

—
Miroslaw Angielczyk

»————«
**OBRZĘDY
I TRADYCJE
ZIELARSKIE**

»————«
Regionu Nadbużańskiego

—
Stowarzyszenie
„Lokalna Grupa Działania - Tygiel Doliny Bugu”

2020

**Obrzędy i tradycje zielarskie
Regionu Nadbużańskiego**
Mirosław Angielczyk

WYDANIE III

ISBN 978-83-950211-6-9

Wydawca:

Stowarzyszenie „Lokalna Grupa Działania
- Tygiel Doliny Bugu”
ul. Warszawska 51, lok. 7, 17-312 Drohiczyn
tel. + 48 797 091 197

Przy opracowaniu materiałów udział wzięli:

Marta Kuźmik
Piotr Kiersnowski

1. Cel i zakres pracy

„Dążenie człowieka do zrozumienia otaczającego świata, szukanie w nim pewnych prawidłowości i ładu z jednej strony oraz próby wpływania na naturę poprzez działania magiczne z drugiej, legły u podstaw powstania całego kompleksu obrzędów, zwyczajów i wierzeń łączących się z gospodarowaniem na roli”.¹

Podlasie to teren pogranicza, gdzie od wieków dochodzi do mieszania i przenikania się wielu kultur. Tę wyjątkową pod wieloma względami i jedyną w swoim rodzaju mozaikę kulturową regionu tworzą mieszkające obok siebie od stuleci grupy etniczne - Polacy, Białorusini, Ukraińcy, Tatarzy, a także Romowie i Żydzi. Przenikanie to ma ogromny wpływ na życie i zwyczaje ludzi zamieszkujących Podlasie, które jest częścią Kresów Wschodnich.

Według definicji ze Słownika Języka Polskiego, pogranicze to „Obszar w pobliżu granicy dzielącej pewne przestrzenie; zwłaszcza teren nad granicą państwa”.² Pogranicze kojarzy się nam z miejscem na styku granic, na którym dochodzi do mieszania się grup etnicznych, narodowych. Przenikające się tam kultury mają na siebie ogromny wpływ, tworząc tym samym nową jakość.

1 Gawęł A. *Zwyczaje, obrzędy i wierzenia agrarne na białostoczczyźnie od połowy XIX do początku XXI wieku*, Kraków 2009, s. 11.

2 M. Szymczak (red.), *Słownik języka polskiego*, s.746.

Ważnym czynnikiem w relacjach etnicznych i kulturowych na pograniczu północno-wschodnim jest religia. Część mieszkańców Podlasia jest wyznania prawosławnego, w dużej mierze posługująca się gwarą białorusko-ukraińską. Językiem liturgii prawosławnej jest język staro-cerkiewno-słowiański. Religie i wyznania obowiązujące na tym obszarze są ważnymi czynnikami, które kształtowały i nadal kształtują językowy i kulturowy wizerunek tego obszaru. Wyludnianie się wsi oraz przemiany społeczne na Podlasiu powodują zanikanie języka i tradycji, a zarazem zatracanie pięknego, wyjątkowego charakteru obszaru.

Przekazywane z pokolenia na pokolenie tradycje pozwalały na osvajanie i porządkowanie rzeczywistości. W szybko zmieniającym się świecie odchodzą w zapomnienie tradycje i obrzędy, które dawniej były ważnym aspektem życia i konsolidowały społeczności wiejskie. Jednak nie tylko sentymenty są powodem, dla którego dawne obrzędy, tradycyjne potrawy oraz medycynę warto przypominać i kultywować. W zmieniającej się i nie zawsze przyjaznej rzeczywistości, pojawia się pilna potrzeba znalezienia czegoś stałego i swojskiego. Tak, aby zachować dumę i wewnętrzne bogactwo, co zawsze przekłada się na skuteczność w walce z przeciwnościami, a także daje szansę na szczęśliwsze życie. Celem tej publikacji jest zgromadzenie i zachowanie dla kolejnych pokoleń bardzo istotnej części bogactwa kulturowego naszego regionu - tradycyjnych wierzeń oraz niemal zapomnianych już obyczajów, o których opowiedzieć potrafią już tylko najstarsi mieszkańcy tych okolic. Podstawę źródłową stanowią głównie informacje zebrane w czasie badań terenowych na przełomie roku 2009/2010. Wykorzystany materiał

pochodzi z ankiet przeprowadzonych wśród mieszkańców naszego regionu, przez uczniów szkół z terenów objętych przez Stowarzyszenie Tygiel Doliny Bugu oraz kilku innych szkół we wschodniej części Podlasia, gdzie cały czas bardzo bogate są tradycje zielarskie. Dzięki ankietom udało się zgromadzić informacje dotyczące roli, jaką pełniły niegdyś rośliny w ważnych uroczystościach rodzinnych i religijnych, a także tradycyjnego pożywienia terenów nadbużańskich, zastosowania roślin w gospodarstwie oraz sposobów walki z niektórymi chorobami i dolegliwościami.

2. Rola roślin w pożywieniu i leczeniu w przeszłości

XXI wiek przyniósł intensywny rozwój medycyny w wielu jej obszarach, jednak ludzie z ogromną pokorą, a nawet wciąż wracają do skarbów przyrody - ziół. Bezradność współczesnej medycyny w walce z licznymi schorzeniami i dolegliwościami, także uboczne skutki działania leków oraz ich wysoka cena powodują, że na całym świecie wraca się do tradycyjnej medycyny, a przede wszystkim do zielarstwa. „Zioła w odróżnieniu od leków syntetycznych działają na organizm człowieka kompleksowo, zwalczając nie tylko konkretną dolegliwość, ale przywracając równocześnie naruszoną równowagę w czynnościach ustroju. Właściwość ta jest szczególnie cenna u dzieci i młodzieży oraz u ludzi w podeszłym wieku.”³

3 Suchorska K, Węglarz Z. *Zioła w apteczce domowej*, Warszawa 1988, s. 5.

Zioła są bardzo bliskie człowiekowi, a dla ludzi mieszkających na wsi są po prostu „swojskie”. Zbiera się je w lesie, na łące oraz uprawia w ogródku, gdzie cieszą, gdy kwitną i rozwijają się. Obcowanie z przyrodą i życie w zgodzie z cyklem pór roku, to niedoceniane przyjemności i relaks. Zwłaszcza, że nawet na wsi odczuwa się, że żyjemy w świecie bardzo uprzemysłowionym, bardzo „ucywilizowanym”, na każdym kroku pozbawianym tego, co naturalne, zdrowe i przyjazne człowiekowi. Zioła, czyli rośliny lecznicze, obecnie nadal są ważnym, niezastąpionym wręcz źródłem substancji czynnych wykorzystywanych w medycynie, weterynarii czy kosmetyce. Na rynku przypraw przeżywają swój renesans, doceniane nie tylko za smak i aromat, ale także korzystny wpływ na nasze zdrowie.

Dawniej każdemu etapowi pozyskiwania ziół, czyli ich zbiorowi, przygotowaniu i stosowaniu, towarzyszyła zawsze pewna aura tajemnicy. Brak narzędzi i metodologii dających możliwość zrozumienia niezwykłego działania ziół sprawiała, że ich skuteczność osadzano na podłożu kultu religijnego i magii. Pomimo ogromnego postępu nauki w dziedzinie fitoterapii, nadal pozostaje ogromny, niezgłębiony dotąd obszar, który nasuwa nam wiele pytań pozostających bez odpowiedzi. A ich brak pozwala nam pozostać w cudownej aurze tajemnicy.

Zioła czerpane pełnymi garściami z ogromnych bogactw przyrody, były od zarania dziejów środkami, których człowiek używał do zwalczania chorób, kojenia cierpień i przedłużania życia ludzkiego. Były używane do ochrony przed złymi mocami i miały zapewnić szczęście, pokój, bogactwo. Jednym z najstarszych osiągnięć myśli ludzkiej jest właśnie zastosowa-

nie ziół (roślin oraz ich przetworów) w lecznictwie. Człowiek pierwotny szukając pożywienia natrafiał na rośliny jadalne oraz na takie, które przyspieszały gojenie ran, uśmierzały ból, czy też hamowały biegunkę lub działały przeczyszczająco. Najstarsze ślady starożytnego Egiptu pochodzące z doliny Nilu świadczą o istnieniu ziołolecznictwa. Także na terenach zamieszkałych przez Słowian, w czasie badań archeologicznych, znajdują się szczątki różnych roślin świadczące o tym, że były one gromadzone na pokarm i środki lecznicze.

Wielki lekarz, przyrodnik i filozof - Paracelsus (Theophrastus Bombastus von Hohenheim), w XVI wieku pisał, że łąki i lasy to apteki.⁴ Nie pomylił się w swoim osądzie. W lasach, na łąkach, wśród chwastów polnych i w sąsiedztwie domów możemy znaleźć niezwykłą ilość roślin, które są pomocne ludziom w różnego rodzaju schorzeniach oraz w życiu codziennym, w gospodarstwie.

Od dawien dawna, z pokolenia na pokolenie, przekazywano sobie sposoby leczenia poszczególnych schorzeń ziołami. Ziołolecznictwo to podstawa medycyny ludowej, która przetrwała do dzisiaj i ma wielu zwolenników. „We florze polskiej występuje około 400 gatunków roślin, którym przypisuje się właściwości lecznicze. Spośród nich stale wykorzystuje się nie więcej niż 100. Ponadto około 60 gatunków, głównie obcego pochodzenia, znajduje się w uprawie.(...)”⁵

Zagadnienia związane z ziołami są dla Podlasia bardzo ważne, ponieważ ponad 50% zbiorów ze stanu naturalnego, w skali całego kraju, pochodzi właśnie stąd. Tradycja zbioru ziół i ich stosowania istnieje w tym regionie od niepamiętnych czasów.

4 Kuźniewski E. Augustyn-Puziewicz J. *Przewodnik ziołolecznictwa ludowego*, Warszawa-Wrocław 1984, s. 6.

5 Suchorska K, Węglarz Z. *Zioła w apteczce domowej*, Warszawa 1988, s. 5.

Tu nadal żywe są tradycje i obrzędy ściśle związane z przyrodą, a w szczególności z ziołami. W południowo-zachodniej części województwa podlaskiego zioła lecznicze oraz te, używane w gospodarstwie domowym, różnią się nieco od ziół używanych we wschodniej części Podlasia.

Rośliny, oprócz właściwości leczniczych, posiadają również walory smakowe. Od najdawniejszych czasów były używane nie tylko jako główny składnik potraw, ale także jako element przyprawowy, wzbogacający smak, nadając polskiej kuchni wyjątkowego charakteru i przyczyniając się do wzbogacenia tradycyjnej kultury regionu.

Człowiek obcujący stałe z przyrodą i którego byt uzależniony był od jej szczodrości, z czasem nauczył się wykorzystywać dostępne źródła pokarmu, materiałów do budowy, opału, włókien, barwników, surowców wykorzystywanych do tworzenia zabawek dla dzieci, a także tych używanych w sztuce czy podczas produkcji lekarstw. Ludzie zamieszkujący naszą strefę klimatyczną w czasach prehistorycznych, by uchronić się przed głodem w czasie zimy i w okresie przednówka, zmuszeni byli zbierać i gromadzić na zapas produkty jadalne, głównie roślinne. Zajmowały się tym zwykle kobiety i dzieci oraz starcy niezdolni do polowania. Z czasem wprowadzono do uprawy niektóre rośliny, jednak zbieractwo nadal w mniejszym lub większym stopniu zaspokajało potrzeby pokarmowe i lecznicze ludzi. Miało to szczególne znaczenie w czasie klęsk żywiołowych, które niszczyły uprawy. Często spożywano wtedy rośliny, które w normalnych warunkach uznawane były za chwasty. Wiele z nich nauczono się również preparować w taki sposób, by trujące w stanie świeżym, nadawały się do spożycia. Odróżnienie gatunków użytecznych, spośród

niezliczonej ilości roślin pokrewnych, poznanie często ukrytych właściwości, wynalezienie metod przygotowania z nich potraw, zabezpieczenie przed zepsuciem, to praca sięgająca do podstaw naszego bytu. Słowianie zbierali wszystkie części roślin – głównie owoce i nasiona, korzenie i bulwy, rzadziej kwiaty, miazgę, korę i liście⁶.

Do najstarszych znanych człowiekowi napojów, towarzyszących jego życiu od zarania dziejów, należą soki roślinne spożywane w stanie świeżym lub po sfermentowaniu. Na naszych ziemiach największe znaczenie miała oskoła, czyli sok brzozowy zbierany wczesną wiosną do naczyń podstawionych pod nacięcia w pniu drzewa. W tym czasie, kiedy soki zaczynały intensywnie krążyć w drzewach, wystarczyło naciąć pień lub grubszy konar i przytknąć doń usta, aby ugasić pragnienie. W latach międzywojennych użytkowanie oskoły było powszechne, a jego zbieraniem zajmowały się głównie dzieci.

Pod koniec XIX stulecia dotarła na wieś herbata lecz była wówczas traktowana jako lekarstwo i rarytas, podawany jedynie wyjątkowym gościom. W latach międzywojennych do zaparzania herbaty gospodynie używały blaszanych lub fajansowych imbryków, w których zalana esencja stała tak długo, aż została wykorzystana po wielokrotnym zalewaniu wrzątkiem. Dziewczęta wiejskie, którym psuła samopoczucie nadwaga, używały po kryjomu esencji herbacianej, jako środka odchudzającego. W tym samym czasie co herbata, zaczęła docierać na wieś kawa produkowana fabrycznie w formie kostek i tabletek. Produkt ten nazywano cykorią, gdyż w składzie zawarte były mielone korzenie cykorii podróżnika. Była to kawa marki „Abisynka”. Kawa prawdziwa do niedawna nie

6 Moszyński K. *Kultura ludowa Słowian*, t.1. Książka i Wiedza, Warszawa, 1967, s. 24-35.

była znana na wsi, używano jej natomiast we dworach szlacheckich.

Pożywienie ludności wiejskiej zmieniało się wraz ze wzrostem stopy życiowej, rozszerzaniem asortymentu produktów pochodzących z własnego gospodarstwa i możliwościami zakupu artykułów oferowanych przez przemysł spożywczy. Zbieractwo nasilało się i bywało podstawą wyżywienia w okresach wojen i klęsk żywiołowych. Jeszcze w latach pięćdziesiątych XX wieku zbieractwo roślin miało duże znaczenie, szczególnie na przednówku⁷.

3. Dawne obrzędy

System poglądów opisujących związek człowieka z przyrodą jest ważną częścią tradycji. Wiedza na ten temat była przekazywana ustnie z pokolenia na pokolenie w formie gawęd i baśni. Jeszcze w XX wieku wierzono, że wpływ na ludzkie życie i zdrowie mają siły przyrody, takie jak fazy księżyca, zaćmienia słońca lub księżyca, pojawianie się komet, porywiste wiatry i burze, które mogą być zsyłane nie tylko przez Boga, ale i przez diabła oraz jego pomocników. Niektórym ludziom przypisywano nadludzkie zdolności i tłumaczono je konszachtami z diabłem lub darem bożym. Ogólnie uważano, że człowiek żyłby nieskończenie długo, gdyby nie złośliwe siły nadprzyrodzone lub czarownice, które zsyłają nań głód i choroby. Demon lub czarownica mogły zsyłać gradobicie, pioruny,

⁷ Pirożnikow E. *Tradycje użytkowania dziko rosnących roślin leczniczych i pokarmowych wschodniego Podlasia*, W: Andrzej Górniak, Bazyli Poskrobko (red.). Park Krajobrazowy Puszczy Knyszyńskiej w systemie ochrony przyrody i edukacji środowiskowej, Wyd. Park Krajobrazowy Puszczy Knyszyńskiej, Supraśl: 64-81, 2008.

sprowadzać robactwo na uprawy, odbierać krowom mleko, zabijać zwierzęta i noworodki. Choroba, słabość, niemoc, mogły mieć postać niewidzialnego ducha dającego o sobie znać poprzez bóle, konwulsje lub trzęsienie chorym, albo postać widzialną, np. człowieka, robaka, zmory gniotącej we śnie lub przedmiotów pozostawionych przez czarownicę w domu chorego, takich jak włos czy nitka z ubrania. Choroby można było się nabawić poprzez „zadanie” w napoju, złe słowo lub rzucenie uroku poprzez spojrzanie. Pospolicie wierzono, że choroba może powstać w wyniku wejścia jaszczurki lub żaby przez usta śpiącego człowieka i powodować najczęściej gryzący ból⁸.

Lud wiejski starał się zapobiegać chorobom unikając ich rzekomych przyczyn i leczyć już zaistniałe schorzenia poprzez liczne zabiegi z pogranicza magii i zabobonu. Bywało, że obok chorego leżącego w łóżku kładziono kolczastą lub ciernistą roślinę, aby odstraszyć chorobę „narzuconą” przez wiedźmę lub diabła. Zależnie od regionu mogły to być różne gatunki. We wschodnich rejonach Polski kryły się najczęściej pod nazwą „czartopłoch”. Podobnym celom miała służyć również parząca pokrzywa, z której wyplatano wieńce na głowy dla krów⁹.

Często próbowano oszukać chorobę tak, aby nie trafiła do zagrożonej nią osoby. Miało to zastosowanie np. u kobiet w połogu, którym w tym celu zakładano męskie ubranie lub zasłanianie twarz maską. Dość powszechne było wysysanie i zlizywanie choroby lub przestraszenia dzieci spowodowanego urokiem. Po tych magicznych zabiegach, następowało wypluwanie choroby¹⁰.

8 Bystroń S. *Dzieje obyczajów w dawnej Polsce*, t.1. Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa, 1960, s.: 265-269.

9 Moszyński K. *Kultura ludowa Słowian*, t. 2, Wiedza i Życie, Warszawa, 1967.

10 Fedrowski M. *Lud Białoruski na Rusi Litewskiej*, t. 1, Nakładem Akademii Umiejętności, Kraków, s. 387.

Za dobrą strategię uważano także złożenie ofiary dobrym i złym mocom. W tym celu w okresie świąt Bożego Narodzenia lub w dniu św. Szczepana rozsypywano ziarno na dach domu i wokół obejścia. Pospolicie wierzono, iż dusze ludzkie oraz dobre i złe duchy przybierają postać ptaków, które zjadając wysypane ziarno, przyjmują daninę złożoną im przez ludzi¹¹.

Odmiernym sposobem było przenoszenie choroby na martwe przedmioty, rośliny, zwierzęta i innych ludzi. Wierzono, że zwłaszcza kości, jako najtrwalsza część ciała, mają największą moc leczniczą - np. w okolicach Świsłoczy brodawki na dłoniach leczono poprzez pocieranie znalezioną na ziemi kostką¹². Wiara ta sięga czasów starożytnych i przejęli ją również chrześcijanie, którzy nosili ze sobą kości świętych, jako amulety lecznicze. Święty Tomasz z Akwinu kośćmi św. Agnieszki leczył chorych na febrę. Jako amulety roślinne, szczególne znaczenie miały nietypowe formy roślin, np.: pędy czterolistnej koniczyny, podwójne kłosa zboża, podwójne owoce i korzenie przypominające sylwetkę człowieka. Noszenie amuletów miało również za zadanie ustrzec przed chorobą spowodowaną rzuconym urokiem - np. panna młoda mogła się przed nim uchronić, mając przy sobie główkę czosnku¹³.

Chorobę można było przenieść na psa, dając mu do zjedzenia chleb dotknięty przez chorego, lub na innego człowieka, obmywając wodą chore miejsca i wylewając ją na rozstajnych drogach, by choroba przeszła na kogoś innego¹⁴.

11 Moszyński K. *Kultura ludowa Słowian*, t. 2.

12 Fedrowski M. *Lud Białoruski na Rusi Litewskiej*, t. 1, s. 387.

13 Szcześniak K. *Świat roślin światem ludzi na pograniczu wschodniej i zachodniej słowiańszczyzny*. Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk, 2008, s. 153.

14 Moszyński K. *Kultura ludowa Słowian*, t. 2,

Bardzo powszechne było przenoszenie ducha choroby na drzewo. Polegało na wzięciu jakiejś części ciała chorego (np. włosów, paznokci) i włożeniu jej do wywierconego uprzednio otworu w pniu. Otwór następnie należało zaczopować. Można było również powiesić na drzewie jakieś części garderoby chorego. Inną popularną metodą było przeciąganie pacjenta przez rozłupane drzewo, płoty lub próg, które symbolizowały granicę za którą wyprowadza się choroba. Chory mógł też sam uleczyć swoje dolegliwości, spotykając się z magicznym drzewem. Do okazałego dębu należało pójść przed wschodem słońca nie odzywając się do napotkanych osób. Po dotarciu na miejsce należało odmówić trzy razy „Ojcze nasz”, trzy razy „Zdrowaś Mario”, a następnie trzykrotnie obejść drzewo wypowiadając do niego: „Powiedz mi powiedz mój kochany dębie, jakim sposobem leczyć zęby (gardło) w mojej gębie”¹⁵.

Lecznicze właściwości przypisywano najczęściej tym drzewom, które rosły w świętych miejscach w których odczuwało się bliskość Boga, a także drzewom o nietypowym kształcie i ogromnych rozmiarach. Kilku gatunkom drzew przypisywano szczególną moc - wśród nich była lipa, w której „mieszka Matka Boska” i która chronić miała od wampira i wodnika. Do świętych drzew zaliczano także brzozę, kalinę, leszczykę, klon, jesion, jawor, wiąz i czarny bez, który proszono przy bólu zębów: „święty bieże weź moje bolenie pod swoje zdrowe korzenie”¹⁶. Choremu na febrę zalecano trząść osiką, aby choroba przeszła na drzewo. Podczas tej czynności należało wypowiedzieć słowa: „Trzęś mną jak ja tobą, a potem prze-

15 Ziółkowska M. *Gawędy o drzewach*, Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza, Warszawa, 1988, s.69.

16 Paluch A. *Świat roślin w tradycyjnych praktykach leczniczych wsi polskiej*. Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław, 1984.

stań” lub obciąć paznokcie choremu i zawiesić je w woreczku na osice¹⁷. Wyżej wymienione zabiegi magiczne są przykładem leczenia według zasady „podobne leczyć podobnym”. Polegało ono na stosowaniu leków o cechach przypominających wyglądem objawy choroby. Według tego systemu, osiką, której listki drżą przy lekkim wietrze, leczono choroby wywołujące dreszcze, roślinami kolącymi leczono kolki, żółtymi kwiatami, np. dziurawca lub korzeniami, np. berberysu leczono żółtaczkę, a makówkami – bóle głowy. Tego typu praktykom najczęściej towarzyszyło zamawianie choroby, to znaczy wypowiedanie specjalnych formuł zaklęć magicznych i modlitw, które miały potęgować działanie środków leczniczych. Po schrystianizowaniu Słowian, najczęściej były to odwołania do Boga, Jezusa i Matki Boskiej¹⁸.

Chrześcijaństwo zaadoptowało większą część dawnych rytuałów związanych z lecznictwem oraz obchodzonych przez pogan świąt związanych z kultem sił natury. Życie zajmujących się rolnictwem ludzi wyznaczane było rytmem przyrody w ciągu roku. Wraz z nastaniem wiosny rozmaite rytuały przepełniały rozkwitające rośliny. Lud wierzył w cudowną moc ziół poświęconych przez księdza, stosując je do ochrony zdrowia i dobytku.

Pierwszym świętem dawnych Słowian, ściśle związanym z odradzającą się naturą, były obchody Wielkiego Dnia i Wielkiej Nocy. Przypadają one na pierwszą niedzielę po równonocnej pełni księżyca i były dla naszych przodków wiosennym świętem Matki Ziemi. Księżyc, według ludów słowiańskich, wywiera nadzwyczajny wpływ na wszystko, co dzieje się na ziemi, a szcze-

17 Fedrowski M. *Lud Białoruski na Rusi Litewskiej*, t. 1, s. 406.

18 Szcześniak K. *Świat roślin światem ludzi na pograniczu wschodniej i zachodniej słowiańszczyzny*. Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk, 2008, s. 46.

gólnie na świat roślin¹⁹. Święto obchodzono na wiele sposobów, a magiczne atrybuty towarzyszące obrzędom miały wnieść do domostw energię i radość życia oraz zapewnić urodzaj i powodzenie na cały rozpoczynający się wiosną rok. Najpierw przepędzano zimę poprzez topienie Marzanny – słomianej kukły odzianej w płócienne szaty. Na głowę wkładano jej koronę z gałęzi głogu i obnoszono wokół wioski, śpiewając, wyśmiewając zimę i przyzywając wiosnę. Śpiewom towarzyszyło trzaskanie z batów, przygrywanie na grzechotkach oraz ogólne czynienie hałasu. Następnie kukłę topiono lub palono. Kolejnym rytuałem, po owym symbolicznym ogłoszeniu końca zimy, było rozpoczęcie przygotowań do przyjęcia wiosny. Sprzątano i wietrzono domostwa, czyszczono sprzęty, podwórza, prano bieliznę, szykowano świeże i czyste odzienie. Kobiety piekły kołaczki i placki, mężczyźni rozpalali ogień na wzgórzach, a młodzi chłopcy i dziewczęta wyruszali na łąki i do lasu w poszukiwaniu wierzbowych i leszczynowych witek pokrytych pąkami bazi. Młodzieńcy budowali też z owych witek wiechy, czyli palmy. Malowane jajka, prasłowiański symbol życia, płodności i magicznej siły witalnej, toczono po grzbietach zwierząt domowych, by zapewnić im zdrowie i dorodność. Pisanki nie tylko sporządzano z jaj, ale stosowano w tym celu także inne przedmioty, np. kamienie. Po zakończeniu przygotowań do właściwego święta (trwały one około tygodnia), w wieczór przedświąteczny, obchodzono całe gospodarstwo i ziołami okadzano każdy zakątek, co miało przepędzić złe moce. Nazajutrz obchodzono Śmigus uderzając się nawzajem rozkwitłymi witkami wierzbowymi. Wierzono, iż pozwala to wygonić „złe” z człowieka, oczyszcza go i daje mu siłę. Poza smaganiem się baziami urządzano barw-

¹⁹ Moszyński K. *Kultura ludowa Słowian*, t. 2,

ne pochody zwierząt i ludzi przebranych za zwierzęta. Szły w nich też dziewczęta w brzoźowych wiankach i młodzieńcy niosący palmy określane na naszych terenach „alilujnikami”. Korowód zamykali głośno hałasujący muzykanci, którzy w ten sposób mieli wywołać burzę, deszcz i pioruny. Pierwsza wiosenna burza postrzegana była jako akt miłosny boga Peruna z Ziemią. W czasie obchodu czarnym i białym wołem oborywano granice wioski, co miało uchronić ją przed złymi mocami. Na koniec wszyscy udawali się na święte wzgórze, gdzie urządzano igrzyska połączone z ucztą, śpiewem, tańcem i obdarowywaniem się pisankami. Następny dzień, Dyngus, rozpoczynano od obmywania się w wodzie. Z czasem rytuał ten przekształcił się w zwyczaj oblewania się zimną wodą. Miało to dodawać ludziom siły życiowej, tak jak deszcz dawał siłę roślinom. Wieczorem udawano się na mogiły przodków, gdzie wspominano zmarłych i pozostawiano dla nich jadło. Resztki jadła zakopywano w miedzach, celem zwiększenia płodności ziemi. Ostatnim zwyczajem było sadzenie młodych drzewek, a w korzenie tych drzewek zakopywano kawałki świętecznego kołacza²⁰.

Po przyjęciu chrześcijaństwa, ludy słowiańskie zaadoptowały święto Matki Ziemi do obchodów świąt Niedzieli Wielkanocnej. Tydzień przed Wielkanocą obchodzi się Niedzielę Palmową zwaną też Kwietną, Różdżkową lub Wierzbną, na pamiątkę uroczystego wjazdu Jezusa do Jerozolimy. Przynoszono wówczas do kościoła palmy wykonane z kwitnących gałązek wierzby przystrojonych różnymi ziołami, takimi jak tatarak, jałowiec, gałązki porzeczeki, barwinek, pędy widłaka, szparag lekarski²¹.

20 Bystron S. *Dzieje obyczajów w dawnej Polsce*, t.2, s. 55-61.

21 Dworakowski S. *Kultura społeczna ludu wiejskiego na Mazowszu nad Narwią*. Białystok, 1964.

W Wielką Sobotę, oprócz jadła i wody, święcono także ogień. Ogień, jako symbol oczyszczający, do liturgii Kościoła włączono w XVI wieku. Wzniecano go z drzew i krzewów, których gałązki mają ciernie. W Wielką Niedzielę podczas dzielenia się jajkiem składano sobie życzenia pomyślności i zdrowia i wróżono, jaka będzie pogoda latem²².

Zielone Świątki, w prawosławiu Dzień Świętej Trójcy (Pięćdziesiątnica), to kolejne święto, któremu towarzyszyły rośliny. Wypadają siedem tygodni po Wielkiej Nocy i w katolickiej tradycji upamiętniają zesłanie Ducha Świętego. Dawniej obchody tego święta trwały przez trzy dni i obejmowały rytuały o symptomach magicznych. W niektórych rejonach święcono wtedy zioła, które w razie potrzeby dodawano do leczniczych naparów. Wszędzie porządkowano domy i obejścia, zdobiąc podwórza ściętymi młodymi brzoźkami i tatarakiem oraz bukietami z dzikich kwiatów²³.

Jedenastego dnia po Zielonych Świątkach, we czwartek, obchodzi się Święto Bożego Ciała ustanowione przez papieża Urbana IV w 1264 roku. Do dziś urządzone są procesje odwiedzające przygotowane na tę okoliczność cztery ołtarze. W licznych parafiach nadal kobiety plotą wianuszki, które są święcone podczas oktawy Bożego Ciała. Wianki wielkości dłoni sporządza się z kwitnących roślin w ilości zawsze nieparzystej, najczęściej pięciu, siedmiu lub dziewięciu. W każdym regionie Polski wyplata się je z odmiennych roślin. Związane jest to z tradycją i występowaniem poszczególnych gatunków. Idea wianka w magii ludowej oznacza coś zamkniętego, nie-

22 Ogrodowska B. *Zwyczaje, obrzędy i tradycje w Polsce*. Verbinum. Wydawnictwo Księży Werbistów, Warszawa, 2000, s. 241.

23 Smykowska E. *Zwyczaje i obrzędy prawosławne*. Verbinum. Wydawnictwo Księży Werbistów, Warszawa, 2008, s. 17.

dostępnego, zamykającego dostęp wszelkiemu złu. Wianki te były używane do leczenia, ochrony gospodarstwa oraz wkładano je do trumny dla spokoju duszy zmarłego²⁴.

W czasie przesilenia letniego 23 czerwca, na obszarach zamieszkiwanych przez ludy słowiańskie, germańskie i celtyckie, obchodzono święto ognia i wody. U nas nazywano je świętem Kupały, Kupalnocką lub Sobótką. Słowo „kupała” pochodzi od indoeuropejskiego pierwiastka „kump”, oznaczającego grupę, gromadę, zbiorowość, z którego wywodzą się słowa kupa, skupić, kupić, w sensie gromadzić. Kupalnocka poświęcona była żywiołom ognia i wody, mającym moc oczyszczającą. Była również świętem miłości, płodności, słońca i księżyca. Na Litwie śpiewana jest pieśń opowiadająca o tym, jak pierwszej wiosny po stworzeniu świata Księżyc ożenił się ze Słońcem. Kiedy jednak Słońce po nieprzespanej nocy poślubnej wstało i wzniosło się ponad horyzont, Księżyc je opuścił i zdradził z Jutrzenką. Od tamtej pory oba ciała niebieskie są wrogami, którzy nieustannie ze sobą walczą i rywalizują – najbardziej podczas letniego przesilenia, kiedy noc jest najkrótsza, a dzień najdłuższy. Inna legenda mówi o kazirodczej miłości brata z siostrą, którzy zamienieni zostali w roślinę. Słowianie kojarzyli z nią gatunki o dwubarwnych kwiatach: bratek i pszeniec gajowy, które są nazywane dzień i noc²⁵.

W niektórych regionach wierzono, że od przesilenia wiosennego do letniego nie można kąpać się za dnia w rzekach czy jeziorach. Natomiast kąpiel po zmroku lub przed wschodem słońca leczyła rozmaite dolegliwości. Obchody Kupalnoc-

24 Ogrodowska B. *Zwyczaje, obrzędy i tradycje w Polsce*, s.23-25.

25 Szcześniak K. *Świat roślin światem ludzi na pograniczu wschodniej i zachodniej słowiańszczyzny*, s.167.

ki rozpoczynały się od rytualnego skrzesania ognia z drewna jesionu, brzozy lub dębu, po uprzednim wygaszeniu wszystkich ognisk w całej wsi. W obranym miejscu wbijano w ziemię brzozowy kołek, na który zakładano jesionową piastę i koło ze szprychami owiniętymi słomą nasączoną smołą. Następnie obracano kołem tak szybko, że w wyniku tarcia pojawiał się ogień. Od płonącego koła rozpalano stosy, układane zazwyczaj na wzgórzach. Skakanie przez ogniska i tańce wokół nich miały oczyszczać, chronić przed złymi mocami i chorobami, a palenie w ogniskach ofiar z drobnej zwierzyny i ziół zapewniało urodzaj, płodność zwierząt i ludzi. W tym czasie szczególnie aktywne były demony i czarownice. Aby je odpędzić rzucano w powietrze zapalonymi główniami, co miało wypalić oczy krążącym w mroku wiedźmom. Z ogniem kojarzono kolor czerwony, dlatego czerwone chustki na głowę, czepce, czepki dziecinne, wstążki, tasiemki, szmatki, pasy i korale miały zastosowanie jako środki ochronne przed urokiem²⁶.

Noc sobótkowa była również czasem łączenia się w pary. Dawniej kojarzeniem małżeństw zajmowała się głowa i starszyzna rodu. Dziewczęta, które nie były nikomu narzeczone, chcąc uniknąć zwyczajowego swatania, podczas Nocy Kupały wyplatały wianki z kwiatów i magicznych ziół, umieszczały w nich płonące łuczywo i w zbiorowej ceremonii ze śpiewami i tańcem, wrzucały je do rzeki. Trochę poniżej czekali chłopcy, którzy próbowali wyłowić wianki z wody. Każdy, któremu to się udało, wracał do świętującej grupy, by zidentyfikować właścicielkę wyłowionej zdobyczy. W ten sposób dobrani młodzi mogli kojarzyć się w pary bez obrazy obyczaju, nie narażając się na złośliwe komentarze i drwiny. Owej nocy pozwa-

26 Bystrzeń S. *Dzieje obyczajów w dawnej Polsce*, t.2, s. 64-66.

lano im na wspólne oddalenie się od zbiorowiska i samotny spacer po lesie. Poszukiwano wówczas na mokradłach kwiatu paproci wróżącego pomyślny los. O świcie powracali do wciąż płonących ognisk, by przepasawszy się bylicą chroniącą przed złem i trzymając się za ręce, przeskoczyć przez płomień. Skok ten kończył obrządek przechodzenia przez wodę i ogień i w tym jedynym dniu w roku stanowił rytuał zawarcia małżeństwa.

Poza skakaniem przez ogień i szukaniem kwiatu paproci, w noc Kupały odprawiano również rozmaite wróżby, bardzo często związane z miłością, które miały pomóc poznać przyszłość. Wróżono ze zrywanych w milczeniu kwiatów polnych: rumianku, kupalnika (arniki), nagietka, złocienia i dzikiego bzu, a także z wody w studni²⁷.

W tym czasie zabezpieczano dom i obejście przed czarami wtykając w strzechy i wszystkie otwory w budynkach zioła odstrasżające demony (przede wszystkim bylicę zwaną czornobylem). Krowy zabezpieczano przed czarami nakładając na ich głowy wianki z pokrzywy lub bylicy. Wierzono, że zioła tracą swoją moc po 24 czerwca, gdyż w noc sobótkową czarownice zanieczyszczają je swoimi odchodami i śliną²⁸.

Kościół nie mogąc zwalczyć do końca głęboko zakorzenionych wśród ludu dawnych zwyczajów sobótkowych, włączył je do swojego kalendarza świąt, ustanawiając dzień 24 czerwca świętem Jana Chrzciciela. Jeszcze niedawno na Kurpiach w noc świętojańską, tuż przed północą, wszystkie kobiety ze wsi przychodziły nad rzekę, rozpałały ognisko i w ciszy wypijały przyniesioną wódkę. Jeśli któraś nie przyszła, powiadano,

²⁷ Paluch A. Świat roślin w tradycyjnych praktykach leczniczych wsi polskiej.

²⁸ Szcześniak K. Świat roślin światem ludzi na pograniczu wschodniej i zachodniej słowiańszczyzny,

że jest czarownicą, bo przełęka się świętego obrzędu odpędzającego wiedźmy i chroniącego od czarów. Młode kobiety zaczynały tańczyć, a starsze wyjąwszy z fartuchów powiązane w pęczki zioła (rosiczkę, dziewannę, bylicę, rutę i szalwię), ciskały je w płomienie. Śpiewano przy tym pieśni o ziołach i ich czarnoksiężskiej mocy. Wierzono, że dym i odprawiany rytuał, odpędzą wszystkie czary. Po północy kobiety zabierały do domów niewykorzystane zioła, które zatykały we wszystkich kątach domostw i w pomieszczeniach dla zwierząt²⁹. Na Podlasiu, w wielu miejscowościach, prawosławni święcą wtedy wianki, które są wykorzystywane tak, jak wianki z oktawy Bożego Ciała³⁰.

Jednym z najstarszych zwyczajów kultywowanych w tradycji ludowej do dzisiaj jest obrzęd błogosławienia ziół, dnia 15 sierpnia. Ten, zapewne starosłowiański zwyczaj, został włączony w Polsce do uroczystości kościelnych, bowiem według legendy po śmierci Matki Boskiej, apostołowie trzeciego dnia nie znaleźli jej ciała w grobie, natomiast znajdowały się tam same zioła i kwiaty, które stanowią symbol Najświętszej Marii Panny i jej cnót. Na pamiątkę tych okoliczności w Polsce podczas święta Wniebowzięcia NMP (w prawosławiu Usplenie Bogorodzicy) święcono bukiety, a dzień ten nazwano świętem Matki Boskiej Zielnej. Święcono w tym dniu kwitnące zioła, kłosa zbóż, owoce i warzywa, a gospodarz przynosił do kościoła wszystkie rośliny, które uprawiał w swoim gospodarstwie. Do dziś święci się niemal wszystko, co kwitnie i owocuje, a „każdy kwiatek woła, weź mnie do kościoła”. Czasem święcono rośliny przynoszone w koszyczkach, częściej jednak w postaci wiązanek zwanych, zależnie od regionu, „*równian-*

29 Zadrożyńska A., Braun K. *Zielnik świętowań polskich*, Twój Styl, Warszawa, 2003.

30 Smykowska E. *Zwyczaje i obrzędy prawosławne*, s. 16.

ki”, „ziela”, „bukiety”, „ruchle”, „prożanki”, „kwietki”. Bukiet przechowywano w domu za obrazem, jako ochronę przed wszystkim złem, a wiosną wyłuskanym z bukietu ziarnem rytualnie rozpoczęto siew³¹.

Oprócz wiary w leczniczą moc poświęconych roślin, nadawano im miana związane z imieniem Boga czy świętych. Tego rodzaju praktyki miały wzmacniać działanie ziół. Niektóre nazwy przedostały się do naukowego nazewnictwa, jak np. bylica boże drzewko. Najczęściej lud wiejski nazywał rośliny od imienia Najświętszej Marii Panny i tak dziewannę nazywano warkoczami Matki Boskiej, dziurawiec dzwonekami Matki Boskiej, krwiściąg barankami Matki Boskiej. Bluszczyk kurdybanek nazywany był zieleń św. Piotra, cykoria podróżnik, to batożki św. Piotra, a pierwiosnek – klucze św. Piotra³².

4. Rośliny używane na przednówku

4.1. Rośliny do karmienia zwierząt

Przednówek - jest to okres przed wiosną, kiedy kończyły się pasze zgromadzone na zimę, a gospodarze musieli sobie radzić z brakiem pożywienia dla zwierząt. W tym okresie natura była jak zawsze nieodzownym sojusznikiem mieszkańców wsi.

Z utęsknieniem czekano na pierwsze rośliny, które rozwija-

31 Gawel A. *Zwyczaje, obrzędy i wierzenia agrarne na białostoczczyźnie od połowy XIX do początku XXI wieku*, s. 295-296.

32 Paluch A. Świat roślin w tradycyjnych praktykach leczniczych wsi polskiej.

ją się z nadejściem wiosny. Najwcześniej zbierano **miodunkę** i **gwiazdnicę wielkokwiatową**. Rośliny te były masowo zbierane w lasach do karmienia trzody chlewnej. Następną rośliną, jaka masowo pojawiała się na ugorach i w lasach, była **pokrzywa (koprzywa)**, powszechnie karmiono nią zwierzęta, między innym świnie. Służyła również do karmienia ptactwa domowego przez całe lato. W przypadku niektórych ptaków, np. indyków, była wręcz nieodzownym dodatkiem do karmy. Obecnie wiemy, że roślina ta zawiera do 20% białka w suchej masie oraz mnóstwo żelaza i magnezu. Toteż nasi przodkowie postępowali bardzo słusznie. Z roślin polnych najczęściej stosowano do karmienia zwierząt **komosę, mniszek i powój polny**.

Jeśli zabrakło paszy do nadejścia wiosny, zbierano **zielone igliwie świerku i sosny** i podawano zwierzętom. Późną jesienią oraz w bezśnieżne zimy, masowo zbierano żołądzie i podawano świniom. Wiosną, w czasie oblotu **chrabąszcza majowego**, owady te strząsano z drzew i podawano kurom. Latem dla kur i kaczek zbierano ze zbiorników wodnych **rzęsę wodną**.

Gospodynie na przednówku szły do lasu i sierpem żęły ziele lub rwały na miedzach czy przydrożach pospolite rośliny o wdzięcznie brzmiących nazwach. W południowo-wschodniej części Podlasia były one inne, niż w rejonach północnowschodnich, czy na pograniczu Podlasia i Mazowsza (np. **chwoszczka, kobyłak, komosa (lub lebeda), mlec (lub mołoczaj), perz (lub pirej), koniuszynę i orzesznik**). Rośliny te w niektórych gospodarstwach, latem i jesienią, były podstawową paszą zwierząt. Koniom dawano ciętą **oset (lub asiot)**. Do karmienia zwierząt, oprócz wcześniej

wymienionych, używano takich roślin, jak: **rypucha (rzodkiew świrzepa)**, **hmianiki (powój)**, **małoczej (mni-szek)**, **makrec (gwiazdnica pospolita)**. W niektórych okolicach kopano korzenie **wiesiołka (dzikie buraczki)** dla świń.

Zwierzęta karmiono także różnego rodzaju ścinkami, obierkami i wszystkim tym, co pozostawało i nadawało się na paszę.

4.2. Rośliny, które były zbierane przez ludność, jako dodatkowe pożywienie

Gdy po długiej i ciężkiej zimie przychodziła wiosna, bardzo często brakowało ludziom pożywienia. Korzystali wówczas z dobrodziejstw natury.

Podobnie jak w przypadku zwierząt najważniejszą rośliną była **pokrzywa i komosa (lebioda)**. Spożywano je najczęściej w postaci zupy. Poniżej przytaczamy przepis na zupę z **pokrzywy**.

Ważną rośliną jadalną, począwszy od wiosny, był **szczaw**, którego nie uprawiano jak dzisiaj, lecz zbierano na łąkach i gotowano zupy oraz przyrządzano różnego rodzaju potrawy. Do dzisiaj wiejskie gospodynie gotują zupę szczawiową. Z **mniszka (rys. 1) i młodej pokrzywy** sporządzano również salatkę, które były urozmaiceniem codziennego pożywienia.

Do charakterystycznych potraw przednówkowych ludności wiejskiej wschodniego Mazowsza i Podlasia należała m.in. zupa szczawiowa, zupa z komosy, komosa na gęsto, tzw. faćka, zupa z pokrzyw, kwaśnina czyli zupa z rzepy lub brukwi i zupa z rabarbaru.



Rys. 1 Mniszek lekarski

Gospodynie wiejskie wykorzystywały także kłącza **perzu**. Były one mielone i dodawane do mąki zbożowej, z której wypiekano chleb. Wykorzystywano go również do sporządzania napojów alkoholowych. Podobnie jak kłączy perzu używano, jako dodatku do mąki chlebowej, mielonych żołądzi oraz owoców kobylaka. Z nasion kobylaka wypiekano także placki.

Na całym Podlasiu masowo zbierane były wszystkie **owoce leśne**. Przede wszystkim były to **borówki, poziomki, czarne jagody, maliny, jeżyny, dzikie czarne i czerwone porzeczki, „dzikie gruszki”, tarnina** zwana inaczej **ciarką** oraz owoce **dzikich róż**. Bardzo często były zbierane także na zimę i przechowywane w postaci nastojek, nalewek lub suszu, a w zasobniejszych domach w postaci soków i konfitur. Owoce z **dzikich jabłoni i gruszy**, które rosły na miedzach, stanowiły często źródło sporów między sąsiadami, jeżeli jeden z nich wybierał owoce nie po swojej stronie miedzy. **Polne jabłka i gruszki** przechowywano przez okres zimowy przełożone i schowane w sianie, zakopcowane lub ususzone. W niektórych rejonach Podlasia zupa z przetartych dzikich gruszek (gruszewnik) była podstawowym pożywieniem w okresach postów. Zbierano także bardzo smaczne **mirabelki** - drobne śliwki rosnące dziko w obejściach. Z mirabelek robiono konfitury i kompoty. Bardzo cenione były także orzechy laskowe, które niekiedy przechowywano na wigilię. W miejscowościach sąsiadujących z torfowiskami zbierano także żurawiny oraz borówkę bagienną, czyli łochiny.

Dawniej, gdy gospodyni piekła chleb, używała **liści chrzastu, tataraku, dębu** lub **klonu**. Kładła bochny na liściach i wkładała do pieca chlebowego. Gospodynie wykorzystywały

w kuchni szyszkojagody **jałowca**, owoce dębu, suszone owoce **jarzębiny** i nasiona **sosny**.

Jako dodatek do zup stosowany był **zajaczy szczawuch (szczawik zajęczy)**. Najstarsi ludzie pamiętają jeszcze, jak zbierano ziarna **manny** i robiono z niej kasze. Źródła podają, że wcześniej roślina ta była ważnym surowcem eksportowym i nazywana była **kaszą polską**.

Dzieci często wyrywały z kwitnącego zieleń **miodunki jej kwiaty** i wysysały z nich słodki nektar oraz wyszukiwały do jedzenia na drzewach owocowych zaschnięte nacieki soku, które wyglądają jak przezroczyste, lekko słodkie cukierki. W niektórych wsiach dzieci zrywały wiosną słodkawe pączki i liście lipy lub czeremchy, a latem jadły ziarna niedojrzałych zbóż oraz nasiona maku polnego. Wiosną z brzozy pozyskiwano sok, który najczęściej spożywano od razu.

Miejscowe lasy obfitowały w ogromną ilość **grzybów**, które były również wykorzystywane jako pokarm. Gotowano z nich zupy, marynowano, kiszono i suszono, przygotowując w ten sposób zapasy na mroźną i często bardzo długą zimę.

4.3. Ziola do sporządzania różnego rodzaju nalewek

Nalewki były robione zazwyczaj na samogonce (alkoholu wytwarzanym domowym sposobem) i często zajmowały ważne miejsce w apteczce domowej. Do najważniejszych ziół z których robiono nalewki, z przeznaczeniem do leczenia, był **piołun**, **tysięcznik**, **bukwica**, **dziurawiec**, a do użytku zewnętrznego **bieluń dziedziejawa**. **Piołun** był głównym specyfikiem podawanym przy słabym trawieniu, małym apetycie u dzieci, bólach żołądka i zatruciach. **Tysięcznik** miał podobne zastosowanie, z tym że podawano go często, gdy bolało „w środkach” (ogólne bóle w obrębie przewodu pokarmowego). **Bukwica** jest rośliną znaną w niektórych wioskach ściany wschodniej. Jej liście były zwijane, zalewane alkoholem i stosowane w postaci okładów na trudno gojące się rany. W naszym regionie często myli się bukwicę z inną rośliną o nazwie **miodownik melisowaty**, która jest znana i stosowana podobnie jak żubrówka w wioskach na obrzeżach Puszczy Białowieskiej. Nalewka na tej roślinie ma piękny aromat, jest bardzo smaczna i ma właściwości wzmacniające. Roślina ta jest powszechnie zbierana, pomimo że podlega ścisłej ochronie.

Dziurawiec był głównie pity przy bólach wątroby i żołądka, likwidowano nim także plamy na skórze. Nalewka z **bielunia** służyła głównie do nacierania bolących stawów. Sporadycznie osoby o dużej wiedzy zielarskiej, dodawały taką nalewkę w niewielkich ilościach do normalnej wódki, w celu szybkiego upicia gości.

Wśród innych surowców roślinnych wykorzystywanych do sporządzania nalewek używano: całe owocostany



Rys. 2 Dziki bez czarny

kminku, kwiaty **czarnego bzu** (rys.2), **ziele dzikich mięć**, **lubczyku**, **dzikiego majeranku (macierzanki)**, owoce **poziomki**, **żurawiny**, **tarniny**, **czarnej porzeczki**, **polnej róży (szypszyny)**, **borówki czarnej** oraz szyszkojadody **jałowca**. Alkoholem zalewano **owoce malin** i stosowano jako środek rozgrzewający, nalewkę z **owoców głogu** jako środek nasercowy, natomiast nalewkę na **piołunie (pałynu)** stosowano na wszystkie dolegliwości gastryczne i zapobiegawczo „dla strawności”. W celach zdrowotnych spożywano także nalewkę z pokrzywy. Do przyprawiania bimbrowa we wsiach, na pograniczu białorusko-polskim, używano także owoców łochyni, korzeni **dziewięciszła (omanu wielkiego)**, oraz ziół o ludowej nazwie **poddzieźnik i poruszeniec (pomocnik baldaszkowaty)**.

Szczególną rośliną występującą w tym regionie, jest **turówka leśna** zwana żubrówką. Od niepamiętnych czasów roślina ta była dodawana do wódki, a obecnie „Żubrówka” jest najbardziej rozpoznawalną marką polskiej wódki na świecie. Niestety ta chroniona roślina, w wyniku masowej eksploatacji, jest coraz rzadsza.

Wina najczęściej robiono z „**czarnego winogronu**” i **jablek**. Smaczne wina robiono także z owoców **jeżyny**, **maliny** (rys.3), **dzikiej porzeczki**, a w niektórych rejonach także **owoców dzikiej gruszy**, **żurawiny** lub **borówki**. Wina były robione także z **kwiatostanów chabra** i **owoców dzikiej róży**. Jako dodatek czasami używano **liści wiśni**.

Jeszcze po wojnie w wielu wsiach, na żniwa, na wesela i święta, z **chmielu** (rys. 4) warzono piwo z dodatkiem tzw.



Rys. 3 Malina



Rys. 4 Chmiel



Rys. 5 *Jałowiec pospolity*



Rys. 6 Rumianek pospolity

georgii. Podlasie słynęło w całej Polsce szczególnie z wyrobu **piwa jałowcowego** (rys. 5). Do dzisiaj jest ono robione w niektórych rejonach Podlasia, czasami nazywane „**piwem kozicowym.**”

Bimber, czyli samogon, tzn. wódka zrobiona samodzielnie przez gospodarza, wytwarzana była z **ziemniaków, z żyta lub pszenicy.** Ze zboża wyrabiano tzw. „**razówkę**”, a zamiast drożdży do trunków wykorzystywano **szyszki chmielu.** Dodatek **słodu z jęczmienia** przyspieszał fermentację. Ulubionym dodatkiem do poprawienia smaku domowych trunków była **suszona skórka z chleba, palony cukier i suszone śliwki.** Przy wyrobie napojów alkoholowych cukier często zastępowano **burakami cukrowymi.**

4.4. Rośliny używane do napojów

W pierwszych latach po wojnie, na wsiach w omawianym regionie, w mało którym domu kupowano kawę czy herbatę. Do przygotowywania napojów gorących używano roślin uprawnych i zebranych w lesie lub na łąkach. Do sporządzania kawy najczęściej używano prażonych **zbóż: pszenicy i jęczmienia** – napój ten określano jako **prażucha.** Podobnie prażono korzenie buraków cukrowych. Robiono również kawę z żołądzi. Żołądzie wcześniej moczono, obierano i prażono.

Zamiast herbaty, zimą i w innych porach roku w chłodne i dżdżyste dni, spożywano gorące napary, najczęściej z **mięty, rumianku** (rys.6) oraz z **lipy.** Latem używano zielonych (żywych) pędów, natomiast zimą – suszonych. W każdej wiejskiej kuchni wisiały suszone pęczki tych ziół, stanowiąc



Rys. 7 Krwawnik pospolity

rodzaj dekoracji i nadając aromat domowi. Rzadziej suszono ziele **dziurawca**, **macierzanki**, **pokrzywy**, **krwawnika** (rys. 7), **skrzypu**, kwiat **ślazu**, kwiat **bzu czarnego**, liść **maliny**, **poziomki**, **porzeczki czarnej (smrodziny)**, **babki**, oraz owoce róży polnej, borówki czarnej, **tar-niny** (rys. 8), **kaliny** lub **jarzębiny**. Kiedy domownicy byli narażeni na dolegliwości gastryczne, parzono ziele **piołunu**. Specyficznym surowcem używanym tylko w tym regionie jako herbata, były **pędy maliny**. Pędy te musiały być zebrane zimą po pierwszych mrozach, gdy roślina nie miała już liści. Po krótkim gotowaniu takich pędów otrzymujemy rozgrzewającą „herbatę” o pięknym rubinowym kolorze i przyjemnym smaku.

W okresie letnim, popularnym napojem był **kwas chlebowy**. Sporządzano go ze **skórek chleba razowego** zalanych wrzątkiem w dużym glinianym garnku lub drewnianej beczulce. Smak kwasu można było poprawić dodając miodu lub cukru. Po sfermentowaniu uzyskiwano napój ceniony szczególnie podczas letnich prac polowych.

W czasie żniw gospodynie gotowały kwaśne kompoty z **wiśni**, **jabłek**, **gruszek**, **porzeczek** oraz **rabarbaru**. Ulubionym smakołykiem młodzieży w czasie lata było tzw. wino z **chabru**. Płatkami zerwanymi z kwiatów **blawatka (dworanca)** napychano butelkę, a następnie wlewano do niej przygotowaną wodę z cukrem. Po kilku dniach w zakorkowanej butelce wystawionej na słońce powstawał orzeźwiający, musujący napój w różowym kolorze.



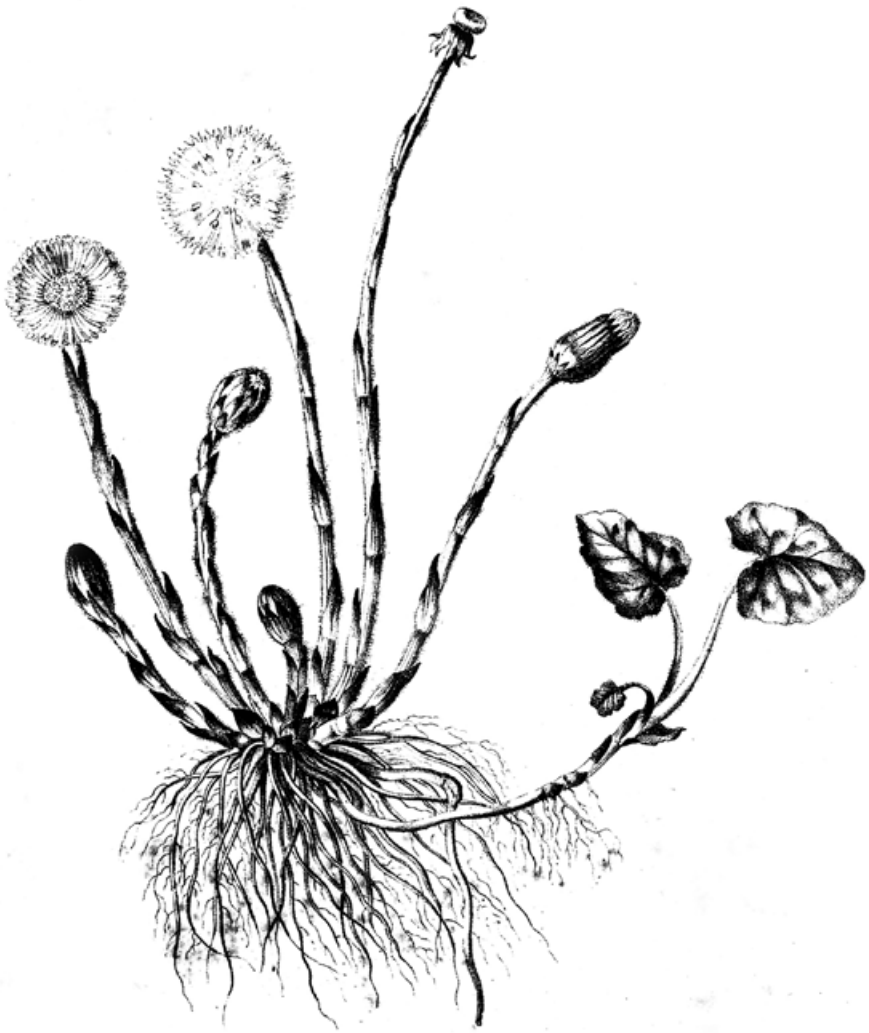
Rys. 8 *Śliwa tarnina*

5. Medycyna ludowa

5.1. Ziola i rośliny używane do leczenia ludzi

5.1.1. Oparzenia

Dawniej, ze względu na słabą opiekę zdrowotną i ograniczony dostęp do lekarzy, urazy zewnętrzne były najczęściej leczone samodzielnie, przy użyciu domowych środków. Oparzenia powszechnie były leczone zarodnikami **swarzybaby (widłaka)**, czyli **dzierozą**. Jak opowiada starsza kobieta, która doskonale zna zioła i ich działanie: „Swarzybaba rosła w lesie, była sina i miała kłosa. A w tych kłosach był taki żółty proszek, podobny do nasypki dla dzieci, ale był bardzo dobry i skuteczny na oparzenia. Smarowali jeszcze białkiem z jajka na oparzenia”. Często stosowano oprócz **białka z jajek**, okłady z liści **babki, olszy, łopianu, podbiału** (rys. 9), **dziurawca, miodownika (bukwika), czarnego bzu, żywokostu**. Oparzenia smarowano maścią z gęsiego smalcu, żółci z wątroby gęsi lub **żywicę sosnowej** i okładano liściem żyworódki pierzastej. Na rozległe oparzenia należało sporządzać papkę z **siemienia lnianego**. Jedna z mieszkanek nadbużańskiej wsi podała taki przepis: „Dość długo gotować siemię lniane w proporcjach 1 łyżka na 2 szklanki wody. Po ostudzeniu, w lekko ciepłej wodzie zanurzyć lnianą ściereczkę i położyć na miejsce oparzone. Można było również w ten sam sposób łagodzić skutki oparzenia spowodowane długotrwałym opalaniem. Okład szybko ściągał oparzenie i łagodził ból oraz ułatwiał proces gojenia.” Na wschodnich terenach Pod-



Rys. 9 Podbiał

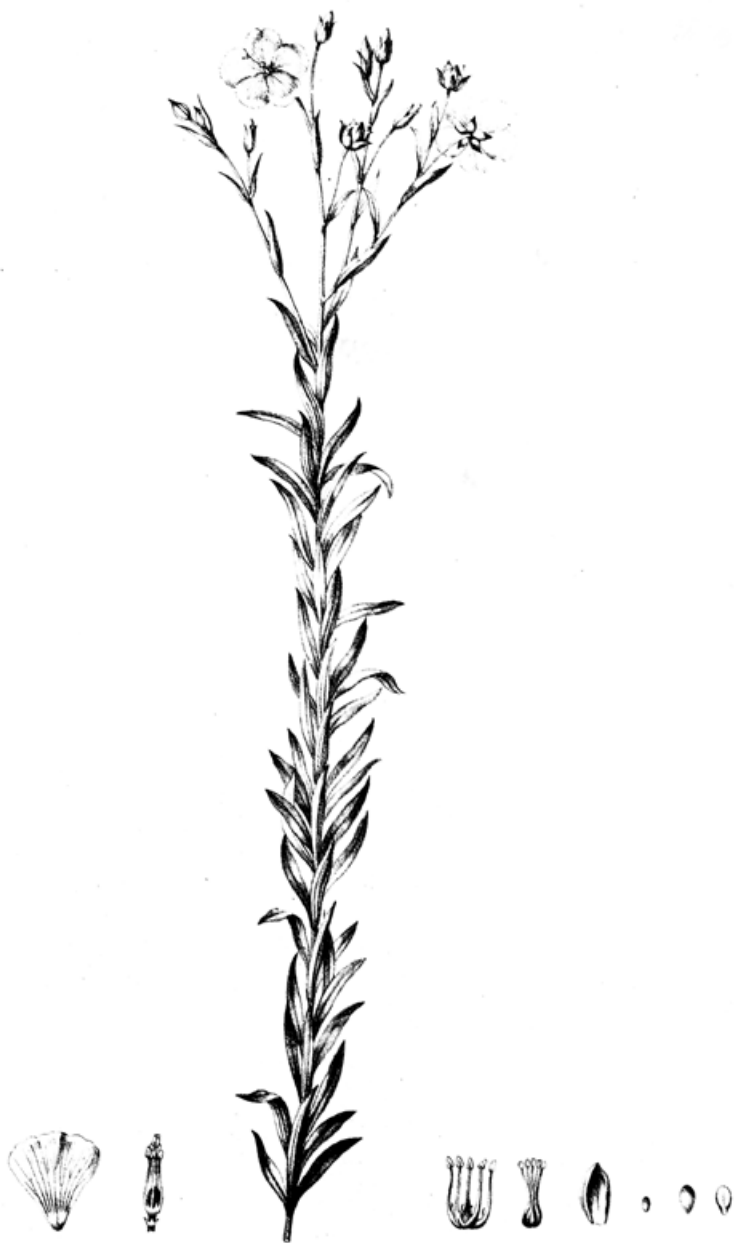
lasia na oparzenia stosowano „**białko jajca i smetanę**”, a chore miejsce zasypywano **puchem z lnianego płótna (skrobany)**, **puchem z pałki wodnej** lub **ostów, pyłem z drewna zjedzonego przez korniki** lub **popiołem drzewnym**.

Lokalnie oparzenia leczono przy pomocy rosnącego na dębie **porostu**, który uprzednio parzono w mleku.

Dziurawiec był stosowany do leczenia oparzeń, różnego rodzaju nerwobólów, bólów głowy czy też niegojących się ran i wrzodziejących otarć. Na oparzenia i na rany kładziono także sok lub miazgę z **cebuli**. Rany i oparzenia smarowano **olejem**. Na rany przykładano również **mech leśny** lub przemywano **rumiankiem**.

5.1.2. Odmrożenia

Odmrożenia leczyło się **jemiolą pospolitą**. Robiło się z niej maść, w której skład wchodziły świeże, białe **owoce jemioli** zmieszane ze **smalcem**. Na odmrożenia mieszkańcy wsi używali „**husiaczy** tłuszcz i **sało borsuka**”. Leczono je także **naftą, papką z grochu polnego, kasztanowca** oraz zimną wodą. Na odmrożone miejsca przykładano kompresy z naparów **piołunu, rumianku** lub wywarów z liści **brusznicy** lub kory **dębu** albo smarowano nalewką z pączków **brzozy**.



Rys. 10 Len

5.1.3. Owrzodzenia i odleżyny

Dawniej, ze względu na brak higieny i niedobory witamin, owrzodzenia były częstą dolegliwością. Mieszkańcy podlaskich wsi leczyli je najczęściej okładami z **liści olszy**, **babki lancetowatej** i **babki szerokolistnej**, **podbiału**, **bobru (bobrek lekarski)**, oraz zieleń **rzeżuchy łąkowej**. Często stosowano także okłady z **liści winorośli (winogronu)**, pieczonej **cebuli** i **nasion lnu (rys. 10)** gotowanych w woreczku. Na wrzody, czyraki i odmrożenia stosowano **oset lekarski**, zwany także **drapaczem**. Rzadziej do leczenia wrzodów stosowano okłady z **liści chrzanu**, **łopianu**, **szczawiu kędzierzawego**, **jaskólczego ziele** lub **bzu czarnego**. Na wrzody przykładano kompresy z naparów **piołunu** lub **rumianku** oraz wywaru z **kory dębowej** lub smarowano **maścią szczepową**, którą robiono z żywicy sosnowej i masła.

Na odleżyny, na oparzenia i odmrożenia stosowano **olej lniany** lub okłady z liści dębu gotowanych w tym oleju. Odleżyny najczęściej leczono zasypując je **dzierozą (zarodnikami widłaka)** lub okładając **liśćmi babki lancetowatej**, **liśćmi czerwonych buraków**, albo przemywając **naparem z rumianku**. Na odleżyny stosowany był **krochmal** (ze starego ziemniaka). Dotknięte dolegliwością miejsca smarowano również **tłuszczem zwierzęcym**. Rzadziej były stosowane zasypki z **puchu pałki** oraz okłady z liści **dziewanny (rys. 11)**.



Rys. 11 Dziewanna wielkokwiatowa

5.1.4. Rany

Na Podlasiu, podobnie jak w innych regionach Polski, za najskuteczniejszy środek na skaleczenia uważa się okład z **liści babki lancetowatej** lub **babki szerokolistnej**. Krwawiące skaleczenia i rany najczęściej okładano zmiażdżonymi **liśćmi krwawnika**. Na większe i trudno gojące się rany stosowano okłady z **liści podbiału** (zieloną stroną) lub zasypywano je **dzierozą (derezą)**. Na obrzeżach Puszczy Białowieskiej stosowano na takie rany okłady z namoczonych w spirytusie liści **miodownika (bukwika)**. W innych rejonach Podlasia używano **paków z brzeziny**, które wcześniej były zalewane spirytusem. Do opatrywania skaleczeń używano także tzw. błonki, która oddziela kolejne warstwy **cebuli**. Rzadziej stosowano na rany okłady z **liści młodego mleczu (mniszka lekarskiego), nagietka, lebiody, kobylaka, łopianu, żywokostu** (rys. 12) i zasyпки z **wrzosu, puchu ostów** lub **popiołu drzewnego**. Zioła, które miały przyspieszyć gojenie ran, to: **czarna, mięta pieprzowa, kurzyśląd, serdecznik, wężownik, jaskólcze ziele, srebnik**. Zalewano jedno z ziół wrzątkiem i po piętnastu minutach pito. Także picie soku brzożowego polecano dla przyspieszenia gojenia ran.

Ranę z podejrzeniem zatrucia krwi, należało zawinąć w zaparzone **siano** i co dwie godziny zmieniać okład. Rany na stopach podwiązywało się również wełnianymi nićmi, co było praktykowane, gdy ranny chodził boso. Natomiast zaczerwienione miejsca na skórze należało zmywać wodą ze spirytusem lub octem oraz okładać wodą białkową.



Rys. 12 Żywokost

5.1.5. Inne choroby skóry

Chorzy na różyczkę, ospę wietrzną, półpasiec lub odrę, stosowali **macierzankę, rumianek, lipę i wodę brzoową (sok z brzozy)**. **Dziurawcem** leczono także choroby zakaźne, takie jak półpasiec czy ospa wietrzna. Sporządzano **napar z dziurawca** i robiono okłady. Stosowano także okłady z **liści babki** lub **mniszka lekarskiego (mleczka)** oraz z **kwiatu lipowego**. Na półpasiec robiono okłady z **oleju lnianego** lub zasypywano **puchem pałki**. Tego typu choroby leczono także żytnią mąką i masłem, a gdy to nie pomogło, jeżdżono do tzw. „Szeptuchy” - kobiety, która zajmowała się leczeniem i odczynianiem uroków. Chorego na ospę wietrzną myto w wodzie, do której dodawano parzony **przyczepiec (przytulia czepna)**.

Różnego rodzaju wypryski na skórze leczono **rosą** z szyby. **Rosę** z szyby używano również do leczenia liszai i grzybicy skóry.

5.1.6. Choroby przewodu pokarmowego

Choroby przewodu pokarmowego, przede wszystkim biegunka, dawniej były bardzo powszechne. Jedną z przyczyn takiego stanu rzeczy, było spożywanie nadpsutych produktów, ponieważ brakowało możliwości ich przechowywania w chłodzie.

Za najlepsze lekarstwo na biegunki oraz zatrucia pokarmowe, szczególnie u dzieci, na Podlasiu uważało się **wywar** lub **sok z czarnej jagody**, natomiast u osób dorosłych stosowano suszone **czarne jagody** lub wywar z **kory dębu, z kłączy pięciornika oraz korzenia lub owo-**

ców kobyłaka, napar z **mięty**, **piołunu** lub **rumianku**. Na wsiach położonych tuż przy granicy z Białorusią, cierpiącemu na biegunkę często podawano „**orzechówkę**” - bimbber z orzechami, oraz tzw. „**gruszanke**” - zagotowaną wodę z suszonymi gruszkami. Poza tym, stosowano także napary z tzw. **bocianek (iglicy pospolitej)**, **głogu**, **liścipoziomki**, **babki lancetowatej**, **pokrzywy**, **brusznicy**, **bukwicy** i wielu innych roślin. Na niestrawność najczęściej stosowano **piołun**, **rumianek**, **borówkę**, **dziurawiec** i **miętę**. Za rośliny ułatwiające trawienie uznawano **chrzan**, **marchew** oraz **lubiczyk**. Z zioła o nazwie **marynka (wrotycz maruna)** pito napar na bóle żołądka.

W przygranicznych wsiach na biegunkę stosowano „**olcho-we szyszeczki**, nalewku z **poddzieźnika** i **bukwicy**, nalewku z **kitu pszczelego**, żółć świniaka zaliwali spirtem.”

Na zaparcia gotowano kompot z **suszonych śliwek**. Pierwszym, najbardziej znanym ziołem na zaparcia była i jest **kora** i **owoce kruszyny**. Spotkany w terenie staruszek, zapytany o zioła na zaparcia, powiedział z pełnym przekonaniem: „jak krusyna nie rusy, to nic nie rusy”. **Korę kruszyny** stosowano także przy biegunkach - „przegoni i przestanie”.

Zaparcia leczono także **arniką**, **rumiankiem**, **siemieniem lnianym**, **piołunem**, **dziurawcem**, **krwawnikiem**, **dziwaną**, **koprem**, **miętą** i zieleń o wdzięcznej nazwie żółtoplec. **Oliwa**, **rycyna**, **kwaśne mleko**, **zakwas chlebowy** i **obierki z jabłek** także pomagały przy zaparciach. Przy dolegliwościach brzusznych stosowano również **tysięcznik**, a w niektórych miejscowościach **liście jesionu**. Wszystkie choroby przewodu pokarmowego powszechnie były leczone tymi właśnie ziołami.

5.1.7. Przeziębienie, grypa, zapalenie płuc

Gdy naszych przodków mieszkających na Podlasiu, którzy korzystali z darów natury, bolała głowa, sięgali po **liście łopianu**. Gdy dokuczał ból gardła, pomagała **szałwia** (rys. 13), **sosna** lub **lipa**.

Na całym Podlasiu powszechnie na przeziębienie stosuje się herbatę z **kwiatu lipowego**. Powszechnie stosuje się w tym celu także **owoce maliny**. Podobnie była wykorzystywana, wspomniana wcześniej, herbata z **pędów malin**. Na przeziębienia doskonały był również **sok z owoców** i napar z **kwiatów czarnego bzu, rumianku, ziela macierzanki** oraz **czosnek**. Syrop sporządzony z **czosnku i miodu** był bardzo niesmaczny, ale skuteczny w walce z przeziębieniem. Wszelkie przeziębienia leczono często **wywarem z kory** lub **młodych pędów wierzby** oraz **pokrzywą**. Robiono także sok z **pigwy** i dodawano do herbaty, zamiast cytryny. Na przeziębienie mieszkańcy wsi mieszkający na wschodnich terenach naszego województwa, oprócz wyżej wymienionych, stosowali **pąki topoli**.

Przeziębienia i tzw. przewianie do dziś najczęściej leczy się okadzaniem **zielem orzeszka (koniczyny rozłogowej)** lub **wietrznika (nostrzyka białego)** lub innymi roślinami aromatycznymi.

Napar z **anyżu** stosowano jako środek przeciwkaszlowy, np. w astmie. Na kaszel robiono syrop z **zielonych szyszek sosny**, dodając do tego jedynie cukier. Syrop był bardzo niesmaczny, jednak bardzo skuteczny. Podobny w działaniu był syrop z **pędów sosny**. Na przeziębienie skuteczna była również **rzepa**.



Rys. 13 Szałwia

Rumianek był stosowany do płukania gardła przy przeziębieniu, a także jako lek przeciwgorączkowy, moczopędny, wykrztuśny i ułatwiający trawienie. Niezawodny przepis na walkę z przeziębieniem posiadali mieszkańcy wsi na Podlasiu: „Obmywaj się ciepłą wodą z octem i wróć do łóżka, aby dobrze się wypocić (poty powinny wystąpić po drugim, trzecim razie). Po wystąpieniu potów obmyj się zimną wodą. W tym czasie pij napar z **dziewanny, szałwii i piołunu**”.

Gdy domownik zachorował na zapalenie płuc, najpierw stawiano **bańki**, nacierano **czosnkiem, denaturatem** lub **spirytusem** w celu rozgrzania. Następnie z tłuczonego **czosnku**, zmieszanego ze **smalcem** lub **sparzonego ziela skrzypu** robiono okłady. Sporządzano również syrop z **suszonych szyszek** oraz **napar ze skrzypu polnego**. Za skuteczną przy zapaleniu płuc uznawano także **lnicę pospolitą** oraz **nasturcję**. Gdy ktoś miał zapalenie opłucnej, nieodzownym lekarstwem był **głóg polny** lub róża polna. Często stosowano także napary z **lipy** oraz owoców **bzu czarnego**. Dopiero wtedy, gdy domowe środki zawodziły, wzywano lekarza.

5.1.8. Higiena dorosłych i pielęgnacja dzieci i niemowląt

W dawnych czasach porody odbywały się w domach. Osoby, które zajmowały się odbieraniem porodów, cieszyły się ogólnym szacunkiem. Zawołane do rodzącej kobiety, zabierały ze sobą najczęściej **zarodniki widłaka** zmieszane z **próchnem**. Mieszanka ta służyła do zasypywania ran poporodowych. Dziecko po porodzie było najczęściej kąpane

w **otrębach pszennych lub rumianku**. Zaparzano z otrąb napar i wlewano do wody, aby dziecko miało delikatną i zdrową skórę.

Do pielęgnacji niemowląt stosowano również zasypkę z pyłku **widlaka** lub **próchna**. Zamiast mydła korzystano z **korzeni mydlnicy**, a niemowlęta kąpano w **rumianku** („aby dziecko miało twardy kręgosłup i silne nóżki”) oraz w świętojańskim ziele (**dziurawcu**), a niekiedy **zielu babki**.

Na kolki u dzieci pomocne były napary z **nasion koperku** lub **kwiatów rumianku**, rzadziej stosowano **podbiał**, **kwiat lipowy**, **kwiat bratka**, **nagietek** i **czarny bez**.

Dorośli domownicy do mycia się używali ziele zwanego **ptasim mydłem (połonicznik nagi)** lub **mydlnicy lekarskiej**. Włosy myto w ługu z **popiołu**. Aby włosy nie wypadały i były zdrowe, stosowano **skrzyp**, **tatarak**, **pokrzywę** lub **brzozę**.

5.2. Ziola używane do leczenia zwierząt

Ziola były powszechnie wykorzystywane do leczenia zwierząt. Zbieranie ziół z myślą o późniejszym wykorzystaniu, jako leki dla zwierząt, było obowiązkiem każdej gospodyni. Najważniejszymi roślinami służącymi do tych celów, były **szczaw kędzierzawy tzw. kobyłak** oraz **piołun**. Z **kobyłaka** wykorzystywano korzenie oraz pędy nasienne, a z **piołunu** całe ziele. **Kobyłak** podawano wszystkim zwierzętom w czasie biegunek i zatruc pokarmowych.

Rolnik podawał **piołun** krowie, gdy miała wzdęcia, lub inną chorobę przewodu pokarmowego. Gdy zwierzę naj-

dło się mokrej koniczyny, sporządzano nalewkę z piołunu i wlewano do pyska chorego zwierzęcia. Parzono również **miętę** oraz korę dębu i korę **kruszyzny**. Napar z **kory dębowej** dawano krowie, gdy miała biegunkę, podobnie jak **kobylak**, który był podawany albo w formie naparu, albo podawany do jedzenia na sucho.

W przypadku zapalenia krowiego wymienia, nacierano je kwasem z **kapusty**. Świniom cierpiącym na biegunkę gospodarz dawał kawę zaparzaną z **cykorii**. Świnie chroniono przed chorobami wrzucając do świniarnika gałązki **bagna**.

Żywokost lekarski to zioło dla zwierząt, które pobudzało wzrost. Wielką rolę w leczeniu, szczególnie młodych zwierząt, miały **nasiona lnu**. Podawano je jako lek na żołądek, a także jako środek odżywczy, stosowany szczególnie przed sprzedażą zwierząt, aby na zwierzęciu błyszcząca się sierść.

Często stosowano do leczenia także **dziurawiec, rumianek, pokrzywę, łopian, lipę i dziewannę**. W celu ochrony zwierząt przed pasożytami stosowano **wrotycz i piołun**, a także kłącza **paproci**.

Warta jest przytoczenia wypowiedź mieszkanki wsi Podlaskiej, która opowiadała o leczeniu zwierząt: „Dla krów, jeśli krowa miała niestrawność no to dawali, rośnie takie specjalne drzewo w olszynach tam, gdzie jest mokro i ściosywali korę, parzyli i to dawali do picia i to pomagało.” Chodzi tu prawdopodobnie o **trzmielinę**.

6. Obrzędy i magia

6.1. Obrzędy kadzenia i zamawiania

Powszechnie stosowanym obrzędem było „**kadzenie**”. Kadzenie miało na celu odpędzić złe duchy i złe moce, które sprawiały, że dziecko było chore lub przestraszone, czyli „dużo płakało”. W różnych częściach województwa Podlaskiego stosowano do tego obrzędu miejscowe zioła. Miało to również ścisły związek z religią, która była wyznawana przez domowników. Do obrzędu tego używano ziół święconych podczas różnych świąt w kościele lub cerkwi. Do obrzędu okadzania stosowano wianki lub bukiety, określane jako kwietka lub równianka, święcone podczas świąt. W kościele katolickim święcono wianki na oktawę Bożego Ciała. Zestaw roślin, z których robiono wianki, różnił się w zależności od wsi. Najczęściej wianki wito z **mięty, rumianku, koniczyny białej, koniczyny czerwonej, sporyszu (rdestu ptasiego), grzmotnika (czerwca rocznego), rozchodnika, macierzanki, lipy, klonu, przywrotnika, chabra bławatka, przelotu**. Święcone bukiety składały się z różnych roślin, a skład zależał od inwencji i możliwości osoby, która komponowała bukiet. Wśród święconych roślin prawie zawsze był **piołun i rumianek**. Do bukietów czę-

sto dodawano **makówki, koćki, (koniczyna polna)** oraz warzywa, np. **marchew**, której sok pito, aby nie zachorować na żółtaczkę. Do obrzędu kadzenia używano żaru z drewna (nie mógł być to żar z węgla), krusząc do niego zioła z poświęconych wianków. Nad dymem, który unosił się z żaru i ziół, przekładano dziecko. Interesująca jest wypowiedź mieszkanki wsi Kanabród: „Do kadzenia używało się wianuszków poświęconych w ostatni Nieszpor Bożego Ciała. Zbierało się klony i zioła. Wije się wianuszki i to się święciło w ostatni Nieszpor. Przetrzykuje się przez cały rok, aż do następnego Bożego Ciała i tym się właśnie kadzi. W ten sposób, że upala się węgle. Mogą być z drzewa palonego w kuchni. Węgiel jeszcze się żarzy, wówczas [kruszy się] wianuszki. A wianki były wite z **przestrachu, sporyżu, nawrotka, rozchodnika, macierzanki, lipy, kwiatów róży** i wielu innych. Suszone wianuszki kruszyło się ze wszystkich i sypało się na ten węgiel. Wówczas wydobywał się zapach i wtenczas okraża się tym głowę trzy razy i ten zapach pomagał. Odmawia się przy tym Zdrowaś Mario, Anioł Pański. A jak dziecko było przestraszone, to rośnie na łąkach, ewentualnie na miedzach, podobne do ostu, tylko bez kolców - wietrznik. I tym wietrznikiem kadzono, jeśli ktoś się przestraszył. A jeśli ktoś się przestraszył, to jeszcze wylewa się воск nad śpiącym dzieckiem. Jeśli wyleje się воск nad śpiącym dzieckiem, uformuje się to, czego się przestraszyło”.

Do kadzenia wilo się wianek z **gałązek lipy, z kołowrotka, z gałązek klonu** i tym kadzono, odmawiając modlitwy Ojciec Nasz i Zdrowaś Maryjo. Kadzenie było bardzo pomocne od tzw. przestrachu, przeziębienia, cugu. Wierzono, że działało zbawiennie na wszystko.

Do kadzenia używano również: **szyszkojagody jałowca, ziele macierzanki, kwiat bratka, liście piołunu**. Podczas obrzędu kadzenia stosowano „zamowy”. Mieszkanka jednej z nadburzańskich wsi tak opisuje obrzęd kadzenia: „Mówiono: *zgiń, przepadnij chorobo. Brano włókna lnu, robiono maleńkie kulki, zapalano gromnicę. Kadzący brał kulki lnu, zapalał nad gromnicą i robił znak krzyża nad głową dziecka i rękami przeganiał strach i splotwał raz przez prawe, raz przez lewe ramię*”.

Do kadzenia w prawosławnej wsi na terenach nadbużańskich, nieopodal Siemiatycz, używano **dziurawca, rumianku, mięty i lipy**. „*Na rozżarzonych węglach kładło się święcone zioła, okadzając dookoła dziecko lub osobę przestraszoną, odmawiając modlitwę Bohorodnica*”.

W innej wsi zwyczaj ten wyglądał tak: **polne chabry** i **owoce jałowca** zapalano i wonią unoszącą się z tej mieszaniny kadzono dziecko. Przynoszono również z kościoła kadzidło, palono wtedy **jałowiec** i tym dymem kadzono dziecko, kiedy bardzo dużo płakało.

Mieszkanka wsi naszego regionu obrzęd kadzenia opisuje tak: „*Kadzenie polegało na położeniu wianków na rozżarzonych węglach. Wtedy paliły się, a dym unoszących się z nich "grzał" miejsca bolące. Kadzenie robi się przed wschodem i zachodem słońca. Gdy dziecko czegoś się przestraszyło, robiło się tak: śpiące dziecko nakrywało się prześcieradłem, do miski wlewało się zimną wodę, lało się pokruszony wosk z gromnicy i wtedy z wosku powstawał kształt tego, czego bało się dziecko. Przy takim obrzędzie odmawiało się trzy razy Zdrowaś Maryjo.*”

Obrzęd kadzenia ma wiele odmian i praktykowany był na różne sposoby. Mieszkanka wsi Jagodniki opisuje go tak: „Kali dzietiatko perelikałoś, wylewałoś wosk nad gołowoju i modlilisia, hołowo zakrywali soświaszczanum rucznikom, kadzili soświeszczanym ziołom.” Mieszkanka Orzeszkowa przedstawia to następująco: „Brałoś sweszczone ziele: perelak, kozieliec, burkun, boże drzewko, lipu. Kłałoś na żar i perelekane dytia niuchało toj dym. Tudy babuszka choworyła molitwu: Wruk po wruk perek wyjdy z hołowy, z nich, z żywota pleczy. Ne ja pomahaju, pomży Hospodi ty, ne ja iscelaju isceli Hospody ty rababożu (mówiono imię dziecka).”

Aby ustalić przyczynę przestraszenia dziecka wlewano nad głową dziecka wosk. Obrzęd ten wyglądał tak: „Brałoś misku i trzymałoś nad hołwoju dytiata i liłoś wosk nad wodu. Z poczatku jak dytia je perelekane wosk je pokruczony i do tej pory wyliwajetsia wosk koli robitsia płaski.”

Obrzęd kadzenia w Grodzisku k. Narewki odbywał się w następujący sposób: „Wyjmowano drewniany żar z pieca i wrzucano święcone na św. Jana bukiet z ziół i pajęczynę. Gdy dziecko było, np. przestraszone przez psa, do kadzenia dodawano sierść z głowy zwierzęcia.”

Na omawianym terenie istniał także inny sposób walki z urokami i przestachem. Gdy dziecko przestraszyło się czegoś, sporządzano herbatkę z rośliny zwanej **przestachem**, a następnie kadzono śpiące dziecko i modlono się w intencji jego zdrowia. Do kadzenia używano święconego **sporyżu i rozchodnika**.

Aby odczytać urok, obcinano dziecku kosmyk włosów i dodawano do ziół, którymi następnie kadzono. Innym, często praktykowanym sposobem zwalczania przestraszenia lub

zdjęcia uroku z dziecka, było przekładanie przez chomont lub przez spódnicę.

Aby zapewnić dziecku pomyślność, praktykowano specjalne zabiegi podczas porodu. Rodzącej kobiecie wkładano pod poduszkę święcone zioła dla odpędzenia złego. Po urodzeniu dziecka kąpano je w ciepłej wodzie, do której dodawano odrobinę mleka, poświęcone zioła oraz **listek leszczyny**, która miała zapewnić nowonarodzonemu zdrowie. Wkładano pie niązek pod poduszkę dziecięcia, aby wiodło życie bogate i dostatnie. Pierwsza kąpiel dziecka w domu odbywała się w dzieży do zaczyniania ciasta. Dzięki czemu dziecko miało rosnać, jak na przysłowiowych drożdżach. Pod poduszkę dziecka często również wkładano **barwinek i boże drzewko**, które miały odpędzać złe moce. Był również taki przesąd, że w pierwszych dniach po urodzeniu nikt obcy nie powinien odwiedzać dziecka i matki, gdyż może rzucić urok, a jeśli już się tak stanie, że urok został rzucony, należało splunąć przez ramię. Również, gdy ktoś chwalił dziecko należało splunąć za ramię.

Czerwona kokardka, która miała na celu chronienie maleństwa przed urokiem, była i jest do dzisiaj, w większości podlaskich wsi nieodzownym elementem stroju dziecka. Święcona sól włożona do kieszeni miała również na celu chronienie dziecka przed urokami. Nakładano również dziecku koszulkę na lewą stronę, aby nikt nie urzekł dziecka. Jako ochronę przed czarami stosowano noszenie mięty w kieszeni.

Okadzenie było powszechnie stosowane także do leczenia chorób dorosłych. Poddawano temu zabiegowi albo chorego, albo pomieszczenie w którym przebywał. Jako środków do okadzania używano szyszkojagód jałowca, kwiatu bzu czarnego, cebuli, czosnku, chrzanu, lulka, gniazd os, roślin ze świę-

conych wianuszków i wielu innych środków. Środek okadzający sypano na węgiel drzewny, zaś ulatujący dym chwymano do chusty, którą następnie owijano chore miejsce.

W dzień Ofiarowania Pańskiego (2 lutego), czyli na Matki Boskiej Gromnicznej, w prawosławiu Sretienije Hospodnie (15 lutego) święcone były gromnice okręcone lnem. Po ten len sięgano najczęściej przy „**spalaniu róży**”, ale palono go także nad dzieckiem, które uległo przestrachowi. Święconym lnem okadzano wrzody lub bolące zęby, owijano pasmem szyję, gdy bolało gardło.

„**Wypalanie róży**” przebiegało we wsi Lewki w następujący sposób: głowę chorego przykrywano kawałkiem czerwonego materiału i kładziono strzępy wyczesanego i wytartego lnu. Zielarka okrążała zapaloną gromnicą głowę chorego. Po trzecim okrążeniu zielarka podpałała trzy zwitki lnu. Zabieg stosowany był w bólach zębów i głowy. Tego typu zabiegi praktykowano również na innych chorych częściach ciała, np. stawach.

We wsiach leżących w północno-wschodniej części województwa Podlaskiego często zamawiano choroby. Mieszkaneczka Narewki podaje: „*Podstawową praktyką było tzw. zamawianie choroby. Tradycyjny rytuał wyglądał następująco: zamawiający wymieniał Świętą Trójcę i po trzykroć czynił na chorym znak krzyża. Potem kładł ręce na chore miejsce i zaczynał zamawianie. Odsyłał chorobę za góry i lasy, przywołując na pomoc Jezusa i wszystkich Świętych. Formuła zamawiania, dziedziczona z pokolenia na pokolenie, musiała być powtarzana dokładnie. Na terenie Podlasia do chwili obecnej znane są osoby, które w taki sposób leczyły chorych ludzi*”.

Inną bardzo rozpowszechnioną formą leczenia było przenoszenie części złych sił, towarzyszących chorobie, na inne silne i zdrowe ciało. Wkładano np. kawałek materiału z krwią lub ropą chorego do uprzednio wywierconej dziury w dębie, którą następnie zacierano smołą. Takie leczenie opierało się na wierze, że materiał zawierający ducha choroby jest za pośrednictwem niewidzialnych sił (promieniowania) połączony z chorym. Siła dębu zwalczy owo promieniowanie i w ten sposób pomoże choremu.

Mawiano również, że gdy jaskółka przeleci pod wymieniem, wówczas krowa nie odda mleka. Kadzono wtedy zwierzę **nawrotkiem**, podkładając kadzenie pod wymię.

Nieco inaczej obrzędy mające na celu odpędzenie złych duchów, czy chronienie domowników przed wszelkim złem lub burzą, wyglądały we wsiach, gdzie dominowała religia prawosławna. Gdy była burza należało: „*Świecu w aknu postaw, łopatu od pieczenia chleba waźmu i nada try raza obejść dom i try raza przeżegnac i etu łpoatu schylic na las (wtedy ta chmura skieruje się do lasu i nie pójdzie w kierunku domu i wsi) i odwracało się etu chmuru czelawiek molilsia*”.

Aby odpędzić złe moce, czyniono tak: „*Do kadzenia domu używało się: paulinu, kuraczo łajna, świaszczonoho ziela. Wsiu etu na horoczyj uhle podkładało się i celyj dom, zwieriej i osobu przestraszonu się okadzało i molilosia*”.

6.2. Uroczystości rodzinne i towarzyszące obrzędy

W podlaskich wsiach do niedawna kultywowano liczne stare obrzędy weselne. We wschodnich rejonach Podlasia jednym z obrzędów było święcenie młodych na furmance, przed wyjazdem na ślub. Czyniło się to wiązką z **lipy, rumianku, klonu, kozielca (ostróżeczki polnej), burku-na (nostrzyka białego)**, świętojańskiego ziela (**dziurawca**), poświęconą w cerkwi na Święto Narodzenia Proroka Jana Chrzciciela (7 lipca) lub trzema kłosami zboża. We wsi Mochnate utrzymał się zwyczaj obchodzenia panny młodej z poświęconymi gałązkami **lipy**, dla zapewnienia licznego potomstwa. Natomiast we wsi Babia Góra, z kłosami zboża. Przed weselem stawiano bramę weselną z młodych **brzóz**. Do niedawna na podlaskiej wsi, podobnie jak w innych regionach Polski, panna młoda występowała w wianku z **mirtu, macierzanki lub ruty**, który przypinano do włosów pod welonem jako symbol czystości i dziewictwa panny młodej. Do sukni przypinano **gałązki szparaga i mirtu**.

Dla zapewnienia sobie powodzenia w miłości uciekano się często do czarów, mimo że niektórzy uważali to za niedopuszczalne. Na Podlasiu często używano lubczyku, aby „zaczarować” pannę lub kawalera i sprawić, że oblubieniec, czy też oblubienica będzie kochać na zawsze. Jeśli gościem była kobieta, to zdarzało się, że nie chciała przyjąć poczęstunku w obawie, że dodano jej lubczyku. Zioło o nazwie **miruna (wrotycz maruna)**, było również używane do „zadawania czarów miłosnych”. Robiono również wino z **dzikiej róży** i podawano oblubieńcowi, wierząc, że zadany czar przyniesie oczekiwane efekty. Uważano również, że płatki z dzikiej

róży działają jak silny afrodyzjak. Wierzono także, że **mak** dodany do potrawy powodował uwiedzenie upatrzonej osoby. Do zadawania czarów miłosnych używano także **tui (żywotnika zachodniego)**, ale z **tują** był pewien problem - należało obchodzić się z nią bardzo delikatnie, bowiem posiada również właściwości trujące. Akceptowanym sposobem na zapewnienie sobie powodzenia u chłopców było, po wyjściu z cerkwi w Święto Proroka Jana Chrzciciela, wrywanie roślin z kwietki innej dziewczyny.

Istniał również sposób na niewiernych mężczyzn, którzy odtrącali kobiety. Jedna z mieszanek wsi naszego regionu opowiadałam o tym: „*Kiedyś mówili, że jak chłopiec i dziewczyna się zapoznali i już mieli zamiar, że on będzie jej towarzyszył, że nawet się może ożeni. No to później jak do innej panny gdzie jedzie, a ona się dowie. To jak ją mija, znaczy, że ona mieszka tu z przodu a on tu z tyłu i jak ją mija, to przed nim jakieś tam pomyje czy brudy wylać, to że on się nie ożeni z tamtą tylko z niom.*” Natomiast **kłaczce selera zimowego i kopru włoskiego** znane było jako afrodyzjak, który był nieodzowny dla mężczyzn cierpiących na impotencję.

Kawaler mógł się dowiedzieć, czy szybko weźmie ślub, wstawiając do wody **gałązkę czereśni**. Jeśli zakwitła w dzień Wigilii Bożego Narodzenia oznaczało to szybki ślub. Dziewczyny, aby dowiedzieć się, jaka czeka je przyszłość wróżyły sobie wyciągając spod talerzy ukryte przedmioty - pierścionek oznaczał ślubny kobierzec, różaniec czy książeczka do nabożeństwa oznaczało, że młoda kobieta pójdzie do klasztoru, liść lub kwiat wróżył staropanieństwo, ziemia natomiast śmierć.

Obrzędy towarzyszące chrzcinom także były bogate, lecz zioła nie odgrywały w nich znaczącej roli. Powodzenie życio-

we, zdrowie i bogactwo, miały dziecku zapewnić rytualne potrawy, tzw. „kasza”, czyli ciastka i cukierki w dużym talerzu udekorowane kwiatami lub zielonymi gałązkami, którymi częstowano gości. Goście „wykupowali” tę dekorację, a talerz tłuczono. Do becika dziecka wkładano monety, aby było bogate oraz książeczkę lub gazetę, „by mądre było”. Niekiedy razem z pieniędzmi pod poduszkę dziecka wkładano kwiaty, „aby się dobrze mu układało w życiu”. We wsiach powiatu Siemiatycze, w dniu chrztu, becik dziecka dekorowano gałązkami **jałowczyka** (powszechnie uprawiana roślina doniczkowa - *asparagus południowoafrykański*), **liśćmi paprotki** lub **gałązkami mirtu**.

Zwyczaje pogrzebowe związane są ściśle z poświęconymi roślinami. Na Podlasiu, w niektórych wsiach, do dzisiaj przetrwał zwyczaj wkładania zmarłemu pod głowę **koćków**. Do trumny wkładano również **gałązki jeglejoye** lub **palmy** poświęcone w Niedzielę Palmową, które były suszone i trzymane w domu przez cały rok. Wkładano do trumny także rośliny poświęcone podczas świąt Matki Boskiej Zielnej lub Proroka Jana Chrzciciela. Najczęściej były to: **wietrznik**, **siwe i żółte bazie** (*koniczyna złocistożółta* i *k. polna*), **piołun**, **rumianek**, **kozelki** (*ostróżeczka*), **dziurawiec**, **borkun** (*nostrzyk biały*), **gałązki klonu**, **lipy**, rzadziej **gałązki olszy**, **leszczyny**, **jałowca**, lub **pokrzywę**. W innych okolicach do trumny wkładano **wianki** święcone na oktawę Bożego Ciała. Miało to na celu odpędzić złe duchy oraz zapewnić spokój zmarłemu oraz „żeby robaki nie toczyły ciała zmarłego”. Podczas wynoszenia zmarłego z domu, istniał zwyczaj uderzania trumną o próg, co symbolizowało ostateczne pożegnanie z domownikami i bliskimi. By pomóc duszy

pogodzić się z odejściem, by nie nawiedzała dawnych miejsc, niszczone przedmioty, które zostały po zmarłym.

6.3. Ochrona domu przed złem

Na Podlaskiej wsi, w południowej części Podlasia, za Bugiem, wierzono, że dziurawiec powieszony w domu odstrasza złe duchy, a leszczyna posadzona przy domu lub przy bramie odpędza złe demony. Tę samą symbolikę miały następujące zioła wtykane w okna, płoty, czy wieszane przy drzwiach: **tatarak**, łopian, bylica, piołun, czarny bez, gałęzie brzozy, tarniny, głogu, dębu. Aby odstraszyć złe duchy kadzono dom, a dookoła kropiono święconą wodą. Poświęcone gałązki **leszczyny, klonu i lipy** umieszczano na strychu lub pod strzechą, aby chroniły od piorunów. Przed pożarem chroniono dom wieszając na strychu **gałązki świerka**, poświęcone 19 stycznia na święto Jordana.

Wianki, które były święcone w Oktawę Bożego Ciała, wieszane były również nad oknami, drzwiami domów i nad wejściem do obory, aby uchronić ludzi i dobytek przed piorunami, gradem i chorobami. Także palmy wielkanocne były trzymane przez cały rok dla ochrony domu i ludzi przed czarami, ogniem i wszelkim złem.

Podczas burzy domownicy chronili się **leszczyną**, bo jak mawiano, niegdyś Matka Boska skryła się pod tym krzewem. Na Białostoczczyźnie wierzono i nadal wierzy się, że święcone **ziola z równianki i gałązki brzozy (brzózki)** lub **lipy**, także chronią przed burzą i grzmotami. W czasie burzy stawiano również krzyżyk i gałązkę **brzozy**, którą podczas

Bożego Ciała zrywało się po zakończeniu procesji z dekoracji ołtarzy. Podczas Zielonych Świątek, **brzezina** przystrajano kościoły. **Gałzka brzeziny** przyniesiona do domu była palona podczas burzy, aby uchronić domowników przed niebezpieczeństwem. Od grzmotów miała także chronić stawiana w oknie świeca poświęcona w Święto Matki Boskiej Gromnicznej. Stawiano przy oknie także obrazek Matki Boskiej, Jezusa lub obrazek św. Agaty.

Gdy gospodarz budował dom, w podmurówce umieszczał **koćki**. Z przeprowadzonych ankiet wiadomo również, że w podmurówkę rzucano monety, aby zawsze w domostwie był dobrobyt i aby nigdy nie zabrakło pieniędzy. Podobnie wkładanie w podmurówkę **nasion jałowca** miało zapewnić bogactwo. Na rogu domu gospodarz kładł wianki oraz chleb święcony. Pod podwalinę układano także na znak krzyża święcone wianki, kropiono wodą święconą i żegnano, aby Bóg zawsze strzegł domu i domowników. We wschodnich rejonach Podlasia zaś układano rośliny święcone na Proroka Jana Chrzciciela - **piołun, gałzki klonu i lipy** lub **tatarak**, „aby odstraszyć złe duchy i choroby”. Wśród ziół, które były kładzione pod podmurówką, znajdowały się **spożysz i nawrot**, po to, aby każdy wychodzący z tego domu, zawsze do tego domu mógł wrócić. Zioło o wdzięcznej nazwie **rozchodnik**, było kładzione przez rezolutnych sprzedawców przed sklepem po to, aby towar jak najszybciej schodził z półek.

6.4. Ochrona pól oraz plonu i zwierząt domowych

Na Zielone Świątki panował powszechny zwyczaj ozdabiania domów **tatarakiem**, co miało chronić gospodarstwa przed gradem. Kościoły oraz obejścia domowe w niektórych wsiach, na Zielone Świątki były przyozdabiane również wiankami z **derezy (widłaka)**. We wsiach położonych tuż przy granicy z Białorusią, gdzie mieszka ludność wyznania prawosławnego, na: *„Zielonyje Świątki nada było ubierać całuju chatu w **gałązki lipy, brzozy, czasami klonu, patom nada etyje gałązki na dwa tyżni wsadzać do ziemi kob nie było kretow.**”*

Natomiast w Niedzielę Palmową, przed kościołem po mszy, chłopcy bili dziewczyny witekami wierzbowymi: *„Palma bije nie zabije, pamiętajcie chrześcijanie, że Pan Jezus zmarł w chwstanie”*. Palmy poświęcone w Niedzielę Palmową były przynoszone do domu i trzymane przez cały kolejny rok. Miały chronić ludzi, zwierzęta, domy i pola przed czarami, ogniem i wszelkim złem. Palmy musiały być koniecznie z **wierzby**. Dodatkowo gospodynie przyozdabiały palmy różnymi roślinami: **widlakiem, borówką, kocankami, bukszpanem, brzozą, maliną, dereniem, barwinkiem, cisem**. Wkładano je za obraz, aby chroniły przed złymi mocami. Podobnie było na wsiach, gdzie mieszkali wyznawcy prawosławia. *„Na początku welikaho postu prynosyś werboczku do chaty kob rozwiłasia. Tyrzeń pered Wielikodiom na Werbnyciu swetłos werboczku w cerkwi. Koli wychodyoś z cerkwy biłoś werboczkami i howoryoś: buć wiesiołka kak wiesna, buć zdarowa jak wada i buć bahata kak ziemia, lub: Wierba bije nie ubije, za tydzień wielik dzień, nie wsikajsia i do cerkwi wybierajsia.”*

Palmy poświęcone w Niedzielę Palmową służyły również do wyganiania krów z gospodarstwa, gdy pierwszy raz po zimie gospodarz wyganiał je na pastwisko, aby całe lato szczęśliwie przechodziły i zdrowo wróciły jesienią do zagrody. Zwyczaj trzymania w domu święconych palm był powszechny nie tylko we wsiach katolickich, ale i prawosławnych; *„Wierba świeszczona nada cały rok jeju w domu trymach i etu wierbu perwyj raz po zimie wygarniało się karowy, mogły iść na pastwisko, kop były zdrowe.”*

Uważa się, że jednym z najstarszych zwyczajów kultywowanych w tradycji ludowej do dzisiaj jest obrzęd błogosławienia ziół 15 sierpnia. Ten, zapewne starosłowiański zwyczaj, został włączony w Polsce do uroczystości kościelnych, bowiem według legendy po śmierci Matki Boskiej apostołowie trzeciego dnia nie znaleźli jej ciała w grobie, a same ziola i kwiaty, stanowiące symbol Najświętszej Marii Panny i jej cnót. Na pamiątkę tych okoliczności ludzie w święto Wniebowzięcia NMP przynosili do kościoła bukiety, które święcił ksiądz, a dzień ten nazwano świętem Matki Boskiej Zielnej. Święcono w tym dniu kwitnące ziola, kłosa zbóż, owoce i warzywa. Gospodarz przynosił do kościoła wszystkie rośliny, które siał w gospodarstwie. Do dziś święci się niemal wszystko, co kwitnie i owocuje „Każdy kwiatek woła, weź mnie do kościoła”. Rośliny czasem święcono przynoszone w koszyczkach lub częściej w postaci wiązanek zwanych, zależnie od regionu „*równianki*”, „*ziela*”, „*bukiety*”, „*ruchle*”, „*prozanki*”, a u prawosławnych zwano je „*kwietkami*”. Na całym Podlasiu panował zwyczaj rozpoczynania siewu ziarnem zboża wyłuskany z równianki. W nadbużańskich wsiach, gdy rolnik szedł siał zboże, zabierał ziarna poświęcone 15 sierpnia na Matki Bo-

skiej Zielnej i wysiewał z tych poświęconych ziaren krzyż. Brał również ze sobą kawałek chleba, ponieważ chleb jest symbolem Boga. W prawosławnych wsiach *„Wianki zbożowy-je świąszczeno na Matery Bożej Zielnej, robiono ze zboża (po skoszeniu), z **marchwi, buraka, głowy maku, (hołowa maku na odstraszenie złych duchów)***. We wschodnich rejonach Podlasia, w niektórych wsiach, przed rozpoczęciem siewu rozrzucano po polu zioła święcone podczas święta Proroka Jana Chrzciciela. Dla ochrony przed suszą w pole wstawiano palmę wielkanocną. Natomiast dla zapewnienia dobrego urodzaju ziemniaków, *„Gdy kartoszku sadzili to w bruździe sypali łupiny świąszczenych jaj (na urodzaj).”*

Przed pierwszym pokosem zbóż, gospodarz zęgnął się i dziękował Bogu za piękne zboże. We wschodnich regionach Podlasia, przed rozpoczęciem żniw, wstawiano do ziemi zioła poświęcone na święto Proroka Jana. W rejonach nadbużańskich zaś rozrzucano po polu wianki z macierzanki lub rumianku, poświęcone na oktawę Bożego Ciała. Na zakończenie koszenia zboża, robiono przepiórkę; wiązywano zboże w „czubek” i pięknie przystrajano kwiatami oraz **jarzebiną**. Jedna z mieszkanek wsi omawianego regionu opisała przepiórkę: *„Jak się skończy kosić, to zostawiało się kłoski, wypiołło się troszeczkę miejsca w środku, kładło się kamiuszczek, na kamiuszczek kładło się serwetkę, na serwetkę kładło się chleb i to było skończone żniwo. I to było już takie podziękowanie Bogu za to, że wykosiło zboże.”*

Gdy gospodarz przyjeżdżał do stodoły z pierwszym wozem, układał sásiek i solił siano lub zboże, aby zwierzęta smacznie jadły. Gdy gospodarz zaczynał układać sásiek w stodole, kładł wianki, w jednych wsiach z rozchodnika, a w innych ze

sporyszu, na kształt krzyża. Następnie cztery snopki kropił święconą wodą i zaczynał układać sások, zaczynając tzw. rząddek od ściany. W wielu wsiach, przed rozpoczęciem układania zboża, w każdy róg stodoły kładziono po jednym wianuszku poświęconym na oktawę Bożego Ciała; wianek ze **sporyszu** „żeby sporo było”, **rozchodnika** „żeby się nie rozchodziło”, **grzomotka** „żeby ochraniał budynek przed piorunem”, oraz rumianku lub macierzanki „dla błogosławieństwa plonu”. W różnych wsiach pod pierwszy snop w stodole kładziono również **piołun** czy **czartopłoch**, czyli **oset** lub **popłoch**, by ochronić plon przed myszami. „**Piołun** pierwszej kładli w stąch. Gdy do stodoły wwozili pierwszy plon, to nada było szmatok, połotno w katorom kulicz (święconka) pod nogi konia i fury nada było położyć, aby pojechała”. Na Dożynki każda wieś robiła wieniec ze zbóż, zdobiąc go kwiatami i owocami.

W prawosławnych domach w Wigilię Bożego Narodzenia stawiano „**Kolade** – snopek ze zboża postawiony w kącie, pod ikoną. Stała tam aż do Wigilii Kreszczenia (w Kościele Rzymsko-Katolickim, Święto Trzech Króli). Potem święconą wodą z Kreszczenia święcono snopek zboża, dzielono go na części, którymi obwiązywano drzewa w sadzie, aby był lepszy urodzaj.”

6.5. Zioła i ich moc

Na Podlasiu wierzono, że zioła zbierane po pełni księżyca mają szczególną moc. Należało również zbierać zioła zawsze po porannej rosie. Nie można jednak było zbierać ziół na cmentarzu, ale jedna z rozmówczyń podała, że pokrzywa rwana o północy z cmentarza pomaga na porost włosów. Dawniej ludzie wierzyli, że zbieranie ziół w konkretnych miejscach i o określonej porze oraz przez odpowiednie osoby gwarantuje skuteczność pozyskanych środków leczniczych. Najczęściej podawano, że zioła należy zbierać „między polskim, a ruskim Janem”, tzn. między 24 czerwca, a 7 lipca. Zalecano, aby pozyskiwać rośliny wokół miejsc, gdzie stały przydrożne krzyże, kapliczki, figury święte. Zioła i rośliny zbierane w Noc Świętojańską były uważane za najskuteczniejsze.

7. Zioła używane w gospodarstwie domowym do innych celów, niż lecznicze

7.1. Zioła używane do farbowania ubrań, wełny i pisanek

Obecnie mało kto już pamięta, aby używano ziół do farbowania ubrań. Wiadomo, że dawniej stosowano takich roślin mnóstwo. Teraz o ich wcześniejszym zastosowaniu przypominają nam jedynie ich nazwy. W pamięci ankietowanych pozostało, że do farbowania używano naparu z **suchych łusek cebuli**. W zależności od tego, jak dużo było tych łusek i jak długo trzymało się tkaninę w naparze, można było otrzymać tkaniny czy nici w kolorze żółtym lub brązowym. Z **kwiątów czarnej malwy** uzyskiwano kolor bliski fioletu. Z **naparu rumianku** kolor oliwkowy, a z **podbiału** kolor żółto-zielony. Farbując ubrania używano również wywaru z **dębiny i kory wiśni**, dodawano do tego ocet i sól. Do farbowania używano również **kaczeńców**, „**takich robaczków z topoli**”, **owoców z olszyny i jemioly**.

Podczas Świąt Wielkanocnych do malowania pisanek używano łuski cebuli, uzyskując kolor żółty, pomarańczowy lub ciemnobrązowy. Kolor morsko-zielony otrzymywało się wykorzystując **napar z liści czerwonej kapusty**, a jasnozielony, z **zielonych liści młodego żyta**.

7.2. Ziola, które były używane do niszczenia pasożytów i odstraszania szkodników

Aby poradzić sobie z pasożytami, ludzie uciekali się do różnych sposobów. Nacierano zwierzęta **czosnkiem**, smarowano **octem**, a także wcierano w sierść **koper**. Takie zabiegi miały ochronić zwierzęta przed pchłami i kleszczami.

Aby dokuczliwe dla ludzi owady zniknęły z domu, sporządzano **pastę z czosnku i ziemniaków**. Rozcierano czosnek, dodawano ziemniaki, ustawiano taki specyfik w miejscu, gdzie zagnieździły się owady i po kilku dniach śladu po nich nie było, po prostu wyprowadzały się. Łuczywo i **bagno** do dziś są powszechnie stosowane do odstraszania moli. Jeśli pchły lub mole pojawiały się w domu, rozkładano na pościel **lawendę**, która swoim intensywnym zapachem odstraszala szkodniki. Mrówki likwidowano **sokiem pomidorowym, piołunem i miętą**. Do walki ze szkodnikami służył również gotowany ług - popiół zagotowany w wodzie. Z kolei do pozbycia się wołków ze zboża w spichrzu, stosowano **piołun**. Zapach powodował, że owady wyprowadzały się.

Ze szkodnikami i owadami ludzie radzili sobie, jak mogli. Trujący i jakby się wydawało niepotrzebny do niczego **muchomor**, był pieczony na węglach i posypany cukrem służył do trucia much. W wielu domach broniono się przed muchami wieszając pod sufitem pęczek bylicy - wieczorem zioła palono razem z muchami, które tam siadły.

Zauważono, że owady nie znoszą zapachu **anyżu** i dlatego nacierając twarz **olejkiem anyżowym**, można było chronić się, np. przed komarami.

Do zwalczania wszy używano nafty. Innym środkiem do zwalczania wszawicy była maść sporządzona z **nasion biedrzyńca i sadła**. Mieszkańcy wsi położonych we wschodniej części województwa, do niszczenia wszy stosowali **dziopchiec (dziegieć)**.

Myszy odstraszano wkładając w mysią dziurę rzepę. Być może zapach miał znaczenie, a być może po prostu zamykano nią otwór, uniemożliwiając szkodnikom wejście i wyjście z nory. Do tego samego celu wykorzystywano również kolki z jałowca.

Do odstraszenia różnego rodzaju szkodników używano także **gałązki z pomidorów i pokrzywy**. Aby odstraszyć gryzonie, między innymi myszy, w stodole, w sásieku, kładziono na podłożu pokrzywę.

Ziół dość powszechnie używano do odstraszenia szkodników, także tych niszczących rośliny w ogrodach. Do walki z nimi wykorzystywano gnojówkę z **pokrzywy**, odwary z **piołunu i wrotyczu**. Do ochrony warzyw wykorzystywano również kwiaty nagietka, które rozsiane pomiędzy warzywami, odstraszały szkodniki korzeniowe.

ZAKOŃCZENIE

Przez wieki tradycyjne stosowanie ziół i produktów pochodzenia naturalnego, wzbogacane o nowe doświadczenia, ludzie przekazywali ustnie z pokolenia na pokolenie. Wiedza ludu wiejskiego ewoluowała na przestrzeni wieków za pośrednictwem klasztorów i dworów szlacheckich. W tych miejscach sadzono nowe rośliny użytkowe, lecznicze i przyprawowe, sprowadzane często z odległych stron świata. Nowoczesne metody uprawy wprowadzano w oparciu o najnowszą literaturę fachową. Dzięki temu pod strzechy trafiły, m.in. jadalne bulwy ziemniaków i topinamburu, ale również lekarstwa na choroby, uważane dotychczas za nieuleczalne. W XVIII wieku w Polsce powstawały szkoły narodowe, których celem było szerzenie oświaty pośród tych „mniej światła mających”.

Tereny dawnej wschodniej Rzeczypospolitej, obecnie Podlasia i wschodniego Mazowsza, to regiony, gdzie wiedza i tradycje zielarskie są nadal najbardziej żywe i bogate w Polsce. Tu nieopodal, w Ciechanowcu, działał znany przyrodnik i zielarz ksiądz Krzysztof Kluk (1739 – 1796), tworząc popularne poradniki ziołowe i rolnicze. Prostym językiem pisał poradniki gospodarskie o zasadach racjonalnej uprawy i wykorzystaniu roślin, chowie i leczeniu zwierząt, a także mineralogii. Na zlecenie Komisji Edukacji Narodowej napisał pierwszy polski podręcznik do botaniki dla szkół narodowych, używany przez wiele pokoleń młodzieży. Wiedzę czerpaną z zagranicznych opracowań wprowadzał do praktyki na gruncie polskim. Sam prowadził doświadczenia w swoim ciechanowieckim ogródku przy plebanii, nad wprowadzaniem do uprawy rodzimych i obcych roślin. W dziedzinie ziołolecznictwa zalecał stosowanie leków z ziół występujących w kraju, które z powodzeniem zastępowały drogie importowane specyfiki. W Siemiatyczach Księżna Anna z Sapiehów Jabłonow-

ska wprowadzała pionierskie nowinki gospodarskie oparte o najnowsze odkrycia naukowe. Zgromadziła ogromną kolekcję przyrodniczych eksponatów w swym gabinecie osobliwości oraz bogaty księgozbiór, z którego korzystał także ksiądz Kluk. W owych czasach był to największy w Europie gabinet naturalii. Jak bogate zbiory posiadała siemiatycka Księżna świadczy fakt, iż zazdrościł jej ich sam król Stanisław August Poniatowski. Niestety zbiory nie dotrwały do naszych czasów. Ich los jest nieznanym, prawdopodobnie eksponaty zostały wywiezione przez zaborcę do Rosji.

Do dziś na podlaskich wioskach żywe są jeszcze echa dawnych tradycji i obrzędów związanych ze stosowaniem ziół, na co dzień i od święta. Stanowią one bezcenne bogactwo kulturowe tego biednego regionu. Tu nadal większość społeczeństwa z wielkim szacunkiem, pietyzmem, kultywuje dawne tradycje przekazane im przez przodków. Wiele osób zbiera zioła na potrzeby swoje, swoich rodzin oraz na sprzedaż. A w większości domów nadal znajdziemy święcone zioła. Istnieje coraz większa potrzeba zachowania bogactwa tej wiedzy dla przyszłych pokoleń, aby nie odeszła wraz z ludźmi, którzy mają w pamięci to, co przekazały im wcześniejsze pokolenia. W ostatnich latach w wyniku gwałtownych zmian w gospodarstwach rolnych, wiele dotychczasowych obrządków i zwyczajów zostało zarzucone i niebawem może być zupełnie zapomniane.

W dzisiejszym zglobalizowanym świecie coraz częściej słyszy się o konieczności powrotu człowieka do natury i do tradycji. Konieczne staje się zatem poznawanie swoich korzeni i kultywowanie tradycji, by ocalić ją od zapomnienia. Jeśli tego nie będziemy czynić, ona odejdzie wraz z ludźmi pamiętającymi przeszłość, a my stracimy tożsamość, gdyż jak powiedział Seneka „Każdy lud trwa dopóty, dopóki zna i miłuje swoją przeszłość, ginie - gdy traci dla niej szacunek”.

**Podstawą źródłową niniejszej publikacji
są rozmowy oraz wywiady przeprowadzone
przez uczniów szkół
z mieszkańcami wsi naszego regionu.**

Gimnazjum Publiczne w Drohiczynie

Gimnazjum Publiczne w Dubiczach Cerkiewnych

Gimnazjum Publiczne w Grodzisku

Gimnazjum Publiczne w Narewce

Gimnazjum Publiczne w Narwi

Szkoła Podstawowa w Nurcu Stacji

Gimnazjum Publiczne w Perlejewie

Gimnazjum w Rudce

Gimnazjum Gminne w Siemiatyczach

Gimnazjum Publiczne w Skrzyszewie

Zespół Szkół w Augustowie

Zespół Szkół w Górkach, Gm. Platerów

Zespół Szkół z Dodatkową Nauką Języka Białoruskiego
w Hajnówce

Zespół Szkół z Dodatkowym Nauczaniem Białoruskiego
im. Ziemi Orłańskiej w Orli

WYSTAWA O OBRZĘDACH I TRADYCJACH ZIELARSKICH

Pochodzę, wychowałem się i nadal mieszkam w małej wsi Koryciny. W czasie dzieciństwa byłem obserwatorem większości opisanych tradycji i obrzędów. Z ubolewaniem obserwuję, jak szybko w ostatnich latach większość tradycji zielarskich odchodzi w przeszłość. Procesy te zachodzą tak szybko, że następne pokolenie wychowane na wsi zupełnie zapomni o tradycjach, które na wsi istniały setki lat. Zachęcam osoby pochodzące z naszego regionu do dzielenia się swoją wiedzą z zakresu omawianych zagadnień.

W gospodarstwie „Ziołowy Zakątek” organizujemy stałą wystawę poświęconą tym zagadnieniom. Wystawa zorganizowana jest pod patronatem LGD” Tygiel Doliny Bugu”. Zapoznanie się z nią jest bezpłatne, ale dzieląc się z nami wszelką wiedzą na temat tradycji, zwyczajów i obyczajów, wierzeń, itp. możecie być Państwo częściowo autorami naszej wystawy i przyczynić się do ocalenia naszych wielowiekowych tradycji i bezcennej wiedzy.

Mirosław Angielczyk

PRZEPISY KULINARNE Z TRADYCJĄ

ZUPA Z MŁODYCH POKRZYW

- 2 duże garście młodych pokrzyw
- 1 cebula
- 1 marchew
- 1 łyżka masła
- 1 łyżka mąki krupczatki
- 1,2 l wywaru z mięsa lub z kostki bulionowej
- 2-3 ziemniaki
- sól, pieprz
- 1 żółtko
- 2 łyżki śmietany
- 1 łyżka soku cytrynowego

Drobno posiekaną cebulę zeszklić na maśle, zasypać mąką i sporządzić jasną zasmażkę. Dodać wywar z mięsa lub kostkę bulionową rozpuszczoną we wrzątku. Dodać utartą marchew, obrane, pokrojone w kostkę ziemniaki i ugotować do miękkości w wywarze. Gdy ziemniaki zmiękną, dodać wypłukane i drobno posiekane pokrzywy. Zupę doprawić solą i pieprzem, „uszlachetnić” żółtkiem zmieszany z śmietaną i zakwasić sosem z cytryny. Dłużej nie gotować.

WOŁOWINA PRZYPRAWIONA KUKLIKIEM

- 1 kg wołowiny
- sól, 4 łyżki oleju
- 2 ząbki czosnku
- 2 cebule
- 1 filiżanka wody
- 2 kłącza kuklika
- mała puszką przecieru pomidorowego
- 300 g młodego groszku
- 2 łyżki czerwonego wina

Wołowinę w całości rozbić tłuczkiem, natrzeć solą i obsmażyć ze wszystkich stron na oleju razem z czosnkiem. Dodać pokrojoną cebulę, zrumienić, podlać wodą z przecierem pomidorowym, dodać kuklik i dusić do miękkości podlewając wodą. Miękkie mięso i kuklik wyjąć, groszek wsypać do sosu, dodać wino i krótko dusić. Mięso pokroić, porcje polać sosem. Podać z ryżem.



Swoje uwagi i informacje
prosimy przekazywać na adres:

Ziołowy Zakątek Angielczyk sp. jawna

Koryciny 73b; 17-315 Grodzisk

tel. + 48 85 65 68 668; + 48 512 127 069

e-mail: biuro@ziolowyzakatek.pl

www.ziolowyzakatek.pl

Stowarzyszenie

„Lokalna Grupa Działania - Tygiel Doliny Bugu”

ul. Warszawska 51, lok. 7, 17-312 Drohiczyn

tel. + 48 797 091 197

e-mail: biuro@tygiel dolinybugu.pl

INFORMACJE O STOWARZYSZENIU

Stowarzyszenie „Lokalna Grupa Działania - Tygiel Doliny Bugu” składa się obecnie z 25 gmin, 9 z terenu województwa podlaskiego są to: Drohiczyn, Dziadkowice, Grodzisk, Mielnik, Milejczyce, Nurzec-Stacja, Perlejewo, Siemiatycze (*gmina wiejska*), Siemiatycze (*miasto*) oraz 16 gmin z województwa mazowieckiego: Huszlew, Łosice, Olszanka, Platerów, Sarnaki, Stara Kornica, Korczew, Przesmyki, Paprotnia, Jabłonna Lacka, Repki, Sabnie, Sterdyń, Ceranów, Kosów Lacki, Sokółów Podlaski (*gmina wiejska*), położonych po obu stronach rzeki Bug. Siedziba stowarzyszenia mieści się w Drohiczynie. Stowarzyszenie opiera swoją działalność na partnerstwie trójsektorowym w skład, którego wchodzi trzy sektory: społeczny, gospodarczy i publiczny.



Jednym z najmocniejszych atutów regionu na którym działamy jest różnorodność kulturowa i religijna, bogactwa naturalne, rozumiane jako walory krajobrazu i środowiska przyrodniczego. Podlasie Nadbużańskie to perła polskiej przyrody, najpiękniejsze w kraju malownicze krajobrazy, naturalne środowisko, najczystsze powietrze „Zielonych Płuc Polski”, cenne kompleksy leśne, unikalna flora i fauna. To niezaprzeczalne skarby regionu, która są niezwykle atrakcyjne o każdej porze roku.



LGD wdraża środki w ramach Rozwoju Lokalnego Kierowanego przez Społeczność z trzech funduszy: Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020, Europejskiego

Funduszu Społecznego oraz Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego. Działania podejmowane w projektach składanych do LGD przyczyniają się do promocji regionu, rozwoju przedsiębiorczości, uatrakcyjnienia oferty turystycznej, wyrównywania szans w dostępie do różnych form działań edukacyjnych, kulturalnych, animacyjnych. Jesteśmy przekonani, że tylko kompleksowe działania mogą powstrzymać odpływ mieszkańców, zaktywizować społeczność lokalną do wspólnych działań a także stworzyć podstawę do lepszego rozwoju przedsiębiorczości na tych terenach.

Zarząd SLGD „Tygiel Doliny Bugu”



BIBLIOGRAFIA

1. *Bystron S.*, Dzieje obyczajów w dawnej Polsce, t.1 i t.2., Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1960.
2. *Dworakowski S.*, Kultura społeczna ludu wiejskiego na Mazowszu nad Narwią, Białystok 1964.
3. *Fedrowski M.*, Lud Białoruski na Rusi Litewskiej, t.1, Nakładem Akademii Umiejętności, Kraków.
4. *Gawel A.*, Zwyczaje, obrzędy i wierzenia agrarne na białostockożyźnie od połowy XIX do początku XXI wieku, Kraków 2009.
5. *Kuźniewski E., Augustyn-Puziewicz J.*, Przewodnik ziołolecznictwa ludowego, Warszawa-Wrocław 1984.
6. *Moszyński K.*, Kultura ludowa Słowian, t.1 i t.2., Książka i Wiedza, Warszawa 1967.
7. *Ogrodowska B.*, Zwyczaje, obrzędy i tradycje w Polsce. Verbinum. Wydawnictwo Księży Werbistów, Warszawa 2000.
8. *Paluch A.*, Świat roślin w tradycyjnych praktykach leczniczych wsi polskiej, Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław 1984.
9. *Pirożnikow E.*, Tradycje użytkowania dziko rosnących roślin leczniczych i pokarmowych wschodniego Podlasia, W: Andrzej Górniak, Bazyli Poskrobko (red.). Park Krajobrazowy Puszczy Knyszyńskiej w systemie ochrony przyrody i edukacji środowiskowej, Wyd. Park Krajobrazowy Puszczy Knyszyńskiej, Supraśl 2008.
10. *Smykowska E.*, Zwyczaje i obrzędy prawosławne, Verbinum. Wydawnictwo Księży Werbistów, Warszawa 2008.
11. *Suchorska K., Węglarz Z.*, Zioła w apteczce domowej, Warszawa 1988.
12. *Szcześniak K.*, Świat roślin światem ludzi na pograniczu wschodniej i zachodniej słowiańszczyzny, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 2008.
13. *Szymczak M.*, Słownik języka polskiego.
14. *Zadrożyńska A., Braun K.*, Zielnik świętowań polskich, Twój Styl, Warszawa 2003.
15. *Ziółkowska M.*, Gawędy o drzewach, Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza, Warszawa 1988.

SPIS ILUSTRACJI

Rys. 1	Mniszek lekarski	str. 25
Rys. 2	Dziki bez czarny	str. 29
Rys. 3	Malina	str. 31
Rys. 4	Chmiel	str. 32
Rys. 5	Jałowiec pospolity	str. 33
Rys. 6	Rumianek pospolity	str. 34
Rys. 7	Krwawnik pospolity	str. 36
Rys. 8	Śliwa tarnina	str. 38
Rys. 9	Podbiał	str. 40
Rys. 10	Len	str. 42
Rys. 11	Dziewanna wielkokwiatowa	str. 44
Rys. 12	Żywokost	str. 46
Rys. 13	Szałwia	str. 50

SPIS TREŚCI

1. Cel i zakres pracy	3
2. Rola roślin w pożywieniu i leczeniu w przeszłości	5
3. Dawne obrzędy	10
4. Rośliny używane na przednówku	22
4.1. Rośliny do karmienia zwierząt	22
4.2. Rośliny, które były zbierane przez ludność, jako dodatkowe pożywienie	24
4.3. Zioła do sporządzania różnego rodzaju nalewek	28
4.4. Rośliny używane do napojów	35
5. Medycyna ludowa	39
5.1. Zioła i rośliny używane do leczenia ludzi	39
5.1.1. Oparzenia	39
5.1.2. Odmrożenia	41
5.1.3. Owrzodzenia i odleżyny	43
5.1.4. Rany	45
5.1.5. Inne choroby skóry	47
5.1.6. Choroby przewodu pokarmowego	47
5.1.7. Przeziębienie, grypa, zapalenie płuc	49
5.1.8. Higiena dorosłych i pielęgnacja dzieci i niemowląt	51
5.2. Zioła używane do leczenia zwierząt	52
6. Obrzędy i magia	54
6.1. Obrzędy kadzenia i zamawiania	54
6.2. Uroczystości rodzinne i towarzyszące obrzędowi	61
6.3. Ochrona domu przed złem	64
6.4. Ochrona pól oraz plonu i zwierząt domowych	66
6.5. Zioła i ich moc	70
7. Zioła używane w gospodarstwie domowym do innych celów, niż lecznicze	71
7.1. Zioła używane do farbowania ubrań, wełny i pisanek	71
7.2. Zioła, które były używane do niszczenia pasożytów i odstraszenia szkodników	72
Zakończenie	74
Wystawa o obrzędach i tradycjach zielarskich	77
Przepisy kulinarne z tradycją	78
Info o Stowarzyszeniu	80
Bibliografia	82
Spis ilustracji	83