

JAKUB DZIEWULSKI  
UKSW, Warszawa

## ILOŚĆ POŻYWIENIA I POSIŁKÓW ORAZ CZAS ICH SPOŻYWANIA W KLASZTORACH STAROŻYTNYCH

### 1. WSTĘP

Pośród wielu problemów życia monastycznego wśród pierwszych chrześcijan, dosyć ważnym wydaje się być odżywianie w klasztorach wczesnochrześcijańskich, gdyż jest to rzecz całkowicie codzienna dla każdego człowieka. Wszyscy autorzy reguł wczesnochrześcijańskich poruszają, czy też regulują w mniejszym bądź w większym stopniu temat odżywiania się z uwzględnieniem różnych aspektów. Z chronologicznej lektury reguł można — jak się wydaje — wyciągnąć wniosek, że zagadnienie to rozwijało się wraz z postępowaniem monastycyzmu. Podstawowymi zaś regulacjami w aspekcie odżywiania się w klasztorach, jakie prawie zawsze były brane pod uwagę były: ilość i czas.

Ilość i czas spożywania posiłków w różnych klasztorach były różne w zależności od okresu w roku. Najczęściej wynikało to z odniesienia się danego autora do okresów postnych. Bardzo często też, autorzy reguł nie wyznaczali dokładnej ilości danego produktu, jaki mnisi mogli spożywać. Jeśli nawet, to istniała znaczna różnica dotycząca konsumpcji między okresem postnym, zarówno pod względem ilości, jak i jakości pożywienia (na przykład, jeżeli już jakiś autor dopuszczał spożywanie mięsa w okresie zwykłym, to w okresach postnych było to surowo zakazane), a okresem zwykłym. Warto się przyjrzeć temu zagadnieniu, wykorzystując reguły starożytnych autorów, mimo że nie wszystkie reguły podają szczegółowe informacje na ten temat. Wydaje się, że zagadnienie to tym bardziej było opisywane, przez autorów reguł, im bardziej rozrastał się chrześcijański ruch monastyczny.

### 2. REGUŁA PACHOMIUSZA

Niektórzy autorzy reguł dość skrupulatnie regulowali czas spożywania posiłków oraz ilość jedzenia, jaką mnisi mieli otrzymać. Inaczej było w przypadku *Reguły Pachomiusza*. Ta kwestia jest w jego *Regule* potraktowana marginalnie.

Otóż, pierwsza wzmianka o ilości pożywienia, jaką wolno było spożywać, pojawia się w punkcie *Reguły* dotyczącym kwestii odwiedzania mnicha przez krewnych w klasztorze. Jeżeli przyniesiono mu coś do jedzenia, miał to przyjąć nie on sam, lecz furtian. Gdy były to potrawy, które jadało się z chlebem, mnich ten miał nic nie otrzymać, ale miały być one zaniezione do izby chorych, gdzie raz mógł coś z tego zjeść. Gdy zaś były to słodocze lub owoce, furtian oceniał, ile sam dałby radę zjeść i tyle dawał temu mnichowi, resztę natomiast odnoszono do izby chorych<sup>1</sup>. Jak więc łatwo zauważyć, Pachomiusz nie podaje jakiegś określonej miary, lecz podlega ona całkowicie subiektywnej ocenie furtiana, który przecież mógł być gorliwym ascetą i wtedy taki mnich mógłby dostać niewiele lub nawet nic.

Również w przypadku, kiedy mnich udawał się poza klasztor do chorych krewnych, po pierwsze, wyruszał z nim jakiś inny mnich, a po drugie, obaj otrzymywali tyle prowiantu, ile przydzielił im przełożony domu. Więc i ta miara posiłku była subiektywnie narzucana w danej chwili. Gdy mnisi ci, znajdowali się już w domu owych krewnych, mogli spożywać tylko to, co zazwyczaj jadali w klasztorze, ale znowu nie ma podanej ilości. Wracając natomiast, gdy dostali prowiant na drogę, mieli zjeść tyle, „ile wystarczy w podróży”, a resztę mieli oddać przełożonemu po powrocie<sup>2</sup>. Cały czas więc Pachomiusz zdaje się na przełożonych w danym klasztorze i samych mnichów, aby oni oceniali, ile można jeść. Mogło to wynikać z warunków miejscowych, związanych z dostępnością pożywienia w różnych częściach Egiptu, lub też z nastawienia danego klasztoru na wymiar ascezy.

Podobnie brak jest informacji o ilości pożywienia przy okazji omawiania posilania się w trakcie pracy w polu. Dyżurny tygodniowy rozdzielał po prostu pożywienie, które zostało zabrane z klasztoru. Wodę również miał rozdać „według zasady przestrzeganej w klasztorze”<sup>3</sup>. Podsumowując, należy przyjąć, że ilość pożywienia, jaką otrzymywali mnisi, była sprawą indywidualną każdego klasztoru pachomiańskiego i nie była uregulowana ogólnie przez *Regułę*.

Jeżeli chodzi o informacje dotyczące czasu spożywania posiłków, to są one dość szczątkowe. Przede wszystkim, z trzech punktów *Reguły* wynika, że jeden z posiłków odbywał się po porannej modlitwie, która była odprawiana zaraz po pobudce, a przed zajęciem się pracą lub wyjściem do pracy w polu<sup>4</sup>. Można więc ten posiłek nazwać po prostu śniadaniem.

Wydaje się, że był również drugi posiłek, którego, jeśli ktoś chciał bardziej pościć, można było nie spożywać ze wszystkimi, lecz w swojej celi jeść sam

<sup>1</sup> Por. św. Pachomiusz, *Reguła* [dalej: RPach] 53, Źródła Monastyczne 11, Kraków 1996, s. 139–140.

<sup>2</sup> Por. RPach 54, s. 140.

<sup>3</sup> Por. RPach 64, s. 142.

<sup>4</sup> Por. RPach 3, s. 129 oraz 24 i 26, s. 133.

chleb z solą<sup>5</sup>. Ten posiłek mógł się odbywać, jak wspomniano, poza klasztorem przy pracy<sup>6</sup>. Musiałby więc odbywać się po południu.

Ważnym zagadnieniem w regułach jest post, omawiany przez wszystkich autorów. Pachomiusz to zagadnienie traktuje znów marginalnie. Jedyne przepisy, w jakim wspomina post, to kategoryczny zakaz picia, jeżeli mnich obudzi się w nocy i odczuje pragnienie, „a nadchodziłby dzień postu”<sup>7</sup>.

### 3. REGUŁY BAZYLEGO WIELKIEGO

Bazyli podobnie jak Pachomiusz nie podaje dokładnej ilości spożywanych pokarmów, bo jak twierdzi: „różna jest miara i sposób ich spożywania, ponieważ także potrzeby każdego są różne w zależności od wieku, pracy i stanu zdrowia”<sup>8</sup>. Bazyli stwierdza, że jedynym celem pożywienia jest zaspokojenie potrzeb życiowych, nie należy na pewno szukać w jedzeniu żadnej przyjemności, ponieważ kiedy żołądek człowieka jest obciążony, wtedy jest on niezdolny do pracy. Ponadto jedzenie dla przyjemności czyni z „brzucha boga”. Należy więc posilać się skromnie i prosto, tak jak Chrystus nakarmił rzeszę ludzi tylko chlebem i rybami, chociaż mógł to uczynić bardziej wyszukаныmi potrawami. Wyjątkiem od tej zasady skromności byli chorzy, wyczerpani pracą albo podejmujący wielki wysiłek czy długą podróż. Im to przełożeni mieli zapewnić „szczególne pokarmy”<sup>9</sup>. Jednak ci, którzy pracowali ciężko, sami nie powinni domagać się większej ilości pożywienia niż normalnie<sup>10</sup>.

Odnosnie do czasu spożywania, Bazyli wspomina, że była jakaś wspólna „godzina posiłku” oraz że wszyscy bracia powinni być wtedy obecni. Spóźnianie się było surowo karane, chyba że dany mnich miał usprawiedliwienie od przełożonego<sup>11</sup>. W klasztorach bazylikańskich były dwa posiłki: obiad (a)/riston) oraz kolacja (dei~pnon)<sup>12</sup>.

Post był dwojaki. Był post wspólnotowy oraz indywidualny, którego nie wolno było zabraniać mnichom, a oni powinni pościć odczoch bez przymusu<sup>13</sup>. Post polegał na ograniczaniu sobie jakichś potraw, jednak całkowicie indywidualne decyzje w tej sprawie Bazyli uważał za niebezpieczne, gdyż jest to — według niego — sprawa woli człowieka, a nie zwykłego powstrzymania się od

<sup>5</sup> Por. RPach 79, s. 145.

<sup>6</sup> Por. RPach 64, s. 142.

<sup>7</sup> Por. RPach 88, s. 146–147.

<sup>8</sup> św. Bazyli Wielki, *Reguły dłuższe* 19, Źródła Monastyczne 6, Kraków 2011, s. 108–110.

<sup>9</sup> Por. tamże.

<sup>10</sup> Por. św. Bazyli Wielki, *Reguły krótsze* [dalej: RKRzBazPI] 135, Źródła Monastyczne 6, Kraków 2011 s. 309.

<sup>11</sup> Por. RKRzBazPI 136, s. 309–310.

<sup>12</sup> Por. Basilius Magnus, *Regulae fusius tractatae* 21, Patrologia Graeca 31, col. 976.

<sup>13</sup> Por. RKRzBazPI 130, s. 306–307.

pokarmów<sup>14</sup>. Jeżeli jakiś mnich narzucił sobie taki post, to nie mógł domagać się, aby przy danym posiłku były specjalnie dla niego przygotowane jakieś postne pokarmy<sup>15</sup>. To by oznaczało, że mogło się zdarzyć tak, że w takiej sytuacji mnich nie jadł w ogóle.

#### 4. REGULY AUGUSTYNA Z HIPPONY

Św. Augustyn podaje w swoich dziełach jeszcze mniej informacji na omawiany temat. Nie wiadomo, jakie były pory posiłków i ile ich było, jednak można wywnioskować z treści, że jeden z nich odbywał się albo w nonie (czyli około godziny 15) albo w okolicach tej godziny<sup>16</sup>. Podróżujący mnisi nie mogli jeść w drodze, jeżeli nie otrzymali na to pozwolenia<sup>17</sup>. Jeżeli chodzi o post, Augustyn również nie jest precyzyjny, jednak pozostawia mnichom pewną wolność w tej kwestii. Być może ma na względzie dość surowy, gorący klimat Afryki Północnej, niemniej zasada, jaką wprowadza, jest prosta, należy „ujarzmiać” ciało postami, ale racjonalnie, na tyle, na ile danemu mnichowi pozwalają siły i zdrowie. Gdy jakiś mnich w ogóle nie mógł pościć, wtedy miał się powstrzymać po prostu przed jedzeniem pomiędzy porami posiłków<sup>18</sup>.

#### 5. REGULY CEZAREGO Z ARLES

Cezary z Arles był pierwszym autorem wczesnochrześcijańskich reguł, który poświęcił zagadnieniu odżywiania w klasztorach więcej uwagi niż poprzednicy. Ilość spożywanych dań w klasztorze mniszek u Cezarego była trochę różna w zależności od okresu. W okresie zwykłym, posiłki były dwa: obiad (*prandium*) oraz kolacja (*cena*). Pierwszym posiłkiem był obiad, nie wiadomo jednak, o jakiej porze spożywany. Co do ilości pokarmów, to w dniach postnych potraw na obiad było dwie, wobec tego należy przyjąć, że mogło ich być więcej w innych okresach, na przykład trzy. Kolacja mogła być posiłkiem w ilości dań zbliżonym do obiadu, ponieważ na oba te posiłki w większe święta należało dodać dodatkową potrawę oraz słodczyce przy wyjściu z jadalni. W lecie mniszki dostawały do obiadu dwa kubki napoju, w zimie podobnie, bo również dwa. Nie wiadomo więc czemu Cezary robi w tym miejscu rozróżnienie na pory roku. W poście, do jedynego posiłku nazywanego *refectio*, mniszki otrzymywały po trzy kubki napoju.

<sup>14</sup> Por. RKrBazPl 137, s. 310.

<sup>15</sup> Por. RKrBazPl 129, s. 306.

<sup>16</sup> Por. św. Augustyn z Hippony, *Porządek klasztoru* [dalej: AugPk] 3, Pisma Starochrześcijańskich Pisarzy XXVI, Warszawa 1980, s. 101.

<sup>17</sup> Por. AugPk 8, s. 101–103.

<sup>18</sup> Por. św. Augustyn z Hippony, *Regula (Praeceptum)* III(1), Pisma Starochrześcijańskich Pisarzy XXVI, Warszawa 1980, s. 94.

Natomiast młodsze mniszki do każdego posiłku bez wyjątku miały otrzymywać po dwa kubki<sup>19</sup>. Wiadomo też, że kucharkom, za wykonaną pracę, przysługiwał dodatkowy kubek napoju<sup>20</sup>.

Warte wyjaśnienia i uwagi wydają się wszystkie trzy terminy użyte przez Cezarego w tekście, ponieważ nigdzie nie pada ich wyjaśnienie od tłumacza reguł, a są one dość ważne. Otóż pojawiają się *prandium*, czyli obiad, *cena*, czyli kolacja oraz *refectio*, jako posiłek spożywany w poście. Wszystkie trzy są wyrazami bliskoznacznymi i mogą oznaczać „posiłek”, jednak *cena* bez przeszkód można tłumaczyć jako „kolacja”, natomiast *prandium* jako „obiad”, gdyż wynika to również z tekstu. Problem pojawia się z wyrazem *refectio*, gdyż nie bardzo wiadomo, jak go w tym kontekście przetłumaczyć. W celu odkrycia jego znaczenia, trzeba sięgnąć do odpowiedniego punktu *Reguły dla mnichów* Cezarego<sup>21</sup>. Co prawda nie pada tam słowo *refectio*, ale znowu jest mowa o tym, że w poście są trzy dania. Logicznym natomiast wydaje się, że skoro normalnie były dwa posiłki, to te trzy dania muszą odnosić się do jednego, a zatem obfitszego posiłku, nazwanego w *Regule dla dziewic* — *refectio*. Słowo to natomiast może znaczyć nie tylko „posiłek”, ale też „odświeżenie” czy „pokrzepienie”, byłby więc to zatem „pokrzepiający posiłek”.

W innym miejscu *Reguły dla dziewic* pojawiają się zasady spożywania wina. Zasadniczo wina żadnej mniszce nie wolno było kupować, ani przyjmować. Jednak jeżeli zostało ono przysłane dla niej do klasztoru oficjalnie, wtedy musiała je oddać, w obecności ksieni lub przeoryszy, furtiankom. Te z kolei miały zanieść je mniszce piwnicznej i dopiero od niej mniszka, która otrzymała wino, mogła

---

<sup>19</sup> Por. Caesarius Arletanensis Episcopus, *Regula ad virgines* 71, Sources Chretiennes 345, s. 268: „*Ordinem etiam convivii huic regulae inserendum esse credidimus. Cibaria omnibus diebus in ieiunio tria, in prandio bina tantummodo praeparantur. In festivitatis maioribus ad prandium et ad cenam fercula addantur; et recentes de dulciamina addendae sunt. Cotidianis vero diebus ad prandium in aestate binos caldellos, in hieme ad prandium binos caldellos; ad refectioem ternos caldellos accipiant. Ad cenam vero bini caldelli sufficient. Iuniores vero ad prandium, ad cenam, ad refectioem binos accipiant.*” (Por. św. Cezary z Arles, *Regula dla dziewic* [dalej: RDzCezPI] 71, Źródła Monastyczne 2, Kraków 1994, s. 80–81: „Uznaliśmy też za stosowne zamieścić w tej regule i przepisy o posiłkach. W poście codziennie dania trzy; [poza postem] na obiad przygotowywać tylko dwa. W największe święta niech do obiadu i kolacji dodadzą jakieś przysmaki, a do słodczy po szklance mrożonego wina. W dni zaś powszednie w lecie na obiad dwa kubki i w zimie na obiad dwa kubki; na jedyny posiłek trzy kubki niech dostaną, na kolację zaś dwa kubki wystarczą. Młodsze jednak siostry czy to na jedyny posiłek, czy na obiad dostaną po dwa”).

<sup>20</sup> Por. RDzCezPI 14, s. 58.

<sup>21</sup> Por. Caesarius Arletanensis Episcopus, *Regula ad monachos* 22, Sources Chretiennes 398, s. 220: „[...] *Missas vino in ieiunio tres, in prandio vero et in caena duo tantum praeparantur. In prandio binas biberes et in caena accipiant, in ieiunio ternas [...]*” (Por. św. Cezary z Arles, *Regula dla mnichów* [dalej: RMCezPI] 22, Źródła Monastyczne 2, Kraków 1994, s. 91–92: „[...] W poście są trzy dania, gdy zaś jest obiad i wieczerza, przygotowywać tylko po dwa. Do obiadu i do wieczerzy dostaną po dwa kubki napoju; w poście trzy [...]).

je spożywać, wtedy kiedy „jej słabość tego potrzebuje”<sup>22</sup>. Nie wiadomo tylko, czy porcję odmierzała piwniczna, czy też sama mniszka, która chciała się wina napić.

Cezary dość szczegółowo uregulował sprawy postu. Okres postny w przeciągu całego roku wyglądał następująco: od Epifanii do Wielkiego Postu<sup>23</sup> poszczono w poniedziałki, środy i piątki. Następnie: od Pięćdziesiątnicy do 1 września poszczono lub nie według postanowienia przełożonej. Od początku września post znowu był w poniedziałki, środy i piątki, a od 1 listopada do Bożego Narodzenia, codziennie. Przed Epifanią poszczono siedem dni. Ogólnie, o surowości postu decydowała matka klasztoru, biorąc pod uwagę siły i możliwości mniszek, nie powinna być więc przedobrzyć<sup>24</sup>.

Okresy postne u mnichów natomiast wyglądały następująco: od Wielkanocy do września poszczono w środy i piątki. Od września do Bożego narodzenia codziennie, potem do drugiego tygodnia przed Wielkim Postem: w poniedziałki, środy i piątki. Na dwa tygodnie przed Wielkim Postem i w nim, znowu codziennie. Post codzienny jednak nigdy nie dotyczył niedziel, ponieważ Cezary stwierdza krótko: „Kto pości w niedzielę, grzeszy”<sup>25</sup>.

Mnisi u Cezarego spożywali w poście, podobnie jak mniszki, trzy dania i trzy kubki napoju na jedyny posiłek w ciągu dnia. Natomiast w normalnym okresie po dwa dania i dwa kubki napoju na obiad i kolację<sup>26</sup>.

## 6. REGUŁA PAWŁA I STEFANA

Brakuje informacji o tym, ile było posiłków i w jakich porach się one odbywały w klasztorze kierującym się *Regułą Pawła i Stefana*. Natomiast treść jednego z punktów reguły mówi o tym, że młodszy mnisi zdawali psalmy „przy pierwszym posiłku braci”<sup>27</sup>. Na pewno więc posiłków było więcej niż jeden, być może tak jak u Cezarego dwa: obiad i kolacja. Ilość pokarmów również nie była dokładnie określona treścią reguły, jednak została przez nią uregulowana. To znaczy, kwestia ta została całkowicie pozostawiona w gestii przełożonego klasztoru, który to miał sam ustalić, ile mnisi będą jedli. Jednak reguła nakazuje, aby przełożony miał też na uwadze okoliczności. Jeżeli mnisi na przykład danego dnia ciężko pracowali, należało im coś dodać ponad ustaloną wcześniej normę.

<sup>22</sup> Por. RDzCezPI 30, s. 63–64.

<sup>23</sup> Cezary wprawdzie nie wspomina w *Regule dla dziewic*, w jakie dni poszczono w Wielkim Poście, jednak należy przyjąć, że mniszki pościły codziennie, gdyż była to normalna praktyka we wczesnych chrześcijaństwie.

<sup>24</sup> Por. RDzCezPI 67, s. 77–78.

<sup>25</sup> Por. tamże.

<sup>26</sup> Por. RMCezPI 22, s. 91–92.

<sup>27</sup> Por. Paweł i Stefan, *Reguła Pawła i Stefana* [dalej: RPiS] XVI, Pisma Starochrześcijańskich Pisarzy XXVI, Warszawa 1980, s. 148–149.



Normy zaś, obojętnie czy powiększonej czy też nie, nikomu nie wolno było samowolnie przekraczać<sup>28</sup>. Dla pełności obrazu warto zaznaczyć, że *Reguła Pawła i Stefana* nie zawiera informacji dotyczących postu.

## 7. REGUŁA MISTRZA

Kolejną regułą monastyczną, która zostanie teraz poddana analizie pod kontem ilości i czasu spożywania pokarmów, jest *Reguła Mistrza*. Jeżeli chodzi o pory posiłków, to w tej regule jest ich kilka i są oczywiście zależne od okresu roku liturgicznego, ale też i od dnia. W zasadzie Mistrz krytykuje obiady, twierdząc, że już nawet Chrystus dawał przykład, spożywając tylko kolację, a nie obiad, i faktycznie przez większość czasu w jego klasztorze mnisi spożywali tylko jeden posiłek i to jak najpóźniej. W dni zwykle posiłek spożywano dopiero o piętnastej<sup>29</sup>, z wyłączeniem czwartków oraz niedziel, kiedy to spożywano posiłek o dwunastej. Posiłek w dni normalne dlatego miał być o piętnastej, bo po pierwsze: samo w sobie jest to już postem, a po drugie: w Wielkim Poście można było przesunąć porę posiłku na późniejszą, czyli na czas po zmroku, poszcząc przez to jeszcze bardziej.

Zasady dotyczące okresów postnych były następujące: od Sześćdziesiątnicy do rozpoczęcia Wielkiego Postu spożywano jeden posiłek — we środy, piątki i soboty po zmierzchu, a w pozostałe dni o piętnastej. Te kilka dni postnych po Sześćdziesiątnicy Mistrz tłumaczy tym, że nawet w Wielkim Poście nie należy pościć w niedziele i należy je zastąpić tamtymi dniami postnymi po Sześćdziesiątnicy, aby uzyskać pełny 40-dniowy post. Od Świąt Wielkanocnych do Pięćdziesiątnicy posiłek spożywano o godzinie dwunastej, ponieważ — według słów Pisma Świętego — „Nie godzi się wam pościć, gdy Oblubieniec jest z wami”. W tym też okresie dodatkowo spożywano kolacje w czwartki i niedziele. Czwartki nie były według Mistrza dniami postnymi, ponieważ zawsze w czwartki wypada Wniebowstąpienie, natomiast niedziele — ze względu na zmartwychwstanie.

Nie bardzo zrozumiałą jest natomiast zapis co do dalszego okresu, bowiem Autor *Reguły Mistrza* stwierdza, że Pięćdziesiątnica kończy radosny okres świętowania, ale tylko dla kościołów. Dla klasztorów natomiast, okres ten trwa aż do Objawienia Pańskiego. Mogłoby to oznaczać, że spożywano wtedy posiłki

<sup>28</sup> Por. RPIS XVII, s. 149.

<sup>29</sup> Tłumacz *Reguły Mistrza* stosuje zamiennie terminy: „nona” — „dziewiąta” oraz analogicznie termin „seksta” zamiennie z „szósta”. Jest to niezwykle mylące w odczytywaniu tłumaczenia reguły, zwłaszcza jeśli ktoś nie ma dostępu do tekstu łacińskiego lub po prostu nie zna łaciny i nie może sprawdzić, że chodzi o jedno i to samo oraz że przez tę zamiennność nie zostały oddane w żaden sposób godziny obecnie stosowane. W narracji niniejszego artykułu, odszedłem od tych terminów i zastosowałem tłumaczenia polskie poszczególnych nazw godzin. Czyli odpowiednio: „piętnasta” oraz „dwunasta”. Później pojawia się również „tertia”, którą przełożyłem oczywiście jako „dziewiąta”.

tak jak od Wielkanocy do Pięćdziesiątnicy, jednak takiej opinii przeczy pierwsze zdanie z tego punktu reguły: „W każdym czasie w tygodniu przez dwa dni należy się posilać o szóstej [chodzi oczywiście o dwunastą — J.D.], to jest w czwartek i w niedzielę. W inne dni tygodnia trzeba przyjmować posiłek o godzinie dziewiątej [piętnastej — J.D.]”. Dopiero w dalszej części *Reguły Mistrza* pojawiają się inne okresy i wyjątki od nich<sup>30</sup>.

Oczywistym wyjątkiem od zasad żywieniowych byli bracia chorzy: wtedy, gdy wszyscy spożywali posiłek o dwunastej, wtedy oni o dziewiątej rano i analogicznie, kiedy wszyscy o piętnastej, chorzy o dwunastej. Ciężko chorzy, zwłaszcza gdy istniało zagrożenie życia, mogli odżywiać się kiedy chcieli, ale to opat miał dobrze ocenić, kto i jak jest chory, żeby nie karmić lepiej mnicha udającego chorego<sup>31</sup>.

Młodzi mnisi (do dwunastego roku życia, czyli właściwie dzieci) w czasie zimowym mieli pościć w środy, piątki i soboty. Natomiast w pozostałe dni jedli o godzinie dwunastej. W lecie natomiast w środę, piątek i sobotę jedli o dwunastej. W pozostałe zaś dni o godzinie dziewiątej<sup>32</sup>.

Wyjątek stanowili również podróżujący mnisi. Jeżeli podróżowali od Wielkanocy do 24 września, to ze względu na trud podróży nie mieli pościć w środę, piątek i sobotę. Natomiast od 24 września do Wielkanocy w te dni post mieli zachowywać do wieczora. W pozostałe dni tygodnia — obojętnie od okresu — podróżujący mnisi mieli posilać się o dwunastej oraz później pod wieczór<sup>33</sup>.

Jeżeli zaś chodzi o ilość pokarmów, jakie spożywano, to w ramach posiłku podawano dwie gotowane potrawy oraz trzecią, przyrządzaną na surowo, i owoce. Mnisi otrzymywali również chleb, tyle że trudno dziś ustalić w jakiej ilości. W tekście łacińskim jest: „*Medius panis pensans libras singulis fratribus in die sufficiat*”<sup>34</sup>. Przetłumaczyć to można następująco: „**Połowa chleba ważąca funt**”<sup>35</sup> każdemu z braci na dzień wystarczy” lub „**Połowa chleba ważącego funt**”<sup>36</sup> każdemu z braci na dzień wystarczy”. Jest to — jak widać — różnica dosyć znaczna, jednak jeżeli *Reguła Mistrza* porównana zostanie z *Regułą św. Benedykta*, który najprawdopodobniej z Mistrza korzystał, wtedy można przyjąć, że raczej chodzi o pierwszą wersję, to znaczy, że mnisi otrzymywali na dzień cały funt chleba, czyli dosyć dużo. Młodzi mnisi (do lat dwunastu) otrzymywali mniej

<sup>30</sup> Por. Autor niepewny, *Reguła Mistrza* [dalej: RMstPI] XXVIII, Źródła Monastyczne 40, Kraków 2006, s. 213–216.

<sup>31</sup> Por. tamże.

<sup>32</sup> Por. tamże.

<sup>33</sup> Por. tamże. Podobne zalecenia powtórzone są w RMstPI LIX, s. 278–279.

<sup>34</sup> Por. Auctor Incertus, *Ad monachos magistra regula* XXVI, Sources Chretiennes 106, s. 136–138.

<sup>35</sup> Funt (łac. *libra*) — to dokładnie 327,45 g. Warto zauważyć, że dzisiejszy przeciętny cały bochenek chleba waży do pół kilograma.

<sup>36</sup> T.M. Dąbek również nie rozwiewa wątpliwości w swoim tłumaczeniu: „Półowa chleba o wadze funta wystarczy każdemu z braci na dzień...”. Por. RMstPI XXVI, s. 206–207.



niż funt, ale nie wiadomo ile. Jeżeli jednak danego dnia spożywane były dwa posiłki, wtedy jedną trzecią tego chleba szafarz zabierał, aby podać mnichom na kolację. W niedzielę lub dni świąteczne opat mógł podjąć decyzję o podaniu mnichom czegoś dodatkowego do posiłku, mogły to być słodycze<sup>37</sup>.

Z napojów mnisi otrzymywali heminę<sup>38</sup> wina oraz cztery porcje ciepłego napoju do posiłków w porze letniej. Jeżeli jeden z tych posiłków był o dwunastej, to na drugi wieczorny podawano ten napój tylko trzykrotnie. Kiedy w okresie letnim spożywano posiłek o piętnastej, napój podawano tylko dwukrotnie. Gdy jednak posilano się o dwunastej, wtedy spożywano wino zmieszane z wodą. Jednak w tym wypadku, jeżeli jakiemuś mnichowi chciało się jeszcze pić, mógł się napić wody, ale w czarkach i z umiarem między godziną piętnastą a szesnastą, po tej godzinie nie można było pić do pory po nieszporach. W zimie ciepły napój podawano przy posiłkach trzy razy. Kiedy zaś spożywano tylko jeden posiłek, o godzinie dwunastej, wtedy podawano napój tylko jeden raz. Jeśli natomiast spożywano dwa posiłki, jeden o piętnastej, a drugi po nieszporach, to na oba mnisi dostawali po jednym kubku napoju. Od Wielkanocy do Pieczędziesiąticy natomiast, poza czwartkiem i niedzielą, kiedy spożywano o godzinie dwunastej, na wieczerzę otrzymywano po dwa kubki napoju<sup>39</sup>.

Inne zasady dotyczyły — oczywiście — mnichów młodych. Oni w zimie otrzymywali dwa razy ciepły napój, a na wieczór raz. Natomiast w lecie trzy razy na obiad, a dwa razy na kolację<sup>40</sup>.

Jeżeli mnisi wyruszali w podróż, opat przydzielał im dzienną porcję pożywienia przypadającą na każdego mnicha z osobna. Musiał wziąć pod uwagę długość drogi i czas, jaki zajmie wykonanie mnichom polecenia poza klasztorem oraz musiał mieć na uwadze, ile mnisi będą w stanie przenieść surowego pożywienia. Jeżeli droga byłaby tak krótka, że wystarczyłaby zwykła dzienna porcja pokarmu, ale byłaby trudna do pokonania, wtedy opat według uznania mógł dołożyć jeszcze trochę chleba, wina i innych pokarmów, a ewentualnie nawet pieniądze<sup>41</sup>.

Również inaczej niż pozostali mnisi traktowani byli bracia chorzy. Jeżeli chory leżał ciągle w łóżku, jego pokarm ograniczał się tylko do jakiegoś płynu i jajka lub samej ciepłej wody. Chodziło o to, żeby mnicha, który ewentualnie udawałby chorobę, zmusić głodem do wstania z łóżka<sup>42</sup>. Warto zwrócić uwagę, że w porównaniu do pozostałych reguł tu pojawia się dość surowa — żeby nie

<sup>37</sup> Por. RMstPI XXVI, s. 206–207.

<sup>38</sup> *Hemina* — 274 ml, czyli ponad ¼ litra. Tak więc, jeśli mnisi w lato otrzymywali cztery kubki, czyli litr, to jest to ilość w miarę zaspokajająca potrzeby dorosłego człowieka. Jednak ilość podawana zimą, czyli jeden kubek była ilością bardzo surową.

<sup>39</sup> Por. RMstPI XXVII, s. 208–212.

<sup>40</sup> Por. tamże.

<sup>41</sup> Por. RMstPI LX, s. 280.

<sup>42</sup> Por. RMstPI LXIX, s. 292–293.

powiedzieć okrutna — metoda „leczenia”. W pozostałych regułach bowiem, chorzy mnisi bardzo często mogli nawet spożywać mięso, którego nie otrzymywali mnisi zdrowi. Można stąd wysnuć wniosek, że Mistrz, kiedy spisywał swoją regułę, zetknął się z problemem dużej ilości mnichów, którzy symulowali chorobę. Dlatego też, postanowił wprowadzić tak surowy przepis dotyczący domniemanych chorych.

Odstępstwem od tego surowego jadłospisu chorego mnicha była sytuacja, gdy taki mnich chodził na wspólne modlitwy, ale nie pracował ze wszystkimi. To znaczy, mógł on na tych modlitwach leżeć na macie, ale musiał w nich uczestniczyć. Wtedy przysługiwała mu standardowa porcja pożywienia z zastrzeżeniami: chleba mniej o jedną czwartą, natomiast napoju o dwa hausty mniej. Postępowano tak dlatego, gdyż według autora *Reguły Mistrza*: „nie jest sprawiedliwe, żeby na równi traktowano leniwego brata z pracowitym”<sup>43</sup>.

Szczególne przepisy dotyczące spożywania pokarmów obowiązywały w Wielkim Poście. Temu zagadnieniu Mistrz poświęca cały obszerny rozdział swojego dzieła. Posiłki były podawane przez wszystkie 40 dni tylko po modlitwie wieczornej, nawet w czwartki, lecz nie dotyczyło to niedziel, kiedy to spożywano w środku dnia, być może o piętnastej. Wszystkim mnichom w Poście miały wystarczyć dwie potrawy, jedna gotowana, natomiast druga na surowo z owocami i do tego dwie kromki jęczmiennego chleba. Przez pierwsze 10 dni Postu bracia otrzymywali też dwa razy coś do picia, raz było to wino, a raz ciepły napój. W kolejnych 10 dniach zaprzestawano picia ciepłego napoju, pito natomiast tylko wino. W ostatnich 20 dniach, aż do Wielkanocy, wszyscy mnisi poza chorymi, dziećmi do dwunastego roku życia i starcami, przestawali pić wino. Raczono się wtedy gorącą wodą wymieszaną z solą, kminkiem oraz nasionami pietruszki.

Poza tym każdy mnich w pierwszy dzień Postu mógł podjąć indywidualny dodatkowy post i powiedzieć opatowi, czego nie będzie jadł. Był to post dobrowolny, a nie obowiązkowy, jednak bardzo zalecany. Gdy następował dzień Wieczerzy Pańskiej, mnisi znowu jedli wszystko to, od czego się powstrzymywali, ale — jak się zdaje — w Wielki Piątek nie jedli nic, oczywiście znowu nie dotyczyło to chorych, dzieci i starców. Jednak, jeżeli jakiś mnich nie dałby rady wytrwać całego dnia bez jedzenia, wtedy jadł niepobłogosławiony pokarm i nie przyjmował komunii tego dnia. Po Wielkim Poście opat mógł zezwolić na spożywanie mięsa od Wielkanocy do Pięćdziesiątnicy oraz od Bożego Narodzenia do Epifanii, jednak Mistrz bardziej zalecał mnichom niejedzenie mięsa<sup>44</sup>.

---

<sup>43</sup> Por. tamże.

<sup>44</sup> Por. RMstPI LIII, s. 262–268.

8. *REGULA* BENEDYKTA Z NURSJI

Najbardziej precyzyjny w określeniu ilości i czasu spożywania posiłków jest św. Benedykt. Zasadniczo w klasztorze benedyktyńskim były dwa posiłki, a w poście, jeden. Spożywano je, podobnie jak u Mistrza, około godziny dwunastej i piętnastej. Na główny posiłek, którym był zapewne ten pierwszy, czyli obiad, spożywano dwie potrawy gotowane, aby, gdy ktoś nie mógł zjeść jednej, mógł posilić się drugą. Jeżeli natomiast dostępne były jakieś owoce lub jarzyny, można było dodać trzecią potrawę z nich przyrządzoną. Na cały dzień mnichom przysługiwał „jeden, hojnie zważony funt chleba”. To znaczy, jeżeli jedli oni tylko jeden posiłek, to cały ten funt otrzymywali od razu. Jeżeli jednak jedli dwa, szafarz odmierzał jedną trzecią tego funta i zatrzymywał ją do drugiego posiłku, kolacji.

Podobnie jak w *Regule Pawła i Stefana*, tak i tutaj opat mógł dodać w normalny dzień jeszcze coś do jedzenia, jeżeli praca była tego dnia dla mnichów wyczerpująca. Jednak należało zachować umiar, gdyż — według Benedykta — niepowściągliwość jest najbardziej sprzeczna z duchem chrześcijaństwa. Młodszy chłopcy mieli natomiast otrzymywać taką samą porcję jak dorośli, jednak zgodnie z zasadą zachowania umiaru, otrzymywali mniejszą<sup>45</sup>.

Napój, czyli w tym wypadku wino, spożywano w ilości jednej heminy, również na cały dzień. Jednak znowu, jeżeli praca była ciężka lub panował wyjątkowy upał, wtedy opat mógł zezwolić na większą ilość. Jeżeli natomiast nie było w okolicy wina, mnisi powinni się cieszyć, a nie szemrać, ponieważ według Benedykta „picie wina w ogóle mnichom nie przystoi”<sup>46</sup>.

Więcej jedzenia otrzymywali bracia, którzy w danym tygodniu gotowali. Dostawali po kubku napoju i kawałku chleba na godzinę przed posiłkiem, aby swoją pracę wykonywali bez narzekań<sup>47</sup>. Trochę wina z wodą otrzymywał również lektor. Zarówno on, jak i służba kuchenna jedli posiłek po tym, kiedy zjedli pozostali mnisi<sup>48</sup>.

Benedykt dokładnie reguluje, kiedy i o jakich godzinach mają być spożywane posiłki. Otóż, od Wielkanocy do Zesłania Ducha Świętego mnisi spożywali obiad i kolację. Obiad — jak wspomniano — o dwunastej, a kolację wieczorem. Od Zesłania Ducha Świętego do 14 września mnisi jedli podobnie, (mimo, że Benedykt nie wspomina o kolacji, to wydaje się, że ona jednak była zawsze wieczorem poza postami zwykłymi i Wielkim Postem), ale w środy i piątki poszczono aż do piętnastej, przy czym post ten mógł być zniesiony, jeżeli był wyjątkowy upał lub mnisi pracowali ciężko w polu. Jednak to pozostawało oczywiście do

<sup>45</sup> Por. św. Benedykt z Nursji, *Regula* [dalej: RBen] 39, Źródła Monastyczne 40, Kraków 2006, s. 458.

<sup>46</sup> Por. RBen 40, s. 459.

<sup>47</sup> Por. RBen 35, s. 452–453.

<sup>48</sup> Por. tamże.

decyzji opata. Dalej, od 14 września do początku Wielkiego Postu, zawsze bez wyjątków obiad spożywano o piętnastej. Natomiast w okresie Wielkiego Postu, aż do Wielkanocy, spożywano tylko jeden posiłek wieczorem po nieszporach. Należy tutaj wyjaśnić, jak — w kontekście pory posiłków — Benedykt rozumiał określenie „wieczór”. Otóż był to dla niego czas ruchomy, ponieważ zależał od długości trwania dnia, a to dlatego, że nieszpory należało odprawiać tak, aby było jeszcze jasno i aby zakończyły się jeszcze przed zachodem. Wszystko po to, żeby przy posiłku, na stołach nie trzeba było zapalać świec, bo Benedykt ogólnie nakazuje ustalać posiłki w ten sposób, aby wszystko odbywało się w dzień<sup>49</sup>.

Wydaje się, w porównaniu do innych klasztorów, mimo że informacji o odżywianiu w nich jest — jak do tej pory widać — stosunkowo mniej (oczywiście po za Mistrzem), klasztory św. Benedykta były bardzo dobrze zaopatrzone, a mnisi w nich mieszkający nie mogli narzekać na brak pożywienia. Przy minimalnym zestawieniu był to jeden posiłek składający się z dwóch dań, przy czym opat mógł dołożyć, kiedy chciał, kolejne danie z jarzyn i owoców. Dodatkowo mnisi mieli na głowę ilość chleba zbliżoną do dzisiejszych całych bochenków chleba. W wersji maksymalnej, posiłków takich było dwa, co daje maksymalnie sześć dań dziennie, oczywiście plus chleb, i — jeżeli mnisi ciężko pracowali — opat mógł dołożyć jeszcze coś wedle uznania, nie wspominając o winie.

Zatem można powiedzieć, że mnisi benedyktyńscy pod względem pożywienia byli dość bogatym zgromadzeniem. Benedykt co prawda zaleca, aby nikt się nie przejadał, więc ma świadomość, że pożywienia było dość dużo, jednak w innym miejscu, dotyczącym starców i dzieci, stwierdza, że: „surowych przepisów *Reguły* w sprawie pożywienia nie można w żadnym przypadku do nich stosować. Trzeba ich traktować z życzliwością i pozwolić na jedzenie przed wyznaczonym czasem”<sup>50</sup>. Z jednej strony twierdził więc, że taki system odżywiania był mało ascetyczny, a z drugiej, że był zbyt ascetyczny. Jednak wydaje się, że był to dość obfity system odżywiania, a mnisi w klasztorach Benedykta mieli, mówiąc wprost, najeść się do syta, ale nie przejeść. Być może wpływ na takie ustalenie przez Benedykta żywienia miały jego nieudane doświadczenia z mnichami przed spisaniem *Reguły* i założeniem pierwszego klasztoru na Monte Cassino.

## 9. REGUŁY KOLUMBANA

Kolumban, jako chyba najbardziej surowy autor reguł monastycznych, pisze, że posiłek mnichów ma być spożywany późno/pod wieczór (*vesperinus*), gdyż mnisi nie mogą się przejeść jedzeniem, ani nie mogą się upić. Tak więc spożywano tylko jeden posiłek i to pod koniec dnia. Domyślać się można, że posila-

<sup>49</sup> Por. RBen 41, s. 460.

<sup>50</sup> Por. RBen 37, s. 455.

no się pomiędzy modlitwą wieczorną a ostatnią, odbywającą się o północy<sup>51</sup>. Na posiłek mnisi mieli spożywać warzywa, jarzyny<sup>52</sup>, mąkę zaprawianą wodą (czyli podplomyki) oraz „niewielką ilość lichego chleba”. Jest to jedyna „miara” ilości pożywienia, jaka została przez Kolumbana podana w tekście. Posiłek Kolumbana jest więc wyjątkowo ascetyczny. Chodziło o to, żeby mnisi nie obciążali swoich żołądków, bo tym samym przytłumiliby umysł. Posiłek proponowany przez Autora jest — według niego — jak najbardziej posiłkiem umiarkowanym i wstrzemięźliwym, a wstrzemięźliwość z kolei jest według niego cnotą<sup>53</sup>.

#### 10. *REGULA* IZDYDORA Z SEWILLI

Dość dokładny w ustalaniu ilości czasu spożywania jest też św. Izydor z Sewilli. W jego klasztorze, podobnie jak u Benedykta, posiłków było dwa lub jeden, w zależności od okresu roku liturgicznego i kalendarzowego. Mnisi izydoriańscy spożywali dwa posiłki od Pięćdziesiątnicy do końca lata. Wtedy spożywali obiad i kolację. Natomiast w pozostałym czasie rezygnowano z obiadu. Tak czy inaczej, oba posiłki były jednakowe, a składały się zawsze z trzech podstawowych potraw. Pierwsze dwa dania miały składać się z jarzyn zwykłych i strączkowych, a na trzecie danie można było podać owoce, jeżeli oczywiście były dostępne. Poza tym, w jakieś większe święta, można było podać (jednak Izydor nie określa, kto miałby podjąć taką decyzję, ale zapewne był to jak we wcześniejszych regułach, opat) do warzyw trochę mięsa. Jeżeli chodzi o napój, to było nim wino, a mnisi otrzymywali nie do końca określoną miarę trzech kubków wina na cały dzień. Ilości tego pożywienia i czasu spożywania Izydor zabrania przekraczać wszystkim mnichom, poza chorymi. Jednak, z drugiej strony, jeżeli jakiś mnich jest bardzo głodny lub bardzo potrzebuje pić, jego przełożony lub opat mógł mu pozwolić spożyć coś trochę wcześniej, ale musiało się to odbyć w tajemnicy, aby nie wywoływać uczucia głodu lub pragnienia u pozostałych mnichów<sup>54</sup>.

Jeżeli chodzi o posty, to — podobnie jak Augustyn — Izydor nakazywał mnichom, aby poskramiali swoje ciała postami, na tyle na ile pozwala im zdro-

---

<sup>51</sup> O porządku modlitw św. Kolumban bardzo szczegółowo i obszernie rozpisuje się w VII rozdziale *Reguły mnichów*. Ilość odśpiewywanych psalmów zależała od długości trwania dni i nocy i podlegała odpowiedniemu systemowi, tak że minimalna ilość do odśpiewania w sobotę i niedzielę wynosiła 12 psalmów. Natomiast 24 czerwca i 1 października, czasu było tyle, że odśpiewywano cały psalterz. Por. św. Kolumban, *Reguła Mnichów* [dalej: RMKol] VII, Pisma Starochrześcijańskich Pisarzy XXVI, Warszawa 1980, s. 245–247.

<sup>52</sup> Pomimo, że słowa te — *warzywa* i *jarzyny* są teraz synonimami, zdecydowałem się na pozostawienie ich w tekście, tak jakby to były różne słowa ze względu na to, że zarówno tekst łaciński, jak i polskie tłumaczenie dokonuje takiego rozróżnienia.

<sup>53</sup> Por. RMKol III, s. 243–244.

<sup>54</sup> Por. św. Izydor z Sewilli, *Reguła* [dalej: RIzd] IX, Pisma Starochrześcijańskich Pisarzy XXVI, Warszawa 1980, s. 307–309.

wie<sup>55</sup>. Jednak w odróżnieniu od niego daje ogólne zalecenia. Na wstępie stwierdza, że to nie on, tylko „starożytni” wybrali odpowiednie dni na post. Codzienny post był w trakcie Wielkiego Postu, wtedy to nie spożywano obiadów, ani wina, ani oliwy. Kolejnym postnym okresem był czas od Zesłania Ducha Świętego do równonocy jesiennej. Jednak w tym okresie post zachowywany był w ciągu trzech, nieokreślonych dni, a to ze względu na upały w lecie. Kolejny okres postny, kiedy to post był codziennie, to czas od 24 września do Bożego Narodzenia. Następnie post codzienny od 2 stycznia do Wielkanocy. Z postu wyłączeni byli starzy i młodzi mnisi. Starzy mnisi, aby nie utracili resztek sił, młodzi natomiast, aby nie nadwyrężyli zdrowia i żeby mogli być później mocni w postach<sup>56</sup>.

## 11. PODSUMOWANIE

Celem artykułu było przedstawienie ilości i czasu posiłków spożywanych w klasztorach starożytnych. Autor opisał je na podstawie informacji zaczerpniętych z reguł wczesnochrześcijańskich pisarzy.

Nie wszyscy autorzy przykładali do tego problemu dużą wagę. Niektórzy, jak na przykład Pachomiusz czy Augustyn, mogli po prostu nie zdawać sobie sprawy — na tym etapie rozwoju monastycyzmu — z ważkości tego zagadnienia. Nie widzieli, że dokładne ustalenie pory posiłków i ich ilości, będzie regulowało jednocześnie rytm życia klasztorowego, jak i ascezę — jedną z „przyczyn” powstania monastycyzmu w ogóle.

Z kolei tacy autorzy jak Benedykt czy tajemniczy i nieznany z imienia Mistrz, w swoich dziełach dokonali bardzo dokładnej regulacji tego zagadnienia. Dzięki temu w ich regułach została określona nawet dokładna waga (1 funt) spożywanego przez mnichów chleba.

Ważnym zagadnieniem — poruszonym w tym artykule — związanym z ilością i czasem spożywania — był post, który również był traktowany różnie przez autorów reguł. Jego regulacja także rozwijała się w czasie i zazwyczaj związana była z rokiem liturgicznym. W większości autorzy traktowali post jako normalną praktykę ascetyczną, wyjątkiem zaś był Kolumban, który traktował post raczej jako rodzaj kary dla nieposłusznych mnichów.

Wydaje się, że przedstawione zagadnienie pozostaje nadal otwarte dla dalszych analiz i badań naukowych. Można by poszerzyć je jeszcze o inne dzieła autorów reguł wczesnochrześcijańskich, co dałoby pełniejszy obraz ilości i czasu spożywania w klasztorach starożytnych.

---

<sup>55</sup> Por. RIzd III, s. 302–303.

<sup>56</sup> Por. RIzd XI, s. 310.



## THE AMOUNT AND TIMING OF MEALS IN ANCIENT MONASTERIES

## Summary

The amount and timing of meals in various monasteries evolved with the development of Christian monasticism. Although he founded numerous communities, the creator of the first “Rule,” Pachomius, did not see the need to precisely regulate this issue. However, successive authors writing rules increasingly addressed this problem. An analysis of selected rules reveals that a peak in the development of monastic legislation concerning this matter was the rules of Benedict and the mysterious Master, which regulated even the amount of bread that monks should eat each day.

**Keywords:** monasticism, rules, meals in ancient times, early Christianity, ancient history

**Nota o Autorze:** mgr Jakub Dziewulski — doktorant Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie na kierunku Historia. Pola zainteresowań badawczych: historia starożytna, Kościół starożytny, monastycyzm wczesnochrześcijański, język grecki.

**Słowa kluczowe:** monastycyzm, reguły, posiłki w starożytności, wczesne chrześcijaństwo, historia starożytna