

Mellékletek

1. számú melléklet: A projektben említett gyógynövények rövid ismertetője.

Cickafark

A mezei cickafark, kámforos illatú, fehér virágzatú, 50-80 cm magas évelő növény. Júniustól késő őszig virágzik. A cickafarkfű, már a neandervölgyi temetkezési helyeken, nagykoncentrációban találták cickafarkfű virágport, az ókori orvosok is használták. Gyulladáscsökkentő, illetve sebösszehúzó hatása van. Légzőszervi problémák gyógyulását is segíti. Gyógyteát lehet készíteni a növényből, amit belsőleg lehet fogyasztani. Ülőfürdőhöz akkor használjuk, ha húgyúti fertőzéssel kapcsolatos probléma merül fel. Az összemorzolt friss leveleit, külsőleg is lehet alkalmazni, vérzéscsillapításnál.¹



1. Cickafark képe,
Forrás: [1. kép]

Citromfű

Illatos levelei, fűszerként és gyógynövényként is felhasználható. Népi nevén mézfű. Dél-Európában, Kelet-Mediterránban honos. A lágyszárú növény, 40-80 cm magas. Ajakosok családjába tartozó évelő növény. Az ókorban csípésekre és harapásokra külsőleg alkalmazták, mivel a növény antibakteriális és fertőtlenítő hatással bírt. Nyugtató és idegerősítő hatása ismert. Az idegrendszerrel kapcsolatos panaszokra használható. Emellett emésztés javító is. Belsőleg teaként fogyasztjuk, külsőleg pedig borogatásként zúzódásra is felhasználható. A magas illóolaj tartalma miatt a kozmetikai ipar is alkalmazza. Illetve limonádékba áztatva a nyári hőség ellen is frissít.²



2. Citromfű képe,
Forrás: [2. kép]

¹Lopes-Szabó Zsuzsa: A bükki füvesember nyomában Házi patika Gyuri bácsi gyógynövényeivel. A szerző saját kiadása. é.n., p.70-70.

²Lopes-Szabó Zsuzsa: A bükki füvesember nyomában Házi patika Gyuri bácsi gyógynövényeivel. A szerző saját kiadása. é.n., p.72-73.

[1. kép] Közöséges Cickafark: https://hu.wikipedia.org/wiki/K%C3%B6z%C3%B6s%C3%A9ges_cickafark. [online]. [2022.04.04.]

[2. kép] dr.Jung Andrea: Herpesz ellen gyógynövény-citromfű és menta. https://naturportal.hu/gyogynovenyek/herpesz_ellen_gyogynoveny/. [online]. [2022.04.04.]

Fecskefű

Lágyszárú, évelő növény, ami a mákfélék családjából származik. Az egy méteres növénynek a sárga virágzata, májustól a fagyokig folyamatosan nyílik. A növény latin neve, görög eredetű, jelentése a fecske. Gyógyteáját belsőleg nem szabad fogyasztani. A frissenövényből nyert sárga nedvvel, a szemölcsöket és a bőrkeményedéseket gyógyítja. Kivonatot is lehet belőle készíteni. Leveléből készített forrázatot, borogatásként lehet használni, sebekre és zúzódásokra. Várandósoknak használni tilos.³



3. Fecskefű képe,
Forrás: [3. kép]

Fokhagyma

Konyhakerti növény. Földbeli része, hagymagerezdekből áll. A fokhagymagerezdekből készített olajos, vagy alkoholos vizes kivonatok, a népi gyógyászat erő szeretettel alkalmazza. Antibakteriális hatással rendelkezik. Közép-Ázsia sztyeppéiről, a mongol hódítok hozták Európába. Az ókoriak csodaszerek tartották, élelmiszerként, fűszerként és gyógyszerként is hasznosították. Egyes vidékeken a vámpírok elűzésére is használták. Fertőtlenítő hatása miatt, sebgyógyításra is alkalmas. Vérnyomást, vércukorszintet csökkenti, megelőzi az érlemeszesedést, gyulladáscsökkentő hatása van. Mind ezek által az immunrendszert is erősíti. Belsőleg és külsőleg is lehet alkalmazni, számos recept található.⁴



4. Fokhagyma képe,
Forrás: [4. kép]

³Lopes-Szabó Zsuzsa: A bükki füvesember nyomában Házi patika Gyuri bácsi gyógynövényeivel. A szerző saját kiadása. é.n. p. 86-87

⁴Lopes-Szabó Zsuzsa: A bükki füvesember nyomában Házi patika Gyuri bácsi gyógynövényeivel. A szerző saját kiadása. é.n.p.100-101.

[3. kép]. Vérehulló fecskefű: https://hu.wikipedia.org/wiki/V%C3%A9rehull%C3%B3_fecskef%C5%B1 [online]. [2022.04.05.]

[4. kép]. Fokhagymás dió: <https://falusag.hangfarm.hu/archive/2018-01?page=3>. [online]. [2022.04.04.]

Gyermekláncfű

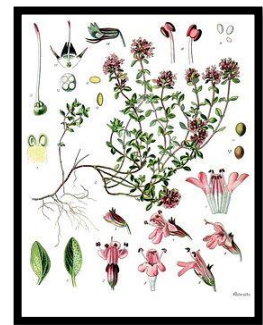
Közismert, élő növény, több néven is ismert, mint például a pitypang, kutyatej. Fészekvirágotúak családjába tartozik. A növény tejnedvet tartalmaz. A kínai és az indiai gyógyászat évezredek óta használja. Fertőzésekre, májbajokra és érlemeszesedésre is kiváló gyógyhatással bír. Az egész világon elismert gyógynövény. A szárazlevelét leforrázva, vagy a gyökerét megfőzve készül belőle a gyógytea. A gyermekláncfű tejnedve, külsőleg alkalmazható, szeptők és ráncok halványítására. A virágjából, finom mézet is lehet készíteni. Számos gyógyhatással rendelkezik, kiemelten az emésztési problémákat segíti. Mind emellett a nyári friss salátába kevert, levele fogyasztható.⁵



5. Gyermekláncfű képe,
Forrás: [5. kép]

Kakukkfű

A kerti kakukkfű, 5-20 cm-re nő meg. Halvány rózsaszín-fehér virágzata van. Az egyiptomiak a testek bebalzsamozásánál használták. A növény leforrázásával, teát készíthetünk belőle. Leginkább köhögésre, torokfájásra és vérszegénységre használjuk. Külsőleg használható, szájüregi gyulladásra. Mindemellett illóolajat is lehet belőle készíteni, amit fürdővízbe is felhasználhatunk.⁶



6. Kakukkfű képe,
Forrás: [6. kép]

⁵Lopes-Szabó Zsuzsa: A bükki füvesember nyomában Házi patika Gyuri bácsi gyógynövényeivel. A szerző saját kiadása. é.n., p.110-111.

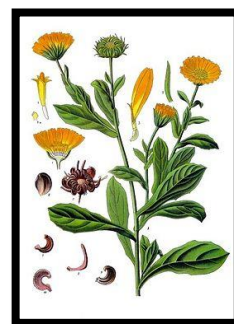
⁶Lopes-Szabó Zsuzsa: A bükki füvesember nyomában Házi patika Gyuri bácsi gyógynövényeivel. A szerző saját kiadása. é.n., p.124-125.

[5. kép] Gyermekláncfű: <https://hu.wikipedia.org/wiki/Gyermekl%C3%A1ncf%C5%B1> [online] [2022.04.05.]

[6. kép] Kakukkfű: <https://hu.wikipedia.org/wiki/Kakukkf%C5%B1> [online].[2022.04.04.]

Kamilla

Európában, Ázsia területein honos növény. Hazánkban tömegesen az Alföldön fordul elő. A fészekvirágzatúak családjába származik. Áttelelő, vagy egy éves növény. Európa legismertebb és a leggyakrabban alkalmazott gyógynövénye. Ókori Rómában a doktorok növényének hívták a kamillát, női bajokra és betegségekre használták leginkább. Virágzatát leforrázva készítjük el a teát. A gyógytea jó, hasgörcsökre, megfázásra. Inhalálni érdemes vele a hideg téli időszakokban. Több felhasználási módja van a gyógyításra, például tea, krém és tinktúra. Gyulladáscsökkentő hatással rendelkezik, ezért borogatásra is remek megoldást nyújt.⁷



7. Kamilla képe,
Forrás: [7. kép]

Körömvirág

Fészekvirágzatúak családjába tartozik, 40-50 cm magas, egy éves növény. Európában és Nyugat-Ázsiában honos. Középkorban, a mindent gyógyító növénynek tartották. Kenőcsöket készítettek belőle, amiket sebekre kenték. Szájsebek gyógyításánál pedig öblögetőt készítettek belőle. Hiedelmek szerint, az ágy alá elhelyezett virágkoszorú elűzte a rosszalmokat, és a jókat megóvta, illetve az ajtó felé elhelyezve pedig, a rosszakat tartotta távol. Virágát leforrázva, gyógytea készíthető, ami a gyomor és bél problémákat meggyógyítja. Antibakteriális, gyulladásgátló és fertőtlenítő hatással is rendelkezik.⁸



8. Körömvirág képe,
Forrás: [8. kép]

⁷Lopes-Szabó Zsuzsa: A bükki füvesember nyomában Házi patika Gyuri bácsi gyógynövényeivel. A szerző saját kiadása. é.n., p.128-129.

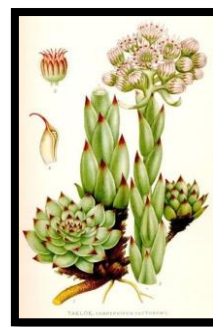
⁸Lopes-Szabó Zsuzsa: A bükki füvesember nyomában Házi patika Gyuri bácsi gyógynövényeivel. A szerző saját kiadása. é.n, p.140-141.

[7. kép] Római Kamilla: https://hu.wikipedia.org/wiki/R%C3%B3mai_kamilla. [online]. [2022.04.04.]

[8. kép] Orvosi Körömvirág: https://hu.wikipedia.org/wiki/Orvosi_k%C3%B6r%C3%B6mvir%C3%A1g. [online]. [2022.04.04.]

Kövirózsa

A kövirózsa még háztetőkön és a kavicsok között is képes megélni. Dél-Európában és Észak-Afrikában honos, hazánkban pedig vadon is előfordulhat. Élő növény, ami a varjúhájfélék családjába tartozik. A levelei, amik tölevél rózsát alkotnak, magas víztartalmúak. Vadon termő példányai védettek! A kövirózsa, más néven fülfü, nedvét fülbe csepegtetve gyógyították a fülgyulladást és a fülfájást. Emellett az összezúzott levelével, vérzést csillapíthatjuk, és az égési sebeket is gyógyítja. Kivonatai remekül hasznosíthatók gyulladás csökkentésére, leginkább a levelének a nedvét külsőleg alkalmazzuk. Borogatásként a zúzott leveleket, bőr, szem, száj, és fülgyulladásra hasznosítjuk. A homeopátia herpeszre, vérzés és fájdalomcsillapításra alkalmazza.⁹



9. Kövirózsa képe,
Forrás: [9. kép]

Levendula

Az igazi levendula a mediterránokban honos. Hazánkba a szerzetesek honosították a növényt. Az antikvitás legkedveltebb növénye volt, drága növény volt. Fürdők illatosítására használták, míg rá nem jöttek arra, hogy nyugtató hatással bír az illata. A csecsemők bölcsőjébe is tettek, így nyugtatva a síró gyermekeket. Középkorba terjedt el leginkább. Teája kesernyés, emiatt is javasolt, hogy kevesebb mennyiséget forrázunk le a vízzel. Virágából illóolaj is készül, amit az idegrendszer megnyugtatóására is alkalmaznak. Bort is készítenek a levendula virágából. Mind ezek mellett párologtatóba csepegtetve az olaját, segíti az alvászavart, mert nyugtatóhatással bír.¹⁰



10. Levendula képe,
Forrás: [10. kép]

⁹Lopes-Szabó Zsuzsa: A bükki füvesember nyomában Házi patika Gyuri bácsi gyógynövényeivel. A szerző saját kiadása. é.n., p.142-143.

¹⁰Lopes-Szabó Zsuzsa: A bükki füvesember nyomában Házi patika Gyuri bácsi gyógynövényeivel. A szerző saját kiadása. é.n., p.144-145.

[9. kép] Kövirózsa: <http://mohasagok.blogspot.com/2009/10/kovirozsa.html>. [online]. [2022.04.04.]

[10. kép] Korunk gyógynövényei – 4. A levendula: <https://kert.tv/korunk-gyogynovenyei-levendula/>. [online]. [2022.04.04.]

Borsmenta

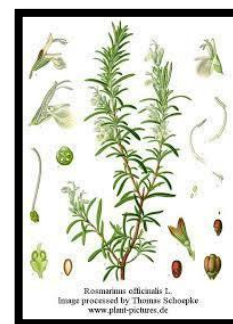
A menta az ajakosok családjába tartoznak, évelő növény. A borsmenta a finom ízű növények közé tartozik. Sajnálatos módon nem honos nálunk. Európában délen nő vadon, viszont máshol csak termeszteni lehet ezt a fajta növényt. 80 cm magasra is megnőhet, magas aroma szinttel rendelkezik. Fehér és halvány rózsaszín virágai vannak. Számos gyógyító hatással bír. Étvágyat javítja, emellett az emésztést is segíti. Hideg influenzás időszakban, gyógyítja a megfázási tüneteket és gyulladáscsökkentő hatással rendelkezik. Illóolaját, inhalálásra és fejfájásra is használják.¹¹



11. Borsmenta képe,
Forrás: [11. kép]

Rozmaring

Mediterránemuban őshonos. Hazánkban pedig termesztik. Örökzöldévelő, félcserje növény, ami az ajakosok családjába tartozik. Már az antikvitásban is kedvelt, gyógy és fűszernövény volt. A Bencés szerzetesek hozták be Európába. A hűség és az örökélet jelképeként is szolgál. A friss hajtásokból illóolajat készítenek, amivel a reumát és az ízületi gyulladásokat lehet gyógyítani, kizárólag külsőleg. A rozmaringból készült illóolajat belsőleg tilos használni. Ellenben a forrázatból készült gyógyteát, lehet belsőleg is alkalmazni. Jótékonyan hat a szív működésre és a vérnyomást is csökkenti.¹²



12. Rozmaring képe,
Forrás: [12. kép]

¹¹Lopes-Szabó Zsuzsa: A bükki füvesember nyomában Házi patika Gyuri bácsi gyógynövényeivel. A szerző saját kiadása. é.n, p.152-153.

¹²Lopes-Szabó Zsuzsa: A bükki füvesember nyomában Házi patika Gyuri bácsi gyógynövényeivel. A szerző saját kiadása. é.n., p.178-179.

[11.kép] 10+ érdekes tudnivaló a borsmenta gyógyhatásairól: <https://zoldszerez.hu/borsmenta/>. [online]. [2022.04.05.]

[12. kép] Rozmaring, antósfű, rozmarin, szagos rozmaring – a szegények tömjénje, szüzek virága: https://netfolk.blog.hu/2013/07/27/rozmaring_antosfu_rozmarin_szagos_rozmaring_a_szegenyek_tomjenje_szuk_viraga. [online]. [2022.04.04.]

Zsálva

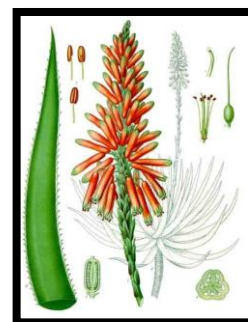
Mediterránemuban honos, hazánkban termesztett növény. Évelő, fél cserje növény, amely az ajakosok családjába tartoznak. Egyiptomban a fáraók korában, leginkább azok az asszonyok fogyasztották, akiknek nem sikerült teherbe esniük. Gyógyteáját, forrázással készítjük el, ami az emésztést javítja, és a vércukrot csökkenti. Antibakteriális és gyulladás gátló, ezért légúti betegségekre, húgyúti panaszokra és lázcsillapításra alkalmazzuk. A nők növényének is nevezik, mivel az ösztrogén hatóanyaga csökkenti a menstruációs panaszokat, és a teherbe esést is segíti, illetve a változókori panaszokat is enyhíti.¹³



13. Zsálva képe,
Forrás: [13. kép]

Áloé

Dél-Afrikából származó növény, amely Kleopátra titkos szépítő szere is volt. A mai kozmetikai ipar is használja. Nedvei csillapítják az égési sérülést. Levele nedvéből krémek készülnek, leginkább száraz bőrre alkalmazzák. Borogatásként gyulladt, ekcémás bőre használjuk. Napot és mérsékelt öntözést igényel.¹⁴



14. Áloé képe,
Forrás: [14. kép]

¹³Lopes-Szabó Zsuzsa: A bükki füvesember nyomában Házi patika Gyuri bácsi gyógynövényeivel. A szerző saját kiadása. é.n., p.200-201.

¹⁴LesleyBremness: Fűveskönyv. Bp.: Novotrade Kiadó, 1991, 18. p.

[13.kép] Zsálva - felhasználása, egészségügyi előnyei és mellékhatásai: <https://zoldszeresz.hu/orvosi-zsalya/>. [online]. [2022.04.05.]

[14.kép] Aloe vera: <https://zoldszeresz.hu/aloe-vera/>. [online]. [2022.04.05.]

2.számú melléklet: Szakdolgozatban használt képek (bejelölni a szövegbe)



15. kép: Madárnap a Gyáli Tátika Óvodában
Forrás: saját kép



16. kép: Kertészkedés a Gyáli Tátika Óvodában
Forrás: saját kép



17. kép: Kertgondozás a Gyáli Tátika Óvodában
Forrás: saját kép



18.kép: Gyáli Tátika óvoda (Fő épület)
Forrás: [18.kép]



19.kép: Gyáli Tátika óvoda (Bartók utcai Tagóvoda)
Forrás: [19.kép]

¹⁵ [18.kép]: Októberben adják át a teljesen újjáépített Gyáli Tátika Óvodát:
<http://www.gyal.hu/2018/09/19/oktoberben-adjak-at-a-teljesen-ujjaepített-gyali-tatika-ovodat/>
[online].[2022.04.05.]

¹⁶ [19.kép]: Körülnéztünk a gyáli óvodákban: <https://www.gyal.hu/2019/09/30/korulneztunk-a-gyali-ovodakban/>
[online].[2022.04.05.]

3.számú melléklet: Versek leírása

Versek:

1. Sértő Kálmán: Rozmaring (részlet)

„A rozmaring a kis faluk virága.

Nem virág, de akkor is virága.

Zöld bozontja inog, remeg a szélben,
Legényszívkulcs forró lányok kezében.

Rozmaringot visznek a kis templomba,
Szagolgatják, ráteszik a zsoltárra.

Lakodalomban a legény kalapja
Rozmaringos, pántlika is van rajta.

Hajlik, mint az öregedő emberek,
Titkát későn értik meg a gyermekek.”¹⁷

¹⁷ Education and culture: Gyógynövények Magyarországon versgyűjtemény. 2010-12, [online]. [2022.04.14.].
https://kertvarosi-nyhaza.edu.hu/all/comenius/gyogynoveny_versek.pdf

2. Nemes Nagy Ágnes: Kakukkfű

„A kakukkfűvet ismered?
Oly csepp, szelíd, gyengelila,
hogy észre sem veszi a réten
szinte senki emberfia.

De amikor leszáll az est,
mikor a mező szendereg,
s arra járnak az esti lepkék,
a fémesszürke szenderek,
nagy potrohukat, fejüket
befonja akkor, mint a fátyol
a kakukkfű mézes szaga
s lebukfenceznek illatától”¹⁸

3. Gazdag Erzs: Könvörgés a füvekhez (részlet)

„Köszöntelek ezerjófű,
légy hozzám ezerszer hű!
keserű véred leve
gyomromat csitítsa le!
Cickafark, üröm, áldott virág,
támadt rám tenger nyomorúság.
Nővéreteken segítetek,
hogyan ispotályba ne vigyenek!
Zsálya, tippanfű, lapulevél
gyógyító orvosom most te legyél!
Jöjjetek körém most kedveseim,
irgalmas rokonok, testvéreim!
Füvek és virágok gyógyítsatok,
Hangtalan szavakkal szólítsatok!”¹⁹

¹⁸ Education and culture: Gyógynövények Magyarországon versgyűjtemény. 2010-12, [online]. [2022.04.14.]. https://kertvarosi-nyhaza.edu.hu/all/comenius/gyogynoveny_versek.pdf

¹⁹ Education and culture: Gyógynövények Magyarországon versgyűjtemény. 2010-12, [online]. [2022.04.14.]. https://kertvarosi-nyhaza.edu.hu/all/comenius/gyogynoveny_versek.pdf

4. Mátyás Ferenc: Zsálva

„Mint az ég, azúrkék szép virága,
neve parasztosan hangzik: zsálva,
napimádó pogány, sok mézet ad,
ha megtetszik, kösd csokorba , ne szánd,
nyári virág, vázádban legyen dísz,
úri neve: Salvia prantensis”²⁰

5. Gyárfás Endre: Hagymák

Hagyma!

Hagyma!

Nem hagylak ma:

beduglak a friss talajba!

Várj csak! Előbb megvizsgálom,
milyen hagyma vagy, barátom.

Ha fehér vagy, kispajtás,
orrom attól fokhagymás.

Akkor fokhagymának hívnak;
kísérőd a szúrós illat.

Hogyha vörös a színed,
vöröshagyma a neved.

Nélküled a magyar konyha
híres-ízes sosem volna.

S kik vagytok ti, többiek?

Lilás rőt a színetek...

Gyanítom, hogy hajtásotok
csúcsán majd kardvirág lobog.

Aki szépségét csodálja,
nem is gondol a hagymára.²¹

²⁰ Education and culture: Gyógynövények Magyarországon versgyűjtemény. 2010-12, [online]. [2022.04.05.].
https://kertvarosi-nyhaza.edu.hu/all/comenius/gyogynoveny_versek.pdf

²¹ Gyárfás Endre: Hagymák. Honlap szerkesztője: Anita. [online]. [2022.04.05.].
<https://jatsszunk-egyutt.hu/kerteszkedos-versek/>

6. Juhászné Bérces Anikó: Körömvirág

Bimbójából pattan
hajnal mosolyára,
harmatcsepptől üde
narancsszín orcája.

Ránevet a Napra,
lubickol fényében,
gyógyerejét gyűjti
szirma rejtekében.

Ajándéknak szánja
az emberiségnek,
gyógyító szándéka
önzetlen, temérdek.

Aranysárgán virít,
mint nappali csillag,
sóhajtása üde,
keserédes illat.

Szirmai teája
kórságokat leküzd,
testet megerősít,
bajt messzire elűz.

Sebekre is gyógyír
elixír formában,
bőröd bársonnyá lesz,
bízhatasz e csodában!²²

²²Juhász Bérces Anikó: Körömvirág. 2017, [online]. [2022.04.05].
<https://www.poet.hu/vers/217590>

7. Péter Erika: Pitypang

Sárga virág vagyok
a zöldellő réten.
Új tavaszkoszorú
fejed tetejében.
Később leszek
szöszkorona,
ejtőernyő, tollbóbita.
A szél szárnyán szállok
könnyedén, szabadon.
Végül megpihenek
okos kobakodon.²³

8. Devecseri László: Pitypang

Hajlítom kezem, ujjaim,
gömböt formálok csendesen.
Pitypangra pillantok kedvesen.
Játékát utánzom szelíden:
ujjaim nyitom:
el nem szállnak...
Pitypangra fújok: szél vagyok:
repülnek ernyős csillagok.
...és a pihés ernyők alatt...
rejtőzik az aprócska mag.²⁴

²³ Education and culture: Gyógynövények Magyarországon versgyűjtemény. 2010-12, [online]. [2022.04.05.]. https://kertvarosi-nyhaza.edu.hu/all/comenius/gyogynoveny_versek.pdf

²⁴ Education and culture: Gyógynövények Magyarországon versgyűjtemény. 2010-12, [online]. [2022.04.05.]. https://kertvarosi-nyhaza.edu.hu/all/comenius/gyogynoveny_versek.pdf

9. Gazdag Erzsi: Pitypangok

Sárga pelyhes kislibák
tipegnek a réten át.

Nem is libák, virágok,
sárga a bóbítájok.

Gyenge szárú imbolyog,
sárga szemük mosolyog.
Tityegnek és totyognak,
majd a földre potyognak.

S pár nap múlva, mily csoda!
Fehér lett a bóbíta.
Tolla nőtt a virágnak,
Könnyen indul világnak.²⁵

²⁵ Education and culture: Gyógynövények Magyarországon versgyűjtemény. 2010-12, [online]. [2022.04.05.].
https://kertvarosi-nyhaza.edu.hu/all/comenius/gyogynoveny_versek.pdf

10. Horváth István: Száz meg száz kis napocska

Selyemszálú

fű tövében

százezer kis

nap a réten.

Virít sárgán és nevet.

Mit gondoltok,

mi lehet?

Pitypangvirág

sárga szirma

kacag a kék

égre nyílvá.

Szára növésnek ered.

Mi lesz abból,

gyerekek?

Gyermekláncfű

karikája,

ha van, aki

megcsinálja.

A föld legszebb láncza az,

mert kovácsa

a tavasz.²⁶

²⁶ Education and culture: Gyógynövények Magyarországon versgyűjtemény. 2010-12, [online]. [2022.04.05.]. https://kertvarosi-nyhaza.edu.hu/all/comenius/gyogynoveny_versek.pdf

11. Nagy Bandó András: Pitypang

Sárga pitypang,
árva pitypang,
tavasz táján érkezel,
sárga pitypang,
árva pitypang
gyermekláncfűvé leszel.

Sárga pitypang,
árva pitypang
rétek alján nyiladozz!

Sárga pitypang,
árva pitypang
egész nyáron illatozz!

Sárga pitypang,
árva pitypang
sorsod tudjuk, nyárig várj!

Sárga pitypang,
árva pitypang
szelek szárnyán édig szállj!²⁷

12. Mátyás Ferenc: Levendula

Kék színű virága kellemet ad,
könyvekbe is zárják jó illatát,
anyánk, ha szagolja, szíve dobban,
csöpp bokrát megleled a vadonban -
úgy él, mint az ibolya, szerényen:
Lavandula vera latin néven.²⁸

²⁷ Education and culture: Gyógynövények Magyarországon versgyűjtemény. 2010-12, [online]. [2022.04.05.]. https://kertvarosi-nyhaza.edu.hu/all/comenius/gyogynoveny_versek.pdf

²⁸ Education and culture: Gyógynövények Magyarországon versgyűjtemény. 2010-12, [online]. [2022.04.05.]. https://kertvarosi-nyhaza.edu.hu/all/comenius/gyogynoveny_versek.pdf

4.számú melléklet: Mesék leírása

1. A rozmaring királyfi (népmese)

„Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer egy király. Ennek a királynak volt három fia. Az öreg király évente be szokta járni az országot. Hát az egyik nap is elindult. Magához hívatta a legidősebb fiát. Azt mondja neki:

- No, édes fiam, neked mit hozzak a hosszú utamról?
- Édesapám, én csak arra kérem kendet, hogy hozzon nekem egy aranyzörű paripát.
- Jól van, édes fiam, megveszem.

Bement a középső fiához, tőle is kérdi:

- No, édes fiam, neked mit hozzak erről a hosszú utamról?
- Nekem ne hozzon egyebet, édesapám, csak egy aranynyerget.
- Jól van, édes fiam, meglesz.

Avval megy a legkisebbik fiához, akit úgy szeretett, mint a szeme fényét. A legkisebbik fiú meg éppen a sarokban üldögélt, ott búslakodott. Kérdő tőle a király:

- Hát te ugyan miért búslakodsz, édes fiam?
- Már hogyan búslakodnék, felséges királyatyám, mikor kend ilyen hosszú útra indul, ilyen hosszú időre!
- Indulok, édes fiam, de most az a kérdésem, hogy neked mit hozzak erről a hosszú utamról.
- Felséges királyatyám, énnekem csak annyi a kérésem, hogy egy olyan rozmaringbokrétát hozzon, amelyet még a világon senki nem látott.
- Jól van, édes fiam, meglesz a kívánságod. De hát csak ezt a csekélységet kéred?
- Ezt a csekélységet, édesapám, mert évek óta erről álmodozom.
- Jól van, fiam, ha ez a kívánságod, meglesz. Még a király fiának se lenne olyan rozmaringbokrétája, amelyet még legényember nem tett a kalapjához?

A király elbúcsúzott a három fiától, lóra pattant, magához vette néhány emberét, és már indultak is. Mentek, mendegéltek, hát elértek egy nagy-nagy erdőbe. Az erdő közepén valaki megszólította a királyt:

- Hopp, hopp, felséges királyatyám, meglesz-e a rozmaringbokréta?

Felháborodik az egyik szolga:

- Ki merészelte a felséges királyt megszólítani?

Már ott is termett egy öregasszony a király lova előtt. Azt mondja:

- Én vagyok. Ott voltam, mikor a legkisebbik királyfi olyan gyönyörű rozmaringbokrétát kívánt a királytól, amelyet még emberi szem nem látott.

- Hát ha kívánta, meglesz, öreganyó! Már talán csak a király fiának meglesz! Olyan rozmaringbokrétát hozok neki, amilyen még senki legényfiának nem volt a kalapjánál.

- No jól van, akkor indulj utadra, de jól vigyázz minden szavadra!

Ment a király a kíséretével hetedhét országon keresztül. Mikor már az utolsó országba értek, azt mondja a szolgáknak:

- No, gyertek, menjünk a vásárba, hogy megvegyük az aranszörű paripát meg az aranynerget! Mindjárt rá is akadt a király az aranszörű paripára is meg az aranynergre is. Meg is vette. Rettenetesen nagy árat fizetett érte, mindenki csodálkozott rajta. No, még volt egy feladata. A legkisebbik fiának, akit a legjobban szeretett, nem vette még meg, amit kívánt.

Bejárta az egész vásárt, de bizony kedvére való rozmaringbokrétát nem talált. Azt gondolta, majd útközben hátha valahol ráakad.

Elindulnak hazafelé. Beérnek egy faluba, találkoznak egy lakodalmas menettel. Hej, egyik legénynek szebb rozmaringbokréta volt a kalapjánál, mint a másoknak! Gyönyörű szépek voltak, de egy sem tetszett a királynak, mert ő olyat akart vinni, amilyen még senki emberfiának nem volt a kalapjánál. Ment tovább nagy bánatosan hazafelé. Mikor aztán beért a városba, elért a palotája kapujáig, szaladt elébe a két idősebb fia, és szép illendő szóval köszöntötte. Egyiknek átadta az aranszörű paripát, a másoknak meg az aranynerget.

- Hol van a legkisebb fiam? Hol van az öcsétek? Miért nem jön elém?

- Jaj, felséges királyatyám, nem tudjuk, mi történt veled, de mióta elmentél, azóta a szobájából ki nem mozdul, csak ott üldögél a sarokban, búslakodik, könnyezik.

Mindjárt rohant a király a fiához, igaz, hogy ő is elkeseredve, bánatosan.

- Édes fiam! Édes fiam! - kiáltott neki a király.

De a fű még a füle botját se mozdította.

- Mi történt veled, édes gyermekem? Igaz, hogy neked ajándékot, mert semerre sem kaptam, de hát azért nem kell olyan nagy búsulásnak adni a fejedet! Hiszen még eddig nem is tudtad.

- Tudtam én már, felséges királyatyám, mikor elindultál, hogy nem tudod azt nekem elhozni, amit kérek.

- No de ne búsulj, édes gyermekem, egy lehetőségünk van még.

- Milyen lehetőségünk lenne, felséges királyatyám, mikor bejártál hetedhét országot, és sehonnan se tudtál bokrétát hozni?

- Tudod mit, gyermekelem? Kidoboltatjuk, hogy minden nőszemély jöjjön be a palotába, aztán mindegyik próbáljon meg rozmaringbokrétát kötni. Amelyik a legszebb lesz, legjobban fog tündökleni, legjobban fog neked tetszeni, az lesz a tied.

Bele is egyezett a fiú. Megparancsolta a király, rögtön verjék meg a dobokat, adják hírül mindenfelé, hogy minden nőszemély jöjjön a királyi palota udvarára bokrétát kötni. Amelyiknek a bokrétája legjobban fog tetszeni a királyfinak, azt fogja feleségül venni. A királyfi pedig olyan szép volt, hogy hozzá hasonló szépség nem is igen létezett akkoriban. Irigyelte is a két bátyja, ezért nem is sokat törődtek vele. De nemcsak szép volt, hanem kedves és szerény is.

Meg is jelentek ám hercegnők, grófnők, királykisasszonyok, bárónők, mindenféle úri dámák. Kötötte a rozmaringbokrétát egyik jobban, mint a másik, de bizony senkinek nem sikerült. Elkeseredett a király, hogy az Isten olyan gyermeket adott neki, aki még házastársat se fog találni, hiszen egy nyomorult rozmaringbokrétáért annyira odavan, hogy más nem is kell neki. Bármilyen szépet is hoztak, egyik se nyerte meg a tetszését. Erre minden tanácsadóját összehívta a király, tanakodtak, hogy mitévők legyenek. Ahogy ott tanácskoznak, beszélgetnek, bekopog valaki az ajtón. Hát egy öregasszony volt. Azt mondja:

- Adj' isten jó estét, felséges királyom!

- Adj' isten neked is. Mi járatban vagy?

Azt mondja az öregasszony:

- Hej, felséges királyom, mondtam én már azt régen, hogy nehezen hozod te meg a rozmaringbokrétát a királyfinak, mert nem ott kereskedel, ahol kell!

- Mondd hát, hol kell! Mondd, öreganyám! Tüstént mondd meg!

Odaültette a király az öregasszonyt maga mellé, az meg így szólt:

- Nem kell messzire menni, felséges királyom.

- Hát hova, mondd!

- Csak ide a kert sarkához, az öreg halász kunyhójába.

- Az öreg halász kunyhójába? álmélkodott a király.

- Oda ám! Ott van a gyönyörűséges szép rozmaringbokréta, amit még emberi szem nem látott.

- Ne beszél, öreganyám!

- De bizony, ott van!

A király menten katonának akart küldeni érte, de az öregasszony így szólt:

- Álljatok meg! Oda nem katonasereggel kell menni, oda magának a királyfinak kell elmennie!

El is indult a királyfi a kert sarkához, az öreg halász kunyhójába. Hát ahogy lépne be a kunyhó ajtaján, ott fekszik egy hatalmas oroszlán. Fogta volna a királyfi a kardját, hogy levágja az oroszlánt, de odaugrott hozzá az öregasszony, és rákiáltott:

- Hopp, királyfi, állj meg, a kardodat ne emeld, mert akkor tüstént vége a szép életednek! Menj csak oda, simogasd meg az oroszlánt, meglátod, beenged a kunyhóba.

Úgy is tett a királyfi. Odament, megsimogatta az oroszlánt, még meg is csókolta. Azt mondja az öregasszony:

- No, édes fiam, most már jól végezted a dolgodat, beléphetsz.

Ahogy belép a királyfi a kunyhóba, egy gyönyörűsége szép bölcsőt lát a sarokban. A bölcsőben egy aranyhajú gyermek, feküdt, de olyan igen szép volt, úgy sugárzott a szeme, mint a napsugár. Mellette a rozmaringbokréta. A királyfi érte nyúlt, de a gyermek megfogta a kezét, és megszólalt:

- Csak a rozmaringbokrétára van szükséged, királyfi?

- Dehogy, te tündérszép! Hiszen te szavakkal szólsz hozzám! Terád is szükségem van!

Avval a hóna alá vette a királyfi a bölcsőt, vitte volna hazafelé, de megint elébe fordult az oroszlán, s azt mondta:

- Nem mehetsz még el, királyfi! Ilyen könnyen azért nem jutsz hozzá a legszebb bokrétához!

- Mi a feladatod, mondjátok tüstént! Mindent megteszek, még az életemet is feláldozom.

Azt mondja az öregasszony a királyfinak:

- Tudd meg, ez az oroszlán itt ugyanolyan ember, mint aki a bölcsőben fekszik, de egy gonosz boszorkány elvarázsolta. Vissza kell változtatnod!

- Mit tegyek, öreganyám?

- Merülj alá a patak fenekére, ott találsz egy aranykulcsot, azt hozd fel!

A királyfi tüstént belevetette magát a patakba. Igaz, hogy nagy hullámok közt, de sikerült neki előkeresni az aranykulcsot. Amikor felvitte, az öregasszony a kulcsot háromszor megfordította, hát az öreg halász kunyhója mellett azon nyomban olyan szép aranypalota termett, hogy olyan még emberi szem nem látott. Eltűnt az oroszlán, eltűnt az öregasszony. Ugyan hová lettek? Hová is lettek volna? A trónon ültek. Egyik volt a király, a másik a királyné. Akkor aztán kereste a fiú a bölcsőt, de az sehol nem volt. Kérdi a királynét:

- Hol a bölcső? Hol van a gyermek, hol van a rozmaringbokréta?

- Tudd meg, királyfi, hogy azt a rozmaringbokrétát tizennyolc esztendő alatt kötötte a lányom, aki olyan szép, mint a napsugár.

Avval kinyitott a királyné egy ajtót, és hívatta a lányát. Hozta a királykisasszony a bokrétát. Hát az olyan gyönyörű szép volt, hogy minden szálán arany csüngött. De a királykisasszony is szép

volt ám, olyan volt a szeme, mint a napsugár. Fogta a királyfi, kalapjához tűzte a bokrétát. Megölelték, megcsókolták egymást, aztán elindultak hazafelé. Hej, nagy volt az öröm a királyi palotában! Mert olyan szép feleséget talált a királyfi, mint ő maga volt.

Meg olyan rozmaringbokrétát, amelyet még soha emberi szem nem látott. Csaptak nagy lakodalmat, még most is mulatnak, táncolnak, ha meg nem haltak.”²⁹

²⁹ Népmese: <https://egyszervolt.hu/estimese/a-rozmaring-kiralyfi-iii-resz-nepmese-20111217.html>.
[online].[2022.04.14.]

2. Benedek Elek: A rozmarintszál

Volt egyszer egy király, akit a népei erősen szerettek, de sokat is búsultak miatta, mert nem akart megházasodni. Mi lesz az országunkból - élődtek a népek -, ha egyszer meghal a királyunk, s nem marad örököse! Hiszen a király szeretett volna megházasodni, be is járt országot-világot, de sehol sem talált kedvére való feleséget. Nem tudta már, hogy mit csináljon. Egyszer eszébe jut, hogy van az ő vadaserdejében egy soktudó öreg vadászember, attól majd tanácsot kér. Elment az erdőbe, megkereste az öreg vadászt, tanácsot kért tőle. Az öreg vadász egy rozmarintszálat adott neki, s azt mondta, hogy amely leány előtt ez a rozmarintszál meghajol, azt vegye el feleségül. Visszament a király az udvarába, s kihirdette országvilágszerte, hogy aki szép leány van, s az ő felesége akar lenni, jöjjön el az udvarába, s amelyik előtt meghajol a rozmarint, feleségül veszi. Bezzeg hogy jöttek a világ minden tájékáról, gazdag lányok, szegény lányok, báró-, gróf- s hercegkisasszonyok, hogy alig fértek el az udvaron. Ott aztán szépen körbe állottak, s a király kiment közéjük. Sorban megállott előttük, kezében a rozmarinttal, de bizony az egyetlen leány előtt sem hajolt meg. Búsult a király, hogy már a rozmarint sem használ. Kihirdette másodszor, hogy jöjjön, aki szerencsét akar próbálni. S jöttek másodszor még többen, sokkal szebb leányok, de a rozmarint ezek előtt sem hajolt meg. Megpróbálta harmadszor is, s jöttek most annyian, mint égen a ragyogó csillag. S valának köztük olyan szépek, hogy a napra lehetett nézni, de rájuk nem, s a rozmarint még ezek előtt sem hajolt meg. De már most igazán nem tudta, mitévő legyen. Hiába feküdt le este, szemére nem jött álom, mert a nép zúgolódott már, hogy annyi szép leány közül nem tudott választani. Amint így tűnődnek, élődnek magában, csak beröppen az ablakon egy kicsi madárka, arany volt a lába, arany volt a szárnya, s elkezdett beszélni a rozmarinttal: - Hallod-e, te rozmarintszál, én tudom, hogy a király szívének nagy bánatja nagyon, de én majd segítek rajta. Mert a király kétszer szabadított meg engem a sólyom karmai közül, hát jóért jóval akarok neki szolgálni. Az a leány, aki előtt te meghajolnál, tündérgertben lakik. Holnap reggel indulj el az udvarból, hívjad a királyt, hogy menjen utánad, én majd felettetek repülök, s te csak nézzed, hogy merre szállok, arra tarts mindig, szépen elvezetlek a tündérgertbe. A király jól hallotta ezt a beszédet, s alig várta, hogy megvirradjon. Nem kellett, hogy hívja a rozmarint, amint az elindult, ment utána. Az aranylábú, aranytollú madár mindig ott repült fölöttük. Vezette őket erdőkönmezőkön által, hetedhét ország ellen. Amint mentek, mendégéltek, rengeteg erdő közepében egy lovat találtak, mely az út szélén fetrengett s nyögött keservesen. Odamegy a király, nézi, mi baja a lónak. Még jól rá sem nézhetett, megszólal a ló: - Te jó ember, segíts rajtam, bizony megszolgalom neked. Egy esztendeje, hogy a bal lapockámban van egy ezüstnyíl, s még nem

akadt olyan könyörületes lélek, aki ezt kihúzta volna. Még azt is elmondta a táltos ló - mert táltos volt -, hogy a nyilat egy vén boszorkány lőtte a lapockájába. A király megfogta a nyilat, szépen kihúzta, s hát abban a szempillantásban a ló felszökött a földről, felágaskodott, s úgy megszépült, hogy a király olyan szép lovat életében még nem látott. - Na - mondá a táltos -, köszönöm a jószágodat, el sem is felejttem. Jól tudom, hogy mi járatban vagy. Ül fel a hátamra, s addig meg nem nyugszom, míg feleséget nem találsz. Felült a király a táltos hátára. Szállott a rozmarint előttük, az aranytollú madár felettük, s repült a táltos, szélnél sebesebben, még a gondolatnál is sebesebben. Hanem egyszer csak hirtelen megáll a táltos. Szertenéz a király, s hát egy üvegvár elé értek. No, még ilyen várat sem látott világéletében! Üveg a fala, üveg a födele, üveg az ajtaja, s akár hiszitek, akár nem, üveg volt még az ablaka is. Még meg sem állapodtak jóformán az üvegvár előtt, hallja a király, hogy valaki odabent éktelenül ordít, mintha nyúznák, s tüzes vassal sütögetnék. Beszalad a király a várba, s - Uram, Jézus, ne hagyj el! - mit látnak szemei. Egy üvegember ül ott, s ordít keservesen. Azért ordított, mert a hasában egy dongó volt, s az ki akarta rágni. Kérdi a király: - Hát te miért ordítasz, te üvegember? - Hogyne ordítanék - mondá az üvegember -, hát nem látod, hogy egy nagy dongó van a hasamban, s ki akarja rágni! - Hát nem lehet ettől megszabadítani téged? - kérdi a király. - Dehogyan lehet, dehogyan lehet - mondá az üvegember -, eleget próbáltam, de nem lehet, míg ennek a dongónak az anyja, a kétkardú pók él. Az pedig, míg a világ s még két nap, mindig él, nem lehet azt elpusztítani. Volt egy táltos lovam, az talán el tudta volna pusztítani, de az ördögadta kétkardú pók ezt is meglőtte. Még jóformán el sem panaszolható ezt az üvegember, hát ereszkedik le a padlásról a kétkardú pók, s leül az üvegkanapéra, éppen a királyné mellé, mert hogy szavamat össze ne keverjem, ott ült a királyné az üvegkanapén, de tetőtől talpig be volt fonva pókhálóval. A királynén mindig rózsaruha volt, de ezt a pók minden órában befonta az ő hálójával, a másik órában pedig egy tövismadár letépdeste róla a hálót. Na, leereszkedett a pók az üvegkirályné mellé, és elkezdte fonni a hálót a rózsaruhára. - De ilyen-olyan teremtette - rikkantott a király -, ezt már tovább nem nézhetem! Kirántotta a kardját, s nekivágott a póknak. De az a fertelmes állat a két első lábával, amely olyan volt, mint két kard, úgy-úgy visszacsapott, hogy a királynak mindegyre kiesett a kard a kezéből. Csak úgy csengett az üvegvár a nagy erős viaskodástól, hogy a táltos is meghallotta odakint. Hopp, nekiugrott a garádicsnak, fel az üvegvárba, be a szobába, s úgy oldalba rúgta a kétkardú pókot, hogy meg sem moccant többet. A dongó, mikor látta, hogy az anyja veszedelemben van, hirtelen kirepült az üvegkirály száján, de hiszen ha kirepült, vége is lett az életének, úgy rátappantott a táltos az első lábával. S hát amint a pók meg a dongó megdöglött - halljátok csak, mi történt. Az üvegemberből igazi szép ember lett. Az üvegasszonyból igazi szép asszony - de milyen szép asszony! -, s a ruháján

egyszeriben kinyílottak a rózsák. A kicsi tövismadár leánnyá változott, mert leány is volt azelőtt, az üvegkirályné szobaleánya. Az üvegvárból pedig aranyvár lett ismét, mert arany volt ez is annak előtte. Na, mikor minden ilyen szépen jóra fordult, az üvegkirály elbeszélte, hogy s mint lett belőle üvegember, hogy került dongó a hasába. Az úgy volt, hogy egy vén boszorkány el akarta vetetni vele a leányát. Mikor aztán tündérvárból hozott magának feleséget, a boszorkány nagy bosszúságában dongóvá változtatta leányát, őt pedig üveggé, s beléje küldötte, hogy rágja, kínozza. Ő, a boszorkány, kétkardú pókká változott, hogy a királyné rózsaruháját pókhálóval bevonhassa. A szobaleány pedig tövismadárrá, aki mindig letépi a pókhálót róla, hogy aztán ismét befonhassa. Hanem ez még nem volt elég, meglőtte a táltost is. Mikor így elmondott mindent az egyszeri üvegkirály, mondja a királypajtásának: - No, pajtás, te velem annyi jót tettél, hogy én azt neked soha meg nem tudom szolgálni. - Nekem ne is szolgálj - mondá a király -, csak azt mondd meg, hol van a tündéerkert. - Ó, az nincs messze ide - mondá az üvegkirály -, egy szempillantás sem telik belé, odarepít az én táltos lovam. Még vacsorára sem maradt ott a király, pedig ugyancsak marasztalták. Felült a táltos hátára, s hipp-hopp, ott voltak a tündéerkertben. Haj, Istenem! Nagy szomorúság lehetett ottan, mert gyászba volt borítva az egész tündéerkert, tündéerkert közepén a gyémántpalota. Kérde a király a tündérektől: - Kit gyászolnak itten? Felelték a tündérek: - A királykisasszonyt. Szegény, amiatt való nagy bánatában, hogy a nénjét a kétkardú pók minden órában befonja a hálójával, fehér liliommá változott. Mondja a király a tündéreknek: vezessék el őt ahhoz a fehér liliomhoz, hadd nézze meg. Odamennek, s hát a rozmarint csak meghajlik a fehér liliom előtt. Az aranytollú madár rászáll, elkezd énekelni, s ím - halljatok csodát! - ebben a pillanatban megrázkódék a fehér liliom, s olyan gyönyörűséges leánnyá változott, amelyet még emberi szem nem látott. Hej, nagyot kiáltott a király örömeiben. Azt mondta: - Enyém lesz az a leány, ha addig élek is! De a tündérekisasszony sem húzódozott tőle, s mindjárt papot hívtak, nagy lakodalmat csaptak, aztán fölkerekedtek, meglátogatták a sógorságot is, ott is volt dínomdánom, lakodalom. Aztán megint fölkerekedtek, hazáig meg sem állottak. S ott volt még csak az igazi vendégség, de olyan, hogy hét országra szólott, hét hónapig tartott, rostával hordották a bort, ki kapott enni, ki nem, de mindenki jóllakott. Én is ott voltam, egy nagy csontot kaptam, menj oda te is, adnak neked is.³⁰

³⁰ Benedek Elek: Magyar mese- és mondavilág 1. kötet. Bp.: Athenaeum Irodalmi és Nyomdai Kiadó, 1894

3. Bartócz Ilona: A pitypang meséje

A virágok tündére egy napon sorra meglátogatta az alattvalóit, megkérdezte tőlük, nincs-e panaszuk, kérésük, kapnak-e hűvös reggeli harmatot, kedvesen játszadozik-e velük az esti szél, fölkeresik-e őket a pillangók.

A kényes kerti virágok sorra elmondták panaszaikat. A rózsza arra kérte a tündért, intézze úgy, hogy a viola illata ne legyen olyan fűszeres - mert irigy volt ez a kerti rózsza, irigyelte a viola édes illatát, azt szerette volna, hogy az emberek csak az ő illatában gyönyörködjenek.

A virágok tündére jószívű volt, mint az egy tündérhez illik, megszidta hát az irigy rózsát, és megsimogatta a hallgatag, csöndes violát.

A százszorszép arra kérte a tündért, növesszen neki töviseket, hogy az emberek nehezebben tudják leszakítani; a liliom élesebb kardokat kért; az estike meg azt szerette volna, ha ő nem este, hanem reggelenként nyílna, illatozna.

A virágok tündére egy napon sorra meglátogatta az alattvalóit, megkérdezte tőlük, nincs-e panaszuk, kérésük, kapnak-e hűvös reggeli harmatot, kedvesen játszadozik-e velük az esti szél, fölkeresik-e őket a pillangók.

A kényes kerti virágok sorra elmondták panaszaikat. A rózsza arra kérte a tündért, intézze úgy, hogy a viola illata ne legyen olyan fűszeres - mert irigy volt ez a kerti rózsza, irigyelte a viola édes illatát, azt szerette volna, hogy az emberek csak az ő illatában gyönyörködjenek.

A virágok tündére jószívű volt, mint az egy tündérhez illik, megszidta hát az irigy rózsát, és megsimogatta a hallgatag, csöndes violát.

A százszorszép arra kérte a tündért, növesszen neki töviseket, hogy az emberek nehezebben tudják leszakítani; a liliom élesebb kardokat kért; az estike meg azt szerette volna, ha ő nem este, hanem reggelenként nyílna, illatozna.³¹

³¹ Bartócz Ilona: A Pitypang meséje. 2002, [online]. [2022.04.05.]
https://www.gondola.hu/cikkek/9235-A_pitypang_meseje.html

4. A Levendula

Volt egyszer hol nem volt, nem is olyan messze, csak a szomszéd utcában, volt egyszer egy kert. Ebben a kertben nagyon szép virágok nyíltak. Rózsa, szegfű, liliom és az ő árnyékukban szerényen meghúzódva a levendulák illatoztak. A rózsa, a szegfű, és a liliom minden nap azon vitatkoztak, hogy melyikük szebb, illatosabb és hasznosabb! Természetesen mindenik saját magát dicsérte. Ezen a reggelen is megjelent egy lepke. Reá szállt a rózsára, aki rögtön megkérdezte tőle, hogy ki a legszebb köztük? A kis lepke azt válaszolta: „Te vagy a legszebb, a legillatosabb, és a te szirmaidból nyerik a rózsaoiljat.” A rózsa diadalmasan nevetett. Ekkor egy dongó a szegfűre szállt, és megpihent a szirmai közt. A szegfű is megkérdezte a dongót: „Ki a kert szépe?” „Bizonyára te vagy-” válaszolta a dongó-, mert ilyen aromás illata senkinek sincs. Nemsokára megérkezett egy éhes méhecske és rögtön a liliom kelyhébe landolt, ahol tele szívta magát a finom nektárral, és még a lábait is tele szedte virággal. Megkérdezte a liliom a méhecskét, hogy kit tart köztük a legszebb és leghasznosabbnak. „Bizonyára te vagy-” lelkendezett a méhecske-, mert ilyen illatos mézet csak én fogok vinni a kaptárba! Bizonyára meg fog dicsérni a méhkirályné!” Arra repült egy molylepke is, és amint megérezte a levendulák illatát, elkezdett prüsszölni, és a rózsa szirmai közé ájult. Amikor magához tért, elkezdte szidni a levendulákat, hogy ilyen büzt árasztanak, és arra biztatta a többi virágot, hogy száműzzék maguk közül! Nemsokára vihar keletkezett, dörgött, villámlott, nehéz esőcseppek hullottak és hirtelen nagy forgószél támadt. A rózsa, a szegfű, és a liliom szirmaikat leszaggatta, szanaszét hajította, és amire elállt a vihar, nem volt más virág a kertben, csak a levendulák. Három kislány jött a kertbe, virágot akartak vinni az anyukájuknak. Szomorúan néztek szét a szétzilált kertben. Az egyik kislány meglátta a szép levendulákat, és azt mondta, hogy ebből a lila virágból szedjenek csokrot. Így is történt, majd a csokrokkal felszerelve haza mentek. Az első kislány, amikor átadta anyukájának a csokrot, bocsánatot kért, hogy ilyen jelentéktelen virágot hozott, de anyukája össze- vissza csókolta érte, és azt mondta, hogy már régóta szeretne egy kis levendulát, mert az elűzi a molyokat, és azonnal be is tette a szekrénybe a ruhák közé. A második kislány, amikor haza ért, azt látta, hogy a kis öcsikéje nagyon nyugtalan, rúgkapál és sir. A nagymamája, amikor meglátta unokája kezében a levendulát, azonnal zacskót varrt, és beletette a levendulát, majd a baba ágyikójába tette. Nemsokára a kicsi megnyugodott, és vígan gögicsélt! A harmadik kislány beléptekor anyukája éppen teát akart főzni apukájának, akit migrén gyötört, és már a rozsmaringot elő is vette, de amikor meglátta a kislánya kezében a levendulát, örömmel tett a főzetbe a virágból, mert így hatásosabb lett a tea. Este pedig, amikor

a kislány fürdeni ment, édesanyja egy levendula főzetet is öntött a fürdővizébe mondván, hogy pihentetőbb legyen az alvása. Így lett a lenézett virágból a leghasznosabb virág a kertben!³²

³² Meseláda: A Levendula. [online]. [2022.04.05.]
<http://meselada.csendszavak.com/a-levendula/>

5.számú melléklet: Dalok leírása

Dalok-énekek:

5. Rozmaringos ablakomban

Rozmaringos ablakomban,
táncot jár a napsugár,
füsti fecske csőre koppan,
hírt hozott a kismadár.

Azt csicsergi fecskenyelven,
megrázva a kis fejét:
nagy vidáman ünnepelem
jó anyámnak ünnepét.³³

6. Gryllus Vilmos: Somvirággal, kakukkfűvel

Somvirág, somvirág, aranysárga a világ.
Kakukkfű, kakukkszó, kirándulni volna jó!
Fűzfasípot faragni, fűzfalóval lovazni,
Árkon-bokron által, háton hátizsákkal,
menni, mendegélni, este hazatérni.³⁴

³³ Forrai Katalin: Ének az óvodában. Móra Könyvkiadó, 2017, 246. p.

³⁴ Gryllus Vilmos: Somvirággal, kakukkfűvel.[online]. [2022.04.05].
<https://mese.tv/gryllus-vilmos/somviraggal-kakukkfuevel.html>

7. Gryllus Vilmos: Pitypang

Zöld mezőben sárga pötty,
pitypang nőtt a fű között.
Kék mezőben sárga láng,
égből süt a Nap reánk.
Egyre jobban tűz a Nap,
réten pitypang áradat.
Nincsen már se zöld, se kék,
sárga lett a föld s az ég.
Zöld mezőben sárga pötty,
pitypang nőtt a fű között.
Kék mezőben sárga láng,
égből süt a Nap reánk.
Egyre jobban tűz a Nap,
réten pitypang áradat.
Nincsen már se zöld, se kék,
sárga lett a föld s az ég.
Zöld mezőben sárga pötty,
pitypang nőtt a fű között.
Kék mezőben sárga láng,
égből süt a Nap reánk.
Egyre jobban tűz a Nap,
réten pitypang áradat.
Nincsen már se zöld, se kék,
sárga lett a föld s az ég.³⁵

³⁵ Gryllus Vilmos: Pitypang. [online]. [2022.04.05.]
<https://mese.tv/gryllus-vilmos-felnotak/pitypang.html>

6.számú melléklet: Játékok leírása

A 6-sz. melléklet, Lukács Józsefné-Ferencz Éva: Őszi jeles napok című könyve alapján íródott.³⁶

1. Levél a tányéron

Két játékos tegyen egy papír tányérra a fejére, amiben a pitypang van. El kell jutniuk a kijelölt célra, úgy, hogy sem tányér, sem a benne lévő növény nem esik le. Lehet futni, mehetnek hátra felé, mászkálhatnak, szökdelhetnek. Ha nehéz egyensúlyozni a fejükön a tányérral, akkor a kezükben is tarthatják.

2. Dobd ki a virágot!

Több körbe (karika, szalagból alkotott kör), tegyünk egy gyógynövényt és egy másik virágot ábrázoló képet. Előtte megbeszéljük a gyerekekkel, a növények tulajdonságait. Állítsunk egy gyereket labdával a kezében. Nagyjából középre kell álljon, hogy körülötte legyenek a körök. Nevezzünk meg egy virágot. A gyerekeknek ebbe a körbe kell beletalálnia a labdával, amelyben a megnevezett virág képe van. Ha sikerült, elveheti a képet, majd a következő játékos jön. Ha nem sikerült, akkor is egy másik gyerek következik, de a kép a körben marad. Addig játszunk, míg az összes virágkép el nem fogy.

3. Kidobós játék virágnevekkel

Több gyerekekkel játszható játék. A gyerekek 3 virágnév közül választhatnak. Az egyik gyerek a játéktér közepén állva feldobja a labdát, és mond egy virágnevet. Azok, akik ezt a virágnevet választották, igyekeznek gyorsan elkapni a lepattanó labdát. Akinek sikerül elkapni, a menekülő társai közül egy valakit – ő lesz a következő dobó.

³⁶ Lukács Józsefné-Ferencz Éva: Őszi jeles napok az óvodai környezeti nevelésben. Debrecen. Flaccus Kiadó, 2021, p.14-17.

4. Gyógynövény-mozgás

Kiválasztunk 5 gyógynövényt, amihez más-más mozgást kapcsolunk (pl.: tapsolás, dobbantás, forgás, ugrálás) . A gyerekek ezután futkároznak, és amikor az óvónő mond egy virágnevet, akkor megállnak és az ahhoz kapcsolódó mozgást végzik.

5. Levendula-Kamilla

A csoportot két csapatra osztjuk (levendula, kamilla) az adott virág képével a kezükben. Egymással szemben állnak. Középre állítunk egy gyereket, akit a többiek kérdeznek:

-Gyógyvirágot szedünk a kertben. Szeretnél belőle?

- Igen.

-Mit szeretnél? Levendulát vagy kamillát?

A válasz bármelyik lehet. A két csapat át kezd futni a túl oldalra. Ha a középső gyerek a levendulát mondta, akkor a levendulás gyerekek közül kell elkapni valakit. Ha kamillát, akkor a kamillás, gyerekek közül kell elcsípnie a játékost. Akit elkapott, az áll be középre, ő pedig a helyére áll és folytatódik a játék.

6. Találd ki, mi vagyok!

Az óvónő a felfordított kártyapakli tetejéről leemel egy gyógynövényes kártyát. Úgy tartja, hogy a játékosok ne lássák. Elmondja a találós kérdést, és aki kitalálja, az a játék végéig megkapja az adott kártyát. Az lesz a győztes, aki a legtöbb kártyát gyűjtötte össze a játék végéig. A kártyákat minden új forduló előtt össze kell keverni.

7. Szimatoló

Az óvónő egy tálcán kis edénykébe, különböző illatú anyagokat visz körbe a gyerekeknek, akik csukott szemmel ülnek. Sorban, minden gyerek jobb kéz fejére ken egy cseppet fültisztító pálcikával. A gyerek megszaglássza, és az óvónői fülébe súgja, minek érzi az illatát. Ha helyesen mondja, korongot kap jutalmul. Az óvónő tovább megy, ha végig ért, kezdődik előlről, másik illattal, csak most a bal kéz fejére ken illatot. Ez ismétlődik, az nyer, aki a legtöbb korongot gyűjtötte.

8. Gyógyító illatok

Az óvónő az árus. A gyerekek egyenként- az óvoda kertjéből gyűjtött, megszáritott, ismert gyógynövényeket vásárolnak tőle. Mindenki kiválaszt egy szálat, összemorzsolja és megszagolja. Ha felismeri az illatáról, megnevezi. Ha nem sikerül neki, akkor a társai segíthetnek.

9. Párkereső

A gyerekeket páros számú csoportra osztjuk. Két-két csoport, tenyerébe szagmintát teszünk, ügyelve arra, hogy mind két csoportnál azonos számú szagminta legyen. Két (vagy több) csoport tagjai az illat alapján keresnek párt maguknak. Nehezíthetjük a játékot azzal, hogy többféle szagmintát alkalmazunk. Aki nem találja meg a párját kiesik a játékból.

10. Illatozó dobozok

Gyufás dobozokba dugott vattára különböző illatokat teszünk (ecet, citrom, kölni, illóolajok). Egy gyerekeknek bekötjük a szemét, egy társa egyenként kinyitja a dobozokat, és megszagoltatja vele. Amit helyesen talált ki, azt jobb oldalra teszi le, amelyiket nem, azt balra. A végén együtt megszámlálják, hogy mennyit sikerült eltalálnia. Amit nem ismert fel, azt még egyszer megszagolhatja nyitott szemmel, szerepcserével folytatódik a játék.

11. Illat párosító

Dobozokban illatmintákat helyezünk el, mindegyikből kettőt. Az egyik dobozon rajta van a képe, a másikon nincs. Mindegyiknek meg kell keresni a párját, ezzel akár egy gyerek is játszhat.

12. Memória kártyajáték

Hetes számú mellékletben található a kártyajáték.

7.számú melléklet: Memória játék

(A kártyák saját szerkesztésűek
Képek forrásai, lábjegyzékben láthatóak³⁷)



³⁷ [20.kép] Köröm virág képe: Körömvirágkrém készítése házilag. [online]. [2022.04.06.]

<https://www.naturalisa.hu/koromvirag-krem-keszitese/>

[21. kép] Pitypang képe: A pitypang pozitív hatásai. [online]. [2022.04.06.]

<https://napmintnap.com/egeszseg/ujabb-csodalatos-gyogynoveny/5/>

[22.kép] Rozmaring képe: Rozmaring, Rosmarinus officinalis. [online]. [2022.04.06.]

[https://borhykert.hu/kertepiteskertesz-et-GYOGY-ES-FUSZERNOVENYEK_6~Rozmaring-Rosmarinus-officinalis_369](https://borhykert.hu/kertepiteskertesz-et-GYOGY-ES-FUSZERNOVENYEK-6~Rozmaring-Rosmarinus-officinalis_369)

[23.kép] Fokhagyma képe: A fokhagyma termesztése. [online]. [2022.04.06.]

<https://karpataljalap.net/2017/05/24/fokhagyma-termesztese>

[24.kép] Menta képe: Menta fajok és a növényi. [online]. [2022.04.06.] <https://www.hogyan-kell.com/articles/menta-fajok-es-a-novenyi.html>

<https://www.hogyan-kell.com/articles/menta-fajok-es-a-novenyi.html>

[25. kép] Fecskefű képe: Minden idők 5 legerősebb természetes szemölcsirtója. [online]. [2022.04.06.]

<https://femina.hu/egeszseg/szemolcsirto/>

[26.kép] Álóé képe: Az aloe vera „csodanövény” hatása szervezetünkre. [online]. [2022.04.06.]

<https://www.hiper-com.com/hu/blog/2020/03/30/az-aloe-vera-%E2%80%9Ecsodanoveny%E2%80%9D-hatasa-szervezetunkre/>

[27. kép] Cickafark képe: Közös cickafark - a nők védelmében. [online]. [2022.04.06.]

<https://ezerjofu.hu/kozonseges-cickafark-gyogynoveny>

[28. kép] Zsálya képe: Orvosi zsálya. [online]. [2022.04.06.] <https://viris-kertesz.hu/termek/orvosi-zsalya/>

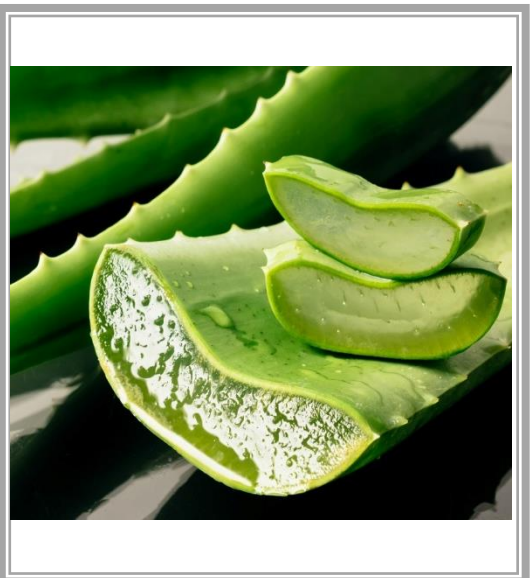
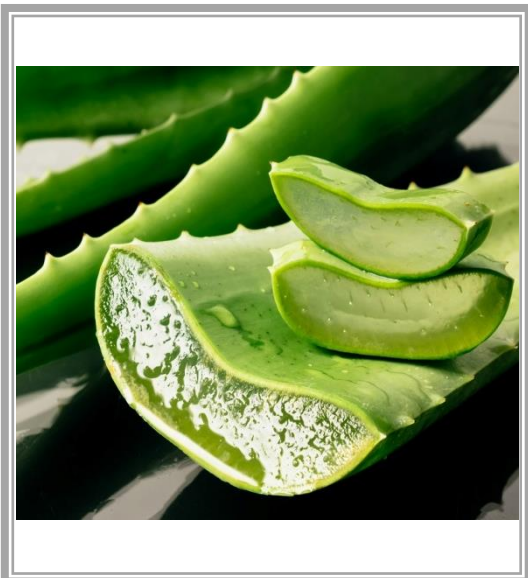
[29.kép] Kamilla képe: Kamilla illat. [online]. [2022.04.06.] <https://famacosmetics.com/kamilla-illat.html>

[30.kép] Levendula képe: Lavandula Angustifolia - Francia Levendula. [online]. [2022.04.06.]

<https://www.tunderkertje.hu/evelok/lavandula-angustifolia-levendula/2837>

[31.kép] Kövirózsa képe: Kövirózsa. [online]. [2022.04.06.] <https://biokiskert.hu/bio/kovirozsa/>









8.számú melléklet: Interjú kérdései

1. Mit gondol arról, hogy egy óvoda kertben, mit lehet termesztetni, illetve milyen kerti eszközöket vesznek igénybe? (Nyílt kérdés)
2. Mi az óvoda kert célja, illetve miért van az óvodában, óvoda kert? (Nyílt kérdés)
3. Hol ideális az óvodakertet kialakítani? (Nyílt kérdés)
4. Milyen gyógynövényeket lehetne termesztetni, és tudják-e miért jó a gyógynövényt termesztetni? (Nyílt kérdés)
5. Kinek a feladata az óvodakert gondozása és miért? (Nyílt kérdés)
6. Szülők bevonhatóak-e az óvodakertekkel kapcsolatos teendőkbe? Ha igen, miért? Ha nem, miért nem? (Eldöntendő kérdés)

9.számú melléklet: Plágium nyilatkozat



Szakdolgozat Plágium- és Nyilvánossági nyilatkozata

Név: Brauner Szintia Lilla
Oktatási azonosító: 73638892834
Neptun-kód: ASKNYP
Kar: Pedagógiai Kar
Képzés kódja: 4BSZKOV017LMBP
Képzés neve: óvodapedagógus (Budapest)
Képzési szint: alapképzés (BA/BSc/BProf)
Munkarend: Levelező
Képzés helye: Pedagógiai Kar - Budapest

Szakdolgozat címe: „Kis kertemben kakukkfű” Óvodásokkal a kertben
Hozzájárulok a szakdolgozatom nyilvánosságra hozatalához, továbbá ahhoz, hogy az Egyetem a TVSz 77/A. § (2) bekezdésében foglaltak szerint eljárhasson.

Kijelentem, hogy
fenti címen elkészített szakdolgozatomat őrszállón készítettem el
a szakdolgozatomat más felsőoktatási intézményben illetve egyetemünk más karán nem
nyújtottam még be
a szakdolgozatban szerepeltetett – más szerzőktől származó – gondolatokat és idézeteket
tudományos munkához méltóan, megfelelően jelöltem meg.

Hozzájárulok, hogy szakdolgozatomat/záródolgozatomat elektronikus plágium vizsgálaton
átfuttassák.

Kelt: Gyál, 2022.04.18.