

Rebecca Beyer



Dzikie czary



Roślinne zaklęcia, rytuały
i ziołowe mikstury dla
**uzdrowienia, miłości,
dobrobytu, ochrony
i samoleczenia**



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

Dziki
czary

Rebecca Beyer



Dzikie czary



Roślinne zaklęcia, rytuały
i ziołowe mikstury dla
uzdrowienia, miłości,
dobrobytu, ochrony
i samoleczenia



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Magdalena Kuźmiuk
SKŁAD: Krzysztof Nierodziński
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Nierodziński
TŁUMACZENIE: Agata Parafajczuk

Wydanie I
Białystok 2023
ISBN 978-83-8301-367-1

Tytuł oryginału: *Wild Witchcraft: Folk Herbalism, Garden Magic,
and Foraging for Spells, Rituals, and Remedies*

Copyright © 2022 by Rebecca Beyer
First published in 2022 by Simon Element, a division of Simon & Schuster, Inc.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2022
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez uprzedniej pisemnej zgody wydawcy żadna część tej książki nie może być powielana w jakimkolwiek procesie mechanicznym, fotograficznym lub elektronicznym ani w formie nagrania fonograficznego. Nie może też być przechowywana w systemie wyszukiwania, przesyłana lub w inny sposób kopiowana do użytku publicznego lub prywatnego – w inny sposób niż „dozwolony użytek” obejmujący krótkie cytaty zawarte w artykułach i recenzjach.

Książka ta zawiera informacje dotyczące zdrowia. Wydawca dołożył wszelkich starań, aby były one pełne, rzetelne i zgodne z aktualnym stanem wiedzy w momencie publikacji. Tym niemniej nie powinny one zastępować porady lekarza lub dietetyka, ani też być traktowane jako konsultacja medyczna lub inna. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś koniecznie skonsultować się z lekarzem, zanim samodzielnie rozpoczniesz jakikolwiek program poprawy zdrowia. Wydawca ani Autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek negatywne skutki dla zdrowia, mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

Tę książkę dedykuję wszystkim, których wiedza otworzyła przede mną nową drogę. Przede wszystkim dziękuję wszystkim tubylczym i czarnym ludom Appalachów oraz klasie pracującej zamieszkującej te ziemie tak dziś, jak i przed wiekami, których dziedzictwo umożliwiło mi nawiązanie pełnej miłości relacji z roślinami.

Spis treści

Wstęp	9
-----------------	---

Część pierwsza – Dziedzictwo

Historia czarodziejstwa

19

Pradawna medycyna – krótka historia zachodniej herbalistyki	20
Narodziny Wiedźmy	23
Historia czarodziejstwa na linii czasu	25
Krótką historią ludowych uzdrowicieli w Ameryce	30
Herbalistyka dziś – po co tworzyć relacje z roślinami?	34

Część druga – Związek

Uprawianie własnych magicznych i leczniczych roślin

49

Magiczny ogród – uprawa ziemi	50
Jak łatwo wyhodować magiczne i lecznicze zioła	71
Zatruty ogród	101
Zbiory – podstawy przetwórstwa i przechowywania	120

**Część trzecia – Zbiory magicznych i leczniczych ziół.
Podstawy zbieractwa dla dzikiej wiedźmy**

123

Dbanie o dziki ogród – jak chronić zioła	133
Powszechnie występujące zioła	136

**Część czwarta –
Remedia, zaklęcia, rytuały i Koło Roku**

177

Podstawy tradycyjnego lecznictwa	178
Koło Roku – magiczna podróż przez pory roku	184
<i>Przesilenie zimowe (Yule)</i>	184
<i>Święto Matki Boskiej Gromniczej (Imbolc) 1–2 lutego</i>	193
<i>Równonoc wiosenna (Ostara)</i>	200
<i>Beltane 1 maja</i>	214
<i>Przesilenie letnie (Noc Kupały)</i>	219
<i>Lammas/Lughnasadh 1 sierpnia</i>	225
<i>Równonoc jesienna (Mabon)</i>	233
<i>Samhain</i>	239
Podsumowanie	249
Podziękowania	251
Przypisy	253
O Autorce	265



Wstęp

Mam na imię Rebecca i jestem profesjonalną wiedźmą – zbieraczką. Chciałabym móc twierdzić, że sama się tak nazwałam, ale to nieprawda. To miano zostało mi nadane w trakcie wywiadu, którego udzielałam kilka lat temu i tak mnie ono zachwycało, że stale go teraz używam, ponieważ dokładnie mnie opisuje.

Co sprawia, że jestem profesjonalistką? No cóż, zawodowo uczę zbieractwa dzikich roślin i grzybów, tradycyjnej herbalistyki, czarodziejstwa i praktyk starożytnych ludów Appalachów. Oczywiście, to nie jedyne słowa, dzięki którym definiuję, co robię, ale właśnie one najszybciej i najłatwiej przekazują, czym jest moja pokręcona profesja (i obsesja). Czasem ktoś zmarszczy brew, ale zazwyczaj ludzkie twarze rozjaśnia uśmiech, kiedy tylko słyszą, czym się zajmuję.

Gdybyś zapytał mnie, kim chcę być, kiedy byłam dzieckiem, powiedziałabym, że rolnikiem. Kiedy miałam cztery lata, znałam tylko to słowo na opisanie człowieka, który spędza większość czasu na dworze i może sprawić, że ziemia obrodzi dzięki pracy własnych rąk. Kiedy skończyłam dwanaście lat, wiedziałam już więcej – chciałam być wiedźmą.

Do osiemnastego roku życia cały czas się przeprowadzałam. Urodziłam się w 1987 roku w Pittsburgh w Pensylwanii, ale mieszkalam tam tylko kilka miesięcy. Później moja rodzina przeniosła się do Kalifornii, a następnie ni stąd, ni z owąd do New Jersey. I to właśnie tutaj, w miejscu gdzie niemal nie ma już dzikiej przyrody, po raz pierwszy spotkałam prawdziwą wiedźmę.

Wychowałam się w kulturze unitaryzmu, tak jak moja matka i babka przede mną. Chodziłam do unitarianistycznego kościoła w zalesionej części Princeton. I to tutaj po raz pierwszy usłyszałam o pogaństwie i czarodziejstwie. Wiele z takich kościołów pozostaje otwartych na pogan, i na moje szczęście, ten też taki był.

Moja nauczycielka ze szkółki niedzielnej była wiccanką. Kiedy po raz pierwszy powiedziała nam, że jest prawdziwą wiedźmą, poczułam się, jakbym miała do czynienia z kimś sławnym. Wyglądała dokładnie tak, jak wszyscy wyobrażają sobie czarodziejki – miała długie, czarne włosy do pasa, przeplatane nitkami siwizny, pełną figurę i przepiękne ciemne oczy. W siódmej klasie skupiliśmy się na odkrywaniu, czym jest nasza wiara i ona także podzieliła się z nami swoimi przekonaniem.

Kiedyś zobaczyłam ją na parkingu, rozrzucającą chlebowe ciasto. Miałam poczucie, że robi coś bardzo ważnego (i bardzo dziwnego), więc podeszłam do niej i zapytałam, po co chodzi w kółko i rzuca na ziemię ciasto. Powiedziała mi, że to ofiara dla duchów natury związanych z żywiołami i czterema kierunkami. Obserwowałam ją zafascynowana. Od tej pory wiedziałam, że tego właśnie chcę.

Zwierzyłam się jej, że jestem bardzo ciekawa tego, co robi. Wzięła małą, żółtą karteczkę i zapisała na niej tytuły kilku książek. Wzięłam papierek do domu, jakbym dostała najwspanialszy prezent. Kiedy jesteśmy młodzi, chcemy czuć się wyróżnieni.



A ja nigdy nie czułam się tak, jak wtedy, kiedy zaciskałam palce wokół kawałka żółtej kartki.

Kiedy miałam dwanaście lat, bardzo dużo czytałam. Moja mama miała tylko jedną zasadę – musiała zerknąć na to, co chcę czytać, ale poza tym nie miałam żadnych ograniczeń. Poprosiłam ją więc o tytuły, które zapisała moja nauczycielka. Samą karteczkę schowałam pomiędzy stronami pamiętnika, jakby w tym żółtym świstu zaklęta była jakaś magia. Na początku mama była zdziwiona. Poprosiła mnie, żebym najpierw sprawdziła w słowniku znaczenie słowa „poganin”. Znalazłam dwa wyjaśnienia – „człowiek wierzący w wielu bogów (jak w starożytnym Rzymie)” i, niestety, „ktoś, kto nie wyznaje żadnej religii i oddaje się przyjemnościom ciała oraz potrzebom materialnym; osoba niereligijna, hedonistyczna”.

Byłam rozczarowana. Słownik mnie zawiódł. Poprosiłam więc mamę, żeby w – dopiero co raczkującym – internecie poszukała znaczenia słowa „Wicca”. Przeczytała tam o oddawaniu czci naturze i zdecydowała, że mogę przeczytać trzy książki polecane przez moją nauczycielkę. Tym sposobem, w wieku dwunastu lat rozpoczęłam swoją praktykę.

Mieszkaliśmy wtedy na małej fermie w Hopewell w New Jersey i do dzisiejszego dnia wspominam to miejsce z nostalgią oraz rozrzewnieniem. I to pomimo faktu, że w szkole dzieci stałe się ze mnie wyśmiewały, bo cały czas nosiłam ze sobą książki o czarodziejstwie (i, bądźmy szczerzy, byłam dość dziwna). Spędzałam większość czasu na zewnątrz, jeżdżąc konno lub mówiąc (albo śpiewając, chociaż mocno fałszowałam) do naszych trzech kóz, stada kaczek i kur. Uwielbiałam przesiadywać w małym lasku otaczającym nasz dom. To właśnie tam zaczęłam odczuwać tęsknotę, jakby gdzieś ktoś na mnie czekał, a także jakbym i ja chciała do niego iść.

Kiedy pochłonęłam już książki polecane mi przez moją nauczycielkę, ta tęsknota zaczęła się krystalizować. Robiłam notatki ze wszystkiego na temat magii, co tylko mogłam zdobyć. Na moje szczęście miałam bardzo otwartych rodziców, którzy nie zabraniali mi się uczyć. Kiedy miałam czternaście lat, przenieśliśmy się do północnego New Jersey.

Byłam zdruzgotana. Przeprowadzka na przedmieścia Nowego Jorku była dla mnie naprawdę szokująca. Starłam się odnaleźć magię, gdzie tylko mogłam. Chodziłam na długie spacerzy z naszym dobermanem, Rockym. Eksplorowałam parki i zalesione miejsca wokół naszego domu w nadziei, że gdzieś odnajdę tę iskrę, która zawsze czekała na mnie między drzewami otaczającymi naszą farmę, ale tutaj było inaczej. Przynajmniej było jednak chociaż trochę zielono.

Kiedy wyjechałam do college'u znajdującego się głęboko w lasach stanu Nowy Jork, przekonałam się, jakie może być życie, kiedy możesz być wiedźmą przez cały rok, kiedy możesz celebrować wszystkie święta. Dołączyłam do klubu nazwanego The Circle (Kąg). Prowadzili go przemili ludzie z wyższych klas, wyznający różne religie, którzy przyjęli nas, wiedźmowe dzieci, pod swoje szerokie skrzydła. Prowadzili wykłady o wszystkim – od pracy z energią, po historię czarodziejstwa. Nareszcie byłam wśród swoich!

Pisałam pracę o historii średniowiecza i dosłownie pochłaniałam wszystko, co mogłam znaleźć na temat herbalistyki i czarodziejstwa. To tutaj spotkały się dwie miłości – moja pierwsza – Wicca – i miłość mojego życia – tradycyjna magia. W starych tekstach na temat procesów czarownic i podręcznikach antropologicznych znalazłam opisy rytuałów, które w mojej wyobraźni przeprowadzali moi irlandzcy, niemieccy i angielscy przodkowie. Dzięki zapoznaniu się z prześladowaniami, jakie stały się

ich udziałem, odnalazłam swoje dziedzictwo. Nie, moi przodkowie nie byli tylko dobrzy, nie byli idealni, ale byli moi. Pod koniec pierwszego roku wiedziałam już, że chcę żyć tak blisko ziemi, jak tylko będzie to możliwe, dostrojona do pór roku. Chciałam wiedzieć, jak za pomocą ziół leczyć choroby i uprawiać własne dynie. Chciałam znać historię ziemi, na której żyłam. To było jak bajka.

Kiedy od przyjaciółki dowiedziałam się o ludziach żyjących w małych społecznościach, wiedziałam, że muszę przyjrzeć się temu bliżej. Odwiedziłam jeden z takich wspólnych domów, mieszczących się na bardzo małej przestrzeni i poczułam dokładnie to samo, co wtedy na wspomnianym parkingu. Jestem ekstrawertyczką, uwielbiam być z innymi ludźmi, być częścią grupy. Chciałam żyć wśród innych, również tańczących na kole roku, uprawiających własne rośliny. W drugiej połowie drugiego roku zapadłam na tajemniczą chorobę. Cały czas byłam zmęczona. Prowadząc samochód prawie zasypiałam. Miałam mgłę mózgową i przerażało mnie to. Próbowałam tłumaczyć lekarzom i pielęgniarkom, co się ze mną dzieje, ale oni tylko dziwnie na mnie patrzyli i mówili mi, że mam ataki paniki. Nigdy w życiu nie czułam się tak smutna i przygnębiona. Może to wydawać się szokujące, ale rozwiązanie swoich problemów znalazłam w historii lat 90. XIX wieku.

Stare praktyki albo pradawne sposoby robienia rzeczy zawsze mnie przyciągały. Nie miałam dobrego kontaktu z moją dalszą rodziną, więc od dawna pragnęłam znaleźć swoje korzenie, dowiedzieć się skąd pochodzę. Chciałam wiedzieć, jak moi przodkowie stawiali czoła światu, zanim straciliśmy starą wiedzę.

Wszystko zaczęło się od tego, że jako dziecko podziwiałam Amiszów. Było tak, dopóki moja mama nie powiedziała mi, czego w tej kulturze wymaga się od kobiet. Jednak na wakacjach, po drugim roku studiów, jako dziewiętnastolatka wylądowałam

na stypendium w małym skansenie – gdzie można było zapoznać się z życiem zwykłych ludzi w XIX wieku – nazwanym Howell Living History Farm. Mieściło się w Lambertville w New Jersey. Zajmowałam się końmi, nosiłam długie bawełniane sukienki i zbierałam smukłe kłosa złotej pszenicy. To był świat, w którym wszystko było na swoim miejscu. Byłam w domu. Po raz pierwszy zbierałam rdzawe jeżyny, czerwone, przypominające kryształki kuzynki znanych nam malin. Doiłam kozy i robiłam sery. Uprawiałam warzywa. Ta spokojna, wyidealizowana wersja XIX wieku wydawała mi się być najbogatszą z bajek.

Los chciał, że po raz kolejny znalazłam się w otoczeniu pogan. Dwie kobiety, z którymi dzieliłam dom, także okazały się wiedźmami. Spędzałyśmy wieczory bez dostępu do internetu, robiąc na drutach i słuchając kaset z nagraniami *The Good Life* Helen i Scotta Nearingów przy łagodnym świetle świec. To tutaj po raz pierwszy zabiłam kurczaka i tutaj, w tym małym domku w centrum New Jersey, wypełniłam dokumenty pozwalające mi przenieść się na studia rolnicze w University of Vermont. Miałam zamiar pracować na fermie, uprawiać rośliny i hodować zwierzęta. Chciałam przeżyć w ten sposób każdy następny dzień.

Przyszły moje dwudzieste urodziny. Cały czas byłam chora, ale zdążyłam się już do tego przyzwyczaić. Mieszkałam w Burlington w Vermont i byłam szczęśliwa, żyjąc w ekoanarchistycznej komunie. Świetnie się bawiłam, ale dopadł mnie suchy napadowy kaszel, który nie chciał odpuścić bez względu na to, co robiłam. Cały czas miałam też mgłę mózgową i czułam się zmęczona, jednak ludzkie ciało jest niewyobrażalnie wytrzymałe. W jakiś sposób nauczyłam się z tym żyć. Zastanawiałam się, czy nie cierpię na zespół chronicznego zmęczenia. Pewnego dnia, kiedy było szczególnie źle, poszłam do szkolnej pielęgniarki. Zapytała mnie, czy diagnozowałam się pod kątem mononukleozy.

Popatrzyłam na nią zszokowana. Nikt nigdy nie wziął moich objawów na poważnie. Zrobiła mi badania i, cóż za szok, okazało się, że mam bardzo zaawansowaną mononukleozę. I że cierpię na nią od bardzo dawna. Poprosiła, żebym położyła się na leżance i zbadała palpacyjnie moją wątrobę. Napięcie wisiało w powietrzu. Była podrażniona, co było jasnym znakiem stanu zapalnego. Zazwyczaj mononukleozą przychodzi i odchodzi falami, jednak z jakiegoś powodu mój organizm nie był w stanie jej zwalczyć. Pielęgniarka powiedziała mi, że poza odpoczynkiem, niewiele więcej mogę zrobić.

Nie byłam gotowa na to, żeby zaakceptować, że nic nie mogę zrobić, żeby pozbyć się choroby. Wszędzie szukałam rozwiązania. Wypytywałam moich bosych i odzianych w czerń kompanów. I cały czas zastanawiałam się, jaką drogą jeszcze mogę pójść? Jeden z moich znajomych zasugerował, żebym wsiadła na rower i podjechała do pobliskiego sklepu zielarskiego. Nigdy tego nie zapomnę. Nazywał się Purple Shutter Herbs, a prowadziła go kobieta nazywająca się Laura Brown. W końcu dojechałam, zdyszana i pokryta potem, a ona najpierw dokładnie mnie wypytała i uważnie słuchała opowieści o moich dolegliwościach, a potem poleciła mi tylko trzy zioła. Najwspanialsze było to, że sama poszłam na zaplecze, żeby skompletować swoje zamówienie. To było prawdziwe herbarium, jak ze starych książek. Na każdej z czterech ścian wisiały półki wypełnione setkami słoików, słoiczków i słoików, każdy opisany schludnym, starannym charakterem pisma. Byłam niemal nieprzytomnie zachwycona, odważając sobie tymianek, żywokost i gorzknik kanadyjski, wsypując je do małych torebek i opisując przygotowanym wcześniej długopisem. Sam akt pozyskiwania lekarstw wydawał mi się uzdrawiający.

Dojechałam do domu i przygotowałam zioła tak, jak poleciła mi Laura. Nie miałam pojęcia, czego oczekiwać. Chciałam wierzyć,

że to zadziała, ale potrzebowałam jakiegoś znaku. Po trzech dniach kaszel ustał. Po dwóch tygodniach, po raz pierwszy od roku obudziłam się z nieco jaśniejszą głową. Rozplakałam się. Tak bardzo chciałam nauczyć się tej sztuki. Potrzebowałam tego. Jeśli rośliny mogły pomóc mnie, to znaczy, że mogły też pomagać innym.

Kiedy kończyłam studia, zadzwoniła do mnie moja najlepsza przyjaciółka – Saro. Powiedziała mi, że właśnie urządza się w nowym domu w Asheville w Północnej Karolinie. Ona sama pochodziła z Tennessee. „Pokochasz to miejsce” – powiedziała. Szybko wpisałam nazwę miejscowości w Google. Dowiedziałam się, że mieszkają tam ludzie oddani idei tradycyjnego, prymitywnego życia. Mieli drewniane chaty, ubierali się w skóry i pozyskiwali pożywienie z otaczającej ich ziemi. Na stronie internetowej zobaczyłam zdjęcia ludzi odzianych w jelenie futra, trzymających kosze z pałkami szerokolistnymi i zielonymi liśćmi. Przyzywały mnie do siebie. W okolicy były także trzy szkoły uczące herbalistyki. To wystarczyło. Spakowałam swój dobytek do auta i bez perspektyw na mieszkanie ani pracę ruszyłam w drogę. Po dwunastu godzinach byłam na tarasie Saro.

Zostałam czladniczką. Ludzie o skórze spalonej słońcem, których fotografie widziałam w internecie byli prawdziwi. I uśmiechali się do mnie. Kiedy poznałam Natalie Bogwalker byłam oczarowana. Była moją mistrzynią w 2011 roku i to dzięki niej byłam w stanie z nowo nabytą pewnością siebie nazwać wszystkie drzewa, krzewy i inne rośliny dziko rosnące na każdym skraju mojego nowego domu w Appalachach. Nauczyła mnie, jak rozpałać ogień, wyplatać koszyki, budować domy z bali, oprawiać skóry, gotować dzikie rośliny i rozpoznawać je i przede wszystkim, jak być dobrym słuchaczem. Nadal jest moją przyjaciółką i zawsze pozostanie moją mentorką. To ona pomogła mi postawić pierwsze kroki na drodze do nawiązania miłosnej relacji z roślinami.



I tak to się zaczęło. Później zaczęłam jeździć na spotkania, na których uczono wszelkich umiejętności związanych z ziemią. To było jak wielkie spotkania rodzinne, na których ludzie wymieniali się wszelką wiedzą, jakiej kiedykolwiek możesz potrzebować (i takich, o których nigdy nie myślałeś, że mogą być przydatne). Nauczyłam się, jak zrobić drewnianą łyżkę, tkąć i wyplatać koszyki. Chodziłam też na wszystkie zajęcia z rozpoznawania roślin, jakie tylko mogłam znaleźć. Nauczyłam się nie tylko nazw, ale też sposobów użycia i historii ponad dwóch tysięcy rodzajów roślin, które rosły tuż obok mnie. Zebrałam sporą kolekcję książek o herbalistyce i ludowych praktykach Appalachów. W końcu zapisałam się na Appalachian State University i zdobyłam stopień magistra. Moja praca dotyczyła etnobotaniki, czyli historii tego, w jaki sposób ludzie wykorzystywali rośliny.

W dużym skrócie, taka była moja droga. Dziś, nadal bardzo dużo czytam i biorę udział w zajęciach prowadzonych przez ludzi, których podziwiam. Specjalizuję się w folklorystycznej historii roślin, ich magicznemu i medycznemu wykorzystaniu, a także użyciu ich w kulinariach. Żyję historiami roślin. Jestem bardzo podekscytowana tym, że dziś mogę się nimi z tobą podzielić.

Dziś, niewielu z nas może szczyścić się urodzeniem w rodzinie praktykującej dawne tradycje, ale nigdy nie jest za późno, aby odpowiedzieć na wezwanie. Miałam okazję wiele podróżować i całkiem sporo przeżyłam, i jedno mogę ci powiedzieć – stara droga nie jest zamknięta, jest tylko schowana przed naszymi oczami. Wiele osób przychodzi do mnie i opowiada mi o dziadku, który był w stanie szeptem odpedzić ból od świeżej rany czy o ciotce, która była w stanie zatrzymać krwawienie, odmawiając modlitwę do zachodzącego słońca, choć była na drugim końcu kraju od rannej osoby. To bardzo tradycyjne historie uzdrawiania. A ja sama spotkałam może trzydzieści osób, które osobiście знаły uzdrowiciela. To sprawia, że mam ochotę płakać z poczucia ulgi, bo oznacza to, że magia nie została całkowicie wyrugowana z naszych żyć. Jak uparty chwast przedziera się przez beton.



Herbalistyka dziś - po co tworzyć relacje z roślinami?

Zrozumienie kontekstu i historii pracy z roślinami jako lekarstwem jest kluczowe dla zbudowania etycznej praktyki, ale oczywiście każe nam też pytać „dlaczego?”. Po co w ogóle zajmować się ziołami? Po co zatrzymywać się w tym zabieganym świecie, żeby odetchnąć, zwolnić, zająć się ziołami, skoro na wyciągnięcie ręki mamy nowoczesne lekarstwa? Nie ma jedynej słusznej odpowiedzi. Mogę ci tylko powiedzieć, dlaczego ja uważam, że to ważne.

Studiowanie świata roślin jest dziś ogromnie ważne, nawet jeśli wydaje się to być przestarzałe. Szczególnie w miejscach takich, jak Appalachy, gdzie ja zdecydowałam się żyć. Mam tu wiele możliwości, żeby uprawiać i zbierać niezagrożone gatunki

roślin, ponieważ występują tu w tak wielkiej obfitości. Daje mi to szansę na zdobycie lekarstw i pożywienia, a także materiałów niezbędnych w mojej praktyce.

Wielu ekologów krzyczy o ochronie ziemi dla jej własnego dobra. Musimy jednak być ze sobą szczerzy i brać pod uwagę również rzeczywistość, w której żyjemy – większość ludzi nie przywiązuje wielkiej wagi do natury. Wiele osób widzi siebie jako byty odrębne od środowiska, w którym żyją. To nie jest niczyja wina. To powolny i świadomy rozdźwięk zaszczerpiony nam przez stulecia ekonomicznego, duchowego i fizycznego ucisku niesionego przez kolonizację, rewolucję przemysłową i kapitalizm wymierzony przeciwko naszym animistycznym przodkom, niezależnie od kultury, z której się wywodzimy. Przecież nie pojawiliśmy się wszyscy na ziemi w tym samym czasie.

Kiedy jakaś roślina może być użyteczna dla ludzi, trudno jest patrzeć na nią inaczej, czy zupełnie ją ignorować. Skłanianie ludzi do tego, aby widzieli konkretną wartość w naturze i ekosystemach, jest sposobem na ich ochronę. Obecnie żyjemy w świecie, którego centrum jest człowiek i nasze przetrwanie zależy od rodzaju decyzji, jakie będziemy podejmować¹⁵. Poprzez zachęcanie lub przypominanie ludziom o tym, jak ważna jest dla nas natura, możemy nie tylko zatrzymać wyginięcie gatunków i niszczenie ich naturalnych środowisk, ale także powstrzymać zapomnianie tradycyjnych praktyk i ludowych tradycji poprzez udostępnianie wiedzy. Możemy zatrzymać totalną separację człowieka od zwierząt, roślin i minerałów.

Nawiązywanie relacji z roślinami – czy to przez ich uprawę, czy zbieractwo – wpływa na zwiększenie ich różnorodności w miejscu, w którym żyjesz. Rdzenna ludność Ameryki Północnej zbierała i posługiwała się ponad 1800 rodzajów roślin, alg, grzybów i porostów¹⁶. Tymczasem dziś, zaledwie dwanaście roślin stanowi

75% pożywienia Amerykanów, a piętnaście gatunków ssaków i ptaków stanowi 90% hodowli. Poleganie na tak niewielu gatunkach czy to pod kątem dostarczania żywności, czy pozyskiwania składników leczniczych jest bardzo niebezpieczne ze względu na zagrażające im epidemie chorób i pasożyty¹⁷. Niepokój wzbudza zatem nie tylko różnorodność ekosystemów, ale także nasza własna wielorakość, kulturowa. Poszukiwanie bliskich relacji z naturą jest jednym ze sposobów na poradzenie sobie z tym problemem, jako że poznawanie i odnajdywanie wartości w roślinach oraz ochrona ich naturalnych środowisk pozwala także na pozyskanie wiedzy, w jaki sposób były one tradycyjnie wykorzystywane w różnych kulturach.

Kolejnym powodem, żeby zainteresować się roślinami, jest nasza historia. Współczesne lekarstwa są... no właśnie – współczesne. Innowacje zastępują tutaj lata doświadczeń, jednak trzeba pamiętać, że przez większość naszego czasu na ziemi to rośliny, zwierzęta i minerały były dla nas głównym źródłem środków leczniczych. To czas jest jedną z najmocniejszych stron herbalistyki. Przez całe wieki wypróbowywano różne dawki i sposoby przyrządzania specyfików i zapamiętywano wyniki. Przetrwały zarówno dzięki przekazom ustnym, jak i bardziej profesjonalnym zapiskom pierwszych lekarzy. Dzięki nim wiemy, jakie środki są bezpieczne i najskuteczniejsze. W połączeniu z nowoczesnymi metodami badania roślin (nadal się to robi, pomimo braku odpowiedniego finansowania) możemy dowiedzieć się, w jakich sytuacjach najlepiej odwołać się do herbalistyki.

W dzisiejszym świecie każdy z nas doświadczył jakichś drobnych zranień czy dolegliwości, które nie wymagają wizyty u lekarza, ale których tak czy inaczej chcemy się pozbyć. Zioła dają nam bezpieczne i tanie (a czasem nawet darmowe) rozwiązanie tych małych choć irytujących problemów. Mogą też przynieść

komfort i poczucie spokoju ludziom żyjącym w kraju, gdzie nie ma dostępu do darmowej lub rozsądnie wycenianej opieki zdrowotnej. Pamiętaj jednak, że zioła to nie tylko lekarstwa na drobne schorzenia. Mogą one być bezpieczną alternatywą lub wsparciem w leczeniu chorób autoimmunologicznych czy przewlekłych. Medycyna konwencjonalna zazwyczaj jest o wiele skuteczniejsza w przypadkach nagłych, ale jeśli mówimy o konieczności długotrwałego leczenia, zioła częstokroć wychodzą na prowadzenie. Herbalistyka pozwala na wypełnienie luk nadal obecnych w medycynie zachodniej. Nic też nie stoi na przeszkodzie, aby ją wspierała, co pozwoli na bardziej holistyczne i etyczne podejście do leczenia.

◆ Do co uprawiać lub zbierać zioła? ◆

Do co pracować z otaczającymi cię roślinami?

Po co miałbyś poświęcać czas i energię na uprawianie własnych ziół, jeśli wystarczy tylko kilka kliknięć i w internecie możesz zamówić wszystko, czego tylko możesz sobie zażyczyć? Moim zdaniem jest kilka powodów – intymność, głęboka wiedza i zrównoważony rozwój. Chcę odpowiedzieć na to pytanie z mojego punktu widzenia, bowiem postrzegam rośliny z bioregionalnej perspektywy. Jeden z najlepszych specjalistów w tej dziedzinie Kirkpatrick Sale definiuje bioregion jako „miejsce życia, teren definiowany przez występujące na nim gatunki, jego topografię, faunę i florę, a nie działalność człowieka”¹⁸. Staram się używać roślin rosnących w moim otoczeniu i jak najwięcej się o nich uczyć. Pomaga mi to poradzić sobie z wieloma problemami, przed którymi staje współczesna herbalistyka.

Niezmiernie ważną kwestią, jaką trzeba rozważyć przy przygotowywaniu lekarstw z dziko rosnących ziół, jest zrównoważony rozwój. Niektórzy ludzie twierdzą, że aby utrzymać równowagę

w przyrodzie, nie można zbierać dziko rosnących roślin, inni natomiast zachowują się, jakby miało nie być jutra i biorą ich więcej, niż potrzebują. Jestem przekonana, że diabeł tkwi w szczegółach. W niektórych regionach, jak choćby w Kolorado, gdzie opady deszczu są niewielkie, trzeba zadać sobie pytanie, czy wrażliwe pustynne ekosystemy wytrzymają pozyskiwanie z nich roślin. W innych miejscach, jak choćby Appalachy, gdzie mieszkam, deszcze padają obficie i często, a roślinność jest przebogata. Z racji tego, że możemy porozmawiać z osobami z drugiego końca świata za pośrednictwem naszych telefonów, czy komputerów, zapominamy, że jako ludzie jesteśmy przywiązani do ziemi dokładnie tak, jak nasi przodkowie.

A zatem, gdy weźmiemy pod uwagę lokalizację i jej uwarunkowania środowiskowe, geograficzne i kulturowe, będziemy skłonni prowadzić znacznie bardziej etyczne praktyki, głęboko związane z ziemią. A to oznacza, że to, co będzie dobre w Kolorado, na pewno *nie* będzie dobre tutaj. Jeśli mówimy o zbieractwie, nie ma tutaj zestawu reguł dobrych dla wszystkich. Musimy dostosować je do miejsca, w którym przebywamy. To koncept, który początkowo może być dość trudny do zrozumienia dla tych, którzy nigdy nie prowadzili stylu życia związanego z konkretnym miejscem. Może to nawet być dość zniechęcające i doskonale to rozumiem. Ciężko jest zmienić tory, jakimi od dawna biegną nasze myśli i świadomie uczynić świat nieco mniejszym poprzez skupianie się na miejscu, w którym żyjemy. ReWild University, instytucja edukacyjna skupiająca się na „pierwotnych” umiejętnościach jak zbieractwo, czy budowanie schronienia ukuła termin *rewilding* (powrót do dzikości). Jak tłumaczy „nie chodzi w tym o to, abyśmy znów stali się społecznościami myśliwych-zbieraczy, ale raczej o to, żebyśmy przyjrzeni się kulturowym paradygmatom, w których żyjemy i przekonali się, jak wpływają one na nasz stan

fizyczny, emocjonalny i duchowy; znów stali się tym, co jest naszym dziedzictwem – wolnymi ludźmi”¹⁹. Ruch EatLocal jest także świetnym przykładem dbania o bioregiony. Spożywanie świeżych roślin, rosnących wokół nas pozwala nam nie tylko dostarczyć sobie niezbędnych składników odżywczych; jest to także zaproszenie do pogłębienia wiedzy o tym, co rośnie w naszym klimacie w poszczególnych porach roku, a także życia zgodnie z naturalnym cyklem czasu.

W całym kraju przygotowywanie posiłków tak, jak robili to przodkowie, od zawsze było bardzo istotne dla rdzennych mieszkańców. Jedzenie dziko rosnących i samodzielnie uprawianych roślin może mieć potężne znaczenie dla naszej duchowości, co z kolei sprawia, że bardziej szanujemy to, co spożywamy i czym się dzielimy, jesteśmy z tego dumni. Znalezienie własnej drogi do zapoznania się z tym co i w jaki sposób jedli nasi przodkowie, to piękny sposób na połączenie się z nimi, nie tylko w kontekście duchowym, ale i fizycznym, nawet jeśli nigdy nie będziemy mogli usiąść z nimi przy jednym stole. Jeśli nie wiesz, skąd się wywodzisz (na przykład jeśli byłeś adoptowany), zanurzenie się w tradycjach miejsca, które zdecydowałeś się nazywać domem, będzie wspólnym sposobem na zapuszczenie korzeni.

W języku francuskim istnieje cudowne słowo *terroir* opisujące charakter, smaki i magię posiłków związanych z konkretnym miejscem na ziemi. Może on wynikać z połączenia jakości powietrza, gleby i wody lub z czegoś mniej konkretnego, nieuchwytnego. Tutaj, w Appalachach znajdziemy wiele dziko rosnących jadalnych roślin, zwierzynę i grzyby. Zostaliśmy pobłogosławieni obfitością. Wilgotność przypominająca poziomem lasy deszczowe i dość długie lato umożliwiają uprawę wielu owoców, warzyw i orzechów, co byłoby trudne nieco dalej na północ czy południe.

Czarne orzechy są pyszne, pełne zdrowych tłuszczów i witaminy E, które mają doskonały wpływ na mózg. Co ciekawe, ze względu na podobieństwo orzecha do mózgu często używano go jako lekarstwa na wszelkie dolegliwości psychiczne. Są gotowe do zbioru jesienią. Zdejmuję z nich łupiny (w rękawiczkach, ponieważ barwią wszystko na brązowo), które suszę, aby później użyć ich do barwienia tkanin. Możesz także ugotować je w occie i używać do nadania ciepłej, brązowej barwy materiałom takim, jak len czy bawełna. Na moim ołtarzu znajdują się wyłącznie naturalnie barwione tkaniny, więc nigdy nie wyrzucam łupin orzechów.

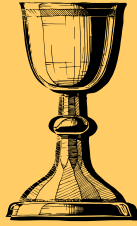
Zielone łupiny można także wykorzystać do zrobienia przeciwrzybiczej tynktury. Włóż rękawiczki, posiekaj zielone orzechy i wrzuć do słoika. Zalej dobrą wódką. Nie zapomnij o opisaniu słoika. Po około 4–6 tygodniach precedź płyn. W razie wystąpienia pasożytów przyjmuj 20 kropli trzy razy dziennie *nie dłużej niż przez dwa tygodnie*. *Kobiety w ciąży i karmiące nie powinny używać preparatów z czarnego orzecha.*

◆ Łopian (*Arctium minus*, *A. lappa*) ◆

Środowisko: Od północnej części Stanów Zjednoczonych po południową Kanadę. Często rośnie na poboczach dróg, skrajach pól i lasów.

Identyfikacja: Duża dwuletnia lub wieloletnia roślina o potężnych liściach w kształcie serca. Od spodu wełniste, białe włoski. Jednoroczny łopian przyjmuje formę rozety. W kolejnym roku spośród liści wyrasta łodyga z naprzemiennie położonymi gałązkami z nasionami pokrytymi haczykowatymi igłami. Powszechnie występujący łopian mniejszy ma puste szypułki, natomiast łopian większy, cieńsze gałązki.

Używane części: Korzenie, gałązki.



Przepis na Nocino, napój na Noc Świętojańską

1. W środku lipca zbierz tyle zielonych orzechów, ile uważasz za stosowne. Każdy z nich musisz sprawdzić przy pomocy igły. Jeśli łatwo wchodzi w łupinę, orzech się nada.
2. Na dziewięć dni włóż je do wody. Myj je i przekładaj co rano i co wieczór. Następnie zagotuj, aż nieco zmiękną i odłóż do wysuszenia.
3. Zrób w nich otwór przy pomocy drewnianego patyczka. Włóż w niego goździk, cynamon i nieco skórki cytrynowej.
4. Zmieszaj orzechy z cukrem (weź go tyle, ile ważą orzechy lub nieco więcej) i gotuj na wolnym ogniu do powstania syropu. Włóż orzechy do słoików i szczelnie zamknij.
5. Przed podaniem przetrzyj ściereczką. Pomagają na bóle brzucha i problemy z sercem.

Za *The Family Physician* Geo. Hartmanna, żyjącego i podróżującego przez Europę z Sir Kenelm Digbyem przez siedem lat, aż do jego śmierci²⁴.



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl



Rebecca Beyer – mieszka w Appalachach. Zajmuje się medycyną ludową, tradycyjną magią, polowaniami i zbieraniem dzikich roślin. Jest oddana idei prostego życia. Prowadziła wykłady na wielu konferencjach w nadziei pokazania ludziom, że życie zgodnie z porami roku, na bazie starodawnych tradycji jest możliwe we współczesnym świecie. Zawodowo zajmuje się tatuowaniem, przygotowywaniem i sprzedażą ziół. Prowadzi także Blood and Spicebush School of Old Craft.



Serce czarów jest dzikie!

**Wzywa cię do nawiązania połączenia z nieokiełznanym światem wokół ciebie!
Wzmocnij swoją magiczną praktykę dzięki silnej relacji z naturą.**

Dzięki tej niezwykłej książce zyskasz praktyczną wiedzę dotyczącą magii naturalnej. Dowiesz się, jak wygląda uprawa własnego magicznego ogrodu, poznasz ludowe ziołolecznictwo, a także roślinne zaklęcia i rytuały na każdą okazję. Odkryjesz sprawdzone przepisy na nalewki, herbaty, maści i inne mikstury, które wykorzystasz w uzdrawianiu oraz obrzędach.

Magiczne zaklęcia i rytuały, które już wkrótce odkryjesz:

- Herbatka pomagająca przewidzieć przyszłość,
- Napar z nawłoci na alergie,
- Czar miłosny z krwawnikiem,
- Napar z forsycji na przeziębienie i kaszel,
- Amulet przynoszący szczęście w podróży,
- Dzikie napój z bylicy i wiele innych.

Magia naturalna dla twojego dobrobytu

Patroni:



SZTUKATER.PL



Talizman.pl
SKLEP ZE SZCZĘŚCIEM



Psychotronika.pl

Pierwszy polski portal psychotroniczny

Cena: 69,60 zł

ISBN: 978-83-8301-367-1



9 788383 013671