

Zagadnienia wegetarianizmu widziane oczami polskiego naukowca – lekarza weterynarii – w początkach XX wieku

Jacek Judek

z Zakładu Higieny Weterynaryjnej w Bydgoszczy

Artykuł redakcyjny październikowego numeru „Życia Weterynaryjnego” z 2019 r., poświęcony modnemu obecnie zagadnieniu wegetarianizmu (1), sprowokował mnie przywołania i przybliżenia współczesnym lekarzom weterynarii, zamieszczonego w 1904 r. w „Przeglądzie Hygienicznym”, cyklu sześciu artykułów pod wspólnym tytułem *Jarstwo wobec nowoczesnej wiedzy*, autorstwa dr. Kazimierza Panka, późniejszego profesora i rektora Akademii Weterynarii we Lwowie, poświęconego tej problematyce (2). Publikacje te (wydane później w zwartej formie książkowej; 3), będące jednymi z pierwszych polskich prac naukowo traktujących o wegetarianizmie, stały się podstawą przeprowadzonej w 1905 r. na Wydziale Lekarskim Uniwersytetu Franciszkańskiego (Lwowskiego) habilitacji Panka (4). Warto też przypomnieć, że rok później, w kwietniu 1906 r., 33-letni wówczas dr hab. wszechnauk medycznych Kazimierz Panek, ukończył studia na Akademii Weterynarii we Lwowie. W październiku tego samego roku reskryptem c. k. Ministerstwa ds. Wyznań i Oświaty nr 39562 został mianowany na stanowisko profesora nadzwyczajnego fizjologii zwierząt i powierzono mu szefostwo nowo utworzonej Katedry Fizjologii Akademii Weterynarii (5). Kierował nią aż do 1920 r., tj. do momentu, kiedy opuścił Lwów, przenosząc się do Bydgoszczy, gdzie objął kierownictwo przejętych od naukowców niemieckich Bydgoskiego Instytutu Rolniczego oraz wchodzącego w jego skład Wydziału Higieny Zwierząt (6).

Historia problemu i pytanie: „Jeść mięso czy go nie jeść?”, niezależnie od motywów jego stawiania, liczy już parę tysięcy lat. Wegetarianizm w różnych jego odmianach był przedmiotem dyskusji i przemyśleń zarówno słynnych filozofów, jak i innych znamienitych przedstawicieli nauki i sztuki. Jedni zwolennicy wegetarianizmu swoją postawę motywowali względami etyczno-moralnymi, inni szukali argumentów w anatomii i fizjologii człowieka, twierdząc, że te predestynują go do diety bezmięsnej, a jeszcze inni widzieli w pokarmach mięsnych zagrożenie dla zdrowia i życia spożywających go ludzi.

Profesor Panek, pisząc rozprawę na temat wegetarianizmu, starał się odpowiedzieć na wciąż pozostające bez odpowiedzi pytanie: „Jakiego rodzaju ma być pożywienie człowieka, aby ono odpowiadało bezsprzecznie najlepszym warunkom zdrowia i wszystkim jego potrzebom?”. Szczególnie cennym w jego pracy było holistyczne podejście do dyskusji o wegetarianizmie i krytyczna analiza każdego argumentu podniesionego przez obie strony sporu. Odpowiedzi na powstałe pytania szukał głównie w oparciu o zdobycze stonkowo młodej gałęzi nauk przyrodniczo-lekarskich

– higieny, a szczególnie jednego z ważniejszych i równie młodych jej działów – nauki o żywieniu. Próbując znaleźć obiektywną odpowiedź, odciął się od powszechnie funkcjonującego stwierdzenia, że człowiek jest stworzeniem wszytkożernym. Już we wstępie do swej rozprawy pisał: *We wszystkich naszych podręcznikach dyetyki spotykamy się stale ze zdaniem, niejako dogmatem – że człowiek jest stworzeniem wszytkożernym („omnivor”). Istotnego dowodu na to jednakże dotąd nikt nie dostarczył. A jakkolwiek dużo, bardzo dużo w tej sprawie pisano, wytyczając za i przeciw całe zastępy dowodów i faktów, to przecież wszystko to nie wytrzymuje ścisłej krytyki. Naukowej niezbitej podstawy brak.*

Całą obszerną, bo liczącą ponad 170 stron publikację, przywołującą 61 pozycji piśmiennictwa naukowego i popularnego, zatytułowaną *Jarstwo a higiena żywienia* – podzielili na pięć rozdziałów, krytycznie analizując obowiązujące poglądy i weryfikując wnioski aktualną w tamtym czasie wiedzą o fizjologii człowieka i jego żywieniu (4).

Rozdział I – który zatytułował *Jarstwo i jego dzieje* – poświęcił historii wegetarianizmu. Analizując zarówno zawarte w świętych księgach starożytnych Chińczyków, Egipcjan, Żydów i Hindusów zapisy dotyczące przyrządzania i spożywania pokarmów, wśród których nie brakowało informacji o zdrowotności żywienia roślinnego, a także prace myślicieli i naukowców następnego stulecia, Panek starał się dociec źródeł poglądów filozoficznych na ten temat i rozdzielić to, co stanowiło wyższą ideę, od tego co było wynikiem fizjologicznego przekonania o wyższości wegetarianizmu. Przywołując z imienia filozofów i ich poglądy w omawianym temacie, ukazał rozwój jarstwa na przestrzeni wieków, dokonał rozróżnienia na jaroszy względnych i bezwzględnych oraz przedstawił pobudki skłaniające ludzi do przyjmowania wyłącznie pokarmów roślinnych. Przywołując długą listę myślicieli, naukowców i artystów uznanych – często na wyrost – przez zwolenników wegetarianizmu za krzewicieli bądź praktykujących jaroszy, analizując całościowo ich poglądy na życie i żywienie, wywiódł ciekawy i wart zastanowienia wniosek, że wielu z nich mówiąc o wegetarianizmie oraz promując go, *miała na względzie pewne ogólnoludzkie cele, a żywienie roślinne stanowiło najczęściej jeden ze sposobów lub przepisów, ujętych w pewne reguły, zdążające do wytkniętego przez nich celu.* Dlatego kończąc ten rozdział Panek pisał: *Znajdzie się w liczbie jaroszków także pewna ilość ludzi głębiej myślących, pod względem umysłu i prawości charakteru ogólnie cenionych. Wyrobiwszy sobie pewien sąd o wartości żywienia jarskiego stają się zwolennikami tegoż, oczywiście w granicach rozumniej wstrzeźliwości. Są to idealisci, którzy na tej drodze*

dążą do wykorzenia nalogów i rozwiązłości w swem społeczeństwie – a tem samem do moralnego odrodzenia – a jakkolwiek będziemy się zapatrywać na sprawę ruchu jarskiego, w każdym razie dążenie takie raczej za szczytne i pożyteczne, niżli za śmieszne uznać musimy.

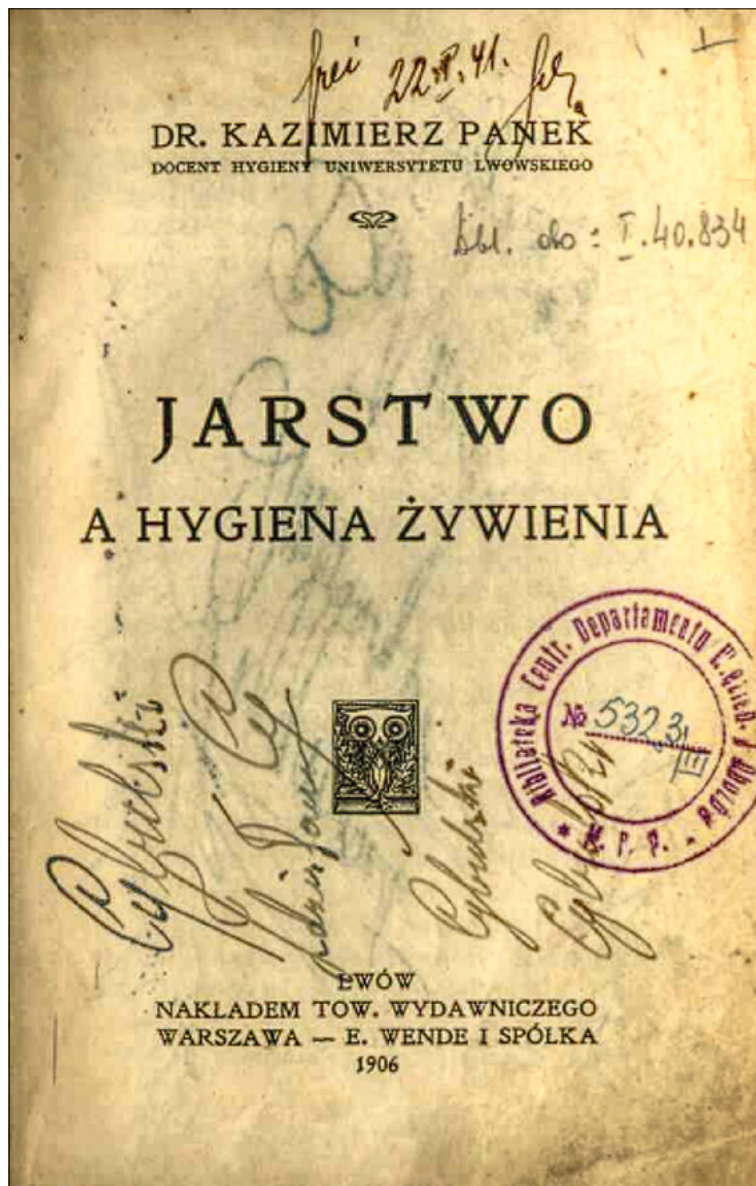
W rozdziale II, pt. *Jarosze o jarstwie*, przedstawił argumenty zwolenników diety bezmięsnej, mające dowodzić, że człowiek z przyrodzenia jest stworzeniem roślinożernym. Miałyby o tym świadczyć zarówno dowody natury anatomiczno-fizjologicznej (budowa uzębienia i długość przewodu pokarmowego, skład mleka ludzkiego, instynkt), względy etyczne, jak również ujemny wpływ mięsa na usposobienie człowieka, a także toksyczny wpływ mięsa na ludzki organizm wywołujący poważne choroby. Nie odrzucając z góry żadnego z argumentów, polemizował z każdym w oparciu o współczesną wiedzę z zakresu anatomii, fizjologii, biochemii, toksykologii czy psychologii. Wywodził, że jeśli nawet budowa zębów czy skład mleka ludzkiego stawia człowieka bliżej zwierząt roślinożernych, to np. budowa przewodu pokarmowego zdecydowanie sytuuje go bliżej mięso- lub wszystkożernych.

W rozdziale tym Panek odniósł się także do problemu zabijania zwierząt w kontekście etycznym, pisząc: *Jak wspomnieliśmy już poprzednio, pewna część jaroszy oświadcza się za pożywieniem jarskim, by uniknąć zabijania zwierząt. (...) Zabijanie zwierząt – istot obdarzonych czuciem – jest tedy wedle tych wyznawców idei jarskiej plamą ciężącą na ludzkości. Jarstwo jest powołane do zmazania tej plamy, w jarstwie odrodzenie rodzaju ludzkiego. Nie negując – co do zasady – konieczności unikania zadawania zwierzętom bólu, staną jednak na stanowisku, że są to: Szlachetne pragnienie bezsprzecznie, niestety jednak smutna rzeczywistość przynosi je siłą faktu w dziedzinę utopii i urojeń. Nikt przeczyć chyba nie będzie, że podobnie jak litość i współczucie dla zwierząt jest oznaką kultury, tak znęcanie się nad nimi jest oznaką dziczności. Jeżeli jednak współczucie to posuwa się tak daleko, że poprzez to naraża się byt człowieka lub też ogranicza go w znacznej mierze, to chyba nazwąć je trzeba chorobliwą czułością.*

Panek wiele miejsca w poświęcił polemice – jak sam to określił – z najważniejszym zarzutem, jaki jarosze przeciw żywieniu mięsem wytaczają, a mianowicie, że mięso jest niezdrowe i szkodliwe. Niektórzy z nich bowiem twierdzili, że żywienie mięsem ma usposabiać organizm człowieka do całego szeregu chorób, z rakiem i gruźlicą włącznie.

W konkluzji rozdziału stwierdza: *Jak widzimy więc z przytoczonych zarzutów czynionych strawie mięsnej przez jarstwo, żaden z nich nie wytrzymuje ścisłej krytyki. Bez względu na szkodliwość umiarkowanego żywienia mięsem dotąd nikt wykazać nie zdołał.*

W rozdziale III, pt. *Pokarmy i odżywianie*, poddał analizie zasadność argumentów zwolenników wegetarianizmu w aspekcie potrzeb żywieniowych człowieka i możliwości ich zaspokojenia przez przyjmowany pokarm. Oceniając wartość pokarmu, brał pod uwagę jego skład chemiczny, wartość odżywczą, strawność (przyswajalność), metabolizm, z uwzględnieniem usuwania szkodliwych metabolitów oraz oddziaływania pokarmu na organizm. Analizował zaspokajalność



Faksimile okładki książki prof. Kazimierza Panka

fizjologicznych potrzeb człowieka przez pokarmy roślinne i mięsne. Także ta analiza nie wykazała wyższości pokarmu roślinnego ani szkodliwości spożywania mięsa. Ukazując walory obu sposobów odżywiania się, wskazał na trudności w zaspokojeniu niektórych potrzeb człowieka (np. na białko), pokarmem wyłącznie roślinnym.

Najobszerniejszy w całej publikacji rozdział IV, pt. *Przemiana materii*, poświęcony został omówieniu metabolizmu głównych i drugorzędnych składników pokarmowych (białek, węglowodanów tłuszczów i związków mineralnych) oraz oddziaływania na organizm człowieka produktów przemiany materii pozyskanych z pokarmów roślinnych i pochodzenia zwierzęcego. Rozdział ten podobnie jak poprzedni zawierał szczegółową i wszechstronną analizę tego aspektu zagadnienia, opartą na najnowszych wówczas zdobyciach wielu gałęzi nauki.

Konkludując tę część rozważań, stwierdził: *Tak przy strawie zwierzęcej, jakoteż czysto roślinnej, ustrój może utrzymać się w równowadze fizjologicznej, jednakże ani jedna ani druga, jako wyłączny pokarm dla*

dłuższego żywienia się nie nadaje. Za najodpowiedniejsze musimy uważać pożywienie mięszone tak dobrane, aby łączyło korzyści obu rodzajów strawy, a nie posiadało ich ujemnych własności.

W rozdziale V, ostatnim, pt. *Jarstwo wobec higieny i lecznictwa*, stwierdza, że: *jakkolwiek zasadnicza myśl jarstwa pozbawiona jest naukowego uzasadnienia, to przecież z drugiej strony nie można przyznać słuszności tym, którzy wychodząc z założenia, iż najwłaściwszym pokarmem człowieka jest pożywienie mieszane, cały ruch jarski w czambuł potępiają*. Zdaniem autora jarstwo wywarło korzystny wpływ na higienę, naukę o żywieniu oraz lecznictwo chociażby przez to, że jednym z motywów, na których się ono opiera jest umiarkowanie w jedzeniu i picciu. Drugą korzyścią było zwrócenie uwagi na właściwą wartość pokarmów roślinnych, co stało się bodźcem do badań nad składem pożywienia. Dzięki tym badaniom poznano, jak ważną rolę w żywieniu odgrywa jakość pokarmów i racjonalny ich dobór.

Podsumowując całość wywodów, krytyczną polemikę zwolenników i przeciwników wegetarianizmu opartą o naukową analizę wielorakich aspektów żywienia, ściśle powiązaną z higieną, zdrowiem i terapią, Panek stwierdza: *Streszczając ostatecznie nasze wywody przychodzimy do wniosku, iż wyłyczne żywienie jarskie, jako takie jest ze wszech miar uzasadnione w dietetyce chorych, jako odrębny, określony sposób żywienia, stosowany w celach leczniczych – zaś w życiu codziennym najodpowiedniejszym pokarmem dla człowieka zdrowego jest pożywienie mięszone w stosownym składzie i doborze*.

Od czasu powstania omawianej pracy prof. Panka upłynęło ponad sto kilkanaście lat. Dla nauki, w tym szeroko rozumianej nauki o żywieniu, jest to wręcz „ocean czasu”. Jednakże dzisiaj, wczytując się w tekst omawianej rozprawy, nie sposób nie dostrzec wiele nieprzemijających i trafnie ujętych przez autora wątków.

Drukowane egzemplarze książki prof. Kazimierza Panka są już w zasadzie niedostępne. Jednakże dzięki coraz powszechniej stosowanej digitalizacji archiwalnych zbiorów wszyscy zainteresowani mogą zapoznać się z jej pełnym tekstem zamieszczonym w otwartych zasobach Centralnej Biblioteki Narodowej Polona (<https://otwartezasoby.pl/cyfrowa-biblioteka-narodowa/>).

Piśmiennictwo

1. Schollenberger A.: Od redakcji. *Życie Wet.* 2019, 94, 664–665.
2. Panek K.: Jarstwo wobec nowoczesnej wiedzy. *Przegląd Hygieniczny*, Lwów 1904, s. 57, 79, 162, 189, 204, 230.
3. Panek K.: *Jarstwo a higiena żywienia*, Nakładem Tow. Wydawniczego Warszawa – E. Wendei spółka, Lwów 1906.
4. Sroka S.: *Nauki weterynaryjne we Lwowie do roku 1945*. Instytut Europejskich Studiów Społecznych, Rzeszów 1999.
5. Ogórek-Pankowa F. M.: *Curriculum vitae, Życiorys*. Życiorys prof. Panka napisany przez dr F.M. Ogórek-Pankową, żonę prof. Panka, maszynopis – zbiory prywatne M. Troughela – wnuka prof. Panka, kopia u autora publikacji.
6. Judek J.: *Kazimierz Panek. Życie, działalność i dorobek naukowy*. Bydgoszcz 2018.

Dr Jacek Judek, e-mail: jacekjudek@wp.pl