

Romulus és Remus leszármazottai már évezredekkel ezelőtt kedvelték a gyógy- és hőforrásokat: a füredi savanyúvizet és a hévízi kénes fürdőt. Egyes források leírják, hogy az egyik római császárné is a füredi savanyúvíztől gyógyult meg. Diocletianus császár felesége – amikor lányát, a száműzött Valériát meglátogatta Tihanyban – a füredi szénsavas gyógyforrás vízének tulajdonította csodás javulását, melynek emlékére Valéria Diana-oltárt emeltetett a tihanyi félszigeten. Tihany egyébként is fontos helyet töltött be akkoriban. A rómaiak felismerték benne a letelepedésre alkalmas helyet, a sok-sok előkerült üveggyöngy-lelet, a római villák alapfalai is bizonyítják mindezt. A rómaiak vághatták át először a félsziget „nyakát”, teljes szigetté alakítva ezzel Tihanyt, amire a tihanyi alapítólevélben is találhatunk utalást.

A fürdőkéltúra a XIX. század közepétől csak szép lassan fejlődött ki a Balaton partján. Kezdetben nem annyira a tóban való fürdőzés bizonyult vonzóknak, hanem a különféle gyógyforrások, savanyúvíz- és gyógykúrák. Ebben az északi part élen járónak bizonyult. Először a népi orvoslásban alkalmazták a savanyúvízforrásokat. Eötvös Károly balatoni útikönyvében leírja, hogy Hévízen 1795-ben fabódékat építettek, s a tó meleg vizét gyógyító fürdőzésre használták. A hévízi tó múltja valóban a messze évszázadokba nyúlik vissza.

A csodató

A reumasok Mekkájának és a magyar Bethesdának nevezett tavat az egyik keletkezéstörténet szerint a szeretet fakasztotta. Akad egy olyan történet is, miszerint Festetics György felkeresett egy híres párizsi orvost, akinek reumájáról panaszkodott. A doktor állította: egyetlen módja van annak, hogy meggyógyuljon, de az nagyon körülményes és nehézkes. Van valahol, az Isten háta mögött, egy balkáni országban, egy csodálatos tó, amelynek vize és iszapja az egyetlen orvosszere ennek a betegségnek, de persze senki sem hajlandó ezt az eldugott helyet felkeresni, talán meg sem tudnák találni...

Bár a tó vízének a bőrre gyakorolt puhító hatásáról már a XIV. században szóltak, de csak a XVIII. századtól kezdték el a tavat sokan látogatni. A helységet a Festeticsek virágoztatták fel, így vált 1795-től kedvelt fürdőhellyé. A nagy helikoni mecénás, Festetics György varázsoltta a tavat rendezetté, a területet feltöltette és fürdőházat építtetett rá. Ekkoriban már betegségek gyógyítására használták. A tó közelében zöldségkertet, kuglizóhelyet és parkot is létesítettek. Festetics halála után azonban a hévízi fürdő fejlesztése megszakadt, és inkább csak a környékbeli parasztok vették igénybe, ahogy erről Fényes Elek is írt 1841-ben: „A környék falvaiból a csonkák, bénák, sínylődők ünnepnaponként eljárnak oda fürödni, noha nem annyira a tóban fürödnek, mint inkább a belőle kiszaladó folyóban. Ünnepnapkor sok

* A XXVI. Berzsenyi Helikon Napok *Pelso, a magyar tenger* című konferenciáján elhangzott előadás szerkesztett változata.

ember sereglett össze a szomszédos falvakból, városokból, kocsival, lóval. A Keszthelyhez félórányra a Hévíz patakja közepén található kénköves forrás csupán a köznéptől használtatott.”

Az újabb fejlesztések csak a XIX. század második felében folytatódhattak. Festetics Tasziló herceg jóvoltából több mint száz vendégszobát nyitottak meg Hévízen. A nagy virágkor akkor köszöntött be, amikor 1905 és 1940 között a Reischl család bérbe vette a fürdőt, ahol európai hírű fürdőorvost alkalmaztak Schulhof Vilmos személyében, akinek intézetében elektroterápiás és laboratóriumi vizsgálatokat is végeztek. A tavon strandfürdő és fürdőház is létesült.

A trianoni békediktátumot követően az egyik legjelentősebb fürdőhellyé vált hazánkban. Ekkortól nagy szálloda- és üdülőépítési program kezdődött. A második világháborúban hadikórház létesült az épületekben. A háború után államosították ugyan, de gyógyfürdőként továbbra is magas rangot vívott ki magának, ekkor épült a fedett termálfürdő is. A védettnek nyilvánított (csoda)tó, a kalcium-magnézium-hidrogén-karbonátos víz, a speciális klimatikus adottságok, a vörös színű tündérrózsák egyedi természeti értékek, s a XXI. században is kedvelt gyógyhelyként látogatták mind a hazai, mind a külföldi turisták.

A füredi savanyúvíz

Kezdetben Balatonfüredet sem a Balaton, hanem elsőként a savanyúvíz tette híressé. Már régóta használták gyógymódként, de a XIX. századtól a polgári fürdőközönség a savanyúvíz-fogyasztás miatt kereste fel nagy számban a fürdőt. Aztán később Osterreicher Manes József, füredi fürdőorvos 1822-ben néhány betegével a Balaton vizét is használtatta hideg fürdőként. Így jelentek meg a XIX. század első harmadában a pár kabinos fürdőházak Füreden is.

A XIX. század végére Balatonfüred már az elsőrendű magyar fürdők közé tartozott. Több nagyméretű szállójában és a nyaralókban közel 600 szoba állt a nyaralni vágyók rendelkezésére. Évente ekkor több mint kétezren keresték fel iszapos vize és a savanyúvíz miatt. Mangold Gusztáv 1894-ben megjelent *Balatonfüredi emlék* című turistakalauza így ír erről az időszakról: „Reggel csoportokban látjuk az elegáns közönséget egyszerű angol flanelle, többnyire világos színekben tartott reggeli öltözékben, kis szalmakalapban vagy matrózforma, most igen kedvelt sapkában megjelenni, a gyógysétányon az illatozó hársfák árnyékában, hol 6–8-ig a javallt ásványvíz-, tej- vagy savókúra séta közben, zene mellett tartatik. Itt van az első rendezvous: itt állapítják meg az egész napi programot, és itt foly a csevegés az előtte való nap eseményeiről először.”

A savanyúvízkúrát a XIX. század végére kiegészítették a balatoni fürdőzésel, az iszappakolással, a tejsavó- és szőlőkúrával. Az ideérkezők – külföldi mintára – komplett wellness-kezelést kaptak. A XIX. században különösen nagyhírűek voltak az érvágással és purgálással összekötött füredi gyógykúrák, amelyeket általában

májusban tartottak, ezért majálisnak is nevezték azokat. Így hangzott egy korabeli savanyúvíz-hirdetés: „A balatonfüredi ásványvíz: Égvényes-sós, szénsavas-vasas savanyúvíz, zsongító. Szelíden izgató és oldó hatásánál fogva, nemcsak a légzőszervek, gyomor, bélhuzam, vesemedence és hólyag idült hurutjánál, vérszegénység, sápkór, görvélykór és női betegségeknel bír kitűnő gyógyerővel; de mint étrendi víz is igen kedvelt és borral vegyítve kellemes üdítő italul szolgál.”

Balatonfüredet már a XIX. század közepén nagyon sok szív- és érrendszeri beteg látogatta, így vált idővel a szívbetegek Mekkájává. A szénsavas fürdőzést – a klimatikus gyógyhelyek mintájára – a szívbetegségben szenvedőknek ajánlották. A külföldi klimatikus gyógyhelyek elnevezései nyomán Füred elnyerte a „magyar Nauheim” és a „magyar Merán” epiteton ornans-t. Ivókúráként napjainkban gyomorhurut, epe- és bélbántalmak, cukorbetegség ellen hatásos a kalcium-, hidrogén-karbonátos, szulfátos típusú víz. A füredi kúrák hatékonyságához a klimatikus tényezők, a kiegyensúlyozott hőmérséklet, a friss levegő, a csodálatos táj és a víz közelsége is hozzájárulnak. Az itt működő Szívkórház napjainkban is professzionális módon folytatja a XIX. századi hagyományokat.

Az almádi gyógymódok

Balatonalmádi sajátos helyet töltött be a XIX. századi part menti üdülőhelyek sorában. A század végén már megalakult az Almádi Fürdő- és Részvénytársaság, majd megnyílt az az Intézet is, ahol az orvostudomány és a természetgyógyászat ötvözésével komplett gyógyprogramot dolgoztak ki. A Gyógyházban bevezetésre került a Kneipp-féle vízkúra, a Rickli-féle nap- és légfürdő, valamint a Lahmann-féle egészséges táplálkozási rend. Ezen kúrák alapján Almádi gyógyfürdői rangot kapott. A gyógyprogram több elemből állt. A légekúra során légsátrakat állítottak fel, amelyek éjszakázásra alkalmas, de tetejükön nyitott szobák voltak. A légekúrához tartozott a testmozgás, a torna és a labdázás is. Ezt nevezték légfürdőzésnek. Ilyenkor a betegek az erdős-hegyes területen felfelé haladva fokozatosan vetették le ruhadarabjaikat, s mire felértek a hegyre, már csak egy kötény maradt rajtuk. A hegyen tornáztak, testmozgás gyanánt fát vágtak, s aki elfáradt, szalmazsákokon pihent meg. Az ún. férfi és női légfürdő épületét a közeli Remete-völgyben alakították ki. A napkúrát 10 és 14 óra között alkalmazták, s a beteg „erre a célra a Balaton víztükre felett emelt, felülről nyitott épületben mezítelenül fekszik a napra, úgy, hogy csak feje van a nap sugaraitól védve”. A napfürdő után általában pokrőcba göngyölték a testét, s annak izzasztása után a ledörzsölést, majd a balatoni úszást – a hullámok „erőművi hatását” – ajánlották, főként idült betegségek és gyulladások ellen. A táplálkozást is a modern gyógymódokhoz igazították: a napi étlapon a reggeli kávé és tej után ebédre tökkáposzta és tükörtörjás szerepelt, de kacsasültet és tejeles rétest is fogyaszthattak a vendégek. Nagyon érdekesek a korabeli leírások; a légekúra például ilyen volt: „Semmi által nem pótolható nagy előny az, hogy az ember éjjel úgy, mint

nappal, folytonosan tiszta levegőt szív magába. Ezen cél elérése végett a vendégek úgynevezett légsátorban lesznek elhelyezve. Nem egyéb ez, mint olyan rendes szoba, melynek egyik oldala nyitott, illetőleg csak léckerítéssel van elzárva, hogy azon át a levegő a szobába éjjel is szabadon behatolhasson. Ez a berendezés rendkívül előnyös az egészség előmozdítására és a test megedzésére. A csukott szobában ugyanis az éj folyamán a levegő megromlik, mert a szobában alvók testéből az éj folyamán elhasznált, szénsav tartalmú, tehát mérges, rossz levegő árad ki.” A Gyógyházat 1925-ben lebontották, s helyére a 96 szobás Pannónia Otthon – szórakoztató és pihenőközpont – épült, amely 1968-ig működött.

A zánkai Vérkút

A zánkai Vérkút megnevezést ma már csak a forrásokból ismerjük. Ez egy olyan ásványos forrásvíz volt, melyet a vas-oxidos vörös talajlerakódás színezett meg, s innen az elnevezése. Kesernyés, gyógyító vizére az 1830-as években fürdőházat építettek, amely sokáig rangos gyógyfürdőként működött. Köszvényre, kólikára ajánlották leginkább, de ivókúraként alkalmazták étvágytalanság, valamint gyengeség és vérszegénység ellen is. Ekkoriban felcser is működött a településen. 1836-ban Fényes Elek már így szólt Vérkútról: „Vérkút egy orvosló erejű forrás ferdőházakkal, mely nyári napokon oly népesen látogattatik, kivált a köznéptől, mint a Füredi. Vize kesernyés és nem savanyú, a kút oldalait pedig és az árkot, melyben a víz elfoly, követeivel együtt vérveresre festi, honnan vette Vérkút nevezetét is. Van itt a köznép számára egy nagy ferdőház, sok káddal, és két különös ferdőházak 4 kádakkal. Ez a ferdő a köszvényeseknek, ütközött tagúaknak, tartós kólikában szenvedőknek igen használ.” A XIX. század végére – mivel a helyet kevésbé karolták fel a korabeli befektetők – a vérkúti gyógy mód szinte teljesen megszűnt, s vizét már csak ivóvízként használták. Az 1950-as években palackozó üzemet szerettek volna létrehozni, s forgalomba hozni a vérkúti ásványvizet, de a kezdeményezés elhalt, s manapság már csak az idősebbek emlékeznek a zánkai Vérkút forrásvizére és szép múltjára.

Siófok – A „magyar Ostende”

A XIX. század végére Füred és általában a Balaton északi partvidéke mellett a vendégsereg már a déli part nevesebb helyeit – pl. Siófok, Lelle, Fonyód – is látogatta. Folyamatosan épültek ki a „turistaparadicsomok” a déli parton.

Siófokon 1871-ben nyitották meg az első Magyar Tenger Fürdőházat: 80 kabinnal és 100 személyes társalgóval. A fürdőházakat ősszel síneken gördítették partra, hogy megvédjék azokat a jégtől. 1879-ben azonban az áradás tönkre tette a házakat. Ezért 1891-ben a Siófoki Balaton Fürdő- és Szálló Részvénytársaság 35 hektáros fürdőtelepet létesített díszes szállodákkal – 210 szobával –, parkkal, nyaralókkal.

Nyáron naponta húsz órán keresztül járt három gőzös is, amelyek egyike Füredet és Siófokot kötötte össze.

A klasszikus értelemben vett fürdőélet az 1890-es évek elején vette kezdetét Siófokon. Ezt tanúsítja az a kiadvány, amelyet a híres gyógyvízszakértő, balneológus, klimatológus, Preysz Kornél írt, és 1893-ban, *Siófok* címmel napvilágot látott. Munkája tulajdonképpen turistacsalogató kalauz, és azt a folyamatot ábrázolja, hogy a „Balaton-fürdő-, szálloda- és részvénytársaság” milyen nagy munkával és milyen lépésekben építette ki a siófoki „üdülőkomplexumot”. Siófok fürdő kiépítésével Ray Rezső pesti építész bízta meg. Munkájáról Preysz Kornél így írt: „A szállodák s az étkező terem nagy áldozattal létesített s megfelelő gonddal kezelt, bár még csak két éves parkban, közvetlenül a parton fekszenek. Előttük 700 méter hosszúságban két méter magas kőburkolattal biztosított s fákkal beültetett széles corso terül el úgy, hogy a fürdő-közönség a tó üdítő pompás légáramlatát különösen este a legközvetlenebbül és legkényelmesebben élvezheti.”

Preysz szinte meghaladva a manapság divatos „wellness” és „fitnesz” kúrák széles választékát, a siófoki egészségkúrákat ismertette, a tej- és szőlőgyógymódról, valamint a homokfürdőről is beszámolt. A változatos egészségkúrák sorolása után összegezte azok balneológiai és további egészségügyi hatásait: a tó kellemes nyári hőfokát (kb. 25 °C), a szénsavas vegyi összetételt, a hullámok gyógyító erejét, amely izommunkára készíti a fürdőzőt. De nem feledkezett el a balatoni napfény üdvös hatásának méltatásáról sem, amely a zsírok lerakódását is csökkenti, s hatással van az anyagcsere-folyamatokra és a vérkeringésre is. A vízpárás, „élménydúsabb” levegő pedig felüdülést jelenthet a poros nagyvárosi atmoszféra után.

Mindezt pedig – hirdette az ősi mondást: „Mens sana in corpore sano” – a következőképpen ajánlja a szerző: „...a kinél kóros a véralkat, csökkent az életerő, kifáradt, vagy éppen kimerült az idegrendszer, szellemi foglalkozás, üzleti gondok s egyéb oknál fogva a nélkül mindez komolyabb bántalom alakjában már határozott alakot öltött volna. Fel kell említenem még azt is, hogy különösen nőkre, akik a nagyváros falai közt rossz levegőben töltik az év legnagyobb részét, akiknél a mozgás hiánya s egyéb kóros hatányok folytán elgyengült az idegrendszer, hiányos a vérképződés, a Balaton-fürdők kitűnő hatással vannak.”

A XIX. század végére megjelentek az északi és a déli part fürdőiben, fürdőtelepein, először különféle fürdőöltönyökben, majd a hölgyek matrőzgalléros öltözékben, az urak szélesen csíkozott, kötött trikóban, a fürdőruhás nyaralók. A „balatoni wellnessnek”, láthattuk, már a XIX. században is nagy és széles tárháza volt, a módszerek, az eszközök azóta változtak, az orvoslás fejlődött, de a cél már ekkoriban is a testi-lelki egészség megtartása volt.

Felhasznált irodalom

- A Balaton-kutatások fontosabb eredményei: 1999–2009.* Szerk.: Bíró Péter, Banczerowski Januszné. Budapest, 2009.
- A Balaton tudományos, művészeti és közéleti arcképcsarnoka.* Szerk.: Hadnagy Károly. Tihany, 2007.
- A Balatonvidék múltja és regevilága.* Összeáll.: Kovács József. Budapest, 1944.
- Antalfy Gyula: *A reformkor Balatonja.* Budapest, 1984.
- Balatonalmádi és Vöröserény története.* Szerk.: Kredics László, Lichtneckert András. Balatonalmádi, 1995.
- Bodor Antal – Gazda István: *Magyarország honismereti irodalma 1527–1944.* Budapest, 1984.
- Bodrossy Leó: *A Balaton regénye. A Balaton és a Bakony-vidék kultúrtörténeti fejlődése.* Budapest, 2002.
- Csiffáry Gabriella: *Régi magyar fürdővilág.* Budapest, 2004.
- Ézsiás Erzsébet: *Az én Balatonom.* Budapest, 2011.
- Fára József: *A balatonfüredi színház megalapítása és működésének első évtizedei.* Zalaegerszeg, 1925.
- Gál László: „*Ó, a Balaton, régi nyarakon.*” Budapest, 2008.
- Helyismereti bibliográfia Balatonfüredről 1971–1976.* Szerk.: Karika Erzsébet. Balatonfüred, 1978.
- Horváth Imre: *Baltoni hajós almanach 1846–2011.* Siófok, 2011.
- Huchthausen Lajos: *Billingszék: a veszprémi egyházmegye XX. századi életéből.* Veszprém, 2009.
- Jankó János: *A Balatonmellék néprajza.* Budapest, 1902.
- Kenedy Ferenc: *Siófok településtörténete.* Siófok, 1993.
- Kertész János: *Keszthely leírása és bibliográfiája.* Budapest, 1932.
- Kósa László: *Fürdőélet a Monarchiában.* Budapest, 1999.
- Kosáry Domokos: *Bevezetés Magyarország történetének forrásaiba.* Budapest, 2000.
- Lipták Gábor: *Jókai Balatonfüreden.* Veszprém, 1967.
- Lipták Gábor – Zákonyi Ferenc: *A Balaton a magyar irodalomban.* Veszprém, 1957.
- Lukács Károly: *Siófok fürdő fejlődése (1863–1945).* Siófok, 1982.
- Némethné Rác Lúcia: *A régi Balatonfüred – Múltidéző képeskönyv.* Balatonfüred, 2011.
- Praznovszky Mihály: *Pannóniai töredékek.* Veszprém, 2007.
- Praznovszky Mihály: *Szindbád a Balaton partján.* Balatonfüred, 2010.
- Praznovszky Mihály: *Tájirodalom.* Veszprém, 1998.
- Schildmayer Ferenc: *Balatonalmádi gyógyfürdői.* Balatonalmádi, 2003.
- Simon Károly: *A Széchenyi család és a Balaton.* Balatonfüred, 2008.
- Simon Károly: *140 év. A Balatonfüredi Yacht Club története.* Balatonfüred, 2007.
- Siófok: útikalauz.* Szerk.: Borsi Darázs József. Budapest, 1953.
- Siófok: Várostörténeti tanulmányok.* Szerk.: Kanyar József. Siófok, 1989.
- Sólymos Szilveszter OSB: *Balatonfüred-fürdő bencés kézben 1743–1949 között.* Tihany, 2003.
- Szabó Tamás: *Nagy Balaton-könyv.* Kecskemét, 2012.
- Szekrényessy Attila: *A Balaton-átúszások története.* Budapest, 2005.
- Tomka Sándor: *A Balaton és vidékéről.* Keszthely, 1928.
- Tóth-Bencze Tamás: *Balatonfüred az évszámok tükrében.* Balatonfüred, 2011.
- Vajkai Aurél: *Balatonmellék.* Budapest, 1964.
- Váth János: *Füred a szépirodalomban.* Szombathely, 1943.
- Zákonyi Ferenc: *Balatonfüred.* Veszprém, 1988.