

Любовь Поливалина

# Монастырские рецепты от любой хвори



Любовь Поливалина

**Монастырские рецепты  
от любой хвори**

«Научная книга»

**Поливалина Л. А.**

Монастырские рецепты от любой хвори / Л. А. Поливалина —  
«Научная книга»,

Применение трав в нетрадиционной медицине известно испокон веков. Одними из первых кто стал применять дары природы в целительстве были древние монахи. В своих монастырях они открывали секреты лекарственных растений, а также пытались применить эти открытия при лечении своих заболеваний. Лишь совсем недавно удалось приоткрыть тайнства монахов и узнать их вековые рецепты исцеления от человеческих недугов. В книге, которую вы держите в своих руках, собраны как раз те уникальные рецепты. Только благодаря ее вы сможете узнать как с помощью сил природы вылечить давно мучащие вас болезни и навсегда про них позабыть.

© Поливалина Л. А.

© Научная книга

# Содержание

Введение	5
Глава 1. ДРЕВНИЕ МОНАСТЫРСКИЕ РЕЦЕПТЫ	6
Применение трав в монастырской медицине	6
Сбор трав и правила хранения	12
Конец ознакомительного фрагмента.	22

# Любовь Поливалина

## МОНАСТЫРСКИЕ РЕЦЕПТЫ ОТ ЛЮБОЙ ХВОРИ

### Введение

Из глубины веков, от наших далеких предков доходят до нас монастырские рецепты излечения от любой хвори. Некрепок телесный покров человека: только малейшая червоточина появилась, вот и нет уже былой силы и здоровья. Как же избавиться от свалившего недуга, как сохранить былую мощь и духовную чистоту? Издавна в монастырях скапливались пришедшие с различных уголков земли способы борьбы с существующими заболеваниями. Любой страждущий мог прийти в монастырь и быть уверенным в том, что ему помогут, изготовят необходимое средство, да еще и описание приготовления в придачу дадут – чтобы в следующий раз сам, без помощи посторонних людей, мог справиться с обнаружившейся хворью.

Но наступили и суровые времена на Русской земле, когда разрушились монастыри, а хранившиеся в них сокровища мысли безжалостно уничтожались. Трудно сейчас понять и оценить величину ущерба, сложно представить, сколько бесценных рукописей с лечебными советами нашли свою гибель в это время. К счастью, сейчас эти потрясения вспоминаются лишь как ужасный сон: монастыри восстанавливаются, а с ними возвращаются и крупницы того знания, которое одухотворяло жизнь человека на протяжении целых столетий.

В данной книге собраны уцелевшие, чудом сохранившиеся рецепты излечения от самых различных заболеваний.

Из первой главы вы сможете узнать историю происхождения монастырских рецептов, а также правила сбора трав и секреты приготовления из них различных настоев, мазей и припарок, применяющихся при лечении хворей. Внимательнее отнеситесь к этой главе, поскольку неправильно приготовленный настой не только не способен излечить проявившуюся болезнь, но и может значительно ухудшить положение, добавив новые заболевания. В остальных главах даются уже непосредственно рецепты лекарственных настоев и других средств монастырской медицины, разбитые согласно их традиционному, устоявшемуся делению на средства от простудных болезней, средства от сердечных недугов, средства от болезней желудка, средства от дурной крови, средства от облысения и кожных болезней и средства для укрепления души и тела.

Хочется верить, что эта книга станет вашим надежным помощником в трудную минуту и останется интересной для всех людей вне зависимости от их возраста и образа жизни.

## Глава 1. ДРЕВНИЕ МОНАСТЫРСКИЕ РЕЦЕПТЫ

### Применение трав в монастырской медицине

Традиции лечения на Руси уходят своими корнями в глубокую древность. Представления о жизни в эпоху Древнерусского государства складывались из летописей и данных археологических раскопок. Более ранняя история Руси представлена в славянских былинах, сказаниях, в рукописях чужеземных путешественников, например Геродота, историка и философа, описывавшего места, «достойные внимания ученого».

Медицина языческой Руси воплощалась в магии волхвов, обладавших тайными знаниями, какими не могли владеть обыкновенные люди в Древнерусском государстве. Уединенно проживая в лесах, волхвы изучали целебные силы природы и применяли их на пользу человеку. Они были единственным сословием, обладавшим хоть какими-то приемами врачевания. В древней литературе под словом «волхвы» подразумевались приверженцы всего таинственного и непостижимого: служители дохристианских культов, знахари, ведуны, ведьмы, восточные мудрецы и звездочеты. Действия волхвов представляли собой магические способы врачевания, различные по степени «мудрости»: от простого невежественного знахарства до почти научных способов излечения. И вот уже воображение рисует нам глубокого старца с длинной седой бородой, склонившегося над больным, подобно вещему Финну из поэмы Л. С. Пушкина «Руслан и Людмила»:

...В той долине два ключа,  
Один течет водой живою,  
По камням весело журча,  
Тот льется мертвою водою...  
С двумя кувшинами пустыми  
Предстал отшельник перед ними;  
Прервали духи дивный сон  
И удалились, страха полны.  
Склонившись, погружает он  
Сосуды в девственные волны;  
Наполнил, в воздухе пропал  
И очутился в два мгновенья  
В долине, где Руслан лежал  
В крови, безгласный, без движенья;  
И стал над рыцарем старик,  
И впрыснул мертвою водою,  
И засияли раны вмиг,  
И труп чудесной красотой  
Процвел; тогда водой живою  
Героя старец окропил,  
И бодрый, полный новых сил,  
Встает Руслан...

Сказания о фантастических живой и мертвой водах, так часто упоминающиеся в русских сказаниях, основывались на знаниях о целебной силе вполне реальной минеральной воды. Столь привычный для современного человека «Нарзан» в древности называли «бога-

тырь-питьем» или кислой водой. Знахари рекомендовали его для укрепления здоровья после тяжкого недуга или советовали пить людям слабого телосложения.

Согласно былинам волхвы исцелили легендарного Илью Муромца, просидевшего на печи 30 лет и 3 года, дав ему испить «чарочку питьеца медвяного», благодаря чему молодец смог вернуть себе богатырскую силу. Напитки на основе меда являлись основным лекарственным средством русских знахарей. Горячая смесь меда с кобыльим молоком излечивала простуду. Подобным свойством наделялись панты оленя и рыба печень, как известно, обладающая большим количеством витамина А. Сырой печенью языческие знахари успешно излечивали куриную слепоту. Страдающие этим заболеванием нормально видят днем, теряя остроту зрения в сумерках. Ночью больные ничего не различают и совершенно беспомощны, а позднее возникает нагноение и навсегда повреждается роговица глаза. Болезнь была известна еще в Древнем Египте, упоминалась в Гиппократовом сборнике, где в качестве лекарства рекомендовалось съесть бычью печень с медом.

Волхвы оказывали помощь каждому, кто к ним обращался, не требуя платы за труд. Однако если простому человеку обычно требовалось избавление от хвори, то князья чаще интересовались гаданьем. Волхвы знали целебную силу медного купороса, серебра, скипидара, селитры, мышьяка, ртути, сурьмы, уксуса.

Государственность России начала складываться в конце IX в., когда князь Олег Рюрикович захватил Киев, сделав его столицей объединенных княжеств Черной и Белой Руси. Древняя, исконная Черная Русь с центром в Ладоге и Новгороде располагалась на северо-западных территориях, в бассейне Верхнего Немана. Проживавшие на этих землях племена приильменских словен, вятичей, древлян издавна поклонялись языческим богам.

Белой Русью условно назывались княжества Приднепровья во главе с Киевом. Здесь соблюдались византийские традиции с пышными обрядами, развитым богословием, с высокой грамотностью и книжной культурой. Древнерусские князья торговали с государствами Северной Европы, Кавказа, Средней Азией и Византией, направляя караваны «из варяг в греки» – так назывался путь у берегов Балтийского (Варяжского) моря, доходивших до Крыма.

В 988–989 гг. Древнерусское государство вступило в период расцвета и во многом благодаря утверждению христианства в качестве единой государственной религии. Крещение Руси произошло по воле великого князя Киевского Владимира I Святославовича, в крещении названного Василием. Канонизированный после смерти, до крещения он был ярим идолопоклонником и «женолюбцем».

Согласно летописям Владимир имел 5 жен и более 800 наложниц. После крещения он предстал перед народом в образе скромного, благонравного христианина. Идея принятия новой веры пришла к русскому князю после общения с послами – миссионерами различных вероисповеданий: болгарскими магометанами, хазарскими евреями, посланцами папы римского. Но только «грек-философ» сумел зажечь во Владимире «искру христианства». По совету бояр в Византию отправилось посольство с целью испытания выбранной религии. В следующем году Владимир окрестился вначале сам, а затем приказал разрушить в столице все языческие идола и окрестил киевлян.

Первыми приняли новую веру жители Новгорода, Ростова Суздаля, Белоозера, Пскова, Полоцка, где быстрыми темпами развивались ремесла, торговля, создавались памятники письменности и архитектуры. Благодаря поддержке князей монастыри становятся не только сосредоточением религиозного культа и культуры, но и центрами накопления знаний.

По свидетельству летописцев, Ярослав Мудрый свободно говорил на 5 языках, книги «читал часто и в ночи и дне». По воле князя на русский язык переводились греческие трактаты, составившие знаменитую библиотеку храма Софии Киевской. Его внучка Янка Всеволодовна в 1086 г. учредила женскую школу при Андреевском монастыре.

Греческая культура проникала на Русь через давние связи с Болгарией, откуда присылались античные манускрипты. На славянский язык древние тексты переводили монастырские летописцы. Трудом монахов-переводчиков сохранились все известные знания в различных областях культуры того времени, в том числе книги по медицине.

До нашего времени сохранился древнейший вариант первой русской летописи «Повесть временных лет», над созданием которой трудились несколько поколений летописцев. Книгу начал писать игумен Киево-Печерской лавры Никон. Позже над ней работал игумен Михайловского Выдубецкого монастыря Сильвестр, в правление Владимира Мономаха назначенный епископом Переславля. Другой составитель «Повести временных лет», монах Киево-Печерского монастыря Нестор, считается одним из крупнейших историков Средневековья.

Подобно всякой монотеистической религии, христианство не отличалось терпимостью к язычникам. Волховство считалось преступным деянием, а знахари жестоко преследовались, поэтому с развитием христианства лесных чародеев сменили народные врачеватели, именовавшиеся тогда лечцами. Передавая свои знания от отца к сыну, они строго берегли тайну врачевания внутри «семейных школ». Почти не интересуясь здоровьем своего народа, русские князья все же пытались регулировать общественные отношения. В «Русской правде» содержались краткие положения, касавшиеся оплаты труда лечцов. Если человек получил увечье в драке, то обидчику вменялось выплатить 3 гривны пострадавшему и лечебное вознаграждение любому, кто возьмется лечить рану.

С введением законодательства на Руси сложилось сословие вольных врачей, лечивших князей и бояр за солидную плату. Например, в летописи Кирилла Туровского рассказывалось о лечце-армянине, практиковавшем в конце XI в. Будучи «зело хитрым во врачевании, яко прежде не было таково», восточный медик ставил диагноз в соответствии с пульсом, обращал внимание на внешность пациента. Видимо, он успешно справлялся с недугами, если удостоился быть приглашенным к князьям Всеволоду Ярославовичу и Владимиру Мономаху. Придворный лекарь черниговского князя Николая Давыдова так же завоевал славу «зело искусного во врачевании». Судя по прозвищу, Петр Сириянин прибыл на Русь с Ближнего Востока. Несмотря на то что приемы частных врачевателей исходили из традиций народной медицины, придворные лекари держались независимо от знахарей, также не признавали монастырских лечцов.

На Руси врачеванием занимались не только мужчины. Женщины профессионально ухаживали за лежачими больными, изготавливали лекарства из трав, умели делать массаж и вправлять вывихи. Народное сказание об Илье Муромце представляло некую Марину в качестве личного врача богатыря. В Новгородской переписи 1583 г. можно найти упоминание о «Натальице Клементьевской жене лекарице», входившей в число 6 прославленных городских лекарей. В «Повести о Петре и Февронии Муромских» (XV в.) иносказательно описана реальная история, произошедшая с князем Давидом Муромским и его супругой Ефросиньей. «Зарубив мечом змея, Петр обрызгался змеиной кровью и занедужил тяжелой хворью. И пошел князь в Рязанскую землю, искать исцеления у девицы Февроньи, дочери древолаза...». Девушка вылечила занедужившего князя медом диких пчел, но по возвращении домой болезнь вновь стала преследовать его. Тогда Петр Муромский решил жениться на прекрасной целительнице, дабы стать счастливым и никогда не болеть.

В старинных русских травниках часто упоминались иноземные рецепты и методики лечения, в том числе и техника исполнения хирургических процедур.

Несмотря на территориальную отдаленность, Русь издавна поддерживала торговые отношения с Индией. Вместе с товаром купцы привозили на родину уникальные рукописи.

Рассказы знаменитых путешественников также отражены в монастырских лечебниках. Например, заметки медицинского характера содержатся в книге «Хождение за три моря» (1472 г.), написанной Афанасием Никитиным.

«Книга, глаголемая прохладный ветроград, избранная из многих мудрецов о различных врачейских вещах, ко здравью человеческому предстоящих» (1534 г.) представляла собой переводной немецкий лечебник. Благодаря прекрасному изложению книга имела успех и пережила многократные переиздания, а русские лекари узнали о «садах здоровья», уже давно популярных в Европе. Первый ветроград появился под западной стеной Московского Кремля в качестве государевых аптекарских огородов, на месте, где в настоящее время располагается Александровский сад. В 1657 г. вследствие значительного расширения огород перенесли за Мясницкие ворота. После того лекарственные сады произрастали уже во всех концах Москвы. Один из них стал основой столичного Ботанического сада. При огородах устраивались аптекарские избы, где изготовлялись пластыри, мази, сиропы, поступавшие в продажу уже в готовом виде.

В монастырях занимались не только переводами медицинских трактатов, но и оказывали помощь страждущим, причем не только молитвами. Первый монастырский приют, устроенный при Киево-Печерской лавре, начал принимать больных только в XI столетии. Эти сведения – о больнице, монастыре и его обитателях – отражены в Киево-Печерской патерике XII в. Самый древний русский монастырь располагался за пределами Киева, недалеко от пещер (древнерус. – пещеры), где первоначально жили монахи. Служители лавры считали заботу о больных своим долгом, исполняя его с большим усердием. Отдельные кельи предназначались для тяжелобольных, за которыми братья ухаживали круглосуточно. Люди, страдавшие заразными, кожными и психическими заболеваниями, приходили сюда со всей Руси, неизменно получая помощь и надежду на исцеление. В патерике сообщается о монахах, искусно владевших различными способами врачевания. «Пречудный лечец» Антоний прибыл в Киево-Печерскую лавру с Айон-Орос (Афон). Гористый полуостров на северо-востоке Греции с X в. являлся центром православного монашества.

В обителях Афона находилось крупнейшее в христианском мире собрание рукописей и памятников церковного искусства. Лекарь Антоний получил хорошее врачебное образование в античном духе, а до прибытия в Киев долго работал в больницах греческих колоний. Он сам ухаживал за больными, лично приготавливал снадобья, и его пациенты умирали редко.

Преподобный Алимпий, судя по имени, также пришел на Русь из Палестины. Проклиная «волхвов и неверных людишек», монах успешно лечил проказу, пользуясь больных мазью собственного изготовления. Один из воспитанников Антония, монастырский лечец по имени Агапит (ум. 1095 г.), завоевал расположение киевлян благодаря «безмездной», т. е. бесплатной, врачебной помощи горожанам. Однажды тяжелобольной Владимир Мономах пригласил к себе Агапита, но тот отказался покинуть обитель и прислал владыке свое «зелье». Снадобье быстро помогло, и вылечившийся князь отослал в монастырь богатые дары. Однако лекарь не принял подношений, посоветовав отдать княжеские подарки бедным мирянам. «И услышали в городе, – отмечено в патерике, – что в монастыре есть некто лечец, и многие больные приходили к нему и выздоравливали».

Начиная с XII в. монастырским лекарям вменялось соблюдать врачебную мораль. Например, врачу предписывались добросердечие, гуманность, самопожертвование, внимательность ко всем обратившимся за помощью. Он не мог отказаться от личного участия в процессе исцеления, порой выполняя самую грязную работу. Клятва Гиппократова требовала от медика терпимости к тяжелобольным, чуткости по отношению к «одержимым». Не подлежал обсуждению вопрос об оплате, тщеславии и заботе о своем благополучии. Вследствие отрешенности от всего, что касалось собственной личности, представители монастырской медицины пользовались уважением в народе. Многие лечцов после смерти канонизировали.

Древнейшим памятником русской медицинской литературы является «Изборник Святослава», в котором содержатся медико-гигиенические сведения. «Изборник» был переведен в

X в. с греческого языка для черниговского князя Святослава Ярославича. В этой своеобразной медицинской энциклопедии описываются наиболее распространенные лекарственные средства из растений. Книга включала в себя отдельные части библейских сказаний, труды богослова Василия Великого и сочинения известных византийских теологов. Кроме рассуждений о вере и христианской морали, книга содержала статьи самого составителя, монаха Иоанна, касавшиеся наиболее распространенных болезней, их лечения и профилактики. Рассуждая о здоровом питании, автор напутствовал: «силы в овоще велики», «питье безмерное – бешенство есть». В качестве гигиенических рекомендаций приводились рассуждения о пользе ежедневных омоений, о содержании в чистоте одежды и жилища.

Согласно «Изборнику» русские лекари неплохо знали хирургию, используя ножи, «точила», ножницы, топоры, щупы, пилки, долота. Искусные лечцы-резальники умели разрезать живот, ампутировать конечности, удалять омертвевшие части тела, производить трепанацию. Подобно европейским медикам, они прижигали раны каленым железом и использовали травяные мази, вино, золу, березовое вино. При операциях применялся даже наркоз. Оперуемый усыплялся настоем корня мандрагоры, мака или чарой вина. Все инструменты обязательно прокалились в огне. Шов производился тонкими волокнами льна. Иногда нити делали из кишок животных. В полевых условиях хирурги вынимали осколки стрел с помощью магнитного железняка. В одной из рукописей описана оригинальная конструкция протеза для нижней конечности. Примерно в XV в. среди хирургов выделились узкие специалисты: костоправы, зубоволоки.

В 1130 г. внучкой Владимира Мономаха Евпраксией был написан трактат «Мази» (слово «мази» использовано в значении «лекарственные средства»). В этом оригинальном произведении систематизированы разрозненные медицинские сведения того времени.

В 1236 г. на Русскую землю вступило огромное войско монгольского хана Батые. Едва появившись, светская медицина вернулась в обители. Из самых известных в ту пору лечебниц выделялась больница Кирилло-Белозерского монастыря, основанного в 1397 г. и никогда не подвергавшегося нападению врага. Больных и раненых здесь размещали в больших и малых палатах, возведенных специально для этой цели. Рациональные методы лечения монахов основывались на опыте античных врачей.

В начале XV в. летописец монастыря инок Кирилл Белозерский закончил перевод комментариев Галена к «Гиппократову сборнику». В древнерусском варианте сочинение великого римлянина называлось «Галиново на Иппократа».

Особенностью русской медицины являлось стратегическое значение монастырских больниц. Во времена вражеских нашествий раненых размещали за крепкими стенами обителей, осуществляя поставку медикаментов, лекарств и финансирование персонала за счет государства. В 1635 г. закончилось строительство двухэтажных больничных палат в Троицко-Сергиевой лавре. Отдельно стоящими кельями, приспособленными специально для ухода за больными, располагал Новодевичий монастырь.

Рецепты языческих врачей обобщены в многочисленных травниках и лечебниках, составленных после Крещения Руси монастырскими переписчиками. До нашего времени сохранилось не более 250 старинных рукописей. Из текстов можно представить разнообразие лекарств, изготовлявшихся из всего, что предоставляла людям природа.

Например, для лечения нарушений сна, страхов и тревог использовали розмарин лесной (багульник болотный), кошачий корень (валериану лекарственную), крестовник обыкновенный, тутовик лекарственный, страстоцвет мясокрасный, каменную валериану, марьин корень, чернобыльник, пустырник сердечный, руту пахучую, синюху лазурную, хмель, золотушную траву.

Напротив, для повышения умственной и физической работоспособности и улучшения самочувствия применяли шип-дерево (аралию маньчжурскую), дрок красильный, заманиху

высокую, маралий корень, пихту, золотой корень, мышатник (пьян-траву), хвойник хвощовый. Для облегчения болей использовали ежевник безлистный, красавку (сонную одурь), бузину черную, веронику лекарственную (дубравку), ветреницу лютичную, горичник болотный, кро-вохлебку, холодную мяту, переступень белей, подорожник большой.

От судорог применяли белозор болотный, буквицу лекарственную, василистник малый, дягиль лекарственный, живокость высокую, лапчатку гусиную, латук дикий, марьянник дубравный, Melissa лекарственную, очиток острый, паслен черный, сердечник луговой, синяк обыкновенный.

При острых воспалениях желудка и гастритах использовались следующие травы: алтей лекарственный, анис обыкновенный, бессмертник песчаный, бузину черную, валериану лекарственную, вереск обыкновенный, душицу обыкновенную, зверобой продырявленный, тмин обыкновенный, тысячелистник обыкновенный, аир обыкновенный, алоэ древовидное, гравилат городской, девясил высокий, лен посевной, облепиху крушиновидную, ромашку аптечную, чернику обыкновенную, черемуху обыкновенную, шалфей лекарственный, щавель конский. Также применялась горечавка желтая, дягиль лекарственный, или дудник, золототысячник зонтичный, мать-и-мачеха обыкновенная, пижма обыкновенная, полынь обыкновенная, или чернобыльник, рябина обыкновенная, цикорий обыкновенный, шиповник коричный, горец птичий, или спорыш, календула лекарственная, или ноготки, кипрей узколистный, или иван-чай, крушина ломкая, мята перечная, пустырник обыкновенный, сушеница топяная, таволга вязолистная, или лабазник, чистотел большой.

Для лечения язвы желудка применяли одуванчик лекарственный, окопник лекарственный, ольху черную, или клейкую, осину, хвощ полевой.

От головных болей (вызванных повышенным артериальным давлением) – астрагал шерстистоцветковый, барвинок малый, каменную траву (гремязку, чернокудренник), василистник вонючий, зюзник европейский, морковь посевную, омелу белую, осоку парвскую, рябину обыкновенную, аронию, сушеницу топяную, укроп, хохлатку полуую.

Для ускорения ранозаживления применялись борщевик сибирский, гравилат городской, жабник полевой, капуста, липа мелколистная, лопух большой, осина, пупавка светло-желтая, рябина белая, сирень, чеснок.

Для снятия воспалений – дуб обыкновенный, дивина (коровяк высокий), узник (лапчатка прямостоячая), лен-кудряш, лох узколистный, недорога обыкновенная, ольха серая, оскорь (тополь черный), очанка лекарственная, мальва лесная, репешок обыкновенный, кукушкины слезы.

Для лечения кашля назначались аирный корень, алтей аптечный, анис обыкновенный, копытень европейский, белокопытник, медуница лекарственная, мыльнянка лекарственная, первоцвет весенний, росянка круглолистная, солодка голая, сосна лестная, иван-да-марья (анютины глазки).

Для остановки кровотечений применяли горец перечный, почечуйную траву, ежевику, копорский чай (иван-чай), кошачью лапку, крапиву двудомную, зайцегуб опьяняющий, мытник болотный, подорожник большой, стальник полевой, тысячелистник обыкновенный, чернокорень лекарственный.

Для лечения сердечных хворей – горицвет весенний, боярышник кроваво-красный, гулявник струйчатый, желтушник рассеянный, кирказон ломоносовидный, ландыш майский, бородач (ласточник обыкновенный), обвойник греческий, пуховник, бирючина (заячьи глазки).

## Сбор трав и правила хранения

Известно немало случаев, когда человек в наше время прибегает к лечению народными средствами. Усталость от принятия таблеток и микстур заставляет обратиться к другим методам лечения. Например, к фитотерапии. Лечение травами во многих случаях избавляет как от тяжелых недугов, так и от легких заболеваний. Главное, правильно использовать дары природы, как это делали древние монахи.

Правильный подбор трав не гарантирует излечение. Только тщательно обработанные и хорошо высушенные растения способны принести пользу. Давайте разберемся, каким образом получают чудодейственную травку.

Не секрет, что лечение травами прочно вошло в нашу жизнь. Народные средства дешевле и безопаснее. Как говорится, на спрос всегда есть предложение. Недостатка в сухих веточках и листочках сегодня нет. Бабушки стройными рядами предлагают купить благоухающие венички и пучочки травки. Они торгуют повсюду: на больших рынках, маленьких базарчиках, транспортных остановках, да и просто на улицах. Предлагают такое многообразие, что отказаться сложно. Пакетики со снадобьями аккуратно разложены, в каждом маленькие бумажки с названиями. Мята, Зверобой, Шалфей.... Пусть шариковой ручкой, пусть коряво, но не надо долго выбирать. Ведь немного наивные надписи: «от головы», «от живота», «от мужских недугов» не оставят сомнений – обязательно поможет! А если и засомневаешься, то словоохотливая бабушка подскажет. И травку подберет, и курс лечения назначит. Возьмешь лекарство, придешь домой, приготовишь отвар и ...ничего. Не помогла травка! В чем же дело? Может, травка не та? Или рецепт не верный?

Не стоит всю вину сваливать на старушку. Она рассказала вам все, что сама знала. А вот все ли известно бабушкам. Существует множество правил по сбору, сушке, хранению и применению трав. Важно знать места и время сбора травы, чтобы успеть срезать самые сильные и сочные экземпляры. Наши предки знали, что необходимо учитывать не только время года и суток, но и расположения звезд, погоду. Правильно высушить лечебные травы – настоящее искусство, которым в совершенстве владели древние «лечцы». Они создавали особые условия и тщательно следили за процессом приготовления лечебного снадобья. Если трава плохо просохнет, то может сгнить или спреть. Так же они знали, что пересушенные растения теряют большую часть полезных свойств. Они также бесполезны в лечении, а иногда даже вредны для здоровья. Хранили растения древние монахи определенным образом, чтобы лечебные вещества не испарились и трава не потеряла свои полезные свойства. Не будем упоминать о сроке хранения сухих растений. Он не безграничен!

Любая лечебная трава содержит один или несколько видов действующих веществ, которые по—разному влияют на организм. Тщательный подбор необходим.

Все вышесказанное не должно оставить сомнений – не все травы полезны. Даже если они красиво упакованы и покупаются у знакомого человека. Бабушки их готовят для продажи и часто не соблюдают основных правил сбора и хранения.

В наше время для лечения лучше использовать травы, купленные в аптеке. Их собирают и обрабатывают специалисты. Всё лекарственное растительное сырье, поступающее в аптеку, обязательно проходит экологический и радиологический контроль. Также ведется тщательный контроль качества. Заготовкой лекарственных растений занимаются лесные хозяйства и совхозы, а также добровольцы. Сбор растений, которые потом поступают в аптеки, производится в экологически чистых районах. На упаковке с лекарственными травами обязательно указывается срок годности и способ применения. Риск приобрести некачественный товар минимальный. Профессионализму врачей можно доверять.

Венички и пакетики с травой нетрудно приготовить самостоятельно. Соблюдая основные правила сбора, хранения и сушки, которыми владели древние монахи, благодаря которым эти сведения дошли до нас, можно легко получить эффективное лекарство в домашних условиях.

Начинают заготовку растений со сбора. Есть общие правила сбора.

Во—первых, следует ответить на вопрос: Что собирать? Нужно собирать только те растения, которые твердо знаешь. На территории России произрастает более 20 тыс. видов растений, из которых 2500 обладают лекарственными свойствами. В официальной медицине используют около 240 видов. Важно выбрать те растения, которые имеют лекарственные свойства. Существует множество трав, сильно похожих на «настоящие». Они могут принести большой вред при приеме вместе с лечебными травами. Случайно попавшие ядовитые растения способны навредить здоровью. Следует правильно приготовить отвар, чтобы он принес пользу, точно по рецепту собрать необходимый букет трав.

Во—вторых, следует знать ответ на вопрос: Где собирать? Для начала определимся, что следует собирать растения в определенных местах. Нельзя производить сбор вдоль дорог, даже если они не залиты асфальтом. Большое значение имеет место сбора лекарственных трав. Ведь принимая внутрь настой или отвар, мы выпиваем и то, что «осело» на растение из атмосферы. Пыль и грязь оседают на растениях, уменьшая их лечебные свойства. Большой ущерб наносят выхлопные газы автотранспорта. Вот почему заготовки корней, трав необходимо производить вдали от автомобильных и железных дорог. Нужно отойти не менее чем на 2–3 километра. Экологические исследования говорят о том, что зона промышленных выбросов, загрязняющих окружающую среду, может простираться на 20–30 километров. Вокруг крупных городов с развитым химическим, металлургическим и другим загрязняющим окружающую природу производством можно увеличить зону опасного сбора до 40 километров. То же следует отнести к крупным тепловым электростанциям. Растения, собранные в этих районах, содержат значительное количество нитратов, тяжёлых металлов, канцерогенов и иных природных или искусственных веществ, опасных для здоровья и жизни человека. Нельзя собирать лекарственные травы в районах интенсивного животноводства, по краям полей и проселочных дорог, где могут накапливаться удобрения и пестициды. Чернобыльская трагедия по существу впервые поставила вопрос о недопустимости проведения заготовок в загрязненных радиацией районах. Сборы лекарственного растительного сырья должны учитывать требования экологической чистоты природы. Как правило, радиологический контроль проводят Санитарно—эпидемиологические службы.

Необходимо помнить, что растения (как и грибы, и ягоды) способны накапливать вредные и токсичные вещества, загрязняющие почву, воду и воздух. Это свинец, кадмий, ртуть и другие элементы, пестициды и нитраты, канцерогенные углеводороды и мутагены, поступающие в окружающую среду при сжигании каменного угля и нефти, промышленных отходов.

Нельзя ежегодно вести сбор растений в одном и том же месте. Это может нанести непоправимый вред природе. Постоянный сбор на одном и том же месте не позволяет растению полноценно размножаться. Собирая самые сильные и неповрежденные экземпляры, человек оставляет больные и слабые. На следующий год качество и количество лечебных трав обязательно снизится. Если истощать природные запасы, бездумно собирая растения на одном и том же месте из года в год, то однажды можно не обнаружить такие полезные дары природы. Обязательно следует собирать травы в разных местах. Зная несколько заветных полянок, не трудно бережно относиться к природе. Сбор трав на одном и том же месте ведется через год. Собирая растения, следует оставлять несколько экземпляров на каждый метр площади лужайки для последующего размножения. При заготовке однолетних трав нужно оставлять значительную часть цветущих и плодоносящих растений для осеменения. Тогда через год здесь можно вести ограниченную заготовку сырья. При заготовке корней и корневищ многолетников их выкапы-

вают также после осеменения, как правило, в сентябре – октябре. Повторную заготовку корней можно вести только через 2–4 года, когда выросшие из семян растения достигнут зрелости.

В—третьих, нужно точно помнить, когда можно собирать лекарственные растения. Важно учитывать погодные условия. Все надземные части растений собирают только в сухую погоду. Это позволит быстрее приступить к сушке и не травмировать стебли при промывании. Если утром была роса или пошел дождь, то заготовки начинают только после того, как растения полностью обсохнут. Тогда при сушке растения не подвергаются процессам бактериального и грибкового разложения, результатом которого часто является утрата растением целебных свойств. Под вечер, когда появляется роса, сбор так же прекращают. К тому же в сумерках легко перепутать растения. Использование ядовитых растений может нанести серьезный вред здоровью. Лучшим периодом сбора лекарственного сырья является время с 8 до 9 утра. А вечером – с 4 до 5 часов. Подземные части, которые после сбора моют, можно заготавливать и при росе, и при дожде.

Наши древние предки знали, как велико влияние лунного цикла на сбор растений. Собирать травы, как утверждали знахари, следует на третий день после новолуния. Даже обыкновенная вода изменяет свои свойства в зависимости от взаимного расположения Земли и Луны, от действия гравитационных и электромагнитных сил. Эти явления благотворно сказываются на растениях, увеличивая их лечебный эффект. Идеальное время для сбора лекарственных растений бывает тогда, когда третий день новолуния совпадает с днем наивысшей солнечной активности. В 1 фазе Луны, особенно в период новолуния, лучше собирать корни трав, так как максимальная энергия и наибольшее количество микроэлементов концентрируется в корнях. А с новым лунным циклом они готовы вновь пойти в рост и развитие растения.

Надземную часть растений древние монахи собирали в период полнолуния, когда идущая снизу жизненная энергия растения проявляла себя полностью и накапливала микроэлементы в верхней части растения. В полнолуние лучше всего собирать травы тогда, когда видна Луна. В периоды, когда видна ровно половинка Луны, лучше всего собирать растения, которые будут использоваться в качестве успокоительного. В эти периоды энергетика Природы наиболее уравновешена, успокоена и сообщает подобные качества растениям. Особо ценные растения лучше всего собирать в период летнего солнцестояния. В новолуние принято собирать корни растений, на утренней или вечерней зоре. А в день полнолуния проводят сбор надземных частей растений в полдень. Некоторые растения лучше всего собирать ночью. Из них готовят снадобья для успокоения, усиления восстановительных процессов.

Сбор трав рекомендуется проводить при определенном расположении планет. Для этого нужно знать, какие планеты влияют на тот или иной вид трав. А также положение Луны. Ниже будут указаны основные растения, затем планеты, которые в них входят, и время, когда можно собирать эти растения.

Аир болотный подвержен влиянию Сатурна, Юпитера, Марса, Луна. Собирать аир можно вблизи заката Луны, в третьей фазе.

Амела березовая испытывает воздействие Меркурия. Растение, собранное после заката и в полнолуние, отдаст все свои полезные вещества на благо человеку.

Багульник собирают при наибольшей активности таких планет, как Венера и Сатурн. Сбор происходит около полудня, вблизи полнолуния, когда Луна немного на ущербе.

Белена и Прозерпина набирают особую силу во время господства Юпитера, Сатурна и Марса. Собирают растения после заката, вблизи полнолуния.

Сатурн и Солнце особенно действуют своей энергетикой на Бессмертник. Сбор растения производят около полудня, на растущей Луне.

Валерьяну собирают при Венере, Сатурне, на переходе Солнца из Рака во Льва, вторая половина дня, на растущей Луне. Валерьяны корень – вблизи заката вечером, на ущербной Луне.

Вереск испытывает воздействие Сатурна, особенно в первой декаде Девы. Обязательно на ущербной Луне.

Василек – Сатурн, Венера и чуть Юпитера – в первой половине дня, на растущей Луне.

Горец птичий собирают при активизации планеты Меркурий. Ведут сбор растения перед восходом Солнца, на третьей фазе Луны.

Девясил подвержен влиянию активности Солнца. Для получения лечебной травы собирают девясил в начале августа, в полнолуние, в полдень или на растущей Луне.

Донник лекарственный – планета Меркурий. Срывают траву перед полуднем, на растущей Луне.

Душица. Венера во время своей активности. Сбор производят в конце июля, после восхода Солнца. На растущей Луне.

Зверобой – Солнце – собирают в июле, августе от восхода до полудня, на растущей Луне ближе к полнолуннию.

Земляники лист – Венера, Меркурий, Юпитер, чуть Солнца – перед полуднем, во второй фазе Луны.

Иван—да—марья – растение собирают при активности планет Меркурий, Венера, Солнце, перед восходом во второй четверти Луны.

Иван—чай вбирает энергию, излучаемую Венерой, перед полуднем, на растущей Луне.

Календулы цветы – Солнце. Следует собирать соцветия календулы в полдень при ярком Солнце, сразу после новолуния.

Календулы корень выкапывают в другое время. Это происходит в конце августа после заката, в третьей четверти Луны.

Клевер собирают и сушат при сильном действии планеты Венеры, на восходе Солнца и во всю растущую Луну.

Крапива двудомная – Марс. Знахари ведут сбор крапивы от полудня до заката, перед полнолунием. Лучше всего это делать в июне, когда Солнце в Раке.

Цикория листья и стебли – Венера, Юпитер, чуть Сатурна. В полдень, вблизи полнолуния. Цикория корень – Во время действия тех же планет: Венера, Сатурн, Юпитер. Перед восходом, на ущербной Луне.

Чага – планеты Плутон, Меркурий. Срывают чану ночью перед восходом Солнца и вблизи полнолуния.

Череду следует собирать при активизации таких планет, как Солнце, Меркурий, чуть Юпитера. Рекомендуется срывать череду вечером перед закатом, вблизи полнолуния.

Чистотел. Для получения эффективного лекарства собирают растения, выросшие в тени. Сажать чистотел так же рекомендуется в тени. Влияет Солнце, Марс, Луна. Собирать чистотел ближе к вечеру, до заката, на ущербной Луне.

Шалфей – Венера, Сатурн. Собирать необходимо перед полуднем, на растущей Луне.

Щавель простой – Юпитер, Меркурий. Собирают его после восхода Солнца, во вторую четверть Луны.

Эстрагон испытывает на себе воздействие Венеры, Марса, Сатурна. Собирают растение перед заходом Солнца, на растущей Луне.

Ятрышник – Венера. Относится к тем растениям, которые срывают по утренней росе, в полнолуние.

Ниже перечислены общие рекомендации по сбору трав, основываясь на состоянии Луны.

Травы Солнца, Луны, Меркурия, Венеры нужно собирать на растущей Луне.

Травы Юпитера, Марса, Сатурна и Нептуна – на ущербной Луне.

Травы Марса и Сатурна на растущей Луне становятся злыми.

Растения Урана и Плутона можно собирать в любую фазу Луны, но не следует в точную фазу, то есть когда Солнце и Луна не в точном соединении.

Продолжая описывать особенности сбора растений в нетрадиционной медицине, обратимся к опыту древних знахарей и целителей. Знахари активно занимались сбором трав. Они знали немало тонкостей такого мероприятия. Они были уверены, что сбор лекарственных растений – важное мероприятие. Если человек к нему относится без должного внимания, то и результаты получаются соответствующие. Допустим, человек заболел и желает лечиться растениями. Для этого он должен сорвать, погубить их, воспользоваться их жизненной силой для того, чтобы укрепить свою силу. Таким образом, действие по сбору лекарственных растений – это, своего рода, принесение их в жертву. Предание их смерти для того, чтобы исполнились желания человека. Необходим особый настрой и образ мыслей. Поэтому древние лекари перед каждым сбором заранее настраивались на подобный ход мыслей, зная, что польза от бессмысленно сорванных растений будет минимальна.

Древние монахи были уверены, что нельзя собирать растения, будучи грязным душой и телом. Необходимо простить своих врагов и искупить грехи. Для верующих приветствуется исповедь. Поэтому перед сбором трав следует тщательно вымыть тело. Не рекомендуется собирать травы женщинам в определенные периоды месяца, во время беременности и в первые недели после рождения ребенка, так как в эти периоды женская энергетика особенно сильно воздействует на окружающее пространство, в результате чего растения, особенно цветы, у некоторых женщин вянут прямо на глазах. Это указывает на феномен сильного «забора» энергии от растений, вообще от окружающего пространства. Подобные высказывания можно считать утопией и не относиться к ним всерьез. Тем не менее, древние монахи неслучайно славились умением помочь человеку излечиться от многих болезней.

Так же считается, что для некоторых действий (защита, исцеление) растения должен собирать тот, для кого и будет предназначено зелье или настой. Это случаи излечения от определенных болезней и защита от злых сил. Сбор определенной травы во время грозы, как считали древние, придает ей особую силу. Растения используют при заговорах и для лечения тяжело больных. Представления наших предков о сроках сбора тех или иных трав отличаются от представлений об этом в современной традиционной медицине. Растение должно быть собрано в определенные сроки, утверждали наши предки. Корни, ветви и стебли – это 3 части, относящиеся к разряду стебля, они излечивают болезни костей, мышц и сосудов, поэтому, по древним поверьям, их необходимо собирать осенью, когда соки высыхают.

Листья, млечный сок и черешки относятся к разряду листьев, излечивают болезни половых органов, костного мозга и коленных суставов. Их необходимо собирать после распускания листьев. Цветки, плоды и семена относятся к разряду плодов, излечивают болезни глаз, лица и головы. Их необходимо собирать осенью, в пору полного созревания. Цветы, естественно, нужно собирать весной. Кора, кожица и смола относятся к разряду смолы коры, излечивают болезни кожи, сухожилий и суставов. Их необходимо собирать в пору набухания почек. Растение полностью входит в силу, когда начинает цвести. Это означает, что у растения имеется избыток силы, который направляется на плодоношение. В основном, большинство трав полностью созревает и цветет в период летнего солнцестояния, на день Ивана Купала. Принято считать, что в эти сутки лекарственные травы обладают наибольшей целительной силой. Растения, в которых используют корневую часть, собирают весной и осенью. Почки собирают ранней весной, пока они не пошли в рост. Почки некоторых растений можно собирать и зимой, например почки Дуба или Березы.

Сбор трав происходит в определенные месяцы года. Начинают заготавливать лекарственные растения с апреля. Когда появятся первые стебли, можно производить заготовку. В апреле рекомендуется вести сбор Аира, Алтая и Аралии. Корни и корневища этих растений используются в нетрадиционной медицине. Растения выкапывают, стряхивают комья земли, после чего и приступают к сушке. Также в апреле собирают следующие растения: Бадан, Барбарис, Валерьяна, Горец змеиный, Гравилат, Девясил, Диоскорея, Красавка, Лопух Большой, Мыль-

нянка, Одуванчик Лекарственный, Пырей, Рогоз, Папоротник, Сабельник, Чемерица, Щавель конский или обыкновенный, Элеутерококк. У них выкапываются корни, которые затем сушат и употребляют в качестве лечебных средств. Во втором месяце весны, в третьей и четвертой декаде, собирают листья и стебли многих трав. К ним относятся: Багульник, Будра, Горицвет, Копытень, Ландыш Майский, Лещина, цветки Мать—и—мачехи, Медуница, Пастушья сумка Обыкновенная, Спаржа, Толокнянка, Эфедра. Растения так же очищают от грязи и пыли, затем сушат.

В месяце мае, когда многие растения начинают цвести и появляются первые листья, ведется сбор большого количества трав. Начнем с перечисления лекарственных растений, у которых используют корни и корневища. К ним относятся: Папоротник, Пион, Пырей, Сабельник, Черника, Щавель конский или обыкновенный. Корневища в мае накапливают большое количество полезных веществ. Тем не менее, в третьем месяце весны наиболее популярен сбор цветов и листьев. Период цветения у некоторых растений очень короткий, поэтому соцветия собирают именно в мае. Молодые листья не успевают испортить насекомые и другие вредители. В это время следует собирать некоторые виды растений, например, Багульник, Барбарис, Барвинок, Бурда, Бузина, Вороний глаз, Горец птичий, Горицвет, Донник, Зубровка, Кислица, Копытень, Кошачья лапка, Ландыш Майский, Мать—и—мачеха, Медуница, Морощка, Пастушья сумка Обыкновенная, Подорожник Обыкновенный, Полынь, Прострел, Ромашка Лекарственная, Спаржа, Сфагнум, Толокнянка, Фиалка Лесная, Эфедра, Яснотка. Травы подвергают тщательной обработке, затем используют для лечения определенных заболеваний. Ко всему прочему, в мае собирают кору некоторых растений. Например, Ива, Калина, Каштан. Кора, собранная в мае, сохраняет свои полезные свойства и передает их человеку. О том, как правильно снимать и сушить кору, поговорим позже.

Июнь – время сбора большого многообразия трав. Только у Крестовика и у Кубышки собирают корневища. У остальных растений ведут сбор листьев, стеблей и соцветий.

Перечислим некоторые из растений, собираемых в июне: Арника, Астрагал, Бессмертник, Василистник, Вахта, Вероника, Виноград, Володумка, Вороний Глаз, Голубика, Горец перечный, Горец птичий, Горицвет, Гравилат, Донник, Душица, Зверобой, Золототысячелистник, Иван—чай, Кислица, Копытень, Коровяк, Костяника, Кошачьи лапки, Крапива Двудомная, красавка Обыкновенная, Ландыш Майский, Мать—и—мачеха, Мелиса, листья Морощки, Мята, Пастушья сумка, Первоцвет, Подорожник Обыкновенный, Полынь Горькая, Полынь Обыкновенная. Пустырник, Репешок, Рогоз, Ромашка лекарственная, сабельник, Сушеница, Тимьян, Тысячелистник, Фиалка Лесная, Хвощ, Черда, чистотел Обыкновенный, Яснотка. В июне собираю кору дуба для приготовления отваров.

В июле можно собирать не меньшее количество полезных растений. Сбор следует проводить утром, после схода росы, или вечером, перед закатом. Жаркое полуденное солнце отрицательно сказывается на качестве лекарственных трав. Клубни корневища собирают у Крестовика, Кубышки, Морозника, Пиона, Ятрышника. Ведется активная заготовка следующих сортов трав: Аконит, Арника, Астрагал, Бессмертник, Буквица, Василистник, Вахта, Горец Перечный, Горец Птичий, Гравилат, Донник, Душица, Зверобой, Золототысячелистник, Зопник, Иван—чая, Иссоп, Коровяк, костяника, крапива двудомная, Костяника, красавка, Липа, Льянка, Мать—и—мачеха, Мелиса, Мята Перечная, Очиток, Пастушья Сумка, Подмаренник, Плаун, Полынь Обыкновенная, пустырник, Репешок, Росянка, Сабельник, Сушеница, Сфагнум, Тимьян, Тысячелистник, Фиалка Лесная, Хвощ, Чага, Черда. Так же собирают Чистец, Чистотел, Эфедру, Яснотку.

Июль – время сбора некоторых плодов. Созревают ягоды Вороньего Глаза и Гледичии. Собирают плоды Голубики, Ежевики и Земляники. У последнего растения в июле не рекомендуется собирать листья, потому что они теряют много лекарственных свойств. Активно про-

водится сбор плодов и листьев малины и смородины. Из них, как правило, готовят бодрящие витаминные напитки. Также собирают незрелые плоды Ореха Лесного и плодовые тела Чаги.

В августе, последнем месяце лета, собираю, в основном, плоды. Исключения составляют некоторые виды трав: Акони́т, Бессме́ртник, Букови́ца, Вахта, Вереск, Горец Перечный, Горец Птичий, Горец Почечуйный, Донник, Золототысячелистник, Иван—чай, Иссоп, Коровяк, Крапива Двудомная, Красавка, Льянка, Мелиса, Мята перечная, Наперстянка, Очиток, Пижма, Подмаренник, Подорожник Обыкновенный, Полынь Обыкновенная, Росянка, Сфагнум, Толокнянка, Тысячелистник, Хвощ, Чистец, Чистотел, Эфедра, Яснотка. К ним же относятся плоды Боярышника, Брусники, Бузины, Винограда, Ежевики, Калины. Каштан, Малину, Морошку, Рябину, Черемуху, Шиповник собирают в августе. При соблюдении всех правил сушки они сохраняют массу полезных веществ, способствующих сохранению и укреплению здоровья в долгую зиму.

Перед самым началом осени выкапывают и сохраняют корни некоторых растений. К ним относятся: Девясил, Женьшень, Истод, Крестовик, Кровохлебка, Кубышка, Левзея, Морозник, Пион, Радиола, Щавель. Корневища высушивают и хранят в специальных мешках или пакетах. В августе так же собирают споры хвоща, соплодия и плоды хмеля.

В сентябре созревает большая часть плодов. Иссушенные солнцем листья и стебли не будут являться качественным сырьем для приготовления лечебных отваров и мазей. В это время заготавливают плоды Айвы, Актинидии, Аморфы, Аралии, Аронии, Боярышника, Брусники, Бузины, некоторые сорта Винограда, Гледичия, Жостер, продолжают собирать плоды Калины, Каштана, Клюквы, Красники, Лимонника, Можжевельника, Облепихи и Рябины, а также Шиповника и Чаги. Заготавливают корни и корневища Аира, Алтея, Аконита, Бадана, Барбариса, Валерианы, Вейника, Горца Змеиного (у Горца Птичьего и Горца Змеиного собирают стебли и листья), Горечавки, Горечника, Девясила. Дягиля, Ежевики, Женьшеня, Жостера, Истода, Крестовника, Кровохлебки, Кубышки, Купены, Лабазника, Лапчатки, Левзеи, Лопуха Большого, Марены, Мыльнянки, Одуванчика Лекарственного, Папоротника, Первоцвета, Переступени, Пиона, Пырея, Рогоза, Радиолы, Сабельника, Спаржи, Стальника, Тамуса, Терна, Хрена обыкновенного, Цетрарии, Цимицифуты, Шлемника, Щевеля конского, Элеутерококка. Собирают травы: Баранец, Вахта, Вереск, Горец перечный, Горец Птичий, Иссоп, Крапива Двудомная, красавка, Пижма, Подорожник обыкновенный, Сушеница, Сфагнум, Толокнянка, Чистец, Эфедра, Яснотка.

В октябре знающие люди продолжают заготовку лекарственных трав. Их разнообразие уменьшается, но леса и лужайки все еще богаты полезными растениями. Например, ведется сбор корневищ с конями Валерианы лекарственной, плодов и коры Калины Обыкновенной. У Одуванчика Лекарственного выкапывают корни, как и у Пырея Ползучего и Цикория Дикого. Проводят сбор плодов Шиповника и Боярышника. Собирают листья Брусники, Толокнянки, Чагу.

В ноябре и декабре прекращают сбор трав. Исключение составляет Чага.

При сборе дикорастущих лекарственных растений или уборке выращиваемых культур каждый раз заготавливается лишь определенная часть растения, то есть определенный орган или определенные органы. Очень редко собирают целые растения. В этой связи наиболее часто встречается следующее подразделение сырья. Из подземных органов выделяют корень (*radix*), корневище (*rhizo—ta*), клубень (*tuber*) и луковицу (*bulbus*). Из надземных частей растения выделяют листья (*folium*), траву (*herba*), цветки (*los*), плоды (*fructus*), семена (*semen*), кору (*cortex*) и другие. В специальном разделе книги для каждого вида растения указывается, какие его органы заготавливаются.

Растение целиком заготавливают лишь в исключительных случаях. Из высших растений, например, росянка круглолистная (*Drosera rotundifolia*) и омела белая (*Viscutn album*). Низшие растения, не имеющие отдельных органов, естественно, заготавливаются целиком, Как, напри-

мер спорынья (*Claviceps purpurea*), цетрария исландская (*Cetraria is/andica*) и прочие грибы, водоросли и лишайники, имеющие фармацевтическое использование. Помимо органов, заготавливаются также и некоторые продукты растений. К ним относятся бальзамы, смолы, камеди и т. п. Обычно это аморфные вещества, выделяемые растением при повреждении коры или ткани. Например опий, представляющий собой подсохший млечный сок, выделяемый после разрезания коробочки мака снотворного (*Papaver somniferum*). Высшие растения редко заготавливаются целиком в связи с тем, что содержащиеся в них активные вещества обычно концентрируются, в основном, в определенном органе или нескольких органах. При сборе и заготовке растений целиком происходило бы нежелательное «разбавление» активных веществ.

Ниже представлен список наиболее распространенных лекарственных растений, части растений, которые чаще всего использовали наши предки при лечении травами. А также указан период вегетативного развития, время сбора и основные места произрастания.

От Аира болотного в фитолечении используют корневище. Выкапывают корни до цветения и после цветения. Время заготовки – апрель, сентябрь—октябрь. Растет Аир по берегам рек и на болотах.

Алтей лекарственный. Также используют корень, после цветения растения. Проводят сбор в сентябре – октябре. Произрастает алтей на сырых лугах и в поймах рек.

Анис обыкновенный – полезны трава и плоды. Листья и стебли собирают в период цветения, а плоды – после созревания. Цветет Анис в июле. Плоды появляются в августе – сентябре. Анис относится к культивируемым лекарственным растениям. Его специально выращивают для получения лекарств.

У Багульника болотного используют цветущие побеги. Произрастает в болотистой местности и на самих болотах.

Боярышник. В медицинских целях собирают цветы и плоды. Соцветия срывают во время начала цветения, а плоды – после их полного созревания. Цветет боярышник в мае – июне, Плоды созревают в конце сентября – октябре. Растет боярышник в лесу, на опушках. Встречается в поймах рек. Часто его выращивают, используя в качестве зеленой изгороди.

Брусника накапливает питательные вещества в листьях и плодах. Листья собирают и сушат до цветения растения, в апреле – мае. А плоды собирают после их полного созревания, в августе – сентябре. Растет брусника в хвойных лесах. Это, в основном, еловый и сосновый лес.

Бузина черная. Собирают соцветия в период цветения растения. Зацветает бузина в июне. Произрастает в лиственных лесах.

Валериана лекарственная издавна славится своими полезными свойствами. При лечении используют ее корневище с корнями. Выкапывают и сушат после цветения, в сентябре – октябре. Растет валериана в тенистых балках, оврагах.

Василек синий. Проводят сбор венчиков краевых цветков в период цветения. Растение распускается в июне – августе. Растет на злаковых полях.

Вахта трехлистная. В фитолечении используют листья. Их собирают, удаляя черешки. Сбор листьев проводят после цветения. Растет вахта на полях и лесных лужайках.

Водяной перец или Горец перечный. Собирают траву в период цветения. Зацветает горец перечный в июле – сентябре. Растение любит сырые луга, растет вблизи водоемов.

Горец почечуйный так же собирают в период цветения. Соцветия появляются в июле – сентябре. Это влаголюбивое растение произрастает на заливных лугах, по берегам рек.

Девясил высокий. Используют корневище. Корни выкапывают после цветения, в сентябре – октябре. Растет трава на лугах, в зарослях кустарников.

Донник лекарственный используют в нетрадиционной медицине в качестве лечебной травы. Растение собирают в период цветения, в июне – сентябре. Растет донник вдоль дорог, на лугах.

Душица обыкновенная. Собирают траву в период цветения. Соцветия появляются в июле – августе. Засухоустойчивое растение. Растет на сухих полянах и опушках леса.

Жостер слабительный. У этого растения в медицинских целях используют плоды после полного созревания. Собирают плоды жостера в период с сентября по октябрь. Места распространения растения – сухие подлески.

Зверобой. Собирают траву во время всего вегетативного периода, с июня по август. Зверобой растет на опушках леса, в светлых сосновых лесах.

Золототысячник. Собирают листья и стебли в период цветения растения. Распускается золототысячник в июне – июле. Произрастает на пойменных лугах, солнечных полянах

Календула. Собирают цветки в период цветения. Время сбора: июль – август. Растение успешно культивируется.

Калина обыкновенная. Используют плоды после созревания. Проводят сбор в сентябре – октябре на опушках леса, по берегам водоемов.

Крапива двудомная. Собирают листья в период цветения. Наиболее благоприятный период: июль – август. Растет крапива повсеместно.

Кровохлебка. В народной медицине используют корневище. Вырывают корни после цветения. Период сбора: сентябрь – октябрь. Растет на полянах, лугах, по берегам водоемов.

Крушина. Используется кора во время сокодвижения, в период с начала сентября по октябрь. Растет крушина в смешанных лесах.

Ландыш Майский. При фитолечении применяют листья, цветки, созревшие плоды. Соцветия собирают в начале цветения, с апреля по июнь. Ландыш майский растет в лиственных и смешанных лесах.

Лапчатка прямостоячая. Используют корневище, после цветения растения. Период сбора: сентябрь – октябрь. Растет повсеместно.

Малина полезна для лечения простудных и многих других заболеваний. В нетрадиционной медицине используют зрелые плоды и листья. Ягоды собирают в июле – августе, а листья – в мае – июне. Растет малина на опушках леса, вырубках.

Мелисса лекарственная так же является лечебной травой. Собирают ее до цветения или же в его самом начале. В средней полосе мелисса зацветает в июле – августе. Активно культивируется.

Мать—и—мачеха. У этого растения заготавливают листья. Собирают после цветения, в июне. Это влаголюбивое растение, которое растет в канавах, по берегам рек, в обрывах.

Можжевельник обыкновенный. Собирают и используют ягоды после созревания. Плоды имеют шишкообразный вид. Собирают можжевельник в октябре. Чаще всего он встречается в подлесках хвойных лесов.

Мята перечная. Для лечения используют листья. Собирают их в период цветения. Время сбора: июль – август. Культивируется и легко выращивается.

Облепиха. Основные полезные компоненты концентрируются в плодах, после полного созревания. Собирают ягоды облепихи в августе. Так же культивируется человеком.

Одуванчик лекарственный. В медицине используют его корни. Сбор одуванчика проводят после цветения. Вегетативный период в августе – сентябре. Встречается данное растение повсеместно.

Пастушья сумка. Траву собирают в период цветения, в июне – июле. Растет пастушья сумка повсеместно, особенно часто встречается на солнечных лесных полянах.

Пижма. В фитолечении используют соцветия данного растения. Период цветения у него длится с июля по август. Растет повсеместно.

Подорожник большой. Собирают молодые и крепкие листья. Время сбора не ограничивается. Питательные вещества сохраняются в течение всего вегетативного периода. Собирают подорожник большой с июня по август. Растет около дорог, по низинам, на лугах.

Полынь горькая. Траву собирают после начала цветения. Период сбора длится с июля по август. Растет полынь повсеместно.

Пустырник. Эта трава широко используется в нетрадиционной медицине. Собирают в период цветения. Время сбора: июль—август. Растет на пустырях, сорных местах.

Ромашка аптечная. Собираются цветки в период с мая по август. Растет повсеместно.

Рябина обыкновенная. Используют плоды после созревания. Ягоды собирают в сентябре – октябре. Встречается в смешанных и хвойных лесах, а также выращивается человеком.

Рябина черноплодная. Также используют плоды после созревания. Время сбора: август – сентябрь. Культивируется человеком.

Спорыш (трава). Вегетативный период – период цветения. Собирают спорыш в июне – августе. Растет вдоль дорог, выбирает сорные места.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.