

Jak leczono i zapobiegano chorobom w dawnej Polsce

Autor tekstu: **Karolina Stojek-Sawicka**

1. Metody terapii i zabiegi profilaktyczne

Jedną z najbardziej podstawowych wartości w życiu człowieka jest zdrowie. Chorobę z reguły traktowano jako poważny problem społeczny i polityczny; ujmowano ją w kategoriach kary za indywidualne lub społeczne przewiny. Towarzyszyło jej zwykle poczucie niepewności i lęku. Chorego zaś postrzegano często jako osobę niezdolną do uczestniczenia na równych prawach w życiu społecznym i przyjmowano wobec niej postawy wykluczające. Dawniej choroba była tym groźniejsza, że nie potrafiono jeszcze dokładnie zidentyfikować objawów chorobowych, określić jej pochodzenia i natury. Przede wszystkim jednak nie wiadano, w jaki sposób najlepiej jej przeciwdziałać i jak się przed nią uchronić. Jednym z najpopularniejszych dawniej środków leczniczych były upusty krwi. Od czasów antycznych zabieg ten należał do kanonu podstawowych metod terapii, zalecanych w wielu rozmaitych schorzeniach.

Cała ówczesna patologia i fizjologia opierała się na nauce o czterech cieczach (krwi, śluzie, żółci i czarnej żółci), które znajdując się w równowadze utrzymywały organizm ludzki w zdrowiu. Gdy równowaga ta zostawała naruszona, człowiek zaczynał chorować. Upusty krwi miały zatem na celu wydalenie nadmiaru jakiejś cieczy i przywrócenie równowagi w organizmie. Stosowanie obfitych krwiopustów doradzono przede wszystkim w przypadkach zachorowań, których źródeł dopatrywano się w nadmiarze „gorących humorów” lub patologicznym „rozgrzaniu organizmu”, jak np. w różnego rodzaju gorączkach i w czasie zbyt gwałtownych stanów emocjonalnych. Najczęściej zabieg puszczenia krwi polegał na chirurgicznym nacięciu odpowiedniej żyły, w wyjątkowych jedynie sytuacjach posługiwano się pijawkami. Otwierano różne żyły w zależności od rodzaju schorzenia, zwykle te znajdujące się w pobliżu źródła choroby, a więc np. w przypadkach schorzeń głowy, twarzy, oczu, uszu — żyły czołowe bądź skroniowe; przy wrzodach jamy ustnej, bólach zębów czy katarze — żyły wargowe i brodowe itd. Zalecano daleko posuniętą ostrożność w wykonywaniu upustów krwi tętniczej, obawiając się wywołania krwotoku.

Decydując się na zabieg upuszczenia krwi należało przestrzegać określonych pór roku i dnia. Termin wykonania go należało skorelować z położeniem gwiazd. Ponoć najlepiej było wykonywać krwiopusty na jesieni i na wiosnę, gdy księżyc znajdował się nowiu, ewentualnie w dzień pogodny, ale nigdy w czasie przerwy świątecznej, „chyba, że w wielkiej potrzebie”. Dawniej wierzono bowiem, że układ ciał niebieskich i stan zdrowotny ludzkiego organizmu pozostają w ścisłych między sobą zależnościach. Upusty krwi traktowano często jako zabieg profilaktyczny i wielu osobom o gwałtownym usposobieniu wykonywano go rutynowo, zazwyczaj raz w roku na wiosnę. Puszczenia krwi zabraniano jedynie wykonywania dzieciom, osobom w podeszłym wieku i kobietom ciężarnym.

Ważną rolę w zabiegach profilaktycznych odgrywała również kwestia przestrzegania odpowiedniej diety. Odpowiednio dobrana pod względem ilościowym i jakościowym dieta i dostosowana do indywidualnych potrzeb osoby miała mieć ogromny wpływ na stan zdrowia naszych przodków, którzy często na skutek nadużywania rozmaitych trunków i niepohamowanego obżarstwa połączonego z nadmiernym spożywaniem potraw tłustych i słodkich, narażali się na różnego rodzaju dolegliwości. Nadmierne przejadanie i opijanie się powodowało zapaści chorobowe, przyspieszało procesy starzenia, a przede wszystkim czyniło człowieka bardziej skłonny do grzechu i bardziej „podległym żądzy zmysłów”.

Podstawą zdrowego odżywiania były dania proste, niezbyt mocno przyprawione. Zalecano wystrzegać się potraw bogatych w mięso, nazbyt mocnych i gorących, a także ograniczyć spożycie surowych warzyw i owoców. Zachęcano natomiast do spożywania różnego rodzaju ptactwa i ryb, które uważano za zdrowsze i smaczniejsze od czerwonego mięsa. Nieraz wskazywano na lecznicze właściwości profilaktycznych głodówek, wskazując na szkodliwość przejadania się i stanowczo odradzając spożywania zbyt obfitych posiłków na wieczór. Popijając spożywane pokarmy zalecano natomiast czystą wodę źródlaną, rezygnując całkowicie z trunków alkoholowych, zwłaszcza popularnego wówczas piwa i wina. Zalecano za to spożywanie różnych gatunków zbóż.

Uważano przykładowo, że pszenica pomagała w suchotach i łagodziła przebieg wielu chorób klasyfikowanych dziś jako dermatologiczne; żyto przynosiło ulgę w różnych ranach

powstałych na skutek odmrożeń czy z pobicia; jęczmień zaś zalecano stosować w najrozmaitszych przeziębieniach, przy katarze, bólu gardła, zapaleniach i w różnego rodzaju gorączkach. Wielokrotnie podnoszono również lecznicze właściwości owsa, mającego zastosowanie w rozmaitych chorobach skórnych lub związanych ze schorzeniami ocznymi. Zwracano poza tym uwagę na szczególne wartości odżywcze i właściwości lecznicze otrąb, które uważano, że są najlepsze dla osób kaszlących, cierpiących na przewlekłą biegunkę, mających łupież lub wszy.

Do grupy składników o działaniu leczniczym, które należało włączyć do diety osób chorych należały również rozmaite warzywa, takie jak ćwikła, szparagi zalecane w przypadkach bólu głowy, oczu oraz w razie problemów gastrologicznych, rzodkiew wspomagająca pracę pęcherza czy chrzan łagodzący duszności w piersiach. Często rozpisywano się także o leczniczych właściwościach cebuli i czosnku, mających zastosowanie przede wszystkim w stanach zapalnych. W przypadku przeziębień leczono się głównie przy pomocy rozmaitych przetworów owocowych: agrestowych, malinowych, wiśniowych, czy morelowych. Zdawano sobie również sprawę ze wzmacniających właściwości kawy, która nadspodziewanie szybko w XVIII w. zdobyła uznanie w konserwatywnej pod względem upodobań kulinarnych Polsce. Napój ten stopniowo w ciągu tego stulecia wypierający, i to nie tylko na dworach szlacheckich, pijaną powszechnie na śniadanie polewkę piwną, i coraz powszechniej podawany po obiedzie lub wraz ze słodyczami na popołudniowych spotkaniach, stosowano również jako środek profilaktyczny. Uważano, że jest on najlepszy na problemy z trawieniem, na kaca, sądzono, że wspomaga pracę pęcherza i uspokaja.

Nawet jednak najlepsza dieta nie przynosiła pożądanego skutku, jeśli nie towarzyszyła jej pewna zmiana dotychczasowego trybu życia. W związku z tym zalecano uprawianie sportu i ruch na świeżym powietrzu, szczególnie jazdę konną i spacer. Doradzano unikania zbyt gwałtownych stanów emocjonalnych oraz długi i spokojny sen. Powszechnie rozpisywano się przy tym o konieczności zachowywania czystości i dbania o swój wygląd zewnętrzny, szczególnie zaś wychwalano lecznicze skutki zażywania częstych i różnorodnych kąpiei, zwłaszcza cieplicznych, które miały pomagać na krążenie i bóle reumatyczne. Zażywane regularnie kąpiele domowe uspokajały, łagodziły uporczywe bóle głowy, zapobiegały dolegliwościom spazmatycznym, bólom nerek, bezsenności i zawrotom głowy. W przypadku wielu chorób wystarczała jedynie drobna modyfikacja diety lub dotychczasowego stylu życia, by choroba ustąpiła. Jednak w razie poważniejszych problemów zdrowotnych konieczne stawało się sięgnięcie po bardziej skomplikowane lekarstwa pochodzenia roślinnego i zwierzęcego, a często nawet wsparcie dotychczas stosowanych metod leczeniem farmakologicznym.

2. Leki

Dawniej panowała szeroko rozpowszechniona nieufność do wszelkiego rodzaju medykamentów, mająca swoje źródło w metafizycznym widzeniu zjawiska choroby i jej interpretacji w kategoriach religijnych. Uważano, że stan zdrowia człowieka był zdeterminowany przez wpływ sił nadprzyrodzonych (np. układ planet), a sama choroba była znakiem danym od Boga i traktowano ją jako karę za popełnione grzechy. Daleko posunięta podejrzliwość względem leków miała swe źródło również w obawie przed skutkami ubocznymi aplikowanych lekarstw. Lekarze nie potrafili dokładnie określić przyczyny pochodzenia chorób, nie byli zgodni, jakie leki należy zażywać w określonych sytuacjach. Nie wszystkie poza tym i nie zawsze przynosiły dobroczynny skutek i okazywały się „prawdziwie pożyteczne”. Z tego powodu najchętniej i najczęściej w dawnej Polsce stosowano leki proste, występujące w stanie naturalnym, powstałe w większości na bazie surowców roślinnych. Wzmiankuje się około stu pięćdziesięciu różnego rodzaju gatunków roślin o zastosowaniu leczniczym, wykorzystywanych do przygotowania wielu rozmaitych lekarstw, które w większości były łatwo dostępne na rynku lokalnym. Nie wszystkie z nich posiadają dziś potwierdzone i udokumentowane właściwości lecznicze, wiele nie jest stosowanych we współczesnej medycynie i wykorzystywanych do produkcji leków.

W przypisywanych roślinom znaczeniach i właściwościach mieszała się wiedza pochodząca z różnych źródeł: z ówczesnych koncepcji naukowych, z dawnych, często jeszcze średniowiecznych kompendiów, których treść weszła do kanonu wiedzy potocznej, czy z zasobów kultury „ludowej”. W pełnym znaczeń sarmackim *imago mundi* opierającym się na zasadzie funkcjonalności wszystkich elementów Wszechświata, każda roślina posiadała swoje

konkretne miejsce, dające się przede wszystkim tłumaczyć w kontekście kultury magicznej. Najczęściej stosowano rośliny, które dzięki swoim właściwościom pełniły funkcje oczyszczające organizm i odstręczające chorobę. Ich przykry zapach, smak (cebula, czosnek, kminek) lub ból, jaki sprawiały przy dotyku (pokrzywa) miały prowadzić do usunięcia choroby i dawały nadzieję na szybkie wyzdrowienie. Powszechnie wykorzystywano również zioła zachowujące wieczną zieleń liści (np. rozmaryn, ruta), które, ponieważ nie podlegały one zmianom zgodnym z rytmem czterech pór roku, łączono z ideą nieśmiertelności i wiecznego odradzania się.

Wśród najczęściej stosowanych surowców znalazły się m.in.: piołun, żywokost, dzięgiel, pokrzywy, krwawnik, lawenda, kopytnik, ziele tatarskie, bez czarny, widłak, pasternak, łopian, rosiczka, bylica, dziewanna, lubczyk, goździki, babka, majeran, rozmaryn, melisa, gałka muszkatołowa, mięta polna, prawoślaz, tamaryndowiec, omieg górski, gruszczyca itd. Znajdowały one przede wszystkim zastosowanie w terapiach wspomagających leczenie infekcji dróg oddechowych, różnego rodzaju dolegliwości żołądkowych, nieżytów przewodów pokarmowych, bólów głowy oraz przyspieszających gojenie rozmaitych ran. Z surowców roślinnych przeważnie wykonywane były, posiadające działanie profilaktyczne, tzw. *alexipharmaca*, używane zwłaszcza w malignach czy melancholii i we wszystkich tych przypadkach, które wymagały lekarstw „pomnażających siły żywotne”.

Leki sporządzane na bazie surowców roślinnych podawano pod różnymi postaciami: konfektów, ekstraktów, plastrów, proszków i maści, jako przyprawa do różnych potraw, w połączeniu z winem, piwem i wódką. Niektóre z nich stosowano również jako środki profilaktyczne chroniące przed siłami nieczystymi. Na przykład pisano, że piwonia „czary i wszystkie gusta czarownic odgania” oraz „duchy nieczyste z ludzi wygania”. Radzono nosić zawsze przy sobie korzeń dzięgiela dla ochrony przed czarami i odpędzenia uroków, w czasie „grzmotów wielkich” i „burzliwych wichrów” zalecano zaś rozpylać bylicę.

Rośliny wykorzystywane w celu ochrony przed mocami demonicznymi charakteryzowały się silnym, odurzającym zapachem i gorzkim smakiem, rosły z dala od ludzkich siedzib, w trudnych i często niedostępnych miejscach, i stąd w świadomości potocznej kojarzyły się ze światem podziemnym i bóstwami chthonicznymi. Działanie tych roślin zwykle wspierały powszechnie używane w omawianym okresie inne środki apotropaiczne, mające chronić przed złymi skutkami wywołanymi przez siły nieczyste: amulety, talizmany, przedmioty poświęcone, ochronne stroje itd. Wiara w interwencję czartowskich mocy i nadprzyrodzone źródła wielu chorób trapiących ówczesną społeczność przywoływała standardy średniowiecznego myślenia silnie osadzonego w kulturze magicznej.

Wśród medykamentów najczęściej wykorzystywanych i zalecanych na różne dolegliwości znalazła się również dość spora grupa prostych leków pochodzenia zwierzęcego. Zgodnie z tradycją starożytną przekazaną przez Pliniusza i utrwaloną przez średniowieczne i nowożytne autorytety, wierzono, że mięso zwierzęce ma pewne właściwości lecznicze. Szczególne znaczenie przypisywano sadłu wilczemu i wieprzowemu, z którego sporządzano różnego rodzaju maści na podagrę, bóle przewodów moczowych oraz środki higieniczne.

Różne leki wykonywano również z odchodów zwierzęcych, świńskie łajno na przykład pomagało w czasie porodów, w przypadku krwotoków z nosa i na gorączki, wróble lub szurcze z piwem było natomiast najlepsze na zatwardzenia, owcze wspomagało proces gojenia ran po odmrożeniach. Znaczenie ekskrementów w zabiegach leczniczych wynikało z przypisywanej im nieczystości, która według ówczesnych przekonań miała odstraszająco działać na wszelkie choroby. Istotne właściwości lecznicze przypisywano także niektórym organom lisów, jeży, zajęcy, królików domowych, jak np. skórce, głowie, wątrobie, śledzionie, mózgowi, zwłaszcza zaś sercu, które stanowiło symbol życia.

Często wykorzystywanym lekarstwem były starte na proch rogi jelenia, które ceniono nie tylko ze względów praktycznych jako lek wzmacniający, lecz również z uwagi na przypisywane mu znaczenia mityczne, alegoryczne i magiczne. „Okresowe zrzucanie i odzyskiwanie poroża dało asumpt do dostrzegania w nim symbolu cyklicznej renowacji świata. Wysoki wieniec rogów jelenia w mitycznym widzeniu świata narzucał też skojarzenie z drzewem życia i związek z mocami płodności i odrodzenia”. Z innych zwierząt w celach leczniczych wykorzystywano również glisty ziemne stosowane w przypadku bólu zębów, chrząstki noszone po spaleniu zawinięte w jedwabną chustkę na szyi, czy mrówcze jaja, które znajdowały szerokie zastosowanie w wielu różnych dolegliwościach.

Przekonanie o leczniczych właściwościach zająca i królika wyprowadzono z faktu, że były to zwierzęta lunarne, a przez to powiązane w pewien sposób ze światem podziemnym i

demonicznymi siłami. Wierzano, że stosowanie okładów z mięsa i łajna świń, które uważano za zwierzęta nieczyste, żarłoczne, z lubością nurzające się w nieczystościach, może skutkować odstępstwem choroby. Przekonanie o leczniczych właściwościach wilka wyprowadzono zaś z drapieżnego, krwiożerczego, mocnego i dzikiego charakteru tego zwierzęcia, które miało symbolizować płodność i odrodzenie ku nowemu życiu.

W celach leczniczych wykorzystywana nader często była również skóra węża, której noszenie przywiązanej zalecano każdej brzemiennej kobiecie na „lekkie porodzenie”. Uzdrawielskie właściwości rzucanej przez węża skóry wynikały z reprezentowanej przez niego idei nieśmiertelności, wiecznego odradzania się i skojarzenia z procesem regeneracji. Większość substancji wytwarzanych ze zwierząt była wykorzystywana na zasadach leków sympatycznych, np. tym, którzy na kamień chorowali, radzono nosić przy sobie kamienie, głowa zająca spalona na proch miała natomiast pomagać na strupy na głowie. Popiół pochodzący ze spalonych różnych organów zwierząt był niezwykle często wykorzystywany w przypadku kuracji wymagających przeprowadzenia zabiegów oczyszczających bądź rewitalizujących. Scjentyistyczne przesłanki stosowania leków pochodzenia zwierzęcego oparte na empirycznych zasadach współistniały z różnymi opiniami, nierzadko o proveniencji magicznej, nader daleko odbiegającymi od ówczesnych standardów wiedzy naukowej.

Znacznie rzadziej, w porównaniu z lekami pochodzenia roślinnego i zwierzęcego, uciekano się natomiast do medykamentów sporządzanych na bazie minerałów, a zupełnie sporadycznie używano lekarstw farmakologicznych. Jednym z wyjątków tych ostatnich był alkohol służący głównie jako roztwór dla różnego rodzaju substancji. Z minerałów natomiast najczęściej w kompendiach medycznych wspomniano o leczniczych właściwościach bursztynu, który wykorzystywano przy różnego rodzaju ocznych schorzeniach. Jednym z popularniejszych w XVIII w. zwyczajów posługiwania się minerałami w celach profilaktycznych było zawijanie ich w różne szmatki, wieszanie sobie na szyi lub kładzenie na noc pod poduszkę.

Najważniejsze miejsce w domowej apteczce zajmowały leki o działaniu przeczyszczającym. Metody humoralne polegające na obfitych upustach krwi oraz naprzemiennym stosowaniu środków wymiotnych i napotnych, zapewniające utrzymanie harmonii i równowagi między cieczami w organizmie, stanowiły bowiem w XVIII wieku wciąż jeszcze fundament myśli medycznej i podstawę różnych kuracji zdrowotnych. Za leki „purgujące” uważano przede wszystkim takie, których działanie wzbudzało „wypróżnienie stolcowe” i ewakuację wraz ze stolcem szkodliwych substancji z chorego organizmu; często jednak nazwą tą określano wszystkie medykamenty oczyszczające organizm ze złych humorów.

W charakterze leków przeczyszczających najczęściej stosowano tzw. rodzynki purgujące, różnego rodzaju proszki i pigułki o nieustalonym składzie, rozmaite „purgensy” w trunku, „lulepy” i „konfekty na womity”, sporządzane ze sproszkowanego rabarbaru, hanyszku, manny, białek i następnie łączonych z winem. Powszechnie celem przeczyszczenia organizmu stosowano również różnego rodzaju enemy (lewatywy), „wstrzykiwane pod postacią płynów (wody lub wywarów ziołowych, z mleka, serwatki, soków, rosółów, wina) do kiszek za pomocą sikawek cyrulicznych”. Obok „purgensów” szerokie zastosowanie spośród leków złożonych znalazły poza tym środki przeciwskurczowe, łagodzące objawy gwałtownych i bolesnych spazmów, które uznawano za przyczynę drgawek, kolek, bólów głowy i zębów, kaszlu, wymiotów itd. Osobną grupę pośród lekarstw „składanych” tworzyły wszelkie maści, olejki, balsamy i julepy „bardzo pożyteczne w sztuce lekarskiej” jako substancje oddziałujące na wszelkie zewnętrzne i wewnętrzne objawy chorobotwórcze.

Mieszkańcy dawnej Polski mieli zatem widać do dyspozycji wiele różnych lekarstw i środków terapeutycznych pomocnych w różnego rodzaju dolegliwościach i mogli w razie potrzeby odwoływać się do najróżniejszych zabiegów leczniczych wspomagających proces powrotu do zdrowia. Na wybór konkretnej metody mającej zagwarantować powrót do zdrowia wpływ miała ogólnie pojęta świadomość medyczna tamtych czasów, na którą złożyła się wcześniejsza wiedza i doświadczenie. W dużym stopniu wciąż jeszcze była ona oparta na wyobrażeniach potocznych, nakładały się na nią schematy wyjaśniające, czerpiące z różnych typów racjonalności, przede wszystkim z koncepcji symbolicznych oraz idei znakowości i funkcjonalności Wszechświata.

Postrzeganie świata jako zbioru znaków i jego analogie z ciałem człowieka wpływały w zasadniczej mierze na formułowanie określonych zaleceń odnoszących się do zasad postępowania w chorobie. W zasadach tych znalazły odzwierciedlenie zarówno kategorie i schematy poznawcze wywodzące się z ówczesnej filozofii, teologii i nauki, jak również

struktury myślenia religijnego, czy nawet magicznego i mitycznego. W stosunku ludzi dawnych wobec spraw związanych z lekami odzwierciedlał się z jednej strony szeroki pogląd na świat, zdominowany przez wartości religijne i wiarę w siłę sprawczą Boga, z drugiej silne poczucie nieufności względem wszystkiego, co wykraczało poza znane i akceptowane kategorie interpretacyjne. Pewne zmiany w tym zakresie zaczęły przynosić dopiero przełom wieku XIX i XX, choć i wówczas dawne wyobrażenia nie przestały wywierać decydującego wpływu na sposób myślenia.

Wybrana bibliografia:

1. *Compedium medicum auctum to jest krótkie zebranie i opisanie chorób, ich różności, przyczyn, znaków, sposobów leczenia, także sposobów robienia wódek, olejków, ulepków, maści...*, Częstochowa 1715.
2. *Medyk domowy Samuela Beimlera doktora kurfalskiego i germersheimskiego fizyka nauczający domowemi i małokosztującemi lekarstwami leczyć choroby i owszem zdrowie zachowywać, wszystkim, osobliwie tym potrzebny, którzy od medyków są odlegli, a prędkiego ratunku potrzebujący z niemieckiego na polski język przetłumaczony przez Jana Jerzego Jelonka...*, b.m. 1749.
3. *Apteka dla tych, co ani lekarza nie mają albo sposobu konserwowania zdrowia mianowicie dla tych spisana, co lekarza nie mają, apteki nie znają, to jest szkoła salernitańska z łacińskiego wiersza metrem ojczystym przełożona w podróży z nienawiści próżnowania a z miłości ku ubogim chorym po wsiach mieszkającym*, Warszawa 1749.
4. *Dykcjonarz powszechny medyki, chirurgii i sztuki hodowania bydła, czyli lekarz wiejski...*, t. I – IX, Warszawa 1788.

Karolina Stojek-Sawicka

Doktor nauk historycznych, zajmowała się głównie dziejami Kościoła katolickiego w czasach nowożytnych oraz historią medycyny. Ukończyła również historię sztuki. Obecnie pracuje jako nauczyciel w programie MYP

[Pokaż inne teksty autora](#)

(Publikacja: 25-12-2007)

[Oryginał.](http://www.racjonalista.pl/kk.php/s,5669) (<http://www.racjonalista.pl/kk.php/s,5669>)

Contents Copyright © 2000-2008 Mariusz Agnosiewicz

Programming Copyright © 2001-2008 Michał Przech

Autorem tej witryny jest Michał Przech, zwany niżej Autorem.

Właścicielem witryny są Mariusz Agnosiewicz oraz Autor.

Żadna część niniejszych opracowań nie może być wykorzystywana w celach komercyjnych, bez uprzedniej pisemnej zgody Właściciela, który zastrzega sobie niniejszym wszelkie prawa, przewidziane

w przepisach szczególnych, oraz zgodnie z prawem cywilnym i handlowym, w szczególności z tytułu praw autorskich, wynalazczych, znaków towarowych do tej witryny i jakiegokolwiek ich części.

Wszystkie strony tego serwisu, wliczając w to strukturę katalogów, skrypty oraz inne programy komputerowe, zostały wytworzone i są administrowane przez Autora.

Stanowią one wyłączną własność Właściciela. Właściciel zastrzega sobie prawo do okresowych modyfikacji zawartości tej witryny oraz opisu niniejszych Praw Autorskich bez uprzedniego powiadomienia. Jeżeli nie akceptujesz tej polityki możesz nie odwiedzać tej witryny i nie korzystać z jej zasobów.

Informacje zawarte na tej witrynie przeznaczone są do użytku prywatnego osób odwiedzających te strony. Można je pobierać, drukować i przeglądać jedynie w celach informacyjnych, bez czerpania z tego tytułu korzyści finansowych lub pobierania wynagrodzenia w dowolnej formie. Modyfikacja zawartości stron oraz skryptów jest zabroniona. Niniejszym udziela się zgody na swobodne kopiowanie dokumentów serwisu Racjonalista.pl tak w formie elektronicznej, jak i drukowanej, w celach innych niż handlowe, z zachowaniem tej informacji.

Plik PDF, który czytasz, może być rozpowszechniany jedynie w formie oryginalnej, w jakiej występuje na witrynie. **Plik ten nie może być traktowany jako oficjalna lub oryginalna wersja tekstu, jaki zawiera.**

Treść tego zapisu stosuje się do wersji zarówno polsko jak i angielskojęzycznych serwisu pod domenami Racjonalista.pl, TheRationalist.eu.org oraz Neutrum.eu.org.

Wszelkie pytania prosimy kierować do redakcja@racjonalista.pl