

TARTALOMJEGYZÉK



•BEVEZETŐ•

6



NYÍLLAL LŐTT
GUMÓ

20



KUKORICÁBÓL
GYÚRT
EMBER

8



ÖRÖK ÉLETŰ
FA

22



A SZERELEM
VIRÁGA

10



A GAZDAGSÁG
TITKA

24



HŰSÉG, SZÉPSÉG
MINDÖRÖKRE

12



A BAMBUSZBÁN
TALÁLT LÁNY

26



A LUSTASÁG
ÁTKA

14



BARACKVIRÁGOS
FORRÁS

28



TÖK-
GYEREKEK

16



A KERESKEDÉS
TITKA

30



AZ ANGOLNA
AJÁNDÉKA

18



HASZNOS VAGY
HASZONTALAN?

32



AZ OKOS NYÍRFALÁNY

34



ÖRDÖGADTA NÖVÉNY

48



TAVASZI ÚJJÁSZÜLETÉS

36



MIÉRT VAN A BABON FOLT?

50



GYÖNGGYÉ VÁLT KÖNNYEK

38



A PITYPANG HONVÁGYA

52



ILLATOS VAGY SZAGOS?

40



RÁADÁS MESE

54



MAGYAR KIRÁLYNÉ VIZE

42



SZÓMAGYARÁZÓ

56



TÖKÖT TERMŐ DIÓFA

44



A MESEK FORRÁSAI

62



MIÉRT OLYAN RÖVID A BÚZA KALÁCSA?

46





A LUSTASÁG ÁTKA



Réges-régen a Nagy Manitu sok mindennel megajándékozta az embert. Az abenaki indiánok élete is gazdag volt, bőven volt mit gyűjteniük és vadászniuk. De mind közül a cukorjuhar volt a Teremtő legnagyobb ajándéka, csak le kellett törni egy ágát, és sűrű, mézédesszirup folyt belőle.

Egyszer Glaszkep, aki a gazdálkodás, a mesterségek és a művészetek ismeretét tanította meg az embereknek, faluról falura járva figyelte az indiánok életét. Az egyik faluba érve megdöbbsent az elhanyagolt házak, a learatatlan termés, a kialudt tűz láttán. Nyögdécselés ütötte meg a fülét. De nem a panasz, hanem az elégedettség sóhajai. Egy terebélyes juharfa állt a falu szélén, az emberek pedig alatta feküdtek, és az ágakat tördelve élvezték az édes, tápláló nedvet, a tunyaságtól és kövérségtől pedig már mozdulni sem tudtak.

Mikor ezt a Teremtő megtudta, megkérte Glaszkepet, hogy töltsen meg vízzel a fa törzsét. Glaszkep addig hordta a folyóból a vizet, mígnem a juhar nedve hígga nem vált. Attól kezdve a fa csak tavasszal adott cukros nedvet, és a szirup készítése kemény munkát igényelt. Az abenaki indiánok megtanulták a leckét, azóta megdolgoznak csemegéjükért, és hálát adnak érte Teremtőjüknek.

A cukorjuhar (*Acer saccharum*) terebélyes koronájú, szürkésbarna kérgű fa. Jellegzetes, tenyeresen osztott, szíves vállú, ötkarjús leveleit Kanada címeréből jól ismerhetjük. Apró, sárgászöld, csupasz virágai bókoló, laza fürtökben, tavasszal, lombfakadás idején nyílnak. Ikerlependék termésének szárnyai hegyesszögben állnak. Észak-Amerika keleti részén őshonos, ősszel lombja sárga és vörös színekben pompázik. Hazájában kora tavasszal, mikor az éjszakák még fagyosak, de a napsütötte nappalok már enyhék és így megindul a fák nedvkeringése, a fatörzsek csapolásával nyerik a juharnedvet. A „szüret” mindössze 4–6 héttig, a rügyfakadásig tart. A fák a nyár alatt felhalmozott energiát a gyökereikben raktározzák el keményítő formájában, mely a tél végén cukorrá alakul át, és ezt az édes nedvet csapolják le a törzsbe fürt lyukon át. A nedv a lyuk alá helyezett vödörbe csepeg, majd az így nyert folyadékot a „cukorházban”, nagy üstökben sűrítik be. Negyven liter fánedvből egy liternyi juharszirup lesz. A fa nedvét frissen is fogyasztják, vagy besűrítésével különféle termékeket állítanak elő belőle. A vitaminokban és ásványi anyagokban gazdag juharszirup Amerika-szerte közkedvelt, elsősorban palacsinta, gofri önteteként. Az indiánok valamikor „édes víznek” nevezték. Kalóriaértéke jóval alacsonyabb a hagyományos fehércukorénál, így diétákban is fontos szerepet játszhat. A szirupnál valamivel sűrűbb a juharméz és a juharvaj. A juharcukor a legtöményebb, jellegzetes ízű és kétszer olyan édes, mint a répacukor.

A cukorjuhar magvai is ehetőek, a fák belső kérgéből pedig az indiánok valamikor lisztet készítettek. Kemény, nehéz fája burkolóanyagok (padló, görkorcsolyapályák, tánctermek stb.) és a bútorgyártás fontos alapanyaga.







A BAMBUSZBAN TALÁLT LÁNY



Réges-régen, Japánban élt egyszer egy bambuszvágó öregapó, aki azzal kereste a kenyerét, hogy bambusznádból kosarakat készített. Egyszer kiment az erdőre, hogy bambuszt vágjon, hát valami nagy fényességet látott, ami az egyik bambusból áradt. Felhasította a szárát, és egy parányi lánykára bukkant. Örült a felesége is a talált gyermeknek, betette egy bambuszkosárba, és fölnevelte.

Kagujahime olyan csodálatos hajadonná serdült, hogy nem volt párja a szépségének. Arisztokrata kérők versengtek a kezéért. Híre még a császár fülébe is eljutott, aki tüstént elhatározta, hogy feleségül veszi. Kagujahime azonban egy levelet küldött neki. Megírta, hogy túl nagy ez a megtiszteltetés neki, és elhatározta, hogy inkább visszatér a bambuszba. A császár azon nyomban elküldte összes katonáját, keressék meg a leányt, de azok sikertelenül tértek vissza. A császár abbéli nagy szomorúságában és fájdalmában, hogy elvesztette ezt a titokzatos bambusból kelt leányt, aki szépségével megigézte az emberek szívét, elégette a levelet a szent Fudzsi hegy tetején. Azóta is ott ég ez a tűz, mind a mai napig.

A bambuszok vagy botnádak, fásodó szárú, 0,3–30 méter magasságú fűvek. Föld alatti gyöktörzssel terjednek. Rügyeik tavasszal jelennek meg a talaj felszínén, majd naponta 20–30 centimétert, kivételes esetben egy métert is nőhetnek! Jellegzetes tulajdonságuk, hogy egy év alatt elérik végleges magasságukat, majd száruk a következő évben már nem nő tovább és nem is vastagszik, csak színe halványul és szilárd-sága, szívóssága lesz nagyobb. A bambuszszár a csomók közt általában üreges, a csomóknál több-kevesebb vékony oldalág fejlődik ki. Levelük örökzöld. Apró virágaik nagy bugákban nyílnak, és szemtermések fejlődnek belőlük. A bambuszok virágzása is különös jelenség a növényvilágban. Többségük csak életében egyszer virágzik, s utána a növény talaj feletti része elpusztul. Hogy a virágzás mikor következik be, az többnyire kiszámíthatatlan, és ma is fontos kutatási téma a bambuszbotanikában.

A kelet-ázsiai népek életében ősidők óta kiemelkedő szerep jut a bambusznak. Számítalan fontos használati tárgy (pl. evőpálca, fegyverek) alapanyaga. Jól rezonáló, üreges szárából hangszereket gyártanak. A terhet bambuszból készült szívós csingafán cipelik, a folyók fölé bambusz függőhidakat építenek. A vastagabb szárakból épületek, csatornák, bútorok készülnek. Hasítékából lábbelit, kosarat, legyezőt, alvószőnyeget, rolót fonnak, rostjából papírt gyártanak. Sok bambuszfaj friss rügye kedvelt zöldség, melyet főzve fogyasztanak. Népszerű dísznövény, nincs távol-keleti kert, ahova ne ültetnének bambuszt. A fagytüró fajok hazánkban is egyre divatosabbak.

A kínai szimbolikában a bambusz a kifogástalan viselkedésű, tiszta gondolkodású, állhatatos ember jelképe. A képzőművészetben is kitüntetett szerepet játszik, vannak olyan művészek, akik egész életükben csak bambusz témájú képeket festenek.







BARACKVIRÁGOS FORRÁS



Egyszer régen Kínában egy öreg halász eltévedt az erdőben. Ahogy egy hegyi patak mentén fölfelé haladt, hirtelen virágzó őszibarackfákat pillantott meg. A göcsörtös, barna fákat elborító selyemszirmú, rózsaszínű virágok ellenállhatatlanul hívogatták a halászt. Ahol e fenséges erdőnek vége szakadt, a patak forrásánál, egy barlang szája ásítózott. A halász összeszedte a bátorságát, és belépett a sötét üregbe. Lassan haladt előre, és ahogy átréselte magát egy szűk járaton, hirtelen egy tágas, napsütötte térség tárult elé. Mintha megállt volna az idő! Szépen művelt szántóföldek, eperfa- és bambuszligetek ölelték körül a takaros házakat. Az emberek ódivatú, de csinos ruhákban szaporították lépteiket a falu ösvényein. Kedvesen fogadták a vendéget, és elmesélték, hogy őseik a nyomorúság elől menekültek ide. Minden szavuk jóságról, megelégedettségről és jómódról árulkodott.

Jól tartották a halászt is, de az öreg hazavágyott. Elbúcsúzott tőlük, s gyorsan megtalálta a hazavezető utat. Otthon mindent elmesélt tövitől hegyire. Sokan útra keltek, de a titokzatos ország bejáratát nem találták. Így jött rá a halász arra, hogy soha nem láthatja viszont ifjúsága „barackvirágos” ideáljait, hiszen azok az életben csak egyszer adatnak meg.

A kerti őszibarack (*Persica vulgaris*) alacsony (3–8 m), de terebélyes koronájú fa. Vaskos, szürkésbarna törzse közel a talajhoz elágazik. Vesszeje sima, barnászöld, a napos oldalon vörösesbarna. Vastag nyelű levele keskeny lándzsás, hegyes csúcsú, széle finoman fogazott. Nagyon rövid kocsányú, 2–3,5 centiméteres virágai még lombfakadás előtt nyílnak, élénk rózsaszínűek, néha fehérek. Csonthéjas termése 5–7 centiméter átmérőjű, változatos megjelenésű. Színe a zöldesfehértől a narancssárgáig változó, gyakran piros árnyalatú, alakja kerekded, hosszúkás vagy lapított gömbölyded. Külső terméshártya, a barack „héja” molyhos vagy csupasz (nektarin) is lehet, gyümölcshúsa lédús, zamatos. Általában magvaváló, ritkábban a kőmag a terméshúshoz tapad (duránci típusú). Kőmagja hálózatosan barázdált, a benne megbúvó mag többnyire keserű.

Őshazája Északnyugat-Kína, de oly régen kultúrába vették, hogy több helyütt, főleg a Földközi-tenger mellékén elvadult és meghonosodott. Közel 7000 év óta ismerik Kínában, s több mint 3000 év óta termesztik is, szép virágáért és ízletes terméséért. A kínai növényesztétikában igen gazdag jelentése, termése a hosszú élet és a halhatatlanság, virága a menyasszony jelképe. A taoista áldozati szertartásokban is szerepel, kőmagjából amulettet faragnak, és ma sem hiányozhat a születésnap ajándékok közül. Gyógyhatású levelét, magolaját, mézgáját is hasznosították. A Selyemúton került Perzsiába, ahol szintén nagy népszerűségnek örvendett, majd 2300 évvel ezelőtt Európába is eljutott. Főleg a napsütötte, meszes talajú lejtőket kedveli. Számtalan fajtáját termesztik és befőttnek, dzsemnek, ivólének dolgozzák fel.







TAVASZI ÚJJÁSZÜLETÉS



Élt egyszer egy ellenállhatatlan szépségű ifjú, Adonisz. Csodálatos vonásai miatt még a legbájosabb istennő, Aphrodité is megszerette, és gyakran vadásztatott vele. Megtudta ezt Aphrodité féltékeny kedvese, Arész, és vadkanná változva, egy őszi vadászat alkalmával bosszúból megölte a fiút. Adonisz lelke az alvilágba szállt, de Aphrodité még oda is utánament, hogy felhozza onnan. Igen ám, de a szép fiú megtetszett az alvilág királynéjának, Perszephonénak is, és nem akarta fölengedni.

Az istennők vitáját Zeusz döntötte el: „Minden év egyharmad részét töltsd az ifjú Aphroditével a föld színén, egy harmadában éljen Perszephonével az alvilágban, a fennmaradó harmaddal pedig rendelkezzen maga!”

Minden tavasszal, amikor a hérics kivirít, Adonisz is újjászületik és feltámad, amikor pedig elhervad, és nyár végére visszahúzódik a földbe, az ifjú is megtér alvilági istennőjéhez. Ettől kezdve minden héricsvirágzás idején ünnepséget rendeztek a szép Adonisz tiszteletére, s az adoniákon, különösen a görög asszonyok, nagy áhítattal siratták meg a holtakat, az élet gyors elmúlását, és örvendeztek a természet újjáéledésén, örök körforgásán.

A tavaszi hérics (*Adonis vernalis*) a boglárkafélék (*Ranunculaceae*) családjába tartozó, 15–30 centiméter magas, gyöktörzsés évelő növény. Tudományos neve a görög Adoniszra, illetve a tavaszra (*vernalis*) utal. Levelei finoman, többszörösen szeldeltek, a levélsallangok keskeny fonalások, ép szélűek, nyár közepére elszáradnak, visszahúzódnak. Márciustól nyíló, nagy, sokporzós virágainak szíromlevelei (10–40) fénylő arany-sárgák, 5 csészelevele zöldesbarna. Aszmagtermései buzogányfejre emlékeztető terméscsoportban fejlődnek. Gyógyhatású növény, hajtásainak hatóanyagából ideges szívpanaszok, szívelégtelenség kezelésére használható kivonatokat és gyógyszereket állítanak elő. Háziszerként, teaként azonban nem használható, mert a növény minden része erősen mérgező. Vizelethajtó, szívnyugtató hatású gyöktörzsét régen nagy mennyiségben gyűjtötték. Gennyszívó hatása miatt a népi állatgyógyászatban, mesterséges tályogkeltés céljára használták. A beteg disznók fülét vagy a marhák, lovak szügyének bőrét átszúrták, majd a lukba egy kis darab szárított gyöktörzsdarabot húztak. A gyökér körül duzzanat, gyulladás, majd tályog képződött, mely végül kiürült, és az elhalt bőrrel együtt kilökődött a gyökér is. Ez az eljárás megerősítette az állatok védekezőrendszerét. Több növényfajt ismertek és használtak „tályoggyökér”, „táraggyökér” néven, Békésben, Csongrádban a héricset nevezik így.

Őshazája a nyugat-európai Pireneusoktól Közép-Ázsiáig terjed, a meszes talajú lösz- és homokpusztagyepeken, sztyeppelejtőkön fordul elő. Nálunk a középhegységeken és a dunántúli dombvidékeken helyenként gyakori. Védett növény. Élőhelyeinek megszűnése, taposása, becserjésedése, illetve a virágok gyűjtése, kiásása veszélyezteti állományait. 2012-ben az „Év vadvirágá”-nak választották.





TÖKÖT TERMŐ DIÓFA

Mikor Szent Péter Krisztus Urunkkal utazgatott, a sok vándorlásban és a nagy melegben nagyon elfáradtak. Egyszer csak a távolban feltűnt egy terebélyes fa, és Péter így szólott:

– Hej, Uram teremtőm, ott egy szép nagy diófa, feküdjünk le az árnyékába, mert alig húzom már a lábam!

– Bizony, dőljünk le egy kicsit, mert én is fáradt vagyok! – egyezett bele Jézus. Ahogy ott hanyatt feküdtek, Péter felnézett a hús lombok közé. Láttá, milyen hatalmas a diófa, nagyok a levelei, mégis milyen kicsi a termése. Mellettük meg szép, nagy, gömbölyödő tökök terpeszkedtek a szántóföldön.

– Uram teremtőm, nézd, micsoda gyönyörű fa, és milyen aprók a szemei! Inkább a tököt adtad volna rá, amikor a világot teremtetted! – okoskodott Péter. Abban a pillanatban egy dió esett Szent Péter orrára.

– Mégiscsak jól tetted, Uram teremtőm, hogy ilyen kis gyümölcsöt adtál rá, mert ha a tök esett volna az orromra, a fejem is szétment volna!

A közönséges dió (*Juglans regia*) terebélyes koronájú, lombhullató fa. Halványszürke, repedezett törzse és aromás illatú, bőrnemű, páratlanul szárnyalt, összetett levele van. Egyivarú, apró porzós virágai hosszú, lecsüngő barkában, termős virágai kis füzérben nyílnak. Sima, zöld burkú, csonthéjas termésének nagy olajtartalmú, krémszínű magja a „dióbél”.

Mély rétegű, tápanyagban gazdag, jó vízellátású talajokat, enyhe, kiegyenlített éghajlatot kedvelő faj. Oly régen termesztésbe vette az ember, hogy eredeti elterjedésének határát ma már nehéz pontosan meghatározni. Valószínűleg a Balkán-félszigettől kelet fele, Közép-Ázsián át, egészen Kína délnyugati részéig előfordult a természetben. Kárpát-medencei őshonossága vitatott.

A legkedveltebb, étkezéshez használt olajos mag. Éretlen terméséből likőr, befőtt készül. A magból hidegen sajtolt dióolajat nemcsak konyhai és kozmetikai célokra használják, hanem érelmeszesedés, magas vérnyomás, bőrbajok kezelésére is. Levelének forrázata bélhurut, bőrkiütések, szájüregi gyulladások gyógyítására ajánlott. Kemény fája értékes bútoralapanyag. Fontos festőnövény, barkáival sárgára, kérgével drappra, a levelekkel és a termésburokkal barnára színezték a gyapjút, pamutot. Termésburokából fapác készül.

Perzsiában az ősidőkben kultúrába vették, az ókori rómaiak pedig már széles körben ültették. A lakodalmakon bőséges áldást, termékenységet kívánva, jelképesen diót szórtak az ifjú párra. Pannóniában is ültették, így a honfoglaló magyarok már termesztett diót találhattak a Kárpát-medencében, jöllehet valószínűleg még Levédiában ismerték meg a diót. Termesztésének fő területei a délnyugat-erdélyi, a felső-tisza-vidéki és a délnyugat-dunántúli folyóvölgyekben alakultak ki.







A PITYPANG HONVÁGYA



Egy napon a virágok tündére meglátogatta népét, hogy megkérdezze őket, nincs-e valami kívánságuk. Meglepődött, mert a kényes kerti virágok ajkáról nem fogyott ki az elégedetlenkedés. A kicsiny és észrevétlen ibolya olyan feltűnő akart lenni, mint a fehér liliom, ezért a tündér illatot adott neki. A meténgnek nem tetszett, hogy ősszel elveszti leveleit, a tündér télizölddé varázsolta. Egy szép bíborpiros virág a hangyákra panaszkodott, ezért a tündér ragadóssá tette a szurokszegfű szárát.

A tündér megelégette a virágokhoz csöppet sem illő sok nyafogást, s rosszkedvűen, lehorgasztott fejjel ballagott hazafelé, mikor meglátta az árokparton sárgálló pitypangot: – Mondd, neked nincs valami kérésed? Nem kívánsz magadnak jobb életet?

A pitypang felnézett: – Én boldog vagyok! Egy valami azért nyomja a szívemet. Messze földről kerültem ide, meggyökereztem itt, tudom, hogy sohasem láthatom a hazámat. Csak legalább a gyerekeim elmehetnének... de nincs szárnyuk.

Nem sokat tanakodott a virágok csodatévő tündére. A pitypang gyermekeinek hátára aprócska ernyőt varázsolta, és ha a bóbítába belekap a szél, elrepíti őket hegyen-völgyön át, még rég elhagyott messzi hazájukba is visszakerülhetnek.

A pongyola pitypang (*Taraxacum officinale*) a fészekvirágzatúak családjába (*Asteraceae*) tartozó, gyöktörzses évelő növény. Élénksárga, jellegzetes fészekvirágzatát a fészekpikkelyekkel borított, kiszélesedő vacok alkotja, melyen sűrűn egymás mellett ülnek az apró virágok. A fészkesek virága kétféle lehet, sugaras szimmetriájú csöves, és kétoldali szimmetriájú nyelves. A pitypang a Liguliflorae alcsaládba tartozik, vagyis csak nyelves virágai vannak. Tőlevélrózsás növény, levéltelen szára üreges, egyetlen virágzatban végződik. Levele hosszú, lándzsás, kacúrosan osztott. Kaszattermése hosszú csőrű, csúcán egyszerű szőrökből álló bóbíta van. Ennek a repítőkészüléknek a termés terjesztésében van nagy szerepe. A növény minden része sárgásfehér, keserű tejnedvet tartalmaz. Európában őshonos, bolygatott, útszéli termőhelyeken, réteken, legelőkön gyakori, tömeges növény. Rendkívül változatos megjelenésű, közel száz kislejtőt tartják számon a botanikusok. Számtalan népi neve is mutatja közismertségét: gyermekláncfű, pimpiparé, békavirág, disznósaláta, marcivirág, csürkevirág, cikóvirág, kutyavirág, eszterláncfű, pipevirág, lánclapi, buborekfű, ebtej, kácsavirág, kákics, kislibavirág, kotlóvirág, lámpavirág, pampula, papatyí virág, sárvirág, zsidavirág stb.

Régi, ismert gyógynövény, gyökerét hashajtónak, epe- és májbetegségek, csalánkiütések esetén használják. Teája étvágygerjesztő, emésztést serkentő, vizelethajtó, erősítő hatású.

Virágából sűrű cukorsziruppal pitypangmézet készítenek, melyet az asztmás, valamint vese- és epebetegeknek különösen ajánlanak. Magas C-vitamin-tartalmú leveleiből salátát készítenek, idősebb leveleiből főzeléket főznek, megpörkölt gyökereiből kávépótló szer készül. Szárából koszorút és lánccot fonnak, szappanbuborékot fújnak a gyerekek.



