

С малых лет Надежда Гавриловна буквально впитала любовь к малой родине, ее природе, училась различать и заготавливать лекарственные травы. Эти знания они передает и своей дочери Софии.

Поводом для подготовки этого материала послужила опубликованная в одной из республиканских газет зарисовка о целителе, занимающемся сбором и лечением настоями из иван-чая. Глядя на красочную фотографию, украшавшую первую полосу этого издания, я невольно вспоминала рассказ жителей Языково об одной удивительной женщине из поселка Дальний. Она как раз и занимается сбором целебных трав, при этом безвозмездно делясь своими запасами со знакомыми. Естественно, появилось желание познакомиться с ней поближе. Тем более, как оказалось, интересна и история ее семьи.

Наутро была война

Надежда Гавриловна Рузайкина родом из села Рыбкино Ковылкинского района. Отсюда же родом был и ее отец, Гаврил Иванович Мартышкин, фронтовик, участник Великой Отечественной. На фронт он ушел совсем еще мальчишкой.
- Они с мамой учились в одном классе, - рассказывала Надежда Гавриловна. – В июне сорок первого у них был выпускной вечер. Танцевали, пели песни, гуляли до утра, строя радужные планы на дальнейшую жизнь. А днем - страшное известие, разом перечеркнувшее все мечты: «Война!» Отец ушел на фронт, был участником Сталинградской битвы. Несмотря на юный возраст, был политруком. Первым шел в атаку, в рукопашный бой, поднимая за собой солдат. Вернулся израненный, но мама все равно радовалась, она все это время ждала его, с замиранием сердца встречая почтальона: «Вдруг похоронка!» И судьба смилостивилась над ними. Правда, не так долго длилось их счастье: отец умер рано – в пятьдесят семь лет. Сказались полученные на фронте ранения.

«Бабушка Шура... Мы ее звали блаженная»

- Что касается мамы, ее звали Прасковья Кузьминична Сысоева, - продолжала свой рассказ Надежда Гавриловна. - Она была родом из села Большой Азясь. Вот от ее-то матери, а моей бабушки Шуры, я и переняла увлечение целебными травами. Родные звали ее блаженной. В самом хорошем смысле этого слова. Без всякой иронии! Судите сами. В довоенные годы, как рассказывала мама, в деревнях появлялось много нищих. На некоторых смотреть было страшно. Исхудавшие донельзя, в старой, латанной - перелатанной одежке. Одни из них, видимо, были из раскулаченных, у кого отобрали все, что имелось. Другие, может, из погорельцев, кто сейчас скажет! Так вот, в дни больших церковных праздников бабушка Шура звала их в дом. Не брезгуя, сама мыла в русской печи, стирала рваную одежду, не боясь вшей и прочей заразы. И кормила тем, что было в доме, случалось, отдавая последнее.
Бабушка постоянно что-то делала. Даже перед самой смертью. Представляете, в последний раз только успела довязать носки, закрепила последние петли, повесила носки, присела около стола и… умерла!
Когда я была ребенком, бабушка Шура не раз показывала мне лекарственные растения, учила, как их правильно надо собирать. Еще в детстве я собирала и сушила цветы ромашки, делала отвар, которым споласкивала волосы. Да и чай с ромашкой пила, он тоже полезен. Как и отвар из цветов василька, которым споласкивала лицо. Позже свои знания по фитотерапии пополняла при помощи интернет - источников.
Увлекается фитотерапией и мой старший брат Владимир. Он живет в Ромоданово. Так вот, когда заходишь в его баню, поражаешься, какой прямо-таки «густой» травяной дух там стоит. А еще я использую травяные матрасы, которые сама набиваю заготовленными летом и осенью травами. Набивать матрас лучше молодой осокой или рогозом. Траву срезают в мае-июне, пока она молодая. Высушивают и в матрас. Года два будет служить. Из рогоза можно делать подушки и даже перины. В сентябре его ломают, кладут в наволочку, зашивают так, чтобы осталось немного места, и подвешивают наволочку сушиться. Во время сушки рогоз сам «размахрится» и заполнит оставленное для этого место. Пожалуйста, подушка готова.

«Иван-чай и силу
дает, и лечит»

Летом Надежда Гавриловна заготавливает много разных трав, но больше всего в ее запасах иван-чая. Это растение уникально. Целебными свойствами обладают и листья, и стебли, и цветки. Надо только знать, как правильно с ним обращаться. Заготавливать иван-чай следует в пору цветения, до того, как он «даст пух». И способов тут много. Наиболее простой – перетереть руками собранные цветки и высушить их в хорошо проветриваемом, темном помещении. Хранить лучше всего в стеклянных банках под капроновой крышкой. Зимой потом высушенный иван-чай заваривают в термосе, чтобы он настоялся. У Надежды Гавриловны свой способ сбора иван-чая. Придерживая растение за верхушку, она аккуратно проводит рукой по стеблю, снимая листья. Таким образом, не повреждается корневая система. Листья потом раскладывает на чердаке для просушки, но не пропускает их через мясорубку, как делают многие, заготавливая гранулы, считая, что лучше не нарушать целостность листа.
Однако следует помнить, что у всякой травы, самой целебной, есть свои противопоказания. Поэтому заниматься фитотерапией следует лишь после

консультации с лечащим врачом!

- И еще одно, - в завершение беседы сказала наша гостья. – Сейчас многие, в основном, люди пожилого возраста, стремятся подзаработать, собирая лекарственные травы. Так вот здесь есть свои правила сбора трав. Ни в коем случае нельзя вырывать растение с корнем. Его следует аккуратно срезать, стараясь не повредить корневую систему, и делать это после того как с трав сойдет роса. Нельзя собирать растения в дождливую погоду.

И еще одно. Кладовые природы не бескрайни. Иной раз так больно становится, когда видишь, как бездумно относимся мы к тому, что нас окружает!

Е. ФЕДОРОВА