

# Ještě než zapadnou sněhem

seriál  
**PŘÍRODA  
VALAŠSKA**



Kdo by neznal keř obsypaný krásnými červenými šípky – růži šípkovou. Větvičku s plody si nosíme domů jako dekoraci do vázy či na usušení. Z šípků je výborný čaj bohatý na vitamíny, vyrobit se dá i marmeláda. Jen je to pracné. A málokomu se chce sbírat. Naši předkové uvažovali jinak: všecko zadarmo, nepohrdněte, lidé, popilte si, sbírajte, sušte, pijte, v zimě čaju navarte z toho, co hora dala v létě. V zelinkách je zakleté letní slunéčko – ty vám pomohou zimu ve zdraví překonat.

Šípky opravdu prokazují nám lidem celou řadu dobrých skutků. Díky vysokému obsahu vitamínu C preventivně působí proti infekcím a nachlazení. Stačí si každý den uvařit a vypít hrnek horkého šípkového čaje, nejlépe ze šípků vlastnoručně natrhaných a usušených. Kromě prevence od nachlazení, šípky také zpevňují cévy a pomáhají při křečových žilách a krvácení dásní. Těm, kterým se

nevyhne podzimní sklíčenost a deprese, právě šípky pomáhají zklidnit podrážděné nervy a zvyšují schopnost soustředění. Možná díky všem těmto dobrým vlastnostem byl šípek za starých časů na Valašsku také součástí obrádně prožité štědrovečerní večeře, kdy gazda své spolutolovníky podělil nejprve chlebem nebo oplatky s medem, česnekem a plodem šípku. Teprve pak následovala některá z postních polévek – hřibová, hrachová, v zámožnějších rodinách ščedračka ze všeho, co dům dal, kaše pohančené, hrachové, krupičné s medem, cukrem a skořicí.

A tak, i když má šípkový keř trny, píchá a je to na první pohled jen obyčejný divoce rostoucí keř, nechte se inspirovat zkušenostmi starých Valachů: život vás naučí vážit si bylinek, vzácných darů přírody. Jak budete potřebovat nekeru, tak jich budete poznávat. Dycky budete všemu tvorstu k užitku. A sbírajte jich s opravdovou láskou, ony sa vám opravdu odvděčijá.

*Jana Tkáčiková, Muzeum regionu Valašsko, p.o.*

**Foto:** Růže šípková (Tomáš Kašpar).