalka”. Historie z różnych światów, Lublin 2005.

⁴⁰ K. Wodniak, *Konstancja Hojnacka (ok. 1880–1943). Sylwetka publicystki dwutygodnika „Moja Przyjaciółka” ze Żnina*, Czasopismo Naukowe Instytutu Studiów Kobietych” 2023, nr 2, s. 62.

- Marden O.S., *Siła woli i powodzenie (Pushing to the Front or Success unter Difficulties)*, tłum. A. Callier, Kraków 1911.
- Marden O.S., *Wola i powodzenie*, red. S. Michalski, Warszawa 1911.
- Morn E., *Zbudź się i walcz. Sztuka odnawiania duszy i ciała*, tłum. W.M. Kozłowski, Warszawa 1911.
- Morn E., *Il mondo è tuo. L'arte del successo in tutte le manifestazioni della vita*, Torino 1908.
- Morn E., *Il nuovo mondo è tuo: l'arte del successo in tutte le manifestazioni della vita*, Torino 1922.
- Morn E., *La conquista dell'energia fisica, intellettuale, finanziaria*, Torino 191.
- Morn E., *Réveille-toi et combats. L'art de renouveler l'âme et le corps*, traduction de l'anglais, Paris 1910.
- Morn E., *Se queres viver, desperta e lucta. Arte de revigorar a alma e o corpo*, Paris [1924].
- Morn E., *Sorgi e cammina. L'arte di rinnovare l'anima ed il corpo*, Torino 1909.
- Morn E., *Zbudź się i walcz. Sztuka odnawiania duszy i ciała*, tłum. W.M. Kozłowski, wyd. drugie, przejrzone, Warszawa 1911.
- Nałkowski W., *Forpocztu ewolucji psychicznej i troglodyci (1895)*, [w:] tegoż, *Jednostka i ogół. Szkice i krytyki psycho-społeczne*, Kraków 1904.
- Napierała A., *Higiena prywatna. Koncepcje i porady w polskich publikacjach popularnych i popularnonaukowych w drugiej połowie XIX wieku i na początku wieku XX*, Poznań 2018.
- Paczoska E., *Dekadent jako towar (Gawalewicz, Mańkowski i inni)*, [w:] *Literatura niewyczerpana. W kręgu mniej znanych twórców polskiej literatury polskiej lat 1863–1914*, red. K. Fiołek, Kraków 2014.
- Payot J., *Kształcenie woli*, tłum. J.K. Potocki, wyd. drugie, Warszawa 1899.
- Podraza-Kwiatkowska M., *Somnambulicy, dekadenci, herosi. Studia i eseje o literaturze Młodej Polski*, Kraków 1985.
- Sobieraj T., *Kulturowy model dziewiętnastowieczności, „Wiek XIX”* 2008.
- Sprutta J., *Idea kalokagatii w starogreckim wychowaniu, „Nauczyciel i Szkoła”* 2007, nr 3–4, s. 13–20, https://bazhum.muzhp.pl/media/texts/nauczyciel-i-szkoa/2007-tom-3-4-36-37/nauczyciel_i_szkola-r2007-t3_4_36_37-s13-20.pdf
- Staff L., *Rekonwalescencja końca wieku*, [w:] *Leopold Staff*, red. I. Maciejewska, Warszawa 1965.
- Tomkowski J., *Mój pozytywizm*, Warszawa 1993.
- Walas T., *Dekadentyzm wśród prądów epoki, „Pamiętnik Literacki”* 1977, z. 1.
- Więclawek D., *Programy samodoskonalenia w poradnikach wydanych na ziemiach polskich w latach 1864–1914*, praca doktorska, Katowice 2021, https://rebus.us.edu.pl/bitstream/20.500.12128/22139/1/Wieclawek_Programy_samodoskonalenia_w_poradnikach.pdf
- Wodniak K., *Konstancja Hojnacka (ok. 1880–1943). Sylwetka publicystki dwutygodnika „Moja Przyjaciółka” ze Żnina, „Czasopismo Naukowe Instytutu Studiów Kobiety”* 2023, nr 2.
- Zacharska J., *Filister w prozie fabularnej Młodej Polski*, Warszawa 1996.
- Zimand R., *„Dekadentyzm” warszawski*, Warszawa 1964.

Hygiene, Polish Self-Help Guides, *Zbudź się i walcz*, E. Morn,
G. Bertinetti, W. M. Kozłowski, Translations from
Foreign Languages, Modernism

Abstract

This article discusses the concept of hygiene promoted in the publication by E. Morn – actually G. Bertinetti – in the Polish (free) translation by W. M. Kozłowski, titled *Zbudź się i walcz* (1911). The book was considered a work expressing the ideals of American culture, whereas in reality it was written by a Piedmontese author. His unusual literary activity deserves separate discussion. Hygiene in Morn's conception consists in cultivating beauty, goodness, prayer (understood as the focusing of energy), imagination, and physical health – a form of modern *kalokagathia*. It is presented as essential for protecting humanity from the epidemic of pessimism and decadence, and fits into the regenerative trend in the culture of the first half of the twentieth century. The historical-literary and comparative research undertaken here addresses the difficulties in determining how Morn's work was translated into foreign languages (English and French), as well as its publication history on the Polish book market.

Słowa kluczowe: Higiena, polskie poradniki, *Zbudź się i walcz*, E. Morn, G. Bertinetti, W. M. Kozłowski, przekłady z języków obcych, modernizm

Keywords: hygiene; Polish guidebooks; *Wake Up and Fight*; E. Morn; G. Bertinetti; W. M. Kozłowski; translations from foreign languages; modernism