

O bylinkách, jejich léčivé síle a kouzlech s Vandou Vrlovou

Využívání rozličných bylinek – a nejen jich – k opětovnému nabytí zdraví je staré jako lidstvo samo. Všechny národy světa od pradávna sbíraly rostliny nejen k jídlu, ale i léčbě – předtím samozřejmě musely nejprve získat zkušenost, že rostliny mají i jinou než sytící funkci.

Písemnými prameny máme doloženo užívání léčivých rostlin u starých Egyptanů, rozkvět nauka o léčivých rostlinách zažila za časů Hippokrata, léčebné prostředky z rostlin znal samozřejmě i starověký Řím. V dějinném kvasu prvních staletí našeho letopočtu se nauka o léčivé síle rostlin vytrácela, jistá kontinuita vědění však přetrvala v rodících se kláštorech. Právě v klášterních zahradách se vedle užitkových rostlin dbalo i o bylinkové záhonky. Ani na venkově však už ve středověku nebyla o bylinky nouze a snad v každé vesnici se našla „čarodějnice“, tedy porodní bába či kořenářka. Bylinky na běžné neduhy se však opatrovaly v každé domácnosti a znalosti jejich užívání se předávaly z generace na generaci. Za specialistkami z řad bab kořenářek se proto chodilo jen s vážnějšími problémy. I když v polovině 19. století došlo k významnému rozvoji medicíny, ve venkovském prostředí zůstávala nemoc stále nazírána spíš jako důsledek působení zlých duchů, či jako trest seslaný nadpřirozenými silami za porušení některých zvyklostí. Postupně se zdokonalující lékařská věda sice načas dokázala znalosti léčivé síly bylin zastínit, nikdy ji však nevymýtila docela. To se ostatně nepovedlo ani komunistickému režimu – ten považoval neprůkazné metody lidového léčení za nevědecké a neakceptovatelné a bylinkářství odsoudil jako zbytečný přežitek minulých dob. Teprve po roce 1989 se zbavilo nálepky buržoazního šarlatánství a kouzelná síla bylin si znovu začínala získávat oblibu.

Jednou z oněch „babelek kořenářek“, která pronikla do kouzelného vědění našich předků, je i paní Vanda Vrlová.

O bylinkářství se většinou traduje, že se předávalo z generace na generaci. Tímto směrem se ubírá tedy i můj první dotaz. Zdědila jste lásku k bylinkám a znalosti o nich po svých předcích?

Kdepak. Je sice pravdou, že i v mém dětství se u nás doma vždy sbíraly běžné léčivé bylinky, ať už to byl petrklíč, podběl, jitrocel, šípinky či dobromysl, které jsme říkali vysoká mateřídouška. Tedy asi v podobném rozsahu, jak je ve většině domácností zvykem i dnes. K bylinkám mě však přivedla až práce v rožnovském muzeu v přírodě.

Povídejte...

Do Valašského muzea v přírodě jsem nastoupila jako sedmnáctiletá přesně před pětapadesáti lety na post průvodkyně. Kromě mě tam pracoval jen ředitel a dvě uklízečky. Zpočátku jsem tedy byla taková ta holka pro všechno, ale muzeu jsem zůstala věrná až do svého odchodu do důchodu po více než čtyřiceti letech. Jen už jsem se časem věnovala i jiným činnostem – pro mou pozdější lásku k bylinkám všeho druhu byla asi nejpodstatnější starost o muzejní knihovnu.

Jen sama četba knih z Vás však odborníci na léčivky určitě neudělala.

To samozřejmě ne. Ani mezi odborníky se totiž dříve výzkumem léčivé síly rostlin nikdo příliš nezabýval, vzpomenout můžeme ale alespoň zdejší botaniky Gustava Říčana či Františka Gogelu. Navazovat jsem tak mohla opravdu spíše na moudrá slova stařenek ze zapomenutých samot – to ony mi svěřovaly vědomosti zase po svých stařenkách, které sahaly mnohdy hluboko do 19. století. Jak jsem se k nim dostala, je ale zase jiný příběh. V 70. letech 20. století totiž připravovalo Valašské muzeum v přírodě expozici Valašské dědiny. K dosažení co nejvěrnějšího dojmu bylo samozřejmě nutné doplnit jednotlivé stavby i jejich soubory nejen interiérovým vybavením, ale přenést k nám do muzea i kus ducha prostředí, ze kterého jednotlivá stavení pocházela. Odtud již byl tedy jen krůček k terénnímu výzkumu, v rámci kterého jsem navštěvovala často i ty nezapadléjší kouty Valašska a Slezska a zjišťovala, kde která rostlina rostla divoce, která se zde pěstovala a k čemu se využívala. Díky tomu se mohou do dnešních dnů návštěvníci kochat krásou oněch „babičkovských předzahrádek“, kde našla každá bylinka své využití.

Sedmdesátá léta ale nejspíš podobným vědeckým aktivitám příliš nepřála.

Výzkum jsem skutečně prováděla v době, která léčení bylinami pokládala málem za šamanství, bylo proto třeba velké opatrnosti ve styku s venkovskými lidmi. Nelze se jim divit – málokdo na sebe chtěl takto upozornit a být nařčen ze šíření bludů, často jen šeptem proto sdělili své znalosti a o některých, třeba využívání moči, raději z pochopitelných důvodů pomlčeli úplně. Vysmívána byla i víra v nutnost sbírat léčivky v určitou dobu a v určitém prostředí, stejný posměch si vysloužily i pověrečné praktiky týkající se léčby. Těší mě, že se dnes lidé začínají k léčivé síle přírody znovu vracet.

Vraťme se však k počátkům Vašeho zájmu o bylinky. Existují, co se týče jejich užívání, obecná specifika, nebo můžeme říct, že každá oblast využívá na různé potíže různé zeliny? Kdepak, co oblast, to jiná zaručená rostlina, například kolem Rožnova nedají dopustit na řepík. A všude se naopak ve vzpomínkách pamětníků setkáváme s devaterem kvítí, ani jeho výčet ale není přesně stanoven – stačilo, aby v čajové směsi bylo zastoupeno právě devět druhů a už pomůže od kdejaké nemoci a možná navíc přičaruje i lásku. Jen je nutné pamatovat, že nejúčinnější jsou zeliny nasbírané mezi Jány, tedy mezi svátky Jana Křtitele a Jana Pavla (24. a 26. června). Samozřejmě v závislosti na místních podmínkách bylo možné rostliny sbírat třeba i pár týdnů před či po svátcích. Dle pověry vůbec největší léčivou silou vládly ty byliny, které nasbírala nahá mladá dívka o svatojánské půlnoci. Ctěná a chtěná byla především takto nasbíraná materiďouška, kterou si u dívek objednávaly budoucí maminky, aby mohly v jejím odvaru poprvé vykoupat miminko. Dívence měla koupel přinést krásu, chlapečkovi mužnost a sílu. Vhodné bylo také sbírat rostliny v květnu, měsíci Panny Marie, kdy se v přírodě vše probouzí do života a má největší moc. Květy černého bezu se sbíraly naopak kolem svatodušních svátků, zralé plody pak samozřejmě až na podzim.

Jak sama říkáte, zdraví roste v přírodě i na zahrádce. Máte nějaké své oblíbené bylinky? Určitě řepík a dobromysl, která je, jak už její název napovídá, na dobrou mysl a dobrou náladu. S divoce rostoucími bylinkami ale bývá někdy problém, protože jich ve volné přírodě ubývá. Naštěstí je lze většinou úspěšně pěstovat i na zahrádce. Ale třeba zrovna na mé zahradě přísně seřazené záhonky nehledejte – svým bylinkám dopřávám podobnou volnost, jakou mají v přírodě.

Určitě to ale nebyly jen bylinky, čím se lidé snažili kurýrovat?

Nebyly to jen bylinky a neléčili se jen lidé, ale také hospodářská zvířata – ač je to dnes k nevíře, tak například kravka nebo stádo oveček dávaly rodinám chudých chalupníků alespoň jakousi záruku přežití. Rožnov pod Radhoštěm vešel v 19. století ve známost svými lázněmi, kam hosté jezdili dýchat čerstvý horský vzduch a pít žinčici. Nemalou roli zde sehrávala i pramenitá voda, koneckonců úcta k vodě a její magické síle přetrvala mezi lidem do dnešních dnů a významné místo v léčebné praxi zastávala třeba i na Hřčavě. Mezi městy a venkovem dříve i v oblasti bylinkářství panoval čilý ruch – venkovanky přijížděly bylinky prodávat na jarmarky a z města domů si zase odvážely speciální léčiva. Děcka z chudých rodin dokázal „vyléčit“ i obyčejný rohlík coby vzácná pochoutka. Kupodivu si lidé z venkova ve městech hlavně při příležitosti velkých výročních a rodinných svátků kupovali tzv. krámský čaj, který

byl kolikrát dle vzpomínek pamětníků sice nevalné chuti (aby ne, když po zbytek roku byli zvyklí pít lahodné čaje bylinkové), ale nesl jakýsi punc exkluzivity a na svátečním stole tedy nemohl chybět.

Jinak se ale lidé snažili nemoc zahnat čímkoliv, co zrovna bylo po ruce, ať už se jednalo o potraviny, koření, nerosty, již zmíněnou vodu, nezanedbatelné místo však stále měla i magie a zařikávání. No a snad nejoblíbenějším lékem, který měl kdokoliv po ruce a zahánělo se s ním kdeco, byl samozřejmě alkohol. Ten zaujímal také nezastupitelné místo při macerování některých bylinek a získaná tinktura posloužila jako mazání, mnohem raději jej však pochopitelně chorý užíval vnitřně.

Které neduhy lidé doma nejčastěji zaháněli?

Nejčastěji se jednalo o nachlazení, kdy se jako prevence pila šťáva z kysaného zelí nebo sirupy z mladých jehličnatých výhonků a jitrocele. Od horečky pomáhaly lesní plody nebo tvarohové a křenové obklady, lidé si ale troufali i na vážné choroby jako záškrt, černý kašel či chřipku. Není se ale čemu divit, lékařů bývalo málo, peněz ještě míň a v zoufalství tváří v tvář vážné chorobě se alespoň utěšovali tím, že když bylinky nezaberou, alespoň neuškodí.

V hospodářství se dále často přihodily i úrazy a různé zhmožděny. Po ruce tak vždycky bylo sádlo, kořen kostivalu k napravení otlaků i zlomenin, na krvácivá zranění se přikládal jitrocel, no a k desinfekci sloužila již v úvodu našeho povídání zmíněná moč – ta se užívala vlastní, ale účinnější prý bývala od malých chlapců.

Kde léčebné praktiky selhávaly, přicházela na řadu i magie. Pamětníci však připomínají, že aby byly tyto praktiky účinné, bylo nutné, aby jim nemocný bezmezně věřil. Nabízí se tak spíš okřídlené úsloví „věř a víra tvá tě uzdraví.“ Magické prostředky se samozřejmě neužívaly jen k léčbě, ale i k předcházení potíží, připomenout můžeme jarní okuřování dobytka před vyháněním na pastvu.

Své vědomosti o bylinkách si nenecháváte jen pro sebe, ale podělila jste se o ně ve dvou knihách, představíte nám je?

Knížky „Devatero kvítí“ a „Nasbíráno mezi Jány“ vyšly v edici Rožnovských malých tisků a čtenáře v nich čeká nejen povídání o bylinkách, ale také recepty k vyzkoušení. Samozřejmě v nich najdou důležité informace o tom, co roste kolem nás. V knize Nasbíráno mezi Jány se dovědí o nemocech a bylinkách, kterými se neduhy léčily. Cizokrajné zeliny tam ale nehledejte, naši předkové byli odkázáni většinou jen na své nejbližší okolí, i když pomoci mohly snad také jarmarky v nedalekých městečkách, kde se daly nakoupit ingredience, které

doma k máni nebyly. Vesměs ale užívali bylinky ze zahrádky nebo ty, co rostly za humny, pili vodu ze studánky či mléko od vlastní kravky, na „cizoty“ moc nespolehali. A pokud jim ta která bylinka nepomohla, nezlobili se a dál hledali jinou, která jim od jejich trápení pomůže. Pokud se někdo rozhodne nasbírat bylinky do čaje z devatera kvítí, nemusí se naopak bát, že je nenajde – jejich výčet není přesně dán a já sama jej připravuji pokaždé trochu jinak. Dbám i na to, aby čajová směs nejen chutnala a pomáhala, ale byla krásná na pohled. Vedle základních bylinek jako je meduňka, máta, mateřídouška, dobromysl, třezalka, lipový nebo bezový květ či fermentované listí jahodníku, ostružiníku a maliníku, do něj stejně tak patří sléz, podběl, sedmikráska nebo řepíček. Pravdou ale také je, že jsou čtenáři sami někdy nemile překvapeni, kolik práce sbírání, sušení a příprava bylinek vlastně dá.

Přijdou si jej tedy raději koupit k Vám?

Ano, i to se stává. Já ale bylinky nikdy neprodávám, vždy je věnuji, přece ať jsou ku pomoci!

Paní Vrlová, moc děkujeme za rozhovor. Můžeme naše čtenáře v závěru tohoto povídání pozvat na některou z Vašich přednášek či besed?

Samozřejmě, budu se s nimi těšit na viděnou třeba pár dní před magickým svatojánským večerem, kdy si v sobotu 20. června na besedě v zámku Kinských ve Valašském Meziříčí připomeneme zase něco z pozapomenutých mouder našich předků.

Ivana Ostřanská

Obr. 1

Vanda Vrlová a její bylinkové království (Foto V. Piačková)

Obr. 3

Podběl lékařský (*Tussilago farfara*) – Naši předkové věřili, že kdo spolkně první podbělový květ, který na jaře spatří, vyhne se po zbytek roku bolesti v krku. I nyní je jeho léčivá síla využívána při léčbě kašle a nachlazení. Chutnější a zdravější je ve směsi devatera kvítí. (Foto T. Kašpar)

Obr. 4

Dobromysl obecná (*Origanum vulgare*) – Dobromyslí měly být novorozenému Ježíškovi dle legendy vystlány jesličky, aby chránila jeho spánek. Má nezastupitelnou roli v čaji z devatera kvítí, po vypití jejího odvaru se můžete těšit na klidnou a ničím nerušenou noc. (Foto T. Kašpar)

Obr. 9

Heřmánek pravý (*Matricaria chamomilla*) – Léčivou sílu heřmánku snad nejlépe dokumentuje prastará lidová moudrost: „Před bezem smekni, před heřmánkem klekni.“

Heřmánek provázel člověka od narození – v heřmánku se děti koupaly nebo se jim oplachovaly oči, dospělým měl pomoci od plísňě nohou či kožních vyrážek. (Foto T. Kašpar)

Na výběr:

Obr. 2

Zdraví roste všude kolem nás. (Foto V. Piačková)

Obr. 5

Jahodník obecný (*Fragaria vesca*) – Z jahodníku se nejčastěji sbírají listy, někdy i s květy či zralými plody, které pak dodávají především čajové směsi krásný vzhled. (Foto T. Kašpar)

Obr. 6

Zeměžluč okolíkatá (*Centaurium erythraea*) – Je váženou a v posledních letech čím dál vzácnější léčivou rostlinou, používanou především k léčbě trávicích obtíží. (Foto T. Kašpar)

Obr. 7

Smetanka lékařská (*Taraxacum officinale*) – Pampeliška si podobně jako ostatní žlutě kvetoucí rostliny našla své místo v léčbě chorob jater, po dlouhé zimě bývala také příjemným zpestřením jarní kuchyně. (Foto T. Kašpar)

Obr. 8

Jitrocel prostřední (*Plantago media*) – Obsahuje podobné léčivé látky jako jitrocel kopinatý, avšak ve výrazně nižších koncentracích. V lidovém léčitelství bývají jeho semena používána jako nenásilné projímadlo. Jeho listy se používaly stejně jako u známějšího jitrocele kopinatého na otevřené krvácející rány, a dokonce i bércové vředy. (Foto T. Kašpar)