

**Česká zemědělská univerzita v Praze**  
**Fakulta agrobiologie, potravinových a přírodních zdrojů**  
**Katedra zahradní a krajinné architektury**



**Historie využití stromů v lidovém léčení,  
jejich podstata a funkce**

**Bakalářská práce**

**Autor práce: Veronika Gorgolová**

**Vedoucí práce: Ing. Miroslav Kunt, Ph.D.**

### **Čestné prohlášení**

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci "Historie využití stromů v lidovém léčitelství, jejich podstata a funkce" vypracovala samostatně pod vedením vedoucího bakalářské práce a s použitím odborné literatury a dalších informačních zdrojů, které jsou citovány v práci a uvedeny v seznamu literatury na konci práce. Jako autorka uvedené bakalářské práce dále prohlašuji, že jsem v souvislosti s jejím vytvořením neporušila autorská práva třetích osob.

V Praze dne 15. 4. 2015

---

### Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala svému vedoucímu práce Ing. Miroslavu Kuntovi, Ph.D. za poskytnutí rad a informací, které byly velmi důležité pro tvorbu této práce. Dále bych ráda poděkovala své mamince za pomoc při korekci textu a svému příteli za pomoc při překladech z anglického jazyka.

# Historie využití stromů v lidovém léčitelství, jejich podstata a funkce

## Souhrn

Bakalářská práce zjišťuje historické souvislosti a vztahy mezi jednotlivými druhy dřevin. Vyhledává jejich společné historické mezníky v různých kulturách, jejich další využití dříve a dnes. Dalším tématem jsou léčivé účinky a jejich léčebné využití v praxi. Nabízí několik možností využití léčebné síly stromů v moderním lidovém léčitelství. Samostatnou kapitolu tvoří keltská tradice v uctívání dřevin a jejich duchovní význam.

Bylo vybráno dvacet těchto stromů: *Sambucus nigra*, *Pinus sylvestris*, *Hedera helix*, *Betula pendula et Betula pubescens*, *Fagus sylvatica*, *Ilex aquifolium*, *Quercus petraea et Quercus robur*, *Crataegus laevigata*, *Malus domestica*, *Fraxinus excelsior*, *Abies alba*, *Sorbus aucuparia*, *Tilia platyphyllos et Tilia cordata*, *Corylus avellana*, *Alnus glutinosa*, *Populus tremula*, *Taxus baccata*, *Prunus spinosa*, *Vitis vinifera*, *Salix alba*. Byly vybrány s ohledem na důležitost v keltské historii a léčebné účinky, které jsou známy už dlouhá staletí. Tyto léčebné účinky jsou porovnávány s rostlinnými látkami, které byly objeveny teprve v 19. století. Cílem je zkompletování dostupných informací o vybraných nejdůležitějších a nejpoužívanějších stromech.

U třech dřevin byly obsahové látky stromu porovnány s vědeckou literaturou (kyselina betulinová v bříze, xylytol v tisu a flavonoidy v trnce).

Ukazuje se, že historické mezníky v duchovním a historickém významu v různých kulturách jsou shodné. Jsou nabízeny možnosti využití stromů v dnešním léčitelství a medicíně a jsou představeny způsoby jejich konkrétního využití.

Práce by měla poukázat na možnost spojení lidového léčitelství a moderní medicíny.

**Klíčová slova:** lidové léčitelství, historie, strom, keř, lékařství, esence, léčivé látky

# The history of use of woody plants in folk medicine, their nature and functions

## Summary

Bachelor thesis finds out the historical context and relations between different woody plant species. It also finds out their common historical landmarks in different cultures, their further use in the past and present times. Another theme is healing and therapeutic use in practice. It offers several options by using the healing strength of woody plants in modern folk medicine. A separate chapter is about Celtic traditions in worshipping woody plants and their spiritual significance.

Twenty of these were selected trees: *Sambucus nigra*, *Pinus sylvestris*, *Hedera helix*, *Betula pendula et Betula pubescens*, *Fagus sylvatica*, *Ilex aquifolium*, *Quercus petraea et Quercus robur*, *Crataegus laevigata*, *Malus domestica*, *Fraxinus excelsior*, *Abies alba*, *Sorbus aucuparia*, *Tilia platyphyllos et Tilia cordata*, *Corylus avellana*, *Alnus glutinosa*, *Populus tremula*, *Taxus baccata*, *Prunus spinosa*, *Vitis vinifera*, *Salix alba*. Were chosen with respect regard to the importance of Celtic history and therapeutic effects which have been known for centuries. These therapeutic effects are compared with herbal substances that were discovered in the 19th century. The aim is to complete the available information on the selected important and most used trees.

For three trees were contained substances tree compared with the scientific literature (betulinic acid in birch, yew and xylitol in thousand and flavonoids in blackthorn).

It turns out that historical milestones in the spiritual and historical meaning in different cultures are equal. They are being offered the opportunities for using of the trees in nowadays healing and medicine as well as the ways of its specific utilization.

Work should point out the possibility of combining traditional medicine and modern medicine.

**Key words:** folk medicine, history, tree, bush, medicine, the essence, active substance

## Obsah

<b>1. Úvod .....</b>	<b>8</b>
<b>2. Cíl práce.....</b>	<b>9</b>
<b>3. Literární rešerše.....</b>	<b>10</b>
3.1 Jednotlivé pojmy .....	10
3.1.1 Bylinná léčiva .....	11
3.1.2 Základní účinné obsahové látky.....	14
3.1.3 Keltské pojmy .....	17
3.2 Jednotlivé stromy.....	24
3.2.1 Bez černý .....	24
3.2.2 Borovice .....	27
3.2.3 Břečťan.....	29
3.2.4 Bříza .....	32
3.2.5 Buk .....	35
3.2.6 Cesmína.....	37
3.2.7 Dub.....	39
3.2.8 Hloh.....	42
3.2.9 Jabloň .....	44
3.2.10 Jasan.....	47
3.2.11 Jedle .....	49
3.2.12 Jeřáb .....	51
3.2.13 Lípa .....	53
3.2.14 Líska.....	56
3.2.15 Olše .....	59
3.2.16 Osika .....	61

3.2.17	Tis .....	63
3.2.18	Trnka .....	66
	Vinná réva.....	68
3.2.19	Vrba.....	71
<b>4.</b>	<b>Závěr .....</b>	<b>74</b>
<b>5.</b>	<b>Seznam cizích slov a odborných termínů .....</b>	<b>75</b>
<b>6.</b>	<b>Seznam použité literatury .....</b>	<b>77</b>
6.1	Internetové zdroje .....	79
<b>7.</b>	<b>Seznam příloh.....</b>	<b>81</b>

# 1. Úvod

Dřeviny jsou organizmy natolik důležité, že by bez nich život nemohl existovat, nebo ne tak, jak ho známe dnes. Naše těsné spojení se stromy a přírodou se začalo uvolňovat se vznikem civilizace, vědeckého myšlení a také se vznikem křesťanské víry, která vytvořila rozdíly mezi tělem a duchem. (Hageneder, 2005)

Rostliny díky fotosyntéze umožnily stabilní klima na Zemi, podílely se na tvorbě půdy. Stromy i keře lidem nabízely útočiště, dávaly dřevo na stavbu obydlí, výrobu nástrojů a dávaly jim část potravy díky svým plodům. (Váňa, 2006)

A nejen to, stromy mají odedávna své místo v lidové tradici. I lidé v dnešní moderní době si uvědomují, že příroda je mnohem víc než pouze zdroj užitečných surovin nebo kulisa rekreačních aktivit. Čtvrtina dnešních léků pochází z jediného procenta rostlinných druhů. O tomto darů léčivých prostředků mnozí z nás nemají ani tušení. (Conway, 2005)

V této práci chci poukázat na to, že naši předci znali účinky jednotlivých stromových léčiv už před tím, než se obsahové látky daly určit a pojmenovat. Vedla je intuice, kterou dnešní moderní lid ztratil.

Bylo vybráno dvacet těchto stromů: *Sambucus nigra*, *Pinus sylvestris*, *Hedera helix*, *Betula pendula et Betula pubescens*, *Fagus sylvatica*, *Ilex aquifolium*, *Quercus petraea et Quercus robur*, *Crataegus laevigata*, *Malus domestica*, *Fraxinus excelsior*, *Abies alba*, *Sorbus aucuparia*, *Tilia platyphyllos et Tilia cordata*, *Corylus avellana*, *Alnus glutinosa*, *Populus tremula*, *Taxus baccata*, *Prunus spinosa*, *Vitis vinifera*, *Salix alba*. Byly vybrány s ohledem na důležitost v keltské historii a na léčebné účinky, které jsou používány i v dnešní moderní době.

Práce je rozdělená na pomyslné dvě části, jedna se zabývá historií, kulturou a symbolem stromů, jak je viděli naši předci a co se o nich povídá dodnes. Druhá půlka je zaměřená na obsahové látky a použití v lidovém léčitelství kdysi a dnes. Také je zde poukázáno na použití obsažených látek v moderní medicíně.



## 2. Cíl práce

Cílem bakalářské práce je rozbor a zkompletování dostupných informací o využívání nejvýznamnějších druhů dřevin v lidovém léčitelství, mytologii a symbolu v různých kulturách a možnosti jejich využití v současnosti. Dále sjednocení informací a poukázání na letité využívání dřevin před dobami lékařství, jak ho známe dnes.

Budou porovnávány některé účinné obsahové látky ve stromech, které jsou předmětem výzkumu s dostupnými vědeckými články.

## 3. Literární rešerše

### 3.1 Jednotlivé pojmy

**Strom** – stromy se vyznačují jedním kmenem, který se v různé výšce nad zemí větví v korunu, a dosahují leckdy obrovských rozměrů. Keře mají kmenů či kmínků víc, větví se již od země a jejich rozměry jsou podstatně menší než u stromů, nejběžněji se udává výška 3-5 metrů. Do skupiny keřů můžeme zařadit i dřevité liány. Jsou to vlastně keře s ohybnými stonky, které potřebují oporu. (Horáček, 2007)

Všechny stromy mají základní strukturu, která sestává z kořenového systému, kmene a koruny. Kořeny shromažďují živiny a ukotvují kmen, ten nese korunu a vyzdvihuje ji vstříc světlu. Kmen a větve propůjčují stromu jeho viditelný vzhled. (Hageneder, 1999)

**Přírodní léčba/bylinkářství** – po tisíce let shromažďovali národy užitečný soubor informací o bylinách cestou pokusu a omylu. Rady se předávaly z generace na generaci. Obtíže s popisem a pamatováním si rostlin přišly s nástupem psaného jazyka od roku 3000 př. n. l. Rozvoj vědy v 19. století umožnil i vědecký náhled na věc, umožnil vědecké zjištění rostlinných látek. A nyní, díky většímu zájmu o vedlejší účinky syntetických léčiv, ekologizaci myšlení a lidské touze převzít větší odpovědnost za své zdraví, dochází v bylinné medicíně k oživení. (Bramness, 1988)

Síla bylinné medicíny spočívá v její schopnosti léčit člověka holisticky a jejím záměru, kterým je prevence nemocí. Léčivé rostliny se obecně používají při nepříliš vážných obtížích a přetrvávajících zdravotních potížích spíše než při závažných onemocněních. (Farmer-Knowlesová, 2010)

### 3.1.1 Bylinná léčiva

Je několik způsobů jak používat stromy ke zlepšení zdraví. Známe ale mnoho různých léčebných systémů:

**Odvar** – metoda, jak získat látky z tvrdších částí rostlin. Aby se z nich získalo co nejvíce, jednotlivé části se nejdříve rozmělní. Dají se do studené vody a poté se pozvolna přivedou k varu. Vaří se 10-60 minut. Po scezení je hotov. (Janča a kol., 1994)

**Nálev** – neboli čaj, jedná se o spaření bylin horkou vodou. Byliny se louhují 5 – 10 minut. Po scezení se dá nálev pít teplý i studený. (Vermeulen, 2004)

Tradiční množství pro šálek je špetka – množství, které pojme prvními třemi prsty. Čaj je v domácím evropském léčitelství nejznámějším a nejběžnějším způsobem používání léčivých látek. (Storl, 2000)

**Mast/krém** – mazání na bázi tuku, vosku, vazelíny nebo oleje, do něhož se zapracují byliny. Zapracováním bylin získává krém léčebný nebo kosmetický účinek (Vermeulen, 2004)

**Obklad** – metoda, jak byliny a jejich extrakty nanášet na kůži. Většinou se namáčí látka nebo plátno do odvaru či tinktury a přikládá se na kůži. Lze taky přikládat samotné rostliny, které se krátce povaří a ještě teplé se přikládají na dané místo a ovinou se plátnem. (Hopman, 2008)

**Bylinný ocet** – byliny se naloží do octa. Zároveň se bylina konzervuje a dá se přidávat do pokrmů. (Hopman, 2008)

**Sirup** – nálev nebo tinktura se rozpustí ve vodě s cukrem nebo medem. Prodlouží se trvanlivost a roztok lépe chutná, obzvlášť dobré pro děti. (Hopman, 2008)

**Tinktura** – nazývaná také elixír. Získává se louhováním bylin ve dvacetipětiprocentním až devadesátiprocentním alkoholu nebo éteru. Roztok se pravidelně protřepává asi dva týdny, nebo pokud rostliny neklesnou. Po slítí je připraven k použití.

Keltové věřili, že moc získá elixír tím, že jej uložíme na tři dny a noci do dutiny stromu, nebo jej vystavíme světlu úplňku. (Hopman, 2008)

**Bylinné koupele** – do vody, která by měla mít tělesnou teplotu, se přilije odvar. Vhodné je terapii doplňovat pitnou kúrou nebo jinými formami léčby. Koupele by měly být maximálně dvě týdně po dobu 10 až 30 minut. Mohou se provádět koupele jen jednotlivých

částí těla. Látka se vstřebává celým povrchem těla, často bývá nemocný vysílený a musí ihned koupel ukončit. (Janča a kol., 1994)

**Léčivé oleje** – louhování čerstvých bylin v oleji. (Janča a kol., 1994)

**Bylinné inhalace** – bylinná droga je vařena na mírném ohni a páry pod plachtou se přímo vdechují. Nebo se používají inhalační roztoky, připravené s lihem, které se pak v procentovém množství přidávají do vody. Pára, která se odpařuje při teplotě nižší než 100°C, se většinou vede hadičkou přímo do dýchacích cest. Teplota páry se reguluje přímo délkou hadičky. Tato metoda je jedna z nejdokonalejších. (Janča a kol., 1994)

Další způsob je tzv. aromaterapie, kdy se vdechují účinné látky přímo v místě jejich normálního výskytu, tedy v přírodním prostředí. Aromaterapie se dá také imitovat, a to tak, že se do uzavřené místnosti umístí větší množství bylin nebo se do sklenice s vodou přidá speciální esence. Doba této inhalace by neměla obecně překročit 30 minut. (Janča a kol., 1994)

**Květové esence** – květová terapie – oproti esenciálním olejům se jedná o nálevy energetických otisků kvetoucích částí rostlin. Květová esence je unikátním rysem každé rostliny – jejím vibračním léčebným potenciálem – rozptýleném v roztoku vody a alkoholu. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Použití květových léků jako léčebné terapie není nové, mnoho starověkých kultur znalo terapeutické vlastnosti květů. Zdokumentované důkazy o jejich účinném využívání, které byly nalezeny, se datují do doby egyptské civilizace, tedy do období před zhruba 7 520 lety. Říkalo se, že vysoce postavení kněží si vážili květů a jejich esencí pro jejich posvátnost a hojně je uplatňovali při léčebných obřadech a rituálech, protože věřili, že pozitivní, životodárná energie květů napraví jakoukoliv nerovnováhu v těle – fyzickou, emocionální nebo spirituální. Zdokumentovali specifické terapeutické vlastnosti každého rostlinného druhu. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Květové esence znali lidé v Jižní Americe, na Dálném východě a v Africe a s jejich pomocí léčili citové problémy. Příslušníci krétské Mínojské civilizace vkládali při svých slavnostních obřadech do vody speciálně vybrané květy, vodu upíjeli, aby se čistili od negativních myšlenek a pocitů a po skončení obřadu se cítili osvěženi, obnoveni a proměněni. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Conway (2005) tvrdí, že květová terapie pravděpodobně funguje jako výrazný placebo efekt – používáme popis psychologického stavu, přemýšlíme, v čem tkví náš

problém a na čem tedy musíme dále pracovat. Je možné, že přinejmenším část účinku přípravku květové terapie může být přisouzena tomuto procesu.

Bachova květová terapie – ze všech systémů, které jsou založeny na květových esencích, je Bachova květová terapie zřejmě nejznámější. Zahrnuje 38 kompletních esencí, plus navíc jednu kombinovanou, tzv. krizovou esenci, která je složena z pěti dalších esencí. Esence začal používat dr. Edward Bach ve 20. a 30. letech minulého století a odstraňoval s jejich pomocí negativní emocionální sklony. (Hageneder, 2005)

Způsob, jakým přiřazoval jednotlivým rostlinám jejich vlastnosti, byl založen na intuici, nikoli na racionálním vědeckém přístupu či znalostech tradičního bylinkářství. Ačkoli Bach považoval svůj systém za kompletní, jeho pokračovatelé práci rozšířili za použití stejného přístupu k nalézání kvalit dalších kvetoucích rostlin. (Conway, 2005)

Stromové esence jsou obdobou Bachovy květové terapie, ale používají pouze potenciální vodu z květů stromu. (Hageneder, 2005)

Květové esence se používají k úpravě nálad, myšlenek a duševních pocitů, nikoli pocitů fyzických. Používají se, pokud se problém nachází na emoční nebo mentální úrovni nebo k léčbě aspektů fyzické nemoci. (Conway, 2005)

### 3.1.2 Základní účinné obsahové látky

**Alkaloidy** – dusíkaté látky zásaditého charakteru, obsahují dusík, kyslík, vodík a uhlík. (Zentrich, 1991)

Alkaloidy se vyznačují několika společnými vlastnostmi: rostliny je vytvářejí jako součást svých obranných mechanismů proti konzumentům- jsou hořké. Mohou být i zásobními formami dusíku, produkty detoxikace některých škodlivých dusíkatých sloučenin, popř. regulátory růstu. Vždy obsahují organicky vázaný dusík, což je příčinou zásaditosti. Mají značné biologické účinky na živočichy, zejména nervový systém. Řady z nich se proto využívá jako léčiv, nebo zneužívá jako návykových látek, popř. jedů. (Kalač, 2001)

Stromová léčiva, která obsahují, mají svůj význam při léčbě závažných akutních stavů. Mají spoustu prospěšných vlastností jako schopnost zmírnit bolest, snižovat krevní tlak, otevírat dýchací cesty a léčit infekce a rakovinu. (Conway, 2005)

**Glykosidy** – cyklické formy derivátů monosacharidů, méně často oligosacharidů. Vyznačují se hořkou chutí, sloužící jako součást chemické ochrany proti konzumentům. Některé mají výraznou vůni, takže se využívají jako koření, či ochucovadla, řada z nich má léčivé účinky. (Kalač, 2001)

**Saponiny** – látky glykosidní povahy. Výrazně snižují povrchové napětí kapalin, ve kterých jsou rozpuštěny. Snižují vazkost hlenů, které se pak snadněji vykašlávají. Některé saponiny mají významný účinek proti houbám a plísňovým onemocněním. (Janča a kol., 1994)

**Flavonoidy** – fenolické látky s vlastnostmi podobnými vitaminům. Mají příznivý účinek na cévy, normalizují propustnost jejich stěn a zvyšují jejich pevnost. Podporují účinek vitamínu C a jsou obsaženy např. v hlohu, lipovém květu apod. (Zentrich, 1991)

Mimoto je prokázán regenerační účinek na jaterní tkáň, dále účinek močopudný a uroseptický. (Janča a kol., 1994)

Tato skupina zahrnuje skupinu chemických látek jako flavony, flavonoly a anthokyany. Vyskytují se především ve sloučeninách s cukry jako glykosidy. Většinou jsou to žluté pigmenty. Anthokyany dávají také červenou, fialovou a červenomodrou barvu ovoci a květům. V lidském těle tyto látky stabilizují buněčné membrány a jsou silnými antioxidanty. (Conway, 2005)

**Fytoncidy** – látky podobné svým účinkem insulinu, snižují mírně hladinu krevního cukru. (Zentrich, 1991)

**Fenoly** – fenolické skupiny umožňují vznik esterových a etherových vazeb. Mezi významné fenoly zejména patří: třísloviny, lignin, Fenolické kyseliny, anthokyaniny a flavonoidy. (Kalač, 2001)

**Třísloviny** – chemicky nejednotné látky, mající schopnost srážet bílkoviny. Terapeuticky se využívá jejich svíravého účinku, takže tříslovinné drogy působí adstringentně, hemostaticky, antisepticky, např. při krvácení, spáleninách, zánětech, průjmech apod. (dubová kůra). (Zentrich, 1991)

**Hořčiny** – jsou různorodé hořké látky, které hlavně příznivě ovlivňují činnost trávicího ústrojí. (Janča a kol., 1994)

**Lignin** – jeho stavebními jednotkami jsou aromatické alkoholy a současně fenoly. Lignifikace způsobuje dřevnatění, při kterém dochází ke zpevnování pletiv. Nejvíce ligninu je ve dřevě jehličnanů a listnáčů. (Kalač, 2001)

**Fenolické kyseliny** – tyto kyseliny se vyskytují v semenech řady rostlin a způsobují hořkou chuť. (Kalač, 2001)

**Vitaminy** – látky různé chemické struktury, které sice nedodávají organismu energii, ale jsou potřebné pro harmonický chod metabolismu, takže jsou pro život nezbytné. (Zentrich, 1991)

Vitaminy dělíme na vitaminy rozpustné ve vodě (C) a vitaminy rozpustné v tucích (A, D, E, K). (Janča a kol., 1994)

**Sacharidy – cukry** – jsou přirozenými produkty fotosyntézy. Jednoduché cukry jsou zdrojem energie (glukóza, fruktóza) a další, složitě, tzv. polysacharidy, tvoří stavební a zásobní látky. Polysacharid inulin se například podílí na příznivém účinku mateřských drog na podporu látkového metabolismu. (Zentrich, 1991)

**Saponiny** – látky glykosidní povahy, výrazně snižující povrchové napětí vody, ve které jsou rozpuštěny. Proto se využívají jako diuretika. Také snižují vazkost hlenů, které se poté lépe vykašlávají. (Zentrich, 1991)

**Organické kyseliny** – vyrovnávají vnitřní tlak buněk, a tím vlastně usměrňují propustnost vody buněčnými membránami rostlin. Terapeuticky působí velmi různorodě a často mají mírný projímavý účinek. Hojně jsou obsaženy v dužnatých plodech. Tyto látky

také regulují peristaltiku střev, působí močopudně a podporují metabolismus organismu. (Janča a kol., 1994)

**Minerální látky** – jsou v rostlinách obsaženy zpravidla v organických vazbách, takže organismus je dobře vstřebává. Znamé jsou například křemičitany, soli vápníku, draslíku a hořčíku. (Janča a kol., 1994)

**Pryskyřice** – se vytvářejí jako hojivé závaly při poranění rostlin, např. jehličnanů (smůla). Jedná se o silice zoxidované vzdušným kyslíkem a ztuhlé, doprovázené řadou dalších látek odlišného chemického charakteru. (Kalač, 2001)

Předepisují se většinou ve formě tinktury. (Conway, 2005)

**Slizy** – jsou polysacharidy. Lehce absorbují vodu, nabobtnají a vytvoří slizký gel. Jejich hlavním úkolem je v rostlinách udržet vodu. Slizové preparáty mají zklidňující efekt na vnitřní výstelky těla a externě na kůži. Slizovité pasty jsou skvělé k požívání při zanícených a bolavých oblastech trávicího systému při potížích, jako je např. pálení žáhy. (Conway, 2005)

**Balzámy** – jsou polotekuté směsi pryskyřic a silic a doprovodných látek. Spolu s pryskyřicemi se z nich získávají silice. (Kalač, 2001)

**Kumaríny** – jde o lakton kyseliny cis-o-hydroxyskořicové. Je to aromatická látka působící sedativně, spasmolyticky, protože snižuje srážlivost krve. (Zentrich, 1991)

Ve vyšších dávkách způsobuje bolesti hlavy a působí i toxicky na játra. (Janča a kol., 1994)

**Oleje** – chemicky jsou to sloučeniny glycerolu a mastných kyselin. Léčebně se využívají jako maziva nebo pro rozpouštění jiných léčiv. (Zentrich, 1991)

**Esenciální oleje – Silice** – jsou těkavé a vonné, řada z nich se používá jako léky, v kosmetice nebo jako koření. Některé mají baktericidní účinky. (Kalač, 2001)

Taky někdy nazývané éterické. Velice složité chemické sloučeniny. Můžeme říci, že dávají vůni stromům, jako je borovice, skořice nebo hřebíček. Obvykle se extrahují parní destilací a většina jich je bezbarvá. (Kalač, 2001)

Často se používají v aromatické medicíně a v aromaterapii, ale v bylinkářství se obvykle ponechávají v původní rostlinné části, která je obsahuje. Působí v mnoha směrech, mají antimikrobiální a uklidňující účinky, podporují oběhový systém a zvyšují obranyschopnost organismu. (Conway, 2005)



### 3.1.3 Keltské pojmy

#### Keltský odkaz dnešku

Keltové byli nesourodá skupina indoevropských kmenů, které se od 2. tisíciletí do 1. století př. Kr. rozšířily po celé Evropě. Většina keltských území byla zabrána Římskou říší v 1. století př. Kr. (Hageneder, 2005)

Podle téměř shodného názoru archeologů jsou Čechy jádrem oblasti, kde se na počátku 1. tisíciletí př. Kr. začalo formovat keltské etnikum. O Keltech se začíná hovořit jako o jednolitém národu, který vznikl shloučením několika předchozích kultur na počátku starší doby železné. Tento národ, hovořící stejným jazykem, sám sebe nazývá Kelty, Římané jej nazývali Gallus (Galové), Řekové Keltoi. Teprve v dalších fázích vývoje začali Keltové osidlovat jak severozápad Evropy, tak i jižní oblasti. (Šiška, 1998)

Keltové se nerozplynuli jen tak ve vzduchu, ani nevymřeli. Ještě žijí jako „všudypřítomný vedlejší proud západního duchovního života“. (Hageneder, 1999)

Keltské léčitelství nebylo výsadou pouze „vysoké kultury“ druidů a kněžstva. Praktikoval ho také jednoduchý lid, pastevci, kteří se starali o dobytek a především matky a babičky, které dbaly o zdraví dvou – i čtyřnohých obyvatel domů a stájí. Obojí, dochované vědění druidů a praktické zkušenosti jednoduchého národa, se navzájem obohacovali. (Storl, 2000)

Žijí nadále v rytířské romantické kultuře minäsangru a v jejich tajné květinové řeči, kde nepřestalo platit motto: „řekni to květinou“, stále žijí v lidových písních a tancích atd. A nyní, v době, kdy žijeme v ekologické a společenské nerovnováze, kdy jsme se oddali technologiím a hledáme opět smysl a jistotu, začíná ze skrytých pramenů kolektivního povědomí tu a tam tryskat na povrch podvědomý keltský proud. (Storl, 2000)

Stále více vzrůstá snaha chápat přírodu jako celistvý živý organismus, který obsahuje nejen fyzický život, ale zahrnuje v sobě i duši. Lidé začínají chápat, že stromy a lesy se musí brát jako posvátní nositelé života, nejen jako dorůstající surovinové rezervy, které můžeme vykořisťovat. Přispívají nejen naší duši, ale také našemu zdraví. Začíná se dbát na duchovní, energická a další hlediska, jak to kdysi dělali Keltové. (Storl, 2000)

Další aspekty jsou, že stále více lidí zjišťuje, že konvenční západní medicína se stává stále dražší a je spojena s různými riziky. Nejsilnější zbraň mezi farmaceutiky – antibiotika – nejenže ztrácí stále více na účinnosti. Zde se nabízí jako mírná, avšak účinná

alternativa bylinné léčitelství, které má keltský původ a vychází ze zkušeností mnoha tisíciletí. (Storl, 2000)

### **Stromový kalendář – Stromokruh**

Abychom správně pochopili keltskou nauku o rostlinách a stromový kalendář, musíme na chvíli odložit brýle našeho vlastního náhledu na svět. Jako materialisté jsme si navykli přemýšlet v pevných, vzájemně se vylučujících kategoriích. Keltské duchovno je jiné, je poddajnější, poddajnější a nedá se vyjádřit v pevných dogmatech. Keltské náboženství se zakládá na mystickém hledisku. (Storl, 2000)

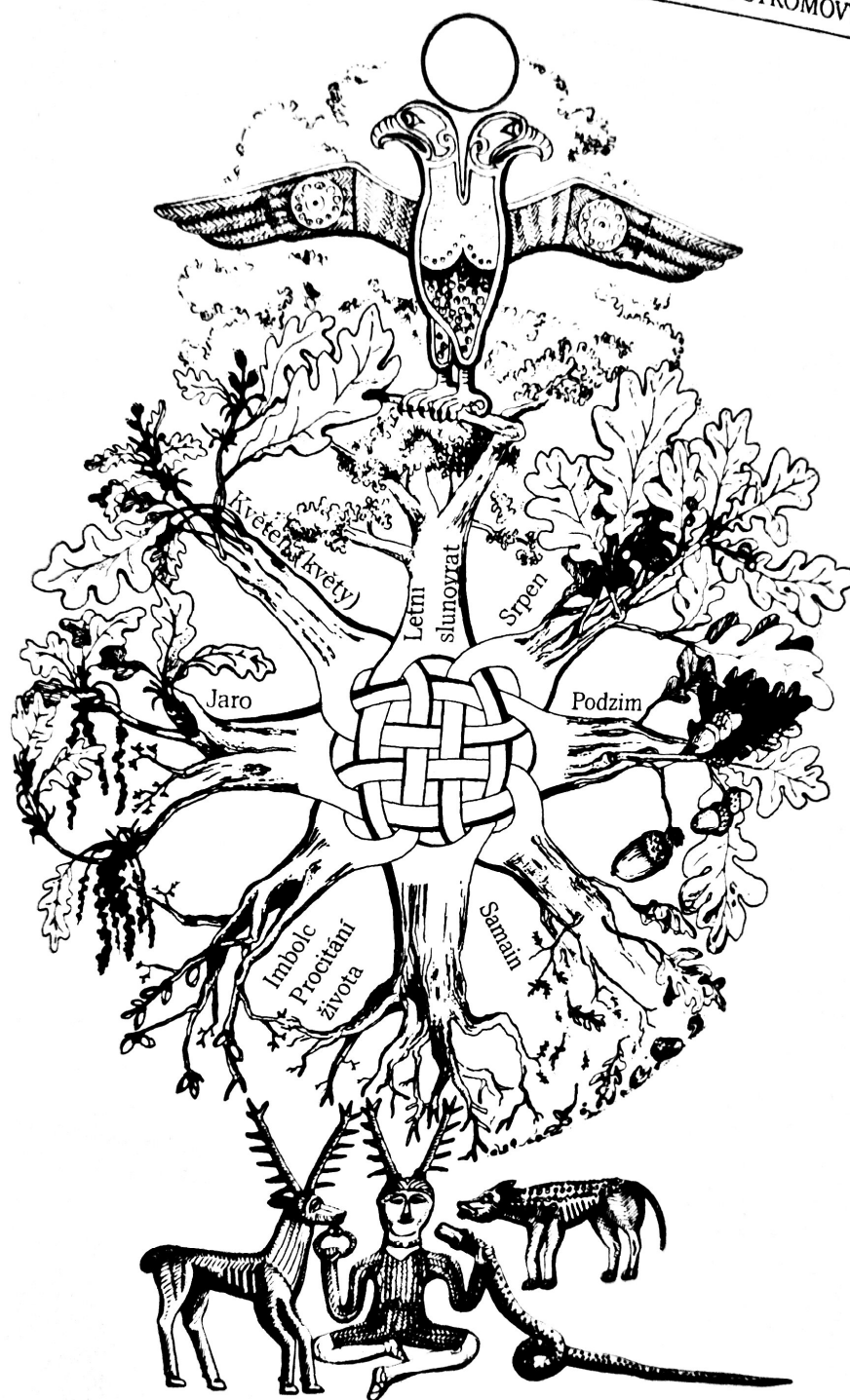
Keltové počítali čas podle závislosti na bující vegetaci, zvláště na stromech. Samotné třídílné universum bylo vykládáno jako živoucí strom, jako kosmický dub. Slunce putuje v koloběhu od temných kořenů (při zimním slunovratu) směrem nahoru k prozářené koruně dubu světa (za letního slunovratu), aby pak zase sestoupilo. Každá vesnice a každý kmen měl jeden strom, který zastupoval strom světů, pod kterým zasedal kmenový král při shromáždění rady. Každá oblast měla svůj posvátný les, který sloužil, jako posvátné místo a v němž bydleli druidové. Každý druh stromu měl své božstvo. (Storl, 2000)

Stromy tedy dávaly svým rašením, květem, plody, opadávání listů a svou dobou odpočinku přesná znamení změn časových období. Jsou to změny pozorovatelné. Zároveň můžeme pozorovat chování lesní zvěře a postupné změny na noční hvězdné obloze. Tento kalendář nemusel být nikde zapsán, zapisovala ho sama Země. Lesní mudrcové v tomto „písmu“ uměli číst. (Hageneder, 1999)

Dochována byla staroirská stromová abeceda nazývaná Beth-Luis-Nion (bříza, jeřáb, jasan). Stromová abeceda měla mít taky funkci kalendáře s třinácti měsíci. K třinácti stromům jsou přiřazena i data, od kdy do kdy daný strom působí. Tato data jsou s největší pravděpodobností špatně přiřazena a celosvětově nesprávně používána. (Storl, 2000)

Keltové rozdělovali stromy, keře a byliny podle společenských kritérií. Existovaly náčelnické stromy a stromy zemědělců. Ve středověkém Irsku byly podle zákona za kácení především náčelnických stromů určeny přísné tresty. Za porážení jabloně nebo lískového keře dokonce trest smrti. Mezi jedenáct nejdůležitějších a nejsilnějších keltských stromů patří: hloh, líska, bez, vrba, olše, jasan, cesmína, bříza, dub, borovice. (Storl, 2000)

Na seznam patří samozřejmě i jiné stromy, které byly pro Kelty stejně důležité a posvátné. (Storl, 2000)



157

Obrázek 1 – Keltský koloběh roku

Zdroj: Storl, 2000, upraveno

## Ogam

Ogam je staroirské hláskové písmeno v podobě zářezů rytých do hran kamenných kvádrů nebo do dřeva.

„Abeceda stromů“ je živoucím odkazem dávné tradice, předávané po celá staletí z generace na generaci. Irové, Skoti a další keltské národy nepoužívali abecedu tak, jak ji známe my. Měli svůj vlastní skript, ogam, který byl jak znakovým jazykem, tak sepsanou abecedou. Ogamské znaky se objevily patrně už ve druhém, nebo třetím století našeho letopočtu. (Hopman, 2009)

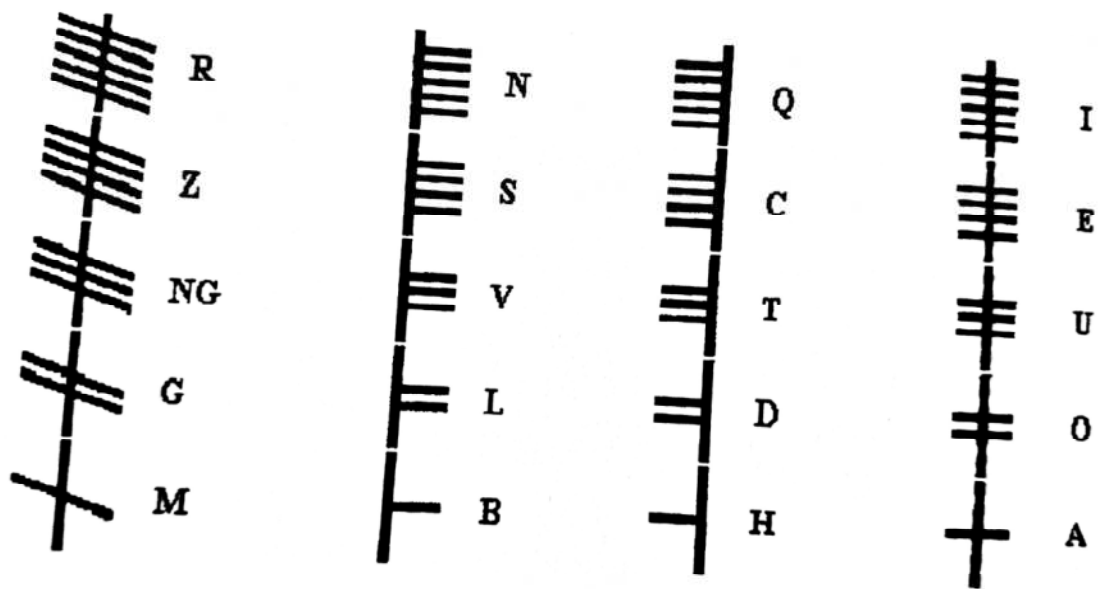
Písemné znaky písma ogam se skládají z vodorovných a kolmých čar, které byly vytesávány nebo vyřezávány do hran kamenných nebo dřevěných pilířů. Znamení ogam, jak jej dnes známe, vznikla v Irsku v raném středověku a nesloužila k zachování myšlenek, nýbrž byla používána magicky, většinou jako ochranné kouzlo. (Storl, 2000)

Keltská abeceda sloužila ke studiu věštění, ale i k zapisování jejich učení. Keltské těžiště spočívalo v mluveném slovu, proto se keltské nápisy objevují až opravdu později. V legendách používali druidové symboly ogamu opakovaně k účelům věštění, podobně jako Germáni runy. (Hageneder, 1999)

Do té doby byla znalost ogamu pouze ústní tradice. Ogam se také užíval v magii: kouzlo, napsané ogamskou abecedou na kousku stromové kůry, položené do cesty blížícímu se vojsku, mělo zastavit jeho postup. (Hopman, 2008)

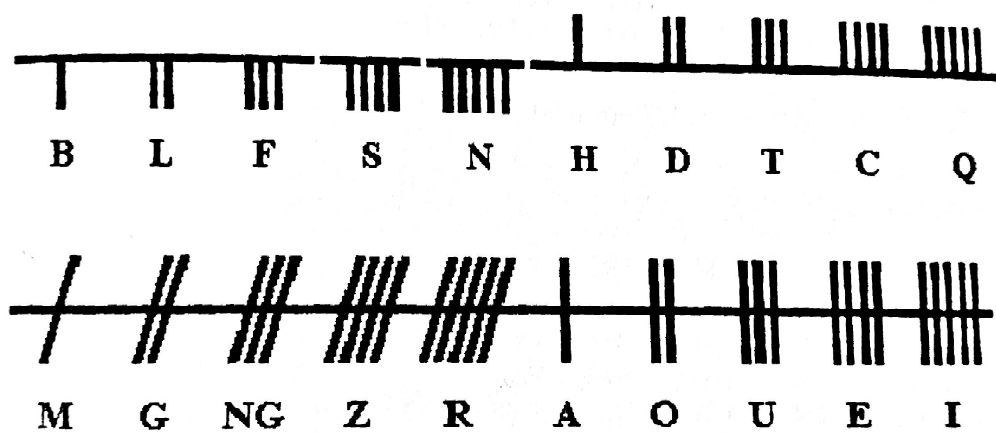
Písmena starých abeced jsou listy Stromu poznání, které lidé otrhávali ze stromu a získali tak písmo a s ním zachovávat slovo. Písmo bylo považováno za magické, protože poskytovalo slovu moc cestovat časem a dokonce nad ním vítězit. (Hageneder, 2005)

Písmena ogamu jsou uspořádána do čtyř základních skupin po pěti znacích. Písmeno každé jednotlivé skupiny je tvořeno čarami od jedné do pěti, které jsou různě orientovány k pomyslné základní linii. (Hopman, 2008)



Obrázek 2 – Vertikální způsob zapsání ogamu

Zdroj: Hopman, 2008, upraveno



Obrázek 3 – Horizontální způsob zapsání ogamu

Zdroj: Hopman, 2008, upraveno

## **Druid**

Mág, jasnovidec, lékař a opatrovatel keltské moudrosti. Druidové žili v lesích. Ve volné přírodě se učili, připravovali oběti a prováděli své obřady. (Storl, 2000)

Lesní druidové by měli v konturách krajiny a v její vegetaci číst jako v knize. (Hopman, 2008)

Než se člověk stal opravdovým druidem, trvalo jeho učení zhruba dvacet let. Mladí čekatelé strávili v osamělosti lesa dlouhé roky. Byli zbaveni světských starostí a zájmů, daní a vojenské služby. Mladíci se postupem let učili rýmy a zpěvy, příběhy a také se učili věštit. Po tolika letech jim mohla každá rostlina, kterou sbírali, dát potřebné informace, mohla jim vydávat svá léčivá tajemství a kouzelné síly. Dnes není jednoduché tomuto porozumět. (Storl, 2000)

Ale i v dnešní době to dokáže každé zvíře. Zvířata najdou všude bylinky, kořínky a listy, které potřebují k obživě, léčení svých zranění, na pokažený žaludek a další trápení. (Storl, 1996)

## **Strom světa**

Strom světa je centrální osou vesmíru. Je středem, po kterém šamanové šplhali, aby se dostali dolů do podsvětí nebo nahoru do světa duchů. Strom světa/života je podle keltské tradice prazdrojem veškeré plodnosti a života. Dokonce z něj pochází podle keltských mýtů i lidský život. (Hageneder, 1999)

Uctívání posvátného Stromu po sobě zanechalo obrovské množství svědeckví, které je možné nalézt v umění, mytologii, dějinách, literatuře, v rituálech, ale také v tradicích a vyprávění prostých venkovanů celého světa. (Hageneder, 1999)

Severský strom Yggdrasil je severskou verzí stromu života. Skutečnost, že jeho popis je tím nejpodrobnějším, který se zachoval, je o to podivuhodnější, když si uvědomíme to, v jaké míře byly středoevropské tradice zničeny. Většina lidí slyšela o Yggdrasilu jako o „jasanu světa“, se vší pravděpodobností se jedná o tis. (Hageneder, 2005)



Obrázek 4 – Iluminovaný rukopis s vyobrazením vlka Fanrira a Stromu světa Yggdrasil ze severské mytologie

Zdroj: Hageneder, 2005, upraveno

## 3.2 Jednotlivé stromy

### 3.2.1 Bez černý

Bez černý – *Sambucus nigra*

Čeleď: Zimolézovité – *Caprifoliaceae*

Lidové názvy: chebz, smradinky, kozinky

Keltské jméno a ogam: Ruis



Černý bez je okrasný opadavý keř nebo nízký strom, který dorůstá do výšky 6 metrů a žije po dobu 80-100 let. Má klenuté větve, korkovitou šedohnědou kůru, listy lichozpeřené s 5-7 pilovitými lístky, smetanově bílé květy od května do července. Plody jsou tmavě fialové až černé bobule rostoucí ve svěšených trsech. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Větve jsou vyplněny lehkou bílou dřevinou. (Richter, 1971)

#### Kultura, mýtus a symbol

Již v době kamenné sloužily plody jako potrava. U Germánů byl bez považován za posvátný keř a byl zasvěcen bohyni Freye. V antice se bez používal jako močopudný a projímavý prostředek nebo sloužil k vyvolání dávení. (Alberts et al., 2004)

Rostlina se v lidovém léčitelství těší značné úctě, léčí prý 99% nemocí. Již Plinius zmiňuje močopudné účinky všech částí bezu. (Váňa, 2006)

Černému bezu se někdy říká také „Jidášův strom“, protože právě na něm se údajně oběsil Jidáš Iškariotský. Podle pověsti také nosí smůlu mít bez na zahradě. V minulosti se silně vonné listy přivazovaly koním ke hřívě, aby při jízdě odháněly mouchy. A první indiánské kmeny vyráběly z vykotlaných kmenů bezu šípky nebo do nich proráželi díry, čímž vznikla flétna. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Obvyklé stanoviště v Evropě v blízkosti obydlí předurčilo bez jako ochránce před zlými mocnostmi a nemocemi. (Richter, 1971)



Obrázek 5 – Bez černý

Zdroj: Thómé, 1885, upraveno



Květy a plody černého bezu, bezinky, byly dlouhá léta populární jako zdroj pro domácí výrobu vína. (Conway, 2005)

Těžko bychom hledali, od kdy je bez člověkem využíván, neboť odpradávná patří mezi rostliny opředené mnoha pověrami, bájemi a kouzly. Je symbolem smutku a utrpení, neboť z něj údajně byl zhotovený kříž, na kterém byl ukřižován Ježíš. (Bodlák, 2000)

Nicméně i když pověry vzkvétaly, bezpočet pozůstatků starého a nevinného uctívání bezu přežilo a vznikla zdánlivě rozporuplná snůška zvyků, které tradici jak potvrzují, tak odsuzují a dodnes fascinují antropology. (Hageneder, 2005)

### **Bez podle Keltů**

Černý bez měli spojený s mocným mateřským duchem a možná právě proto je medicína z něj vyrobená vhodná i pro malé děti. Byl totiž úzce spojován s Bezovou matkou, mocným ženským duchem, který v tomto stromě přebývá. Bezové matce se říkalo paní Holle nebo paní Elhorn. Někdy se také Bezová matka považuje za bohyni smrti a podsvětí. (Hopman, 2008)

Říše paní Holle je zároveň říší mrtvých. Černý bez jako strom bohyně smrti hrál centrální úlohu v pohřebních kultech. (Storl, 1996)

V oblastech severní Evropy, se černý bez stále uctívá také jako strom zrození. Matka Holle, pomáhá těhotným a rodičkám. Položit novorozeného do kolébky z bezového dřeva by bylo ale špatné, bezové víly by si dítě odnesly do říše snů. O bohyni Holle je mnoho příběhů a povídek, které by vydaly na samotnou knihu. (Storl, 1996)

Čerstvé bezové větve se věšely do chlévů a domů, aby odpuzovaly mouchy. Dospělé listy se používaly jako přírodní insekticidy. (Hopman, 2008)

Na Skotské vysočině nosili v knoflíkové dírce snítku bezu, která odháněla nepřátelské duchy. (Hopman, 2008)

Bez je také spojen s vílami. Na ostrově Man byl považován za vstupní bránu mezi světem lidí a víl. (Hopman, 2008)

### **Obsažené látky**

Květ obsahuje stopy silic, důležité flavonoidy, organické kyseliny, sacharidy, třísloviny, minerální látky atd. Plody obsahují antokyany, organické kyseliny, třísloviny, vitaminy, zejména A a skupinu B. (Janča a kol., 1994)

V listech a kůře je obsaženo značné množství stopových prvků – vápník, železo, hořčík, měď, fosfor, zinek a spousta dalších. Listy dále obsahují alkaloidy, pryskyřice, organické kyseliny a glykosidy. (Váňa, 2006)

### **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

V lidovém léčitelství se vnitřní kůra mladých stromů využívala jako diuretikum, emetikum a silné projímadlo při zácpě a artritických problémech, zelená vnitřní kůra jako změkčovací mast. Listy usnadňují vykašlávání, zastavují krvácení, mast, která se z nich vyrábí je zvláčňující a s její pomocí se ošetřují pohmožděniny, výrony, omrzliny a poranění. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Plody jsou ceněny při zánětech nervů, pro uklidnění žaludečních a střevních křečí. Květy jsou velice potopudné. (Richter, 1971)

Plody působí také jako účinné analgetikum, například při bolestech trojklaného nervu, páteře a kloubů, kde se projevuje i účinek protizánětlivý. (Janča a kol., 1994)

Z čerstvých květů se dělá „vodní destilát z bezových květů“ (*aqua sambuci*), který funguje jako jemný stimulant a běžně se uplatňoval jako přípravek na pleť, pro její výživu a zesvětlování pih na spáleniny od slunce, k uklidnění kožních vyrážek a podráždění a u světlé pleti k udržení její barvy. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Květ černého bezu se podává zásadně v nálevu, v obvyklých dávkách, bezinky můžeme usušit a podávat ve formě odvaru, ale nejlépe působí šťáva. (Janča a kol., 1994)

Vitaminy obsažené v bobulích bezu posilují imunitní systém. (Hageneder, 1999)

### 3.2.2 Borovice

Borovice lesní – *Pinus sylvestris*

Čeleď: Borovicovité – *Pinaceae*

Lidové názvy: sosna, chvoj, chvůje

Keltské jméno a ogam: Padi



Stálezelený jehličnatý strom (Farmer-Knowlesová, 2010)

Roste vzpřímeně, až 40 m vysoko. Jehlice 4-8 cm dlouhé, při sobě po dvou, napůl oblé, špičaté, někdy trochu otočené. Květy v květnu až červnu, samičí žluté, šišticevitě, s mnoha tyčinkami, samičí okrouhlé. Šišky dozrávají 2 roky, jsou 3-8 cm velké, vejčité podlouhlé, visí na stopkách dolů. (Alberts et al., 2004)

Daří se jim na slunných stanovištích s chudou, hlubokou a propustnou půdou. Vyskytuje se od nížin až do vysokých hor. (Alberts et al., 2004)

#### Kultura, mýtus a symbol

Léčivé účinky borovice znal již Hippokrates a používal hlavně její pryskyřici. Borovicová pryskyřice byla ceněna jako balzám též za Galéna. Používala se k vykuřování místností a to jednak pro dezinfekční účinky a jednak jako prostředek na vyhánění zlých duchů. (Bodlák, 2000)

Naši předkové odpradáva věřili na magickou moc borovice. Považovali jí za strom nosící štěstí. Byla vysazována u paláců starobylých vietnamských císařů jako symbol majestátu a dlouhého života. (Bodlák, 2000)

Borovice taky dlouho sloužila jako alternativa světla ke svíčke: „borové louče“. Jako prst tlustá louče z borového dřeva bohatého na pryskyřici byla ponořena do smůly nebo pryskyřice a hořela poměrně dlouho. (Hageneder, 1999)

Ztuhlé kousky pryskyřice, které se z dávných jehličnanů dostaly do půdy, se změnili v jantar, kterému také říkáme sluneční kámen. (Bodlák, 2000)



Obrázek 6 – Borovice černá

Zdroj: Thómé, 1885, upraveno

Římané a především Řekové mísili víno s borovou pryskyřicí. V Řecku tento zvyk přetrvává dodnes. Předpokládá se, že tato úprava má podobný antibiotický efekt, jako smolení sudů používaných k uskladnění vína nebo pitné vody. (Jonáš a kol., 2014)

### **Borovice podle Keltů**

Keltové považovali borovici za „matku moudrosti“ a za strom zdraví. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Jako taková je samozřejmě stálozelená, po celý rok naplněná duchem a symbolem věčně se vracející síly života. Drsné severské klima odhaluje její druhou stranu, zde se Pan/Pinie stává válečníkem, jež vítězí svoji silnou vůlí po přežití. Strom se staví na odpor proti živlům a nehledě k síle jejich náporů a k chudobě půdy nebo dokonce skály, na níž vzkvétá – od doby ledové nepřetržitě jako jeden z dominantních druhů stromů. (Hageneder, 1999)

Samčí květy obsahují obrovské množství žlutého pylu, který pokryje celé okolí, když padá jako „sirný déšť“, a tůně a louže zbarví do žluta. Obsahuje velkou sílu světla a ohně a je zápalný jako „čarodějná mouka“ z výtrusů plavuně. Šamani jej sbírali, aby jeho pomocí mohli provádět ohňová kouzla. Při šamanských seancích nebo druidských rituálech ho vhazovali do ohně, kde pak způsobil dramatické vyšlehnutí plamenů nebo prozářil prostor deštěm jisker. (Storl, 2000)

### **Obsažené látky**

Jehlice obsahují flavonoly, silice. (Conway, 2005)

Pupeny obsahují také hořčiny a vitamin C. (Jonáš a kol., 2014)

Flavonoly, neboli oligomerické proantokyanidiny mají podpůrný efekt na kolagen ve tkáních a mohou být užitečné při léčbě modřin a křečových žil. Chrání také organismus před poškozením buněk a před ukládáním tuku v tepnách. (Conway, 2005)

### **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Silice podporuje prokrvení, vykašlávání hlenu, působí proti bakteriím, ve vyšší koncentraci dráždí kůži. Pro pacienty s průduškovým astmatem a černým kašlem silice není vhodná, protože může zhoršovat křečové obtíže. (Alberts et al., 2004)

Droga působí dezinfekčně, usnadňuje odkašlávání a zvyšuje tvorbu hlenů a trávících enzymů. Aktivizuje obranné mechanismy při hnisavých kožních defektech. (Janča a kol., 1996)

Dnes se vysoce antioxidantní borový olej uplatňuje při syndromu nezdravých budov – protože je fungicidní, bojuje proti mikroorganismům ve vzduchu. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Terpentýnová pryskyřice z borovice se používá v mastích a napuštěných náplastích, jako stimulant při revmatických otocích, výronech a pohmožděninách. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Čaj z čerstvých výhonků jehlic borovic je lékem na močový měchýř a ledviny a podává se při infekcích močových cest. Odvar z čerstvých jehlic přidáný do koupele zmírňuje bolesti, poruchy dýchání a kožní obtíže. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Borovice lesní prokázala schopnost inhibovat bakterii *Staphylococcus aureus*, která je rezistentní na mnohá běžná antibiotika. (Conway, 2005)

V Bachově květové terapii se borovice bere při pocitech viny a neoprávněné sebekritice, která vede k nespokojenosti. Také proti sklíčenosti a negativitě. (Farmer-Knowlesová, 2010)

### 3.2.3 Břečťan

Břečťan popínavý – *Hedera helix*

Čeleď: Aralkovité – *Araliaceae*

Lidové názvy: popenec, točník, efaj, dřevolez

Keltské jméno a ogam: Gort



Stálezelená popínavá dřevina se záchytnými kořínky. Dožívá se až 450 let. Větve starších rostlin se nepnou, rostou volně. Listy tmavě zelené, na nekvetoucích výhonech mají 3-5 hranatých laloků a jsou postavené ve dvou řadách, listy na kvetoucích výhonech jsou vejčité a dlouze zašpičatělé. Květy



Obrázek 7 – Břečťan popínavý

Zdroj: Thómé, 1885, upraveno

od srpna do listopadu, zelenavě žluté, v hustých okolících. Plody kulovité, modročerné, od března do dubna. (Alberts et al., 2004)

Velmi často zplaňuje, poměrně hojný je na skalách. (Janča a kol., 1994)

### **Kultura, mýtus a symbol**

V Jižní Francii získávali z kmene břečťanu pryskyřici, která se užívala k plombování zubů, jako vykuřovadlo a afrodiziakum. Někteří lidé doporučovali břečťan dokonce jako antikoncepci. (Váňa, 2006)

Jelikož se břečťan často vine kolem jiné rostliny, stal se symbolem přátelství a spolehlivosti. Na řeckých svatbách dostávali novomanželé větvičku břečťanu jako stvrzení věrnosti. Jako spousta jiných stálezelených rostlin je i břečťan symbolem věčného života. První křesťané své mrtvé dokonce pohřbívali s větvičkou břečťanu. (Váňa, 2006)

Ještě ve středověku byly dány do octa rozbité listy břečťanu, s trochou růžové vody, známým prostředkem proti kocovině ráno poté. (Hageneder, 1999)

Dvojaký postoj lidí vůči této rostlině je vidět i v pověře, že břečťan nesmí do domu. Přinesl by neštěstí, zničil by manželské štěstí nebo by způsobil, že dcera zůstane na ocet. Pokud roste vedle domu, vyžaduje každých sedm let oběť na životě. (Storl, 2000)

Středověká lidová medicína používala mladé listy břečťanu jako ne zcela neproblematický prostředek na potraty. Odvar z květů vypitý po periodě měl dokonce zabránit početí. (Storl, 2000)

### **Břečťan podle Keltů**

Břečťan je spojen s bohyní Země. To vyplývá také z vypravování lovců, jak se bylinou léčí divoká prasata, když jsou poraněná, a jak březí bachyně žere břečťanové listy, aby lépe porodila. Na základě těchto pozorování věšeli venkované prasatům na krk břečťanovou větev. Ta chránila zvířata i před uhranutím. (Storl, 2000)

Existuje jedno staré irské přísloví: „v den, kdy přestanou hučet včely, nastane konec světa“. Břečťan kvete na podzim a jeho květy poskytují včelám poslední kapky sladkého nektaru. Pro druidy byly včely symbolem inteligence, která vedená sluncem (božské vedení) uměla najít rozkvetlá pole (svět), sesbírat nektar (moudrost) a přinést jí zpátky ku prospěchu celého kmene. (Hopman, 2008)

Břečťan zastupuje ženskou energii a cesmína mužskou. Obě byliny se používaly při různých svátcích a vplétaly se do svatebních věnců nevěsty a ženicha. Na znamení úcty byli ve středověku básníci korunováni brečťanovým věncem. Raně křesťanské koncily se kdysi snažili dekorace z brečťanu zakázat, protože asociovaly představy spojené s pohanstvím. (Hopman, 2008)

### **Obsahové látky**

Saponiny, alkaloidy, flavonoidy, beta-karoten, třísloviny, glykosidy, kyselinu henrikovou, mravenčí, jablečnou a další látky. (Janča a kol., 1994)

### **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Břečťan uvolňuje křeče při kašli, při černém kašli a bronchitidě. Podává se v podobě sirupu. Rozpouští a uvolňuje hleny. Čaj z listů se nepoužívá často, protože může dráždit žaludek a střeva a ve větším množství působí jedovatě. (Alberts et al., 2004)

Listy květných větví působí obecně na dolní polovinu těla člověka – např. slezina, kuří oka – zatímco hvězdicovité listy šplhajících větví ovlivňují spíše oblast hlavy – nemoci uší a očí, uvolňují hleny při bronchitidě a zánětu vedlejších dutin. (Hageneder, 1999)

Všechny části rostliny včetně plodů jsou jedovaté. Obsažené saponiny mohou podle množství působit nevolnost, dávení, bolesti hlavy, křeče, vyrážku, zrychlení tepu a šok.

Do směsí však můžeme tuto drogu přidávat bez obav, pokud její podíl nečiní více než 10 až 15%. (Janča a kol., 1994)

Zásadní kontraindikací může být alergie na drogu, která se projevuje už při lehkém doteku čerstvé byliny. (Janča a kol., 1994)

Pomáhá při slabé menstruaci. Léčí vyrážky. Vykazuje rozdílnou účinnost podle stanoviště a druhu a nemá se užívat bez lékařského dohledu. (Váňa, 2006)

### 3.2.4 Bříza

Bříza bělokorá (bradavičnatá) a bříza pýřitá –

*Betula pendula et Betula pubescens*

Čeleď: břízovité – *Betulaceae*

Lidové názvy: břest, deruta aj.

Keltské jméno a ogam: Beith



Obrázek 8 – Bříza bělokorá

Zdroj: Thómé, 1885, upraveno

Bříza bělokorá je středně velký strom s bílým kmenem. Daří se jí v suchých půdách na rozdíl od břízy pýřité, od které se liší drsnými bradavičnatými výrůstky a kosočtverečnými listy. Bříza pýřitá, která nemá tak převislé větve, má listy kulovitější a hladké výhonky opatřené chloupky. Staré břízy bělokoré mívají na spodní části kmene borku drsnou a zčernalou, zatímco staré exempláře břízy pýřité si uchovávají svou kůru bílou. Břízy potřebují hodně světla, obě kvetou na jaře, samčí jehnědy jsou převislé a prodlužují se, samičí jehnědy jsou kratší a vzpřímené. (Hageneder, 2005)

#### Kultura, mýtus a symbol

Bříza je jedním z nejstarších stromů severní Evropy. Již odpradávná jsou známé její účinky při léčbě zánětlivých onemocnění kloubů. V mytologii hrály významnou roli její větvičky, neboť se věřilo, že navracejí plodnost a povzbuzují lásku. Největší popularitu tudíž měla u žen. (Váňa, 2006)

V našich vesnicích v minulosti vyháněli na první jarní pastvu dobytek právě březovými pruty, aby byl celý rok zdravý a přinášel užitek. V severských krajinách se ještě dnes popíjí zkvašená březová šťáva, která připomíná chuť šampaňského. (Dugas, 2007)

Z březové kůry Rusové vyráběli boty, pláště a kamaše, sloužila jako náhražka kůže. Kanadští indiáni stavěli z březové kůry dokonce kánoe. (Janča a kol., 1994)



## **Bříza podle Keltů**

Bříza patří mezi první jarní stromy a byla také jedna z prvních, která se uchytila po ústupu ledovců před deseti tisíci let. Chápáno mysticky je bříza strom nových počátků. (Hopman, 2008)

Keltové věřili v její zázračnou moc. V pokojích panen věšeli březové větvičky, které je měli uchránit před hříchem. Z kmenů bříz se tradičně stavějí májky. Vrcholy se pak zdobily břízovými kyticemi. (Storl, 2000)

Bříza se ve všech kulturách považuje za strom bohyně. Chcete-li dostat do kontaktu s ženským aspektem vesmíru a sebe samotných, nalad'te se na energii břízy. (Hopman, 2008)

Bříza nám pomáhá soustředit se na to, co potřebujeme udělat, a dát nám energii, kterou k tomuto procesu potřebujeme. Učí nás respektovat svou povahu a vycítit kvality povahy v druhých lidech. (Hageneder, 1999)

Ve Walesu se z březového dřeva vyráběly kolébky, protože se věřilo, že zaštití dítě ochrannou mocí bohyně. Nebo se bříza zavěšovala jen nad kolébku. (Hopman, 2008)

Také se věřilo, že pochodně z březového dřeva čistí zemi a vymítají zlé duchy a že bříza zahání bytosti, které přicházejí se zlými úmysly. (Conway, 2005)

## **Obsahové látky**

Listy obsahují stopy silice, třísloviny, saponiny, stopy vitamínu C aj. V dehtu jsou přítomny fenoly a jiné dezinfekčně působící látky. (Richter, 1971)

Vědci teprve nedávno prokázali, že obsahuje kyselinu betulinovou, potenciální lék proti rakovině. (Hopman, 2008)

Xylitol, který se získává z břízy a nahrazuje cukr v dentálních žvýkačkách, je přibližně stejně sladký jako sacharóza, ale obsahuje pouze dvě třetiny potravinové energie. (Farmer-Knowlesová, 2010)

## **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Bříza byla odpradávná zdrojem mnohých léčiv. Sušené pupeny se roztírali do mastí. Míza z mladých stromů se využívala k výrobě vlasových vod a pomád. Dehet, (*Pixbetulae*) získaný suchou destilací dřeva a kůry, se dosud používá v kožním lékařství. (Richter, 1971)

Odvar z listů působí mírně močopudně. Doporučuje se jako potopudný prostředek při chorobách a nachlazeních. (Richter, 1971)

Bříza podporuje tvorbu žluči a je mírně antiseptická a sedativní. Březové dřevěné uhlí vstřebává jed a komerčně se využívá v čisticích prostředcích a při nadýmání žaludku. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Tím, že odvodňuje organismus, tak z něj vyplavuje nežádoucí soli. Jako čaj se používá k podpoře hubnutí a mírnění celulitidy. (Dugas, 2007)

K prevenci obezity a redukčních diet se také používají koupele z listů. (Zentrich, 1991)

Odvarem z březových listů se potírá kůže postižená exémem, lupénkou či svrabem a přidává se do lázně proti pocení nohou. (Bodlák, 2000)

Bříza je naprosto neškodná, v obvyklém dávkování ji bez obav můžeme užívat samostatně i dlouhodobě (Dugas, 2007).

Čaj z mladých lístků nebo listových pupenů stimuluje žlučník, ledviny, játra a lze jej pít po tři dny jako jarní „očistnou kúru“. Listy se sbírají v dubnu nebo květnu a pak se suší. Listy břízy pomáhají mírnit projevy dny a revmatismu. Míza čistí krev a povzbuzuje metabolismus. (Hageneder, 2005)

V jarních měsících se navrtává bříza asi metr od země do hloubky 2-4 cm a vytékající šťáva se chytá tak, že do otvoru se zasune brko a pod ně se umístí skleněná nádoba – míza nesmí přijít do styku s kovem. 50 stromů může dát ve 4 dnech 175 kg mízy. (Bodlák, 2000)

Březovice se pak používá vtíráním na postižené místo. Používá se proti lišejí, vyrážkám, močovým a ledvinovým kamenům, dně a strupech na hlavě. (Váňa, 1991)

Příznivě působí na slinivku břišní, slezinu a jaterní funkce. (Bodlák, 2000)

U *Betula pendula* a *Betula pubescens* bylo zjištěno, že jsou potenciálně užitečné při léčení degenerativních kloubních onemocnění. Experimentální výzkumy na zvířecích

modelech dokázaly viditelné antikarcinogenní účinky kyseliny betulinové. Proběhnou další pokusy a zkoumání, než se lék bude moci testovat na lidech. (Rastogi et al., 2015)

### 3.2.5 Buk

Buk lesní – *Fagus sylvatica*

Čeleď: Bukovité – *Fagaceae*

Lidové názvy: bůček

Keltské jméno a ogam: nedochováno

Statný strom dorůstající výšky 50 metrů s vejčitou, později rozložitou korunou. Listy jsou krátce řapíkaté, vejčité, celokrajné. Začíná kvést ve stáří až 40-60 let. Rozkvétá společně s rašením listů koncem dubna nebo počátkem května. Plodem jsou trojhranné, hnědé nažky, známé pod jménem bukvice. (Bodlák, 2000)



Obrázek 9 – Buk lesní

Zdroj: Thomé, 1885, upraveno

#### Kultura, mýtus a symbol

V některých kulturách severozápadní Evropy se používalo stejné slovo pro „buk“ a pro „knihu“. Nedávné důkazy naznačují, že buk se dostal do Anglie kolem roku 4000 př. n. l., následně po době ledové. Mytologicky a historicky je tento strom spojen s učením a intelektem. Říká se, že jeho dřevo poskytlo lidem první „papír“ – na kousky nebo tabulky se vyrývali runy a literatura – a je pravděpodobné, že díky buku vznikla vůbec první kniha. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Lidé sbírali bukvice a ukládali je na zimu již v prehistorické době. Jako potrava v dobách nouze bukvice sloužili až do 20. století – poskytovaly olej a také mouku. (Alberts et al., 2004)

Bukvice byly hodnotným krmivem pro zvířata. Tradiční používání oleje a dehtu k mazání hrudníku při infekci a při onemocněních kůže se vytrácí a buk se dnes již v medicíně příliš nevyužívá. (Conway, 2005)

Protože bukové dřevo je pevné a těžké, v mnoha kulturách se využívalo k výrobě předmětů jako nábytek, držadla nádobí a nádoby. (Hageneder, 2005)

### **Buk podle Keltů**

Bukové lesy pokrývali už od keltské doby železné velké plochy severozápadní Evropy. Buk miluje chladné, vlhké a mlhavé atlantské klima, takže lesy, kde žili Keltové a Germáni, byly především bukové lesy. Jasnovidci a mudrcové naslouchali šepotu Velkého ducha nejen pod duby, nýbrž i v bukovém lese. A co jim bohové našeptali, vryli v podobě run do bukových tyčí. (Storl, 1996)

Buky tedy zjevují věci hluboko ukryté a pocházející z nadzemského světa. Starokeltské jméno pro buk se nedochovalo. Víme jenom, že Keltové připravovali z bukového popela, olejnatých bukvic a kozího loje mýdlo. Mýdlo je keltský vynález a používalo se mimo jiné k zesvětlování vlasů a péči o vlasy. (Storl, 1996)

### **Obsažené látky**

Listy: vitamin C, flavonoidy, organické kyseliny, bílkoviny, mnoho kyseliny šťavelové. (Alberts et al., 2004)

Semena: Olej s 90 % nenasycených mastných kyselin, bílkoviny, kyselina šťavelová. (Alberts et al., 2004)

### **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

V lidovém léčitelství jsou oceňovány zejména protizánětlivé účinky čaje z bukového listí. Odvar z bukové kůry se užíval proti planým neštovicím, vyrážce a dermatitidě. (Váňa, 2006)

Dnes již víme, že bukvice obsahují důležité složky naší stravy – nenasycené mastné kyseliny a velké množství bílkovin. Nikdy se ovšem nesmí jíst syrové. Z bukvic se vyrábí olej, ten má vysoký obsah železa a podporuje krvetvorbu. Popelem z bukového dřeva se kdysi dezinfikovaly rány. (Váňa, 2006)

V Bachově květové esenci se doporučuje ke zlepšení chápání a fyzické, mentální, a emoční toleranci podmínek, lidí, míst a věcí. (Farmer-Knowlesová, 2010)


Je určena těm, kdo potřebují vidět více dobra a krásy ve všem, co je obklopuje.  
(Conway, 2005)

### 3.2.6 Cesmína

Cesmína ostrolistá – *Ilex aquifolium*

Čeleď: Cesmínovité – *Aquifoliaceae*

Lidové názvy: bodlavka, ostroлист

Keltské jméno a ogam: Tinne 

Stálezelený keř nebo strom až 10 m vysoký, který roste pomalu a má hladkou šedou kůru. Nazelenalé větve, listy se třemi až pěti špičatými ostny na každé straně. Květy od května do června, malé, bílé. Plody jsou červená peckovice. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Květy však nejsou na všech rostlinách, ty jsou totiž dvoudomé, s květy samčími a samičími na různých jedincích. Plody rozšiřují ptáci. (Alberts et al., 2004)



Obrázek 10 – Cesmína ostrolistá

Zdroj: Thomé, 1885, upraveno

### Kultura, mýtus a symbol

Cesmína, jako ostatně všechny stálezelené rostliny, byla symbolem věčného života. Latinský název *Ilex* vymyslel Plinius Starší, jenž cesmínu považoval za odrůdu dubu cesmínovitého. Větší exempláře rostliny mají dvojí tvar listů: na dolních, nekvetoucích větvích jsou listy trnité s členěnými zářezy, na vrchních, kvetoucích větvích jsou celokrajné či ostnitě zubaté. Dvojí tvar listů si naši předkové vysvětlovali tím, že dolní listy byly trny chráněny před okusováním pasoucím se dobyt看. Tento výklad přispěl k tomu, že cesmína byla považována za strom schopný předjímat budoucnost. (Váňa, 2006)

Stálezelené větévky s plody patří k oblíbeným ozdobám ve vánočním období. Symbolizují pokračování života v době zimního odpočinku. (Alberts et al., 2004)

Listy byly nalezeny v hrobech dávných Inků. Vyráběli z nich čaj. (Bodlák, 2000)

V Severní Americe používali kořen cesmíny indiáni kmene Mikmak proti kašli a tuberkulóze. (Conway, 2005)

Na Skotské vysočině lze pozorovat neobyčejný fenomén: tam, kde je populace pro oplodnění hmyzem příliš řídká, vytváří cesmína občas jedince, které kvůli místnímu zachování rodu mají obě pohlaví. V Německu je cesmína chráněná. (Hageneder, 1999)

V jižní Evropě sloužila pražená cesmínová semena jako náhražka kávy. (Váňa, 2006)

### **Cesmína podle Keltů**

Cesmína byla nejposvátnějším stromem pro keltské druidy – byla svázána s obřím Svatým králem, který vládl od letního do zimního slunovratu, a jeho panování bylo zakončeno velkolepou oslavou. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Kelti cesmínu uctívali jako symbol smrti a znovuzrození. Během rituálu při zimním slunovratu rozdávali druidové lidem cesmínové větévky obalené plody. Červené bobule symbolizovaly ženskou plodivou sílu, bílé plody jmelí znázorňovaly mužské atributy – semeno a smrt. O zimním slunovratu se také zdobily domy břečťanem, jmelím a cesmínou. (Váňa, 2006)

Cesmína má podobnou úlohu jako jinde jedle. Symbolizuje lásku a naději. Ve staroirské stromové abecedě zastupuje cesmína písmeno T – Tinne, což je slovo příbuzné s německým Tanne – jedle a mělo by být údajně keltského původu s významem „posvátný strom“. (Renke-Graves, 1985)

Cesmína se pěstovala poblíž domů, aby je chránila před blesky, bouřkou, ohněm a kouzly. Její dřevo se používalo na výrobu prahů, aby odhánělo čarodějnice. Díky krvavě rudým bobulím a ostnitým listům se o cesmíně říkalo, že v ní žije duch válečníků. Z jejího dřeva se vyráběly válečné kyje a kola válečných vozů. (Hopman, 2008)

### **Obsažené látky**

Flavonoidy, tanin (hořký rostlinný výtažek), Kofein (0,2-2%), teobromin, teofylin, rutin, trísloviny, silice, hořčiny, vitaminy A, B, C a kyselinu chlorobromovou. (Váňa, 2006)

### Použití v lidovém léčitelství a medicíně

Listy použité v čaji slouží proti horečce, problémům močového měchýře a bronchitidě. Odvar z listů se používá při chřipce, rýmě, revmatismu a šťáva s čerstvých listů pomáhá při léčbě žloutenky. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Plody se užívají jako lehké projímadlo a lék proti epilepsii. Nálev z listů zvyšuje krevní tlak, odstraňuje únavu a vyčerpanost a celkově stimuluje centrální nervový systém. (Váňa, 2006)

Ale pozor, plody jsou jedovaté, uvádí se množství, které lze pozřít a to je 20-30 kuliček. (Hopman, 2008)

V Bachově květové terapii cesmína zahání hněv a mírní žárlivost a závist. Také v esenciální léčbě cesmína tyto projevy oslabuje a přináší klid mysli, který přitom nevylučuje asertivnost. (Hageneder, 2005)

### 3.2.7 Dub

Dub zimní, dub letní -

*Quercus petraea*, *Quercus robur*

Čeleď: bukovité – *Fagaceae*

Lidové názvy: křemelák (d. letní), drnák (d. zimní)

Keltské jméno a ogam: Dair



Dub letní: mohutný, až 50 m vysoký listnatý strom se silným kmenem a sukovitými větvemi. Borka šedohnědá, hluboce zbrázděná. Listy s krátkým řapíkem, s nepravidelnými laloky, při základu se sbíhavými oušky. Květy v dubnu až květnu: samčí květy v bohatých, tenkých, převislých jehnědách, samičí květy jednotlivě nebo po třech na stopce. (Alberts et al., 2004)

Plodem jsou žaludy, zelené v mládí a lesklé zlatohnědé v dospělosti. (Farmer-Knowlesová, 2010)



Obrázek 11 – Dub letní

Zdroj: Thomé, 1885, upraveno

Dub zimní: kmen štíhlejší, méně sukovitý. Listy s řapíkem 2 cm dlouhým, s pravidelnými laloky, většinou bez oušek při základu. Žaludy shloučené po více kusech na velmi krátké stopce. (Alberts et al., 2004)

### **Kultura, mýtus a symbol**

Skoro u všech národů světa byly duby prohlašovány za posvátné stromy a těšily se mimořádné úctě a lásce. Dub je symbolem síly a dlouhověkosti. U Římanů ztělesňoval Jupitera a věnec z dubových větví a listů byl odměnou za občanské hrdinství, za vítězství ve sportu a za záchranu člověka. (Bodlák, 2000)

Ve středověku patřil dub k nejdůležitějším lesním stromům, jeho žaludy sloužily ke krmení prasat. Z dubového dřeva s velkou odolností k vodě se zhotovovaly kůly pro mnohé historické budovy nebo pro celé městské části (Benátky, Amsterdam). (Alberts et al., 2004)

Dubová kůra slouží k vydělávání kůží. (Conway, 2005)

V Řecku byly žaludy součástí základního jídelníčku člověka. Mnoho původních amerických kmenů dodnes praží a používá malé žaludy do pečiva nebo k přípravě nápoje. Z žaludů se také v mnoha evropských zemích během obou válek připravovala náhražka kávy. (Hageneder, 2005)

### **Podle Keltů**

Jednou do roka se druidové oblékali do bílého roucha, šplhali po dubech a zlatým srpem odtínali vzácné jmelí ochmet, které roste pouze na dubu. Spolu s tisem a břízou tvořil dub trojici stromů – tři pilíře druidské moudrosti. (Váňa, 2006)

Podle pověsti byl kulatý stůl, ke kterému svolával král Artuš, legendární panovník ostrovních Keltů, své rytíře, vyřezán z jediného kmene dubu. Tento dubový stůl se stal symbolem stolu, u kterého se scházejí důležité vesnické osobnosti nebo městští radní, aby hovořili o nejdůležitějších záležitostech. (Storl, 2000)

Pro Kelty symbolizoval dub slunovrat, ona dvě prahová období. Strom byl považován za bránu, za přechod mezi polovinami roku. (Storl, 2000)

Dub je především symbolem rovnováhy. Jeho kořeny sahají tak hluboko, do jaké výšky sahá jeho koruna. Dub je považován za chleboďárce a živitele – poskytuje vynikající dřevo a svými plody krmí lidi i zvěř. Přitahuje pozornost bohů, což dokazuje jeho schopnost



stahovat blesky, aniž je sám zasažen. Jeho koruna sahá k oblakům a kořeny jsou zaklíněny hluboko v zemi. Pro druidy byl dub symbolem ideálního způsobu života. (Hopman, 2008)

### **Obsažené látky**

Třísloviny s katechiny a kyselinou ellagovou, flavonoidy, taniny, hořčiny, pryskyřice. V listech se nachází i flavonové glykosidy. (Janča a kol., 1994)

### **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Kůra, nejučinnější část dubu, obsahuje velké množství tříslovin, jež působí svíravě na cévy a tkáně. Zároveň je její efekt antibiotický. Podává se proto při průjmech a při zánětech v trávicím ústrojí. Droga zabraňuje přestupu bakteriální nákazy z trávicího ústrojí do oblasti močových cest a pohlavních orgánů. Velmi široké je i zevní použití – užívá se při hemoroidech, kožních zánětech, na mírnější popáleniny, jako kloktadlo, a nebo formou koupelí, při potivosti nohou. (Janča a kol., 1994)

Dubová kůra se používá v podobě odvaru. (Janča a kol., 1994)

Často se používá i duběnková tinktura. Duběnky – malé útvary, které na listech vznikají poté, co na ně žlabatka duběnková naklade vajíčka. Tinktura se používá proti krvácení dásní a mast na hemoroidy. (Váňa, 2006)

Je také vhodná ke koupelím, výplachům, obkladům, k omývání hnisajících ran, mokvajících ekzémů atd. (Váňa, 2006)

Žaludy se užívají k přípravě kloktadla při bolestech v krku, zánětech dutiny ústní a sliznice hrtanu. Listy se formou kašovitého obkladu z drcených čerstvých listů nebo spařených sušených listů přikládají na bolestivé klouby. (Bodlák, 2005)

Podle Bachovy květové terapie dub posiluje přirozený rozum a vnitřní sílu a zlepšuje schopnost zvládat starosti a stres. (Farmer-Knowlesová, 2010)

### 3.2.8 Hloh

Hloh obecný – *Crataegus laevigata*

Čeleď: Růžovité – Rosaceae

Lidové názvy: hlžinky, pluháč, luhovec

Keltské jméno a ogam: Huath



Obrázek 12 – Hloh obecný

Zdroj: Thómé, 1885, upraveno

2-7 m vysoký keř nebo strom s hladkou kůrou nebo s trnitými větvemi. Listy vejčité, málo dělené (3 až 5 laločnaté). Květy bílé nebo růžově červené, ve vzpřímených chocholičnatých latách od května do června. Plody jsou malvičky s jednou pecičkou. (Alberts et al., 2004)

#### Kultura, mýtus a symbol

Lidová pověra praví, že hloh v domě nosí smůlu, což je možná důvod, proč se hlohy často používali k ohraničení hranice pozemku. Tradičně se kultivovaly, zastříhávaly a vrstvily, aby vytvořily husté pichlavé živé ploty. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Hloh má mezinárodní, starou a nepřerušovanou historii jako posel jara a jako ústřední postava jarních slavností lidstva. V něm obsažená témata jsou plodnost, ochrana, sňatek, zasnoubení. (Hageneder, 1999)

V minulých dobách považovali Řekové i Římané hloh za symbol naděje a manželství. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Je taky známý pod názvem „otec srdce“ a používá se k léčbě nejrůznějších onemocnění srdce a krevního oběhu. (Conway, 2005)

V dávných dobách byl hloh používán jako lék proti chorobám stáří, pro uklidnění, proti nespavosti. Semena se pražila jako náhražka kávy. (Richter, 1971)

#### Hloh podle Keltů

Jednou z povinností druidů bylo bdít nad hlohem v místě svého působiště. Den, kdy hlohu rozkvetl první květ, byl považován za oficiální počátek léta. Květy zdobily májky,

ale nesměly se vnést do domu, protože by to znamenalo neštěstí. Hloh se velmi často nacházel poblíž posvátných studní, kterým se mezi lidmi říkalo klotové studny (klot je druh látky). Lidé přivazovali malé kousky této tkaniny ke stromu jako zosobnění svých modliteb a potřeb. Když se látka rozpadla, zmizeli také jejich bolesti a problémy. (Hopman, 2008)

Hlavním úkolem ochranné síly hlohu je však strážení pramenů a studní. V Irsku, kde jsou dnes mnohé keře hlohu nedotknutelné, je většina posvátných pramenů, které vedle sebe mají posvátný strom, hloh. (Hageneder, 1999)

Dodnes není možné v Irsku hloh jen tak pokácet. Je takřka nemožné postavit silnici někde, kde stojí hloh ozdobený kousky látek a záslibnými dary. Podobně jsou stromy zasvěcené světcům a jsou považovány stále za sídlo víl. Kdo by takový strom porazil, tomu pomře dobytek, nebo dokonce děti. (Storl, 2000)

Z archeologických vykopávek je zřejmé, že neolitičtí keltští zemědělci sbírali na podzim jeho výživné moučné bobule. Na jaře jedli pravděpodobně také jeho křehké mladé listy. (Storl, 2000)

### **Obsažené látky**

Silice, saponiny, Flavonoidy, prokyanidin, třísloviny, stopy vitamínu C. (Richter, 1971)

Květy: taniny, flavonoidy, esenciální oleje, kyseliny. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Plod: taniny, glykosidy, flavonoidy, cukr, tříslovina, barviva a vitaminy. (Farmer-Knowlesová, 2010)

### **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Přípravky z hlohu uvolňují cévy, které zásobují srdce, tím se zlepšuje přívod krve k srdci a zmírňuje angina pectoris. Čaj z listů a květů má velmi příjemnou chuť a lze ho popíjet denně k ochraně srdce a podpoře krevního oběhu. (Conway, 2005)

Květy a čerstvé nebo usušené plody jsou srdečním sedativem, roztahují cévy a snižují krevní tlak. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Nedávný výzkum potvrdil, že pozitivní efekt hlohu na srdce a krevní oběh se může dostavit za dobu kratší než jedna minuta, což mluví ve prospěch jeho tradičního využití jako

rychle působícího prostředku, jimž lze zabránit mdlobě, způsobené nízkým krevním tlakem. (Hageneder, 2005)

V nálevu se užívá také jako antisklerotikum, hypotonikum a sedativum, pomáhá také při lehčích formách koronární nedostatečnosti, poruchách srdečního svalu, vyvolaných infekčními onemocněními a napravuje poškození mozku, způsobené jeho nedostatečným prokrvením. (Váňa, 2006)

Neměl by se ovšem používat společně s jinými léky na snižování krevního tlaku, protože tlak by mohl opravdu rapidně poklesnout. (Hopman, 2008)

### 3.2.9 Jabloň

Jabloň domácí – *Malus domestica*

Čeleď: Růžovité – *Rosaceae*

Lidové názvy: bečičky, granátky, jablíčko, kameničky, kyseláče, medůvky

Keltské jméno a ogam: Quert



Mnohotvárný strom, který podle odrůdy a podle řezu má různý vzhled a výšku až do 15 m. Listy řapíkaté, široce vejčité a pilovité. Květy bílé, často s vnějším červeným nádechem s pěti korunními lístky. Kvetení v dubnu až květnu. Plody, malvice, podle odrůdy různě velké s různým tvarem a zbarvením. Odrůdy jabloní nejsou samosprašné, k opylování je nutná jiná odrůda. (Alberts et al., 2004)



Obrázek 13 – Jabloň domácí

Zdroj: Thómé, 1885, upraveno

### Kultura mýtus a symbol

V mladší době kamenné člověk sbíral lesní jablíčka, která byla často menší nežli třešně, avšak již v době antiky vznikly první kulturní formy jabloně s většími plody. V době Karla Velikého se již pěstovalo více odrůd. Dnes je ve střední Evropě známo více než

1000 odrůd, většina z nich je však v domácích zahradách. Celkový počet odrůd jablek na celém světě se odhaduje na více než 20 000. (Alberts et al., 2004)

V mytologii má jablko významné postavení: symbolizuje plodnost, lásku a ženskou sexuální přitažlivost. Pro svůj oblý tvar se jablko stalo symbolem celistvosti Země a kosmu, stejně jako symbolem ženského principu. V lidové magii se jablka užívala k probuzení lásky a k milostným věštbám. Pro křesťany je jablko symbolem svodů a pozemské žádostivosti, jimž podleli Adam a Eva. (Váňa, 2006)

Ovšem hebrejský originál hovoří pouze o „plodu“ ze stromu poznání, nikoliv přímo o jablku. (Hageneder, 1999)

Jablko tvořilo kdysi tak důležitou součást jídelníčku obyčejných lidí, že řada spisovatelů v minulosti psala o každém typu ovoce jako o „jablku“, což mělo za následek, že se stalo toto slovo mnohdy téměř synonymem pro „ovoce“. Tak se dnes ukazuje, že „jablka“ v některých prastarých legendách byly ve skutečnosti plody tisu a „zlatá jablka“ byly nejspíš kdoule. (Hageneder, 2005)

### **Jabloň podle Keltů**

Jablka byla pro Kelty nejdůležitějším ovocem, přestože šlo o natrpklá pláňata jabloně lesní. Vařili z jablek protlak, lisovali z nich mošt, vyráběli z nich ocet a pokrájené na plátky je sušili na kamnech na „křížaly“, které sušením zesládly a daly se skladovat. (Storl, 2000)

Jablka byla v zimě důležitým zdrojem vitaminů a uhlovodanů. V jednom právnickém textu se uvádí, že pokuta za krádež, byť jen jediného jablka ze stromu, činila dvě unce stříbra (cca 57g). Pokuta za utržení nebo sebrání jablka ze země se lišila. Na společné obecní půdě mohl ze země sbírat ovoce kdokoliv bez pokuty. (Hopman, 2008)

Jablko je v Keltské mytologii považováno za symbol dovršení a moudrosti. Je to ovoce nesmrtelnosti. (Storl, 2000)

### **Obsažené látky**

Kyselina jablečná, citronová, cukry, třísloviny, pektin, vitaminy A, B, C, E, niacin, kyselina listová, minerální látky (draslík, železo), aromatické látky (Alberts et al., 2004)

Čerstvé jablko obsahuje asi 83% vody, bílkoviny, vlákniny, minerální soli, vitaminy, organické kyseliny. Slupky obsahují tanin, škrob, barvivo a další látky. (Janča a kol., 1995)

Jablka jsou bohatá na draslík a fosfor, dále je v nich vápník, hořčík, malé množství zinku a železa, manganu, mědi, selenu. (Farmer-Knowlesová, 2010)

### **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Jablko je dobré proti demineralizaci a při anémii, protože podporuje vstřebávání železa. Některé odrůdy jablek se pěstují na výrobu jablečného vína (cideru). Pokud se popíjí v přiměřeném množství, je cider zdravý nápoj, protože nedávný výzkum odhalil, že v něm může být stejné množství antioxidantů jako v červeném víně – oba nápoje obsahují fenoly, o nichž bylo zjištěno, že chrání před rakovinou, srdečními onemocněními a mrtvicí. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Jablko je výtečná potravina a má vysoce léčivé, čistící a detoxikační účinky. Je také výtečným dietním pokrmem. Jablka oboustranně regulují stolicí, při zácpě projímají, při průjmu staví. Také výrazně zlepšují krevní obraz. (Janča a kol., 1995)

Čaj pomáhá při vyčerpanosti organismu, při zánětech očí a hrtanu, při chrapotu, horečce a kašli, stejně jako při onemocněních ledvin a při ekzémech. (Váňa, 2006)

Jíst syrová jablka prospívá dásním, čistí játra, snižuje napětí a bolest hlavy a pomáhá při nespavosti. Jablečné slupky ulevují při pálení žáhy. Kůra z kořenů se využívá na léčení občasných horeček. (Hopman, 2008)

Přípravek Bachovy květové terapie, zvaný „planá jabloň“, se připravuje vařením kvetoucích větví plané jabloně. Je určena pro ty, kteří cítí, že je na nich něco nečistého. To je spojeno s tradičním pohledem na jablka, který říká, že jablka mají čistící účinek na tělo. (Conway, 2005)

### 3.2.10 Jasan

Jasan ztepilý – *Fraxinus excelsior*

Čeleď: Olivovníkovité – *Olivaceae*

Lidové názvy: jasionka

Keltské jméno a ogam: Nion



Až 40 m vysoký strom s kulovitou korunou, dožívá se 250-300 let. Kůra žlutavě šedá, listy zpeřené, 5-7 jařmí, listy s výjimkou koncového bez řapíku, až 15 cm dlouhé, kopinaté až oválně. Květní laty se objevují před vyrašením listu v dubnu až květnu. Květy malé, purpurové, bez obalů. Jazykovité křídlaté plody visí v hustých svazcích většinou ještě v zimě na stromě. (Alberts et al., 2004)



Obrázek 14 – Jasan ztepilý

Zdroj: Thómé, 1885, upraveno

#### Kultura, mýtus a symbol

Dnes se tento elegantní strom používá k léčení jen velmi zřídka. Kdysi byl však velmi ceněn k léčbě malárie, jako náhražka za chinin. V současné době se mu dostalo pozornosti jako součást účinného protizánětlivého léku. Plody se nakládaly do octa a používaly jako potravina. (Conway, 2005)

Zmínku nacházíme u Hippokrata, který jej popisuje jako močopudný a projímavý prostředek a jako prostředek proti hadímu uštknutí a psímu kousnutí. (Bodlák, 2000)

V době bronzové a železné používali bojovníci v Evropě rovné, tvrdé a pevné dřevo jasanu k výrobě kopí a štítů. Achilles v řecké báji zabil Hektora kopím z jasanu. Jasanové dřevo se ovšem hojně využívalo i v dobách míru. Vyrábějí se z něho držadla nástrojů, vesla, sportovní náčiní. (Hageneder, 2005)

Jasan je strom světla a slunce. Prozářená koruna nechává proniknout sluneční paprsky až na vlhkou zem. Bílé dřevo vydává v ohni velké teplo a zanechává čistý bílý popel. (Storl, 2000)

## **Jasan podle Keltů**

Keltové z něj soustružili topůrka k sekerám, lopatám a jinému nářadí. Jasan je po bříze a jeřábu třetím písmenem druidské stromové abecedy. Nion symbolizuje vodu, prozářenou sluncem, a znovuzrození, které je možné spojením světla a vody života. Ve starém Irsku byly tři z pěti posvátných stromů jasanu. (Storl, 2000)

Jasany bývaly součástí starodávných oslav studní a pramenů. Do některých jasanů byly vryty prohlubně a v těchto umělých nebo přirozených jímkách se shromažďovala dešťová voda, která byla považována za svatou a používala se k léčení. (Hopman, 2008)

Ve staroseverské mytologii se vyskytují Askra a Embla jako stromy, ze kterých bylo stvořeno lidstvo, žena z jilmu a muž z jasanu. (Hageneder, 1999)

Navzdory všem pověstem nemá jasan nic společného se Stromem života, Yggdrasilem, jak se všeobecně věřilo. Eddy (hlavní sbírka severských mýtů) podává poetický popis stromu jako „stálezeleného jasanu s jehlicemi“, což je metafora pro jehličnatý tis. (Hageneder, 2005)

## **Obsažené látky**

Listy: Flavonoidy, kumarin, třísloviny, hořčiny, steroly, manit, organické kyseliny, silice, vitamin C. (Alberts et al., 2004)

Kůra obsahuje glykosidy, silici, třísloviny (Bodlák, 2000)

## **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Čaj z listů dodnes slouží jako mírné projímadlo. Víno z jasanové kůry posilovalo organismus oslabený nemocí a imunitní systém. Rozdrcené jasanové nažky svařené s vínem užívali naši předkové k posílení srdeční činnosti. (Váňa, 2006)

Kůra se sbírá jak z kmene, tak z kořene – lepší je však kořen, který podle současných vědeckých výzkumů obsahuje glykosid fraxin, což je bezbarvá krystalická látka, a také příbuzné chemikálie, které jsou antioxidační. (Farmer-Knowlesová, 2010)



### 3.2.11 Jedle

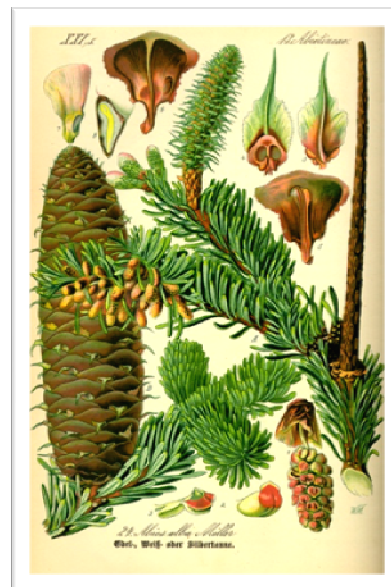
Jedle bělokorá – *Abies alba*

Čeleď: Borovicovité – *Pinaceae*

Lidové názvy: jedlička

Keltské jméno a ogam: Ailm +

Vzpřímený jehličnatý strom až 70 m vysoký, s kuželovitou korunou, světle až stříbřitě šedá, šupinovitá borka. Jehlice 1-3 cm dlouhé, uspořádané spirálovitě, ploché, vespod se 2 bílými proužky, na vrcholku tupé nebo zaříznuté. Květy od května do června. Ze samčích květenství se vyvíjejí na vrcholových větvích kompaktní, vzpřímené, válcovité, 10-15 cm dlouhé šišky, při zralosti rozpadavé. (Alberts et al., 2004)



Obrázek 15 – Jedle bělokorá

Zdroj: Thómé, 1885, upraveno

#### Kultura, mýtus a symbol

Jedle bělokorá je druh, který byl jako první vybrán pro vánoční svátky, křesťanskou verzí pohanských oslav slunovratu. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Jedle jsou zdrojem terpentýnu, ze kterého se dá destilací získat kalafuna (pryskyřičná substance, kterou si houslisté voskují smyčce) a za které se vyrábí fermežové nátěry. (Conway, 2005)

Předmětem sběru jsou malé výhonky a jehličí, ze kterých se získává silice. (Bodlák, 2000)

#### Jedle podle Keltů

Jedle hrála významnou roli v keltském kalendáři. Keltové ji uctívali o zimním slunovratu a nejdelší noci v roce říkali „noc bílé jedle“. Jedli bohatě ozdobili barevnými stuhami a potom pod ni přinášeli dary bohům. (Váňa, 2006)

Jedle, podobně jako všechny jehličnany, byla dlouho považována za symbol nesmrtelnosti. Šišky se považovaly za „vajíčka stromu“, rostoucí ve spirále ve směru pohybu slunce a naznačující spojení se solárním rokem. (Hopman, 2008)

Jejich lýko se může vařit, sušit, mlít na prášek a poté se dá používat na zahušťování polévek, nebo přidávat do mouky. (Hopman, 2008)

### **Obsažené látky**

Silice – působí proti bakteriím, dráždí kůži, podporuje prokrvení, podporuje odkašlávání hlenu. Pro pacienty s průduškovým astmatem nevhodná, může zhoršit křečovitě obtíže. (Alberts et al., 2004)

Dále strom obsahuje vosk, pryskyřice, vitaminy A a C a další. (Bodlák, 2000)

### **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

V lidové medicíně se jehlice, a nebo smůla používá k léčbě bronchitidy, cystitidy, vředů a koliky. Kůra je antiseptická, pupeny jsou antibiotické, antiseptické a balzámové. Pryskyřice je antiseptická, balzámová, diuretická, zlepšuje zažívání, usnadňuje vykašlávání. Jehlice i pryskyřice se buď inhalují, nebo užívají vnitřně jako běžné přísady léků proti kašli a nachlazení. Pryskyřice se aplikuje také jako koupelový extrakt a masážní olej k léčbě revmatických bolestí. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Při stresu je vhodné silici přidávat do koupele, neboť posiluje a uklidňuje. (Váňa, 2006)

Původní severoamerické kmeny, jako Algonkingové, Čerokiové, Kwakiutové a Belakulové, vyráběly z různých druhů jedle antiseptické, dermatologické, gynekologické, potopudné a projímavé prostředky a také přípravky proti kašli, tuberkulóze a revmatismu. (Hageneder, 2005)

Indiánští léčitelé také používali druh *Abies balsamea*, pálili její pryskyřici na žhavých kamenech a při bolesti hlavy vdechovali uvolňující se páru. Čajem z kořenů polévali žhavé kameny v dřevěných saunách a léčili tak revmatismus a bolesti hlavy. (Hopman, 2008)

### 3.2.12 Jeřáb

Jeřáb ptačí – *Sorbus aucuparia*

Čeleď: Růžovité – *Rosaceae*

Lidové názvy: kozí routa, štědřenec

Keltské jméno a ogam: Luis      ≡

Jeřáb obecný je krásný a elegantní menší strom s listy podobnými jasanu a nádhernými trsy malvic. (Conway, 2005)

Je to opadavý strom, vysoký až 15m, má štíhlou korunu, hladkou našedlou kůru, bílé květy a listí, které se na podzim barví do ruda. Kulaté plody jsou jasně červené malvice, které roznášejí je hlavně ptáci. (Farmer-Knowlesová, 2010)



Obrázek 16 – Jeřáb ptačí

Zdroj: Thómé, 1885, upraveno

#### Kultura, mýtus a symbol

Jeřáb byl dlouho považován za posvátný strom, který má moc ochránit domov od zla, takže se často vysazoval u domů. Dodnes se věří, že když se pokácí, přináší to smůlu, zvláště pokud rostl blízko domu. (Conway, 2005)

Je rozšířený v Evropě a Asii. U nás je hojný ve světlých lesích, podél cest a silnic, na skalnatých stráních. Často se vysazuje jako stromořadí. (Bodlák, 2005)

Jeřáb byl opatřen celou řadou pověr. Například rodiče chránili své děti před uřknutím tím, že do jejich šatů zašívali větvičky s plody jeřábu. Léčivé účinky jeřábu popisuje již Plinius. (Bodlák, 2005)

Za druhé světové války byl označen za „citron severu“, díky svému obsahu vitamínu C. (Alberts et al., 2004)

Dříve jeřabiny sloužily jako návnada při lovu ptáků. Jeřabinami se živí třiašedesát druhů ptáků. Rozšířená pověra o jedovatosti jeřabin se nezakládá na pravdě. Při malém množství napomáhá například při zažívání. (Váňa, 2006)

## **Jeřáb podle Keltů**

U Keltů se těšil obrovské úctě, považovali ho za dárce plodnosti a ochránce před zlými silami. Vysazovali jeřáb v místech, kde se konaly soudy a vyhlašovaly věštby. (Alberts et al., 2004)

Slovo luis znamená plamen, nebo vyzařování. Ženy ze Skotska nosily věnce z jeřabin jako magickou ochranu a věnčily jimi také rohy dobytka a krky vepřů, protože se věřilo, že jeřabiny jsou zárukou zdraví a bezpečí. Taky se z něj vyráběly malinké křížky. Jejich ramena o stejné délce symbolizovala slunce a svazovala se červenou nití. Říká se také, že jeřáb v domě chrání dům před ohněm. (Hopman, 2008)

Keltové nedovolovali, aby se jeřáb řezal. Výjimku tvořily pouze rituální účely, měli-li poskytnout dřevo pro pohřební hranici, rituály anebo na výrobu náčiní. (Hageneder, 2005)

Ve Skotsku jeřáb symbolizuje smrt a život po ní, je médiem mezi tímto světem a dalším a jeho dřevo nebylo spalováno k žádnému jinému účelu než ke spalování mrtvol nebo pro obřadní pečení koláčů. Kromě toho druidové vysazovali jeřáby na posvátných místech, jako jsou kamenné kruhy. (Hageneder, 1999)

Tento strom byl natolik spojován s pramenem života, že jediný obraz z Irské mytologie, který je jasně věnován stromu života, spočívá na jeřábu. Klíčovým slovem, opakovaně se vynořujícím ve výše zmiňovaném, je ochrana. Tím, že čistí naší krev, čistí také naši duši, naše postoje a negativní myšlenky. Proto byl jeřáb považován za nejsilnější talisman. (Hageneder, 1999)

## **Obsahové látky**

Plody: Cukr, kyselina sorbinová, sorbit (užívají diabetici jako náhradní sladidlo, ve vyšších dávkách má ovšem projímavé účinky), pektin, provitamin A, vitamin C, kyselina parasorbinová, třísloviny, flavonoidy, hořčiny. (Alberts et al., 2004)

## **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Syrové plody obsahují kyselinu sorbinovou, která může vyvolat zvracení a průjem. Plody působí taky mírně močopudně. (Alberts et al., 2004)

Slupka jeřabin obsahuje lykopen (druh karotenu). Karoteny a vitamin. To hraje významnou roli při obraně před volnými radikály. Hořčiny a třísloviny, obsažené v plodech a zejména v listech, léčí žaludeční nevolnost, průjem, celiakii, choroby močového měchýře a ledvin a čistí také krev. Čaj z plodů pomáhá odstraňovat poruchy toku lymfy, lze ho pít i při průjmech. Květy jeřábu zmírňují kašel, zápal plic a bronchitidu. Květ se používá při léčbě ženských hormonálních potíží, jako lihový výtažek. (Váňa, 2006)

Nejnovější výzkumy ukázaly jeho blahodárny vliv na choroby jater včetně cirrhosy a na choroby žlučníku, žlučových cest včetně ochrany před tvorbou žlučových kamenů a též před tvorbou ledvinových kamenů. (Bodlák, 2000)

Tinkturu aplikujeme na všechny potíže ženské hormonální sféry, zejména při hypofunkci hormonálních orgánů. (Janča a kol., 1995)

Čerstvé plody se konzumují jen málo, neboť jsou trpké a způsobují průjem. Po zpracování se tyto vlastnosti ztrácejí. Častější konzumace jeřábu je dobrou prevencí, která příznivě ovlivňuje organismus. (Dugas, 2007)

### 3.2.13 Lípa

Lípa velkolistá, srdčitá –

*Tilia platyphyllos, cordata*

Čeleď: Lípovité -*Tiliaceae*

Lidové názvy: lípa srdčitá – malolistá, skalní, zimní; lípa srdčitá – širokolistá

Keltské jméno a ogam: Straif



Oba druhy dorůstají až 30 m. Listy lípy srdčité jsou nesouměrné, srdčitě okrouhlé, ostře pilovité, na líci zelené a na rubu šedozeleňé, úžlabí žilek je chlupaté. Listy lípy velkolisté jsou větší, mají v úžlabí žilek bělavé chomáčky chloupků a jsou z obou stran stejně zelené. Lípa velkolistá kvete v druhé půli června, lípa srdčitá zhruba o dva týdny později, plody

Obrázek 17 – Lípa srdčitá

Zdroj: Thóme, 1885, upraveno

dozrávají v září. Květenství lípy srdčité tvoří 5 až 15 květů, květenství lípy velkolisté pouze 3 až 9 květů. Lípa se může dožít až 1000 let. (Váňa, 2006)

Plodem je nažka, u lípy srdčité kulatá, tenkostěnná, slabě hranatá a kožovitá. U lípy velkolisté je nažka pětihranná a tvrdá. (Richter, 1971)

### **Kultura, mýtus a symbol**

V minulosti posvátný strom s velkou vážností. (Alberts et al., 2004)

V Česku představuje národní strom. Její zlaté ratolesti zdobí prezidentskou vlajku České republiky a staly se národním symbolem země po rozpadu Rakouska – Uherska. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Na venkově hrála lípa významnou roli: při slavnostních příležitostech byla bohatě zdobena a lidé se pod ní scházeli k debatám i k tanci. (Váňa, 2006)

Med, který včely sesbírají z lipových květů, patří mezi nejlepší, prý uklidňuje a pomáhá v boji proti infekcím. Lipové dřevo je světlé a velmi ceněné, používá se k výrobě mnoha věcí, mimo jiné i k výrobě hudebních nástrojů. (Conway, 2005)

Lýko bylo hlavním materiálem pro původní obyvatelé Severní a Jižní Ameriky, též Evropany, pro děláni provazů, těliv rybářských sítí a tak dále, dokud vlákno lípy nenahradilo konopí. (Hageneder, 2005)

### **Lípa podle Keltů**

Lípa byla považována za manifestaci božského vědění, pravdy, spravedlivosti, jasnosti a stejné míry rozhodnosti a soucitu. Proto i Germánské kmeny Keltů využívaly lípu jako středisko pro setkávání pro řešení záležitostí společenství. V pokojném stínu přívětivé světlé koruny se dalo taky dobře hrát, tančit a popíjet. Ztělesňovala centrum společenského života. Byla věnována Freyi, bohyni lásky, to ukazuje lípu jako strom s ženskostí. (Hageneder, 1999)

Lípa byla stromem osudu, který byl spojen s prospěchem a zánikem celých generací. Když taková lípa zašla, věřilo se, že zanikne celý rod. Jasnovideckému zraku se lípa ukazuje jako brána do říše bohyně. Keltští válečníci vyřezávali štíty z lipového dřeva a zpevňovali ho několika vrstvami pevného lýčí. Vyřezávali do dřeva svá totemová zvířata, pomocné duchy. (Storl, 2000)

## **Obsahové látky**

Květ: Silice, třísloviny, saponiny glykosidy, flavonoidy, organické kyseliny, saponiny, sliz a další. (Bodlák, 2000)

Přestože lipový čaj pijí lidé na celém kontinentě, droga není příliš podrobně prozkoumána. (Janča a kol., 1995)

## **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Již naši předkové věděli, že čaj z lipového květu vyvolává pocení. Lipový květ též pomáhá při bolestech hlavy a při potížích s krevním oběhem. Kromě toho uklidňuje, méně známé však je, že lipové květy ředí krev. Toho se využívá při léčbě zánětu žil, srdečních chorob a arteriosklerózy. V lidovém léčitelství se využívalo lipové uhlí na spáleniny a hnisavé rány. Dnes je doporučováno při poruchách trávení, plynatosti, průjmech a zácpě. (Váňa, 2006)

Lipové květy se přidávaly do koupelí proti hysterií a z jejich sladké šťávy se vyrábělo víno. Bylinný čaj, připravený ze sušených květů, je dobrý na nervové problémy, jako jsou bolesti hlavy, neklid, nespavost a úzkost. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Lípa je droga, která také reguluje tvorbu žaludečních a střevních šťáv. Pro léčbu inhalací je vhodný lipový list, který není alergotropní jako lipový květ. Inhalaci volíme při rychlém nástupu horečky, nebo při chřípce. (Janča a kol., 1995)

Lipový čaj také vyvolává pocení, snižuje teplotu, léčí průdušky. Přitom ředí krev, čímž působí preventivně proti angině pectoris, infarktu a zápalu žil. (Dugas, 2007)

Při zánětlivých onemocněních dutiny ústní se čajem kloktá a vyplachují ústa. Lipový květ nachází také uplatnění v kosmetice v podobě obkladu na pleť, k přípravě pleťové masky, ve vlasové kosmetice apod. (Bodlák, 2005)

### 3.2.14 Líska

Líska obecná – *Corylus avellana*

Čeleď: Lískovité – *Corylaceae*

Lidové názvy: lískovec, leština

Keltské jméno a ogam: Coll



Až 6 m vysoký keř s více kmínky a se slabě chlupatými větvkami. Kůra hladká, světle hnědá. Květy před listy, samčí visí ve žlutých jehnědách, nenápadné samičí květy jsou v pupenech přímo na větvích. Plodem je oříšek. (Alberts et al., 2004)



Obrázek 18 – Líska obecná

Zdroj: Thómé, 1885, upraveno

#### Kultura, mýtus a symbol

Asi před 8000 lety tvořily lísky ve střední Evropě rozsáhlé porosty, a tak se jejich plody staly významnou součástí lidského i zvířecího jídelníčku. Lískové pruty i oříšky byly nalezeny i v hrobech starých Germánů a Alemanů – líska symbolizovala nesmrtelnost. S lískou jsou spjaté i počátky dějin našeho národa: Když přišli Libušini poslové k orajícimu Přemyslovi, zabodl do země otku. Byl to lískový prut, který zakořenil. Její oříšky byly vzácnou pochutinou na stole českých vládců. Avšak v roce 1845 vzala líska za své při povodni. (Váňa, 2006)

Stáří lísky lze jen těžko odhadovat. Kmeny odumírají po třiceti až padesáti letech, avšak jsou nahrazeny přebytkem nových mladých výhonků. Tímto způsobem líska dokáže vypadat vždy mladě, přitom však může být stará již celá staletí. (Hageneder, 1999)

Již před více než tisíciletím bylo známo, že její olej vypuzuje z těla tasemnice. Líska byla symbolem plodnosti, protože se domnívali, že lískový oříšek má posilující účinky a probouzí smyslnost. Na venkově byla líska, podobně jako bez, vysazována u lidských obydlí; snad i proto, že měla schopnost odvracet blesky. (Váňa, 2006)

Líska se dříve používala jako ochrana proti čarodějnicím a zlým silám. (Alberts et al., 2004)



Do lísky prý nikdy neudeří blesk, neboť podle legendy pod ní odpočívala i Panna Marie. Spánek pod lískovým keřem prý přináší prorocké sny. (Bodlák, 2000)

### **Líska podle Keltů**

Keltové považovali lísku za strom moudrosti, inspirace, poezie a věštění. (Bodlák, 2000)

Keltští soudci u sebe nosívali lískové hůlky, aby jejich soudní výroky byly moudré a očekávali pomoc a radu od mrtvých. (Storl, 2000)

Líska byla v Irsku důležitým plodícím stromem. Oříšky se daly prakticky celý rok skladovat a v zimě se mohly stát velmi důležitou krizovou potravinou. Kromě toho to byl dobrý vývozní artikl. Větve se také používaly ke stavění obydlí a plotů. (Hopman, 2008)

Líska hrála také důležitou roli v právním systému starověkého Irsku. Nejmenší dutá míra byla popsána jako „půlka skořápky lískového oříšku“. Používala se při určování odškodnění pro oběť zločinu a to v závislosti na množství prolité krve. Uvádělo se, že půlka skořápky lískového oříšku pojme pět kapek krve. (Hopman, 2008)

*Sanas Cormac*, irský encyklopedický slovník ústní slovesnosti z desátého století, uvádí heslo *caillcrimón*, „líska kompozice“, z níž jako z puklé skořápky oříšku vyrašily nové vědecké a naučné vazby a souvislosti. Líska symbolizuje tvrdou práci na získávání vědomostí – rozbití tvrdé skořápky, abychom získali sladký plod uvnitř. (Hopman, 2008)

Lískový prut je mezi proutkaři nebo radiestety považován za nejlepší vodič energetických proudů. Dají se jím vystopovat zdroje podzemní vody a rud, zvláště stříbra a zlata. Lísková tyč použitá jako poutnická hůl dokázala najít správnou cestu, když člověk zabloudil. Zacházení s virgulem se řídí tedy obecnými pravidly keltských rostlinných rituálů. Uříznutí virgule stanovuje přesný popis, kdo a kdy jen může uříznout. (Storl, 2000)

Ostrovní Keltové věřili, že lesy a meze jsou bohatě požehnány ořeším, jestliže král země je dobrý, spravedlivý a potentní. Koneckonců vládce ručil za plodnost své říše. Líska totiž patřila i k symbolům potence a plodnosti. (Storl, 2000)

Duch lísky je jedním z těch, kteří nám pomáhají nahlédnout do mystického zdroje všech věcí. (Hopman, 2008)

### **Obsahové látky**

Obsahuje především silice, třísloviny, falovonoidy, glykosidy, sacharidy atd. Kůra obsahuje třísloviny, flobafeny a pryskyřice. (Janča a kol., 1995)

Z listů se extrahuje skupina látek známá jako oligomerické proantokyanidiny. Ty podporují funkci kolagenu a pojivových tkání a mohou být užitečné u křečových žil a časté tvorbě modřin. (Conway, 2005)

V oříšcích je mnoho minerálních látek a olejů s vysokým obsahem nenasycených mastných kyselin, vitaminy E, B, C. (Alberts et al., 2004)

Kořen a kůra obsahují (stejně jako bříza) betulin. (Váňa, 2006)

### **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Obsahové látky listové drogy upravují střevní peristaltiku a působí protiprůjmově. Zevně se používá do koupelí při ekzémech a při hemoroidech. Kůra má podobné terapeutické účinky. Jak kůra, tak list má také účinek močopudný. (Janča a kol., 1995)

Z kořenů a kůry se vyrábějí přípravky na snižování horečky a podporu srážlivosti krve. Odvarem se léčí akné, ekzémy, vředy a omrzliny. Z jehněd se připravuje čaj proti zápalu plic či chřipce. (Váňa, 2006)

V lidovém léčitelství se také využívá jako spasmolytikum při křečích hladkého svalstva, při nemocech dolních cest močových a jako diuretikum. Dále při chorobách trávicího traktu, při průjmech, nadýmání. Na tyto choroby se používá ve formě nálevu. (Bodlák, 2000)

### 3.2.15 Olše

Olše lepkavá – *Alnus glutinosa*

Čeleď: Břízovité – *Betulaceae*

Lidové názvy: olza, šeducha

Keltské jméno a ogam: Fearn



Listnatý strom rostoucí až do výšky 25 m, s širokou korunou, rozpraskaná borka s typickou černohnědou barvou, dřevo v řezu rzivě červené. Listy střídavé, 4 – 10 cm dlouhé, široce okrouhlé, pilovité a lepkavé. Květy v březnu před vyrašením listů; samičí květy v červených, hnědých, převislých jehnědách, samičí květenství v malých šišticovitých květenstvích. Plodem jsou nažky nacházející se v šišticích, zrají na podzim a uvolňují křídlaté plody. (Alberts et al., 2004)



Obrázek 19 – Olše lepkavá

Zdroj: Thomé, 1885, upraveno

#### Kultura, mýtus a symbol

Staré pořekadlo, že pokácené stromy krvácejí, vzniklo zřejmě díky olši, neboť z řezané plochy opravdu vytéká načervenalá tekutina. Olšové dřevěné uhlí bylo velmi vyhledávané a používalo se krom jiného k výrobě střelného prachu. (Váňa, 2006)

Olšové dřevo má bohatý obsah proteinů a proto je lákavé pro červotoče, takže v klasickém stavebnictví se příliš nevyužívá. Toto dřevo se ale tradičně využívalo na vodovody, čerpadla a zdymadla. (Hageneder, 2005)

Dříve se olšová kůra vkládala společně se železem do vody a tmavou tekutinou, která po několika dnech vznikla, se černila kůže. Dřevo ve vodě tvrdne a odolává hnilobě, proto při výstavbě Benátek byly vedle dubových kůlů použity také olšové kůly. (Alberts et al., 2004)

#### Olše podle Keltů

Olši najdete obvykle na březích jezer, řek a potoků, protože se o ní říká, že má nohy ráda ve vlhku. (Hopman, 2008)

Není moc svědectví o roli olše v duchovním světě v době předkřesťanské. Existují jen mnohé legendy. (Hageneder, 1999)

Podle irské tradice byl první muž stvořen z olše a první žena z jeřábu. Příběhy pak spojují olši se smrtí. Díky svému zbarvenému dřevu je také spojena s válkou a lovem. Jedním z ogamských jmen olše je „ochrana srdce“. Duch olše je ochranou před vodním přílivem emocí. (Hopman, 2008)

Pod olší je snadnější, než kdekoli jinde, dostat se do světa víl, který znali již druidové. Ještě dlouho zůstala v povědomí jednoduchého lidu olšová paní nebo dcera krále duchů. To ona krvácí a nařiká, když se na kmen stromu přiloží sekera. V průběhu pokřesťanstvování se obraz olšové bohyně, která v olši sídlí, pokřivil na obyčejný strom čarodějnic. (Storl, 2000)

### **Obsažené látky**

Kůra: třísloviny, flavonoidy, fenoly, triterpeny, stroly, fenolické glykosidy (Bodlák, 2000)

Listy: Flavonové glykosidy, pryskyřice. (Conway, 2005)

### **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Drogu lze podávat při nemocech z nachlazení jako kloktadlo. Korová tinktura působí baktericidně proti stafylokokům, proti bakterii *Escherichia coli* a proti bacilům *Bacillus subtilis*. Šišťice se mohou využívat k léčbě nemocí, provázených zimnicí, jako například malárie. Proplachováním nosu odvarem nebo šňupáním mleté drogy můžeme zastavit krvácení z nosu. Zevně lze olšové drogy aplikovat formou obkladů na nehojící se rány, bércové vředy a spáleniny. (Janča a kol., 1995)

Listy a kůra se dále používají jako prostředek močopudný a otopený. Významné je využití listů i v kosmetice na přípravu pleťové masky, která čistí a prokrvuje pokožku. (Bodlák, 2000)

Čaj z listů lze používat při úporných průjmech. Čerstvé drcené listy urychlují hojení popraskaných prsních bradavek u kojících žen a urychlují hojení zánětů pokožky. Pupeny léčí revma, osteoporózu a ischemickou chorobu srdeční. Olše není určena pro dlouhodobou terapii, navíc může způsobit zácpu. Olšové šišťice se nesmí kombinovat s jinými drogami. (Váňa, 2006)

### 3.2.16 Osika

Topol osika – *Populus tremula*

Čeleď: Vrbovité – *Betulaceae*

Lidové názvy: trempka, osiška

Keltské jméno a ogam: Edad



Až 20 m vysoký strom s širokou a volnou korunou. Listy s dlouhým řapíkem, na jaře červenohnědé, později světle zelené, s bělavou spodní stranou. V obrysu okrouhlé až široce vejčité, na okraji tupě zubaté. Květy se objevují od března do dubna v samčích a samičích jehnědách, 5-10 cm dlouhých, převislých, šedě chlupatých. Tobolky obsahují množství malinkých semínek obalených chmýřím. (Alberts et al., 2004)



Obrázek 20 – Topol osika

Zdroj: Thomé, 1885, upraveno

#### Kultura, mýtus a symbol

Osika je známá na celém světě a díky svému „septajícímu“ listí si lidé často pletou se svým topolovým příbuzným. Osika je posvátný strom a někteří tvrdí, že její neustálé chvění může být vykládáno jako respekt z hluboké pocty, které se jí dostalo za podpírání Ježíšova těla v jeho agónii při ukřižování. Dřevo bylo totiž použito při ukřižování Krista. (pravděpodobněji, než z černého bezu (viz kapitola 3.2.1 str. 20). Různé národy do kmenu vyrývali symboly a zaznamenávali různé události. Mnoho se ale nedochovalo, protože průměrná délka osiky je 100 let. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Severoameričtí indiáni se ve zlých časech živili osikovým lýkem, touto pochoutkou bobrů. Osikové dřevo se dřív užívalo v cihelnách při pálení cihel, neboť rychle hořelo a propůjčovalo cihlám delší životnost. Osika byla prvním stromem, který vyrost ve vypálené Moskvě po Napoleonově tažení v roce 1812. (Váňa, 2006)

## **Osika podle Keltů**

Věřilo se, že magický sloupek z osiky, vsazený do země poblíž hrobu je dostatečnou zárukou toho, že mrtvé tělo svůj podzemní příbytek neopustí. Když se v irské lidové tradici objevila v nějakém příběhu osika, byla předzvěstí smrti. (Hopman, 2008)

Se svými věčně se chvějícími listy je nazýván Keltů za magický „ženský“ strom. Jeho waleské jméno znamená „strom jmelí“, protože se na něm tato cizopasná rostlina uchytlí častěji, než na jiných stromech. Spolu s olší, vrbou a černým bezem je jedním ze stromů čarodějnic a mrtvých. Keltové pravděpodobně znali tisíce účinky osikové masti a používali usušenou a rozdrcenou vnitřní dužinu jako obvaz na zranění. (Storl, 2000)

V keltských tradováním se osika zjevuje jako strom, z něhož byly vyráběny štíty do bitev. Dřevo bylo měkké, ale jejich psychická ochrana, zvyšující vnitřní sílu a důvěru válečníka v sebe sama, byla pravděpodobně tím důvodem, proč byla bojovným štítům z osikového dřeva dáována přednost dokonce i před štíty z tvrdých dřevin. (Hageneder, 1999)

## **Obsažené látky**

Kyselina salicylová, flavonoidy, v pupenech silice; působí mírně proti zánětům, snižují horečku, uvolňují bolest. Pupeny mají též antibakteriální účinek. (Alberts et al., 2004)

## **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Ve staré Číně používali osiku jako prostředek proti tasemnici. Sibiřané pili odvar z vnitřní kůry, aby doplnili vzácný vitamin C a ochránili se před kurdějemi. (Váňa, 2006)

Její kůra a usušené listy se upotřebí v bylinkářství jako uklidňující a protizánětlivý lék, diuretikum, lék proti horečce. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Léčivé účinky topolu byly známy již dávno, naši předci popáleniny potírali vodou. Kůra v Evropě byla tradičně používaná k přípravě stimulačního tonika, proti slabosti a pro své stahující účinky též proti průjmům. Kmen severních Černonožců používal přípravky z osiky k úlevě od pálení žáhy, zatímco Belakulové s ním léčili kapavku a Irokézové s její pomocí vyhánějí střevní parazity. (Hageneder, 2005)

Dnešní medicína využívá dezinfekčních, chladičích, spasmolytických účinků topolových pupenů. Mast z nich se aplikuje při bolesti svalů a bederní páteře, při zánětech, popáleninách hemeroidů. Z topolových jehnědů se připravuje čaj proti nechutenství,

revmatismu, artritidě a onemocnění prostaty (účinná látka snižuje hladinu kyseliny močové v krvi, čímž nutí ledviny k jejímu vylučování a zmírňuje tak obtíže při chronické artritidě a revmatismu). Z jehněd se také připravuje víno, které pomáhá při bronchitidě, zánětu močového měchýře a proti pomočování a navíc posiluje vyčerpaný organismus. (Váňa, 2006)

Odborně získávané přísady tremulacin, salycyltremulodin a salicin jsou součástí několika patentovaných přípravků na chronické poruchy prostaty a močového měchýře. (Farmer-Knowlesová, 2010)

V Bachově květové terapii se používá k léčbě „neurčitého strachu neznámého původu“, úzkosti a obavy. (Conway, 2005)

### 3.2.17 Tis

Tis červený – *Taxus baccata*

Čeleď: Tisovité – *Taxaceae*

Lidové názvy: fajna jedla, pušpan, keř jahodový

Keltské jméno a ogam: Idad



Stálezelený strom nebo keř s pomalým růstem.

Bez pryskyřice, až 20 m vysoký, často nízký a nepravidelný kmen. Jehlicové listy až 3 cm dlouhé, 2-2,5 mm široké, odstávající ve dvou řadách, leskle tmavozelené, vespod světleji zelené a s 2 nezřetelnými, bledě zelenými proužky. Samčí květy se objevují v březnu až v dubnu, nenápadné samičí květy v paždí listů na mladších větvích. Plodem je peckovice, dozrává v září až říjnu, obsahují tvrdá semena, obklopena šarlatově červeným míškem. (Alberts et al., 2004)



Obrázek 21 – Tis červený

Zdroj: Thómé, 1885, upraveno

#### Kultura, mýtus a symbol

Všechny části rostliny s výjimkou červeného míšku plodů jsou silně jedovaté. Způsobují zvracení, koliky a závratě, dýchání a tep se zpočátku zrychlují, později zpomalují.

Dochází ke ztrátě vědomí, kolapsu a pak nastává smrt ochrnutím oběhu a dýchání. Citlivě na tis reagují i zvířata. (Alberts et al., 2004)

Smrtící dávka pro dospělého člověka je pouhých 50 až 100 gramů nasekaných jehlic. (Hageneder, 2005)

Jejich jedovatost však byla příčinou, že pověřiví lidé mu připisovali čarodějnou a kouzelnou moc a ničili jej, zvláště v místech, kde se pásal dobytek, neboť se obávali otravy zvířat. (Váňa, 2006)

Tis často stráží mrtvé na hřbitovech a je znám svou dlouhověkostí (může žít přes 2 000 let). (Farmer-Knowlesová, 2010)

Na Britských ostrovech, zejména ve Walesu, je množství malých hřbitovů, kde je možné spatřit kruhový nebo někdy i vyvýšený terén, který byl takto upraven ještě před Keltů, s jejich pevnostmi a valy. Tato místa sahají v dějinách až k mohylám doby bronzové nebo až dokonce k neolitickým valovým pohřebištím. (Hageneder, 2005)

Tis byl nejenom symbolem smrti, ale také znovuzrození, protože z jeho kořenů vyrůstají mladé stromky. Kouř s tisového dřeva pomáhal lidem komunikovat s mrtvými. (Váňa, 2006)

Tisové dřevo sloužilo už v době kamenné k výrobě loveckých zbraní. Ve starověku a středověku byla jedovatost dobře známá a tis byl používán jako vražedný a sebevražedný prostředek. (Alberts et al., 2004)

### **Tis podle Keltů**

Keltové věřili, že tis obývají duchové našich předků a podle pohanského mýtu, který byl přenesen do severské mytologie, je to strom, na němž se pověsil Ódin, dokud nespátl na jeho větvích runy, které mu dali moudrost a cíl. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Když někdo ve Walesu v 10. století porazil posvátný tis, musel zaplatit pokutu ve výši jedné libry – mnohem víc, než si většina lidí vydělala za celý život. (Hageneder, 2005)

Dřevo tisu červeného používali keltští a germánští válečníci na výrobu luků a jiných ohýbavých výrobků, což nakonec vedlo k ústupu a vymizení tisových lesů ze západní Evropy. (Hopman, 2008)



Yggdrasil, známý strom světa Germánů, je tisem a nikoliv jasanem. Staroseverský výraz barraskr znamená „jehličnatý jasan“ a tak je označován jako stálezelený. Také jeho dřevo bylo všeobecně používaným materiálem pro vyřezávání run ogamu k tomu, aby zaznamenávali měsíční fáze nebo tradiční zákony. (Hageneder, 1999)

Keltští válečníci napouštěli smrtící šípy tisovou šťávou (odvar z listů). V keltském kruhu koloběhu života je tis zodpovědný za smrt slunce a představuje poslední krátký den před zimním slunovratem. (Storl, 2000)

### **Obsahové látky**

Alkaloidy, diterpeny (taxin) s výjimkou červeného obalu semene. Dále glykosidy, hořčiny, sacharidy, organické kyseliny, pryskyřice. (Bodlák, 2000)

### **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Odvar z jehlic se dříve používal k vyvolání potratu, také proti epilepsii a proti červům. (Alberts et al., 2004)

Ve středověku se tis aplikoval při hadích kousnutích a vzteklině, problémech s játry a žlučníkem. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Tis se používal také k léčbě plicních chorob, dny, artrózy, kožních onemocnění a chorob močového měchýře. Dnes se již v přírodním léčitelství jako takový nepoužívá. (Bodlák, 2000)

Látka taxol, jenž způsobuje ochrnutí srdečního svalu a stažení dělohy se v konvenční medicíně používá k léčbě rakoviny, a to především rakoviny vaječníků a prsu. Poptávka po taxolu vedla k jeho nehospodárné těžbě, která měla za následek ohrožení těchto druhů v přírodě. Nyní se získává taxol z jehlic, taxol produkují i jiné druhy tisů a také houba *Taxomyces andreanae*, která roste na druhu *Taxus brevifolia*. V současné době se zkoumá využití taxolu při léčbě rakoviny plic. (Conway, 2005)

Rostliny rodu *Taxus baccata* jsou již dlouho zájmem studií při léčbě některých typů rakoviny a studií nových činidel s protinádorovým potenciálem. Tato rostlina má některé komponenty s alkaloidovou strukturou (taxol) Tyto alkaloidy dokážou přerušit mitózu a stabilizují tak tvorbu mikrotubulů. Mikrotubuly jsou klíče pro dělení buněk. V důsledku toho, se stávají mikrotubuly nefunkční. Bylo zjištěno, že extrakt z *Taxus baccata* významně inhibuje aktivitu jak v nádorových žaludečních tak středních tkáních. Předpokládá se, že

kromě těchto nádorových onemocnění přispívá i k léčbě dalších druhů rakoviny. (Durak et al., 2014)

Dnes se vědci snaží vyrobit lék syntetický, aby byl dostupný všem nemocným. Dosavadní příprava taxolu z jehlic je poměrně ekonomicky náročná. (Bodlák, 2000)

### 3.2.18 Trnka

Trnka obecná – *Prunus spinosa*

Čeleď: Růžovité – *Rosaceae*

Lidové názvy: slivka, slivoň trnitá

Keltské jméno a ogam: Straif



Opadavý, 3-10 m vysoký keř nebo strom s ploše rozloženou korunou. Kůra hnědá, větve s pichlavými špičkami (stonek přeměněný v trny), větvení většinou v pravém úhlu. Listy elipticky vejčité, pilovité, tmavozelené. Květy hlavně jednotlivé, bílé, hustě uspořádané podél větví, objevují se od března do dubna před vyrašením listů. Peckovice modročerná, ojíněná, drží se na keři do zimy, má málo dužniny a velká pecka se od ní neuvolňuje. (Alberts et al., 2004)



Obrázek 22 – Trnka obecná

Zdroj: Thómé, 1885, upraveno

V Persii vyšlechtili z trnky s nepříjemně chutnajícími plody chutnou švestku. (Váňa, 2006)

#### Kultura, mýtus a symbol

Plody trnky se tradičně v Evropě využívaly na ochucování likérů, například ginu nebo portského. (Hageneder, 2005)

Vonné bílé květy trnky a naproti tomu její tmavé, ostnaté větve, symbolizují obecné téma světla a temnoty, s nímž byla tato rostlina spojována od nepaměti. Ve starých šamanských společnostech převládal pohled na svět, ve kterém měly svou hodnotu obě

stránky dualistických protikladů, jako život a smrt, světlo a temnota, tělo a mysl a tak dále. Trnka byla strážkyní rovnováhy mezi nimi. (Hageneder, 2005)

### **Trnka podle Keltů**

Používala se jednak ke stavění pevných a odolných plotů, které sloužily jako ochranný štít či bariéra, chránící obyvatelé před cizí újmou. Byla také obávanou zbraní, která způsobovala druhým krvavé rány. (Hopman, 2008)

Trnka byla pro Keltů především stromem víl. Ostrovní Keltové se stromu spíše báli. Na britských ostrovech nevysloví o trnce téměř nikdo nic dobrého. Dřevo stromu, který je zaslíbený neštěstí, prý slouží čarodějnicím jako poutnická hůl a působí potraty. Válečníci vyráběli své smrtící kyje z trnkového dřeva, které se tak stalo symbolem bitvy. (Storl, 2000)

### **Obsažené látky**

Květy: sacharidy, minerální látky, flavonoidy (například hyperosid – slabě projímavý, potopudný močopudný účinek). (Alberts et al., 2004)

Plody: organické kyseliny, cukr, barviva, třísloviny, vitamin C. (Alberts et al., 2004)

### **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Květové flavonoidy dávají droze poměrně výrazný močopudný účinek. Kromě toho pomáhají organismu zbavit se přebytečného sodíku, což působí šetrně na ledviny a přispívá ke snížení krevního tlaku, zejména její spodní hodnoty, která se často váže na sníženou funkci ledvin. Snižují také propustnost krevních vlásečnic a mírní zánětlivé reakce v cévách. Působí též lehce projímavě a zlepšují látkovou výměnu. Plody mají účinky protiprůjmové a tlumí nadýmání. (Janča a kol., 1996)

V lidovém léčitelství je trnkový plod využíván různě; při rekonvalescenci, vyčerpání a únavě, vyrážkách a kožních poruchách. Čaj z plodů a květů trnky v kombinaci s extraktem z kůry pálené švestky se také podávají při křečích, nadýmání a špatném trávení a slouží jako obklad na rány. V současné době se také používá extrakt z květů jako zvláčňující přípravek na pokožku. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Tmavě modré plody posilují organismus, což je významné zejména v chřipkových obdobích. Trnkový sirup či povidla pomáhají při průjmu a zvracení. Při krvácení dásní se kloktá zředěná trnková šťáva rozmíchaná ve vodě. (Váňa, 2006)

Čaj z květů stimuluje chuť k jídlu, čistí krev a játra od toxinů a tím současně čistí pleť. Pomáhá při rozpouštění edémů a kamenů. (Hopman, 2008)

Hodnocení antioxidačních účinků plodů *Prunus spinosa* ukázalo velký obsah vitamínu C, fenolů, byl charakterizován vysoký obsah antokyanů a fenolických kyselin. Plody *P. spinosa* by měly být považovány za nové zdroje bezpečných a levných antioxidantů. (Ruiz-Rodríguez, 2014)

Trnka se běžně používá v potravinářském průmyslu a fytoterapii. Plody ovocného extraktu vykazují vysoký obsah fenolických látek a tudíž vysokou antioxidační aktivitu, a může být použit jako antioxidant v potravinářském a farmaceutickém průmyslu. (Veličkovič, 2014)

## Vinná réva

Réva vinná – *Vitis vinifera*

Čeleď: Révovité – *Vitaceae*

Lidové názvy: pro různé odrůdy jiné

Keltské jméno a ogam: Muin



Vytrvalá rostlina s úponkami; roste keřovitě nebo se pne při silných stromech až do koruny. Listy střídavé, v obrysu srdčité, s 5 laloky, velké, na podzim žluté nebo červené. Květy od června do července, souměrné, oboupohlavné, s 5 zelenými korunními lístky a s 5 tyčinkami. Bobule zelené, žluté nebo modré, z části ojíněné, šťavnaté, v hroznech. Pěstuje se velké množství kulturních odrůd. (Alberts et al., 2004)



Obrázek 23 – Réva vinná

Zdroj: Thómé, 1885, upraveno

## **Kultura, mýtus a symbol**

Réva patří k nejstarším kulturním rostlinám; pěstování je doložené již v době 3500 před n. l. Vinaři znali nálevy a kašovitě zábaly z listů proti otékání a bolestem nohou dlouho předtím, než se na trhu objevily první léky z listů révy. (Alberts et al., 2004)

Od té doby, co lidé poprvé sešlapali hrozny, aby z nich udělali víno, se tento alkoholický nápoj používal při náboženských obřadech a při slavnostech, které se konají v mnoha kulturách po celém světě. Nejstarší archeologický důkaz o výrobě vína pochází z doby před zhruba 8 500 lety z nalezišť v Gruzii, Íránu a bývalé provincii Makedonie, která ležela na území dnešního Řecka. Vinná réva je proslulá svou univerzálností. Vyrábí se z ní víno a grappa (italská pálenka z vína), jí se jako ovoce, syrová nebo sušená, také se vyrábějí džemy, oleje z vinných semínek, sirup nebo mošt. (Farmer-Knowlesová, 2010)

## **Réva podle Keltů**

Víno se stalo typickou součástí keltského života kolem roku 600 před n. l. a bylo typickým rituálním a prestižním nápojem po celou dobu pohanské železné éry. Na tento zvyk později navázali křesťané. Pro Kelty bylo víno významným nápojem hlavně při duchovních slavnostech a k uctění zesnulých. V galských hrobech bylo spolu s jinými předměty nalezeno také velké množství amfor s vínem. (Hopman, 2008)

Réva je představitelem úsilí a porážky. Témata vína, úsilí, porážky, posvátného nápoje a hodokvasu se sbíhají v indoevropském pojetí mystické oběti, která obrozuje svět. (Hopman, 2008)

## **Obsažené látky**

Listy: cukry, třísloviny, karotin, organické kyseliny.

Bobule: vitaminy B, C, mangan, draslík, antioxidační flavonoidy, organické kyseliny, cukr, antokyany, barviva. (Janča a kol., 1996)

Slupky a extrakt semínek: polyfenoly – jsou vysoce ochranné a zdraví prospěšné. Kromě jiných vlivů mají polyfenoly potenciál snižovat riziko Alzheimerovy choroby.

Prokyanidiny a saponiny – pomáhají chránit a redukovat krevní tlak a chránit před tvrdnutím cév. (Farmer-Knowlesová, 2010)

## **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Vinná réva jako ovoce a hlavně jako víno, je součástí „zdravé diety“, která může vysvětlovat tzv. Francouzský paradox – fakt, že Francouzi netrpí srdečními problémy, přestože jejich strava představuje množství tuků. Ve svých různých formách jsou hrozně vysoce antioxidantní, antikarcinogenní a intenzivně podporují srdeční činnost. Obecně jsou známy prospěšné účinky alkoholu v přiměřeném množství, mimo jiné například zlepšení průtoku krve a zmenšení rizika tvorby krevních sraženin, a tím tvorby trombózy. Výzkumy ukázaly, že zvláště červené víno může člověka chránit před mrtvicí, snižovat cholesterol, působit jako prevence rakoviny slinivky břišní. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Plody vinné révy působí močopudně, žlučopudně a mírně projímavě. Je známo užití jejich plodů jako posilujícího prostředku. Snižují kyselost žaludečních šťáv, zlepšují a urychlují látkovou výměnu, příznivě ovlivňují tvorbu červených krvinek, pomáhají léčit chronické záněty průdušek a ledvin. Rozdrcené čerstvé listy je vhodné přikládat na rány. (Janča a kol., 1996)

Vinné listy se kdysi vařily s ječnou moukou a přikládaly se jako obklad na zapálené rány. Sušené rozinky jedli už Keltové při kašli. Popel se používal na bělení zubů. Šťáva z červených hroznů má bohatý obsah železa a antioxidantů a pomáhá čistit krev. Při léčení rakoviny a různých chronických nemocí se také doporučoval hroznový púst. (Hopman, 2008)

### 3.2.19 Vrba

Vrba bílá – *Salix alba*

Čeleď: Vrbovité – *Salicaceae*

Lidové názvy: rokyta, vetla, bělice

Keltské jméno a ogam: Salle



V přírodě se setkáváme s vrbou v podobě statného stromu, často však i v podobě křovité. Dorůstá výšky až 20 metrů a má rozpraskanou borku. Koruna je silně rozvětvená s většinou s přímými větvemi. Listy jsou řapíkaté, kopinaté, na obou koncích zúžené, na spodní straně plstnaté, na vrchní straně v mládí též plstnaté, později olysalé. Kvete v dubnu až květnu. Květy jsou dvojdomé, vzpřímené tenké jehnědy. Plody jsou lysé tobolky, které obsahují černá semena. (Bodlák, 2000)



Obrázek 24 – Vrba bílá

Zdroj: Thómé, 1885, upraveno

#### Kultura, mýtus a symbol

Vrbovou kůru jako prostředek proti bolestem a horečce používali léčitelé již v dobách antiky. Vrbová kůra je dobře známa jako zdroj acetylsalicylové kyseliny (aspirinu) a stejně jako aspirin působí protizánětlivě. Nemá však vedlejší účinky, které u aspirinu způsobují krvácení žaludku. Vrba neobsahuje úplně stejné látky jako aspirin, obsahuje však salicin, který je metabolickými procesy v organismu přeměněn na salicylovou kyselinu, která působí protizánětlivě. Jeho množství ve stromu je příliš nízké, aby tedy mohl být považován za přímou náhražku aspirinu (Conway, 2005)

V kůře, která se sklízí na jaře, se nachází hlavní účinná látka salicin v množství 7%. (Böhming, 1993)

Vrba byla vždy uctívaným stromem. Byla symbolem smutku, ale také obnovy víry ve znovuzrození. Také symbolizovala moudrost, inspiraci a schopnost nazírání do budoucnosti. Byla také považována za strážce, neboť chránila před zlými vlivy. (Bodlák, 2005)

Schopnost vrby vyrůst z ořezaných nebo pořezaných stromů si vysloužila přezdívku „nesmrtelný strom“. Listy a kůra vrby byly zmíněny ve starověkých asyrských, sumerských a egyptských textech v souvislosti s léčením bolesti a horečky. (Farmer-Knowlesová, 2010)

Byla posvátným stromem severoamerických indiánů, protože jim ukazovala, kde najdou vodu. Z vrbového dřeva se vyráběly rámy štítů, sněžnice, košíky, zatímco z kůry a bizoního tuku rituální dýmky. (Váňa, 2006)

### **Vrba podle Keltů**

Kvůli spirituálním, jasnovideckým a vědomí povzbuzujícím účinkům jí Keltové říkali „strom kouzel a tajemství“ (Farmer-Knowlesová, 2010)

Vrba je především velmi jemná léčitelka. Na keltském území je vrba spojována s neéteričtějším hudebním nástrojem, harfou, a s jemnou duší básníků. Žehnutí vrby byl jeden z keltských obřadů. Při svátku Lughnasad (slaví se prvního srpna a oslavuje první plody žní) se vědra s mlékem oplétala stuhami, květinami a vrbovými větvíčkami. Vrba se věšela přes krby, aby jim požehnala a zajistila zdraví dobytka. (Hopman, 2008)

Překvapivě jsou všechny předměty, které jsou vyráběny z vrby, schránkami a nádobami. Dutá tělesa tu jsou k tomu, aby pomáhala, absorbovala a v symbolickém jazyku je právě toto archetypickou vlastností ženského principu. U keltské harfy je to duté ozvučené těleso. (Hageneder, 1999)

Archeologické nálezy potvrzují, že se vrbové dřevě ke stavbě harf používalo. Také to dokazuje, že vrba byla odedávna spojována s Lunou a ženským prvkem. (Hageneder, 2005)

### **Obsahové látky**

Flavonoidy, fenolické glykosidy včetně salicinu a esterů salicylové kyseliny, taniny. (Conway, 2005)

### **Použití v lidovém léčitelství a medicíně**

Vnitřně i vně se užívá formou odvaru. Vnitřně ke snížení horečky, ke zmírnění bolesti, k posílení nervů, proti nespavosti, proti revmatismu, revmatické horečce, při kloubních potížích a proti průjmům. Snižuje srážlivost krve a zabraňuje také ucívání



cév trombem. Zevně se používá proti kožní plísni a proti pocení nohou. Na špatně hojící rány se aplikuje koupel z odvaru. (Bodlák, 2005)

Antiseptické a svíravé účinky drogy lze využít i zevně, zvláště při hnisavých kožních defektech a vyrážkách. (Janča a kol., 1996)

Přípravky z vrby mají užitečnou a mírnou schopnost ulevit od bolesti svalů a kloubů a pomáhají snižovat horečku. (Conway, 2005)

Ve středověku se droga používala k léčení průjmů a k uklidňujícím koupelím. Později byly zjištěny i protirevmatické účinky. (Richter, 1971)

Blahodárně kúra vrby působí i na pleť s rozšířenými póry a se sklonem k tvorbě vřidků. Čerstvé vrbové listy se kladou na místa postižená dnou a revmatismem. (Váňa, 2006)

## 4. Závěr

Tato bakalářská práce kompletuje dostupné informace o využívání nejznámějších a nepoužívanějších druhů dřevin v lidovém léčitelství. Nachází shody jak ve využívání dřevin pro léčebné využití, tak shody v různých tradicích a kulturách. Popisuje keltský odkaz dnešku a stanovuje tak souvislosti ve využití stromů v moderním lidovém léčitelství.

U vybraných dvaceti stromů, které byly vybrány podle, důležitosti jak v mytologii Keltů, tak v dnešní moderní době, se ukazuje, že historické mezníky v duchovním a historickém významu v různých kulturách jsou shodné.

Použití bylinné léčby u jednotlivých kultur byly shodné.

Byly hledány a porovnávány obsahové látky s vědeckými články. Nalezeny byly u těchto tří stromů: *Betula pendula*, *Taxus baccata* a *Prunus spinosa* a stávající informace jimi byly doplněny. Toto ukazuje na vědecké účinnosti jednotlivých rostlin.

Jsou nabízeny možnosti využití stromů v dnešním léčitelství a jsou představeny způsoby jejich konkrétních využití. Možnosti lidového léčitelství se zabývají i vniknutím do medicíny a nahrazení některých léčiv přírodní léčbou, nebo prevencí.

Práce by měla poukázat na možnost spojení lidového léčitelství a moderní medicíny. Lidovou medicínu jako prevenci, či doléčení symptomů a moderní medicínu jako hlavní lék.

Cíl práce byl splněn.

## 5. Seznam cizích slov a odborných termínů

Dohledáno a citováno ze stránek <http://slovník-cizich-slov.abz.cz/>

**Afrodiziakum** – látka nebo prostředek zvyšující pohlavní touhu, výkonnost

**Alergotropní látky** – látky, které způsobují zvýšenou přecitlivělost těla

**Analgetikum** – látka snižující vnímání bolesti, ale neodstraňující její příčinu; nepotlačuje bdělost nemocného

**Anémie** – chudokrevnost

**Antibiotika** – látky působící proti mikroorganismům

**Antikarcinogenní látky** – látky zabraňující vzniku rakoviny

**Antiseptický** – zamezující nákaze mikroby; protihnilobný

**Antisklerotikum** – látka, zabraňující ztvrdnutí tkáně, např. mozku, stěn cév

**Arterioskleróza** – skupina onemocnění charakterizovaná ztvrdnutím tepenné stěny a zúžením průsvitů cév

**Artritida** – zánět kloubů obvykle bakteriálního původu

**Bronchitida** – akutní nebo chronické zánětlivé onemocnění sliznice průdušek

**Celiakie** – onemocnění způsobující poruchu střevního vstřebávání. Jeho podstatou je nesnášenlivost glutenu (lepku, bílkoviny obsažené v obilí) zřejmě na imunologickém podkladě

**Celulitida** – zánět buněčné tkáně, např. podkožní

**Cirhosa** – svraštění a zatvrdnutí orgánu při tvorbě nového vaziva, např. c. jater

**Cystitida** – zánět močového měchýře

**Demineralizace** – odstranění rozpuštěných minerálních látek z tekutiny; úbytek minerálních solí ve tkáních

**Dermatitida** – zánětlivé onemocnění pokožky

**Detoxikace** – odstranění jedovatosti, jedovatých látek

**Diuretikum** – močopudný prostředek

**Edativa** – Látky, které navozují pocit klidu, omezují vzrušivost a snižují napětí

**Emetikum** – lék vyvolávající zvracení

**Enzymy** – složitá chemická látka bílkovinné povahy působící jako katalyzátor biochemických reakcí, ferment

**Flobafeny** – sedimenty anthokyanů

**Fungicidní** – ničící parazitní houby a plísně

**Gynekologie** – ženské lékařství, obor zabývající se prevencí, diagnostikou a léčbou funkčních nebo organických poruch reprodukčních orgánů ženy

**Hysterie** – je neurotická porucha, kterou charakterizuje citová labilita a sebestřednost se sklonem k teatrálnímu chování a afektům

**Hypofunkce** – snížená, nedostatečná činnost

**Hypotonikum** – prostředek, látka snižující krevní tlak

**Infekce** – nákaza

**Inhibice** – překážka, zábrana, zpomalení některých procesů v organismu

**Kolagen** – jednoduchá bílkovina obsažená v kůži, šlachách, ve vazivu

**Kontraindikace** – okolnost nebo stav pacienta vylučující některé léčebné postupy, výkony, užívání některých léků

**Peristaltika** – rytmické smršťování svalstva trávicího ústrojí

**Revmatismus** – revmatické choroby, postižení pohybového ústrojí (kloubů, svalů) provázené bolestivostí a poruchami funkce, revma

**Rezistence** – odolnost, schopnost vzdorovat

**Spasmolytikum** – látka, lék uvolňující křeče

**Stafylokok** – kokovitá bakterie sdružující se do hroznovitých útvarů, původce většiny kožních a slizničních onemocnění, např. zánětu mandlí

**Tanin** – organická sloučenina (ester odvozený od glukózy), obsažená např. v listech čaje, součást tříslovin

**Xylitol** – dřevný cukr; březový cukr; sladidlo ze skupiny alkoholických cukrů, ve vyšších dávkách může mít laxativní (projímavý) efekt

## 6. Seznam použité literatury

**Alberts, A; Mullen, P; Spohn, M.** *Die Baum und Strauchapotheke.* Stuttgart : Kosmos, 2004. p. 247. ISBN 80-7306-230-5.

**Bodlák, J.** *Byliny v léčitelství, v kosmetice a v kuchyni.* Olomouc : Poznání, 2005. 295 s.. ISBN 80-86606-40-6.

**Bodlák, J.** *Stromy a jejich léčivá moc.* Praha : Volvox Globator, 2000. 183 s. ISBN 80-7207-319-2.

**Böhming, U.** *Přírodní léčitelství v domácí praxi.* Olomouc : Knižní klub, 1993. s 287. ISBN 80-85634-27-9.

**Bramness, L.** *The Complete Book of Herbs.* London : Dorling Kindersley Limited, 1988. p. 286. ISBN 80-7321-091-6.

**Conway, P.** *Stromy, které léčí.* Praha : TRITON, 2005. 373 s. ISBN 80-7254-609-0.

**Dugas, D.** *500 nejlepších receptů lidové medicíny.* Ostrava : Knižní expres, 2007. 303 s. ISBN 978-80-7347-036-4.

**Farmer-Knowlesová, H.** *The Healing Plants Bible.* London : Godsfield Press, 2010. p. 400. ISBN 978-80-7359-270-7.

**Hageneder, F.** *Geist der Bäume.* Saarbrücken : Neue Erde Verlag, 1999. p. 429. ISBN 80-7336-083-7.

**Hageneder, F.** *The living wisdom of trees.* London : Ducan Baird Publishers, 2005. p. 224. ISBN 978-80-242-3520-2.

**Hopman, E.** *A Druid's Herbal of Sacred Tree Medicine.* Massachusetts : Pendraig publishing, 2008. p. 239. ISBN 978-80-7336-532-5.

**Horáček, P.** *Encyklopedie listnatých stromů a keřů.* Brno : Computer Press, 2007. 748 s. ISBN 80-251-1708-8.

**Janča, J; Zentrich, J.A.** *Herbář léčivých rostlin (1).* Praha : Eminent, 1994. 228 s. ISBN 80-85876-02-7.

**Janča, J; Zentrich, J.A.** *Herbář léčivých rostlin (2).* Praha : Eminent, 1995. 228 s. ISBN 80-85876-04-3.

- Janča, J; Zentrich, J.A.** . *Herbář léčivých rostlin (3)*. Praha : Eminent, 1995. 228 s  
ISBN 80-85876-14-0.
- Janča, J; Zentrich, J.A.** *Herbář léčivých rostlin (4)*. Praha : Eminent, 1996. 228 s  
ISBN 80-85876-20-5.
- Janča, J; Zentrich, J.A.** *Herbář léčivých rostlin (5)*. Praha : Eminent, 1996. 224 s  
ISBN 80-85876-32-9.
- Jonáš, J; Kuchař, J.** *Svět přírodních antibiotik*. Praha : Eminent, 2014. 350 s.  
ISBN 978-80-7281-479-4.
- Kalač, P.** *Organická chemie přírodních látek a kontaminátů*. České Budějovice :  
Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zemědělská fakulta, 2001. 89 s.  
ISBN 80-7040-520-1.
- Renke-Graves, R.** *Die Weisse Göttin*. Reimberk, Hamburg : Rowohlt, 1985. p. 230.  
ISBN 978-3-499-55416.
- Richter, M; Severa, F.** *Léčivé rostliny*. Praha : Státní zemědělské nakladatelství,  
1971. 326.s. ISBN 07-031-71-04/38.
- Storl, W.** *Kräterkunde*. Braunschweig : Aurum, 1996. p. 223. ISBN 3-591-08344-5
- Storl, W.** *Pflanzen der Kelten*. Aarau,Schweiz : AT Verlag, 2000. p 339.  
ISBN 80-7207-557-8.
- Šiška, V.** *Keltské horoskopy: stromy říkají více než hvězdy: tradice, pověsti a báje*.  
Praha: X-Egem, 1998, 161 s. ISBN 80-719-9027-2.
- Thomé, O.W.** *Flora von Deutschland, Österreich und der Schweiz*. Gera, Germany ,  
1885.p. 724.
- Váňa, P.** *Léčivé stromy a keře podle bylináře Pavla 1*. Český Těšín : Eminent, 2006.  
153 s. ISBN 80-7281-224-6.
- Váňa, P.** *Léčivé stromy a keře podle bylináře Pavla 2*. Český Těšín : Eminent, 2006.  
310 s. ISBN 80-7281-268-8.
- Váňa, P.** *Rady bylináře Pavla*. Praha : ÁKA, 1991. 122 s. ISBN 80-900298-0-9.
- Vermeulen, N.** *Encyklopedie bylin a koření*: Rebo Productions, Čestlice, 2004. 319  
s. ISBN 80-7234-169-3.

**Zentrich, J. A.** *Byliny v prevenci*. Olomouc : Fontána, 1991. 331 s.  
ISBN 80-900205-O-X.

## 6.1 Internetové zdroje

**Kolektiv**, Slovník cizích slov. [Online] 2015. [Citace: 12. 04 2015.] Dostupné z <<http://slovník-cizich-slov.abz.cz/>>.

**Rastogi, S; Pandey, M.M; Rawat, A.K.S.** Medicinal plants of the genus *Betula*-Traditional uses and a phytochemical-pharmacological review. *Web of Science*. [Online] 15. 1 2015. [Citace: 12. 4 2015.] Dostupné z <[http://apps.webofknowledge.com.infozdroje.czu.cz/full\\_record.do?product=UA&search\\_mode=MarkedList&qid=25&SID=X2mYgd5Cd9K7mwcFeYN&page=1&doc=1&colName=WOS](http://apps.webofknowledge.com.infozdroje.czu.cz/full_record.do?product=UA&search_mode=MarkedList&qid=25&SID=X2mYgd5Cd9K7mwcFeYN&page=1&doc=1&colName=WOS)>. ISSN: 0378-8741> .

**Durak, Z. E; Buber, S.; Devrim, E; Kocaoglu, H; Durak, I.** Aqueous extract from *taxus baccata* inhibits adenosine deaminase activity significantly in cancerous and noncancerous human gastric and colon tissues. *Web of Science*. [Online] 2014 [Citace: 13. 4. 2015.] Dostupné z <[http://apps.webofknowledge.com.infozdroje.czu.cz/full\\_record.do?product=UA&search\\_mode=GeneralSearch&qid=14&SID=N19ZOfTfTBCjed7MBCJW&page=1&doc=3](http://apps.webofknowledge.com.infozdroje.czu.cz/full_record.do?product=UA&search_mode=GeneralSearch&qid=14&SID=N19ZOfTfTBCjed7MBCJW&page=1&doc=3)>

**Veličković J. M; Kostić Danijela A; Stojanović G. S; Mitić S., Mitić M. N; Randelović S.** Phenolic composition, antioxidant and antimicrobial activity of the extracts from *Prunus spinosa* L. fruit *Web of Science*. [Online] 2014. [Citace: 14. 4. 2015.] Dostupné z <[http://apps.webofknowledge.com.infozdroje.czu.cz/full\\_record.do?product=UA&search\\_mode=MarkedList&qid=30&SID=Y1JghAm2ymbQLRFKQlo&page=1&doc=1&colName=WOS](http://apps.webofknowledge.com.infozdroje.czu.cz/full_record.do?product=UA&search_mode=MarkedList&qid=30&SID=Y1JghAm2ymbQLRFKQlo&page=1&doc=1&colName=WOS)>

**Ruiz-Rodríguez, R; de Ancos, B; Sánchez-Moreno, C; Fernández-Ruiz, R; de Cortes, M; Sánchez-Mata; Cámara, M.** Wild blackthorn (*Prunus spinosa* L.) and hawthorn (*Crataegus monogyna* Jacq.) fruits as valuable sources of antioxidants *Web of Science*. [Online] 2014. [Citace: 14. 4. 2015.] Dostupné z <[http://apps.webofknowledge.com.infozdroje.czu.cz/full\\_record.do?product=UA&search\\_mode=MarkedList&qid=28&SID=Y1JghAm2ymbQLRFKQlo&page=1&doc=2&colName=WOS](http://apps.webofknowledge.com.infozdroje.czu.cz/full_record.do?product=UA&search_mode=MarkedList&qid=28&SID=Y1JghAm2ymbQLRFKQlo&page=1&doc=2&colName=WOS)>



## 7. Seznam příloh

### Seznam obrázků v textu

Obrázek 1 – Keltský koloběh roku .....	19
Obrázek 2 – Vertikální způsob zapsání ogamu .....	21
Obrázek 3 – Horizontální způsob zapsání ogamu .....	21
Obrázek 4 – Iluminovaný rukopis s vyobrazením vlka Fanrira a Stromu světa Yggdrasil ze severské mytologie .....	23
Obrázek 5 – Bez černý.....	24
Obrázek 6 – Borovice černá .....	27
Obrázek 7 – Břečťan popínavý.....	29
Obrázek 8 – Bříza bělokorá .....	32
Obrázek 9 – Buk lesní .....	35
Obrázek 10 – Cesmína ostrolistá.....	37
Obrázek 11 – Dub letní.....	39
Obrázek 12 – Hloh obecný .....	42
Obrázek 13 – Jabloň domácí .....	44
Obrázek 14 – Jasan ztepilý .....	47
Obrázek 15 – Jedle bělokorá .....	49
Obrázek 16 – Jeřáb ptačí .....	51
Obrázek 17 – Lípa srdčitá.....	53
Obrázek 18 – Líska obecná .....	56
Obrázek 19 – Olše lepkavá.....	59
Obrázek 20 – Topol osika.....	61
Obrázek 21 – Tis červený.....	63
Obrázek 22 – Trnka obecná.....	66
Obrázek 23 – Réva vinná.....	68
Obrázek 24 – Vrba bílá.....	71