

Historia badań etnobotanicznych i spis roślin dziko rosnących
użytkowanych na Podhalu

**The history of ethnobiological studies and the list of wild plant
species used in the Podhale region**

Dominika Kustos^{1,2}

1. Instytut Ochrony Przyrody, Polska Akademia Nauk, al. A. Mickiewicza 33, 31-120 Kraków
2. Wydział Biotechnologii, Uniwersytet Rzeszowski, ul. Pigonia 1, 35-310 Rzeszów
e-mail: kustos@iop.krakow.pl

Abstract. This work is a review of wild plants used in the Podhale region since the beginning of the 19th century until the present. Seventy-four sources were used. The use of at least 193 taxa from 68 plant families was recorded (not including 33 unidentified names of plants). Among them 68 taxa were used as food, 117 as medicine, 10 in building crafts, 20 for making everyday utensils and furniture, 82 in religious or magic rituals, and 83 had other uses, such as cosmetics, bedding for animals etc.

Key words: ethnobotany, wild edible plants, medicinal plants, plant use

Wstęp

Podhale od dawna cieszy się ogromnym zainteresowaniem badaczy. Jest to region zwarty etnograficznie i geograficznie, który przez dziesięciolecia nie ulegał procesowi urbanizacji zachowując wiele zwyczajów i cech tradycyjnej kultury (Kowalska-Lewicka 1958). Dopiero gdy dzięki staraniom hr. Władysława Zamoyskiego w 1899 r. zbudowano linię kolejową, Zakopane i jego okolice stały się regionem łatwiej dostępnym dla turystów i szybko rozwijającym się. Po I wojnie światowej rozwój Podhala bardzo przyspieszył, co wiązało się także z przyływem obcej ludności (Ptak 2010). Jednakże górale nie tylko zachowali swoją odrębność kulturową, z której zawsze byli dumni, ale wciąż ją pieczołowicie pielęgnują i praktykują (Dziadowiec 2010). Reinfuss określa to nawet zjawiskiem *podhalańskiego fenomenu* pisząc, że pozwala on Podhalanom „zachować i rozwijać obok miejskiej cywilizacji swą tradycyjną kulturę, która w innych regionach cofa się i zanika”. Co więcej, autor zauważa, że

Podhalanie „potrafili nie tylko przyswoić sobie zdobycze współczesnej cywilizacji, nie tracąc swej tradycyjnej kultury, ale jeszcze tę odziedziczoną po dziadkach tradycję w twórczy sposób rozwijają (...). Na tle ogólnej niwelacji kultury ludowej w Polsce to, co widzimy na Podhalu, stanowi fenomen nie posiadający analogii” (Reinfuss 1988). Dla badaczy Podhale jest ciekawe także dlatego, że obok dwu podstawowych dla wszystkich wsi polskich dziedzin produkcji, czyli rolnictwa i hodowli bydła typu nizinnego występuje tutaj także pasterstwo polaniarskie i wysokogórskie, które miało, i wciąż ma, ogromny wpływ na specyfikę lokalnego folkloru. Biorąc pod uwagę powyższe argumenty etnografowie już w XIX w. zaczęli badać teren Podhala. Niniejszy artykuł jest próbą kompilacji rozproszonych informacji na temat różnych sposobów wykorzystania roślin dziko rosnących na terenie Podhala pochodzących z 60 etnograficznych publikacji naukowych, w tym z archiwalnych wywiadów etnograficznych znajdujących się w zbiorach Muzeum Tatrzańkiego im. dra Tytusa Chałubińskiego w Zakopanem (Dokumentacja opisowa [...] 1976–1978) oraz w „Polskim Atlasie Etnograficznym” (Kania [ca. 1948], Halaszka [ca. 1948], Skupień-Florek 1949) oraz z listów będących odpowiedzią na ankietę J. Rostafińskiego (Odpowiedzi na ankietę [...] 1883).

Podhale i historia jego zaludnienia

Jedną z pierwszych trudności, na które natrafiają badacze Podhala jest definicja granic tego regionu. Niestety, interpretacji jest wiele, a dodatkowe zamieszanie wprowadza termin Podhala Skalnego i Podhala Niżnego. Biorąc pod uwagę granice administracyjne, Podhale powinno obejmować swym obszarem powiat nowotarski. Jeśli za kryterium uzna się gwarę góralską, to tzw. archaizm podhalański sięga aż po Myślenice. Wyznacznikiem regionu nie może być też strój podhalański (Kowalska-Lewicka 1958). Dlatego na rzecz tej pracy definicję granic Podhala przyjęto za terminologią z „Wielkiej Encyklopedii Tatrzańskiej” gdzie jest ono opisane jako kraina: „leżąca pod Tatrami po ich północnej stronie, w górnym dorzeczu Dunajca. (...) Podhale obejmuje całe górne dorzecze Dunajca od Czorsztyna w górę z wyjątkiem polskiej części Zamagurza Spiskiego, tj. terenów leżących na wschód od rzeki Białki. Podhale sięga więc na południu do stóp Tatr; na zachodzie do działu wodnego (miejscami bardzo niskiego) między dorzeczem Dunajca a Orawy; na północy do linii wododziałowej biegnącej przez Żeleznickie Pasma, Sieniawską Przełęcz, Gorce, Knurowską Przełęcz i Pasma Lubania po szczyt Lubań (1225 m); stąd granica Podhala schodzi na południe do Czorsztyna, skąd biegnie na zachód w górę Dunajcem do ujścia Białki, którą w górę na południe do Tatr, z tym że wieś Nowa Biała (leżąca obecnie na lewym brzegu Białki) należy nie do Podhala, ale do Spisza. Podhale znajduje się całkowicie na obszarze Polski, graniczy z Orawą, Spiszem i Tatrami Polskimi” (Radwańska-Paryska & Paryski 1995).

Szacuje się, że pierwsze osady na Podhalu pojawiły się w XIII w. i były założone przez osadników z Niżu Polskiego. W okresie tym teren Podhala należał w całości do zakonu cystersów. Następnie ok. XV w. na te tereny zaczęli przybywać pasterze wołoscy, którzy wędrowali wzdłuż łuku Karpat. To ich kultura, wierzenia i zwyczaje pasterskie miały największy wpływ na przekształcenie wcześniej bardziej rolniczej kultury Podhala (Dziadowiec 2010). Na Góralstwie wpływ miały także inne nacje występujące na tych kresowych obszarach, m.in.: Rusini, Sasi Spiszy, Słowacy i Węgrzy. Jednakże uważa się, że ich znaczenie było minimalne, a w literaturze jest niejednokrotnie przeceniane (Kroh 2000). Trzeba podkreślić jednak fakt, że górale należą do jednej z najbardziej zróżnicowanych etnograficznie grup, a przez to stanowią niezwykle ciekawy obiekt badań.

Metodyka

Analizie poddane zostały dane etnobotaniczne zawarte w 74 źródłach (pochodzących z lat 1815–2018), w tym trzech listach skierowanych do Józefa Rostafińskiego (Odpowiedzi na ankietę [...] 1883), 71 wywiadach etnograficznych znajdujących się w zbiorach Muzeum Tatrzańskiego im. dra Tytusa Chałubińskiego w Zakopanem (Dokumentacja opisowa [...] 1976–1978), a także w szesnastu wywiadach znajdujących się w „Polskim Atlasie Etnograficznym” (Kania [ca. 1948], Hałasza [ca. 1948], Skupień-Florek 1949). Pod uwagę brano jedynie rośliny rosnące w stanie dzikim, pomijając te uprawiane w przydomowych ogródkach i na roli. Jeśli w jakimś przypadku nie dało się określić dokładnie gatunku, a rośliny te mogły występować w stanie dzikim jak i być uprawiane (np. *Lilium* sp., *Papaver* sp.), to dodano je do spisu. Jednak z tego powodu z listów skierowanych do Józefa Rostafińskiego, w których mowa jest o Podhalu, wzięto pod uwagę jedynie trzy: Jana Bodnarskiego, Ludomira Sykutowskiego i Jana Złóży (Odpowiedzi na ankietę [...] 1883). Tomasz Klimonda w liście z dnia 22.07.1883 r. wspomina o bardzo małym dzikim lnieniu (*Linum catharticum* L.), który rośnie na polach w Bystrem koło Zakopanego oraz okolicy Czarnego Dunajca (na jałowych polach między owsem). Nie podaje jednak informacji o jego użytkowaniu, dlatego list ten w niniejszej pracy został pominięty. W przypadkach, gdy podane były jedynie lokalne nazwy roślin, ich identyfikacji dokonywano na podstawie „Słownika gwarowego góralskich nazw roślin z Tatr i Podtatrza” (Radwańska-Paryska 1992) lub podawano przybliżone oznaczenie, jeśli nazwa jest szerzej stosowana w Polsce. Natomiast aktualne nazwy łacińskie zostały podane zgodnie z pracą „Flowering plants and pteridophytes of Poland. A checklist” (Mirek et al. 2002). Dodatkowe wyjaśnienia odnośnie nazewnictwa znajdują się w Załączniku 1.

Tabela 1. Charakterystyka źródeł literaturowych wykorzystanych do stworzenia listy taksonów użytkowanych na terenie Podhala.

Autor	Rok publikacji	Główny temat	Miejsce badań	Liczba wymienionych taksonów roślin użytkowanych przez ludność Podhala
Staszic S.	1815	geologia	Polska	3
Goszczyński S.	1853	historia, przyroda	Tatry	5
Trippin T.	1856	przyroda	Tatry	1
Stęczyński B. Z.	1860	przyroda	Tatry	2
Janota E. & Nowicki M.	1865	ochrona zwierząt	Podhale	4
Kopernicki I.	1876	medycyna, wierzenia	Polska	1
Gustawicz B.	1882	przysłowia i podania	Polska	50

Köhler P. - Listy – odpowiedzi na ankietę Józefa Rostafińskiego (listy od: Ludomira Sykutowskiego, Jana Złóży i Jana Bodnarskiego)	1883 (2018)	różne aspekty etnobotaniki	Podhale	40
Eljasz-Radzikowski S.	1888	przyroda	Tatry	2
Mátyás K.	1891	gwara	Nowy Sącz i okolice	3
Udziela M.	1891	medycyna i przesady	Posła	10
Witkiewicz S.	1891	przyroda	Tatry	2
Talko-Hryncewicz J.	1893	medycyna ludowa	Ruś południowa	2
Eljasz-Radzikowski S.	1897	etnografia	Zakopane	29
Żegota P.	1899	etnografia	Tatry	1
Eljasz-Radzikowski S.	1901	historia Zakopanego	Zakopane	5
Zdziarski S.	1901	skarby tatrzańskie	Tatry	2
Matlakowski M.	1901	motywy zdobnicze	Zakopane	25
Eljasz-Radzikowski S.	1903	skarby tatrzańskie	Tatry	3
Chrościński M.	1905	historia, przyroda	Tatry	5
Potkański K.	1905	wierzenia	Podhale	1
Kantor J.	1907	etnografia	Czarny Dunajec	5
Bogatyński W.	1912	etnografia	Nowy Targ	1
Chybiński A.	1924	instrumenty muzyczne	Podhale	13
Fischer A.	1926	wierzenia	Nowy Targ	2
Maurizio A.	1926	pożywienie, rolnictwo	świat	1
Biegeleisen H.	1929	medycyna	Polska	1
Moszyński K.	1929	etnografia	Polska	1
Zborowski J.	1932	etnografia	Podhale	1

Roj-Kozłowska H.	1947	etnografia	Podhale	8
wywiady etnograficzne, kwestionariusze nr 1-4, „Polskiego Atlasu Etnograficznego” (Kania, Halaszka, Skupień-Florek)	1948-50	wywiady etnograficzne	Biały Dunajec – Stołowe, Poronin, Szaflary	19
Gwizdź F.	1949	etnomedycyna	Podhale	14
Gentil-Tippenhauer W.	1954	etnografia	Podhale	3
Jostowa W.	1954a	żywnienie	Podhale	30
Jostowa W.	1954b	żywnienie	Podhale	8
Kowalska-Lewicka A.	1957	zwyczaje	Podhale	1
wywiady etnograficzne, kwestionariusz nr 6, „Polskiego Atlasu Etnograficznego” (Jankowska)	1964	etnografia	Powiat Nowy Targ	34
Antoniewicz W.	1966	architektura i plastyka	Podhale	11
Antoniewicz W. (praca zbiorowa: Bazińska B., Starek E., Jostowa W.)	1967	etnografia	Podhale	35
Kolberg O.	1968	etnografia	Podhale	3
Bejnarowicz J.	1969	medycyna	Podhale	14
Kural B.	1972	skrzynie	Podhale	2
Kroh A.	1972	strój	Podhale	4
Malkiewicz K. & Zambrzyca A.	1974	fajki	Podhale	5
Kural B.	1974	skrzynie	Podhale	1
Hensłowa M.	1976	etnobotanika	Polska	1
wywiady etnograficzne ze zbiorów Muzeum Tatrzańskiego im. dra Tytusa Chałubińskiego w Zakopanem (Dokumentacja opisowa [...])	1976–1978	wywiady etnograficzne (gł. z cieślami)	Maniowy, Poronin Tatrzański	65 (nie licząc mchów i grzybów)
Jostowa W.	1978	obrzędy religijne	Podhale	27
Jost H.	1979a	budownictwo	Podhale	3
Jost H.	1979b	budownictwo	Podhale	2

Zegadłówna Z.	1985	żywienie	Zakopane	1
Kawałko M. J.	1986	zioła	Polska	3
Kantor R.	1991	etnografia	Podhale	28
Mirek Z.	1992	przyroda	Tatry	1
Radwańska-Paryska Z.	1992	etnografia (gwara)	Podhale	31
Jost H.	1994	folusze	Podhale	4
Tylkowa D. (praca zbiorowa: Maleta & Fryś-Pietraszkowa, Baniowska & Jagieła, Szromba-Rysowa, Hermanowicz-Nowak, Lehr, Kwaśniewicz, Tylkowa)	2000	etnografia	Podhale	54 (nie licząc grzybów)
Kamocki J.	2000	etnografia	Podhale	1
Kulig M.	2003	budownictwo	Podhale	2
Guzik C.	2004	etnografia	Podhale	1
Tondos B.	2004	styl zakopiański	Podhale	7
Rak Z.	2007	łyżniki	Podhale	13
Szybisty T.	2007	sposób zakopiański	Podhale	6
Banach K.	2008	zdobienie serków owczych	Podhale	1
Święch J. & Trebunia- Staszal S.	2008	obrzędy religijne	Podhale, Rzeszów	5
Zajac E.	2008	żywienie	Podhale	2
Bentkowska-Mitana A.	2012	architektura sakralna	Podhale	2
Wdowiak A.	2013	alkohol	Polska	3
Haratyk A.	2014	etnografia	Podhale	8
Bachleđa-Dorcarz W.	2015	etnografia (zwyczaje baców)	Podhale	4
Mackoś-Iwaszko E. & Lubiarz M.	2015	ornamenty roślinne	Podhale	20
Kujawska M., Łuczaj Ł, Sosnowska J., Klepacki P.	2016	wierzenia i zwyczaje ludowe	Polska	71
Łaś J.	2016	architektura	Podhale	6
Rak Z.	brak danych	fajki	Podhale	3

	[bd]			
--	------	--	--	--

Historia dokumentowania sposobów użytkowania roślin na Podhalu

W Wielkiej Encyklopedii Tatrzańskiej możemy przeczytać, że „W dokumentach nazwa Tatr pojawia się po raz pierwszy w 1086 w przywileju ces. Henryka IV dla biskupstwa praskiego, w postaci Triti czy Tritri. Następnie przed 1125 występuje - powtórzona z poprzedniego dokumentu w poprawionej postaci - w rękopisie kronikarza czeskiego Kosmasa w formie Tatri, która przez różnych wydawców tego rękopisu była źle odczytana i podawana jako Tryn, Tritri, Triti, Tryti itd. W źródłach węg. z XII-XIV w. nazwa istnieje w postaci Turtur, Turtul, Tortol, Tarczal, Alpes Tatarum itd. W pol. źródłach nazwa pojawia się od 1255 w tej samej postaci, co dziś: Tatry. W druku nazwa ukazuje się po raz pierwszy w 1549 w formie Tatri, w pracy G. Wernhera *De admirandis Hungariae aquis hypomnemation*, a w 1639 w formie Tatry, w dziele D. Frölicha *Medulla geographiae practicae*.” (Radwańska-Paryska, Paryski 1995). Od tego czasu aż do wieku XVIII nasze góry traktowane były przez pisarzy głównie jako naturalna granica kraju. W tym miejscu należy jednak zwrócić uwagę, że w XVII wieku, po 30 latach pracy (ok. 1580–1610), wydany został „Zielnik Herbarzem z ięzyka Łacinskiego zowią (...)” (1613). Autor tego dzieła, Szymon Syreński (Syreniusz) (ok. 1540–1611), opisał w nim 765 roślin podając głównie ich zastosowanie w lecznictwie ludzi i zwierząt oraz wykorzystanie w gospodarstwach domowych. Przy każdym gatunku podaje on także miejsce jego występowania. W kilku przypadkach są to Tatry (np. *Gentiana punctata*, *Panax herculeum*). Ponieważ jednak z dzieła tego nie wiemy, czy rośliny te były wykorzystywane w opisany sposób przez ludność Podhala, nie zostało ono uwzględnione w niniejszej pracy.

Dopiero we wspomnianym XVIII wieku, zarówno w Polsce jak i całej Europie, zaczęło rosnąć zainteresowanie codziennym życiem ludzi (Piksa 1995). W latach 1745–1746 i 1754–1764, opublikowana została jedna z pierwszych polskich encyklopedii pt.: „Nowe Ateny (...)”, napisana przez jezuitę Benedykta Joachima Chmielowskiego (1700–1763). To w niej po raz pierwszy pojawia się wzmianka o zbieraniu ziół na terenie Tatr, które następnie sprzedawane były do aptek. Z późniejszych źródeł dowiadujemy się, że osoby zarabiające w ten sposób na życie nazywane są *korzeniarzami* (Kujawska et al. 2016). Niezwykle ważnym dziełem, zawierającym dane etnobotaniczne z badanego terenu jest powstały w XVIII wieku zielnik Brata Cypriana z Czerwonego Klasztoru (jego prawdziwe imię i nazwisko to Franz Ignatz Jäschke (1724–1775)). W niniejszej pracy publikacja ta nie została ujęta ponieważ autorka skupiła się na literaturze powstałej na terenie Polski. Łączna liczba gatunków roślin w zielniku wynosi 264, w tym 61 zebranych w Tatrach. Wśród tych ostatnich 31 ma opisane stanowiska, z których je zebrano (Radwańska-Paryska 1985). W roku 1815 opublikowana została pierwsza syntetyczna praca z zakresu geologii Tatr pt.: „O ziemiorodztwie Karpatów i innych gór i równin Polski” Stanisława Staszica (1755–1826). Choć dzieło to pozostawia wiele wątpliwości co do jego znaczenia naukowego (Maślankiewicz 1956), to pojawiają się w nim informacje o trzech gatunkach drzew wykorzystywanych powszechnie przez górali (kosodrzewina, limba i cis).

Narodziny etnografii w Polsce miały praktycznie miejsce w wieku XIX. To w tym czasie Oskar Kolberg zaczął gromadzić materiały etnograficzne z terenu całej Polski wówczas nie istniejącej jako suwerenny kraj. Materiały z Podhala znalazły się w dwóch tomach

opracowań pt. „Góry i Podgórze”, opublikowanych po jego śmierci (Kolberg 1968) i dotyczą głównie pieśni góralskich – inne informacje, w tym etnobotaniczne, są bardzo nieliczne. Jak można przeczytać we wstępie do tego dzieła, O. Kolberg zaniedbał dokładne badanie Podhala na rzecz innych mniej etnograficznie poznanych regionów Polski. Inna praca zawierająca dane etnograficzne dotyczące obszaru całego kraju to „Podania, przesady, gadki i nazwy ludowe w dziedzinie przyrody” (1881, 1882) Bronisława Gustawicza (1852–1916). W części drugiej, dotyczącej świata roślin (1882) autor, podaje aż 48 gatunków roślin, które na terenie Podhala były głównie wykorzystywane w lecznictwie i/lub zwyczajach i obrzędach o charakterze religijnym.

Rok później Józef Rostafiński ogłosił ankietę, na podstawie której planował badać historię roślin uprawnych w Polsce. Ankietę tę zdecydowanie można uznać za pierwszy czysto etnobotaniczny większy zbiór danych w naszym kraju. Warto podkreślić fakt, że w ankiecie tej kilkanaście pytań dotyczyło także roślin dziko rosnących (na ok. 70 pytań w najobszerniejszej wersji ankiety) (Köhler 1993). W odpowiedzi na ankietę autor otrzymał prawie 860 listów od około 370 respondentów, z których jedynie część się zachowała (Köhler 2015). Oprócz informacji na temat użytkowania i lokalnego nazewnictwa roślin uprawnych oraz dziko rosnących w dwóch odpowiedziach na ankietę, pochodzących z terenu Podhala, pojawiły się informacje na temat warmuzu (nazw potrawy występuje w wariantach *warmuz*, *warmus* i *warmuż*), czyli zupy przygotowywanej z dziko rosnących roślin zbieranych wczesną wiosną, którą jedzono w czasach głodu (Odpowiedzi na ankietę [...] 1883).

Kolejnym autorem, w którego pracach pojawiają się informacje etnobotaniczne, był Stanisław Eljasz-Radzikowski (1869–1935). Wprawdzie dotyczą one zasadniczo historii i etnografii Podhala, to łącznie opisanych zostało tam użytkowanie aż 36 roślin (Eljasz-Radzikowski 1897, 1901).

Warto także wspomnieć, że w XIX wieku zaczęto także publikować „spiski tatrzańskie”, czyli staropolskie, rękopiśmienne *quasi*-przewodniki tatrzańskie, które miały wskazać czytelnikowi drogę do ukrytych w górach skarbów. Można w nich znaleźć informacje na temat roślin o znaczeniu magicznym, np. w spisku Chrościńskiego (1905) znalazła się ciekawa informacja, że *Lunaria* ma moc przemienienia zwykłego kruszcu w złoto.

Ogromny wpływ na rozwój badań na Podhalu miała rozwijająca się na tym terenie w XIX wieku turystyka. Z historycznych danych literaturowych wiadomo, że pierwszą turystką w Tatrach była Beata z Kościeleckich Łaska, która 11 czerwca 1565 r. odbyła wycieczkę w Góry Śnieżne (Nyka 1961, Radwańska-Paryska & Paryski 1995). Wiadomo także, że w okresie renesansu w Tatrach odbywały się wycieczki szkolne, które zostały opisane m. in. przez Ivana Houdeka w książce „Osudy Vysokých Tatier” (Houdek 1936, Piksa 1995). W XIX wieku zaczęły powstawać pierwsze przewodniki po Tatrach i opisy odbytych wycieczek. Jednym z nich jest wydany w 1853 r. „Dziennik podróży do Tatrów” Seweryna Goszczyńskiego (1801–1876). Choć cel tej publikacji jest zupełnie inny, to w niej można również odnaleźć informacje na temat sposobów użytkowania roślin. Jak pisze Piksa (1995): „publikacja ta dała podwaliny pod przyszły rozwój badań etnograficznych”. Jednak dopiero po wybudowaniu w roku 1899 r. kolei do Zakopanego (wcześniej prowadziła ona jedynie do Chabówki) miasto zaczęło się dużo szybciej rozwijać, a dzięki ułatwionej komunikacji rzesze turystów i artystów przyjeżdżała tutaj podziwiać Tatry (Nowak 1988). Druga połowa XIX wieku, to także czas, kiedy ludzie zaczęli baczej zwracać uwagę na zagrożenia przyrody spowodowane działalnością ludzi. W tym czasie zaczęto pisać o potrzebie ochrony tatrzańskiej przyrody zwracając jednak główną uwagę na zwierzęta, a nie na rośliny. Przykładem może być „Upomnienie Zakopianów oraz wszystkich

Podhalańców aby nie tępił świstaków i kóz” napisane przez Eugeniusza Janotę i Maksymiliana Nowickiego (1865), w którym opisane jest zastosowanie czterech roślin o właściwościach leczniczych: rumianku pospolitego, centurii pospolitej, mięty i borówki czarnej.

Wiek XX jest w naszej historii okresem niezwykle burzliwym, jednak mimo wszystko to właśnie w tym czasie bujnie rozwijane były etnograficzne badania Podhala. Już w 1901 roku ukazało się jedno z najważniejszych dzieł etnograficznych Podhala – „Zdobienie i sprzęt ludu polskiego na Podhalu” Władysława Matlakowskiego (1850–1895). Etnobotanicy odnajdą w tej publikacji głównie informacje na temat sposobów wykorzystywania różnych gatunków drewna oraz roślin uwiecznionych w formie motywów zdobniczych. Co jednak bardzo ciekawe, Matlakowski jako pierwszy pisze szerzej o dziko rosnących roślinach, które stanowiły pokarm głodowy. Do roślin głodowych zalicza jedzone przez górali wczesną wiosną młode pąki drzew: buka pospolity, klonu jawora, sosny limby i świerka pospolitego. Autor wspomina także o roślinach zbieranych na warmuz oraz o perzu, którego kłącza w czasach głodu suszono i mielono na mąkę. Wymienia także 9 gatunków grzybów, które były przez górali zbierane i jedzone.

Wiek XX to także kolejny okres gwałtownych zmian zachodzących na Podhalu, spowodowanych napływem turystów oraz masową emigracją górali (głównie do USA), a także rosnącym po II wojnie światowej uprzemysłowieniu tego obszaru. Czynniki te nie pozostają bez wpływu na zmianę jakości i stylu życia mieszkańców Podhala, dlatego etnografowie starali się badać resztki zachowanej tradycji (Kowalska-Lewicka 1958). W okresie tym powstają prace na temat przedmiotów wykonywanych jako rękodzieło przez lokalnych „artystów”, których fach odchodzi już w zapomnienie. Warto wspomnieć chociażby o pracach na temat tradycyjnych instrumentów muzycznych (Chybiński 1924), drewnianych, malowanych skrzyń (Kural 1972, 1974), stroju (Kroh 1972), czy fajczarstwa (Malkiewicz & Zambrzyca 1974). Można w nich znaleźć informacje zarówno o rodzajach drewna, które jest wykorzystywane przez rękodzielników, jak i o roślinnych motywach zdobniczych. W XX wieku publikowane są także prace w całości poświęcone żywieniu górali, również głodowym (Jostowa 1954a, Jostowa 1954b, Zegadłówna 1985) oraz roślinom wykorzystywanym w medycynie (Gwiżdż 1949, Bejnarowicz 1969, Henslowa 1976, Kawalko 1986). Oczywiście wciąż przedmiotem zainteresowań etnografów pozostaje tradycyjne budownictwo góralskie (wywiady archiwalne „Polskiego Atlasu Etnograficznego” 1948–1949: (Kania [ca. 1948], Hałaszką [ca. 1948], Skupień-Florek 1949), Antoniewicz 1966, zbiory Muzeum Przyrodniczego w Zakopanem 1976–1978 (Dokumentacja opisowa [...] 1976–1978), Jost 1979, Jost 1994). Prace te, podobnie jak prace na temat rękodzielników, są nieocenionym źródłem informacji o gatunkach drewna wykorzystywanego przez mieszkańców Podhala, a także o roślinnych motywach zdobniczych. Do tematów, które niewątpliwie interesowały w XX wieku badaczy Podhala, należy zaliczyć także zwyczaje religijne, obrzędy i wierzenia. Również w tych materiałach etnobotanik odnajdzie informacje na temat sposobów użytkowania roślin dziko rosnących na tym obszarze (Potkański 1905, Fischer 1926, Kowalska-Lewicka 1957, Jostowa 1978). Na wyróżnienie zasługuje praca botaniczki i taterniczki, Zofii Radwańskiej-Paryskiej (1901–2001) pt.: „Słownik gwarowy góralskich nazw roślin z Tatr i Podhala” (1992). Mimo iż praca ta skupia się na gwarze góralskiej, to znajdziemy w niej opisane zastosowanie aż 31 gatunków roślin.

W XXI wieku widać widoczny trend zmniejszenia zainteresowania badaczy regionem Podhala. Prace, które powstały po roku 2000, zazwyczaj uzupełniają tematy, które były omawiane przez wcześniejszych badaczy np. zagadnienie architektury zakopiańskiej (Kulig 2003, Tondos 2004, Szybisty 2007, Bentkowska-Mitana 2012, Haratyk 2014, Łaś 2016). W tym

okresie na wyróżnienie zasługują dwie publikacje. Pierwsza z nich poświęcona jest motywom roślinnym w ornamentyce ludowej Skalnego Podhala (Mackoś-Iwaszko & Lubiarcz 2015). Znajdziemy w niej aż 20 gatunków roślin, które były uwieczniane przez górali na strojach i przedmiotach codziennego użytku. Druga, to obszerne opracowanie materiałów Adama Fischera pt.: „Rośliny w wierzeniach i zwyczajach ludowych” (Kujawska et al. 2016). W publikacji tej znajdziemy aż 71 gatunków roślin, które na terenie Podhala były użytkowane w medycynie, kuchni, budownictwie, do wyrobu sprzętów codziennego użytku, w zwyczajach i obrzędach religijnych, a także w weterynarii.

Podsumowując, warto zauważyć, że mimo wielu publikacji literaturowych oraz prac etnograficznych z obszaru Podhala do dnia dzisiejszego brakuje syntetycznej pracy, która skupiałaby się jedynie na sposobach użytkowania roślin dziko rosnących. W dotychczasowych publikacjach informacje na temat roślin są niekompletne i stanowią raczej dodatek do głównych badań. Wielu autorów minimalizuje znaczenie konkretnych gatunków pisząc ogólnikowo o ziołach, kwiatach czy drewnie, nie podając dokładnych nazw gatunkowych. Wynika to zapewne także z faktu, iż dotychczas tematem tym nie zajmowali się botanicy. Wyjątkiem jest wspomniana już praca Zofii Radwańskiej-Paryskiej (1992), która jednak skupiła się przede wszystkim na gwarze.

Wnioski

Efektom analizy jest spis oznaczonych 193 taksonów należących do 68 rodzin, wraz ze sposobami ich wykorzystania (Załącznik 1). W przypadku większości z nich ich nazwa gatunkowa była podana wprost, bądź możliwa do pewnej identyfikacji. Niestety, w przypadku 33 roślin nie udało się zidentyfikować taksonu do obecnej obowiązującej nazwy gatunkowej lub rodzajowej. Ponadto, w literaturze pojawiały się także zastosowania dla szyszek i żywicy, jednak żaden z autorów nie podał z jakich taksonów one pochodziły. W przypadku żywicy najprawdopodobniej chodzi o żywicę jodłową (tzw. smołę), która do dnia dzisiejszego ma wśród górali podobne zastosowanie, do tego które podawane jest w danych literaturowych.

Najwięcej taksonów użytkowanych przez mieszkańców Podhala należy do rodzin: Asteraceae (27), Rosaceae (16) oraz Lamiaceae (9). (Fig. 1).

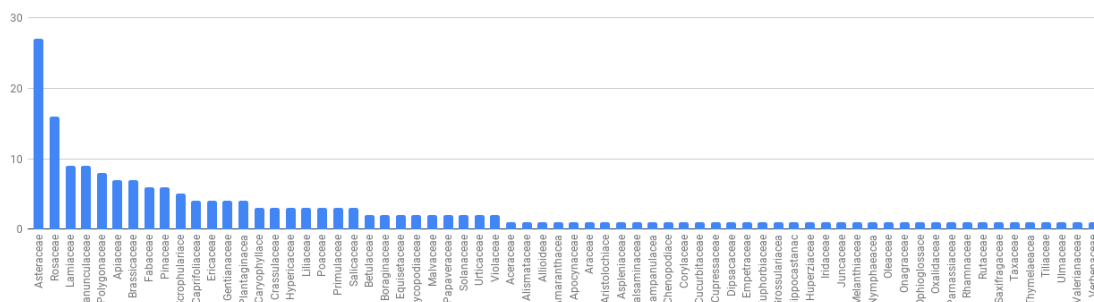


Fig. 1. Liczebność taksonów dziko rosnących roślin użytkowanych przez mieszkańców Podhala należących do poszczególnych rodzin.

Pośród wszystkich wymienionych w publikacjach taksonów roślin 68 użytkowano w celach żywieniowych z czego aż 22 było traktowane jako pokarm głodowy (*Acer*

pseudoplatanus, *Alchemilla* sp., *Carduus* sp., *Carlina acaulis*, *Carum carvi*, *Chamomilla recutita*, *Chenopodium album*, *Chenopodium bonus-henricus*, *Cirsium arvense*, *Cirsium rivulare*, *Cirsium* sp., *Fagus sylvatica*, *Hypericum* sp., *Oxalis acetosella*, *Pinus cembra*, *Polypodium vulgare*, *Raphanus raphanistrum*, *Ranunculus* sp., *Rumex* sp., *Trifolium* sp., *Tussilago farfara*, *Urtica dioica*); 117 taksonów używano do celów leczniczych; 10 w budownictwie, a 20 do wytwarzania sprzętów codziennego użytku, w tym 11 (*Acer pseudoplatanus*, *Betula* sp. *Fagus sylvatica*, *Fraxinus excelsior*, *Phragmites* sp., *Picea abies*, *Pinus mugo*, *Sambucus nigra*, *Sorbus aucuparia*, *Taxus baccata*, *Tilia* sp.) do wytwarzania tradycyjnych instrumentów muzycznych. Warto podkreślić fakt, że aż 82 taksony były użytkowane w obrzędach religijnych i magicznych (Fig. 2).

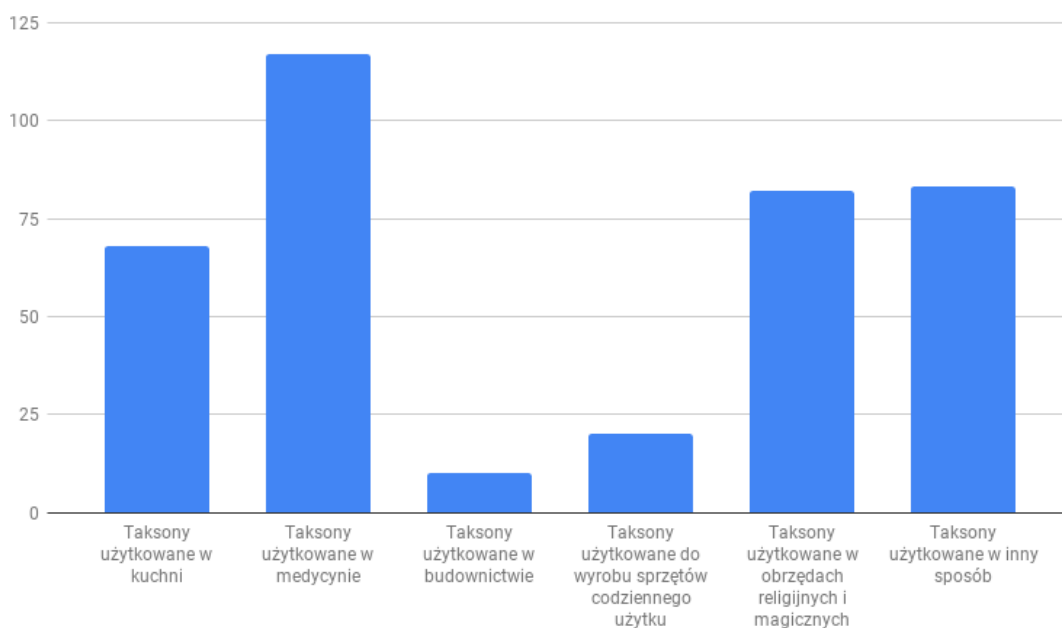


Fig. 2. Liczba taksonów roślin dziko rosnących na Podhalu użytkowanych w podziale na poszczególne kategorie sposobów użytkowania.

Co więcej, 83 taksony miały inne zastosowanie np. jako naturalne kosmetyki, wyściółka stajni itd.. Należy podkreślić fakt, że spośród tej grupy 29 taksonów (plus szyszki, których taksonu nie udało się określić) jest odzwierciedlanych w rękodzielnictwie Podhala jako motywy zdobnicze, np. na gorsetach czy w ozdobach budynków. Na uwagę zasługuje także 13 taksonów, które zbierane (*Aconitum* sp., *Doronicum clusii*, *Iris silvestris* (?), *Lycopodium clavatum*, *Phyllitis scolopendrum*, *Rosa silvestris*, *Rumex alpinus*, „rzewień poncki” (niezidentyfikowany), *Sambucus montana*, *Sambucus nigra*, *Sanicula europaea*, *Valeriana officinalis*, *Veronica* sp.) przez korzeniarzy, którzy sprzedawali je następnie do aptek.

Na podstawie analizy źródeł literaturowych (wymienionych w Tabeli 1) można stwierdzić, że wśród drzew najczęściej wymienianymi taksonami były: lipa (61 razy), jodła (53), świerk (43), modrzew (36) i wierzba (30). Natomiast wśród roślin zielnych i krzewinek najczęściej wymieniano: miętę (29), dziurawiec (26), borówkę (25), rumianek pospolity (25) oraz bylicę piołun (24).

Podsumowanie

Podhale jako region wciąż nie doczekał się syntetycznego opracowania użytkowania roślin dziko rosnących. Dotychczasowe informacje na temat sposobów użytkowania roślin dziko rosnących pochodzą głównie z danych etnograficznych. Są one jednak rozproszone i niejednokrotnie niekompletne. Wydaje się być koniecznym przeprowadzenie typowych badań etnobotanicznych, które pozwolą uchwycić obecny stan rzeczy. Dziedzictwo kulturowe, którym bez wątpienia jest wiedza na temat użytkowania dziko rosnących roślin, jeszcze w mniejszym lub większym stopniu przetrwało w pamięci starszych osób. Przekazywane z pokolenia na pokolenie (zwykle ustnie lub w postaci prywatnych notatek) przepisy, czy to na potrawy z roślin, czy lecznicze maści lub napary, nie zebrane i opublikowane mogą niebawem bezpowrotnie przepaść.

Bibliografia

- Antoniewicz W 1966. Bacówki, szałas mieszkalny i produkcyjne oraz szopy pasterskie Tatr Polskich i Podtatrza. W: (Red) W. Antoniewicz, M. Dobrowolska, T. P. Szafer (red.), Architektura i zabudowa pasterska Tatr Polskich i Podhala oraz góralska sztuka plastyczna, s. 119–156. Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław
- Bachledda-Dorcarz W 2015. Podhalański baca – pasterz, czarownik i protoplasta góralskiego zdobnictwa. *Studia Artystyczne* 3: 139–144
- Banach K 2008. Zdobienie serków owczych. *Biuletyn Koła Dialektycznego* 2: 5
- Baniowska E, Jagieła K 2000. Architektura ludowa. W: Tylkowa D. (red.), Podhale. Tradycja we współczesnej kulturze wsi, s. 171–213. Instytut Archeologii i Etnologii Polskiej Akademii Nauk, Kraków
- Bazińska B 1967. Wierzenia i praktyki magiczne pasterzy w Tatrach polskich. (Red.) W Antoniewicz W. (red.) *Pasterstwo Tatr polskich i Podhala*, s. 19–44. Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław-Warszawa-Kraków
- Bentkowska-Mitana A 2012. Detal architektoniczny budownictwa sakralnego na Podhalu. *Czasopismo Techniczne* 109(5-A/2): 28–32
- Bejnarowicz J 1969. Wiedza medyczna ludności wsi podhalańskiej. W: M. Sokołowska (red.), *Badania socjologiczne w medycynie*, s. 253–254. Książka i Wiedza, Warszawa
- Biegeleisen H 1929. *Lecznictwo ludu polskiego*. Polska Akademia Umiejętności, Kraków
- Bogatyński W 1912. *Nowotarszczyzna*. *Lud* 18: 58–78
- Chmielowski B. 1745. *Nowe Ateny Albo Akademia Wszelkiej Scyencyi Pełna : Na Rozne Tytuły, iak na Classes Podzielona, Mądrym dla Memoryału, Idiotom dla Nauki, Politykom dla praktyki, Melancholikom dla rozrywki Erigowana : Alias O Bogu [...] O Zwierzu [...] O Językach [...] / Co wsystko stało się wielką pracą y własnym kosztem Autora [...] To iest przez Xiędza Benedykta Chmielowskiego [...].* W Drukarni Pawła Iozefa Golczewskiego, we Lwowie
- Chrościński M 1905. *Opisanie ciekawe gór Tatrów*, Druk W. L. Anczyca i spółki, Kraków
- Chybiński A 1924. Instrumenty muzyczne na Podhalu. *Prace i Materiały Antropologiczno-Archeologiczne i Etnograficzne* 3: 3–141

- Dokumentacja opisowa [wywiady etnograficzne z mieszkańcami wsi]. 1976–1978. Zbiory Muzeum Tatrzańskiego im. dra Tytusa Chałubińskiego w Zakopanem, sygn. AR/NO/671/1-8
- Dziadowiec J 2010. Góralskie reprezentacje, czyli rzecz o Podhalanach i ich kulturze. *Nauki Humanistyczne* 1: 48–71
- Eljasz-Radzikowski S. 1888. Wspomnienia z pośród turni tatrzańskich. Towarzystwo Tatrzańskie, Kraków
- Eljasz-Radzikowski S 1901. Zakopane przed stu laty. W Krakowie, w Tłoczni W. L. Anczyca i Spółki
- Eljasz-Radzikowski S 1897. Polscy górale tatrzańscy czyli Podhalanie i Tatry na początku XIX w. *Lud* 3: 225–272
- Eljasz-Radzikowski S 1903. Skarby zakłete w Tatrach. W. L. Anczyc, Kraków
- Fischer A 1926 Czarownice w Dolinie Nowotarskiej. *Lud* t. 5, 3–19
- Gentil-Tippenhauer W 1954. Wytwórca ludowy na Podhalu. *Wierchy* 23: 186–194
- Goszczyński S. 1853. Dziennik podróży do Tatrów. Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław
- Gustawicz B 1881. Podania, przesady, gadki i nazwy ludowe w dziedzinie przyrody. Część 1. Zwierzęta. W Krakowie, w drukarni Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Gustawicz B 1882. Podania, przesady, gadki i nazwy ludowe w dziedzinie przyrody. Część 2. Rośliny. W Krakowie, w drukarni Uniwersytetu Jagiellońskiego
- Guzik C 2004. Wieś podhalańska i jej gospodarcze przeobrażenia w historii regionu. W: B. Izmailow (red.), *Przyroda – człowiek – Bóg*, s. 209–218. Instytut Geografii i Gospodarki Przestrzennej UJ, Kraków
- Gwizdź F 1949. "Żywa apteka" na Podhalu. *Przegląd Zielarski* 5(8–9): 119–120
- Halaszka H. [ca. 1948]. Ankieta PAE/A1/24.38.IV/01 – Szaflary (ok. Nowego Targu). Cyfrowe Archiwum Polskiego Atlasu Etnograficznego, <http://www.archiwumpae.us.edu.pl/items/show/12423>, dostęp: 2018-11.27
- Haratyk A 2014. Chata góralska jako środowisko życia rodzinnego na Podhalu (XIX – początek XX wieku). *Wychowanie w Rodzinie* 9: 243–259
- Hensłowa M 1976. Z badań nad wiedzą ludową o roślinach, I. *Hypericum perforatum* L. – Dziurawiec zwyczajny. *Slavia Antiqua* 23: 228–250
- Hermanowicz-Nowak K 2000. Strój ludowy. W: D. Tylkowa (red.), *Podhale. Tradycja we współczesnej kulturze wsi*, s. 245–299. Instytut Archeologii i Etnologii Polskiej Akademii Nauk, Kraków
- Houdek I 1936. Osudy Vysokých Tatier, Turčiansky sv. Martin, Kníhtlač. Učastin. Spolok
- Janota E, Nowicki M 1865. Upomnienie Zakopianów oraz wszystkich Podhalanów aby nie tępilі świstaków i kóz. Drukarnia C.K. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.
- Jost H 1979a. Kuźnie podhalańskie w XIX i XX w. *Kwartalnik Historii Kultury Materialnej* 2: 165–185
- Jost H 1979b. Podhalańskie drewniane konstrukcje energetyczne. *Rocznik Podhalański* 2, 79-84
- Jost H 1994. O foluszach na Podhalu. *Rocznik Podhalański* 6: 81–98
- Jostowa W 1954a. Tradycyjne pożywienie ludności Podhala. *Lud* 41: 703–727
- Jostowa W 1954b. Pożywienie pasterzy, zbójników i myśliwych tatrzańskich. *Wiedza i Życie* 21: 96–98
- Jostowa W 1967. Porzywienie pasterzy tatrzańskich. (Red.) W Antoniewicz W. *Pasterstwo Tatr polskich i Podhala*, s. 19–44. Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław-Warszawa-Kraków.
- Jostowa W 1978. Z badań nad obrzędowością doroczną w naddunajeckich wsiach północno-wschodniego Podhala. *Rocznik Podhalański* 4: 55–79.
- Kania P [ca. 1948]. Ankieta PAE/A1/24.38.XII/01-02 – Poronin (ok. Zakopanego). Cyfrowe Archiwum Polskiego Atlasu Etnograficznego, <http://www.archiwumpae.us.edu.pl/items/show/12425>, dostęp: 2018-11.27

- Kantor J 1907. Czarny Dunajec. Monografia etnograficzna. Materiały Antropologiczno-Archeologiczne i Etnograficzne, Komisja Antropologiczna Polskiej Akademii Umiejętności 9: 17–229
- Kantor R 1991. Gdzie chleb się kończy a niebo zaczyna. Kultura ludowa Zakopanego i okolic. W: R. Dutkova (red.), Zakopane – 400 lat dziejów, s. 600–675. Krajowa Agencja Wydawnicza, Kraków
- Kamocki J 2000. Z etnografii Karpat Polskich. Wydawnictwo PTTK „Kraj”, Warszawa
- Kawałko MJ 1986. Historie ziołowe. Krajowa Agencja Wydawnicza, Lublin
- Klepacki P 2007. Etnobotanika w Polsce – przeszłość i teraźniejszość. *Analecta* 16/1–2(31–32): 191–245
- Köhler P 1993. Ankieta Józefa Rostafińskiego z 1883 roku dotycząca ludowego nazewnictwa roślin w Polsce. *Analecta* 2(2): 89–119
- Köhler P 2015. Józef Rostafiński's ethnobotanical enquiry of 1883 concerning Polish vernacular names and uses of plants. *Archives of natural history* 42(1): 140–152
- Köhler P 2018. Etnobotanika Podhala na podstawie ankiety Józefa Rostafińskiego (1850–1928) z 1883 r. *Etnobiologia Polska* 8, 39–98
- Kolberg O (aut.), Jasiewicz Z, Pawlak D.(oprac.), Miller E (red.) 1968. *Dzieła wszystkie*. T. 44. Góry i Podgórze. Część 1 i 2. Polskie Wydawnictwo Muzyczne, Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza, Kraków
- Kopernicki I. 1876. O wyobrażeniach lekarskich i przyrodniczych oraz o wierzeniach naszego ludu o świecie roślinnym i zwierzęcym: odczyt miany na I. Ogólnem Zebraniu Zjazdu Lekarzy i Przyrodników Polskich we Lwowie w r. 1875, Drukarnia Związkowa, Lwów
- Kowalska-Lewicka A 1957. Góralskie Boże Narodzenie. *Ziemia* 12(14): 21
- Kowalska-Lewicka A 1958. Badania etnograficzne na Podhalu. *Etnografia polska* 1: 240–256
- Kroh A 1972. Aktualny stan stroju podhalańskiego *Polska Sztuka Ludowa – Konteksty* 26(1): 3–10
- Kroh A 2000. Sklep potrzeb kulturalnych po remoncie. Wydawnictwo MG, [Warszawa]
- Kujawska M, Łuczaj J, Sosnowska J, Klepacki P (red.) 2016. *Rośliny w wierzeniach i zwyczajach ludowych – Słownik Adama Fischera*. Polskie Towarzystwo Ludoznawcze, Wrocław
- Kulig M 2003. *Architektura schronisk tatrzańskich*. Neriton, Warszawa
- Kural B 1972. Najstarsze malowane skrzynie podhalańskie. *Polska Sztuka Ludowa – Konteksty* 26(1): 47–56
- Kural B 1974. Podhalańskie skrzynie malowane. Cz. II, *Polska Sztuka Ludowa – Konteksty* 28(3): 159–173
- Kwaśniewicz K 2000. Zwyczaje doroczne. W: Tylkowa D. (red.), *Podhale. Tradycja we współczesnej kulturze wsi*, s. 349–380. Instytut Archeologii i Etnologii Polskiej Akademii Nauk, Kraków
- Lehr U 2000. Obrzędowość rodzinna. W: Tylkowa D. (red.), *Podhale. Tradycja we współczesnej kulturze wsi*, s. 305–343. Instytut Archeologii i Etnologii Polskiej Akademii Nauk, Kraków
- Łaguna S. Teki etnograficzne, rękopis nr 4439, Ossolineum, Wrocław
- Łaś J 2016. Drewno w architekturze i krajobrazie Podhala. *Topiarius. Studia Krajobrazowe*. Nr specjalny/2016: 33–51
- Łuczaj J 2008. Dziko rosnące rośliny jadalne w ankiecie Józefa Rostafińskiego z roku 1883. *Wiadomości Botaniczne* 52(1/2): 39–50
- Mackoś-Iwaszko E, Lubiarz M 2015. Motywy roślinne w ornamentyce ludowej Skalnego Podhala. *Etnobiologia Polska* 5: 27–40
- Malkiewicz K, Zambrzyca A 1974. Fajczarstwo na Podhalu. *Polska Sztuka Ludowa – Konteksty* 10(4–5): 209–218

- Maleta A, Fryś-Pietraszkowa E. 2000. Rzemiosło i przemysł wiejski. (Red) W: Tylkowa D. (red.), Podhale: tradycja we współczesnej kulturze wsi, s. 123–167. Instytut Archeologii i Etnologii Polskiej Akademii Nauk, Kraków
- Maślankiewicz K 1956. „O Ziemiordztwie Karpatów i innych gór i równin Polskich”, Stanisław Staszic [recenzja]. *Kwartalnik Historii Nauki i Techniki* 1/3: 592–605
- Matlakowski W 1901. Zdobienie i sprzęt ludu polskiego na Podhalu. *Zarysy życia ludowego*. Józef Peszke, Warszawa
- Mátyás K 1891. Słowniczek gwary ludu zamieszkującego wschodnio-południową najbliższą okolicę Nowego Sącza. *Sprawozdania Komisji Językowej Akademii Umiejętności* 4: 318–334
- Maurizio A 1926. Pożywienie roślinne i rolnictwo w rozwoju dziejowym. Kasa Mianowskiego, Warszawa
- Mirek Z 1992. Szarotka. Rośliny - Symbole Tatr i Podhala. Alauda, Kraków
- Mirek Z., Piękoś-Mirkowa H., Zajac A. & Zajac M. (eds) 2002. Flowering plants and pteridophytes of Poland. A checklist.. Instytut Botaniki Polskiej Akademii Nauk, Kraków
- Moszyński K 1929. *Kultura ludowa Słowian*. Tom I. Kultura materialna. Polska Akademia Umiejętności, Kraków
- Nowak Z 1988. Zaslugi Władysława Zamoyskiego dla budowy kolei Chabówka - Zakopane. *Pamiętnik Biblioteki Kórnickiej Z. 22.. Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław*
- Nyka J 1961. Beata Łaska – pierwsza turystka tatrzańska. *Wierchy* 29(1960): 78–88
[Odpowiedzi na ankietę Józefa Rostafińskiego z 1883 r.: list Ludomira Sykutowskiego (01.08.1883) z Nowego Targu, list Jan Złóża (16.07.1883) z Chochołowa, list Jana Bondarskiego (22.09.1883) z Bystrej] Muzeum Ogrodu Botanicznego UJ, akta luźne, sygn. B-74
- Otmianowska M 2016. Kilka słów o historii etnografii w Polsce. <<http://www.dziela.tracone.gov.pl/aktualnosci/144-kilka-slow-o-historii-etnografii-w-polsce>>, dostęp: 2018.11.13
- Piksa W 1995. Spojrzenie na Tatry poprzez wieki: od pierwszych wzmianek do oświecenia, *Polskie Towarzystwo Ludoznawcze, Kraków – Wrocław*
- Przyjaciół Ludu czyli tygodnik potrzebnych i użytecznych wiadomości. 1839 *Morskie Oko (Z Galicyi w obrazach)*. Nakładem Ernesta Güntera 6 (1): 2–5
- Potkański K 1905. Z wierzeń i przesądów ludu na Podhalu. *Lud* 1: 50–54
- Ptak J 2010. Dawno temu w Zakopanem. <<http://www.jacekptak.nazwa.pl/dawno temu w zakopanem.html>>, dostęp: 2018-11-25.
- Radwańska-Paryska Z 1985. Brat Cyprian z Czerwonego Klasztoru i jego zielnik. *Rocznik Podhalański* 3: 243–261
- Radwańska-Paryska Z 1992. Słownik gwarowy góralskich nazw roślin z Tatr i Podtatrza. *Tatrzański Park Narodowy, Zakopane*
- Radwańska-Paryska Z, Paryski WH 1995. *Wielka Encyklopedia Tatrzańska*. Wydawnictwo Górskie, Poronin
- Rak Z [b. r.] Fajka podhalańska, <<http://muzea.malopolska.pl/obiekty/-/a/26957/1116027>>, dostęp: 2018.11.03
- Rak Z 2007. Kolekcja łyżników w zbiorach Muzeum Tatrzańskiego w Zakopanem. *Rocznik Podhalański* 10: 147–172
- Reinfuss R 1988. Podhalański fenomen. *Polska Sztuka Ludowa – Konteksty* 42(1–2): 9–16
- Roj-Kozłowska H 1947. Materiały do kultury ludowej Podhala. *Rocznik Podhalański* 4: 163–191
- Skupień-Florek A 1949. Ankieta PAE/A1/24.38.XII/01-02-03-04 – Biały Dunajec [dzielnica Stołowe] (ok. Zakopanego). *Cyfrowe Archiwum Polskiego Atlasu Etnograficznego*, <<http://pae.us.edu.pl/items/show/12424>>, dostęp: 2018.11.27
- Starek E 1967. Ubiór pasterzy podhalańskich. (Red.) W Antoniewicz W. *Pasterstwo Tatr polskich i Podhala*, s. 45–63. Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław-Warszawa-Kraków

- Staszic S 1815. O ziemiordztwie Karpatów i innych gór i równin Polski. Drukarnia Rządowa, Warszawa
- Stęczyński BZ 1860. Tatry w dwudziestu czterech obrazach. Nakładem Księgarni i Wydawnictwa Dziel Katolickich, Naukowych i Rolniczych, Kraków
- Syreński S 1613. Zielnik Herbarzem z języka Łacinskiego zowią To iest Opisanie własne imion, kształtu, przyrodzenia, skutkow, y mocy Zioł wszelakich Drzew Krzewin y korzenia ich, Kwiatu, Owocow, Sokow Miasg, Zywic y korzenia do potraw zaprawowania Takze Trunkow, Syropow, Wodek Lekiarzow, Konfektow [...] pilnie zebrane a porządnie zapisane przez D. Simona Syrenniusia. W Drukarni Bazylego Skalskiego, Cracoviae
- Szromba-Rysowa Z 2000. Pożywienie. W: Tylkowa D. (red.), Podhale. Tradycja we współczesnej kulturze wsi, s. 219–244. Instytut Archeologii i Etnologii Polskiej Akademii Nauk, Kraków
- Szybisty T 2007. „Sposób zakopiański” i jego twórca Edgar Kovats (1849–1912). Rocznik Podhalański 10: 55–104
- Święch J, Trebunia-Staszal S 2008. Kultura ludowa Polski Południowej (Małopolski), na przykładzie dwóch grup etnograficznych: Górali Podhalańskich i Rzeszowiaków. CLT2006/A2/SE-2030 Cult Rural: Promotion of a Cultural Area Common to European Rural Communities. Uniwersytet Jagielloński Kraków, <http://cultrural.prismanet.gr/themedia/File/%20Reports/Research%20Poland_Theme3_PL.pdf>, dostęp: 2018.10.20
- Talko-Hryniewicz J 1893. Zarysy lecznictwa ludowego na Rusi południowej. Akademia Umiejętności, Kraków
- Tondos B 2004. Styl zakopiański i zakopiańszczyzna. Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław
- Tripplin T 1856. Wycieczki po stokach galicyjskich i węgierskich Tatrów. T. I. S. Orgelbrand, Warszawa
- Tylkowa D 2000. Lecznictwo ludowe. W: Tylkowa D. (red.), Podhale. Tradycja we współczesnej kulturze wsi, s. 385–416. Instytut Archeologii i Etnologii Polskiej Akademii Nauk, Kraków
- Udziela M 1891, Medycyna i przesady lecznicze ludu polskiego. Przyczynek do etnografii polskiej. Biblioteka „Wisły”, t. VII, Księgarnia M. Arcta, Warszawa. Wdowiak L 2013. Alkohol - panaceum medycyny ludowej dawnych ziem polskich w XIX stuleciu i na początku XX w. Cz. 1, Ograzka, kolera, czerwonka, laksy, boleści w dołku, żółtaczka, kolki i suchoty Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu, 19: 3, 337-343
- Witkiewicz S 1891. Na przełęczy: wrażenia i obrazy z Tatr. Nakład Gebethnera i Wolffa. Warszawa
- Zdziarski S 1901. Skarby tatrzańskie, Wisła 15: 5, 590-594
- Zając E 2008. Góralskie małe co nieco... Podhale 2: 3
- Zborowski J 1932. Ludoznawcze przyczynki do góralszczyzny. Lud 11, 65–92
- Zegadłówna Z 1985. Kuchnia góralska. Oficyna Wydawnicza Związku Podhalań, Nowy Sącz
- Żegota P 1899. Przyczynek do etnografii tatrzańskich górali. Lud 5: 120–131

Załącznik 1. Spis sposobów użytkowania roślin na Podhalu

W poniższym zestawieniu podano kolejno:

- nazwę łacińską taksonu (gatunku lub rodzaju, w sporadycznych wypadkach klasy) przyjętą za czeklistą Mirek et al. 2002. W nielicznych przypadkach braku takiej nazwy w w.w. pracy – przyjętą z innych źródeł, zaś w przypadku braku możliwości identyfikacji nazwy łacińskiej, pozostawiano nazwę oryginalną z publikacji.
- nazwę polską taksonu (przyjętą za Mirek et al. 2002). W przypadkach braku takiej nazwy w w.w. pracy lub możliwości identyfikacji taksonu, pozostawiano nazwę oryginalną
- nazwy ludowe (podane w danej(ych) publikacji(ach)); w przypadku jeśli publikacja (e) je podają
- użytkowane części (jw.)
- sposób(y) użytkowania (w formie cytatu z publikacji źródłowej i/lub własnego omówienia) i publikację źródłową (autor(zy) podawani w kolejności alfabetycznej), przy czym nazwiska: Köhler 2018/Bodnarski, Sykutowski, Złóża oznaczają informacje pochodzące z listów – odpowiedzi na ankietę J. Rostafińskiego. Jeśli zamiast autora jest nazwa miejscowości, oznacza to informacje pochodzące z wywiadów etnograficznych: Muzeum Tatrzańskie (MT/Maniowy, Poronin Tatrzański, oznaczone skrótem MT) i z kwestionariuszy Polskiego Atlasu Etnograficznego nr 1-4 z lat 1948-50 (dotyczących zbieractwa dzikich roślin jadalnych - PAE 1-2 oraz roślin leczniczych PAE 3-4) oraz kwestionariusza nr 6 z roku 1964 (Brzegi, Dzianisz, Murzasichle, Witów, oznaczone skrótem PAE 6).

Abies alba Mill., Jodła pospolita – Pinaceae

Nazwy ludowe: jodła, jedlicka, wirchowiec (szczyt jodły)

Użytkowane części: drewno, gałęzie, igliwie

Sposoby użytkowania w kuchni: Po odłupaniu kory pasterze jedzą tzw. miazgę (Köhler 2018/Bodnarski).

Sposoby użytkowania w medycynie: Syrop z młodych pędów leczy kaszel. Wywar z węgielków z drewna podawano na biegunkę (Tylkowa 2000)

Sposoby użytkowania w budownictwie: 1. Do budowy domów. Z drewna wykonywano powałę, ściany stodoły i szopy (MT/Maniowy, Bogatyński 1912, Antoniewicz 1966, Baniowska & Jagieła 2000, Haratyk 2014, Łaś 2016). 2. Do robienia skośnic – silnie nachylonych rynien umieszczanych jako łotki doprowadzające wodę do kół wodnych np. w tartakach (Jost 1994). 3. Deski na podłogę (Matlakowski 1901, Baniowska & Jagieła 2000). 4. Stępor i stępka w foluszu (Jost 1994).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Do wyrobu instrumentów muzycznych, tzw. gąśli (Chybiński 1924). 2. Do wyrobu tradycyjnych skrzyń (Kural 1972). 3. Do wyrobu cybuchów w fajkach (Malkiewicz & Zambrzyca 1974, Rak [bd]).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. W czasie Bożego Narodzenia gałęziami ozdabiano święte obrazy, wkładano je też nad drzwi, koło pieca, między okna. Podwieszane na środku sosrębu, miały symbolizować raj, w którym przebywali Adam i Ewa (MT/Maniowy, Roj-Kozłowska 1947, Kowalska-Lewicka 1957, Jostowa 1978, Kwaśniewicz 2000). 2. Z okazji wesela z gałęzi robiono wieńce przyozdabiane dodatkowo kwiatami z bibuły (MT/Maniowy). 3. Różga weselna z uciętego wierzchołka jodły o pięciu–siedmiu ramionach; przystraja się ją jabłkami, orzechami i liśćmi barwinka (Mátyás 1891). 4. W

Wigilię gospodarz przychodził do domu pierwszy przynosząc zieloną, rozwidloną w kształcie krzyża gałązkę jodły, tzw. podłazniczkę. Zatykając podłazniczkę nad drzwiami wypowiadał życzenia (Kwaśniewicz 2000, Świętych & Trebunia-Staszal 2008). 5. Położone w kształcie krzyża (trzech gałązek jodłowych z trzema rozgałęzieniami) na szmacie, przez którą przelewało się mleko, broniły go od złego (Antoniewicz 1966, Bazińska 1967). 6. Używana przez baców zamiast kropidła do święcenia owiec na hali (Kamocki 2000). 7. Święcona w czasie Matki Boskiej Zielnej (Bazińska 1967, Jostowa 1978). 8. W dniu św. Łucji z gałązek robiono krzyże i wieszano nad drzwiami w oborze (Kantor 1991). 9. Wierchowiec służy za drzewko bożonarodzeniowe. Gałązki w formie krzyża przybite w Wielki Piątek mają moc leczniczą (okadza się nimi bydło). Jodła chroni przed diabelską robotą czarowników i djabłem czyniącym na złość ludziom. Jodła przyciąga pioruny, ale przynosi też szczęście. Podczas pierwszego wygonu, wbija się na środku koszar 9 letnią jodłą z 9 warstwami gałęzi, żeby się go owce trzymały, ponieważ jodła przyciąga i przynosi szczęście (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: 1. Motyw zdobniczy (Antoniewicz 1966, Rak 2007). 2. Do ozdoby kapelusza pasterzy idących na odpust. Podłazniczką (gałązką w kształcie krzyża) bije się chore owce (gdy tłuce zaba / łamawica). Poświęconą gałązkę nosi się przy kapeluszu (Bazińska 1967).

Acer pseudoplatanus L., Klon jawor (Jawor) – Aceraceae

Nazwy ludowe: jawor

Użytkowane części: drewno, pączki, sok

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Biedni pasterze na Podhalu oskubywali jawory z pączków (Matlakowski 1901, Moszyński 1929). 2. Przed I wojną światową spożywano świeży sok (PAE 1-2) tylko przez dzieci (PAE 6).

Sposoby użytkowania w budownictwie: 1. Łożysko drewniane w foluszu (Jost 1994).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Do wyrobu naczyń (Maleta & Fryś-Pietraszkowa 2000). 2. Na ramy do obrazów (Tondos 2004). 3. Do wyrobu elementów instrumentów muzycznych, tzw. dygi, kołków, strunicy i podstawek w gaśli, do wyrobu basów, fujarek i piszczałek dowistych, do wyrobu duhaców i bąków, czyli elementów dud; z narośli na drzewie tzw. mazeru rzeźbi się głowę dud w kształcie czaszki kozy (Chybiński 1924). 4. Z drewna robione są stołki, stępki (do tłuczenia soli), kije do prania (Matlakowski 1901). 5. Z drewna wykonywano blaty stołów (Matlakowski 1901, Haratyk 2014). 6. Formy do zdobienia serków (otwarte i zamknięte) (Banach 2008). 7. Często wykorzystywane do wytwarzania cyrpoków (różnej wielkości naczyń z ozdobnym uchwytem) (Matlakowski 1901, Bachleda-Dorcarz 2015). 8. Elementy potrząsków na zwierzęta (Kujawska et al. 2016). 9. Do wyrobu łyżników (Witkiewicz 1891, Matlakowski 1901, Kantor 1991, Rak 2007). 10. Do wyrobu przenicerek (form do wyciskania parzonych serów), oscypiorek (form do wyciskania wzorów na oscypkach), czerpaków, warzech i baryłeczek na wódkę (Antoniewicz 1966). 11. Drewno do wyrobu sprzętów i narzędzi pasterskich (Bazińska 1967).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Diabeł w dzień św. Piotra i Pawła oznacza niektóre klony; jeśli ktoś będzie chciał ścinać takie drzewo, to na pewno się zrani (Goszczyński 1853). 2. Drzazgi jaworowe wciska się w drewniane naczynia (najczęściej w dno) żeby uchronić je przed czarami. Była to tzw. dusa, która chroniła także włożone do danego naczynia jedzenie oraz ogień przy którym, lub na którym gotowano owcze mleko do wyrobu sera (Bazińska 1967).

Achillea millefolium L., Krwawnik pospolity – Asteraceae

Nazwy ludowe: krwawnik, rwawnyk, derewycia, rannyk, serporiz

Użytkowane części: liście, cała roślina, sok

Sposoby użytkowania w kuchni: Suszono i kruszono, dodawano jako przyprawę do "moskali" (placków) (PAE 6)

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Napar na żółtaczkę (MT/Maniowy). 2. Pić wywar na upławy (MT/Maniowy). 3. Dobre lekarstwo na mało krwi, na krwawienie z nosa (Radwańska-Paryska 1992). 4. Dzieciom podaje się przeciw suchotom, a dorosłym zaleca się kąpiele z tym ziołem (Gustawicz 1882, Udziela 1891, Talko-Hryniewicz 1893, Gwiżdż 1949). 5. Picie mleka gotowanego z krwawnikiem zalecane jest kobietom, które przez dłuższy czas nie miały regularnych miesiączek. Po wypiciu tego wywaru powinny położyć się do łóżka i przykryć. Okładanie brzucha liśćmi, lub picie mleka (albo wody) ugotowanego z krwawnikiem leczyło morzysko [kolki] (Gustawicz 1882, Udziela 1891, Gwiżdż 1949). 6. W celu wyleczenia nieżyty żołądka okłada się brzuch liśćmi. Gotowany z mlekiem pity jest na bóle wewnętrzne, nazywane rzezaniem (rżnięciem) lub na otrzęsienie. Kobiety w ciąży leczy się tylko tym ziołem (Gustawicz 1882, Udziela 1891). 7. Stosowany przy owrzodzeniach żołądka, i w celu oczyszczenia krwi. Liście i sok służyły do tamowania krwi z ran ciętych (Tylkowa 2000). 8. Wymieszany z chlebem używano do tamowania dużych krwotoków (Bejnarowicz 1969). 9. Odwar to skuteczny lek na hemoroidy i biegunkę (Gustawicz 1882).

Inne sposoby użytkowania: Posiekany podawany jest do jedzenia młodym indykom, żeby nie zdychały (Udziela 1891).

Aconitum firmum Rchb., Tojad mocny – Ranunculaceae

Nazwy ludowe: omiag, omniak

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Żeby wyleczyć parch, świerzb i inne choroby skóry trzeba w dniu św. Jana namoczyć korzenie i posmarować tym ciało, ale nie rany skóry (Radwańska-Paryska 1992). 2. Moczy się go od 5 do 9 dni, a następnie myje tą wodą żeby pozbyć się robaków. Tak samo robi się chcąc wyleczyć świerzbiczkę (Gustawicz 1882).

Aconitum sp., Tojad – Ranunculaceae

Nazwy ludowe: tojad

Inne sposoby użytkowania: 1. Zioło zbierane przez korzeniarzy na handel (Eljasz-Radzikowski 1897). 2. Mycie się wodą z dodatkiem tojadu pomaga na robaki (Udziela 1891).

Acorus calamus L., Tatarak zwyczajny – Araceae

Nazwy ludowe: tatarak

Sposoby użytkowania w kuchni: Pieczono na nim chleb (MT/Maniowy). Tatarak nie występował i nie występuje na Podhalu. Prawdopodobnie respondent nie był rodowitym mieszkańcem Podhala i zapamiętał użytkowanie tataraku z dzieciństwa.

Aesculus hippocastanum L., Kasztanowiec pospolity (K. zwyczajny, K. biały) – Hippocastanaceae

Nazwy ludowe: kasztan

Użytkowane części: kwiaty

Sposoby użytkowania w medycynie: Okłady z kwiatów w spirytusie leczyły wszelkie choroby stawów, reumatyczne oraz bóle kości (MT/Maniowy).

Agrostemma githago L., Kąkol polny – Caryophyllaceae

Nazwy ludowe: kąkol

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Święcony na Matki Boskiej Zielnej, żeby nie rósł w owsie (Gustawicz 1882, Kujawska et al. 2016).

Alchemilla sp., Przywrotnik – Rosaceae

Nazwy ludowe: fartuszki (Matki Bożej), przywrotnik, przewrotnik, gąsiorka

Sposoby użytkowania w kuchni: Jedzono w XIX w. jako pożywienie głodowe, oraz jako składnik polewek wraz z innymi dzikimi roślinami (Matlakowski 1901, Jostowa 1954a).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Święcony na Matki Boskiej Zielnej, później okadzano nimi krowy w św. Łucji i przed pierwszym wyjściem na pastwisko. Pokruszone zioła dodawano do wody, którą pojono krowy po ocieleniu. Wszystkie te zabiegi miały je chronić przed utratą mleka spowodowaną urokiem czarownic. Z ziołami tymi baca obchodził koszar trzy razy przed ich pierwszym wiosennym pobytem w nim żeby chronić owce przed złym (Jostowa 1978).

Alisma plantago-aquatica L., Żabieniec babka wodna – Alismataceae

Nazwy ludowe: babka wodna

Inne sposoby użytkowania: Dają ją z solą owcom na mataškę (Gustawicz 1882).

Allium ochroleum Schmidt, Czosnek żółtawy – Alliioideae

Nazwy ludowe: parzątka

Sposoby użytkowania w kuchni: Do przyprawiania rosółu gotowanego z baraniny przez pasterzy w bacówkach (Jostowa 1967).

Alnus sp., Olsza – Betulaceae

Nazwy ludowe: olszyna, olcha

Użytkowane części: szyszkowate owocostany, nasiona, drewno

Sposoby użytkowania w medycynie: Stosowany na biegunkę (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Do ozdoby domu podczas Zielonych Świątek (Jostowa 1978). 2. Kołkiem z drewna tego drzewa można zatrzymać czary (Bazińska 1967). 3. Kora z olszyny otaczająca smołę lub gumę nadziana na patyk służyła za pochodnie (nazywane pieski albo fakły) w wigilię św. Jana. Wówczas nie wolno było palić innego ognia. Olsowym kołkiem można zatrzymać czary. Jak ktoś czaruje, to trzeba kołek odwrócić ostrym końcem ku górze wówczas, rzucający czary przyjdzie przebity (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: Na opał (MT/Maniowy).

Anagallis arvensis L., Kurzyśląd polny – Primulaceae

Nazwy ludowe: ochwatnik

Sposoby użytkowania w medycynie: Przykłada się z solą na ochwacenie, czyli ubezwładnienie rąk i nóg (Kujawska et al. 2016).

Angelica archangelica L., Dzięgiel (Arcydzięgiel) litwor – Apiaceae

Nazwy ludowe: litwor

Użytkowane części: kwiaty, korzeń

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Na żołądek, kwiat na ból głowy, na dziesięć chorób (Radwańska-Paryska 1992). 2. Korzeń służy do okadzania izby i chorych na tyfus (łożnicę) oraz w innych ciężkich chorobach. Nosi się go także przy sobie i wacha go lub okadza nim, żeby się uchronić przed tyfusem i innymi chorobami (Gustawicz 1882, Eljasz-Radzikowski 1897, Kujawska et al. 2016). 3. Do okładów ciężko chorych przy chorobach zakaźnych, wywar z korzenia leczył zatrucia pokarmowe (Tylkowa 2000). 4. Do leczenia ludzi i zwierząt (Kantor 1991). 5. Korzeń jest poszukiwany przez mieszkańców jako lekarstwo (Köhler 2018/Złoża).

Inne sposoby użytkowania: W roku 1830 był zbierany nad Morskim Okiem i sprzedawany w Krakowie (Kujawska et al. 2016).

Antennaria dioica (L.) Gaertn., Ukwap dwupienny – Asteraceae

Nazwy ludowe: ukwap dwupienny

Sposoby użytkowania w medycynie: Na ból zębów (Gustawicz 1882, Kujawska et al. 2016).

Aquilegia vulgaris L., Orlik pospolity – Ranunculaceae

Użytkowane części: korzeń

Sposoby użytkowania w medycynie: Na ból zębów, jamy ustnej, głowy i oczu (Gustawicz 1882).

Arctium lappa L., Łopian większy – Asteraceae

Nazwy ludowe: gorzki łopuch

Użytkowane części: liście

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Na ropne schorzenia skóry (MT/Maniowy). 2. Na opuchliznę (Gwiżdż 1949).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Czasem jest święcony, jednak nie tak często jak inne zioła. Koniarze, czyli handlujący końmi, doczepiają łopian koniom do ogonów lub grzyw, żeby było wielu chętnych kupców na te zwierzęta (Gustawicz 1882).

Arctium sp., Łopian – Asteraceae

Sposoby użytkowania w medycynie: Smarowano tłuszczem i okładano nim brzuch (zawsze łożyską na górę) żeby leczyć ból żołądka spowodowany zjedzeniem czegoś niedobrego (Tylkowa 2000).

Armoracia rusticana P. Gaertn., B. Mey. & Scherb., Chrzan pospolity – Brassicaceae

Nazwy ludowe: chrzan, krzan

Użytkowane części: korzeń, liście

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Do jedzenia (MT/Maniowy, PAE 1-2), kiszania ogórków, dodawany do wyrobu bryndzy ze względu na zapach i żeby odstraszyć muchy (MT/Maniowy). 2. W Wielką Niedzielę posiłek poprzedzony modlitwą, rozpoczynano od lizania soli i zjedzenia kawałka korzenia chrzanu. Starty, w dużych ilościach dodawano do żuru wielkanocnego (Świątych & Trebunia-Staszal 2008). 3. Dodatek do potraw (PAE 6).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Kolki, ból zębów. Chrzan utarty na miazgę, ucierano na jednolitą masę z żytnią mąką w stosunku 1:9, a następnie okładano nim bolące miejsca,

kładąc papkę na szmatę a nie bezpośrednio na ciało (PAE 3-4, Köhler 2018/Bodnarski). 2. Przy bólach głowy, na zaziębiony żołądek i przy zapaleniu stawów robiono z liści okłady, przykładano je także na stłuczenia i w celu obniżenia gorączki (MT/Maniowy). 3. Liście smarowano tłuszczem i skropione spirytusem stosowano w formie okładów na kolki (Tylkowa 2000).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Świącono na Wielkanoc (Jostowa, Świętych & Trebunia-Staszal 2008).

Inne sposoby użytkowania: Zmieszany z owsem jest lekarstwem na żołączy. Koniom, które mają żołączy, podaje się do jedzenia chrzan z octem (Gustawicz 1882).

Artemisia absinthium L., Bylica piołun – Asteraceae

Nazwy ludowe: piołun

Użytkowane części: liście, kwiaty, cała roślina

Sposoby użytkowania w kuchni: Do jedzenia (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Na zatrucia, wymioty, bóle żołądka, żółtaczkę, rusynie mocu. Herbata z piołunu zabija robaki. Zmoczony w wódce rozgrzewa organizm (MT/Maniowy). 2. Dobry na morzysko (Gustawicz 1882, Wdowiak 2013). 3. Na strucie i jak boli w dołku (Bejnarowicz 1969). 4. Wódkę z korzeniem piołunu i pieprzem pije się na ból brzucha (Gustawicz 1882).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Świąci się na na Matkę Boską Zielną, a następnie wkłada w szpary ścian, żeby chronił przed piorunami (MT/Maniowy). 2. Poświęcony w czasie Matki Boskiej Zielnej ma zastosowanie w leczeniu (Gustawicz 1882, Kwaśniewicz 2000). 3. Świącony na Matki Boskiej Zielnej, później okadzano nim krowy w św. Łucji i przed pierwszym wyjściem na pastwisko. Pokruszone zioła dodawano do wody, którą pojono krowy po ocieceniu. Wszystkie te zabiegi miały je chronić przed utratą mleka spowodowaną urokiem czarownic. Z ziołami tymi baca obchodził koszar trzy razy przed ich pierwszym wiosennym pobytem w nim żeby chronić owce przed złym (Jostowa 1978). 4. Do odczyniania uroków (Kawałko 1986).

Artemisia vulgaris L., Bylica pospolita – Asteraceae

Nazwy ludowe: bielica

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Odwar z bylicy piją na porażenie (Gustawicz 1882). 2. Ugotowana na wodzie na tzw. morzysko, na czerwonkę dają do zjedzenia usmażone na maśle bylicę, babkę, szczaw, kmin, jajka i bryndzę (Kujawska et al. 2016).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Świącą na Matkę Boską Zielną. Używają wraz z koprem i bławatkiem (*Centaurea cyanus* L.) do okadzania przeciw urokom (Gustawicz 1882). 2. W połączeniu z innymi ziołami służy przeciw czarownicom. W celu ich odpędzenia lub unieszkodliwienia należy udać się przed wschodem słońca na dziewiątą miedzę, zebrać odpowiednie zioła, a następnie je osuszyć i okadzić nimi oborę. Ponadto stosuje się ją w formie okadzania przeciw urokom rzuconym na ludzi. Gatunek ten szczególnie związany jest z dniem św. Jana, ale ze względu na swoje cudowne działanie odgrywa znaczącą rolę przy święceniu ziół na Matkę Boską Zielną (Kujawska et al. 2016). 3. Poświęcona w wigilię św. Jana ma ogromną moc działania. Służy do okadzania ludzi i zwierząt, na które rzucono urok (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: Bylicę gotują z kwaśnicą i podają krowom i owcom, jeżeli po ocieceniu lub okoceniu nie może odejść miejsce (Gustawicz 1882).

Asarum europaeum L., Kopytnik pospolity – Aristolochiaceae

Nazwy ludowe: kopytnik

Sposoby użytkowania w medycynie: Tzw. sucha kąpiel (parówka) na przeziębienia, herbata na gruźlicę (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Do robienia wianków na Boże Ciało, które po poświęceniu trzymano w domach żeby odgonić burze. Jak była burza to kawałek wianku paliło się (MT/Maniowy).

Inne sposoby użytkowania: Daje się koniom przeciw żoźlom (robakom) (Radwańska-Paryska 1992, Kujawska et al. 2016).

Atropa belladonna L., Pokrzyk wilcza jagoda – Solanaceae

Nazwy ludowe: nedregula

Użytkowane części: owoce

Inne sposoby użytkowania: „Dodane do wódki wywołują podniecenie i najdziksze gesty i czyny bez świadomości” (Bazińska 1967, Radwańska-Paryska 1992). „Po tym gdy działanie zioła się skończy dana osoba nie pamięta co robiła. Tajemnica działania tego zioła polega na tym, że ten kto je wypije w alkoholu musi zachowywać się tak jak ten, kto te owoce zbierał w chwili rwania” (Bazińska 1967).

Bellis perennis L., Stokrotka pospolita – Asteraceae

Nazwy ludowe: stokrotka polna, stokrotka biała, sierotka

Użytkowane części: kwiaty, liście

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Napar na zaburzenia miesiączkowania, na choroby kobiece (MT/Maniowy). 2. Szczyptę kwiatów zalewa się szklanką wrzątku i pije przez 3 tygodnie po 3 razy dziennie, żeby wyleczyć choroby serca (PAE 1-2).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Dodawane do bukietów święconych na Matki Boskiej Zielnej (Łaguna S. za Kujawska et al. 2016).

Betula pendula Roth, Brzoza brodawkowata (B. zwisła) – Betulaceae

Nazwy ludowe: brzoza

Użytkowane części: gałęzie

Sposoby użytkowania w kuchni: Spożywano sok (PAE 1-2).

Sposoby użytkowania w medycynie: W trakcie ataku padaczki chorego należy bić gałazkami z brzozy. Sok na przeziębienie i astmę (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Drewno ma ładne słoje więc nadaje się do wyrobu mebli (MT/Maniowy). 2. Z gałęzi robi się miotły (MT/Maniowy, Kantor 1991). 3. Do wyrobu elementów trąbit (Chybiński 1924).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Na Zielone Świątki przyozdabiano nimi święte obrazy, wkładano je także za powały (MT/Maniowy, Jostowa 1978). 2. Ozdabianie domów nad drzwiami i oknami w czasie Zielonych Świątek (Kwaśniewicz 2000). 3. Brzozowe miotły palono oblane smołą w Zielone Świątki, przez chłopców biegających z nimi po polach (Jostowa 1978). 4. W noc kupały chłopcy biegają między polami z płonącymi miotłami z brzozy (Kujawska et al. 2016).

Brassica sp. (?), Kapusta – Brassicaceae

Nazwy ludowe: rzepak dziki

Użytkowane części: łodyga, liście

Sposoby użytkowania w kuchni: Zbiera się nim zakwitnie, gotuje i je z kwasem kapusty (Köhler 2018/Sykutowski).

Bryonia alba L., Przesęp biały – Cucurbitaceae

Nazwy ludowe: przesęp

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Zioło trzymane w stajni przez czarownice, żeby sąsiadkom ginęło mleko (Fischer 1926). 2. Do okadzania krów, żeby miały dużo mleka i żeby czarownice im nie szkodziły (Bazińska 1967).

Caltha palustris L., Knieć błotna – Ranunculaceae

Sposoby użytkowania w medycynie: Przykładana na obierające się rany, które nie chcą się goić (Gustawicz 1882).

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Szybisty 2007).

Campanula sp. (?), Dzwonek – Campanulaceae

Nazwy ludowe: dzbaneczki, dzwonki

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Święcone na Matki Boskiej Zielnej, wkładane zmarłym do trumny, żeby się mieli czym bronić przed złymi duchami (Lehr 2000). Może tu jednak chodzić nie o *Campanula* ale dziurawiec, zwykle nazywany na Podhalu dzwonekami.

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Mackoś-Iwaszko & Lubiarz 2015).

Cardamine amara L., Rzeżucha gorzka – Brassicaceae

Użytkowane części: ziele, korzeń

Sposoby użytkowania w medycynie: Moczono w trunku, który pito 3–4 razy dziennie na bólenie wewnętrzne i rżnięcie (Gustawicz 1882, Wdowiak 2013).

Cardamine pratensis L., Rzeżucha łąkowa – Brassicaceae

Nazwy ludowe: rzeżucha, par

Użytkowane części: łodyga, liście, kwiaty

Sposoby użytkowania w medycynie: Na rzeżączkę. Napar jako herbata pity na czczo przez kilka dni w razie bóleści w przewodach moczowych (PAE 3-4).

Inne sposoby użytkowania: Wywar podawano krowom gdy nie mogły oddać moczu tzw. rzeżak (MT/Maniowy, Radwańska-Paryska 1992).

Carlina acaulis L., Dziewięciśl bezłodygowy – Asteraceae

Nazwy ludowe: dziewięciornik, dziewięciśl, dziewierciok

Użytkowane części: liście, ziele, korzeń

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Liście posiekane i ugotowane z innymi roślinami tworzą warmuz (Köhler 2018/Złóża). 2. Bywają zbierane i jedzone (Köhler 2018/Bodnarski). 3. Korzeń jedzony w czasach głodu (Kolberg 1968).

Sposoby użytkowania w medycynie: Do leczenia ludzi i zwierząt (Kantor 1991).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Świecone do dziewięciu razy (Kujawska et al. 2016). 2. Poświęconym korzeniem okadzają bydło, rytuał ten ma moc dziewięciu innych ziół (Gustawicz 1882). 3. Poświęcony w czasie Matki Boskiej Zielnej ma największe działanie na uroki (Kwaśniewicz 2000). 4. Świecony na Matki Boskiej Zielnej, później okadzano nim krowy w św. Łucji i przed pierwszym wyjściem na pastwisko. Pokruszone zioła dodawano do wody, którą pojono krowy po ocieceniu. Wszystkie te zabiegi miały je chronić przed utratą mleka spowodowaną urokiem czarownic. Z ziołami tymi baca obchodził koszar trzy razy przed ich pierwszym wiosennym pobytem w nim żeby chronić owce przed złym (Jostowa 1978).

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Matlakowski 1901, Antoniewicz 1966, Kroh 1972, Hermanowicz-Nowak 2000, Maleta & Fryś-Pietraszkowa 2000, Tondos 2004, Rak 2007, Szybisty 2007, Bentkowska-Mitana 2012, Mackoś-Iwaszko & Lubiarz 2015).

Carum carvi L., Kminek zwyczajny – *Apiaceae*

Nazwy ludowe: kmin, kminek dziki, kminek, warmuz

Użytkowane części: nasiona, łodyga, liście

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Jedzony w stanie gęstym bez dolewania wody. Jeżeli były ziemniaki to dodawano. Zbierano tylko świeże i zielone, następnie robiono zapasy. Jedzono dawniej w czasach głodu. Była to jedna z najsmaczniejszych potraw (PAE 1-2, PAE 6). 2. Posypuje się nim chleb lub dodaje do ciasta chlebowego (MT/Maniowy, Köhler 2018/Złóża). 3. Robi się z niego także zupę kminkową, młode (miękkie i soczyste) łodygi oraz pierzaste liście dodawane są do warmuzu, nasiona dodawane także jako przyprawa do zup z kapusty (Köhler 2018/Złóża). 4. Na warmuz (PAE 6, Eljasz-Radzikowski 1897, Matlakowski 1901, Jostowa 1954a, Kantor 1991, Radwańska-Paryska 1992, Kujawska et al. 2016, Köhler 2018/Sykutowski, Złóża). 5. Nasiona były spożywane (PAE 1-2). 6. Stosują jako dodatek do potraw (PAE 6).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Na zaparcia, przeciw robakom, w połączeniu z rumiankiem na żółtaczkę (MT/Maniowy). 2. Usmażony z bryndzą jest lekarstwem na czerwonkę. Można też choremu na tą chorobę podać do zjedzenia usmażone na maśle: kmin, bylicę babkę, szczaw, jaje i bryndzę, a do picia dać czerwone wino lub sok z borówek (Gustawicz 1882, Kujawska et al. 2016).

Inne sposoby użytkowania: Zbierają w znacznych ilościach na handel (Köhler 2018/Sykutowski, Złóża).

Centaurea cyanus L., Chaber bławatek – *Asteraceae*

Nazwy ludowe: bławatek, bławat

Sposoby użytkowania w medycynie: stosowany na rany między palcami u nóg (Gustawicz 1882, Kujawska et al. 2016).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Świecony na Boże Ciało (MT/Maniowy, Gustawicz 1882). 2. Świecony na Matki Boskiej Zielnej, później okadzano nim krowy w św. Łucji i przed pierwszym wyjściem na pastwisko. Pokruszone zioła dodawano do wody, którą pojono krowy po ocieceniu. Wszystkie te zabiegi miały je chronić przed utratą mleka spowodowaną urokiem czarownic. Z ziołami tymi baca obchodził koszar trzy razy przed ich pierwszym wiosennym pobytem w nim żeby chronić owce przed złym (Jostowa 1978). 3. Do odczyniania uroków (Kawałko 1986).

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Szybisty 2007).

Centaurea jacea L., Chaber łąkowy – Asteraceae

Nazwy ludowe: głowacznik, głewatnik

Użytkowane części: ziele, kwiaty

Sposoby użytkowania w medycynie: Ziele na mocny ból głowy, zwłaszcza gdy się w głowie mąci. Liście używane na trudno gojące się rany (Gustawicz 1882, Kujawska et al. 2016).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Zbierany w „nowy piontek światła” i święcony. Oddala burzę i grad, jeśli się go spali przed nadejściem burzy na zoranej roli, jednak nie poskutkuje gdy chmury są już nad rolą (Bazińska 1967, Radwańska-Paryska 1992). 2. Święcony w wiązkach na Matkę Boską Zielną. Żeby pozbyć się u krów rzucownych na nie czarów trzeba je okadzić poświęconymi roślinami (Kujawska et al. 2016). 3. Okadza się nim bydło żeby było wolne od czarów (Bazińska 1967).

Centaurium erythraea Rafn, Centuria pospolita (C. zwyczajna) – Gentianaceae

Nazwy ludowe: centuria

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Wywar na żołądek (Köhler 2018/Bodnarski, MT/Maniowy). 2. Szczyptę rumianku, century i mięty gotuje się z wodą i po lekkim ostygnięciu pije na rżnięcie (Janota & Nowicki 1865). 3. Na choroby kobiece (Bejnarowicz 1969).

Chamaenerion angustifolium (L.) Scop., Wierzbówka kiprzyca – Onagraceae

Nazwy ludowe: kiprzyca

Sposoby użytkowania w medycynie: Używa się na krzywicę, w wywarze kąpie się dzieci (Radwańska-Paryska 1992).

Chamomilla recutita (L.) Rauschert, Rumianek pospolity – Asteraceae

Nazwy ludowe: rumianek, marunka

Użytkowane części: kwiaty, łodyżki

Sposoby użytkowania w kuchni: Pokarm głodowy (Matlakowski 1901).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Wywar podawano małym dzieciom na bóle brzucha (MT/Maniowy, Gwizdź 1949). 2. W formie okładów leczono nim oparzenia, herbata podawana dzieciom na suchoty/suchory (gwałtowny kaszel i płucie krwią). Przy bólach uszu (napar wlewany do ucha lub w formie parówek). Napar zmieszany z cukrem i ziemią spod róży służył do okadzania chorych na różyczkę. W połączeniu z kminkiem na żółtaczkę. Szmatki namoczone rumiankiem przykładano, żeby leczyć zaćmę. Moczono w nim rany. Herbata na zaparcia. Do picia na wypryski na skórze. Gałązki parzono na reumatyzm (MT/Maniowy). 3. Z namoczonej w naparze z rumianku chusty robi się okłady przeciw bólowi głowy i gardła (Gustawicz 1882, Kujawska et al. 2016). 4. Na rżnięcie (Janota & Nowicki 1865). 5. Na lek (Köhler 2018/Bodnarski, Złóża). 6. Napar do leczenia obstrukcji (Tylkowa 2000). 7. Na wiatry i apetyt (Bejnarowicz 1969).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Święcono na Matki Boskiej Zielnej i wieszano w komorze (Matlakowski 1901, Haratyk 2014). 2. Święcony na Matki Boskiej Zielnej, później okadzano nim krowy w św. Łucji i przed pierwszym wyjściem na pastwisko. Pokruszone zioła dodawano do wody, którą pojono krowy po ocieleniu. Wszystkie te zabiegi miały je chronić przed utratą mleka spowodowaną urokiem czarownic. Z ziołami tymi baca obchodził koszar trzy razy przed ich pierwszym wiosennym pobytem w nim żeby chronić owce przed złym (Jostowa 1978). 3. Święcony na Matki Boskiej Zielnej (MT/Maniowy).

Inne sposoby użytkowania: Żeby się mleko nie psuło daje się go do jedzenia bydłu wraz z mąką i solą (Gustawicz 1882).

Chelidonium majus L., Glistnik jaskółcze ziele – Papaveraceae

Sposoby użytkowania w medycynie: Popularny w leczeniu dzieci, szczególnie chorób pasożytniczych. To od tego wywodzi się jego nazwa (Kantor 1907).

Chenopodium album L., Komosa biała (Lebioda) – Chenopodiaceae

Nazwy ludowe: lebioda, łoboda

Użytkowane części: liście

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Na warmuz (PAE 6, Jostowa 1954a, Köhler 2018/Złóża). 2. Ugotowana z sałatą cukrową podawana jest z serwatką z kwaśnego mleka (MT/Maniowy). 3. Jedzona dla smaku, w zastępstwie szpinaku (Köhler 2018/Złóża). 4. Jedzona podczas I wojny światowej. Nie była przechowywana (PAE 1-2). 5. Jedzona (PAE 1-2). 6. Gotowano ją na gęsto, zaprawiano mąką i mlekiem. Gotowano również polewkę lub mieszano z ziemniakami (najczęściej). Polewkę zaprawiano mąką owsianą (PAE 6).

Inne sposoby użytkowania: Jako pokarm dla zwierząt (PAE 1-2).

Chenopodium bonus-henricus L., Komosa strzałkowata – Amaranthaceae

Nazwy ludowe: loboda

Sposoby użytkowania w kuchni: W czasach głodu na warmuz (Matlakowski 1901).

Cirsium arvense (L.) Scop., Ostrożeń polny – Asteraceae

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Zbiera się nim zakwitnie, gotuje i je z kwasem kapusty, tylko młody (Köhler 2018/Sykutowski). 2. Na warmuz (Köhler 2018/Złóża).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Święcony na Matki Boskiej Zielnej, później okadzano nim krowy w św. Łucji i przed pierwszym wyjściem na pastwisko. Pokruszone zioła dodawano do wody, którą pojono krowy po ocieleniu. Wszystkie te zabiegi miały je chronić przed utratą mleka spowodowaną urokiem czarownic. Z ziołami tymi baca obchodził koszar trzy razy przed ich pierwszym wiosennym pobylem w nim żeby chronić owce przed złym (Jostowa 1978).

Cirsium eriophorum (L.) Scop., Ostrożeń głowacz – Asteraceae

Nazwy ludowe: ziele kurdzielowe, głowacz

Sposoby użytkowania w medycynie: Leczy się nim kurdziel, czyli wrzód na języku, głównie u koni (Gustawicz 1882, Kujawska et al. 2016).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Głowacz, który ma nieparzystą liczbę „głów” warto trzymać w domu ponieważ odpędza zło (Gustawicz 1882).

Cirsium oleraceum (L.) Scop., Ostrożeń warzywny – Asteraceae

Nazwy ludowe: oset, scerbok

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Na wiosnę jadło się go w całości, potem gdy był starszy, „krążyło się go kosakiem”, gotowało w wodzie, po odcedzeniu dodawało gotowanych ziemniaków, utłuło, posoliło i w miarę możliwości dodawało masła (Jostowa 1954a). 2. Suszono i z domieszką owsa mielono na mąkę, z której robiono moskale (Roj-Kozłowska 1947, Kantor 1991).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Świecony na Matki Boskiej Zielnej, później okadzano nim krowy w św. Łucji i przed pierwszym wyjściem na pastwisko. Pokruszone zioła dodawano do wody, którą pojono krowy po ocieleniu. Wszystkie te zabiegi miały je chronić przed utratą mleka spowodowaną urokiem czarownic. Z ziołami tymi baca obchodził koszar trzy razy przed ich pierwszym wiosennym pobylem w nim żeby chronić owce przed złym (Jostowa 1978).

Cirsium rivulare (Jacq.) All., Ostrożeń łąkowy – Asteraceae

Nazwy ludowe: scyrbak

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Nim zakwitł jadło się młode liście. „Ukręzało się ik, gotowało i ocedzało potem tłukło z gotowanymi, nieobieranymi grulami” soliło i ewentualnie maściło. Szczerbak nie był lubiany gdyż ponoć się przez niego puchło (Jostowa 1954a). 2. Na warmuz (Eljasz-Radzikowski 1897). 3. Liście siekano i oblewano wrzątkiem, następnie gotowano z dodatkiem ziemniaka. Dobrze ubite na masę i rozwodnione wodą jedzono bez i z okrasą. Nie robiono zapasów, zbierano tylko młode świeże liście. Przygotowywano z niej warmuz. W czasie I wojny światowej dożywiano się nim (PAE 1-2). 4. Gotowany tłukli z ziemniakami, jeśli mieli omastę to "maścili" masłem lub olejem lnianym. Jedli biedni, szczególnie w czasie głodu (okupacji) (PAE 6).

Cirsium sp., Ostrożeń – Asteraceae

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Pokarm głodowy (Matlakowski 1901). 2. Na warmuz. Gotowano na wodzie, na gęsto i mieszano z ziemniakami. Jedli wszyscy w latach nieurodzaju. Ci co mieli czym to "maścili" olejem lub masłem (PAE 6). 3. Z młodego ostu, posiekanego z innymi ziołami i zarobionego mąką owsianą lub ziemniakami robi się warmuz (Mátyás 1891).

Sposoby użytkowania w medycynie: "Na kurdziel trza oset z 9 ramion zerwać przed wschodem słońka i jego dziubać do święconej soli, i mówić modlitwe do tyłu, i mówić: Idź za 9 góre, za 7 rzeke i 5 granice. Kie sie to urobi — to trza w piątek, jak słońcecko zachodziło, podziubać tym ostem po ranie i mówić to, co pierwej." (Bazińska 1967).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Bywały święcony na Matkę Boską Zielną (Kujawska et al. 2016).

Inne sposoby użytkowania: 1. Motyw zdobniczy (Mackoś-Iwaszko & Lubiarski 2015). 2. Jest bardzo często wspominany w pieśniach, głównie weselnych, a także w zagadkach (Kujawska et al. 2016).

Clematis alpina (L.) Mill., Powojnik alpejski – Ranunculaceae

Nazwy ludowe: gościowiec

Sposoby użytkowania w medycynie: Wrzuca się go do wrzącej wody i gotuje pod przykryciem, a następnie robi się z niej okłady na bolaki, czyli owrzodzenia, i obwija szmatką namoczoną w wywarze (Gustawicz 1882).

Corylus avellana L., Leszczyna pospolita (Orzech laskowy) – Corylaceae

Nazwy ludowe: leszczyna, liska, leszka, liszka

Użytkowane części: liście, gałęzie, drewno

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Owoce są jedzone (PAE 1-2). 2. Przechowywano na zimę, jedzono w czasie świąt (PAE 6)

Sposoby użytkowania w medycynie: Przy przemrożeniu rąk lub nóg (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w budownictwie: Robi się z nich przetaki (duże okrągłe sita) (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Świącą się na Boże Ciało, a następnie wkłada w szpary ścian żeby chroniły przed piorunami. Ozdabiano nimi ołtarze wzdłuż trasy procesji na Boże Ciało. Popiół ze spalonych gałązek chronił przed piorunami (MT/Maniowy, Gustawicz 1882, Kujawska et al. 2016). 2. Na polanie przysparza siana (Kujawska et al. 2016). 3. Na palmę Wielkanocną (MT/Maniowy). 4. Do wyrobu magicznych różdżek (wirguły) służące do odnajdywania skarbów ukrytych w Tatrach (Zdziarski 1901, Eljasz-Radzikowski 1903). 5. „(...) sposób szukania skarbów w Tatrach. Do tego celu zaleca rękopis „różdżkę leszczynową dwójgałęzistą, wyciętą na 25 marca, która ma tę właściwość, że iż gdzie są pieniądze lub skarby zakopane, zawsze pokazuje, nakłaniając się”. Szczególnie powszechne ma zastosowanie leszczyna jako środek ochronny przed piorunami. W czasie burzy można się nawet pod nią schronić, gdyż nigdy w nią piorun nie uderzy. Dlatego też zatykają ją za dach, zwłaszcza krzyżyki zrobione z prętów leszczynowych” (Zdziarski 1901). 6. Opalano je w Wielką Sobotę, a wiosną podczas orania kładziono je pod skibę (Jostowa 1978). 7. Biała leszczyna ucięta 25 marca ma moc odnajdywania zakopanych pieniędzy i skarbów. Nazywana jest *Virgam Metallicam* lub *Virgam Mercurini*. Świącą się ją w Wielką Sobotę opalając ją nad ogniem, a następnie robi się z niej krzyżyki. W Poniedziałek Śmigustny gospodarze idą na pola żyta, poświęcają je święconą wodą, a leszczynowe krzyżyki wkładają w rogach pola żeby uchronić je przed gradem, piorunami i złym deszczem (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: Dobrze na opał bo szybko się pali i daje dużo ciepła, jest miękki więc się w nim rzeźbi (MT/Maniowy).

Crataegus sp., Głóg – Rosaceae

Nazwy ludowe: głóg, różyczka polna, dzika róża

Użytkowane części: owoce, ciernie, kwiaty

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Do wyrobu wina (MT/Maniowy, PAE 6). 2. Owoce konsumowane w zimie, gdy je mróz zwarzy (Köhler 2018/Bodnarski). 3. Był jedzony (PAE 1-2, PAE 6).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Herbatki na choroby serca, kwiaty na astmę. Na serce parzono kwiaty lub robiono z nich sok oraz dżem (MT/Maniowy). 2. Mielony i gotowany na mleku, był przysmakiem chorych (PAE 6, Kantor 1991).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Ciernie palone w kościele w Wielką Sobotę (MT/Maniowy).

Crepis mollis (Jacq.) Asch., Pępawa miękka – Asteraceae

Nazwy ludowe: mlec

Użytkowane części: łodyga, liście, kwiaty

Sposoby użytkowania w medycynie: Na osłabiony system nerwowy. Co godzinę pije się łyk przez 8 dni, następnie robi 2 dni przerwy i tak 3x. Łyżkę ziela zalać 1/4 litra zimnej wody, gotować 3 min (PAE 3-4).

Daphne mezereum L., Wawrzynek wilczelyko – Thymelaeaceae

Nazwy ludowe: wilcze łyko

Sposoby użytkowania w medycynie: Łykano na surowo na wymioty, na zatrucia (MT/Maniowy).

Inne sposoby użytkowania: Jak ktoś chciał komuś zaszkodzić to wystarczyło, żeby mu dał to ziele i wówczas nie było już sposobu na odratowanie takiej osoby (Bazińska 1967).

Daucus carota L., Marchew zwyczajna – Apiaceae

Nazwy ludowe: marchew polna

Sposoby użytkowania w medycynie: Skuteczna na chorobę żółtą (żółtaczkę) i odmrożenia (Gustawicz 1882).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Świeconą na Matkę Boską Zielną (Gustawicz 1882).

Delphinium elatum L., Ostróżka wyniosła – Ranunculaceae

Nazwy ludowe: ostróżka, liszczy korzeń, liścieniec, liścyniec

Użytkowane części: korzeń, ziele

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. „Jeśli jednak „terapia piecowa” wzmocniona, z powodu braku oczekiwanych efektów, leczeniem silnie działającymi trującymi roślinami (widłak wroniec – „nietota” i ostróżka wyniosła – „liszczy korzeń”), nie skutkowało pozytywnie i chory umierał, stwierdzano zgodnie, że stan jego był tak ciężki, iż nic by już w tym przypadku nie pomogło” (Eljasz-Radzikowski 1897, Haratyk 2014). 2. Na otrzęsienie (Gustawicz 1882, Udziela 1981, Gwiżdż 1949). 3. Gotowany w mleku pito na zapalenie płuc i gruźlicę (Tylkowa 2000). 4. Korzeń ugotowany na mleku lub wodzie podaje się w oberwaniu i przy chorobach piersi (Eljasz-Radzikowski 1897).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Świeconą na Matkę Boską Zielną (Gustawicz 1882).

Inne sposoby użytkowania: Jako trucizna dla psów, kotów, myszy i innych zwierząt (Gustawicz 1882).

Dianthus sp., Goździk – Caryophyllaceae

Nazwy ludowe: goździk

Sposoby użytkowania w medycynie: Babka z goździkami polnymi z masłem i bryndzą spalona na czerwono stosowana jest w leczeniu czerwonki (Udziela 1891, Talko-Hryncewicz 1893).

Dictamnus albus L., Dyptam jesionolistny – Rutaceae

Nazwy ludowe: dyptan

Użytkowane części: korzeń

Sposoby użytkowania w medycynie: „Strzały, kule i insze instrumenta w ciałach, w członkach utkwione, zaraz w momencie bez wszelkiej boleści wyciąga i doskonale goi” (Chrościński 1905).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: „Ten korzeń ma moc najprzedniejszych magnismów. Zamknięte zamki bez klucza otwiera, okowy, pęta rozbija. Odstrasza jadowite gadziny” (Chrościński 1905).

Digitalis grandiflora Mill., Naparstnica zwyczajna – Scrophulariaceae

Nazwy ludowe: sałata

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Mackoś-Iwaszko & Lubiarski 2015).

Doronicum austriacum Jacq., Omieg górski – Asteraceae

Nazwy ludowe: kozi korzeń

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Spożywany jak sałata (Kujawska et al. 2016). 2. Jedzony, żeby nie być zmęczonym (Przyjaciół Ludu [brak autora] 1839, Tripplin 1856, Stęczyński 1860).

Sposoby użytkowania w medycynie: Odwar poświęconego kozłowca służył na tzw. otrzęsienie (wstrząśnięcie) (Kujawska et al. 2016).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Świecony na Matkę Boską Zielną (Kujawska et al. 2016).

Doronicum clusii (All.) Tausch, Omieg kozłowiec – Asteraceae

Nazwy ludowe: kozłowiec

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Dobrze ssać korzeń przeciw zawrotom głowy (Radwańska-Paryska 1992).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Świecony na Matkę Boską Zielną (Gustawicz 1882).

Inne sposoby użytkowania: Zioło zbierane przez korzeniarzy na handel (Eljasz-Radzikowski 1897).

Dryas octopetala L., Dębik ośmiopłatkowy – Rosaceae

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Mackoś-Iwaszko & Lubiarz 2015).

Elymus repens (L.) Gould, Perz właściwy – Poaceae

Nazwy ludowe: perz

Użytkowane części: kłęczce

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Opłukane i osuszone kłęczce cięto na sieczkę, ponownie suszono i mielono na mąkę, z której gotowano na wodzie bryjkę okraszaną olejem lnianym. Starano się nazbierać jak najwięcej żeby mieć zapas na dłuższy czas (PAE 1-2, PAE 6, Matlakowski 1901, Roj-Kozłowska 1947, Kantor 1991). 2. Przygotowywano z niego zupę zwaną bryją perzową. Z mąki pieczono moskale (PAE 1-2, PAE 6). 3. Kłęczce perzu przechowywano już ususzone i na przednówku robiono z niego mąkę. Była to mąka biednej ludności, a w latach głodu wszyscy jej używali jako pożywienia. Zbieranie perzu zanikło po I wojnie światowej. Zanikało stopniowo jak poprawiała się sytuacja materialna wsi (PAE 6). 3. Korzeń mieli się i dodaje do mąki, żeby zrobić placki (Köhler 2018/Sykutowski).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Jedyne ziele, którego się nie święci na Zielną bo „Matka Boska skaleczyła by nogę”, a także dlatego, że „to diabelskie zioło, które niczego nie leczy” (MT/Maniowy).

Empetrum nigrum L., Bażyna czarna – Empetraceae

Nazwy ludowe: łyskówka

Inne sposoby użytkowania: Zjedzona odurza jak narkotyk (Radwańska-Paryska 1992).

Equisetum arvense L., Skrzyp polny – Equisetaceae

Nazwy ludowe: zgrzyp

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Wczesną wiosną jedzony przez dzieci (PAE 1-2, PAE 6). 2. Organizm potrzebuje części żelazowych gdyż pożywienie dzieci przez zimę składa się z mącznych potraw, ziemniaków i kapusty. Same główki szypulek gotowano na wodzie i z tą

wodą spożywano wraz z owsianymi plackami. Nie robiono zapasów (PAE 1-2). 3. Jedzono kłosy zarodnikośne (Jostowa 1954b), także wraz z łodygami (PAE 1-2).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Ma właściwości moczopędne, stosowany w leczeniu nerek i pęcherza (Tylkowa 2000). 2. Napar na choroby nerek (MT/Maniowy).

Equisetum telmateia Ehrh., Skrzyp olbrzymi – Equisetaceae

Nazwy ludowe: nie podano

Sposoby użytkowania w medycynie: Na choroby pęcherza i przeciw krwotokom z nosa (Kujawska et al. 2016).

Eupatorium cannabinum L. Sadziec konopiasty – Asteraceae

Nazwy ludowe: sajec

Inne sposoby użytkowania: Wchodzi w skład tzw. ziela używanego jako pierwsza stawa dla krów po ocieceniu (Köhler 2018/Bodnarski).

Euphorbia sp., Wiczomlec – Euphorbiaceae

Nazwy ludowe: wilcze mleczko, ostromlec

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Pociera się nim kurzajki (Gustawicz 1882, Gwiżdż 1949). 2. Do leczenia ludzi i zwierząt (Kantor 1991).

Fagus sylvatica L., Buk pospolity (B. zwyczajny) – Fagaceae

Nazwy ludowe: buk

Użytkowane części: liście, drewno, owoce

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Z bukwi wytłaczano olej (Köhler 2018/Złóża). 2. W czasach głodu jedzono młode pąki (Matlakowski 1901). 3. Jedzono od razu, nie robiono zapasów. Dla dzieci jest to przysmak (PAE 6).

Sposoby użytkowania w medycynie: W ługu z drewna bukowego moczono nogi po ścięciu odcisków nożem (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w budownictwie: 1. Na deski dla stolarzy, w formie ozdoby jako drewniane kołki służące do tzw. kołkowania (Matlakowski 1901). 2. Złoby w foluszu (Jost 1994).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Najlepszy do robienia mebli, do robienia desek na sprzedaż, do wyrobu kosisk, krzeseł, stołków (MT/Maniowy). 2. Do wyrobu: międlic (do obróbki lnu), płoz (sanek) do zwożenia drewna z lasu, stępków (do tłuczenia soli) i łyżników (Matlakowski 1901, Rak 2007). 3. Do wyrobu elementów (np. dygi) instrumentów muzycznych w tzw. gaśli, do wyrobu basów i smyczków (Chybiński 1924). 4. Do wyrobu kołków służących do wyklepywania pokrywki fajek (Malkiewicz & Zambrzyca 1974). 5. Do wyrobu paliców pasterskich (pałek, które zostały zastąpione przez ciupagi) (Antoniewicz 1966).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Ozdabianie domów nad drzwiami i oknami w czasie Zielonych Świątek (Bazińska 1967, Kantor 1991, Kwaśniewicz 2000).

Inne sposoby użytkowania: Uschłe i opadłe liście są pokarmem na zimę dla krów (Matlakowski 1901).

Fragaria vesca L., Poziomka pospolita – Rosaceae

Nazwy ludowe: jagodnik, poziomka, jagody

Użytkowane części: liście, kwiaty, owoce

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Owoce spożywano w lecie (PAE 1-2, Köhler 2018/Bodnarski). 2. Owoce je się jako deser (Jostowa 1954b). 3. Jedzone w niewielkich ilościach przez pasterzy (Jostowa 1967). 3. Jedzone świeże, przechowywane po ugotowaniu w wekach (PAE 6).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Na wrzody ropiejące (boloki) u dzieci na głowie i w innych miejscach. Nacieranie miejsc owrzodzonych tłuszczem, w którym smażyono tę roślinę. Gotowane lub smażyone na świeżym maśle, które było zrobione w Wielki Piątek (PAE 3-4, Kujawska et al. 2016, Köhler 2018/Złóża). 2. Jako lek na różyczkę (Kujawska et al. 2016). 3. Wywar zalecany do płukania gardła w stanach zapalnych, zwłaszcza podczas ropnej anginy (Tylkowa 2000).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Robiono z nich wianki na Boże Ciało, które po poświęceniu trzymano w domach żeby odgonić burze. Gdy była burza to kawałek palono (MT/Maniowy).

Inne sposoby użytkowania: Owoce zbierano na handel (PAE 6, MT/Maniowy).

Frangula alnus Mill., Kruszyna pospolita – Rhamnaceae

Nazwy ludowe: kruszyna

Sposoby użytkowania w medycynie: Na przeczyszczenie, na wymioty (Kujawska et al. 2016).

Fraxinus excelsior L., Jesion wyniosły – Oleaceae

Nazwy ludowe: jesion, jasiień

Użytkowane części: drewno, gałązki

Sposoby użytkowania w medycynie: Na ukąszenie żmii (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Służył za piorunochron, z drewna robiono dyszle i inne elementy do wozów (MT/Maniowy). 2. Często wykorzystywany (Bachleda-Dorcarz 2015). 3. Na deski dla stolarzy. W formie ozdoby jako drewniane kołki służące do tzw. kołkowania. Do wyrobu stołków. Z gałęzi robiono kije do prania. Do wyrobu elementów sań tzw. suka (Matlakowski 1901). 4. Do wyrobu sprzętów i sprężyny do paści góralskiej (Kujawska et al. 2016). 5. Do wyrobu wozów i sań (Guzik 2004). 6. Do wyrobu elementów (m.in. kołków) instrumentów muzycznych tzw. gąsli, do wyrobu basów, smyczków, piszczałek i piszczałek dwoistych, z narośli na drzewie tzw. mazeru rzeźbi się głowę dud w kształcie czaszki kozy (Chybiński 1924). 7. Do wyrobu łyżników (Rak 2007). 8. Do wyrobu kołków służących do wyklepywania pokrywki fajek (Malkiewicz & Zambrzyca 1974). 9. Do wyrobu paliców pasterskich (pałek, które zostały zastąpione przez ciupagi) i stępek (Antoniewicz 1966). 10. Do wyrobu obręczy w naczyniach bednarskich (Jostowa 1967). 11. Drewno służy do wyrobu sprzętów i narzędzi pasterskich (Bazińska 1967). 12. „Dawni zbójnicy tatrzańscy byli uzbrojeni też w bunkosz, z węg. bunko – maczuga, czyli maczugę jasionową, którą wedle powiedzenia góralskiego tak robiono: „jasiień sieka się na wiosnę, to siekane bule po nim rosną”” (Eljasz-Radzikowski 1897).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Święcony podczas ostatniej procesji w Boże Ciało. Chronił od piorunów (MT/Maniowy, Kwaśniewicz 2000, Łaś 2016) 2. Do robienia magicznych lasek (Chrościński 1905). 3. Podczas Wielkiego Tygodnia trwały wiosenne rytuały, w których używano rekwizytów, symbolizujących witalność i odrodzenie,

wykonanych z jego gałązek (Świętych & Trebunia-Staszal 2008). 4. Gałązki zerwane w św. Jana położone na progu stajni, lub włożone pod żłób albo dyle w stajni chronią bydło od ukąszeń żmij (Gustawicz 1882, Bazińska 1967, Kwaśniewicz 2000). 5. Święcony na Matki Boskiej Zielnej, później okadzano nim krowy w św. Łucji i przed pierwszym wyjściem na pastwisko. Pokruszone zioła dodawano do wody, którą pojono krowy po ocieleniu. Wszystkie te zabiegi miały je chronić przed utratą mleka spowodowaną urokiem czarownic. Z ziołami tymi baca obchodził koszar trzy razy przed ich pierwszym wiosennym pobylem w nim żeby chronić owce przed złym (Jostowa 1978). 6. Kołkiem z drewna tego drzewa można zatrzymać czary. Jak ktoś czaruje, to trzeba kołek odwrócić ostrym końcem ku górze wówczas, rzucający czary przyjdzie przebity. Okadza się nim bydło przed pierwszym wypasem, żeby je ochronić przed ukąszeniem węży (Bazińska 1967). 7. „Odkurzają jesionem bydło przy pierwszym wypędzaniu na paszę, aby wąż się go nie trzymał” (Kujawska et al. 2016).

Inne sposoby użytkowania: 1. Liście zwarzone i opadłe po pierwszym przymrozku były pokarmem dla krów (Matlakowski 1901). 2. Jesiony kładzie się też na snopkach, żeby myszy nie wyjadały ich krowom. Daje się go do jedzenia krowom, żeby nie chorowały (Bazińska 1967).

Galeopsis sp., Poziewnik – Lamiaceae

Nazwy ludowe: ziomber, poziewnik

Sposoby użytkowania w kuchni: Gotowano go z ziemniakami lub mąką owsianą, z dodatkiem masła lub mleka (PAE 6, Jostowa 1954a).

Gentiana asclepiadea L., Goryczka trojeściowa (G. trojeściowata) – Gentianaceae

Nazwy ludowe: świecznik

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Święcona na Matkę Boską Zielną dla bydła (Gustawicz 1882). 2. Do okadzania krów na św. Jana, w wigilię Bożego Narodzenia i na św. Łucji. Okadzać trzeba trzy razy w lewą stronę (Bazińska 1967).

Gentiana punctata L., Goryczka kropkowana – Gentianaceae

Sposoby użytkowania w medycynie: Na apetyt i „czyszczenie żołądka” pije się namaczaną w wodzie, a lepiej w wódce (Radwańska-Paryska 1992).

Gentiana sp., Goryczka – Gentianaceae

Użytkowane części: korzeń, ziele

Sposoby użytkowania w medycynie: Nie określony (Eljasz-Radzikowski 1901).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Święcona na Matki Boskiej Zielnej (Gustawicz 1882).

Inne sposoby użytkowania: Używana przeciw molom, żeby nie niszczyły białizny. W tym celu korzenie lub całą ususzoną roślinę wkłada się pomiędzy białiznę (Gustawicz 1882).

Geum montanum L., Kuklik górski – Rosaceae

Nazwy ludowe: benedyk, banadek

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Odwar na ból żołądka (Gustawicz 1882). 2. W medycynie (Eljasz-Radzikowski 1901).

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Mackoś-Iwaszko & Lubiarz 2015).

Geum urbanum L., Kuklik pospolity – Rosaceae

Nazwy ludowe: benedyk

Sposoby użytkowania w medycynie: Odwar pity na bóle żołądka (Gustawicz 1882).

Gladiolus imbricatus L., Mieczyk dachówkowaty – Iridaceae

Nazwy ludowe: świńska cebula

Inne sposoby użytkowania: Dodawany bydłu do soli (Gustawicz 1882).

Gnaphalium sylvaticum L., Szarota leśna – Asteraceae

Nazwy ludowe: czyściec polny

Sposoby użytkowania w medycynie: Używany do kadzenia w mordowisku (Gustawicz 1882).

Heracleum sphondylium L., Barszcz zwyczajny – Apiaceae

Nazwy ludowe: barszcz

Użytkowane części: korzeń, kwiaty

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Wywar z kwiatów pity na wzbudzenie potów w czasie kataru (Udziela 1891). 2. Odwar z korzenia chroni przed cholerą gdy jest jej epidemia (Gustawicz 1882, Udziela 1891).

Huperzia selago (L.) Bernh. ex Schrank & Mart., Wroniec widlasty (Widłak wroniec) – Huperziaceae

Nazwy ludowe: jeleni rożek, nietota

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Moczy się w spirytusie i pije na żołądek (Radwańska-Paryska 1992). 2. Na najcięższe choroby (Haratyk 2014, Kujawska et al. 2016).

Hypericum maculatum Crantz, Dziurawiec czteroboczny (D. czterograniasty) – Hypericaceae

Nazwy ludowe: dzwonki

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: „Jeśli człowiek się ich chwyci to żadne złe moce, boginki co porywają ludzi, nie mogą go oderwać” (Radwańska-Paryska 1992).

Hypericum perforatum L., Dziurawiec zwyczajny – Hypericaceae

Nazwy ludowe: dzwonki, żółte dzwonki

Użytkowane części: łodyga, listki, kwiaty

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Leczy choroby wątroby, pęcherza, nerek i w zawrotach głowy. Pije się po 2 filiżanki dziennie. Gotuje się jedną łyżkę ziela na filiżankę wody (PAE 3-4). 2. W formie naparu podawane przy bólach serca, na choroby wątroby, żołądka i inne (MT/Maniowy). 3. Stosowany w dolegliwościach żołądka, wątroby oraz dróg oddechowych. Herbata z kwiatów leczy żółtaczkę, a pita systematycznie czyści krew (Tylkowa 2000). 4. Na wszystkie bóle (Bazińska 1967).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Święcono na Matki Boskiej Zielnej i wieszano w komorze (Haratyk 2014). 2. Jest środkiem przeciw czarownicom. Roślinę trzeba poświęcić i dać do jedzenia bydłu razem z innym pokarmem. Dawniej dziurawiec noszono jako środek przeciw czartom. Nawet wybierając się w drogę, brano ze sobą to ziele, aby przy jego pomocy uchronić się od strachów w nocy (Gustawicz 1882, Hensłowa 1976, Kujawska et al. 2016). 3. Odstraszały dziwożony (Goszczyński 1853, Potkański 1905),

mamuny, strzygi i boginki (Bazińska 1967). 4. Do okadzania krów na św. Jana, w wigilię Bożego Narodzenia i na św. Łucji. Okadzać trzeba trzy razy w lewą stronę. Nie lubiane przez guślarzy ponieważ chronią ludzi przed urokami. Zioło do okadzania owiec przed pierwszym wypasem (Bazińska 1967).

Hypericum sp., Dziurawiec – Hypericaceae

Nazwy ludowe: dziurawiec

Użytkowane części: kwiaty

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Pokarm głodowy (Matlakowski 1901). 2. Dobry na herbatę (Radwańska-Paryska 1992).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Na żołądek (Bejnarowicz 1969). 2. Do leczenia ludzi i zwierząt (Kantor 1991).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Święci się na Matkę Boską Zielną i wieszają w komorze (Matlakowski 1901). 2. Poświęcone w czasie Matki Boskiej Zielnej mają zastosowanie w leczeniu, wykorzystuje się je także do odstraszenia nieczystych duchów i demonów (Kwaśniewicz 2000).

Impatiens noli-tangere L., Niecierpek pospolity – Balsaminaceae

Nazwy ludowe: gniewosz

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Święcony na Matki Boskiej Zielnej (Gustawicz 1882).

Juniperus communis L., Jałowiec pospolity – Cupressaceae

Nazwy ludowe: jałowiec (owoce – trybki)

Użytkowane części: gałązki, owoce, żywica, korzenie

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Z owoców wyciskano sok (Köhler 2018/Bodnarski). 2. Trybki były jedzone (PAE 1-2).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. W formie naparu podawane przy chorobach serca, wątroby, żołądka, nerek oraz do leczenia reumatyzmu (MT/Maniowy). 2. Do okadzania chorych (Eljasz-Radzikowski 1897, Köhler 2018/Bodnarski). 3. Wywar z jagód leczy choroby nerek i pęcherza (Tylkowa 2000). 4. Korzenie są najlepsze na ropnie i wrzody. Należy je ugotować i ciepłymi okładać chore miejsca (Bazińska 1967).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Wyplatano z niego kosze (MT/Maniowy, Kwaśniewicz 2000, Świętych & Trebunia-Staszal 2008). 2. Do wyrobu fajek (Rak [bd]).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Święcony na Matki Boskiej Zielnej. Poświęcone gałązki dodawane do przechowywanego zboża chronią je przed myszami (Kantor 1907). 2. Podczas Wielkiego Tygodnia używano rekwizytów wykonanych z gałązek, które symbolizowały witalność i odrodzenie. Zielone gałązki służyły jako ozdoba koszyka wielkanocnego. Ponadto użyte do różgi weselnej, wplecione do wianka młodej, miały zapewnić noworzeńcom zdrowie, wytrzymałość i czystość (Kantor 1991, Świętych & Trebunia-Staszal 2008). 3. Świecone w Trzech Króli, żeby chroniły dom przed pożarem (Kwaśniewicz 2000). 4. Z gałęzi od św. Łucji do Bożego Narodzenia plecie się bicze. Mają one moc odpędzania czarownic, które psują mleko (Kantor 1991, Roj-Kozłowska 1947). 5. Na Trzech Króli święci się jałowiec, a później przelewa przez niego mleko, żeby się nie psuło (Gustawicz 1882). 6. Palono oblane smołą w Zielone Świątki, przez chłopców biegających z nimi po polach (Jostowa

1897). 7. Dodawano jako ozdobę do palm wielkanocnych (Kantor 1991). 8. Świącony na Trzech Króli służył później do okadzania domu (Bazińska 1967). 9. Na Zielone Świątki gospodarze stawiają koło stajni jałowiec ozdobiony wstążkami (bukietem). Poświęcony przypina się do rogów owcom i krowom, żeby babroś nic im nie zrobił. Świąci się w Niedzielę Palmową razem z gałązkami wierzby i hubą, a następnie okadza nim dom chodząc dookoła niego 3 razy (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: Do okadzania stajni i bydła, gdy się je pierwszy raz na wiosnę w pole puszcza, albo gdy się je przepędza z jednego miejsca na inne (Gustawicz 1882).

Larix decidua Mill., Modrzew europejski – Pinaceae

Nazwy ludowe: modrzew, świerk

Użytkowane części: gałązki, drewno

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Po odłupaniu kory pasterze jedzą tzw. miazgę (Köhler 2018/Bodnarski). 2. „Aby się mleko nie klugało [psuło], należy cedić je przez gałązkę modrzewia na posadzkę” (Gustawicz 1882).

Sposoby użytkowania w budownictwie: Zasadniczy materiał budulcowy (Antoniewicz 1966).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Z drewna robiono meble, np. kredensy, krzesła, szafy (MT/Maniowy, Matlakowski 1901, Haratyk 2014, Łaś 2016). 2. Do wyrobu naczyń (Małeta & Fryś-Pietraszkowa 2000).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Na Zielone Świątki przyozdabiano nimi święte obrazy i powały. Umieszczano nad oknami i drzwiami lub wkładano do słoiczków i wazonów (MT/Maniowy, Jostowa 1978, Kantor 1991, Kwaśniewicz 2000). 2. Na trumny, ale stosunkowo rzadko. Wiórami wypełniano poduszki zmarłych (Lehr 2000). 3. Gałązki święcono na Matkę Boską Zielną, żeby mleko się nie psuło, w tym celu należy cedić je przez gałązkę modrzewia na powązkę (Gustawicz 1882).

Lathyrus sylvestris L., Groszek leśny – Fabaceae

Nazwy ludowe: złek, przeląk

Sposoby użytkowania w medycynie: Picie mleka, w którym gotowano tę roślinę pomaga na przestkach u dzieci i starszych. Kilka gramów gotować przez 5 min w mleku (PAE 3-4).

Leontopodium alpinum Cass., Szarotka alpejska – Asteraceae

Nazwy ludowe: kocie łapki, szarotka, sukiennik, stopiec, jęczyczki siwe

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Świącona na Boże Ciało (Gustawicz 1882).

Inne sposoby użytkowania: 1. Motyw ozdobny na ubraniach góralskich i elementach drewnianych (Kroh 1972, Mirek 1992, Hermanowicz-Nowak 2000, Małeta & Fryś-Pietraszkowa 2000, Tondos 2004, Rak [bd], 2007, Mackoś-Iwaszko & Lubiarz 2015). 2. Ozdoba kapelusza (Kroh 1972). 3. Trofeum i pamiątka z Tatr, zbierane na handel (Mirek 1992).

Leucanthemum vulgare Lam., Jastrun (Złocien) właściwy – Asteraceae

Nazwy ludowe: jastrun, zrost

Użytkowane części: liście

Sposoby użytkowania w medycynie: Przykładany na rany, które się nie goją. Liście zbierane, suszone, a później gdy jest potrzeba ich wykorzystania moczone w ciepłej wodzie (Gustawicz 1882).

Lilium bulbiferum L., Lilia bulwkowata – Liliaceae

Nazwy ludowe: leluja

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Matlakowski 1901, Kulig 2003, Bentkowska-Mitana 2012, Mackoś-Iwaszko & Lubiarz 2015).

Lilium martagon L., Lilia złotogłów – Liliaceae

Nazwy ludowe: złotogłów, leluja

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Antoniewicz 1966, Matlakowski 1901, Hermanowicz-Nowak 2000, Tondos 2004, Rak 2007, Szybisty 2007, Mackoś-Iwaszko & Lubiarz 2015).

Lilium sp., Lilia – Liliaceae

Nazwy ludowe: lilia

Użytkowane części: liście

Sposoby użytkowania w medycynie: Na czyraki (MT/Maniowy).

Lonicera nigra L., Wiciokrzew (Suchodrzew) czarny – Caprifoliaceae

Nazwy ludowe: smołydza

Użytkowane części: drewno

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Kładzie się za krokiew dla zabezpieczenia chaty od ognia (Gustawicz 1882).

Inne sposoby użytkowania: Z drewna robi się „rymacze” (stępie do nabijania strzelb) (Gustawicz 1882).

Lunaria rediviva L., Miesiącznica (Miesiącznik) trwała – Brassicaceae

Nazwy ludowe: lunaria, świetliczka, eufrazyna, mastyczka, martagon, podstoł

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Zioło o największych alchemicznych właściwościach. Przemienia miedź w złoto (Chrościński 1905). 2. Przeciw wszelkim babrosiom (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: 1. Motyw zdobniczy (Matlakowski 1901, Mackoś-Iwaszko & Lubiarz 2015). 2. Ozdoba kapelusza juhasów (Hermanowicz-Nowak 2000).

Lycopodium sp., Widłak – Lycopodiaceae

Nazwy ludowe: widłak

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Rak 2007).

Lycopodium clavatum L., Widłak goździsty – Lycopodiaceae

Nazwy ludowe: mech ziemny

Sposoby użytkowania w medycynie: Do wyrobu maści na wszystkie schorzenia skórne (Tylkowa 2000).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Czaruje wszystkie glisty i robaczki (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: Zioło zbierane przez korzeniarzy na handel (Eljasz-Radzikowski 1897).

Malva sylvestris L., Śláz dziki – Malvaceae

Nazwy ludowe: śláz, ślózik

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. W formie herbaty na przeziębienie i kaszel (MT/Maniowy, Kantor 1907, Gwiżdż 1949, Tylkowa 2000). 2. Na astmę palono papierosy ze ślazu pomieszanego z podbiałem. Na schorzenia ropne skóry (czyraki, wrzody), na choroby nerek i pęcherza, do picia na suchoty dla dzieci. W naparze moczo no gi żeby wyleczyć kaszel (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Świącony na Matki Boskiej Zielnej, później okadzano nim krowy w św. Łucji i przed pierwszym wyjściem na pastwisko. Pokruszone zioła dodawano do wody, którą pojono krowy po ocieleniu. Wszystkie te zabiegi miały je chronić przed utratą mleka spowodowaną urokiem czarownic. Z ziołami tymi baca obchodził koszar trzy razy przed ich pierwszym wiosennym pobytem w nim żeby chronić owce przed złym (Jostowa 1978).

Inne sposoby użytkowania: Podaje się go krowom po ocieleniu (MT/Maniowy).

Malva sp., Śláz – Malvaceae

Nazwy ludowe: ślózik

Sposoby użytkowania w kuchni: Gotowano na gęsto nazywano "kupusta", suszyli i przechowywali. Jedzono na przednówku (PAE 6).

Marrubium vulgare L., Szanta zwyczajna – Lamiaceae

Użytkowane części: liście

Sposoby użytkowania w medycynie: Mleko gotuje się z liśćmi i podaje do picia cierpiącym na otręśnienie lub oberwanie, lub gdy boli pod piersiami (Gustawicz 1882).

Mentha arvensis L. Mięta polna – Lamiaceae

Nazwy ludowe: miętka

Sposoby użytkowania w kuchni: Dodatek do zhurdzonego (podeszłego serwatką) kwaśnego mleka gotowanego z czosnkiem lub cebulą. Do polewki dodaje się mąkę roztrzepaną w śmietanie, sól i usmażone skwarki. Brejkę je się z ziemniakami (Jostowa 1967).

Mentha sp., Mięta – Lamiaceae

Nazwy ludowe: mięta, miętka

Użytkowane części: górna część łodygi, liście, kwiaty

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Tradycyjna zupa czosnianka, przyrządzana z ziemniaków, czosnku, cebuli i mięty (Zegadłówna 1985, Zajac 2008). 2. Dodatek do jajecznicy (Zegadłówna 1985).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Na ból brzucha i biegunkę pić kilka razy dziennie po szklance aż do skutku. Gotuje się mocny napar jak herbatę (MT/Maniowy, PAE 3-4). 2. Na rżnięcie wrzuci szczyptę rumianku, centuryi i mięty do wrzącej wody i pić gdy trochę ostygnie (Janota & Nowicki 1865). 3. Do picia na szkarlatynę i po wymiotach. Ponadto łagodzi choroby układu pokarmowego, a także podawana jest przy katarze żołądka, na wątrobę i lepsze trawienie (MT/Maniowy). 4. W formie okładów na rany. Na ból żołądka, morzysko, mordowisko zażywa się ugotowaną na wodzie miętkę (Kantor 1907). 5. Picie odwaru z mięty w chorobach żołądka powoduje wymioty (Udziela 1891).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Świeconą w wiązankach w dniu Matki Boskiej Zielnej (Kantor 1907, Kwaśniewicz 2000, Kujawska et al. 2016, Köhler 2018/Bodnarski). 2. Świeconą na Matki Boskiej Zielnej, później okadzano nią krowy w św. Łucji i przed pierwszym wyjściem na pastwisko. Pokruszone zioła dodawano do wody, którą pojono krowy po ocieceniu. Wszystkie te zabiegi miały je chronić przed utratą mleka spowodowaną urokiem czarownic. Z ziołami tymi bacia obchodził koszar trzy razy przed ich pierwszym wiosennym pobytom w nim żeby chronić owce przed złym (Jostowa 1978). 3. Świeconą na Boże Ciało (MT/Maniowy).

Myosotis sp., Niezapominajka – Boraginaceae

Nazwy ludowe: żabie oczko

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Gentil-Tippenhauer 1954, Tondos 2004, Mackoś-Iwaszko & Lubiarski 2015).

Nardus stricta L., Bliźniczka psia trawka (B. wyprostowana) – Poaceae

Nazwy ludowe: nardus, bliźniczka

Użytkowane części: korzeń

Sposoby użytkowania w medycynie: „We 24 godzin najstraszniejsze goi rany, płuca zgniłe, wątrobę do zupełnego zdrowia przyprowadza i leczy” (Chrościński 1905).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Ponoć z niego była zrobiona maść dla Pana Jezusa (Chrościński 1905).

Nepeta cataria L., Kocimiętka właściwa – Lamiaceae

Sposoby użytkowania w kuchni: Dodatek do zchudzonego (podeszłego serwatka) kwaśnego mleka gotowanego z czosnkiem lub cebulą. Do polewki dodaje się mąkę roztrzepaną w śmietanie, sól i usmażone skwarki. Brejkę tę je się z ziemniakami (Jostowa 1967).

Nymphaea alba L., Grzybień biały – Nymphaeaceae

Nazwy ludowe: nenufar

Sposoby użytkowania w medycynie: Przykładany na rany (Udziela 1891). Jednak jest to informacja wątpliwa, gdyż gatunek ten nie występuje na Podhalu.

Ophioglossum vulgatum L., Nasięźrzał pospolity – Ophioglossaceae

Nazwy ludowe: Nasięźrzał pospolity

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Używają go na czary. Dziewczyny chcąc zjednać sobie wybranego chłopca rwą go i śpiewają przy tym (Gustawicz 1882).

Inne sposoby użytkowania: Bacowie dają go z solą owcom (Gustawicz 1882).

Origanum vulgare L., Lebiodka pospolita – Lamiaceae

Nazwy ludowe: lebiodka

Sposoby użytkowania w medycynie: Chore nogi moczy się w odwarze lub wkłada ją między palce (Kujawska et al. 2016).

Oxalis acetosella L., Szczawik zajęczy – Oxalidaceae

Nazwy ludowe: koniczyna zajęcowa, kapusta leśna, kapusta zajęcza

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Jedzony na surowo (głównie przez dzieci, dawniej jedli też dorośli). Nie robiono zapasów (PAE 1-2, PAE 6, Köhler 2018/Bodnarski). 2. Jadało się wiosną w czasach głodu (Jostowa 1954a). 3. Jedzony (PAE 1-2). 4. Jedzony przez pasterzy (Jostowa 1967).

Oxycoccus palustris L., Żurawina błotna – Ericaceae

Nazwy ludowe: żurawina

Sposoby użytkowania w kuchni: Rośnie i jest zbierana jedynie w Witowie i okolicy (PAE 6).

Padus avium Mill., Czeremcha zwyczajna – Rosaceae

Nazwy ludowe: kocierpka

Sposoby użytkowania w kuchni: Owoce są jedzone (PAE 1-2).

Sposoby użytkowania w medycynie: Na przeziębienie (MT/Maniowy).

Parnassia palustris L., Dziewięciornik błotny – Parnassiaceae

Nazwy ludowe: wyrwitaniec

Inne sposoby użytkowania: Dziewczyny go zrywają i noszą przy sobie (Gustawicz 1882).

Papaver sp., Mak – Papaveraceae

Nazwy ludowe: mak

Użytkowane części: nasiona

Sposoby użytkowania w medycynie: Jedzono nasiona lub robiono z nich wywar na bezsenność. Podawano go przy kamicy żółciowej i kolce wątroby. Jak dziecko nie chciało spać to mu się dawało do ssania szmatkę z makiem, środek na sen dla dorosłych (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Święcone w dniu Matki Boskiej Zielnej (Köhler 2018/Bodnarski, MT/Maniowy).

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Matlakowski 1901, Mackoś-Iwaszko & Lubiarz 2015).

Picea abies (L.) H. Karst., Świerk pospolity – Pinaceae

Nazwy ludowe: smrek, ostrewka, majki (męskie kwiaty), smoła (żywica)

Użytkowane części: drewno, szyszki, męskie kwiaty, żywica, gałęzie

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Po odłupaniu kory pasterze jedzą tzw. miazgę. Pewien rodzaj młodej żywicy ze świerka tzw. gryzawka lub gryziącka służy do żucia (Köhler 2018/Bodnarski). 2. W czasie nieurodzaju jedzono młode szyszki i cetynę (Eljasz-Radzikowski 1897, Matlakowski 1901, Kujawska et al. 2016). 3. Ulubiony pasterski przysmak. Żuje się tylko żywicę żółtą (Jostowa 1954b, 1967). 4. Jedzono w czasie głodu tzw. "majaki" - pączki z limb i smreków (PAE 6, Jostowa 1954a).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Żywicę ze świerków żuto w celu oczyszczenia zębów (Eljasz-Radzikowski 1897, Starek 1967, Kujawska et al. 2016). 2. Żywica wymieszana z masłem i smalcem była najlepszym lekarstwem do leczenia ran. Młode pędy zasypywano cukrem i robiono syrop na kaszel (Tylkowa 2000). 3. Żywica wymieszana z poświęconym woskiem i masłem służyła jako maść na rany dla ludzi i zwierząt (Bazińska 1967). 4. Igliwie, żywica i kora dostarczyły cennych leków, stosowanych w najróżniejszych schorzeniach (Bazińska 1967).

Sposoby użytkowania w budownictwie: 1. Do budowy ścian domów i stodół, gonty (MT/Maniowy, MT/Poronin Tatrzański, Matlakowski 1901, Antoniewicz 1966, Baniowska & Jagieła 2000, Kulig 2003, Haratyk 2014, Kujawska et al. 2016). 2. Do robienia skośnic (silnie nachylonych rynien umieszczanych jako lotoki doprowadzających wodę do kół wodnych) np. w tartakach i stępek w foluszu (Jost 1994). 3. Wyżłobione pnie doprowadzały wodę ze strumieni pod domy. Z gałęzi robi się ogrodzenia/płoty (Matlakowski 1901). 4. Na podwaliny („fundamenty”) (Baniowska & Jagieła 2000). 5. Do robienie dranic na pokrycie dachów (Antoniewicz 1966).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Do wyrobu mebli np. łóżko, kołyska, kredens, stół, stolik (MT/Maniowy, Matlakowski 1901, Haratyk 2014). 2. Uprażony na parze lub w gorącej wodzie służył jako lina np. do wiązania beczek na kapustę, lub drewna podczas zwożenia go z lasu (Matlakowski 1901). 3. Do wyrobu elementów instrumentów muzycznych tzw. podstawek, dyg w gaśli, do wyrobu basów, smyczków i trąbit (Chybiński 1924). 4. Do wyrobu łyżników (Rak 2007). 5. Do wyrobu cybuchów w fajkach, ale rzadko, ponieważ drewno to uważane jest za kruche (Malkiewicz & Zambrzyca 1974). 6. Obręcze kadzi w browarach (Jost 1979). 7. Poidła dla owiec na halach, skopki do dojenia owiec, do wyrobu stołków, oboniek, rosolników. Żywiczne trzaski świerkowe służyły do oświetlania w nocy, gdy szło się na zewnątrz (Antoniewicz 1966). 8. Do wyrobu tradycyjnych skrzyń (Kural 1974). 9. Do wyrobu naczyń bednarskich (Jostowa 1967). 9. Ok. 1899 w szałasach były trąby, robione z pni świerków długich na 1,5-2 m i szerokich u wylotu na 5 cm. Przy ich pomocy pasterze zwoływali się na szałasie (Bazińska 1967). 10. Gałązki służyły jako posłanie (Eljasz-Radzikowski 1888).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Na Boże Narodzenie (MT/Maniowy, Roj-Kozłowska 1947). 2. Do okadzania szałasów i koszar wykorzystywano wodę ze źródła, żywicę ze świerka, węgliki z ogniska i ziele święcone z Bożego Ciała albo ze święta Matki Boskiej Zielnej (Bachledda-Dorcarz 2015). 3. „Co dzień rano, w południe i wieczór juhasi doją owce do gielet, i zanoszą mleko bacy do szałasów; bacia bierze wypraną satę, t.j. pawęzkę płócienną, rozpościera nad pucierą, kładzie na niej na krzyż „bazicki”, święcone w Kwietnią Niedzielę, oraz krzyżyk z dwóch cetynek, t. j. igiełek smreka, zlepionych woskiem odedłubanym z Wielkanocnego paschału, to nakrywa drugą satą, której brzegi przewieszają się przez krawędź pucier, zakłada obrączkę, aby przy cedzeniu saty nie spadły do naczynia, a zarazem, aby ich nie potrzeba było dzierżyć rękoma, i dopiero wylewa na saty przynieszone w gieletach mleko, które się cedzi. Święcone krzyże bronią ode złego, czynią mleko zdrowem, zapobiegają czarom, które zawistny człowiek mógłby rzucić na owce, żeby przestały dawać mleko itp.” (Matlakowski 1901). 4. Rodzaj różgi robionej na wesela, zdobionej kwiatami (barwinek, sowija, cetenka) i jabłkami (Kolberg 1968). 5. Na trumny, wiórami wypełniano poduszki zmarłych (Kantor 1991, Lehr 2000). 6. Igły smrekowe z podłazniczki służyły do odpędzania uroków (Tylkowa 2000). 7. Ozdabia się kolorowymi wstążkami i przypina koniom, które będą wiozły młodych do ślubu (Roj-Kozłowska 1947). 8. W dniu św. Łucji z gałązek robiono krzyże i wieszano nad drzwiami w oborze (Kantor 1991). 9. „Mówią, że jeśli dużo kwiecica na smrekach, będzie urodzaj na ziemniaki i sady, a gdy szyszek na smreku obficie, nie starczy na życie. Albo też w Wigilię Bożego Narodzenia idzie chłop do lasu i zacina na świerku dwanaście karbów oznaczających dwanaście miesięcy, a który karb zajdzie żywicą, ten miesiąc będzie mokry. Owce dostają w zimie do ogryzania gałęzie świerkowe, a przy cedzeniu mleka owczego kładzie się na krzyż gałązki świerkowe, aby się lepiej oczyszczało z nieczystości” (Kujawska et al. 2016). 10. Do ozdabiania domów na Zielone Świątki. Drzewo niosącym

pomoc i ochronę w różnorodnych sytuacjach życiowych. W Boże Ciało drzewka umieszcza się po obu stronach wejścia do kościoła lub przed wielkim ołtarzem (albo wszystkimi ołtarzami). Po mszy wierni odłamują gałązki i zabierają do różnych obrzędów magicznych np. żeby mieć lepsze plony wtyka się je na polach. Ponadto daje się je za krokwie na strychach żeby zabezpieczyły dom przed pożarem. Powszechne było też wierzenie, że świerk zasadzony w pobliżu domu chroni przed piorunami i złymi duchami. Igliwie wkładano dzieciom pod poślanie, żeby rosły i były silne jak świerki. „Owcom nie wolno iść przez cień smreka — bo ich robaki będą się trzymały. Ani juhasowi gwizdać na owce nic wolno, jak na cieniu smreka stoi, bo wtedy gwizdże na wszystkie złe duchy, co w lesie są, i one po cieniach do owiec przyjdą”. Podobno w latach 1854-1864 istniał zwyczaj wieszania na świerkach wstążek i obserwowania, na którą stronę drzewa wiatr te wstążki poprzemosił, żeby wiedzieć z której strony nadejdzie szczęście. „W lesie pod Zakopanem znajdował się okazały stary smrek, przewyższający wysokością okoliczne drzewa, nazwany przez mieszkańców „świętym smrekiem”. Ludność miejscowa wierzyła, kultywując tradycje przodków, że w smreku tym tkwi coś boskiego (*ali quid divinum*). W związku z tym smrekowi temu oddawano cześć boską, przywożono doń dzieci i bydło, składano ofiary, zapalano świece i na klęczkach zanoszono modlitwy o pomoc w chorobach i nieszczęściach: „Święty smreku, pomóż mi” (*sancte smrec, iuva me*). Przejawem czci oddawanej smrekowi było też obchodzenie drzewa na klęczkach.” Bacowie wierzą, że wszycie w pas drzazgi ze świerka ochrania ich przed złem ponieważ mieszka w niej dobry duch (nikt go nie widział, bo grozi to natychmiastową śmiercią). Około roku 1800 pasterze starali się budować szałas pod świerkami gdyż wierzyli, że to przyniesie szczęście. „Zapach żywicy uważano za czarodziejski i przynoszący zdrowie. Barylki z drzewa smrekowego były chętnie widziane, bo woda i mleko dobrze się w nich trzymały i mleku nie szkodziły czary. Siłę szczęścia ma przede wszystkim smrek gęsty, którego korona ma kształt stożkowaty, a gałęzie są prostopadłe, przechodzące w krzyżyk.” W pierwszy dzień Zielonych Świątek okadzało się pole chodząc dookoła niego trzy razy z kijem, na który była wbita żywica ze świerka. Żeby żadna kobieta nie miała waloru to w powązkę należy zaszyć szpilkę smrekową. W Wielką Sobotę święcono cienkie gałązki świerkowe nazywane smędzianki, którymi później święciło się owce. „Kto ma owce chore i mleko brzyćkie, ten to musi zbierać ziele i smrekowe śpilki w nowe pionki. On se musi popod las raniem zawlec się i tamoj musi krzyne klencyć modlący. On sie modli haw do tego świętego, co je we wigilijom tego dnia. Kie sie ón domodli, wte musi słonecko go oblać, tego co ma rwać ziele i śpilki sukać. Słonecko musi i ziele zaopatrzyć, bo ono wte będzie mieć swojom moc. Kie uzbiera, musi poświęcić wodom z trzok źródeł, ale na dziewięciu granicach. Świencić trze przed pirsym ptoiskiem.” „W pierwszy dzień po przyjsciu na halę baca wbija mały, ścięty smrek lub jedliczkę w miejscu, gdzie ma być pierwszy koszar i przegania trzykrotnie owce koło drzewka. Smrek ten ma mieć dziewięć lat i dziewięć kondygnacji gałązek. Na niektórych halach stawiano też dwa smreki przy wejściu do pierwszego koszaru. Także kolo szałas wbijano małe smreczki, aby się darzyło bacy. (Zdarza się także, że kawałek gałązki smrekowej rzuca się na ziemię przed szałasem, aby złe nie miało dostępu do szałas ani siły popsucia mleka w szałasie.)” Rozpowszechniony jest także zwyczaj układania trzech gałązek świerkowych z trzema rozgałęzieniami, na krzyżyk na sacie, czyli płótnie, przez które cedzi się mleko z gielety do pucier. Miało to chronić mleko przed zepsuciem, a owce przed utratą mleka pod wpływem czarów. Świerki służyły bacom (za raz po przyjsciu na halę) także do wróżenia, czy dany rok będzie dobry. Mleko z pierwszego w roku udoju baca przelewa w tajemnicy do kotła nad ogniskiem, przez powązkę wiszącą na gałązce cetyny, która musi mieć kształt krzyża i rosła w cieniu. „W pierwszy dzień po wypasie i po

naprawie koszaru lub po jego ustawieniu juhasi gnali owce do koszaru na nocleg. Baca wynosił wtedy z szałas w króbcie z kory smrekowej żarzące się węgle z szałasnej watry, na które nasypywał ziele zbierane i święcone na Matkę Boską Zielną i żywicę smrekową, w ten sam dzień zbieraną w lesie.” Cały rytuał zakończony modlitwą miał zapewnić dobre dojenie i dobry wypas (Bazińska 1967). 11. „W Zakopanem istnieje nakaz, aby te gałązki, boże drzewko i barwinek, w sam dzień wigilii św. Jana Chrzyciela zerwać wczesnym rano, nim ptak zaświergoce. Do tego dodaje się także ziele święconego. Wszystko to musi być przygotowane w wigilję św. Jana Chrzyciela, ale gdyby w ten dzień była „leja” (ulewa), dawanie to odkłada się na najbliższy dzień pogodny, albowiem to jedzenie sypie się owcom kupeczkami na trawniku” (Kujawska et al. 2016).

Inne sposoby użytkowania: 1. Z korytarzy korników wyciągano puder drzewny, który stosowano jako zasypkę dla dzieci (MT/Maniowy). 2. Igły i posiekane gałązki są wyściółką dla zwierząt w oborach (Matlakowski 1901). 3. Motyw zdobniczy (Mackoś-Iwaszko & Lubiarz 2015). 4. Kora służyła do garbowania skór (Antoniewicz 1966). 5. Ozdoba kapelusza. Z dodatkami sztucznych kwiatów, koralików i świecidełek ozdabia kapelusz pana młodego (Zborowski 1932). 6. Łub świerkowy unieruchamiał złamaną kończynę owiec jak gips (Kantor 1991). 7. Jako pokarm dla owiec w ziemie. Przez gałązki przelewa się mleko, żeby je oczyścić z zanieczyszczeń (Bazińska 1967, Kujawska et al. 2016). 8. Pasterze smarowali żywicą kapelusze, żeby nie przepuszczały wody oraz nici lniane, które zabierano do bacówek, żeby w czasie wypasu mieć czym naprawiać odzież (Starek 1967). 9. Owce po przybyciu na halę kropiło się i kadziło smołą z dziewięci smreków. Smołą należało wziąć z drzew od strony cienia, kładzie się ją na łubę razem z ziele i pali okadzając zwierzęta. Jak krowa jest chora to trzeba jej uciąć odrobinę włosów, rzucić je na węgiel dodając do tego ziemi, całość trzeba rzucić na świerk rosnący za granicą hali i wówczas wszystkie choroby pójdą precz (Bazińska 1967).

***Pimpinella major* (L.) Huds, Biedrzyca wielka – Apiaceae**

Użytkowane części: nasiona, ziele

Sposoby użytkowania w medycynie: Nasiona biedrzyca lub całą roślinę oraz konopne siemię moczy się w winie, wódce, lub mleku i pije w czasie cholery lub moru (Gustawicz 1882).

***Pimpinella* sp., Biedrzyca – Apiaceae**

Nazwy ludowe: biedrzyca

Użytkowane części: ziele, nasiona

Sposoby użytkowania w medycynie: „W 1874 roku na Podhalu panowała cholera, jego odwar pito najczęściej z okowitą. (...) Jego nasienie lub całe ziele z konopnym siemieniem moczone w winie, wódce lub mleku pije się w czasie choroby. Górale zakopiańscy nasienie biedrzyca lub całe ziele z konopnym siemieniem moczą w winie, wódce lub mleku i piją w czasie cholery lub jakiegoś moru” (Gustawicz 1882, Udziela 1891).

***Pinus cembra* L., Sosna limba (Limba) – Pinaceae**

Nazwy ludowe: limba

Użytkowane części: męskie kwiaty, żywica, nasiona, pączki

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Jadało się wiosną w czasach głodu (Matlakowski 1901, Jostowa 1954a). 2. Orzeszki przypominające w smaku migdały jedzono jako przysmak (Staszic

1815, Eljasz-Radzikowski 1897). 3. Jedzono w czasie głodu tzw. "majaki" - pączki z limb i smreków (PAE 6).

Sposoby użytkowania w medycynie: Z pączków wyrabiano przedni olejek, a z żywicy zdrowotny balsam. Olejek nazywany jest balsamem karpackim, stosuje się go do leczenia ran (Staszic 1815, Eljasz-Radzikowski 1897).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Drewno używane bywa do wyrobu skrzyń, szuflad i kufrów ponieważ ochrania przed molami (Staszic 1815, Matlakowski 1901, Eljasz-Radzikowski 1897). 2. Drewno do wyrobu sprzętów i narzędzi pasterskich (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: Drzewo najcenniejsze do rzeźbienia (Matlakowski 1901).

Pinus mugo Turra, Sosna górská (S. kosa, Kosodrzewina, Kosodrzew, Kosówka) – Pinaceae

Nazwy ludowe: kosówka

Użytkowane części: drewno, gałęzie

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Drewno o ładnym, ciemno-czerwonym kolorze służyło do inkrustacji (Matlakowski 1901). 2. Do wyrobu elementów instrumentu muzycznego tzw. rogu (Chybiński 1924).

Inne sposoby użytkowania: 1. Na watrę (Staszic 1815, Eljasz-Radzikowski 1903). 2. Motyw zdobniczy (Mackoś-Iwaszko & Lubiarz 2015).

Pinus sylvestris L., Sosna zwyczajna – Pinaceae

Nazwy ludowe: sosna

Użytkowane części: igliwie, drewno, gałązki, szyszki

Sposoby użytkowania w kuchni: Po odłupaniu kory pasterze jedzą tzw. miazgę (Köhler 2018/Bodnarski).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Sok na przeziębienia. Gałązki zasypane cukrem, syrop i żywicę stosuje się na kaszel (MT/Maniowy, Tylkowa 2000). 2. Wywar z szyszek z 13 drzew podaje się na gruźlicę. Natomiast wywar z szyszek z 7 sosen jest skutecznym lekiem na raka (Bazińska 1967).

Sposoby użytkowania w budownictwie: Z drewna wykonywano ściany domu (MT/Maniowy, Antoniewicz 1966).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: W czasie Bożego Narodzenia ozdabiano nimi święte obrazy (MT/Maniowy).

Phragmites sp., Trzcina – Poaceae

Nazwy ludowe: trzcina

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: Jako stroik w dudach tzw. trestka lub jęczyczek (Chybiński 1924).

Phyllitis scolopendrum (L.) Newman, Jęczyznik zwyczajny – Aspleniaceae

Nazwy ludowe: jęczyzca

Inne sposoby użytkowania: Zioło zbierane przez korzeniarzy na handel (Eljasz-Radzikowski 1897).

Plantago major L., Babka zwyczajna – Plantaginaceae

Nazwy ludowe: babka

Użytkowane części: liście

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Przykładano na rany, ropiejące wrzody i boloki. Liście służyły do leczenia wrzodów (Tylkowa 2000). 2. Z jajkiem i masłem stosowana na ból brzucha (Radwańska-Paryska 1992).

Plantago media L., Babka średnia – Plantaginaceae

Nazwy ludowe: babka

Sposoby użytkowania w medycynie: Z jajkiem i masłem stosowana na ból brzucha (Radwańska-Paryska 1992).

Plantago lanceolata L., Babka lancetowata – Plantaginaceae

Nazwy ludowe: babka

Sposoby użytkowania w medycynie: Z jajkiem i masłem stosowana na ból brzucha (Radwańska-Paryska 1992).

Plantago sp. L., Babka – Plantaginaceae

Nazwy ludowe: babka

Użytkowane części: liście

Sposoby użytkowania w kuchni: Suszone i z małą domieszką owsa mielone na mąkę, z których robiono moskale (Kantor 1991, Roj-Kozłowska 1947).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Liście na rany (Gustawicz 1882, Eljasz-Radzikowski 1897, Bejnarowicz 1969, Köhler 2018/Bodnarski). 2. Całymi, potłuczonymi lub rozdrobnionymi liśćmi okłada się rany i obtarcia. Stosuje się je także do leczenia chorób skórnych oraz czerwonki. Ponadto liście wkłada się między palce gdy te bolą (Gustawicz 1882, Udziela 1891). 3. Na oparzenia, czyraki, ropne schorzenia skóry, uszkodzenia ciała (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Świeconą razem z innymi ziołami w dniu Matki Boskiej Zielnej (Gustawicz 1882).

Inne sposoby użytkowania: „W Wielką Sobotę dają ją z masłem albo też z chlebem lub ciastem bydłu i owcom, gdy niem pierze (pierze, rzuca) po ziemi, tj. na łomawicę” (Gustawicz 1882).

Polypodium vulgare L., Paprotka zwyczajna – Polypodiaceae

Nazwy ludowe: słodyczka, słodki korzeń, paprótka

Użytkowane części: kłącze

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Dzieci pasające bydło zjadają jako przysmak o słodko-gorzkim smaku (PAE 6, Jostowa 1954b, 1967, Kujawska et al. 2016). 2. Bywają zbierane i zjadane (PAE 1-2, Köhler 2018/Bodnarski). 3. Jadane w czasie głodu (PAE 6).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. W czasie przeziębienia do zwilżania ust (Köhler 2018/Złóża). 2. Odwar z korzeni pije się przeciw zawrotowi głowy. Poświęcona jest stosowana na ból zębów (Gustawicz 1882, Kujawska et al. 2016).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Dziwożony, czyli istoty demoniczne szkodzące położnicom i dziewczynom, najchętniej się nią żywią (Goszczyński 1853, Stęczyński 1860). 2. Jest święcona (Kujawska et al. 2016). 3. Zebrana w wigilię św. Jana i poświęcona odgania zło oraz uzdrawia krowy (Bazińska 1967).

Populus sp., Topola – Salicaceae

Nazwy ludowe: topola

Użytkowane części: drewno

Inne sposoby użytkowania: Najlepsze do rzeźbienia (MT/Maniowy).

Populus tremula L., Topola osika – Salicaceae

Nazwy ludowe: osika

Użytkowane części: drewno

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: „Kołkiem osikowym przybijano diabłu w ludzkiej postaci lub czarodziejowi pałą do ziemi, a czarownicę za warkocz przybijano tym kołkiem, aby się już ruszać nie mogła. Takiego kołka osikowego używa się także przeciw upiorom, a podejrzanym o to zmarłym przebija się serce albo ucina głowę i przybija do tułowia tym kołkiem” (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: Guślarze na ogniu z drewna osikowego przygotowują różne leki dla owiec (Bazińska 1967).

Potentilla anserina L., Pięciornik gęsi – Rosaceae

Nazwy ludowe: srebrnik, kurze ziele

Użytkowane części: korzeń, ziele

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Korzeń ugotowany na mleku stosowany jest w różnych zaburzeniach i bólach żołądkowych (Kujawska et al. 2016). 2. Na przepuklinę u małych dzieci podawano przyprawiony korzeń smażony z masłem (PAE 3-4).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Święci się dla bydła (Gustawicz 1882, Kujawska et al. 2016). 2. Gdy mleko nie chce się ubić na masło, należy poświęcony pięciornik położyć pod kierniczkę (Kujawska et al. 2016).

Primula auricula L., Pierwiosnek (Pierwiosnka) łyszczak – Primulaceae

Nazwy ludowe: pierwiosnka łyszczak

Sposoby użytkowania w medycynie: Przeciw zawrotom głowy, odwar przeciw kaszlowi, w odwarze kąpiele dla chorych na suchoty (Kujawska et al. 2016).

Prunus spinosa L., Śliwa tarnina (Tarnina) – Rosaceae

Nazwy ludowe: tarnina (owoce – tarki)

Użytkowane części: owoce

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Do jedzenia, na wino (MT/Maniowy). 2. Jedzone po pierwszych przymrozkach (Köhler 2018/Bodnarski). 3. Owoce jedzone (PAE 1-2).

Sposoby użytkowania w medycynie: Na przeziębienie i astmę. W wodzie z ugotowaną tarniną moczą się cierpiący na ból stawów (MT/Maniowy).

Quercus robur L., Dąb – Fagaceae

Nazwy ludowe: dąb

Użytkowane części: drewno, kora

Sposoby użytkowania w medycynie: Do przemywania starych ropiejących ran, na ból zębów i na wątrobę. Pomaga na chrosty i swędzenie. Na upławy należy ustrugać dębu i go gotować, a potem okładać tym krzyże (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w budownictwie: Sporadycznie używane w budownictwie ponieważ jest drogie (Baniowska & Jagieła 2000).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Do wyrobu mebli (MT/Maniowy, Matlakowski 1901). 2. Do wyrobu kieliszków (Witkiewicz 1891).

Inne sposoby użytkowania: 1. Na lepszy porost włosów (MT/Maniowy). 2. Motyw zdobniczy (Kroh 1972, Rak 2007).

Ranunculus acris L., Jaskier ostry – Ranunculaceae

Nazwy ludowe: jaskier, opich polny, kurza głowa, jaskiernik

Sposoby użytkowania w kuchni: Suszono i z domieszką owsa mielono na mąkę, z której robiono moskale (Kantor 1991, Radwańska-Paryska 1992).

Inne sposoby użytkowania: 1. Ponoć owce giną od niego (Kujawska et al. 2016). 2. Liście przykładano na ciało, żeby powstały trudnogojące się rany, dzięki czemu nie musiano iść do wojska austriackiego (Gustawicz 1882, Kujawska et al. 2016).

Ranunculus sp., Jaskier – Ranunculaceae

Nazwy ludowe: jaskiernik

Użytkowane części: nasiona

Sposoby użytkowania w kuchni: W czasie głodu używano do wyrobu mąki (Roj-Kozłowska 1947, Radwańska-Paryska 1992).

Raphanus raphanistrum L., Rzodkiew świrzepa – Brassicaceae

Nazwy ludowe: hodryk

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Na warmuz (Eljasz-Radzikowski 1897). 2. Jedzona w czasie głodu (Eljasz-Radzikowski 1901). 3. Suszone i z małą domieszką owsa mielone na mąkę, z której robiono moskale (Roj-Kozłowska 1947, Kantor 1991). 4. *Raphanus raphanistrum* L. lub *Sinapis arvensis* L. zbierają przed kwitnieniem, siekają, gotują z kwasem z kiszzonej kapusty i jedzą (Köhler 2018/Sykutowski).

Rhinanthus sp., Szeleźnik – Scrophulariaceae

Nazwy ludowe: szustak, sustek, sustok, sust

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Poświęcone w czasie Matki Boskiej Zielnej mają największe działanie na uroki (Kwaśniewicz 2000).

Rhodiola rosea L., Różeniec górski – Crassulaceae

Nazwy ludowe: różowiec

Sposoby użytkowania w medycynie: Do wywoływania poronień (Kawałko 1986).

Ribes sp. [może chodzić o *R. alpinum* L. lub *R. petraeum* Wulfen in Jacq.], Porzeczka [P. alpejska lub P. skalna] – Grossulariaceae

Nazwy ludowe: dzikie porzeczki

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Deser (Jostowa 1954b). 2. Jedzone w niewielkich ilościach przez pasterzy (Jostowa 1967).

Rosa sp., Róża – Rosaceae

Nazwy ludowe: dzika róża

Użytkowane części: kwiaty, owoce

Sposoby użytkowania w kuchni: Kwiaty bywają jedzone (PAE 1-2).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Owoce mielono w młynku ręcznym i gotowano na mleku, a następnie podawano chorym jako posiłek. Smak tej potrawy był słodkawy i uchodził za przysmak (Jostowa 1954a). 2. Robiono z niej okłady (MT/Maniowy). 4. Płatki na różyczkę (Eljasz-Radzikowski 1897, Bejnarowicz 1969).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Świecona na Matki Boskiej Zielnej (Köhler 2018/Bodnarski).

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Gentil-Tippenhauer 1954, Kural 1972, Hermanowicz-Nowak 2000, Szybisty 2007, Mackoś-Iwaszko & Lubiary 2015).

Rosa canina L., Róża dzika – Rosaceae

Nazwy ludowe: głóg

Użytkowane części: kwiaty, owoce

Sposoby użytkowania w medycynie: Służą do okadzania i okładania przy różyczce (Tylkowa 2000).

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Mackoś-Iwaszko & Lubiary 2015).

Rosa sp., Róża [podana jako róża polna *Rosa alpina*] – Rosaceae

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Świecona na Matki Boskiej Zielnej, później okadzano nią krowy w św. Łucji i przed pierwszym wyjściem na pastwisko. Pokruszone zioła dodawano do wody, którą pojono krowy po ocieleniu. Wszystkie te zabiegi miały je chronić przed utratą mleka spowodowaną urokiem czarownic. Z ziołami tymi baca obchodził koszar trzy razy przed ich pierwszym wiosennym pobytem w nim żeby chronić owce przed złym (Jostowa 1978).

Rubus subgenus *Rubus*, Jeżyna – Rosaceae

Nazwy ludowe: czernice

Użytkowane części: owoce

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Owoce spożywano w lecie (PAE 1-2, Köhler 2018/Bodnarski). 2. Jedzono surowe, robiono z nich marmoladę i soki (PAE 6).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Sok dobry na przeziębienia (MT/Maniowy). 2. Wywar zalecany do płukania gardła w stanach zapalnych, zwłaszcza podczas ropnej anginy (Tylkowa 2000).

Rubus idaeus L., Malina właściwa – Rosaceae

Nazwy ludowe: malina

Użytkowane części: owoce

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Deser (Jostowa 1954b). 2. Owoce były jedzone (PAE 1-2). 3. Jedzone w niewielkich ilościach przez pasterzy (Jostowa 1967). 4. Jedzono surowe, przerabiano na soki (PAE 6).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Sok leczy przeziębienie, kaszel, obniża gorączkę, pomaga na dolegliwości z sercem (MT/Maniowy). 2. Sok z malin na nieżyt dróg oddechowych (Tylkowa 2000).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Świecona na Matki Boskiej Zielnej (Gustawicz 1882, Kwaśniewicz 2000).

Inne sposoby użytkowania: 1. Zbierano w lasach i sprzedawano do pensjonatów i schronisk (Kantor 1991, Szromba-Rysowa 2000). 2. Zbierano na sprzedaż (PAE 6).

Rumex acetosa L., Szczaw zwyczajny – Polygonaceae

Nazwy ludowe: szczaw

Użytkowane części: liście

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Polewka ze szczawiu (PAE 1-2). 2. Do przyrządzania zupy barszczu. Dzieci jedzą surowe liście, starsi gotują. Na zimę przechowują solony lub w butelkach. Polewka ze szczawiu (PAE 1-2). 3. Jedzony (PAE 1-2). 4. Jedzony przez pasterzy (Jostowa 1967).

Rumex acetosella L., Szczaw polny – Polygonaceae

Nazwy ludowe: szczaw, ścow

Użytkowane części: kwiaty, ziele

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Jedzono na surowo (Köhler 2018/Bodnarski, Köhler 2018/Złóża). 2. Jedzony przez pasterzy (Jostowa 1967).

Rumex alpestris Jacq., (syn. *R. arifolius* All), Szczaw górski – Polygonaceae

Sposoby użytkowania w kuchni: Jedzony przez pasterzy (Jostowa 1967).

Rumex alpinus L., Szczaw alpejski – Polygonaceae

Użytkowane części: korzeń

Inne sposoby użytkowania: Zbierany przez korzeniarzy (Tylkowa 2000).

Rumex obtusifolius L., Szczaw tępolistny – Polygonaceae

Nazwy ludowe: szczaw

Sposoby użytkowania w medycynie: Na opuchliznę (Gwiżdż 1949).

Rumex scutatus L., Szczaw tarczolistny – Polygonaceae

Nazwy ludowe: szczaw koński

Sposoby użytkowania w kuchni: Jedzony przez pasterzy (Jostowa 1967).

Sposoby użytkowania w medycynie: Odwar pity na czerwonkę (MT/Maniowy, Gustawicz 1882).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Święcą na Matkę Boską Zielną (Gustawicz 1882).

Rumex sp., Szczaw – Polygonaceae

Nazwy ludowe: szczaw

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Jadany wiosną w czasach głodu (Eljasz-Radzikowski 1901, Jostowa 1954a). 2. Zupa ze szczawiu (Zupa - "borsz ze ściowiu"). Obecnie na zimę robią szczaw w butelkach (gotują). Dawniej nie robiono tego, natomiast solono szczaw w garnku i ubijano go. Dzieci jedzą na surowo (PAE 6).

Salix sp., Wierzba – Salicaceae

Nazwy ludowe: wierzba

Użytkowane części: gałęzie, kora, kwiaty, drewno

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Gałązkami przypiekano kurczajki. Herbatę pito na przeziębienia (MT/Maniowy). 2. Na dyfterię (Gwiżdż 1949). 3. Poświęcone baze są skuteczna na babranie (Bazińska 1967). 4. Połknięte w całości bezpośrednio po święceniu miały chronić przed bólem gardła, zaś sproszkowane stosowano później w rozmaitych dolegliwościach (MT/Maniowy, Jostowa 1978, Kantor 1991, Kwaśniewicz 2000, Świętych & Trebunia-Staszal 2008).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Do wyrobu fajarek (Chybiński 1924). 2. Do wyrobu łyżników (ale rzadko) (Rak 2007). 3. Obręcze kadzi w browarach (Jost 1979). 4. Z gałęzi wyplatano kosze, w drewnie rzeźbiono bo jest miękkie (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Chronią przed pożarami. Robiło się z nich krzyżyk, który wbijany był w polu, żeby je uchronić przed gradem i burzą (MT/Maniowy, Kwaśniewicz 2000). 2. W Niedzielę Palmową robiono z nich palmy i święcono. Poświęcone w kościele nabierały właściwości leczniczych i magicznych. Pojedyncze gałązki bazi zatykano na polach uprawnych i ogrodach, a także w obejściu pod strzechą. W czasie pierwszego wypasu uderzano nimi bydło. Bазie wraz z kawałkiem chleba lub placka owsianego zwanego moskolem, kładł gazda przy pierwszej orce pod skibę. Oderwane od gałązek baze wrzucano do ziarna siewnego i do ziemniaków, żeby był urodzaj (MT/Maniowy, Jostowa 1978, Kantor 1991, Kwaśniewicz 2000, Świętych & Trebunia-Staszal 2008). 3. Bазie, tzw. kocanki z gałązek wierzbowych święconych jako palmy wielkanocne służyły do odpędzania uroków (Tylkowa 2000). 4. Poświęcone w Kwietną Niedzielę położone na szmacie przez, którą przelewało się mleko broniły je od złego (Antoniewicz 1966). 5. Poświęcone w św. Błażeja wkłada się pod pierwszą skibę. Służą do robienia palm wielkanocnych. Z poświęconymi palmami chodzi się po polach, żeby uchronić je przed wymyciem ziemi. Gałązki wbija się też w pole, żeby był urodzaj. Palmy przechowuje się na strychu domu (za tragarzem), żeby chroniły od piorunów. Jak jest burza to baze wrzuca się do ognia (żeby uspokoić planetników). W św. Andrzeja obejmuje się wierzby, żeby szybko wyjść za mąż. Poświęcone baze są skuteczne na wszystkie czary. W Kwietną Niedzielę (Niedzielę Palmową) święci się gałązki wierzby, a następnie wbija je w pola z żytem, żeby był urodzaj, a także sieje razem z owsem i ziemniakami, żeby ich było tyle co bazi na drzewach. Poświęcone baze rzuca się do ognia, żeby uspokoić planetników i ochronić się przed burzą. Z tego samego powodu bacowie mają je w szalaszach, a czasami zakopują na granicy swojego hutoru. Co więcej, baze te wkłada się w domu za tragarz co również ma chronić przed piorunami. Święci się w Niedzielę Palmową razem z gałązkami jałowca i hubą, a następnie okadza nimi dom chodząc dookoła niego 3 razy (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: Dymem z poświęconych bazi okadzano owce udające się na sezonowy wypas w góry (Świętych & Trebunia-Staszal 2008).

Sambucus nigra L., Bez czarny (Dziki bez czarny) – Caprifoliaceae

Nazwy ludowe: hebdziak

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Stosowany w leczeniu różnych chorób (Kujawska et al. 2016). 2. Herbata łagodząca kaszel i rozgrzewająca (Tylkowa 2000).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Do wyrobu piszczałek (Chybiński 1924). 2. Do wyrobu cybuchów w fajkach (Malkiewicz & Zambrzyca 1974).

Inne sposoby użytkowania: Od końca XVIII wieku zbierany dla aptek (Kujawska et al. 2016).

Sambucus racemosa L., Bez koralowy (Dziki bez koralowy) – Caprifoliaceae

Nazwy ludowe: koralowiec

Sposoby użytkowania w medycynie: Roztłuczony na miąższ należało jeść na ospę (MT/Maniowy).

Sanicula europaea L., Żankiel zwyczajny – Apiaceae

Nazwy ludowe: zankiel

Inne sposoby użytkowania: Zioło zbierane przez korzeniarzy na handel (Eljasz-Radzikowski 1897).

Saxifraga sp., Skalnica – Saxifragaceae

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Mackoś-Iwaszko & Lubiarz 2015).

Scrophularia nodosa L., Trędownik bulwiasty – Scrophulariaceae

Nazwy ludowe: madrowiec

Użytkowane części: korzeń

Sposoby użytkowania w medycynie: Odwar z korzenia pije się na madrę (ból maciczny). Kobiety piją go również po porożu lub gdy się ktoś podźwignie (Gustawicz 1882, Kujawska et al. 2016).

Succisa pratensis Moench, Czarcikęs łąkowy – Dipsacaceae

Nazwy ludowe: dryjakiew

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Święcą na Matkę Boską Zielną (Gustawicz 1882).

Inne sposoby użytkowania: Gdy bydło laksuje (ma lakserkę, czyli rozcieńczenie), podaje mu się parzoną dryjakiew (Gustawicz 1882).

Sedum acre L., Rozchodnik ostry – Crassulaceae

Nazwy ludowe: rosolnik

Użytkowane części: kwiaty

Sposoby użytkowania w medycynie: Zastosowanie przy przeziębieniach, w zatruciach pokarmowych i jako lek moczopędny (Tylkowa 2000).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Robiono z nich wianki na Boże Ciało (MT/Maniowy, Köhler 2018/Bodnarski), które po poświęceniu trzymano w domach żeby odgonić burze (MT/Maniowy). 2. Święcony na Matki Boskiej Zielnej, później okadzano nim krowy w św. Łucji i przed pierwszym wyjściem na pastwisko. Pokruszone zioła dodawano do wody, którą pojono krowy po ocieceniu. Wszystkie te zabiegi miały je chronić przed utratą mleka spowodowaną urokiem czarownic. Z ziołami tymi bacia obchodził koszar trzy razy przed ich pierwszym wiosennym pobytom w nim żeby chronić owce przed złym (Jostowa 1978).

Sedum fabaria W. D. J. Koch [podawany jako *Sedum telephium*] L., Rozchodnik karpacki – Crassulaceae

Nazwy ludowe: kanie sadło

Użytkowane części: liście

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Wszelkie obierzki okłada się liśćmi tej rośliny (Gustawicz 1882). 2. Maść na dolegliwości reumatyczne, dodaje się do kąpieli (MT/Maniowy). 3. Do leczenia ludzi i zwierząt (Kantor 1991).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Świącony w wiankach na Boże Ciało (MT/Maniowy). 2. Świącą na Matkę Boską Zielną (Gustawicz 1882).

Inne sposoby użytkowania: 1. Pokruszone ziele z solą daje się jałówkom, aby się biegały (Gustawicz 1882). 2. Wchodzi w tak zwane Ziele (święcone na M.B. Zielną), które bywa używane jako pierwsza strawa dla krów po ociepleniu się (Köhler 2018/Bodnarski).

Sinapis arvensis L., Gorczyca polna (Ognicha) – Brassicaceae

Nazwy ludowe: gorczyca

Użytkowane części: nasiona, owoce, ziele

Sposoby użytkowania w medycynie: Przy bólach żołądka, w formie pasty smarowano nią sparalizowane części. Podawana dzieciom w czasie odry (MT/Maniowy).

Solanum dulcamara L., Psianka słodkogórz – Solanaceae

Nazwy ludowe: psianka

Inne sposoby użytkowania: Dają krowom jako pokarm (Kujawska et al. 2016).

Soldanella sp., Urdzik – Primulaceae

Nazwy ludowe: hurdyk

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Mackoś-Iwaszko & Lubiarz 2015).

Sorbus aucuparia L. emend, Hedl., Jarząb pospolity (J. zwyczajny) – Rosaceae

Nazwy ludowe: skoruta

Użytkowane części: owoce, drewno

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Owoce były jedzone (PAE 1-2). 2. Suszone. Owoce jedzone przez dzieci, zbiera się je jak przemarzną. Dawniej jedli wszyscy. Zbierano na kompot (PAE 6).

Sposoby użytkowania w medycynie: Podawana na kaszel, na wzmocnienie (MT/Maniowy)

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: Do wyrobu piszczałek (Chybiński 1924).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Jeśli wcześniej się czerwieniły to znaczyło, że będzie długa i mroźna zima (MT/Maniowy). 2. Ozdabianie domów nad drzwiami i oknami w czasie Zielonych Świątek (Kwaśniewicz 2000). 3. Z drewna robiono laski o magicznych mocach. Bacowie trzymali gałęzie jarzębiny, żeby odpędzać nimi zło i żeby wiedzieć kto im chce zaszkodzić. Gałąź taka musiała być poświęcona w wigilię Matki Boskiej i okadzona świętym ogniem. Gałąź ta służyła do przyganiania owiec. Wierzono, że jej kradzież równała się z kradzieżą owcy gdyż tyle razy ile by złodziej uderzył nią o ziemię tyle owiec by zdechło (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: 1. Dają kurom gdy chorują (MT/Maniowy). 2. Motyw zdobniczy (Maleta & Fryś-Pietraszkowa 2000, Mackoś-Iwaszko & Lubiarz 2015). 3. Wywar z miazgi wlewa się owcom do pyska, żeby wyleczyć motylicę (mentelicę) (Bazińska 1967).

Sorbus aria (L.) Crantz, Jarząb mączny – Rosaceae

Nazwy ludowe: mukinia

Użytkowane części: drewno

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: Do wyrobów stolarskich (Matlakowski 1901).

Stachys palustris L. Czyściec błotny – Lamiaceae

Nazwy ludowe: marchew polna, dzika marchew

Użytkowane części: kłącze

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Najczęściej jadany na surowo, rzadziej suszony. Zasuszona przechowywana w woreczkach. Bywało, że suche korzonki mielono, a z mąki gotowano zupę (PAE 1-2). 2. Korzenie jedzono ugotowane lub na surowo (PAE 6).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Poświęcony w wigilię św. Łucji ma moc zaczarowywania mleka żeby zamieniało się w tyle masła ile się chce (Bazińska 1967).

Stachys sp., Czyściec – Lamiaceae

Nazwy ludowe: głowienka

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Gdy grzmi kładzie się święconą głowienkę na ogień (Gustawicz 1882).

Stellaria media (L.) Vill., Gwiazdnica pospolita – Caryophyllaceae

Nazwy ludowe: muszec, muszcz

Sposoby użytkowania w kuchni: Jedzona dla smaku, w zastępstwie szpinaku. Na warmuz (Köhler 2018/Złóża).

Symphytum officinale L., Żywokost lekarski – Boraginaceae

Nazwy ludowe: żywochwast, zrost, żywokost

Użytkowane części: korzeń, liście, kwiaty

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Na złamanie kości korzeń ubija się na masę, często z sadłem (MT/Maniowy, PAE 3-4, Gustawicz 1882, Eljasz-Radzikowski 1897, Gwiżdż 1949, Kantor 1991, Tylkowa 2000, Köhler 2018/Bodnarski). 2. Na oberwanie żołądka (choroby wewnętrzne) smażony z tłuszczem, który następnie spożywa się kilka dni na czczo (PAE 1-2, Köhler 2018/Sykutowski). 3. Na skaleczenia ciała ostrym narzędziem. Lokalnie nazywany zrost, ponieważ pod opatrunkiem z liści, rany szybciej się zrastają. Smażą na maśle i używają jako leczniczej maści (Köhler 2018/Złóża). 4. Wywar z kwiatów polecany przy schorzeniach dróg oddechowych (Tylkowa 2000). 5. Na madrę (Gustawicz 1882). 6. Usmażony na maśle poświęconym w Wielki Piątek służył jako lekarstwo na rany (Bazińska 1967).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Świecony na Matkę Boską Zielną (Gustawicz 1882).

Inne sposoby użytkowania: Liście jako karma dla świń (PAE 1-2).

Tanacetum parthenium (L.) Sch. Bip., Wrotycz (Złocień) maruna – Asteraceae

Nazwy ludowe: marunka, maruna, urażnik

Użytkowane części: kwiaty

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Na zatrucia (MT/Maniowy). 2. Na zerwanie (Bejnarowicz 1969). 3. Na ból brzucha w czasie ciąży (Gustawicz 1882).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Powoduje przedwczesne umieranie, dlatego nie można go dawać jako zioło pod budowę domu (Baniowska & Jagiełła 2000). 2. Święcony na Matkę Boską Zielną (Gustawicz 1882).

Tanacetum vulgare L., Wrotycz pospolity – Asteraceae

Nazwy ludowe: wrotycz, rutyc

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. „W tym się kompiom na babskom chorość jako tam kazom znachory”. Na lekarstwo na krwotoki (Radwańska-Paryska 1992). 2. Na zatrucia (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Świecony na Matki Boskiej Zielnej, później okadzano nim krowy w św. Łucji i przed pierwszym wyjściem na pastwisko. Pokruszone zioła dodawano do wody, którą pojono krowy po ocieleniu. Wszystkie te zabiegi miały je chronić przed utratą mleka spowodowaną urokiem czarownic. Z ziołami tymi baca obchodził koszar trzy razy przed ich pierwszym wiosennym pobytem w nim żeby chronić owce przed złym (Jostowa 1978).

Taraxacum officinale F. H. Wigg. (lub pokrewne gatunki z sekcji Ruderalia), Mniszek pospolity – Asteraceae

Nazwy ludowe: młac, kwiat majowy, mniszek, dmuchawiec

Użytkowane części: liście, kwiaty, sok

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Nawarzano, odcedzano, a następnie płukano w zimnej wodzie i wykręcano jak kapustę. Solono i dadawano do tego serwatki lub trochę mleka i gotowanych ziemniaków (Jostowa 1954a). 2. Gotowano z mlekiem i ziemniakami lub z mlekiem i mąką owsianą tzw. "borsc z mlecu", potrawa głodowa (PAE 6).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Na osłabiony system nerwowy, co godzinę łyk przez 8 dni i 2 dni przerwy i tak 3x. Łyżkę ziela zalać 1/4 litra zimnej wody, gotować 3 min (PAE 3-4). 2. W formie parówek, na leczenie chorób uszu. Mleczko do leczenia kurzajek, które trzeba było nim smarować (MT/Maniowy).

Taxus baccata L., Cis pospolity – Taxaceae

Nazwy ludowe: cis

Użytkowane części: drewno

Sposoby użytkowania w medycynie: Gdy ktoś zostanie ugryziony przez wściekłego psa zaleca się szybkie wypłukanie rany zimną wodą, a następnie skrobie się cis i przykładą na ranę, na którą trzeba napluć lub trochę ją zwilżyć wodą (Bazińska 1967, Kujawska et al. 2016).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Na rękojeści do noży, toporków i na inne narzędzia pasterskie (Eljasz-Radzikowski 1897, Matlakowski 1901). 2. Drewno o ładnym czerwonym kolorze służyło do inkrustacji np. blatów stołów, stolnic (Matlakowski 1901, Bachleđa-Dorcarz 2015). 3. Do wyrobu łyżników, najlepsze karkoski (forma lampek do palenia dająca światło w domu) (Matlakowski 1901, Kantor 1991). 4. Chroni przed molami, dlatego z drewna robiono skrzynie na ubrania (Hermanowicz-Nowak 2000). 5. Do wyrobu duhaców i bąków, czyli elementów dud. Z narośli na drzewie, tzw. mazeru rzeźbi się głowę dud w kształcie czaszki kozy (Chybiński 1924). 6. Do wyrobu czerpaków (Antoniewicz 1966). 7. Do stolarki (Staszic 1815).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Powinien być poświęcony 9 razy, dlatego 9 razy przekłada się go do nowej wiązki ziela i święci (Radwańska-Paryska 1992).

2. W wigilię św. Jana Chrzciciela pokruszone zioła z wianków rozrzuca się po domu żeby go ochronić przed czarownicami, wścieklizną i wszelakim złem (Gustawicz 1882). 3. Cisem inkrustowane były naczynia i narzędzia w formie drzazgi, tzw. duszy, która podwyższała stopień ochrony narzędzi. Najlepiej, gdy była to drzazga z drzewa, w które uderzył piorun (Bachledda-Dorcarz 2015). Dusa chroniła także włożone do danego naczynia jedzenie oraz ogień przy którym, lub na którym gotowano owcze mleko do wyrobu sera (Bazińska 1967). 4. W święto Trzech Króli święci się cis, którym następnie okadza się bydło (Kujawska et al. 2016). 5. Uważany za najświętsze drzewo. Ponoć wisiał na nim Jezus dlatego chroni przed wszystkimi czarami. Powinien być święcony 9 razy. "Bace to dawni jak mieli pirsego baranka, to mu łeb cieli i kopali pod cisa, i z takiego brali gałąź. To łeb kopali co 9 lat, a mięso gotowali i jedli, a kości co zostały kopali na granice. Teraz to tako nie robiom." Laska z cisa poświęcona 3 albo 9 razy podana bydłciu chroni je przed czarownicami. Gałązkę cisa nosili juhasi przy kapeluszu, żeby nic im nie szkodziło. Cis kładzie się pod próg szalasu, żeby woda ani nic złego nie przyszło. „Lepsa od skorusawej jest cisowa laska. Jom sie rwie o północy we wigiliom św. Jana i święci na Matkę Boską Zielną. Taka laska to musi na 9 lat starcyć. Niom trza dziubać do ziemi i bacowską modlitwę mówić, to wte ten, co bacowi skode robi, przyńdzie podziubany po głowie i po bzuchu.” Nożem zrobionym przez kowala w św. Łucji robi się drzazgi cisowe, które wciska się owcom w rogi, żeby się nie gubiły. W Trzech Króli święci się cis, którym okadza się później bydło. Okadzanie cisem stosowano, żeby uchronić człowieka przed spotkaniem wściekłego psa. Cisem okadza się nową stajnię nim wprowadzi się do niej pierwsze zwierzęta. Przejście przez cień cisa lewą nogą powoduje chorobę. Natomiast złamanie cisowej laski powoduje "cień wieczny", a zrobienie z niego jakiegokolwiek sprzętu czy dodanie drzazgi powoduje psucie mleka i robaczywienie sera. W ten sposób guślarze mogą szkodzić innym (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: 1. Młodzież używa do zdobienia kapeluszy, co symbolizuje odwagą (Eljasz-Radzikowski 1897, Bazińska 1967, Starek 1967, Kujawska et al. 2016). 2. Gałązki wkładano do szaf, żeby odstraszały mole (Hermanowicz-Nowak 2000). 3. Żeby ochronić bydło przed wścieklizną daje się trochę wiurków cisowych do wody (Gustawicz 1882, Bazińska 1967). 4. Okadza się nim krowy po ocieceniu lub po wypędzeniu na pierwszy wypas, żeby ochronić je przez chorobami. Cis jest dobry na różne choroby krów oraz gdy nie chcą się doić lub nie dają mleka (Bazińska 1967).

Thymus pulegioides L., Macierzanka zwyczajna – Lamiaceae

Nazwy ludowe: macierzanka, macierzduszka

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. „Okadzanie macierzanką jest użyteczne przy bólach pod piersiami lub niżej – korzysta się wówczas z postaci świeżej, suszonej, święconej bądź naparzonej. Na bóle żołądka (morzysko, mordowisko) zażywana jest gotowana na wodzie macierzanka. Na bóle dzieci pozostających w brzuchu matki robi się okłady z macierzanki. Stosuje się macierzankę również na klucie wewnętrzne, robi się z niej okłady” (Gustawicz 1882). 2. Napar był pity, kąpano się w nim i robiono z niego nasiadówki. Kąpiele stosowano szczególnie u niemowląt mających wysypkę (Tylkowa 2000). 3. Na bóle żołądka (morzysko, mordowisko) zażywana jest gotowana na wodzie (Kantor 1907).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Żeby odpędzić lub unieszkodliwić czarownice, należy przed wschodem słońca udać się na dziewiątą miedzę i zebrać macierzankę, dzwonki i bylicę. Po ususzeniu tych ziół należy nimi okadzać stajnię (Biegeleisen 1929). 2. Święcona na Boże Ciało (Köhler 2018/Bodnarski). 3. Zioło do okadzania owiec przed piwerszym wypasem (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: Wchodzi w skład ziół podawanych jako pierwszy pokarm po ociepleniu się krów (Köhler 2018/Bodnarski).

Thymus sp., Macierzanka (najprawdopodobniej także *Thymus pulegioides* L., Macierzanka zwyczajna) – Lamiaceae

Nazwy ludowe: macierzanka

Użytkowane części: cała roślina

Sposoby użytkowania w medycynie: W formie wywaru najlepszy środek do leczenia reumatyzmu. Kąpiele z macierzanką miały chronić dzieci przed krzywicą. Stosowano je także przy bólach nóg. Herbatą leczono gruźlicę, bóle brzucha, choroby nerek. Kwiaty na choroby kobiece (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Do robienia wianków na Boże Ciało, które po poświęceniu trzymano w domach, żeby odgonić burze (MT/Maniowy).

Tilia cordata Mill. lub/i *Tilia platyphyllos* Scop., Lipa drobnolistna lub/i Lipa szerokolistna – Tiliaceae

Nazwy ludowe: lipa

Użytkowane części: gałęzie, kwiaty, drewno, sok

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Spożywano sok (PAE 1-2). 2. Napar z kwiatów pity jako herbata (PAE 6).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Kwiaty w formie herbaty pito żeby wyleczyć przeziębienie. Herbatę podawano dzieciom na suchoty/suchory (gwałtowny kaszel i plucie krwią), z dodatkiem miodu pito ją na choroby gardła. Z naparu robiono okłady na zaziębione jelita (MT/Maniowy). 2. Na kaszel (Gwiżdż 1949, Köhler 2018/Bodnarski). 3. Na zapalenie płuc (Tylkowa 2000). 4. Na poty (Bejnarowicz 1969).

Sposoby użytkowania w budownictwie: Do robienia schodów (Łaś 2016).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Drewno używane do wystroju wnętrz, robienia mebli oraz niektórych sprzętów domowych, części narzędzi i maszyn (Łaś 2016). 2. Do wyrobu instrumentów muzycznych tzw. gąsli (Chybiński 1924). 3. Do wyrobu łyżników (Rak 2007).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. „Ślad dawnej czci świętych drzew lipowych objawia się w tym, że przeważnie na nich zawieszane są kapliczki i obrazy świętych, a najstarsze kościółki wiejskie bywają otoczone wiekowymi drzewami tego gatunku” (Kopernicki 1876). 2. Na Zielone Świątki przyozdabiano nimi święte obrazy. Uważano, że chronią przed pożarami. Gałęzie przynoszono w Boże Ciało do domu i wtykano za krokiew, a jak była burza to razem z palmą wielkanocną stawiało się w oknie (MT/Maniowy). 3. Święcone w wiankach na Boże Ciało, wianki takie wieszano w domach bo odstraszały pioruny (Kwaśniewicz 2000). 4. Do przepowiadania pogody: „Jeżeli huczy głucho a silnie, to znak ogromnej burzy; kiedy puszcza z siebie jakby wystrzały, to silny mróz przybliży się; a zapowiada odelgę, kiedy gwiżdże różnymi głosami” (Goszczyński 1853).

Inne sposoby użytkowania: Najlepsze drewno do rzeźbienia, wyrabiano z niego niektóre części wozów (MT/Maniowy).

Trifolium medium L., Koniczyna pogięta – Fabaceae

Nazwy ludowe: koniczyna

Użytkowane części: kwiaty

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Była spożywana (PAE 1-2). 2. Była jedzona w czasach głodu (PAE 6).

Trifolium pratense L., Koniczyna łąkowa – Fabaceae

Sposoby użytkowania w kuchni: Jedzona w niewielkich ilościach przez pasterzy (Jostowa 1967).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Kto znajdzie dwa albo cztery listki w rosnącej koniczynie, będzie miał szczęście (Gustawicz 1882).

Trifolium sp., Koniczyna – Fabaceae

Nazwy ludowe: koniczyna

Sposoby użytkowania w kuchni: Jadało się wiosną w czasach głodu (Jostowa 1954a).

Inne sposoby użytkowania: Od jedzenia w domu koniczyny owce mają wzdęcia (Bazińska 1967).

Trollius europaeus L., Pełnik europejski – Ranunculaceae

Nazwy ludowe: leluja

Inne sposoby użytkowania: 1. Motyw zdobniczy (Matlakowski 1901). 2. Ozdoba kapelusza turystów (Eljasz-Radzikowski 1888).

Tussilago farfara L., Podbiał pospolity – Asteraceae

Nazwy ludowe: podbiał, podbioł

Użytkowane części: kwiaty, liście

Sposoby użytkowania w kuchni: Pokarm głodowy (Matlakowski 1901, Jostowa 1954a).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. W formie naparu podawane przy bólach serca (MT/Maniowy, Bejnarowicz 1969). 2. Napar na kaszel, do odkażania ran (MT/Maniowy). 3. Na astmę paliło się papierosy ze ślazu pomieszanego z podbiałem (MT/Maniowy, Gwiżdż 1949). 4. Tłuczony przykładła się w formie okładu na opuchliznę spowodowaną bólem zębów (Kujawska et al. 2016). 5. Na kaszel (Tylkowa 2000). 6. Świeże liście podbiału przykładano na czyraki lub inne wyrzuty na ciele ponieważ wyciągają nieczystości i przyspieszają gojenie (Gustawicz 1882). 7. Do leczenia ludzi i zwierząt (Kantor 1991).

Ulmus glabra Huds., Wiąz górski (W. szorstki, Brzost) – Ulmaceae

Nazwy ludowe: brzost

Użytkowane części: drewno

Sposoby użytkowania w budownictwie: Do robienia schodów (Łaś 2016).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: 1. Drewno używane do wystroju wnętrz, robienia mebli oraz niektórych sprzętów domowych, części narzędzi i maszyn (Łaś 2016). 2. Na wyroby kołodziejskie i stolarskie. Robiono z niego łyżniki (Matlakowski 1901, Rak 2007).

Urtica dioica L., Pokrzywa zwyczajna – Urticaceae

Nazwy ludowe: pokrzywa

Użytkowane części: cała roślina, liście

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Przyprawa do rosółu lub kwaśnicy, smakosze smażą ją z jajkami (Köhler 2018/Bodnarski). 2. Posiakaną z innymi ziołami i zarobioną mąką owsianą lub

ziemniakami służyła do przyrządzania zupy głodowej nazywanej warmuz (PAE 6, Mátyás 1891, Eljasz-Radzikowski 1897, Maurizio 1926). 3. Jadało się wiosną w czasach głodu (Jostowa 1954a, PAE 1-2) oraz wojny (PAE 1-2). 4. Jedzona (PAE 1-2). 5. Pokrzywę gotowano jako gęstą polewkę, zaprawioną mąką owsianą lub gotowaną mieszano z "rzepą" (ziemniakami). Jedzona była przez ludność biedną, a w czasie głodu przez wszystkich (PAE 6).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Herbata na przeziębienia, w formie wywaru najlepszy środek na leczenie reumatyzmu, napar podaje się dzieciom do picia na wzmocnienie, herbata pomaga obniżyć ciśnienie (MT/Maniowy). 2. Pokrzywę trzyma się w dłoniach, gdy od rąbania lub innej ciężkiej pracy powstaną na nich nagniotki. Stosowana jest także do leczenia kolkek (Kujawska et al. 2016).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Poświęcona w Wielki Piątek służy później do smarowania wymion krowom i owcom. Przez poświęconą pokrzywę położoną na powiązce przeciedza się mleko wówczas dojrzone, żeby nie miały do niego dostępu czarownice. Z tego samego powodu często listek pokrzywy jest wszywany w obrąbek powiązki (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: 1. Wywarem myje się włosy, żeby je wzmocnić i przyspieszyć ich wzrost. Przeciw różycy u świń (MT/Maniowy). 2. Do okadzania bydła, żeby się dobrze hodowały (Kujawska et al. 2016). 3. Gdy krowa nie daje mleka to należy jej wymiona potrzeć pokrzywami (Bazińska 1967).

Urtica urens L., Pokrzywa żegawka – Urticaceae

Nazwy ludowe: żegawica, żygawica

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Używany na ból zębów (Köhler 2018/Bodnarski). 2. Przykładają na kolki, odwar piją gdy we wnuku kłuje (Gustawicz 1882).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Chroni mleko przed urokami. Najlepiej żeby trochę liści wszyć w sate albo powązkę i przez to cedzić mleko. Jak się przez nią cedzi mleko to jest piękne masło (Bazińska 1967).

Inne sposoby użytkowania: Niepoświęconą roślinę kładzie się do kiernicy podczas wyparzania (Gustawicz 1882).

Vaccinium myrtillus L., Borówka czarna – Ericaceae

Nazwy ludowe: borówki czarne, jagody, czarne jagody

Użytkowane części: owoce, liście

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Jedzono je w stanie surowym jako deser (MT/Maniowy, Jostowa 1954b, Köhler 2018/Bodnarski). 2. Z surowych lub suszonych borówek gotowano polewkę, którą jadano z kluskami owsianymi (PAE 6, Jostowa 1954a, Kantor 1991, Zajac 2008). 3. Owoce jedzono (PAE 1-2). 4. Jedzone w niewielkich ilościach przez pasterzy. Zbierane przez tzw. krowiarzy (pasterzy krów) do kubków lub niedużych borienek (Jostowa 1967). 5. Jedzone świeże, przerabiane na marmoladę, soki i do pierogów. Z suszonych owoców robiono herbatę (PAE 6). 6. „Wedle dawnych tradycji zwłaszcza zbójnicy tatrzańscy, kryjący się po lasach, żywili się borówkami” (Kujawska et al. 2016).

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Herbata stosowana na biegunkę, sokiem leczono przeziębienia, usmażonymi borówkami smarowano rany (MT/Maniowy). 2. Sok z przegotowanych, suszonych borówek zażywany po trochu, uważano za dobre lekarstwo na rznięcie połączone z rozwolnieniem (Janota & Nowicki 1865, Tylkowa 2000). 3. Na biegunkę (Bejnarowicz 1969).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: „Na początku świata stworzył diabeł borówki, ale trujące, Pan Bóg jednak, dowiedziawszy się o tym, zmienił truciznę w nieszkodliwą słodycz, a na każdej jagodzie zrobił czarny krzyżyk, aby można poznać wolę Bożą i nie bać się tych jagód wolnych od trucizny” (Żegota 1899).

Inne sposoby użytkowania: Zbierane dziko rosnące na handel (MT/Maniowy, PAE 6).

Vaccinium uliginosum L., Borówka bagienna (Pijanica) – Ericaceae

Nazwy ludowe: czarcie borówki, solanki

Sposoby użytkowania w kuchni: Owoce są jedzone (PAE 1-2).

Sposoby użytkowania w medycynie: Na zatrucia (MT/Maniowy).

Vaccinium vitis-idaea L., Borówka brusznica – Ericaceae

Nazwy ludowe: brusznice

Sposoby użytkowania w kuchni: 1. Deser (Jostowa 1954b, 1978). 2. Owoce jedzone (PAE 1-2). 3. Jedzone w niewielkich ilościach przez pasterzy (Jostowa 1967). 4. Przetwarzane na marmoladę. Smażą z gruszkami i cukrem (PAE 6).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Do ozdabiania koszyka wielkanocnego (Kwaśniewicz 2000). 2. Do ozdoby mis wielkanocnych (Jostowa 1978). 3. Do ozdoby palm wielkanocnych (Kantor 1991).

Valeriana officinalis L., Kozłek lekarski – Valerianaceae

Nazwy ludowe: kozłek

Sposoby użytkowania w medycynie: Wywar i nalewka z korzenia to najlepsze lekarstwo na serce (Tylkowa 2000).

Inne sposoby użytkowania: Na początku XIX w. korzeniarze zbierali tę roślinę i sprzedawali babom na targach (Eljasz-Radzikowski 1897, Kujawska et al. 2016).

Veratrum lobelianum Bernh, Ciemierzycza (Ciemierzycza) zielona – *Melanthiaceae*

Nazwy ludowe: ciemierzycza

Sposoby użytkowania w medycynie: Leczy się nią ból głowy lub katar. W tym celu trzeba wciągnąć do nosa proszek z ciemierzycy co doprowadza do gwałtownego kichania i krwotoku z nosa (Kujawska et al. 2016 – podana jako *V. album*).

Verbena officinalis L., Werbena pospolita (W. lekarska) – Verbenaceae

Sposoby użytkowania w medycynie: Zioło (Chrościński 1905).

Veronica beccabunga L., Przetacznik bobowniczek – Scrophulariaceae

Nazwy ludowe: bobownik

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Na ból głowy (Köhler 2018/Bodnarski). 2. Tzw. sucha kąpiel (parówka) na przeziębienia (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: Wianki na Boże Ciało (MT/Maniowy).

Veronica sp., Przetacznik – Scrophulariaceae

Nazwy ludowe: przetacznik

Inne sposoby użytkowania: Zioło zbierane przez korzeniarzy na handel (Eljasz-Radzikowski 1897).

Viburnum opulus L., Kalina koralowa – Caprifoliaceae

Nazwy ludowe: kalina, skorusa

Sposoby użytkowania w kuchni: Spożywano sok (PAE 1-2).

Sposoby użytkowania w medycynie: Odwar lub wino z kaliny, w którym dodatkowo moczone tytoń, służył jako lekarstwo na zimnicę, czyli febrę (Gwiżdż 1949, Kantor 1907).

Vinca minor L., Barwinek pospolity – Apocynaceae

Nazwy ludowe: barwinek, barbinek

Użytkowane części: gałązki

Sposoby użytkowania w medycynie: 1. Dziewięć gałązek zalewano winem i pito po kieliszku dziennie na gościec (Tylkowa 2000). 2. Moczzonego używano przeciw kołtunowi, gdy nie chciał się zwić (Gustawicz 1882).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. „Istnieje nakaz, aby te gałązki, boże drzewko i barwinek, w sam dzień wigilii św. Jana Chrzciciela zerwać wczesnym rankiem, nim ptak zaświergoce. Do tego dodaje się także ziela święconego. Wszystko to musi być przygotowane w wigilię św. Jana Chrzciciela, ale gdyby w ten dzień była „leja” (ulewa), dawanie to odkłada się na najbliższy dzień pogodny, albowiem to jedzenie sypie się owcom kupeczkami na trawniku” (Gustawicz 1882, Kujawska et al. 2016). 2. Kładziono na pierwszym węgle położonym w kierunku wschodnim razem z monetą, a później na każdym kolejnym idąc ze wskazówkami zegara, miało to zapewnić szczęście domowe i pomyślność (Bazińska 1967, Baniowska & Jagiełła 2000). 3. Święcony w czasie Matki Boskiej Zielnej i dawany krowom po pierwszym ociełeniu, żeby zaczęły dawać mleko (Gustawicz 1882, Kwaśniewicz 2000).

Inne sposoby użytkowania: Używano go do stroju (Gustawicz 1882).

Viola tricolor L., Fiołek trójbarwny – Violaceae

Nazwy ludowe: bratek

Sposoby użytkowania w medycynie: W formie naparu najlepszy lek na bóle nerek, podawany chorym na grypę (MT/Maniowy).

Viola sp., Fiołek – Violaceae

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Mackoś-Iwazsko & Lubiarz 2015).

Rośliny, których nie udało się zidentyfikować lub oznaczyć co do gatunku lub rodzaju:

Białe ziele, czosnek – Używany jest jako skuteczny środek przeciw czarom. W tym celu robi się tym ziołem na drzwiach stajni krzyż, a od tego momentu czarownice nie będą miały do niej wstępu (Bazińska 1967).

Cardamine sp., lub *Lepidium* sp. Rzeżucha / pieprzyca – Brassicaceae

Użytkowane części: łodyga, liście, kwaity

Sposoby użytkowania w kuchni: Jedzona (MT/Maniowy).

Sposoby użytkowania w medycynie: Na rzeżączkę, napar pije się jak herbatę w razie bóleści w przewodach moczowych (PAE 4).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Świącona na Matki Boskiej Zielnej, później okadzano nią krowy w św. Łucji i przed pierwszym wyjściem na pastwisko. Pokruszone zioła dodawano do wody, którą pojono krowy po ocieleniu. Wszystkie te zabiegi miały je chronić przed utratą mleka spowodowaną urokiem czarownic. Z ziołami tymi baca obchodził koszar trzy razy przed ich pierwszym wiosennym pobytem w nim żeby chronić owce przed złym (Jostowa 1978). 2. Świącona na Matki Boskiej Zielnej (MT/Maniowy).

Carduus sp., lub *Cirsium* sp. Oset / ostrożeń – Asteraceae

Nazwy ludowe: oset

Użytkowane części: liście

Sposoby użytkowania w kuchni: W czasach głodu trzeba było żyć zielskiem, dlatego gotowano szczaw i oset na potrawę (Eljasz-Radzikowski 1901).

Inne sposoby użytkowania: Motyw zdobniczy (Gentil-Tippenhauer 1954, Kroh 1972, Tondos 2004).

Cygańskie orzechy – Bywają zbierane i jedzone (Köhler 2018/Bodnarski).

Cygańskie ziele – Wymieszane z korą świerka dodaje się do jedzenia krowom, na które rzucono urok (Bazińska 1967).

Czarna mięta – Na zatrucia (MT/Maniowy).

Glistownik – Na ospę, wysypkę, przeciw robakom (Gwiżdż 1949).

Grochowianka – Świącona na Matki Boskiej Zielnej (Gustawicz 1882).

Iris silvestris – Zioło zbierane przez korzeniarzy na handel (Eljasz-Radzikowski 1897).

Kokoszka – Jedzono owoce (PAE 1-2).

Krzyżownik – Krowa się po nim krwią doi (Radwańska-Paryska 1992).

Kwiat paproci - W św. Jana można znaleźć kwiat paproci, który może odnaleźć "zakłętę zbójnickie pieniądze" (Bazińska 1967).

Kwost – Jedzono liście i łodygę na surowo (smaczna roślina) (PAE 6).

Maryniok – Robiono z nich wianki na Boże Ciało, które po poświęceniu trzymano w domach żeby odgonić burze, jak była burza to się kawałek paliło (MT/Maniowy).

Maselko – Jedzone po pierwszych przymrozkach (Köhler 2018/Bodnarski).

Mysie ziele – Świącone w czasie Matki Boskiej Zielnej a później dawane pod pierwszy przywieziony do stodoły snopek, żeby myszy nie gryzły zboża (Kwaśniewicz 2000).

Nasada – Nasiona na ospę (MT/Maniowy).

Ochwatnik – Spożywano przysmażony korzeń z masłem na ogniu. Na przepuchlinę u dzieci (MT/Maniowy).

Orzech ziemny - Bulwy są jedzone (PAE 1-2). Radwańska-Paryska (1992) podaje, że jest to *Astragalus glycyphyllos* L., Traganek szerokolistny – Fabaceae.

Polypodiopsida, Paproć – niezidentyfikowane gatunki, najprawdopodobniej głównie z rodzaju nerecznica (*Dryopteris* sp.)

Nazwy ludowe: ferecyna, florencyna

Użytkowane części: korzeń, liście

Sposoby użytkowania w medycynie: Do leczenia ludzi i zwierząt (Kantor 1991).

Sposoby użytkowania do wyrobu sprzętów codziennego użytku: Z liści robiono łożka w bacówkach (Goszczyński 1853).

Sposoby użytkowania w obrzędach religijnych i magicznych: 1. Zebrana i poświęcona w wigilię św. Jana, pachnie jak boże drzewko i ma moc ochraniać przed złem (Radwańska-Paryska 1992). 2. Ma moc ukazywania swojemu posiadaczowi najbardziej ukrytych skarbów (Goszczyński 1853).

Inne sposoby użytkowania: 1. Przeciw pchłom, a czasem i pluskwom, w tym celu daje się ją do łożka i wciska w ściany (MT/Maniowy, Gustawicz 1882, Kujawska et al. 2016). 2. Motyw zdobniczy (Tondos 2004).

Rosa silvestris – Zioło zbierane przez korzeniarzy na handel (Eljasz-Radzikowski 1897).

Rozmaryja – Ozdoba kapelusza drużbów podczas ślubów (Kolberg 1968). Najprawdopodobniej jest to Miesięcznica trwała gdyż właśnie nią tradycyjnie ozdabiano kapelusze.

Rozsada – Święcony na Matki Boskiej Zielnej (Gustawicz 1882).

Rutyn – Na ból żołądka (Bejnarowicz 1969).

Rzewień poncki – Zioło zbierane przez korzeniarzy na handel (Eljasz-Radzikowski 1897). W Polsce rzewienie (*Rheum*) nie występuje w stanie dzikim. Trudno więc powiedzieć jaki gatunek autor miał na myśli. Nazwa poncki może wskazywać na rabarbar ogrodowy *Rheum rhaponticum* L.

Sambucus montana (bez) – Zioło zbierane przez korzeniarzy na handel (Eljasz-Radzikowski 1897). Najprawdopodobniej chodziło o *Sambucus racemosa*.

Jaskółcze mydło (*Saponaria officinalis* L Mydlnica lekarska (Caryophyllaceae) lub *Sedum* sp., Rozchodnik (Crassulaceae). Zbierają ją dzieci pasące bydło, a następnie miazdzą między kamieniami żeby zrobić pianę, którą myją nogi (Radwańska-Paryska 1992).

Juncus sp., Sit lub *Scirpus sylvaticus* L. Sitowie leśne – Juncaceae

Nazwy ludowe: sitowie, sit

Inne sposoby użytkowania: Chłopcy (pasterze) używają go do robienia stożkowatych kapeluszy. Robi się je tylko dla rozrywki ponieważ są nietrwałe. Dziewczęta z tak zwanego rdzenia sitowego wiją piękne, białe wianuszki (Köhler 2018/Bodnarski).

Siemiączko – Na robaki (MT/Maniowy).

Sporyszek – Odrobinę gotowano z mlekiem. Wywar podawano jako lekarstwo na choroby płuc, gdy nie można było oddychać (Gustawicz 1882). Najprawdopodobniej chodziło o *Polypodium aviculare*.

Szyszki – 1. Robiono z nich ozdoby wieszane na ścianach, malowano wapnem, złotkiem lub srebrem, a później robiono z nich wieńce na cmentarz. Ozdoby choinkowe na Boże Narodzenie (MT/Maniowy). 2. Robiono z nich świece, robiono w nich otwór do którego wlewano smołę i wieszano na choinkach (Jostowa 1978). 3. Motyw zdobniczy (Szybisty 2007).

Trójka, trójlistan – Herbata na apetyt, na ból brzucha. Wianki na Boże Ciało (MT/Maniowy).

Żywica (najprawdopodobniej chodzi o żywicę świerkową ponieważ to ona jest używana do dzisiaj) – 1. Do zaklejania ran (MT/Maniowy, Bejnarowicz 1969). 2. Do zalewania ściętych racic u zwierząt, gdy bydło kulało (Kantor 1991).