

Ewa Kępa

Uniwersytet w Białymstoku

Wydział Studiów Kulturowych

Zakład Studiów nad Kulturą Współczesną i Filmem

e.kepa@uwb.edu.pl

ORCID: 0000-0002-1836-3083

Rozmaryn, tymianek, mięta i pokrzywa. Zioła i rośliny w tradycji ludowej oraz ich współczesne zastosowanie

Miejsce realizacji działania: Wasilków (Podlaskie Muzeum Kultury Ludowej w Wasilkowie) oraz Dobrzyniewo Duże (Gminne Centrum Kultury w Dobrzyniewie Dużym).

Termin realizacji działania (miesiące realizacji projektu): kwiecień 2023 – lipiec 2023.

Czas trwania działania: 4,5 godziny = 6 godzin lekcyjnych.

Opis działania: wiedza ludowa na temat roślin zawierała i nadal zawiera zarówno elementy racjonalne, jak i irracjonalne. W wiejskiej tradycji w sposób szczególny splatały się przedchrześcijańskie i chrześcijańskie wierzenia. Zgodnie z nimi rośliny i zioła znajdowały zastosowanie w zabiegach miłosnych, były obecne w obrzędowości agrarnej. Przypisywano im także moc przeciwdziałania czarom i urokom. Przywoływanie symboliki i sposobów wykorzystywania roślin i ziół w tradycji ludowej wpisuje się w działania dążące do ocalenia

światów, które odchodzą w przeszłość. Jest także formą nawiązania relacji z naturą, której bogactwo może być w ten sposób na nowo wykorzystane. Umiejętność rozpoznawania roślin i ziół to kapitał pomocny w rozwijaniu postaw proekologicznych. Kontakt z naturą i zdolność korzystania z jej zasobów może wpływać na poprawę jakości życia. Na wzrost kreatywności osób, które zdecydują się to, co tradycyjne, łączyć z nowoczesnością. Między innymi na drodze wzbogacania smaków potraw przygotowywanych na bazie lokalnie pozyskanych składników.

W ramach warsztatów przewidziano spacer, który pozwala na zdobywanie umiejętności rozpoznawania roślin w ich środowisku naturalnym. Można je wtedy dotknąć, powąchać, zapytać o ich symboliczne znaczenia oraz o możliwości wykorzystania w praktyce. W ten sposób odbywa się proces odkrywania na nowo ziół powszechnie znanych, takich jak pokrzywa czy mięta. Wspólny spacer to również okazja do poznania symboliki i zastosowania roślin mniej znanych, takich jak podagrycznik czy bluszcz kurdybanek.

Na zakończenie warsztatów uczestnicy wspólnie przygotowują danie z dodatkiem roślin zebranych w trakcie spaceru. To kolejna okazja do wymiany doświadczeń, integracji i „zasmakowania” tradycji w kulinariach.

Warsztaty poświęcone obecności roślin i ziół w tradycji ludowej wzbogacają zasób kompetencji kulturowych osób, które w nich uczestniczą. Mieszkańcom Podlasia pozwalają poznać symbolikę i zastosowania praktyczne flory obecnej w ich środowisku przyrodniczym. Dzieje się to co najmniej na dwóch płaszczyznach. Pierwsza z nich to spojrzenie w przeszłość, ku własnym korzeniom, ku czasom, w których wiedza magiczna i racjonalna łączyły się nierozzerwalnie. Druga to poznanie zasobów środowiska naturalnego, z którego można czerpać na co dzień. Ideą warsztatów jest zachęcanie uczestników do dalszego rozwijania kompetencji w zakresie rozpoznawania

roślin występujących powszechnie, co pozwala czerpać satysfakcję wynikającą z umiejętności rozszyfrowywania ich tradycyjnych znaczeń. Warsztaty stanowią także bazę do rozwijania wiedzy związanej z pozytywnym znaczeniem roślin w medycynie i kulinariach.

Tematyka warsztatów obejmuje:

- omówienie symboliki wybranych ziół i roślin oraz ich roli w obrzędach ludowych,
- zapoznanie z przykładami wykorzystania wybranych ziół w kuchni i medycynie ludowej,
- naukę rozpoznawania wybranych ziół i roślin wraz z omówieniem ich kształtów, zapachów i miejsc występowania,
- oraz rozmowy o zdrowym stylu życia w zgodzie z naturą.

Cele ogólne i szczegółowe: zapoznanie z tradycyjną symboliką wybranych ziół i roślin, zapoznanie z przykładami wykorzystania wybranych ziół w kuchni i medycynie ludowej, nabywanie umiejętności rozpoznawania wybranych ziół i roślin, propagowanie zdrowego stylu życia w zgodzie z naturą.

Metody i formy pracy: wykład na temat symboliki i wykorzystania wybranych ziół i roślin oraz towarzyszące mu warsztaty.

Narzędzia niezbędne do przeprowadzenia działania: mikser, miska, talerzyki i sztućce.

Wykorzystane materiały: świeże i suszone zioła, papierowe torby do zbierania ziół, składniki niezbędne do przygotowania pasty warzywnej (na przykład gotowane buraki, marchew, pestki słonecznika, smażona cebula), serwetki, ręcznik papierowy.

Przebieg działania (zgodnie z potrzebami uczestników i organizatora 6 godzin lekcyjnych odbyło się w ramach jednego spotkania):

- 1) wykład (1 godz.), warsztaty rozpoznawania ziół i roślin (0,5 godz.);
- 2) warsztaty rozpoznawania ziół i roślin (1,5 godz.) – jeśli pora roku na to pozwala mogą zostać przeprowadzone w terenie;
- 3) warsztaty rozpoznawania ziół i roślin połączone z przygotowaniem pasty z warzyw i ziół na bazie składników pozyskanych lokalnie (1,5 godz.).

Efekty działania:

Wiedza: zdobycie wiedzy o roślinach powszechnie występujących na Podlasiu, o ich właściwościach i tradycyjnej symbolice.

Umiejętności: pozyskanie umiejętności rozpoznawania wybranych roślin obecnych w kulinarnej tradycji ludowej, medycynie ludowej oraz umiejętności ich wykorzystania w przygotowaniu wegetariańskiego dania.

Kompetencje społeczne: uzyskanie świadomości istnienia bogatej tradycji wykorzystywania roślin w kulturze, wzbudzenie chęci czerpania z wiedzy na temat roślin z tradycji ludowej i podejmowania działań proekologicznych w zakresie życia codziennego.

Literatura zalecana:

Charytoniuk J. (red.), *Zielnik dobrowodzki*, Stowarzyszenie Dziedzictwo Podlasia, Puchły 2022.

Ciechomska A., *Ziołolecznictwo ludowe w Polsce*, [w:] K. Łukomiak (red.), *Wielospektowość antropologii kulturowej. Polityka. Kościół. Kultura*, ArchaeGraph, Łódź 2018, s. 7–36.

- Citko K., *Zupa z pokrzywy*, [w:] A. Bujakowska, M. Gawina, A. Jabłońska-Perkowska (red.), *Uniwersytet w Białymstoku od kuchni*, Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku, Białystok 2022, s. 185–187.
- Kępa E., *Syrop z kwiatów czarnego bzu*, [w:] A. Bujakowska, M. Gawina, A. Jabłońska-Perkowska (red.), *Uniwersytet w Białymstoku od kuchni*, Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku, Białystok 2022, s. 145–147.
- Kujawska M., Łuczaj Ł., Sosnowska J., Klepacki P., *Rośliny w wierzeniach i zwyczajach ludowych. Słownik Adama Fischera*, Polskie Towarzystwo Ludoznawcze, Wrocław 2016.
- Szot-Radziszewska E., *Sekrety ziół. Wiedza ludowa, magia, obrzędy, leczenie*, Wydawnictwo TRIO, Warszawa 2005.