



ISSN 1814-4764



9 771814 476008

КОРМОВА БАЗА

МЕДОНОСИ І ПИЛКОНОСИ – ЦІЛИТЕЛІ З ДЕНДРОПАРКУ ДОКТОРА А. І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «ПЕРЕМОГА»

ЦІЛЮЩІ ЯГІДНІ ДЕРЕВА ТА КУЩІ – МЕДОНОСИ І ПИЛКОНОСИ КАЛИНА ЗВИЧАЙНА

Добрий медозбір залежить від багатой кормової бази з різноманітних природних і культивованих медоносів.

Радимо кожному бджоляреві на своїх земельних ділянках виростити «килим пасічника» з медоносів – трав, кущів, ліан і дерев, які квітнуть у різні терміни упродовж пасічницького сезону та можуть забезпечити бджолині сім'ї кормами.

У цій статті ви дізнаєтеся про корисні якості калини.

Калина звичайна (*Viburnum opulus L.*) – декоративний гіллястий кущ з родини адоксових (раніше належала до родини жимолостевих), зимостійкий і тіньовитривалий, масово використовується для формування квітучих садочків, а нашими однодумцями поширюється солодка калина при формуванні рекомендованого нами «Килиму пасічника». Росте він висотою 2–4 м, розповсюджений по всій Україні, особливо у вологих місцях. Дикорослі кущі часто зустрічаються на узліссях змішаних і листяних лісів, на заплавах річок, у заболочених лісах, болотах та вологих луках. У Карпатах зустрічається в зріджених грабових і букових лісах.

Калина має сірі та сіро-зелені гладкі гілки, листки черешкові 3–5 лопатеві з великими зубцями. Суцвіття плоске, щіткоподібне і закруглене. Квітки правильні, крайові великі і безплідні з недорозвинутими тичинками і маточками утворюють красивий колесоподібний білий віно-

чок навколо групки дрібненьких двостатевих квіточок. Суцвіття квіток рано-вранці та пізнього вечора має приємний аромат, який приваблює бджіл та інших комах. Плід дозріває у вересні – це кулькоподібна червона ягода-кістянка. Кісточка плоска, тверда, у формі сердечка і має забарвлення червоного ко-льору. Цвіте калина протягом тривалого часу (15–20 днів) у травні-червні. Цей кущ-деревце – гарний медонос, одне суцвіття якого виділяє до 0,3 мг цукру, медоносність досягає 15–25 кг/га. Духмяний мед цінують народні цілителі і пасічники, а бджоли використовують його для розвитку сімей з початку тривалого цвітіння калини.

У дендропарку «Перемога» с. Ходаки Коростенського району Житомирської області завдяки плідному співробітництву з Національним ботанічним садом ім. М.М. Гришка НАН України (м. Київ) активно цвіте і плодоносить калиновий сад, який відновився завдяки кореневій

ПРО АВТОРА СТАТТІ

Потопальський Анатолій Іванович запатентував понад 60 нових препаратів з протипухлинною, протівірусною та імуномодельючою дією, розробив 15 оригінальних фіточаїв на основі чистотілу, створив понад 20 нових форм, сортів і видів лікарських і сільськогосподарських рослин, 6 із яких затверджені Держсортінспекцією України й рекомендовані для широкого використання як нові сорти з високою продуктивністю і вмістом діючих речовин. Одинадцять із вказаних фіточаїв з чистотілом і десятками інших рослин, випускав до 2013 року Житомирський завод «Ліктрави» під брендом «Доктора А.І. Потопальського» (Свідоцтво на знак для товарів і послуг №109425): Ангіотуморосан, Артроуросан, Гастросан, Дермосан, Ентеросан, Імуносан, Пневмосан, Туморосан, Уросан, Холеуросан, Кардіосан. З рослин власної селекції: ехінацеї «Поліська красуня», синюхи блакитної «Поліська блакить», гарбуза «Кавбуз Здоров'яга» рекомендовані такі харчові добавки, як «Спокій», «Бадьорість», «Будьмо здорові», «Кавбузол», «Кавбусорб».



порослі після масштабної пожежі в 2015 році. Вздовж дороги Ходаки-Татарновичі (Берестовець) були посаджені саджанці солодкої калини нашої селекції. Більшість з них знищена під час ремонту і асфальтування цього відрізка дороги. Збережені куці досягають зараз висоти 5–7 м, дають багато порослі і відчутний урожай цілющих ягід. На жаль, єдині наші помічники серед молоді – учні майже 150-річної Ходаківської школи зараз зникли разом із закриттям цієї школи влітку 2022 р. Боляче і прикро відзначити автору цього нарису закриття школи, яку він закінчив із відзнакою 75 років тому. Як правило, закриття школи, пошти і медичного пункту є початком зникнення сотень сіл древнього древлянського краю, а з ними і історичних надбань українського народу. Дивіться статтю «Місто, якого нема...» від 23.04.2021 р. в інтернет-газеті «Українська правда» та фейсбук Інституту оздоровлення і відродження народів України (<https://www.facebook.com/anatoly.potopalsky/posts/pfbid02KoH8sFSqViazkbs5z8z3o8PVDK V4wpyuG6CtBDY8XNGd7zPYV 5FzzWcdAATjoExyl>).

1. КОРИСНИЙ ЕКСКУРС В ІСТОРІЮ НАРОДНОЇ ТРАДИЦІЇ, МЕДИЦИНИ І НАУКИ

Калина звичайна (*Viburnum opulus L.*) – цілющий оберіг і всенародна красуня. Калина разом з вербою, тополею та дубом належить впродовж тисячоліть до найбільш шанованих українством охоронців Батьківщини і народу, зігравши важливу об'єднуючу роль у формуванні сучасної непереможної і боголюбивої української нації.

У багатьох слов'янських народів калина вважалася символом дівочої краси, любові і щастя. Також відомо, що її вважали весільним деревом, бо її букетами прикрашали столи, весільні ко-

роваї, страви, дівочі вінки, тощо. В Україні був такий звичай: наречена перед весіллям дарувала нареченому рушник, розшитий листями та ягодами калини.

Нагадаємо шановному читачеві, які гарні віршовані строки присвятив калині наш національний пророк-поет Т.Г. Шевченко:

**Зацвіла в долині
Червона калина,
Ніби засміялась
Дівчина-дитина.
Любо, любо стало,
Пташечка зраділа
І защебетала.
Почула дівчина
І в білій свитині
З біленької хати
Вийшла погуляти
У гай на долину.
І вийшов до неї
З зеленого гаю
Козак молоденький,
Цілує, вітає.
І йдуть по долині,
І, йдучи, співають.
Як діточок двоє,
Під тую калину
Прийшли, посідали
І поцілувались.
Якого ж ми раю
У Бога благаєм?**

Сажали молодята калину після шлюбу біля майбутньої криниці перед початком будівництва власного обійстя. Таке місце знаходили обдаровані Богом знавці – так звані лозошукачі, які вміли це робити за допомогою «рогульки» з верби або калини. Не перевелись вони і тепер. Тільки в наш час ці ентузіасти засвоїли старий метод лозошукачів і працюють на вищому рівні із стандартизованими приладами для біолокації. Вони озброєні знаннями нашого земляка академіка В.І. Вернадського, засновника планетарного вчення про ноосферу.

Свій вклад у продовження цього вчення зробили академіки Ф.Я. Шипунов та В.П. Казначеев, професора Н.А. Козирев

та О.Л. Чижевський, та інші. Цікаво, що в когорті світових титулованих іменитостей було і подружжя фотографів і фізіотерапевтів С.Д. Кірліан та В.Х. Кірліан.

Всі ці дослідження незабутньої когорти вчених-ентузіастів склали підвалини вчення про енергетично-променеву побудову всесвіту та вічність кожного промовленого нашого слова, сформованої думки і кожної дії кожного з нас. Згадаймо слово з Біблії: «З початку було Слово, і Слово було в Бога, і Слово було Бог».

Завдяки Божому Провидінню моїм пацієнтом у 70-х роках минулого століття був всесвітньо відомий, але репресований більшовиками співробітник Пулковської обсерваторії, професор Н.А. Козирев. Він успішно подолав завдяки застосуванню нашої системи оздоровлення запущений рак шлунка з переходом на стравохід. Хвороба супроводжувалась частими кровотечами, але він працював по 10–12 годин на добу. Ця зустріч сприяла моему прозрінню і розумінню причин періодів наукового лихоліття і загально-державної боротьби з вірою у Бога, кібернетикою і генетикою, та усіма проявами духовності і національно-свідомого патріотизму.

Унікальні дані про калину залишили нащадкам нині покійні визнані травознаї-науковці, наші однокумці і колеги, професори Г.К. Смик та Ф.І. Мамчур, автор всесвітньо-відомого препарату «Уролесану». Ф.І. Мамчур залишив завдяки небодарного його таланту поетичний опис калини (Ф.І. Мамчур, Я.Д. Гладун «Лікарські рослини на присадибній ділянці» - Третє вид., стер.- К. «Урожай», 1993-128с.): «...Червона калина... Скільки тепла, ласки у цих звичних нашому серцю словах. Скільки пісень, легенд присвячено цій скромній рослині... Навесні вона прикрашається квітами, восени – яскраво-червоними



гнонами ягід і листям, яке поступово червоніє. Недарма й зараз у багатьох селах і містах можна побачити цю красуню...». Йому вторить кандидат сільськогосподарських наук І.П. Надточій (Надточій І.П. «Аптека вашого саду – благословенний дар Божий» - К.:КП «Ред.журн. «Дім, сад, город».2014-96с.). При нагоді допитливому читачу варто пошукати унікальну букіністичну книгу професора Г.К. Смика (Г.К. Смик «Посади калину... Розповіді про рослини» - К. «Реклама», 1978р. – 160с.), який записував найцікавіші відомості про лікувальні властивості цілющих рослин, переданих предками, у травознаїв-самородків. Він знайшов серед репресованих, уже з надломленим здоров'ям, дідусів і бабусь, які були засуджені за так зване «знахарство» і вийшли з тюрем, але зберегли незгасну віру в краще майбутнє нашого народу та його здобутків у медицині. Так від баби Уляни він записав рецепт лікування калиною ражових і трофічних виразок на шкірі, а комбінацією ягід чорниці, калини, буяхів, брусниці, журавлини, горобини і невідомої широкому загалу до того часу маленької непоказної, але надзвичайно цілющої рослини п'ятипалу (перстач білий) – важкі запущені випадки зобу. Зараз у кожній аптеці можна знайти п'ятипал і приготувати з нього настоянку або настої, а перераховані ягоди для цього комплексу збирають і реалізують поліщуки-древляни та жителі Карпат. Незважаючи на неможливість надрукувати нарис про народну цілительку бабу Уляну, єдина фотографія якої в тодішній безбожній радянській Україні була з великим хрестом на грудях, він зумів все ж таки розмістити матеріал про неї в зарубіжному журналі.

Відомі батько і син М.А. Носаль та І.М. Носаль, які в епоху жорстокої тиранії можновладців зуміли зберегти надбання предків в галузі фітотерапії і переда-

ти їх нам, їхнім нащадкам, цей багатющий капітал у кількох унікальних і багатотиражних книгах. Їх загальний тираж обчислюється сотнями тисяч, тому бажаючи книголюби можуть придбати їх через інтернет.

Надзвичайного поширення в Україні та за її межами набула відома пісня «Ой, у лузі червона калина...». Її текст удосконалюється впродовж кількох століть. А нині ця пісня впевнено звучить і на фронті, і в тилу. Виконують її відомі професійні співаки, аматори, співучі дорослі і, навіть, трьох-п'ятирічні дітки – жителі вільного українського краю та переселенці з окупованих територій.

**Ой у лузі червона калина
похилилася,
Чогось наша славна Україна
зажурилася.
А ми тую червону калину
підіймемо,
А ми нашу славну Україну,
гей-гей, розвеселимо!
А ми тую червону калину
підіймемо,
А ми нашу славну Україну,
гей-гей, розвеселимо!**

**Марширують наші добровольці
у кривавий тан,
Визволяти братів-українців
з московських кайдан.
А ми наших братів-українців
визволимо,
А ми нашу славну Україну,
гей-гей, розвеселимо!
А ми наших братів-українців
визволимо,
А ми нашу славну Україну,
гей-гей, розвеселимо!**

**Ой у полі ярої пшениці
золотистий лан,
Розпочали стрільці українські
з москалями тан,
А ми тую ярую пшеницю
ізберемо,
А ми нашу славну Україну,
гей-гей, розвеселимо!
А ми тую ярую пшеницю
ізберемо,
А ми нашу славну Україну,**

**гей-гей, розвеселимо!
Як повіє буйнесенький вітер
з широких степів,
То прославить по всій Україні
січових стрільців.
А ми тую стрілецьку славу
збережемо,
А ми нашу славну Україну,
гей-гей, розвеселимо!
А ми тую стрілецьку славу
збережемо,
А ми нашу славну Україну,
гей-гей, розвеселимо!**

2. ВИКОРИСТАННЯ

З лікувальною метою використовуються квіти, ягоди, листя і кора молодих стовбурів і товстих гілок. За корисністю калина не поступається шипшині, обліписі і чорній смородині. Вітаміну С у ній більше, ніж в лимонах майже в півтора рази, а солей заліза – в п'ять. Плоди калини містять цукри, білки, ізо-валеріанову та оцтову кислоти, дубильні і фарбувальні речовини, вітаміни С, біфлавоноїд аментофлавонол, флавоноїди: астрагалін, кверцетин, кемпферол, пеонозид та інші.

Органічні кислоти у стиглих плодах калини звичайної представлені, в основному, яблучною, лимонною, мурашиною, каприловою, валеріановою, ізо-валеріановою і хлорогеновою, є також сліди хінної, кофейної і оцтової кислот, що становлять до 3%. Зелені плоди (на відміну від стиглих) багаті також хінною і кофейною кислотами, вміст яких значно знижується при дозріванні.

Кора калини містить глікозид вибурнин, дубильні речовини, смоли, флобафен, фітостерол, мирициловий спирт, органічні кислоти (валеріанову, ізовалеріанову, мурашину, оцтову, олеїнову, каприлову, церотинову, пальмитинову, лінолеву).

Лікувальні властивості калини обумовлюють вітаміни, які містяться у ній (А, С, Р, К, Е), мікроелементи та інші корисні речовини: пектини, фітонциди,



амінокислоти, йод, магній, фосфор, залізо, калій та кальцій. Завдяки цьому, рослина має антибактеріальну та сечогінну дію. Вона застосовується як протигарячковий, потогінний, відхаркувальний, заспокійливий засіб.

Ягоди зберігають свої корисні якості в консервованому і сушеному вигляді. В харчовій промисловості та ініціативні домогосподарки з сухих ягід готують киселі, компоти, соки, додають ягоди в морс. Завдяки пектинам, можна отримати чудовий мармелад. При цьому лікувальні властивості зберігаються.

Список хвороб і нездужань, при яких рекомендується вживання цієї рослини:

- серцево-судинних;
- шлунково-кишкового тракту;
- нервової, дихальної та репродуктивної систем;
- шкірних захворюваннях.

Застосовують її при алергічних реакціях і для профілактики атеросклерозу і забудькуватості, при гінекологічних проблемах і для зняття набряку.

Калина використовується при підвищеному тиску, гарячкових станах, рекомендована при хворобах печінки, крововтратах і недокрів'ї.

У народній медицині **перетерті свіжі ягоди і відвар** з них традиційно застосовують при простуді і сильному кашлю. При виразковій хворобі шлунку, колітах і проносах – як в'яжучий і протизапальний засіб, а також при внутрішніх і носових кровотечах, як ефективний кровоспинний засіб. Розведений у 2–5 разів сік з ягід ефективний і при зовнішньому застосуванні при шкірних захворюваннях, ракових і трофічних виразках. Усім любителям калини відомі заспокійливий і легкий снотворний ефект ягід і соку калини, особливо у хворих на бронхіальну астму і гіпертонічну хворобу.

Квіти і листя калини зви-

чайної в концентрації 2 столових ложки на 0,5 л окропу використовують як жарознижуючий і антимікробний засіб. Вживають по 2–3 склянки на день.

В науковій медицині використовують **екстракт кори**, як кровоспинний засіб при маткових і носових кровотечах, а також як спазмолітичний і заспокійливий засіб у гінекологічній практиці.

Цікаво відзначити важливий ефект посилення **ягодами** калини скорочення серця, особливо при серцево-судинній недостатності. При цьому зменшуються набряки (особливо у жінок).

Кору калини разом з квітами і ягодами віддавна і дотепер використовують у ветеринарії для ефективної профілактики і лікування такої небезпечної хвороби рогатої худоби, як ящур.

Слід нагадати про цікавий і неоціненний досвід наших предків древлян-поліщуків. При холодних зимах у будинках поліщуків після згорання дров і для збереження тепла залишали в печах, грубах і лежанках жар, а димохід на ніч закривали металічною кришкою (люфта). Недосвідчені господарі часто це робили раніше строку. Недогорілий жар виділяв смертельно небезпечний чадний газ. Цим газом труїлися до запаморочення, а нерідко і до втрати свідомості, і навіть смерті. Знавці цієї біди рятували потерпілих активним провітрюванням приміщення і ягодами калини. Ця методика особливо важлива у наш час порушення енергопостачання і перебування в землянках на фронті. При наявності свідомості у потерпілих, їм давали випити склянку щойно витиснутого із ягід калини соку, а у вуха через кожні 20 хвилин обережно вкладали у слуховий прохід по одній цілій ягоді калини. В таких бувальцях довелось побувати і мені в ранньому дитинстві. Тоді на моє запитання «для чого це робиться» моя му-

дра бабуся Параска відповіла: «Це дуже ефективний метод, при якому не дають померти навіть при чадному безпам'ятстві. А як виростеш і добре будеш вчитись, то дізнаєшся про те, як і що рятує навіть приречених на смерть». Так воно і сталося пізніше, але вже через десятки років, коли мені, молодому медику, стало відомо, що у червоному соку калини є дуже складний залізовмісний червоний пігмент. Він за хімічною будовою і фізіологічною функцією дуже подібний до головного нашого постачальника кисню (гемоглобіну), який міститься у червоних кров'яних тільцях (еритроцитах). Він забирає вуглекислий і чадний газ, насичуючись життєдайним киснем. Часта зміна ягід калини у вухах якраз і сприяє повному одужанню. Тому наша красуня калина допомагає усім німечним хворим на недокрів'я (анемію), особливо при раку, а також при значних крововтратах.

Описаний унікальний лікувальний феномен калини зможе врятувати життя нашим пораненим бійцям при значних крововтратах та можливому отруєнні чадним газом при опаленні землянок. Пластмасова пляшка потовчених ягід калини – це надійний рятівник, що може бути використаний до надання професійної кваліфікованої допомоги (а жіночі гінекологічні крововтрата мають поборювати калиною самі жінки і в мирний час).

3. РОЗМНОЖЕННЯ, ЗБІР І ЗБЕРІГАННЯ СИРОВИНИ З КАЛИНИ

Розмножують калину відводками, живцями (зеленими і здерев'янілими) та насінням.

Кору збирають і сушать в період сокоруху, коли вона легко відділяється. Сушать в добре провітрюваних приміщеннях, розкладаючи окремо кожен шматок. Висушена кора – зеле-

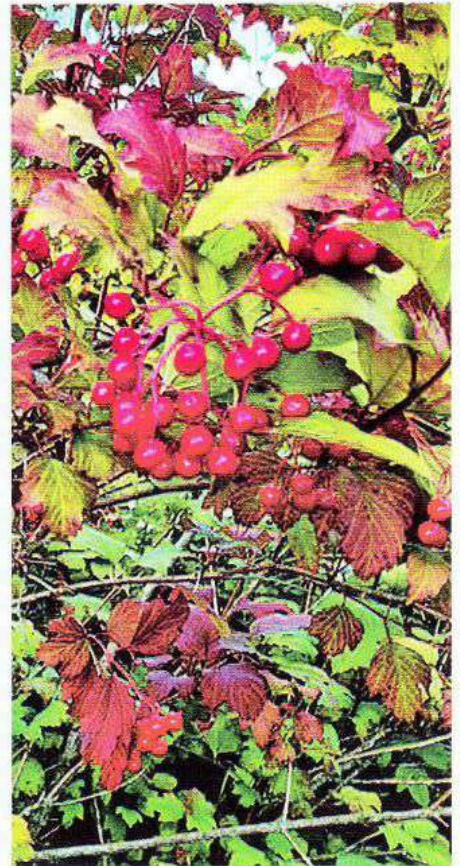




Цвіте калина



Плоди калини на різній стадії стиглості



Стиглі плоди калини

нувато-сірого кольору, легко ламається і тоді видно червонуватий колір її внутрішнього шару.

Квіти сушаться в звичайних умовах і зберігаються в скляних банках.

Ягоди калини сушать свіжозібраними в електросушарках і духовках, або після тривалого зимового зберігання в підвішених пучках. Зберігають у скляній, паперовій, або дерев'яній тарі.

ВАЖЛИВО:

Перед прийомом фітопрепаратів обов'язкова консультація з фітотерапевтами і лікарями.

**скорочений текст про калину можна знайти у фейсбуці Інституту оздоровлення і відродження народів України <https://www.facebook.com/anatoly.potopalsky/>*

А. І. ПОТОПАЛЬСЬКИЙ,
кандидат медичних наук,
доцент,
директор Інституту оздоровлення і відродження народів України, заслужений винахідник України, керівник «Центру духовного відродження та оздоровлення людини і довкілля» на базі Національного університету біоресурсів і природокористування України, старший науковий співробітник Інституту молекулярної біології і генетики Національної Академії наук України labmsbar@gmail.com
Фото однодумців і помічників