



Acta Medicinae et Sociologica
(2023)
Vol. 14. No. 37. (22-31)

UNIVERSITY OF
DEBRECEN
FACULTY OF
HEALTH SCIENCES

NYÍREGYHÁZA

doi:

<https://doi.org/10.19055/ams.2023.12/15/2>

Fő a mértékletesség! Fél évezredes életmódtanácsok fiataloknak

Sántha Ágnes¹

¹Egyetemi docens, Sapientia Erdélyi Magyar Tudományegyetem, Marosvásárhelyi Kar, Alkalmazott Társadalomtudományok Tanszék, 540486 Tirgu Mures, O.P. 9, C.P. 4, Románia,
ORCID iD: 0000-0002-5065-557X

INFO

Sántha Ágnes
santhaagnes@ms.sapientia.ro

Keywords

medicine
physical activity
recreation
detoxification
healthy lifestyle

ABSTRACT

Abstract: This study presents some historical aspects of health sciences through the health education school book written in the 16th century for Transylvanian Saxon pupils. Paulus Kyr, doctor of Braşov (Kronstadt), a town in the Carpathian Arch, sums up the medical knowledge of his time for his pupils in a booklet called Sanitatis Studium. The booklet did not reach international fame, but serves with curiosities in cultural and health science history about the lifestyle of his time, and, at the same time, reveals aspects of the Renaissance's reception in Transylvania. Kyr's work has not lost anything from its topicality first and foremost due to the fact that appropriate lifestyle is being perceived as the key to preserving good health. This study reconsiders Kyr's recommendations from the health sciences' perspective of our days.

Kulcsszavak

orvoslás
testmozgás
pihenés
méregtelenítés
egészséges életmód

Absztrakt: Az egészségtudományok történetébe illeszkedő tanulmány egy, a 16. századi erdélyi százsz tanuló ifjúság számára készített egészségtankönyvet mutat be, és vizsgálja aktualitását a mai olvasó számára. Paulus Kyr, Brassó város orvosa Sanitatis Studium címmel foglalta össze javaslatait tanítványai számára. A tankönyv nem vált közismertté, ám kultúr- és egészségtörténeti csemegékként szolgál számunkra a kor emberének életviteléről, ugyanakkor az európai reneszánsz erdélyi fogadtatására is fényt derít. Aktualitása elsősorban abban áll, hogy az egészség megőrzésének kulcsát a helyes életmódban találja meg. A tanulmány az egészségtudomány mai megközelítéséből vizsgálja felül Kyr javaslatait.

Bevezetés

Tartózkodj sokat friss levegőn! Aludj legalább hét órát éjszaka! Csak akkor egyél, ha éhes vagy, és sose lakjál egészen jól! Kerüld a búbánatot, keresd a derűs emberek társaságát! Nehezen érthető, miért csak a közelmúltban kezdődött el ehhez hasonló, az egészséges életmódra buzdító üzenetek megfogalmazása és népszerűsítése, mikor ezeket egy egyszerű erdélyi szász orvos már 500 éve leírta. Igaz, ezt ő annak idején latinul tette. Erdélyben a harmadik legrégebbi¹, egyúttal az első helyben nyomtatott orvostudományi munka, a *Sanitatis Studium* 1551-ből maradt ránk Paulus Kyr, Brassó városi orvosának tollából.² Ennek tanulságait foglalja össze ez az írás, kitérve az egyes részek aktualitására is.

Brassó városa a 16. században

Brassó az Erdélyi Fejedelemség legnagyobb és leggazdagabb városává nőtte ki magát a 16. századra. Földrajzi elhelyezkedése a két nagyhatalom, a Habsburg és az Oszmán Birodalom pufferzónájában igen kedvező volt, előnyös helyzetét növelte a Keleti- és Déli-Kárpátok-beli átjárók közelsége (Philippi 1999). Lakosságának száma 10.000 és 12.000 fő körül mozgott.

Egy korabeli leírás szerint a város „a tudomány művelésében élen járt (...) Az erdélyi városok közül sok tanú szerint egyik sem ennyire népes, (...) ide sereglenek össze a székelyek, az oláhok, az örmények és a görögök, és a török áru, amelyet úgy Moldvából mint Valachiából ide szállítanak, növeli gazdagságát. Ebben a városban a hivatalnokok érdemes és tapasztalt férfiak, különféle nyelveket ismernek, a polgárok pedig a háború és a béke művészetében járatosak.”³ (Reycherstorffer 1550, in Jekelius 1928). Jól fejlett infrastruktúrája mellett nyilvános fürdői, kórháza, bábasszonyai, felcserei, borbélysebészei, füvesasszonyai, fürdősei, orvosai és patikusai is voltak.

Brassó virágzó kereskedelmi központként úttörő szerepet vállalt a reformációban is. A folyamatban élen járt Johannes Honterus városi tanácsos, későbbi reformátor és lutheránus városi lelkész, iskolaalapító és humanista, aki egyben sikeres nyomdai vállalkozást működtetett, és kulturális élete is példaértékű volt. Amikor Paulus Kyr külföldi tanulmányai befejeztével

¹ A két legkorábbi írás Johannes Saltzmann és Sebastian Pauschner orvosoktól származik (Offner 2010).

² Az eredeti írásnak három példánya maradt fenn, egyet a brassói Honterus-közösség evangélikus levéltárban őriznek.

³ Fordítás: S.Á.

elkezdte orvosi tevékenységét, a városban már lezajlott a reformáció, és a lakosság csaknem teljes egészében áttért a lutheránus-evangélikus hitre. Az egyik legjelentősebb helyi létesítmény a humanista gimnázium, a Studium Coronense megalapítása is ehhez a folyamathoz köthető. Nyugati minták alapján a régi latin iskola teljes körű megújításáról van szó: új tanterv alapján, új oktatási anyagokból és új tartalommal korszerű oktatást végeztek. Honterus Európa-szerte elsőként vezetett be tankönyvrendszert a korabeli oktatási igények kielégítésére, és húsznál több tankönyvet nyomtatott. Ilyen körülmények között vált a gimnázium tanárává Brassó akkori városi orvosa, az előkelő családból származó Paulus Kyr.

Kyr orvosi szaktudásának és tekintélyének bizonyítéka, hogy több ízben kapott meghívást a gyulafehérvári fejedelmi udvarba is, ahol nem kisebb személyiségek kezelését bízták rá, mint Szapolyai János, Izabella királynő, János Zsigmond és Báthory Zsigmond. Egy ilyen szolgálati úton érthette a halál is 1588-ban, amikor a fejedelmi udvarba hívták a pestisben szenvedőkhöz.

A brassói Honterus kollégium orvostanáraként Kyr többek között leendő orvostanhallgatókat oktatott. Könyvét, amelyről a továbbiakban szó esik, elsősorban a fiatalság orvosi előképzésének szánta. Ezért is írta latinul, nem pedig németül, ahogyan a szélesebb szász közönség számára tette volna. Kinyilvánított célja, hogy a tanuló ifjúság ép testében ép maradjon lelke is. A középkori nagy járványhullámok lecsengése után az európai orvosok komoly erőfeszítéseket tettek, hogy az orvosi tudásra, tapasztalatra alapozva, a hagyományos gyógymódokat segítségül hívva a további katasztrófákat megakadályozzák. Ebbe a szellemiségbe illeszkedik Paulus Kyr egészségtankönyve.

A brassói orvos egészségtanácsai az ókori és középkori hagyományra épülnek, melyeket Kyr bécsi és észak-itáliai tanulmányai során szerzett. Gyakran idéz vagy hivatkozik ókori tekintélyekre, elsősorban Hippokratész, Galénosz és Plinius tanaira, illetve a híres középkori arab orvosra, Avicennára. Sokszor szó szerint emel át részeket egy kortársa, Pietro Andrea Matthioli orvos és természettudós írásából – ez azonban akkoriban nem számított plagizálásnak, főként nem egy középiskolai tankönyv esetében. Mai tudományos mércéink szerint ez a írás inkább összeállítás, mintsem eredeti közlemény, hiszen nem tartalmaz saját tudományos eredményeket. Azonban ha figyelembe vesszük azt, hogy középiskolás diákoknak oktatási gyakorlati használatra íródott, értéke megkérdőjelezhetetlen, és bibliográfiai ritkaságként máig az első Erdélyben nyomtatott orvosi szakkönyvnek számít.

Gyakorlati egészségtanácsok az ifjúságnak

A 16. században, a könyvnyomtatás megjelenése után nem sokkal az egyszerű emberek az egészséges életmódra vonatkozó tanácsokról a kalendáriumokból, praktikus házikönyvecskékből és füveskönyvekből (herbáriumokból) szereztek tudomást. Ezek kiegészítése egy akadémiailag képzett orvos részéről ritkaságnak számított. Könyvekből szerzett szaktudását orvosi tapasztalatával és korának népi egészségismereteivel egészítette ki, a tudományos és hétköznapi ismeretek szerves egységbe fonódnak.

Hogyan éltek, hogyan óvták egészségüket a Kárpát-kanyar lakói? Kyr egészségtankönyve a kora újkori erdélyi egészségtudomány összefoglalása, tulajdonképpen az egészséges életvitelre buzdító kiáltvány a táplálkozás, a testmozgás, a pihenés, a tisztálkodás és az életvezetés terén.

Rögtön a bevezetőben leszögezi: az egészség védelme az ember természetes ösztöne, ugyanakkor erkölcsi kötelességünk is, melyet az isteni gondviselés ír elő számunkra. Az ószövetségben Mózes megkülönböztette a tiszta és a tisztátalan élelmeket, és az egészségre való odafigyelésre oktató Pál apostol is, amikor tanítványának, Timóteusnak gyomra gyöngesége ellen a bor mértékletes fogyasztását javasolta.

A betegség elsősorban a hibás életvitel miatt alakul ki: *„Akadnak ugyanis, akik nem önnön testi állapotuk, hanem káros életmódjuk miatt betegeskednek.”* (Kyr 1551/2010: 269). Ezt a felismerést máig sem sikerült maradéktalanul elültetni a köztudatban.

Kyr az egészségre ható, ugyanakkor nem a szervezethez tartozó, mai szóval az életmódbeli és környezeti tényezőket azonosítja és tárgyalja sorban. Ezek a levegő, az étel, az ital, a mozgás és a pihenés, az alvás és az ébrenlét, az ürülés és a telítődés, illetve a lelket érő hatások. Ám ezekkel a tényezőkkel mindenkinek testalkata és tevékenysége szerint kell élnie. Az orvos tanácsaiban egyrészt az évszakokhoz igazodik, másrészt figyelembe veszi a „vértípust” is, amit ma személyiségtípusként ismerünk, így eltérő előírásokat fogalmaz meg a „melankolikusabb vérűek”, az „epésebb vérűek”, a „nyákosabb testűek” és azok számára, akik „jó vérben bővelkednek”. Azóta a világ népességének ugrásszerű növekedése és a globalizációs hatások következtében jelentős mértékben megnövekedett a táplálkozás uniformizálódása, figyelmen kívül hagyva az egyéni szükségleteket. Kyr az orvostudomány mai állását évszázadokkal megelőzve végzi el a táplálkozás és életvezetés testreszabását: manapság az egészség védelmében az orvostudomány azt javallja, hogy a táplálkozás

(csakúgy, mint a gyógyítás), az egyén szükségleteire szabva történjen, annak mennyisége és minősége igazodjon a beteg személyes és regionális igényeihez.

Lássuk ezek után, konkrétan mit javasol a százsz ifjúságnak a korszak neves orvosa. Hogy csak néhányat szemelgessük tanácsaiból:

1. Fontos jó levegőn tartózkodni, a száraz helységek levegőjét nedvesíteni. Ezt manapság, különösen a téli hónapokra messzemenően ajánlják a légzőrendszer nyálkahártya-egyensúlyának biztosítására, ezáltal a felső légúti fertőzések megelőzésére. Kerülni kell a nagy népsűrűséget, hiszen a tömeg „hihetetlenül meg képes fertőzni a levegőt”. Kyr mindezt évszázadokkal a mikroorganizmusok (és a cseppfertőzés) felfedezése előtt írta, ugyanakkor ismerhette már kortársának, Fracastoro veronai orvosnak a fertőzések keletkezéséről 1546-ban írt munkáját.

2. Azonos időben történő étkezéseket, a jóllakás elkerülését, a hirtelen étrendi változásoktól való tartózkodást írja elő. A szokatlan és természetellenes táplálkozás ellenjavallata napjainkban is messzemenően aktuális, ha csak a különböző utazási betegségekre (hasmenés, szalmonella-fertőzés, Hepatitis A), illetve a számunkra idegen élelmiszerek okozta emésztőszervi megbetegedésekre gondolunk. Hasonlóképpen aktuális az a felszólítás, hogy csak éhség esetén vegyünk magunkhoz táplálékot. Napjainkban ez a nassolás kerülését (is) jelenti, amely a világméretű betegséggé előretört elhízás és annak következményei elleni harc egyik jelmondata. A kisebb étkezések, az egyidejűleg kevesebb mennyiség szervezetbe való bevitelének fontosságát ma már tudományos kutatási eredmények támasztják alá, következménye az egyforma energiaeloszlás és ezáltal az egyenletes inzulintermelés biztosítása. További jelentős felismerés a folyadékfogyasztás fontossága, különösen a nyári hónapokban.

3. A mozgás és a pihenés egyaránt fontos. A mai olvasó számára érdekességként hat, hogy Kyr testmozgásnak tekinti a vitetést (gestation), azaz az utazást csónakban, hordszékben vagy kocsin, de az éneklést is. A mértékletes mozgás evés előtt és után azért fontos, mert különben a fejét pára tölti meg.

Napjaink modern táplálkozástudományának két alapelve a kiegyensúlyozott, változatos étrend és az aktív életmód. Mára ez olyannyira a középpontba került, hogy azt a média, és sok esetben az élelmiszercímkék sem győzik hangsúlyozni a hibás életmóddal összefüggő civilizációs betegségek megelőzésére. A mozgásszegény életmód hosszú távú káros hatásairól a mai orvostudomány bőséges példákkal szolgál: álljon itt legriasztóbb következményként a „halálos

négyes”: a 2-es típusú cukorbetegség, a magas vérnyomás, az elhízás és az érlemezésedés, és az ebből származó idő előtti elhalálozás.

4. A megfelelő pihenés nélkülözhetetlen. Az alvás napi hét óra legyen, és mindig éjszaka történjen, bár az ókori szemlélettel ellentétben már nem ellenjavallja a napközbeni szunyókálást. Ma tudományos kutatási eredmények bizonyítják a rövid alvásidő és az elhízás összefüggését. Ugyanakkor a napközbeni alvásról is bebizonyosodott, hogy kora délután a legmegfelelőbb, és ideális időtartama 20-40 perc (felületes alvás), ami az ébrenlélet és alvást szabályozó cirkadián ritmusnak megfelel. Kyr csaknem ötszáz évvel ezelőtt a háton alvás veszélyeire figyelmeztette az ifjúságot. Ma elsősorban az obstruktív alvási apnoé az, amelytől a kardiológusok óvni szeretnének a háton fekvés ellenjavallatával, hiszen ez – különösen túlsúly esetén – a felső légutak elszűkítésével a légzést akadályozza. Ezek a légzési szünetek az oxigénellátást csökkentik és a szervezet vészjelző reakciójaként gyakori ébredést okoznak. Márpedig a megszakított alvás kevésbé pihentető, és olyan tünetekkel jár, mint a horkolás, a reggeli fejfájás, a fokozott fáradékonyság és lelassult gondolkodás. Az érintett személyeknél a magas vérnyomásnak, a szélütésnek és a szívinfarktusnak is nagyobb a kockázata.

5. Napjaink méregtelenítő kúrának előformái a kiválasztás (ürítés) különböző korabeli technikái: ilyen a köpölyözés, a hányás (de óva int, hogy a napi hányáshoz ne szokjunk hozzá!), a mértékletes böjt, az érvágás és a beöntés. A ma rettegett aranyeres vérzés „számos igen súlyos kórságtól védelmezhet és óvhat meg” (288).

Az igazságosság kedvéért itt szükséges megemlítenünk, hogy a brassói orvos javaslatai közül több ma már nem állja meg a helyét, tudományos megalapozottsága nincsen. Ilyen az évszázadokon át alkalmazott érvágás, melyet sok esetben nem is orvos vagy képzett személy végzett, hanem például a borbélysebészek illetékességébe tartozott. A vér lecsapolása ma már csak ritka esetekben javallott, ilyen a hemokromatózis (vastúltengés), a polyglobulia (a vörösvértestek számának kóros megnövekedése), és a társadalmi szolidaritás formájaként is gyakorolt véradás. Megmosolyogtató Kyrnek az a meglátása, hogy a hányás siketséget okoz, és a látást rontja, bár a fogzománcot a mai tudásunk szerint is minden bizonnal tönkre teheti. Ugyanakkor sokunk öröme szolgálna, ha helytállna nézete, miszerint a testgyakorlás pezsgőfürdővel is kiváltható, és az elmaradt mozgás helyett elég lenne beülni a forró vizes kádba.

Hasonlóképpen nem állja meg a helyét napjainkban a nedvkórtan (humorálpatólógia) sem, amely az ókori görögök, jelesül Hippokrátesz óta a 19.

századig tartotta magát az orvostudományban. E tan szerint a test egészsége a négy testalkotó nedv egyensúlyában rejlik: a vér, a sárga epe, a fekete epe és a nyák arányainak felborulása felelős a betegségek kialakulásáért. Ennek szellemében fogalmazta meg a szerző az orrvérzés jótékony hatásáról szóló nézetét, miszerint az használna az agy dugulásai és a fejből alácsorgó nedvek ellen. Az érvágás mint rendszeres tavaszi tisztítókúra mára szintén kikerült a gyakorlatból.

6. Az egészségtankönyv a leginkább megmosolyogtató tanácsokat a nemi élet vonatkozásában adja: „*A szakadatlan szerelmeskedés árt a szemnek, minden érzékszervnek, a fejnek, az izomzatnak, a légzőszerveknek, a veséknek, a lágyéknak és a csípőnek, sietteti az öregedést, sőt a halált is, hiszen általában elerőtleníti a testet.*” (Kyr 1551/2010: 289) Ez a szövegrész szintén a nedvkórtanból ihletődött, és bár ma derülünk rajta, ráirányítja a figyelmet a nemi úton terjedő betegségekre, a régmúlt (szifilisz) és napjaink (HPV, HIV) egyik jelentős egészségkockázatára.

7. Az ifjúságnak nemcsak a testi, hanem a lelki egészsége is fontos. Az orvos ennek külön alfejezetet szentel, és a bánat, gond, szorongás és tépelődés ellenszerét a következőkben jelöli meg: „*Lelki megpróbáltatások alkalmával tehát tisztos vigaszt keress, víg barátokkal és társaságban töltsd időd, pengess lantot, játssz hegedűn, énekelj édesen zengő dalt, amely messze űzi a bánatot a szívből, a lelketet helyrebillenti*” (Kyr 1551/2010: 290).

500 éves dietetika

A 16. századi egészségtankönyv további kultúrtörténeti csemegével is szolgál. Az általános tanácsok, a nem a szervezethez tartozó tényezők bemutatása és az azokhoz fűződő tanácsok megfogalmazása után egy táplálkozástudományi rész következik,⁴ amelyben Kyr a táplálékok típusait ismerteti, továbbá táblázatot készít az élelmiszerek tápértéke, nedvességtartalma és a személyiség típusokra gyakorolt hatása szerint. Ebben a részben a brassói orvos összefoglalja mindazt, amit a maga korában az egészséges életmóddal kapcsolatban fontosnak, követendőnek tartottak. A dietetika ókori alapelveire építve gyakorlati életviteli és táplálkozási tanácsokat ad olvasói kezébe. Alapelve, hogy „*egészségesnek, betegnek semmi sem hasznosabb, mint a megfelelően alkalmazott böjt vagy mértékletesség*” (Kyr 1551/2010: 286).

⁴ Táplálékok tulajdonságai és hatásai röviden felsorolva és ABC-rendbe szedve című rész

Az írás ezen záró részéből tudomást szerezhethetünk a 16. századi táplálékok és italok hatásairól, közöttük az Erdélyben akkor még kevésbé ismert, de ma már konyháink elengedhetetlen részét képező növényekéről. Fontos ugyanakkor, hogy a szerző nemcsak különlegességeket sorakoztat fel, amelyeket minden biztonnal csak kortársai tanulmányaiból ismert (pl. mediterrán fűszereket), hanem helyi hétköznapi táplálékokat, valamint olyanokat, amelyek Erdélyben már akkor is léteztek vagy beszerezhetők voltak. Néhány egzotikus gyümölcshez, amelynek leírását az útmutató tartalmazza (citrom, narancs, mandula, datolya, pisztácia, gránátalma), a délkeleti kereskedelmi útvonal útján lehetett hozzájutni, jóllehet ezek az ínycsiklások elsősorban a gazdag szász nagyvárosokba, Brassóba és Szebenbe, ezen belül is a tehetősebb családokhoz juthattak el, és nem képezték részét az egyszerű emberek hétköznapi táplálkozásának, ahogyan a magyarságénak sem. Azonban több olyan őshonos ételmünket, melyről említést tesz, azóta már csaknem elfeledtük: ilyen a makk, a mézbor, a köles és a hajdina. A legtöbb mai alapélelmiszerünket a szerző még nem ismerhette: a kukorica, a napraforgó, a burgonya, a paradicsom, a kávé akkoriban még ismeretlen volt Európában, legalábbis Erdélybe még nem jutott el.

A tankönyv megírásának időszakában, a késő reneszánsz korban kezdett szokásba jönni a napi háromszori étkezés, bár Kyr még a napi két alkalmat javallja. Térségünkben abban az időben a reggeli és az ebéd alkalmával is fogyasztottak levest, melyek közül Kyr a húslevest, a hallevest, a karalábélevest és a lencselevest tárgyalja. A déli étkezés volt a legbőségebb, rendszerint ekkor ettek húst (marha- vagy disznóhúst). A vacsora kisebb jelentőségű étkezés volt. Ezidőtájt növekedett meg az édességek jelentősége, a középkori mézalapú élelmek helyét a barnacukorral készített sütemények vették. A középkori méz vélhetően nem volt jó minőségű, hiszen ízét keserűnek minősítették, és a mézzel való édesítést inkább a szegények, a cukor használatát a nemesek számára ajánlották. Az asztalon helyet kaptak a gyümölcsök is, melyek lehettek deli gyümölcsök is, ám nem nyersen, hanem főve fogyasztották őket. Kyr, furcsamód, lekezelően nyilatkozik az őshonos gyümölcsökről: *„Azok a gyümölcsök, amelyekkel az emberek táplálkozni szoktak, mint a körte, az alma, a szilva és a barack, híg és nedves tápanyagot nyújtanak a szervezetnek, csekély tápértékűek, és káros nedveket termelnek”* (Kyr 1551/2010: 302). Ez a meglátás teljességgel ellentétes az őshonos élelmeket napjainkban felértékelő szemlélettel. Kyr ítélete nem kíméli a gombaféléket sem, különösen a ma aranyáron vásárolható szarvasgombát, amely a nedvkórtani elmélet értelmében

káros, hideg, nyákos nedvű. A tejet is csak az újszülöttek és a kisgyermekek fogyasztották, javarészt csak sajtaként használták.

Az alkoholról viszonylag keveset értekeznek, kiemeli a vörösbor vértképző, jótékony hatását. A tömény italokról viszont nem esik szó írásában, vélhetően azért, mert a párlatfőzés technikája a Barcaságban akkoriban még nem volt ismert. Az aqua vitae-t (pálinkát) alapvetően gyógyszerként használták, ekként javallja a szerző is.

Összegzés

Paulus Kyr brassói szász orvos ötszáz éve írt egészségtankönyve számos erénye közül ma talán az tekinthető a legnagyobbnak, hogy az életvezetés fontosságát mint az egészségre ható legfontosabb egyéni, alakítható tényezőjét emeli ki. Ehhez képest eltörpülnek azok az állítások, amelyekről csak később, az orvostudomány fejlődésével bizonyosodott be, hogy tévhitiek voltak, hiszen az adott korban, a tudomány akkori fejlettségi szintjén naprakész tudásnak számítottak. Mára az egészségnevelés, éppen a civilizációs betegségek megelőzése végett, a fejlett világ egyik legsürgetőbb feladatává nőtte ki magát, és ebből a megközelítésből Kyr tankönyve mit sem veszített aktualitásából. Tankönyvként pedig mindenképp megállja a helyét, amennyiben célja kora ifjúságának egészségre való nevelése volt. A kutatóknak nincs tudomása arról, hogy korábban máshol is használták volna, nem futott be nemzetközi karriert (Offner 2014). Ennek ellenére nemcsak orvos- és egészségtörténeti, hanem művelődéstörténeti szempontból is nagy hatású összeállítás, mely fényt derít az európai reneszánsz orvoslás erdélyi fogadtatására és alkalmazására is, így méltán tekinthetjük a kora újkorban Erdélyben is rohamosan kitáguló világ egyik első hírmondójának (Waczulik 1984). A régi szokásokról szóló fejtegetések a széles közönség számára is tanulságosak, és egyenesen olvasmányosak.

A lutheránus orvos az emberéletnek az Istentől elrendelt céljára hivatkozva nem ártall római katolikus miseszövegből⁵ idézni, amikor az egészség védelmét kötelességünknek írja elő: „(...) *nehogy kárt tegyünk a testben, a lélek e csodás lakhelyében, hanem inkább gondosan ügyeljünk rá, gondozzuk és tápláljuk avégett, hogy az áhított öregkort elérjük, és magas kort megérve töltsük be természet-adta sorsunk*” (Kyr 1551/2010: 292).

⁵ Idézet az „Asperges me” antifóna végéből.

Felhasznált irodalom

1. Jekelius E. (1928): Das Burzenland, 3. Band. Kronstadt, 1. Teil. Kronstadt
2. Kyr P. (1551/2010): Die Gesundheit ist ein köstlich Ding, In: Offner R. [Hrsg.], Paulus Kyr: Die Gesundheit ist ein köstlich Ding. Hermannstadt-Bonn, Schiller Verlag. 268-331.
3. Péter Szabolcs (2010): Kyrs Gesundheitslehrbuch aus heutiger Sicht, In: Offner R. [Hrsg.], Paulus Kyr: Die Gesundheit ist ein köstlich Ding. Hermannstadt-Bonn, Schiller Verlag. 32-42.
4. Offner R. (2010): Kronstadt, der Stadtarzt Paulus Kyr und Ferrara, In: Offner R. [Hrsg.], Paulus Kyr: Die Gesundheit ist ein köstlich Ding. Hermannstadt-Bonn, Schiller Verlag. 9-20.
5. Offner R. (2010): Összefoglalás, In: Offner R. [Hrsg.], Paulus Kyr: Die Gesundheit ist ein köstlich Ding. Hermannstadt-Bonn, Schiller Verlag. 342-345.
6. Offner R. (2014): A XVI. századi erdélyi szász orvosok nyelve és Paulus Kyr egészségtankönyve (Brassó 1551), Magyar Orvosi Nyelv 2014(2).99-106.
7. Philippi M. (1999): Von der Gründung der Stadt bis zur Erringung der Autonomie um 1500, In: Roth, Harald [Hrsg.], Kronstadt. Eine siebenbürgische Stadtgeschichte. München, Universitas.
8. Rákóczi K. (2010): Review of: Paulus Kyr/Robert Offner, Die Gesundheit ist ein köstlich Ding, In: Ungarn-Jahrbuch,-, 30 (2009-2010). 276–277. DOI: 10.15463/rec.1189725350. Letöltés ideje: 2023.09.27.
9. Schultheisz Emil (2018): A medicina Magyarországon a kezdetektől az orvosi kar megalapításáig, A szöveget sajtó alá rendezték a Magyar Tudománytörténeti Intézet munkatársai, Gazda István vezetésével. 1-16. https://mek.oszk.hu/05400/05425/pdf/Schultheisz_Medicina.pdf. Letöltés ideje: 2023.04.10.
10. Storch R. (2012): Gesundheitslehre vor 500 Jahren, Biologie unserer Zeit 2012(42). 131.
11. Waczulik Margit (1984): A táguló világ magyarországi hírmondói XV-XVIII. század. Budapest, Gondolat Kiadó.