



## КОРМОВА БАЗА

# ЦІЛЮЩІ МЕДОНОСНІ РОСЛИНИ З ДЕНДРОПАРКУ ДОКТОРА А. І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО «ПЕРЕМОГА»

## ПОВНОВАЖНІ ПРЕДСТАВНИКИ РОДИНИ ГУБОЦВІТІВ БІБЛІЙНА РОСЛИНА ДРЕВНОСТІ – ГІСОП ЛІКАРСЬКИЙ

*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 чудову медоносну рослину – гісоп лікарський.*

**Н**аступний медоносний гість, з яким ми збираємося познайомити нашого допитливого читача – це древній гісоп лікарський. Мабуть багато хто читав псалом 50 з «Старого завіту» і бачив в ньому рядок: «Окропи мене ісопом – і очищуся, омий мене – і стану біліший від снігу.» (Пс.50.9) [1]. Псалом 50 святого Царя і Пророка Давида називають покутним, тому що він є одночасно молитвою, плачем і спокутою пораненої гріхом душі грішника, який відчув тяжкість власних гріхів і прагне звільнитися від тягря своїх неправд. З приводу вищенаведеного рядка з псалма 50 візантійський монах, науковець, тлумач Старозавітних та Новозавітних книг, вчитель віри XII століття, Євфимій Зігабен пише: «Для пояснення цього вислову є багато тлумачень, але в жодному з них немає беззаперечної позитивності. Найбільш відповідним за змістом є таке пояснення. Тут пророк Давид пророкує про себе, сподіваючись, що він цілком очиститься від гріха і сповниться радості. Так як розчин або настій гісопу через окроплення ним прокажених

очищав багатьох з них від нечистот на шкірі, особливо обличчя, то тут метафорично в цьому сенсі очищення висловився: окропи мене гісопом так, щоб я зовсім очистився від усіх нечистот гріховних, чого можна досягти тільки Твоїм всемогутнім словом дозволу і відпущення, або сльозами покаяння; але й ці сльози, як дар Твій, від Тебе виходять».

Гісоп – це рід ароматичної трави, який вживався у давнину під час обряду очищення людей від прокази і одночасно старозавітний символ милості та очищення. Вперше згадування про нього у Старому Завіті ми зустрічаємо під час опису останньої, десятої, єгипетської страти, коли в будинках єгиптян покаранням за те, що фараон не бажав відпустити євреїв з Єгипту в одну ніч, відбулася страшна подія – вимерли всі первістки чоловічої статі «від людини до худоби». Як говориться про це в книзі Вихід, напередодні вищезгаданої страшної страти євреям було заповідано, щоб вони помазали дверні косяки своїх будинків саме пучком гісопу, змоченому у крові пасхального ягнята: «...і візьміть



пучок ісопу, і обмочить у кров, що у посудині, і помажете поперечини й обидва одвірки дверей кров'ю, що у посудині; а ви ніхто не виходьте за двері дому свого до ранку. І піде Господь, щоб уразити Єгипет, і побачить кров на поперечинах і на обох одвірках, і пройде Господь мимо дверей, і не попустить згубникові ввійти в доми ваші для ураження. Зберігайте це, як закон для себе і для синів своїх повіки.» (Вих. 12:22-24).

Отже, знайомимось ближче: **Гісоп лікарський (*Hyssopus officinalis* L.)** – народні назви Іван-зілля, юзефка, синій звіробій, бджолина трава, свята трава) — це багаторічний фітонцидний трав'янистий розгалужений кущ з родини глухокропивових (Lamiaceae) порядку губоцвітів (Lamiales), відома найдревніша і невибаглива спеція. Досягає висоти до 80 см. Віддає перевагу сонячним місцям, добре дренованим ґрунтам. Стебла має численні, чотиригранні, які біля основи дерев'яніють. Корінь стрижневий. Листи супротивні, ланцетні (подібні до розмаринових, але з глянцем), на верхівках дрібнішають. Суцвіття довгасті, колосоподібні, чашечка світло-зелена, з одного боку, фіолетова. Квіти «сидять» в пазухах верхнього листа. Віночок двогубий, синій, фіолетовий, рожевий, білий. Чотири тичинки помітно виглядають з віночка. Плоди-горішки визрівають у нас з серпня-вересня місяця. Всі частини рослини мають сильний імбірно-шавлієвий пряний аромат. Суцвіття більш багате ефірними маслами, ніж листя і стебла. Відомо таке спостереження – гісоп з синіми квітками містить більше ефірної олії, ніж його форми з червоними та білими квітками. Цвіте гісоп з липня до жовтня, тобто тривалість цвітіння вигідна пасічникам, бо ця рослина ідеально підходить в «килим пасічника», запропонований нами (див. сайт IOBHY <http://www.potopalsky.kiev.ua/ua/dendropark.html#pasika>). Гісоп чудовий безцінний продуктивний медонос з тривалим періодом цвітіння. Дає багато ароматного нектару і квіткового пилку – з 1 га заростей гісопу можна зібрати до 300 кг ароматного меду, який вважається одним з найкращих. В дикому вигляді росте в Центральній, Південній та Східній Європі, Західній Азії, Північній Африці. Походить він з країн Середземномор'я, а в Україні поширений на всій території країни в дикому стані. Збирати на природі гісоп заборонено: це рідкісне зілля, занесене до Червоної книги.

В Україні гісоп росте в садах і на городах.

Його культивують як декоративну і ефіроолійну рослину.

У Європі рослина розповсюдилась завдяки монахам. На той час в численних монастирських садах гісоп вирощували як священну біблійну рослину для очищення храмів і приготуванні їжі. В середньовіччі став популярним, як засіб проти вошей і блошиць. З древності його використовували для очищення повітря і організму як антисептик, для захисту від «злих очей». Його використовували в своїй практиці древні лікарі-цілителі Гіппократ, Авіценна, Діоскорід. Вони здавна помітили схожість його властивостей з шавлією, рекомендували для зміцнення ослаблених хворих і людей похилого віку. В трактаті Авіценни написано про знеболюючу, ранозагоювальну і стимулюючу нервову систему властивості гісопу. З глибини віків народна медицина використовувала його як традиційні ліки в поєднанні з шавлією для лікування запальних процесів в горлі, порожнині рота та шкіри.

В народній медицині Болгарії гісоп застосовували при диспепсії, закрепах, анемії і в якості відхаркувального засобу, особливо для дітей і людей поважного віку.

**Заготівля.** Заготовляють гісоп в період цвітіння. На другий рік життя рослини в період його бурхливого цвітіння зрізають верхні нездерев'янілі гілочки з квітами. Висушують під навісом в затіненому, добре вентильованому місці. Траву розкладають тонким шаром, постійно ворують. Далі обмелюють з метою видалення грубих частин стебла. Зберігати найкраще листя з квітами краще цілим. Перед використанням подрібнюють. Зберігають в герметичній тарі в сухому вентильованому приміщенні.

«Для того, щоб одержати ефірну олію квітконоси із суцвіттями зрізують на висоті 30–40 см у фазі масового цвітіння. Щоб використати, як приправу, збирають молоді пагони рослини протягом літа. На Півдні України за вегетацію гісоп можна скосити 3–4 рази, одержавши до 700 ц/га зеленої маси. Урожайність зеленої маси за один укіс складає 7–9 т/га. При середньому виході ефірної олії 0,5% збір гісопу відповідає 35–45 кг/га» [2]

**Хімічний склад.** У квітучій надземній частині рослина містить ефірну олію (0,6–2%), флавоноїди (діосмін, ісопін, гесперидин), смоли, камедь, тритерпенові кислоти (урсолова та олеанолова), дубильні до 8%, гіркі та інші речовини. Гісоп багатий на аскорбінову кислоту (близько 0,2%). Більше всього ас-



корбінової кислоти в зеленій траві гісопу до цвітіння.

Ефірна олія гісопу – рідина зеленувато-жовтого кольору з сильним скипидарно-камфорним запахом, до його складу входять пінен, пінекамфеол, камфен, альдегіди, вуглеводні та спирт.

**Властивості.** Використанням цієї священної рослини є допоміжними для полегшення симптомів таких тяжких захворювань, як бронхіальна астма, анемія, стенокардія, туберкульоз, невроз, ревматизм, усувається підвищена пітливість. Ним лікують верхні дихальні шляхи (трахеїт, захворюваннях горла), шлунково-кишковий тракт (погане травлення, закрепи, коліки, коліти, метеоризм), використовують зовнішньо для лікування забиттів, ран, синців, екземи, стоматиту, панарицію, при запаленні очей, охриплості голосу. Допомогає гісоп у боротьбі з глистами, при лікуванні неврозів, гіпергідрозу. У формі зовнішнього засобу ця рослина використовується при захриплості голосу, захворюваннях глотки та ротової порожнини, полегшує дихання при бронхітах та бронхіальній астмі, при лікуванні ран, та екземи, покращує роботу серця, заспокоює нервову систему, сприяє підвищенню гемоглобіну, знімає запалення слизових оболонок та шкірних покривів. Відвар гісопу виліковує запалення сечовидільної системи, кон'юнктивіту, діє як легке тонізує.

Антимікробна дія ефірної олії гісопу в суміші з жировою основою застосовується при гнійних захворюваннях шкіри стафілококово-го походження.

#### Рецепти народних засобів з гісопу

**Настій.** З сухої надземної частини гісопу готують настій: в розрахунку 1–2 ст. л. сухої сировини заливають 2 склянками окропу і залишають на годину. П'ють у теплом вигляді 0,5 склянки 2–3 рази на добу за 20 хв. до вживання їжі.

**Для зовнішнього застосування** (промочки, промивання, полоскання) настій готують по іншому рецепту: 2 ч. л. заливають склянкою окропу, настоюють 30 хв, і використовують за призначенням.

**Настоянка на горілці.** Настояти гісоп в розрахунку: 20 г трави на 100–200 мл горілки протягом 7-ми днів, процідити та вживати по 1 чайній ложці 2–3 рази на добу.

**При цукровому діабеті.** 1 столову ложку подрібненого коріння залити 1 склянкою

води, кип'ятити 10 хв. Дати настоятися ще не менше 30 хв. Пити по 2 столові ложки тричі на день.

**Настоянка від кашлю.** Змішати сухий змелений гісоп і руту запашну в рівних порціях. Заварити суміш, як чай, або змішати з медом і розсмоктувати 1 чайну ложечку цього засобу кожну годину, можна частіше.

**Протипоказання.** Гісоп протипоказаний хворим на епілепсію, вагітним, на гіпертонію. Передозування препаратів недопустиме, бо рослина містить речовину, яка може спричинити епілептоформну дію. Перевищення дозування може мати ефекти, повністю протилежні очікуваним

**Розмноження.** Гісоп лікарський – багаторічний, невибагливий, витривалий, морозостійкий і посухостійкий, не вимагає догляду, якщо з самого початку його правильно посадили. Ділянка під гісоп має бути рівною або трохи піднесеною, тому що він не виносить застою вологи і його не можна висаджувати в низинах, де затримується вода навесні і після дощів. Насіння висівають рано весною у відкритий ґрунт. Глибина посіву 0,5 см, схема посадки 25 x 30 см. Любить пухкі ґрунти. Добре розростається на відкритому, не затіненому, чистому від бур'янів місці.

Гісоп можна вирощувати і в кімнатних умовах, тоді пряність буде під рукою цілий рік.

**Гісоп в кулінарії.** В кулінарії гісоп відіграє важливу роль при приготуванні оздоровчодієтичних страв, його використовують у свіжому і висушеному вигляді для ароматизації перших, других страв та холодних закусок, додають до маринадів для покращання смаку та аромату під час соління помідорів і огірків. Пряні, трохи гіркуваті і терпкуваті на смак гілочки гісопу лікарського використовуються в якості спеції, яка одночасно збагачує їжу корисними речовинами, покращує смакові якості та лікує. Вживання гісопу в їжу сприяє кращому травленню і збуджує апетит.

Листя гісопу використовують як пряність в зелених коктейлях – додають його як в сирому, так і в сушеному перемеленому вигляді.

Свіжі квітучі верхівки та листочки додають в супи, паштети, салати, молочний сир, фаршировані яйця та ковбаси, смажену свинину, рибні страви, рагу, зрази з телятини. Дрібно нарізаний і змішаний з сиром гісоп додає продукту пікантного аромату і смаку.

Взимку з гісопу можна пити світлий, духмяний і цілющий чай, що пахне літом.



В деяких країнах роблять тонізуючі безалкогольні напої з рослини для людей похилого віку, але треба знати і дотримуватись дозування в залежності від їх стану.

До речі, в склад абсенту – тонізуючого напою з вмістом 70% алкоголю, який прозвали «Музою поетів» або «Зеленою відьмою», входив гісоп. Але, крім гісопу, в склад напою також входили полин, м'ята, меліса, айр, ромашка, ганус, фенхель, тощо і дія його на організм людини була неоднозначна за рахунок галюциногенного туйону.

Після додання гісопу в посуд зі стравою, його прикривати не треба, бо запах зіпсується.

Він добре поєднується з такими прямими травами, як кріп, петрушка, базилік, м'ята, майоран, фенхель, селера.

Гісопові олія і суха сировина використовувались в парфумерній промисловості, мають фітонцидні властивості.

**Увага! Самолікування може бути шкідливим для вашого здоров'я.**

**Обов'язково проконсультуйтеся з вашим лікарем.**

**На закінчення.** На сторінках журналу згадана біблійна медоносна, лікарська, священна рослина, цінність якої доведена використанням і шануванням з древніх архаїчних часів. Наш вибір рослин для статті пов'язаний з бажанням залишити орієнтири для виживання в складних умовах можливого дефіциту їжі і синтетичних ліків. У науково-виробничій світлиці під відкритим небом – дендропарку «Перемога» висаджували 30 років тому найбільш акліматизований гісоп нашої селекції «Ходаківець». П'ятнадцять років, можна сказати «юності дендропарку» і умовної молодості його засновників, при наявності повноцінного і регулярного догляду засновників, їх родичів, працівників ІОВНУ та ІМБІГу, Коростенського відділення Житомирського землярства житомирян у Києві, давали добрі результати для дослідів за тематикою ІОВНУ і ІМБІГу, культивування перспективних сортів рослин, благоустрою території дендропарку і планування розвитку для села, його мешканців, інституту і Системи духовного і молекулярно-генетичного оздоровлення людини і довкілля доктора А.І. Потопальського. Але серпнева пожежа 2015 року, зміління ресурсів головної організації – засновника та старіння ініціаторів ідеї майбутнього, суттєві зміни природних

умов, а саме постійно посушливі літні місяці протягом 10 років загубили багато цінних дослідів, акліматизованих рослин. Карантинних рослин-агресорів більше ніхто не стримував і їх чисельність ніхто не регулював.

На території дендропарку сьогодні багато рослин вигоріло або занедбано, зокрема гісопу залишилися поодинокі кущі, яких витісняють такі прибульці, як Золотарник канадський. Але не згадати про біблійну чудо-рослину було б злочином, тим паче, що вона того варта як потужний, продуктивний медонос. Насіння цієї цілющої диво-рослини автору Системи духовного і молекулярно-генетичного оздоровлення людини і довкілля було подаровано славетним його земляком Г.К. Смиком, людиною з енциклопедичними знаннями рослин.

#### Використана література:

1. БІБЛІЯ/КНИГИ СВЯЩЕННОГО ПИСАННЯ СТАРОГО І НОВОГО ЗАВІТУ в українському перекладі з паралельними місцями та додатками - Київ: Українське Біблійне Товариство, 2017.

2. Машанов В. И. Пряноароматические растения / В. И. Машанов, А. А. Покровский. – Москва: Агропромиздат, 1991. – 287 с.

3. «Атлас медоносних рослин України» Л.І. Боднарчук, Т.Д.Соломаха, А.М. Ілляш, В.А. Соломаха, В.Г. Горвий - К. «УРОЖАЙ», 1993.

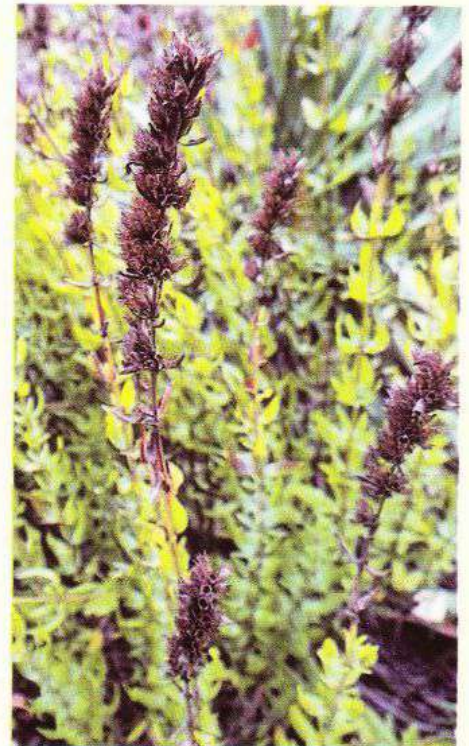
**А.І. ПОТОПАЛЬСЬКИЙ,**  
кандидат медичних наук, доцент,  
професор Європейської академії  
проблем людини,  
директор Інституту  
оздоровлення і  
відродження  
народів України та  
Благодійного фонду  
"Небодарний цілитель",  
заслужений винахідник України,  
керівник «Центру  
духовного  
відродження 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,  
**О.І. ВАСИЛЕНКО,**  
заступник директора  
Інституту оздоровлення і  
відродження народів  
України та Благодійного фонду  
"Небодарний цілитель"  
Електронна пошта для листів:  
Labmsbar@gmail.com  
Сайт Інституту оздоровлення і  
відродження народів України:

<https://www.potopalsky.kiev.ua/ua/index.html>

**ФОТО ДО СТАТТІ А.І. ПОТОПАЛЬСЬКОГО ТА О.І. ВАСИЛЕНКО  
"БІБЛІЙНА РОСЛИНА ДРЕВНОСТІ – ГІСОП ЛІКАРСЬКИЙ" (стор. 25–28)**



*Цвіте духмянний гісоп*



*На кущі гісопу дозріло  
численне насіння*



*Початок травня 2024 р. Молоді пагони гісопу*

*Автор фотографій – О.І. Василенко, заступник директора Інституту оздоровлення і відродження народів України та Благодійного фонду "НЕБОДАРНИЙ ЦІЛИТЕЛЬ".*