



Предисловие



Понятие «травничество», или фитотерапия, на первый взгляд кажется довольно простым. Это опора на народную медицину для избавления тела от болезней с целью возвращения этого тела в естественное состояние равновесия. Но травничество — более сложная практика, чем можно было бы предположить.

По данным Американской гильдии травников:

Фитотерапия — это искусство и наука об использовании трав для укрепления здоровья, профилактики и лечения болезней. Она оставалась основной формой медицины в мире с незапамятных времен, письменная история ее насчитывает более 5000 лет. В то время как использование трав в Америке за последние 100 лет было омрачено зависимостью от современных лекарств, 75% населения мира по-прежнему полагаются в основном на традиционные методы лечения, большую часть которых составляет фитотерапия. [1]

Доверие человека к лечебным свойствам растений имеет давнюю историю и широко распространено во всем мире, но какой бы универсальной ни была наша связь, способы работы с растениями могут различаться. Одной из причин этого является экология: каждая часть Земли уникальна, со своей собственной местной фауной и флорой, и все они зависят от своего природного окружения и друг от друга. Растения и животные, селящиеся и развивающиеся в одном регионе, привыкают к местным погодным условиям, составу почвы и всем другим организмам и существам, с которыми делят среду обитания. Таким образом, к примеру, народы, обитающие вблизи экватора, привычны к совершенно иным обстоятельствам, чем те, кто зовет своим домом Арктику. Эти две различные экосистемы создают очень разный жизненный опыт — и проблемы — для людей и прочих живых организмов, которые там поселяются.

Но люди — не единственные, кто приспосабливается к условиям среды. Растениям также необходимо поддерживать жизнеспособность в динамичных окружающих условиях. Чтобы преодолевать трудности, с которыми они сталкиваются, растения научились выживать, несмотря на невзгоды. Эти бесхитростные секреты выживания

привлекают людей и другие организмы к флоре. Благодаря контактам с растительным миром мы не только научились выживать на протяжении бесчисленных поколений, но и поняли, как благоденствовать на этой бурной планете, которую мы называем своим домом.

Когда я начала изучать ботанику, программа обучения поощряла студентов знакомиться с собственными наследственными методами лечения. Эта идея не уникальна. Большинство, если не все ботаники, интересуются традиционными практиками своих предков и часто ищут в них вдохновение и наставление.

Если рассматривать отношения наших предков с растениями на протяжении тысячелетий, становится понятно, что наши тела, по крайней мере на физическом уровне, будут нести следы веществ, которые так много способствовали нашему благополучию.

В действительности люди полагались на растения для удовлетворения почти всех основных своих потребностей: еды, питья, жилья, утвари, инструментов, одежды, энергии, общения, тепла. Растения даже были предметом некоторых самых запоминающихся историй. Кто не помнит три волшебных боба, выросших за ночь до стебля, по которому Джек забрался в облака и нашел великана? Или, в более современной литературе, бескрайнее море красных маков, которое усыпило Дороти и ее друзей по пути к волшебнику Оз? У нас долгие и близкие отношения с растительным миром, и независимо от того, осознает это наш разум или нет, тела наши, кажется, помнят больше, чем показывают. Примерами сохраненных воспоминаний могут быть аллергическая реакция на клубнику или арахис, слюноотделение в ответ на вкус любой горькой травы или, в моем случае, смутное воспоминание, когда я в свои сорок впервые ощутила запах цветущей липы. Насколько я помню, я никогда раньше не встречала это дерево, и все же, как только я ощутила его аромат, я почувствовала, будто вернулась домой. На чисто интуитивном уровне мы уже знакомы со многими растениями, с которыми сталкиваемся, и наше индивидуальное взаимодействие с ними основано на давно забытых связях, ожидающих пробуждения.

Будучи в течение многих лет профессиональным библиотекарем, я с нетерпением ждала возможности исследовать то, что, как я предполагала, станет большой коллекцией источников, посвященных знаниям о лекарственных растениях тех людей, что я называю своими предками. Предки с обеих сторон моей семьи — ашкенази из черты оседлости. Семья моего отца эмигрировала в США и Канаду в начале XX в. из нынешней Украины, а именно из Киева и Черкасс. Родители моей матери были из одного региона Польши. Одна ветвь этой семьи

восходит к основанию их города в начале XVIII в., где они оставались до самого начала Второй мировой войны.

Можно предположить, что ашкенази, имеющие хорошо задокументированную историю пребывания в черте оседлости Восточной Европы, восходящую, по крайней мере, к Средневековью, могли бы иметь исчерпывающий и выдающийся канон, посвященный целительским практикам, который бы, несомненно, включал в себя растительную медицину. Но такое предположение очень далеко от истины.

Когда я начала свои исследования, я была сначала удивлена, а затем шокирована полным отсутствием какой-либо информации о травничестве в общинах ашкенази черты оседлости. И я не была одинока в своем открытии — или его отсутствии. Несколько студентов из моей группы, имевшие такое же образование, тоже пришли с пустыми руками. В сердцах одна из нас пошутила: «Ну, по крайней мере, у нас есть куриный бульон!» Она была так же поражена, как и я, тем, что буквально ничего не смогла найти, но утешала себя верой в то, что старшее поколение, несомненно, полагалось на растительную медицину. А если и нет, то, вероятно, из-за религиозных ограничений.

Я все это обдумала. Хотя я не была воспитана в вере и почти ничего не знала об иудаизме, мне казалось сомнительным, что какая-либо религия, какой бы строгой она ни была, запрещает людям заботиться о себе. Что я действительно знала, так это то, что евреи, претерпев бесчисленные лишения, выживали в течение тысяч лет. Должно быть, им помогла природа вокруг них и окружавшие их растения.

Опираясь на свой опыт библиотекаря, я предполагала, что кто-то где-то в прошлом веке, должно быть, провел этноботаническое исследование народа ашкенази черты оседлости. Выглядело естественным, что объективная третья сторона могла провести базовый опрос такого значительного населения.

Но даже тщательный поиск в этноботанической литературе оказался безрезультатным. Информации, которой, как я предполагала, будет много, не существовало. Мой муж, который говорит и читает на нескольких языках, многие из которых имеют отношение к данному исследованию, изучил множество источников со всеми возможными лингвистическими углами зрения на предмет. В конце концов стало совершенно ясно, что не существовало не только этноботанического исследования восточноевропейских ашкенази, но и опубликованных описаний самих целителей, которые применяли бы знания о лекарственных растениях.

Ашкенази и черта оседлости

К концу первого тысячелетия одна из миграционных волн евреев, ведущих происхождение с Ближнего Востока, появилась в общинах вдоль реки Рейн, на территории современной Германии. Веками большая часть этого населения мигрировала из бассейна Рейна на восток — в современные Польшу, Россию, Украину, Беларусь, Литву, Латвию, Чехию, Словакию, Венгрию, Румынию и Молдову. Сегодня их потомки известны как евреи-ашкеназы или ашкенази. У ашкенази в Восточной Европе долгая и сложная история. В течение нескольких столетий из-за войн, потрясений и изменений границ большинство евреев Восточной Европы в итоге оказались вынуждены жить в рамках ограниченной геополитической области в составе Российской империи, известной как черта постоянной еврейской оседлости (далее — черта оседлости).

Внутри этой ограниченной зоны некоторые евреи селились в более крупных городах, другие же под покровительством богатых нееврейских землевладельцев основывали небольшие торговые городки, обычно известные как местечки. Несмотря на то что политические, юридические и географические ограничения черты оседлости сдерживали многие аспекты повседневной жизни евреев, те же ограничения открывали дверь для сложных и близких отношений с соседними нееврейскими общинами. Эти регулярные связи с соседними культурами значительно повлияли как на ашкенази, так и на их соседей. Еврейские, славянские и немецкие традиции встречались в этой напряженной зоне этнического, религиозного и культурного слияния, сталкиваясь или сплаваясь. [9]

Почему это так важно и какое отношение это имеет к народной медицине?

Как отмечал не один ученый, царство здоровья и исцеления, несмотря на все наложенные ограничения, в черте оседлости практически не имело границ. Евреи и неевреи, чьи жизни пересекались каждый день, свободно заимствовали друг у друга опыт в вопросах здоровья и исцеления:

Нет области науки, в которой сотрудничество между евреями и неевреями имело место в большей степени, чем в медицине. Несмотря на все социальные, политические и религиозные ограничения — что касается христианской Европы, — в случае болезни неевреи искали средства у евреев, а евреи просили



помощи у неевреев. Это относится ко всем классам населения и к разным временам. Одна лишь медицина не признавала никаких границ. [10]

Следует подчеркнуть, насколько важным на протяжении столетий было исцеление для людей по ту сторону черты оседлости, учитывая связь исцеляющих сил с еврейскими религиозными властями: «О высокой ценности медицины можно судить по огромному количеству известных раввинов [на протяжении веков в черте оседлости], которые сами были врачами». [11]

ЖИВОКОСТЬ ПОЛЕВАЯ
(*Delphinium consolida*)



- ✿ **Семейство:** Лютиковые (*Ranunculaceae*)
- ✿ **Распространенные английские названия:** Forking larkspur, rocket-larkspur, field larkspur, lark heels (Шекспир)
- ✿ **Идиш:** זשיוועקיסט, ריטערשאַפּרן
- ✿ **Иврит:** דרבנית
- ✿ **Украинское:** Сокирки польові
- ✿ **Немецкие:** Gewöhnliche Feldrittersporn, Acker-Rittersporn, Feldrittersporn
- ✿ **Польские:** Ostróżka, ostróżeczka polna, ostróżka polna
- ✿ **Русские:** Живокость полевая, шпорник, сокирки полевые

Описание и распространение: травянистый однолетник с тонким стержневым корнем. Прямостоячий стебель голый, в верхней части ветвистый, достигает 120 см в высоту. Листья разделены на мелкие линейные доли. Нижние очередные прикреплены к стеблям короткими черешками длиной в 5 см, тогда как более высоко

расположенные в основном сидячие. Цветки ярко-фиолетовые или голубые (редко белые или розовые) с характерным длинным шпорцем собраны в кисть. Плоды — листовки с черными ядовитыми семенами. Многие виды из рода Дельфиниум и их гибриды используются в декоративном садоводстве. Живокость полевая как сорняк часто встречается в посевах зерновых, в сухих лесах и вдоль дорог. Распространена как в Европе, так и в Северной Америке. Цветет в июне-сентябре. [139] Растение ядовито, поэтому в обращении с ним следует соблюдать осторожность, особенно детям. [140]

Древние средства с живокостью полевой: названием Дельфиниум (от лат. *delphinus* — дельфин) растения этого рода обязаны форме бутонов, которые, как считалось, напоминали дельфина. Несмотря на то что видовое название растения отражает его способность заживлять раны, древние игнорировали живокость полевую и вместо этого писали о близкородственном растении живокости аптечной, или вшивом корне (*Delphinium staphisagria* или *stavesacre*). Диоскорид знал, что вшивый корень ядовит, но в его время растение использовалось как рвотное, отхаркивающее и средство от вшей, от кровоточивости десен и для лечения грибка в полости рта. [141]

В эпоху Ренессанса ввезенный из Польши дельфиниум украшал классические сады и парки. [142]

В XVII в. Николас Кульпепер, описывая «*Consolida Regalis, Delphinium*», называл его «пятками жаворонка». Это имя приписывали Шекспиру, который включил его в текст вступительной песни к пьесе «Два знатных родича». Кульпепер также отмечал способность растения «противостоять яду» и «помогать при укусах ядовитых тварей». [143]

Современное действие живокости полевой: антигельминтное, слабительное.

Современные применяемые части живокости полевой: семена¹.

Живокость полевая в современном траволечении: к концу 1960-х — началу 1970-х годов американские травники обнаружили, что само растение живокости слишком слабо как лекарственное

¹ В России в народной медицине используются также трава (стебли, листья, цветки) и отдельно цветки. — *Прим. бот. ред.*

средство, а при употреблении в больших количествах токсично. В лучшем случае ее семена считаются средством для уничтожения вшей или других внешних паразитов. [144]

Живокость полевая в европейском траволечении начала XX в.: в 1930-х годах в Британии живокость полевая была описана как идентичный вшивый корень как по лечебным свойствам, так и по токсичности. В первую очередь его употребляли наружно для уничтожения вшей и гнид; в Первую мировую войну солдаты в окопах применяли его таким образом с большим успехом. Титрованная настойка из семян также считалась полезной для лечения спазматической астмы и водянки. Сок, выжатый из листьев, считался полезным в лечении кровоточащего геморроя. Варенье из цветков растения считалось «отличным лекарством» от сильной рвоты у детей; другой препарат из растения предназначался для подавления колик.

На Британских островах и в Северной Америке траву живокости использовали в качестве синего красителя. [145]

На рубеже XX в. словацкие народные медики давали отвар травы живокости для избавления от такого симптома, как наличие крови в моче. Женщинам давали этот чай после родов, чтобы ускорить выведение последа. Словаки также жгли высушенную траву для лечения рожистого воспаления. [146]

В Польше XX в. родственный вид, живокость высокая (*Delphinium elatum*), все еще встречалась в дачных садах, и женщины клали ее листья под простыни, чтобы отпугнуть блох. Корень живокости пили с молоком для укрепления слабого сердца. [147] В русской народной медицине цветки растения применяли как глистогонное и мочегонное средство. [148]

Живокость полевая в траволечении ашкенази черты оседлости начала XX в. [149]: в черте оседлости в период между войнами живокость полевая была обычным сорняком: ее можно было найти на полях, на сельскохозяйственных угодьях и вдоль дорог. Широко применялась в народной медицине Восточной Европы.

В Ладыжине народные знахари готовили отвар цветков или всего растения в качестве мочегонной настойки.

Этот же препарат в Бирзуле давали при болезнях почек.

В Черкассах народные знахари полагались на живокость полевую для лечения диареи, кровавого поноса и дизентерии.

В Корсне ее предлагали от болей в желудке.

Это же средство целители в Ромене и Анаполе давали страдающим запорами.

Подобный отвар часто давали женщинам для остановки кровотечения, стимуляции менструации или для изгнания последа в Рицеве, Полоне, Литине, Уланове, Коленивке, Коростене, Махновке, Бирзуле, Каневе, Черкосе, Богослове, Звенигородке, Любашивке, Саврани, Балте, Базилии, Монастырище и Браславе. Такое плацентарное использование аналогично вышеупомянутому у словаков той же эпохи.

В Кресилеве настойка или отвар из сухих цветков живокости служили средством от зубной боли.

Отвар из нарезанных на кусочки корней, смешанных с вахтой трехлистной, или трифолью (*Menyanthes trifoliata*) и почками березы и сосны, применяли в Киеве при туберкулезе. Кроме того, местно применяли отвар корней растения в виде компрессов и припарок на опухоли.

В Ромене, Шварц-Тимехе, Ладыжине водный настой растения или его цветков служил мочегонным средством в народной ветеринарии.

В Рицеве, Бердичеве, Староконстантинове, Виннице, Литине, Коростене и Махновке тот же настой на водной основе применяли, когда коровы не могли отделить послед после отела.

В Ромене и Хадиче отвар живокости давали животным как вяжущее средство для лечения диареи.

Цветки растения также использовались как синяя краска для ткани. Такое использование было зафиксировано в Великобритании и в Северной Америке.

Содержание

ПРЕДИСЛОВИЕ 7

ЧАСТЬ I. История народных целителей ашкенази. ... 12

Теория куриного супа 13

Народная медицина 13

Растения и народная медицина 14

Препятствия к знакомству с народными традициями ашкенази .. 15

Ашкенази и черта оседлости..... 16

«Пикуах нефеш»..... 18

Ранние целители ашкенази в черте оседлости..... 18

Баалей-шем..... 19

Книги о лекарствах..... 21

Некоторые травы, упомянутые в ранних пособиях о лечении..... 22

Ранние еврейские врачи..... 24

Ранние аптеки..... 24

Ранние еврейские фельдшеры..... 25

Изменения, принесенные Просвещением..... 31

Современные врачи и больницы 35

Современные еврейские фельдшеры..... 37

Современные фармацевты 40

Нехватка лекарств, сбор растений и народные знания 42

Женщины-целительницы и акушерки..... 44

Экспедиция Ан-ского 51

Забывшие народные целительницы 52

Кормилица..... 61

Плакальщицы и скорбящие..... 62

Прочие знания о лекарственных растениях..... 65

В заключение: возможности..... 65

ЧАСТЬ II. *Materia Medica*69

Предисловие к <i>Materia Medica</i>	69
АЛОЭ ДРЕВОВИДНОЕ (<i>Aloe arborescens</i>).....	72
ГОРЕЦ ПТИЧИЙ, ИЛИ СПОРЫШ (<i>Polygonum aviculare</i>).....	78
ДУБ ЧЕРЕШЧАТЫЙ (<i>Quercus robur</i>).....	84
ЖИВОКОСТЬ ПОЛЕВАЯ (<i>Delphinium consolida</i>).....	91
ЗВЕРОБОЙ ПРОДЫРЯВЛЕННЫЙ (<i>Hypericum perforatum</i>).....	95
ЗЕМЛЯНИКА ЛЕСНАЯ (<i>Fragaria vesca</i>).....	104
КИРКАЗОН ЛОМОНОСОВИДНЫЙ (<i>Aristolochia clematitidis</i>).....	110
КЛЕВЕР ЛУГОВОЙ (<i>Trifolium pratense</i>).....	115
КЛЕВЕР ПОЛЗУЧИЙ (<i>Trifolium repens</i>).....	121
КЛОПОВНИК МУСОРНЫЙ (<i>Lepidium ruderales</i>).....	124
КРАПИВА ЖГУЧАЯ (<i>Urtica urens</i>).....	129
КУВШИНКА БЕЛАЯ (<i>Nymphaea alba</i>).....	137
ЛАПЧАТКА ГУСИНАЯ (<i>Potentilla anserina</i>).....	142
МАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ (<i>Rubus idaeus</i>).....	149
МУСКАТНЫЙ ОРЕХ (<i>Myristica fragrans</i>).....	155
ОКОПНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ (<i>Symphytum officinale</i>).....	162
ОЧИТОК ЕДКИЙ (<i>Sedum acre</i>).....	169
ПИОН ЛЕКАРСТВЕННЫЙ (<i>Paeonia officinalis</i>).....	173
ПОДОРОЖНИК БОЛЬШОЙ (<i>Plantago major</i>).....	179
ПОЛЬИнь ГОРЬКАЯ (<i>Artemisia absinthium</i>).....	186
ТАВОЛГА ОБЫКНОВЕННАЯ (<i>Filipendula hexapetala</i>).....	195
ФИАЛКА УДИВИТЕЛЬНАЯ (<i>Viola mirabilis</i>).....	201
ХАТЬМА ТЮРИНГЕНСКАЯ (<i>Lavatera thuringiaca</i>).....	207
ХВОЩ ПОЛЕВОЙ (<i>Equisetum arvense</i>).....	215
ЦИКОРИЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ (<i>Cichorium intybus</i>).....	221
ЧЕРНОКОРЕНЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ (<i>Cynoglossum officinale</i>).....	228
ЧИСТОТЕЛ БОЛЬШОЙ (<i>Chelidonium majus</i>).....	233

Часть III. Послеcловие239

ПРИЛОЖЕНИЕ I: Упомянутые в <i>Materia Medica</i> города черты оседлости, со значительным населением ашкенази, около 1926 г.....	243
---	-----

ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Авторы источников, на которые есть ссылки в тексте, в хронологическом порядке.....	250
ГЛОССАРИЙ.....	252
Растительные препараты.....	252
Действия растительных препаратов, пояснение некоторых терминов.....	252
Медицинские термины.....	254
Разное.....	255
ПРИМЕЧАНИЯ.....	256
Часть I.....	256
Часть II.....	261
Materia Medica.....	261
Часть III.....	275
БИБЛИОГРАФИЯ.....	276
БЛАГОДАРНОСТИ.....	283
ОБ АВТОРАХ.....	284