

KRZYSZTOF ULANOWSKI

Uniwersytet Gdański

Wydział Nauk Społecznych

e-mail: krzysztof.ulanowski@ug.edu.pl

ORCID: 0000-0003-2551-6807

DOI: 10.34813/ptr2.2025.6

Od wschodu po zachód: słońce w ludowych praktykach magiczno-leczniczych w XIX–XXI w.

From sunrise to sunset: The sun in folk magical and healing practices
in the 19th–21st centuries

Abstract. The sun has played, and continues to play, a significant role in cosmological, symbolic, and religious imaginaries across cultures worldwide – including the folk traditions of the Polish lands. This article focuses on folk healing practices tied to specific times of day, particularly sunrise and sunset. Despite historical and social transformations, these practices demonstrate remarkable continuity from the medieval period to the present day.

The research initially concentrated on material from the Pomerania and Kashubia regions. However, comparison with sources from other areas – such as Masuria, Podhale, and the Lemko region – reveals striking similarities in rituals, beliefs, and sun-related symbolism. The article draws on both historical accounts (from the 15th to 19th centuries) and contemporary ethnographic fieldwork. Central to the discussion are healing rituals that required specific times of day (before sunrise or after sunset), designated places, and sacred objects (such as water, salt etc.).

The article also highlights the presence of an earlier, semi-sacred conception of the sun – as the “eye of God,” a “divine shield,” or even a feminine figure (the “holy lady”) – and the persistence of these notions in therapeutic folk practices. This study seeks to illuminate the role of the sun as a key element of folk worldview, wherein the sacred, nature, and healing practice form a complex and enduring whole.

Keywords: sun, healing and magical practices, sunset, sunrise, folk beliefs.

W swoich badaniach zajmuję się tematyką słońca, a dokładniej pór dnia z głównym uwzględnieniem wschodu i zachodu słońca i ich relacji do ludowych zabiegów leczniczych, głównie w XIX w., ale także i wiekach kolejnych. Odnosnie do XXI w. opieram się również na przeprowadzonych osobiście badaniach, wywiadach i zebranych materiałach dokumentalnych.

W początkowej fazie badań koncentrowałem się wyłącznie na materiale dotyczącym Pomorza i Kaszub. W kolejnych swoich analizach dostrzegłem jednak daleko idącą zbieżność z materiałem z innych regionów Polski i Niemiec¹, czy to XIX-wiecznych Prus (dzisiejszych Mazur), czy innych regionów Polski (Mazowsze, Wielkopolska, Małopolska, Lubelskie, Podlasie), sięgających na południu aż po Podtatrze i Łemkowszczyznę. Dlatego zdecydowałem się na szerszy kontekst, zwracając uwagę na daleko idącą konwergencję zjawisk kulturowych, która nawet dziś nie wydaje się wcale oczywista, tym bardziej nie wydawała się taka w odniesieniu do materiału XIX-wiecznego, kiedy to droga z Pomorza na Łemkowszczyznę była daleka i wyboista. Natomiast sprawa tych wzajemnych relacji i analogii okazała się niezwykle ciekawym zagadnieniem badawczym.

Tytuł tego artykułu mógłby równie dobrze brzmieć „Święta Pani” na niebie: ludowa duchowość i lecznictwo wobec słońca” i poniżej wyjaśniam, dlaczego. Słońce w średniowieczu, często było utożsamiane z Matką Boską (Karwot, 1955, s. 81). Około 200 lat po *Katalogu magii Rudolfa*, pochodzącym z XII w., Mikołaj z Jawora w swoim dziele o przesądach opisał przypadek starej kobiety, która uważała słońce za boginię, nazywając je „świętą panią” (*sancta domina*). W jej imieniu dokonywała ona błogosławieństw i przez czterdzieści lat swej aktywności miała wyleczyć wiele osób z licznych chorób (Bracha, 1999, s. 123–124, 125–126, [f, 261v2]). Tomicki natomiast wymienił szereg przykładów, w których słońce określano okiem, a nawet twarzą Boga (1976, s. 70).

Znanych jest wiele przypadków modlenia się do słońca, klękania w trakcie jego wschodu, bogobojnego zdejmowania nakrycia głowy etc. (Bracha, 1999, s. 124, przyp. 56; zob. Józefów-Czerwińska, 2017, s. 128).

¹ Należy pamiętać o tym, że w XIX w. obszar Pomorza (znacznie szerzej definiowanego niż współcześnie) należał do Niemiec. Niemiecka prowincja Pommern w granicach do 1945 roku zajmowała tereny po obu stronach ujścia Odry, dalej prowincja Vorpommern, czyli Pomorze Przednie sięgała na zachód od Odry, natomiast ziemie na wschód od Odry po linię Łębork–Bytów tworzyły prowincję Hinterpommern, czyli Pomorze Tyne. Teren dzisiejszego Pomorza Gdańskiego (zwanego też Wschodnim), w skład którego wchodzi Kaszuby, w nomenklaturze niemieckiej określano Pommerellen. Tereny obecnego województwa pomorskiego z siedzibą w Gdańsku (w zbliżonym, ale odmiennym obszarze, bez Gdańska, Żuław etc.), w okresie międzywojennym wchodziły w skład województwa pomorskiego z siedzibą w Toruniu. Podobnie przed II wojną światową teren dzisiejszych Mazur, czyli dawnych Prus (Książęcych), również należał do Niemiec. Kolberg swój tom o tych terenach tytułuje: *Mazury Pruskie* (tom 40).

Na Pomorzu jeszcze w XIX w. przed słońcem klęczano i mówiono pacierze w Święto Bożego Narodzenia (Moszyński, 1934, s. 450). Modlitwa była praktykowana nie tylko w kościele i w domu, ale i przed progiem domostwa twarzą w kierunku słońca (Bracha, 1999, s. 202).

W XIX w. wśród ludu wciąż utożsamiano słońce – tarczę gorejącą, obracającą się wokół ziem (!) – z twarzą lub okiem Boga (Moszyński, 1934, s. 445, 713). Cieszyło się ono tak ogromnym uznaniem, gdyż, podobnie jak Boga, uznawano je za dobre (Moszyński, 1934, s. 447). Powszechnie wierzono, że na słońcu znajdował się tron Jezusa, zaś w poranek wielkanocny o wschodzie słońca można było dostrzec na nim baranka z krzyżem (Brückner, 1918, s. 67; Gulowski, 1911–2012, s. 169; Lorentz, 1934, s. 87).

Z szacunku, graniczącego z bogobojnością, nie można było stawać tyłem do słońca, oddawać moczu w jego kierunku, zarzynać przed nim zwierząt, wyrzucać śmieci w jego stronę etc. (Kowalski, 1998, s. 518; Moszyński, 1934, s. 446)². Stronę prawą dlatego traktowano jako szczęśliwą we wszelkich poczynaniach i wróżbach, bo była zgodna z kierunkiem ruchu słońca (Moszyński, 1934, s. 447, 719). Po prawej stronie nieboskłonu – na wschodzie – codziennie rodzi się na nowo słońce dające życie, pokonując siły ciemności. Jednakże każdego dnia również ono umiera – po lewej stronie nieboskłonu, czyli na zachodzie.

Nawet w sennikach słońce generalnie oznaczało dobrą wróżbę. Wschodzące słońce oznacza długie życie, słońce wysoko na niebie – coś bardzo dobrego, natomiast zgodnie z tą logiką, zachodzące słońce wróżyło życie krótkie (Niebrzegowska, 1996, s. 208).

Wiemy, że w średniowieczu składano przysięgi na słońce (zob. Bracha, 1999, s. 125). Przynajmniej do XVIII w. nadal tak robiono, wysuwając dwa palce w jego kierunku, co miało symbolicznie oznaczać dotknięcie rzeczy świętej (zob. Kajkowski, 2024, s. 169).

Wreszcie, od czasów średniowiecza znana jest uzdrowicielska moc słońca (Bracha, 1999, s. 125). Notatki Kaznodziei-Anonima z XV w. pokazują kult słońca i jego uzdrowicielską moc. W XVII–XVIII w. wciąż w modzie była medycyna jatromatematyczna (czyli astrologiczna), która łączyła stan zdrowia człowieka z czasem astrologicznym i wiązała chorobę z oddziaływaniem ciał niebieskich (zob. Radomski, 2022, s. 16). Chłopi, aby pozbyć się choroby, wychodzili o wschodzie słońca i stawali twarzą do niego, czekając, aż opuści ich niemoc (Czernik, 1968, s. 190). W XIX w. chory modlił się trzy razy przy wschodzie słońca, zwrócony do niego twarzą: „Kochane słońce, wszędzie szybko i zabierz ode mnie siedemdziesiąt siedem gorączek” (Wuttke, 1869, s. 158).

² Pośrednio z tego też powodu, by nie zbrukać słońca, torturowano i palono czarownice w nocy, po zachodzie, a przed wschodem słońca (Kolberg, 1982, t. 15, s. 299).

Skuteczne uzdrawianie wymagało określonej pory i miejsca. Czas po zachodzie słońca był korzystny dla praktyk leczniczych prowadzących do ustąpienia choroby, a czas przed wschodem słońca sprzyjał procesom odradzania się zdrowia (Bracha, 1999, s. 125). Moszyński mówiąc o czarach, również ich skuteczność uzależniał od pory dnia i miejsca. Miały one być praktykowane przed wschodem lub po zachodzie słońca, na kładce nad wodą lub w miejscu, w które nikt nie uczęszczał (Moszyński, 1934, s. 304). Współczesne badania terenowe przeprowadzone przez Zamościńskiego wskazują na ciągłość tego procesu. Nadal szczególnie istotne są dwie pory dnia: przed wschodem i po zachodzie słońca, choć np. ta druga pora zostaje dodatkowo zniuansowana; przed zachodem słońca (Bielawy), o zachodzie słońca (Będargowo), po zachodzie słońca (Kiedrowice, Pólczo). Skuteczność zabiegów leczniczych wymaga określonego, pustego miejsca, a także rekwizytów – kredy święconej, czerwonej tkaniny, gromnicy – trzykrotne zapalanej, gaszonej i przesuwanej wzdłuż ciała, kiedy się dymi, odmawiania modlitw, czytania Pisma Świętego (Stary Testament), zwracania się do Boga, wykonywanie znaków krzyża nad chorym miejscem oraz powtórzenia zabiegów przez kolejne trzy dni. Wykonywanie znaków krzyża ma świadczyć o tym, że leczenie nie jest związane z diabłem, bo on w powszechnej opinii ludowej „krzyża nie mógł znieść” (Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 118; Karwot, 1955, s. 49–52; Radomski, 2022, s. 178; Zamościński, 2017, s. 363).

Wszelkie niestandardowe sytuacje związane z obserwacją słońca budziły lęk. Komety miały mieć ogony od Pana Boga, które miały smagać ludzi za grzechy. Ich obecność na niebie był niechybnym znakiem zbliżającej się choroby, plagi, wojny, nieurodzaju etc. Tak samo niebezpieczną zapowiedzią dla ludzi było zaćmienie słońca, które było interpretowane przez lud jako pożarcie słońca przez złe moce i oznaczało gniew boży (Biegeleisen, 1929A, s. 511; Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 267; Kolberg, 1962, t. 7, s. 33; 1962, t. 17, s. 70, 72; Kowalski, 1998, s. 520)³. W czasie zaćmienia słońca lub księżyca lud zakrywał studnie i nie wyganiał bydła na pola, żeby uchronić się od zarazy (Biegeleisen, 1929 B, s. 502; Kolberg, 1982, t. 15, s. 125). Nawet w codziennych obserwacjach, gdy słońce zachodziło na czerwono, interpretowano to jako zły znak, np. w pieśni *Nieznany żołnierz* to zapowiedź śmierci tegoż żołnierza (Kamieński, 1936, s. 125, nr 93; zob. Kowalski, 1998, s. 520).

³ Ludowe wspomnienie ewentualnego zaćmienia słońca można odnaleźć w bajce o wojnie i udającym się na nią królu: „Kiedy król miał wojować, a tu nagle słońca nie ma przez trzy dni” (Kolberg, 1962, t. 7, s. 28).

Przed wschodem słońca przekaz chorobę drzewu, najlepiej w piątek i w milczeniu...

Niebezpieczne pory dla człowieka, to te które niosły zmiany, czyli przesilenie wiosenne i jesienne, a jeśli chodzi o pory dnia, to północ, południe, gdyż to tak zwane godziny przełomu, traktowane jako czas zabobonnych poglądów i praktyk. Szczególnie wschód i zachód słońca to czas graniczny, przynoszący światło bądź mrok, kiedy raptownie miała się zwiększać aktywność mocy i bytów „nieziemskich” (Kolberg, 1964, t. 33, s. 111; Libera, 1995, s. 87, 89; Mo-szyński, 1934, s. 719; Stomma, 2000, s. 104).

Jako rezultat przeprowadzonych badań i analiz prezentuję szereg przykładów z szerokim wyjaśnieniem towarzyszących im uwarunkowań, w celu ukazania znaczenia pór dnia i obecności słońca w procesach leczniczo-magicznych.

W piątki, przed wschodem słońca można było pozbyć się skurczu związanego z podagrą. W tym celu należało w trzy następujące po sobie piątki przed wschodem słońca pójść w milczeniu do drzewa owocowego, objąć jego pień, a następnie powiedzieć trzy razy:

Skarżący owocu,
skarżę ci się na mój ciężar.
Wy skurcze i podagro!
Ty wstydliva twarzy! (Jahn, 1886, nr. 213 [Trzebiatów, powiat Bytów])

W kolejnym zabiegu należało, w trzy następujące po sobie piątki przed wschodem albo po zachodzie słońca, podejść do jabłoni i powiedzieć:

Jabłonko, skarżę ci, że gnębi mnie siedemdziesiąt siedem podagr.
Zabierz je ode mnie,
Zabierz je ode mnie,
Aż do grobowej deski! (Jahn, 1886, nr 201 [Warsow, powiat Randow])

Liczby magiczne to odrębny temat, wspomnę więc tylko, że siedem ma potężną moc, bo w siedem dni stworzono świat, stąd liczba ta była szczególnie często stosowana w zabiegach magicznych i leczniczych, np. zioła z siedmiu miedz, woda z siedmiu źródeł etc. (Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 128; Ulanowski, 2023, s. 22), zaś liczba ‘77’ skonstruowana z dwóch ‘7’ symbolizuje nieskończoność (Radomski, 2022, s. 123).

Chory przed wschodem słońca albo po zachodzie powinien całkowicie się rozebrać i jednocześnie wypowiedzieć słowa:

Rwaca, bieżąca podagro,
Zaklinam cię na Sąd Najwyższy,

Zaklinam cię na najwyższego z ludzi,
który potrafi załagodzić ci tę rwącą, bieżącą podagrę.
(Jahn, 1886, nr 197 [Świnoujście, Kuhn u. Schwarz, Nordd. Gebr. nr. 334])

Kolejną chorobę również leczyło się przy pomocy drzewa i rygor pozostawania w milczeniu również tu obowiązywał. Milczenie było konieczne, gdyż zapowiadało ono nowy początek; koniec dla (upersonifikowanej) choroby, początek dla zdrowia. Każdy szczegół tego rytuału musiał być bezwzględnie zachowany. Kolberg wspominał regułę: „Milczy jak zakłęty”, żeby nie wypowiedzieć zaklęcia w złą godzinę, bo natychmiast się spełni (1882, t. 15, s. 50–51). Skuteczność zabiegów leczniczych była zwiększana, gdy leczony był nago, podkreślając tym samym, że pozbywa się on choroby niczym starego ubrania (zob. Moszyński, 1934, s. 302).

Ranikiem przed wschodem słońca lub wieczorem po zachodzie, chory powinien trzy razy podejść do wierzby, gdzie osoba innej płci młodymi pędami wierzby trzy razy musiała zrobić znak krzyża nad wysypką. Przy czym osoba ta, czyli w przypadku mężczyzny kobieta, a kobiety mężczyzna, była zobligowana wypowiedzieć zaklęcie:

Wysypka i wierzba,
Kłóć się:
Wierzba wygrywa,
A wysypka znika.
W imię Boga itd.

Następnie w wierzbę wbijało się pączek, a w drodze powrotnej do domu należało zachować całkowite milczenie (Jahn, 1886, nr 179 [Rollowshagen, powiat Grimmen]).

Przenoszenie magicznych właściwości przed dotknięcie szczegółowo analizował Moszyński (1934, s. 277–284). Przenoszenie choroby na drzewo, a w zasadzie na ducha, który w nim mieszkał, było powszechnie praktykowane w mitologii germańskiej (zob. Kolberg, 1962, t. 7, s. 248).

Jak widzimy z powyższych zaleceń, głównym dniem do odprawienia wspomnianych powyżej rytuałów ma być piątek. Z tradycją dni szczęśliwych i feralnych mamy do czynienia już od starożytności, a i w chrześcijańskim średniowieczu była ona dobrze poświadczona (Bracha, 1999, s. 181). Tradycja tzw. dni egipskich, tj. nieszczęśliwych, gdyż związanych z plagami egipskimi sięgała starożytnych czasów babilońskich, egipskich i rzymskich. W Rzymie *fasti Philocaliani* (dni kalendarza Philocalusa z 354 r. n.e.) to 25 dni, z których na każdy miesiąc przypadały 2 feralne (Bracha, 1999, s. 184). W świecie chrześcijańskim znane były one już w IX w., a w XIII w. pojawiły się zapiski

kalendarzowe, a później jeszcze druki jarmarczne, księgi magiczne, astronomiczne, medyczne etc. (Bracha, 1999, s. 185). Kalendarz szczęśliwych i feralnych dni występował u wielu autorów, często z wykazem spełnienia się snów uzależnionym od dni tygodnia i faz księżyca (Więckowski, 2005, s. 46–48). Kolberg w XIX w. wciąż wymieniał daty uznawane przez lud za nieszczęśliwe, np.: 30 kwietnia, 1 października oraz pierwszy lutego, 31 maja i 30 września etc. (1962, t. 17, 118; 1982, t. 15, s. 270). Pory dnia i miesiący odpowiednie dla wróżb wyliczał też Moszyński, podkreślając, że wieczór i północ są szczególnie istotne, bo to tzw. godziny duchów, a duchy odgrywały dużą rolę w przypadku wróżb (1934, s. 370). Jeśli chodzi o dni tygodnia, to Kolberg wymieniał feralne dni, np. poniedziałek, piątek, suche dni⁴ i wielki tydzień. W piątek obowiązywał szereg zakazów, żeby nie stracić zdrowia (Kolberg, 1962, t. 7, s. 174)⁵. Znanе przysłowie mówiło: „Kto w piątek skacze, ten w niedzielę płacze”, zatem należało piątek spędzić w spokoju by być zdrowym (Kolberg, 1970, t. 42, s. 408).

Piątek był też dniem postu, w którym obowiązywał bezwzględny zakaz spożywania mięsa (Stomma, 2000, s. 55, 88, 91, 141). Nie bez znaczenia pozostawał fakt, że na piątek miała przypadać szczególna aktywność czarownic. Na tzw. łyse góry czarownice z okolicy miały latać nocą w soboty, piątki lub czwartki (Berwiński, 1862, t. 2, s. 133)⁶. Pozostaje jeszcze jedna interpretacja, która nie jest podana wprost, otóż w piątek się nie siało i nie sadziło, bo zbiory wówczas byłyby nieudane, nie piekło się też chleba. Zatem dobrze było czynić rytuały lecznicze w piątek, bo choroba nie będzie mogła się dobrze rozwijać, inaczej mówiąc zwiędnie i przepadnie (Ossadnik, 2023, s. 188, 309; Zamościński, 2017, s. 326 [Dołżyca]).

Przekazywanie choroby drzewu odnosiło się nie tylko ludzi, ale też do zwierząt gospodarskich. Gdy w ranie konia (lub bydła) zagnieździły się robaki, to należało wziąć trochę sierści konia i włożyć ją przed wschodem słońca w korę czarnej osiki, a następnie powtórzyć tę procedurę kilka razy, najlepiej „idąc przeciwko słońcu” (Kolberg, 1962, t. 17, s. 157; Jahn 1886, nr 490 [Rackow, powiat Neustettin];).

⁴ Łac. *Quatuor Tempora* – kwartalne dni postu w tradycji Kościoła łacińskiego, obchodzone w środę, piątek i sobotę, na początku każdej z czterech pór roku.

⁵ Jednak na Mazurach czwartek i piątek uznawano za dni szczęśliwe i piątek był dniem zawierania małżeństw (Toeppen, 2014, s. 95, 106, 170; także Koporowska, 2016, s. 119)

⁶ Czarownice można było rozpoznać, że przechodziły przed końmi, żeby je zaczarować. Dla odczynienia trzeba było krzyknąć „W piątek było Boże Narodzenie!”, następnie splunąć i zrobić znak krzyża (Kolberg, 1982, t. 15, s. 121).

W kolejnych przykładach zobaczymy, że chorobę można było przekazać nie tylko drzewu, ale też pomniejszej roślinie czy ziołu⁷. Na zimną gorączkę (febrę) należało przed wschodem lub po zachodzie słońca przez trzy dni z rzędu podejść do krzaka pokrzyw i wypowiedzieć następujące słowa:

Dobry wieczór pokrzywo!
Przynoszę ci gorączkę i zimno!
Niech odejdą ode mnie,
I przejdą na ciebie.

Wymawiając te słowa, należało na krzew nasypać tyle soli kuchennej, ile zmieściło się pomiędzy trzema palcami, a następnie powiedzieć: „W imię Boga” (Jahn, 1886, nr 162 [Wyspa Wolin, Btrg. zu Kunde Pomm. VI. 1, s. 60]).

Kto cierpiał na zimną gorączkę, powinien poskarżyć się na tę przypadłość w czwartek wieczór po zachodzie słońca i w piątek przed wschodem słońca przy ubywającym księżycu pod krzewem bzu, obejmując go bez słowa, a następnie oddalić się tyłem od drzewa. Wówczas gorączka miała go opuścić (Jahn, 1886, nr 167 [Konow, powiat Kamień]).

Jeśli chodzi o drzewa, to mamy tu wspomnianą osikę i wierzbę, a z krzewów – czarny bez. Osina miała moc apotropaiczną, choć jej status był dwuznaczny, bo była ona łączona z nieczystymi mocami, ale i używano się jej przeciwko nim (Moszyński, 1934, s. 535). Ona ze wszystkich drzew miała największe czarnoksięskie znaczenie – najwyższą odporność na czary, złe moce, epidemie i upiory. Jej gałęzie i patyki chroniły przed duchami i mocami czartowskimi (Kolberg, 1962, t. 7, s. 132; Radomski, 2024, s. 118). Krzyże i kołki osikowe chroniły od cholery i uroków (Czernik, 1968, s. 173; Kolberg, 1962, t. 17, s. 95). Przykładowo, żeby uniknąć czarów, należało wyciąć osinowy kołek, wyjść o świcie, przed wschodem słońca i przed śpiewem ptaków, spojrzeć na cały grunt i powiedzieć: „Ziemia Pana Boga, a nie czarownika. Amen”. Następnie wbić kołek w któryś z rogów działki i powiedzieć: „Dla ciebie osinowy pał, a mnie urodzaj. Amen” i bez słowa wrócić do domu (Więckowski, 2005, s. 79).

Wierzba też miała dwuznaczne znaczenie, za swoją siedzibę obrały ją sobie bowiem mroczne siły. Równocześnie przypisywano jej moc czarodziejską, zdolną do pokonywania zła i odpędzania go. Uderzenie gałązką wierzbową likwidowało wszelkie zadane czary. W Karpatach to z wierzy sporządzano

⁷ Choć to już temat na inne rozważania, to chorobę można było przenieść też bezpośrednio na innego człowieka. Na Pomorzu, by uleczyć się od morowego powietrza, należało spać u dziewczicy, aby choroba z zarażonego przeszła na tę dziewczynę (Jahn, 1886, nr 533). Łaguna zauważył, że sypanie starców z młodymi mogło mieć właśnie takie wytłumaczenie, przeniesienie swojej choroby na drugiego (zob. Barnaś-Baran, 2018, s. 17).

wielkanocne palmy (Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 251; Gustawicz, 1882, s. 88). Świadomość używania gałązek wierzby do leczenia febry funkcjonowała wśród ludu od stuleci, bazie wierzbowe leczyły zaś od bólu gardła (Gustawicz, 1882, s. 4, 89).

Apotropaiczna funkcja czarnego bzu wymieniona jest już w *Katalogu magii Rudolfa* – wspomniano tam o przenoszeniu chorób na krzak bzu (Jahn, 1886, nr 159, 185; Karwot, 1955, s. 143). Moc czarnego bzu służyła przeciw urokom i czarom, choć podobnie jak w przypadku osiki i wierzby uważano, że w bzie mieszkają czarty (Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 24; Czernik, 1968, s. 171; Gustawicz, 1882, s. 90; Kolberg, 1962, t. 17, s. 163). Wierzono, że tam, gdzie występował bez, nie było czarownic i nie mógł uderzyć piorun (Gustawicz, 1882, s. 91). Moszyński, a później Ceklarz za Piekelnikiem, zapisali ludowe zaklęcie: „Święty bzie weź moje bolenie pod twoje korzenie” (Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 24; Moszyński, 1934, s. 535). Kolberg wspominał, że bez zwyczajny był stosowany na febrę oraz na suchoty u dzieci (1962, t. 7, s. 248). Kiedy już nie było innego ratunku dla chorego dziecka, należało je zanieść pod kierz (krzak) kwitnącego bzu (Kolberg, 1982, t. 15, s. 153). Bardzo podobny rytuał na suchoty opisywał również Bracha. Najpierw należało odmówić modlitwę ojcie nasz na wspak, a potem usiąść pod krzakiem bzu z garnkiem wrzącej wody. Inna osoba musiała trzykrotnie obejść krzew i zapytać „Co gotujesz?”, a chory na to miał odpowiedzieć „Stare kawałki młodego ciała”. Jeśli to nie zadziało, to już nic nie mogło choremu pomóc (Bracha, 1999, s. 204–205).

Sól pojawiająca się w ostatnim z powyższych rytuałów miała również silne właściwości oczyszczające i chroniące. Sól miała działanie apotropaiczne, szczególnie przeciw urocznemu spojrzeniu (Moszyński, 1934, s. 314). Kobiecie podejrzaney o czary ciskano sól w twarz (Karwot, 1955, s. 113). Przed urokiem rzuconym wzrokiem, czyli urzeczeniem, chroniło wypowiedzenie formuły: „Soli w oczy!”, „Sól tobie w oczach, kamień w zębach! Jak ziemia woskowi nie szkodzi, tak twoje oczy niech nie szkodzą!”, „Sól tobie w oczy i głownia w zęby!” (Moszyński, 1934, s. 315). A w górach mówiono: „Precz uroku, soli w ocy, na psa urok, na kota ból!” (Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 216). W wypadku rozpoznania czarownicy należało bić ją aż do krwi lub rzucić rozpaloną głownią w twarz. Chleb, sól, węgiel i znak krzyża pozostawały prostymi i skutecznymi środkami przeciw czarom (Ceynowa, 1983, s. 81; Charyton, 2021, s. 9; Kolberg, 1962, t. 7, s. 224).

Aby uleczyć napad febry i gorączkę lub inną uporczywą chorobę, należało zdjąć koszulę lub chustę z głowy (w przypadku kobiety cierpiącej na kołtun) i wieczorem po zachodzie słońca albo z rana przed wschodem słońca, jeżeli

to możliwe, to w czwartek, zanieść ją na rozdroże i zawiesić na drogowskazie (Kolberg, 1962, t. 17, s. 83; Toeppen, 2014, s. 72 [Wały]).

Toeppen wspomina rozdroża i drogowskaz, choć w innych przekazach było to również drzewo albo przydrożny krzyż, albo kapliczka na rozdrożu lub poza granicami wsi (Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 105). Nad Narwią w celu ochrony ludności od wszelkiego zła, w tym chorób i epidemii krzyże wynoszono na skraj wsi, na rozdroża (Matus, 2000, s. 162). Ten rytuał był też praktykowany na Kaszubach. Kiedy we wsi panowała choroba, części garderoby chorego wieszano na drzewie poza wsią lub zakopywało na skrzyżowaniu dróg. Kiedy to ubranie uległo zniszczeniu, np. pod wpływem wiatru, miała zniknąć też choroba (Ceynowa, 1983, 81; Gulgowski, 1911–2012, s. 175). Ten zabieg wspomina też Kolberg: aby odegnąć chorobę, należało koszulę chorego wyrzucić poza granicę wsi (1982, t. 15, s. 134).

W kolejnym przypadku chorobę, zamiast drzewu czy ziołu, przekazywało się mrówkom. W tym celu brało się mocz człowieka, który cierpiał na gorączkę, z mąki ucierało się ciasto, z którego formowało się '77' ciasteczek wielkości ziarna fasoli, następnie szło się przed wschodem słońca do mrowiska, lekko je rozkopywało i umieszczało w nim ciasteczka. Gdy mrówki zjadły ciastka, gorączka miała natychmiast ustąpić, tzn. miały ją przejąć mrówki (Jahn, 1886, nr 601 i 602).

Tak jak można było przekazać chorobę drzewu, tak też można było wrzucić chorobę do wody. W tym celu należało przed wschodem słońca udać się do studni, potrząść powiekę ziarnkami święconego jęczmienia i wrzucić je do wody, następnie wrócić, nie oglądając się za siebie i nie rozmawiając z nikim po drodze (Torliński, 1938, s. 32).

Przed wschodem słońca niech uleczy cię woda

Wspólnym mianownikiem kolejnych rytuałów jest woda jako potężny żywioł oczyszczający i uzdrawiający, najlepiej w formie płynącej i najczęściej pojawiający się w okresie Wielkanocy. Nie należało jednak czerpać jej o północy, tylko przed wschodem słońca (Grimm, 1844, s. 552).

Przepis na pozbycie się febry był następujący: „W Wielki Czwartek przed wschodem i po zachodzie słońca [należało] oblać się zimną wodą lub całkowicie skąpać się w rzece, a ustąpi nawet najuporczywsza febra zimowa” (Talko-Hryncewicz, 1893, s. 231).

Aby wyleczyć wysypkę, świerzb, strupy, chory powinien w święta wielkanocne przed wschodem słońca położyć się przy płynącej wodzie, następnie bez słowa, nie odwracając się, nabrać tej wody i wykąpać się w niej na miejscu

lub w domu. Następnie powinien jeszcze tego samego dnia odnieść wodę z powrotem do potoku, wlewając ją pod prąd. Jeśli zobaczyłby to ktoś inny, kto stałby poniżej i on zaczerpnąłby wody wielkanocnej z tego samego strumienia dla siebie, to przeszłyby na niego wszystkie choroby tego człowieka (Jahn, 1886, nr 478 [Kratzig, powiat Fürstentum]). Bardzo podobny opis znajduje się u Łęgowskiego. W regionie Kartuz panował zwyczaj, że kto miał świerzb, powinien udać się przed wschodem słońca w pierwszy dzień Wielkanocy do wody bieżącej i wykąpać się lub przynieść ją do domu w milczeniu. Woda zaczerpnięta w tym czasie miała możliwość uczynienia pięknym, szczególnie jeśli chodzi o cerę. Wierzono, że woda ta nigdy się nie psuła. Zdaniem Łęgowskiego zwyczaj ten pielęgnowali Niemcy mieszkający wśród Kaszubów, nazywając ją *Osterwasser* (woda wielkanocna). Niemal identyczny zwyczaj autor opisuje na Kociewiu (Łęgowski, 1892, s. 79; Radomski, 2022, s. 164).

Na Kaszubach, zdaniem Gulgowskiego, na gorączkę należało kąpać się w Boże Narodzenie przed wschodem słońca w płynącej wodzie (Gulgowski, 1911–2012, s. 204). Ceynowa, a po nim Torliński opisali wiele podobnych rytuałów: Na wysypkę i „parch” przed wschodem słońca lub po zachodzie należało ukraść po trzy żerdzie z trzech płotów granicznych, spalić je i dziewięć rozżarzonych węgielków przerzucić nad chorym do wody na ten cel przygotowanej. Dalej należało policzyć wstecz od ‘9’ do ‘1’ a potem tą wodą zmyć chore miejsca. Jak w przypadku innych obrządkach należało przy tym zachować głębokie milczenie (Ceynowa, 1983, s. 82; Torliński, 1938, s. 34–35).

Ten zabieg wciąż jest praktykowany na Kaszubach. Wykazały to badania terenowe w tym regionie. Jedna z ankietowanych osób, młoda dwudziestotrzyletnia pani wspominała o tym zabiegu:

To jest taki zabobon, że ktoś jest zarażony (tj. zauroczony) i trzeba zdjąć ten urok, bo ktoś mu źle życzy. Pływające węgielki w wodzie i tę wodę trzeba potem pić (w zależności, czy opadają na dół, czy nie, to jest się zauroczonym bądź nie). Moja mama dodatkowo została potrzepana słomką po ramionach i potem piła tę wodę. (Respondentka nr 29)

Praktyka wylewania wody z kąpeli dziecka pod płot innej położnicy, aby tamto dziecko płakało, ich zaś było spokojne, znana była już bohaterkom *Katalogu magii Rudolfa* (Karwot, 1955, s. 22 [Roz. VIII, 18–19]). Płot z powyższych rytuałów traktowany był jako linia graniczna, przy nim miały spotykać się czarownice, więc trzeba było go zabezpieczyć dziewięcioma rodzajami ziół, łącznie z cierniem (Karwot, 1955, s. 130–131). Urok można było zdjąć przez kąpiel, ale później wodę tę należało wylać tam, gdzie się stykały trzy płoty lub na drogę, którą przechodzili inni (Kolberg, 1970, t. 42, s. 336 [Drohiczyn, Brańsk, Pobikry]; Sadanowicz, 2024, s. 98).

Tak jak inne wysypki, liszaj należało przetrzeć rosą osiadłą na szybach okien. Należało to zrobić przed wschodem słońca i powtarzać przez trzy piątki. W okolicy Gdyni liszaj zażegnivano przed wschodem słońca, również koniecznie w piątki (Torliński, 1938, s. 34). Chore oczy przemywano zaś rosą zebraną przed wschodem słońca lub wodą ze świętych źródeł (Kolberg, 1962, t. 7, s. 152; Radomski, 2022, s. 165). Rosa miała właściwości lecznicze, gdyż utożsamiano ją z potem ziemi, substancją pochodzącą od Boga i związaną z samymi początkami powstania świata.

W okolicach Karwi przykładano na zaczerwienione oko plastry ugotowanego na twardo jajka kurzego i przemywano oczy wodą pobraną z rzeki w dzień Wielkanocy o świcie lub przed wschodem słońca. Warunkiem skuteczności tego zabiegu było to, aby czerpiąc wodę z rzeki, nie oglądać się wstecz i z nikim po drodze nie rozmawiać (Torliński, 1938, s. 32). I współcześnie w Wielkanoc przed zorzą, przed wschodem słońca czerpie się wodę i przemywa nią oczy, twarz, bolące miejsca, gdyż to gwarantuje zdrowie (Zamościński, 2017, s. 327). Ten kaszubski zwyczaj jest wspominany w filmie z 2015 r. w reżyserii P. Zatonii i E. Karczewskiej *Na psa urok!*, w relacji aż trzech niezależnych źródeł. Wspomnienia te różnią się detalami, tj. tym, czy obmywanie święteczną wodą jastrową (*jastrowô wòda*) odbywało się przed, czy po rezurekcji. Jednak cel zabiegu, czyli oczyszczenie z pryszczy, wysypek i uzyskanie zdrowia i ładnej cery oraz środki ku niemu; obmycie się wodą (raczej w godzinach pomiędzy północą a przed wschodem słońca) i powrót w milczeniu do domu, były identyczne. Ciekawe, że w każdej z tych sytuacji miał dotyczyć on wyłącznie kobiet (*Na psa urok!*, minuty 19.32–21.50).

Toeppen przytaczał podobne przykłady z Mazur. W Niedzielę Wielkanocną woda czerpana tego dnia przed wschodem słońca posiadać miała cudowną moc. Wiele osób myło się tego dnia o tej porze w źródle, żeby pozbyć się wysypki, chorób oczu i innych uporczywych dolegliwości. W tym celu wychodziło się wcześniej z domu, zachowując ostrożność, żeby nie być dostrzeżonym przez nikogo, kto by idącego zagadnął. Nie wolno było nikomu odpowiadać, nawet odwzajemnić pozdrowienie. Komu udało się wyjść z domu w szczęśliwą godzinę, ten miał pozbyć się złego; w przeciwnym razie choroba jeszcze się wzmacniała. Osoby dotknięte liszajami i innymi wysypkami szły w pierwszy dzień Wielkanocy, nad ranem, zaraz po północy, do wody i zanurzały się w niej całkowicie. W drodze — tam i z powrotem — nie wolno było wymówić ani słówka (Toeppen, 2014, s. 88 [Wały]).

W tomie dotyczącym Kieleckiego podobny rytuał wspominał Kolberg. W Wielki Piątek przed wschodem słońca należało umyć się w wodzie rzecznej, aby uwolnić się od krost (Kolberg, 1970, t. 42, s. 331 [Siedlce]). Mówił o tym w tomie piętnastym: dziewczyna, która w noc świętojańską przed wscho-

dem słońca (zanim pierwszy ptak zaśpiewa) umyła się rosą, będzie mieć białą cerę bez żadnych piegów (Kolberg, 1982, t. 15, s. 154). Często w Wielki Piątek zanurzano się nago w wodzie, by zachować zdrowie, a później przez cały rok myto się wodą przyniesioną w tym czasie (Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 153, 260). Kąpiel w potoku przed wschodem słońca w nocy z Wielkiego Czwartku na Wielki Piątek, a następnie powrót do domu w milczeniu, zapewniała kobietom zdrowie i urodę również na Podtatrzu (Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 260).

W innym przytoczonym przez Kolberga przykładzie nie ma mowy o wodzie, ale jest o granicy, ale w tym wypadku znaczenie jest podobne. Przed wschodem lub przed zachodem słońca, aby pozbyć się febry, należało wsiąść na miotłę jak na konia, wyjechać na niej za granicę wsi i tam miotłę rzucić za siebie przez głowę i uciekać, ile sił w nogach, nie oglądając się za siebie (Kolberg, 1970, t. 42, s. 325 [Drohiczyn, Brańsk, Pobikry]).

Powtarzający się motyw nieoglądania się za siebie, czy też do tyłu, nie rzadko wcześniej występował w podaniach mitologicznych (*Lot*, *Orfeusz*, *Alkmena*). Trudno jednak oczekiwać, aby ludność wiejska XIX wieku знаła te przykłady. Wy tłumaczenie wydaje się prostsze: to, co z tyłu kojarzy się ze starym, ze śmiercią, to, co przed sobą – z nowym, z życiem, więc kierunek do przodu wiedzie ku pomyślności, zdrowiu i życiu (Stomma, 2000, s. 116). Zakaz oglądania się wstecz występuje zamiast lub razem z nakazem ciszy. Wynika on z tego, że nie ma już potrzeby wracania wzrokiem do czasu, gdy choroba gnębiła, aby nie skusiła się i nie powróciła do ozdrowienia.

Spotykamy też przykłady zbieżne z powyższymi, których wspólnym mianownikiem jest zdrowie i wykonywanie ich przed wschodem słońca: „Gdy w noc przed Zmartwychwstaniem Pańskim, przed wschodem słońca, dostawszysz ktoś wody, w której utonął grzesznik, napije się jej i nią się umyje, to przez cały rok żadna nie dotknie go choroba” (Hilferding, 1965, s. 384).

Chore dziecko należało przez trzy dni nosić przed wschodem słońca do tryskającego źródła, aby w pełni wyzdrowiało (Bracha, 1999, s. 202). Dla wyleczenia choroby serca należało w dziesiątym dniu po nowiu przed wschodem słońca, zamówić wodę i dać ją do picia choremu (Więckowski, 2005, s. 87–88).

Patrzeć w stronę słońca

W części zaleceń wiara w moc słońca jest tak dominująca, że dla wyleczenia wystarczy po prostu zwrócić się w odpowiedniej porze w jego stronę.

Chore lub zauroczone dziecko w celu uzdrowienia należało położyć na progu domu w kierunku słońca (Bracha, 1999, s. 203, przyp. 96; Sadanowicz, 2024, s. 103). Gdy dziecko traciło na wadze, należało je rankiem wynieść naprzeciw

wschodzącego słońca i następnie wypowiedzieć słowa: „Witaj Boże, słoneczny promieniu, Dokąd to bieżysz? Pomóż mi i memu kochanemu dziecku, proszę Boga Ojca Św., by pomógł memu dziecku” (Jahn, 1886, nr 102).

Kto był lunatykiem, miał przez rok podczas malejącego księżyca, każdego piątku od kwadrans przed dwunastą do dwunastej, wychodzić z domu, za-trzymać się pod krzewem bzu i patrzeć w milczeniu w stronę wschodu słońca (Jahn, 1886, nr 471 [Konow, powiat Kamin]).

Aby usunąć ból lub płamę z oka, należało wypowiedzieć zaklęcie:

Trzy dziewice szły zieloną piaszczystą drogą:
Pierwsza zbiera liście z drzew,
Druga piasek z drogi,
Trzecia zamawia boleść.

Po trzykrotnym powtórzeniu „w imię Boga” itd. przed wschodem słońca, należało otwartą ręką trzy razy potrząść oko na krzyż, a chory powinien w celu uleczenia zwrócić twarz ku wschodowi słońca (Jahn, 1886, nr 111 [Rackow, powiat Neustettin]).

Ochwat leczyło się bardzo ścisłym obwiązaniem chorej kończyny wysuszoną skórą solonego węgorka, ale należało też przed wschodem słońca wyjść przed dom i robiąc chorą ręką w powietrzu ruchy chwytające, krzyczeć przy tym: „Ochwat — wychwat — chwył na wiatr” (Torliński, 1938, s. 36).

Brodawki, suchoty, róża i urzeczenie

W dalszej kolejności skupię się na konkretnych dolegliwościach i chorobach, kolejno brodawkach, suchotach i tajemniczej róży.

Leczenie brodawek na skórze rąk połączone było zdaniem Torlińskiego z wieloma niedorzecznymi praktykami. Przykładowo należało kością znalezioną na polu zrobić na brodawce trzy razy znak krzyża i rzucić ją za siebie bądź przed wschodem słońca zakopać na rozstajnych drogach. Można było też na nitce zawiązać tyle węzłków, ile naliczono brodawek, po czym tę nitkę przed wschodem słońca należało wrzucić do studni lub zakopać pod świńskim korytem (Torliński, 1938, s. 34). Jahn wspomina, że przy pozbyciu się brodawek rytuał milczenia także był obowiązujący. By pozbyć się piegów lub brodawek, należało przed wschodem słońca w rękawiczkach podnieść do góry czarne ślimaki, leżące na rosie, wymawiając przy tym imię Boga itd., przetrzeć nimi twarz albo brodawki, następnie odnieść ślimaki w milczeniu w to miejsce, skąd się je wzięło (Jahn, 1886, nr. 675). Kolberg opisał podobny rytuał odprawiany w trakcie zachodu słońca. Należało obwiązać brodawkę ko-

nopną nicią i zawiązać na niej supelki, następnie po zmówieniu *Zdrowaś Mario*, a już po zachodzie słońca zakopać tę nić pod kapieź, czyli tam, gdzie kapiała woda deszczowa ze strzechy (Kolberg, 1970, t. 42, s. 333 [Augustowskie]).

Kości zmarłych (i drewno z grobów) pochodziły ze świata zmarłych, tego, w którym chorób już nie ma, więc dotykane nimi miało powodować uzdrowienie; usuwało piegi, brodawki i uśmierzało ból (Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 109; Karwot, 1955, s. 141; Moszyński, 1934, s. 462–463; Radomski, 2022, s. 123). Zdaniem Biegeleisen ten rytuał stosował „lud niemiecki na Pomorzu” (1929A, s. 74), a Kolberg nadmienił, że kości ludzkie, skradzione z kostnicy i starte na proch były antidotum na klątwę (1982, t. 15, s. 54)⁸.

Pierwsze dwa przykłady dotyczące suchot pochodzą od Jahn, a trzeci geograficznie nie wywodzi się z Pomorza, ale z odległego Podhala.

Na suchoty należało wypowiedzieć w niedzielę albo w czwartek przed wschodem słońca zaklęcie:

Suchoty kości,
suchoty ciała,
suchoty krwi,
zawijazuję i zaklinam was.
(Jahn, 1886, nr 291 [Hinrichshagen, powiat Greifswald])

lub

Szanowna gruzlico,
zabraniam ci zbliżać się do ciała
i krwi zwierzęcia czy człowieka,
ani do jego skóry i kości.
W imię Jezusa Chrystusa.

Należało przy tym patrzeć w kierunku wschodu słońca, przez trzy kolejne piątki, i potrząść częścią ciała obiema rękami od góry do dołu, powtarzając wszystko trzy razy, za każdym razem modląc się: trzy *Ojcze nasz* i trzy *Wierzę w Boga* (Jahn, 1886, nr 297).

W Obidzy zaś chorego na suchoty kąpano w wodzie z dodatkiem ziemi z cmentarza. W tym celu ktoś z rodziny chorego powinien rano przed wschodem słońca przynieść ziemię stamtąd, a niosąc ją nie powinien oglądać się za siebie i z nikim nie rozmawiać. Po kąpieli należało zlać wodę, a ziemię, która się osadziła o północy, z powrotem odnieść na cmentarz, zachowując się w analogiczny sposób (Tylkowa, 1985, s. 47).

⁸ Jednocześnie dla czarownic środkami do zadania czarów są zioła, trawy, mchy, prochy i kości z cmentarza, zwite włosy (kołtun), paznokcie umarłego, palce wisielców i wosk ze świecy zwanej paskalem. Tym można urzec osobę, np. podając jej starte w wódce (Kolberg, 1962, t. 7, s. 83).

Najbardziej tajemniczą dolegliwością z wspomnianych była róża. Leczenia jej mieli się nie podejmować lekarze, tylko odsyłali oni cierpiących na nią ludzi do zamawiaczy, gdyż rzekomo medycyna róży nie leczyła (zob. Sadanowicz, 2024, s. 104). W celu pozbycia się jej należało wykonać ‘3’ lub ‘7’ zabiegów o zachodzie słońca (jeśli zachodziła konieczność to można było wykonać wielokrotność liczby ‘3’, ale koniecznie nieparzystą) (Więckowski, 2005, s. 89). Dla wszystkich zajmujących się medycyną ludową było wiadome, że róża była bardzo poważną chorobą. Sposobów jej zamawiania były setki, w tym miejscu, przytaczam jedynie kilka z nich. I tak należało powiedzieć, najlepiej przed wschodem albo po zachodzie słońca, trzy razy następujące słowa w imię Boga itp. i potrzeć otwartą dłońią trzy razy na krzyż chore miejsce:

Siedemdziesiąt siedem róż, stańcie w miejscu!
Powiadam wam, stańcie w miejscu,
bo Jezus Chrystus po was przejdzie.
(Jahn, 1886, nr 264 [Rackow, powiat, Neustettin])

Przekaz Toeppen jest podobny: należy zamawiać różę trzykrotnie przed zachodem słońca, następnego zaś dnia trzy razy przed wschodem i kolejno trzy razy przed zachodem słońca (Toeppen, 2014, s. 63 [Jerutki]). Różę zamawiało się tymi słowy:

Jezus szedł z głownią w rękę
ogrodem koprowym i mówił:
„Nie będziesz więcej ogniem pustoszyła”.

Formułę tę odmawiało się trzy dni z rzędu, co dzień trzykrotnie po zachodzie słońca. Przy odmawianiu, trzy razy chuchało się lekko na chore miejsce, spłukało się trzy razy na ziemię i nad tym miejscem wykonywało znak krzyża (Toeppen, 2014, s. 70 [Dąbrówno]).

Kolejny sposób pochodzi z Kaszub. Leczyć różę podobno mógł każdy z trzech braci bezpośrednio po sobie narodzonych. Najchętniej wykonywali oni te praktyki przed wschodem lub po zachodzie słońca i niekoniecznie bezpośrednio nad chorym miejscem (Torliński, 1938, s. 39). W wywiadzie przeprowadzonym przeze mnie współcześnie (8 października 2022 r.) w Borucinie na Kaszubach, pani wciąż zajmująca się leczeniem róży powiedziała, że ona swoje zabiegi przeprowadza o zachodzie słońca, tak aby róża zniknęła wraz z zachodzącym słońcem.

Na Podtatrzu, aby ją usunąć z twarzy należało od północy do północy moczyć kwiat róży w wodzie, najlepiej święconej (Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 203).

Poprzednie przykłady nie mówią o tym wprost, ale często chorobę traktowano jako skutek czarów lub rzuconego uroku. W kolejnych rytuałach jest o tym mowa *expressis verbis*.

Okadzało się ludzi i zwierzęta przeciw urokowi w wigilię św. Łucji (12 grudnia) i w Wielki Piątek przed wschodem słońca (Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 63). Gdy na Pomorzu na świnie rzucono urok, to należało pociągnąć świnie za głowę na wschód, przejechać po niej dłonią od głowy do zadu i trzy razy wypowiedzieć, przed wschodem lub po zachodzie słońca, słowa:

Dwoje złych oczu na ciebie spojrzało,
troje dobrych chcą to naprawić:
oko boże i moich dwoje oczu.
(Jahn, 1884, nr. 368 [Świnoujście, Kuhn u. Schwarz, Nordd. Gebr. nr 381])

Zamawiając pleśniawki u małych dzieci, trzeba było przed wschodem i po zachodzie słońca powtórzyć trzy razy „w imię Boga Ojca” itd. następujące wersy i dmuchnąć trzy razy na dziecko przy słowach:

Ten leczy ci N.N.
(Jahn, 1886, nr. 236 [Rackow, powiat, Neustettin])

Na garb u małych dzieci trzeba było poszukać na cmentarzu szkieletu, a w nim odpowiedniej kości, która u danego dziecka krzywo rosła i następnie pocierać tą kością podczas malejącego księżycy codziennie przed wschodem słońca garb dziecka tak długo, aż on zniknie. Następnie należało odnieść kość na pierwotne miejsce (Jahn, 1886, nr. 534 [Rackow, powiat Neustettin]).

Część zabiegów magicznych wykraczała poza wyłącznie lecznicze właściwości, choć pośrednio miała z nimi związek. Pozbycie się śmieci było symbolicznym oczyszczeniem się i pozbyciem się wszelkiego robactwa, które przecież pośrednio przyczyniało się do powstawania chorób. Oba przykłady pochodzą z północy, odpowiednio z Pomorza i Kaszub. Kto chce się ustrzec przed robactwem, powinien w pierwszy dzień Świąt Wielkanocnych przed wschodem słońca pozamiatać izbę i bez słowa wynieść śmieci na cmentarz (Jahn, 1886, nr. 574 [Belgradt, powiat Lauenburg]). W Wielki Piątek przed wschodem słońca, kobiety zamiatały chałupę i musiały zdjąć z siebie zupełnie ubranie, wynieść śmieci na miedzę sąsiada, w ten sposób uwalniały się od robactwa (wszy i pcheł), wypędzając je do sąsiada (Łęgowski, 1892, s. 78).

W samo południe

Południe jest mniej znaną porą dotyczącą leczenia, ale i z tą porą wiążą się liczne podania. Trzeba pamiętać o tym, że według części podań, diabeł straszy w szarą godzinę, czyli zaraz po zachodzie słońca, o godzinie dziesiątej w nocy i właśnie w samo południe (Kolberg, 1962, t. 7, s. 41; 1962, t. 17, s. 107).

Cztery przedstawione tu przeze mnie przykłady nawiązują do gorąca słonecznego południa i ta pora dnia niejako miałyby przejąć gorąco, oparzenie, różę czy suchość z organizmu człowieka.

Pierwszy opisał to Kolberg. Otóż młodzieniec daje sobie zamówić ból zęba, m.in. w ten sposób, że w samo południe klęka przed jarzębiną, obiecując drzewu, że będzie je chronić (w domyśle zamieszkującego go ducha), w zamian ono będzie strzec go przez całe życie przed bólem zębów (Kolberg, 1964, t. 33, s. 144).

Suchoty należało leczyć w południe na rozstajnych drogach (Biegeleisen, 1929A, s. 249). Na różę zaś zalecano: „Weź nić ze sznura wisielca, dodaj doń zioła zerwane na skrzyżowaniu miedz w południe dnia św. Jerzego” (Stomma, 2000, s. 99). Równie groźnego kołtuna należało pozbyć się najlepiej w południe (Libera, 1995, s. 165).

Ostatni rytuał dotyczy oparzeń i zaleca zakłęcie:

Słońce jest wysoko na niebie,
Czerwona jest krew,
Biała jest ręka umarłego,
Tym gaszę ogień i oparzenie.
(Jahn, 1886, nr 141 [Beweringen, powiat Saazig])

Po zachodzie słońca

Sama ta pora, czyli po zachodzie słońca, bywa w rytuałach i zaklęciach doprecyzowana jako np. zmierzch, wieczór, północ. To kolejna pora graniczna, z którą wiąże się szereg nakazów, ostrzeżeń i ograniczeń. Nieochrzczone dzieci były w tym czasie szczególnie narażone na porwanie przez boginki (mamuny, małpy) (Ceklarz i Janicka-Krzywdą, 2024, s. 68; Ossadnik, 2023, s. 193, 284). Po porodzie kobieta nie mogła opuścić domu aż do wyvodu, żeby boginki nie podmieniły jej dziecka na swoje (Kolberg, 1962, t. 7, s. 149). Nie można było zatem przez te 6 tygodni od urodzenia dziecka nic pożyczać, żeby czarownice nie odebrały dziecku szczęścia (Kolberg, 1982, t. 15, s. 123). Pożyczanie ma w tym kontekście wymiar nadmaterialny, gdyż wypożyczenia czegoś poza

dom, szczególnie ognia i to w dniu np. narodzin dziecka, może pozbawić je dobrobytu i szczęścia w życiu (Karwot, 1955, s. 120; Kowalski, 1998, s. 519).

Po zachodzie słońca nie można było dawać ani pożyczać, szczególnie w Wieki Piątek i Boże Narodzenie, wówczas to bowiem czarownice starały się zdobyć jakąś rzecz z domu, aby zdobyć nad nim władzę (Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 192; Ossadnik, 2023, s. 189, 308, 310 [Deszno, Jawornik]; Sadanowicz, 2024, s. 99). Nie można było sprzedawać zwierząt, bo można było w ten sposób stracić powodzenie. Nie można też było pożyczać pieniędzy (Zamościński, 2017, s. 306). Z tego samego powodu po zachodzie słońca nie można było wylewać pomyj ani wymiatać śmieci, bo się w ten sposób szczęście wynosiło z domu (Kolberg, 1970, t. 42, s. 398). Wody z pierwszej kąpieli nie należało wylewać przez trzy dni, a następnie wylać po zachodzie słońca, najlepiej było wylać na trawę, najgorzej na kamienie etc. (Kolberg, 1962, t. 7, s. 140; Ossadnik, 2023, s. 283).

Z drugiej strony, po zachodzie słońca chorobę się wynosiło z domu w nadziei pozbycia się jej lub przekazania innej istocie: człowiekowi, zwierzęciu drzewu. W tym celu chory musiał napełnić swym moczem skorupkę jajka, następnie zamknąć ją i zanieść po zachodzie słońca na jakiegokolwiek rozdroże. Tam miał położyć ją, obejść trzy razy dookoła, robiąc przy tym znak krzyża, a następnie wrócić w milczeniu do domu. Choroba miała przejść na tego, kto przeszedł tą drogą i podniósł skorupkę. Zamiast skorupki można też było użyć czerwonego jabłka albo niewielkiej szklanki (Jahn, 1886, nr 470 [Konow, powiat Kamin]).

Aby uleczyć żółtaczkę, musiał się chory przegłądać w patynie, w chrzcielniczy, świeżo roztopionej smole lub w gnojówce, następnie na uwarzone mięso oddać mocz, a zebrawszy to z całego dnia, wylać na rozstajne drogi przed zachodem słońca (Kolberg, 1962, t. 7, s. 165).

W celu pozbycia się brodawek należało pójść o zmierzchu do pustego napełnionego deszczówką pnia drzewa, przemyć brodawki, a następnie wrócić, nie odwracając się i nie mówiąc ani słowa (Jahn, 1886, nr 485 [Knoop, Gbr. nr 86]).

Kto miał gorączkę, musiał zaś sypnąć w wieczór pełną garść soli w płynącą wodę, wymawiając przy tym następujące słowa:

Sieję me ziarno
W imię Boga Jezusa.
Gdy z tego ziarna coś wyrośnie,
Niech gorączka wróci do mnie.
Gdy sól się rozpuści, gorączka przejdzie.
(Jahn, 1886, nr 176 [Knorrn, Sammlung abergl. Gebr. nr 149])

Wiadomo, że sól nie wyrośnie nigdzie, więc choroba nie miała prawa już nigdy powrócić. Tego rodzaju powiedzenia stosowano, by oszukać chorobę lub złego, np. oszukiwano pukającą do chaty chorobę odpowiedzią: „W domu nie ma nikogo, przyjdź wczoraj” (Moszyński, 1934, s. 200). W ten sam sposób odprowadzano złe duchy: „Odejdź w imię tego, który stworzył niebo i ziemię, i nie wracaj wcześniej niż wczoraj (czyli nigdy)” (Gulgowski, 1911–2012, s. 225).

Chorobę można było wręcz „odrąbać” od siebie. Podczas zachodu słońca należało położyć rękę, od łokcia aż po czubki palców, na progu drzwi, leżąc wewnątrz domu. Osoba zamawiająca chorobę brała natomiast do ręki siekiere, ustawiała się przed drzwiami, mówiąc: „Rąbię, rąbię, rąbię!”. Druga osoba odpowiada: „Co rąbiasz?”. Pierwsza: „Ból w nadgarstku”. Następnie druga osoba brała siekiere i na ramieniu robiła nią trzy razy znak krzyża w imię Boga. Potem siekiere bez słowa odkładano na swoje miejsce, a choroba miała zniknąć (Jahn, 1886, nr 382 [Świnoujście, Kuhn u. Schwarz, Nordd. Gebr. nr. 337]).

Siekiera to nie tylko narzędzie gospodarskie, miała ona także apotropaiczne właściwości, np. pozostawiano ją tam, gdzie miały przebywać duchy, najpierw uderzając w to miejsce trzykrotnie (Kolberg, 1982, t. 15, s. 33). Siekiera umieszczona pod łóżkiem chroniła przed dostępem złego (1982, t. 15, s. 125). Siekiere w celach ochronnych umieszczano na progu domu. Wychodząc z dzieckiem do chrztu trzeba było przekroczyć siekiere, aby nic złego się nie wydarzyło (Karwot, 1955, s. 110; Ossadnik, 2023, s. 312; Radomski, 2022, s. 170). Chroniła ona także przed urokiem kobietę w ciąży (Moszyński, 1934, s. 310). W rytuale lało się wodę na siekiere, a potem dawało ją do picia, aby przeciąć lęk, który miał być źródłem wielu chorób (Moszyński, 1934, s. 210).

I ponownie jak w innych przypadkach, zabezpieczenie od uroku i czarów było jednym z podstawowych narzędzi zapewnienia sobie bezpieczeństwa.

Aby uzdrowić bydło, na który rzucono urok, należało kupić dwa rodzaje proszku czarownicy (tzn. wysuszonego kociego łajna). W czwartek wieczorem po zachodzie słońca dawało się bydłu tego proszku do zielonej paszy, drugim proszkiem okadzano je, robiąc kadzidłem znak krzyża. To samo czyniło się w piątek, przed wschodem i po zachodzie słońca. Na koniec wywiercano w progu obory trzy niewielkie otwory, wypełniając je proszkiem, który służył do okadzenia i ostatecznie zatykało się otwory drewnianymi kółkami (Jahn, 1886, nr. 643 [Liepe na Uznam]). W Woli Batorskiej, około 30 km od Krakowa w podobny sposób pozbywano się zimnicy – tam wdmuchiowano chorobę do wnętrza wierzby (Gustawicz, 1882, s. 89).

Na Podtatrzu w dniu św. Błażeja (3 lutego) po zachodzie słońca bacomie świecili wodę i robili z mąki i tej wody placki, tzw. moskole, które były skutecznym lekarstwem na choroby owiec spowodowane czarami (Ceklarz i Janicka-Krzywdą, 2024, s. 261).

Część ziół, aby była skuteczna również musiała być zebrana po zachodzie słońca. Czarcikęs łąkowy i kozłek, wykopane o północy przed nocą świętojańską pomagały na czary (Jahn, 1886, nr. 759 [Knorrn, Gbr. nr 272]). Zioła do leczenia grypy należało zrywać w miejscu, gdzie schodziły się trzy płoty, w święto maryjne (2 lutego, 25 marca lub 15 sierpnia), albo o północy lub przed wschodem słońca, w wigilię dnia urodzin św. Jana Chrzciciela (Biegeleisen, 1929B, s. 503; Grimm, 1844, s. 676–677, 683; Stomma, 2000, s. 99).

Czosnek, zwany białym zielem, miał silne właściwości apotropaiczne, a szczególnie taki, który został posadzony wraz ze szczęką żmii zabitej przed zachodem słońca (Ceklarz i Janicka-Krzywda, 2024, s. 55; Gustawicz, 1882, s. 20). Czosnek używany był przeciw czarom (Gustawicz, 1882, s. 20; Kolberg, 1962, t. 7, s. 129). Czarownice ściągały mleko od krów, psując je, aby się uchronić przed tym trzeba było okadzić oborę szakłakiem, czosnkiem, cebulą lub święconą pietruszką (Kolberg, 1962, t. 7, s. 89). Na Łemkowszczyźnie czosnek był tak ważny, że od jego spożywania i pocierania nim czoła rozpoczynano ucztę wigilijną (Ossadnik, 2023, s. 186).

Zmierzch, północ to pory w zbiorowej świadomości ludu mocno związane z czarami. Wymieniam poniżej kilka przykładów, które pokazują, jak silne były wierzenia ludu w moce magiczne.

Aby dowiedzieć się o tajemnych i ukrytych rzeczach, należało w dzień św. Jerzego, w południe lub o północy wykopać korzeń werbeny pospolitej i nosić przy sobie, żeby znać przyszłości i to, co ukryte (Jahn 1886, nr. 722 [Rackow, Neustettin]). W Noc Świętojańską, o północy, należało iść na pole, obrać kilka kwiatów chabru i wymówić przy tym następujące „magiczne słowa”: „Ab. Mab. Bab.”, a następnie zjeść te kwiaty. Tym sposobem zyskiwało się moc pokonania wszystkich wrogów i nieprzyjaciół oraz nieodczuwania żadnego ciosu, uderzenia ani ukłucia (Jahn 1886, nr. 444 [Rackow, powiat Neustettin]).

Według jednej z relacji czarownice szkodziły i czarowały tylko w nowiu. Żeby je zobaczyć, trzeba było stanąć o północy w izbie, która miała trzy okna, dokładnie w środkowym oknie (Kolberg, 1962, t. 7, s. 99). Według innej wskazówki należało zdobyć deskę z cmentarza z dziurą od sęka i z nią w ostatni wtorek iść na rozstajne drogi, o północy patrzeć przez nią i wówczas z pewnością dostrzeżło się czarownicę (Kolberg, 1962, t. 7, s. 98; Ceklarz, Janicka-Krzywda, 2024, s. 58).

Podsumowanie

Przedstawione powyżej przykłady i szczegółowo opisane znaczenie poszczególnych elementów licznych rytuałów uzdrawiania nie pozostawiają wątpliwości,

że rola słońca była znacząca w wielu praktykach o charakterystyce leczniczo-magicznym. Nawet jeśli od średniowiecza obserwujemy stopniowe zanikanie jego parasakralnej roli, który to proces przyspiesza z końcem XIX w., to i tak słońce postrzegane jest jako potężna moc o znamionach nadzwyczajności. Szczególnie istotne pozostają dwa momenty w ciągu dnia: wschód i zachód słońca, które określają początek wzrostu światła i mocy pozytywnych lub też nadejście tzw. ciemnej pory dnia, w której prym zaczynają odgrywać siły nieczyste, silnie związane z procesem wróżebnym.

Pamiętam jeden z moich wyjazdów terenowych w 2021 r. na Podlasie, kiedy w trakcie długiej rozmowy z szeptuchą we wsi Grabowiec usłyszałem, że dobrze, iż przybyłem przed zachodem słońca. Wówczas bowiem zabiegi i modlitwa są jeszcze wskazane, natomiast po zmierzchu leczenie nie jest skuteczne, a modlitwy nie trafiają już do Boga, gdyż rozpoczyna się pora panowania złych mocy. Przynajmniej część wierzeń w obszarze istoty pojawiania się słońca na nieboskłonie pozostaje zatem niezmienną od wieków.

Rzecz jasna, w opisanych zabiegach istotną rolę odgrywają czynniki dodatkowe; przenoszenie, transmisja i wyganianie chorób do drzew, ziół, zwierząt czy wynoszenie ich na rozstaje dróg, miedze i pod płoty. Wymagane wówczas jest odpowiednie zachowanie, tj. milczenie, nieodwracanie się tyłem, mycie w odpowiednich dniach i godzinach oraz brak świadków. Wielką pomoc w tych zabiegach świadczą nie tylko odpowiednie osoby, ale właściwe akcesoria, np. sól, gromnica, kreda, siekiera. Wszystko to w połączeniu z odpowiednimi zaklęciami, wymawianymi we właściwej porze i miejscu, cieszyło się ogromnym uznaniem – sądząc po powszechności tych praktyk – i zapewne, trudną dziś do oszacowania, skutecznością.

Zaskakująca jest też zbieżność tych rytuałów na terenach tak geograficznie odległych od siebie, wszak wyspę Uznam od Podhala czy Łemkowszczyzny dzieliły wówczas nie tylko setki kilometrów, ale i odmienne wzorce kulturowe, tradycje i przynależność państwowa. Kwestię tego, dlaczego w części przypadków rytuały i wierzenia różnią się znacząco pomiędzy sąsiednimi wioskami, a są tak bardzo zbieżne w miejscowościach odległych od siebie geograficznie, należałoby zgłębić w kolejnych badaniach.

Tradycje leczniczo-magiczne przetrwały całe wieki, ponieważ uchodziły za skuteczne w oczach praktykujących je ludzi. Nie zawsze jednak sama skuteczność leczenia była podstawową zasadą działania tego systemu. Choć celem było wyzdrowienie, to zawsze jednak niepowodzenie leczenia można było wytłumaczyć np. złamaniem zasad rytuału lub w ostateczności „wołą boską,” co ostatecznie i tak umacniało i legitymizowało cały system. To właśnie ten system tzw. dwuwiary – z dominującą wolą Boga, ale także zespołem istotnych mocy pośrednich; świętych katolickich, istot oddolnie uznanych

za „świętych”, stworów ambiwalentnych i wybitnie niechętnych ludziom, a także upersonifikowanych chorób – tworzył spójny światopogląd. I choć nie był to wyrafinowany system dywinacyjny, jak w przypadku starożytnej Mezopotamii, czy teologiczny, jak w przedchrześcijańskim Egipcie, to wszystkie te elementy współistniały w ramach religii ludowej (*folk religion*), swoistej kombinacji wierzeń wytworzonej przez lud, w której wszystko pozostawało ożywione, a chłopska wyobraźnia potrafiła znaleźć wytłumaczenie każdej przyczyny i odpowiedzieć na każde pytanie.

Literatura

- Anczyk, A. (red.). (2011). *Medicina magica: oblicza medycyny niekonwencjonalnej* (s. 57–84). Wydawnictwo Instytutu Pracy i Zdrowia Środowiskowego.
- Barnaś-Baran, E. (2018). Naturalne metody leczenia dzieci i dorosłych w XIX w. w świetle rękopisu Stosława Łaguny (1833–1900). *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska*, XXXI(2), 11–24.
- Berwiński, R. (1862). *Studia o gusłach, czarach, zabobonach i przesądach ludowych*, t. 2. Nakładem i czcionkami Ludwika Merzbacha w Poznaniu.
- Biegeleisen, H. (1929A). *Lecznictwo ludu polskiego*. Polska Akademia Umiejętności.
- Biegeleisen, H. (1929B). *U kolebki. Przed ołtarzem. Nad mogiłą*. Instytut Stauropi-giański we Lwowie.
- Bracha, K. (1999). *Teolog, diabeł i zabobony. Świadectwo traktatu Mikołaja Magni z Jawora De superstitionibus (1405 r.)*. Wydawnictwo NERITON.
- Brückner, A. (1918). *Mitologia słowiańska*. Akademia Umiejętności.
- Ceklarz, K., Janicka-Krzywda, U. (2024). *Góralskie czary. Leksykon magii Podtatrza i Beskidów Zachodnich*. Tatrzański Park Narodowy.
- Ceynowa, F. (1983). Przesady i zabobony lecznicze w powiecie puckim. *Rocznik Muzeum Narodowego Rolnictwa w Szreniewie*, XIII, 71–84.
- Charyton, M.A. (2011). Współczesna medycyna ludowa na Podlasiu – oczyma szep-tuch. W: A. Anczyk (red.), *Medicina magica: oblicza medycyny niekonwencjonalnej* (s. 57–84). Wydawnictwo Instytutu Medycyny i Zdrowia Środowiskowego.
- Czernik, S. (1968). *Trzy zorze dziewicze. Wśród zamawiań i zaklęć*. Wydawnictwo Łódzkie.
- Grimm, J. (1844). *Deutsche Mythologie*. Band 1. Dieterichsche Buchhandlung.
- Gulgowski, I. (1911–2012). *Von einem unbekannten Volke in Deutschland. Ein Beitrag zur Volks- und Landeskunde der Kaschubei*. Instytut Kaszubski.
- Gustawicz, B. (1882). *Podania, przesady, gadki i nazwy ludowe w dziedzinie przyrody. Część druga: Rośliny*. Drukarnia Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Hilferding, A. (1965). *Ostatki Słowian na południowym brzegu Bałtyckiego Morza*. W: O. Kolberg (red.), *Pomorze* (s. 305–463). Polskie Towarzystwo Ludoznawcze.
- Jahn, U. (1886). *Hexenwesen und Zauberei in Pommern*. Herrcke & Lebeling.

- Józefów-Czerwińska, B. (2017). *Zabobonem nazwano... O wierzeniach, wartościach i dawnych przekonaniach mieszkańców polsko-białoruskiego pogranicza w ich związkach z przeszłością*. Wydawnictwo Trzecia Strona.
- Kajkowski, K. (2024). *Magia wojny i wojna magii w świecie dawnych Słowian*. Muzeum Mitologii Słowiańskiej w Owidzu
- Kamieński, L. (1936). *Pieśni ludu pomorskiego. Tom 1. Pieśni z Kaszub Południowych*. Wydawnictwo Instytutu Bałtyckiego.
- Karwot, E. (1955). *Katalog magii Rudolfa. Źródło etnograficzne XIII wieku*. Polskie Towarzystwo Ludoznawcze.
- Kolberg, O. (1962). *Dzieła wszystkie. Tom 7. Krakowskie, część III*. Polskie Towarzystwo Ludoznawcze.
- Kolberg, O. (1982). *Dzieła wszystkie. Tom 15. Ks. Poznańskie, część VII*. Polskie Towarzystwo Ludoznawcze.
- Kolberg, O. (1962). *Dzieła wszystkie. Tom 17. Lubelskie, część II*. Polskie Towarzystwo Ludoznawcze.
- Kolberg, O. (1964). *Dzieła wszystkie. Tom 33. Chełmskie, część I*. Polskie Towarzystwo Ludoznawcze..
- Kolberg, O. (1970). *Dzieła wszystkie. Tom 42. Mazowsze, część VII*. Polskie Towarzystwo Ludoznawcze.
- Koprowska-Głowacka, A. (2016). *Magia ludowa z Pomorza i Kujaw*. Region.
- Kowalski, P. (1998). *Leksykon znaki świata. Omen, przesąd, znaczenie*. PWN.
- Libera, Z. (1995). *Medycyna ludowa. Chłopski rozsądek czy gminna fantazja?*. Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Lorentz, F. (1934). *Zarys etnografii kaszubskiej*. W: F. Lorentz, A. Fischer, T. Lehr-Spławiński (red.), *Kaszubi. Kultura ludowa i język* (s. 1–139). Kasa im. Mianowskiego w Toruniu.
- Łęgowski, J. (1892). *Kaszuby i Kociewie. Język, zwyczaje, przesady, podania, zagadki pieśni ludowe w północnej części Prus Zachodnich*. Dziennik Poznański.
- Matus, I. (2000). *Lud nadnarwiański*. Część 1. Katedra Kultury Białoruskiej.
- Moszyński, K. (1934). *Kultura ludowa Słowian. Część 2. Kultura duchowa*. Polska Akademia Umiejętności.
- Niebrzegowska, S. (1996). *Polski sennik ludowy*. Wydawnictwo UMCS.
- Ossadnik, H. (2023). *Między Osławą a Jasiołką. Łemkowszczyzna Wschodnia w latach 1918-1939. Studium historyczno-etnograficzne*. Libra.
- Radomski, M. (2022). *Ludowe rytuały lecznicze na Pomorzu*. Muzeum Pomorza Środkowego w Słupsku.
- Sadanowicz, E. (2024). *Szeptuchy. Religijność ludowa na Podlasiu*. Wydawnictwo Uniwersytetu Białostockiego.
- Stomma, L. (2000). *Antropologia kultury wsi polskiej XIX w.* Tower Press.
- Talko-Hryniewicz, J. (1893). *Zarys lecznictwa ludowego na Rusi Południowej*. Akademia Umiejętności.
- Toeppen, M.P. (2014). *Wierzenia mazurskie*. Oficyna Retman.
- Tomicki, R. (1976). Słowiański mit kosmogeniczny. *Etnografia Polska*, 20(1), 47–97.

- Torliński, J. (1938). *Przesady i zwyczaje lecznicze kaszubskich rybaków nadmorskich*. Dziennik Poznański.
- Tylkowa, D. (1985). Medycyna ludowa. W: A. Kowalska-Lewicka (red.), *Studia z kultury ludowej Beskidu Sądeckiego* (s. 33–52). Ossolineum.
- Ulanowski, K. (2023). Sacredness in Healing and Magical Rituals of the Folk Healers (the szeptucha) from Podlasie. *Przegląd Religioznawczy*, 2(288), 15–27.
- Więckowski, R. (2005). *O czym wiedzą wieduni, szepczą szeptuchy, a nam znać niezbędne*. Wydawnictwo Zoran.
- Wuttke, A. (1869). *Der deutsche Volksaberglaube der Gegenwart*. Wiegand & Grieben.
- Zamościński, K. (2017). Wiedza ludowa o świecie na Pomorzu Wschodnim. W: A. Kwaśniewska (red.), *Niematerialne dziedzictwo kulturowe Pomorza Wschodniego*, (t. 3, s. 291–384). Wydawnictwo UG.

Inne źródła

Film „Na psa urok!”. Reżyseria P. Zatoń i E. Karczewska, 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=cHvEHW9jidM>