

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

**Сборник рассказов учащихся о лекарственных свойствах  
«волшебных» растений и мифах о них.**



### Аннотация

В сборнике представлены наиболее интересные работы, поступившие на проект.

В нем показан мир лекарственных растений в мифах и легендах.. Здесь можно найти много интересного материала о лекарственных растениях, какими видят их наши дети, как они описаны в литературе..

В мифах и легендах, помещенных в сборнике, дети рассказывают о тех лекарственных растениях, с которыми они встречаются наиболее часто в природе и домашнем обиходе и знакомят нас с ними.

В своих мифах и легендах дети проявили свою фантазию, увидели и описали удивительное в незаметном и привычном для взрослого.

Они по-своему увидели мир лекарственных растений и показали свой взгляд на эти растения – взгляд маленького фантазера и в то же время исследователя.

Сборник может представлять интерес для учащихся, интересующихся лекарственными растениями, учителей, педагогов дополнительного образования.

Мифы и легенды напечатаны по докладам учащихся, возможно совпадение с другими источниками, оргкомитет не несет ответственности за орфографические и стилистические ошибки.

Коллизия душистая (Золотой ус) (*Callisiafrāgrans*) комнатное растение Сибири. Семейство Коммелиновые (*Commelinaceae*).

Легенда о Золотом усе или Живом волосе

Рассказывают старики, что жил в одном селе парень по имени Василий. Красивый был, сильный да трудолюбивый. Кто б к нему не обратился с просьбой какой – тут же Василий откликнулся да помогал, никому не отказывал.

Многие девки по нему сохли. А особенно Агрипина – дочь ведьмы, злая да завистливая. Та просто-таки проходу парню не давала! Поговаривали даже, что не единожды в драки с соперницами вступала, а которую не только поколотит, а еще и мать уговорит порчу на нее навести.

Только сам-то Василий к Агрипине холоден был – не по нутру ему был её характер вспыльчивый, нрав недобрый. А полюбилась со временем парню тихая да покладистая Настасья – сирота бесприютная, которая подённой работой перебивалась да малолетнего братца поднимала.

Заметила то Агрипина да и попыталась свести с ней счеты так же, как то с другими девками делала. Встретила злыдня сироту поздним вечером, прижала ее спиной к забору и собралась отраву страшную в лицо Настеньке плеснуть. Да не тут-то было!

В кустах, как оказалось, поджидал любимую сам виновник – Василий. Выскочил он вовремя, оттолкнул злую девку, с ног сбил. А она со злобы не удержалась да и выплеснула смертельный отвар парню в глаза его! Вскрикнуть тот лишь успел слово одно – имя любимой своей, ненаглядной... И умер в одночасье.

Змеей уползла Агрипина, исчезла из села, как будто и не было ее никогда здесь. И мать-ведьма тоже вместе с ней пропала.

А Настасья упала на бездыханное тело Василия и зарыдала во весь голос... Как только ни просила она Всевышнего вернуть суженого, как ни молила его забрать лучше ее жизнь взамен – чуда такого не произошло. Только услышала она голос ангельский: «Возьми волосок, Настенька, из уса своего ненаглядного – это не простой волос, а живой. Посади его в горшочек с землей да ухаживай за ним, будто за цветком любимым. Сама увидишь, что из этого получится...»

Так и сделала девушка: забрала один волосок из усов Василия да посадила его в горшок. Слезами своими полила она земельку ту, уж каких только слов ласковых не высказала. И зазолотился волосок, заискрился! На глазах он превратился в стебель сочный, на котором распустились листочки зелёные!

Так и стал расти на окошке у Настеньки «золотой ус» — в память о её суженном. Разговаривала девушка с ним часто, про дела сельские рассказывала. И казалось ей, что отвечает растение ей, советы добрые даёт... Так появилось у него ещё одно название – «живой волос».

Заболел однажды у соседки младенец – такой мальчуган хорошенький! Извелась совсем от горя матушка его, да и Настеньке до слез жаль было крошечку. Вот и пожалилась девушка своему Золотому ус: мол, сил смотреть на чужую боль нету, а как помочь – не ведаю. И показалось ей, что сказало растение: «А ты листочек мой сорви да отвар сделай – глядишь, и полегчает младенцу!»

Так и поступила Настенька, как Живой волос ей посоветовал. И что же? Отступила болезнь от крохи невинной, выздоровел он, будто и не болел никогда!

И пошла слава о знахарке всеильной по всем селениям вокруг. Стали люди идти к ней за помощью издалека, в узелках несли гостинцы нехитрые, подарки. А иные работу какую-никакую по хозяйству помогали ей выполнить в благодарность за лечение.

Всем помогала Настасья, всех выручала. А Золотой ус с каждым разом становился все крепче, все сочнее да пышнее. И хозяйство у девушки стало крепче, чем у некоторых, и братишка подрос да в ученье к кузнецу пошёл – профессию приобрел.

Так и прожила Анастасия всю жизнь незамужней, людей лечила да верность своему ненаглядному хранила. А после смерти ее брат разломил Золотой ус на кусочки да людям раздал в память о Василии да Настеньке, о любви их крепкой да доброте. Так и растет с тех пор у людей на подоконниках чудесное растение, которое излечить может множество болезней. Золотой ус его в народе зовут, а иные Живым волосом кличут.

Золотой ус представляет собой травянистое растение с побегами двух типов. Одни – мясистые, прямостоячие, похожие на кукурузные листья, имеют длину до 30 см, а ширину до 5-6 см. Другой тип побегов коллизии душистой – это горизонтально расположенные боковые отростки – усы, разделенные коричнево-фиолетовыми узлами. После цветения образуются плоды-коробочки.

Родина золотого уса – влажные леса Мексики, обитает он и в южноамериканских тропических лесах и на Антильских островах, Южной и Северной Америки, устраивает целые дерновые заросли в полутени деревьев, очень любит влажный воздух. В естественных условиях золотой ус произрастает в полутени и влажных местах тропиков и субтропиков, образуя густые плотные дернины. В Сибири золотой ус растет на подоконнике, и он простит вам все промахи в уходе за ним при условии, что окружающая его среда будет достаточно увлажненной.

Так как наибольшее количество биологически активных веществ накапливается в золотом усе осенью, максимальную пользу от лечения можно извлечь, заготавливая сырье именно в этот период. Хранить золотой ус нужно в герметично закрытой посуде вдали от солнечных лучей при температуре 18-20 градусов. Важно следить, чтобы в емкость с высушенным растением не попала влага.

Народной медицине хорошо известны полезные свойства золотого уса, именно поэтому он широко используется в качестве альтернативного традиционной медицине средства. Из него готовят отвары, настои, настойки, масло, мази. Считается, что растение благотворно влияет на организм как

при внутреннем, так и при наружном применении. Отвар золотого уса используется при инфекциях, мочекаменной болезни, желудочно-кишечных заболеваниях, нарушениях в работе иммунной системы, а также для очищения организма от шлаков и токсинов.

Не рекомендуется использовать препараты на основе золотого уса беременным и кормящим женщинам, детям, а также людям, страдающим бронхиальной астмой и подверженным аллергии.

Агава Американская (*Agave americana*) комнатное растение Сибири.

Мифы:

Агава (др. греч Ἀγάθη «прославленная») — персонаж древнегреческой мифологии из фиванского цикла, дочь Кадма и Гармонии, мать Пенфея. Она отказалась признавать своего племянника Диониса богом, и тот в наказание наслал на неё временное безумие: Агава приняла участие в растерзании собственного сына. Этот миф стал сюжетной основой трагедии Еврипида «Вакханки», очень популярной в античную эпоху.

Лекарственные свойства:

В народной медицине используют свежий сок и старые листья агавы, которым не менее 3 лет. Средства на их основе, применяют наружно, и внутрь. Агавовый сок содержит до 10% сахара, его можно пить в натуральном виде, а цветочный побег употреблять в пищу. Средства агавы обладают противовоспалительным, антисептическим, болеутоляющим, мочегонным, отхаркивающим, слабительным, обеззараживающим и жаропонижающим эффектом. Агава благотворно влияет на обменные процессы, помогает выводить из организма лишнюю жидкость и способствует заживлению раздражений разных тканей. Особую ценность она представляет для пищеварительной системы: она нормализует ее деятельность в общем и помогает избавиться от проблем, связанных с желчным пузырем, в частности.

Герань луговая (*Geranium pratense*)

Мифы:

Восточная легенда рассказывает, что давным-давно герань была сорняком и ничем не радовала людей. Однажды пророк Магомет спустился с горы и повесил свою пропотевшую накидку на куст герани. Растение подставило ткань навстречу солнечным лучам и быстро высушило одежду. Благодарный пророк покрыл герань красивыми цветками, которые источали нежный аромат. Считается также, что змеи избегают тех мест, где цветет белая герань, поэтому на Востоке горшки именно с этими растениями часто ставят у входа в дом. По древнему славянскому поверью, лепестки герани способны привлечь внимание любимого человека. Для этого их нужно положить в полотняный мешочек и постоянно носить с собой. У многих народов мира душистая герань символизирует бодрость, здоровье и силу.

Лекарственные свойства:

Нашла свое применение герань в народной медицине, как противовоспалительное, вяжущее и дезинфицирующее средство, при переломах костей, а также при лечении опухолевых заболеваний. Настой или отвар травы или корней растения помогает при эпилепсии, лихорадке, бессоннице, простудных и желудочных заболеваниях, при гастрите, геморроидальных кровотечениях, энтерите. Траву применяют в виде настоя, отвара или порошка для примочек и присыпок при длительно незаживающих ранах, нарывах, язвах, при подагрических и ревматических болях в суставах, а также для полоскания при ангинах, гингивитах и стоматитах.

Боярышник (*Crataegus*)

Мифы:

Происхождение боярышника старинные легенды объясняют по-разному. Славилась когда-то на Руси своими добрыми делами барыня – помогала всем, как умела. Кому лечением, кому советом. Состарилась барыня, но очень не хотелось ей умирать, мечтала всегда помогать людям, да и они ее любили. Пошли к колдунье с поклоном, и та превратила старушку в красивый кустарник. Назвали его в честь доброй барыни – боярышник.

Лекарственные свойства:

Плоды и цветки используются в народной медицине при ревматизме, отёках, атеросклерозе, повышенной функции щитовидной железы, мигрени, психических расстройствах в климактерическом периоде, эпилепсии, гипертонической болезни. Кора молодых веток, собранная ранней весной, – как противолихорадочное и вяжущее средство, а также при поносе. В современной медицине препараты боярышника колючего (полученные из зрелых плодов и соцветий в начале цветения) используются как средство, оказывающее стимулирующее действие на сердечную мышцу и при функциональных расстройствах сердечной деятельности.

Иван-чай узколистный (*Chamaenerion angustifolium*)

Мифы:

Жил да был паренек, звали его Иван. Нравилось ему наряжаться в рубашку красного цвета и проводить время на природе среди цветов и других растений. Любил он не только любоваться красотами природы, но и ухаживать за растениями, особенно за цветами, получать другие сорта. Его красную рубаху издали можно было заметить и когда мелькала она среди деревьев, люди говорили: «Да это наш Иван, чай, ходит!» (Здесь как раз «чай» является вводным словом).

Но пропал Иван из села, а люди это заметили не сразу. Обратили они внимание, что у околицы выросло растение, цветом цветков напоминающим рубаху Ивана, тогда осознали, что давно не видели Иванушку в деревне. И родилось наименование "иван-чай"! Напиток оказался чудодейственным. Наступило время праздника, люди устроили гулянье. К вечеру похолодало и барышни решили согреться горячим питьем. Огонь поддерживали стебельками иван-чая, а

листки от него случайно в котел с кипятком попадали. Так открылись чудесные свойства растения.

Лекарственные свойства:

В народной медицине настой травы кипрея принимают при колитах, гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, головной боли, бессоннице. Отвар из листьев кипрея рекомендуют при гастритах, колитах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, кровотечениях, малокровии, острых респираторных заболеваниях. Также используют для полоскания горла при ангинах, промывания ран, язв, пролежней. Свежие измельченные листья можно прикладывать к гноящимся, долго незаживающим ранам, язвам, пролежням.

Одуванчик лекарственный (*Taraxacum officinale* Wigg.)

Мифы:

На Руси об этом растении рассказывали такое: он был самым любимым цветком, ибо давал нектар пчелам, девушкам на венки свои цветы, корни лечили больных, ночью золотистые цветки освещали путь путнику. Но однажды небо нахмурилось, и в степи появились злые наездники, сеявшие повсюду смерть и разруху. Одуванчик спрятал свои лепестки, наклонил голову, сжался, не желая служить злым людям. Прошло время, сгнуло черное племя, но одуванчик ничего не забыл. В ясную погоду приносит он радость, но только появляется туча, он закрывает свои лепестки, предупреждая о ненастье.

Лекарственные свойства:

Народная медицина использует препараты корней одуванчика лекарственного в качестве горечи, улучшающей аппетит и пищеварение, при хронических заболеваниях желудка и кишечника (гастритах, язвенной болезни желудка, атонических запорах), болезнях печени, селезенки, холецистите, желтухе, желчнокаменной и почечнокаменной болезнях, подагре, геморрое, лимфаденитах различной этиологии, аллергических заболеваниях (крапивница, дерматит), бессоннице, неврозах и др.).

Брусника обыкновенная (*Vaccinium vitis-idaea* L.)

Мифы:

Однажды ласточке удалось раздобыть волшебной живой воды. И решила она принести эту воду людям, чтобы подарить им бессмертие. Всего несколько капель несла ласточка во рту. Только злая оса не захотела, чтобы люди жили вечно. Она больно ужалила несчастную птичку, и та пролила драгоценные капли на землю. Они попали на ветки сосны, кедра и брусники, и те навсегда остались зелеными, воплощая вечную жизнь, которая, к сожалению, а может быть, к счастью, не досталась людям.

Лекарственные свойства:

В народной медицине листья брусники применяют в чистом виде и в виде сборов при острых и хронических болезнях мочевыводящих путей, камнях в почках и желчном пузыре, ночном недержании мочи у детей. Также брусникой лечат воспалительные заболевания печени, желудочно-кишечного тракта (гипоацидный гастрит, гастроэнтерит, гнилостный понос, хронические запоры, метеоризм), ревматизм, неспецифический артрит, подагру, остеохондроз.