



**Sądecki zielnik etnobotaniczny**



## Sądecki zielnik etnobotaniczny

*Naszej Koleżance Bogusi Błażewicz*



# Sądecki zielnik etnobotaniczny



Nowy Sącz 2024

Koncepcja i redakcja: Joanna Hołda, Maria Magdalena Kroh

Autorzy haseł: Joanna Hołda, dr Łukasz Sochacki

Wybór i opracowanie materiałów: Joanna Hołda, dr Łukasz Sochacki,

**Bogusława Błażewicz**, Kamil Basta, Teresa Ortyl, Sylwia Zarotyńska

Autor wstępu: dr Piotr Klepacki

Korekta: Maria Magdalena Kroh

Projekt graficzny: Kaja Renkas

Kolegium Redakcyjne: **Bogusława Błażewicz**, Piotr Drożdżik, Maria Marcinowska, Leszek Migrąła,

Danuta Plata, Barbara Szafran, Anna Wideł (sekretarz), Beata Wierzbicka

Skład, przygotowanie do druku: Marcin Berezowski (bikerstudio.eu), Nowy Sącz

Druk: Drukarnia GOLDRUK

Wydawca: Muzeum Ziemi Sądeckiej

ul. Jagiellońska 56, 33-300 Nowy Sącz

[www.muzeum.sacz.pl](http://www.muzeum.sacz.pl)

© Copyright by Muzeum Ziemi Sądeckiej

Nakład: 700 egz.

ISBN 978-83-969128-6-2

egzemplarz bezpłatny

Publikacja przygotowana w ramach zadania „Drzewo świata – rośliny w kulturze ludowej Sądecczyzny”

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury



MUZEUM ZIEMI SĄDECKIEJ  
INSTYTUCJA KULTURY  
WOJEWÓDZTWA MAŁOPOLSKIEGO



Ministerstwo Kultury  
i Dziedzictwa Narodowego

## Od redakcji

Kiedy mówimy o roślinach w kulturze ludowej, pierwsze skojarzenie kieruje nas zwykle do ziołolecznictwa. Także materiały terenowe i źródła etnograficzne dotyczące roślin w chłopskiej społeczności najwięcej uwagi poświęcają ludowej medycynie. Niniejsza praca, mimo iż nazwana przez nas „sądeckim zielnikiem”, nie jest zbiorem receptur na roślinne medykamenty. Przytoczone opisy leczniczych właściwości roślin i zalecenia co do ich zastosowania w medycynie, weterynarii i kosmetyce, nawet jeśli podane z aptekarską precyzją, mają charakter teoretyczny. To wypisy ze źródeł etnograficznych. Obrazują one tradycyjną wiedzę na temat roślin, często nie mającą potwierdzenia w oficjalnej medycynie i botanice. Należą do ludowych wyobrażeń o kosmosie, których charakterystyczną cechą są m.in. różnorodne i złożone związki między światem ludzi a roślin, obejmujące niemal wszystkie dziedziny życia. Dawny mit kosmogoniczny łączył drzewo ze stworzeniem świata i stawiał je w centrum kosmosu. Jako kolumna niebios drzewo kosmiczne spajało trzy jego części – konary sięgały niebios, pień przechodził przez sferę ziemską, korzenie wrastały w świat podziemny. Wiecznie zielone drzewo było symbolem cyklicznego odnawiania sił witalnych i odradzania się przyrody. Wyrazem tych wierzeń stała się zielona gałąź, obecna w tradycyjnych obrzędach wiejskich. W micie o początkach świata z drzewem kosmicznym łączył się krzyż. Również on wyznaczał środek świata, na przecięciu jego ramion wyrastało drzewo świata. Krzyż porządkował przestrzeń wskazując cztery strony świata, uosabiał równowagę, był więc opozycją chaosu. W tradycji chrześcijańskiej stał się symbolem śmierci i zmartwychwstania – Drzewem Śmierci i Drzewem Życia. W apokryficznych legendach drewno na Krzyż Chrystusa pochodziło z drzewa, które wyrosło z pestek owocu zerwanego przez Ewę z rajskiego drzewa wiadomości dobrego i złego. Znakiem krzyża zaczynano wszystkie najważniejsze prace i zabezpieczano się przed złem (patrz: J. i R. Tomicy, *Drzewo życia. Ludowa wizja świata i człowieka*, Warszawa 1975).

Inspiracją do przygotowania sądeckiego zielnika etnobotanicznego był słownik Adama Fischera, poświęcony roślinom w wierzeniach i zwyczajach ludowych. A. Fischer (1889–1943), etnograf i folklorysta związany z Uniwersytetem Jana Kazimierza we Lwowie (pełnił funkcje kierownika Zakładu Etnologii oraz Dziekana Wydziału Humanistycznego), zasłużony dla Polskiego Towarzystwa Ludoznawczego, redaktor najważniejszych etnograficznych i ludoznawczych pism i serii naukowych tamtych czasów („Lud”, „Prace Etnograficzne”), był też niestrudzonym badaczem. Należał do międzynarodowego komitetu, powołanego w 1929 r. na Zjeździe Filologów Słowiańskich w Pradze, by kierować pracami związanymi z przygotowaniem pierwszego tomu *Słownika wierzeń i zwyczajów słowiańskich*. Idea ta zakładała też tworzenie archiwów wierzeń ludowych wszystkich narodów słowiańskich. Choć monumentalne dzieło nigdy nie powstało, Fischerowi udało się zgromadzić pokaźny zbiór materiałów na temat botaniki ludowej, pochodzący z terenu całej Polski. Poza nim badania prowadził zespół złożony z doświadczonych etnografów i folklorystów, jak Seweryn Udziela czy Sebastian Flizak, ale też osoby działające w kołach krajoznawczych

i uczniowie gimnazjów. Podstawą wywiadów terenowych był kwestionariusz opublikowany przez Fischera w „Ludzie”. Obejmował zagadnienia dotyczące nazewnictwa, praktycznego zastosowania roślin w życiu codziennym (jako pożywienie, materiał budowlany, surowiec do wyrobu odzieży, środek farbiarski czy leczniczy), ziół mających moc czarodziejską, symbolicznego znaczenia roślin w obrzędach, roślin jako motywu w zdobnictwie i sztuce oraz w folklorze. Opracowując fiszki do słownika, Fischer wzbogacił materiał terenowy wypisami z prac ludoznawczych i przyrodniczych, starając się zebrać możliwie najwięcej wiadomości na temat botaniki ludowej. Maszynopis pracy (w języku polskim), który zachował się w Instytucie Masaryka w Pradze, zawiera 149 haseł. Został opublikowany w 2016 r. przez Polskie Towarzystwo Ludoznawcze jako tom XXXVII „Prac i Materiałów Etnograficznych”. Praca ta, uzupełniona o kolejne gatunki botaniczne, ukazała się pod tytułem: *Rośliny w wierzeniach i zwyczajach ludowych. Słownik Adama Fischera* (red. M. Kujawska, Ł. Łuczaj, J. Sosnowska, P. Klepacki, PTL Wrocław 2016).

Choć w zachowanych materiałach Fischera najwięcej informacji pochodzi z ówczesnego woj. krakowskiego (głównie fiszki zebrane przez Seweryna Udzielę), prowadzone wówczas badania w zasadzie nie objęły Sądeckizny. Tylko pojedyncze informacje zostały opisane jako pochodzące z Sądeckiego; wśród materiałów przekazanych przez Sebastiana Flizaka znalazły się nieliczne, zebrane w ówczesnym powiecie limanowskim. Skłoniło to nas do próby przygotowania sądeckiego odpowiednika słownika. Jego układ zgodny jest z kategoriami kultury przyjętymi w XXXVII tomie „Prac i Materiałów Etnograficznych”, uwzględnia praktyczne wykorzystanie roślin w gospodarce, weterynarii, lecznictwie, zdobnictwie, a także ich rolę w obrzędowości dorocznej i rodzinnej, wierzeniach i folklorze. Opisuje ok. 130 gatunków, podanych w układzie alfabetycznym według polskich nazw. Zasięg geograficzny obejmuje w przybliżeniu historyczną Sądeckiznę – region będący przedmiotem zainteresowań Muzeum Ziemi Sądeckiej, zamieszkały przez grupy etnograficzne Lachów Sądeckich, Górali Sądeckich, Górali Nadpopradzkich, Pogórzeń (zachodni zasięg), Łemków (grupa zachodnia). Część materiałów pochodzi też z terenów grup sąsiednich, np. Górali Pienińskich czy Pogórzeń w szerszym zasięgu.

Hasła w zielniku zostały opracowane na podstawie materiałów archiwalnych oraz wypisów z literatury etnograficznej. Wykorzystane źródła to m.in. wywiady terenowe znajdujące się w zbiorach Muzeum Ziemi Sądeckiej (do stycznia 2024 r. Muzeum Okręgowe w Nowym Sączu), w tym pochodzące z badań prowadzonych na Sądeckiznie (w gminach Nowy Sącz, Grybów, Kamionka Wielka, Limanowa, Łukowica, Kamienica, Łabowa) w latach 80. XX w., z inicjatywy Katedry Etnografii Uniwersytetu Wrocławskiego we współpracy z Katedrą Etnografii Uniwersytetu Łódzkiego oraz nowosądeckim Muzeum. Materiały dotyczące botaniki ludowej – roślin w lecznictwie, w obrzędach i wierzeniach oraz upraw w przydomowych ogrodach, zostały pozyskane przez grupę studentów etnografii Uniwersytetu Wrocławskiego i Uniwersytetu Łódzkiego, opiekunami naukowymi badań byli prof. dr hab. Adam Paluch oraz (ówczesny) dr Zbigniew Libera i (ówczesna) dr Ewa Nowina-Sroczyńska.\* W opracowaniu odnosimy się też do materiałów archiwalnych pozyskanych w ostatnich latach przez Gminny Ośrodek Kultury w Podegrodziu. Wiele informacji dostarczyły materiały przytaczane w etnograficznych monografiach źródłowych cytowanych w pracy (patrz: wykaz literatury). Należą do nich terenowe zapiski znajdujące się w zbiorach Muzeum Etnograficznego im. Seweryna Udzieli w Krakowie, zgromadzone m.in. przez Seweryna Udzielę, Romana Reinfussa czy Zdzisława Szewczyka. Cennym źródłem są także materiały zebrane w latach 70. i 80. XX w. we wsiach Beskidu Sądeckiego przez badaczy



z Zakładu Etnografii Instytutu Historii Kultury Materialnej Polskiej Akademii Nauk w Krakowie, publikowane m.in. w pracach pod red. Anny Kowalskiej-Lewickiej, poświęconych kulturze ludowej Beskidu Sądeckiego oraz monografiach regionalnych na temat Górali Sądeckich i Nadpopradzkich, wydawanych przez Centralny Ośrodek Turystyki Górskiej PTTK w Krakowie w serii Biblioteka Górska. Kolejne zespoły archiwalne to materiały z badań terenowych prowadzonych przez Pracownię Dokumentacji Polskiej Sztuki Ludowej, działającą przy Instytucie Sztuki PAN (obecnie w zbiorach archiwalnych Muzeum Etnograficznego im. S. Udzieli w Krakowie, a w postaci kopii, w archiwum Muzeum Ziemi Sądeckiej) oraz materiały w zasobach Archiwum Małopolskiego Centrum Kultury SOKÓŁ w Nowym Sączu. Dla przygotowania zielnika cenne okazały się także XIX-wieczne publikacje etnograficzne i folklorystyczne, m.in. praca *Ziemia Biecka. Lud polski w powiatach gorlickim i grybowskiem* i artykuły Karola Matyasa.

Mamy nadzieję, że opracowany przez nas tom, o charakterze popularnonaukowym, ukazuje specyfikę regionalną sądeckich wierzeń i wiedzy na temat roślin, a równocześnie jest uzupełnieniem cennej pracy Adama Fischera.

Składamy serdeczne podziękowania wszystkim instytucjom, które umożliwiły nam przeprowadzenie kwerend w swoich zasobach i udostępniły materiały archiwalne oraz fotografie.

\* Prof. dr hab. Adam Paluch jest pracownikiem Instytutu Etnologii i Antropologii Kulturowej Uniwersytetu Wrocławskiego.  
Dr Zbigniew Libera obecnie jest profesorem dr. hab. Instytutu Etnologii i Antropologii Kulturowej Uniwersytetu Jagiellońskiego.  
Dr Ewa Nowina-Sroczyńska jest profesorem dr. hab. Instytutu Etnologii i Antropologii Kulturowej Uniwersytetu Łódzkiego.



## Dr Piotr Klepacki

### O etnobotanice

#### Czym jest etnobotanika?

Etnobotanika to stosunkowo młoda dziedzina wiedzy. Rozkwitła na granicy dwóch obszarów badawczych, jak wiele współczesnych dyscyplin. Stoi na dwóch filarach – botanice i nauce o kulturze. W centrum jej zainteresowań jest relacja człowieka z roślinami. To najkrótsza z możliwych definicji (zainteresowanych odsyłam do lektury: Martin 1995, Klepacki 2007a).

Jeśli przyjrzymy się dorobkowi naukowemu tej dziedziny, dominują prace o silnym wydźwięku przyrodniczym. Owszem, przedmiotem badań są rośliny w ręku człowieka, ale światło rzucone jest przede wszystkim na rośliny, sposoby ich pozyskiwania i użytkowania. Współcześni badacze dokumentują dokładnie gatunki, zbierają materiał zielnikowy, który może posłużyć też do innych badań genetycznych czy biochemicznych. Stosowane są metody ilościowe, opracowywane wskaźniki, parametry, mniej lub bardziej rozbudowane i złożone statystyki. To sytuuje takie prace możliwie blisko nauk przyrodniczych, jak ekologia, z której zresztą czerpie się metody pracy, modyfikując je na etnobotaniczne potrzeby.

Równocześnie z drugiej strony trzeba spojrzeć na ogromny dorobek z zakresu etnobotaniki, który przynosi nam etnografia. Poczynając od działań Z. Dołęgi Chodakowskiego, poprzez monumentalne dzieło O. Kolberga, prace H. Biegeleisena, M. Udzieli, J. Talko-Hryniewiczza, A. Fischera, S. Udzieli i innych po współczesnych naukowców, jak choćby A. Paluch czy Z. Libera. Oddzielnych prac z etnobotaniki w Polsce powstało niezbyt wiele. Natomiast w dawnych źródłach etnograficznych znajduje się przegniatająca liczba informacji o roślinach w pożywieniu, medycynie ludowej, folklorze, obrzędowości, plastyce, kulturze materialnej itd. Polskie źródła etnograficzne obfitują w materiały etnobotaniczne (Libera 2023). Istnieją także źródła z tego zakresu w innych naukach humanistycznych.

W Europie, w Polsce również, prowadzi się współcześnie badania etnobotaniczne (patrz np. czasopismo „Etnobotanika Polska”, „Svanberg” i in. 2011), jednak zmiany w sposobie życia, które dokonały się w ostatnim stuleciu, czynią ten kontynent mniej obiecującym jeśli chodzi o odkrycia niż Ameryka Południowa, Azja czy Afryka. Istniejący w Polsce i wielu innych krajach europejskich zasób materiałów historycznych, w tym etnograficznych, pozwala na wgląd w przeszłość oraz szukanie więzi między współczesnością a sposobem życia, zwyczajami i wiedzą naszych przodków w odniesieniu do roślin.

Na podstawie materiałów pisanych, ale także obiektów kultury materialnej zachowanych w muzeach etnograficznych i skansenach, możemy rekonstruować sposoby użycia roślin dziko rosnących i uprawnych, ich znaczenie w pożywieniu i lecznictwie, a także w obrzędach i folklorze.

W ostatnich dziesięcioleciach zainteresowanie roślinami, naturalnymi lekami i kosmetykami przeżywa renesans. Stąd między innymi wynika popularność etnobotaniki jako źródła wiedzy o tym, jak nasi przodkowie ich używali.

Zanim jednak ochoczo przełożymy dawne użycie roślin na współczesną praktykę, warto krytycznie zastanowić się nad źródłami, nad szerszym znaczeniem roślin w dawnej kulturze wiejskiej, nad złożonością tego minionego świata.

## Źródła

Uczciwe podejście do badania dawnej kultury wymaga postawienia kilku pytań. Uczciwe, czyli trzeźwe, poddane krytyce. Z namysłem nad materiałem oraz sposobami jego pozyskania.

### Skąd mamy wiedzę o tym, jak było kiedyś, co ludzie robili i co myśleli?

Odpowiedź jest pozornie prosta – z badań etnograficznych, które wynikały z zainteresowania kulturą materialną wsi, obrzędowością, kulturą duchową. Informatorzy, mieszkańcy wsi, przekazali „jak jest” – w co wierzą, w jakich obrzędach biorą udział i co wtedy robią, co uważają na temat używanych przez siebie roślin, dlaczego robią coś tak a nie inaczej. I na tym można poprzestać. Przyjąć, że wiemy, bo nam powiedziano, jest to zapisane, sfotografowane, nagrane. Ale w badaniu kultury zakładamy, że nie cała wiedza jest uświadomiona, zwłaszcza ta dotycząca najważniejszych podwalin kultury, mitów, które leżą u jej fundamentów. Dlatego badacze często słyszeli, i czasem słyszą nadal – robimy tak, bo tak trzeba. Bo „tak się robi”. Zwykle badacze dopatrują się w takiej odpowiedzi drugiego dna – mitu nieuświadomionego, nie zdekonstruowanego, takiego, którego odkrycie i opisanie jest celem antropologicznych wysiłków. Wiele powstało ksiąg opastych opisujących systemy religijne zamorskich ludów w sposób analityczny, rozbierający je na części pierwsze i zrozumiałe dla oświeconego i racjonalnego odbiorcy. Wystarczy przywołać klasyczne prace Margaret Mead, Bronisława Malinowskiego czy Claude Lévi-Straussa (Mead 1986, Malinowski 2005, Lévi-Strauss 1996). Podobnie świat kultury duchowej dawnej polskiej wsi badacze starali się opisać, udokumentować, ale także zrozumieć i ustrukturyzować. Robili to bynajmniej nie w oderwaniu od światowych i europejskich trendów intelektualnych w swojej dziedzinie. Podsumowując: z badań terenowych czerpiemy wiele, a interpretacja wyników tych badań dostarcza dodatkowej wiedzy, wspartej studiami porównawczymi, sięganiem do innych zasobów – językoznawczych, historycznych itp. (por. Kowalik 2007).

### Czy nasza wiedza jest pewna i faktograficzna?

W pewnym podstawowym obszarze – tak. Mamy materiały źródłowe, notatki, rysunki, czasem nawet zielniki i w zasadzie możemy przyjąć, że było tak jak to zarejestrowano. Oczywiście musimy wziąć pod uwagę wszystkie ograniczenia metody etnograficznej – kto był dostępny jako rozmówca (częściej kobieta a nie mężczyzna), z kim chciał rozmawiać badacz (stare babki–zielarki dostarczały najciekawszych i najbogatszych informacji). I jak w każdej metodzie – zdobyte informacje były w jakimś stopniu przez nią ukształtowane. Oprócz postaci samego badacza – jego preferencji, zapatrywań teoretycznych, sprawności w docieraniu do informatorów, zdolności obserwacji, mamy bada-

nego – co myślał o sytuacji, w gruncie rzeczy przecież niecodziennej, na ile chciał się otworzyć i przekazać swoją wiedzę, na ile konfabulował, by nie zawieść oczekiwań itd. Wziąwszy to pod uwagę, pozostaje pomyśleć o statystyce. Kiedy jeden badacz zanotował użycie danej rośliny w określonym regionie, a drugi badacz również zanotował pojedyncze użycie tej rośliny, czy znaczy to, że była używana powszechnie? Niestety nie zawsze. Prawa statystyki i pobierania prób z populacji mówią nam, że mała ilość materiału może powodować spore rozbieżności z rzeczywistością. Fakt zanotowania użycia danej rośliny nie musi wiele wносить do naszej wiedzy o tym, jak często i jak powszechnie była używana, czy przez wszystkich członków danej społeczności, czy na całym badanym terenie itd. Dotyczy to przede wszystkim roślin, które nie były powszechne w użyciu, odnotowano zaledwie kilka przypadków, ale w zestawieniach tabelarycznych, we wszelakich ujęciach zbiorczych takie różnice mogą się łatwo zatrzeć. Dodatkowo, kiedy mowa o zastosowaniach z jakichś powodów intrygujących, ciekawych, jak na przykład rośliny halucynogenne (por. Klepacki 2007b), może dojść do zniekształcenia obrazu ich użytkowania, i dopiero kiedy sięgniemy do źródeł, okazuje się jak są one skąpe w stosunku do naszych obiegowych przekonań. Zwłaszcza kiedy następuje transfer wiedzy naukowej – bogatej w komentarze, przypisy i zastrzeżenia, do literatury popularnej, która mniej dba o świątłocenie, a stara się wyciągnąć ogólne wnioski lub przedstawić najciekawsze fakty. Nic w tym dziwnego, innymi zasadami rządzi się każdy rodzaj przekazu, od pracy publikującej materiały źródłowe po posty w mediach społecznościowych. Na tej drodze, zazwyczaj jednokierunkowej, dochodzi do zniekształceń, odbiorca nie ma szansy sięgnąć do źródeł, nie zna wszystkich założeń metodologicznych i nie ma ochoty się w nie zagłębiać.

W efekcie sformułowanie obecne w popularyzatorskim tekście „w tym regionie używano rośliny x na schorzenie y” może odnosić się zarówno do powszechnego użycia, jak i do pojedynczej wzmianki. Czasem nawet wątpliwej, bo nie jesteśmy pewni, czy badacz dobrze zrozumiał informatora, który użył lokalnej nazwy, a badacz dopowiedział sobie, o jaką roślinę chodzi. Być może informator nawet pokazał badaczowi roślinę w terenie, ale badacz źle ją rozpoznał, to też mogło mieć miejsce, wzięwszy pod uwagę, że niewielu etnografów było wytrawnymi botanikami. Na podstawie takich mniej lub bardziej pewnych pojedynczych wzmianek budujemy jakieś wyobrażenie o naszych przodkach i ich zwyczajach dotyczących roślin. Nic dziwnego, kiedy patrzymy na zdjęcia pradziadka w albumie – co więcej o nim wiemy? Jeśli jeszcze do tego dysponujemy pisanymi dokumentami, zazwyczaj urzędowego pochodzenia, całe życie człowieka z krwi i kości maleje do jakiejś rodzinnej anegdoty, przypadkowego zdjęcia i kilku suchych faktów. Ponieważ to nasz przodek, nasza ciekawość i pragnienie zgłębienia własnej tożsamości potrafią z tych skrawków ugruntować w nas jakiś konkretny wizerunek człowieka. Nie znosimy pustki, chcemy znać odpowiedzi na nurtujące nas pytania, dlatego nawet z niedopowiedzeń jesteśmy w stanie utkać historię.

Tak jest też z naszą wiedzą bardziej ogólną, w tym dotyczącą przeszłości, nie wyłączając dawnego użycia roślin. Wyobrażenie przeszłości zaś nadzwyczaj łatwo kształtuje teraźniejszość. Nieraz spotykałem dwadzieścia lat temu na wsiach ludzi, którzy chcieli kultywować tradycje, wracać do korzeni i... sięgali po literaturę, czasopisma, nawet Internet. A ja, badacz w terenie, mogłem nieraz przekonać się, że niektóre obserwacje nie są przejawem lokalnej kultury ani dawnych tradycji, tylko efektem jej wyobrażenia przez lokalną społeczność na podstawie przekazów z zewnątrz.

Zatem wiedza faktograficzna – tak, taką dysponujemy, z pewnymi, przytoczonymi wyżej zastrzeżeniami. A co z wiedzą wyinterpretowaną? Wiedzą wyprowadzoną z faktów, ale mającą kształt teorii? Czy to co wiemy jest pewne, czy można na tej wiedzy polegać?

### Polska kultura ludowa

Po pierwsze – o jaką wiedzę chodzi? Chodzi o teorie, które na wysokim poziomie ogólności tłumaczą fakty „systemowo”. Antropolodzy, badacze kultury stworzyli w długim procesie ewolucji poglądów koncepcję polskiej kultury ludowej (m.in. Bystron 1947, Moszyński 1967, Stomma 1986, Etnografia Polski 1976), pojęcie to wywoływało liczne kontrowersje i dyskusje (np. Robotycki, Węglarz 1983). Kultura ludowa to pojęcie ramowe, w którym znalazła się pewna utrwalona w konkretnym czasie forma kultury wiejskiej, chłopskiej, materialnej i duchowej, w tym przypadku dotycząca jednego z krajów słowiańskich – Polski. Oczywiście korespondowała z tym, co badacze innych krajów słowiańskich wiedzieli i mniemali o swoich obszarach zainteresowań. I mimo dwóch wieków dyskusji nad jej pochodzeniem (patrz np. Burszta 1987) chyba dość powszechnie badacze przyjmują pogląd, że to co rozumiemy jako kulturę ludową, i to co jest przedmiotem pracy muzealników w parkach etnograficznych i skansenach, to zbiór treści różnego pochodzenia, tak co do czasu, jak i geografii. Nie da się też zaprzeczyć, że etnografia rozpoczęła się najwcześniej w XVIII w., a najwięcej materiałów zgromadzono do lat 80. XX w.

W aspekcie kultury materialnej można znaleźć elementy lokalne, zapożyczenia od sąsiadów i osiągnięcia postępu w gospodarce i życiu codziennym obecne w całej Europie. W obrębie kultury duchowej podobnie – przedchrześcijańskie relikty, choć zniekształcone, jeszcze były obecne, ale nietrudno jest zidentyfikować treści zapożyczone z kultury wysokiej, wpływu szkolnictwa, Kościoła itd. Badania nad kulturą ludową to także badania nad jej przemianami, aż do czasów współczesnych.

Pomijając specyfikę nauk humanistycznych, które pracują w nieustannym dyskursie współistniejących, odmiennych, a czasem nawet zwalczających się poglądów, istnieje konsensus co do tego, że kulturę ludową cechowało przenikanie sfery duchowej i materialnej, a wiele treści kultury zbudowanych jest na zasadzie cykliczności – np. pór roku i powtarzających się obrzędów, lub binarności, np. sacrum i profanum, swój i obcy. Repozytorium zgromadzonej wiedzy na temat kultury ludowej śmiało odnieść można do całej Słowiańszczyzny, w pewnych podstawowych aspektach, takich jak postrzeganie sacrum, nawet znacznie szerzej – do ludów pochodzenia indoeuropejskiego albo wręcz jako cechy ogólnoludzkie. Odnosząc to do tematu książki, czyli etnobotaniki Sądecczyzny – miejsce roślin w polskiej kulturze ludowej będzie podobne jak na pozostałym terenie Słowiańszczyzny, choć różnice wystąpią w gatunkach roślin z uwagi na rozciągłość geograficzną i zróżnicowanie flor oraz miejscowe zwyczaje.

### Rośliny w polskiej kulturze ludowej

Etnobotanika zainteresowana jest przede wszystkim użyciem roślin dziko rosnących, zwykle pomija rośliny uprawiane na polach, a nawet w ogrodach, gdyż ich historia jest dobrze poznana (niniejsza książka jednak ich nie pomija). Użytkowanie roślin w dawnej kulturze wsi, to z perspektywy etnobotanicznej przede wszystkim:

- Medycyna ludowa – zaskakujące jest bogactwo gatunków roślin i sposobów użycia – od naparów, maści, po okadzanie i czynności magiczne, jak umieszczanie roślin w określonym miejscu i okolicznościach. Leczeniu towarzyszyły modlitwy, a leki roślinne często nabierały mocy ze źródeł nadprzyrodzonych – np. przez święcenie. Należy pamiętać, że zarówno definicja choroby, jej przyczyny, jak i stosowane środki zaradcze nie przekładają się na współczesne kategorie myślenia o zdrowiu i chorobie.
- Rośliny zbierane na pożywienie, runo leśne, sposoby przetwarzania i konserwowania roślin, przyprawy i rośliny głodowe.
- Rośliny obrzędowe – zwykle święcone, mające moc chronienia przed piorunami i innymi zagrożeniami naturalnymi, moc chronienia przed złem nadprzyrodzonym oraz sprowadzania dobrobytu, moc przysparzania.
- Rośliny w gospodarstwie domowym – rodzaje drewna, z którego stawiano zabudowania i wykonywano sprzęty domowe i narzędzia gospodarskie, roślinne środki na szkodniki w uprawach, sposoby na myszy w domu, mole w szafie czy rośliny stosowane do farbowania jaj na Wielkanoc.
- Wiedza i wierzenia na temat roślin – przeplatają się z używaniem roślin; wierzenia dotyczyły specyficznych właściwości roślin, nieraz związanych z dobrymi lub złymi mocami, pod tym względem wartościowano rośliny, czyniąc jedne bardziej pożądanymi, inne mniej, niekoniecznie ze względu na ich wartość użytkową. Np. przy kapliczkach lub wokół kościołów chętniej sadzono lipy niż świerki.

Wiele z wzorców użytkowania roślin przetrwało, wciąż obecna jest np. tradycja święcenia ziół i używania ich później jako środka leczniczego, albo używania palm wielkanocnych jako środka ochronnego. Podobnie upodobanie do panaceów, roślin, którym przypisuje się skuteczne działanie na wiele bardzo odmiennych przypadłości. W charakterze takich roślin występują mięta, lipa lub rumianek, ale również współczesne mody, „nowości”, podbijające rynek suplementów diety. Choć są to zazwyczaj rośliny egzotyczne, atawistyczna wiara w potężny środek–panaceum jest raczej dawna.

Wiele dawnych wierzeń zatarto się z biegiem czasu, straciło swój kontekst duchowy, nawet jeśli samo użycie rośliny przetrwało. Nikt dzisiaj raczej nie nadaje wagi symbolicznej zielonym ozdobom sukien ślubnych i strojów komunijnych, koszyczków wielkanocnych, obrusów świątecznych (np. barwinku, mirtu, asparagusa, innych liści roślin ozdobnych). Zadziwiająca konsekwencja w ich stosowaniu, zanikającym wprawdzie, wskazuje, że kiedyś były symbolem, nośnikiem znaczeń.

### Co dzisiaj ludzie sądzą o roślinach i ich użyciu dawniej

Z pewnym oporem, ponieważ nie znam żadnej pracy na ten temat, a swoje badania ograniczyłem jedynie do zbierania przygodnych obserwacji, chciałbym na chwilę zatrzymać się nad tym, jak Polacy dzisiaj postrzegają dawną wiedzę o roślinach i dawne ich użytkowanie. Pomijam oczywiście profesjonalistów, świadomych zmian przebiegających w czasie oraz ich konsekwencji, wszelkich historyków, etnografów, socjologów, kulturoznawców i oczywiście etnobotaników. Skupię się na osobach niezwiązanych z tymi dziedzinami.

Z moich obserwacji wynika, że duże zainteresowanie etnobotaniką ma źródła w tym, co ludzie sądzą na temat przeszłości i jak rozumieją tego konsekwencje. Swoje wnioski wysnułem z tego, co pisze popularna prasa, czym interesują się programy „śniadaniowe” w telewizji, z rozmów z uczestnikami etnobotanicznych wykładów i warsztatów, które miałem okazję prowadzić, z ankiet, jakie prowadziłem wśród studentów biologii UJ, a nawet z książek popularyzujących wiedzę o roślinach użytecznych dla człowieka. Wnioski można zamknąć w poniższych punktach:

### Mit złotego wieku

Dawniej ludzie żyli w zgodzie z naturą, blisko niej i byli przez to zdrowsi, szczęśliwsi. To oczywiście oświeceniowy mit „dobrego dzikiego”, który żyje w harmonii z naturą, nie jest zepsuty cywilizacją i nie cierpi skutków ubocznych jej dominacji. Czy tak było naprawdę? Owszem, po części, ale co do zasady – zdecydowanie nie. Bliskość natury mieszkańca wsi dwieście lat temu była znacznie większa, ale oznaczała również ekspozycję na te jej aspekty, których niekoniecznie chcielibyśmy doświadczać, w związku z tym, puszczamy je niechlujnie w niepamięć. Sezonowa dostępność jedzenia to głód wśród uboższych mieszkańców, ciężka praca w warunkach niedoboru żywności i jej niskiej jakości oraz monotoności, to liczne choroby i zwyrodnienia spowodowane między innymi banalnym brakiem witamin. Niedobór żywności to także konieczność spożywania jedzenia nadpsutego, kolejne źródło kłopotów zdrowotnych. Obecność w literaturze etnobotanicznej kategorii „roślin głodowych” wymownie poświadcza na niekorzyść mitu złotego wieku. Były to rośliny niekoniecznie smaczne, i niekoniecznie pożywne, a z pewnością nie preferowane w codziennej diecie. Spotykałem na wsiach starszych ludzi, którzy ze zgrozą opowiadali o roślinach, które jedli oni sami lub ich rodzice i dziadkowie podczas niedoborów jedzenia. Co było szczególnie uderzające – ich stosunek do potraw z roślin głodowych, to nie dzisiejsza fascynacja nowinkami pod hasłem „co by tu jeszcze spróbować”, ale raczej głęboka niechęć i życzenie: oby nigdy więcej.

### Roślinne leki są sprawdzone przez pokolenia

Tak, ale w sposób którego nie nazwalibyśmy naukowym. Lepszym sformułowaniem byłoby – spraktykowane przez pokolenia, ale jakie z tych praktyk wyciągano wnioski? Nie odkryto nigdzie notatek, zapisków, w systematyczny sposób ujmujących problem skuteczności roślinnych leków w danej parafii czy gminie. Nie prowadzono ani spisów przypadków, ani ich statystyk, ani tym bardziej refleksji nad metodą prowadzenia takich statystyk. To są wynalazki współczesnej medycyny opartej na dowodach. Medycyna kilkaset lat temu rozstała się z tradycją wielkich ojców starożytnych, z tradycją lokalną i podążyła swoją drogą, ugruntowaną na eksperymencie i systematycznych badaniach. Ludowa medycyna pozostała w znacznej mierze pod wpływem owej tradycji starożytnej, zachowanej



w książkach, w szesnastowiecznych herbariach, i przekazywanej przez dwory podejmujące się leczenia z pobudek humanitarnych. Oprócz tego wytworzyła własne bogate repozytorium środków leczniczych, oczywiście osadzonych w wierzeniach, ludowej wizji świata. Prawdą jest, że wiele roślin z ludowej fitoterapii posiada właściwości lecznicze (acz nie wszystkie) i najpopularniejsze z nich do dziś znajdują zastosowanie w leczeniu łagodnych dolegliwości. Jednak nie należy zapominać, że leczniczej siły upatrywano nie tam, gdzie widzimy ją dzisiaj. Nie w substancjach chemicznych, po których spodziewano się działania po podaniu odpowiedniej dawki, ale w mocy, jaką zdobywały przez czynniki niezwiązane z ich składem chemicznym. Lecznicze były zioła święcone, zbierane w określonych okolicznościach przez określone osoby, lecznicze były modlitwy i zaklęcia wypowiedane podczas aplikowania leku. Dziś dość powszechnie i swobodnie miesza się obydwie porządki, z czego może wynikać typowe zniekształcenie poznawcze – co dawne, tradycyjne i powszechne w użyciu, to sprawdzone, czyli niezawodne. Przez tysiące ludzi, ba, naszych przodków! Nie mogli się przecież mylić. Niestety mogli, ale już zapomnieliśmy o tym. Osobom o silnych nerwach polecam wgląd w osiągnięcia medycyny ludowej – przypadki leczone „tradycyjnie” udokumentowane przez etnografa Henryka Biegeleisena (Biegeleisen 1929).

#### Roślinne leki nie mogą zaszkodzić, nawet jeśli nie pomogą

Niestety to nie jest prawdą. Każdy lek podany niewłaściwie może pogorszyć stan pacjenta zamiast go poprawić. To samo dotyczy nie-leków, a do nich należałoby zaliczyć część używanych w medycynie ludowej środków leczniczych. Pamiętajmy też, że niepowodzenie w leczeniu niekoniecznie było przyjmowane jako niepowodzenie metody leczenia. Znajdowano liczne wyjaśnienia, w tym domniemaną wolę sił wyższych, pozaziemskich. Z lekami ziołowymi jest również ten problem, że nawet te lecznicze zawierają środki niekorzystnie działające na organizm, na przykład rakotwórcze kumaryny, których nadmierne spożycie może skutkować uszkodzeniem wątroby. Poza tym co do zasady dawki leków roślinnych w postaci ziela jest utrudnione z uwagi na zmienną zawartość substancji czynnych w różnych populacjach danej rośliny. Rośliny rosnące w dwóch różnych miejscach mogą znacząco odbiegać zawartością substancji czynnej, co znacznie utrudnia dozowanie odpowiedniej dawki, kiedy do dyspozycji mamy materiał roślinny, a nie wyekstrahowany związek. Najczęściej przekonanie o działaniu leków roślinnych zdradza pogląd o „miękkim”, delikatnym działaniu leków roślinnych, ale nie zapominajmy, że w arsenale leków ludowych znajdowały się też rośliny trujące, w tym o silnym działaniu narkotycznym.

#### Moc natury

Nieuświadomione przekonanie o wielkiej sile sprawczej natury, a równocześnie przesadzone (w mojej ocenie) o negatywnym oddziaływaniu nowoczesności. Już starożytni Rzymianie uważali, że dawne czasy już były, nasze „dzisiaj” jest nie takie, zepsute, do naprawy. Współcześnie ma to wymiar zmartwienia o chemiczną żywność, nienaturalność wszystkiego. Wybiórcze spojrzenie – chcemy widzieć same dobre strony „życia w naturze”, a zapominamy o złych i nie pamiętamy o dobrodziejstwach nowoczesności – antybiotyki, kontrola produkcji żywności, ochrona żywności przed psuciem, profilaktyka zdrowotna, higiena itp.

Obecna zarówno w dyskursie publicznym, jak i w indywidualnych praktykach, idealizacja „mocy natury” wyraża się w zaniechaniu zdobyczy nauki na rzecz poszukiwania tradycyjnych, rzekomo naturalnych i przez to lepszych, sposobów radzenia sobie z codziennością – od kosmetyki po leczenie raka.

## Rośliny w kulturze dzisiaj

Przeptyw ludzi, dóbr, idei rozpędza się od wieków, aczkolwiek nam współczesnym wydaje się, że żyjemy w czasach apogeum tego procesu. Życie codzienne nie tylko przestało być odmienne między Podlasiem a Podhalem, ale również różnice między miastem i wsią stają się mniejsze. Więcej, różnice w codziennym życiu i rozumieniu świata nie są wielkie nawet między krajami. Powszechna i zunifikowana edukacja, powojenna dostępność radia i telewizji, prasy i książek, wiele zmieniły. Chociaż współcześnie wciąż występuje zróżnicowanie regionalne użytkowania roślin, nie jest ono zbyt duże (por. Klepacki 2016).

Na dodatek w naszych rękach całkiem niedawno znalazły się telefony z kolejnym dość świeżym wynalazkiem – Internetem. Przyniósł on nowe metody komunikacji, nową dynamikę interakcji społecznych, nowe, ponadlokalne wspólnoty.

Co to wnosi do etnobotaniki? Nowy rytm życia, nowy dobowy rytm komunikacji, nowe rytuały społeczne i nowe sposoby uczestniczenia w kulturze. Czy kiedy tak wiele jest nowego, wciąż można znaleźć stare wzory, struktury w kulturze opisywane dawniej? Przekładając to na obszar użytkowania roślin – jaki obraz wyłania się z tekstów kultury obecnych w przestrzeni medialnej, dyskursie społecznym, komercyjnych przekazach perswazyjnych? Jakich roślin i do czego ludzie używają? Co o roślinach mniemają? Jakie wartości im przypisują?

W drogerii czy aptece widzimy, jak wiele produktów prezentuje na opakowaniach wizerunki roślin. W sklepie spożywczym – podobnie, spotkamy nie tylko świeże warzywa i owoce, ale także produkty wysoko przetworzone z wizerunkami roślin na opakowaniach. Niektóre z nich, niespecjalnie roślinne, np. jogurty, serki, również epatują roślinnymi komponentami na opakowaniach. Niekiedy prowadzi to do zabawnych, ale najwyraźniej zamierzonych przekształceń, gdzie efekt wizualny zdecydowanie dominuje nad wiernością przedstawienia rośliny. Czy badanie użycia (przez kogo? konsumenta, producenta?) takich wyimaginowanych roślin to jeszcze pole badań dla etnobotanika lub etnografa? Może to już wyłącznie domena specjalistów od marketingu?

Nieuzbrojonym w naukowe instrumentarium okiem od razu można dostrzec, że współczesne życie bez roślin się nie obywa. W pierwszej lepszej galerii handlowej, w pierwszym z brzegu magazynie dla kobiet, w programie telewizyjnym, na portalach internetowych widać, że rośliny są obecne i ważne. Nie zawsze rośliny w formie realnych bytów, bo wielkomiejski użytkownik już ich prawie nie dotyka własnymi rękami, ale pewne o nich wyobrażenie. W coraz większym stopniu „urbanizujące się” życie wsi również prowadzi do zaniku kontaktu z żywymi roślinami. Wiedza niegdyś czerpana od członków wspólnoty rodzinnej i lokalnej, utrwalana w praktyce, przestaje być przekazywana, zanika. W jej miejsce wstępują te same, zuniformizowane idee roślin wyobrażonych.

Czy powinniśmy przystąpić do badania użycia roślin w formie idei? Jaka byłaby to kategoria? Kultowe użytkowniki roślin? Skoro wyobrażenia pomagają sprzedawać szampony i mydła, to może jednak kategoria roślin użytecznych w gospodarstwie domowym? A może nowa kategoria – rośliny użyteczne w marketingu? Zaiste ograniczony to zasób roślin i nie wszystkie wpadają w ten przedział, bo tylko te ikoniczne, powszechnie rozpoznawalne.

#### Literatura:

- Biegeleisen H. (1929), *Lecznictwo ludu polskiego*, Kraków, Polska Akademia Umiejętności.
- Burszta J. (1987), *Z poglądów na rodowód polskiej kultury ludowej*, „Ruch Prawniczy, Ekonomiczny i Socjologiczny”, 49 (1), s. 127–133.
- Bystroń J. St. (1947), *Etnografia Polski*, Warszawa, Czytelnik.
- Etnografia Polski. Przemiany kultury ludowej* (1976), t. I–II, red. M. Biernacka i in., Wrocław, Ossolineum PAN.
- Klepacki P. (2007a), *Etnobotanika w Polsce – przeszłość i teraźniejszość*, „Analecta. Studia i Materiały z Dziejów Nauki”, 16 (1–2), s. 191–245.
- Klepacki P. (2007b), *Rośliny o działaniu odurzającym w polskiej literaturze etnobotanicznej XIX w.*, w: *Historia leków naturalnych*, t. 6, red. B. Kuźnicka, Warszawa, Instytut Historii Nauki PAN, s. 103–119.
- Klepacki P. (2016), *Rośliny użytkowe w Puszczy Knyszyńskiej i Beskidzie Niskim*, „Etnobiologia Polska”, 6.
- Kowalik A. (2004), *Prolegomena do teologii politycznej dawnych Słowian*, Kraków, Zakład Wydawniczy Nomos.
- Lévi-Strauss C. (1992), *Smutek tropików*, przeł. A. Steinsberg, Łódź, Wydawnictwo Opus.
- Libera Z. (2023), *Etnobotanika, etnomedycyna i etnografia w Polsce*, „Medycyna Nowożytna”, t. 29, z. 1, s. 207–219.
- Malinowski B. (2005), *Argonauci zachodniego Pacyfiku. Relacje o poczynaniach i przygodach krajowców z Nowej Gwinei*, przeł. B. Olszewska-Dyoniziak, S. Szynkiewicz, przekł. opracował i postł. opatrzył A. Waligórski, Warszawa, PWN.
- Martin, G. J. (1995), *Ethnobotany: A Methods Manual*, London, Chapman and Hill.
- Mead M. (1986), *Trzy studia: Dojrzewanie na Samoa. Dorastanie na Nowej Gwinei. Płeć i charakter w trzech społecznościach pierwotnych*, Warszawa, Państwowy Instytut Wydawniczy.
- Moszyński K. (1967), *Kultura ludowa Słowian: cz 1–2. Kultura duchowa* (Vol. 2, No. 1), Warszawa, Książka i Wiedza.
- Robotycki C., Węglarz S. (1983), *Chłop potęgą jest i basta. O mityzacji kultury ludowej w nauce*, „Polska Sztuka Ludowa”, 37, 1–2.
- Stomma L. (1986), *Antropologia kultury wsi polskiej XIX w.*, Warszawa, Pax.
- Svanberg I., Łuczaj Ł., Pardo-de-Santayana M., Pieroni A. (2011), *History and Current Trends of Ethnobiological Research in Europe*, „Ethnobiology”, s. 189–212.







## HASŁA OGÓLNE

### DRZEWA OWOCOWE

Niektóre drzewa owocowe darzono wielkim szacunkiem, o czym może świadczyć uwaga Romana Reinfussa o Łemkach: „w Leszczynach przestrzegali starzy przed ścięciem krzewu «habzy», starej gruszy i lipy. Naruszenie tych drzew przynosiło nieszczęście. Gdy trzeba było wyciąć któreś z nich, wynajmowano do tego kaleki lub ludzi umysłowo upośledzonych” (Reinfuss R., NRR: 115). Podobne przekonania istniały również w innych częściach Sądecczyzny. Podczas karczunku lasu pod uprawy pozostawiano nietknięte wszelkie drzewa owocowe, a przekroczenie tego zwyczaju uznawano za grzech (Łemkowie). W *Ziemi Bieckiej* odnotowano zakaz otrząsania owoców w suche dni, by drzewo nie uschło. Ostatnich owoców nie zrywano w butach, bo wtedy drzewo miało przestać rodzić, koniecznie trzeba było być boso. Wodę po pierwszej kąpieli dziecka wylewano pod „drzewo rodzące słodkie owoce, żeby dziecko się nie *gnoiło* (nie moczyło pod siebie) i żeby było jak to drzewo dobre” (ZB: 362).

Drzewa owocowe rosły koło domu lub w większej liczbie w sadach. Do najczęściej hodowanych gatunków należały: jabłonie i śliwy, poza tym grusze, czereśnie i trześnie, wiśnie, orzechy włoskie, a także krzewy: orzech laskowy, agrest, porzeczki, maliny.

Sady rosły na terenie całej Sądecczyzny, lecz najwięcej z nich znajdowało się w powiecie limanowskim i gm. Łącko (we wsiach Czarny Potok, Czerniec, Kamienica, Kicznia, Łącko, Maszkowice, Zabrzeż, Zagorzyn, Zarzecze).

Na Pogórzu sadownictwo rozwijało się w Turzy, Ostruszy, Kwiatonowicach, Bugaju. Wynikało to ze stosunkowo dobrej jakości gleb sprzyjających uprawie drzew owocowych. Tradycje sadownicze w okolicach Łącka sięgają XIII w., a okres intensywnego rozwoju rozpoczął się w XVIII w. i trwa do dzisiaj. Region ten od kilku stuleci uchodzi za stolicę sadownictwa na Sądecczyźnie. Od przełomu XIX i XX w. sadownictwo na tym terenie zaczęło nosić znamiona przemysłane i zorganizowane, przede wszystkim za sprawą działalności ks. Macieja Szaflarskiego, ks. Jana Piaskowego i innych proboszczów oraz dyrektora szkoły w Łącku Stanisława Wilkowicza (Woźny A., KLGŚ: 68–70). Na wczesnym etapie na rozwój sadownictwa miały wpływ klasztory i dwory, a od XIX w. kółka rolnicze, organizowanie kursów sadowniczych, konkursów i wystaw, podczas których sadownicy przedstawiali wyniki swojej pracy, a po II wojnie światowej wsparcie ze strony Sadowniczego Zakładu Doświadczalnego Instytutu Sadownictwa w Brzeznej. Do wzrostu zbiorów przyczyniło się wprowadzenie oprysków owado- i grzybobójczych, a także rozpowszechnienie specjalistycznej wiedzy dotyczącej pielęgnacji, zbierania i przechowywania owoców. Sady owocowe miały różną skalę, poczynając od kilku drzew. Po II wojnie światowej stopniowo zniknęły stare gatunki drzew owocowych (zwłaszcza jabłoni), a ich miejsce zajęły nowsze, przemysłowe i niskopienne odmiany, które ułatwiały opiekę i zbieranie, a także gwarantowały powiększenie zbiorów. Częściowy powrót do starych odmian nastąpił w latach 80. XX w., lecz nie było i nie jest to zjawisko masowe, a raczej ma związek z lokal-

nymi działaniami, mającymi na celu zachowanie starych odmian jako elementu krajobrazu kulturowego.

Sprzedaż owoców w północnej i zachodniej części Sądecczyzny przynosiła znaczący dochód. Zebrane owoce sprzedawano kupcom już w sadzie lub przewożono do większych miast (Nowego Sącza, Nowego Targu, Zakopanego) i na Spisz węgierski. Niesprzedane owoce suszono lub przechowywano w piwnicach dla własnych potrzeb. Współcześnie w Łącku i jego okolicach funkcjonują przedsiębiorstwa przemysłu owocowego, które zajmują się skupem i sprzedażą owoców, produkcją przetworów owocowych i napojów alkoholowych.

Owoce suszono w dymie w piecu chlebowym lub najczęściej w *suśniach*, czyli suszarniach. *Suśnia* to zazwyczaj wykopywany w sadzie dół w ziemi, poniżej którego kopano drugi dół. Oba łączono kanałem (tzw. *szyja*). Na górnym dole ustawiano tzw. *laskę*, czyli rodzaj skrzynki zbitej z desek, której dno wykładano kijami wiklinowymi lub leszczynowymi, aby owoce nie spadły na dno dołu. Czasami dno *laski* było wyplecione z giętkich gałązek. Na *laski* wysypywano owoce i przykrywano je szczelnie deszczułkami, a pozostałe otwory zatykano szmatami. W dolnym dole rozniecano ogień. Owoce suszono w ciepłe z ogniska i dymie. Po kilkunastu, a nieraz kilkudziesięciu godzinach gaszono ogień i wybierano owoce, czasem pozostawiając je w koszu, żeby się dosuszyły. Następnie *suszki* (*susz*) wsypywano do fasek lub beczulek, przykładano na wierzch ciężkie kamienie, dzięki czemu owoce zbijały się w masę, a powietrze nie dochodziło do wnętrza. Zapobiegało to gniciu i umożliwiało doschnięcie (Wacławski A., NRR: 213).

W późniejszym czasie suszarnie, typowe dla większości gospodarstw góralskich czy lachowskich, z reguły budowane w stoku, miały kamiennie-gliniane sklepienie nad ogniem, by nie spalić owoców, a w rogach

otwory, którymi przechodził dym do owoców rozłożonych na *lasce*.

Owoce (świeże, gotowane, pieczone i suszone) stanowiły ważną część codziennej i świątecznej diety. Zjadano je samodzielnie lub używano do omaszczenia potraw (kaszy, makaronów, *dziamy* zbożowej). Ze świeżych lub suszonych owoców robiono zupy zwane *galasem*, *śliwionką*, *jabczanką* lub *jabconką*, *gruszczonką*, *suscanką*. Owoce używane były też jako farsz do ciast. Przygotowywano z nich konfitury lub napoje alkoholowe (wina, wódki, nalewki) (Reinfuss-Janusz K., KLGŚ: 336–338).

**Literatura:** Reinfuss R., NRR; Reinfuss-Janusz K., KLGŚ; Wacławski A., NRR; Woźny A., KLGŚ; ZB.

## LAS

Na Sądecczyźnie występują lasy wyżynne (region Pogórzan, Lachów Sądeckich, Łemków) oraz górskie (region Górali Sądeckich, Górali Nadpopradzkich, Łemków). Zwłaszcza w południowej, górskiej części regionu las stanowi charakterystyczny element krajobrazu. Najliczniej reprezentowanym typem jest las górski, w którym dominuje drzewostan bukowo-jodłowy i jodłowo-bukowy. Ponadto występują: świerk, sosna, jawor, modrzew, a w położeniach pogórskich również dąb, jesion, a także klon zwyczajny, wiąz, grab, brzoza, olcha czarna i szara, czereśnia, topola, osika, wierzba, lipa. Warstwę podszytową tworzą: leszczyna, kruszyna, jarząb pospolity, bez czarny i czeremcha, malina, jeżyna.

Lasy były intensywnie eksploatowane; warunkowane to było przede wszystkim dostępnością i stosunkami własnościowymi. Pozyskiwano z nich materiał budowlany i opałowy; drewno na przedmioty codziennego



użytku i narzędzia gospodarcze; mięso i skóry z upolowanych zwierząt; miód z barci; owoce leśne, zioła, grzyby, bukwie, nasiona i szyszki jodły. Jesienią grabiono w lesie liście i szpilki, których używano jako ściółkę dla zwierząt (tzw. *grabaczka, grabówka, soska*; ZB: 102). W lasach wypasano owce, bydło i świnie. Zbierano zielone gałęzie jodły, także gałęzie brzozone jako uzupełnienie paszy dla zwierząt. Pozyskiwano mech do wypełniania szpar między płazami (*mszenia*).

Sezonowa praca w lesie (zbieranie oraz sprzedaż ziół, owoców leśnych i grzybów; praca w szkótkach leśnych czy przy wycince drzew) pozwalała zwiększyć uzyskiwany dochód. Zebrane owoce leśne i grzyby były uzupełnieniem diety, zwłaszcza w okresie głodu i na przednówku, natomiast z zebranych ziół przygotowywano środki lecznicze (napary, maści, okłady).

Lasy sądeckie zamieszkiwało wiele gatunków zwierząt: jelenie, dziki, sarny, niedźwiedzie, wilki, kuny, lisy, rysie. Licznie występowały ptaki: jarząbki, kwiczoły, słonki, grzywacze, głuszce, derkacze, bociany czarne, orły przednie, puchacze, puszczyki uralskie, włochatki, sóweczki, trzmielojady i orliki krzykliwe. Ze względu na bogatą faunę od średniowiecza były to tereny łowieckie, szeroko uprawiano kłusownictwo.

We wsiach górskich karczowano i wypalano lasy, zwiększając powierzchnię ziemi uprawnej (tzw. *poręby, zręby, wyręby*). Tworzono w ten sposób również łąki kośne i wypasowe. Ze względu na duże zalesienie i stosunkowo łatwą dostępność drewna na Sądecczyźnie funkcjonowały: tartaki, warsztaty stolarskie i bednarskie, fabryki mebli oraz huty, potażarnie i smolarnie, wytapiano dziegieć i maź.

Struktura własnościowa lasów ulegała zmianom. Miała ona charakter przynależności: gromadzkiej (lasy wiejskie, np. Łomnica, Kokuszka), miejskiej (np. Piwniczna-

Zdrój, Stary Sącz), prywatnej – szlacheckiej i chłopskiej, monarszej, a współcześnie państwowej. Dostęp do lasu i korzystanie z jego zasobów było określane przez umowy pisane lub zwyczajowe (ustne). W ramach zawieranych porozumień ustalano osoby mające dostęp do lasu, zakres i czas użytkowania czy ilości wywożonych produktów.

Po pierwszym rozbiorze po upaństwowieniu dóbr klasztornych wielkie połacie lasów należących do klasztoru Klarysek ze Starego Sącza (klucz kamienicki, klucz łącki) zostały rozdrobnione i rozprzedane. Nowi właściciele często prowadzili w nabytych lasach gospodarkę rabunkową, nastawioną tylko na zysk. Dotyczyło to także rozdrobnionej własności chłopskiej.

Rozwój gospodarki leśnej, opartej o badania naukowe i nowoczesne metody rozpoczął się na przełomie XIX i XX w. Polegał on na zwiększeniu rentowności lasów, budowaniu infrastruktury leśnej (ścieżek, dróg, leśniczówek), zatrudnianiu pracowników leśnych, podziale lasu na oddziały i pododdziały, nasadzeniu gatunków nierodzimych (np. sosny czarnej, daglezi). Działania te umożliwiały systematyczną wycinkę, a także zastępowanie drzew wyciętych, chorych lub słabych nowym nasadzeniem. Za sprawą działalności różnych towarzystw, a głównie niektórych właścicieli, przede wszystkim hrabiego Adama Stadnickiego z Nawojowej, prowadzącego w swoich lasach (ok. 3 tysięcy ha) nowoczesną, a nawet nowatorską, gospodarkę leśną, zachowały się najcenniejsze fragmenty puszczy karpackiej w Beskidzie Sądeckim.

Po II wojnie światowej większość lasów sądeckich jest zarządzana przez Lasy Państwowe (Nadleśnictwa w Starym Sączu, Nawojowej, Piwnicznej, Limanowej). Na tym obszarze utworzono także Popradzki Park Krajobrazowy, Obszar Natura 2000 „Ostoja Popradzka”, Kompleks

Promocyjny „Lasy Beskidu Sądeckiego”, Gorczański Park Narodowy.

**Wierzenia i obrzędy.** W ludowych wierzeniach lasy były siedliskiem istot demonicznych. Uważano, że na granicach lasów lub w ich ostępach mógł mieszkać leśny diabeł (*dybel*) czy zwodziciel, duch wywodzący się z dusz samobójców i grzeszników (Pogórzanie). Leśne zarośla i moczary były schronieniem boginek – istot demonicznych niebezpiecznych szczególnie dla położnic i niechrzczonych niemowląt, oraz mamun – demonów, którym przypisywano m.in. moc wodzenia ludzi wędrujących po lesie. W lasach przebywały dusze niechrzcieńców, czyli niemowląt zmarłych bez sakramentu chrztu. W trudno dostępnych ostępach swoją kryjówkę miał król wężów „o siedmiu złotych głowach”, który wraz z radą złożoną z przedniejszych wężów odbywał tam węzowe sejmiki. Wśród demonicznych mieszkańców lasów wymieniano też dzikich lub leśnych ludzi: „Mówiono, że są dzicy ludzie po wielkich lasach, większego niż zwykli ludzie wzrostu, mający jedno oko w środku czoła, kobiety zaś mają tak długie piersi, że sobie je mogą na ramiona przrzucić” (Zawada, NSSE: 113). Według innych relacji dziki człowiek miał postać brzydkiego zarośniętego starucha, chodzącego nago (Pogórzanie, Brylak M., NRR: 293).

Wierzono, że w określonych dniach las stawał się niebezpieczny dla człowieka, zachodzące w nim zjawiska mogły też być okazją do wróżb. Nieszczęście miało spotykać ludzi, którzy chodzili do lasu po drewno we Wszystkich Świętych i w Zaduszki (Podegrodzie). Praca w lesie, szczególnie wyjazd do lasu wozem, były zakazane w dniu św. Tomasza (21 grudnia) (Górale Pienińscy). Kto chciał przez cały rok bezkarnie zbierać drewno w pańskim lesie, w Wigilię Bożego Narodzenia starał się ukraść trochę drewna, patrząc przy tym na las przez palce, by później leśniczy „przez palce” patrzył na niego (Hołda J., KLG: 504). Jeśli w zimie w lasach uschło dużo

młodych drzew, odczytywano to jako zapowiedź śmierci wśród dzieci, ludzie starzy mieli umierać, jeśli w lasach schły drzewa stare.

W ludowym folklorze las skrywał mroczne tajemnice i występki, był miejscem potajemnych spotkań kochanków:

*W zielonym gaju liście spadają,  
tam słowikowie wdzięcznie śpiewają,  
tam po kamykach strumyk szeleści,  
tam się Jasieńko z Marysią pieści.*

(zapisane 1968, Wronowice, PLZS: 107)

**Materiał archiwalny:** AGOKP: k., ur. 1914, Podegrodzie 2001.  
**Literatura:** Brylak M., NRR; Hołda J., KLG: NS; PLZS; Reinfuss-Janusz K., KLG: Strauchmann E., KLG.

## ŁĄKA

Część obszaru uprawnego przeznaczano na łąki, które w zależności od typu wsi miały charakter indywidualny lub gromadzki. Niektóre były użytkowane na stałe, inne krótko, ujmowane w płodozmiany polowe. Przeznaczone były bądź na wypas (bydła, koni lub owiec), bądź jako łąki kośne, z których zbierano siano na paszę.

Na terenach górskich wypasano zwierzęta, głównie owce, na polanach śródleśnych, o glebach nieurodzajnych, które skutkiem wypasu silnie porastały ostrą trawą zwaną *psiorą* (bliźniczka psia trawka). Wypas bydła i owiec na polanach przynosił, poprzez koszarowanie, dodatkowe korzyści w postaci dobrego nawozu. Na łąkach położonych w wyższych partiach gór i w trudno dostępnym terenie zebraną paszę (siano) pozostawiano na miejscu w szopach, co wiązało się z zimowaniem zwierząt na

polanach, aż do wykończenia paszy (najdłużej do Wielkanocy). We wsiach niżej położonych, z łatwiejszym dostępem do pastwisk, zwierzęta cały rok nocowano w gospodarstwie, a wypas na polanach rozpoczynał się na wiosnę i trwał do jesieni.

Łąki sianokośne dostarczały zimowej paszy dla zwierząt. Sianokosy odbywały się dwa razy w roku, zwykle w czerwcu i w sierpniu (do Matki Boskiej Zielnej, Długotłęka) lub we wrześniu. Niekiedy uważano, że należało je rozpocząć przed dniem św. Jana, bo wtedy mogło urosnąć drugie, a nawet trzecie *pokosie* (Podegrodzie). O konkretnym terminie prac decydowała pogoda, przestrzegano jednak, by nie zaczynać sianokosów na nowiu księżycy (Długotłęka). Kośbę rozpoczynano, gdy „koniczyna dobrze zakwitła, ale zanim przekwitła, bo wtedy siano było chrupkie” (Podegrodzie). Podobnie, jak przy innych pracach rolniczych, sianokosy zaczynało się w imię Boże, kropiąc łąkę święconą wodą (Długotłęka). Na „rekruta”, czyli chłopaka, który pierwszy raz uczestniczył w sianokosach, mówiono też *kosiarz w kapeluszu*. Podlegał on tzw. *zaprawie* polegającej na tym, że musiał włożyć czapkę pod pachę i kosić tak, żeby mu ona nie wypadła (Długotłęka).

**Materiał źródłowy:** AGOKP: m., ur. 1928, Długotłęka 2002; k., ur. 1915, Długotłęka 2002; m., ur. 1934, Długotłęka 2002; m., ur. 1921, Długotłęka 2002; m., ur. 1944, Chochorowice 2002; k., ur. 1940, Długotłęka 2002. **Literatura:** Reinfuss R., NRR; TLP; Woźny A., KLGST; Woźny-Tondyra A., KLGNT; Wrębiak C., NRR.

## OGRÓDEK

W pobliżu domu, przy gospodarstwie urządzano ogródki przyzagrodowe – kwiatowe i warzywne, zazwyczaj otoczone płotkami. Ogródki kwiatowe znajdowały się niemal przy każdym domu. Opiekowały się nimi kobiety, a zwłaszcza dziewczęta. Były przedmiotem ich dumy, rodzajem „wizytówki”, „po ogródku” oceniano panny – ich pracowitość i gospodarność. Uprawa ogródka rozpoczynała się wiosną: czyszczono go, kopano grządki i obsiewano lub sadzono rośliny. „Dziewczęta z końcem kwietnia sieją i sadzą kwiaty, a kobiety zioła lekarskie” (ZB: 95).

Wawrzyniec Kosiba w końcu XIX w. odnotował, że „niechętnym okiem patrzy na to gospodarz, mówiąc, że szkoda na to kawałek świętej ziemi, bo lepiej zasażać ziemniaki” (ZB: 30), niemniej ogródki zakładano powszechnie na całej Sądecczyźnie. Uprawiano w nich rośliny ozdobne (przede wszystkim kwiaty): floksy, astry, ostróżkę, nagietki, stokrotki, bratki, goździki, rutkę, georginie, astry, piwonie, malwy, *dzieweczki, koniki, balsamiki, kurze stopy, kosyniery, śpiochy*, lilie, *kamienne róże*, później też trawę pasiastą; rośliny lecznicze: wyczkę, boże drzewko, lubczyk, barwinek, piołunek, miętę pieprzową, wrotycz, gorczycę, trybulkę, czarnuszkę, kurdybanek (*kurdoń*), *oberwus*, szalwię, werbenę, marunę, *przestrach*, bylicę, *dziewannę, juropek, wielkie ziele* (ZB: 95).

Ogródki warzywne zwane warzywnikami zakładano przy zagrodzie lub pośrodku żyznego kawałka pola w pobliżu domu. Uprawiano w nich kapustę, karpiele, ziemniaki, marchew, pietruszkę, cebulę, czosnek, ogórki, buraki, bób, fasolę, groch. W czasach powojennych pojawiły się kalafior, pomidory, sałata, fasolka szparagowa. W polu zakładano także niewielkie ogródki, w których uprawiano warzywa na rozsady.

Przy domu sadzono jaśmin, bez, róże, po wojnie winogrona. Uzupełnieniem ogródka z ziołami i kwiatami były rośliny doniczkowe na oknach: rozmaryn, mirt, pelargonja, geranium (*anginka*), nieśmiertelnik czy rezedra (*rozeta*) (ZB: 30).

Literatura: ZB.

## POLE

Uprawa roli (obok hodowli i pasterstwa) stanowiła podstawowy sposób pozyskiwania pożywienia. We wsiach sądeckich występują różne układy rolne, co uzależnione było od wielu rozmaitych czynników, zarówno geograficznych, jak i związanych z własnością ziemi i typem osadnictwa. Układy przestrzenne podlegały przez wieki przekształceniom. Dominujący był układ łąnowy leśnych, występował też układ pól o charakterze niwowym, rozproszonym, osiedla jednodworcze oraz kolonie.

W południowej części Sądecczyzny (Górale, Łemkowie) górzyste ukształtowanie terenu, lokowanie wsi w wąskich dolinach rzek, krótki okres wegetacji z długo utrzymującą się pokrywą śnieżną i słabym nasłonecznieniem, a także niska jakość gleb nie sprzyjały rozwojowi rolnictwa. Gospodarstwa były niewielkie, a przeludnienie wsi prowadziło do dalszego rozdrobnienia gruntów rolnych; uprawy prowadzone były w sposób tradycyjny, dawnymi narzędziami i technikami, stąd niska efektywność plonów. Występujące często klęski nieurodzaju powodowały okresy głodu. Tereny orne starano się powiększyć poprzez karczunek i wypalanie lasów (gospodarka żarowa), a uzyskane w ten sposób obszary orne nazywano *porębami*, *zrębami* lub *rąbami*. Popiół pozostawiano na zrębie i bezpośrednio

do niego siano ziarna zbóż, przede wszystkim *krzycy* (*ikrzycy* – stara dwuletnia odmiana żyta), wymieszanej z owsem, czasami jęczmieniem.

Dużo korzystniejsze warunki przyrodnicze dla rolnictwa, sadownictwa i warzywnictwa istniały na Pogórzu (Lachy, Pogórzanie). Ale i tam funkcjonował tradycyjny sposób uprawy i było duże rozdrobnienie gruntów chłopskich.

Uprawiano zboża: żyto, pszenicę (głównie u Lachów i Pogórzan, u górali dawała zbyt niskie plony), orkisz (dawna odmiana pszenicy), owies (zwłaszcza na góralczyźnie), jęczmień, niewielkie ilości proso i tatarki, rośliny okopowe: przede wszystkim ziemniaki (od pierwszej ćwierci XIX w.), poza tym rzepę, buraki, brukiew (karpiele), rośliny przemysłowe: len, konopie, strączkowe: bób, groch, fasolę, jarzyny (podstawowym warzywem była kapusta) oraz rośliny pastewne dla zwierząt.

Pola chroniono poprzez gradzenie, stawianie strachów, wiatraczków czy wieszanie pustej flaszki. W ten sposób zabezpieczano uprawy przed bydłem, dzikami i ptakami. W razie potrzeby na skraju pola umieszczano przenośne *koliby* (*kołyby*), w których noce spędzała osoba pilnująca pola (Łemkowie). Większość prac polowych wykonywano w sposób tradycyjny. Do orania i bronowania wykorzystywano konie i woły, a biedniejsi gospodarze zaprzęgali do pracy również mleczne krowy. Ręcznie wykonywano również sianie, sadzenie i zbieranie plonów. Mechanizacja rolnictwa rozpoczyna się po II wojnie światowej. Jednak nawet w latach 70. i 80., zwłaszcza na trudno dostępnych polach górskich, prace wciąż wykonywano ręcznie i przy użyciu archaicznych narzędzi i technik. Prace polowe rozpoczynały się wiosną, a kończyły wczesną jesienią. Przebiegały w następującej kolejności: wywożenie nawozu, oranie, sianie zboża, sadzenie ziemniaków i kapusty, zbiór siana i koniczyny (ZB: 96). Kulminacja cyklu gospodarskiego

wypadała w lecie, w okresie żniw. Dzień przed żniwami gospodarz przynosił sierpy bądź kosy od kowala, a gospodyni przygotowywała pożywienie. Przed rozpoczęciem żniw oporzędzono również zwierzęta gospodarskie, ponieważ żęcie zboża rozpoczynano wcześniej rano. W drodze na pole *żencorze* (żeńcy, żniwiarze) wiązali sobie na nadgarstku prawej ręki troczek lub sznureczek, aby się dłoń nie *rozzębiała* (rozkrećcia), a młode dziewczyny całowały się.

Każdy żniwiarz pracował na osobnym zagonie. Żęcie rozpoczynało się od słów: „Dajże Panie Jezusie szczęście”. Z pierwszej garści ściętego zboża robiono powróstło, którym opasywano się, „żeby krzyże w czasie żniw nie bolały”. Pracę przerywano na modlitwę Anioł Pański. Posiłki przynoszono na pole, po śniadaniu i obiedzie był krótki odpoczynek. Do żęcia zbóż chlebowych do I wojny światowej, a gdzieś dłużej, używano sierpów. Kosami cięto trawy, potem – przy wielkim oporze starszych ludzi – zaczęto kosić jęczmień i owies, na samym końcu żyto i pszenicę. Ścięte zboże zostawiano na polu związane w snopki i ułożone w kopy. Po zakończonych żniwach zboże zwożono do stodoły lub chałupy (strych).

Po żniwach następował zbiór grochu i bobu z pola. Jesienią siano pszenicę i żyto, zbierano ziemniaki, ścinano koniczyzny, zrywano len i konopie, kopano karpiele, buraki i rzepę, *sprzątano* kapustę.

**Wierzenia.** Orne pola, ich granice oraz polne miedze to w ludowych wierzeniach miejsca występowania istot demonicznych. Były one aktywne szczególnie późną wiosną i latem o 12 w południe, porze uważanej za graniczną, więc niebezpieczną i wymagającą specjalnych zachowań. Wśród demonów polnych wymieniano przede wszystkim południce – istoty ukazujące się pod postacią młodych kobiet lub starych, brzydkich bab, ubranych

na biało, nękające ludzi, którzy nie odprawili tzw. *południcki*, czyli nakazanej zwyczajem południowej przerwy w pracy przeznaczonej na modlitwę Anioł Pański. Kryły się one w zbożu lub w krzakach, skąd wychodziły, by pracujących w polu zmuszać do wyłapywania i zabijania insektów, „których miały we włosach bardzo dużo, a wszystkie były niezmiernie wielkie”. Niejednokrotnie osoba iskająca południcę zasypiała w słońcu, co powodowało ból głowy czy udar, uważano więc, że południce *zdrowie niszczyły*. By odpędzić demona wystarczyło zawołać po imieniu napastowaną przez niego osobę (Hołda J., KLGS: 243).

Południce były niebezpieczne także dla matek, które wyszły na orne pole nie odbywszy wyvodu – symbolicznego oczyszczenia po porodzie. Przy kobiecie, która złamała ten zwyczajowy zakaz „zaraz zjawiała się południca i dokuczała. Kobieta opanowana przez ducha słabła, musiała robić wszystko, co kazała jej południca” (Hołda J., KLGS: 470). Również boginki, przybrawszy postać znajomej kumoszki, próbowały wywabić na pole nierozważną matkę, by tam „ciągnąć ją i włączyć po ziemi”, dając możliwość pozostałym demonom podmienienia pozostawionego w izbie niemowlęcia (NSSE: 105).

Pracującym w południe przy żniwach miał też szkodzić polny diabeł, o czym przypominało znane na Pogórzcu powiedzenie „Bez południe nie rób, bo diabeł się cieszy”. Uważano, że w południe na polu nie należy zostawiać powrósta bez snopka, bo ze związanego nim zboża „diabeł zmiele”, czyli ziarno zepsuje się (Bystra, Brylak M., NRR: 295). Działaniem diabła tłumaczono również wiry powietrzne i wiatry pojawiające się na polach.

Z drugiej strony orne pole miało moc ochrony przed demonami wodnymi. Uważano, że jeśli człowiekowi zaatakowanemu przez „topielca” uda się wydostać z wody

i stanąć na ornym polu (lub na piasku), będzie bezpieczny, gdyż tam demon traci moc (Lehr U., SZKLBS: 103).

U Górali Sądeckich istniało przekonanie, że w wigilię św. Wojciecha czarownice miały udawać się na pola sąsiadów, na których wypasali oni swoje krowy, by zbierać do naczynia lub pudełka rosę z odchodów. W wyniku tych zabiegów magicznych krowy przestawały się doić lub dawały mleko, które zaraz po udojeniu ścinało się (SZKLBS: 105).

**Literatura:** CG; Brylak M., NRR; DWT45; Hołda J., KLGS; LPS; NSSE; Reinfuss R., NRR; SZKLBS; Woźny A., KLGS; Woźny-Tondy-ra A., KLG; Wrębiak C., NRR; ZB.

## ROŚLINY GŁODOWE

W okresach nieurodzaju bądź na przednówku uzupełniano pożywienie wszystkimi roślinami, które nadawały się do spożycia – uprawnymi i dziko rosnącymi. Jedzono pędy i liście roślin, a nawet miąższ drzewny: sparzoną lebiodę (*komosę*), liście szczawiu i szczawika (siekano, solono i parzono), liście pokrzywy, kłącza perzu (myto, suszono i mielono na mąkę), korę lipy, brzozy, bazy leszczyny (suszono, tłuczono w stępie i mielono na mąkę chlebową). Chleb z mąki perzowej i lipowej zwano *pachanką*, a z bazy leszczyny *obaziną* (Bieśnik, Szalowa). Do pożywienia głodowego należały również: sok z lipy, sok skrzepnięty z wiśni, trześni lub śliw; liście *szczerbocu* lub macierzanki (parzono i odcedzano przed jedzeniem), koniczyna, bławatek tajowy (*scyrboc*); miód podbierany trzmielom; suszone grzyby, owoce dzikiej gruszy i jabłoni, bukiew (orzechy bukowe), orzechy laskowe, owoce leśne (borówki, jeżyny, maliny). W tych okresach niedostatku spożywano zupy (*de facto* wodę) z dodatkiem ziół,

kminku, suszonych owoców lub grzybów i zagęszczane mąką. Do pożywienia głodowego lub biedniackiego należały także potrawy mączne (placki i kluski) gotowane z mąki gorszej jakości (jęczmiennej, owsianej).

Ziemniaki na wsi polskiej rozpowszechniły się w pierwszej ćwierci XIX w., wcześniej uchodziły za warzywo głodowe, o czym może świadczyć wzmianka w kronice Starego Sącza z 1813 r.: „Ziemniaki ludzie jedli z wielkiej biedy” (MEZPL: 71). Gdy zabrakło ziemniaków, to jedzono większą ilość *karpiele* (brukwi), rzepy i kiszoną kapustę.

**Literatura:** MEZPL; Reinfuss-Janusz K., KLGS; Reinfuss-Janusz K., KLG; Wacławski A., NRR; ZB.

## SŁOMA

Słoma, czyli łodygi roślin zbożowych, strączkowych, lnu lub rzepaku po oddzieleniu ziarna lub nasion, miała wielkie znaczenie w życiu gospodarczym dawnej wsi. Określenia „słoma” używano na ogół w odniesieniu do słomy zbożowej, która posiadała liczne zastosowania. Po wymłóceniu ziarna przechowywano ją w stodołach, rzadziej na strychach.

**Gospodarowanie.** Używano jej jako paszy dla zwierząt. Rozdrobniona (posiekana) w sieczkarni (*sieczkarni*, Górale Nadpopradzcy) nosiła nazwę *sieczki*. Zwierzęta karmiono słomą przede wszystkim na końcu wypasu, zimą i na początku wypasu. Czasem mieszano ją z innymi roślinami: „Pastuch (...) zarzuca bydłu słomę jęczmienną lub żytnią, gdy ją bydło zje, daje mu po trosze sieczki zmieszanej z plewami, a następnie słomy lepszej (*trzęsionki*), tj. słomy zmieszanej z koniczem. Słomę niedojedzoną

przez bydło, którą zowią *wygryzkami* lub *wygryzinami*, zbiera pastuch skrzętnie (...) i wynosi do stodoły, dla przechowania, gdy paszy zabraknie” (ZB: 103).

Wykorzystywano słomę jako wyściółkę na podłogę w izbie, podściółkę pod zwierzęta, wypełnienie siennek i łóżek (ZB: 95). Kręcono z niej powróżta, wyrabiano łapcie (buty) i miotły, pleciono kapelusze (Górale Łąccy, Lachy). Słoma żytnia wiązana w *kicorki* (*kicórki*) lub w snopki służyła jako pokrycie dachowe chałup, budynków gospodarskich, uli. Ze względu na właściwości izolacyjne posługiwano się nią do otulania roślin na zimę, wykonywano z niej dodatkowe drzwi do stajni (ZB: 28), przykrywano kopce (z ziemniakami, burakami, karpielami, rzepą). Sieczkę słomianą dodawano do gliny na klepisko, dla lepszego jej związania.

Słoma zbożowa służyła też do przygotowania zabawek, ozdób i przebrań świątecznych. Ze słomy lnianej lub konopnej wyrabiano nici, a następnie tkano samodział.

**Wierzenia i obrzędy.** Słoma była symbolem płodności i dobrobytu, stąd jej obecność w obrzędach o charakterze vegetacyjnym i w praktykach towarzyszących momentom przejścia. Istotną rolę odgrywała szczególnie w zabiegach magii agrarnej, związanych z obchodami świąt Bożego Narodzenia. Używano jej do przygotowania bożonarodzeniowych ozdób – pająków czy łańcuchów na podłaźniczkę i choinkę. Przed Wigilią gospodarz rozsypywał słomę po boisku, aby jej było pełno w stodole przez cały rok (Woźny-Tondyra A., KLG: 83). Ciskano ją też pod stół i po kątach izby, w drugi dzień świąt kobiety zamiatały ją i wynosiły na pole w miejsce, gdzie miała rosnąć pszenica, „aby obrodziło” (Łabowa). Na Łemkowszczyźnie w dniu wigilijnym domownicy obwiązywali się powróżtami ze słomy, by zapewnić sobie zdrowie i siłę. Uważano, że podczas wieczery



dobrze jest siedzieć cały czas na powrośle, by kury i gęsi nie rozbiegały się. Po wieczerzy powrośłami ze słomy wyjętej spod stołu wigilijnego obwiązywano łyżki, „żeby rodzina była zawsze razem”. Ze słomy wyjętej ze snopa, stawianego w Wigilię w izbie, robiono powrośła, którymi po powrocie z pasterki lub w dniu św. Szczepana obwiązywano drzewa owocowe, by dobrze rodziły (powszechne). Ze słomy były zrobione stroje i akcesoria kolędników odwiedzających domy w okresie Bożego Narodzenia i Nowego Roku, ale też w czasie adwentu i podczas świąt wielkanocnych. Wykonywano z niej czapy i laski drabów noworocznych, chodzący po kolędzie mężczyźni i chłopcy okręcali się słomianymi powrośłami, słomą wypychali cholewy butów. Ze słomy i szmat robiono też podłóżnik-dziada, kukłę, którą chłopcy stawiali w czasie podłóżów (w św. Szczepana) pod oknami panien nielubianych i zarozumiałych (Górale Sądecki). Słomiane elementy były częste w strojach przebierańców, którzy pojawiali się podczas adwentowych spotkań, tzw. *weczryków* u Łemków, oraz obowiązkowe u dziadów śmigustnych – wiosennych kolędników znanych z okolic Dobrej.

W obrzędach wiosennych słoma wiązała się przede wszystkim z magią ognia. Podczas zwyczajowego święcenia pól w nocy z Niedzieli na Poniedziałek Wielkanocny garście słomy podpalano we wszystkich rogach pola obsianego żytem, gdzie zatykano gałązki z poświęconej palmy. Uważano, że dzięki temu „Pan Bóg da dobry urodzaj, piorun nie strzeli w kopę” (Obidza). Słomę dodawano też do ogni sobótkowych palonych w drugi dzień Zielonych Świąt (Lachy Sądeckie).

Podczas pokładzin młodą parę przykrywali słomą i młócili na niby cepami, co miało zapewnić szczęśliwe pożycie (Łemkowie). Długą równianą słomę żytnią dawali dziewczynkom do pierwszej kąpieli – „żeby im włosy długie rosty” (Pogórzanie). By ułatwić odejście, czło-

wieka ciężko i długo konającego układano na długiej słomie rozścielanej na klepisku. Słomę, na której chory dokonał życia, wynoszono na drogę i tam palono, zostawiając garstkę, którą wkładano pod głowę nieboszczeniowi razem ze święconymi ziołami i wiórami ze strugania trumny (Kowalska-Lewicka A., SZKLBS: 60).

Wierzono, że źdźbła słomy ze strzechy stajni czarownicy podkładały do żłobu, by odebrać mleko krowom. W wigilię św. Łucji, gdy wzmagало się działanie złych mocy i nasilała ich aktywność, dla zabezpieczenia gospodarstwa na drzwiach obejścia wieszano słomiane wianki, które miały chronić przed wszelkim złem (Kroh M., KLGs: 361). Osoba śpiąca na wznak na jęczmiennej słomie narażała się na spotkanie z istotą demoniczną znaną pod nazwą gneciuch (Górale Sądecki).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 53, Jadamwoła, nr inw. 1073; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1053.

**Literatura:** Brylak M., NRR; Brylak-Zatuska M., KLGs; Hołda J., KLGn; Kowalska-Lewicka A., SZKLBS; Kroh M., KLGs; Reinfuss-Janusz K., KLGn; Siwek A., KLGn; Śliwiński W., KLGs; Woźny A., KLGST; Woźny-Tondyra A., KLGn; ZB.

## SIANO

Siano (trawa skoszona przed dojrzaniem i wysuszona w warunkach naturalnych) jest najważniejszą paszą dla zwierząt.

**Gospodarowanie.** Siano zbierano z łąki kośnej (indywidualnej lub gromadzkiej) w gospodarstwie lub z ugorowanego pola. Czasem w obrębie zagrody wydzielano pole nieorane zwane *ogrodem*, które przeznaczano pod wzrost trawy. Pole to regularnie nawożono, dlatego koszone z niego najlepsze siano nazywane *ogrodnym sianem* (Górale Nadpopradzcy).



Sianokosy odbywały się dwa razy w roku. Pierwsze miały miejsce późną wiosną (czerwiec) lub wczesnym latem (do św. Jakuba, 25 lipca), a drugie jesienią (wrzesień, do św. Michała, 29 września). Na góralszczyźnie w pierwszej kolejności ścinano łąki kośne i trawy rosnące przy zagrodzie, a następnie na polanach śródleśnych. Po kośbie i odrośnięciu trawy łąki kośne wykorzystywano pod wypas. Po zakończeniu jesiennych sianokosów gospodarze kosili jeszcze trawę (*młacne siano*) rosnącą na podmokłych łąkach (*młakach*) (Górale Nadpopradzcy, Woźny-Tondyra A., KLG: 88).

Siano ścięte w ogrodach jesienią, tzw. potraw, oraz rosnące na południowych stokach było najlepsze. Uważano je za delikatne i odżywcze, dlatego karmiono nim cielęta i świeżo ocielone krowy i owce, czasami zaprawiając wodą z mąką (Woźny A., KLNS: 75). W regionie górskim siano zebrane na stokach północnych, gorsze, nazywano *pociepny*. Najgorsze siano zwano *psiorą*, była to ostra trawa o tej samej nazwie, ścięta z nieużytków. Zbierano również wysoką trawę rosnącą w lasach, tzw. *pożytnicę*.

Siano suszono na łące na ostrewkach. Po wysuszeniu zwożono wozami i przechowywano w stodole lub na strychu. Natomiast w terenie górskim, na stokach o dużym nachyleniu, utrudniającym zwózkę, pozostawiano je w szopie (*sopie*) na polanie, na której zimowano zwierzęta pod opieką pasterza (Górale Nadpopradzcy, Woźny-Tondyra A., KLG: 79). Siano umieszczone na powale stanowiło w okresie zimy dodatkową warstwę izolacyjną, ocieplającą pomieszczenia mieszkalne.

Zgromadzonym sianem karmiono zwierzęta po zakończeniu wypasu. Posiadanie siana w ilości niezbędnej do wykarmienia zwierząt było miarą bogactwa i gospodarności. Niedostatek siana uzupełniano gałęziami jodły lub brzozy. Wczesną wiosną, gdy zabrakło paszy

z siana, starano się ją dokupić lub rozpoczynano wczesny wypas w lesie.

**Lecznictwo.** Z zalanego gorącą wodą siana robiono parówki stosowane w leczeniu przeziębień (Kamienna, dziś Jamnica) lub nasiadówki „na krzyż”, tzw. *prochy* (do naczynia kładziono siano, na nie rozgrzaną cegłę i zalewano to wrzątkiem, Kamienica).

**Wierzenia i obrzędy.** Powszechnie wierzono, że siano (podobnie jak słoma i zboże) mogło sprowadzić dostatek, zagwarantować płodność ludzi oraz zwierząt i zapewnić urodzaj. Dlatego było ono nieodłącznym elementem wielu praktyk magicznych o charakterze rolno-hodowlanym, związanych przede wszystkim z okresem świąt Bożego Narodzenia. Przed Wigilią gospodarz rozścielał siano (i słomę) na boisku, by go było pełno w stodole przez cały rok. Kładziono je również na siedziska krzesel używanych podczas obiadu wigilijnego i na wigilijny stół pod obrus (Woźny-Tondyra A., KLG: 101). Umieszczenie siana w izbie podczas Godów tłumaczono tym, że Pan Jezus urodził się w stajni na sianie: „Na Wigilie tradycja jest dalej, że przynosi się siana trochę, takiego ładnego, nie tak dużo jak dawniej, i kładzie się pod stół – bo jak się Pan Jezus urodził, to miał żłób i drabinę, i siano musiało być, i był wół i osioł” (Łomnica, Hołda J., KLG: 510). Na wiązce siana gospodarze posiadający sad układali powrósła z żytniej słomy, przeznaczone do obwiązywania drzewek owocowych na urodzaj (Podegrodzie).

Powszechne było obdzielanie zwierząt sianem spod stołu wigilijnego (podobnie słomą ze snopa). Między konie, krowy i owce rozdzielat je zwykle gospodarz o świcie w dniu św. Szczepana („Scepan daje bydłu siano”). W Zasadnem siano dla zwierząt uformowane jak *mały chlebek*, kładziono na stole. Swoją kolędę otrzymywały także dzikie zwierzęta: „Z tego stołu w Szczepana rano to siano do stajni rozdzielił tata, krowom dał owsa, porobił



takie małe snopeczki i powynosił ptaszkom. Że to jest kolęda. Z tego snopa dla ptaszków. Do sadu, po drzewkach poprzywiązywał do gałęzi. No i siano z wilii też porozkładał dla zajęców. Że to jest kolęda dla zwierząt, że trzeba im też dać” (Kroh M., KLGS: 375).

Gdy w przeszłości w okresie Bożego Narodzenia lachowskie domy odwiedzali kolędnicy z żywym koniem, nieraz towarzyszył im dziad, który przynosił siano, „żeby koń pojadł”, starał się przy tym zarzucić nim całą izbę (ZKWP: 31). Archaiczny zwyczaj kolędowania żywych zwierząt, znany ze wsi góralskich, wiązał się z wprowadzaniem w dniu św. Szczepana do izby wołu i karmienia go sianem i chlebem (Kroh M., KLGS: 384).

Pozostawionymi na polach snopkami zabawiały się nieraz istoty demoniczne. W popularnym wątku wierzeniowym dotyczącym demonów wodnych, „topielec” miał być znany z tego, iż wychodził o miesiącku na brzeg i rozrzucał kopy siana stojące w pobliżu rzeki, siadając na nich i przymilając się do księżyca (Górale Sądeccy, NSSE: 103). Rozbijanie kop siana czy mierzwienie i rozrzućanie pokosów (też rozwiązywanie snopków zbóż) było jedną z ulubionych psot diabła polnego. W czasie sianokosów i żniw swawolił po polach i łąkach, tańcząc wokół snopków i kop (Brylak M., NRR: 295).

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060; k., ur. 1913, Kamienna (dziś część Jamnicy), nr inw. 1029; k., ur. 1934, Kamienica, nr inw. 1032. AMCKS: k., l. 82, Zasadne 2015. **Literatura:** Brylak M., NRR; Hołda J., KLG; Kroh M., KLGS; NSSE; Woźny A., KLGS; Woźny A., KLGST; Woźny-Tondyry A., KLG; ZB.

## ZBOŻA

**Uprawa.** Rośliny zbożowe zajmowały największy areal uprawny. Różnice fizjograficzne (m.in. dot. ukształtowania terenu, gleb, klimatu, układu wodnego itd.) pomiędzy terenami górskimi na południu regionu a terenami podgóorskimi na północy spowodowały zróżnicowanie w zakresie gospodarki rolniczej. Na terenie Pogórza uprawiano zboża jare i ozime, a na terenach górskich częściej jare, z powodu dłużej utrzymującej się pokrywy śnieżnej. Uprawiano wszystkie rodzaje zbóż: owies, jęczmień, żyto, pszenicę. Na terenach górskich pszenicę siano w ograniczonym zakresie, która ze względu na gleby niskiej jakości, warunki klimatyczne i krótki okres wegetacji dawała mierny plon. W górach pod uprawę wykorzystywano wyręby leśne, które obsiewano dwuletnią odmianą żyta, tzw. *krzycą* (Gródek), *szczycą* (Bielanka), *ikrzycą* (Kamienica), zazwyczaj wymieszaną z owsem. Do I wojny światowej uprawiano również proso, orkisz (odmiana pszenicy) i grykę (*tatarkę*), których udział w uprawie się zmniejszał w związku ze zmianami przyzwyczajęń żywieniowych, zmianami w gospodarowaniu i klimatu.

Uprawa ziemi odbywała się systemem trójpolowym (z ugorowaniem) jeszcze do I wojny światowej, potem stopniowo wprowadzano płodozmian. Do I wojny światowej, a często nawet dużo dłużej, dominował wysiew ręcznie: z płachty, z worka, z koszyka (*kobiałki*). Po 1945 r. zaczęły upowszechniać się mechaniczne siewniki. Do końca XIX w. w trakcie żniw używano wyłącznie sierpów wykonywanych przez kowali, w 1. poł. XX w. upowszechniły się kosy, które po II wojnie światowej stopniowo zostały wyparte przez mechaniczne kosiarki i kombajny. Zboże żęte kosą wiązano w snopki i układano w mendle lub kopki (*kucki*) aż do wysuszenia. Po wysuszeniu zwożone je do stodół, na Łemkowszczyźnie

na strychy. Do I wojny światowej młócka zboża odbywała się cepami, na boisku w stodole. Po wymłóceniu ziarno zbóż przechowywano w spichlerzach – w specjalnych przegrodach sąsiekowych, sąsiekach, sąsieczeniach, szafarniach, beczkach, leżących kłodach z wiekiem (Łemkowszczyzna).

Do mielenia zboża powszechnie używano kamiennych żaren. Od końca XIX w. zaczęto stawiać młynki poruszane siłą wiatru – małe wiatraki typu koźlak lub paltrak. We wsiach góralskich od dawna funkcjonowały młyny, usytuowane nad bystrzymi strumieniami, poruszane siłą spadku wody. Kasze przygotowywano w drewnianych stępach z drewnianym bądź częściej kamiennym stęporem.

**Pożywienie.** Potrawy zbożowe należały do podstawowego pożywienia. Najważniejszym wyrobem zbożowym był chleb. Brak chleba oznaczał nadejście biedy i okresu głodowego. Wypiekano kilka bochenków raz w tygodniu. Oprócz chleba wypiekano podpłomyki i świąteczne kołaczki. Ważnym elementem diety były kasze, pęczaki i krupy (owsiane, jęczmienne, orkiszowe, pszenne, tatarskie), które gotowano na wodzie, a następnie maszczono mlekiem, serwatką, maślanką, serem lub tłuszczem pochodzenia zwierzęcego lub roślinnego. Innym istotnym elementem codziennej i świątecznej diety były potrawy mączne, czyli wszelkiego rodzaju kluski (kłodzone, krajane, gotowane, pieczone). Robiono je najczęściej z mąki pszennej lub żytniej. Maszczono mlekiem, masłem, serwatką, serem; spożywano je z rosółem, sokiem z kiszzonej kapusty, słoniną, gotowanymi jabłkami, żurem, mieszano z grzybami lub roślinami strączkowymi. Jedzono również: knedle ze śliwkami; pierogi z serem, z kapustą kiszoną, z jabłkami lub powidłami, które maszczono olejem lnianym, słoniną, masłem lub śmietaną.

**Wierzenia i obrzędy.** Sianie zboża poprzedzano działaniami o charakterze zwyczajowym i magicznym: do zboża siewnego dodawano ziarno poświęcone w dniu św. Szczepana, Matki Boskiej Zielnej, Matki Boskiej Siewnej, podczas dożynek. U Łemków zboże przeznaczone do siewu kropiono jordańską wodą, czyli wodą święconą w rzece w święto Jordanu (19 stycznia według kalendarza gregoriańskiego). Pierwszą garść zboża siano wykonując znak krzyża, a na końcu łanu rozrzucono garść w różne strony „dla biednych, dla złodzieja”. Siew rozpoczynano w sobotę (Łemkowie), unikano czwartku (dzień samobójstwa Judasza). Łemkowie do koszyka z siewnym ziarnem przywiązywali *atys* – kawałek wielkanocnej *paski*. Uważano, że przed rozpoczęciem siewu nie można odmówić pożyczki ziarna. Podczas żniw zostawiano niezżęty kawałek zboża tzw. *wianek*, który ozdabiano wstążkami i kwiatami. Po zwiezieniu pierwszego wozu zboża nie wolno było rozmawiać, „żeby myszy nie jadły ziaren”.

Wiele praktyk magicznych i zachowań zwyczajowych dotyczących zboża wiązało się z obchodami świąt cyklu rocznego. Ziarno, kłosa i słoma, symbolizując dostatek i płodność, odgrywały szczególną rolę podczas świąt Bożego Narodzenia. Były (obok zielonej gałęzi) najważniejszym elementem wystroju izby, służyły zabiegom mającym sprowadzić pomyślność i pobudzić wegetację oraz do wróżb urodzaju. W Wigilię w kącie izby gospodarz stawiał tzw. *dziada* czyli snop zboża, zwykle żyta lub owsa. Na Łemkowszczyźnie wnoszeniu *dziada* do chałupy towarzyszył dialog między gospodarzem a gospodynią, mający sprowadzić obfitość (ŚŁ.: 50). Snop stał w izbie do św. Szczepana lub Trzech Króli, następnie ziarno i słomę dawano do zjedzenia zwierzętom, słomą okręcano drzewa owocowe, by dobrze rodziły. U Łemków *didoka* wnoszono w Nowy Rok na strych, kłosa z niego wplatano do wieńca ślubnego panny młodej.

Ziarno zbóż, najczęściej owsa, sypano na stół wigilijny, na nim układano bochenek chleba pieczonego na Wigilię. Z ilości ziaren, które przykleiły się do bochenka, wróżono o urodzaju. Ziarna wszystkich zbóż uprawianych w gospodarstwie sypano też do garnuszka, który stawiano na stole. Wkładano do niego zapaloną gromnicę, nie palono jej jednak zbyt długo, „żeby grad nie zbijał kwiatu”. Także pod stołem gospodarz stawiał garnek z owsem, po wieczery dawał ziarno kurom. Ziarno leżące na stole wigilijnym rano w dniu św. Szczepana gospodyni wysypywała kurom do obręczy z beczki, by trzymały się blisko domu, ziarno wykruszone ze snopa – rzucała ptaństwu dziakiemu (Górale Sądecki).

Przestrzegano, by podczas wieczery nie opierać się o stół, by latem zboże w polu nie zważyło się. Podobny sens miał zakaz polegiwania w ciągu dnia dotyczący gospodarzy pierwszego dnia świąt. Podczas obrzędowej kąpieli w rzece lub strumieniu, dokonywanej w Wigilię po zmroku, każdy z domowników starał się zaczerpnąć w przerębli trochę piasku z dna. Dosypywano go później do zboża siewnego, by w polu urodziło się tyle ziarna, ile woda niesie piasku i by snopy były ciężkie jak piasek (Łemkowie, Górale Nadpopradzcy). Inną wróżbą i jednocześnie zamawianiem urodzaju było tzw. stawianie kop. Po wieczery gospodarz rzucał żdźbła zbóż za tragarz w izbie, ilość kłosów wbitych za belkę oznaczała ilość kop zboża, które w przyszłym roku staną w polu. Pobudzeniu wegetacji służyło powtarzające się podczas kolędowania obsypywanie domowników i izby ziarnem oraz oracje wygłaszane przez odwiedzających domy przebierańców. Także w samych strojach i rekwizytach kolędników często wykorzystywano słomę kojarzącą się z dostatkami i płodnością. Chleb lub małe chlebki, tzw. *podłaźniki*, były zwyczajowym darem ofiarowywanym za kolędę. Niekiedy kolędników obdarowywano też ziarnem.

Zboże, będąc symbolem płodności, towarzyszyło też obrzędowości weselnej. Kłosa dodawano do różdżki weselnej. Ziarnem obsypywano na szczęście drużynę młodego opuszczającą dom kawalera na zakończenie *dobrej niczi* (Łemkowie) oraz młodych wychodzących po błogosławieństwie z domu dziewczyny, a wreszcie – z kościoła.

W ludowym folklorze zboże (szczególnie pszenica i żyto) było przedmiotem pieśni dożynkowych:

*Zerżnęliśmy zboże i leży i leży,  
wynieście nam wódki, bo się nom należy.*

(Dobra, MEZOL: 17)

czy

*Gospodarzu nasz, ładne żytko masz,  
pracowałeś w pocie czoła,  
nie leniłeś się od rana do wieczora,  
gospodarzu nasz.*

(Pogórzanie Gorliccy, Wójcik A., NRR: 274)

O warunkach pomyślnych zbiorów zboża przypominały przysłowia, m.in. „Jak Bartłomiej nie zasieje, nie pokropi ldi, to się zboża, to się żyta mało w polu widzi” (PWIPG: 7).

**Literatura:** Hołda J., KLG N; Kroh M., KLG S; MEZOL; NRR; PWIPG; ŚŁ; Woźny A., KLG S; Woźny A., KLG S T; Woźny-Tondyra A., KLG N; Wójcik A.; ZB.









# A

## ALOES (*Aloe vera*)

Aloes nazywano również *kaktusem* lub *gojnym kwiatkiem* (Łabowa, Mała Roztoka Ryterska) i uprawiano w domach jako roślinę doniczkową (Mała Roztoka Ryterska).

**Lecznictwo.** Z surowych liści aloesu przygotowywano okłady na rany. Zalecano również ich żucie jako leku „na raka” i rany wewnętrzne. Sok z aloesu uzyskiwano przez ręczne lub maszynowe wygniatanie liści (Łabowa) bądź ich mielenie (Nowy Sącz). Picie soku z aloesu wskazane było na żołądek (Łabowa), szczególnie w chorobach wrzodowych (Łabowa), na serce (Łabowa, Nowy Sącz); soku używano też do okładów na długo gojące się rany (Łabowa), skaleczenia, oparzenia; kilka kropel soku wlewano do bolącego ucha (Cieniawa). Sok z aloesu zmieszany z miodem, w proporcji 1:1, podczas choroby płuc pito trzy razy dziennie, większa ilość mogła spowodować biegunkę. Napar pito przy bólach żołądka (Ropa).

Całą roślinę, jej posiekane liście lub sok, zalewano spirytusem albo wódką. Do tak przygotowanej zawiesiny czasem dodawano miód lub niewielką ilość herbaty (2–3 łyżki) i pozostawiano do odstania w ciemnym miejscu lub ciemnym naczyniu (butelce). Jeden z przepisów zaleca, aby nalewkę przygotować z siedmioletnich liści, miodu i wódki lub spirytusu. Nalewkę pito na wrzody żołądka lub wątrobę, niezżyt, nadciśnienie, na serce. Używano do przygotowania okładów na reumatyzm, na rany, do nacierania bolących części ciała. Nalewkę uważano za szkodliwą dla kobiet w ciąży.

Innym sposobem przygotowania nalewki było moczenie liści aloesu w winie winogronowym (gronowym): trochę zmielonego aloesu, pół litra wina, miód, razem zmieszane należy odstawić w ciemne miejsce do uzyskania jednolitej konsystencji lub na dziewięć dni. Nalewkę aloesową na winie stosowano w chorobach płuc (jedna łyżka dziennie) i do leczenia „siedmiu chorób” (Łącko).

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; m., l. 89, Mała Roztoka Ryterska, nr inw. 1062; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ?, Łącko, nr inw. 1009; m., l. 77, Cieniawa, nr inw. 916; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065.

## ANGINKA (*Pelargonium*)

Potoczna nazwa *anginka* odnosi się do pelargonii pachnącej (*Pelargonium graveolens*) lub jej odmian (*Pelargonium graveolens hort.* lub *Pelargonium xgraveolens*). Znana również jako *geranium*, *anginkowiec*, *ruzyndula*, *cytrynka*. Wydziela silne olejki, które przypominają w zapachu pomarańczę (Ptaszkowa) czy cytrynę. Uprawiana jako roślina doniczkowa o właściwościach leczniczych. Stosowano ją zwłaszcza w chorobach górnych dróg oddechowych. Żucie jej liści miało łagodzić ból gardła (Biała Wyżna). Listek włożony na pewien czas do ucha pomagał na bóle i zapalenie. Napar lub liście anginki dodane do „herbaty” stosowano jako lekarstwo w stanach zapalnych i przeziębieniach.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1901, Biała Wyżna, nr inw. 972; k., ur. 1916, Ptaszkowa, nr inw. 973.

## ARCYDZIĘGIEL LITWOR (*Archangelica officinalis* Hoffm.)

Arcydzięgiel jest rośliną dziko rosnącą, charakterystyczną dla obszarów górskich. W polskich Karpatach uznawany za gatunek rodzimy. Rośnie na skałach i w miejscach wilgotnych (na podmokłych łąkach lub nad rzekami). Znany również pod nazwą *anielskiego ziela* lub *anielskich włosów* (Łabowa).

**Lecznictwo.** W lecznictwie wykorzystywano zarówno część nadziemną (łodygę, liście, kwiaty, nasiona), jak i korzeń. Napary z części zielonej i kwiatów zalecano pić jako środek uspokajający i odmładzający, a także jako lekarstwo obniżające ciśnienie krwi (Nowy Sącz). Nasiona dosypane do wódki miały powodować niechęć do spożycia alkoholu (Kąclowa). Ostrzegano przed nadużywaniem środków przygotowanych z *anielskiego ziela*, ponieważ mogło prowadzić do „pobudzania nowotworów” (Nowy Sącz). Z korzenia, ale też z części zielonych, przygotowywano litworówkę, mocną wódkę o specyficznym smaku.

**Wierzenia i obrzędy.** Arcydzięgiel dodawano do wianka plecionego na oktawę Bożego Ciała (Łabowa).

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., ur. 1900, Kąclowa, nr inw. 979; k., ur. 1908, Nowy Sącz, nr inw. 1010; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055.

## ASPARAGUS (*Asparagus setaceus*)

Asparagus, zwany również *szparagiem* (Łabowa) lub *śparagiem* (Podegrodzie), w taksonomii botanicznej nosi nazwę „szparagu pierzastego”. Upowszechnił się po II wojnie światowej, przede wszystkim u bogatszych gospodarzy. Hodowano go jako ozdobną roślinę doniczkową. Dekorowano nim gromnicę w dniu Matki Boskiej Gromnicznej (Biała Wyżna, Nowy Sącz, Łącko, Łabowa, Kamienica), święconkę (Biała Wyżna, Nowy Sącz) i palmę wielkocną (Łabowa).

**Wierzenia i obrzędy.** W obrzędowości rodzinnej asparagus był powszechnie wykorzystywany jako zielona roślina ozdobna, zwykle zamiennie z mirtem i bukszpanem. Gałązkami asparagusa przystrajano poduszeczkę, na której niesiono dziecko do chrztu. Były ozdobą stroju dziewczynek przystępujących do pierwszej komunii – pleciono z nich wianki na głowę i szarfy przepasujące białe sukienki. Przy okazji

wesela *śparagiem* ozdabiano bukiety pana młodego i drużbów oraz wianek dla panny młodej. U Lachów gospodarze hodujący gołębie wierzyli, że dzięki listkowi urwanemu z wianka i wsadzonemu do gołę-



nika, ptaki będą się darzyły: „Cekały, żeby pani młodo wionek położyła, żeby urwać kwiatecky jakiego listeczka, o północy, przed oczepinami trzeba było zwracać uwagę, żeby to dopaść, żeby uszczypnąć ziela” (WP: 40). Podczas błogosławieństwa młodych przez rodziców, odbywającego się zwykle w domu dziewczyny tuż przed wyjazdem do kościoła, gałązki asparagusu służyły jako kropidło (Lachy). Asparagusem strojono trumnę, szczególnie w przypadku pogrzebu osób młodych.

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., l. 89, Mała Roztoka Ryterska, nr inw. 1062; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 80, Biała Wyżna, nr inw. 921; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052. **Literatura:** Hołda J., KLG N; Kroh M., KLGS; WP.

# B

## BABKA

babka lancetowata, babka wąskolistna, *babka wąska* (Łącko), babka długolistna (*Plantago lanceolata* L.), babka zwyczajna, babka szerokolistna (*Plantago maior* L.)

**Lecznictwo.** Babka lancetowata należała do najczęściej zbieranych i wykorzystywanych w lecznictwie roślin dziko rosnących. Babką nazywano również odmianę babki szerokolistnej, która miała podobne właściwości i którą również stosowano w lecznictwie.

Liście babki były podstawowym, łatwo dostępnym środkiem na skaleczenia, szczególnie na „urznięcie”. Przyłożone do rany tamowały krwawienie, łagodziły ból i przyspieszały gojenie. Ranę można było dodatkowo przewiązać szmatką i obłożyć pajęczyną. Najczęściej stosowano okłady ze świeżych liści lub wyciśniętego z nich soku (powszechne). Pomagały w stanach zapalnych skóry, na trudno gojące się rany (Cieniawa, Krużłowa Wyżna, Stróże, Mszalnica), na opuchnięcia, były skuteczne także na ukąszenia owadów (Nowy Sącz) oraz na odparzenia między palcami rąk i stóp (Ptaszkowa), na owrzodzenia (Szczawa). Listki babki miały „wyciągać ropę” i „ściągać nieczystości” (Biała Wyżna), przykładano je więc do ran, które się „obierają” i „ślinią”, niekiedy łącząc liście z kwaśną śmietaną. Okłady z liści babki zalecano też jako sposób na „ściągnięcie gorączki”. Odwar z todyg i ziaren babki był lekiem na biegunkę u dzieci (ZB).

Napar z liści babki stosowano na wątrobę (trzy razy dziennie mniej niż szklanę). Sok z babki, zmieszany

z mlekiem i tłuszczem, używano do nacierania w chorobach płuc (Ropa), oskrzeli, podczas przeziębień lub przy astmie. Znano właściwości wykrztuśne babki. Na kaszel zalecano picie naparu w niewielkich ilościach (łyżka dziennie).

**Wierzenia i zwyczaje.** Babka należała do ziół zbieranych w wigilię św. Jana (Podegrodzie).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 42, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; k., l. 46, Zasadne, nr inw. 1064; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; k., l. 65, Ropa, nr inw. 912; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 60, Cieniawa, nr inw. 915; k., l. 80, Siołkowa, nr inw. 941; k., l. 89, Ropa, nr inw. 946; k., l. 81, Ptaszkowa, nr inw. 962; k., l. 78, Biała Wyżna, nr inw. 957; k., ur. ok. 1934, Zasadne, nr inw. 1027; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054. AGOKP: k., ur. 1923, Podegrodzie 2001. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; ZB.

## BARWINEK (*Vinca minor* L.)

Barwinek uprawiano w ogródkach przydomowych, sadzono przy kapliczkach i na grobach.

**Lecznictwo.** Zieloną, nadziemną część rośliny dodawano do kąpieli dla dzieci, co miało rozszerzać naczynia krwionośne i działać wzmacniająco (Ropa). Odwar z barwinku pito jako środek przeciw cholerze. Jednak, podobnie jak w całych Karpatach, roślina była wykorzystywana przede wszystkim do leczenia gościca i usuwania tworzącego się podczas choroby kołtuna. Na Pogórze przy ataku gościca stosowano wino, w którym moczono barwinek. Tak przygotowanym medykamentem nasączano szmatkę i przykładano ją na bolące miejsce. Resztę płynu spożywano, niekiedy przepijając do „pana gościca” (Pogórze).

Także Górale Nadpopradzcy jako lek zalecali wino z dodatkiem barwinku i rozmarynu, stosowane w ściśle określony sposób: „Biere sie 9 wirsków (czubeczków) rozmarynu i 9 barwinku – zrywa sie tak, coby na polu nie było jednej chmurki i wiatru. Następnie rośliny moczy się przez 9 dni we flasce z winem, po tym czasie chory powinien pić nalewkę 3 razy dziennie po jednej łyżce stołowej albo ciapkać na głowę. Jak odrośnie [kołtun] – ostrzyc, jak cicho i pogodnie, i spalić tak, coby dymu nie zacząć od tego” (Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG: 478). Wino z barwinkiem moczonym przez 9 dni zalecał cierpiącym na kołtun również znany baba z Lubomierza w Gorcach – czarownik Bulanda (CG: 18).

**Wierzenia i obrzędy.** Barwinek jako roślina zimozielona, rosnąca w wilgoci i półmroku, w wierzeniach ludowych z jednej strony był kojarzony z siłami witalnymi, z drugiej – ze sferą śmierci oraz momentami granicznymi. Dlatego gałązki barwinku odgrywały ważną rolę w zwyczajach związanych z symbolicznym odradzaniem życia i wegetacją oraz w rodzinnych obrzędach przejścia (CG: 18). Barwinek, obok gałązek wierzby, bluszczu leśnego, jedliny i bukszpanu, był jednym z ważniejszych składników palmy wielkanocnej. Przygotowywano z niego wianki święcone w tzw. „czwartek wiankowy” zamykający oktawę Bożego Ciała. Dodawano go także do wieńców, którymi w Dni Krzyżowe (poniedziałek, wtorek i środa przed Wniebowstąpieniem Pańskim) przystrajano krzyże stojące na polach (Kroh M., KLG: 400). Barwinkiem obsadzano mogiły, używano go do dekorowania grobów na dzień Wszystkich Świętych. Zielone listeczki barwinku służyły do przygotowania wianka panny młodej, zakładanego do ślubu oraz bukietów noszonych przez uczestników wesela (powszechne). Na Łemkowszczyźnie barwinkiem przystrajano różgę weselną, sporządzoną z sosnowego rogała.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1889, Ropa, nr inw. 946; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 43, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053. **Literatura:** CG; Kroh M., KLG; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; ŚŁ; WP.

## BEZ CZARNY (*Sambucus nigra* L.)

Zwany też bzem dzikim, bzem polnym, w gwarze łemkowskiej *habzq*. Popularny krzew rosnący na miedzach, w zaroślach, często w zagrodach przy stajniach czy stodołach.

Kwiaty czarnego bzu zbierano w czerwcu i lipcu, a owoce we wrześniu i październiku (Nowy Sącz). „Baldachimy” kwiatów suszono pojedynczo na strychu bez dostępu słońca (Łabowa), ze świeżych robiono soki, syropy i nalewki. Sok uzyskiwano również z owoców, zasypując je cukrem, nawet na dwa miesiące (Biała Wyżna). Owoce mogły być też dodatkiem do ciast (Zasadne).

Z drewna czarnego bzu robiono proste piszczałki pasterskie oraz *wrascoki* – piszczałki wydające wrzaskliwy dźwięk, w których strumień powietrza wprawiał w ruch drgający pojedynczy stroik z drewna jaworowego. Instrument nazywany był też „klarnetem” lub „fujarko-klarnetem”. Do gry używano też listków bzu (Kurzeja M., KLG: 600).

**Lecznictwo.** W lecznictwie wykorzystywano kwiaty, owoce i nasiona czarnego bzu, świeże lub suszone, podawane w postaci naparów, wywarów, soków i syropów. Przypisywano mu działanie wzmacniające, ceniono za dużą zawartość witamin.

Sok przyjmowano profilaktycznie w okresach zachorowań na grypę (Nowy Sącz), pito go podczas przeziębienia (Cieniawa, Krużłowa Wyżna) i by złagodzić kaszel (Łabowa). Dolany do herbaty stosowano na ból gardła (Biała Wyżna) i jako napój rozgrzewający (Łącko). Miał pomagać też na bolące stawy (Roztoka Ryterska). Uważano, że pity w nadmiarze szkodzi na serce (Roztoka Ryterska). Syrop z owoców zasypanych cukrem i zalanych wodą dodawano po 2 lub 3 łyżeczki do herbaty, trzy razy na dzień przed posiłkami jako lek na astmę, na serce, przy chorej wątrobie i na pobudzenie apetytu (Ropa, Stara Wieś).

Napar z kwiatów stosowano przy astmie (Łabowa), na kaszel i przeziębienie (Nowy Sącz, Łabowa), na reumatyzm (Szczawa), przy dolegliwościach wątroby (Stróże), a pity dwa razy dziennie przed posiłkiem – na wrzody (Florynka). Napar z kwiatów zebranych w czerwcu zalecano pić przy chorych oskrzelach (Nowy Sącz). Znano moczopędne i napotne właściwości wywaru z kwiatów (Szczawa, Ropa, Florynka, Stara Wieś, Mszalnica). Z wywaru przygotowywano okłady, które uważano za dobroczynne dla cery (Stara Wieś). Przy przeziębieniach stosowało się też okłady z gęstej zawiesiny z gotowanych kwiatów (Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG: 475). Parówkami z kwiatów leczono zatoki: suszone kwiaty wkładano do woreczka, kładziono na czoło i nachylano się nad gorącą wodą (Roztoka Ryterska). Wywar z bzu i kory tarniny polecano trzymać w ustach w razie bólu zębów (Pogórzanie).

**Wierzenia i obrzędy.** W tradycyjnej kulturze chłopskiej czarny bez z jednej strony otaczany był opieką, z drugiej uważany za zły i niebezpieczny jako siedziba diabła. Przestrzegano przed wycinaniem i kaleczeniem drzewa i zalecano, by go unikać (Łemkowie). Uważano, że jego ścięcie przynosi nieszczęście. Gdy trzeba było drzewo wyciąć wynajmowano do tego ludzi upośledzo-

nych umysłowo lub kaleki (Leszczyny, Reinfuss R., NRR: 115). Z pni dzikiego bzu chłopcy przygotowywali długie wiercone i wypalane sikawki, używane w Lany Poniedziałek. Gałązki bzu dodawano niekiedy do bukietów na Matki Boskiej Zielnej (Górale Sądecy).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., ur. ok. 1934, Zasadne, nr inw. 1027; k., ur. 1933, Łącko, nr inw. 1019; m., ur. 1903, Nowy Sącz, nr inw. 1023; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; k., l. 71, Ropa, nr inw. 920; m., ?, Florynka, nr inw. 911; k., l. 75, Stróże, nr inw. 931; k., l. 77, Stara Wieś, nr inw. 917; k., ?, Nowy Sącz, nr inw. 1014; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 60, Cieniawa, nr inw. 915; m., l. 77, Cieniawa, nr inw. 916; k., ur. 1929, Łącko, nr inw. 1012; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., ur. 1937, Roztoka Ryterska, nr inw. 995; k., l. 42, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; k., ur. 1937, Roztoka Ryterska, nr inw. 995. **Literatura:** Kurzeja M., KLG; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Reinfuss R., NRR.

## BIEDRZENIEC (*Pimpinella L.*)

Roślina zawierająca olejki o silnym zapachu. Powszechnie stosowana jako lekarstwo podczas cholery. Jej noszenie lub picie wywaru z niej miało chronić przed zarazą i morowym powietrzem. Jako środek przeciw cholerze stosowano też gorące okłady na brzuch.

Według podań (Górale Sądecy) o jej skuteczności ludzie dowiedzieli się od samych „tańczących śmierci”. Najlepsze miały być zioła zbierane na *tyrlicach* (nieużytkach nad rzeką lub na ugorach): „Ktoś podpatrzył, jak śmierci tańcowały na polanie i śpiewały do tańca, że kto będzie nosił biedrzeniec z tyrlic, temu w chorobie nie będzie nic. Jak podstuchali tę piosenkę, zaczęli zbierać na tyrlicach

biedrzeniec i nosili go w woreczkach na piersiach i choć taki człowiek zapadł na cholere, to nie umarł. Przez to cholera z wolna wygasała” (Tylkowa D., SZKLBS: 39).



Mawiano też: „Nie pocieraj sola solam, bo to grzek, ale zazywaj biedrzeńca, dziegleńca, nie będzie ci nic!” (CWG: 65).

**Literatura:** CG; CWG; Hołda J., KLGS; Tylkowa D., SZKLBS.

## BŁAWATEK (*Centaurea cyanus* L.)

Bławatek, zwany także *bławatem* (Łącko) lub *chabrem*, w taksonomii botanicznej noszący nazwę bławatek chaber, jest pospolicie występującym chwastem polnym z rodzaju chabrów.

**Lecznictwo.** Ze świeżych bądź suszonych liści i kwiatów przygotowywano napary, które pito przy przeziębieniu (Roztoka Ryterska), chorych nerkach (Łącko) i na „oczyszczenie krwi” (Ptaszkowa). Z naparu robiono okłady na oczy (Łabowa) i skórę twarzy (Roztoka Ryterska).

**Weterynaria.** Poświęconym bławatkami zalecano okadzać bydło, jeśli podejrzewano, że „dostało uroków”. Jeśli roślina nie pomogła, konieczne było odczynianie: „Jak bławat nie pomoże, to odmawiają paciorek trzy razy »Ojcie nasz« i trzy »Zdrowaś«. Jak się zmówi jeden raz »Ojcie nasz« to odmawiają modlitwę: jeden cię urzekł, trzech cię uzdrowia, Bóg Ojciec, Syn Boży i Duch Święty” (KWP: 105).

**Wierzenia i obrzędy.** Bławatek stanowił element wianków i bukietów plecionych na oktawę Bożego Ciała (Jadamwola, Biała Wyżna, Nowy Sącz), Matki Boskiej Zielnej (Łącko, Piątkowa), dzień św. Jana (Kamienica). Na Łemkowszczyźnie chaber łąkowy znany był pod nazwą *mocne ziele*. Opasywano się nim w dzień św. Jana, by mieć dużo sił, a przy pracy nie czuć łamania w krzyżach.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1929, Łącko, nr inw. 1012; k., ur. 1937, Roztoka Ryterska, nr inw. 995; k., ur. 1931, Ptaszkowa, nr inw. 960; k., ur. 1920, Ptaszkowa, nr inw. 975; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1045; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; k., l. 67, Piątkowa, nr inw. 1056. **Literatura:** OKWP; ŚŁ.

## BORÓWKA CZARNA (*Vaccinium myrtillus*)

Borówkę czarną znano również pod nazwami: czarna jagoda, jagoda, borówka czernica (Łabowa), *cyrnica* (Pogórzanie).

Zbiór i sprzedaż owoców borówki czarnej na targach i jarmarkach, a później także w skupach ziół, grzybów i owoców leśnych, przynosiły ważny dodatkowy, sezonowo osiągnąć dochód, a dla dzieci były dostępnym sposobem zarobienia pieniędzy. Zbierano je głównie na polanach leśnych, bez użycia narzędzi lub za pomocą drewnianych, czasem też blaszanych grabek. Zajmowały się tym przede wszystkim kobiety i dzieci. W lasach „pańskich” i państwowych zbiór był zakazany lub odbywał się za zgodą właściciela gruntu leśnego. Trudności z uzyskaniem zgody powodowały, że „chodzono na jagody” w odleglejsze rejony, a także na słowacką stronę Popradu. Większość borówek sprzedawano w miejscach skupu (np. Zalesie, Limanowa, Szczawa, Koszarki, Kamienica, Zasadne, Rytró, Łomnica, Piwniczna-Zdrój), na targach w Nowym Sączu, Piwnicznej, Starym Sączu, nauczycielom i urzędnikom, letnikom wypoczywającym w dolinie Popradu, do domów wczasowych lub w lodziarniach, np. u Reichertów w Piwnicznej.

**Pożywienie.** Niewielkie ilości niesprzedanych owoców stanowiły ważne uzupełnienie codziennego pożywienia. W okresie ich zbioru, wykorzystywano je świeże w przygotowaniu codziennych posiłków lub lecznictwie. Podstawowym sposobem konserwacji było suszenie owoców i liści na słońcu.

Świeże borówki spożywano jako samodzielne danie, czasem z dodatkiem cukru. Jagody rozcierano na

kromce chleba i posypywano cukrem. Używano ich jako farsz pierogowy, okrasę makaronów lub klusek. W zimie z suszu gotowano polewki, parzono „herbatę”, używano jako dodatek do klusek. Na zimę robiono zapas borówek w postaci suszu, marmolad, powideł, soków. Od drugiej połowy XX w. borówki posypane cukrem wekowano i pasteryzowano w słoikach.

**Lecznictwo.** Używano świeżych bądź suszonych owoców. Przygotowywano z nich napar lub sok (przez zasypianie cukrem na ok. dwa miesiące). We wszystkich formach podawano borówki dzieciom i dorosłym jako lek przeciw bieguncce, zatwardzeniom („na przeczyszczenie”, „na zatrzymanie”) i na wszelkie inne dolegliwości żołądkowe („na wątrobę”, „na przemianę materii”, zatrucia). W tym samym celu dodawano świeże lub suszone owoce do herbaty. Konfitury z borówek (Stara Wieś) i napar z suszonych owoców podawano przeciw przeziębieniu. Napar z liści traktowano jako napój o właściwościach wzmacniających, pity na wszelkie dolegliwości, „do dowolnego stosowania”, a także przy cukrzycy.

**Wierzenia i obrzędy.** Gałązki borówki wkładano do koszyka ze święconką na Wielkanoc (Górale Nadpopradzcy). Dodawano je do palmy wielkanocnej i wianka plecionego na oktawę Bożego Ciała. Wierzono, że kobiety, które w minionym roku straciły dziecko, do dnia Matki Boskiej Jagodnej (święto Nawiedzenia Najświętszej Maryi Panny obchodzone 2 lipca) powinny powstrzymać się przed jedzeniem jagód, a ich wyrzeczenie i modlitwa do Maryi zapewnią im w przyszłości szczęśliwe macierzyństwo (ZOTP: 116). Uważano, że „jak kobieta poroni dziecko, to Matka Boska dzieli dzieci jagódkami. A jakby matka zjadła pierwszą jagodę, którą uwidzi, to jej zmarłe dziecko nie ma już jagódki. Dlatego nie wolno matce, której dziecko zmarło, zrywać pierwszej jagody” (Łomnica, Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG: 468).



W ludowym folklorze jagoda była kojarzona z urodą i zdrowiem:

*Nie płac Maryś, nie płac,  
Nie bierę cie smarkac.  
Biere cie uroda,  
Jasiek jak jagoda.*

(FGIPZS: 235)

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., l. 45, Promienna, dziś Piątkowa, nr inw. 1061; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., ?, Florynka, nr inw. 909; k., l. 48, Florynka, nr inw. 914; k., l. 60, Cieniawa, nr inw. 915; k., l. 71, Ropa, nr inw. 920. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Reinfuss-Janusz K., KLG; Reinfuss-Janusz K., KLG; Strauchmann E., KLG.

## BÓB (*Vicia faba* L.)

Bób był jedną z ważniejszych uprawnych roślin strączkowych. Uprawiano go w przydomowych ogródkach lub między ziemniakami, w środku zagonu. Na Pogórzu najchętniej sadzono bób zwany *kaczym pyskiem*. Na zimę robiono zapasy z ziaren suszonego bobu, a także suszono całą roślinę: rozściełano go w rzędach do wysuszenia, następnie wiązano w snopy i przechowywano w stodole (Pogórzanie). Wysuszone ziarna przechowywano w przewiewnych workach.

**Pożywienie.** Bób stanowił ważny składnik codziennego pożywienia o każdej porze dnia. W czasach niedostatków lub głodu zastępował ziemniaki. Wykorzystywany był świeży (w okresie zbioru) lub suszony. Powszechnym sposobem przygotowania dania z bobu było gotowa-

nie w wodzie lub w serwatce. Przed ugotowaniem należało go namoczyć w wodzie. Jedzono go na zimno bądź na ciepło. Gotowany – jako samodzielne danie, a także z żurem żytnim, barszczem czerwonym, zupami jarzynowymi, z pęczakiem (grubą kaszą jęczmienną), zalewano mlekiem, maszczono skwarkami, tłuszczem zwierzęcym lub roślinnym, śmietaną lub masłem. Rzadziej używano bobu jako dodatek do rosółu. Żur z grzybami i bobem podawano podczas wieczerzy wigilijnej (Górale Sądecki).

**Wierzenia i obrzędy.** W dniu wigilijnym wodą, w której gotowano bób, obmywano twarz, by uchronić się przed krostami. Na Pogórzu unikano podawania na wieczerzę bobu i okrągłego grochu. Jak mówiono, ich gotowanie w tym dniu powodowało, że bydło w lecie gzi się i ucieka z pastwiska. Ziarna bobu sypano, razem z ziarnami zbóż, na stół wigilijny, by roślina dobrze plonowała i nigdy nie brakło jej w domu. Obfite plony bobu były przedmiotem życzeń składanych przez kolędników. Odwiedzając domy w Nowy Rok, skandowali oni m.in.: „Na szczęście, na zdrowie, na ten nowy rok, żeby się darzyła kapusta i groch. Ziemniaki jak pniaki, bób jak chodaki i proso”. Wierzono, że kto sadi bób, ten nie powinien ani jednego ziarna zjeść w polu, bo bób będzie *chrobacny* – robaczywy (Pogórzanie).

Bób mógł być przedmiotem ludowych przyśpiewek:

*Nie płac Kasiu, nie płac,  
nie będziesz mieć głodu,  
jest tom u Jasiońka  
pełno góra bobu.*

(Podegrodzie, PLLP: 94)

**Literatura:** Hołda J., KLG; Kroh M., KLG; PLLP; ŚBNUGP; Woźny A., KLG; Woźny-Tondyra A., KLG; Wrębiak C., NRR; ZB.

## BRATEK (*Viola tricolor*)

Bratek to pospolita roślina dziko rosnąca na polach i łąkach. Przede wszystkim zbierano kwiaty, które wykorzystywano świeże lub suszone (Reinfuss-Janusz K., KLG: 122). W lecznictwie stosowano do picia napar z kwiatów „na przemianę materii”, czyli jako środek wspomagający układ trawienny (Łabowa, Biała Wyżna, Nowy Sącz, Roztoka Ryterska, Łącko) i jako środek polepszający wygląd cery i włosów (Łabowa, Binczarowa, Piątkowa, Łącko). W Zasadnem bratki „warzono dziecku, co ssie pierś – to chrosty [z piersi – red.] znikają”. Bratki dodawano do wianka plecionego na dzień św. Jana (Kamienica).



Bratki wykorzystywano jako motyw zdobniczy w realistycznych kompozycjach kwiatowych, wyszywanych niciami lub koralikami na gorsetach modnych w regionie Górali Sądeckich w okresie II RP (Brylak-Załuska M., KLG: 315).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ?, Binczarowa, nr inw. 952; k., ur. 1918, Biała Wyżna, nr inw. 958; k., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 998; k., ur. ok. 1894, Roztoka Ryterska, nr inw. 1041; k., ur. 1914, Piątkowa, nr inw. 1011; k., ur. 1929, Łącko, nr inw. 1012; k., ur. 1900, Zasadne, nr inw. 1039; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060. **Literatura:** Reinfuss-Janusz K., KLG; Brylak-Załuska M., KLG.

## BRUKIEW, karpień (*Brassica napus* L.)

**Uprawa.** Brukiew należy do roślin okopowych, najczęściej nazywano ją *karpielem*, *korpielem* lub *karpiołkiem* (Pogórzanie, Lachy Sądeckie, Górale Sądecy). Przed upowszechnieniem się ziemniaków stanowiła jedną z najważniejszych roślin spożywanych przez ludzi i zwierzęta. Ze względu na niskie wymagania glebowe i klimatyczne była w trudnych górskich warunkach rośliną łatwą w uprawie (Woźny-Tondyra A., KLG: 79; Woźny A., KLG: 79). Korzenie karpieci przed wsadzeniem w ziemię maczano w gnojówce, sadzono je na kłęczkach, robiąc dołki palcami, a korzeń objając o ziemię i uderzając po trzy razy pięścią (Pogórzanie). Dla ochrony przed *chrobakami* i chorobami między karpieci sadzono pokrzywę, a przed motylami – konopie. Po zbiorze brukiew przechowywano w piwnicy lub kopcu. Karpieci oskrobane suszono i trzymano na strychu.

**Hodowla.** Korzeniami karpieci, zwłaszcza zimą, karmiono kury i owce, natomiast nać dodawano do paszy dla bydła.



Z kiszonych liści karpielei (wraz z liśćmi kapusty i buraków) przygotowywano dla bydła *kiszonkę*, stanowiącą ważne uzupełnienie paszy zimowej (Woźny A., KLGST: 128; Woźny-Tondyra A., KLGN: 96).

**Pożywienie.** Karpiele i potrawy z nich przygotowane uważano za postne lub biedniackie. W okresach głodu lub niedostatku zastępowano nimi ziemniaki. Podawano je gotowane w wodzie lub mleku, pieczone na blasze lub w popiele. Gotowane jedzono zalane mlekiem lub polewkami. Z rozdrobnionych karpielei z dodatkiem marchwi, ziemniaków lub fasoli gotowano zupę *karpie-lankę*. Krojone w kostkę gotowano w wodzie lub z mięsem baranim, a następnie zagęszczano zasmażką z mąki pszennej (Reinfuss-Janusz K., KLGN: 435–436). Karpiele suszone lub pieczone w ognisku uchodziły za przysmak dla dzieci (ZB). Potrawy z karpielei spożywano również podczas Wigilii Bożego Narodzenia (zupę karpie-lową i karpiele w plastrach).

Współcześnie brukiew uprawia się w nielicznych przydomowych ogródkach. Potrawy z nich przygotowane podawane są jako atrakcja kulinarna w trakcie imprez folklorystycznych. Zupę *karpie-lankę* w 2018 r. wpisano na Listę Produktów Tradycyjnych (Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi).

**Wierzenia i obrzędy.** Karpiele zawinięte w papierki wieszano na choince. Ich korzenie nadawały się także do wycinania postaci zwierząt do szopki kukiełkowej (Podegrodzie). Obfitość zbiorów brukwi łączono w przeszłości z odwiedzinami drabów noworocznych i wygłaszanymi przez nich oracjami:

*Tu szczęście będzie,  
gdzie drob przybędzie,  
krowa sie ocieli,  
Dziywka za mąż wyjdzie.  
Dawniej droby chodziły,  
korpiele się rodziły.  
Teraz droby nie chodzą,  
Korpiele się nie rodzą.*

(Pogórzanie, Wójcik A., NRR: 266)

Pieczęcią z karpielea legitymował się jeden ze starostów, jeśli orszak weselny w drodze z kościoła został zatrzymany przez wartę, czyli bramę (Żmiąca, ŻWPL: 125).

Karpiele pojawiał się też w weselnych przyspiewkach:

*Wesele, wesele, pon młody w kościele,  
poni młodo w domu, gotuje korpiele.*

(Stronie, PLLP: 169)

**Materiał źródłowy:** AGOKP: k., ur. 1924, Rogi 2017. **Literatura:** PLLP; Reinfuss-Janusz K., KLGN; Woźny A., KLGST; Woźny-Tondyra A., KLGN; Wójcik A., NRR; ŻWPL.

## BRZOZA (*Betula L.*)

Brzozę uważano za drzewo o działaniu i właściwościach dobroczynnych, mające zdrowe soki, dlatego sadzono ją w pobliżu domu. Liście brzozy, zebrane wczesną wiosną, sprzedawano w skupach ziół i owoców leśnych, co stanowiło dodatkowy, sezonowy dochód do lat 60. XX w. (Strauchmann E., KLGs: 110).

Podczas zimy do paszy dla owiec dodawano suszone, młode gałęzie brzeziny, co miało chronić zwierzęta przed motylicą (Woźny A., KLGsT: 132). *Spróchninę* spod brzozy podawano do zjedzenia krowie po ocieleniu.

Łemkowie Gorliccy z pniaków i kory brzożowej (i z sosny) wyrabiali maź do kół drewnianych wozów i dziegieć o szerokim zastosowaniu w lecznictwie i weterynarii ludowej. Kołodzieje z drewna brzożowego wytwarzali różne części wozu, jak *głowy* (piasty), *zwona* (części tworzące drewnianą obręcz kół), nasady na tylnych osiach, *podkółki* (krzyżowe drążki, na których wspierają się kłonice), *kunice* (kłonice), *kołowroty* (zakładany na nasadach przednich kół czworogranny kawał drewna z *kunicami*), w wozie zaprzęganym w woły – *witkę* z gałęzi brzożowej (obrączkę skręcaną, wcześniej zaparzoną w gorącej wodzie lub ogniem) do umocowania jarzma na końcu dyszla. Podobnie z brzozy robili różne części sań (Pogórzanie). Brzezina powszechnie służyła do wyrobu mioteł, które sprzedawano na targach. Woda z gotowanej kory brzożowej służyła jako biały barwnik tkanin.

**Lecznictwo.** Istniało przekonanie, że przebywanie w pobliżu brzozy ma korzystne działanie, dlatego polecano siadać pod nią, co miało wpływać kojąco na człowieka.

Sok z brzozy spuszczano z gałęzi lub pnia wczesną wiosną. Uważano go za szczególnie wartościowy, mający właściwości lecznicze o bardzo zróżnicowanym zastosowaniu, leczący wszelkie dolegliwości („dobry na wszystko”). Zwłaszcza zalecano pić go w leczeniu kaszlu i smarować miejsca dotknięte bólami reumatycznymi. Wcieranie soku w skórę głowy wpływało pozytywnie na cebulki włosów, wzmacniało je, a u mężczyzn zapobiegało łysieniu. Jego picie poprawiało wygląd skóry i włosów.

Napar przygotowywano z suszonych liści brzeziny. „Herbatkę” uważano za skuteczny lek przeciwko bólom pęcherza i żołądka. Zalecano pić ją przy wzdęciach. Uważano też, że ma działanie moczopędne, dlatego pito ją w chorobach nerek (najlepiej na czczo). Za szczególnie skuteczny przy bólach pęcherza i nerek uważany był wywar z liści brzozy zabranej z oktarza stawianego na Boże Ciało. Napar z liści brzozy stosowano również zewnątrz. Wcierano go w miejsca dotknięte bólami reumatycznymi. Stosowano jako płukanki wzmacniające włosy. Wywar z kory brzożowej obniżał temperaturę ciała.

Świeże liście brzożowe służyły do przygotowania okładów łagodzących bóle głowy, stawów („liście młodych brzózek zrywa się i okłada stawy, a następnie owija szmatą”). Właściwości lecznicze miało spanie na liściach i gałęziach brzozy w przypadku bólu stawów i korzonków, na opuchlinę nóg polecano wkładać liście do pończoch.

**Wierzenia i obrzędy.** W trakcie pierwszego, wiosennego wypędzania bydła na pastwisko „pastuch przygotowywał sobie witkę do poganiania krów – w gałązkę brzożową wplatał trochę święconej palmy wielkanocnej, witką tą wytłukł krowy, żeby się dobrze pasły”. U Łachów Sądeckich kij brzożowy mógł posłużyć jako trzon palmy wielkanocnej, także z gałązek brzozy, połączonych z wierzbowymi, wykonywano niewielkie palmy.

Świeża zielona brzoza w tradycji ludowej była ważnym atrybutem obrzędów kończących cykl świąt wiosennych, a więc przypadających w czasie bujnego rozkwitu przyrody. Powszechny był zwyczaj majenia domów brzezina z okazji Zielonych Świąt. Gałązki zatykano wokół drzwi i okien domów. Czasem przybijano je też na stodole, spichlerzu i stajni oraz furtce. Zdarzało się, że po obu stronach drzwi domostwa wbijano dwa niewielkie drzewka. Strojono także przydrożne kapliczki, gałązki zatykano za święte obrazy wiszące w izbie. Niektórzy uważali, że na Zielone Świąta domy można mieć wyłącznie brzezina, inne rośliny, szczególnie osika, mogłyby sprowadzić nieszczęście (Kroh M., KLGS: 401). Gałęzie ściągano zwykle po kilku dniach, po oktawie Bożego Ciała lub w wigilię św. Jana (23 czerwca). Jeśli wcześniej same odpadły, należało je spalić. Zielonoświątkowe gałęzie przechowywano w domu na wypadek burzy lub zatykano w grządki dla ochrony przed żywiołami i dla zapewnienia urodzaju. W Łącku uważano, że „groch nie chce iść na inną gałąź, tylko na brzoźkę”. U Górali Sądeckich i Lachów w Zielone Świątki, przy okazji palenia ognisk, chłopcy zapalali stare brzozowe miotły *skrobaki*, zebrane z całej wsi. Z płonącymi biegali po polach lub rozchodzili się po miedzach i podrzucali je wysoko w górę (Kwaśniewicz K., SZKLBS: 23). Miało to zapewnić urodzaj, a według nowszej interpretacji, symbolizowało ogniste języki Ducha Świętego zesłane na apostołów (TLP: 81). Zieloną brzezina przystrajano ołtarze przygotowywane na Boże Ciało, a po procesji gałązki obłamywano, by zabrać do domu. Służyły do zabiegów ochronnych i związanych z wegetacją. Wbijano się je w pole kapusty, dla ochrony od gradu lub burzy i by zapewnić urodzaj, mocowało w rogach domu po zewnętrznej stronie lub przechowywało w domu „nad szafą lub obok świętego obrazu”. Gdy zbliżała się burza, gałązki należało spalić w piecu lub położyć obok zapalanej gromnicy. W cza-

sie gradobicia paliło się je na łopacie do chleba i „wystawiało na podwórze, aby grad przestał padać”. Przed uderzeniami pioruna miała chronić brzezina z ołtarza położona na strychu, w spichlerzu czy stodole.



U Górali Nadpopradzkich w Środę Popielcową domy odwiedzał mężczyzna z brzozową miotłą. Zamiatął nią dokładnie izbę, by „wymieść zapust”, wprowadzając

domowników w nowy porządek obrzędowy (Hołda J., KLG: 530).

Według powszechnych na Sądecczyźnie wierzeń, brzoza różga była potrzebna, by odzyskać dziecko podmienione przez boginki – złośliwe istoty demoniczne szkodzące położnicom i niechrzczonym niemowlętom. Dość drastyczny zabieg wymagał, by odmieńca wynieść na gnojowisko i bić różgą tak długo, aż mamuna zwabiona płaczem swojego dziecka przyniesie porwane ludzkie niemowlę, a zabierze swoje (Lehr U., SZKLBS: 94; Brylak M., NRR: 293).

Starą miotłę brzozową kładziono w drzwiach stajni, by wyprowadzany koń musiał ją przekroczyć – chroniło go to przed urokami.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; k., l. 63, Kamienica, nr inw. 1048; k., l. 43, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1059; k., l. 77, Falkowa, nr inw. 1062; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1063; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066; k., l. 51, Łącko, nr inw. 1067; k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 67, Piątkowa, nr inw. 1056; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; k., l. 57, m., l. 71, Kamienica, nr inw. 1060; k., ur. 1900, Zasadne, nr inw. 1039; k., ur. 1934, Kamienica, nr inw. 1032; m., ur. ok. 1914, Zasadne, nr inw. 1033; k., ur. 1916, Kamienica, nr inw. 1030; k., ur. ok. 1919, Kamienica, nr inw. 1022; k., ur. 1937, Roztoka Ryterska, nr inw. 995; k., ur. 1924, Nowy Sącz, nr inw. 1013; k., ur. 1942, Kunów, nr inw. 1002; k., ur. 1932, Kamionka Wielka, nr inw. 83; k., l. 70, Krużłowa Wyżna, nr inw. 942; m., l. 41, Siołkowa, nr inw. 945. **Literatura:** Brylak M., NRR; Hołda J., Kroh M., KLG; Kwaśniewicz K., SZKLBS; Lehr U., SZKLBS; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Strauchmann E., KLG; ŚŁ; TLP; Woźny A., KLG; Wójcik A., NRR.

## BUK ZWYCZAJNY (*Fagus sylvatica* L.)

Lasy bukowe stanowią ważny element krajobrazu Sądecczyzny. Jedynym rodzimym gatunkiem jest buk zwyczajny. Bucyna występuje przede wszystkim w lasach regla dolnego oraz w mniejszym stopniu na Pogórzu. Górale Nadpopradzcy uważali, że „buk z cienia [jest] *mocniejszy*” (Reinfuss-Janusz K., KLG: 118).

**Przemysł.** Ze względu na dostępność i trwałość drewno bukowe miało szerokie zastosowanie w przemyśle wiejskim (wyjątek stanowiła tenuta barcicka, obejmująca Barcice, Młódów, Rytro, Suchą Strugę, Wolę Krogulecką, Przysietnicę, gdzie lasy bukowe nie miały większego znaczenia gospodarczego). Wykorzystywano buczynę do wyrobu mebli, w dawniejszej tradycji zwłaszcza skrzyń sarkofagowych i sąsieków. W wielu wsiach funkcjonowały tartaki i stolarnie, a w Jazowsku w końcu XIX w. powstała fabryka mebli giętych, w której produkowano meble z giętego na gorąco drewna bukowego (m.in. fotele bujane, krzesła, stoliki, kwietniki, wieszaki). Zakład rozrósł się i na początku XX w. stał się potentatem w branży meblarskiej, funkcjonował do II wojny światowej, kiedy to został przejęty przez Niemców i zrujnowany (Ceklarz K., KLG: 228). W Szczawie od lat 90. XX w. istnieje zakład wytwarzający głównie z drewna bukowego galanterię drewnianą (deski do krojenia, stojaki ubraniowe, przybory kuchenne, pojemniki na pieczywo).

W lasach, m.in. pod Hałą Pisaną, z drewna bukowego wyrabiano węgiel drzewny. Z drewna bukowego, jako bardzo twardego, wyrabiano kołki, które służyły flisakom do budowy tratw, a budarzom do kładzenia dachów (później zastąpione przez fabryczne metalowe gwoździe). Okrajki z boków pnia buka były wysokogatunkowym drewnem opałowym, używanym przede wszystkim

na potrzeby dworu, gorzelni, browaru, huty szkła, potażarni itp. (Strauchmann E., KLGS: 105). Chłopi wykorzystywali na opał gałęzie i drobne odpady, nienadające się do użycia w innym celu. Łuczywo bukowe (*smolówka*), umieszczane w szparach ściennych bądź na żelaznym stojaku, służyło do oświetlania chałup nawet do końca XIX w. (Pogórzanie).

**Rzemiosło.** Kołodzieje wytwarzali z buczyny szkielet i podłogę wozów (Pogórzanie), piasty koła (tzw. *głowy*), sanie, drewniane elementy żaren, a bednarze – beczki. W regionie Górali Nadpopradzkich drewno bukowe stanowiło podstawowy materiał do budowy szałasów (Łomnica). Pszczelarze wykorzystywali je do dłubania uli kłodowych (Pogórzanie).

**Gospodarowanie.** Na całej Sądecczyźnie powszechnie grabiono liście i gałęzie bukowe na ściótkę dla zwierząt gospodarskich (Woźny A., KLGS: 75). Zapasy tej ściótki gromadzono również na zimę. Do lasów bukowych wypędzano trzodę na wczesny wiosenny wypas.

**Lecznictwo.** Przy chorobach gardła zalecano okłady z popiołu ze spalonego drewna bukowego, umieszczonego w płóciennym woreczku (Kamienica).

**Wierzenia i obrzędy.** U Górali Sądeckich z buka robiono *stylisko* do laski *druzbacki*, będącej ważnym rekwizytem weselnym. W tekstach kolędniczych przedstawień herodowych buk, jako homofon słowa Bóg, występuje w humorystycznym dialogu między Żydem a królem Herodem, pragnącym dowiedzieć się „gdzie narodził się Bóg”. Z drewna bukowego robiono kołatki wielkopostne, używane w kościołach od Wielkiego Czwartku do rezurekcji.

**Muzyka.** Liść bukowy służył jako instrument: „Jak my krowy paśli, to my się na listku grać nauczyli. Nojlepi na listku to grać na wiosno. Nojlepi to na listku bukowym.

Na liściu z bzu tyz sie gro. Listek trzymo sie tak, ze przykłado sie do wargi lekko i... dmucho sie. Ono sie musi odezwać” (Kurzeja M., KLG: 428).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1932, Kamienica, nr inw. 1044. **Literatura:** Ceklarz K., KLGS; Kurzeja M., KLG; Reinfuss-Janusz K., KLG; Strauchmann E., KLGS; Woźny A., KLGS; Woźny A., KLGST.

## BUKSZPAN (*Buxus sempervirens* L.)

Bukszpan jest rośliną uprawną, o charakterze dekoracyjnym, najczęściej hodowaną w ogrodach i parkach, a także ogródkach przyzagrodowych. Jako roślina zimozielona bukszpan był wykorzystywany w obrzędach dorocznych i rodzinnych. Powszechnie służył do zdobienia gromnic święconych w dniu Matki Boskiej Gromnicznej, był ważnym składnikiem palm wielkanoconych, przystrajano nim koszyki ze święconką. Na Wszystkich Świętych i Zaduszki bukszpanem dekorowano ziemne mogiły. Z gałązek bukszpanu mógł być uwity wianek ślubny panny młodej. Podczas błogosławieństwa, udzielanego młodym przez rodziców przed wyjazdem do kościoła, gałązka bukszpanu zastępowała kropidło. Kładziono go także na trumnie (Jadamwola).

**Materiały źródłowe:** AMZS: k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073. **Literatura:** Brylak-Załuska M., KLGS; Hołda J., KLG; Kroh M., KLGS; TLP.

## BURAK (*Beta vulgaris* L.)

**Gospodarowanie.** Burak był ważną rośliną okopową uprawianą na polach bądź w warzywnikach przydomowych. Z trzech odmian, występujących w Polsce, uprawiany był przede wszystkim ćwikłowy, spożywany przez ludzi, zwany *ćwikłą*. Poza tym cukrowy (do wyrobu cukru) i pastewny, będący paszą dla zwierząt, rozpowszechniony dopiero po II wojnie światowej. Buraki przechowywano w piwnicy lub kopcach. Okrojone i podsuszone gromadzono na strychu. Ich sok lub wywar (z korzeni bądź liści) wykorzystywano jako barwnik.

**Pożywienie.** Z bulwy buraka ćwikłowego w kamiennych garnkach przygotowywano kwas, z którego gotowano barszcz. Z tartych buraków zarabianych z mąką wypiekano placki (Pogórzanie).

**Hodowla.** Korzeniem i siekanymi liśćmi buraków pastewnych karmiono zwierzęta, zwłaszcza bydło i trzodę. Z posolonych i deptanych liści buraków i kapusty przygotowywano *kiszonkę*, którą karmiono zimą bydło, co miało zwiększyć mleczność krów i polepszyć smak mleka (Górale Sądecki, Woźny A., KLGs: 75).

**Lecznictwo.** W lecznictwie stosowano przede wszystkim buraki ćwikłowe. Surowy sok z buraków, zmieszany z miodem lub octem, był używany do płukania bolącego gardła. Ulgę w chorobie przynosiło popijanie soku przygotowanego z mlekiem i miodem oraz okłady z gotowanych, gorących buraków. Świeże liście buraka ćwikłowego lub cukrowego przykładano na czoło przy bólach głowy. Do zbiccia gorączki stosowano tarte buraki ćwikłowe, którymi okładano nadgarstki (Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGn: 477). Buraki ćwikłowe stosowano przy leczeniu anemii i białaczki. Pokrojone i zasypane cukrem odstawiano na 2–3 tygodnie, następnie dodawano prze-

gotowanej wody. Miksturę zalecano pić po pół szklanki 2–3 razy dziennie po posiłkach.

**Wierzenia i obrzędy.** Na Pogórzcu i Łemkowszczyźnie jedną ze starszych form bożonarodzeniowych pająków, czyli ozdób wieszanych pod powałą, były tzw. pająki kuliste, wykonane ze słomy żytniej, zwykle z kawałkami kłosa, wbitej promieniście w bulwę buraka (lub ziemniaka) (Fryś-Pietraszkowa E., NRR: 68). W soku z buraków barwiono jajka wielkanocne na kolor purpurowy i fioletowy.

**Materiały źródłowe:** AMZS: k., l. 71, Ropa, nr inw. 920; k., l. 34, Biała Wyżna, nr inw. 232; k., l. 81, Ptaszkowa, nr inw. 934; k., l. 68, Cieniawa, nr inw. 948. **Literatura:** Fryś-Pietraszkowa E., NRR; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGn; Woźny A., KLGs.

## BYLICA BOŻE DRZEWKO (*Artemisia abrotanum* L.)

Boże drzewko było rośliną uprawianą w ogródkach przydomowych. Przypisywano jej ważne właściwości lecznicze i magiczne. Wykorzystywano liście lub całą roślinę – posiekane dodawano do paszy kurom (*na wątrobę*, Cieniawa); napar z całej rośliny dawano do picia krowie po ocieceniu (Ropa).

**Lecznictwo.** Boże drzewko było jedną z ważniejszych roślin o właściwościach leczniczych. Napar z liści pito na „choroby kobiece” (Krużłowa Wyżna); kobiecie w ciąży w razie potłuczenia, otrzęsienia lub podźwigania, aby uniknąć poronienia, podawano odwar bożego drzewka zmieszanego z lubczykiem utłuczonym z koralem (ZB: 358); po porodzie na wzmocnienie („ciepły odwar z rumianku, bożego drzewka lub ślazu, często z tłustością, gdyż po nich lepiej krew odchodzi”; ZB: 361); na serce



(Biała Wyżna, Ptaszkowa); na dolegliwości żołądkowe (Nowy Sącz) i wszelkie inne choroby wewnętrzne (Zasadne). Nalewkę z bożego drzewka na spirytusie (liście moczone w spirytusie przez 3–4 dni) zalecano pić rano na czczo po kieliszku i wieczorem po kolacji w razie dolegliwości jelit, żołądka, dwunastnicy (Nowy Sącz). Boże drzewko stosowano również zewnętrznie. Okłady z zaparzonych liści przykładano do bolącego miejsca: brzucha podczas bóli żołądka i kolek żołądkowych (Łabowa); na *zmordowanie* (zmęczenie, Biała Wyżna), opuchniętą nogę (np. przy zwichnięciach, Siołkowa). Zalecano także kąpiele wzmacniające dla dzieci i dorosłych bądź moczenie nóg w wywarze (Nowy Sącz). Maść z bożego drzewka używano w leczeniu chorób reumatycznych (Krużłowa). Parówki z rośliny zalecano stosować przy chorobach płuc oraz uszu (Krużłowa). Do bolącego ucha wkładano też zgniecioną bylicę.

**Wierzenia i obrzędy.** Bylica była składnikiem wianka plecionego na oktawę Bożego Ciała (Łabowa). Boże drzewko wkładano pod węgły przy budowie domu (Łomnica).

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 60, Cieniawa, nr inw. 915; k., l. 72, Biała Wyżna, nr inw. 919; k., l. 80, Siołkowa, nr inw. 941; k., l. 80, Krużłowa Wyżna, nr inw. 942; k., ur. 1889; Ropa, nr inw. 946; k., l. 62, Ropa, nr inw. 946; k., ur. 1931, Ptaszkowa, nr inw. 960; m., ur. 1950, Krużłowa, nr inw. 982; k., ur. ok. 1934, Zasadne, nr inw. 1027; k., ur. 1894, Łącko, nr inw. 1018; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024. **Literatura:** CG; Kroh M., KLGS; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Siwek A., KLG; Woźny A., KLG; ZB.

# C

## CEBULA (*Allium cepa* L.)

Cebulę uprawiano w ogródkach przydomowych. Powszechnie wykorzystywana jako składnik wielu dań (zup, ziemniaków, mięs, bigosu), dodawana dla poprawy smaku. Jadło się ją również na surowo położoną na kromce chleba. Smażona cebula stanowiła składnik farszu serowego, którym smarowano świąteczne kołaczki. Wodę z wygotowanych łupin powszechnie wykorzystywano jako barwnik koloru żółtego lub brązowego.

**Lecznictwo.** Sądzono, że cebula „jest dobra na wszystko”. Lekarstwa przyrządzane z cebuli uważano za bezpieczne, które można spożywać w dużych ilościach. Przygotowywano z niej syrop lub wyciskano sok: cebulę krojono w kostkę, zasypywano cukrem, pozostawiano w ciepłym miejscu. Syrop był gotowy na drugi dzień. Był „pierwszym lekarstwem na przeziębienie”, łagodził kaszel, pomagał przy astmie. Resztki, które pozostały po odlaniu syropu, smażyono na maśle i tak przygotowanym tłuszczem smarowano piersi. Spożywano także ciepłą cebulę, roztartą i wysmażoną na maśle z cukrem i żółtkiem. W chorobach dróg oddechowych (na kaszel, zapalenie płuc) przygotowywano syrop z cebuli roztartej i zalanej gorącym mlekiem. Na Pogórzu, by zrobić lek na koklusz, z cebuli wykrawano stożek, do powstałego otworu sypano cukier, zatykano otwór na powrót stożkiem. Cebulę owiniętą w szmatkę wkładano do gorącego popiołu. Z upieczonej wyciskano sok, który chore dziecko piło po kilka kropel. Dla złagodzenia

kataru dorośli wkładali do nosa pałeczkę wyciętą z cebuli, uprzednio smarując nos tłuszczem, by nie podrażnić śluzówki.

Z cebuli robiono również okłady. Gorące stosowano głównie przy chorobach skórnych. Cebulę ugotowaną lub podpieczoną na piecu przykładano na rany, owrzodzenia i ropnie. Gorącą kładziono także na pępek położnicy przeciw bólom (Pogórzanie). Surowa służyła do zimnych okładów przy użądleniu osy lub pszczoły.

Wywar z cebuli zalecano pić w przypadku opóźniającej się menstruacji („wywar z cebuli gotować piętnaście minut i odlać, [pić] pół szklanki, raz wystarczy”), jak również jako środek „do spędzenia płodu” (trzy razy dziennie po pół szklanki; Pogórzanie).

**Wierzenia i obrzędy.** Połówki cebuli lub „miscozki” z połówek cebuli służyły do wróżb pogody, wykonywanych w dniu św. Łucji lub w Wigilię Bożego Narodzenia. By poznać, jakie będą kolejne miesiące nadchodzącego roku, należało rozkroić 6 cebul, posypać je solą i położyć na parapacie, każdej przypisując kolejny miesiąc. Odczytywano wróżbę przez 12 dni. Jeśli na cząstce pojawiła się wilgoć, oznaczało to, że odpowiadający jej miesiąc będzie mokry, jeśli pozostała sucha – będzie bez opadów (TLP: 36).

Na Pogórzu w dniu św. Łucji przed wschodem słońca całą cebulę dawano do zjedzenia bydłu, „aby nie miało przez całą zimę insektów”. Jeśli zwierzę dostało pół cebuli, nie miało insektów tylko przez pół zimy. Wywar z łupin cebuli był najpopularniejszym barwnikiem używanym do farbowania jajek wielkanocnych, dawał barwę od żółtej do ciemnobrązowej. Cebulę dodawano do wielkanocnej święconki. By cebula dobrze rosła, w wigilię św. Jana w grządki wbijano gałązki leszczyny (Górale Sądecy, Kroh M., KLGŚ: 404).

W ludowym folklorze znane są śpiewki i zagadki dotyczące cebuli:

*Przyjechała pani siedem sukien na ni,  
jak jąm rozbierająm to nad niąm puakająm.*

(Pogórzanie, ZB: 248)

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., l. 77, Falkowa, nr inw. 1062; k., l. 51, Łącko, nr inw. 1067; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., ur. 1925, Stara Wieś, nr inw. 925; m., ur. 1910, Kąclowa, nr inw. 971; k., ur. 1917, Biała Wyżna, nr inw. 977; k., ur. 1932, Zasadne, nr inw. 994; k., ur. 1933, Łącko, nr inw. 1019; m., ur. 1903, Nowy Sącz, nr inw. 1023. **Literatura:** Kroh M., KLGŚ; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGŃ; Reinfuss-Janusz K., KLGŚ; Reinfuss-Janusz K., KLGŃ; TLP; Tyłkowa D., SZKLBS; Woźny A., KLGŚ; ZB.

## CENTURIA POSPOLITA (*Centaurium erythraea* Rafn)

Zwana również: *tysięcznik*, *centanyja*, *centoria*, *cencylijo*, *centurzyja*, *cencobia*. Roślina rosnąca na miedzach i polach. Posiadająca podobne właściwości do piołunu, ale mocniejsza od niego. Łatwa w zbieraniu, ponieważ „wychodzi z korzeniami, jak macierzanka”. Uważana przede wszystkim za roślinę leczniczą i magiczną.

**Lecznictwo.** W celach leczniczych wykorzystywano liście, kwiaty i całą roślinę (z korzeniami i bez nich). Napar z centurii zalecano pić na czczo, przed, w trakcie bądź po posiłkach, jako lekarstwo na dolegliwości układu pokarmowego: „gdy coś *przyśsze* do żołądka”, „na targanie żołądka”, na bóle wątroby, na zatrucia, na przeczyszczenie, na trzustkę, na jelito, na poprawę trawienia.

Według niektórych źródeł wywaru nie należało podawać dzieciom. „Na oczyszczenie” krwi zalecano pić trzy razy dziennie po pół szklanki wywaru. Środek pomagał na *zmordowanie* (zmęczenie), stosowano go także w leczeniu owsików. Napar z kwiatów zalecano pić „na serce”, przeciw wymiotom oraz przy chorym żołądku. Okłady przygotowane na bazie wywaru z centurii wykorzystywano przy leczeniu *krostów* na twarzy.

**Wierzenia i obrzędy.** Centuria wchodziła w skład bukietu święconego w dniu Matki Boskiej Zielnej.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; k., l. 65, Ropa, nr inw. 912; k., ?, Florynka, nr inw. 909; k., l. 77, Stara Wieś, nr inw. 917; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; m., ?, Florynka, nr inw. 911; m., l. 76, Cieniawa, nr inw. 913; k., l. 72, Mszalnica, nr inw. 938; k., l. 72, Biała Wyżna, nr inw. 919; k., ur. 1930, Wola Kosnowa, nr inw. 170; k., ur. 1942, Kunów, nr inw. 1002; k., ur. 1929, Łącko, nr inw. 1012; k., ur. 1916, Kamienica, nr inw. 1030; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGŃ; Tyłkowa D., SZKLBS.

## CHMIEL (*Humulus lupulus* L.)

Z szyszki chmielowej (wraz z jęczmieniem lub chlebem razowym i drożdżami) warzono ciemny podpiwek i ciemne piwo. Uważano, że podpiwek bardzo dobrze gasi pragnienie i wzmacnia organizm, dlatego chętnie brano go w pole do pracy (Ropa). Piwo było częstym napojem przygotowywanym na wesele. Zwietrzałe piwo podawano dzieciom w leczeniu owsików i robaczycy (jedna szklanka dziennie, Siółkowa). Napoje z chmielu uznawano za środek uspokajający: z zalanej

wrzątkiem szyszki zalecano pić na nerwicę (Piątkowa); uważano, że napar z szyszek zmniejsza nadpobudliwość seksualną (Kąclowa).



**Wierzenia i obrzędy.** Także na Sądecczyźnie podczas obrzędu oczepin śpiewano znaną powszechnie, archaiczną pieśń weselną o chmielu, będącą aluzją do utraty panieństwa przez młodą:

*Oj chmielu, chmielu, szerokie liście,  
wzięłyście pannę, oczepiliście.  
Żebyś ty chmielu na tyczki nie loz,  
nie robiłyś ty z panienek niewiast.  
ale ty chmielu na tyczki leziesz,  
niejednej pannie wianek zabierzesz.*

lub

*Oj, chmielu, chmielu, rozkosne ziele,  
nie będzie bez ciebie żadne wesele.*

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 56, Ropa, nr inw. 943; k., ur. 1928, Siołkowa, nr inw. 955; m., ur. 1900, Kąclowa, nr inw. 979; k., ur. 1914, Piątkowa, nr inw. 1011. **Literatura:** Majerczyk D., KLGŚ; Majerczyk D., KLGŃ; Reinfuss-Janusz K., KLGŚ; WP; Wójcik A., NRRZ.

## CHRZAN (*Armoracia rusticana* G.)

Występuje powszechnie na całym obszarze, tradycyjna przyprawa do różnych potraw.

**Pożywienie.** Korzeń chrzanu dodawano do *kapuśniarki* (zupy z kiszonej kapusty) i zupy przygotowywanej na śniadanie wielkanocne z wszystkich święconych pokarmów (*święconka, trzęsionka, święcelina* lub *zalewajka*); pokrojone jaja, wędliny, korzeń chrzanu zalewano ciepłą serwatką lub maślanką. Uważano, że chrzan posiada ogólne właściwości wzmacniające, a jego jedzenie wpływa korzystnie na trawienie (pobudza apetyt i pracę jelit).

**Hodowla.** Starty korzeń i liście dawało się koniom i krowom „dla wzmocnienia”.

**Lecznictwo.** W lecznictwie wykorzystywano zarówno korzeń, jak i liście chrzanu. Jedzenie chrzanu wspomagało układ trawienny. Uważano, że ma działanie rozgrzewające. Obie części rośliny służyły przede wszystkim do przygotowania okładów. Miejsca, na których miały być okłady z liści, zalecano zabezpieczyć przed odparzeniem, smarując je tłuszczem (smalcem, olejem, maśm). Okładami ze świeżych liści przyłożonych do bolącego miejsca leczono: „zerwanie z przepracowania”, „suche bóle”, bóle głowy (mężczyzna kładł liście pod czapkę).

Spanie na liściach chrzanu (razem z liśćmi paproci leśnej i pokrzywy) stosowano w leczeniu reumatyzmu.

Sporządzano maść z utartego korzenia chrzanu zmieszanego z tłuszczem (masłem, wazeliną), czasem dodając spirytus. Maść przykładano bezpośrednio do ciała lub umieszczano w grubej szmacie. Kompresami z maści leczono choroby układu oddechowego: zapalenie płuc (okłady na klatkę piersiową), przeziębienia (smarowano plecy), „suche bóle” (boliące kości, stawy, korzonki, bóle reumatyczne), „zmordowanie”. Ponadto okłady z tartego chrzanu miały korzystnie wpływać na działanie serca i zapobiegać zawałom. W tym samym celu jedzono surówkę z tartego korzenia chrzanu. Do okładów wykorzystywano również plastry surowego korzenia lub całe *oskrobane* korzenie. W przypadku gorączki starty korzeń „oparzony warem” łączono ze smalcem i mąką żytnią i zarabiano całość jak ciasto. Taki surowy placek kładziono na piersi chorego i trzymano „tak długo, aż zaczęto parzyć i święcić, a krajem podsycać. Zaraz opada gorączka i rozgrzewa” (Kamienica).

Z chrzanu przygotowywano także napar, który zalecano pić na długotrwałe bóle głowy 2–3 razy dziennie.

**Wierzenia i obrzędy.** Korzeń chrzanu, cały lub utarty, był obowiązkowym składnikiem święconki w Wielką Sobotę. W Niedzielę Wielkanocną poświęconym chrzaniem robiono krzyżyk na czole, na ustach, przy uchu i na piersiach domowników. Od zjedzenia kawałka poświęconego chrzanu, niekiedy umoczonego w soli, rozpoczynano śniadanie wielkanocne. Miało to zapewnić zdrowie, a w szczególności chronić przed chorobami żołądka i oczu oraz bólem gardła. Równocześnie ostry smak chrzanu symbolizował Mękę Pańską, „to było na to, że Pan Jezus był żółcią i octem napawany”.

Poświęcony chrzan służył także do zabezpieczania mleka krowiego przed zepsuciem czarami. W tym celu dziewięć kawałków chrzanu *przetapiano* z masłem, a otrzymaną masą przez cały rok smarowano wymiona krowom. Skuteczne było także cedzenie mleka przez chrzan (Dobra, MEZOL: 13).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 57, m., l. 71, Kamienica, nr inw. 1060; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 51, Łącko, nr inw. 1067; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066; k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 42, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; m., l. 77, Cieniawa, nr inw. 916; k., l. 65, Siołkowa, nr inw. 929; k., l. 81, Ptaszkowa, nr inw. 934; k., l. 68, Biała Wyżna, nr inw. 958; k., ur. 1937, Roztoka Ryterska, nr inw. 995; k., ur. 1900, Piwniczna-Zdrój, nr inw. 1003; k., ur. 1914, Piątkowa, nr inw. 1011; m., ur. 1917, Piątkowa, nr inw. 1016; k., ur. 1916, Kamienica, nr inw. 1030. **Literatura:** Hołda J., KLG; Kroh M., KLG; Kwaśniewicz K., SZKLBS; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Madzik J., NRR; MEZOL; Reinfuss-Janusz K., KLG; Reinfuss-Janusz K., KLG; Wójcik A., NRR.

## CIERNIOKI

Cierniok nie posiada jednoznacznego odpowiednika wśród gatunków botanicznych. W ludowej taksonomii *cierniokiem* określa się owocujące rośliny cierniste, takie jak róża, tarnina, głóg. Inną używaną nazwą to *kolidupa* (mat. wł. – ŁS, Kokuszka). Jedną z zagadek, w której wymienia się *ciernioka*, brzmi: „Dlaczego Pan Bóg połączył *ciernioka* z głogiem? Żeby żyli z Bogiem” (mat. wł. – ŁS, Paszyn). W Zasadnem z kwiatów kwitnącego w maju *ciernioka* parzy się herbatę na zatrzymanie biegunki.

**Wierzenia i obrzędy.** W tradycji ludowej rośliny cierniste, niebezpieczne i mało przydatne w gospodarstwie, były uważane za złe. Źródłem niechęci do cierniaków była m.in. biblijna historia grzechu pierworodnego i słowa wypowiedziane przez Boga do Adama: „Przeklęta niech będzie ziemia z twego powodu (...) Cierń i oset będzie ci ona rodzimą, a przecież pokarmem twym są płody roli”. Negatywne skojarzenia wzmacniał fakt, że z ciernistych gałęzi zrobiono koronę, którą w Wielki Piątek nałożono na głowę skazanego na śmierć Chrystusa. Wspomnieniem cierpienia Syna Bożego były ogniska rozpalane z tarniny w Wielką Sobotę przed kościołami.

Gałęzie z cierniami lub kolcami dodawano do niektórych atrybutów obrzędowych, szczególnie jeśli miały służyć do klucia i zahaczania. Tarniną lub głogiem mogły być okręcone rogi kołędniczego turonia, zrobione np. z wideł lub prawdziwych rogów baranich, spełniając podobną rolę jak umieszczane na łbie gwoździe czy skórka z jeża (Górale Nadpopradzcy). Ponieważ zdarzało się, że po mszy w Niedzielę Palmową chłopcy bili się palmami, w kitkę na czubku palmy zatykali cierniaki z głogu lub tarniny: „Nie było widać, a jak drugi chwycił, to wstałki potargał” (Górale Sądeccy, Kroh M., KLGs: 392).

Z cierniaków i ziemniaków na zakończenie pracy przy wykopkach przygotowywano *wykopek*: „Szło się do potoka, szukało się, żeby był cierniak taki przepiękny, przeważnie tarnina, i tych małych ziemniaczków im naszykowałam, żeby nawbijać jak najwięcej, żeby był bogaty, i kwiaty już były w ogródkach, no to my nabrały tych kwiatów świeżych. Z dużego ziemniaka zrobiło się taką podstawę i wbiło się, żeby stało” (Kroh M., KLGs: 408).

Cierniste rośliny były przedmiotem ludowych śpiewek:

*Biła mie mamusia patykiem z ciarnioka  
zebym nie kochała chłopca Piwnicoka.*

(Górale Nadpopradzcy)

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1932, Zasadne, nr inw. 994.  
**Literatura:** Hołda J., KLGN; Kroh M., KLGs; TLP.

## CIS POSPOLITY (*Taxus baccata* L.)

Cis zwano również *centyką* (Roztoka Ryterska). Znane było jego szkodliwe, trujące działanie. Za trujące uznawano ulistnione gałęzie i nasiona, z których napar hamuje oddech i paraliżuje serce (Nowy Sącz). Cis stanowił element palmy wielkanocnej (Łabowa, Roztoka Ryterska, Pogórze). U Łemków gałązki cisu dodawano do paszy przygotowywanej dla bydła w Wigilię.

Odwarem z cisu leczono kołtun, który zapuszczano, by pozbyć się gościa (Biecz).

Adam Fischer odnotował, że w odległej przeszłości w Nowosądeckim drewno cisowe było używane do budowy domów (RWWIZL: 120).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1904, Nowy Sącz, nr inw. 1025; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 43, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053. **Literatura:** ZB; RWWIZL.

## CZEREŚNIA (*Prunus avium* L.)

Drzewa czereśni (wiśnia ptasia, trześnia) uprawiano w sadach i przydomowych ogródkach. Dzikie odmiany, noszące nazwę gwarową *trześnia*, rosły w lasach liściastych i mieszanych, ale także w zagrodach wiejskich. Świeże bądź suszone owoce czereśni stanowiły uzupełnienie codziennej diety. Robiono z nich soki, konfitury i kompoty. Spożywano je samodzielnie lub używano jako dodatek (do zup owocowych) i omastę do innych dań (kaszy, makaronów, klusek). Gałęziami zebranymi we wrześniu dokarmiano owce.

**Lecznictwo.** Płatki z kwitnącej w Boże Narodzenie gałęzi dodawano do herbaty, ponieważ uważano, że ma działanie lecznicze (Biała Wyżna).

**Wierzenia i obrzędy.** Gałęzie czereśni oberwane w dniu św. Łucji trzymano w garnuszku, wazonie lub butelce z wodą aż do Wigilii Bożego Narodzenia w celach dekoracyjnych (Biała Wyżna, Biała Niżna) i wróżebnych. Jeśli gałąź zakwitła, poczytywano to jako znak pomyślności w nowym roku (Nowy Sącz).

**Materiał źródłowy:** k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 80, Biała Wyżna, nr inw. 921; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046.

**Literatura:** Reinfuss-Janusz K., KLG; Woźny A., KLGS; Woźny-Tondyra A., KLG.

## CZOSNEK (*Allium sativum* L.)

Popularna roślina uprawiana w ogródkach przydomowych. W pożywieniu wykorzystywany jako przyprawa (zupa, mięso, dań mącznych) i środek konserwujący (np. surowe mięso). Uważano go za roślinę o właściwościach leczniczych i magicznych. Nazywano go także *białym zielem* (Pogórzanie).

**Lecznictwo.** Czosnek miał szerokie zastosowanie w ludowym leczeniu, mówiono, że „odkaza każdą chorobę” i „jest dobry na wszystko”. Roślinę uważano za domowy antybiotyk, skuteczny przy przeziębieniach, kaszlu i katarze. Tłuczony czosnek zmieszany z „uskrobaną słoniną” i wódką stosowano jako rozgrzewające okłady „na piersiach”. Pito miksturę z czosnku i ciepłego mleka z dodatkiem miodu i masła. Przy katarze zalecano jedzenie posiekanych ząbków czosnku, samych lub zmieszanych z masłem. Pomagało także wacanie czosnku, dlatego smarowano nim skórę wokół nosa, przesuwno pod nosem lub wkładano całe ząbki do nozdrzy, zabezpieczwszy uprzednio skórę i śluzówkę tłuszczem. „Dobrze na katar” działały także ząbki czosnku zawieszane na nitce i noszone na szyi jak korale. Dzieciom chorym na astmę smarowano rączki i nóżki tłuszczem, a następnie rozartym czosnkiem.

Nalewkę z czosnku stosowano jako lek na febrę. Czosnkiem leczono żółtaczkę u dzieci – obłupiony czosnek, nanizany na nitkę, chore dziecko musiało nosić na szyi tak długo, „aż wybieleje, a czosnek wyschnie i żółtknie” (Tylkowa D., SZKLBS: 44). Roślina służyła jako środek dezynfekujący. Podczas epidemii cholery zalecano noszenie przy sobie czosnku i nacieranie nim dłoni, stóp, skroni i „pod nosem”.

Czosnek, jedzony na surowo, utarty z solą lub moczony w serwatce, pomagał obniżyć ciśnienie krwi. Jego spożycie zapobiegało sklerozie i miażdżycy, chroniło przed psuciem się zębów, łagodziło ból zęba i głowy.

Czosnek był skutecznym lekiem przy robaczycy: „zgniotło się, zaparzyło wodom gorącom, dawało się na nocniczek, dziecko kładło się na nocniczek i roboki sły do tego”. Dziecku podawano mleko gotowane z czosnkiem lub czosnek z chlebem (Tylkowa D., SZKLBS: 44), robiono też lewatywy z naparu czosnku.

**Wierzenia i obrzędy.** Czosnek uważano za roślinę magiczną, przydatną przede wszystkim w czarach związanych z mlecznością krów i owiec. Stary czosnek, wyhodowany w paszczy węża, bacowie dokładali niekiedy do soli święconej w dniu św. Agaty, którą podawali owcom przy pierwszym dojeniu. Miało to chronić zwierzęta od czarów i przysparzać im mleka. Według niektórych relacji „robili tak tylko czarownicy, bo taki czosnek dawał mleko ich zwierzętom, ale odbierał innym” (Kowalska-Lewicka A., HIP: 131). W magii hodowlanej, znanej karpackim pastierzom, czosnek był niezbędnym, by „wyhodować” przestęp – roślinę służącą do odbierania mleka zwierzętom innych gospodarzy. Miała ona wyrastać z czosnku zasadzonego w ciemnej piwnicy w głowie węża. Gada należało złapać przed św. Wojciechem lub po św. Michale, bo takiego, jak mówiono, „ziemia nie przyjmie, bo kogoś ugryzł”. Według innych relacji czosnek wsadzano do głowy żmii zabitej w wigilię św. Jana, a ziele musiało być pojone mlekiem (Hołda J., KLG: 458). Wierzono także, że czosnek zasadzony wiosną w głowie zabitego węża, noszony przy sobie, zabezpiecza przed kradzieżą (Krościenko, RWWIZ: 124).

W obrzędowości dorocznej odwoływano się do właściwości ochronnych przypisywanych roślinie oraz przekonania o jej dobroczynnej mocy. Uważano, że pomaga

zapewnić zdrowie ludziom i zwierzętom hodowlanym, dlatego w Łomnicy i Kokuszcze ząbki czosnku, najlepiej w nieparzystej liczbie, kładziono na stole wigilijnym obok ziarna (Hołda J., KLG: 339). Na Łemkowszczyźnie w wieczór wigilijny po powrocie z obrzędowej kąpieli gospodarz dawał bydłu po kawałku chleba z czosnkiem. Od zjedzenia czosnku maczanego w soli rozpoczynano wieczerzę na Szczedryj Weczer (wigilia święta Jordanu). Specjalnym ciastem przygotowywanym na tę okazję były *połaznyky*, w których zapiekano ząbki czosnku; po wieczerzy łamano je na kawałki i dawano bydłu.

Czosnek odgrywał też pewną rolę w zwyczajach rodzinnych, szczególnie na Łemkowszczyźnie. Wrzucano go do pierwszej po chrzcie kąpieli dziecka. Główki czosnku, wraz z niemłóconymi kłosami zboża, wplatan do wianków dla nowożeńców, które miały zapewnić im zdrowie, płodność i bogactwo. Miseczkę z czosnkiem i solą ustawiano na stole po śmierci któregoś z domowników, by błąkająca się dusza miała się czym pożywić (ŚL).

## CZOSNEK DZIKI (*Allium vineale*)

Rośnie w pszenicy, stosuje się go jako lek na zapalenie gardła.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 75, Stróże, nr inw. 931. **Literatura:** Brylak M., Madzik J., NRR; HIPWBS; Kroh M., KLG; Kwaśniewicz K., SZKLBS; RWWIZ; Hołda J., KLG; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; ŚBNUGP; ŚL; Tylkowa D., SZKLBS; ZB.











# D

## DĄB

Dęby to drzewa typowe dla niżu, na Sądecczyźnie rosną w dolinach i na pogórzu, najczęściej jako domieszka w lasach wielogatunkowych. Występują dwa gatunki: dąb szypułkowy (*Quercus robur* L.) i bezszypułkowy (*Quercus petraea* LIEBL.)

Dąb rośnie wolno, ale jego drewno jest trwałe i twarde, bardzo cenione, wykorzystywane w budownictwie i stolarstwie. Z drewna dębowego wykonywano meble, podłogi, duże naczynia (np. beczki do kiszenia kapusty lub leżakowania śliwowicy), części wozów, narzędzia (np. śrubowa prasa do tłoczenia oleju). Z dębowych kołków robiono zęby do bron (ZB). Drewnem dębowym palono w przydomowych wędzarniach, przygotowując kiełbasy i szynki (Reinfuss-Janusz K., KLG: 442). Dzieci pasące bydło grywały na *piszczkach* (rodzaj gwizdka, Górale Sądeccy), zwiniętych z kory dębowej. Korę dębu zbierano w okresie, *kiedy się łupi* (Szczawa). Jej wywar używano jako barwnik o kolorze czarnym lub ciemnobrązowym (Florynka, Cieniawa) i jako garbnik do wyprawiania skóry bydłowej (Mszalnica). Z takiej skóry, tzw. „dębionej”, szyto m.in. paradne kierpce (lepszego jakości i zdobione w odróżnieniu od codziennych kierpców *spyrca-nych*, czyli ze skóry świńskiej) (Ceklarz K., KLG: 538). Wywar z kory służył także jako środek przeciw biegunkom podawany krowom (Stróże). Na żółdździach wypasano trzodę chlewną.

Liście dębu były popularnym motywem zdobniczym naszywanym z czarnych sznureczków na lachowskich spódnicach z różowych perkali, tzw. *różowiakach*.

**Lecznictwo.** Niezwykle szerokie zastosowanie lecznicze miała kora dębu. Wywar z kory, świeżej lub suszu, należało gotować przez ok. 20 min., napar zaparzało się, ale nie doprowadzało do wrzenia. Miały one właściwości wzmacniające i przeciwkrzywiczne, przygotowywano z nich kąpiele na ogólne wzmocnienie „całego ciała” oraz „jak dziecko nie może chodzić” i przy krzywicy (Kamienica, Łabowa). Uważano, że kora dębu „wyciąga bóle”, kąpiel w niej pomaga więc na reumatyzm (Szczawa). Wywar z kory był dobry na ból zęba – „nerw się zagaruje i nie boli” (Nowy Sącz). Płukanie jamy ustnej łagodziło wrzody pod językiem (Stróże). Napar służył ponadto do przemywania ran (Florynka), okłady stosowano na stłuczenia (Cieniawa).

Kąpiele w naparze z kory dębu zalecano też przy chorobach kobiecych (Ropa) oraz kobietom, które nie mogą zajść w ciążę (Łabowa). Nasiadówki w dębowym wywarze stosowało się przy kłopotach z oddawaniem moczu (Łącko) oraz hemoroidach (Roztoka Ryterska). Przy zaburzeniach żołądka i bieguncie piło się „herbatę” z suszu (Nowy Sącz, Falkowa, Kunów).

W wywarze lub naparze myto włosy, by były mocne i ładne (Roztoka Ryterska), miały też zapobiegać siwieńniu (Zasadne). Właściwości wzmacniające włosy miał szczególnie napar z kory drzewa porażonego piorunem, w przypadku łysienia moczyło się w nim głowę (Biała Wyżna). W wywarze moczo no nogi, jeśli nadmiernie się pociły (Ropa, Siołkowa, Szczawa).

Do zabiegów na pograniczu medycyny i magii należało leczenie bólei brzucha (*muorzyska*). W tym celu trzeba było „rozłupać klinami rosnący dąb i przez powstałą tak szparę przewlec chore dziecko” (ZB). W przypadku krost pod językiem chorobę można było przenieść pod dąb, robiąc pod drzewem dołek, plując do niego trzy razy,

obchodząc go trzykrotnie dookoła i odchodząc w inną stronę (Krościenko, RWWIZL: 131).

**Wierzenia i obrzędy.** Dąb był symbolem długowieczności, potęgi i mocy. Uważano, że „dąb ma siłę elektryczną, przez co ściąga pioruny”. W ludowych legendach z dębiny miał być zrobiony krzyż Chrystusa (Obidza, DNM: 54), ze względu na czerwone zabarwienie często wykonywano z niej krzyże przydrożne. Z drewna dębowego majętni gospodarze zamawiali trumny (Lachy Podegrodzkie):

*Zeby jo wiedziół,  
kiedy jo umro,  
to bym se sprawiuł  
dobowo trumno.*

(Podegrodzie, PLLP: 189)

Z liści dębu robiono wieńce, którymi na Wszystkich Świętych przystrajano mogiły. Dębowymi wieńcami, w które wpinano kwiatki z bibuły i wstążki, strojono też konie i bryczki w orszaku weselnym (Lachy Podegrodzkie). Przypomina o tym śpiewka:

*Przyślimy tu prosić  
na to weselisko,  
co sie nom zdarzyło  
tu w sąsiedztwie blisko.*

*Wy ładne dziywecki  
uwijcie wionecki  
z liścia dobowygo  
na konisia mego.*

*Jak mi uwijecie,  
to sie wom łodpłaco,  
na tem weselisku  
do basów zapłaco.*

*Do basów zapłaco  
i ciebie wytońco,  
ześ sie przysłużyła,  
wionecek uwiuła.*

(Juraszowa, PLLP: 135)

Z drewna dębowego wykonywano figurę Chrystusa na osiołku, tzw. Jezuska Palmowego, którą obwożono wokół kościoła podczas uroczystych procesji towarzyszących obchodom Niedzieli Palmowej. Rzeźbę z takiego surowca nazywano Jezuskiem Dębowym.

Dąb i dębowe listeczki są motywami śpiewek ludowych, szczególnie miłosnych:

*Listecku dembowy nie spodej do wody,  
zabierze cie woda i bedzie cie skoda.  
Nie tak ciebie skoda,  
jako twe urody, pokochałabym cie, aleś jesce młody.  
Nie wszystkie listecku do wody wpadajo,  
nie wszyscy się zeniom, co sie pokochajo.*

(Górale Nadpopradzcy, ND: 54)

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 58; Mszalnica, nr inw. 939; k., l. 75, Stróże, nr inw. 931; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; k., ?, Łącko, nr inw. 1009; k., l. 42, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; k., ur. ok. 1934, Zasadne, nr inw. 1027; k., ur. 1928, Siołkowa, nr inw. 955; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., ur. 1904, Nowy Sącz, nr inw. 1025; k., ur. 1930, Nowy Sącz, nr inw. 999; k., ur. 1902, Falkowa, nr inw. 1040; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., ur. ok. 1894, Roztoka Ryterska, nr inw. 1041; k., l. 71, Ropa, nr inw. 920; m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., ur. 1908, Nowy Sącz, nr inw. 1010; m., l. 77, Cieniawa, nr inw. 916. **Literatura:** Ceklarz K., KLG N; DNM; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG N; ND; PLLP; Reinfuss-Janusz K., KLG N; RWWIZL; Tyłkowa D., SZKLBS; WP; ZNIPWP.

## DZIURAWIEC (*Hypericum perforatum* L.)

Dziurawiec nazywano również *dzwonkiem* (Biała Wyżna, Ptaszkowa, Cieniawa), *zwonkiem* (Łabowa, Piątkowa, Nowy Sącz) lub *świętojańskim ziele*. Jego ludowa nazwa pochodzi od kształtu kwiatów. Uważano go za ważną roślinę o właściwościach leczniczych i magicznych. Rósł na miedzach i łąkach. Zbierano jego liście i kwiaty dla własnych potrzeb, ale także sprzedawano w skupach ziół i owoców leśnych. Na zimę gromadzono zapas suszu.

**Lecznictwo.** Uważano, że dziurawiec „to jest ziele na 30 chorób – wszystko leczy i można go pić przez całe życie – nigdy nie zaszkodzi” (Ptaszkowa). W lecznictwie stosowano przede wszystkim napary i wywary z suszu – samych kwiatów, liści lub z całego ziele, młode kwiaty zalewano też spirytusem. Dziurawiec zalecano zbierać w porze kwitnienia, przy dobrej pogodzie. Najwięcej dobroczynnych i leczniczych właściwości miały mieć zioła zrywane w wigilię św. Jana oraz te święcone 15 sierpnia. Napar pito „na wszystko”, na ogólne wzmocnienie i przy przemęczeniu („Wzmacnia organizm i siły fizyczne człowieka. Nieraz przeważnie kobiety obciążają się nadmiernie ciężką pracą, to zażywają herbatę, parząc ten dziurawiec”, Gostwica) oraz „dla oczyszczenia krwi” (Łabowa, Zasadne). Pity systematycznie na czczo lub przed posiłkiem (zwykle 3 razy dziennie po szklance) pomagał przy dolegliwościach żołądkowych (m.in. bólach, biegunkach czy „oberwaniu”) i chorobach wątroby, regulował pracę jelit, poprawiał apetyt, wspomagał leczenie kamicy nerkowej. Na wątrobę i trzustkę stosowano też nalewkę z kwiatów przyjmowaną codziennie parę kropli na łyżkę cukru (Stara Wieś). Napar, najlepiej osłodzony miodem, zalecano pić na przeziębienia i przy kaszlu (Stara Wieś). Uważano, że napar z kwia-

tów podnosi ciśnienie, może też osłabiać serce; według innych relacji miał być dobry na serce.

Napar łagodził stany zapalne skóry. Płukano nim „dziosta, gdy bolą zęby”. Dziurawiec zmieszany z rumiankiem był składnikiem mikstury przygotowywanej na bazie oleju lnianego, zapobiegającej powstawaniu odleżyn (Górale Nadpopradzcy). Kąpielami w wywarze leczono krzywicę u dzieci (Tylkowa D., SZKLBS: 44). Napar zalecano też przy chorobach kobiecych i by złagodzić bóle menstruacyjne.

**Wierzenia i obrzędy.** W wierzeniach ludowych dziurawiec uchodził za środek apotropaiczny, skuteczny przede wszystkim przeciwko boginkom (mamunom) – istotom demonicznym, które prześladowały położnice i niechrzczone niemowlęta. Już podczas porodu kobieta powinna mieć przy sobie gałązkę dziurawca (Pogórzanie, Brylak M., Madzik J., NRR: 230). Młodą matkę i jej dziecko przed demonami zabezpieczał *dzwonek* święcony w dniu Matki Boskiej Zielnej, trzymany pod poduszką lub w kołysce. Zalecano, by położnica nosiła go także przy sobie, gałązkę stawiano w oknie izby, gdzie spało dziecko. Jeśli jednak doszło do spotkania z demonami, by uwolnić się od ich wpływu, wystarczyło dotknąć dziurawca. Według znanego motywu ten sekret miała zdradzić sama boginka: „Mamuny porwały jedną kobietę, zaceły ś niom uciekać, ale jedna boginka była kulawa i nie mogła jem nastarczyć. Prosiuła ik, zeby na nią pocekały, ale one nie kciały. Zgniewała się i zawołała: – Połonka, trzymaj sie dzwonka. Tak ona zaczęła grabać po ziemi i natrafiuła na zwonek, uchyciuła sie go i boginki ją puściły” (Hołda J., KLGs: 469).

Dziurawiec dodawano niekiedy do wianków plecionych na oktawę Bożego Ciała (Lachy Sądeckie), zbierano go w wigilię św. Jana i na Zielone Świątki (Lachy Podegrodzkie). Był jednym z ważniejszych składników bukietów

święconych w dniu Matki Boskiej Zielnej. Taki poświęcony dziurawiec wkładano pod węgły podczas budowy domu (Górale Nadpopradzcy). W podobny sposób zabezpieczano budynki gospodarcze stawiane na polanach, wierząc, że *dzwonek* – najskuteczniejsze spośród święconych ziół – uchroni budynek przez pożarem i piorunami, a także zapewni szczęście przy wypasie (Woźny-Tondyra A., KLGNT: 152).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ?, Łącko, nr inw. 1009; k., ur. 1917, Piątkowa, nr inw. 1016; k., ur. 1894, Łącko, nr inw. 1018; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1064; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 46, Zasadne, nr inw. 1064; k., l. 42, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 65, Ropa, nr inw. 912; m., l. 77, Cieniawa, nr inw. 916; m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., ?, Florynka, nr inw. 909; m., l. 76, Cieniawa, nr inw. 913; k., l. 48, Florynka, nr inw. 914; k., l. 77, Stara Wieś, nr inw. 917; k., l. 71, Ropa, nr inw. 920; k., ur. 1925, Stara Wieś, nr inw. 925; k., l. 62, Krużłowa Niżna, nr inw. 928; k., ur. 1889, Ropa, nr inw. 946; k., l. 81, Ptaszkowa, nr inw. 962; k., ur. 1913, Stara Wieś, nr inw. 980; k., ur. 1913, Kamienna, nr inw. 1029; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., ur. 1942, Kunów, nr inw. 1002; k., ur. 1933, Łącko, nr inw. 1019. AGOKP: k., ur. 1932, Gostwica 2017. **Literatura:** CG; Brylak M., Madzik J., NRR; HIPWBS; Hołda J., KLGS; Kroh M., KLGS; Kwaśniewicz K., SZKLBS; LPS; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGNT; Tylkowa D., SZKLBS; Woźny-Tondyra A., KLGNT.



# F

## FASOLA (*Phaseolus* L.)

**Uprawa.** W XVI w. w Polsce fasola znana była jako roślina ozdobna, w XVII jako warzywo, ale szerzej rozpowszechniła się na przełomie XIX i XX stulecia, należąc do często uprawianych roślin strączkowych. W Polsce hodowanych jest kilka gatunków, przede wszystkim fasola zwyczajna (*Phaseolus vulgaris* L.) o drobnych, kolorowych ziarnach. Nazywano ją także *grochem piechotnym*, *fasolą piechotną* (*Phaseolus vulgaris* var. *Nanus*), *piechotką*, *piechotą* lub *piechociarzem*, ponieważ rośnie płózając się po ziemi. Fischer zauważa, że powszechnie wymiennie stosowano nazwy groch i fasola (RWWIZL: 150, 153). Obok *fasoli piechotnej* w północnej części Sądecczyzny, w dolinie Dunajca, szczególnym zainteresowaniem i długą tradycją uprawy cieszyła się odmiana fasoli tycznej „piękny Jaś” (*Phaseolus multiflorus*) o dużych białych ziarnach. Jak podkreślają miejscowi, „dowodem na długoletnią uprawę tego gatunku w dolinie Dunajca jest wyciąg z Kroniki Parafii Tropie o kradzieży tyczek służących do uprawy, które okazały się powodem zabójstwa” (FZDD: 11).

W okolicach Podegrodzia szczególne znaczenie ma uprawa białej, karłowatej fasoli z charakterystycznym wiśniowo-czerwonym znamieniem, które kształtem przypomina piastowskiego orła. Zgodnie z miejscową tradycją „fasola z orzełkiem” została przywieziona na Sądecczyznę z kresów wschodnich, prawdopodobnie z okolic Stanisławowa, gdzie w czasach zaborów sadzono ją w tajemnicy, za jej uprawę groziły represje. Zwyczajowo z fasoli z orzełkiem przygotowywano wówczas

potrawy wigilijne, traktując to jako wyraz patriotyzmu. Dzięki nasionom, które zachowały się u dwóch rodzin w Podegrodziu i w Świniarsku, na pocz. XX w. tę szczególną odmianę udało się odtworzyć i rozpowszechnić (KLS: 32).

Fasolę uprawiano między ziemniakami, w warzywniakach i przydomowych ogródkach. Wysuszone i wyłuskane ziarna fasoli przechowywano w workach, a przed ugotowaniem moczone w wodzie. Przebieranie fasoli wykonywano czasem w ramach wzajemnej pomocy sąsiedzkiej (Górale Nadpopradzcy). Stanowiła ważny zasób zapasów zimowych, które zużywano do wiosny.

**Pożywienie.** W potrawach wykorzystywano gotowaną fasolę świeżą lub suszoną. Jako podstawowy składnik służyła do przygotowania zup fasolowych (grochowych). Jedzono ją z polewkami (zupami jarzynowymi, żurem, barszczem, rosółem, *galasem*, *suscanką*, *korpielanką*), zmieszaną z mięsem, z kapustą bądź z kaszą (*pęcakiem*), jako samodzielne danie omaszczoną tłuszczem (słoniną, skwarkami lub masłem). Uważano, że słonina ugotowana razem z fasolą jest smaczniejsza (Pogórzanie). Rozgotowana fasola miała nadawać liściom kapusty gładkość, a potrawa stawała się bardziej sycąca. Fasola mogła być farszem do pierogów i krokietów, przygotowywano z niej rolady, pasztety, parzone i wędzone kiełbasy, a także słodkie cwibaki i destylaty. Podczas Wigilii jedzono: fasolę z kapustą i grzybami, fasolę z suszonymi śliwkami, zupę fasolową z łazankami (Górale Sądeccy), z marchewką (Jarzębaki).

W 2006 r. nasiona fasoli piękny Jaś z doliny Dunajca oraz pierogi z fasolowym farszem na słodko i na słono, pasztet z fasoli z marchewką lub grzybami oraz wódka fasolówka, zostały wpisane na listę produktów tradycyjnych Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju wsi. W 2010 na listę wpisano fasolę z orzełkiem.

**Lecznictwo.** W medycynie ludowej stosowano głównie wywary ze strąków fasoli, często w połączeniu z innymi roślinami (m.in. borówka, fiołek, wrzos, pierwiosnek). Rozdrobnione strąki należało zalać ciepłą wodą i pozostawić na kilka godzin do spęcznienia, a następnie gotować pod przykryciem. Mikstura pita 2–3 razy dziennie po szklance miała działanie moczopędne, pomagała leczyć choroby reumatyczne i cukrzycę (FZDD: 10).

**Wierzenia i zwyczaje.** Gałązki fasoli dodawano niekiedy do bukietu święconego w dniu Matki Boskiej Zielnej (Biała Wyżna).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908.

**Literatura:** FZDD; Reinfuss-Janusz K., KLGS; Reinfuss-Janusz K., KLGN; RWWIZL; Woźny A., KLGS; Woźny-Tondyra A., KLGN; Wrębiak C., NRR.









# G

## GLISTNIK JASKÓŁCZE ZIELE (*Chelidonium majus* L.)

Glistnik jaskółcze ziele należał do dobrze znanych i powszechnie wykorzystywanych roślin leczniczych. Z rośliny po przetłamaniu łodygi wypływa sok koloru pomarańczowego (lub ciemnożółtego) o gorzkim smaku. Jej nazwa pochodzi od stosowania w leczeniu chorób pasożytniczych. Napar z jaskółczego zielea podawano zwierzętom podczas leczenia układu pokarmowego, „gdy mają glisty lub inne robaki” (Łabowa).

**Lecznictwo.** Powszechnie sok z jaskółczego zielea służył do usuwania brodawek (*kurzajek*). Świeże mleczko z liści i łodyg wcierano w zmienioną chorobowo skórę. Zabieg był najskuteczniejszy, „kiedy ubywało księżycą” (Górale Nadpopradzcy). Napar z liści lub z całej nadziemnej części rośliny stosowano przy bólach żołądka. Zalecano jednak ostrożność, ponieważ glistnik jest lekko trujący. Napar pito także przy chorobach serca, oskrzeli i dróg oddechowych. Był stosowany w leczeniu chorób oczu.

**Wierzenia i obrzędy.** Kwitnący glistnik dodawano do bukietów święconych na Matki Boskiej Zielnej.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., l. 51, Biała Wyżna, nr inw. 944; k., ur. 1937, Rostoka Ryterska, nr inw. 995. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGN; Tylkowa D., SZKLBS.

## GŁÓG (*Crataegus* L.)

Głogiem określano kilka gatunków roślin, także ciernistych (w tym dziką różę). W wąskim znaczeniu głogiem nazywano gatunek krzewu z rodzaju *Crataegus* L. W celach leczniczych wykorzystywano jego kwiaty i owoce. Kwiaty głogu zbierano w maju i czerwcu (Łabowa, Nowy Sącz). Z owoców głogu i dzikiej róży robiono wino (Mała Rostoka).

**Lecznictwo.** Owoce i kwiaty głogu były źródłem witamin, przyrządzano z nich napary, nalewki i wina, stosowane przede wszystkim na wzmocnienie serca, poprawę odporności i przy przeziębieniach. Susz z owoców, utłuczony na mączkę i rozrobiony z wodą, pomagał na „kłucie w sercu”, napar z kwiatów i owoców pito, by wzmocnić mięsień sercowy (Łabowa). Na serce piło się też nalewkę: kwiaty zalane spirytusem przyjmowano po kilka kropli dziennie przez dwa tygodnie (Biała Wyżna), zalecano także wino z owoców. Ze świeżych owoców przygotowywano sok pomagający przy nerwicy. Wywarem z korzenia głogu płukano usta w przypadku bólu zębów. Napar z kwiatów i owoców pomagał na chore nerki (Kamienica).

**Wierzenia i obrzędy.** Owoce głogu służyły dziewczętom do wróżb o zamążpójściu. Jak odnotowano w Starym Sączu, „Po głóg dziewczęta idą w pole boso, wcześniej rano w Wigilię Bożego Narodzenia. Gospodyni odbiera go od każdej osobno i zachowuje, a oddającej do pary rychłe zapowiada zamążpójście” (Stary Sącz, ZWAK II: 217, za: RWWIZL: 370). Jako roślina ciernista (*cierniok*), podobnie jak tarnina, głóg był używany do okręcania rogów kołędniczego turonia. Cierniste gałązki głogu zatykano także na czubkach palm wielkanocnych, którymi po mszy w Niedzielę Palmową bili się chłopcy (Kroh M., KLGS: 329).

Zarośla głogu często wyznaczały granice wiejskich cmentarzy. W przeszłości samobójców chowano „poza głóg” – poza cmentarzem, z drugiej strony głogowego ogrodzenia, lub „pod głogiem”, od wewnętrznej strony cmentarza (ZNIPWP: 90).

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., l. 89, Mała Roztoka Ryterska, nr inw. 1062; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 60, nr inw. 1051; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; k., l. 72, Biała Wyżna, nr inw. 919; k., ur. 1914, Piątkowa, nr inw. 1011; k., ur. 1924, Nowy Sącz, nr inw. 1013; k., ur. 1925, Stara Wieś, nr inw. 925; k., ur. 1902, Grybów, nr inw. 954; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., ur. 1932, Kamienica, nr inw. 1044. **Literatura:** Kroh M., KLGS; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; RWWIZL; ZNIPWP.

## GROCH (*Pisum sativum* L.)

Groch był podstawową rośliną strączkową. Bardzo często nazywano go również fasolą. Dzieleno go na piechotny, tyczny i drobny (okrągły). Piechotny to: *siarczany, krasoń, amerykań, włoka, kowalik, czerwony, żółty*; tyczny to: *biały duży, peretka, ptasie jajka, bufon biały, czerwony, żółty, czarny i szparagowy*; drobny to: *swojski, cukrówka, kołozrywy* (ZB: 107). Groch stanowił bardzo ważny składnik pożywienia, dodawano go prawie do każdej potrawy. Ceniono ze względu na plenność, łatwość w przechowywaniu i gotowaniu.

Grochem piechotnym (*piechotnym, piechociarzem*) nazywano wszelkie niskie odmiany, które się płożą, a nie pną na tyczki. Stąd przeciwstawiano *piechociarza* grochowi tycznemu.

**Gospodarowanie.** Groch tyczny uprawiano czasem w przydomowych ogródkach, a piechotny w ziemniakach lub

na osobnych zagonach (ZB: 107). Sianie grochu rozpoczynano po dniu św. Stanisława. Starano się, aby dzień siewu przypadł w krzyżowy tydzień (krzyżowe dni), czyli tygodniu przed Wniebowstąpieniem Pańskim (ZB: 107).

Groch tyczny koszone i pozostawiano do wyschnięcia na polu, po czym wiązano w snopy i zwożono do stodoły. Snopy grochu przechowywano w stodole na pięttrze (*powale*) zrobionym nad boiskiem z desek lub żerdzi. Umieszczenie zbiorów w tym miejscu zapobiegało zjedzeniu przez myszy. Ziarna grochu (piechotnego lub tycznego) suszono nieraz na specjalnym rusztowaniu zrobionym pod okapem. Przechowywano go w workach na strychu, w sąsiadkach lub spichlerzu.

**Hodowla.** Łupinami z grochu (*grochowianką*) karmiono zwierzęta. W przypadku wzdęć u bydła należało zalać gorącą wodą słomę z grochu i obwiązać nią zwierzę. Co parę minut słomę trzeba było zmienić. Czynność powtarzano kilkakrotnie aż do ustąpienia objawów (Jadamwola).

**Pożywienie.** Groch był podstawowym składnikiem licznych potraw codziennych i świątecznych. Przed ugotowaniem moczono go w wodzie. Pospolitą potrawą był groch z kapustą kiszoną lub świeżą, do której podawano także chleb. Groch dodawano do zup (barszczu i żuru), ziemniaków, grzybów, klusek i kasz. Dania te maszczono masłem, słoniną lub śliwkami. W Wigilię jedzono groch ze śliwkami. Ziarna grochu gotowano razem z mięsem, uważając, że mięso wtedy jest smaczniejsze niż przyrządzone w samej wodzie. Zupę z rozgotowanego grochu nazywano *grochowianką*. O powszechności prostych i „biednych” potraw z grochu przypomina śpiewka:



*Mówiłem ci, Maryś, nie chodź za pana  
idź za takiego, jako żeś ty sama.  
Bo panu potrzeba tłustej kuręciny,  
a chłopu położyś grochu, kapuściny.*

(Limanowskie, PL: 44)

**Lecznictwo.** Kąpiele w wywarze z grochu (słomie lub łupinach) zalecano jako środek przeciwko pasożytom skóry (*robakom*) oraz *włosogłówkom* i owsikom (Siołkowa, Ropa).

**Wierzenia i obrzędy.** Przestrzegano, by wśród potraw odkładanych z wieczerzy wigilijnej dla bydła nie było grochu, „żeby krowy się nie gziły” (Hołda J., KLG: 513). Za to wskazane było, by po Bożym Narodzeniu dawać go do zjedzenia kurom – miały się wówczas nieść tak dobrze, jak dobrze pleni się groch (AMEK, rkp, nr inw. I/1581/RKP). Do każdej potrawy przygotowanej na obiad wigilijny wrzucano ziarno grochu ze strączka dziewięcioziarnkowego, którego jesienią szukali wszyscy domownicy (WilNS: 527). Z ziaren grochu robiło się ozdoby na Boże Narodzenie. Dookoła podłazniczki zawieszano łańcuch z grochu lub orzechów laskowych (Górale Sądeccy). W biedniejszych domach cukierki na choinkę zastępowało się grochem owiniętym w złotko lub bibułę: „Dwa kolory z bibuły się składało, nacięto się, nacięto, śłyniło się i tu wyszły takie szczępioki, a we środku był groch. Albo orzechy. To choinka była taka wystrojona, ale nie było co zjeść, nic na choince” (Kroh M., KLG: 367). Obfite plony grochu były przedmiotem życzeń kolędników: „Na szczęście, na zdrowie, na ten Nowy Rok, żeby się darzyła kapusta i groch”. Gałązki grochu dokładano do wianka plecionego na oktawę Bożego Ciała i do bukietu święconego w dniu Matki Boskiej Zielnej (Łabowa, Piątkowa, Nowy Sącz, Kamienica).

Znane były przysłowia przypominające o terminach siania grochu: „Kto sieje groch w marcu, będzie go zbierał w garncu. A kto w maju – to w kurzym jaju. Na św. Marka idzie do ziemi ostatnia grochu miarka” (PWIPG: 5–6).

Uważano, że na tyczki dla grochu najlepsza jest brzezina użyta do majenia domów na Zielone Świątki, wtykano ją w zagony, „bo groch nie chce iść na inną gałąź, tylko na brzoźkę” (Łącko). Dla rośliny niebezpieczne były błyskawice, marniały od nich kwiaty, a liście i strączki traciły „trwałą zieleń”. Dla ochrony na tyczkach wieszano się „drzazgę rozłupaną z osadzonym w niej szkłem” (Piwniczna-Zdrój, WNS: 280) lub układało na polu „tu i ówdzie kilka kawałków szkła, aby od niego odbijało się światło błyskawicy” (ZB: 150).

Istniało przekonanie, że kobieta ciężarna nie powinna nosić w zanadrzu ani w podołku okrągłego grochu (podobnie jak jaj i surowego mięsa), „bo by się dziecku robiły różne wyrzuty” (ZB: 357). Przed pierwszą kąpielą dziecko kładło się na grochową słomę, żeby „miało kędzierzawe włosy” (ZB: 360). Grochowiny pojawiały się w żartobliwych przyśpiewkach związanych z małżeństwem:

*Ozyniłem się ledwo nie z płacem,  
ni miołem głowy położyć na cym.  
Wszystkie Maryny majom pierzyny,  
a ja ze swojom pod grochowiny.*

(Nowak T., KLG: 637)

W ludowej demonologii „topielce” zasiedlające rzeczne baniory wychodziły z wody *o miesiączku* i wyjadały groch rosnący niedaleko brzegu (Hołda J., KLG: 456).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; k., ?, Ropa, nr inw. 964; k., ur. 1936, Siotkowa, nr inw. 974; k., l. 63, Nowy Sącz, nr inw. 1049; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ?, Piątkowa, nr inw. 1056; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047. AMEK: rkp, nr inw. I/1581/RKP. **Literatura:** Hołda J., KLGs; Hołda J., KLGn; KLS; Kroh M., KLGs; Nowak T., KLGn; PWIPG; Reinfuss-Janusz K., KLGs; WiłNS; WNS; Woźny A., KLGs; Woźny-Tondyra A., KLGn; ZB.

## GRUSZA (*Pyrus L.*)

Grusza była pospolicie hodowanym drzewem owocowym w sadach i ogrodach przydomowych, rosła też w polach, na miedzach czy na skraju lasu. Owoce gruszy jedzono świeże bądź suszono je w *suśniach*. Suszone owoce przechowywano w płóciennych workach, wieszanych na strychu na krokwiach. Znano następujące odmiany: *bery*, *baby*, *organtówki*, *okreglice*, *wodnice*, *pisarki*, *surawki*, *jakubówki*, *margorzutki*, *miodówki*, *zielonki*, *jedwabnice*, *panny*, *cukrówki*, *polki*, *kozubówki*, *płoszczycówki*, *omótki*, *jarzębówki*, *owsianki*, *ligowki*, *muszkantele*, *kwiatonki*, *miodnice*, *małgorzatki*, *michałówki* (Pogórzanie, ZB: 29), *winniki*, *witarnie* (Górale Łąccy), *ulengołki* (Górale Nadpopradzcy). Z drewna gruszkowego wyrabiano długie fajki z główką przykrytą metalowym wieczkiem, modne na pocz. XX w. m.in. u Górali Sądeckich (Brylak-Załuska M., KLGs: 307).

**Pożywienie.** Owoce gruszy jedzono świeże lub suszone, suszone najczęściej jako składnik potraw. Daniami, w których wykorzystywano gruszki, były: krupy ze smażonymi gruszkami, *polywki* z samych gruszek lub zmieszanych z innymi *suskami* – jabłkami i śliwkami (Górale Sądeckcy), *brajki* z rozgotowanych owoców lub kompoty z *susek* (Górale Nadpopradzcy), owoce z *dziamaq* (zupą mączną, Pogórzanie).

Świeże gruszki gotowane z kwaśnym mlekiem jedzone były na *juzynę*, czyli podwieczorek (Bruśnik, Jastrzębia). Ze świeżych gotowanych gruszek przygotowywano *galas* (zupę owocową). Po zagęszczeniu mąką nazywano go *pamułq* (Pogórzanie, ZB: 88).

**Lecznictwo.** Gruszkę z bukietu święconego na Matki Boskiej Zielnej dzielono i zjadano, by ustrzec się przed bólem gardła (analogicznie do jabłka).

**Wierzenia i obrzędy.** Gruszkę nabitą na patyk dodawano do bukietu przygotowywanego na Matki Boskiej Zielnej. W przeszłości suszoną gruszkę podkładano dzieciom pod poduszkę jako upominek od św. Mikołaja (Brzezna). W legendzie znanej na Pogórzu, pod samotną gruszką 6 grudnia św. Mikołaj spotykał się z wilkami: „Zwykle za wsią, na miedzy jest odosobniona grusza. Tam zbierają się w wyżej oznaczonym czasie wilki. Ukazuje im się św. Mikołaj, siwy, poważny staruszek. One mu się skarżą na biedę ludzką mową, a święty pogłaska każdego, zgani” (ZB: 183).

Wierzono, że pomyślność zbiorów grusz można wywróżyć w dniu św. Szczepana: jeśli *nie dużo*, to drzewa będą pozbawione owoców (Górale Nadpopradzcy).

Przestrzegano przed ścięciem starej gruszy, bowiem miało to przynieść nieszczęście. Gdy chciano wyciąć takie drzewo, powierzano to zadanie osobom kalekim lub upośledzonym (Łemkowszczyzna Gorlicka, Reinfuss R., NRR: 115).

W pogórzańskim folklorze znana była zagadka o gruszy:

*Zywam buua, zywychem zywiuua,  
terazem niezywa, zywych w sobie nose,  
kto te gadke zgadnie, bardzo uo to prose.*

(ZB: 251)

Drzewo występowało w ludowych przyspiewkach:

*Stoi grusa w polu,  
słodkie gruse rodzi,  
powiydz, powiydz moja miło,  
kto do ciebie chodzi.*

(Podegrodzie, PLLP: 144)

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051. AGOKP: k., ur. 1928, Brzezna 2001. **Literatura:** Brylak-Załużska M., KLGs; Reinfuss R., NRR; Reinfuss-Janusz K., KLGn; Reinfuss-Janusz K., KLGs; ZB.

## GRZYBY

Sądecczyzna gęsto porośnięta lasami obfitowała w grzyby, które zbierano z przeznaczeniem na sprzedaż i na własne potrzeby. Dzięki sprzedaży grzybów na jarmarkach, targach lub w skupach uzyskiwano dodatkowy, sezonowy dochód. W okresie pańszczyźnianym mieszkańcy wsi mieli obowiązek zaopatrywać w grzyby latyfundia i folwarki (np. dotyczyło to wsi należących do latyfundium starosądeckiego), a ilość i czas zbierania grzybów były określone przez serwituty.

Gatunki grzybów rozpoznawano po zapachu, barwie i smaku. Do grzybów cenionych i zbieranych należały: prawdziwki (borowik szlachetny), rydze, podgrzybki, opieńki, *cygany* (sarniak dachówkowaty), *biele* (mleczaj biel), *lisówki* (pieprznik jadalny, kurka), *pociece* (borowik ceglstopory), *smardze* (smardz jadalny), kozaki, koźlarze babki, koźlaki pomarańczowe, maślaki, gołąbki zielone, gołąbki jadalne, zielonki, olszówki (krowiak podwinięty – obecnie uznawany za trujący), kanie, *posadówki* (podobne do pieczarek), *gliwy* (rosnące na drzewach) (Górale Sądeccy i Nadpopradzcy), gołąbki: jałow-

cowe, jodłowe, brzozowe, sosnowe, bukowe; *mrozule* (serowiatka zielonawa), *siwule*, *krówki*, *biela*, *podciece*, *lisówki*, *granatki* (goździeniec żółty), maślaki (*maśluchy*), rydze (Pogórze Gorlickie); *szmazdrze* (smardze), pieczarki, szampiony, prawdziwki, *liskowce*, *świerkowce*, *sadówki*, *paluszki*, kozaki, *maśluchy* (maślaki), gołąbki siwe, *cukrówki*, *biele*, *świerkówki*, *jodłówki*, *krówki* żółte i białe, *świnki*, *kobyłe wargi*, *pazurki*, *pęпки gęsie*, *podpink* żytnie i pszeniczne (Pogórzanie).



**Przechowywanie.** Grzyby suszono albo konserwowano poprzez wekowanie, pasteryzowanie lub kiszenie. We wsi Zasadne do suszenia używano deski nabitej gwoździami (jak *sceć* do czesania lnu), na gwoździe nabijano grzyby, deskę kładziono na blasze lub blisko pieca. Również suszono je na słońcu rozkładając na *laskach* lub nad piecem nanizane na sznurek. Po wysuszeniu

grzyby przechowywano w płóciennych workach, wieszając na strychu na krokwiach. W okresie międzywojennym zaczęto przechowywać grzyby w słoikach typu wek (duszone grzyby zalewano tłuszczem) lub poddawano je pasteryzacji. Kiszenie odbywało się w drewnianych faskach lub kamiennych garnkach.

**Pożywienie.** W kuchni grzyby używano w licznych potrawach, w formie suszu, świeże lub zakonserwowane; gotowano je i dodawano do potraw świątecznych (kapusta z grzybami) i codziennych. Grzyby traktowano jako pożywienie postne. Na przednówku, w okresie wyczerpywania zapasów, dodawano grzyby do potraw głodowych, np. do *wodzianek*, czyli rzadkich zup lub polewek, jako składnik poprawiający smak i zagęszczający. Stanowiły one składnik farszu do pierogów (zmieszane z kiszoną kapustą), gołąbków (zmieszane z kaszą), uszek, zup (barszcz grzybowy, żur, *kapuściorka*) i sosów (podsmażane i zaprawione mąką razową); dodawano je do gotowanej białej kapusty i bigosu; do klusek, ziemniaków, kaszy; surowe pieczono na blasze kuchennej lub patelni; dodawano do jajecznicy; smażyono na tłuszczu po uprzednim ugotowaniu lub tylko gotowano (Reinfuss-Janusz K., KLGS).

**Lecznictwo.** Gorące okłady z suszonych grzybów stosowano jako środek leczący ból gardła.

Przeciwno owadom stosowano miksturę z pokrojonych w paski muchomorów, zalanych mlekiem i zasypanych cukrem.

**Wierzenia i obrzędy.** Mieszkańcom Sądecczyzny znane było popularne w ludowym folklorze podanie wiążące powstanie grzybów ze św. Piotrem, który próbował zjeść chleb w tajemnicy przed wędrującym z nim Jezusem. Gdy tylko apostoł brał do ust cząstkę chleba, Chrystus odwracał się w jego stronę, wówczas Piotr wypluwał jedzony kęs. Zapytany w końcu, co robi, odpowiedział,

że sieje grzyby. W tym momencie rzeczywiście zaczęły one wyrastać z wyplutych kawałków pieczywa (CG: 55). Dlatego pierwszy wysyp grzybów ma miejsce blisko dnia św. Piotra i Pawła (29 czerwca). Przypomina o tym przysłowie: „Pieter, Paweł grzyby sieją, jak poleje – kosą zbiorą” (PWIPG: 7).

Płony pierwszych siewów gospodarze rozpoznawali po grzybach – jeśli wiosną rosły one obficie, znaczyło to, że wczesne żyto będzie udane. Podobne obserwacje czynili jesienią, jeśli grzybów było dużo, to oziminy można siać „pod sam śnieg” (Górale Sądeccy). Deszcz w dniu św. Grzegorza (9 maja) wróżył obfitość grzybów, ładna pogoda wskazywała, że będzie ich niewiele. By w lecie zapewnić sobie powodzenie przy zbieraniu grzybów, w zapusty spożywano jaja – gotowane lub jajecznicę (Pogórze). Wracając z wielkanocnym święconym jądłem, należało po drodze zbierać do koszyków ze święconką trzaski, miało to przynieść szczęście przy zbieraniu grzybów (Łemkowszczyzna).

**Literatura:** CG; PWIPG; Reinfuss-Janusz K., KLGS; Strauchmann E., KLGS; ZB.

# H

## HUBA

Hubami nazywane są grzyby nadrzewne o owocnikach twardych, często zdrewniałych, korkowatych lub skórzastych. Wysuszone huby wykorzystywano jako podpałkę. Najczęściej zbierano hubę rosnącą na jabłoniach, bukach i jodłach.

**Lecznictwo.** Hubę spożywano przy zatruciach żółądka (Kunów) [informatorka nie umiała powiedzieć, w jaki sposób ją przygotować].

**Weterynaria.** Hubą (*popielatym grzybkiem*) okadzano krowę, gdy miała kolkę lub katar (Nowy Sącz).

**Wierzenia i obrzędy.** W Wielką Sobotę wieczorem chłopcy nieśli do kościoła wysuszone huby, odcięte z jabłoni, jodły lub buka, zamocowane na drucie i odpalali je od ogniska rozpalanego w tym dniu przed kościołem. Tłące się huby zanosili do domu, by ogień nie zgasł, huśtali je przez całą drogę. Dymem okadzano dom, zabudowania gospodarcze i cały inwentarz, „by złemu duchowi przystęp zagrozić” (Kroh M., KLGs: 397). Podczas okadzania domownicy powinni wdychać dym. Kilka iskier wpuszczano do studni, co miało chronić wodę przed złem (Pasierbiec). Zagrodę, z ogniem przyniesionym na hubie, obchodzono trzykrotnie, zgodnie z kierunkiem słońca i tak, by dom był po prawej ręce, a złe odchodziło w lewo. Jak zapamiętali starsi mieszkańcy Łącka, przy okadzaniu domu i stajni „mówiło się coś takiego, że wszystkie myszy i inne gady mają wychodzić z domu” (Kroh M., KLGs: 397). Od święconej huby rozpalano nowy ogień w palenisku, wcześniej wygaszając stary, przy tym

starano się utrzymać nowy ogień przez cały rok (Kwaśniewicz K., SZKLBS: 21). Huba była używana do odczytania czarów rzuconych na owce. Gdy uczynił to jakiś owczarz czy baca, trzeba było *skrzeseć* ogień za pomocą krzesiwka i hubki, gdy hubka zaczynała się tlić, należało dołożyć trzy trzaski ustrugane z laski używanej przy pasieniu owiec; taki ogień miał palić wnętrze owczarza, który rzucił czary (SWLBW: 36).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1942, Kunów, nr inw. 1002; k., ur. ok. 1910, Nowy Sącz, nr inw. 1034; k., ur. 1916, Kamienica, nr inw. 1030. **Literatura:** Kroh M., KLGŚ; Kwaśniewicz K., SZKLBS; SWLBW.











# J

## JABŁOŃ (*Malus Mill.*)

Sady jabłoniowe występowały na terenie całej Sądeczyny, tradycja ich uprawy sięga XIII w., a szczególny rozwój nastąpił od XIX w. Niemal przy każdym domu rosto po kilka jabłoni, w wielu zagrodach zakładano duże sady. Do tzw. starych odmian należały: szara reneta, złota reneta, kosztela, malinówka, kronselka, koksa, grochówka, papierówka, antonówka, landsberska, cesarz wilhelm, żelaźniak, bankroft. Inne odmiany uprawiane, to: królowa renet, papina londyńska, blenheim, koksa pomarańczowa, boskoop, oliwka żółta, oliwka czerwona. Po II wojnie światowej stopniowo znikwały stare gatunki jabłoni, a ich miejsce zaczęły zajmować nowe, przemysłowe i niskopiennie odmiany, których pielęgnacja i zbiór były łatwiejsze, a które gwarantowały większe plony: jonagold, szampion, ligol, golden delicious, gala.

**Pożywienie.** Zapasy jabłek stanowiły ważne uzupełnienie pożywienia, zwłaszcza na przednówku, gdy wyczerpywała się żywność zgromadzona na zimę. Przechowywano je na kilka sposobów: kopcowano razem z ziemniakami, lecz wtedy wchłaniały ich zapach i szybciej się psuły; podobnie w piwnicach; w sásiekach z ziarnem, lecz skutkowało to szybkim gniciem owoców; na strychach w drewnianych skrzynkach czy pakach, owinięte słomą. Najlepszym sposobem, by się nie zepsuły, było suszenie na słońcu lub w dymie w suszni (owoce kładziono na tzw. *laskach*, których dno wykonywano z cienkich patyczków). Ususzone owoce przechowywano w płóciennych workach na strychu.

Jabłka spożywano świeże (na bieżąco), jako niesłodzone kompoty, nadzienie do pierogów lub świątecznych ciast, dodatek do kaszy i makaronu, przygotowywano z nich marmoladę. Suszone owoce używano jako składnik słodkich polewek (*galas, suscanka, jabconka*) (Reinfuss-Janusz K., KLGS: 337, 346). *Galas* przygotowywano z dojrzałych owoców (jabłek, gruszek, śliwek), które należało rozgotować w niewielkiej ilości wody, przetrzeć przez sito. Do tak otrzymanego przecieru można było dodać śmietaną. *Galas* podawano z ziemniakami lub łazankami (KLS: 30). Jabłko do krup obierano i ścierano na tarce. Następnie masę przekładano warstwami z ugotowaną na miękko kaszą w kamionkowej misie, posmarowanej masłem. Całość posypywano cukrem, cynamonem, z dodatkiem masła. Tak przygotowaną potrawę przykrywano i zapiekano (KLS: 45). Umytymi, bez gniazd i startymi owocami odmian renety lub antonówki nadziewano tuszę kaczkę, którą zapiekano. Pieczone jabłko używano w tej potrawie jako dekorację (KLS: 54). Jabłka wykorzystywano również jako dodatek do smalcu (KLS: 60), robiono z nich wino (KLS: 84), papierówki wekowano w słodkiej zalewie (KLS: 82) lub przygotowywano deser: przesmażoną szarą renetę wzmacniano śliwowicą, dodawano do niej ubite białka i zapiekano (KLS: 117). Z jabłek szykowano postne świąteczne potrawy: *jabconkę* (nalewkę z jabłek) czy kompot z *susek* w Wigilię Bożego Narodzenia.

**Lecznictwo.** Jabłka wykorzystywano przede wszystkim w profilaktyce i leczeniu chorób gardła. Szczególną moc miały owoce poświęcone w dniu św. Błażeja oraz w święto Matki Boskiej Zielnej. Owoce należało zjeść ze skórką zaraz po przyjściu z kościoła: „To tako radoś, zdrowie. Jak my przyniosły, to mama wzięła na stół, pokrojuła i wszystkich nos podzieluła tem jabkiem, nie wolno było łupić ino z tem wszystkim. Rzadko kto miał jabłoń, rarytas był” (Łomnicka-Dulak W., Hołda J.,

KLGN: 33). Ból gardła leczono także dymem ze skórki jabłka święconego w dzień św. Błażeja. Wierzono, że poświęcone jabłka pomagały zapewnić ogólne zdrowie: „Jak się to jabłko poświęci, to że człowiek będzie taki zdrowy jak to jabłko cały rok”.

**Wierzenia i obrzędy.** Jabłoń uważano za „pierwsze drzewo na ziemi” i utożsamiano z rajskim drzewem wiadomości dobrego i złego. Jabłko kojarzono z owocem zerwanym przez Ewę, jego czerwony kolor miał przypominać o wstydzie pramatki. Czerwone, a więc dojrzałe jabłko, było symbolem zdrowia i dobrobytu, a także płodności, miłości i zalotów. Miało duże znaczenie obrzędowe i magiczne. Kiedy po II wojnie światowej rozpowszechnił się zwyczaj obdarowywania dzieci w dniu św. Mikołaja, jabłka, obok pieczonych w domu ciastek, były najczęstszym upominkiem wkładanym pod poduszkę.

Pannom na wydaniu gałązka jabłoni służyła do wróżb matrymonialnych. Jeśli ucięta i wstawiona do wody w dniu św. Łucji, w Boże Narodzenie pokryła się kwiatami – przepowiadała szybkie zamążpójście. Dziewczyna mogła też w tym dniu wybrać sobie ładne jabłko, położyć je w oknie i każdego dnia aż do Wigilii wbijać w nie po jednym kołeczku. Po obiedzie wigilijnym spożywała jabłko, wierząc, że kiedy je ugryzie, ukaże się jej przyszły ukochany (WilNS: 529).

Małymi jabłkami dekorowano wieszaną w izbie bożonarodzeniową podłaźniczkę, a w późniejszych czasach także choinkę. Owoce wybierano ze względu na barwę, co według niektórych źródeł nawiązywało do biblijnej historii Ewy: „Jabłka tylko czerwone musiały być. Czerwone, że Ewa zerwała i się wstydziła później Pana Boga. Przez to, że się czerwieniła, to jabłko na tą pamiątkę” (Kokuszka, Hołda J., KLG N: 507). Zerwanie owocu z podłaźniczki przez kawalera odwiedzającego dom panny

lub obdarowanie jabłkiem przez dziewczynę odczytywano jako deklarację miłosną. Potrawy z dodatkiem jabłek (m.in. pierogi z jabłkami, *pałyga* z rozgotowanych owoców, kompot z suszu) podawano podczas wieczery wigilijnej. Na jej zakończenie, dla zapewnienia zdrowia w nadchodzącym roku, spożywano surowe owoce, które jednak „musiały być zdrowiuteńkie, coby żadnej nie miały skazy”.

Okres świąt Bożego Narodzenia (północ w Wigilię lub dzień św. Szczepana) sprzyjał także zabiegom mającym zapewnić dobre owocowanie jabłoni. W okolicach Podegrodzia gospodarz z synem szedł wówczas do sadu czy ogrodu i zamachując się siekierą, zapytywał kolejno drzewa „Będziesz rodiło?”, na co syn zza drzewa odpowiadał „Będę”. Obwiązywał przy tym jabłoń powrótami ze słomy ze snopa wigilijnego stojącego w izbie. Jabłka święcono w dniu św. Błażeja, owoce wkładano do koszyka ze święconką w Wielką Sobotę, zatknięte na patyk umieszczano w bukietach przygotowywanych na Matki Boskiej Zielnej – „Jabłko z gałęzią, żeby się nom darzyło”.

W tekstach folklorystycznych jabłko występowało jako figura dojrzałości seksualnej i zalotów:

*Muzycko grejze mi,  
Dziywcy no dejze mi  
Cyrwone jabusko,  
Co go mos w kiesoni.*

*Muzycka mi grała,  
Dziywcy na mi dała  
Cyrwone jabusko  
Co w kiesoni miała.*

(Lachy Sądeckie, ZRRJ)

czy

*Sadziłam se jabłusecka przed sieniom,  
Cyrwieniom się jabłusecka, cyrwieniom.  
Cyrwieniom się jabłusecka i wiśnie,  
Przyjechali po to Rózie umyślnie.*

(Maszkowice)

Małe czerwone jabłuszka lub rajskie jabłka dodawano do różdżki weselnej. Na Łemkowszczyźnie owoce zatykano na każdej odrośli sosnowego rogala, z którego przygotowywano ten rekwizyt obrzędowy. Motyw czerwonego jabłka pojawiał się także w pieśniach śpiewanych przez dziewczęta przygotowujące wieńce dla młodych:

*Wij sia nam winoczku hwatko,  
Jak czerwieni sia jabko.*

(Łemkowie, ŚL: 65)

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 69, Biała Niżna, nr inw. 924; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066; k., l. 57, m., l. 71, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; m., l. 73, Łabowa nr inw. 1054; k., l. 45, Promienna, nr inw. 1061; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1063; k., l. 51, Łącko, nr inw. 1067; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 63, Kamienica, nr inw. 1048; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1059; k., l. 77, Falkowa, nr inw. 1062; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 77, Stara Wieś, nr inw. 917; k., l. 67, Zasadne, nr inw. 1045. **Literatura:** KLS; Kroh M., KLGS; Kwaśniewicz K., SZKLBS; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Madzik J., NRR; Reinfuss-Janusz K., KLG; Reinfuss-Janusz K., KLGS; ŚL; Tylkowa D., SZKLBS; Wacławski A., NRR; Woźny A., KLGS; ŚBNUGP; TLP; WiłNS; ZB.

## JAŁOWIEC (*Juniperus L.*)

**Pożywienie.** Owoce jałowca używano jako przyprawę, dodawano dla zapachu do wędlin (Kunów) czy do baraniny (Łabowa), razem z gałęziami i drewnem stosowano jako środek konserwujący. Drewno jałowcowe – też dla zapachu – łączono z innym w wędzarniach (Górale Nadpopradzcy). Z owoców sporządzano „bardzo zdrową” nalewkę jałowcową (Łabowa). Gałązkę jałowca wkładano do szafy między ubrania przeciw mołom (Biała Wyżna). Z jego korzenia pleciono koszyki. Gałęzie wykorzystywano do wyrobu lasek (pasterskich, weselnych, dla osób starszych). Stroik *wrascoka* (odmiana piszczałki) robiono z jałowca (Kurzeja M., KLG: 428).

**Hodowla.** W zimie gałęzie jałowca stanowiły uzupełnienie paszy dla zwierząt. W ogrodzenie owczarni zatykano krzaki jałowca, które owce mogły podgryzać (Łemkowszczyzna Gorlicka). Dymem z gałęzi jałowca, wziętej z poświęconej palmy wielkanocnej, okadzano bydło przed pierwszym wyjściem na wypas bądź w razie choroby (Nowy Sącz), ale także aby ustrzec je przed wszelkim złem (Biała Wyżna, Florynka).

**Lecznictwo.** W lecznictwie wykorzystywano przede wszystkim owoce jałowca, tzw. *torki*. Jedzenie świeżych, dojrzałych owoców pomagało przy niestrawności (Kamienna), pogryzione *torki* łagodziły ból żołądka, wspomagały leczenie chorób wątroby (Piwniczna-Zdrój), a jedzone systematycznie po „cztery ziarenka dziennie” – nerek (Ropa). Szerokie zastosowanie miał napar z owoców. Uważano, że „działa zapobiegawczo przeciwko wszelkim chorobom”, jest skuteczny szczególnie w leczeniu nerek i przewodu moczowego (Ptaszkowa, Nowy Sącz), przy chorobach serca oraz przewodu pokarmowego (Nowy Sącz, Kamienica), zmieszany z macierzanką – przy astmie (Łabowa). Wywar

z jagód i gałązek pito przy chorobach pęcherza (Piwniczna-Zdrój). Kąpiele w odwarze z korzeni jałowca były zalecane kobietom „jeśli regularność nie przychodzi we właściwym czasie”. W lecznictwie stosowano też dym z nasion, najlepiej zbieranych jesienią, gdy mają kolor czarny. Jego wdychanie zalecano przy astmie (Stróże), okadzano nim zalęknione dzieci (Biała Wyżna, Florynka, Cieniawa). Dym ze święconego jałowca był też skuteczny na bolące gardło.

**Wierzenia i obrzędy.** Ziarna jałowca powszechnie święcono na Trzech Króli. Po powrocie z kościoła dymem ze święconych *torek* (oraz żywicy z sosny) trzykrotnie okadzano dom i oborę (Kamienica, Dobra), pozostałą część święconych ziaren starannie przechowywano i używano w razie potrzeby do okadzania chorych.

Gałązkami jałowca przystrajano palmy wielkanocne (Brzezna). W Kwietną Niedzielę, wraz z palmami, święciło się także jałowiec, dodawany później do kadzidła (Podegrodzie, Brzezna). Jałowiec (oraz tarninę), na pamiątkę korony cierniowej Chrystusa, palono w Wielką Sobotę przed kościołami (Nowy Sącz). Gałązki jałowca dodawało się do ognisk rozniecanych w drugi dzień Zielonych Świątek (Lachy Sądeckie), z jałowca, ściętego odpowiednio wcześniej i wysuszonego, sobótkowe ognie rozpalali pasterze łemkowscy.

Dymem z jałowca, zmieszanego z żywicą sosny, okadzano pomieszczenie, w którym spoczywał nieboszczyk (Biała Wyżna, Florynka, Cieniawa). Pęk gałązek jałowca (też jedlinowych lub świerkowych) przybijano na środku żerdki, z której była zrobiona brama weselna (Lachy Podegrodzkie).

Jałowiec był także motywem znanym z sądeckich przysłów, zwykle o tematyce matrymonialnej:

*Mamusiu, mamusiu, nie daj mnie za gdownca,  
bo by mi uwili wionecek z jałowca.*

(Górale Nadpopradzcy, ND: 95)

czy

*Zielona ruta, jałowiec,  
lepszy kawaler niż wdowiec.  
Wdowiec ci będzie wmawiał,  
Ze tamtą żonkę lepszą miał.*

(Pogórzanie, ZB: 230)

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1942, Kunów, nr inw. 1002; m., l. 49, Biała Wyżna, nr inw. 930; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; k., l. 65, Ropa, nr inw. 912; k., l. 75, Stróże, nr inw. 931; k., l. 81, Ptaszkowa, nr inw. 962; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., ur. 1934, Kamienica, nr inw. 1032; k., ur. 1900, Piwniczna-Zdrój, nr inw. 1003; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052. AGOKP: k., ur. 1914, Podegrodzie 2001; m., ur. 1925, Podegrodzie 2001; k., ur. 1935, Brzezna 2001; k., ur. 1911, Brzezna 2001; k., ur. 1914, Podegrodzie 2001.

**Literatura:** CG; Hołda J., KLG; Kroh M., KLGS; Kurzeja M., KLG; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; ND; Reinfuss-Janusz K., KLGS; Reinfuss-Janusz K., KLG; Woźny A., KLGS; Woźny-Tondyra A., KLG; ZNIPWP.

## JARZĘBINA, JARZĄB POSPOLITY (*Sorbus aucuparia* L.)

Jarzębinę nazywano również *jarząbkim* (Piątkowa), *judą* lub *judaszowym drzewem*, ponieważ wedle podań ludowych na niej powiesił się Judasz (Łemkowie, Górale Nadpopradzcy). Zbierano jagody jarzębiny, które można spożywać przemarznęte lub po przegotowaniu. Z owo-

ców robiono konfitury lub sok. Na zimę gromadzono susz, z którego parzono „herbatkę”.

**Lecznictwo.** Uważano, że owoce jarzębiny są „źródłem witamin” (Łabowa) i mają działanie przeciwzapalne (Nowy Sącz). Sok i napar (ze świeżych lub suszonych owoców) pito na kaszel (Florynka), „na zrosty” na żołądku (Ropa), na żołądek (Piątkowa), przy zapaleniu żył (Nowy Sącz), w leczeniu żyłaków (Ropa). Mączkę z tłuczonego suszu rozrobioną z wodą zalecano pić „na kłucie serca” (Łabowa).

**Wierzenia i obrzędy.** Na Łemkowszczyźnie przy karczunku lasu i ścince drzew jarzębinę pozostawiano nietkniętą (Reinfuss R., NRR: 98). Gałązki jarzębiny dodawano do wieńców dożynkowych (Piwniczna-Zdrój) i bukietów święconych w dniu Matki Boskiej Zielnej.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 65, Ropa, nr inw. 912; m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., ur. 1901, Ropa, nr inw. 966; k., ?, Piątkowa, nr inw. 1015; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Reinfuss R., NRR; RWWIZL.

## JAWOR, KLON JAWOR (*Acer pseudoplatanus* L.)

Jawor to drzewo często występujące w sądeckich lasach. Dokumentują to liczne toponimy nawiązujące do „jaworzyny”, „jaworzynki” (np. Jaworzyna Krynicka, Jaworzyna Kokuszczańska, Jaworzyna Kamienicka, Jaworzynka, Hala Jawor i in.). Odnoszą się one do miejsc (uroczysk, polan, szczytów), w których liczniej występował jawor w składzie gatunkowym drzewostanu. Jawor często sadzony był w zagrodach, według dawnych tradycji wierzono bowiem, że chroni dom przed złymi mocami, a mieszkańcom zapewnia pomyślność.

Drewno jaworowe, twarde, wykorzystywano do wytwarzania narzędzi (np. jaworowe *kosiska*, Łomnica), przedmiotów gospodarczych (np. sąsieki, Pogórzanie), mebli. Robiono z niego instrumenty muzyczne, m.in. fujarki pasterskie czy skrzypce, o czym przypomina śpiewka zanotowana przez Kolberga:

*Grajcie mi, grajcie,  
Skrzypeczki z jawora,  
Nie będziecie grały,  
Ino do wieczora.*

(Jedlna, DWT45, cz. II: 85)

Uważano, że „jawora trza było ścinać na nowiu, żeby sie go chroboki nie chytały, nie zwiyrcały do imentu” (Reinfuss-Janusz K., KLG: 118).

**Folklor.** Powszechnie znana była dziecięca zabawa: „Jawor, jawor, jaworowi ludzie”. Jawor, szczególnie zielony, był częstym motywem pieśni ludowych:

*U mej matki kochany  
Stoi jawor zielony,  
Zielony, zielony, zielony.*

(DWT45, cz. II: 21)

czy

*Na sród dworu jawor stoi, hej, leluja!  
Na jaworze złota rzęsa,  
I przylecieli złote ptaszęta,  
I obtrzęśli złote, złote rzęsy.*

(DWT45, cz. I: 76)

**Literatura:** DWT45; Kurzeja M., KLG; Reinfuss-Janusz K., KLG.

## JESION WYNIOSŁY (*Fraxinus excelsior* L.)

Jesion to jeden z gatunków drzew tworzących lasy karpackie, występujący na wilgotniejszych siedliskach w niższych położeniach, głównie podgórskich. Posługiwano się również nazwą gwarową *jasion*, *jasień* (Górale Nadpopradzcy). Często sadzono go koło domu. Ceniono ze względu na twardość i wytrzymałość. Z drewna jesionowego wykonywano narzędzia gospodarcze, np. drewniane elementy żaren, wyposażenie olejarni (Ceklarz K., KLGs: 233, 260) czy twarde elementy wozu, np. *głowy*, czyli piasty kół. W Łomnicy zanotowano wierszyk:

*Co ty robisz kołodzieju – Macieju?  
Robię koła, robota to wesoła.  
A z czego robisz te koła?  
Robię z dębu i jesiona.*

(Łomnica, Ceklarz K., KLGs: 515)

Ulistnione gałęzie jesionu zbierano pod koniec sierpnia. Służyły one zimą jako uzupełniająca pasza dla owiec (Woźny-Tondyra A., KLGNT: 141). Z jesionowego pręta robiono laski pasterskie oraz trzonki do siekierok družbackich (Majerczyk D., KLGs: 424).

**Wierzenia i obrzędy.** Drzewo miało przynosić pomyślność, chroniło domostwo przed piorunem i wszelkim złem. Uważano też, że jesion odstrasza węże (CG: 65). „Dla oddalenia z domu węży” w Limanowskim w wigilię Zielonych Świątek liśćmi jesionowymi zatykano szpary w budynkach (RWWIZL: 172).

**Literatura:** CG; Ceklarz K., KLGNR; Ceklarz K., KLGs; Majerczyk D., KLGs; Reinfuss-Janusz K., KLGn; RWWIZL; Woźny-Tondyra A., KLGn.

## JEŻYNA (*Rubus fruticosus* L.)

Jeżyna w taksonomii ludowej obejmowała różne gatunki dziko rosnącego (w lasach i na polanach leśnych) krzewu kolczastego, rodzącego czarne lub niebieskawe owoce. Bardzo często jeżyna (*Rubus fruticosus* L.) nie była odróżniana od popielicy (*Rubus caesius* L.). Krzew lub jego owoce nazywano również *ostrężyną* i *czernicą*. Jeżyny zbierano nie tylko na własny użytek, także na sprzedaż. Na Łemkowszczyźnie Gorlickiej owce i kozy wypędzano wczesną wiosną (w lutym lub marcu) na paszę do lasu, w miejsca porośnięte krzewami jeżyn.





**Pożywienie.** Owoce jeżyn stanowiły ważne uzupełnienie codziennej diety. Jedzono je świeże bądź suszone. Na zimę przygotowywano z nich konfitury, soki i susz. Używano ich jako omastę dań (kasza, klusek, makaronów) lub spożywano bez dodatków.

**Lecznictwo.** W celach leczniczych wykorzystywano liście, owoce, kwiaty, a nawet korzenie; świeżo zebrane lub suszone. Korzenie i pączki zbierano w maju. Zielone (niedojrzałe) jagody suszono na strychu, w ocienionym miejscu (Zasadne). Uważano, że produkty z jeżyny posiadają dużo witaminy C (Kunów), a także właściwości odkażające i bakteriobójcze (Nowy Sącz). Sok lub „herbatę” podawano „na wszystko” (Łabowa), w szczególności przy zaparciach (Zasadne) i przeziębieniach (Nowy Sącz).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ur. 1932, Zasadne, nr inw. 994; k., ur. 1942, Kunów, nr inw. 1002; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024. **Literatura:** Reinfuss-Janusz K., KLGŚ; Reinfuss-Janusz K., KLGŃ; RWWIZL.

## JĘCZMIEN (*Hordeum* L.)

Zwany także *jarcem* (Górale Nadpopradzcy).

**Uprawa.** Jedno z uprawianych zbóż ozimych, dających krótką słomę i kłos z długimi ościami. Obsiewany na *tłokach* (polach stojących odłogiem co drugi rok, Łomnica) i lekkich gruntach, czasem siany na ziemniaczyskach (polach po ziemniakach) bądź na świeżo nawożonych gruntach (Pogórzanie Gorliccy). Słomą jęczmienną karmiono wyłącznie krowy i woły.

**Pożywienie.** Z ziaren jęczmienia uzyskiwano mąkę i kaszę. Z mąki jęczmiennej pieczono chleb i gnieciono kluski jęczmienne (uznawane za potrawę głodową). Grubą

kaszę jęczmienną, czyli pęczak (*pencok*), podawano ze śliwkami, grzybami, ziemniakami, kapustą, grochem; jako samodzielne danie omaszczano tłuszczem (olejem, masłem, słoniną, skwarkami), serwatką, słodkim bądź kwaśnym mlekiem. Korzystano z pęczaku, żeby zagęścić inne dania (zupy, rosół, dania z kapusty). Na jego bazie gotowano zupę z *pencokami* (kasza gotowana z większą ilością wody, Górale Nadpopradzcy). Podobnie wykorzystywana była drobna kasza jęczmienna.

**Lecznictwo.** Za pomocą ziaren jęczmienia leczono jęczmień, nazywany też „opryszczką na oku”. Gdy tylko dolegliwość zaczynała się rozwijać, chore miejsce należało „podziubać” ziarenkiem jęczmienia. Najlepiej nadawało się do tego ziarno znalezione w szparze stodoły, które wpadło tam w czasie młócenia na boisku. Ważne było, by po zakończeniu zabiegu ziarno spalić w piecu (Piwniczna-Zdrój). Innym sposobem było zażegnywanie jęczmienia przez kreślenie na oku znaku krzyża ziarnem jęczmienia siedem razy (Nowy Sącz, RWWIZL: 177). Można też było dziewięć ziaren jęczmienia przerzucić przez głowę na ogień i uciekać prędko, żeby nie usłyszeć pęknięcia ziaren w ogniu, lub omleć jęczmień w żarnach wspanak do trzeciego razu (ZB).

**Wierzenia i obrzędy.** Ziarna jęczmienia (razem z pszenicą, żytem i owsem) sypano na stół wigilijny (Pogórzanie). *Podłażnicy* odwiedzający domy w dniu św. Szczepana do obrzędowego obrzucania domostwa zbożem nie używali jęczmienia, uważając, że „jęczmień to chlyb, a chlebem się nie rzucało” (Górale Nadpopradzcy, Hołda J., KLGŃ: 343). Kłosa jęczmienia, „który jest dla nas jako pokarm, a także wyrabiają z tego piwo” (Gostwica), podobnie jak inne zboża, należały do najważniejszych składników bukietów święconych w dniu Matki Boskiej Zielnej (Łabowa, Falkowa). Jęczmień przeznaczony do siewu święciło się w święto Matki Boskiej Siewnej (Kamienica).

W ludowej demonologii dym *smendzony* z mąki jęczmiennej uważano za pokarm wzmacniający planetników, czyli istoty kierujące chmurami; opowiadano, że planetnicy „pchają te chmury i jak tak se podkadzą, to mają dodatkowo więcej siły” (Hołda J., KLGŚ: 462–463).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 77, Falkowa, nr inw. 1062; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060. AGOKP: k., ur. 1932, Gostwica 2017. Archiwum IHKM PAN: Inf. kobieta lat 61, bad. ter. D. Tylkowa, Piwniczna-Zdrój – Trzeźniowy Groń, 1964, Archiwum IHKM PAN, nr inw. 1776, s. 8. **Literatura:** Hołda J., KLGŚ; RWWIZL; Woźny A., KLGŚ; Woźny-Tondyra A., KLGNT; ZB.

## JODŁA POSPOLITA (*Abies alba* Mill.)

Lasy jodłowo-bukowe były charakterystyczne dla pierwotnej puszczy karpackiej. Do dziś jodła powszechnie występuje w Beskidzie Sądeckim, zwłaszcza w piętrze regla dolnego. Należała do najczęściej pozyskiwanego gatunku drewna. Zwana także *jódką*, a jej gałęzie *cetyną* (Górale Nadpopradzcy).

**Gospodarowanie.** Drewno jodłowe wykorzystywano jako budulec domów i innych zabudowań (płazy, belki, gonty, deski), a także jako materiał na narzędzia gospodarcze (np. jarzma), meble, sprzęty domowe, trumny. Stanowiło ważny surowiec opałowy w produkcji węgla drzewnego. Na przełomie września i października zbierano szyszki jodłowe, z których uzyskiwano nasiona, sprzedawane w skupach (m.in. w Piwnicznej, Kosarzyskach).

Gałęzie jodłowe wykorzystywano w zimie jako ściótkę dla zwierząt. Stanowiły one też dodatek do paszy dla owiec, gałęzie siekano (*czatynu z jałyci*, Łemkowie), dawano całe, posypane solą lub zalane osoloną wodą

(Górale Nadpopradzcy) bądź zatykano w zagrodkę *do skubania* (Łemkowie). W lutym lub marcu, jeśli nie było śniegu, to wypędzano owce i kozy na paszę jedlinową do lasu (Łemkowie). Pasterze, podczas pierwszego wypasu, zaganiali owce do *koszaru*, w którym na środku stała choinka jodłowa, przeznaczona dla zwierząt do obgryzania (Górale Sądeccy). Popiół z jodły rozsypywano, by odstraszyć mrówki (Cieniawa). Jedliną – gałązkami lub wieńcami – dekorowano święte obrazy w izbach i kapliczkach.

**Lecznictwo.** W medycynie ludowej wykorzystywano przede wszystkim żywicę, uważaną za „lekarstwo co wszystko zagoi”. Świeżą przykładano na niewielkie skaleczenia, by zatamować krwotok, złagodzić ból i przyspieszyć gojenie. Rany smarowano też maścią z żywicy z dodatkiem słodkiej śmietany albo żywicą stopioną z niesolonym masłem i woskiem pszczelim. Z igieł jodły przygotowywano napar na okłady przy zmianach skórnych (uczulenie, bąble). Wywar z szyszek był zalecany jako środek zapobiegający zatrzymaniu miesiączki. Krzyżyki z gałązek jodły układano na dnie wanienki, w której, w wywarze z kory dębu, dziurawca, macierzanki lub orzecha włoskiego, kąpano dziecko chore na krzywicę (tzw. angielską chorobę). Do takich kąpeli używano także naparu z kory jodły. Kąpiele należało robić 2–3 razy w tygodniu, a po zabiegu dziecko dobrze wygrzać. Drewno jodłowe było najlepsze do odczyniania uroków „z węgielków”.

**Wierzenia i obrzędy.** Jako drzewo wiecznie zielone jodła zajmowała ważne miejsce w obrzędowości oraz wierzeniach. W tradycyjnej ludowej wizji świata była kolumną niebios, jej korzenie, pień i korona łączyły strefy podziemną, ziemską i niebiańską (CG: 65). Uważano, że piorun uderza najczęściej w jodły, drewno takich drzew używano do robienia maślnic, „żeby masło się robiło piorunem” (Cieniawa).

W całym regionie młodymi jodłami lub jedliną przystrajano izbę i obejście z okazji świąt Bożego Narodzenia. U Górali Sądeckich gałązki jodłowe, czasami złożone na krzyż, przybijano nad drzwiami domu, budynków bydłych i spichlerzy, także przy oknach i drzwiach domu. Najlepiej, by były ścięte przez gospodarza przed świtem, „jak jeszcze ptak nie zaśpiewał”, od jednego zamachu siekiery (Kroh M., KLGŚ: 214). W drodze do lasu po drzewko gospodarze ścigali się, wierząc, że który szybciej dotrze do celu, temu będzie sprzyjać szczęście, a zboże najwcześniej dojrzeje (WilNS: 526). Dwanaście nacięć, oznaczających 12 miesięcy, zrobionych na jodle siekierą przez gospodarza w wigilijny poranek, pomagało poznać pogodę w nadchodzącym roku. Żywica wypływająca z nacięcia wróżyła mokry miesiąc. W Wigilię gałązki jedliny zatykano do snopa stawianego w izbie (Łącko). U powały zawieszano podłaźniczkę – ozdobę mającą chronić przed złem i symbolizującą dobrobyt. Mogła to być młoda jodełka (*jedliczka*) lub wierzchołek drzewka zawieszony czubkiem w dół, ewentualnie gałązki ułożone kolistnie, przystrajane jabłkami, orzechami, łańcuchami z lnu, ozdobami wycinanymi z opłatków i ciasteczkami. Także stawiane w izbach choinki zazwyczaj były drzewkami jodły. Przed wieczerzą gospodarz ucinął kawałek gałązki jodłowej i trzymał ją wysoko w trakcie składania życzeń (Kamienica). W Beskidzie Sądeckim znany był zwyczaj przynoszenia gałęzi jodłowej przez podłaźników, czyli gości, którzy odwiedzali domy z życzeniami (DNM: 62). O znaczeniu jodłowego drzewka przypomina podanie odnotowane w Dobrej: „Gdy wszyscy szli do stajenki z darami, to niedźwiedź chcąc też coś ofiarować Dzieciątku wyrwał jodłę i zaniósł ją Panu Jezusowi” (WDWPL: 38).

Jedliny używano się do dekorowania gromnic święconych w dniu Matki Boskiej Gromnicznej, przystrajano nią kapliczki podczas nabożeństw majowych (Górale Sądecki). Żerdź jodłowa mogła służyć jako stelaż dla palmy wielkanocnej, gałązki jedliny dodawano do palm (Górale Sądecki). W Wielką Sobotę m.in. z jedliny rozpa-

przed kościołem ogniska (Biała Wyżna, Stara Wieś). Z gałązek jodłowych, ubieranych bibułkowymi kwiatami, przygotowywano



wianuszki, którymi na Wszystkich Świętych przystrajano mogiły (Górale Sądeccy).

Z małej jedliczki, z której ściągnięto korę z igliwem, robiono stelaż różdżki weselnej. Zwracano przy tym uwagę na liczbę rogali, czyli gałązek – najlepiej, by było ich 8 (Górale Sądeccy) lub jak najwięcej, „bo wówczas będzie dużo dzieci” (Górale Nadpopradzcy). Wierzono, że jeśli różdżka weselna jest zrobiona z jodły, na świat przyjdą dziewczynki (Majerczyk D., KLG N: 567). Gałązki jedliny służyły do przygotowania wieńców, którymi przystrajano konie drużbów weselnych (Górale Sądeccy).

Jedlinowymi wieńcami, przybranymi kwiatkami z bibuły, opasywano trumny podczas uroczystości pogrzebowych, po złożeniu ciała w grobie układano je wokół mogiły.

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908, k., l. 77, Stara Wieś, nr inw. 917; k., l. 43, Cieniawa, nr inw. 936; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052. **Literatura:** CG; DNM; Kroh M., KLG S; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG N; Majerczyk D., KLG N; Reinfuss-Janusz K., KLG N; Siwek A., KLG S; Strauchmann E., KLG S; WDWPL; WilNS; Woźny A., KLG S; Woźny-Tondyra A., KLG N.









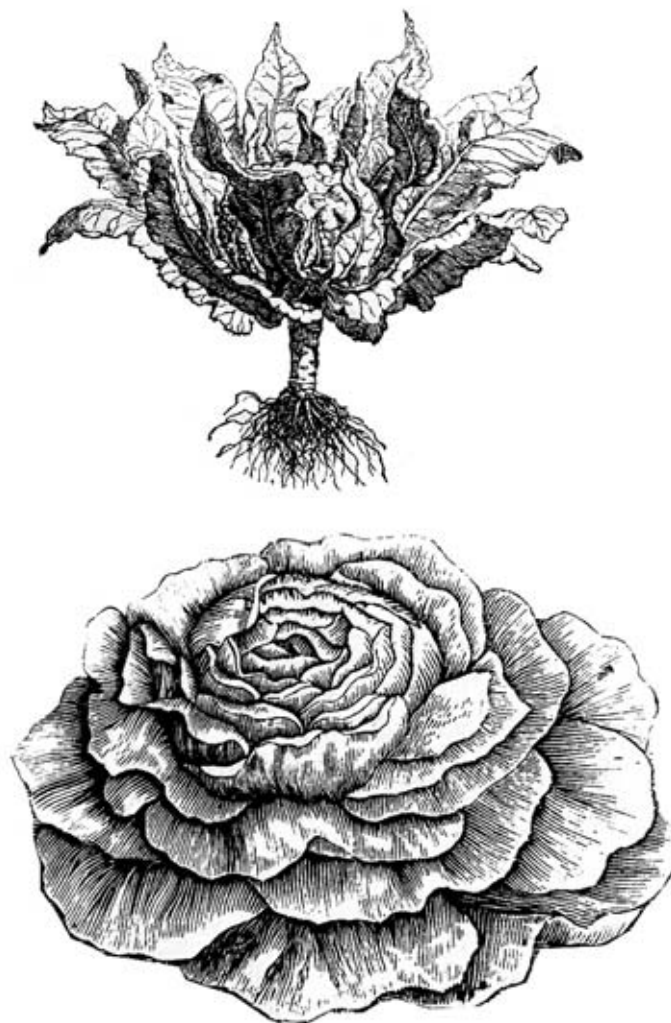


# K

## KAPUSTA (*Brassica oleracea* L.)

**Uprawa.** Kapusta warzywna głowiasta zajmowała do 60% wszystkich upraw warzywnych i stanowiła podstawowy (obok zbóż i ziemniaków) produkt żywieniowy. Rozsadę kapusty wysiewano w ogródkach przydomowych lub specjalnie wydzielonych miejscach, a po upływie kilku tygodni wysadzano na pole. Kapustę sadzono samą lub między ziemniakami. Podstawowym sposobem przetwarzania i konserwacji kapusty było kiszenie. Na bieżące potrzeby latem lub jesienią szatkowaną kapustę kiszono poprzez zalanie gorącą ziemniaczką z dodatkiem skórki z żytniego chleba. Kapusta kiszona stanowiła podstawowy zapas pożywienia na okres zimowy i wiosenny. Kiszenie przebiegało bądź w beczkach, bądź w dawniejszym czasie w dołach (do połowy XIX w.). Beczki do kiszenia, tzw. *przyciory*, mogły mieć pojemność 100–150 l. W zależności od wielkości gospodarstwa i rodziny kiszono do trzech beczek, co miało gwarantować wystarczającą ilość kapusty na cały rok. Beczka z kapustą stała na ogół w sieni bądź w komorze. Kiszono kapustę szatkowaną (*krążoną*) lub całe główki bez głąbów, uzupełnione jabłkami, najchętniej *wanatką zbyszyczką* (Lachy, Pogórzanie). Kapustę czyszczono, *nasiekowano* (*tasokami* na *stolnicach* lub deskach) i *krążono* (szatkowano) na szatkownicach. Poszatkowaną kapustę wkładano do beczki, deptano lub ubijano pałkami. Dodawano okrojone *głębie* (głąby) kapusty, czasem całe główki i jabłka. Kapustę solono i posypywano kminem. Na dno beczki kładziono warstwę liści kapuścianych i kilka łydąg kopru. Wypełnioną beczkę przykry-

wano deskami, zw. *dągami*, a na wierzch kładziono ciężkie kamienie. Beczka pozostawała 8–10 dni w *piekarni* lub izbie, aby *ukiszała*, po czym dokładano kolejną porcję kapusty i przenoszono beczki do sieni lub komory. Na *dągi* dawano lżejsze kamienie. Kiszenie kapusty miało uroczysty i zbiorowy charakter.



Doły do kiszenia kapusty kopano w izbie, wylepiano gliną i moszczono słomą (Pogórzanie Gorliccy). Główki kapusty układano warstwami, następnie kładziono tarcicę, zalewano wszystko wodą i przyciskano kamieniami. Po zakwaszeniu dół zasypywano ziemią. Zakwaszoną kapustę wyciągano, siekano i gotowano. Tak zakwaszona i przechowywana kapusta była zdatna do jedzenia do siedmiu lat. Na Pogórze Gorlickim od poł. XIX w. kapustę również kwaszono w beczkach lub drażonych kłodach.

U Pogórzan zbieranie kapusty zwano *rąbaniem*. Kapustę zwożono do zagrody, pozostałe liście zostawiano na polu do zjedzenia przez wypasane bydło. Najlepsze główki (20–30 szt.) wydzierano z korzeniami i przeznaczano na sadzonki. Po ich ponownym wsadzeniu, czekali do owocowania, a z owocni wybierano nasiona.

**Pożywienie.** Kapustę jedzono świeżą, gotowaną, zasmażaną lub kiszoną, a w niektórych potrawach mieszano różne sposoby jej przetworzenia (np. kiszoną ze świeżą gotowaną). Potrawy przyrządzone ze świeżej kapusty jedzono jesienią i na początku zimy, a z kiszonej wiosną i latem. Kiszoną kapustę najczęściej gotowano przed jedzeniem. Dania występowały w wersji postnej i okraszonej. Jedzono je na co dzień i w dni świąteczne (wesele, Wielkanoc, Boże Narodzenie). Do kapusty dodawano ziemniaki, kasze, kluski, grzyby świeże lub suszone, groch, fasolę, mięso, chleb, łązanki. Podawaną jako samodzielne danie maszczono olejem lnianym lub tłuszczem zwierzęcym (słonina, skwarki). Kapustę zalewano postnym żurem lub *pochlipkami* (niezbyt gęstymi zupami). Wykorzystywano ją jako farsz do pierogów. Liść kapusty był niezbędnym elementem gołąbków, w który zawijano farsz. Stanowiła ona główny składnik bigosu i zup kapuścianych: *kapuśnioku* i kwaśnicy, *zimnioków z kapuśniorką*. Używano też sok z kiszanej kapusty, zwany również *kapuśniorką*. Młody kapustę gotowano z kwaśną śmietaną

lub kwaśnym jabłkiem (Pogórzanie Gorliccy), z mąką lub zasmażką. Masło przeznaczone na sprzedaż, w trakcie drogi na targ lub jarmark, zawijano w liść kapusty.

Kapusta była jednym z najważniejszych składników potraw obrzędowych. Obowiązkowo musiała znaleźć się na stole wigilijnym. Powszechnie podczas wieczery jedzono kapustę z grzybami, ziemniaki z *kapuśniorką*, groch jasek ze świeżą kapustą, groch piechotny z kapustą kiszoną przegryzany chlebem, pierogi z kapustą i grzybami, a także kiszoną kapustę podawaną prosto z beczki. Od kapusty, suto omaszczonej, z kawałkami chudej słoniny, u Górali Sądeckich zwyczajowo rozpoczynano ucztę weselną. W wielu domach na weselny obiad podawano kapustę słodką lub kiszoną z mięsem, z czasem zastąpioną kapustą zasmażaną. W Popielec, kiedy obowiązywał ścisły post, posiłki ograniczano do kiszanej kapusty i pieczonych ziemniaków.

**Lecznictwo.** W ludowym leczeniu stosowano przede wszystkim kapustę kiszoną. Był to sprawdzony środek „na robaki” – owsiki i glisty. Przy robaczycy, zarówno u dzieci jak dorosłych, zalecano spożywanie dużej ilości surowej, mocno zakiszanej kapusty, a także kwasu spod niej, tzw. *kapuśniorki*. *Kapuśniorkę*, możliwie najkwaśniejszą, najlepiej było pić na czczo. Kwas z kapusty zmieszany z siarką był używany do nacierania skóry w przypadku świerzbu.

Kapusta przydawała się także do przygotowania okładów skutecznych przy różnorodnych dolegliwościach. Świeży liść kapusty przyłożony do czoła łagodził ból głowy. Kapustę kiszoną dodawano do stosowanej na okłady serwatki: „To się brało tą serwatkę, szmatę się omoczyło i owiązało się głowę – taką ciepłą, kwaśną serwatką. Albo i kapusty do tego jeszcze dodawali z beczki, kiszanej”. Na bóle stawów towarzyszące reumatyzmowi pomagać miały rozgrzewające okłady ze zmiażdżonych

i podgrzanych liści kapusty. Świeże, rozbite liście przykładano na opuchnięte kolana. Rozgrzewające okłady z liści kapusty były też skuteczne przy bólach brzucha. Okłady z zaparzonej kiszzonej kapusty przykładano na szyję przy bólach gardła (Tylkowa D., SZKLBS: 46). Wskazywano na przeciwnowotworowe właściwości gotowanej kapusty. Dziecku choremu na ospę podawano do wypicia zagrany kwas z kiszzonej kapusty, zmieszany z serwatką, miodem lub tłuszczem. Dla „wzmocnienia bóli porodowych” dawano położnicy pokarm innej kobiety utłuczony z nasieniem kapusty (ZB: 395).

**Weterynaria.** Z posolonych i deptanych liści kapusty i buraków przygotowywano kiszonkę, którą karmiono zimą bydło, co miało zwiększyć ich mleczność i polepszyć smak mleka. Krowie przed ocieleniem podawano do jedzenia wywar z gotowanych liści kapusty. Liściem kapusty okładano ranę zadaną owcy przez żmiję. Łemkowie przeciw motylicy stosowali *war* z kwaśnej kapusty (Łemkowszczyzna Gorlicka).

**Wierzenia i obrzędy.** Uważano, że najlepszy dzień do sadzenia kapusty to święto Zwiastowania Najświętszej Maryi Pannie (25 marca). Przestrzeganie tego terminu gwarantowało, że kapusta ładnie rośnie i nie chwytała się jej zaraza. Prace przy rozsadzie można było zaczynać od dnia św. Józefa (19 marca). Należało je zakończyć najpóźniej tydzień przed Bożym Ciałem.

Z sadzeniem kapusty związany był szereg działań o charakterze wierzeniowym. Ziemię pod kapustę orano boso. Przed wsadzeniem pierwszej sadzonki wtykano w ziemię pokrzywę, aby kapusta mogła rosnąć tak łatwo jak pokrzywa. Kapustę skrapiano pomyjami pozostawionymi od Wielkiego Czwartku – dla ochrony przed mszycami i muchami. Pogórzanie uważali, że w trakcie sadzenia kapusty nie wolno jeść i trzeba być boso, żeby gąsienice nie zjadły liści. Sadzeniem kapusty zajmowały się kobiety,

przy czym nie mogły mieć w tym czasie okresu. Kobięcie ciężarnej „nie dawano sadzić kapusty, bo się rozdwała”. By kapusta miała wielkie głowy, należało ją okopywać w wigilię świętojańską (23 czerwca), uważaną za dobry moment do zabiegów związanych z wegetacją. Czasem niewskazanym do tych prac miała być oktawa Bożego Ciała. Panny w trakcie sadzenia kapusty sadziły tzw. *wesela (wszela)*, czyli sadzonkę kapusty mającą przedstawiać chłopca, a drugą sadzonkę dziewczynę, wierząc że jeśli obie sadzonki się przyjmą, to osoby, które sadzonki przedstawiają, pobiorą się. „Kto pierwszy ujrzy żółtego motyla, goni go dopóty, dopóki nie złapie, potem go dusi, trze na proszek i posypuje kapustę, aby ją uchronić od gąsienicy” (Pogórzanie Gorliccy, ZB: 107).

Dla ochrony kapusty w zagon wstawiano stracha (*raroga*), czyli kij nakryty szmatą lub wystawiano wysoką ołupioną z kory gałąź wierzby, przystrojoną skorupami z jaj, aby odwrócić uroki od kapusty. Gdy pojawiały się pierwsze główki, to stawiano *chłopa (Judasza, dziada)* zrobionego ze słomy, przyodzianego w łachmany, z kijem, z faszanką, fajką, szablą, żeby pilnował pola kapuścianego. „Parobcy z owym dziadem odstawiają rozmaite figle i tak zabierają go w nocy z kapusty i zanoszą go dziewczusze, stawiają pod drzwiami z faszanką napełnioną gnojówką i kartką, zawierającą oświadczyzny lub zaproszenie na schadzkę. Często dziad taki w tygodniu obejdzie wieś” (ZB: 107).

Praktyki wierzeniowe służące zapewnieniu dobrych plonów kapusty powtarzały się w licznych zwyczajach dorocznych. Warzywo było wymieniane w życzeniach pomyślności składanych gospodarzom przez kolędników. Dzieci odwiedzające domy w Nowy Rok śpiewały m.in.: „Na szczęście, na zdrowie, na ten Nowy Rok, żeby się darzyła kapusta i groch”.

Na Pogórzu, gdy podczas wieczery wigilijnej jedzono kiszoną kapustę, wszyscy się bardzo krzywili, co miało

odebrać gąsienicom ochotę do żerowania na kapuście. Podobnie u Górali Nadpopradzkich, jedząc potrawy z kapusty, gospodarz mówił: „bryć kapusta, bryć kapusta”, a domownicy mieli po nim powtarzać „bryć, bryć”. Było to określenie czegoś bardzo brzydkiego, mające odstraszyć *chrobacstwo*, które szkodziło kapuście. Z kolei, „żeby kret nie rył w kapuście”, po śniadaniu wielkanocnym łupiny ze święconych jajek i skórki z kiełbasy należało zanieść do ogrodu i wsadzić w zagon. W Wielką Niedzielę gospodyni musiała pamiętać, by się nie położyć, gdyż mogło to skutkować nieurodzajem na kapustę i inne jarzyny. Powszechnie liść kapusty wchodził w skład bukietu przygotowywanego na święto Matki Boskiej Zielnej. Poświęconą wiązkę gospodyni kładła na grządki kapusty, by odstraszyć krety. By kapusta dobrze rosła, sypano między nią święcone zioła. Urodzaj miały zapewnić także gałązki brzozy, którymi w Boże Ciało był przystrójony ołtarz, wbite w grządki.

**Folklor.** Kapusta, jako dodatek do zapustnych tłustości – mięsa i golonki, pojawiała się w przyśpiewkach podczas ostatnich biesiad:

*Jak Zapusty to Zapusty,  
włóćcie spyrki do kapusty,  
a do tego kawał chleba  
i pójdziecie wnet do nieba.*

(Maszkowice, Kroh M., KLGs: 390)

U Górali Sądeckich (Łącko) przestrzegano dzieci, by w dniu wigilijnym nie podjadały, bo jeśli któreś porwałoby „choćby jakiś skwarek albo kawałek kołacza”, w Boże Narodzenie będzie musiało siedzieć pod beczką do kiszienia kapusty i ogryzać stare kierpce.

Powszechnie znane było powiedzenie, że dziecko znajduwane jest w *zogonie z kapustom*.

**Materiał źródłowy.** AMZS: k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; k., l. 63, nr inw. 1049; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 67, Piątkowa, nr inw. 1056; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1063; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; m., l. 65, Sośnie Dolne (Grybów), nr inw. 923; k., l. 65, Siołkowa, nr inw. 929; k., ur. 1930, Ropa, nr inw. 968; k., ur. 1900, Piwniczna-Zdrój, nr inw. 1003. **Literatura:** Hołda J., KLGn; Kroh M., KLGs; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGn; Reinfuss-Janusz K., KLGn; Wacławski A., NRR; Woźny A., KLGs; Woźny-Tondyra A., KLGn; Wrębiak C., NRR; ZB.

## KASZTANOWIEC ZWYCZAJNY (*Aesculus hippocastanum* L.)

Drzewo sadzone jako ozdobne, głównie wzdłuż dróg oraz w parkach dworskich, później także czasami przy zagrodach wiejskich. Jego kwiaty i owoce miały zastosowanie w ludowym leczeniu.

**Lecznictwo.** Preparaty na bazie kwiatów i owoców kasztanowca stosowano przede wszystkim przy reumatyzmie, „suchych bólach” (Biała Wyżna) i chorych korzonkach. Dolegliwości miało łagodzić już samo noszenie przy sobie kasztanów, ich trzymanie w ręku lub w łóżku (Nowy Sącz, Łabowa). Uważano nawet, że może to uchronić od reumatyzmu (Florynka, Biała Niżna, Biała Wyżna). Ulgę przynosiło nacieranie bolących miejsc wyciągiem lub wywarem ze świeżych kwiatów. Bolące stawy smarowano nalewką z kwiatów lub z dojrzewających kasztanów (Kamienica), zmiażdżonych lub pokrojonych na kawałki i zalanych spirytusem na parę tygodni (do miesiąca). Pomagała ona również na ból żołądka. Napar z kwiatów stosowano przy przeziębieniu (Łabowa). Łupiny z kasztana zalane spirytusem aplikowano chorym na cholerę (CWPLS: 23).

**Materiał źródłowy.** AMZS: k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., l. 69, Biała Niżna, nr inw. 924; k., l. 55, Biała Niżna, nr inw. 927; k., l. 34, Biała Wyżna, nr inw. 232; k., ur. 1906, Nowy Sącz, nr inw. 1000; k., ur. ok. 1919, Kamienica, nr inw. 1022; k., ur. 1913, Kamienna, nr inw. 1029. **Literatura:** CWPLS; Okręglicka I., KLGP.

## KONOPIE (*Cannabis sativa* L.)

Konopie należały do najczęściej hodowanych roślin przemysłowych, o długiej tradycji uprawnej. Zasiew wykonywano wiosną. Męskie osobniki rośliny (*ptoskonki*) zbierano w lipcu, a żeńskie osobniki, czyli z nasieniem konopnym (*głowacze, głowotki*), zbierano pod koniec sierpnia i we wrześniu. Konopie wiązano w *garście* lub *snopki*, a suszono w *kupkach* zwanych *panienkami* (Stróżna, Szalowa). Konopie siano w pobliżu lub w zagonach innych roślin (np. kapusty), ponieważ ich specyficzny zapach miał odstraszać gąsienice (Roztoka Ryterska, Podegrodzie).

Uprawa konopi dostarczała przede wszystkim surowca do wyrobu płótna samodziałowego, różnej grubości, niekiedy z domieszką lnu, a czasami również wełny, w przeszłości w naturalnym kolorze, z czasem też farbowanego. Szyto z niego przede wszystkim płachty (*łoktuse*) i worki, ale także codzienne ubrania – koszule, spodnie, spódnice (np. konopno-lniane lub zimowe konopno-wełniane *burki*), letnie i bieliźniane spodnie, czasem (w najbardziej warstwie ludności) okrycia wierzchnie (np. męskie długie płaszcze, tzw. *plótnianki/górnice*). Z nici konopnych wyrabiano też sznury, powrozy, knoty do lamp.

**Lecznictwo.** Włóknem konopnym z męskich roślin (*ptoskonków*) lub całymi roślinami obwiązywano choremu na cholerę nogi powyżej kolan, ręce za łokciami i szyję

(Pogórzanie). Na ból gardła zalecano połykanie dymu ze spalonych konopi święconych w dniu Matki Boskiej Zielnej (Górale Nadpopradzcy).

**Wierzenia i obrzędy.** Tłuczone i gotowane ziarna konopi (*siemionkę*) podawano jako jedną z potraw wigilijnych (Brzezna). Urodzaj konopi (i lnu) miały zapewnić wściekłe polki, które w ostatni dzień zapustów tańczyły gospodynie, skacząc jak najwyżej. Konopie należały do roślin święconych w dniu Matki Boskiej Zielnej, dodawano je też do wianków na oktawę Bożego Ciała. Z nici konopnych skręcano baty pasterskie, którymi owijało się palme wielkanocną i związywało pęki leszczynowych prętów święconych w Wielką Sobotę. Pakuły konopne wykorzystywano do przygotowania elementów strojów kołędniczków i przebierańców w bramie weselnej, jak brody i pejsy Żyda czy ogon konika kołędniczego (Lachy Sądeckie). Uważano, że nitką konopną nie można wiązać pępowiny, „gdyż to dziecko nie miałoby potomstwa” (ZB: 360).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1937, Roztoka Ryterska, nr inw. 995. AGOKP: m., ur. 1933, Podegrodzie 2017; k., ur. 1948, Podegrodzie 2017; k., ur. 1911, Brzezna 2001. **Literatura:** Brylak-Załużska M., KLGN; Brylak-Załużska M., KLGS; Ceklarz K., KLGNR; Reinfuss-Janusz K., KLGN; Woźny A., KLGS; Woźny-Tondyra A., KLGN; ZB.

## KOPER (*Anethum graveolens* L.)

W ludowej taksonomii botanicznej często nie odróżniano kopru ogrodowego (*Anethum graveolens*) i kopru włoskiego (*Foeniculum vulgare* Mill.). Koper używano świeży lub suszony. Zbierano go na polach i łąkach lub sadzono w przydomowych ogródkach i w zagonach

między innymi roślinami. Wykorzystywano jako przyprawę do zup, kapusty, ziemniaków.

**Lecznictwo.** „Herbatki” z owoców kopru stosowano przy dolegliwościach żołądkowych, łagodziły wzdęcia, pomagały przy biegunkach.

**Wierzenia i obrzędy.** Gałązki kopru dodawano niekiedy do wianka plecionego na oktawę Bożego Ciała (Kamienica).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 57, m., l. 71, Kamienica, nr inw. 1060; k., ur. 1906, Nowy Sącz, nr inw. 1000; k., ur. ok. 1934, Zasadne, nr inw. 1027. **Literatura:** Reinfuss-Janusz K., KLG; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG.

## KOPYTNIK POSPOLITY (*Asarum europaeum* L.)

Kopytnik pospolity zwano *kopelnikiem*. Używano go jako lekarstwa, przede wszystkim podawanego bydłu: naparem z rośliny, czasem zmieszany z mlekiem, leczono choroby układu pokarmowego.

**Lecznictwo.** Właściwości zdrowotne miały przede wszystkim rośliny poświęcone na zakończenie oktawy Bożego Ciała, ze świeżych lub suszonych listków przygotowywano napary i wywary, suszu używano do okadzania. „Herbatka” z *kopelnika* (mogła być z dodatkiem pozostałych roślin wchodzących w skład wianka) pomagała na bóleści, „obojętnie jakie”, dolewano ją też do mleka, którym pojono chore cielęta (Kamionka Wielka). Napar z kopytnika pito przy „chorobach oddechowych” (Nowy Sącz), był lekiem na wątrobę (Ropa), wywar stosowano przeciw biegunce i przy dolegliwościach żołądkowych (Łabowa), w tym *oberwaniu*, czyli obsunięciu żołądka (Górale Sądecy). Właściwości wymiotne wywaru wyko-

rzystywano przy leczeniu zatruc (Górale Sądecy, Górale Nadpopradzcy). Świeży listek *kopelnika* przykładano się na rany, *boloki*, *zdymki* (Piątkowa).

Napar z ziela pomagał leczyć alkoholizm – był truciźną dla pijaków (Łabowa) i wywoływał wstręt do alkoholu (Biała Wyżna).

**Wierzenia i obrzędy.** Kopytnik, „ponieważ jest lekarstwem dla ludzi i bydła”, był jedną z najważniejszych roślin do przygotowania wianków na oktawę Bożego Ciała. Wchodził w skład bukietów święconych w dniu Matki Boskiej Zielnej (Łabowa) i wieńców dożynkowych. Jego zielone przez cały rok liście dodawano do palm wielkanocnych (Górale Nadpopradzcy).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 43, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ur. 1900, Zasadne, nr inw. 1039; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., ur. 1919, Piątkowa, nr inw. 1004; k., ur. 1910, Kamionka Wielka, nr inw. 82; k., ur. 1931, Ropa, nr inw. 950; k., l. 72, Biała Wyżna, nr inw. 919; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 57, m., l. 71, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1063; k., l. 46, Zasadne, nr inw. 1063; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066.

## KRWAWNIK POSPOLITY (*Achillea millefolium* L.)

Roślina znana także pod nazwą *rutys* (Gostwica).

**Gospodarowanie.** Zbierany powszechnie na własny użytek oraz do lat 60. XX w. na sprzedaż w skupach ziół i owoców leśnych (jednym ze skupów w regionie Górali Sądecy było gospodarstwo na osiedlu Majdany w Zalesiu) (Strauchmann, KLG: 110).



**Lecznictwo.** Uważano, że krwawnik skutecznie hamuje krwawienie, od tej właściwości miała pochodzić nazwa rośliny (Gostwica). Świeże liście i kwiaty zmieszane z tłuszczem przykładano na rany cięte (Łabowa). Sok ze zgniecionych w palcach świeżych liści „wpuszczano na ranę”, by ją odkazić i przyspieszyć gojenie (Łabowa). Napar z nadziemnej części rośliny stosowano „na wszystko”. Pomagał szczególnie na serce (pity nie więcej niż raz dziennie na czczo po pół szklanki) i wrzody żołądka (Łabowa, Florynka, Cieniawa, Mszalnica). Przygotowy-

wano z niego kompresy na bolące stawy (Ropa). Kobiety cierpiące na nadmierne krwawienia piły go 3 razy dziennie po pół szklanki (Ropa), herbata z suszu pomagała przy chorobach kobiecych (Nowy Sącz), mogła też zatrzymać menstruację. Napar oczyszczał krew (Ptaszkowa), łagodził anemię (Krużłowa), „dawał siłę organizmowi” (Nowy Sącz). Nadziemną część rośliny krojono i spożywano z pokrzywą, jako sałatę, przeciw anemii czy białaczce (Ropa). Wywar ze świeżych lub suszonych listków piło się też „przeciwko cuchnięciu z ust” (Kamienna).

**Weterynaria.** Świeży krwawnik, drobno posiekany, dawano indykom, żeby lepiej się chowały („nie zdychają”) (Roztoka Ryterska, Łabowa) i by uodpornić je na choroby (Jadamwola). Wywar dawano do picia krowom po ocieleniu (Gostwica).

**Wierzenia i obrzędy.** Krwawnik był elementem wianka przygotowywanego w oktawę Bożego Ciała (Łabowa, Kamienica), dodawano go też do bukietów święconych w dniu Matki Boskiej Zielnej (Gostwica).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 69, Kamienna, nr inw. 1060; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; k., l. 43, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., l. 71, Ropa, nr inw. 920; k., l. 72, Mszalnica, nr inw. 938; k., l. 56, Ropa, nr inw. 943; k., ur. 1889, Ropa, nr inw. 946; k., ur. 1917, Ptaszkowa, nr inw. 977; m., ur. 1950, Krużłowa, nr inw. 982; k., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 998; k., ?, Nowy Sącz, nr inw. 999; k., ur. 1901, Nowy Sącz, nr inw. 1006; k., ur. 1908, Nowy Sącz, nr inw. 1010; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., ur. 1913, Kamienna, dziś część Jamnicy, nr inw. 1029; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046. AGOKP: k., ur. 1932, Gostwica 2017. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Strauchmann E., KLGS.









# L

## LEN (*Linum L.*)

**Gospodarowanie.** Len to roślina przemysłowa, uprawiana od stuleci, znana powszechnie. Pozyskiwano z niego słomę (na przędzę, tkaniny, powrozy) i nasiona, z których wytłaczano olej. Plony wykorzystywano w gospodarstwie, sporadycznie sprzedając. Dwie odmiany lnu były szczególnie rozpowszechnione: *pryszcz* (*podolski*) i *polski*. Siano go na przetłomie maja i czerwca, na ogół na koniczysku, w dniu „pogodnym, promienistym, aby len był promienisty, dobry we włóknach”, długi i mocny. Gospodarz przed wyjściem do siania lnu powinien dostać od gospodyni jajecznicę ze słoniną (Pogórze Gorlickie), natomiast kobieta siejąca len powinna mieć długie włosy, żeby len urósł wysoki (Bartne). Zbiorem i obróbką lnu zajmowały się przede wszystkim kobiety, które u Górali Nadpopradzkich zwano *tarlicami* lub *tarlikami* (od czynności *tarcia*, czyli oddzielania paździerzy z połamanych łodyg od włókien za pomocą cierlicy). Proces uprawy, zbioru i obróbki lnu przebiegał podobnie na całej Sądeczyźnie, a różnice dotyczą nazewnictwa poszczególnych etapów lub narzędzi.

Zbiór (*sprzęt*) lnu miał miejsce w sierpniu lub wrześniu. Dojrzałe rośliny wrywano rękami razem z korzeniami. Zbieranie i późniejsza obróbka lnu często miały charakter pracy zbiorowej, opartej o wzajemną pomoc sąsiedzką. Zerwany len pozostawiano do wyschnięcia (*na przysuszkę*, Pogórzanie) na ścierni lub na łące. Po kilku dniach wiązano go w snopki, zwane również: *gorzciami* (garściami, Pogórzanie), *kitkami* lub *gorstkami* (Górale Nadpo-

pradcy). Następnie składano je w *kupki* po pięć snopków (Męcina Mała, Kobylanka) lub od ośmiu do dziesięciu snopków (Bielanka, Gródek), a czasem ustawiano w *kluby* po sześćdziesiąt snopków (Rożnowice).



Po zwiezieniu wstępnie przesuszonego lnu usuwano główki z nasieniem przy użyciu *rafy* (*rachwy* – grzebień z żelaznymi, wysokimi zębami, osadzonego w desce). Zebrane główki młócono, żeby uzyskać z nich nasiona. Następnie łodygi (słomę lnianą) poddawano cykлом

roszenia lub moczenia i suszenia. Rozkładano ponownie na ścierni bądź ugorze i pozostawiano do *roszenia* (przez deszcz i rosę), a czasem moczoło w wodzie (w stawie, niekiedy służyło do tego moczydło, do którego wkładano słomę i zalewano ją wodą). *Roszenie* bądź moczenie lnu powodowało, że stawał się on kruchy i podatny do dalszej obróbki, a październik łatwo można było oddzielić od włókien. *Roszenie* trwało od trzech (Górale Nadpopradzcy) do sześciu tygodni (Pogórzanie) w zależności od ilości opadów i wilgotności powietrza, a moczenie od dziesięciu do dwunastu dni (Pogórzanie). Następnie ponownie wiązano len w snopki i suszono na słońcu, na *poleniach* nad piecem lub nalepą, w piecu chlebowym bądź w *suśni* (suszarni owoców). U Górali Kamienickich budowano specjalne suszarnie do lnu. Kolejne etapy obróbki to *tluczenie* (łamanie) specjalną kijanką, *międlenie* (kruszenie) na międlicy (*miendlica* u Górali Nadpopradzkich, *międlica* u Górali Sądeckich), *tarcie* na *cierlicy* (*ciyrlicy* lub *tarlicy* u Górali Nadpopradzkich) i czesanie na desce nabitej metalowymi zębami lub gwoździami zwanej szczotką (Pogórzanie) lub *scecią* (Lachy i Górale Sądecy i Nadpopradzcy). W wyniku czesania lnu (do trzech razy) uzyskiwano włókna o różnej jakości. Z pierwszego czesania najgorsze – na ostatnie płótna, tzw. zgrzebne; z drugiego – średnie, *paceśne*, nieraz łączono je z włóknami konopnymi; z trzeciego otrzymywano najwyżej cenione włókna, długie, do wyrobu czystych, cienkich tkanin lnianych. W ten sposób przygotowane włókna lniane, związane w snopki lub splecione w warkocze, przechowywano w komorze lub spichlerzu. W regionie zamieszkanym przez Górali Sądeckich zbiór i obróbka (*tarcie*) lnu miały charakter wspólnej pracy, wykonywanej wyłącznie przez kobiety, zakończonej uroczystym poczęstunkiem i *hulaniem*.

W okresie zimowym (od św. Marcina, 11 listopada) wyczesane włókno przerabiano na nici. Przędzenie

powinno było zakończyć się w połowie marca, przed rozpoczęciem wiosennych prac gospodarskich. Zajmowały się tym na ogół kobiety, ale po zakończeniu młócki zboża dołączali do nich również mężczyźni (Pogórzanie). *Kądziel* roztrzępywano *zębem* (kijem) i osadzano na *krężlu* od *przęślicy*. Nić skręcano palcami, nawijano na wrzeciono. Mając kilkanaście pełnych wrzecion, rozpoczynano *motanie* (przewijanie) nici z wrzeciona na *motowidło*. Przygotowana nić przechowywana była w formie motków, splecionych w warkocz. Od XX w. na całym terenie Sądeckizny powszechne stało się także przędzenie na kołowrotku (*wózku*).

Przędzenie lnu oprócz oczywistych funkcji praktycznych miało również znaczenie społeczne i kulturowe. W trakcie prac śpiewano pieśni bądź opowiadano baśnie, podania, zagadki, wspomnienia itd. Udawanie się na *przędki* do sąsiadów gromadziło w jednym miejscu panny i kawalerów, miało charakter ludyczny i towarzyski. Przędzenie często trwało cały dzień, aż do zmierzchu. Dla mniej zamożnych gospodyń pomoc w przędzeniu była sposobem otrzymania okazjonalnego wynagrodzenia lub ekwiwalentu za pracę w postaci pożywienia. Unikano przędzenia w soboty, „aby *wietrznica* płótna nie popsuta” (ZB: 105).

Ostatnim etapem obróbki lnu było wykonanie z nici płótna, z którego szyto spodnie, spódnice, bieliznę, koszule, zapaski, płachty naramienne, chustki, obrusy. Biedniejsi gospodarze tkali własnoręcznie, a bogatsi oddawali len do obróbki innym gospodarzom lub zawodowym tkaczom (*knapom*), którzy tkali z dostarczanej im przędzy na drewnianych warsztatach tkackich. Płótno wykonane z czystego lnu, najcieńsze i najcenniejsze, przeznaczano na odświętne koszule, spódnice (tzw. *fartuchy*), rańtuchy i inne paradne części stroju. Płótno średniej jakości, czasami z niewielką domieszką przędzy konopnej, nazywane *razówką*, i grube *zgrzebne*, nieraz z dużą domieszką

nici konopnych, przeznaczano na koszule codzienne, używane do pracy, spodnie, spódnice, wierzchnie *plótnianki* (*górnice*), płachty, worki. Jakość i rodzaj tkaniny zależał również od jakości nici i umiejętności tkacza. Gotowe płótno pozostawiano w naturalnym kolorze, bielono (*blechowano*, Górale Nadpopradzcy) poprzez naprzemienne moczenie w rosie bądź deszczu i suszenie w słońcu, bądź farbowano barwnikami. Wyrobem ubrań z utkanego materiału trudnili się zawodowi wiejscy krawcy lub szyto je we własnym zakresie.

Uprawa lnu, ręczna obróbka i szycie lnianych ubrań zanikły w pierwszej połowie XX w. Wpływ na to miała dostępność tkanin i ubrań, produkowanych masowo przez przemysł lekki. W związku z tym zanikła też na wsi sądeckiej rola *knapa* i krawca. „W dolinie Popradu len wysiewano do lat 50. XX w., lecz nie wykonywano już z niego tkaniny, lecz oddawano snopki do skupu w Piwnicznej” (Ceklarz K., KLGNR: 334).

**Lecznictwo.** Len miał szerokie zastosowanie w ludowym leczeniu. Do zabiegów medycznych, a także magiczno-leczniczych, wykorzystywano różne części rośliny i pozyskiwane z nich substancje – nasiona, całe lub tłuczone, zwykle gotowane albo zaparzone, olej tłoczony z siemienia, włókno ze zmiażdżonych łodyg oraz płótno z nici lnianych. Kleistym wywarem z tłuczonego siemienia lnianego, gotowanego na wodzie lub mleku, leczono choroby górnych dróg oddechowych – katar i *flegmę*. Pity kilka razy dziennie, miał być skuteczny przede wszystkim przy suchym, przewlekłym kaszlu oraz astmie. Wierzono, że przed chorobami gardła chroni wigilijna *siemionka*, zjedzona pół na pół podczas wieczerzy i w pierwszy dzień świąt Bożego Narodzenia.

Zawiesinę z nasion lnu stosowano powszechnie przy chorobach przewodu pokarmowego – wrzodach żołądka, braku apetytu, obstrukcji. Zaparzone zmielone siemię,

które odstawało przez noc, zalecano wypić rano na czczo. Okłady z rozgotowanych nasion lnu pomagały na zmiany skórne. Leczono nimi wrzody, czyraki (*morówki*), *boloki* i ropnie. Jeśli okłady dodatkowo pokropiono spirytusem – pomagały na spuchnięte nogi. Papkę z siemienia przykładano, gdy pękały pięty.

Olej z lnu zalecano jako środek przeczyszczający. Smarowano nim skórę, by przyspieszyć gojenie ran i regenerację naskórka. Miksturę z oleju lnianego, dziurawca i rumianku używano się, by zapobiegać powstawaniu odleżyn. Płótno lniane służyło jako podkład do przygotowania okładów, np. z serwatki lub białek, skutecznych przy bólach głowy i gorączce.

Len był używany także w zabiegach magicznych stosowanych powszechnie przy leczeniu przestrachu oraz *spalaniu róży*. Jeśli u dziecka podejrzewano przestrach, należało położyć mu na twarzy białe płótno i spalić nad nim, na szuflę, trzy nasiona lnu. By zapobiec przelęknieniu zaraz po narodzinach należało nakryć dziecko i spalić nad nim 3 razy po 3 gałązki zrobione z lnianych kłaków. Okadzenie dymem z gałązek lnu (także konopi) miało pomagać przy zauroczeniu. Według zaleceń – na sicie należało spalić 3 lub 6 gałązek rośliny, a zauroczoną osobę nakryć chustką, tak by wdychała jak najwięcej dymu. Zabieg miał trwać „6 zdrowasiek do Matki Boskiej Różańcowej”. Zabieg *spalania* lub *zaczytywania* róży – ostrej zakaźnej choroby skóry, był praktykowany powszechnie jeszcze po II wojnie światowej. Znany jest także współcześnie. Polegał na spalaniu niewielkich kulek z wyskubanej lnianej przędzy nad zmienionym chorobowo miejscem (najczęściej na nodze lub na twarzy). Gałki układało się na czerwonym suknie, którym była nakryta chora skóra, a następnie podpałało. Len unoszący się do góry potwierdzał chorobę. Wówczas zabieg kontynuowano, spalając kolejne gałki. Ich liczba, a także częstotliwość

i pory spalania, były zmienne. Najczęściej przygotowywano 7, czasem 9 lub 12 gałek (trzy kępi po cztery). Zabieg przeprowadzano przeważnie rano „przed wychodem słonka” i powtarzano wieczorem lub o stałej porze przez kilka dni, zmieniając za każdym razem ilość spalnego lnu, np. „rano trzy po cztery, w drugi dzień siedem po cztery”. Po zakończeniu spalania sukno odwracano na drugą stronę i owijano chore miejsce, by zatrzymać ciepło. Spalaniu towarzyszyły modlitwy, zazwyczaj powtarzane trzykrotnie, czasami odmawiane „od tyłu” oraz znak krzyża wykonywany dłonią.

**Weterynaria.** Zapalenie wymion krowich leczono okładami z siemienia lnianego (Pogórzanie), a owce chore na motylicę makuchem lnianym z solą (Bartne, Łemkowie). W przypadku zaparć spowodowanych nieodpowiednią paszą lub *niedopojeniem* (odwodnieniem) podawano krowom olej lniany (Pogórzanie).

**Wierzenia i obrzędy.** W okresie Adwentu jedyne spotkania towarzyskie, na jakie pozwalała obyczajowa poprawność, wiązały się z pracami gospodarskimi, jedną z powszechniejszych było przędzenie lnu. Na Łemkowszczyźnie te sąsiedzkie posiadłości, tzw. *weczirky*, były połączone z odwiedzinami przebierańców podobnych do kolędników. *Weczirky* kończył tzw. *łomanyk* – zabawa, podczas której chłopcy łamali dziewczętom drążki od przęślic na znak, że odtąd nie należy już urządzać spotkań przy przędzeniu. Nasiona lnu przydawały się przy wróżbach o zamążpójściu. W wigilię św. Andrzeja panny siały garść lnu na drodze i bronowały go na niby męskimi spodniami. Jeśli tak obsianą drogą pierwszy przeszedł mężczyzna – wróżyło to, że w nadchodzącym roku dziewczyna wyjdzie za mąż. Jeśli pierwsza pokazała się kobieta – panna musiała poczekać na męża jeszcze rok (Łemkowszczyzna). W okolicach Łomnicy (Górale Nadpopradzcy) w Adwencie domy odwiedzał

grabarz, który zbierał od gospodarzy len na powrozy używane przy opuszczaniu trumny do grobu. W regionie Nadpopradzia ciekawy zwyczaj związany z lnem towarzyszył obchodom dnia św. Mikołaja, w miejscowej tradycji czczonego jako patrona pasterzy i zwierząt gospodarskich. Pasterze proszący o opiekę nad stadami, szczególnie ochronę przed wilkami, do lat 50. XX w. składali w kościele wełnę oraz wyczesany i zawiązany w *kitki* (*gorstki*) len. Poza funkcją ochronną i wegetacyjną (żeby wilki owiec nie brały; by len lepiej się urodził), zwyczaj miał także znaczenie społeczne – ofiarowane przędziwo traktowano jako dar dla potrzebujących i służby kościelnej. Wełnę ofiarowywali głównie mieszkańcy Łomnicy, natomiast w Rytrze i Piwnicznej, gdzie hodowano mniej owiec, a także w należącej do parafii piwniczańskiej Kokuszce, darem dla św. Mikołaja, przynoszonym zwykle przez kobiety, był tylko len: „Mówili, że to na brodę Świętemu Mikołajowi”. W piwniczańskim kościele *kitki* lnu składało się do kosza ustawionego przed obrazem św. Mikołaja. „Potem to ksiądz zabiuroł i rozdziyłoł między biednych, bo były takie, co nie miały lnu, nie sioły, to on dawał tym len – żeby sobie sprzędły na płótno, żeby było dla dzieci na jakie porcięta” (Hołda J., KLG: 499). W Rytrze w dniu św. Mikołaja ofiarowywano w kościele wyczyszczony len „samo to ładne włókno. To robiły takie rogole, dwanaście dawały. Potem ktoś to prządł i dawali na obrusy do kościoła. Która gospodyni ile miała, ile mogła – to niosła, nie za dużo, bo niczego nie było. Ale jak zaniósła większą kitkę, to się len miał lepiej urodzić. Póki len siały i wyrabiało się to płótno – to nosili len do kościoła” (J. Hołda, KLG: 498).

Zgodnie z ludowym wyobrażeniem najlepszym momentem, by zapewnić urodzaj na len, było Boże Narodzenie i zapusty. Zabiegi magii wegetacyjnej towarzyszyły przedświątecznej krzątaniu i obchodom świąt. Podczas

wigilijnych prac w kuchni gospodyni wkładała pod rąbek zapaski pasemko lnu, w Wigilię kądziel i wrzeczono owiązywała słomą. Powszechne było przekonanie, że w Boże Narodzenie nie wolno w ciągu dnia kłaść się ani spać, gdyż „jak gospodyni w Boże Narodzenie lyga, to się len w polu zwala” (Obidza). W ostatni dzień zapustów kobiety tańczyły wściekłe polki *na urodzaj* lnu i konopi, pamiętając, by w tańcu wysoko podskakiwać i mocno przytupywać (Kroh M., KLGS: 389). Przez trzy dni zapustów obowiązywał zakaz przędzenia i tkania lnu, by „boginy nie szkodziły” (Obidza).

W Niedzielę Palmową z lnu kręcono powrózek na nowy bat pasterski, którym obwiązywano palmę przygotowaną do święcenia. Taki bat był ceniony przez furmanów i pasterzy, miał moc ochronną zarówno w polu, jak i w lesie, i na pastwisku. Na Łemkowszczyźnie w Wielki Czwartek po zachodzie słońca, gdy w cerkwi odprawiano nabożeństwo tzw. „strast”, podczas czytania 12 fragmentów Ewangelii, pasterze trzymali sznurki w rękach i po odczytaniu każdej części wiązali na nich po jednym węzełku. Gdy podczas pasienia była któryś z pastuchów zgubił swoje zwierzęta, wystarczyło odwiązać jeden węzełek, by zguba się znalazła (Brylak M., Madzik J., NRR: 282). U Górali Nadpopradzkich palmę okręcano niekiedy cienkim sznurkiem z lnu, wierząc, że po poświęceniu zyska on moc odstraszenia węży: „Jak w lecie chodziły na borówki, grzyby – mama uciniała i przywiązywała do palca albo nad kolanem, żeby zabezpieczyć przed ugryzieniem węża, żeby nie miał dostępu. Do tej pory to stosuje” (Hołda J., KLG: 533).

Gałązki brzeziny, którymi na Boże Ciało przystrajano kościoły i ołtarze, wbijano w zagony zasianego lnu, „by (go) błyskawice nie przeraziły”. Gałązki lnu dodawano do

bukietów przygotowywanych na święto Matki Boskiej Zielnej oraz do wieńców dożynkowych.

Ponieważ przy suszeniu i *tarcu* lnu, podobnie jak w czasie żniw i wykopków, udzielano sobie wzajemnie sąsiedzkiej pomocy, na zakończenie prac odbywało się wspólne świętowanie: „Jak tarliki (kobiety, które tarty len) skończyły trzeć, to szły do gospodyni z tym, co każdo zrobiła, tak ładnie to zawijały. A gospodyni musiała odbierać, żerdka była w komorze i na niej wieszła. Zanosząc len, śpiewały pieśni, całkiem podobna melodia co na wykopki, słowa też całkiem podobne, tylko nie wykopki, a tarlice, śpiewały: skończyłyśmy tarlice – i dalej układali piosenkę. A potem gospodyni częstowała i zapraszała *do hulania*. Zazwyczaj przy lnie pracowały młode kobiety, więc też były tańce i tańce...” (Kroh M., KLGS: 409).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 80, Siołkowa, nr inw. 941; k., ur. 1917, Podegrodzie, nr inw. 218; k., ur. 1932, Zasadne, nr inw. 994; k., ur. 1937, Roztoka Ryterska, nr inw. 995; k., ur. 1924, Nowy Sącz, nr inw. 1013; m., ur. 1903, Nowy Sącz, nr inw. 1023; k., l. 60, Cieniawa, nr inw. 915; k., l. 48, Florynka, nr inw. 914; k., ur. 1907, Krużłowa Wyżna, nr inw. 981; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024. **Literatura:** Ceklarz K., KLG:NR; Brylak M., Madzik J., NRR; Brylak-Załużka M., KLGS; Hołda J., KLG:NR; Kroh M., KLGS; Kwaśniewicz K., SZKLBS; Reinfuss-Janusz K., KLGS; Reinfuss-Janusz K., KLG:NR; TLP; Woźny A., KLGS; Woźny-Tondyra A., KLG:NR; Wrębiak C., NRR; ZB.

## LESZCZYNA (*Corylus avellana* L.)

Wysoki krzew rosnący w lasach, na miedzach i przy zagrodach wiejskich.

Gałęzie leszczyny ze względu na ich elastyczność i wytrzymałość wykorzystywano na laski pasterkie, do wyrobu *lasek* (konstrukcji do suszenia roślin i owoców), elementów wozu (np. prętów, na które naciągano budę wozu), jako obręcze do naczyń klepkowych, jako stelaże dla podłazniczki czy wieńca dożynkowego, do wzmocnienia palmy wielkanocnej itp. Orzechy laskowe stanowiły ważne uzupełnienie codziennej i świątecznej diety.

**Lecznictwo.** Ciepłe okłady z liści leszczyny, zaparzonych na żeliwnej przykrywce i pokropionych żytniówką, zalecano przy bólach reumatycznych. Wywarem z kwiatów leszczyny z dodatkiem spirytusu przemywano trudne do wyleczenia wrzody skóry.

**Wierzenia i obrzędy.** W ludowych wierzeniach leszczyna była rośliną świętą, przypisywano jej właściwości apotropeiczne. Według legend

znanych też na Sądecczyźnie leszczyna udzieliła schronienia Świętej Rodzinie uciekającej do Egiptu lub ukryła w swoich gałęziach Matkę Boską. W nagrodę „od tego czasu jest święta i chroni od piorunów”. Powszechnie wierzono, że piorun nigdy nie trafia w leszczynę. Podczas burzy osoby przebywające w polu opasywały się w celach ochronnych prętami laskowymi (Pogórzanie). Dla ochrony domostwa od piorunów w dniu św. Jana gałęzie leszczyny wkładano za krokwie budynków (Jadamwola), leszczyna zatknięta w tym dniu w polu oddalała gradobicie (Pogórzanie). Krzyżyki leszczynowe z palm wielkanocnych wieszano nad drzwiami domów dla ochrony przed złymi duchami (Pogórzanie). Na Łemkowszczyźnie uważano, że leszczyny – drzewa błogostawionego – nie wolno wycinać.

W obrzędowości dorocznej leszczyna odgrywała ważną rolę przede wszystkim w cyklu świąt wielkanocnych. Jej zielone gałązki dodawano do palm, często żerdź leszczynowa stanowiła ich stelaż (Podegrodzie). Pręty wyjęte w Kwietną Niedzielę z poświęconej palmy były używane przez pastuchów do przepędzania bydła przy pierwszym wypasie – „by się gładko chowało” i było bezpieczne (Podegrodzie, Dobra). W Wielką Sobotę od święconego przed kościołem ognia chłopcy odpalali „główniki”, czyli gałązki m.in. leszczyny, przez cały rok miały one chronić domostwo przed ogniem. Gałązek o przypalonych końcach





używano jako bocznych zatyczek do jarzma, „bo takie gałęzie nie ugniały wołów” (Dobra). W Poniedziałek Wielkanocny z patykami z leszczyny ubodzy chłopcy chodzili po wsi; wchodząc do domu rzucali patyk na środek izby, za co byli obdarowywani jajkami i chlebem. Z patykami szli za gospodarzem do stajni i śmigali nimi jałówki, „by się brały do bydła”, czyli wyrosły (Dobra, MEZOL: 9).

We wsiach Górali Sądeckich leszczyną (*lyską*) majono domostwa w wigilię św. Jana. O świcie gałązki wbijano też w ogródzie w jarzynie: „do cebule jedną, do marchewki jedną, do wszystkich rodzajów, żeby dobrze rośło” (Kroh M., KLGs: 404).

Rzęsę z leszczyny dodawano do placka owsianego pieczonego na Wigilię dla bydła, który po wieczery gospodyni dawała krowom razem z resztkami jedzenia i opłatkiem (Dobra). Na Łemkowszczyźnie w wigilię święta Jordanu chodzący po kolędzie mali chłopcy, tzw. *szczedraki*, nosili ze sobą pęki leszczynowych kijów. W każdym odwiedzionym domu zostawiali po jednym kiju, który służył później do bicia krów, żeby się dobrze cielili.

Ponieważ orzechy laskowe symbolizowały płodność i dostatek, pomalowanymi pozłotką ozdabiano podłaźniczkę, robiono z nich łańcuchy na choinkę, przystrajano różdżki weselne.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 71, Ropa, nr inw. 920; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., l. 57, m., l. 71, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; k., l. 77, Falkowa, nr inw. 1062; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073. **Literatura:** Ceklarz K., KLGn; Hołda J., KLGn; Kroh M., KLGs; Kwaśniewicz K., SZKLBS; MEZOL; Reinfuss R., NRR; Reinfuss-Janusz K., KLGn; Strauchmann E., KLGs.

## LILIA BIAŁA (*Lilium candidum* L.)

Lilię białą nazywano również *lilią św. Józefa* (Łącko). Uprawiano ją w przydomowych ogródkach.

**Lecznictwo.** Płatki lilii razem ze słupkami, zalane spirytusem i pozostawione na kilka tygodni, stosowano jako okłady na „wszystkie rany”, nawet te trudno gojące (opowiadano o przypadkach wyleczenia tym sposobem rozległych ran grożących amputacją zakażonych kończyn), przykładano na rozcięcia, egzemy i opuchnięcia (Łącko, Roztoka Ryterska, Nowy Sącz). Nalewka z kwiatu była powszechnie cenionym środkiem do odkażania ran i do dezynfekcji, uważano, że stosowali ją nawet lekarze podczas operacji (Ptaszkowa, Cieniawa, Piątkowa). Z płatków robiło się też syrop na kaszel (Nowy Sącz).

**Wierzenia i obrzędy.** Biała lilia była symbolem czystości i niewinności. Jej liście dodawano do kadzidła na Trzech Króli (Nowy Sącz). Z kwiatem przedstawiano św. Józefa i św. Antoniego. W ludowych pieśniach do lilii porównywano Maryję: *O Matuchno, cna lilijo, która jesteś w niebie* czy *Maryjo, Niebieska Lilijo*. Jako figura dziewiczej czystości, kwiat był przywoływany w pieśniach wykonywanych podczas obrzędów weselnych:

*W twoim ogródeczku rozkwitła lilija.  
Niech was błogostawi Jezus i Maryja.*

(Lachy Sądeckie)

W ludowym folklorze znany był motyw lilii, która wyrasta na mogile zamordowanej osoby, wskazując miejsce występu:

*Od Krakowa nowina  
Pani pana zabiła.*

*A kiedy go zabiła,  
Do zahradki wrzuciła.*

*Rośnij, rośnij, leluja,  
Taka biała jak i ja.*

*Jakże ja ci rosnąć mam,  
Kiedy pod sobą trupa mam?*

(Szczawnica, DWT45, cz. II: 6, pieśń 939)

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 81, Ptaszkowa, nr inw. 934; k., l. 62, Cieniawa, nr inw. 947; k., ?, Łącko, nr inw. 1009; k., ?, Piątkowa, nr inw. 1015; k., ur. 1937, Roztoka Ryterska, nr inw. 995; k., ur. 1910, Kamionka Wielka, nr inw. 82; k., ur. 1906, Nowy Sącz, nr inw. 1000; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046. **Literatura:** DWT45; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG N; WP.

## LIPA (*Tilia L.*)

W Polsce w stanie dzikim występują dwa gatunki: lipa drobnolistna (*Tilia cordata* MILL.) i dużo rzadziej lipa szerokolistna (*Tilia platyphyllos* SCOP.). Oba rosną na Podkarpaciu i w niższych partiach Beskidów.

Lipa powszechnie uważana była za drzewo święte i dobroczynne, posiadające „zdrowe soki” (Kamienica) i chroniące dom od „wszelkiego zła” (Grybów), dlatego sadzono ją w pobliżu domów. Miała przede wszystkim właściwości lecznicze i magiczne. Ze względu na miękkość i wytrzymałość drewno lipowe wykorzystywane było

jako materiał snycerski (do tworzenia: kapliczek, rzeźb, krzyży, sprzętów domowych, mebli, np. skrzyń wiannyh, zabawek itp.) i w produkcji narzędzi gospodarczych (np. jarzem). Z pni lipowych robiono ule, a także instrumenty muzyczne, m.in. pasterskie trąbity (*trembity*). W tym celu pień młodej lipki należało przeciąć na pół, wydrążyć i ponownie złożyć, a następnie uszczelnić żywicą i w całości okrzęcić łykiem (Reinfuss R., NRR: 111).

Napar z kwiatów lipy zastępował herbatę, osłodzony miodem pito nawet podczas wesel. Wiosną i latem spożywano napary z liści i gałęzi świeżych, a na zimę gromadzono zapas suszu.

**Lecznictwo.** Uważano powszechnie, że napar z kwiatów i liści (*lipinki*) jest „bardzo zdrowy na wszystko” (Łabowa). Ogólnie wzmacniał organizm, należało go stosować często i przez dłuższy czas. Pity 1–2 razy dziennie, rano i wieczorem, był dobry na serce (Cieniawa), pomagał przeciw artretyzmowi (Biała Wyżna). Przede wszystkim stosowano go jako lek na przeziębienie, przy grypie, zapaleniu płuc i oskrzeli, często z dodatkiem miodu lub soku z malin – miał złagodzić kaszel, ból gardła i chrypkę, wywołać poty i zbić gorączkę (Cieniawa, Krużłowa Wyżna, Łącko, Stara Wieś, Biała Wyżna, Grybów). Napar pomagał też na żołądek (Łabowa), zmieszany z miodem i spirytusem, spożywany po szklance codziennie przez około pół roku, leczył wrzody żołądka (Łabowa). Wygotowana miazga spod kory służyła jako okład na oparzenia (Nowy Sącz).

**Weterynaria.** Wywar z gałęzi lipowych podawano krowom do picia jako lekarstwo na *zapieczenie* (odwodnienie, Kamienica). Ulistnione gałązki lipy (także leszczyny, brzozy czy olszyny) obrywano we wrześniu i suszono na ostewkach, by zimą, w razie potrzeby, dokarmiać nimi owce (Woźny-Tondyra A., KLGNT: 158).

**Wierzenia i obrzędy.** W ludowych wierzeniach lipę kojarzono z Maryją, uważano, że jest „drzewem bardzo dobrym jak Matka Boska”. Jej kwiaty, o intensywnym, słodkim zapachu i właściwościach leczniczych, były nagrodą za to, że udzieliła schronienia Matce Boskiej i „cały czas była dobra Panu Jezusowi”. Uważano, że jako drzewo błogostawione chroni przed uderzeniem pioruna. Na lipach lub w ich pobliżu chętnie umieszczano kapliczki, często z wyobrażeniem Maryi. Drzewa sadzono też wokół świątyń. Na Pogórzu gałązkami lipy ozdabiano domostwa na Zielone Świątki oraz kapliczki na czas nabożeństw majowych. Łemkowscy pastarze młodymi gałązkami lipowymi stroili bydło z okazji święta Rusala.

Sok z lipy wykorzystywano do zabiegów magicznych chroniących krowy przed czarami i utratą mleka. W tym celu gospodarz musiał wykopać z ziemi kreta, z którego pozyskiwał serce i prawą przednią nogę, następnie „około północy tego samego dnia idzie do upatrzonej lipy, wierci w niej świderkiem dziurę, do niej wkłada tulejkę, aby przez nią nasączyło się pół kwarty soku do podstawionego garnka, z tym udaje się na granicę wsi, gdzie rzuca do tego soku trzy garście ziemi wykopanej tutaj, do tego wkłada nogę i serce kreta, a powróciwszy do domu wlewa to do faszki i tę nie zatkaną zakopuje w ziemię pod żłobem w stajni tak, aby woń z tego krowom do gęby i nozdrzy uderzała” (Rzepiennik Strzyżewski, ZB: 411).

W folklorze właściwości lipy były przedmiotem zagadki:

*Kwitnie ładnie,  
Pachnie bardzo ślicznie,  
a owocu ni ma.*

(Pogórzanie, ZB: 256)

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 60, Cieniawa, nr inw. 915; m., l. 77, Cieniawa, nr inw. 916; k., l. 72, Biała Wyżna, nr inw. 919; k., l. 55, Stara Wieś, nr inw. 926; k., l. 34, Biała Wyżna, nr inw. 232; k., ?, Biała Wyżna, nr inw. 933; k., ?, Grybów, nr inw. 992; m., ur. 1917, Piątkowa, nr inw. 1016; k., ur. 1921, Kamienica, nr inw. 1021; k., ur. 1916, Kamienica, nr inw. 1030; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Reinfuss R., NRR; Woźny A., KLG; Woźny-Tondyra A., KLG; Wójcik A., NRR; ZB.

## LUBCZYK (*Levisticum officinale* W.D.J. Koch)

Używano też nazw: *lubscyk, lubszczyk, lubcyk, dźwignokowe ziele* lub *miłosne ziele*. Należał do podstawowego zestawu roślin uprawianych w przydomowych ogródkach.

**Praktyczne zastosowania.** Liście lubczyku (świeże lub suszone) dodawano jako przyprawę do jajecznicy (Nowy Sącz, Roztoka Ryterska, Łącko, Piątkowa), do zup (Łabowa), gdyż uważano, że wpływa na przemianę materii (tj. poprawia trawienie, Łabowa). Na wesele przygotowywano wódkę lubczykową (rozcieńczony spirytus z gałązką ziela lubczyku i łyżką miodu).

**Lecznictwo.** Lubczyk uważano za wyjątkowo skuteczny lek, szczególną moc przypisywano ziołom zbieranym w wigilię św. Jana: „We wilijo świętego Jana zawsze trzeba było lubszczyk w ogródku ściąć i schować na strych za krokiew, bo to miało wtedy moc, że to uzdrawiająca moc. To było najważniejsze ziele, czy ludziom czy krowie dać” (Piwniczna-Zdrój, Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG: 463). Podstawowym sposobem leczenia było picie lubczyku parzonego z wodą lub gotowanego na mleku, czasem z dodatkiem słoniny. Można też

było rozgrzyć świeże gałązki i liście czy jeść jajecznicę z lubczykiem. Ze świeżych liści lubczyku lub startych suszonych korzeni przygotowywano nalewki. Mikstury z lubczyku miały właściwości pobudzające, wzmacniające organizm, pomagały przezwyciężyć zmęczenie (Nowy Sącz, Piątkowa, Łabowa). Były zalecane przy chorobach żołądka i niestrawności, czyli na „obciążony żołądek” oraz by pobudzić apetyt (Łabowa, Roztoka Ryterska, Nowy Sącz, Grybów, Florynka, Cieniawa). Powszechnie uważano je za skuteczny lek przy *oberwaniu* i podżwignięciu, stąd roślinę nazywano *dźwignokowe ziele*. Skuteczne miało być nie tylko picie leku, lecz także okłady z wywaru na bolący brzuch (Cieniawa, Ptaszkowa, Ropa). Picie „herbatki” z lubczyku lub połykanie dymu z palonych jak papieros *badylaków* (todyg) zalecano w leczeniu przeziębienia, szczególnie gardła i migdałków (Nowy Sącz, Stara Wieś). Napar z całej rośliny hamował nadmierne pocenie, leczył owrzodzenia na skórze (Biała Wyżna). Napar stosowany w postaci nasiadówek lub wywar na mleku był lekiem skutecznym przy chorobach kobiecych (Kamienica, Piwniczna-Zdrój); łagodził bóle porodowe, poprawiał krążenie, piły go kobiety cierpiące na bezpłodność (Florynka). W razie potłuczenia się, otrzęsienia lub podżwignania ciężarnej, aby uniknąć poronienia, kobieta piła odwar z lubczyku i bożego drzewka utłuczonego z koralem (ZB: 358).

**Weterynaria.** Z liści i todyg lubczyku robiono „zacierkę” dla gąsiąt, „żeby były zdrowe” (Kamienica).

**Wierzenia i obrzędy.** Lubczyk był składnikiem wianka plecionego na oktawę Bożego Ciała, należał do ziół święconych w dniu Matki Boskiej Zielnej (Nowy Sącz, Łabowa, Łącko, Kamienica, Podegrodzie) oraz na św. Jana (Kamienica, Falkowa). Lubczyk (też miętę) dodawano do jajecznicy smażonej na ogniskach rozpalanych w Zielone Świątki. Powszechnie uważano, że lubczyk pomaga pobudzić miłość i wzmacnia popęd seksualny.

Ziele stosowano więc w magii miłosnej. Jeśli dziewczyna chciała zyskać miłość chłopca, starała się ukradkiem dodać choć odrobinę lubczyku do potrawy, którą spożywał (Nowy Sącz, Biała Niżna, Stara Wieś, Siołkowa, Grybów, Kamienica).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 42, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; k., ?, Łącko, nr inw. 1009; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066; k., l. 51, Łącko, nr inw. 1067; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 77, Falkowa, nr inw. 1062; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; k., ur. 1904, Nowy Sącz, nr inw. 1025; k., ur. 1934, Kamienica, nr inw. 1032; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ur. 1921, Kamienica, nr inw. 1021; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., ur. 1924, Nowy Sącz, nr inw. 1013; k., ur. 1914, Piątkowa, nr inw. 1011; k., ur. 1919, Piątkowa, nr inw. 1004; k., l. 72, Mszalnica, nr inw. 938; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 77, Stara Wieś, nr inw. 917; k., l. 48, Florynka, nr inw. 914; m., l. 77, Cieniawa, nr inw. 916; m., l. 76, Cieniawa, nr inw. 913; k., ur. 1925, Stara Wieś, nr inw. 925; k., l. 72, Biała Wyżna, nr inw. 919; k., ur. 1908, Nowy Sącz, nr inw. 1010; m., ur. 1917, Piątkowa, nr inw. 1016; k., ur. ok. 1894, Roztoka Ryterska, nr inw. 1041; k., ur. 1900, Piwniczna-Zdrój, nr inw. 1003; m., ?, Florynka, nr inw. 910; m., ur. 1910, Siołkowa, nr inw. 983; k., l. 69, Biała Niżna, nr inw. 924; k., l. 62, Ropa, nr inw. 940; k., ur. 1924, Grybów, nr inw. 957. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGN; WP; ZB.

# M

## MACIERZANKA (*Thymus L.*)

Macierzankę znano również pod nazwami: *macierzonka*, *maciorka*, *maciórka*, *pirse ziele Matki Boskiej*. Zbierano ją w czerwcu i lipcu na polanach śródleśnych. Jej użycie było szeroko rozpowszechnione.

**Lecznictwo.** W medycynie ludowej macierzanka miała wszechstronne zastosowanie; określano ją jako „zioło leczące 7 chorób” (Kamienica) i uważano, że „herbata” z ziela jest zdrowa na wszystko (Łącko). Z wywaru ze świeżej lub suszonej całej rośliny (czasem z dodatkiem kory dębu, gałęzi leszczyny, dziurawca czy rumianku) przygotowywano wzmacniające kąpiele dla niemowląt i dzieci cierpiących na krzywicę, czyli mających „słabe kości i słabe nóżki” (Roztoka Ryterska, Kamienica, Zasadne, Ropa, Florynka). Kąpiele należało robić 2–3 razy w tygodniu, a po zabiegu dziecko dobrze wygrzać. Niekiedy na dnie wanienki układano dodatkowo krzyżyki z gałązek jodły (Górale Sądeckcy). Osoby dorosłe używały wywaru z macierzanki do rozgrzewających kąpiele lub parówek przy bolących nogach (Szczawa, Łącko), reumatyzmie („na łamanie w kościach”, Mszalnica), przy stanach zapalnych (Łabowa) i na ogólne wzmocnienie (Nowy Sącz, Łabowa). Do parówek niekiedy dodawano lebiodę, sośninę, gałązki jodły czy siano. Zioła sypano na dno beczki lub cebra i zalewano wrzątkiem. Do naczynia wstawiano krzesło, na którym siadał chory, nie dotykając stopami naparu. Okrywano go szczelnie kocami tak, aby para nie uciekła. Dla podtrzymania temperatury do naparu wkładano gorące kamienie. Parówka trwała od

10 do 30 minut, po zakończeniu zabiegu chory kładł się do łóżka (Siołkowa).

Picie naparu z nadziemnej części rośliny uważano za skuteczne przeciw miażdżycy, sklerozie, miało koić nerwy, łagodzić zmęczenie i zapewniać dobry sen (Biała Wyżna, Cieniawa). „Herbatkę” pito też na serce i na żołądek (Nowy Sącz), a zmieszaną z mlekiem przy chorobach kobiecych (Łabowa). Z naparu, mającego właściwości przeciwzapalne, przygotowywano okłady na bolące rany (Łabowa), stosowano go też do kąpieli przy uczuleniach. Płukanki z wywaru z macierzanki wzmacniały włosy (Nowy Sącz).

Macierzankę gotowaną w mleku lub napar z całej rośliny stosowano przy przeziębieniu i chorobach dróg oddechowych – astmie, kaszlu, bólach gardła (Krużłowa Wyżna, Biała Wyżna, Łabowa); pomagały też parówki z macierzanki z dodatkiem dziurawca czy rumianku (Florynka, Nowy Sącz). Z macierzanki robiono gorące okłady na brzuch, gorącym zielem nacierano ręce i nogi chorych na cholera (RWWIZL: 424).

**Weterynaria.** Macierzankę wykorzystywano jako leczniczy dodatek do paszy dla bydła, żeby mleko się „nie zagotowało” (Nowy Sącz, Stara Wieś), i kurcząt – w leczeniu krzywicy (Florynka) oraz gdy nie chciały jeść i były słabe (Cieniawa). Napar z macierzanki podawano krowom po ocieleniu (Cieniawa, Siołkowa). Dymem z jej suszonych liści okadzano krowy podczas choroby wymion („kiedy straciły dobre mleko”, Biała Wyżna), stosowano też okłady z naparu (Stara Wieś).

**Wierzenia i obrzędy.** Macierzankę dodawano do wianków plecionych na oktawę Bożego Ciała, bukietów na Matki Boskiej Zielnej (powszechne). Zbierano ją też na św. Jana oraz na Zielone Świątki, by użyć do przygotowania wieńca, który po ususzeniu służył do okadzania krów, aby nie utraciły mleka (Podegrodzie).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; m., l. 56, Florynka, nr inw. 911; m., l. 77, Cieniawa, nr inw. 916; k., l. 80, Siołkowa, nr inw. 941; k., ur. 1918, Biała Wyżna, nr inw. 958; m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1064; k., l. 42, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; k., l. 68, Cieniawa, nr inw. 948; k., ur. 1925, Stara Wieś, nr inw. 925; k., l. 63, Kamienica, nr inw. 1048; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 51, Łącko, nr inw. 1067; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 48, Florynka, nr inw. 914; k., l. 52, Krużłowa Wyżna, nr inw. 918; k., l. 72, Mszalnica, nr inw. 938; k., l. 78, Biała Wyżna, nr inw. 957; m., ur. 1910, Siołkowa, nr inw. 983; k., ur. 1894, Łącko, nr inw. 1018; k., ur. ok. 1919, Kamienica, nr inw. 1022; k., ur. 1914, Piątkowa, nr inw. 101; k., ur. 1902, Falkowa, nr inw. 1040. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Tylkowa D., SZKLBS; RWWIZL.

## MAK (*Papaver rhoeas* L.)

Roślina uprawiana powszechnie na przydomowych zagonach. W archaicznych wierzeniach mak uważano za roślinę o właściwościach mediacyjnych i umożliwiających jasnowidzenie, ze względu na działanie usypiające łączyło ją ze sferą śmierci (KM: 302). Odległym śladem tych przekonań może być powszechność maku jako dodatku do potraw przygotowywanych na stół wigilijny, podawanych w okresie noworocznym i wielkanocnym, jak wigilijne drożdżowe kołaczki i *zawijaki*, kluski, łazanki czy kukielki pieczone na Nowy Rok.

Kwiat maku był motywem zdobniczym wyszywanym na gorsetach w regionie Górali Nadpopradzkich.



**Lecznictwo.** Mak znano przede wszystkim jako środek nasenny i uspakajający. Odrobinę maku dawano małemu dziecku pod zagłówek lub poduszkę, aby dobrze i spokojnie spało (Rogi). Dzieciom na lepsze spanie powszechnie podawano do picia wywar z maku (Roztoka Ryterska). Kiedy dziecko ssało pierś – „sok” z maku piła matka. Gdy dziecko nie mogło ssać piersi matki, „gotowały mleko, wsypały mak do szmatki i do tego mleka namoczyły i to dziecku dawały possać” (Gostwica). Często zaznaczano, że mak podany do picia niemowlęciu może być

szkodliwy („Nie można dziecku dawać do picia odwaru z makówki, bo by na zawsze usnęło”, ZB: 351), zalecano więc okadzanie dziecka dymem z makówek lub kąpiel z dodatkiem wywaru z makówek (Nowy Sącz). Także dorośli – na bezsenność i dla uspokojenia, też na ból głowy – pili wywar z makówek (Piątkowa).

**Wierzenia i obrzędy.** Makówki dodawano do bukietów przygotowywanych na Matki Boskiej Zielnej (Łącko, Łabowa, Piątkowa, Kamienica). Maki wplatan do wianków święconych w oktawę Bożego Ciała (Lachy Sądeckie). Należały do roślin zbieranych na św. Jana oraz na Zielone Świątki, z których robiono wieńce, po wysuszeniu używane do okadzania krów, aby nie utraciły mleka (Podegrodzie). Makiem posypywano z wierzchu paschę – chleb pieczony u Łemków na Wielkanoc, święcony w cerkwi w Wielką Sobotę. Niekiedy także u Lachów Sądeckich drożdżowy kołacz z serem i makiem święcono w Wielką Sobotę (Brzezna).

Dla ochrony przed czarami w wigilię św. Łucji Górale Sądeccy sypali mak na próg stajni, wierząc, że „czarownica zanim wejdzie, musi policzyć ziarenka maku, i to odciąga jej uwagę od czynności magicznych” (Kłodne, HIPWBS: 127).

Mak znany był też w ludowym folklorze, m.in. zagadkach:

*Stoi w uogrodzie  
Na jeden nuodze,  
A może przysiąc,  
Ze ma dzieci tysiadc.*

(ZB: 256)

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 67, Piątkowa, nr inw. 1056; k., l. 57, m., l. 71, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 51, Łącko, nr inw. 1067; k.,

ur. 1887, Rogi, nr inw. 78; k., ur. 1937, Roztoka Ryterska, nr inw. 995; k., ?, Łącko, nr inw. 1009; k., ?, Piątkowa, nr inw. 1015; m., ur. 1917, Piątkowa, nr inw. 1016; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046. AGOKP: k., ur. 1913, Podegrodzie 2009; k., ur. 1932, Gostwica 2017. **Literatura:** Brylak-Załużka M., KLG; HIPWBS; KM; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; ZB.

## MALINA (*Rubus idaeus* L.)

Krzewy malin uprawiano w przydomowych ogródkach. Owoce malin leśnych zbierano i sprzedawano w skupach ziół i owoców leśnych (Zalesie, Limanowa, Szczawa, Koszarki, Kamienica, Zasadne, Rytró, Łomnica, Piwniczna-Zdrój), co przynosiło dodatkowy, sezonowy dochód. Pozyskiwaniem malin z polan leśnych zajmowały się przede wszystkim kobiety i dzieci. Owoce sprzedawano również letnikom, do domów wczasowych i lodziarni (dolina Popradu, Piwniczna-Zdrój), na targach i jarmarkach (Nowy Sącz, Stary Sącz, Piwniczna-Zdrój). Pozyskiwanie owoców z lasów wymagało pozwolenia pisemnego od leśniczego. Osoba zbierająca maliny bez pozwolenia narażała się na karę finansową. W Zasadnem śpiewano balladę o gajowym, który złapał dziewczynę nielegalnie zbierającą owoce:

*Na skraju lasu, przy leśnej drodze  
dziewczę maliny zbierało.  
Wyjechał strażnik z gęstego lasu,  
dziewczę od razu zadrżało.  
A czy ty nie wiesz, że ja zabraniam  
zbierać malin w tym lesie,  
kto nie postucha batem wygonię,  
zdepczę maliny, kto poniesie.*

*Postuchaj panie, pozwól mi panie  
pozwól mi malin nazbierać.  
Ja te pieniądze dam na doktorów,  
a mojej mamie nie dam umierać.  
Mama choruje z twojej przyczyny,  
ty ojca w lesie zabiłeś,  
niósł worek chrustu, w dzbanku maliny,  
a ty do niego strzelałeś.  
Do ciebie strzelę, dziewczko zawzięta,  
jak nie postuchasz mej rady.  
Do ciebie strzelę, a was dziewczęta  
wyrzucę jak leśne gady.  
Ty panie zginiesz, a lasy twoje  
będą należeć do wioski.  
W nich będą bawić się nasze dzieci  
bez żadnej krzywdy i troski.*

(Strauchmann E., KLGS: 111-112)

**Pożywienie.** Owoce malin stanowiły uzupełnienie codziennego pożywienia. Wykorzystywano świeże owoce bądź liście. Świeże owoce spożywano samodzielnie (czasem posypane cukrem) bądź używano ich do omaszczenia makaronów i klusek. Na zimę sporządzano z nich sok bądź susz. Owoce suszono razem z liśćmi. Parzono z nich „herbatki”, które pito zarówno ze względów smakowych, jak i leczniczych.

**Lecznictwo.** Ze świeżych owoców robiono soki i syropy, liście, całe łodygi z kwiatami (Kamienica) czy suszone owoce można było zalać wrzątkiem i pić jak „herbatkę” lub z mlekiem (Falkowa). Uważano, że maliny są dobre na wszystko (Łącko), „mają działanie wzmacniające cały organizm, szczególnie serce” (Biała Niżna), oczyszczają krew (Stróże). Napary z suszu i soki z owoców, mające właściwości napotne i rozgrzewające, stoso-



wano przede wszystkim przy przeziębieniach (Roztoka Ryterska, Łącko, Kamienica, Jadamwola) oraz grypie, by zbić gorączkę (Florynka) i wzmocnić organizm. Zalecano je też przy zapaleniu płuc i w niezżytach dróg oddechowych. Napar z liści pito na wstrzymanie biegunki (Nowy Sącz) i przy bólach żołądka (Stróże). Okłady pomagały na chore stawy (Łabowa).

**Wierzenia i obrzędy.** Gałązki malin z owocami dodawało się do bukietów święconych w dniu Matki Boskiej Zielnej. W ludowym folklorze do maliny porównywano młode, urodziwe dziewczyny o rumianych policzkach i czerwonych ustach.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; k., l. 69, Biała Niżna, nr inw. 924; k., ?, Łącko, nr inw. 1009; k., ur. 1902, Falkowa, nr inw. 1040; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., ur. 1937, Roztoka Ryterska, nr inw. 995; k., ur. 1933, Łącko, nr inw. 1019; k., ur. 1916, Kamienica, nr inw. 1030; k., ur. 1934, Kamienica, nr inw. 1032; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 75, Stróże, nr inw. 931. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Reinfuss-Janusz K., KLG; Strauchmann E., KLGS.

## MELISA (*Melissa officinalis* L.)

Melisa była jedną z najczęściej zbieranych i przechowywanych roślin, cenionych ze względu na właściwości smakowe i lecznicze. Zbierano ją zarówno dziko rosnącą w lasach i na polach, jak również uprawiano w przydomowych ogródkach. Liście używano świeże bądź suszone, zbierano je przez całe lato. Melisę stosowano przede wszystkim w postaci naparów. Listki dodawano „dla aromatu” do herbaty (Ropa), czasem do jajecznicy

(Łącko, Nowy Sącz). Należała do ziół święconych w dniu Matki Boskiej Zielnej (Lachy Sądeckie, Górale Sądecy), niekiedy dodawano ją do wianków plecionych na oktawę Bożego Ciała (Górale Sądecy).

**Lecznictwo.** Znano uspokajające i nasenne właściwości melisy. Napar z całego zieleń, pity 2–3 razy dziennie po szklance, zalecano przy nerwicy (Florynka, Biała Wyżna, Ropa). „Herbatki” były dobre na wzmocnienie serca (Kamienica), przemęczenie i „podźwiganie” (Nowy Sącz). W celach uspokajających można było też spożywać melisę z jajkiem (Górale Nadpopradzcy). Uważano, że „gdy ktoś z domowników jest chory na serce, wędną niektóre liście rośliny” (Szczawa). Napar „regulował organizm”, piło się go „na różne bóle okolic brzucha” (Zasadne), czyli dolegliwości żołądka, wątroby i trzustki (Stara Wieś, Nowy Sącz, Łabowa). W przypadku „zerwania się” pito napar z suszonych liści z dodatkiem mleka (Kamienica). Świeżą lub suszoną roślinę gotowaną na mleku stosowano przy chorobach kobiecych (Piwniczna-Zdrój) i „na chorą macicę” (Łącko). Z naparu przygotowywano okłady przy zapaleniu uszu (Szczawa).

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ur. 1925, Stara Wieś, nr inw. 925; k., ur. 1924, Nowy Sącz, nr inw. 1013; k., ur. 1900, Zasadne, nr inw. 1039; k., ur. 1921, Kamienica, nr inw. 1021; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; k., ur. 1900, Piwniczna-Zdrój, nr inw. 1003; k., ?, Łącko, nr inw. 1009; k., ur. 1920, Łącko, nr inw. 1042; k., ur. ok. 1934, Zasadne, nr inw. 1027. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Reinfuss-Janusz K., KLG; Strauchmann E., KLGS.

## MIĘTA (*Mentha L.*)

W ludowej taksonomii botanicznej mięta (*Mentha L.*) funkcjonowała jako nazwa generalna w odniesieniu do kilku gatunków. Odróżniano kilka jej rodzajów: miętę pieprzową (zwaną także pieprzowym ziele, miętą żołądkową), miętę polną (słabsza w działaniu od pieprzowej, Łabowa), miętę dziką (*kobylą*, *kobelą* lub *pomocniczą*, Pogórzanie Gorliccy, Biała Wyżna), miętę *sejdecką* (o okrągłych liściach, Piątkowa). Używano również nazw gwarowych: *miętka* (Pogórzanie Gorliccy) i *mint*a (Nowy Sącz).

Mięta była popularną rośliną uprawianą w przydomowych ogródkach albo dziko rosnącą w lesie lub na polach. Zalecano zbieranie liści mięty przed zakwitnięciem (Nowy Sącz) lub liści i kwiatów w okresie kwitnienia, ponieważ posiadają wtedy mocniejsze działanie (Kamienica, Nowy Sącz).

**Pożywienie.** Najczęściej wykorzystywano świeże bądź suszone liście mięty. Parzono z nich „herbatę”, która „świetnie gasi pragnienie, można podawać nawet duże ilości” (Krużłowa, Biała Wyżna, Ropa). W Łabowej do twarogu dodawano miętę pieprzową, formowano z niego kulki, a następnie suszono w *bradrurze*. W ten sposób przygotowanym serem obdarowywano pasterzy. Miętą przyprawiano mięsa i zupy.

**Lecznictwo.** Napar z całej rośliny miał wzmacniać organizm, stosowano go na „wszelkie dolegliwości” (Łącko, Nowy Sącz) i uważano, że można go „pić całe życie”. Ponieważ mięta (szczególnie pieprzowa) dobrze reguluje przemianę materii (Łabowa), napar ze świeżych lub suszonych liści (też z całej nadziemnej części rośliny) był jednym z najpopularniejszych leków na dolegliwości żołądkowe (powszechne). „Herbatkę” z mięty piło się

zwykle kilka razy dziennie przed posiłkami lub dwa razy dziennie, na czczo rano i na noc. Zalecano ją na poprawę apetytu i niestrawność („dobrze trawi”, Kamienica), przy zatruciach (Zasadne), rozwolnieniu (Szczawa), wymiotach (Zasadne), wzdęciach i zgadze (Nowy Sącz), bólach żołądka i katarze kiszek (Jadamwola, Biała Wyżna) oraz by „przeciścić jelita” (Łabowa). Łagodziła dolegliwości woreczka żółciowego i wątroby (Biała Wyżna, Florynka, Nowy Sącz). Jeśli na bóle żołądka cierpiało małe dziecko, z naparu należało „robić okłady koło pępka” (Piątkowa). Naparem z mięty pieprzowej łagodzono dolegliwości wywołane czerwinką (Falkowa). Na „niedomagania żołądkowe” zalecano też syrop z liści (Łabowa). Wywar z liści stosowano do przygotowania nasiadówek przy leczeniu hemoroidów (Szczawa, Biała Wyżna).

Naparem z mięty leczono kaszel (Roztoka Ryterska), z dodatkiem macierzanki służył do okładów na bolące rany (Łabowa). Na zęby dobre było żucie liści mięty pieprzowej (Kamienica). Miętę dziką, tzw. *kobylą*, rozgrzewało się i przykładano pod nos przy bólu głowy (Nowy Sącz).

Odwar z mięty zalecano pić kobietom w ciąży (ZB: 365). Podczas porodu kobieta trzymała „w pościeli” ćwiartkę wódki z ziołami „na wzmocnienie”, m.in. miętówkę, która łagodziła ból (Majerczyk D., KLG: 555). Karmiące matki okładały piersi miętą pieprzową (ZB: 365).

**Weterynaria.** Napar z mięty podawano kurczętom, gdy nie chciały jeść (Ropa).

**Wierzenia i obrzędy.** Miętę (zwykle pieprzową) dodawano do wianka na oktawę Bożego Ciała (Promienna, dziś w Piątkowej, Łabowa, Nowy Sącz, Kamienica) oraz do bukietu na Matki Boskiej Zielnej (Łabowa).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1890, Nowy Sącz, nr inw. 1038; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; k., ur. 1916, Kamienica, nr inw. 1030; k., l. 52,

Krużlowa Wyżna, nr inw. 918; k., ur. 1901, Nowy Sącz, nr inw. 1006; m., l. 76, Cieniawa, nr inw. 913; k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; k., l. 42, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1064; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ?, Florynka, nr inw. 909; k., l. 51; Biała Wyżna, nr inw. 944; k., l. 78, Biała Wyżna, nr inw. 957; k., ur. 1900, Piwniczna-Zdrój, nr inw. 1003; k., ?, Piątkowa, nr inw. 1015; k., l. 45, Promienna, nr inw. 1061; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066; k., l. 34, Biała Wyżna, nr inw. 232; k.,?, Łącko, nr inw. 1009; k., ur. 1908, Nowy Sącz, nr inw. 1010; k., ur. ok. 1919, Kamienica, nr inw. 1022; k., ur. 1925, Stara Wieś, nr inw. 925; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 31, Ropa, nr inw. 950; k., ur. 1902, Falkowa, nr inw. 1040. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGN; Majerczyk D., GLGN; ZB.

## MIRT (*Myrtus communis* L.)

Roślina zimozielona, u nas wyłącznie doniczkowa, sadzona głównie dla ozdoby, „szczególnie, gdy są panny w domu” (Nowy Sącz). Mirt był znakiem czystości i niewinności, symbolizował też życie i nieśmiertelność. Przypisywano mu moc ochrony przed złem (CG: 104). Gałązki mirtu wykorzystywano jako ważny element dekoracji o znaczeniu obrzędowym.

**Wierzenia i obrzędy.** Gałązkami mirtu ozdabiano gromnicę święconą na Matki Boskiej Gromnicznej (powszechne); poświęconą roślinę palono w piecu podczas burzy, aby uchronić dom przed uderzeniem pioruna (Kamienica), służyła też do okadzania (Stara Wieś, Stróże). Mirt dodawano do palmy wielkanocnej (Górale Sądecy, Lachy Sądeckie), przystrajano nim koszyk ze święconką przygotowywaną w Wielką Sobotę (powszechne), dodawano do wianka święconego w oktawę Bożego Ciała (Lachy Sądecy), a jeśli w domu były panny na wydaniu – sypano

podczas procesji Bożego Ciała razem z płatkami kwiatów (Kamienica). W wigilię św. Andrzeja gałązki mirtu służyły do wróżb zamążpójścia – „pod talerzyk wkłada się mirt, różaniec, pierścionek, jeśli zostanie wylosowany mirt, to oznacza on wróżbę staropanieństwa” (Kamienica). Na Wszystkich Świętych mirtem zdobiono groby, w przeszłości przeważnie ziemne (Górale Sądecy).

Mirt był powszechnie używany w obrzędach przejścia. Przystrajano nim poduszkę, na której niesiono dziecko do chrztu. Dziewczynki przystępujące do Pierwszej Komunii zakładały na głowę mirtowy wianuszek, drobnymi gałązkami dekorowano komunijne ubrania i świece trzymane przez dzieci (Górale Sądecy, Lachy Sądeckie).

Gałązkę mirtu, z białą wstążką lub niewielkim białym kwiatkiem żywym albo z bibuły, przypinano na piersiach jako przystrój ubrania starosty weselnego, pana młodego i drużyny. W latach 20. i 30. XX w. modne było zdobienie mirtem ślubnych strojów pary młodej. Panny przypinały gałązki do bluzek – na skos lub z jednej strony, mężczyźni dekorowali białe wstążki wiązane pod szyją (Lachy Sądeckie). Także wianek panny młodej, atrybut jej czystości, był przeważnie wykonany z mirtu wyhodowanego przez dziewczynę lub przyniesionego przez drużny: „Musiał być mirt, nie mógł być bukszpan, ani barwinek, ani ruta – nic, tylko mirt, ale nie było z tym kłopotu, bo dużo go było, wiele dziewczyn chowało go w doniczkach” (WP: 40). Po weselu młoda mężatka zabierała wianek i wieszła w domu, np. pod tragarzem. Czasami wróżyła sobie z niego: gałązkę mirtu wyjętą z wianka wsadzała do doniczki, „jak się przyjął, to znaczyło, że wspólne życie będzie trwało długo i w radości, a jak usechł, nie przyjął się, to była mała nadzieja, że małżeństwo będzie szczęśliwe i długotrwałe” (WP: 40). Z gałązki mirtu mogło być zrobione kropidło używane podczas błogostawieństwa młodych przez rodziców. Motyw mirtowego, panieńskiego wianka

czy bukietu często występował w weselnych oracjach i przyśpiewkach:

*Droga panno młoda  
Przyniosłem ci bukiet z mirtowego ziela  
Ten bukiet jest znakiem twójego wesela.*

(Lachy Podegrodzkie, WP: 69)

Wianek z mirtu (lub asparagusa) układano na trumnie panien i kawalerów, traktując go przede wszystkim jako symbol ich stanu. Także ciało w trumnie przystrajano mirtem (Kroh M., KLGS: 409). Pannę chowano do trumny z wiankiem na głowie (Jadamwola), kawalerowi przypinano na piersiach mirtowy bukiet. Również małym dzieciom, na znak niewinności, zakładano na główki wianuszki z mirtu (Kowalska-Lewicka A., SZKLBS: 62).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1930, Nowy Sącz, nr inw. 999; k., l. 63, Kamienica, nr inw. 1048; k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1059; k., l. 57, m., l. 71, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; k., l. 77, Stara Wieś, nr inw. 917; k., l. 45, Promienna, nr inw. 1061; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 69, Biała Niżna, nr inw. 924; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073. **Literatura:** Kroh M., KLGS; WP; CG; Kowalska-Lewicka A., SZKLBS.

## MNISZEK LEKARSKI (*Taraxacum officinale* Web.)

Pospolita bylina, nazywana także *majem*, *majówką*, *dmuchawcem*, *mleczem* (nieraz mylona z mleczem polnym – *Sonchus arvensis* L.). Liście i owoce mniszka zbierano w maju i czerwcu (Łabowa), a korzenie wyłącznie jesienią (Łącko). Używana do wyrobu wina (Nowy Sącz) i jako dodatek do potraw (liście dodawano do gotowanych ziemniaków, Nowy Sącz).

**Lecznictwo.** Mniszek był powszechnie wykorzystywany w ludowym ziołolecznictwie. Z kwiatów, zasypanych cukrem i zalanych wodą, przygotowywano syropy i soki łagodzące kaszel, leczono nimi też zapalenie oskrzeli i migdałków (Ropa, Kamienica). Przy przeziębieniach, kaszlu i zapaleniu płuc pito napary z kwiatów (Łabowa, Nowy Sącz). Wywary i napary z kwiatów i korzeni działały wzmacniająco (Nowy Sącz, Kamienica). Podobny efekt przynosiło jedzenie liści mniszka jako dodatku do potraw (Biała Wyżna). Nalewkę lub wywar z roztartych korzeni stosowano przy bólach wątroby i woreczka żółciowego (Biała Wyżna, Łącko), „herbata” z kwiatów pomagała „na rozszerzenie jelit” (Łącko). Wino z mniszka, pite po jednej łyżce dziennie do posiłku, zalecano w przypadku owsików (Stara Wieś). Sokiem wyciśniętym z rośliny smarowano brodawki, by je „wypalić” (Florynka, Mszalnica, Górale Nadpopradzcy).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 65, Ropa, nr inw. 912; k., ur. 1929, Łącko, nr inw. 1012; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., ur. ok. 1919, Kamienica, nr inw. 1022; k., ur. 1908, Nowy Sącz, nr inw. 1010; k., ?, Łącko, nr inw. 1009; k., ur. 1935, Stara Wieś, nr inw. 953; k., l. 51, Biała Wyżna, nr inw. 944; k., l. 71, Ropa, nr inw. 920; k., l. 72, Biała Wyżna, nr inw. 919; m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., l. 72, Mszalnica, nr inw. 938.

# N

## NAGIETEK LEKARSKI (*Calendula officinalis* L.)

Nagietek lekarski należy do roślin uprawnych ogrodowych, ma tendencję do dziczenia. Jego nazwa pochodzi od słowa *nogieć*, czyli paznokieć. Posługiwano się również nazwą gwarową *pazur*. Używano go przede wszystkim w celach leczniczych. Uważano, że sporządzone z niego lekarstwa „wszędzie dojdą”, czyli głęboko wnikają w ciało i skutecznie leczą. Zbierano i przetwarzano jego kwiaty i liście, z których przygotowywano okłady, maści, nalewki i napary.

**Lecznictwo.** Preparaty z kwiatów nagietka były używane przede wszystkim do leczenia chorób skórnych i ran. Na skaleczenia przykładano płatki kwiatów lub stosowano okłady z naparu. Z suszonych kwiatów gotowanych lub prażonych na słodkiej śmietanie przygotowywano maści służące do leczenia liszajów (Łącko) i strupów, także u dzieci (Kamienica). Suszone liście zmieszane z tłuszczem przykładano na odgnioty (Kamienica). Przy reumatyzmie bolące miejsca nacierano nalewką z kwiatów (Piątkowa).

Susz z kwiatów, zalany spirytusem (Stara Wieś, Biała Niżna) lub w formie naparu, pito „na wątrobę” (Kamienica). Napar z kwiatów, pity przez dłuższy czas 2–3 razy dziennie, stosowano przy schorzeniach serca i nerwicy (Ptaszkowa, Kąclowa, Piątkowa); przyjmowany przed jedzeniem pomagał na wrzody żołądka (Cieniawa). Picie naparu z kwiatów zalecano też przy chorobach kobiecych (Binczarowa), nieregularnych i bolesnych miesiączkach (Nowy Sącz, Piątkowa).

**Weterynaria.** W Limanowskim nagietkiem leczono wzdęcia u bydła, jeśli zjadło za dużo koniczyny albo pająka. Gdy krowa miała spuchnięte wymię lub doiła się krwią, pojono ją wywarem lub okadzano dymem z nagietka (RWWIZL: 446).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., ur. 1925, Stara Wieś, nr inw. 925; k., ur. 1930, Biała Niżna, nr inw. 959; k., ?, Binczarowa, nr inw. 952; k., ur. 1919, Piątkowa, nr inw. 1004; k., ?, Piątkowa, nr inw. 1015; k., ur. 1916, Kamienica, nr inw. 1030; k., ?, Łącko, nr inw. 1009; k., ur. 1920, Ptaszkowa, nr inw. 976; k., l. 81, Ptaszkowa, nr inw. 962; k., l. 68, Cieniawa, nr inw. 948.

**Literatura:** RWWIZL.

# O

## ORZECH WŁOSKI (*Juglans regia* L.)

Orzech włoski sadzono w pobliżu domu. Jego owoce powszechnie uważano za przysmak. Wywar z łupin orzecha używano jako zielony barwnik (Jadamwola). Liśćmi orzecha nacierano konie, „aby bąki nie gryzły” (Krużłowa Wyżna).

**Lecznictwo.** W lecznictwie wykorzystywano liście i niedojrzałe, zielone łupiny lub całe owoce. Nalewki z młodych orzechów, drobno pokrojonych i zalanych spirytusem – czarne, o łagodnym smaku (Stara Wieś, Rostoka Ryterska, Nowy Sącz) lub z samych zielonych łupin, roztartych i zalanych winem gronowym z dodatkiem miodu (Florynka), zalecano przy chorobach żołądka, wątroby i biegunkach. Picie wódki ze spirytusem, którym przez 9 dni zalane były niedojrzałe włoskie orzechy w łupinach, pomagało zwalczyć cholera (CWPLS: 23). Nalewka z zielonych owoców na spirytusie, złana po pół roku, pita codziennie w niewielkich ilościach, miała właściwości wzmacniające (Biała Wyżna). Przy osłabieniu i anemii pomagały też zmiażdżone liście orzecha zmieszane z pokrzywą, jedzone po łyżeczce 3 razy dziennie (Nowy Sącz). Na serce zalecano sok z owoców zasypanych cukrem, dodawany do herbaty rano i na noc (Florynka). Nalewką z młodych orzechów smarowano stawy przy bólach reumatycznych (Stara Wieś). Kąpielami z liści leczono krzywicę u dzieci. Przy chorobie zwanej *psie włosy* (swędzenie stóp) stopy moczyło się w gorącym naparze z liści orzecha (Łabowa). Wywar

z liści służył do mycia włosów, by nie wypadły (Florynka, Biała Wyżna).

**Wierzenia i obrzędy.** Orzechy, kojarzone z płodnością i dobrobytem, wieszano na przygotowywanej na Boże Narodzenie podłaźniczce, często malując je pozłotką lub zawijając w bibułkę. Dekorowano nimi także choinki oraz różgi weselne.

Zbieranie orzechów było przedmiotem przyspiewek o charakterze zalotnym:

*Na cóz mi ta przyjdzie  
z te moje uciechy,  
z kiom ze jo se bedo  
zbiyrała łorzechy,  
pogniywałam jednego,  
chodosia kochonego.*

[...]

*Tyle, tyle, tyle  
te moje uciechy,  
juz jo bedo miała  
z kiom zbiyrać łorzechy,  
przeprosiutam miłego,  
chodosia kochonego.*

(Podegrodzie, PLLP: 85)

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., ur. 1908, Nowy Sącz, nr inw. 1010; k., ur. ok. 1894, Rostoka Ryterska, nr inw. 1041; k., ur. 1907, Krużłowa Wyżna, nr inw. 981; k., l. 55, Stara Wieś, nr inw. 926; k., ur. 1925, Stara Wieś, nr inw. 925; m., ?, Florynka, nr inw. 911; k., ?, Florynka, nr inw. 909; m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054. **Literatura:** CWPLS; PLLP.

## OSET (*Carduus* L.)

Kolczasty, trudny do usunięcia chwast, rosnący na polach, miedzach i nieużytkach. Powszechnie nazwa „oset” używana jest na określenie różnych rodzajów ostów i ostrożeńi (*Cirsium*), także dziewięćsiła (*Carlina acaulis* L.). Oset jako roślina nieprzydatna i nieprzyjazna dla człowieka, kojarzy się z jałowością. Według ludowych podań miał zostać stworzony przez diabła (KM: 403).



W latach 20. i 30. XX w., pod wpływem mody podhalańskiej, motyw dziewięćsiła (czasem zwanego dziewię-

ciornikiem) przyjął się w zdobnictwie strojów w regionie Górali Sądeckich, m.in. na kożuszkach tzw. góralskich (Brylak-Zańska M., KLGs: 318). Płaskorzeźbione osty umieszczano też na ozdobnych kasetkach i ramach do obrazów.

**Wierzenia i obrzędy.** Wierzono, że by wytępić oset rosnący w polu, owies należy siać w kształt krzyża (Pogórzanie, RWWIZL: 243). Moc zwalczania chwastu miał mieć owies poświęcony w dniu św. Szczepana. Wracając w tym dniu z kościoła, garść ziarna sypano na pola przeznaczone pod siew, mówiąc: „Uciekaj diable z ostem, bo idzie święty Szczepan ze święconym owsem” (powszechne). By zabieg był bardziej skuteczny, zalecano, by na miejsce udać się prosto po mszy, po drodze nie mówić do nikogo ani słowa i nie oglądać się za siebie (Limanowskie, Gorlickie, RWWIZL: 243). Kolędniczki źle przyjęci przez gospodarza odwzajemniali się złośliwymi życzeniami: „Żeby wam nic nie urosło, tylko oset” (Łącko). Oset dodawano do bukietu na Matki Boskiej Zielnej, jednak ważna była liczba liści na gałązce: „liczyło się, ile liści miał oset, jeśli dwanaście to dobrze, bo było dwunastu apostołów” (Nowy Sącz).

Oset, jako roślina kojarząca się z neurodzajem i jałowością, był przywoływany w ludowych pieśniach:

*Nie smuć się dziewczyno,  
Bóg ci dopomoże,  
Gdzie osty, pokrzywy,  
Bedzies sadzić róże.*

(FGIPZS: 230)

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 63, Nowy Sącz, nr inw. 1049.  
**Literatura:** Brylak-Zańska M., KLGs; FGIPZS; Hołda J., KLGn; KM; Kroh M., KLGs; RWWIZL.



## OSIKA (*Populus tremula* L.)

Drewno osikowe ze względu na łatwość w obróbce używano do wyrobu gontów (Młodów), sprzętów rolniczych (np. jarzma, Pogórzanie) lub kuchennych (łyżki, Kamienica).

**Lecznictwo.** Zbierane na wiosnę „rzęsy” z osiki suszono z przeznaczeniem na napar na kaszel (Nowy Sącz).

**Wierzenia i obrzędy.** Ponieważ to na osice miał się powiesić Judasz, uważano ją za drzewo mogące sprowadzić nieszczęście (Kamienica, Stara Wieś). Nieustanne drżenie jej liści kojarzono z lękiem i tłumaczono jako wyraz popełnionego przez drzewo występku lub karę za tchórzostwo. Według popularnych ludowych podań, osika „z woli Boga drży do dzisiaj”, ponieważ nie chciała schronić Matki Bożej uciekającej z Jezusem (Biała Wyżna, Florynka, Cieniawa, Ropa). W innej wersji, osika odmawiając św. Rodzinie schronienia przed zimą, sama została skazana na wieczny chłód: „Bóg powiedział, że od tej pory jej samej będzie zimno, nie zagrzeje się, już zawsze się trzęsie” (Ropa). Drzewo miała przekląć też sama Matka Boska, która schroniła się pod nim podczas burzy. Ponieważ lekliwa i nieufna osika drżała z obawy, że uderzy w nią piorun, Maryja zapowiedziała jej, że „będzie się tak trzęsta cały czas” (Sośnie Dolne, dziś Grybów). Przyczyną drżenia mógł być też lęk przed ścięciem: „Kiedyś gdy św. Józef poszedł do lasu po kołyskę, to wszystkie drzewa kłaniały mu się, żeby je ściał, a ona się cały czas trzęsta, żeby tylko jej nie ściał” (Sośnie Dolne). W jednym z podań drżenie drzewa jest wyrazem lęku Matki Boskiej i św. Józefa: „Matka Boska i święty Józef z Dzieciątkiem szli do Betanii, szukając pracy. Ich droga wiodła przez las, w którym mieszkał zbójca. Święta Rodzina szła okrężną drogą, aby ominąć jego kryjówkę.

Pod wieczór zaczął padać deszcz i schronili się oni pod osiką. Wtedy przyszedł jakiś mężczyzna i Matka Boska zaczęła mu opowiadać i przestrzegać przed zbójem. W pewnym momencie ów przybysz przyznał się, że on jest tym zbójem. Matka Boska i święty Józef przestraszyli się bardzo, tak że aż osika zaczęła się trząść. Zbójca zaprosił świętą Rodzinę do siebie i udzielił im noclegu” (Jadamwola).

W wierzeniach ludowych osikowym kołkiem należało przebić serce zmarłego podejrzanego, że jest upiorem. Gałązki osiki dodawano do bukietu święconego w dniu Matki Boskiej Zielnej (Łabowa) oraz do wieńca dożynkowego (Kamienica).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., l. 60, Cieniawa, nr inw. 915; m., l. 76, Cieniawa, nr inw. 913; k., l. 77, Stara Wieś, nr inw. 917; k., l. 60, Sośnie Dolne, dziś Grybów, nr inw. 922; m., l. 65, Sośnie Dolne, nr inw. 923; k., ur. 1925, Stara Wieś, nr inw. 925; k., l. 65, Siołkowa, nr inw. 929; k., l. 56; Ropa, nr inw. 943; k., l. 51, Biała Wyżna, nr inw. 944; k., ur. 1908, Nowy Sącz, nr inw. 1010. **Literatura:** Ceklarz K., KLGŚ; ZB.

## OWIES (*Avena* L.)

**Gospodarowanie.** Owies należał do najczęściej wysiewanego zboża. W regionie zamieszkałym przez Górali Sądeckich i Nadpopradzkich jego uprawa zajmowała do osiemdziesięciu procent wszystkich zbóż. Popularność owsa związana była z jego dużą odpornością i plennością na ciężkich do uprawy glebach górskich. Na Łemkowszczyźnie Gorlickiej owies siano na wypaleniskach, czasem mieszano go z *ikrzycą* (*krzycą*), czyli dwuletnią odmianą

żyta, uprawianą na wyrębach. Popularność owsa zmniejsza się w związku z rozwojem upraw i zwiększeniem wytrzymałości żyta i pszenicy. Od lat 60. XX w. owies przeznaczano głównie na paszę dla zwierząt, a przede wszystkim dla koni.

Owsem karmiono zwierzęta (konie, woły, krowy, drób), zwłaszcza w okresie zimowym lub intensywnych prac gospodarskich. Na Łemkowszczyźnie Gorlickiej karmiono nim również owce, zwłaszcza po wykocie. W czasach niedostatku i na przednówku paszę zwierzęcą uzupełniano siekaną słomą owsianą. Słomę wykorzystywano również jako ściótkę dla zwierząt.

**Pożywienie.** Z ziarna owsianego uzyskiwano mąkę i krupy. Z mąki owsianej (pytlowanej i razowej) pieczono chleb, placki na blasze i słodkie ciastka – ozdoby choinkowe. Używano jej również do przygotowania zup, wodnistych lub gęstych (barszczu kiszzonego, *cyru*, żuru), zacierek i zasmażek do zagęszczania lub omaszczania potraw. Polewkami owsianymi zalewano ziemniaki gotowane, kasze, kluski (ziemniaczane i mączne), bób, fasolę, kapustę.

**Lecznictwo.** Jako lek były używane zarówno ziarna, jak słoma z owsa. Przy astmie kilka ziarenek tego zboża wbijano do kawałka słoniny. Słoninę, dla lepszego trzymania nabitą na patyk, podgrzewało się nad przegotowanym mlekiem, tak by topiąc się kapą do niego. Takie mleko pito, słoninę zjadano (Górale Nadpopradzcy). W przypadku kolki jelitowej i bólu brzucha stosowano okłady z gorącego owsa włożonego do woreczka, pito też „herbaty” z wygotowanego owsa (Górale Sądecki, Pogórzanie). Nasiadówkami i kąpielami w wywarze ze słomy owsianej leczono robaczycę u dzieci (Górale Nadpopradzcy, Pogórzanie). Kąpiele w zaparzonej słomie miały właściwości wzmacniające (Kamienica).

Działający moczopędnie napar z niedojrzałego ziarna pito przy chorobach nerek (Siołkowa).

**Wierzenia i obrzędy.** Podobnie jak inne zboża, owies odgrywał ważną rolę w obrzędowości świąt Bożego Narodzenia. Sypano go na stół wigilijny, by ustawić na nim miskę z kolejnymi potrawami. Wierzono, że jeśli do dna naczynia przyklei się dużo ziaren, będzie dostatek rośliny, z której była potrawa (Łabowa, Łącko). Po wieczery ziarno ze stołu (razem z opłatkiem, chlebem i sianem) dawano do zjedzenia bydłu (Łabowa). W kącie izby, w której spożywano wieczerzę, gospodarz stawiał *dziada*, czyli snopek niewymłóconego, ładnego owsa (Zasadne, Kamienica), mniejszy kładł pod wigilijny stół. Ziarno wykruszone ze snopka sypano po Wigilii do koła od wozu i karmiono nim kury, „aby trzymały się kupy”. Żdźbła wpychano za tragarz, wierząc, że im więcej uda się ich wetknąć za belkę, tym więcej kop zboża stanie w polu w czasie żniw. Po powrocie z pasterki każdy z domowników nalewał do naczynia trochę wody i wrzucał do niej ziarno owsa ze stołu wigilijnego – jeśli poszło na dno, wróżyło to w nadchodzącym roku śmierć lub chorobę, pływające było zapowiedzią zdrowia (Dobra, WDWPL: 39).

Powszechnym zwyczajem związanym z dniem św. Szczepana było święcenie ziaren owsa. Po mszy – na pamiątkę ukamienowania męczennika – szczerze się nim obsypywano, nie oszczędzając nawet księdza. Ziarno pozostałe na posadzce w kościele przeznaczone było dla służby kościelnej. Wracając z kościoła, garść ziarna sypano na pola, które latem zarastały ostem, mówiąc: „Uciekaj diable z ostem, bo idzie święty Szczepan ze święconym owsem” (Łabowa). Po powrocie do domu poświęcone ziarno rzucano na drzewa owocowe, „by tak samo, jak ten owies obficie wylatuje na drzewo, później z niego obficie owoce zlatywały”. Dawano je też bydłu

i koniom, by dobrze się chowały (Łącko) oraz kurom, aby „nie brały ich jastrzębie” (Łabowa). Garść ziarna dodawano do zboża przeznaczonego na siew (powszechnie). Także podłaźnicy odwiedzający domy w dniu św. Szczepana, przekraczając próg, rzucali wokół garściami owsa, skandując życzenia dla gospodarzy.

Kłosa owsa dodawało się do bukietu święconego w dniu Matki Boskiej Zielnej oraz do wieńca dożynkowego, ziarno święcono również na Matki Boskiej Siewnej, mieszając je później z ziarnem siewnym.

Śpiewano polkę:

*Pod kopecką siana, pod kopecką owsa,  
ta moja dziewczyna tak piyknie urosła.*

(Lachy Sądeckie, PLS: 28)

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066; k., l. 51, Łącko, nr inw. 1067; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1059; k., l. 77, Falkowa, nr inw. 1062; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 67, Zasadne, nr inw. 1045; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; k., l. 63, Kamienica, nr inw. 1048; k., l. 52, Krużłowa Wyżna, nr inw. 918; k., l. 71, Ropa, nr inw. 920; k., l. 65, Siołkowa, nr inw. 929; k., ur. 1921, Kamienica, nr inw. 1031; k., ur. 1900, Zasadne, nr inw. 1039; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046. **Literatura:** Grybel M., NRR; Hołda J., KLG; Kroh M., KLGS; Kwaśniewicz K., SZKLBS; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Madzik J., NRR; PLS; Reinfuss-Janusz K., KLGS; Reinfuss-Janusz K., KLG; ŚBNUGP; ŚL; Wacławski A., NRR; TLP; WDWPL; Woźny A., KLGS; Woźny-Tondyra A., KLG; Wójcik A., NRR; ZB; ZKWP.

# P

## PAPROĆ (*Polypodiopsida*)

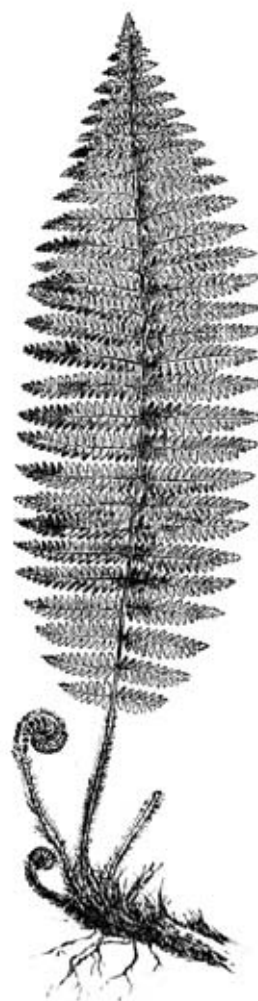
Paprociami określano kilka gatunków, które należą do tej samej grupy botanicznej. Przypisywano im znaczenie magiczne i lecznicze. Motywy liści paproci występują jako wzory dekoracyjne wykorzystywane w malarstwie, hafcie i snycerce.

**Zdobnictwo.** W ubiorach Górali Łąckich motyw rozbudowanej, elipsowatej paproci wyszywano czerwonymi nićmi z tyłu męskich kamizelek z ciemnoniebieskiego fabrycznego sukna. Paprocią nazywano także motyw trójkąta obrzeżonego *kulami*, wyszywany przy krawędzi rękawów w gurmanach z samodziałowego sukna (Brylak-Załużka M., KLG: 299, 302).

**Lecznictwo.** Liście z leśnej paproci (razem z pokrzywą i chrzanem) włożone pod prześcieradło stosowano w leczeniu reumatyzmu (Łabowa). Świeżymi lub suszonymi liśćmi obkładano ciężkie rany (Falkowa).

**Wierzenia i obrzędy.** Powszechnie wierzono, że paproć zakwita tylko raz w roku, a znalezienie kwiatu, mającego cudowną moc, przynosi szczęście i bogactwo, „ma własność odkrywania skarbów w ziemi ukrytych”. Według niektórych relacji ów moment miał przypadać w Wigilię Bożego Narodzenia, podczas pasterki (NSSE: 22). Najczęściej, w podaniach popularnych w różnych częściach Sądeckizny, porę kwitnienia paproci łączono z najkrótszą nocą w roku, obchodzoną jako wigilia św. Jana (TLP: 87). W tym niezwykłym czasie młodzi ludzie szukali kwiatu, który, jak mówiono, błyszczał z daleka. Prze-

strzegano jednak, że ma on związki ze złymi mocami, „przez które ten, kto by go zerwał, mógł ponieść śmierć” (Brzezna). Podobno „byli tacy co go znajdowali i zachowywali, a to przynosiło im wiele szczęścia” (Biała Wyżna). Przeważnie poszukiwania traktowano jako wspólną zabawę: „Zbierały my się zawsze, nad Poprad albo gdzie, szło się szukać tego kwiatu paproci. Szło się całą bandą ze śpiewaniem, po krzakach i z powrotem, to już było od dawien dawna” (Piwniczna-Zdrój, Hołda J., KLG: 543).



W okolicach Szalowej (Pogórzanie) szukanym tej nocy „kwiatem szczęścia” był nasięźrzał. Dziewczęta tej nocy wybiegały na łąki nago, z rozpuszczonymi włosami, i wołały: „Nasięźrzał, ja cię rwę pięcią palcy, szóstą dłonią, niechaj chłopcy za mną gonia” (Pogórzanie).

W obrzędowości listki paproci wykorzystywano do strojenia gromnic święconych w dniu Matki Boskiej Gromnicznej, dodawano je także do koszyka z wielkanocną święconką. Niekiedy przygotowywano z nich bukiety przypinane do strojów pana młodego i družbów.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 63, Kamienica, nr inw. 1048; k., l. 45, Promienna, nr inw. 1061; k., l. 77, Falkowa, nr inw. 1062; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 75, Stróże, nr inw. 931; k., ur. 1902, Falkowa, nr inw. 1040. AGOKP: k., ur. 1911, Brzezna 2001. **Literatura:** Brylak-Załuska M., KLGS; Hołda J., KLGN; NSSE; TLP; ZB.

## PIETRUSZKA (*Petroselinum*)

Pietruszkę uprawiano w przydomowych ogródkach lub warzywniakach. Wykorzystywano liście, łodygę i korzeń jako dodatek do potraw i w celach leczniczych. W pożywieniu stosowano jako jarzynę poprawiającą smak, ale też posiadającą korzystny wpływ na ciśnienie krwi (Kamienica). Na Pogórzu z pietruszki (i innych warzyw) przygotowywano jarski „rosół z gwoździa” podawany w czasie niedostatków i głodu.

**Lecznictwo.** Wywar z gotowanej naci pietruszki (Szczawa) lub korzenia (Florynka) uważano za środek moczopędny. Gotowany na mleku korzeń zalecano pić w leczeniu wrzodów żołądka (Biała Wyżna, Kamienica), na wątrobę i nerki (Cieniawa). Okłady z korzenia (tartego lub tłuczonego) lub liścia przykładano w miejscach stłu-

czeń (Florynka, Kamienica), oberwania (Cieniawa). Z zaparzonej *pietruchy* (naci) przygotowywano okład zawinięty w lniany woreczek (Kamienica).

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; m. ?, Florynka, nr inw. 910; k., l. 62, Cieniawa, nr inw. 947; k., l. 60, Cieniawa, nr inw. 915; k., ur. 1916, Kamienica, nr inw. 1030; k., ur. 1934, Kamienica, nr inw. 1032. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGN; Reinfuss-Janusz K., KLGN; Reinfuss-Janusz K., KLGS; Woźny A., KLGS; Woźny-Tondyra A., KLGN.

## PODBIAŁ POSPOLITY (*Tussilago farfara* L.)

Występował pod nazwą podbiał lub *podbielina* (Łabowa). Określenie pochodzi prawdopodobnie od białego spodu liści (RWWIZL: 263). Kwiaty zrywano na wiosnę, a liście również w inne miesiące (Łabowa). Suszono na zimę, a część sprzedawano w skupach ziół.

**Lecznictwo.** Uważano, że napar z suszonych kwiatów lub liści jest „dobry na wszystko”, posiada działanie wzmacniające (Ropa) i przeciwzapalne (Florynka). Płukano w nim włosy (Nowy Sącz). Pito, lecząc choroby górnych dróg oddechowych: na kaszel (Łącko, Łabowa, Jadamwola, Nowy Sącz, Rostoka Ryterska, Piątkowa), na katar (Szczawa), jako środek wykrztuśny (Nowy Sącz, Cieniawa), na „odflegmianie” (Florynka, Krużłowa Niżna, Nowy Sącz, Kamienica), na oskrzela (Nowy Sącz, Łącko); również na żołądek (Cieniawa, Rostoka Ryterska).

Z naparu z liści przygotowywano okłady na świeże rany, „na obieranie” (Nowy Sącz, Łabowa), na skaleczenia (Rostoka Ryterska), „jak bolą nogi” (Zasadne), na owrzodzenia (Florynka, Stara Wieś, Nowy Sącz), na długo gojące się rany (Cieniawa), na oparzenia (Nowy Sącz),

sińce (Nowy Sącz). W razie bólu nóg zalecano parówki (Cieniawa). Przy zakażeniu skóry (Piątkowa) lub krzywicy u dzieci – kąpiele (Łącko). Okłady robiono również ze świeżych liści (Mszalnica), czasem posmarowanych tłuszczem (Ropa, Nowy Sącz) i przykładanych „lewą stroną” (Biała Wyżna). Na choroby płuc kładziono świeże liście na plecy i klatkę piersiową (Kamienica). Posiada silne działanie, dlatego zalecano osobom dorosłym i starszym. Przygotowywano z podbiału również syrop.

**Weterynaria.** Wywar z liści podbiału podawano do picia krowom w leczeniu motylicy (Pogórze).

**Wierzenia i obrzędy.** Liście podbiału mogły wchodzić w skład bukietu przygotowywanego na Matki Boskiej Zielnej (Falkowa) oraz wianka święconego w oktawę Bożego Ciała (Łabowa).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 63, nr inw. 1049; k., l. 42, Rostoka Ryterska, nr inw. 1053; k., l. 46, Zasadne, nr inw. 1064; k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 65, Ropa, nr inw. 912; m., ?, Florynka, nr inw. 910; m., l. 76, Cieniawa, nr inw. 913; k., l. 71, Ropa, nr inw. 920; k., l. 72, Mszalnica, nr inw. 938; k., l. 62, Cieniawa, nr inw. 947; k., ur. 1917, Biała Wyżna, nr inw. 977; k., ur. 1929, Łącko, nr inw. 1012; k., ur. 1924, Nowy Sącz, nr inw. 1013; k., ?, Nowy Sącz, nr inw. 1014; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., ur. ok. 1919, Kamienica, nr inw. 1022; k., ur. ok. 1894, Rostoka Ryterska, nr inw. 1041; m., ur. 1917, Piątkowa, nr inw. 1016; k., l. 60, Cieniawa, nr inw. 915; k., ur. 1919, Piątkowa, nr inw. 1004; k., ?, Łącko, nr inw. 1009; k., ur. 1908, Nowy Sącz, nr inw. 1010.

**Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; RWWIZL.

## POKRZYWA (*Urtica dioica* L.)

**Gospodarowanie.** Pokrzywa należała do najczęściej używanych ziół. Jej liście zbierano w maju przed kwitnieniem. Używano całej rośliny bądź jej liści, świeżych lub suszonych. Z mieszanki trawy i sparzonych wrzątkiem liści przygotowywano *polewanekę*, którą w okresie letnim dokarmiano bydło. Pocięte liście podawano kurczętom jako środek zwiększający ich odporność na wszelkie choroby (Jadamwola). Drób karmiono siekanymi pokrzywami zmieszanymi z jajkami i mąką. Wywarem lub wodą odstaną z liśćmi pokrzyw podlewano uprawy, zwalczając mszyce i robaki.

**Pożywienie.** Świeże liście pokrzywy służyły jako środek konserwujący. Przekładano nimi kawałki świeżego mięsa w beczce bądź zawijano w nie masło. Świeże bądź suszone dodawano jako przyprawę do jajecznicy i zup. W okresach głodów pokrzywa stanowiła uzupełnienie diety, dodawano ją do każdej potrawy (również do chleba), a nawet jedzono jako osobne danie, które pozwalało stłumić uczucie głodu. Pokrzywę dodawano do jajecznicy smażonej w Zielone Świątki.

**Lecznictwo.** Pokrzywa była powszechnie wykorzystywana w ludowym leczeniu, przede wszystkim w formie naparów („herbatek”) i wywarów z całej rośliny, samych korzeni, liści czy kwiatów. Uważano ją za lek „dobry na wszystko” (Nowy Sącz, Siołkowa), regenerujący czerwone ciała krwi (Biała Wyżna) i wzmacniający organizm (Krużłowa Wyżna). Pomagała zwalczać choroby reumatyczne i ból korzonków. W tym celu należało spać na liściach pokrzywy, paproci leśnej i chrzanu (Łabowa), „parzącym” liściem pokrzywy okładano chore miejsca lub bito się gałązkami po dotkniętych bólem członkach (Rostoka Ryterska, Łabowa, Kamienica). Stawy nacie-

rano nalewką z liści (Ptaszkowa) lub pokrzywą smażoną na maśle (Stara Wieś).

Pokrzywie przypisywano właściwości przeciwnowotworowe (Łabowa, Cieniawa). Lekiem „wstrzymującym początki raka” miała być nalewka z drobno posiekanych korzeni, pita po kilka kropli dwa razy dziennie (Biała Wyżna); też „napar z młodej majowej pokrzywy stosowany po dwie szklanki dziennie” (Siołkowa). W profilaktyce białaczki stosowano sałatkę z liści młodych pokrzyw (Ropa).

Wywar z całej rośliny lub napar z korzeni pito przy dolegliwościach żołądkowych (Stara Wieś, Krużłowa, Łącko) i chorobach wątroby (Łącko, Stróże, Mszalnica); przygotowywano z nich nasiadówki łagodzące hemoroidy (Piwniczna-Zdrój). Moczopędne właściwości pokrzywy wykorzystywano w leczeniu nerek, zwykle zalecając picie przez dłuższy czas wywaru z całej rośliny lub jej korzeni (Biała Niżna, Siołkowa, Ropa, Cieniawa). Napar z liści lub całej rośliny spożywano, by złagodzić nerwicę i bóle głowy oraz przeciwko stanom zapalnym (Ropa, Cieniawa, Mszalnica). Nalewki i „herbatki” pomagały leczyć przeziębienie, kaszel, choroby oskrzeli i astmę. Susz z pokrzywy, palony w fajce, miał działać przeciw gruźlicy (Nowy Sącz).

Pokrzywa „paląca” przykładana „na ciało” pomagała na kolki (Zasadne), nacieranie się świeżą pokrzywą usuwało paraliż (Falkowa). Uważano ją za środek przeciw cholerze (RWWIZL: 267); chorym zalecano pić pyłek kwiatowy z pokrzyw zmieszany z mlekiem, wodą lub wódką (CWPLS: 23). W przypadku ukąszenia przez „węża” (żmiję) ranę nacierano pokrzywami.

By wzmocnić włosy, zapobiec ich wypadaniu oraz przeciw łupieżowi stosowano płukanki z naparu (Łącko, Nowy Sącz).

Przy chorobach kobiecych robiono nasiadówki w naparze z pokrzywy białej (Nowy Sącz, Roztoka Ryterska), napary pomagały też na oberwanie (Kamienica). Kwiaty pokrzywy żegawki gotowane w mleku pito przy chorobach płuc (Limanowskie, RWWIZL: 267).

**Wierzenia.** Pokrzywa wetknięta w zagon podczas sadzenia kapusty chroniła warzywo przed gąsienicami (ZB: 146).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; k., l. 47, Cieniawa, nr inw. 936; k., l. 75, Stróże, nr inw. 931; k., l. 72, Mszalnica, nr inw. 938; k., l. 55, Biała Niżna, nr inw. 927; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; k., l. 42, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 65, Ropa, nr inw. 912; m. ?, Florynka, nr inw. 910; k., l. 34, Biała Wyżna, nr inw. 232; m., l. 76, Cieniawa, nr inw. 913; k., l. 77, Stara Wieś, nr inw. 917; k., l. 52, Krużłowa Wyżna, nr inw. 918; k., ur. 1902, Falkowa, nr inw. 1040; k., ur. 1900, Zasadne, nr inw. 1039; k., ur. 1904, Nowy Sącz, nr inw. 1025; k., ur. 1924, Łącko, nr inw. 1042; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., ur. ok. 1894, Roztoka Ryterska, nr inw. 1041; k., ur. ok. 1919, Kamienica, nr inw. 1022; k., ur. 1924, Nowy Sącz, nr inw. 1013; k., ur. 1929, Łącko, nr inw. 1012; k., ur. 1908, Nowy Sącz, nr inw. 1010; k., ?, Łącko, nr inw. 1009; k., ur. 1919, Piątkowa, nr inw. 1004; k., ur. 1900, Piwniczna-Zdrój, nr inw. 1003; k., ur. 1913, Stara Wieś, nr inw. 980; k., ur. 1928, Siołkowa, nr inw. 955; k., l. 62, Cieniawa, nr inw. 947; k., l. 51, Biała Wyżna, nr inw. 944; k., l. 80, Siołkowa, nr inw. 941. **Literatura:** CWPLS; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Reinfuss-Janusz K., KLGS; Reinfuss-Janusz K., KLG; RWWIZL; Woźny A., KLGS; ZB.

## PORZECZKA CZARNA (*Ribes nigrum* L.)

Porzeczką czarną obsadzano sady lub przydomowe ogródki. Jej owoce stanowiły uzupełnienie codziennej diety. Używano przede wszystkim owoców, świeżych lub suszonych, ale także liści. Ze świeżych owoców przygotowywano zapasy konfitur (Stara Wieś, Kunów, Nowy Sącz) i soku.

**Lecznictwo.** Uważano, że porzeczką posiada dużo witamin, a jej spożywanie działa wzmacniająco i uodparniająco (Ropa, Piątkowa, Nowy Sącz). Okładami ze świeżych liści leczono niewielkie rany (Łabowa), bóle reumatyczne (Nowy Sącz), choroby górnych dróg oddechowych (okładami na plecy i klatkę piersiową). Picie naparu z liści miało pobudzać apetyt (Biała Wyżna), korzystnie wpływać na serce (Florynka, Cieniawa, Łącko) i regulować ciśnienie krwi (Nowy Sącz), łagodzić objawy chorób żołądka (Cieniawa), a ze względu na działanie moczopędne także układu moczowego (Roztoka Ryterska, Nowy Sącz). Sok pito w leczeniu przeziębień (Cieniawa), astmy (Stara Wieś) i profilaktycznie przeciw żółtacze (Florynka). Zalecano jedzenie konfitury po przebyciu zawału serca (Nowy Sącz).

**Wierzenia i obrzędy.** Ścięte późną zimą gałęzie porzeczeki zostawiano w domu do zakwitnięcia i wplatan do palmy wielkanocnej (Biała Wyżna).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., ?, Florynka, nr inw. 909; m., l. 76, Cieniawa, nr inw. 913; m., l. 77, Cieniawa, nr inw. 916; k., ur. 1925, Stara Wieś, nr inw. 925; k., ur. 1942, Kunów, nr inw. 1942; k., l. 71, Ropa, nr inw. 920; k., ?, Piątkowa, nr inw. 1015; k., l. 48, Florynka, nr inw. 914; k., l. 60, Cieniawa, nr inw. 915; k., ?, Łącko, nr inw. 1009; k., ur. 1908, Nowy Sącz, nr inw. 1010; k., ur. ok. 1894, Roztoka Ryterska, nr inw. 1041; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., l. 80, Biała Wyżna, nr inw. 921.

## POZIOMKA POSPOLITA (*Fragaria vesca* L.)

Poziomkę nazywano również *jagodnikiem* lub *jagodą*. Zbierano liście i owoce, które wykorzystywano świeże bądź suszone, sprzedawano też w skupach ziół i owoców leśnych.



**Pożywienie.** Owoce poziomek jedzono świeże lub suszone. Stanowiły one uzupełnienie codziennej diety. Spożywano je jako samodzielne danie bądź wykorzystywano do omaszczania klusek lub makaronów.



**Lecznictwo.** Liście dzikiej poziomki, czyli *jagodniki* (też *malinioki* z malin), zbierano w maju „kiedy idzie siła z ziemi i gałązki są bogate” (Kamienica). Ze świeżych lub suszonych robiono napary, które, jak czasami uważano, „były dobre na wszystko” (Łącko). „Herbatki” miały szerokie zastosowanie. Pito je przede wszystkim przy zaziębieniach i podwyższonej temperaturze, także przeciw bieguncie i przy innych dolegliwościach pokarmowych (Łabowa). Niektórzy uważali, że wygładzają cerę. Napar z dodatkiem liści czarnej porzeczki i borówki pomagał na ciśnienie, zmieszany z liśćmi truskawek, borówek i macierzanką – na serce, na uspokojenie i nerwowość, poprawiał też apetyt, był zalecany przy chorych nerkach (Piątkowa). Suszone listki, roztarte w dłoniach, sypano na rany. Miały także zasuśać i goić czyraki. Świeże liście zmieszane z tłuszczem przykładano na oparzenia (Łabowa). *Jagodnikami* zmieszanymi ze smażoną słodką śmietaną lub usmażonymi na maśle smarowano *bolaki* czyli strupy (Lachy Limanowskie, Górale Nadpopradzcy). Były składnikiem maści na rany, przygotowywanej na bazie łożu baraniego zmieszanego z żywicą i woskiem (Górale Nadpopradzcy).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ur. 1890, Nowy Sącz, nr inw. 1038; k., ur. 1934, Kamienica, nr inw. 1032; k., ur. ok. 1934, Zasadne, nr inw. 1027; k., ?, Piątkowa, nr inw. 1015; k., ur. 1924, Nowy Sącz, nr inw. 1013; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Tylkowa D., SZKLBS; Reinfuss-Janusz K., KLG; Reinfuss-Janusz K., KLG; Strauchmann E., KLG; ZB.

## PRZESTĘP (*Bryonia alba* L.)

Przestęp rośnie w Polsce dziko. W celach leczniczych zbierano jego liście i korzenie. Nazwą przestęp określano niekiedy pokrzyk wilczą jagodę (*Atropa belladonna* L.).

**Wierzenia i czary.** Jak pisał Oskar Kolberg, korzeń przestępu jest „zupełnie podobny do dziecka, a więc posiada głowę, oczy, uszy, brzuch”. Z tego powodu roślina była kojarzona z mandragorą (CG: 137). Podobnie jak ona przestęp wyrywany z ziemi miał krzyczeć jak człowiek (Biała Wyżna, Mszalnica). Mimo że przestęp był powszechnie używany w ludowym leczeniu, na Sądecczyźnie uważano go za roślinę złą i wiązano przede wszystkim z praktykami magicznymi, szczególnie czarowaniem krów. Korzeniem przestępu posługiwały się czarownice chcące odebrać krowom mleko. Mówiono, że kto posiada przestęp, nie musi mieć krów, a mleko będzie miał (Siołkowa). Korzenie zbierano w wigilię św. Wojciecha (Florynka, Cieniawa). Na roślinę można było natrafić przypadkowo podczas koszenia łąki, ale ostrze kosy, gdy tylko dotknęło przestępu, rozpadało się na kawałki. Pamiętano, by w miejsce wykopanego ziela włożyć kilka monet albo kawałek chleba, w przeciwnym razie przestęp sprowadzał na człowieka chorobę.

Roślinę można było wyhodować samemu. Miała wyrosnąć z czosnku zasadzonego w ciemnej piwnicy w głowie węża. Gada należało złapać przed św. Wojciechem (23 kwietnia) lub po św. Michale (29 września), bo takiego, jak mówiono „ziemia nie przyjmie, bo kogoś ugryzł” (Łomnica). Według innych relacji miała to być głowa żmii zabitej w wigilię św. Jana, a ziele musiało być pojone mlekiem (Łomnickie). Wyrastająca ze szczęki roślina mogła mieć korzeń w kształcie kobiety lub mężczyzny. Jej część nadziemną dodawano do jedzenia krowom

w celu poczarowania. Krowa, której czarownica zadała przestęp, traciła mleko, a zwierzęta okadzane jego dymem ściągały mleko od krów z sąsiedztwa, same będąc odporne na czary (HIPWBS: 139).

Przestęp mógł być wykorzystany także do szkodenia ludziom, zwykle w zemście za poczarowanie krów lub w celu zdemaskowania sprawcy *babrania*: „Jednemu gospodarzowi, co hodował przestęp, to tak nawet zrobili, że bliski jego sąsiad wziął agrafkę i poszedł w nocy do piwnicy, gdzie rósł przestęp i przypiął agrafkę do przyrodzenia tej figurce męskiej, co z czosnku wyrosta. Tak, że ten gospodarz na drugi dzień rano nie dał rady się wysuszać, a nie wiedział co się dzieje. Jedni drugim robili takie udry, bo wszyscy się znali na czarach” (Łomnica, LPS: 43).

**Lecznictwo.** Jako ziele czarodziejskie przestęp mógł być użyty, by wywołać poronienie (Biała Wyżna); w tym celu stosowano wywar z przestępu „kobiecego”, czyli korzenia o kształcie przypominającym sylwetkę kobiety (ZB: 357). Odwaru z kobiecego przestępu używano „przeciw cierpieniom macicy”, podobnie działała nalewka z tłuczonego korzenia. Napar z całej rośliny pito na oberwanie (Mszalnica). Korzeń noszony przy sobie chronił przed wieloma chorobami, a także przed urocznymi oczami.

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., l. 56, Florynka, nr inw. 911; k., l. 72, Biała Wyżna, nr inw. 919; k., l. 62, Kruźłowa Niżna, nr inw. 928; k., l. 65, Siołkowa, nr inw. 929; k., l. 34, Biała Wyżna, nr inw. 232; k., l. 72, Mszalnica, nr inw. 938; m., l. 77, Nowy Sącz, nr inw. 801. **Literatura:** HIPWBS; Hołda J., KLGŚ; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGN; LPS; ZB.

## PRZYWROTNIK (*Alchemilla* L.)

Roślina znana także pod nazwą: *przewrotnik, fartuszki, fartuszek* (Limanowskie, Górale).

**Weterynaria.** Suszoną roślinę, charakteryzującą się drobnymi, żółtymi kwiatkami, dodawano krowom do paszy, „żeby miały żółte mleko” (Kamienica). Jeśli zwierzęta straciły mleko, pojono je wywarem z przywrotnika lub siekany dawano do siana (Łabowa). Ususzonym przewrotnikiem (czasem połączonym z innymi roślinami znajdującymi się w wianku święconym w oktawę Bożego Ciała) okadzano krowy, które chorowały na zapalenie wymion (Piątkowa).

**Lecznictwo.** Napar z całej nadziemnej części rośliny, pity 3 razy dziennie po pół szklanki, stosowało się jako lek na *zmordowanie* (Binczarowa); pomagał też na wątrobę i żołądek (Zasadne). Przywrotnik smażony ze śmietaną przykładano na rany (Limanowskie, RWWIZL: 278).

**Wierzenia i obrzędy.** Przywrotnik był ważnym elementem wianków przygotowywanych na oktawę Bożego Ciała – dawano go dużo, „bo to jest lecznicze” (powszechne). *Fartuszki* dodawano też do bukietów na Matki Boskiej Zielnej, a ziele zebrane w wigilię św. Jana – do wianków, które po ususzeniu służyły do okadzania krów, by nie straciły mleka (Podegradzie). W dostępnych źródłach z terenu Sądecczyzny nie zachowało się powszechne niegdyś przekonanie, że roślina ta przywraca utracone dziewictwo (na co wskazuje nazwa *przywrotnik*, CG: 138).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ur. 1914, Piątkowa, nr inw. 1011; k., l. 67, Piątkowa, nr inw. 1056; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 77, Falkowa, nr inw. 1062; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1063; k., l. 46, Zasadne, nr inw. 1063;

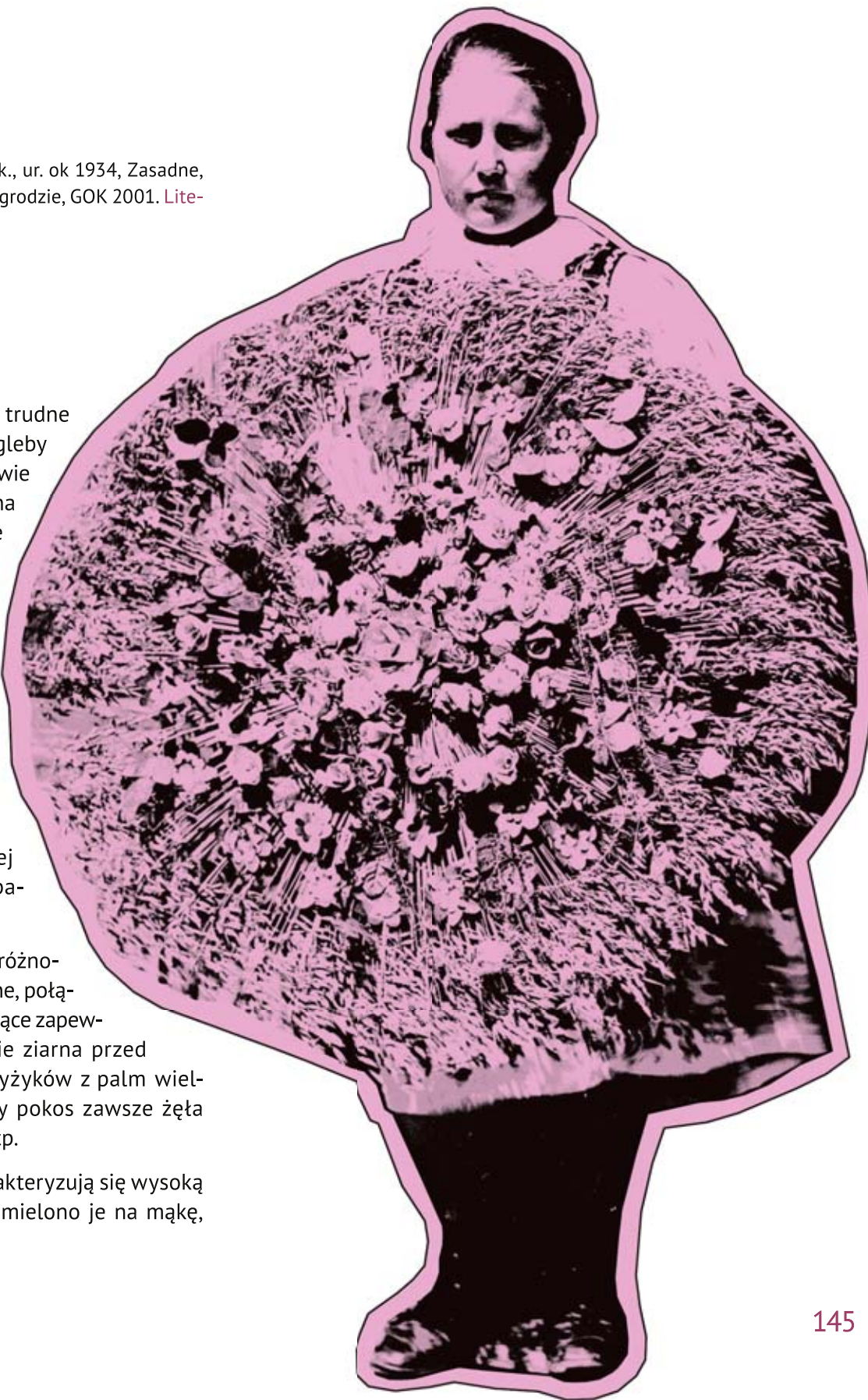
k., ur. 1915, Binczarowa, nr inw. 949; k., ur. ok 1934, Zasadne, nr inw. 1027. AGOKP: k., ur. 1923, Podegrodzie, GOK 2001. **Literatura:** CG; RWWIZL.

## PSZENICA (*Triticum aestivum* L.)

**Gospodarowanie.** Ze względu na trudne warunki górskie i słabej jakości gleby uprawa pszenicy ustępowała uprawie owsa lub żyta; pszenica wysiewana była przede wszystkim w pasie podgórskim. Pod jej zasiew wykorzystywano najżyźniejsze gleby. Przed 1939 r. pośród odmian pszenicy popularne były orkisz (*Triticum spelta* L.) i sanopsa (samopsza, *Triticum monococcum* L.). Innymi znanymi gatunkami były: pszenica polska, wąsatka, amerykanka, banatka, węgierska, sandomierska, gałka. Na Łemkowszczyźnie Gorlickiej orkiszem często obsiewano wypaleniska.

Z uprawą pszenicy związane były różnorodne zwyczaje i działania magiczne, połączone z praktykami religijnymi, mające zapewnić dobry plon, jak np. święcenie ziarna przed siewem, stawianie w polach krzyżyków z palm wielkanocnych, zwyczaj, że pierwszy pokos zawsze żęta gospodyni sierpem (Długołęka) itp.

**Pożywienie.** Ziarna pszenicy charakteryzują się wysoką mącznością, dlatego najczęściej mielono je na mąkę,



a rzadziej przeznaczano na kasze. Pozyskiwano mąkę pytlową lub razową, z której pieczono chleb, gnieciono ciasto na pierogi lub kluski. Pieczywo z mąki pszennej, zwłaszcza pytlowej, czyli białej, dobrze oczyszczonej i drobnej, było produktem luksusowym, na który mogli pozwolić sobie wyłącznie bogaci gospodarze w dni świąteczne.

**Wierzenia i obrzędy.** Pszenica, jako najcenniejsze i najszlachetniejsze zboże, symbolizowała płodność i dobrobyt. Z pszennej mąki wyrabiano pieczywo obrzędowe. Były to weselne kołaczki, którymi obdzielano uczestników obrzędu, dawniej z lepionymi z ciasta figurkami wyobrażającymi parę młodą. Na Pogórzu z okazji wesela przygotowywano też drobne pieczywo w kształcie zwierzątek, tzw. *rogaczki* lub *obsypanki*, którym obsypywano pannę młodą wsiadającą na wóz po błogostawieństwie przez rodziców – aby była bogata i miała wiele dzieci (Wójcik A., NRRZ: 240). Białą pszenną mąkę przeznaczano na kukietki, czyli duże plecione bułki, będące zwyczajowym darem dla położnic po wywodzie (Górale), a przede wszystkim dla chrześniaków z okazji chrzcina lub wiązowin (Lachy Sądeckie). Im dłuższa i bardziej okazała była kukietka (niektóre miały ok. metra), tym większy był honor matki chrzestnej. Podobne, choć mniejsze plecionki, tzw. nowe latka, rodzice chrzestni ofiarowywali chrześniakom w Nowy Rok. Pszeniczne bułki należały do darów przynoszonych na chrzciny przez kumy także na Łemkowszczyźnie. Przy budowie domu ziarna pszenicy (oraz żyta, też monety, święcone zioła i szczyptę soli) podkładano pod cztery węgiły (Łemkowszczyzna).

Pszenicy nie mogło zabraknąć w wigilijnej izbie. Z jej kłosów wykonywano niekiedy podłaźniczkę, czyli obrzędową ozdobę wieszaną u tragarza (Lachy Sądeckie). Pszeniczny (lub owsiany, także mieszany, z kilku gatunków zbóż) mógł być snop, który stawiano w kącie izby jako

wróźbę urodzaju (Lachy Sądeckie). By nigdy nie zabrakło w gospodarstwie zboża, ziarno pszenicy (lub wszystkich zbóż) sypano na biały obrus rozścielany na wigilijnym stole i ustawiano na nim miski z kolejnymi potrawami. Zboże służyło też do przygotowania tych potraw (wszelkie kluski czy kasze, kutia, czasem dodatek do siemionki itp.).

Kłosa pszenicy były jednym z najważniejszych składników bukietu święconego w dniu Matki Boskiej Zielnej oraz wieńców przygotowywanych na zakończenie żniw (powszechnie). Wykruszone z nich ziarno, podobnie jak to święcone na Matki Boskiej Siewnej, dodawano do ziarna siewnego i rzucano pod pierwszą skibę (Kamienica). *Obżynek, dożynek* lub *wyżynek*, będący wynagrodzeniem za pilną pracę podczas żniw, organizowano, „gdy się żniwa pszeniczne ukończą” (Pogórze, ZB: 149). U Lachów Sądeckich niekiedy przygotowywano dwa wieńce dożynekowe – z pszenicy dla gospodyni, z owsa dla gospodarza (Długotłęka). Przeznaczano na nie najładniejsze kłosa (Długotłęka). Wieniec, zwany *ograbkiem* lub rzadziej *ożynkiem* (Kicznia), w przeszłości miał kształt snopa, korony, kuli lub płaskiej rozety z kłosów ozdobionej kolorowymi kwiatami z bibuły. Płaski *ograbek* wieszano jako ozdobę na ścianie w izbie. Podczas składowania wieńca gospodarzom śpiewano m.in.:

*Mam wianeczek, mam, komu ja go dam.  
Mam wianeczek, mam z pszenicy, komu ja go dam.*

(Podegrodzie)

czy

*Gospodarzu nasz i pszeniczkę masz.  
Pszeniczka twa się urodziła,  
Wielką radość ci sprawiła,  
Gospodarzu nasz.*

(Pogórze)

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 77, Falkowa, nr inw. 1062; k., l. 57, m., l. 71, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1059; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047. AGOKP: k., ur. 1919, Juraszowa 2001; m., ur. 1930, Brzezna 2001; m., ur. 1928, Długotłęka 2002; k., ur. 1915, Długotłęka 2002; k., ur. 1921, Długotłęka 2002; k., ur. 1934, Długotłęka 2002. **Literatura:** Brylak M., Madzik J., NRR; Hołda J., KLGN; Kroh M., KLGs; KLS; Kwaśniewicz K., SZKLBS; Madzik J., NRR; OKWP; Reinfuss-Janusz K., KLGs; Reinfuss-Janusz K., KLGN; ŚL; Wactawski A., NRR; Woźny A., KLGs; Woźny-Tondyra A., KLGN; WP; Wrębiak C., NRR; Wójcik A., NRRZ; ZNIPWP; ZB.

# R

## RÓŻA (*Rosa L.*)

Róża – powszechnie występujący krzew uprawny i dziko rosnący – w lasach, zaroślach, przy drogach, zabudowaniach, na miedzach. Istnieje wiele gatunków róży, reprezentowanych także na Sądecczyźnie. W ogródkach, przy domach sadzone jako ozdobne. Z róży pozyskiwano liście, kwiaty i owoce. Zbieranie owoców i ich sprzedaż (zwłaszcza dzikiej róży, zwanej także *psią*; *Rosa canina L.*) w skupach ziół i owoców leśnych było dodatkowym zarobkiem ludzi wiejskich. W regionie zamieszkanym przez Górali Sądeckich owoce dzikiej róży nazywano *babiórkami*, *babior-kami* (Zasadne). Powszechnie też było zbieranie płatków kwiatu róży cukrowej, do ucierania i smażenia (*Rosa rugosa*). Z róży przygotowywano: dżemy (owoce i płatki), napary (owoce, kwiaty), wino (owoce, Mała Rostoka Ryterska), soki

(owoce). Produkty spożywcze z róży ceniono za ich walory smakowe i właściwości lecznicze.

Kwiat róży stanowił popularny hafciarski wzór dekoracyjny, wyszywano go chętnie, zwłaszcza na gorsetach w regionie Górali Sądeckich. Powszechnie kupowano zadrukowane drobnymi różyczkami płócienne tkaniny przeznaczone na spódnice, zapaski i chustki. Pojedyncze gałązki lub potrójne bukiety róż były najczęstszym motywem na tkaninach tybetowych, modnych w strojach kobiecych od lat 20. XX w. Róże z bibuły były popularną ozdobą różdżki weselnej, wieńców i bukiecików noszonych przez drużynę pary młodej, dekorowano nimi palmy i wieńce dożynkowe. Kwiat róży odtwarzano w bibułkowych girlandach, którymi przystrajano obrazy i kapliczki. Róże, w formie kwiatowych



bordiu, malowano na świętych obrazach, szczególnie wizerunkach Matki Boskiej i Chrystusa Ukrzyżowanego. Były popularnym motywem zdobniczym fajansowych naczyń, makatek, skrzyń posagowych czy ściennych zegarów.

**Lecznictwo.** W lecznictwie wykorzystywano przede wszystkim owoce róży dzikiej, zbierano też jej liście i kwiaty. Roślina była ceniona jako źródło witaminy C, przypisywano jej właściwości odżywcze (Łabowa). Z owoców przygotowywano napary, wina i soki, pito je na przeziębienie i kaszel (Cieniawa, Roztoka Ryterska), wzmocnienie organizmu (Szczawa), na serce i ciśnienie (Zasadne, Cieniawa, Ptaszkowa), na wątrobę (Zasadne). Suszone kwiaty służyły do przygotowania naparu („herbatki”) rozgrzewającego przy przeziębieniach (Piątkowa), wzmacniającego serce i pobudzającego apetyt (Łącko).

Dzika róża *bez kolców*, tzw. *cicha róża*, była używana do leczenia chorób skórnych, szczególnie trudnych do usunięcia egzem. Chore miejsce należało smarować przez dwa tygodnie odrapaną z łodygi korą („skórą”), smażoną ze śmietaną z dodatkiem *kurzego ziela* (Piwniczna-Zdrój).

**Wierzenia i obrzędy.** Kwiaty róży (zwykle cukrowej) wplatanano w wianki święcone na zakończenie oktawy Bożego Ciała (Podegrodzie), dodawano je do bukietów przygotowywanych na Matki Boskiej Zielnej (*Królowej Anielskiej śpiewajmy, różami...* Gostwica). Owocami dzikiej róży na Wszystkich Świętych przystrajano ziemne mogiły, układając z nich wzór krzyża (Górale Nadpopradzcy).

Róża była symbolem urody. By dziecko było rumiane, wodę z pierwszej kąpieli wylewano pod krzak róży (ZB: 132). W pieśniach ludowych do kwiatu róży porównywano młodą, urodziwą dziewczynę, do której warto się zalecać:

*Wcoraś była ładno,  
Jak róża w ogrodzie,  
A dzisiaj ześ tako blado,  
Jak lilija we wodzie.*

*lub*

*Nie chodź koło rózy, nie wydeptoj kwiatu  
Nie chodź do dziewczyny, nie zawracoj światu.  
Nie siadoj, nie gadoj, nie zalecoj mi się,  
Jo biedno dziewczyna, nie spodobom ci się.*

(PLS: 48)

## Róża chińska (*Hibiscus rosa-sinensis* L.)

Uważano, że niezdrowo trzymać ją w domu, gdyż ma trującą woń (Kamienica).

## Róża czarna

Wywar z czarnej róży stosowano jako środek poronny (*spędzanie płodu*) (ZB: 357).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 46, Zasadne, nr inw. 1064; k., ur. ok. 1934, Zasadne, nr inw. 1027; m., l. 89, Mała Roztoka Ryterska, nr inw. 1062; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; m., l. 77, Cieniawa, nr inw. 916; k., ur. ok. 1894, Roztoka Ryterska, nr inw. 1041; k., ur. 1931; Ptaszkowa, nr inw. 960; k., ur. 1920, Ptaszkowa, nr inw. 975; k., ur. 1914, Piątkowa, nr inw. 1011; k., ur. 1933, Łącko, nr inw. 1019; k., ur. 1929, Łącko, nr inw. 1012; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060; k., ur. 1932, Gostwica 2017. **Literatura:** Brylak-Załużka M., KLGs; Brylak-Załużka M., KLGn; Fryś-Pietraszkowa E., NRR; Hołda J., KLGn; Kroh M., KLGs; Łomnicka-Dulak W.,

Hołda J., KLG N; Majerczyk D., KLG S; Majerczyk D., KLG N; PLS; RWWIZL; Węglarz B. A., KLG P; TLP; Woźny A., KLG S; Woźny-Tondyra A., KLG N; Wójcik A., NRR; ZB.

## RUMIANEK (*Matricaria chamomilla* L.)

Rumianek należał do najczęściej stosowanych w lecznictwie ziół dziko rosnących. Jego kwiaty zbierano w czerwcu i lipcu (Nowy Sącz). Wykorzystywano liście, łodygę i kwiaty, świeże i suszone. Stanowił on hafciarski motyw dekoracyjny umieszczany przede wszystkim na strojach kobiecych; po II wojnie światowej stylizowane kwiaty rumianku wyszywano koralikami na gorskach noszonych u Górali Nadpopradzkich (Brylak-Zaluska M., KLG N: 296).

**Lecznictwo.** Rumianek miał szerokie zastosowanie w ludowym lecznictwie. Zbierano całą roślinę lub same kwiaty. Należało je suszyć przez ok. trzy tygodnie w zamkniętym i suchym miejscu, napary („herbatki”) parzyło się ok. 4 minuty. Nadawały się do picia, kąpeli, inhalacji, nasiadówek, przemywania i okładów. Powszechnie stosowano je w leczeniu chorób skórnych, oczu, dróg oddechowych i żołądka. Uważano, że napar jest „ogólnie wzmacniający” i dobry na wszelkie choroby dziecięce; można go podawać do picia nawet niemowlęciu, byle nie na czczo i nie więcej niż półtorej szklanki dziennie. Kąpiele z naparu rumianku (czasem z dodatkiem macierzanki i kory dębu) przygotowywano, gdy dziecko nie mogło chodzić, miało słabe kości lub krzywicę (Kamienica), a także przy uczuleniach, wysypkach i krostach. Jeśli matka nie miała pokarmu, niemowlę karmiono mlekiem krowim z dodatkiem cukru i wywaru z rumianku (ZB: 364). „Herbatka” łagodziła ból żołądka, podawano ją zarówno dzieciom, jak dorosłym przy złym trawieniu

(Zasadne), zatruciu pokarmowym oraz jako środek przeczyszczający (Jadamwola, Zasadne).



Okłady z naparu stosowano podczas zapalenia spojówek, na spuchnięte, zaropiałe, łzawiące bądź zaczerwienione oczy. Zalecano też ciepły napar wlać do kieliszka, a następnie przykładać do oka, 3–4 razy dziennie, koniecznie rano i wieczorem (Ropa). Płukano nim jamę ustną przy zapaleniu dziąseł lub okostnej. Ze względu na właściwości odkażające przemywano lub okładano



rany. Mieszanka oleju lnianego i naparu z rumianku zapobiegała powstawaniu odleżyn. Parówki pomagały leczyć zapalenie dróg oddechowych i ból uszu; napar należało wdychać pod przykryciem przez ok. 15 minut lub trzymać nad nim bolące ucho.

Ciepły odwar z rumianku podawano kobiecie na wzmocnienie po porodzie (ZB: 361). Nasiadówki stosowano, gdy „podwieje kobietę” (Łącko). Za pomocą płukanek z rumianku można było wzmocnić i rozjaśnić włosy.

**Wierzenia i obrzędy.** Rumianek dodawano do wianka plecionego w oktawę Bożego Ciała oraz do bukietu na Matki Boskiej Zielnej. Gdy w latach 60. XX w. przyjętą się świętojański zwyczaj rzucania na rzekę wianków, robiono je przeważnie z kwitnących rumianków (Górale Nadpopradzcy, Hołda J., KLGN: 543).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 63, Kamienica, nr inw. 1048; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; k., l. 51, Łącko, nr inw. 1067; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1064; k., l. 46, Zasadne, nr inw. 1064; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; k., l. 42, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., ?, Florynka, nr inw. 909; k., l. 48, Florynka, nr inw. 914; m., l. 77, Cieniawa, nr inw. 916; k., l. 71, Ropa, nr inw. 920; k., l. 69, Biała Niżna, nr inw. 924; k., l. 55, Stara Wieś, nr inw. 926; k., l. 34, Biała Wyżna, nr inw. 232; k., l. 62; Ropa, nr inw. 940; k., l. 51, Biała Wyżna, nr inw. 944. **Literatura:** Brylak-Zaluska M., KLGN; Hołda J., KLGN; Kroh M., KLGŚ; Kwaśniewicz K., SZKLBS; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGN; Okręglicka I., KLGP; Tyłkowa D., SZKLBS; TLP; Woźny A., KLGŚ; Wójcik A., NRR; ZB.

## RUTA (*Ruta graveolens* L.)

Ruta była gatunkiem uprawianym w ogródkach przydomowych. Wykorzystywano ją jako roślinę ozdobną, leczniczą i obrzędową. Powszechnie występowała w twórczości folklorystycznej (pieśniach, przysłowiach, przyśpiewkach, erotykach ludowych), która nawiązywała do symboliki miłosnej.

**Lecznictwo.** Wywar z ruty stosowano jako środek poronny („na spędzanie płodu”) (ZB: 357); był też lekiem przeciw chorobom zakaźnym, w tym cholercie (Sądeckie, RWWIZL: 466). Herbatki, pite 2 razy dziennie lub po szklance przed posiłkami, łagodziły dolegliwości żołądkowe (Stara Wieś, Biała Wyżna, Siołkowa). Napar z ruty zmieszanej z dziurawcem stosowano na serce (Kąclowa).

**Wierzenia i obrzędy.** Ponieważ ruta zachowuje świeżość nawet zimą, stała się symbolem dziewictwa i niewinności, ale też gotowości do zamążpójścia. W tekstach folklorystycznych pozbycie się przez dziewczynę rucianego wianka oznaczało utratę dziewictwa, a sianie ruty przez pannę – staropanieństwo (CG: 146). Na Pogórze Gorlickim družki rozplatając warkocze panny młodej podczas ubierania jej do ślubu śpiewały:

*Rutko moja, rutko, ach mój rozmarynie,  
Już cię raz ostatni twoja rączka łamie.*

*Kasieńko, Kasieńko, kompaniś z nami,  
A teraz już będziesz tylko z mężatkami.*

(Pogórze, Wójcik A., NRRZ: 238)

Rutą dekorowano strój dziewczyny wychodzącej za mąż, była elementem przystroju družyny weselnej. Żegota Pauli, opisując w 1830 r. wesele w Łącku, wspominał panią młodą „w białych szatach, z rucianym wiankiem

na głowie” oraz konnych družbów w czapkach z baraním futrem przystrojonych „kitkami z pawich piór, ruty, szaławii i szychowych kwiatków” (Brylak-Załuska M., KLGŚ: 293, za: Ź. Pauli, *Wyimki z podróży po Galicji w r. 1831*).

Ruta była wykorzystywana do wróżb zamążpójścia praktykowanych przez panny w wigilię św. Andrzeja. Dziewczęta wkładały jej gałązkę pod poduszkę razem z różańcem i pierścionkiem; przyszły los określał wylosowany rano przedmiot – ruta staropanieństwo, różaniec zakon, pierścionek ślub (Kamienica). Roślinę wplataną też do wianka święconego na zakończenie oktawy Bożego Ciała (Górale Sądeckcy), opłatek z dodatkiem ruty kładziono na stole wigilijnym (DWT45: 63).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1925, Stara Wieś, nr inw. 925; k., ur. 1918, Biata Wyżna, nr inw. 958; k., ur. 1928, Siołkowa, nr inw. 955; k., ur. 1917, Kąclowa, nr inw. 978; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060. **Literatura:** Brylak-Załuska M., KLGŚ; CG; DWT45; Hołda J., KLGŃ; Kroh M., KLGŚ; RWWIZL; Wójcik A., NRRZ; WP; ZB.

## RZEPA (*Brassica rapa* L.)

Rzepa jest rośliną z rodziny kapustowatych, która do XIX w. stanowiła ważny i cenny pokarm ludzi i zwierząt. W pierwszych dekadach XIX w. zaczął ją wypierać ziemniak, którego uprawa upowszechniła się. Rzepa stała się rośliną pastewną, uprawianą w formie poplonu, sianą po zebraniu zboża. Jadano ją na surowo bądź gotowano na wodzie lub słodkim mleku z dodatkiem kaszy. Przechowywano w okopach lub piwnicach. Suszoną magazynowano na poddaszach i strychach, tworząc z niej wieńce, nawlekając rzepę na konopne nici. Suszoną rzepę jadano samą lub z krupami z orkisz. Krojoną na

drobne talarki kiszono w małych beczułkach lub faskach. Pieczoną rzepę uznawano za pożywienie biedniackie (Pogórzanie). Biedniejsi gospodarze karmili rozgotowaną rzepą kury (Pogórzanie).

**Folklor.** Na Pogórzu popularne warzywo było przedmiotem zagadki:

*Zielona jak trawa, a nie trawa  
biała, jak muuka, a nie muuka,  
ma uogonek, jak myska, a nie myska.*

(ZB: 264)

**Literatura:** Woźny A., KLGŚ; Woźny-Tondyra A., KLGŃ; Wrębiak C., NRR; Wactawski A., NRR; ZB.





138215 MEK





# S

## SKRZYP (*Equisetum* L.)

Ludowa nazwa skrzyp może odnosić się do wielu gatunków tego samego rodzaju, choć najczęściej stosowany był skrzyp pospolity (*Equisetum arvense* L.). W ludowej taksonomii wyróżniano trzy rodzaje skrzypu: błotnisty, leśny i łąkowy (Łabowa). Do szczególnie poszukiwanego należał skrzyp rosnący na glebach piaskowych (Łabowa). Uważano, że największą moc leczniczą posiada jego korzeń (Łabowa). Posiekane ziele dodawano do paszy kurcząt jako środek przeciwko bieguncce (Nowy Sącz). Posługiwano się gwarowymi nazwami *skrzep* (Kamienica), *chręść* (Nowy Sącz).

**Lecznictwo.** Skrzyp był powszechnie znaną rośliną leczniczą, o szerokim zakresie przydatności. Zawierał dużo witamin. Wykorzystywano nie tylko liście, łodygi i kwiaty rośliny, ale także korzenie, świeże bądź suszone. Przygotowywane z nich napary i kąpiele były zalecane przede wszystkim przy chorobach dróg moczowych i nerek – na spędzenie moczu, na puchlinę (Łabowa, Kamienica, Zasadne) oraz przy chorobach kobiecych, obfitych i bolesnych miesiączkach (Łabowa, Piwniczna-Zdrój). Napar, pity 3 razy dziennie po pół szklanki, wzmacniał w przypadku skaleczenia i ubytku krwi (Jadamwola), pomagał na ból żołądka, przy chorej wątrobie (Kąclowa), na astmę i na drogi oddechowe (Nowy Sącz). Stosowano go też przeciw krwotokom z nosa, a zewnętrznie do przemywania zmian skórnych przy wczesnych stadiach raka (Limanowskie; RWWIZL: 471). W naparze ze skrzypu zmieszanego z mocnym ziołem moczono bolące nogi,

okłady łagodziły bóle reumatyczne. Świeżą roślinę układano na rany.

Napar z całej nadziemnej części rośliny, pity raz dziennie rano przed posiłkiem, oczyszczał cerę (Ropa). Z korzenia skrzypu i liści pokrzywy zalanych spirytusem przygotowywano płukanki do włosów, „żeby nie wychodziły”, kondycję włosów poprawiało też ich mycie w naparze ze skrzypu.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., ur. 1931, Ropa, nr inw. 950; k., ur. 1916, Kąclowa, nr inw. 978; k., ur. 1942, Kunów, nr inw. 1002; k., ur. 1900, Piwniczna-Zdrój, nr inw. 1003; k., ur. ok. 1900, Nowy Sącz, nr inw. 1006; k., ur. ok. 1934, Zasadne, nr inw. 1027; k., ur. 1934, Kamienica, nr inw. 1032; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073. **Literatura:** Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; RWWIZL; Tylkowa D., SZKLBS.

## SOSNA ZWYCZAJNA (*Pinus sylvestris* L.)

Sosna zwyczajna występuje na Sądeckczyźnie naturalnie jako domieszka w innych drzewostanach. Lasy z przewagą sosny były efektem gospodarczej działalności człowieka i występowały na niższych wysokościach. Ustępowały pod względem powierzchni zalesienia bukom, jodłom i świerkom.

**Gospodarowanie.** Drewno sosnowe było materiałem budowlanym i surowcem służącym do wyrobu przedmiotów gospodarczych i domowych (naczyni, szućców), z korzeni wyplatano koszyki. Pszczelarze wykorzystywali je do dłubania uli kładowych (Pogórze Gorlickie). Zebrane w lesie igły sosnowe używano na ściótkę dla zwierząt. Smolne pniaki sosnowe (*karpiny*) służyły do

produkcji mazi i dziegciu (Łemkowszczyzna Gorlicka). Łuczywa sosnowe (trzaski, *smolówki*, *smuolówki*), umieszczane na specjalnych stojakach bądź umocowane przy ścianie, oświetlały wnętrza chałup do końca XIX w.

**Lecznictwo.** Wykorzystywano przede wszystkim młode pędy sosny. Zbierane wiosną (w maju), dokładnie optukane i osuszone zasypywano cukrem lub zalewano spirytusem, całe lub rozdrobnione, pozostawiając macerat w cieniu na około trzy miesiące. Syrop był jednym z popularniejszych leków przy schorzeniach górnych dróg oddechowych (Łabowa, Łącko, Mszalnica). Pito go przy kaszlu, astmie (*duchocie*, *dychawicy*), zapaleniu oskrzeli (Ropa, Stara Wieś, Zasadne, Łącko). Podobne zastosowanie miała nalewka, jednak piło się jej niedużo, „bo by się organizm przyzwyczał, dlatego stosuje się 3 razy dziennie po 1/3 szklanki, nie dłużej niż 2 tygodnie” (Biała Wyżna). Syrop lub napar z młodych pędów pomagały też na bóle reumatyczne i przy gośdciu (Florynka, Cieniawa, Nowy Sącz). Na opuchliznę nóg w kostkach stosowano okłady z kleistej zawiesiny uzyskanej przez gotowanie młodych szyszek w wodzie (Biała Niżna) lub z wywaru z pędów (Zasadne). Na opuchnięte części ciała pomagała również maść z żywicy sosnowej (Roztoka Ryterska). Napar z młodych szyszek oczyszczał krew. Wywar z kory sosny służył do przygotowania nasiadówek przy chorobach kobiecych (Szczawa). Odwarem ze *smuoluwek* (smolne trzaski sosnowe) płukano bolące zęby.

**Wierzenia i obrzędy.** Pachnące gałązki sosny były elementem palmy wielkanocnej (Roztoka Ryterska), z żerdzi sosnowej wykonywano stelaż do palmy. Sosnowy rogal, czyli wierzchołek oczyszczony z kory, mający „siedem, a najmniej pięć ramion (gałązek)”, osadzony na drewnianej podstawie i przybrany, stanowił różgę weselną (Pogórzanie).

Sosna pojawiała się też w weselnych przyśpiewkach, jest kojarzona z panną młodą:

*Spod sosny, spod zimnej skoli, wystą piękno  
dziewica,  
na wiatr rozpuściła włosy i łzami zalała lica.  
Kochanku, gdzie ty przebywas, temu tak późno  
przychodzisz?  
Pewnie cie inna zajęła, do której na randki chodzisz.*

(Rytro, Majerczyk D., KLGN: 575)

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1064; k., l. 43, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 71, Ropa, nr inw. 920; k.; l. 58, Mszalnica, nr inw. 939; k., l. 55, Biała Niżna, nr inw. 927; k., ur. ok. 1894, Roztoka Ryterska, nr inw. 1041; k., ur. 1904, Nowy Sącz, nr inw. 1025.  
**Literatura:** Brylak M., NRRZ; Ceklarz K., KLGŚ; Majerczyk D., KLGN; Ceklarz K., KLGNR; Hołda J., KLGN; Reinfuss-Janusz K., KLGN; Strauchmann E., KLGŚ; ŚL; Tylkowa D., SZKLBS; Woźny A., KLGŚ; Wójcik A., NRR; ZB.

## SZAŁWIA (*Salvia officinalis* L.)

Szałwia była rośliną uprawianą w ogródkach przydomowych. Najczęściej spotykanym jej gatunkiem była szalwia lekarska (*Salvia officinalis*), a rzadziej szalwia łąkowa (*Salvia pratensis* L.) lub okrągowa (*Salvia verticillata* L.).

**Lecznictwo.** W lecznictwie ludowym szalwia była powszechnie stosowana przede wszystkim jako lek przy chorobach gardła i jamy ustnej. Bolące gardło



zalecano płukać kilka razy dziennie naparem z liści, mającym właściwości odkażające. Podobnie leczono zapalenie dziąseł, szkorbut i ból zębów. Pomagało też picie naparu. Napar z całej nadziemnej części rośliny zalecano przy chorobach woreczka żółciowego i dolegliwościach przewodu pokarmowego. Okłady z wywaru, stosowane raz dziennie przez dwa dni, miały poprawiać wygląd skóry i ściągać pory (Grybów). Jak zanotowano na Pogórzu, szałwia, razem z marchwią polną, kwiatem z żyta lub utłuczoną *mącznicą* (sporyszem), wchodziła w skład odwaru podawanego z wódką lub wodą położnicy na bóle porodowe (ZB: 359).

**Wierzenia i obrzędy.** Liście szaławii dodawano do wianka plecionego na oktawę Bożego Ciała (Kamienica). Według opisu wesela z okolic Łącka, autorstwa Żegoty Paulego, wysokie czapki z baranym futrem noszone przez konnych družbów były przystrojone „kitkami z pawich piór, ruty, szaławii i szychowych kwiatków” (Brylak-Załużska M., KLGS: 293, za: Ż. Pauli, *Wyimki z podróży po Galicji w r. 1831*).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 57, m., l. 71, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k.,?, Łabowa, nr inw. 1055; m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., ur. 1937, Roztoka Ryterska, nr inw. 995; k., l. 51; Biała Wyżna, nr inw. 944; k., ur. 1924, Grybów, nr inw. 957; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., ur. 1916, Kamienica, nr inw. 1030. **Literatura:** Brylak-Załużska M., KLGS; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Kroh M., KLGS; Tylkowa D., SZKLBS; Woźny A., KLGS; ZB.

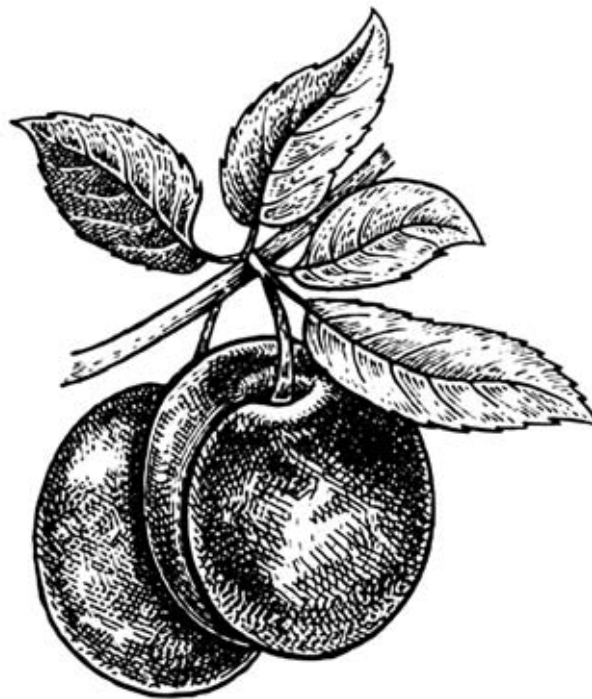
# Ś

## ŚLIWA (*Prunus* L.)

Śliwa była wysoko cenionym i chętnie uprawianym drzewem owocowym, o czym może świadczyć powiedzenie, że „kto nie żałuje na śliwy sąsiada, to zrobią z niego człowieka” (ŻWPL: 89–90).

**Gospodarowanie.** Pojedyncze drzewa sadzone były w pobliżu chałup, a w większej liczbie w sadach. Tradycje sadownicze związane z uprawą drzew śliwy najmocniej związane są z Łąckiem i okolicami. Już w XIII w. spławiano Dunajcem i Wisłą suszone śliwki z Łącka do Gdańska (Woźny A., KLGS: 60–61). Gleba, warunki klimatyczne i wysoki poziom wód gruntowych w okolicach Łącka sprzyjały uprawie drzew owocowych, rozwijała się więc ona w XVII, XVIII, a szczególnie w XIX–XX w. Najpopularniejszą odmianą śliw była węgierka. Owoce sprzedawano w sadzie na drzewach lub po zbiorach i po przesortowaniu. Niesprzedane owoce suszono w przydomowych susznięch, przechowywano w piwnicach lub włożone do beczek trzymano w potoku. Zasięg dystrybucji śliwek obejmował najczęściej Nowy Targ, Zakopane i miasta Spiszu. Śliwy sprzedawano na ogół na śliwowiec, której produkcja bardzo dobrze rozwijała się, zwłaszcza od XIX w., choć znana była wcześniej. W latach 80. XIX w. zbudowano w Łącku gorzelnię, wytwarzającą wyłącznie wysokiej jakości śliwowiec, którą szybko zaczęto cenić poza granicami regionu. Rozwój produkcji trwał do końca II Rzeczypospolitej, po wojnie górale nadal zajmowali się jej destylacją, ale już nielegalnie,

stąd nazwy: *wódka samodziałowa, księżycówka, kręciocha, hniocha, paryjówka*, także „łacka waluta”. Produkcja i zbył śliwek stanowił ważny i znaczny udział w dochodach wielu gospodarzy (Woźny A., KLGS: 70–72).



Na terenie Sądecczyzny znano następujące odmiany śliwek: *węgierki, dymiorki* lub *dymne, białe, bystrzyce, luboski, renklody, kobylorki, drzystki, tarniowe, renklody czarne i zielone, lubochysralki, moreloki, lubaszki, duranse, tarniówki, damaszki gorzkie i cierpkie, żółte damaszki wczesne, mieszanki, kobyły, cierniówki*.

**Pożywienie.** Jedzono świeże, gotowane lub suszone śliwki; jako samodzielne danie lub omastę do kasz lub makaronów. Używano ich do przygotowania zup owocowych (*galasu, susconki, śliwconki*), farszu do pierogów, konfitur i kompotów. Owoce uzupełniały zarówno

dania codzienne, jak i świąteczne. Suszone śliwki były dodatkiem do większości potraw wigilijnych. Ze śliwkami jedzono m.in. groch lub fasolę *jasiek*, żur z ziemniakami, pierogi czy kaszę, z suszu śliwkowego gotowano kompot, zupę *śliwiankę* czy *patygę* (rozgotowane śliwki zaprawione mąką).

**Lecznictwo.** Kompot ze śliwek miał działać wzmacniająco (Biała Wyżna), np. w razie anemii (Stara Wieś). Gotowany susz ze słoniną i cukrem podawano przy zapaleniu płuc (Jadamwola). Suszone śliwki jedzono w leczeniu dolegliwości żołądkowych (Stróże), a przy zaparciach stosowano wódkę śliwkową (Szczawa). A. Fischer odnotował powszechne w południowej Polsce przekonanie o przeczyszczającym działaniu śliwek (RWWIZL: 305). Z pestek można było zrobić truciznę (Cieniawa).

**Weterynaria.** Wywar z suchych śliwek i tłuczonych pestek podawano bydłu do picia, gdy cierpiało na „zaparcia”, gdy nie mogło przetrwać zjedzonego pokarmu (Jadamwola).

**Wierzenia i obrzędy.** Powiadano, że dziecko należy oduczać karmienia piersią, gdy śliwki się rumienią, to wtedy będzie ono zawsze rumiane (Gorlice, ZB: 352). W dniu św. Łucji panny na wydaniu zrywały gałązki śliwy (także czereśni) i wkładały je do wody. Jeśli zakwitły na Boże Narodzenie, wróżyło to dziewczynie rychłe zamążpójście (Lachy Sądeckie). By poznać przyszłość, panny liczyły także pestki ze śliw zjedzonych podczas wieczery wigilijnej, wierząc, że ich parzysta liczba zapowiada małżeństwo (Górale Nadpopradzcy, Lachy Sądeckie).

W Wielki Czwartek, uważany za dobry dzień do wykonania prac w sadzie, należało okręcić młode śliwy powróżkami ze słomy, by nie jadły ich zające (Długoleśka). Po śniadaniu wielkanocnym skorupki z jajek święconych w Wielką Sobotę zakładano na drzewa śliwkowe, by „śliwy urosły tak duże jak jaja” (AMEK, S. Udziela,

nr inw. I 1581 RKP/09, nr 12). Śliwki nabite na patyk dodawano niekiedy do bukietu przygotowywanego na Matki Boskiej Zielnej.

Śliwa, jako popularne drzewo owocowe, znalazła miejsce także w ludowym folklorze, m.in. zagadkach:

*Cego na mnie mżys  
lepi na mnie wliś,  
mnie ulzys,  
a ty się uciesys.*

(Pogórzanie, ZB: 269)

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; m., l. 77, Cieniawa, nr inw. 916; k., ur. 1925, Stara Wieś, nr inw. 925; k., l. 75, Stróże, nr inw. 931; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1058. AMEK, S. Udziela, nr inw. I 1581 RKP/09, nr 12. **Literatura:** Kroh M., KLGS; Hołda J., KLG; KLS; Majerczyk D., KLGS; Reinfuss-Janusz K., KLG; Reinfuss-Janusz K., KLGS; Woźny A., KLGS; Woźny-Tondyra A., KLG; ZB.

## ŚWIERK POSPOLITY (*Picea abies* L.)

Używano nazw gwarowych *smrek*, *świyrk*.

Lasy świerkowe i świerkowo-bukowe porastają górne partie gór, natomiast w położeniach dolnoregłowych świerk jest licznie występującą domieszką.

**Gospodarowanie.** Świerki ścinano w miesiącach zimowych (luty lub marzec), co gwarantowało uzyskanie pożądanego twardości drewna. Drewno świerkowe stanowiło podstawowy budulec domów i budynków gospodarczych (obok wyżej cenionej jodły). Wykorzystywano je również do wyrobu desek podłogowych, gontów, mebli, naczyń, narzędzi gospodarczych, trumien. Ze świerka wyra-

biano trombity. Używali go też lutnicy, przy wyborze klocka odpowiedniego do budowy skrzypiec kierowali się słuchem, uderzając drewno twardym przedmiotem (Ceklarz K., KLGS: 236). Z korzeni świerkowych wyplatano półkoszki do wozów i koszyki. Kora ze świerka, drobno posiekana i wymieszana z gorącą wodą, służyła do barwienia na kolor czerwony skór przeznaczonych na buty (Ceklarz K., KLGS: 255). Z młodych świerków robiono ostrewki do suszenia siana. Gałęzie świerkowe wykorzystywano do budowy prymitywnych *kolibek* pasterskich. Zebrane w lesie gałęzie *smrekowe* używano na ściótkę dla zwierząt.

**Lecznictwo.** Żywicę świerkową (tzw. *smotę*) przykładano na rany i obierające się miejsca. Była używana do przygotowania maści z dodatkiem słodkiej śmietany lub spirytusu i smalcu, zalecanej w leczeniu wrzodów i ran. Maść z żywicy pomagała na bóle kręgosłupa i korzonków (Ptaszkowa). Żywica mogła też służyć jako baza dla maści o innym zastosowaniu. „Plaster ze *smoty smreka*, zebranej z sęków i spod kory, zmieszanej ze spirytusem i mąką żytnią” stosowano na kolki (Strauchmann E., KLGS: 113–114). Syrop z młodych pędów świerka pito przy nieżycie dróg oddechowych i astmie. Na odflegmienie, kaszel i astmę stosowano wywar z gotowanych przez dłuższy czas młodych pędów, pity dwa razy dziennie (Nowy Sącz). Ból gardła łagodziło żucie świeżej żywicy (Nowy Sącz). W naparze z pędów świerkowych moczono „chore nogi”, przygotowywano z niego kąpiele dla dzieci chorych na krzywicę oraz na ogólne wzmocnienie (Kunów, Piątkowa).

**Wierzenia i obrzędy.** W Karpatach świerk uważany był za drzewo o właściwościach ochronnych, symbol siły i życia. Z jego czubka lub gałęzi (podobnie jak z jodły) przygotowywano podłaźniczki – obrzędowe ozdoby wieszane w okresie Bożego Narodzenia u powały w izbie lub nad

drzwiami wejściowymi do domostwa, mające przynieść szczęście i dobrobyt. W święto Trzech Króli smotę (żywicę) świerkową dodawano wraz z poświęconym jałowcem do pudełeczka z żarzącym się węgielkiem, by dymem okadzić obejście (Promienna). Gałęziami majono domy w Zielone Świątki (Szczawa). Drzewka świerkowe, okorowane i przystrojone na czubku kolorowymi wstążkami z bibuły – tzw. *moje*, w nocy 1 maja chłopcy stawiali przed domami panien. 3 maja lub w pierwszą niedzielę po 1 maja kawalerowie ogrywali je, odwiedzając gromadnie i z muzyką wszystkie panny (Górale Pienińscy, Grochal A., KLGP: 453).

U Lachów Sądeckich takie *moje* stawiano na imieniny znaczniejszym gospodarzom. Ze ściętego wcześniej świerka (też sosny lub jodły) wbitego w ziemię i obłożonego gałęziami jałowca przygotowywano ogniska rozpalane w wigilię św. Jana (Łemkowie). Gałązkami świerkowymi przystrajano mogiły na Wszystkich Świętych.

W obrzędowości rodzinnej rogal ze świerka, najlepiej o dziewięciu odrostach, służył jako podstawa różdżki weselnej; wierzono, że jeśli ten atrybut pary młodej będzie świerkowy, to nowożeńcom urodzą się chłopcy, w przypadku różdżki jodłowej – dziewczynki (Majerczyk D., KLGS: 395).

Smrek odgrywał ważną rolę w magicznych i ochronnych praktykach pasterskich. Przy pierwszym wiosennym wyjściu na halę owce przeganiano trzykrotnie wokół świerka (też jodły) zatkniętego na środku polany lub koszar. W Limanowskim drzewko zastępował słup z zawieszoną na czubku bożonarodzeniową podłaźniczką, zabiegowi towarzyszyła prośba: „Boże daj, by tym owcom tak nic nie szkodziło, jak nie szkodzi niczemu w dzień Bożego Narodzenia” (DNM: 22).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 45, Promienna, nr inw. 1061; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1059; k., ur. 1904, Nowy Sącz, nr inw. 1025; m., ur. 1904, Nowy Sącz, nr inw. 1023; k., ur. 1908, Nowy Sącz, nr inw. 1010; k., ur. 1942, Kunów, nr inw. 1002; k., ur. 1932, Zasadne, nr inw. 994; k., ur. 1916, Ptaszkowa, nr inw. 973; k., l. 43, Cieniawa, nr inw. 936; m.,?, Biała Wyżna, nr inw. 933. **Lite-ratura:** Ceklarz K., KLGs; Ceklarz K., KLGn; DNM; Hołda J., KLGn; Kroh M., KLGs; Kwaśniewicz K., SZKLBS; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGn; Majerczyk D., KLGs; Reinfuss-Janusz K., KLGn; Strauchmann E., KLGs; TLP; Tylkowa D., SZKLBS; Grochal A., KLGP; Wiłns; Wójcik A., NRR; ZB.

# T

## TARNINA, ŚLIWA TARNINA (*Prunus spinosa* L.)

Tarnina jest ciernistym krzewem dziko rosnącym, najczęściej spotykanym w regionie podgórskim i niskich partiach gór. Owoce tarniny zbierano w lasach i na ich obrzeżach. Część zebranych owoców sprzedawano w skupie ziół i owoców leśnych. Ze względu na dużą zawartość garbnika (o gorzkim smaku) owoce zbierano po pierwszych przymrozkach, co sprawiało, że stawały się one słodsze. Ludowe nazwy dla owoców tarniny to: *tarka*, *cyrniok*, *czarny ciern*, *ciernie*. W przeszłości pęk tarniny przywiązany do sznura służył jako prymitywne narzędzie do bronowania (Męcina Mała, Wrębiak C., NRR: 77).

**Lecznictwo.** Sok z owoców zawiera dużo witaminy C. *Tarki* zbierało się i „warzyło na różne choroby”. Napar z dojrzałych owoców stosowano przy zaziębieniu oraz zatrzymaniu moczu, miał pomagać także na chory żołądek, hamował biegunkę. Podobne działanie miały zjedzone surowe owoce. Gorący odwar z owoców tarniny pito jako lek na cholera. Leki przygotowywano także z korzeni tarniny. Wywar z suszonych korzeni pito na poronienie. Korzonki zebrane w maju, obłupane z kory i moczone w spirytusie stosowano na choroby stawów. Bołące nogi moczono także w wywarze z kory. Wywar z kory, niekiedy z dodatkiem czarnego bzu, trzymany w ustach łagodził ból zębów (Pogórze). Do płukania bolących zębów stosowano też odwar z korzeni tarniny, gotowany w wodzie z octem i goździkami, jednak krzew musiał rosnąć w miejscu, gdzie nie dochodzi głoś dzwonu (Pogórze).

**Wierzenia i obrzędy.** W ludowych wyobrażeniach tarnina bywała utożsamiana z rośliną, z której zrobiono koronę cierniową Chrystusa. Na tę pamiątkę, gdy w Wielką Sobotę przed kościołami rozpalano ogniska, wrzucano do ognia – prócz jałowca – także cierniste gałęzie tarniny. Z poświęconego ogniska wierni starali się zebrać trochę popiołu i węgielków i dołożyć w domu do pieca, by poświęcić ogień. Gałązki tarniny (lub głogu) chłopcy umieszczali niekiedy na czubkach palm wielkanocnych, którymi bili się po mszy: „W tę kitkę dał, nie było widać, a jak drugi chwycił, to wstażki potargał” (Kroh M., KLGŚ: 392). Cierniakami z tarniny mogły być także okręcone rogi kolędniczego turonia (Górale Nadpopradzcy). U Lachów *nowolecigęta*, czyli małe dzieci chodzące po kolędzie, nosiły ze sobą długie kije lub laski, zrobione m.in. z tarniny. W odwiedzanych domach zbijały nimi „kopy” – źdźbła słomy wetknięte w Wigilię lub Boże Narodzenie za tragarz, jako wróżbę i na urodzaj. Używały ich też do bitek, które nieraz towarzyszyły zbieraniu żywności ofiarowanej przez gospodarzy (ZKWP: 49).

**Materiał źródłowy:** AMZS: m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; m., ur. 1903, Nowy Sącz, nr inw. 1023; k., ur. 1934, Kamienica, nr inw. 1032; m., ur. ok. 1914, Zasadne, nr inw. 1033; k., ur. 1900, Zasadne, nr inw. 1039. **Literatura:** Hołda J., KLGŚ; Kroh M., KLGŚ; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGN; Tylkowa D., SZKLBS; Wrębiak C., NRR; ZB; ZKWP.

# W

## WIDŁAK, *nietota* (*Lycopodium* L.)

W tradycji ludowej Sądecczyzny (Górale Nadpopradzcy, Pogórzanie) rośliny z rodziny widłakowatych – widłak goździsty i widłak wroniec były znane także pod nazwą *nietota* (na Podhalu nazwa ta dotyczy widłaka wrońca). Określenie *nietota* wskazywało na magiczny charakter rośliny. Na Spiszu i pod Babią Górą *nietotę* stosowano do czarów zarówno destrukcyjnych, jak i do okadzania poczarowanych zwierząt; była także używana do leczenia ciężkich chorób (CG: 115). Górale Nadpopradzcy przypisywali jej moc oszukiwania i odwracania nieszczęścia. Jej zimozielone gałązki dodawali do palm wielkocnych, a później używali do zabiegów magicznych: „Dlatego nietota, bo jak się palmę poświęciło, to się dawało koło stajni gałązeczke, do pola dawało się gałązeczke, żeby wszystkie nieszczęścia co mają spaść, omijały – bo to nie jest ta rzecz, którą ma nieszczęście spotkać” (Kokuszka, Hołda J., KLG: 533).

**Lecznictwo ludowe.** Wywar z *nietoty* stosowano jako środek poronny (ZB: 357). Ze względu na właściwości antyseptyczne „żółty proszek” pozyskiwany z widłaka służył do zasypywania ran (Wierchomla). W wywarze z *nietoty* myto włosy, by pozbyć się insektów (Górale Nadpopradzcy). Napar z widłaka goździstego pito „przy bólach mięśni, organów moczowych i kurczach tych organów” (Nowy Sącz).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1904, Nowy Sącz, nr inw. 1025.  
**Literatura:** CG; Hołda J., KLG; ZB.

## WIERZBA (*Salix* L.)

Wierzba to pospolite drzewo bądź krzew, w Polsce występuje ponad dwadzieścia gatunków. Rośnie przy drogach, na brzegu lasów, przy zagrodach, nad potokami i rzekami, generalnie na terenie wilgotnym.

**Zastosowanie praktyczne.** Drewno wierzbowe ze względu na jego miękkość i łatwość w obróbce wykorzystywano do produkcji narzędzi gospodarczych, naczyń kuchennych (maślnice, miski, sztućce), a także np. uli kłodoowych (Pogórze Gorlickie). Najczęściej jednak używano gałęzi wierzbowych w plecionkarstwie i koszykarstwie, wyplatając różnej wielkości kosze.

**Lecznictwo.** Z wierzby, szczególnie jej kory, przygotowano środki lecznicze stosowane m.in. przy bólach głowy czy artretyzmie. Wywar z kory lub pąków stosowano jako płukanekę wzmacniającą włosy. W ludowym leczeniu roślinę wykorzystywano często do zabiegów o charakterze magicznym. Uważano, że połknięcie „kotrów” z gałązki wierzby poświęconej w Niedzielę Palmową chroni przed bólem gardła (powszechne). By wyleczyć dziecko cierpiące na padaczkę zalecano „ułamać witekę z wierzby (lub lipy), zmierzyć nią dziecko i włożyć witekę do trumny z nieboszczykiem, gdy ciało wraz z trumną rozłoży się, padaczka powinna dziecku minąć” (Stara Wieś). Za pomocą kory wierzbowej można było zażegnać „żabę”, czyli pleśniawkę. W tym celu należało znaleźć złotą wierzbę, przeżegnać się pod nią, wyciąć kawałek kory i zanieść do domu. Kawałek kory trzy razy przesuwano dziecku pod językiem, „jakby poderznął”, odmawiając Pozdrowienie Anielskie bez wypowiedzenia Amen. Po zabiegu korę trzeba było odnieść w to samo miejsce i przykleić z powrotem do drzewa, skąd ją wycięto, przeżegnać się i wrócić do domu, nie ogląda-

jąc się za siebie i odmawiając przez całą drogę Zdrowaś Mario (Obidza, Tylkowa D., SZKLBS: 42).

**Weterynaria.** W ludowej weterynarii stosowano okadzenie krów dymem z wierzbin. Gałęzią wierzbową z palmy wielkanocnej uderzano bydło przy pierwszym wypasie lub w Poniedziałek Wielkanocny (Roztoka Ryterska), traktując tę czynność jako profilaktyczne działanie przeciw chorobom.

**Wierzenia i obrzędy.** W tradycyjnej ludowej wizji świata wierzba jako roślina rosnąca na mokradłach, nad potokami i rzekami była wiązana z rozpadem, stanowiła łącznik ze światem zmarłych (KM: 593). Powszechne było wierzenie, że w jej gałęziach może mieszkać diabeł (Florynka, Stara Wieś, Stara Wieś, Mszalnica, Cieniawa). Krzak wierzby rokity miał być siedzibą diabła zwanego Rokiciarz (Zabrzeź, NSSE: 8). Obecnością diabła tłumaczono rzekomą bezpłodność drzewa i brak jadalnych owoców: „Pan Jezus chciał urwać sobie owoce z wierzby, bo kiedyś miała jadalne owoce, ale na wierzbie siedział diabeł i wierzba nie chciała dać Panu Jezusowi owoców, dlatego on bił ją laską, mówiąc, że nigdy już nie będzie mieć owoców” (Biała Wyżna).

Wierzba była wskazywana jako jedno z drzew, w które najczęściej uderzają pioruny. Drewna z takiego drzewa dobrze było użyć do wyrobu maślnic, dzięki temu masło szybciej się ubijało. Z drugiej strony uważano, że dym z gałęzi wierzbowych poświęconych w Niedzielę Palmową, palonych w piecu gdy nadciąga burza, mógł wygonić diabła, który siedzi w kominie i ściąga pioruny.

Ze względu na wczesny okres wegetacji wierzba była kojarzona z siłami witalnymi i corocznym odradzaniem przyrody (KM: 593). Gałęzie wierzby z „baziami” stanowiły atrybut świąt wiosennych i najważniejszy skład-



nik palmy wielkanocnej. Życiodajna moc zielonej gałęzi była dodatkowo wzmocniona poprzez akt jej poświęcenia podczas uroczystości Niedzieli Palmowej, znanej też pod nazwą Niedziela Wierzbna. Wyjęte z palmy wierzbowe gałązki służyły do zabiegów mających zapewnić zdrowie i urodzaj. Podczas obrzędowej kąpieli w rzece, praktykowanej w Wielki Piątek, matki uderzały dzieci wierzbowymi witkami, mówiąc: „Boże rany, Boże rany, Chrystus był ukrzyżowany!” (Kroh M., KLGŚ: 395). Krzyżyki zrobione z gałązek wierzbownicy mocowano nad drzwiami wejściowymi do domu, spichlerza i budynków inwentarskich, by zabezpieczyć domowników i inwentarz przed nieszczęściami. W Poniedziałek Wielkanocny o świcie, dla ochrony przed klęskami żywiołowymi i nieurodzajem, podobne krzyżyki wbijano na polach uprawnych. Niekiedy na środku pola stawiało się jeden większy krzyż, a dookoła mniejsze (Łabowa). Kawatki wierzbowych gałązek wyjętych z palmy wrzucano pod pierwsze skiby podczas wiosennej orki. Wierzbowymi palmami pasterze uderzali bydło pierwszy raz wychodzące na pastwisko. Zielonymi gałązkami wierzbownicy uderzano się wzajemnie chodząc po dyngusie w Poniedziałek Wielkanocny (Podegrodzie). Z wierzbownicy mogły być zrobione sikawki przygotowywane przez chłopców na ten dzień.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 63, Kamienica, nr inw. 1048; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 43, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; m., l. 62, Szczawa, nr inw. 1059; k., l. 57, m., l. 71, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1063; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066; k., l. 51, Łącko, nr inw. 1067; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047; k., l. 77, Stara Wieś, nr inw. 917; m., l. 56, Florynka, nr inw. 911; k., l. 60, Cieniawa, nr inw. 915; k., l. 55, Stara Wieś, nr inw. 926; k., ur. ok. 1919, Kamienica, nr inw. 1022; k., ur. 1913, Kamienna, nr inw. 1029; m. i k., l. 50, Nowy

Sącz, nr inw. 1046; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908. **Literatura:** Ceklarz K., KLGŚ; Ceklarz K., KLGN; Hołda J., KLGN; KM; Kroh M., KLGŚ; Kwaśniewicz K., SZKLBS; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGN; MEZOL; NSSE; Tylkowa D., SZKLBS; Madzik J., NRR; SZKLBS; ŚL; TLP; WNS; Woźny A., KLGŚ; Woźny-Tondyra A., KLGN; Wójcik A., NRR; ZB.

## WROTYCZ (*Tanacetum vulgare* L.)

Wrotycz jest pospolicie występującą rośliną dziko rosnącą, ma charakterystyczny mocny zapach odstrasżający owady i gorzki smak. Nazywano go również *wrótycz*. Posiadał przede wszystkim zastosowanie lecznicze. Dodawano go do paszy dla bydła, żeby mleko „nie zagotowało się” (Nowy Sącz), wywar podawano po ocieleniu „na wzmocnienie” (Florynka). Wrotycz był też uważany za roślinę o właściwościach apotropiecznych.

**Lecznictwo.** Wrotycz wykorzystywano przede wszystkim jako lek przy dolegliwościach żołądkowych. Na niestrawność pomagało picie naparu z kwiatów (Florynka) lub z liści (Roztoka Ryterska), na zatrucia – z całej rośliny (Piwniczna-Zdrój). Naparem leczono też *toberwisko* czyli podżwignięcie skutkujące oberwaniem żołądka i mocnymi bólami (Górale Nadpopradzcy). Siekany i usmażony na maśle podawano przy biegunkach. Zaparzone liście lub kwiaty oraz roztluczone owoce (Mszalnica), z dodatkiem miodu bądź cukru (Limanowskie), zalecano pić dzieciom „przeciw robakom i glistom” (Nowy Sącz, Mszalnica, Cieniawa, Kąclowa, Ptaszkowa, Piątkowa). Poza tym „herbatkę” z nadziemnej części wrotyczu stosowano na bóle stawów (Ropa, Piątkowa), bóle głowy (Piątkowa), jako środek wzmacniający i na nerwy (Nowy Sącz).

**Wierzenia i obrzędy.** Powszechnie dodawano wrotycz do bukietu na Matki Boskiej Zielnej i do wianka na oktawę Bożego Ciała. W Limanowskim w wigilię św. Wojciecha, kiedy według przekonań czarownicy stawali się szczególnie aktywni, święconym wrotyczem okadzano krowy, by ustrzec je przed złym działaniem (RWWIZL: 492).

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., l. 56, Florynka, nr inw. 911; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 48, Florynka, nr inw. 914; k., ur. 1937, Roztoka Ryterska, nr inw. 995; k., ur. 1900, Piwniczna-Zdrój, nr inw. 1003; k., l. 58; Mszalnica, nr inw. 939; m., ur. 1910, Kąclowa, nr inw. 971; k., l. 89; Ropa, nr inw. 946; k., ur. 1919, Piątkowa, nr inw. 1004; m., ur. 1917, Piątkowa, nr inw. 1016; k., ur. 1904, Nowy Sącz, nr inw. 1025; k., l. 57, m., l. 71, Kamienica, nr inw. 1060. **Literatura:** Hołda J., KLG N; Kroh M., KLG S; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG N; Reinfuss-Janusz K., KLG N; RWWIZL.









# Z

## ZIEMNIAK (*Solanum tuberosum* L.)

Posługiwano się kilkoma nazwami gwarowymi: *zimiaki* (Lachy Sądeckie), *zimioki* (Lachy Sądeckie, Górale Nadpopradzcy), *ziomnioki* lub *grule* (Górale Łąccy), *kumpery* lub *bandurky* (Łemkowie).

**Uprawa.** Ziemniaki, najczęściej uprawiana roślina okopowa, stanowiły podstawowy produkt żywienia. Ich uprawa zajmowała znaczną część arealu ornego. Ceniono je ze względu na wysoką plenność osiąganą w trudnych górskich warunkach klimatycznych. Służyły także jako ekwiwalent za pracę (wynagrodzenie), odrodek lub towar używany w handlu wymiennym.

Ziemniaki sadzono na wiosnę, a zbierano jesienią. Zbierano z użyciem motyki lub kopacza, do koszyków. Wykopywanie ziemniaków często miało charakter sąsiedzkiej pomocy. Zbiór kończył się wtedy zdobieniem ciernej rośliny z nabitymi ziemniakami, którą przekazywano gospodyni, a następnie uroczystym poczęstunkiem. Czynność zbierania, zdobioną roślinę i poczęstunek nazywano jedną nazwą – *wykopkiem*.

Ziemniaki zepsute lub nienadające się do przechowywania zwano *zbołałymi* lub *zbołałkami*. Wrzucano je do osobnego koszyka. Zużywano je w pierwszej kolejności, przygotowując kluski (Pogórzanie).

Na Pogórzu Gorlickim początki sadzenia ziemniaków sięgają XVIII w. Ludność wiejska nie chciała ich sadzić ani spożywać, w obawie przed chorobami, które ziem-

niaki jakoby miały powodować. Ich uprawę rozpoczął w Klimkówce dworski ogrodnik, pochodzący z Holandii. Ziemniaki upowszechniły się we własności dworskiej, a dotkliwie klęski głodu sprawiły, że również wśród chłopów, wypierając popularną wcześniej rzepę.

Ziemniaki przechowywano w piwnicach (*lochach*), budowanych z kamienia i gliny, o sklepieniu kolebkowym, wykopywanych najczęściej pod szopami czy spichlerzami, także pod chałupami. U Górali Nadpopradzkich popularne były piwniczki wolno stojące, umiejscowione w stoku. Innym miejscem zimowania ziemniaków były wykopywane za domem doły lub okopane kopce przykryte ziemią i słomą, zw. *okopami* (Pogórzanie).

Do uprawianych odmian ziemniaków należały: *amerykany*, *betony*, *samsony*, *krasownie*, *kwiatonie*, *płowoki*, *kulose niebieskie* lub *białe*, zw. także *różkami* lub *myszkami*, *cygany*, *kąśnioki*, *pośpiechy*, *zielonki*, *cebulki*, *żniwki*, *węgierskie*, *szampiony*, *gruszki*, *podoloki* (Pogórzanie).

**Pożywienie.** Ziemniaki stanowiły ważny składnik wielu potraw, jedzonych o każdej porze dnia i roku, w posiłkach codziennych i świątecznych; jako danie spożywane w domu i podczas pracy (w polu, podczas wypasu). Ziemniaki jedzono w zupach czy polewkach, takich jak barszcz i żur (tj. *cyr*), zupy mączne (owsiane, żytnie), zupa grzybowa, kwaśnica, rosół, *przechlipki* (zupy niezbyt gęste); do zup owocowych, tj. *jabconki*, *śliwianki*, *galasu*. Gotowane ziemniaki lub dania ziemniaczane jedzono same bądź omaszczano mlekiem, śmietaną, bryndzą, maślanką, kwaśnym mlekiem, gęstą żętycą tzw. *urda* (w trakcie wypasu owiec), serwatką, słoniną (*spyrką*), *skwarzeliną* (topioną słoniną), sadłem, olejem, masłem, cebulką, trybulką. Całe ziemniaki pieczono w popiele lub w bratruze (piekarnik), także krojone w plastry na blasze. Ziemniaki gotowano obrane lub w łupinach.



Do rozgniatacia ugotowanych ziemniaków używano drewnianych pras zwanych *gnieciuchami* lub *praskami*; ustawiano je ponad naczyniem, do którego wpadały ziemniaki przeciśnięte za pomocą specjalnego tłoka przez otwory w metalowym dnie *gnieciucha*.

„Gdy uważają, że zbolątych [nadpsutych] ziemniaków jest dosyć naskrobanych, płuczą je, przynoszą dwa *tarta* i trą je do cebrzyka lub do miski. Starte ziemniaki wsypuje dziewczka do worka trójkątnego (*seroka*), zawiązuje go sznurkiem i wkłada w *praski* lub pod ciężkie kamienie, aby z nich wygnieść wodę. W praskach lub pod kamieniem leżą do drugiego dnia, po czym tę masę w worku wyjmują, urywają po kawałku, gniotą w ręce i wrzucają na wrzącą wodę. Kluski takie nazywają powszechnie *źmiocanemi*, kluskami *kudłatemi*, *mordoniami* (Rzepienik), *paluszkami* (Ciężkowice), *zbójami*, *kipielami*, *gwiazdami*, *strzylokami*. Jeśli zimniaków zbolątych jest dużo, jedzą kluski takie trzy razy dnia z mlekiem lub maszczone” (ZB: 100).

**Hodowla.** Gotowanymi ziemniakami lub łupinami karmiono drób, bydło i trzodę. Górale Nadpopradzcy zbierali, siekali i suszyli nać ziemniaczaną, którą dodawali do paszy (głównie do siana). Zimą krowy karmiono

*parzeliną* (sieczką z łupin ziemniaka, sparzonych gorącą i osoloną wodą, zmieszaną z sianem). W razie zagrożenia owiec motylicą profilaktycznie nie podawano im łupin z ziemniaka.

**Lecznictwo.** W lecznictwie ludowym ziemniaki służyły przede wszystkim do przygotowania rozgrzewających okładów, pomocnych przy leczeniu różnorodnych dolegliwości. Dobrze ugotowane – zwykle w łupinach, czasami z dodatkiem słoniny – należało dokładnie ugnieść i zmieszać z dużą ilością tłuszczu, najlepiej smalcu z gęsi, dzięki czemu dłużej utrzymywały temperaturę. Tak przygotowaną masę, jeszcze gorącą, ale nie parzącą, przykładano do bolących lub zmienionych chorobowo miejsc i okręcano tkaniną. Okłady stosowano m.in. na opuchliznę podczas świnki, co miało grać chorego i wyciągać gorączkę; przy leczeniu egzemy, dolegliwościach przewodu pokarmowego, bólu gardła czy zapaleniu uszu. Przy przeziębieniach takie rozgrzewające okłady na plecy lub piersi wzbogacano o starty korzeń chrzanu lub zmiażdżony czosnek: „To tak wygrzoło jaz czerwone buło, jakby bańki postawił” (Górale Nadpopradzcy, Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGN: 472). Gotowanymi, tłuczonymi ziemniakami, zmieszanymi z kwaśną śmietaną, obkładano stłuczone kończyńy. Zdrowotny efekt przynosiły też gorące okłady z ziemniaków całych lub przeciętych na pół, zawiniętych w serwetkę. Najczęściej przykładano je do chorych zatok, bolącego zęba czy chorego ucha.

Właściwości lecznicze miała woda, w której gotowano ziemniaki. Przygotowywano z niej gorące okłady na ból głowy. Wywar z łupin ziemniaka, gotowanych bez soli, pito jako lek na kamienie żółciowe i na piasek w nerkach.

W lecznictwie wykorzystywano też właściwości surowych ziemniaków. Świeży sok wyciśnięty ze startego



ziemniaka, pity w niewielkich ilościach, miał pomagać na zgagę i wrzody. Starte, surowe ziemniaki (*tarliny*) przykładano do obierających się, ropiejących ran. Odmrożenia okładano tartymi ziemniakami czerwonymi. Plasterki surowych ziemniaków przykładane na noc pomagały usunąć odciski i wrzody na skórze.

**Wierzenia i obrzędy.** Jako jedna z najważniejszych roślin uprawianych w gospodarstwie, ziemniak zajmował istotne miejsce w zwyczajach dorocznych, szczególnie związanych z zapewnieniem wegetacji, oraz we wróżbach urodzaju i pomyślności w gospodarstwie. Służył także do przygotowania obrzędowych ozdób. Na Pogórzu i Łemkowszczyźnie jedną ze starszych form bożonarodzeniowych pająków, wieszanych pod powałą, były tzw. pająki kuliste, wykonane ze słomy żytniej, zwykle z kawałkami kłosa, wbitej promieniście w ziemniak (Fryś-Pietraszko-wa E., NRR: 68).

Na Pogórzu uważano, że jeśli w Wigilię Bożego Narodzenia ziemniakami karmi się kury – cały rok będą grzebać i gubić jajka. Łemkowie wierzyli, że jeśli w Boże Narodzenie (Rizdwo) gospodyni położy się w ciągu dnia – ziemniaki zarosną chwastami. We wróżbach pogody, drugi dzień liczony od Bożego Narodzenia, miał przepowiadać pogodę na okopywanie ziemniaków.

By zapewnić w gospodarstwie urodzaj ziemniaków, podłaźniczkę wieszaną w Wigilię w izbie, na zakończenie świąt wkładano do gnojowiska przed stajnię. Podobny efekt miały przynieść wściekłe polki tańczone przez gospodarzy i gospodynie w ostatni dzień zapustów (Górale Sądecki).

Ziemniaki bywały wynagrodzeniem dla biednych dzieci chodzących w drugi dzień świąt Bożego Narodzenia po *szczodrokach* (Lachy Sądeckie). U Górali Sądeckich przy dorocznym wynagradzaniu służby, odbywającym się zwyczajowo w okresie od Trzech Króli (6 stycznia) do

św. Antoniego (17 stycznia), szczególnie cenieni parobcy otrzymywali od gospodarza tzw. *przysiwiek*, czyli kawałek gruntu (ok. 4 ary), który mogli obsadzić gazdowskimi ziemniakami (lub obsiać żytem), a plony zachować dla siebie (Kwaśniewicz K., SZKLBS: 17).

W Wielką Sobotę ziemniaka wkładano do koszyka ze święconką, lecz nie spożywano go podczas śniadania wielkanocnego (Górale Nadpopradzcy). Nabity na patyk był elementem bukietu święconego w dniu Matki Boskiej Zielnej.

Za termin najlepszy do sadzenia, a także święcenia, ziemniaków uważano dzień św. Marka: „Jeszcze obecnie niektórzy zanoszą do kościoła ziemniaki na poświęcenie. Zwykle robią to dzieci, niosąc ok. 1 kg ziemniaków w woreczku papierowym, po czym sadzą je do pola ziemniaczanego, aby wszystkie dobrze wykiełkowały”. Niektórzy starają się tego dnia sadzić ziemniaki w ogóle, z czym wiąże się przysłowie: „Sadź ziemniaki, sadź na Marka, będziesz miał pod krzakiem miarka, kto zasieje swoje na Jadwigę, zbierze figę” (Biała Wyżna). Innym dogodnym terminem sadzenia ziemniaków był Wielki Tydzień. Uważano, że warzywa posadzone w tym czasie będą duże i „nie chwyci się ich zaraza” (Juraszowa). Z kolei jako dni niekorzystne wskazywano te, które w nazwie mają literę r, czyli wtorek, środę, czwartek (Podegrodzie).

Na Pogórzu, gdy kończono sadzenie ziemniaków, przewracano gospodarza na rolę i tarzano go po niej, „aby ziemniaki tak wielkie jak on urosły”.

Zapowiedzią obfitych zbiorów ziemniaków był śnieg okalający krzaki i tworzący wokół nich małe kupki. Urodzaj wróżył także deszcz w dniu św. Makarego. Z kolei opady w dniu Siedmiu Braci Śpiących (10 lipca) zwiastowały zarazę ziemniaków. Wierzono, że jeśli w trakcie wykopków drobne ziemniaki przyklejają się do ziemi, wróży to nieszczęście.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066; k., l. 51, Łącko, nr inw. 1067; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., ur. 1924, Grybów, nr inw. 956; m., ur. 1917, Piątkowa, nr inw. 1016; k., ur. 1913, Kamienica, nr inw. 1029; k., ur. 1932, Kamienica, nr inw. 1044. AGOKP: k., ur. 1914, Podegrodzie 2001; k., ur. 1940, Długotęka 2002; m., ur. 1940, Podegrodzie 2017; k., ur. 1919, Juraszowa 2001; k., ur. 1923, Podegrodzie 2001; m., ur. 1944, Chochorowice 2002; m., ur. 1928, Długotęka 2002; k., ur. 1915, Długotęka 2002; k., ur. 1940, Długotęka 2002; m., ur. 1921, Długotęka 2002; m., ur. 1933, Podegrodzie 2017; m., ur. 1925, Podegrodzie 2001. **Literatura:** Fryś-Pietraszkowa E., NRR; Grybel M., NRR; Hołda J., KLG; WP; KLS; Kroh M., KLG; Kwaśniewicz K., SZKLBS; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; OKWP; Reinfuss R., NRR; Reinfuss-Janusz K., KLG; Reinfuss-Janusz K., KLG; ŚL; Tylkowa D., SZKLBS; TLP; Wacławski A., NRR; Woźny A., KLG; Woźny-Tondyra A., KLG; Wrębiak C., NRR; ZB.









# Z

## ŻYTO (*Secale cereale* L.)

Żyto to jedno z najważniejszych zbóż w dawnej wsi. Wysiewano je na bardziej urodzajnych glebach. Powszechne na terenach podgórskich, a rzadziej uprawiane w górach. Na Pogórzu Gorlickim dojrzewające z pszenicą kłosa żyta nazywano *trześcionką, mieszaną, sążycą*.

W regionach górskich jeszcze na początku XX w. często uprawiano dwuletnią odmianę żyta nazywaną *ikrzycą, skrzycą, szczycą* lub *krzycą*. Obsiewano nią pola uzyskane w wyniku karczunku lasów (*zrąby, rąby, poręby*). *Ikrzycę* ceniono za wysoką odporność na mało urodzajnych i trudnych w uprawie górskich glebach. Zazwyczaj siano ją razem z owsem lub rzadziej z jęczmieniem. *Zrąby* obsiewano na przełomie kwietnia i maja, owies ścinano jesienią, a *ikrzycę* pozostawiano do następnego roku. W drugim roku, tuż przed zżęciem, *ikrzyca* mogła osiągać wysokość nawet 1,5 m. Słomę z *ikrzycy* używano jako ściótkę dla zwierząt oraz materiał na strzechę. Słoma *ikrzycy* nie nadawała się na paszę dla zwierząt. Czasami jesienią na polach obsianych *ikrzycą* wypasano bydło, które lubiło jej słodkawy smak.

**Pożywienie.** Ziarno żytnie przerabiano na mąkę i kasze. Najlepszy smak posiadało ziarno zebrane tuż przed pełną dojrzałością, mąka z bardzo dojrzałego ziarna miała ciemny kolor. Mąkę z *ikrzycy*, o słodkim smaku, wykorzystywano do pieczenia chleba i gotowania. Z mąki żytniej przede wszystkim pieczono chleb i gotowano mączne potrawy (kluski i zupy), używano jej także do zagęsz-

czania innych dań. Z żyta tłuczono też czasem w stępach lub w kaszarniach grube kasze. Kasza gotowana na wodzie lub mleku stanowiła sycące jedzenie, które dodatkowo okraszano tłuszczem, produktami mlecznymi, owocami, warzywami strączkowymi, ziemniakami, kapustą (gotowaną i kiszoną). Na bazie kaszy przygotowywano gęste lub wodniste zupy.

**Lecznictwo.** Okłady z żytniej mąki zmieszanej ze startym korzeniem chrzanu lub nasionami gorczycy przykładano „na puls u rąk i na skroniach”, by zwalczyć ból głowy. Odwar z kwiatów żyta był jednym ze środków podawanych kobiecie, by złagodzić bóle porodowe (ZB: 359).

**Wierzenia i obrzędy.** Żyto, podobnie jak pozostałe zboża, będąc symbolem dostatku i płodności, odgrywało ważną rolę w tradycyjnych obrzędach. Snop żyta (też owsa), koniecznie bujny i zdrowy, gospodarz stawiał w kącie izby wigilijnej, z żytniej słomy skręcano powrósła przeznaczone do obwiązywania w dniu św. Szczepana drzewek owocowych „na urodzaj”. Pomyślnych zbiorów tego zboża życzyli gospodarzom kołędnicy odwiedzający domy w okresie Bożego Narodzenia: „Gdzie turoń chodzi, tam się żytko rodzi. Gdzie jego stopy, tam powstają kopy” (Łącko), „Żebyście mieli żyto jak koryto” (Podegrodzie). Z żytniej słomy, pociętej na kawałeczki, poprzedzielanej kokardkami z bibuły lub główkami lnu, robiono łańcuchy zdobiące podłaźniczki i choinki.

Żur z żytniej (lub owsianej) mąki był podstawową potrawą wielkopostną, jego przygotowanie w dokładnie wyszorowanym garnku było symbolicznym rozpoczęciem postu. W wywarze z młodego żyta na kolor jasnozielony farbowano wielkanocne jajka. Kłosa żyta – zboża służącego do wypieku „chleba na kwasie” – były ważnym elementem bukietu przygotowywanego na Matki Boskiej Zielnej, wykruszone z nich, poświęcone ziarno służyło do pierwszego zasiewu (TLP: 90–96). Żyto świę-

cono również w dniu Matki Boskiej Siewnej (Kamienica, Biała Wyżna), kłosa dodawano do wieńców dożynkowych (Kamienica, Falkowa).

Podczas budowy domu ziarna żyta i pszenicy (także monety, święcone zioła i sól) podkładano pod cztery węgly budynku (Łemkowie). Do pierwszej kąpieli noworodka wkładano długą słomę żytnią, by dziecku rosły długie włosy (ZB: 361). Powszechnie wierzono, że w przypadku ciężkiego i długiego konania umierającego należy zdjąć z łóżka i położyć na ziemi na „równianej” słomie żytniej.

Popularne było przysłowie, wróżące urodzaj: „Suchy kwiecień, mokry maj – będzie żytko niby gaj” (PWIPG: 6).

Znane były przyspiewki o życie:

1. *Powiedzioteś, ze mie weźnies,  
Ino zytko jare zeźnies.  
A tyś zezuł i pszenico,  
Polecioeś za granico.*
2. *Powiedzioteś ze mie weźnies,  
Ino zytko jare zeźnies.  
A tyś zezuł i owiesek,  
Teroz lezys niby piesek.*
3. *Powiedzioteś, ze mie weźnies,  
Ino zytko jare zeźnies.  
A tyś zezuł i tatarko,  
Polecioeś po madziarko.*

(Lachy Podegrodzkie, ZRRJ: 384)

**Materiał źródłowy:** AMZS: m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 77, Falkowa, nr inw. 1062; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; k., l. 57, m., l. 71, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 50, Kamie-

nica, nr inw. 1047; k.,?, Łabowa, nr inw. 1055; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; k., l. 77, Falkowa, nr inw. 1062. AGOKP: k., ur. 1932, Gostwica 2017. **Literatura:** Brylak M., Madzik J., NRR; Hołda J., KLG; KLS; Kroh M., KLGS; Kwaśniewicz K., SZKLBS; Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLG; Madzik J., NRR; MEZPL; OKWP; PWIPG; Reinfuss-Janusz K., KLGS; Reinfuss-Janusz K., KLG; ŚBNUGP; ŚL; TLP; Wacławski A., NRR; WilNS; Woźny A., KLGS; Woźny-Tondyra A., KLG; Wrębiak C., NRR; ZB; ŻWPL.

## ŻYWOKOST LEKARSKI (*Symphytum officinale* L.)

Żywokost lekarski nazywano po prostu żywokostem. Był jedną z najczęściej zbieranych roślin dziko rosnących. Posiadał zastosowanie przede wszystkim w leczeniu. Jego korzeń wykopywano jesienią i wczesną wiosną, ponieważ wtedy miał mieć największą wartość leczniczą (Nowy Sącz). Lekarstwa przygotowywano również z jego liści i kwiatów. Na okres zimowy robiono z niego susz.

**Lecznictwo.** Pospolitym lekarstwem były maści i okłady przygotowane z tłuczonego bądź tartego korzenia żywokostu (też roztartych świeżych liści), zmieszanego z tłuszczem (np. smalcem, masłem, olejem) lub miodem; leczono nimi: stłuczenia, pęknięcia i złamania kości, „suche bóle” (Roztoka Ryterska), wszelkie rany (Łabowa), zwłaszcza długo się gojące (Biała Wyżna). Dla złagodzenia kaszlu przygotowywano syrop z korzenia: starty korzeń zaparzano w wodzie, „aż będzie się ciągnął” (Łącko). Napar z młodych liści pito podczas chorób płuc (Ptaszkowa) lub oskrzeli (Nowy Sącz). Wywar z kwiatu i korzenia zaparzano i podawano w stanach nieżyty pokarmowego. Podczas choroby jelit zalecano jedzenie niewielkiej ilości tartego korzenia (Biała Wyżna). Na wątrobę pito napar z korzenia zebranego w maju (Łącko).



**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 42, Roztoka Ryterska, nr inw. 1053; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1065; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1064; k., l. 53, Jadamwola, nr inw. 1073; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k.,?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 84, Łącko, nr inw. 1050; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 55, Biała Niżna, nr inw. 927; k., l. 81, Ptaszkowa, nr inw. 962; k., l. 72, Biała Wyżna, nr inw. 919; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., ?, Łącko, nr inw. 1009.





V/3496/S MEK



## ROŚLINY WYMIENIANE W NIELICZNYCH ŹRÓDŁACH

### BRUSZNICA (*Vaccinium vitis-idaea* L.)

Brusznica w taksonomii botanicznej nosi nazwę borówki brusznicy lub borówki czerwonej. Wyraźnie należy odróżnić ją od borówki czernicy (*Vaccinium myrtillus* L.). Z jej owoców robiono syrop, który spożywano w razie bólu żołądka (Zasadne).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1932, Zasadne, nr inw. 994.

### DRŻĄCZKA ŚREDNIA (*Briza media*)

Roślina, rodzaj trawy, znana pod nazwą „Łzy Matki Boskiej”. Okadzano nią położnicę po porodzie i dziecko po pierwszej kąpeli. Zabiegu dokonywała babka odbierająca poród, musiała być przy tym ubrana na biało, wierzono, że biały kolor odstraszał złe duchy. Podczas okadzania mówiła: „Dziecko wywiedzione, dziecko zrodzone, niech na Boską chwałę będzie chowane. Rośnij se na Boskom chwałę, jak smrecek wysoko, jak bucek seroko, niech cię złe omija, a strzeże Maryja” (Dobra, WDWPL: 43)

**Literatura:** WDWPL.

### DZIEWANNA (*Verbascum* L.)

Znana też pod nazwą „Sukienka Matki Boskiej”. Jej kwiaty odznaczały się przyjemnym, miodowym zapachem, dodawano je do leczniczych kąpeli (Łącko). Napar sporządzony z kwiatu wzmacniał cebulki włosów (Florynka), używano go do mycia i płukania włosów, by przyspie-

szyć ich wzrost (Ropa). Naparu z suszonych kwiatów używano do płukania bolącego gardła (Kamienica). Dziewanę dodawano do bukietu na Matki Boskiej Zielnej, poświęconą roślinę, profilaktycznie, dawano do zjedzenia bydłu (Kunów).

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., l. 62, Ropa, nr inw. 940; k., ur. 1942, Kunów, nr inw. 1002; k., ur. 1929, k., ur. 1934, Kamienica, nr inw. 1032; k., ?, Łącko, nr inw. 1012.

### DZIEWIĘŚIŁ (*Carlina acaulis* L.)

Określany też nazwą oset. Napar z całej rośliny podawano dzieciom na wzmocnienie (Roztoka Ryterska). Korzeń zalany wódką i pozostawiony w ciemnym miejscu, „aby się przemieszało” miał „piorunujące” działanie przeczyszczające (Kąclowa).

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., ur. 1900, Kąclowa, nr inw. 979; k., ur. 1937, Roztoka Ryterska, nr inw. 995.

### KALINA KORALOWA (*Viburnum opulus* L.)

Z dojrzałych owoców krzewu robiono napar, który piło się, by wzmocnić serce oraz przy chorobach wątroby (Zasadne, Łabowa). Gałązki kaliny dodawano do bukietów święconych w dniu Matki Boskiej Zielnej. Poświęconą roślinę (razem z innymi ziołami z bukietu) przeznaczano do przygotowania wywaru, którym pojono krowy po ocieceniu (Lachy Sądeckie).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. ok. 1934, Zasadne, nr inw. 1027; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 46, Zasadne, nr inw. 1064.  
**Literatura:** TLP.

## KNIEĆ (*Caltha palustris* L.)

Roślinę znano pod nazwą kaczeniec. Jej liście przykładano na krwawiące i ciężko gojące się rany (Zasadne, Cieniawa).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 60, Cieniawa, nr inw. 915; k., ur. 1932, Zasadne, nr inw. 994; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1064.

## KONICZYNA (*Trifolium* L.)

Roślina pastewna, rosnąca dziko oraz wysiewana na polach i łąkach z przeznaczeniem na paszę dla bydła i koni. Na terenach górskich rozpowszechniona od lat 20. XX w. Była koszona dwa razy w ciągu roku, pierwszy raz przed sianokosami traw, drugi we wrześniu (Woźny-Tondyra A., KLG: 88). Na łąkach mieszanych sianokosy rozpoczynano, gdy koniczyna była w pełnym rozkwicie, uważając, że wówczas siano jest bardziej chrupkie (Podegrodzie).

Czterolistna koniczyna była motywem zdobniczym stosowanym w strojach ludowych (m.in. na drukowanych perkalach, w hafcie na gorsetach lachowskich) oraz w architekturze.

**Lecznictwo.** W lecznictwie ludowym stosowano napar z kwiatów koniczyny czerwonej. Pity 2 razy dziennie, rano i wieczorem, łagodził kaszel i chrypkę. Susz z kwiatów dodawano do ziołowych mieszanek stosowanych „na nerwy” (Piątkowa). Kąpiele z dodatkiem naparu z koniczyny białej zalecano przy uczuleniach skórnych (Kamienica).

**Obrzędy.** Koniczynę dodawano do wianka plecionego na oktawę Bożego Ciała (Piątkowa, Kamienica, Łabowa).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1914, Piątkowa, nr inw. 1011; k., l. 67, Piątkowa, nr inw. 1056; k., ?, Kamienica, nr inw. 1057; k., ur. 1916, Kamienica, nr inw. 1030; k., ur. 1934, Kamienica, nr inw. 1032; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060. AGOKP: m., ur. 1940, Podegrodzie 2017. **Literatura:** Woźny-Tondyra A., KLG: 88.

## KONWALIA (*Convallaria majalis* L.)

Kwiaty konwalii moczone w spirytusie, ewentualnie zmieszane z tłuszczem, służyły do nacierania bolących kości (Piątkowa). Napar z rośliny pito na wzmocnienie organizmu (Nowy Sącz).

Uważano, że na podstawie kwiatów konwalii można określić pogodę: na 3–4 dni przed deszczem na kwiatkach występują krople rosy i wtedy wiadomo, że będzie padać (Kamienica). Kwiaty konwalii były motywem zdobniczym wyszywanym na gorsetach modnych w regionie Górali Nadpopradzkich w okresie II RP (Brylak-Załużska M., KLG: 315).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ?, Piątkowa, nr inw. 1015; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., l. 69, Kamienica, nr inw. 1060. **Literatura:** Brylak-Załużska M., KLG: 315.

## KOZŁEK LEKARSKI (*Valeriana officinalis*)

Napar z całej rośliny pito „na wszystko”, zalecano go szczególnie na nerwy i ciśnienie (Biała Wyżna, Nowy Sącz). Z korzenia pozyskiwano lek na serce (Łabowa).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 51; Biała Wyżna, nr inw. 944; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052.

## KRUSZYNA POSPOLITA (*Frangula alnus* Mill.)

Krzew „podobny do dzikich czereśni”, był znany z leczniczych właściwości. Kora kruszyny służyła do przygotowania wywaru o działaniu wzmacniającym, zalecanego przy krzywicy u dzieci (Florynka). Napary i wywary z kory pito przy biegunce (Stróże, Ropa, Piwniczna-Zdrój), na wątrobę (Łabowa), podczas bólów menstruacyjnych (Nowy Sącz). Wywarem pojono bydło w przypadku „zapieczenia” (Łabowa).

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., l. 75, Stróże, nr inw. 931; k., ur. 1900, Piwniczna-Zdrój, nr inw. 1003; k., ur. 1924, Nowy Sącz, nr inw. 1013; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052.

## KURZE ZIELE (*Potentilla erecta* L.)

Pięciornik kurze ziele, inaczej pięciornik kurzyśląd. Napar z korzenia tej rośliny – niewielkiego i o czerwonym kolorze – stosowało się przeciwko czerwonce (Ptaszkowa). Napar z kwiatów i liści pito przy biegunkach (Nowy Sącz).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 81, Ptaszkowa, nr inw. 962; m., ur. 1914, Nowy Sącz, nr inw. 1024.

## LEBIODKA (*Origanum* L.), LEBIODA (*Chenopodium album* L.)

W materiałach źródłowych często brak rozróżnienia pomiędzy lebiodą a lebiodką. Lebiodka była używana jako przyprawa do potraw. Z lebiody gotowano „głodowe” polewki.

**Lecznictwo.** Rośliny określane zamiennie tymi nazwami były używane do przygotowania naparów pitych dla

wzmocnienia apetytu i „przy bólach zapalnych” (Łabowa). Zaparzony susz, zmieszany z dziurawcem, stosowano „na różne schorzenia” i by wzocnić organizm (Cieniawa). W wywarze z ziela moczyło się nogi, „jak bolą i nie można chodzić”, dodawano go do wzmacniających kąpieeli (Nowy Sącz).

**Weterynaria.** Roślinę dodawano do paszy dla bydła, żeby mleko nie „zagotowało się”. Podawano też owcom po okoceniu, gdy nie chce odejść łożysko (Nowy Sącz). Lebiodą i dziurawcem okadzano chore bydło (Mszalnica).

**Wierzenia i obrzędy.** Lebiodę dodawano do bukietu na Matki Boskiej Zielnej (Kamienica, Łabowa, Nowy Sącz).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 63, Kamienica, nr inw. 1048; k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052; k., ?, Łabowa, nr inw. 1055; k., l. 57, m., l. 71, Kamienica, nr inw. 1060; k., l. 55, Nowy Sącz, nr inw. 1051; m., l. 76, Cieniawa, nr inw. 913; k., l. 72, Mszalnica, nr inw. 938; k., ur. 1890, Nowy Sącz, nr inw. 1038; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 50, Kamienica, nr inw. 1047.

## ŁOPIAN (*Arctium lappa* L.)

W lecznictwie ludowym wykorzystywano przede wszystkim korzeń rośliny. Napar z niego, pity dwa razy dziennie, był dobry na oczyszczenie krwi (Ropa). Wywar dodawano do kąpieeli przy leczeniu krzywicy (Zasadne), używano go do płukania włosów – przeciwko łupieżowi i na ich wzocnienie (Kamienna). Stosowano również liście łopianu. „Herbatka” ze świeżych, pokrojonych liści pomagała przy katarze (Zasadne), świeże liście przykładano do czoła gdy bolała głowa (Kamienica).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 65, Ropa, nr inw. 912; k., ur. 1932, Zasadne, nr inw. 994; k., ur. ok. 1934, Zasadne, nr inw. 1027; k., ur. 1900, Zasadne, nr inw. 1039; k., ur. 1913, Kamienna, nr inw. 1029; k., ur. 1916, Kamienna, nr inw. 1030.

## NAWŁOĆ POSPOLITA (*Solidago virga-aurea* L.)

Występuje powszechnie w całej Sądecczyźnie, rośnie na miedzach, przy zaroślach, na łąkach, przy płotach. Nawłoc pospolita nazywana była również *postrzałowym zielem*. Naparem z nawłoci leczono ból zębów, a liśćmi okładano bolące stawy (Zasadne).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. ok. 1934, Zasadne, nr inw. 1027; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1064.

## PIERWIOSNEK (*Primula officinalis* L.)

Gwarowa nazwa: *kolczyki, kulcyki* (Górale Nadpopradzcy). Z kwiatów przygotowywano napar do picia przy bólach głowy. Miał on też właściwości moczopędne (Stróże, Mszalnica). Stosowano go przy przeziębieniach (Cieniawa, Ptaszkowa) oraz zatruciach żółtkowych (Biała Wyżna).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 75, Stróże, nr inw. 931; k., l. 47, Cieniawa, nr inw. 936; k., ur. 1926, Ptaszkowa, nr inw. 975; k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908.

## SZCZAW (*Rumex* L.)

Najczęściej wymieniane gatunki szczawiu to szczaw koński, tzw. *kobylok*, szczaw dziki i szczaw *psie uszy*. Roślina była też znana pod nazwą *polna kapusta* lub *scow* (Górale Nadpopradzcy). Zbierano ją jako dodatek do potraw, używano do przygotowania zup i w lecz-

nictwie. W liście szczawiu owijano osetki masła niesionego na targ.

**Lecznictwo.** Napar ze szczawiu (cała roślina, świeża lub suszona) był uważany za świetny lek na biegunkę, który w niewielkich ilościach (pół kieliszka) można dawać nawet niemowlakom (Florynka, Ropa, Kamienna). Podobne działanie miał wywar z ziarenek szczawiu „psie uszy” (Kamienna). Napar z liści pito przy bólach gardła. Stosowano go również do płukania jamy ustnej przy bólach zębów (Łabowa).

**Materiał źródłowy:** AMZS: m., ?, Florynka, nr inw. 910; k., l. 62, Ropa, nr inw. 940; k., ur. 1908, Nowy Sącz, nr inw. 1010; k., ur. 1934, Kamienna, nr inw. 1032; m., l. 73, Łabowa, nr inw. 1054; k., ur. 1932, Kamienna, nr inw. 1044.

## TRUFLE (*Tuberaceae*)

Trufle są to rzadkie i cenne grzyby o podziemnych owocnikach i niezwykłym smaku. W Polsce występuje kilka gatunków trufli, ale przede wszystkim trufla letnia (*Tuber aestivum*). To grzyb podziemny, wytwarzający owocniki ok. 10–15 cm pod powierzchnią gruntu. Pojawiają się one od sierpnia do grudnia. Rosły na terenie południowej Polski, tam gdzie las jest wielogatunkowy, a gleby – rędziny, z dużą zawartością węgla wapnia (obecnie niezwykle rzadkie, pod ochroną). Trufle letnie żyją w symbiozie z różnymi gatunkami drzew i krzewów, m.in. takimi jak dąb, leszczyna, buk, grab, świerk, jałowiec, lipa.

Zbierano je m.in. na obszarze Pogórza. W powiecie gorlickim Pogórzanie uważali trufle letnią za smaczątk. Nazywano ją „ziemnym sercem”, pieczono w popiele lub smażyło z jajkiem.

**Literatura:** Waclawski A., NRR; ZB.











## ROŚLINY TRUDNE DO IDENTYFIKACJI I O FANTASTYCZNYM POCHODZENIU

### ANIELSKIE WŁOSY

Roślina trudna do botanicznego zidentyfikowania, ma być podobna do dziurawca. Dodawano ją do wianka plecionego na oktavę Bożego Ciała (Łabowa).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ?, Łabowa, nr inw. 1055.

### BASZNICA

Basznica jest określeniem gwarowym rośliny trudnej do zidentyfikowania botanicznego. W innych regionach Polski odnotowano podobne nazwy, tj. *barszcznica*, *barsznica*, *baśnica*. Prawdopodobnie odnoszą się one do szczawiu (*Rumex*, ok. Rzeszowa, ok. Tarnowa) lub do szaleja jadowitego (*Cicuta virosa* L.). W materiałach zebranych w Łabowej podano, że napar z liści *basznicy* dodawano do kąpieli dla dzieci, które nie mogły chodzić.

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052. **Literatura:** PGNRL.

### BOBIANYK

Na Łemkowszczyźnie ziele zbierano w wigilię św. Jana. Zrywano tyle łodyg, ilu było członków rodziny, gałązki wkładano między belki zrębu chałupy, jeśli czyjaś gałązka zakwitła – wróżyło to właścicielowi długie życie, jeśli uschła – śmierć (NRR: 284).

**Literatura:** NRR

### GRZYBEK Z INDII

Był hodowany na mleku, jedzono go przy chorobach serca, na żołądek oraz na przeczyszczenie (Stróże).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 75, Stróże, nr inw. 931.

### MARUNKA

Ziele miało wyrastać „samo od siebie” w miejscu, gdzie w ogrodzie zakopano skorupki z jajek święconych w Wielką Sobotę i zjedzonych na śniadanie wielkanocne (Dobra, s. 42) lub tych rzuconych do ogrodu, w miejsce, gdzie nikt nie chodzi (Łemkowszczyzna). Roślinę gotowaną w mleku pito „przeciw chorobom” (Dobra), miała być pomocna przy chorobach żołądka (Łemkowszczyzna).

Znana była dziko rosnąca maruna (*Matricaria maritima* L.), roślina z rodziny astrowatych, o postrzępio-nych liściach i ładnym zapachu. Jej liście dodawano do jajecznicy (Łabowa).

### MOCNE ZIELE

Roślina często wymieniana w źródłach dotyczących ludowego lecznictwa, identyfikowana m.in. z centurią lub belladonną. Rośnie zazwyczaj na miedzach i suchych pastwiskach (Florynka), ma łodygę o mocnej budowie i fioletowe kwiaty (Nowy Sącz). Z całej nadziemnej części rośliny, zbieranej w porze kwitnienia (od czerwca do lipca) przygotowywano napar, który wlewano do kąpieli

wzmacniających kości i zapobiegających krzywicy u dzieci (Biała Wyzna, Florynka, Stara Wieś, Kąclowa, Roztoka Ryterska). Napar był stosowany też do moczenia bolących nóg (Ropa), pito go na oberwanie i na wzmocnienie. Kwitnącą roślinę dodawano do bukietu święconego w dniu Matki Boskiej Zielnej (Łabowa).

**Materiał źródłowy:** k., l. 74, Biała Wyzna, nr inw. 908; k., ?, Florynka, nr inw. 909; k., l. 48, Florynka, nr inw. 914; k., l. 71, Ropa, nr inw. 920; k., ?, Nowy Sącz, nr inw. 1014; k., ur. 1930, Falkowa, nr inw. 1017; k., ur. 1890, Nowy Sącz, nr inw. 1038; m. i k., l. 50, Nowy Sącz, nr inw. 1046; k., l. 62, Łabowa, nr inw. 1066.

## MYSIE ZIELE

Listki lub całą roślinę dodawano do kąpeli, gdy pękała skóra na stopach (Piątkowa).

**Materiał źródłowy:** k., ?, Piątkowa, nr inw. 1015.

## POLEJ

Być może chodzi o mięte polej (*Mentha pulegium* L.). Według źródeł było to zioło sadzone w ogródkach, skuteczne w dolegliwościach dróg oddechowych, m.in. przy duchocie, astmie. “Kiedyś bardzo dawno dowiedział się o niem i o jego tajemniczej mocy przypadkowo jeden chłop, nazwiskiem »Olej«. Raz złapał on dzikiego człowieka, który mu groch obrywał, i począł go bić, a ten mu rzecze: – Żebyś ty wiedział, Olej, na co to dobry polej, tobyś mnie ty nie biuł. Przestał go więc chłop bić, a dziki człowiek wyjaśnił mu skuteczność i moc tego ziela” (NSSE: 17).

**Literatura:** NSSE.

## POSTRZAŁOWE ZIELE

Napar z liści rośliny stosowano przy bólach zębów – do płukania jamy ustnej oraz w formie okładów (Zasadne).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. ok. 1934, Zasadne, nr inw. 1027; k., l. 56, Zasadne, nr inw. 1064.

## ŚMIERDZIOCHA

Świeżymi lub suszonymi liśćmi i kwiatami okładało się świnię chorującą na „różycę”.

**Materiał źródłowy:** k., l. 63, Nowy Sącz, nr inw. 1049.

## WIATROWE ZIELE

Dym ze spalonych liści rośliny należało wdychać na ból zębów, służył też do okadzania chorego bydła (Biała Wyzna).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 34, Biała Wyzna, nr inw. 232.

## WIECZNE ZIOŁO

Roślina rosnąca wysoko, na terenach o ostrym klimacie. Naparem z całego ziela płukano jamę ustną przy zapaleniu okostnej i dziąseł, co zmniejszało opuchliznę. Kąpiele w wywarze pomagały w przypadku paraliżu (Siołkowa).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. 1930, Siołkowa, nr inw. 974; k. i m., ?, Grybów, nr inw. 985.

## WILCZE ZIELE

Napar z liści i kwiatów rośliny zalecano na choroby kobiece u starszych osób (Biała Wyżna).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 74, Biała Wyżna, nr inw. 908.

## WRONIE SADŁO

Roślina rosnąca w lesie, ma liście jak bób, ze *spodku* białe (Zasadne). Moczone w spirytusie przez 2 tygodnie było stosowane do okładów i nacierania przy bólach kości – na tzw. „darcie” i „na ból szyi” (Kamienica).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ur. ok. 1934, Zasadne, nr inw. 1027; k., ur. 1934, Kamienica, nr inw. 1032.

## ZĘBNIK

Roślina miała rosnąć tylko w Kalwarii Zebrzydowskiej. Według opisu w *Ziemi Bieckiej* była niewielka, o białych kwiatach i korzeniu podobnym wielkością i kształtem do „zęba w dwu odnogach”. Kwitła wyłącznie w dzień Wniebowzięcia Najświętszej Marii Panny (15 sierpnia). Kwiaty wędły, kiedy skończył się pogrzeb Maryi, wieńczący nabożeństwo w sanktuarium. Mimo że roślina była pożądana przez mieszkańców wsi, nie każdy był godzien ją znaleźć. Korzeń zębника przykładało się przy bolącym zębie (ZB: 373).

**Literatura:** ZB.

## ZIELE ŚW. PIOTRA, PIOTROWE ZIELE

Roślina o charakterystycznym purpurowym korzeniu, który używano do przygotowania leku „na wszelkie bóle”. Napar pomagał przede wszystkim „na morzy-sko” i przy bólach żołądka (Stróże, Florynka). Wygląd i właściwości lecznicze ziela wyjaśnia legenda: „Kiedy święty Piotr szedł z Panem Jezusem, bolał go brzuch, Pan Jezus kazał mu ugryźć trochę korzenia tej rośliny i od tej pory piotrowe ziele posiada korzeń, który wygląda jak nadgryziony” (Florynka).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., ?, Florynka, nr inw. 909; k., l. 75, Stróże, nr inw. 931.

## ZIMOWY KWIAT

Zakwita, kiedy jesienią dzień jest równy nocy, ma prawie metrową łodygę i drobne niebieskie kwiaty.

## ŻYŁOWE ZIELE

Być może chodzi o czyściec leśny (*Stachys sylvatica* L.). Nazwa rośliny miała pochodzić od jej brzydkiego zapachu. Wywarem z ziela przemywano bolące miejsca u krowy po ocieleniu – „gdy krowa dostaje żył” (Łabowa).

**Materiał źródłowy:** AMZS: k., l. 70, Łabowa, nr inw. 1052.









## Literatura

- ZRRJ Basta K., Kurzeja M. (red.), *Z rękopisu Rudolfa Józefowskiego*, Nowy Sącz 2023
- Brylak M., NRR Brylak M., *Wierzenia i przesady*, w: R. Reinfuss (red.), *Nad rzeką Ropą. Zarys kultury ludowej powiatu gorlickiego*, Kraków 1965, s. 287–310
- Brylak M., NRRZ Brylak M., *Zajęcia pozarolnicze ludności łemkowskiej*, w: R. Reinfuss (red.), *Nad rzeką Ropą. Zarys kultury ludowej powiatu gorlickiego*, Kraków 1965, s. 149–174
- Brylak M., Madzik J., NRR Brylak M., Madzik J., *Zwyczaje rodzinne Łemków*, w: R. Reinfuss (red.), *Nad rzeką Ropą. Zarys kultury ludowej powiatu gorlickiego*, Kraków 1965, s. 247–258
- PWIPG Brylak-Załuska M., *Przystawia, wróżby i przepowiednie gospodarcze związane z rokiem kalendarzowym*, „Almanach Sądecki” 1993, nr 2
- ŚBNS Brylak-Załuska M., *Święta Bożego Narodzenia na Sądecczyźnie*, „Almanach Sądecki” 1994, nr 4 (9), s. 3–18
- ŚWS Brylak-Załuska M., *Święta wielkanocne na Sądecczyźnie*, „Almanach Sądecki” 1995, nr 1 (10), s. 3–17
- ŚBNUGP Brylak-Załuska M., *Święta Bożego Narodzenia u Górali Piwniczańskich*, „Znad Popradu” 2012, nr 11/12
- Brylak-Załuska M., KLGs Brylak-Załuska M., *Strój*, w: K. Ceklarz, M. Kroh (red.), *Kultura ludowa Górali Sądeckich od Kamienicy, Łącka i Jazowska*, Kraków 2016, s. 289–328

- Brylak-Zańska M., KLG N Brylak-Zańska M., *Strój*, w: K. Ceklarz, J. Hołda (red.), *Kultura ludowa Górali Nadpopradzkich (od Piwnicznej i Rytra)*, Kraków 2021, s. 267–306
- ŻWPL Bujak F., *Żmięca wieś powiatu limanowskiego. Stosunki gospodarcze i społeczne*, Kraków 1903
- Ceklarz K., KLG S Ceklarz K., *Rzemiosło i przemysł wiejski*, w: K. Ceklarz, M. Kroh (red.), *Kultura ludowa Górali Sądeckich od Kamienicy, Łącka i Jazowska*, Kraków 2016, s. 221–264
- Ceklarz K., KLG N Ceklarz K., *Przemysł*, w: K. Ceklarz, J. Hołda (red.), *Kultura ludowa Górali Nadpopradzkich (od Piwnicznej i Rytra)*, Kraków 2021, s. 349–390
- Ceklarz K., KLG NR Ceklarz K., *Rzemiosło*, w: K. Ceklarz, J. Hołda (red.), *Kultura ludowa Górali Nadpopradzkich (od Piwnicznej i Rytra)*, Kraków 2021, s. 307–348
- ZSZS Cholewa M., *Zabawy sobótkowe na ziemi sądeckiej*, „Ziemia” 1938, nr 10, s. 234–237
- DNM Dunin-Karwicka T., *Drzewo na miedzy*, Toruń 2012
- GSŁ Florek M. (red), *Godne Świonta na Łomnicy*, Łomnica-Zdrój 2014
- NPKS Frankowski E., *Niedziela Palmowa w Kotlinie Sądeckiej*, „Ziemia” 2014, s. 215–217
- Fryś-Pietraszkowa E., NRR Fryś-Pietraszkowa E., *Urządzenie i zdobnictwo wnętrza*, w: R. Reinfuss (red.), *Nad rzeką Ropą. Zarys kultury ludowej powiatu gorlickiego*, Kraków 1965, s. 57–72
- MEZPL Górszczyk A., *Materiały etnograficzne z powiatu limanowskiego. Pisarzowa. Głody i epidemie w Limanowskim*, „Archiwum Etnograficzne”, zeszyt 2, Wrocław 1971
- Grochal A., KLG P Grochal A., *Obrzędy doroczne*, w: K. Ceklarz, U. Janicka-Krzywda (red.), *Kultura ludowa Górali Pienińskich*, Kraków 2014, s. 417–456

- Grybel M., NRR Grybel M., *Hodowla zwierząt na Pogórze*, w: R. Reinfuss (red.), *Nad rzeką Ropą. Zarys kultury ludowej powiatu gorlickiego*, Kraków 1965, s. 89–96
- Grybel M., Madzik J., NRR Grybel M., Madzik J., *Bartnictwo i pszczelarstwo*, w: R. Reinfuss (red.), *Nad rzeką Ropą. Zarys kultury ludowej powiatu gorlickiego*, Kraków 1965, s. 117–122
- Hołda J., KLGS Hołda J., *Demonologia*, w: K. Ceklarz, M. Kroh (red.), *Kultura ludowa Górali Sądeckich od Kamienicy, Łącka i Jazowska*, Kraków 2016, s. 445–478
- Hołda J., KLG N Hołda J., *Zwyczaje i obrzędy doroczne*, w: K. Ceklarz, J. Hołda (red.), *Kultura ludowa Górali Nadpopradzkich (od Piwnicznej i Rytra)*, Kraków 2021, s. 493–550
- LPS Hołda J., Zarotyńska S., *Niby to legenda, ale ktosik gadał, że tak prawdziwie było. Ludowe podania sądeckie*, Nowy Sącz 2014
- CG Janicka-Krzywda U., Ceklarz K., *Czary góralskie. Magia Podtatrza i Beskidów Zachodnich*, Zakopane 2014
- Kłapkowska W., NRR Kłapkowska W., *Literatura ludowa*, w: R. Reinfuss (red.), *Nad rzeką Ropą. Zarys kultury ludowej powiatu gorlickiego*, Kraków 1965, s. 331–352
- FZDD Kmak L., Molek J., Nowakowski M., *Fasola z Doliny Dunajca*, Nowy Sącz 2007
- DWT45 Kolberg O., *Dzieła wszystkie. Tom 45 Góry i Podgórze*, cz. II, Kraków 1968
- HIPWBS Kowalska-Lewicka A., *Hodowla i pasterstwo w Beskidzie Sądeckim*, Kraków 1980
- Kowalska-Lewicka A., SZKLBS Kowalska-Lewicka A., *Wierzenia i zwyczaje związane ze śmiercią*, w: A. Kowalska-Lewicka (red.), *Studia z kultury ludowej Beskidu Sądeckiego*, Kraków 1985, s. 53–90
- KM Kowalski P., *Kultura magiczna. Omen, przesąd, znaczenie*, Warszawa 2007

- WP Kroh M., *Wesele podegrodzkie*, Podegrodzie 2012
- ZNIPWP Kroh M., *Kumosia kumosi gorzoteckie nosi. Zwyczaje narodzinowe i pogrzebowe w Podegrodziu*, Podegrodzie 2009
- ZKWP Kroh M., *Co to za gwiozdecka nad Osowiom świyaci. Zwyczaje kołędnicze w Podegrodziu*, Podegrodzie 2008
- Kroh M., KLGSW Kroh M., *Wyposażenie wnętrza domu*, w: K. Ceklarz, M. Kroh (red.), *Kultura ludowa Górali Sądeckich od Kamienicy, Łącka i Jazowska*, Kraków 2016, s. 195–220
- Kroh M., KLGŚ Kroh M., *Zwyczaje i obrzędy doroczne*, w: K. Ceklarz, M. Kroh (red.), *Kultura ludowa Górali Sądeckich od Kamienicy, Łącka i Jazowska*, Kraków 2016, s. 357–412
- RWWIZL Kujawska M., Łuczaj Ł., Sosnowska J., Klepacki P. (red.), *Rośliny w wierzeniach i zwyczajach ludowych. Słownik Adama Fischera*, PTL, Wrocław 2016
- PNGN Kulig P., Kurzeja M., Łomnicka-Dulak W., Rzeźnik D. (red.), *Popradowa nuta. Górale Nadpopradzcy. Pieśni śpiewane w XIX i XX wieku*, Piwniczna-Zdrój 2018
- ŻPGN Kulig P., Kurzeja M., Łomnicka-Dulak W., Rzeźnik D. (red.), *Źródła pieśni. Górale Nadpopradzcy. Pieśni śpiewane w XIX i XX wieku w Piwnicznej i okolicach*, Piwniczna-Zdrój 2016
- Kurzeja M., KLGŃ Kurzeja M., *Folklor muzyczny*, w: K. Ceklarz, J. Hołda (red.), *Kultura ludowa Górali Nadpopradzkich (od Piwnicznej i Rytra)*, Kraków 2021, s. 583–614
- Kwaśniewicz K., SZKLBS Kwaśniewicz K., *Rok obrzędowy*, w: A. Kowalska-Lewicka (red.), *Studia z kultury ludowej Beskidu Sądeckiego*, Wrocław 1980, s. 9–32

- LWWDW Lehr U., *Ludowe wierzenia w demony wodne*, „Rocznik Muzeum Etnograficznego w Krakowie”, 1983, t. VIII, s. 49–55
- Lehr U., SZKLBS Lehr U., *Wierzenia demonologiczne*, w: A. Kowalska-Lewicka (red.), *Studia z kultury ludowej Beskidu Sądeckiego*, Wrocław 1985, s. 91–116
- ND Łomnicka-Dulak W., *Nadpopradzka dawność. Gwara i kultura górali z okolic Piwnicznej, Piwniczna-Zdrój – Nowy Sącz* 2018
- Łomnicka-Dulak W., Hołda J., KLGN Łomnicka-Dulak W., Hołda J., *Wiedza ludowa*, w: K. Ceklarz, J. Hołda (red.), *Kultura ludowa Górali Nadpopradzkich (od Piwnicznej i Rytra)*, Kraków 2021, s. 453–492
- Madzik J., NRR Madzik J., *Zwyczaje doroczne Łemków*, w: R. Reinfuss (red.), *Nad rzeką Ropą. Zarys kultury ludowej powiatu gorlickiego*, Kraków 1965, s. 277–310
- WNS Magiera J., *Wielkanoc na Sądeczyźnie*, „Wista” 1904, t. 18, s. 277–280
- WiINS Magiera J., *Wilja na Sądeczyźnie*, „Wista” 1904, t. 18, s. 526–530
- Majerczyk D., KLGS Majerczyk D., *Obrzędy rodzinne*, w: K. Ceklarz, M. Kroh (red.), *Kultura ludowa Górali Sądeckich od Kamienicy, Łącka i Jazowska*, Kraków 2016, s. 413–444
- Majerczyk D., KLGN Majerczyk D., *Obrzędy rodzinne*, w: K. Ceklarz, J. Hołda (red.), *Kultura ludowa Górali Nadpopradzkich (od Piwnicznej i Rytra)*, Kraków 2021, s. 551–582
- NSSE Matyas K., *Nasze sióło. Studjum etnograficzne*, „Wista” 1893, t. 7, z. 1
- CWG Matyas K., *Cholera w górach. Karta z Góralskiej kroniki*, „Przegląd Powszechny”, 1887, z. 10
- ŚPWWC Matyas K., *Świat i przyroda w wyobraźni chłopa. Przyczynek do etnograficznego studium*, Lwów 1888

- FGIPZS Michalikowa L., *Folklor Górali i Pogórze Ziemi Sąddeckiej*, Warszawa 1990
- Nowak T., KLG N Nowak T., *Tańce Górali Nadpopradzkich*, w: K. Ceklarz, J. Hołda (red.), *Kultura ludowa Górali Nadpopradzkich (od Piwnicznej i Rytra)*, Kraków 2021, s. 615–642
- OKWP *Obóz krajoznawczy w Podegrodziu 1936*, Podegrodzie 2008
- ZOTP Ogrodowska B., *Zwyczaje, obrzędy i tradycje w Polsce. Mały słownik*, Warszawa 2001
- ŚZ W Ogrodowska B., *Świąteczne zdobnictwo wewnątrz*, „Polska Sztuka Ludowa” 1983, nr 1–2, s. 95–112
- Okreglicka I., KLGP Okreglicka I., *Medycyna ludowa*, w: K. Ceklarz, U. Janicka-Krzywda (red.), *Kultura ludowa Górali Pienińskich*, Kraków 2014, s. 389–416
- PLL P *Pieśni ludowe Lachów Podegrodzkich. Jak jo se zaśpiywom...*, Podegrodzie 2018
- Reinfuss R., NRR Reinfuss R., *Zajęcia pozarolnicze*, w: R. Reinfuss (red.), *Nad rzeką Ropą. Zarys kultury ludowej powiatu gorlickiego*, Kraków 1965, s. 123–132
- Reinfuss R., NRRH Reinfuss R., *Hodowla i pasterstwo na Łemkowszczyźnie*, w: R. Reinfuss (red.), *Nad rzeką Ropą. Zarys kultury ludowej powiatu gorlickiego*, Kraków 1965, s. 97–116
- Ś L Reinfuss R., *Śladami Łemków*, Warszawa 1990
- Reinfuss-Janusz K., KLGS Reinfuss-Janusz K., *Pożywienie*, w: K. Ceklarz, M. Kroh (red.), *Kultura ludowa Górali Sąddeckich od Kamienicy, Łącka i Jazowska*, Kraków 2016, s. 329–356
- Reinfuss-Janusz K., KLG N Reinfuss-Janusz K., *Pożywienie*, w: K. Ceklarz, J. Hołda (red.), *Kultura ludowa Górali Nadpopradzkich (od Piwnicznej i Rytra)*, Kraków 2021, s. 421–453



- Reinfuss-Janusz K., KLGNT Reinfuss-Janusz K., *Tradycyjne użytkowanie lasu i flisactwo*, w: K. Ceklarz, J. Hołda (red.), *Kultura ludowa Górali Nadpopradzkich (od Piwnicznej i Rytra)*, Kraków 2021, s. 105–140
- Strauchmann E., KLGS Strauchmann E., *Tradycyjne użytkowanie lasu*, w: K. Ceklarz, M. Kroh (red.), *Kultura ludowa Górali Sądeckich od Kamienicy, Łącka i Jazowska*, Kraków 2016, s. 93–114
- PLZS Szabla J., *Pieśni ludowe z Sądecczyzny*, Nowy Sącz 2018
- PLS Szabla J., *Pieśni ludowe z Sądecczyzny*, zapis i interpretacja na trąbkę Jan Szabla; wstęp i oprac. Aleksandra Szurmiak-Bogucka, Nowy Sącz 2000
- KLS Szewczyk Zenon P., *Chleba naszego powszedniego, czyli kuchnia Lachów Sądeckich*, Nowy Sącz 2010
- MLWKWKP Tyłkowa D., *Medycyna ludowa w kulturze wsi Karpat Polskich: tradycja i współczesność*, Wrocław 1989
- Tyłkowa D., SZKLBS Tyłkowa D., *Medycyna ludowa*, w: A. Kowalska-Lewicka (red.), *Studia z kultury ludowej Beskidu Sądeckiego*, Wrocław 1985, s. 33–52
- CWPLS Udziela S., *Cholera w pojęciach ludu ziemi sądeckiej*, „Materiały Antropologiczno-Archeologiczne i Etnograficzne” 1896, t. 1
- LWP Udziela S., *Ludowe wiadomości o przyrodzie. Medycyna*. Czary, Archiwum MEK, rkp, nr inw. I/1581/RKP
- MLSS Udziela S., *Materiały dotyczące lecznictwa ludowego ze Starego Sącza*, Archiwum MEK, nr inw. I/1579/RKP
- Wacławski A., NRR Wacławski A., *Pożywienie ludowe*, w: R. Reinfuss (red.), *Nad rzeką Ropą. Zarys kultury ludowej powiatu gorlickiego*, Kraków 1965, s. 211–228
- PGNDRL Waniakowa J., *Polskie gwarowe nazwy dziko rosnących roślin leczniczych na tle słowiańskim*, Kraków 2012

- Węglarz B. A., KLG P Węglarz B.A., *Strój*, w: K. Ceklarz, U. Janicka-Krzywda (red.), *Kultura ludowa Górali Pienińskich*, Kraków 2014, s. 353–388
- TLP Węglarz S., *Tradycje Lachów Podegrodzkich. Doroczny cykl obrzędowo-rolniczy w gminie Podegrodzie*, Podegrodzie 2017
- SWLBW Węgrzynowicz L., *Szałaństwo w limanowskim Beskidzie Wyspowym*, „Prace i Materiały Etnograficzne”, t. X, z. 1, s. 16–37
- MEZOL Wielek J., *Materiały etnograficzne z okolic Limanowej*, „Zeszyty Muzeum Regionalnego Ziemi Limanowskiej”, nr 1, Limanowa 1991
- WDWPL *Wieś Dobra w powiecie Limanowskim. Wybór materiałów zebranych przez uczestniczki V. Instruktorskiego Żeńskiego Obozu Krajoznawczego w Dobrej*, Komisja Kół Krajoznawczych Młodzieży P.T.K. w Krakowie, Kraków 1938
- Woźny A., KLG S Woźny A., *Rolnictwo i hodowla*, w: K. Ceklarz, M. Kroh (red.), *Kultura ludowa Górali Sądeckich od Kamienicy, Łącka i Jazowska*, Kraków 2016, s. 59–92
- Woźny A., KLG ST Woźny A., *Tradycje pasterskie*, w: K. Ceklarz, M. Kroh (red.), *Kultura ludowa Górali Sądeckich od Kamienicy, Łącka i Jazowska*, Kraków 2016, s. 115–140
- Woźny-Tondyra A., KLG N Woźny-Tondyra A., *Rolnictwo i hodowla*, w: Ceklarz, J. Hołda (red.), *Kultura ludowa Górali Nadpopradzkich (od Piwnicznej i Rytra)*, Kraków 2021, s. 75–104
- Woźny-Tondyra A., KLG NT Woźny-Tondyra A., *Tradycje pasterskie*, w: K. Ceklarz, J. Hołda (red.), *Kultura ludowa Górali Nadpopradzkich (od Piwnicznej i Rytra)*, Kraków 2021, s. 141–178
- Wrębiak C., NRR Wrębiak C., *Zajęcia rolnicze*, w: R. Reinfuss (red.), *Nad rzeką Ropą. Zarys kultury ludowej powiatu gorlickiego*, Kraków 1965, s. 73–88

Wójcik A., NRR

Wójcik A., *Zwyczaje doroczne Pogórzan*,  
w: R. Reinfuss (red.), *Nad rzeką Ropą. Zarys kultury  
ludowej powiatu gorlickiego*,  
Kraków 1965, s. 259–276

Wójcik A., NRRZ

Wójcik A., *Zwyczaje rodzinne Pogórzan*, w: R. Reinfuss  
(red.), *Nad rzeką Ropą. Zarys kultury ludowej powiatu  
gorlickiego*, Kraków 1965, s. 229–246

ZB

*Ziemia Biecka. Lud polski w powiatach gorlickim  
i grybowskim*. Praca zbiorowa pod redakcją  
Seweryna Udzieli napisana w latach 1889–1895,  
wydana z rękopisu, Nowy Sącz 1994



## Zasoby archiwalne

AMZS	Archiwum Muzeum Ziemi Sądeckiej w Nowym Sączu
AMEK	Archiwum Muzeum Etnograficznego im. Seweryna Udzieli w Krakowie
AGOKP	Archiwum Gminnego Ośrodka Kultury w Podegrodziu
AMCKS	Archiwum Małopolskiego Centrum Kultury SOKÓŁ w Nowym Sączu
AIHKMPAN	Archiwum Zakładu Etnografii Instytutu Historii Kultury Materialnej Polskiej Akademii Nauk w Krakowie
APME	Archiwum Państwowego Muzeum Etnograficznego w Warszawie



## Fotografie archiwalne

Odoczynek przy żniwach, Gostwica, ok. 1920 r. fot. Wojciech Migacz, Muzeum Ziemi Sądeckiej.....	18-19
Dziady śmigustne z Dobrej w przebraniach ze słomy (fragment), 1911 r. fot. Leopold Węgrzynowicz, Muzeum Etnograficzne im. Seweryna Udzieli w Krakowie .....	29
Żniwa – ostrzenie kos (fragment), Gostwica, 1917 r. fot. Wojciech Migacz, Muzeum Ziemi Sądeckiej.....	32
Niedziela Palmowa w Podegrodziu, ok. 1920 r. fot. Wojciech Migacz, Muzeum Ziemi Sądeckiej.....	36-37
<i>Dziewczęta z Gostwicy do I Komunii Świętej, 1942 r. (fragment)</i> fot. Wojciech Migacz, Muzeum Ziemi Sądeckiej.....	40
Kopanie ziemniaków w Gostwicy, ok. 1925 r. (fragment) fot. Wojciech Migacz, Muzeum Ziemi Sądeckiej.....	49
<i>Cieśle przy budowie domu Jana Migacza w Gostwicy z pod Nr 7, 1918 r.</i> fot. Wojciech Migacz, Muzeum Ziemi Sądeckiej.....	64-65
Dziewczęta z Dobrej z bukietami na święto Matki Boskiej Zielnej, l. 10.-20. XX w., fot. Leopold Węgrzynowicz, Muzeum Etnograficzne im. Seweryna Udzieli w Krakowie .....	74-75
Chłopcy opalający głowienki – kije leszczynowe w ognisku przed kościołem w Dobrej w Wielką Sobotę, l. 20.-30. XX w. fot. Leopold Węgrzynowicz, Muzeum Etnograficzne im. Seweryna Udzieli w Krakowie .....	86-87
Góralka z różgą weselną zrobioną przez Józefa Farona z okolic Chełmca, lata 40.-50. XX w. (fragment) fot. Mieczysław Cholewa, Państwowe Muzeum Etnograficzne w Warszawie.....	97
Mężczyzna z Dobrej strugający drewno na ławie strugalnej tzw. dziadzie, 1915 r. fot. Leopold Węgrzynowicz, Muzeum Etnograficzne im. Seweryna Udzieli w Krakowie .....	100-101

Kobieta wyczesująca len, lata 30. XX w. fot. Mieczysław Cholewa, Państwowe Muzeum Etnograficzne w Warszawie.....	110–111
Chłopcy z Dobrej w drodze na święcenie ognia w Wielką Sobotę, 1915 r. (fragment) fot. Leopold Węgrzynowicz, Muzeum Etnograficzne im. Seweryna Udzieli w Krakowie .....	118
Dziewczyna z wieńcem dożynkowym, lata 30. XX w. (fragment) fot. Mieczysław Cholewa, Państwowe Muzeum Etnograficzne w Warszawie.....	145
Kobieta z okolic Gostwicy w stroju świątecznym, lata 10.–20. XX w. (fragment) fot. Wojciech Migacz, Muzeum Ziemi Sądeckiej.....	148
Dzieci zbierające jagody i grzyby, okolice Dobrej, fot. lata 10.–20. XX w. autor nieznan, Muzeum Etnograficzne im. Seweryna Udzieli w Krakowie .....	154–155
Okolice Podegrodzia, lata 30.–40. XX w. fot. Mieczysław Cholewa, Państwowe Muzeum Etnograficzne w Warszawie.....	170–171
Żniwarze, pierwszy z prawej Wojciech Migacz, Gostwica, ok. 1920 r. fot. Wojciech Migacz, Gostwica, Muzeum Ziemi Sądeckiej.....	178–179
Tłuczenie ziarna w dłubanej stępie, okolice Dobrej, fot. lata 10.–20. XX w. autor nieznan, Muzeum Etnograficzne im. Seweryna Udzieli w Krakowie .....	184–185
Dziady śmigustne z Dobrej w przebraniach ze słomy, 1911 r. fot. Leopold Węgrzynowicz, Muzeum Etnograficzne im. Seweryna Udzieli w Krakowie .....	192–193
<i>Z wesela Anny Lorczykówny w Gostwicy, 15.5.1918 r.</i> fot. Wojciech Migacz, Gostwica, Muzeum Ziemi Sądeckiej.....	198–199



## Spis treści

Od redakcji .....	5
Dr Piotr Klepacki. O etnobotanice.....	9

### HASŁA OGÓLNE

DRZEWA OWOCOWE .....	21
LAS .....	22
ŁĄKA .....	24
OGRÓDEK .....	25
POLE.....	26
ROŚLINY GŁODOWE .....	28
SŁOMA.....	28
SIANO .....	30
ZBOŻA.....	33

### ROŚLINY W UKŁADZIE ALFABETYCZNYM

#### A

ALOES ( <i>Aloe vera</i> ) .....	39
ANGINKA ( <i>Pelargonium</i> ) .....	39
ARCYDZIĘGIEL LITWOR ( <i>Archangelica officinalis</i> Hoffm.) .....	40
ASPARAGUS ( <i>Asparagus setaceus</i> ).....	40

## B

BABKA .....	42
BARWINEK ( <i>Vinca minor</i> L.) .....	42
BEZ CZARNY ( <i>Sambucus nigra</i> L.) .....	43
BIEDRZENIEC ( <i>Pimpinella</i> L.) .....	44
BŁAWATEK ( <i>Centaurea cyanus</i> L.) .....	45
BORÓWKA CZARNA ( <i>Vaccinium myrtillus</i> ) .....	46
BÓB ( <i>Vicia faba</i> L.) .....	47
BRATEK ( <i>Viola tricolor</i> ) .....	48
BRUKIEW, karpień ( <i>Brassica napus</i> L.) .....	48
BRZOZA ( <i>Betula</i> L.) .....	50
BUK ZWYCZAJNY ( <i>Fagus silvatica</i> L.) .....	52
BUKSZPAN ( <i>Buxus sempervirens</i> L.) .....	53
BURAK ( <i>Beta vulgaris</i> L.) .....	54
BYLICA BOŻE DRZEWKO ( <i>Artemisia abrotanum</i> L.) .....	54

## C

CEBULA ( <i>Allium cepa</i> L.) .....	56
CENTURIA POSPOLITA ( <i>Centaurium erythraea</i> Rafn) .....	57
CHMIEL ( <i>Humulus lupulus</i> L.) .....	57
CHRZAN ( <i>Armoracia rusticana</i> G.) .....	58
CIERNIOKI .....	59
CIS POSPOLITY ( <i>Taxus baccata</i> L.) .....	60
CZEREŚNIA ( <i>Prunus avium</i> L.) .....	61

CZOSNEK ( <i>Allium sativum</i> L.) .....	61
CZOSNEK DZIKI( <i>Allium vineale</i> ).....	62
<b>D</b>	
DĄB.....	67
DZIURAWIEC ( <i>Hypericum perforatum</i> L.) .....	69
<b>F</b>	
FASOLA ( <i>Phaseolus</i> L.) .....	71
<b>G</b>	
GLISTNIK JASKÓŁCZE ZIELE ( <i>Chelidonium majus</i> L.).....	77
GŁÓG ( <i>Crataegus</i> L.) .....	77
GROCH ( <i>Pisum sativum</i> L.) .....	78
GRUSZA ( <i>Pyrus</i> L.).....	80
GRZYBY .....	81
<b>H</b>	
HUBA.....	83
<b>J</b>	
JABŁOŃ ( <i>Malus</i> Mill.) .....	89
JAŁOWIEC ( <i>Juniperus</i> L.).....	91
JARZĘBINA, JARZĄB POSPOLITY ( <i>Sorbus aucuparia</i> L.) .....	92
JAWOR, KLON JAWOR ( <i>Acer pseudoplatanus</i> L.) .....	93
JESION WYNIOSŁY ( <i>Fraxinus excelsior</i> L.).....	94
JEŻYNA ( <i>Rubus fruticosus</i> L.) .....	94

JĘCZMIENÍ ( <i>Hordeum</i> L.).....	95
JODŁA POSPOLITA ( <i>Abies alba</i> Mill.).....	96
<b>K</b>	
KAPUSTA ( <i>Brassica oleracea</i> L.).....	103
KASZTANOWIEC ZWYCZAJNY ( <i>Aesculus hippocastanum</i> L.).....	106
KONOPIE ( <i>Cannabis sativa</i> L.).....	107
KOPER ( <i>Anethum graveolens</i> L.).....	107
KOPYTNIK POSPOLITY ( <i>Asarum europaeum</i> L.).....	108
KRWAWNIK POSPOLITY ( <i>Achillea millefolium</i> L.).....	108
<b>L</b>	
LEN ( <i>Linum</i> L.).....	113
LESZCZYNA ( <i>Corylus avellana</i> L.).....	118
LILIA BIAŁA ( <i>Lilium candidum</i> L.).....	119
LIPA ( <i>Tilia</i> L.).....	120
LUBCZYK ( <i>Levisticum officinale</i> W.D.J. Koch).....	121
<b>M</b>	
MACIERZANKA ( <i>Thymus</i> L.).....	123
MAK ( <i>Papaver rhoeas</i> L.).....	124
MALINA ( <i>Rubus idaeus</i> L.).....	126
MELISA ( <i>Melissa officinalis</i> L.).....	127
MIĘTA ( <i>Mentha</i> L.).....	128
MIRT ( <i>Myrtus communis</i> L.).....	129
MNISZEK LEKARSKI ( <i>Taraxacum officinale</i> Web.).....	130

## N

NAGIETEK LEKARSKI (*Calendula officinalis* L.)..... 131

## O

ORZECH WŁOSKI (*Juglans regia* L.) ..... 133

OSET (*Carduus* L.)..... 134

OSIKA (*Populus tremula* L.)..... 135

OWIES (*Avena* L.)..... 135

## P

PAPROĆ (*Polypodiopsida*) ..... 138

PIETRUSZKA (*Petroselinum*)..... 139

PODBIAŁ POSPOLITY (*Tussilago farfara* L.)..... 139

POKRZYWA (*Urtica dioica* L.)..... 140

PORZECZKA CZARNA (*Ribes nigrum* L.) ..... 142

POZIOMKA POSPOLITA (*Fragaria vesca* L.) ..... 142

PRZESTĘP (*Bryonia alba* L.)..... 143

PRZYWROTNIK (*Alchemilla* L.)..... 144

PSZENICA (*Triticum aestivum* L.)..... 145

## R

RÓŻA (*Rosa* L.) ..... 148

Róża chińska (*Hibiscus rosa-sinensis* L.)..... 149

Róża czarna ..... 149

RUMIANEK (*Matricaria chamomilla* L.)..... 150

RUTA ( <i>Ruta graveolens</i> L.) .....	151
RZEPA ( <i>Brassica rapa</i> L.) .....	152
<b>S</b>	
SKRZYP ( <i>Equisetum</i> L.).....	157
SOSNA ZWYCZAJNA ( <i>Pinus sylvestris</i> L.) .....	157
SZAŁWIA ( <i>Salvia officinalis</i> L.) .....	158
<b>Ś</b>	
ŚLIWA ( <i>Prunus</i> L.).....	160
ŚWIERK POSPOLITY ( <i>Picea abies</i> L.).....	161
<b>T</b>	
TARNINA, ŚLIWA TARNINA ( <i>Prunus spinosa</i> L.).....	164
<b>W</b>	
WIDŁAK, <i>nietota</i> ( <i>Lycopodium</i> L.).....	165
WIERZBA ( <i>Salix</i> L.).....	166
WROTYCZ ( <i>Tanacetum vulgare</i> L.).....	167
<b>Z</b>	
ZIEMNIAK ( <i>Solanum tuberosum</i> L.).....	173
<b>Ż</b>	
ŻYTO ( <i>Secale cereale</i> L.).....	181
ŻYWOKOST LEKARSKI ( <i>Symphytum officinale</i> L.).....	182

## ROŚLINY WYMIENIANE W NIELICZNYCH ŹRÓDŁACH

BRUSZNICA ( <i>Vaccinium vitis-idaea</i> L.) .....	187
DRŻĄCZKA ŚREDNIA ( <i>Briza media</i> ) .....	187
DZIEWANNA ( <i>Verbascum</i> L.) .....	187
DZIEWIEĆSIŁ ( <i>Carlina acaulis</i> L.).....	187
KALINA KORALOWA ( <i>Viburnum opulus</i> L.).....	187
KNIEĆ ( <i>Caltha palustris</i> L.) .....	188
KONICZYNA ( <i>Trifolium</i> L.).....	188
KONWALIA ( <i>Convallaria majalis</i> L.) .....	188
KOZŁEK LEKARSKI ( <i>Valeriana officinalis</i> ).....	188
KRUSZYNA POSPOLITA ( <i>Frangula alnus</i> Mill.) .....	189
KURZE ZIELE ( <i>Potentilla erecta</i> L.) .....	189
LEBIODKA ( <i>Origanum</i> L.), LEBIODA ( <i>Chenopodium album</i> L.) .....	189
ŁOPIAN ( <i>Arctium lappa</i> L.) .....	189
NAWŁOĆ POSPOLITA ( <i>Solidago virga-aurea</i> L.) .....	190
PIERWIOSNEK ( <i>Primula officinalis</i> L.).....	190
SZCZAW ( <i>Rumex</i> L.).....	190
TRUFLE ( <i>Tuberaceae</i> ).....	190

## ROŚLINY TRUDNE DO IDENTYFIKACJI I O FANTASTYCZNYM POCHODZENIU

ANIELSKIE WŁOSY .....	195
BASZNICA.....	195
BOBIANYK.....	195

GRZYBEK Z INDII .....	195
MARUNKA .....	195
MOCNE ZIELE.....	195
MYSIE ZIELE .....	196
POLEJ .....	196
POSTRZAŁOWE ZIELE .....	196
ŚMIERDZIOCHA.....	196
WIATROWE ZIELE .....	196
WIECZNE ZIOŁO .....	196
WILCZE ZIELE.....	197
WRONIE SADŁO .....	197
ZĘBNIK .....	197
ZIELE ŚW. PIOTRA, PIOTROWE ZIELE .....	197
ZIMOWY KWIAT .....	197
ŻYŁOWE ZIELE.....	197
Literatura.....	201
Zasoby archiwalne .....	211
Fotografie archiwalne.....	213











ISBN 978-83-969128-6-2