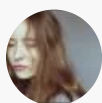




Otwarcie stadionu towarzystwa gimnastycznego "Sokół" w Krakowie, 1931, fot. audiovis.nac.gov.pl (NAC)

Brzydkie spodenki zamienić na spódnice. Helena Kuczalska i kultura fizyczna kobiet

#dziedzictwo



AUTOR: MARCELINA
OBARSKA

CZAS CZYTANIA: 10
MIN

UDOSTĘPNIJ:



Młodsza z sióstr Kuczalskich, Paulina, była jedną z pionierek feminizmu w Polsce, bojowniczką równouprawnienia, zaangażowaną redaktorką i publicystką. Starsza – Helena – z żarem zajmowała się pracą na rzecz popularyzacji wychowania fizycznego, przede wszystkim wśród kobiet. "Tylko poczucie siły fizycznej może dać społeczeństwu energię oporu przeciw wszelkim przeciwnościom", twierdziła.



NEWSLETTER CULTURE.PL

#KULTURAWDOMU

Najlepsze artykuły o polskiej kulturze w Twojej poczcie.

Siostry Kuczalskie bój miały we krwi. Matka, Ewelina Kuczalska (z domu Jastrzębiec-Porczyńska) należała do legendarnej grupy Entuzjastek, pierwszego feministycznego kolektywu w Polsce współtworzonego między innymi przez Narcyzę Żmichowską czy Wandę Żeleńską, matkę Boya-Żeleńskiego. Dziadek, Edward Porczyński, walczył w bitwie pod Somosierrą. Helena była pięć lat starsza od Pauliny, urodziła się w 1854 roku w Krzemieńcu na Podolu.

Anemia z dobrych domów



Helena Kuczalska, fot. domena publiczna

Czasami życie zmienia jeden tekst. Tak było w przypadku Heleny Kuczalskiej. Na przełomie lat 80. i 90. XIX wieku w jej ręce wpada artykuł francuskiego lekarza Fernanda Lagrange'a – "La Gymnastique à Stockholm" ("Gimnastyka w Sztokholmie") opublikowany na łamach ukazującego się do dziś miesięcznika "Revue des Deux Mondes" i dotyczący metody Pehra Henrika Linga rozwijanej następnie przez jego syna Hjalmar. Bez żadnych znajomości ani listów polecających Kuczalska postanowiła poznać tę metodę u samego jej źródła. Pojechała więc do Szwecji, by na własnej skórze przekonać się, czym jest ów "wynałazek" Pehra Henrika Linga. W ten sposób – jako pierwsza Polka – trafiła na dwuletnie nauki w Królewskim

kursu przyjmowano tam tylko jedną cudzoziemkę i to zazwyczaj z bliskich kulturowo i językowo krajów, jak Norwegia czy Dania. W 1892 roku przy ulicy Marszałkowskiej w Warszawie powstaje jej Zakład Gimnastyki Szwedzkiej, Leczniczej, Zdrowotnej i Masażu dla Kobiet i Dzieci. Stworzona przez nią placówka pomyślana była jako precyzyjne odwzorowanie myśli i praktyki szwedzkiej. Stałymi gościniami placówki były szwedzkie instruktorki, które Kuczalska poznała w trakcie swojego pobytu. Trzy lata później pedagożka stworzyła przy swoim zakładzie szkołę oferującą dwuletni kurs łączący zajęcia teoretyczne (między innymi fizjologię i anatomię człowieka) z praktycznymi ćwiczeniami gimnastyki i masażu. Wypuszczanie w świat kolejnych nauczycielek gimnastyki leczniczej było kluczową częścią przedsięwzięcia Kuczalskiej. Nie zależało jej na tworzeniu kultu mistrzyni, która przywiozła z zagranicy wiedzę tajemną – chciała natomiast popularyzować rozwój fizyczny w jak najbardziej skuteczny sposób; chciała uczyć inne kobiety, by następnie same mogły stać się nauczycielkami – dla siebie i dla innych. "Kto wie, czy nie jest to dotąd fakt wyjątkowy, a jednak niezaprzeczony, iż żywsze zainteresowanie się szerszych kół gimnastyką w Warszawie, jest dziełem kobiet", pisano w "Przewodniku Gimnastycznym »Sokół«" w 1895 roku, wymieniając między innymi zasługi Kuczalskiej. Zakład tego typu – stworzony przez kobietę z myślą o kobietach i dzieciach (zapraszano chłopców do dwunastego roku życia) – przyciągał i ośmielał Polki, które dotychczas czuły się skrępowane obecnością mężczyzn. W pierwszym roku funkcjonowania zakładu liczba osób ćwiczących wynosiła 372, w kolejnym – już 827. O swoich motywacjach Kuczalska mówiła tak:

Od dawna ubolewałam nad stanem zdrowia młodzieży naszej, a szczególnie dziewcząt. Te młode istoty mają wstręt do ruchu i przyjeżdżały ze wsi z początkami anemii, gdyż tam wśród swobody i uroku życia wiejskiego trzymano je przy książce osiem godzin, wysyłając na spacer po zachodzie słońca. [...] na ogół taki był system wychowania panienek z dobrych domów.

W obronie gimnastyki



Przewodnik gimnastyczny "Sokół" nr 23, 1926, fot. Biblioteka Jagiellońska

Postrzeganie aktywności fizycznej przez Kuczalską było proste i zupełnie niekontrowersyjne. Twierdziła, że wychowanie fizyczne "powinno zaczynać się od zarania życia i być przedmiotem pieczy aż do zupełnej dojrzałości osobnika", a "wykładnikami jego powinny być powietrze, ruch i światło". O metodzie szwedzkiej pisała z kolei, że "jest pełna prostoty i wypływa z potrzeb życia codziennego i wskazówek natury", a jej podstawę stanowi nauka (psychologia i fizjologia). Była to filozofia ruchu oparta na równym nacisku na rozwój fizyczny i mentalny; wynikająca z przeświadczenia, że dbałość o ciało wzmacnia społeczeństwo. Elementarną zasadę stanowiło harmonijne rozłożenie akcentów na całe ciało, przy czym kobiety i dzieci nieco więcej uwagi poświęcać miały kończynom dolnym. Nierozzerwalne w metodzie szwedzkiej połączenie gimnastyki i masażu wynikało z popularnego również dziś podejścia holistycznego – przy nadmiernym przemęczeniu psychicznym dodatkowa eksploatacja mięśni może nie być korzystna. Wtedy w sukurs przychodzi masaż, czyli bierne pobudzanie mięśni. "Sprawność mięśniowa szybciej niż przez odpoczynek powraca wskutek żywszego i prawidłowszego obiegu krwi dobrze utlenionej, co możemy otrzymać przez odpowiednie ćwiczenia bez wysiłku osobnika zmęczonego", pisała Kuczalska. W 1899 roku w "Krytyce Lekarskiej" ukazał się jej tekst zatytułowany "W obronie gimnastyki" będący obszerną polemiką z krytycznymi wypowiedziami na temat szwedzkiej praktyki ruchowej. Kuczalska z zapałem odpierała zarzuty pewnego złośliwego lekarza, który jej zdaniem z metodą Linga zapoznał się jedynie pobieżnie. Kuczalska była zdania, że gimnastyka może

najedzona. Dlatego też, dbając o właściwe warunki, w miesiącach letnich urządzała także zajęcia w plenerze, na przykład w ogrodzie przy Alejach Ujazdowskich. "Trzeba dzieci uczyć się bawić, bo ujęte w rygor szkolny, skrupowane względami dobrych manier, obecnością osób starszych, nieraz cierpiących, nerwowych, często także ciasnotą mieszkań, zatracają swobodę ruchów i chęć do zabawy", twierdziła, hołdując idei ogrodów jordanowskich. Aż strach pomyśleć, co mogłaby czuć i myśleć, widząc niektóre realizacje placów zabaw dla dzieci na nowoczesnych osiedlach mieszkaniowych przypominające niekiedy bardziej wybiegi dla gryzoni niż miejsca autentycznej rekreacji. Tymczasem polska pionierka podkreślała, że przy odpowiednim prowadzeniu zajęć dla dzieci "sala gimnastyczna jest Eldoradem, do którego spieszą i z którego trudno je wyprosić".

Gniazda niewieście



gniazdo Towarzystwa Gimnastycznego "Sokół", najstarszej polskiej organizacji gimnastycznej działającej w sposób rozproszony pod zaborami, a od 1919 roku już jako scalona instytucja sportowa. Żeńska sekcja – nazwana na cześć Mickiewiczowskiej bohaterki, kobiety tyle pięknej, co silnej i dziarskiej – była pierwszą polską kobiecą organizacją gimnastyczną. Nie obyło się jednak bez oporu ze strony męskich włodarzy "Sokoła". Na walnym zebraniu poprzedzającym uwzględnienie "Grażyny" jako samodzielnej organizacji gimnastycznej punkt obrad dotyczący "gniazd niewieścich" wywołał spore poruszenie. Kuczalska występowała wówczas z argumentami dotyczącymi między innymi potrzeby autonomii ćwiczeń kobiecych ("Łączenie na wspólnych ćwiczeniach mężczyzn i kobiet jest rzeczą wysoce niepożądaną", mówiła na zebraniu), ale podnosiła także kwestie ekonomiczne (pracujące kobiety nie były w stanie opłacać składek członkowskich w wysokościach obowiązujących w "Sokole", stąd potrzeba stworzenia osobnego gniazda z własnymi przepisami członkowskimi). Podkreślała także, że trzeba iść z duchem czasu, powołując się na "prąd wolnościowy dla wszystkich obywateli bez różnicy płci i pochodzenia". Ostatecznie jej wniosek poparło 32 członków-założycieli "Sokoła", przeciwko było dwudziestu. Wśród celów "Grażyny" było zarówno krzewienie kultury fizycznej, jak i cech moralnych wśród obywaterek. W "Przewodniku Gimnastycznym »Sokół«" wskazywano, że "Grażyna" "podnosi ducha narodowego wśród druhen, organizując obchody narodowe, urzęda przedstawienia amatorskie, wieczorki literackie i odczyty, popisy, wycieczki, zabawy towarzyskie". Członkinie gniazda żeńskiego brały także udział w pracach Polskiego Komitetu Pomocy Sanitarnej, Zjeździe Kobiet Polskich w 1917 roku czy w Komitecie wyborczym kobiet po odzyskaniu niepodległości. Co ważne, przez cały ten czas "Grażyna" działała bez własnego zaplecza lokalowego i infrastruktury sportowej, korzystając z zasobów innych.

Kolejną z zasług na polu krzewienia kultury fizycznej kobiet było zainicjowanie w roku 1912 Warszawskiego Klubu Wioślarek. Kuczalska brała także aktywny udział w poświęconych wychowaniu fizycznemu zjazdach i kongresach, z których sprawozdania publikowała następnie w prasie. Była przekonana o konieczności współpracy międzynarodowej i organizowania się dla upowszechniania gimnastyki i higieny ciała, jednocześnie nie gryzła się w język, kiedy przychodziło jej krytykować obojętność polskiego społeczeństwa wobec dbałości o kulturę fizyczną. W przededniu Wielkiej Wojny na łamach dwutygodnika "Ruch" pytała retorycznie:

poznanie zalecanego przez się systemu ćwiczeń fizycznych? Gdzie rodzice, którzyby postępowali w myśl zasady, że kultura ciała powinna iść równoległe z kulturą umysłową?

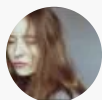
Nieestetyczny strój męski

Po wojnie osiedliła się w Toruniu. Tam też zmarła 30 kwietnia 1927 roku. W latach 20. wciąż pozostawała aktywna, między innymi jako publicystka. Z nieustającym żarem pomstowała na przykład na łamach tygodnika "Sportowiec" na... brzydkie stroje sportowe koszykarek z "Sokoła". Choć dziś, równo sto lat później, nieco inaczej patrzymy na ubiór kobiet w kontekście ich emancypacji, w międzywojennej Polsce apel Kuczalskiej był niewątpliwie feministycznym głosem i wyrazem walki o odrębność i prawo do samostanowienia:

To upodobanie do stroju męskiego jest wysoce nieestetyczne i aż zadziwia, że kobiety młode, po większej części przystojne, zrzekają się przyrodzonego wdzięku i przemieniają się w rodzaj skoczków i dżokejów. Zamiast tych krótkich, wąskich spodzianek, a takich brzydkich, że może się zdawać, że żadna z tych pań nie widziała się w lustrze, mogłyby przywdziać śliczne spódnico-spodnie noszone w Szwecji i Danii, a przyjęte przez większość gimnastyczek w Warszawie.

Jeszcze rok przed śmiercią uczestniczyła w hucznych obchodach jubileuszu 20-lecia istnienia "Grażyny", otrzymując tytuł członkini honorowej, a kilka tygodni przed odejściem gościła w Poznaniu na I Zjeździe Sekcji Wychowania Fizycznego, gdzie spotkała się z gorącymi owacjami. "Do ostatnich chwil życia nie usuwała się od pracy pedagogicznej oraz ofiarnej pracy dla dobra kraju i społeczeństwa", pisano w jednym z prasowych nekrologów. Zgodnie z jej ostatnią wolą jej ciało spoczęło w rodzinnym grobie na warszawskich Powązkach.

OPUBLIKOWANY: 7 MAR 2024 / OSTATNIA AKTUALIZACJA: 7 MAR 2024



AUTOR: MARCELINA OBARSKA

Absolwentka teatrologii na Uniwersytecie Jagiellońskim i Gender Studies w Instytucie Badań Literackich PAN. Doktorantka w Szkole Doktorskiej Nauk Humanistycznych UW. W Culture.pl redaguje dział Teatr i Taniec. Publikuje teksty krytyczne i artykuły o teatrze m.in. w "Didaskaliach" czy "Dialogu".

POLECANE



Posełki, posełkinie, posłanki. Pierwsze polskie parlamentarzystki

"Kobieta głośnym protestem odrzuca niewolniczą bierność ślimaczego istnienia" – grzmiąca Paulina Kuczalska-Reinschmit w odezwie opublikowanej w 1917 roku.

#dziedzictwo



Dwie te kobiety przylgnęły do siebie. Dulębianka i Konopnicka

Ich ciała przez osiem lat leżały w jednym grobie, wcześniej przez ponad dwie dekady kobiety były niemal nierozłączne. Konopnicka o Dulębiance mówiła „Pietrek”, wspominała o niej w większości swoich listów do dzieci. Kim były dla siebie?

#literatura

#dziedzictwo



Literaccy prekursorzy zapisu socjologicznego

W dziejach naszej literatury nie zabrakło pisarzy opowiadających się po stronie ludzi wykluczonych – w czasach dyktatu obcych hegemonów dostrzegali osoby i całe grupy społeczne pozbawiane praw do godnego życia, i występowali w ich obronie.

#literatura

NEWSLETTER

Najciekawsze informacje o polskiej kulturze w twojej pocście.

Twój adres e-mail

ZAPISZ SIĘ

☐

Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zgodnie z ustawą z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych (Dz.U. 2018 poz. 1000), w celu wysyłania newslettera oraz za jego pomocą informowania o organizowanych przez Instytut Adama Mickiewicza wydarzeniach oraz realizowanych projektach.

Ten formularz jest chroniony przez reCAPTCHA i Google [Polityka prywatności](#) i [Warunki korzystania z usługi](#)

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego

Culture.pl to serwis informujący o najważniejszych zjawiskach i tendencjach w kulturze polskiej oraz o wydarzeniach kulturalnych organizowanych w Polsce i za granicą. To największe i najbardziej wszechstronne źródło wiedzy o twórcach i dziełach oraz publikowane na bieżąco recenzje, analizy i omówienia autorstwa profesjonalistów fascynujących się historią i socjologią kultury, estetyką i poszczególnymi dziedzinami twórczości. Portal Culture.pl prowadzony jest przez Instytut Adama Mickiewicza – państwową instytucję kultury, której organizatorem jest Minister Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

INSTYTUT ADAMA MICKIEWICZA

O NAS

RSS

FAQ

KONTAKT

POLITYKA PRYWATNOŚCI

DEKLARACJA DOSTĘPNOŚCI

REGULAMIN

OBSERWUJ NAS!

