



# Предисловие



Понятие «травничество», или фитотерапия, на первый взгляд кажется довольно простым. Это опора на народную медицину для избавления тела от болезней с целью возвращения этого тела в естественное состояние равновесия. Но травничество — более сложная практика, чем можно было бы предположить.

По данным Американской гильдии травников:

Фитотерапия — это искусство и наука об использовании трав для укрепления здоровья, профилактики и лечения болезней. Она оставалась основной формой медицины в мире с незапамятных времен, письменная история ее насчитывает более 5000 лет. В то время как использование трав в Америке за последние 100 лет было омрачено зависимостью от современных лекарств, 75% населения мира по-прежнему полагаются в основном на традиционные методы лечения, большую часть которых составляет фитотерапия. [1]

Доверие человека к лечебным свойствам растений имеет давнюю историю и широко распространено во всем мире, но какой бы универсальной ни была наша связь, способы работы с растениями могут различаться. Одной из причин этого является экология: каждая часть Земли уникальна, со своей собственной местной фауной и флорой, и все они зависят от своего природного окружения и друг от друга. Растения и животные, селящиеся и развивающиеся в одном регионе, привыкают к местным погодным условиям, составу почвы и всем другим организмам и существам, с которыми делят среду обитания. Таким образом, к примеру, народы, обитающие вблизи экватора, привычны к совершенно иным обстоятельствам, чем те, кто зовет своим домом Арктику. Эти две различные экосистемы создают очень разный жизненный опыт — и проблемы — для людей и прочих живых организмов, которые там поселяются.

Но люди — не единственные, кто приспосабливается к условиям среды. Растениям также необходимо поддерживать жизнеспособность в динамичных окружающих условиях. Чтобы преодолевать трудности, с которыми они сталкиваются, растения научились выживать, несмотря на невзгоды. Эти бесхитростные секреты выживания

привлекают людей и другие организмы к флоре. Благодаря контактам с растительным миром мы не только научились выживать на протяжении бесчисленных поколений, но и поняли, как благоденствовать на этой бурной планете, которую мы называем своим домом.

Когда я начала изучать ботанику, программа обучения поощряла студентов знакомиться с собственными наследственными методами лечения. Эта идея не уникальна. Большинство, если не все ботаники, интересуются традиционными практиками своих предков и часто ищут в них вдохновение и наставление.

Если рассматривать отношения наших предков с растениями на протяжении тысячелетий, становится понятно, что наши тела, по крайней мере на физическом уровне, будут нести следы веществ, которые так много способствовали нашему благополучию.

В действительности люди полагались на растения для удовлетворения почти всех основных своих потребностей: еды, питья, жилья, утвари, инструментов, одежды, энергии, общения, тепла. Растения даже были предметом некоторых самых запоминающихся историй. Кто не помнит три волшебных боба, выросших за ночь до стебля, по которому Джек забрался в облака и нашел великана? Или, в более современной литературе, бескрайнее море красных маков, которое усыпило Дороти и ее друзей по пути к волшебнику Оз? У нас долгие и близкие отношения с растительным миром, и независимо от того, осознает это наш разум или нет, тела наши, кажется, помнят больше, чем показывают. Примерами сохраненных воспоминаний могут быть аллергическая реакция на клубнику или арахис, слюноотделение в ответ на вкус любой горькой травы или, в моем случае, смутное воспоминание, когда я в свои сорок впервые ощутила запах цветущей липы. Насколько я помню, я никогда раньше не встречала это дерево, и все же, как только я ощутила его аромат, я почувствовала, будто вернулась домой. На чисто интуитивном уровне мы уже знакомы со многими растениями, с которыми сталкиваемся, и наше индивидуальное взаимодействие с ними основано на давно забытых связях, ожидающих пробуждения.

Будучи в течение многих лет профессиональным библиотекарем, я с нетерпением ждала возможности исследовать то, что, как я предполагала, станет большой коллекцией источников, посвященных знаниям о лекарственных растениях тех людей, что я называю своими предками. Предки с обеих сторон моей семьи — ашкенази из черты оседлости. Семья моего отца эмигрировала в США и Канаду в начале XX в. из нынешней Украины, а именно из Киева и Черкасс. Родители моей матери были из одного региона Польши. Одна ветвь этой семьи

восходит к основанию их города в начале XVIII в., где они оставались до самого начала Второй мировой войны.

Можно предположить, что ашкенази, имеющие хорошо задокументированную историю пребывания в черте оседлости Восточной Европы, восходящую, по крайней мере, к Средневековью, могли бы иметь исчерпывающий и выдающийся канон, посвященный целительским практикам, который бы, несомненно, включал в себя растительную медицину. Но такое предположение очень далеко от истины.

Когда я начала свои исследования, я была сначала удивлена, а затем шокирована полным отсутствием какой-либо информации о травничестве в общинах ашкенази черты оседлости. И я не была одинока в своем открытии — или его отсутствии. Несколько студентов из моей группы, имевшие такое же образование, тоже пришли с пустыми руками. В сердцах одна из нас пошутила: «Ну, по крайней мере, у нас есть куриный бульон!» Она была так же поражена, как и я, тем, что буквально ничего не смогла найти, но утешала себя верой в то, что старшее поколение, несомненно, полагалось на растительную медицину. А если и нет, то, вероятно, из-за религиозных ограничений.

Я все это обдумала. Хотя я не была воспитана в вере и почти ничего не знала об иудаизме, мне казалось сомнительным, что какая-либо религия, какой бы строгой она ни была, запрещает людям заботиться о себе. Что я действительно знала, так это то, что евреи, претерпев бесчисленные лишения, выживали в течение тысяч лет. Должно быть, им помогла природа вокруг них и окружавшие их растения.

Опираясь на свой опыт библиотекаря, я предполагала, что кто-то где-то в прошлом веке, должно быть, провел этноботаническое исследование народа ашкенази черты оседлости. Выглядело естественным, что объективная третья сторона могла провести базовый опрос такого значительного населения.

Но даже тщательный поиск в этноботанической литературе оказался безрезультатным. Информации, которой, как я предполагала, будет много, не существовало. Мой муж, который говорит и читает на нескольких языках, многие из которых имеют отношение к данному исследованию, изучил множество источников со всеми возможными лингвистическими углами зрения на предмет. В конце концов стало совершенно ясно, что не существовало не только этноботанического исследования восточноевропейских ашкенази, но и опубликованных описаний самих целителей, которые применяли бы знания о лекарственных растениях.

## Ашкенази и черта оседлости

К концу первого тысячелетия одна из миграционных волн евреев, ведущих происхождение с Ближнего Востока, появилась в общинах вдоль реки Рейн, на территории современной Германии. Веками большая часть этого населения мигрировала из бассейна Рейна на восток — в современные Польшу, Россию, Украину, Беларусь, Литву, Латвию, Чехию, Словакию, Венгрию, Румынию и Молдову. Сегодня их потомки известны как евреи-ашкеназы или ашкенази. У ашкенази в Восточной Европе долгая и сложная история. В течение нескольких столетий из-за войн, потрясений и изменений границ большинство евреев Восточной Европы в итоге оказались вынуждены жить в рамках ограниченной геополитической области в составе Российской империи, известной как черта постоянной еврейской оседлости (далее — черта оседлости).

Внутри этой ограниченной зоны некоторые евреи селились в более крупных городах, другие же под покровительством богатых нееврейских землевладельцев основывали небольшие торговые городки, обычно известные как местечки. Несмотря на то что политические, юридические и географические ограничения черты оседлости сдерживали многие аспекты повседневной жизни евреев, те же ограничения открывали дверь для сложных и близких отношений с соседними нееврейскими общинами. Эти регулярные связи с соседними культурами значительно повлияли как на ашкенази, так и на их соседей. Еврейские, славянские и немецкие традиции встречались в этой напряженной зоне этнического, религиозного и культурного слияния, сталкиваясь или сплаваясь. [9]

Почему это так важно и какое отношение это имеет к народной медицине?

Как отмечал не один ученый, царство здоровья и исцеления, несмотря на все наложенные ограничения, в черте оседлости практически не имело границ. Евреи и неевреи, чьи жизни пересекались каждый день, свободно заимствовали друг у друга опыт в вопросах здоровья и исцеления:

Нет области науки, в которой сотрудничество между евреями и неевреями имело место в большей степени, чем в медицине. Несмотря на все социальные, политические и религиозные ограничения — что касается христианской Европы, — в случае болезни неевреи искали средства у евреев, а евреи просили



помощи у неевреев. Это относится ко всем классам населения и к разным временам. Одна лишь медицина не признавала никаких границ. [10]

Следует подчеркнуть, насколько важным на протяжении столетий было исцеление для людей по ту сторону черты оседлости, учитывая связь исцеляющих сил с еврейскими религиозными властями: «О высокой ценности медицины можно судить по огромному количеству известных раввинов [на протяжении веков в черте оседлости], которые сами были врачами». [11]

**ЖИВОКОСТЬ ПОЛЕВАЯ**  
(*Delphinium consolida*)



- ✿ **Семейство:** Лютиковые (*Ranunculaceae*)
- ✿ **Распространенные английские названия:** Forking larkspur, rocket-larkspur, field larkspur, lark heels (Шекспир)
- ✿ **Идиш:** זשיוועקיסט, ריטערשאַפּרן
- ✿ **Иврит:** דרבנית
- ✿ **Украинское:** Сокирки польові
- ✿ **Немецкие:** Gewöhnliche Feldrittersporn, Acker-Rittersporn, Feldrittersporn
- ✿ **Польские:** Ostróżka, ostróżeczka polna, ostróżka polna
- ✿ **Русские:** Живокость полевая, шпорник, сокирки полевые

**Описание и распространение:** травянистый однолетник с тонким стержневым корнем. Прямостоячий стебель голый, в верхней части ветвистый, достигает 120 см в высоту. Листья разделены на мелкие линейные доли. Нижние очередные прикреплены к стеблям короткими черешками длиной в 5 см, тогда как более высоко

расположенные в основном сидячие. Цветки ярко-фиолетовые или голубые (редко белые или розовые) с характерным длинным шпорцем собраны в кисть. Плоды — листовки с черными ядовитыми семенами. Многие виды из рода Дельфиниум и их гибриды используются в декоративном садоводстве. Живокость полевая как сорняк часто встречается в посевах зерновых, в сухих лесах и вдоль дорог. Распространена как в Европе, так и в Северной Америке. Цветет в июне-сентябре. [139] Растение ядовито, поэтому в обращении с ним следует соблюдать осторожность, особенно детям. [140]

**Древние средства с живокостью полевой:** названием Дельфиниум (от лат. *delphinus* — дельфин) растения этого рода обязаны форме бутонов, которые, как считалось, напоминали дельфина. Несмотря на то что видовое название растения отражает его способность заживлять раны, древние игнорировали живокость полевую и вместо этого писали о близкородственном растении живокости аптечной, или вшивом корне (*Delphinium staphisagria* или *stavesacre*). Диоскорид знал, что вшивый корень ядовит, но в его время растение использовалось как рвотное, отхаркивающее и средство от вшей, от кровоточивости десен и для лечения грибка в полости рта. [141]

В эпоху Ренессанса ввезенный из Польши дельфиниум украшал классические сады и парки. [142]

В XVII в. Николас Кульпепер, описывая «*Consolida Regalis, Delphinium*», называл его «пятками жаворонка». Это имя приписывали Шекспиру, который включил его в текст вступительной песни к пьесе «Два знатных родича». Кульпепер также отмечал способность растения «противостоять яду» и «помогать при укусах ядовитых тварей». [143]

**Современное действие живокости полевой:** антигельминтное, слабительное.

**Современные применяемые части живокости полевой:** семена<sup>1</sup>.

**Живокость полевая в современном траволечении:** к концу 1960-х — началу 1970-х годов американские травники обнаружили, что само растение живокости слишком слабо как лекарственное

---

<sup>1</sup> В России в народной медицине используются также трава (стебли, листья, цветки) и отдельно цветки. — *Прим. бот. ред.*

средство, а при употреблении в больших количествах токсично. В лучшем случае ее семена считаются средством для уничтожения вшей или других внешних паразитов. [144]

**Живокость полевая в европейском траволечении начала XX в.:** в 1930-х годах в Британии живокость полевая была описана как идентичный вшивый корень как по лечебным свойствам, так и по токсичности. В первую очередь его употребляли наружно для уничтожения вшей и гнид; в Первую мировую войну солдаты в окопах применяли его таким образом с большим успехом. Титрованная настойка из семян также считалась полезной для лечения спазматической астмы и водянки. Сок, выжатый из листьев, считался полезным в лечении кровоточащего геморроя. Варенье из цветков растения считалось «отличным лекарством» от сильной рвоты у детей; другой препарат из растения предназначался для подавления колик.

На Британских островах и в Северной Америке траву живокости использовали в качестве синего красителя. [145]

На рубеже XX в. словацкие народные медики давали отвар травы живокости для избавления от такого симптома, как наличие крови в моче. Женщинам давали этот чай после родов, чтобы ускорить выведение последа. Словаки также жгли высушенную траву для лечения рожистого воспаления. [146]

В Польше XX в. родственный вид, живокость высокая (*Delphinium elatum*), все еще встречалась в дачных садах, и женщины клали ее листья под простыни, чтобы отпугнуть блох. Корень живокости пили с молоком для укрепления слабого сердца. [147] В русской народной медицине цветки растения применяли как глистогонное и мочегонное средство. [148]

**Живокость полевая в траволечении ашкенази черты оседлости начала XX в.** [149]: в черте оседлости в период между войнами живокость полевая была обычным сорняком: ее можно было найти на полях, на сельскохозяйственных угодьях и вдоль дорог. Широко применялась в народной медицине Восточной Европы.

В Ладыжине народные знахари готовили отвар цветков или всего растения в качестве мочегонной настойки.

Этот же препарат в Бирзуле давали при болезнях почек.

В Черкассах народные знахари полагались на живокость полевую для лечения диареи, кровавого поноса и дизентерии.

В Корсне ее предлагали от болей в желудке.

Это же средство целители в Ромене и Анаполе давали страдающим запорами.

Подобный отвар часто давали женщинам для остановки кровотечения, стимуляции менструации или для изгнания последа в Рицеве, Полоне, Литине, Уланове, Коленивке, Коростене, Махновке, Бирзуле, Каневе, Черкосе, Богослове, Звенигородке, Любашивке, Саврани, Балте, Базилии, Монастырище и Браславе. Такое плацентарное использование аналогично вышеупомянутому у словаков той же эпохи.

В Кресилеве настойка или отвар из сухих цветков живокости служили средством от зубной боли.

Отвар из нарезанных на кусочки корней, смешанных с вахтой трехлистной, или трифолью (*Menyanthes trifoliata*) и почками березы и сосны, применяли в Киеве при туберкулезе. Кроме того, местно применяли отвар корней растения в виде компрессов и припарок на опухоли.

В Ромене, Шварц-Тимехе, Ладыжине водный настой растения или его цветков служил мочегонным средством в народной ветеринарии.

В Рицеве, Бердичеве, Староконстантинове, Виннице, Литине, Коростене и Махновке тот же настой на водной основе применяли, когда коровы не могли отделить послед после отела.

В Ромене и Хадиче отвар живокости давали животным как вяжущее средство для лечения диареи.

Цветки растения также использовались как синяя краска для ткани. Такое использование было зафиксировано в Великобритании и в Северной Америке.

# Содержание

**ПРЕДИСЛОВИЕ** ..... 7

**ЧАСТЬ I. История народных целителей ашкенази.** ... 12

Теория куриного супа ..... 13

Народная медицина ..... 13

Растения и народная медицина ..... 14

Препятствия к знакомству с народными традициями ашкенази .. 15

Ашкенази и черта оседлости..... 16

«Пикуах нефеш»..... 18

Ранние целители ашкенази в черте оседлости..... 18

Баалей-шем..... 19

Книги о лекарствах..... 21

Некоторые травы, упомянутые в ранних пособиях о лечении..... 22

Ранние еврейские врачи..... 24

Ранние аптеки..... 24

Ранние еврейские фельдшеры..... 25

Изменения, принесенные Просвещением..... 31

Современные врачи и больницы ..... 35

Современные еврейские фельдшеры..... 37

Современные фармацевты ..... 40

Нехватка лекарств, сбор растений и народные знания ..... 42

Женщины-целительницы и акушерки..... 44

Экспедиция Ан-ского ..... 51

Забутые народные целительницы ..... 52

Кормилица..... 61

Плакальщицы и скорбящие..... 62

Прочие знания о лекарственных растениях..... 65

В заключение: возможности..... 65

## **ЧАСТЬ II. *Materia Medica* .....69**

Предисловие к <i>Materia Medica</i> .....	69
АЛОЭ ДРЕВОВИДНОЕ ( <i>Aloe arborescens</i> ).....	72
ГОРЕЦ ПТИЧИЙ, ИЛИ СПОРЫШ ( <i>Polygonum aviculare</i> ).....	78
ДУБ ЧЕРЕШЧАТЫЙ ( <i>Quercus robur</i> ).....	84
ЖИВОКОСТЬ ПОЛЕВАЯ ( <i>Delphinium consolida</i> ).....	91
ЗВЕРОБОЙ ПРОДЫРЯВЛЕННЫЙ ( <i>Hypericum perforatum</i> ).....	95
ЗЕМЛЯНИКА ЛЕСНАЯ ( <i>Fragaria vesca</i> ).....	104
КИРКАЗОН ЛОМОНОСОВИДНЫЙ ( <i>Aristolochia clematitidis</i> ).....	110
КЛЕВЕР ЛУГОВОЙ ( <i>Trifolium pratense</i> ).....	115
КЛЕВЕР ПОЛЗУЧИЙ ( <i>Trifolium repens</i> ).....	121
КЛОПОВНИК МУСОРНЫЙ ( <i>Lepidium ruderales</i> ).....	124
КРАПИВА ЖГУЧАЯ ( <i>Urtica urens</i> ).....	129
КУВШИНКА БЕЛАЯ ( <i>Nymphaea alba</i> ).....	137
ЛАПЧАТКА ГУСИНАЯ ( <i>Potentilla anserina</i> ).....	142
МАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ ( <i>Rubus idaeus</i> ).....	149
МУСКАТНЫЙ ОРЕХ ( <i>Myristica fragrans</i> ).....	155
ОКОПНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ ( <i>Symphytum officinale</i> ).....	162
ОЧИТОК ЕДКИЙ ( <i>Sedum acre</i> ).....	169
ПИОН ЛЕКАРСТВЕННЫЙ ( <i>Paeonia officinalis</i> ).....	173
ПОДОРОЖНИК БОЛЬШОЙ ( <i>Plantago major</i> ).....	179
ПОЛЬИнь ГОРЬКАЯ ( <i>Artemisia absinthium</i> ).....	186
ТАВОЛГА ОБЫКНОВЕННАЯ ( <i>Filipendula hexapetala</i> ).....	195
ФИАЛКА УДИВИТЕЛЬНАЯ ( <i>Viola mirabilis</i> ).....	201
ХАТЬМА ТЮРИНГЕНСКАЯ ( <i>Lavatera thuringiaca</i> ).....	207
ХВОЩ ПОЛЕВОЙ ( <i>Equisetum arvense</i> ).....	215
ЦИКОРИЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ ( <i>Cichorium intybus</i> ).....	221
ЧЕРНОКОРЕНЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ ( <i>Cynoglossum officinale</i> ).....	228
ЧИСТОТЕЛ БОЛЬШОЙ ( <i>Chelidonium majus</i> ).....	233

## **Часть III. Послеcловие .....239**

ПРИЛОЖЕНИЕ I: Упомянутые в <i>Materia Medica</i> города черты оседлости, со значительным населением ашкенази, около 1926 г.....	243
---	-----

ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Авторы источников, на которые есть ссылки в тексте, в хронологическом порядке.....	250
ГЛОССАРИЙ.....	252
Растительные препараты.....	252
Действия растительных препаратов, пояснение некоторых терминов.....	252
Медицинские термины.....	254
Разное.....	255
<b>ПРИМЕЧАНИЯ.....</b>	<b>256</b>
Часть I.....	256
Часть II.....	261
Materia Medica.....	261
Часть III.....	275
<b>БИБЛИОГРАФИЯ.....</b>	<b>276</b>
<b>БЛАГОДАРНОСТИ.....</b>	<b>283</b>
<b>ОБ АВТОРАХ.....</b>	<b>284</b>