

ZÁRÓDOLGOZAT

SZALAINÉ KOZÁRI ÉVA
Gyógy- és fűszernövények
felsőoktatási szakképzés

Keszthely
2023



Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem
Georgikon Campus
Gyógy- és fűszernövények felsőoktatási szakképzés

A HALIMBAI GYÓGYFÜVES ESPERES

Belső konzulens:	dr. Kovács János egyetemi docens
Készítette:	Szalai Kozári Éva QW3Y8Z levelező tagozat
Intézet:	Kertészettudományi Intézet

Készthely
2023

Tartalom

1. Bevezető	2
2. Dr. Szalai Miklós (1902-1990) élete	3
2.1 Gyermekkora	3
2.2 Tanulmányai	3
2.3 Korai papi tevékenysége	4
2.4 A Halimbán töltött évek.....	4
2.5 Nyugdíjas évei.....	6
2.6 Szellemi örökség	7
3. Emlékház	10
4. Fűben fában orvosság!.....	11
4.1 A könyv kiadásai	11
4.2 A könyv tartalma.....	11
5. Dr. Szalai Miklós hagyatéka	16
5.1 A terület általános jellemzői	16
5.2 Gyógynövények, melyeket manapság is gyűjtenek Halimbán	17
6. Dr. Szalai Miklós kézírata egy hasmenés elleni teakeverékről	19
6.1 Az összetevők elemzése	20
7. Következtetések, javaslatok	31
Összefoglalás	32
Köszönetnyilvánítás	33
Felhasznált irodalom.....	34
Internet források:.....	34
Dokumentumfilm:	34
Nyomtatott források:	34

1. Bevezető

„Isten megteremtette a növényeket, a természet pedig egy nyitott könyv, amelyet maga az Isten nyitott meg számunkra. Ebből a könyvből értelemmel és szeretettel olvashatunk, és aki pedig ezt hasznosítani is tudja, az biztosan barátja a természetnek és az embernek. Ilyen ember volt dr. Szalai Miklós is.” (Dr. Mail József)

Szakedolgozatom témájaként dr. Szalai Miklós, a halimbai gyógyfüves esperes munkásságát választottam.

Nagy tisztelője vagyok a természettudományos területeken az emberekért sokat munkálkodó, nagy tudású elődöknek, az olyanoknak, mint például Szent-Györgyi Albert vagy Béres József, akiket a történelem viharai sem állítottak meg szenvedélyes kutatómunkájukban. Közéjük illik Szalai Miklós is, noha az ő neve kevésbé széles körben ismert. Mivel környékünkön, Halimbán tevékenykedett, fontosnak tartom feleleveníteni érdemeit. Szalai Miklós munkásságának nyomában igyekszem bemutatni a környék jellemző növényvilágát. Méretes hagyatéka hagyományteremtőnek nevezhető. A még ma is élő hagyatéka felszínének kapargatására teszek szerény kísérletet.



1. ábra dr. Szalai Miklós a teái között /saját kép az Emlékházban kiállított eredeti fotóról/

2. Dr. Szalai Miklós (1902-1990) élete

2.1 Gyermekkora

Sperlinger Miklós néven látta meg a napvilágot 1902. okt. 23.-án /KOVÁCS, 2021; dr. Galambos István, a Bakonyi Természettudományi Múzeum nyugalmazott főbotanikusa szerint 1902. okt. 24. a helyes dátum, SZALAI, 2009/ Békésen, Sperlinger Jakab vegyesárukereskedő és Braun Róza sokadik gyermekeként. Szüleinek anyanyelve a jiddis, habár a család jelentős magyarosodáson esett át. Sajnos a századelő jelentős gazdasági visszaesése fizetéképtelenné tette a családot, akik éppen ezért 1906-ban megélhetési lehetőséget keresve Budapestre költöztek. Itt döntöttek a Szalaira történő névmagyarosítás mellett. Az identitásváltásnak a család a római katolikus vallásra való áttéréssel is nyomatékot adott /KOVÁCS, 2021/.

2.2 Tanulmányai

A társadalmilag lecsúszott család a felemelkedés új lehetőségét látta gyermekeik színvonalas taníttatásában, csakhogy a negyedik gyermek, Miklós oktatására már csak kevés pénzforrásuk maradt, így hát édesapja a papi hivatás felé orientálta fiát, akinek sikerült bejutnia a felvidéki Rózsahegyi Gimnáziumban a szegény tanulók ösztöndíjas helyére. Az említett gimnáziumban tanult Miklós 1913 és 1918 között, majd a cseh megszállást követően tanulmányait 1918 és 1921 között a budapesti Piarista Gimnáziumban folytatta, ahol érettségit szerzett. Természetrajzot oktató tanára irányította az ifjú Miklós figyelmét a gyógynövényekre, a bennük rejlő gyógyhatásokra /KOVÁCS, 2021/.

Érettségi után a veszprémi püspökség ösztöndíjasaként papnövendék lett a Pázmány Péter Tudományegyetem Hittudományi Karán. Egyik professzora volt Prohászka Ottokár, akinek minden előadásán részt vett, az órákon a gimnáziumban elsajátított gyorsírással jegyzetelt. Később tanára elkérte jegyzeteit, ebből született a Prohászka-életmű, melynek kötetei ma emlékszobájában megtalálhatók.

1926-ban szentelték pappá Veszprémben. 1927-ben doktorált filozófiából.



2. ábra A Prohászka-életmű /saját kép/

2.3 Korai papi tevékenysége

Káplánként, plébánosként több faluban szolgált, miközben 1928 és 1930 között a veszprémi papnevelő intézetben tanított. Itt tanítványa volt dr. Lékai László, későbbi bíboros, esztergomi érsek is. 1945-ben a Veszprémi püspökségtől címzetes esperesi címet kapott.

Szalai Miklós több alkalommal kérte püspökét, helyezze olyan plébániára, amelyhez megművelendő föld nem, vagy csak kevés tartozik, hogy szabadidejét a gyógynövények tanulmányozásának szentelhesse. Tudta, hogy a Bakony és a Kisalföld találkozásánál fekvő Halimba környéke Magyarország leggazdagabb gyógynövénytermő területei közé tartozik /HALIMBARIUM NET1, é.n./.

2.4 A Halimbán töltött évek

Kérése 1947-ben talált meghallgatásra, ugyanis ekkortól Miklós a Halimbai Egyházközség plébánosa lett. Szalai Miklós halimbai gyógynövényes tevékenységét a környék növényvilágának rendkívül alapos megismerésével kezdte. Gyűjtései mellé tudatosan szerzett be botanikai és farmakognóziái szakirodalmat, mely olyan modernebb, svájci, angol, német kiadású műveket is tartalmazott, melyekhez valószínűleg egyházi kapcsolatait használva juthatott hozzá. Nemcsak növénytankönyvei voltak, orvosegyetemi tankönyveket is beszerezett. Ezekből tanulmányozta a betegségek tüneteit, kialakulásukat, lehetséges lefolyásukat és az ismert kezelési módokat /M. MESTER, 2009/.

Herbáriumot hozott létre, hogy felleltározza a környéken élő, gyógynövényként számításba vehető fajokat. A határozást a Jávorka-Csapody-féle növényhatározók /JÁVORKA-

CSAPODY, 1934/ segítségével, tudományos alapossággal maga végezte, kivívva vele a kor botanikus szakembereinek elismerését.

Az összetéveszthető fajokra is tekintettel lévő herbáriumban 1406 oldalon 1139 fajt gyűjtött össze, amelyből megközelítőleg 300 gyógynövény. Amit meghatározott, azt örökre megjegyezte, így herbárium a egy idő után a szekrény tetejére került. 1978-ban a zirci Bakonyi Természettudományi Múzeumnak ajándékozta, ahol a mai napig megtekinthető.

Mellékesen alapos gombaismeretre is szert tett. A gombákat is maga határozta, az ehetőket ételnek elkészítette. Nevéhez köthető egy botanikai felfedezés is: a szakemberek közül elsőként kereste fel az Öcs község határában található Nagy-tavat, melynek közepén tőzegmohás úszóláp található. Kovácsné Véber Eszter, az esperes életének emléket állító emlékház szakmai vezetője előadásából tudjuk, hogy dr. Szalai Miklós a tó nádasában elsőként gyűjtötte a nádi boglárkát (*Ranunculus lingua*), amely ritka növényfajnak a Bakonyban ez az egyetlen ismert lelőhelye.

Halimbai szolgálata kezdetén még nem volt a településen orvosi rendelés, csak az ötvenes évek közepétől rendelt itt orvos időszakosan, az első rendelő pedig csak 1962-ben nyílt /M. MESTER, 2009/. Akinek az ezt megelőző időszakban volt szüksége orvosra, az legközelebb Ajkán kaphatott orvosi ellátást, ám mivel a tömegközlekedés ekkortájt még nem épült ki, az odajutás nehézséget okozhatott. Mindezt fokozta, hogy a mezőgazdaságban dolgozóknak társadalombiztosítása sem volt. Enyhébb betegségeiket szerencsés esetben néhány saját szedésű gyógynövényből készült teával (hársfa, bodza, kamilla és még néhány közismert gyógynövény) vagy egyéb házi szerekkel kezelték, kevésbé szerencsés esetekben babonán alapuló módszerekkel igyekeztek meggyógyulni. Ezeket az öngyógyításokra tett kísérleteket legjobb esetben is csak lassú gyógyulás követte /M. MESTER, 2009/.

A háborút követően még sokáig nehezen hozzáférhetőek maradtak a gyógyszerek, de amit kapni lehetett, az a nép számára gyakran megfizethetetlen volt /M. MESTER, 2009/. Az akkori nyomor és magukra hagyatottság körülményei között hívei hozzá mint tanult emberhez fordultak segítségért. A tőle kapott gyógyteakeverékektől hamar javult a betegek állapota. A látványos gyógyulásoknak hamar híre ment a környéken, s így egyre több beteg kereste fel kisebb-nagyobb bajával a gyógyfüves papot.

A bauxitbányászat környékbéli felvirágzásának hatására az állam a környék infrastruktúrájának fejlesztéséhez látott. Hamarosan lett orvos is a faluban, de Szalai Miklós népszerűségén ez mit sem változtatott, hiszen eddigre már országos hírnévre tett szert. Levélben érkeztek hozzá a megkeresések, ő pedig postán küldte el a teákat. Az 1963-as amnesztia után ismét hazajáró magyarok külföldre is hírét vitték. Halimbán már akkor

mindennapos látványnak számítottak a nyugati autók, amikor azok országosan még nagy feltűnést keltettek /KOVÁCS, 2021/.

2.5 Nyugdíjas évei

Az esperes 1962-ben, a nyugdíj korhatárt elérve azonnal nyugdíjba vonult, hogy csak a növényekkel foglalkozhasson, minden idejét és energiáját szenvedélyének szentelhesse. Ekkor kiköltözött a plébániáról is, megvette azt a házat, amiben ezt követően élt és itt készítette teáit is.

A gyógyteákkal kapcsolatos tevékenységek szinte az egész napját kitöltötték. Hajnalban néhány asszony segítségével keverte a teákat, nagy forgalom esetén akár délután is. Délelőtt és délután a teakerő leveleket olvasta és előkészítette a teacsomagokat a postázásra, közben teával és tanáccsal látta el a személyesen érkezőket is. Gyakran látogatták meg lelkesbarátai, vagy egyéb régi ismerősei. Szívesen beszélgetett velük és a teák miatt érkező művelt emberekkel, művészekkel, tudósokkal is /M. MESTER, 2009/.

A legforgalmasabb évek Halimbán 1965 és 1985 között voltak. A levélben kérőknek napi 70-120 félliteres csomagot küldtek, a személyesen érkezők elvittek még 15-25-öt /KOVÁCS, 2021/. Galler Rezsőné nyugalmazott postamesternő elmondása alapján, ez évi másfél millió forintos forgalmat jelentett, amikor – mint ahogy azt Kovácsné Véber Eszter is említi előadásában – egy bányász évente 38-40 ezer forintot keresett. Önmagára azonban alig költött, spártai életet élt, lyukas kalapban járt. A pénz nagy részét az egyháznak adományozta, több, mint 30 templomot újíttatott fel segítségével. Rászoruló családok gyermekeinek továbbtanulását is segítette, akár a diploma megszerzéséig támogatta őket /KOVÁCS, 2021/.



3. ábra Az esperes adományaiból felújított templomok térképe az emlékházban /saját kép/

Az első 15 évben sikerült nagyon hatásos gyógyteákat kikísérleteznie az orvosilag nehezen kezelhető epekő, vesekő, gyomorfekély panaszokra, Legnépszerűbb teái az epe- és vesegörcs oldók voltak /HALIMBARIUM NET2, é.n./. Az orvostársadalom is felfigyelt eredményeire, teáit bekérték praxisaikba, ellenőrzött körülmények között igazolták hatásosságukat /SZALAI, 2009/. Dr. Tolnai Pál előadásából tudhatjuk meg, hogy az esperes veseteájával többször életet mentett, leállt veseműködésű emberek veséje indult újra munkásságának hála, továbbá sztrókon átesett, lebénult betegeknél is sokkal jobb eredményeket értek el teájával, mint a gyógyszerekkel.

2.6 Szellemi örökség

Szalai Miklóst foglalkoztatta a tudás átadásának gondolata. Negyed évszázad eredményeit összefoglalva, 1973-ban jelent meg gyógynövénykönyve „Fűben-fában orvosság” címmel, 20 000 példányban. Ezt azonban kiadás után bezúzták, mivel tartalmazta a kender és mák alkalmazási leírását, valamint az agyhártyagyulladás kezelésére elavult módot írt le /M. MESTER, 2009/. Kb. 15 példányt sikerült a zúzdából kimenteni, ebből egy található meg az emlékházban.



4. ábra Az 1973-as kiadás egy megmentett példánya az Emlékházban, vitrin mögött /saját kép/

Majdnem egy évtizeddel megelőzhette volna Maria Trebent, egész Európában híressé válhatott volna kis hazánk szülötte, ha az akkori egészségügyi kormányzat nem felületesen ítél, hanem alaposabb vizsgálat alá veszi teáit.

1977-ben került a faluba körzeti orvosként dr. Tolnai Pál, aki szintén érdeklődött a botanika iránt. Jó barátságba kerültek, később őt szemelte ki szellemi örökösének Szalai

Miklós, Tolnai azonban orvosi teendői mellett a teaforgalmazást nem tudta felvállalni. A gyógyításban viszont használta a teákat, számtalan esetet jegyzett fel jótékony, időnként csodaszámba menő hatásaikról. Az utókorra hagyta a Szalai teákkal kapcsolatos, orvosilag is elemzett, leggazdagabb gyógyászati hatásdokumentációt /SZALAI, 2009/.

1982-ben Szalai Miklós egykori tanítványa, Lékai László bíboros közbenjárásával 16 teareceptjét eladta a Szilasmenti MGTSZ-nek /KOVÁCS, 2021/. A teakeverékeket „Halimbárium” márkaneven forgalmazták. Magyarországon ez volt az első teacsalád, ami gyógyszerári forgalomban kapható volt. A gyógyhatású készítmény kategóriát is részben emiatt hozták létre – a Richtofit krém, Hélia-D krém, Irix spray és Béres csepp mellett /KOVÁCS, é.n./. A kategória készítményei nem estek át a gyógyszer-törzskönyvezéshez szükséges procedúrán, ám a „Halimbárium” esetében vizsgálatokkal kizárták a közvetlen károkozást és némi tapasztalati hatást is igazoltak. 2001-ig forgalmazták a teákat, a privatizáció után a cég hamar profilt váltott.

Gyomorkeserűje „Miklós-keserű” néven került forgalomba és tőle származik a „Benedictus”-likőr receptje is.



5. ábra Kiállított Miklós-keserű az Emlékházban /saját kép/



6. ábra Kiállított Halimbárium teák az Emlékházban /saját kép/

A teák szabadalmi jogának eladása után, immár 80 évesen remélte, hogy nyugalomba vonulhat, de a gyártás engedélyezéséhez évek kellettek, és a hozzá ragaszkodó betegek továbbra is tőle kértek teát. Csupán életének utolsó fél évében nem dolgozott, akkor is csak azért nem, mert fizikailag akadályoztatva volt – otthonában elesett, combnyaktörést szenvedett.

1990. május 1-én hunyt el, vagyonát az egyházra hagyta.

3. Emlékház

Szalai Miklós egykori lakóháza az Egyházközségtől 1999-ben a halimbai önkormányzat tulajdonába került, amikor is az önkormányzat kimondottan azzal a szándékkal ruházott be az épületre, hogy azt emlékházzá alakítsa, így állítva méltó emléket e nem hétköznapi ember életművének.

Az Emlékház jelenleg is otthont ad a Dr. Galambos István muzeológus vezetésével, a zirci Bakonyi Természettudományi Múzeum munkatársai által berendezett állandó kiállításnak, mely nemcsak az esperes életét dolgozza fel, de a herbáriumát is, illetve bemutatja levelezését.

2010-ben avatták fel az emlékház mellett kialakított Dr. Szalai Miklós Gyógynövénykert, Bemutató- és Oktatóközpontot. Gyógynövényparcellákat, üvegházakat, tanösvényeket alakítottak ki, később rovarhotel, mezítlábas ösvény, melegház, hidegház, liktárium főző ház, mobil napelemes gyógynövény szárító is készült. Világos virágú növények utóbbiban akár 3-4 óra alatt megszáradnak. Magas illóolaj tartalmú növényeket viszont zárt térben szárítanak, ahogy a zöld növényeket is. A belőlük készült teát csoportoknak kínálják. 350-400 féle, lágú- és fás szárú gyógynövény található a kertben.

A teakeverő kisházban helytörténeti kiállítást helyeztek el. A falu körül különböző túraútvonalakat is kialakítottak az érdeklődők számára.

Egész évben fogadnak látogatókat, előadásokat, gyógynövényes továbbképzéseket tartanak. A helyi iskolások biológia órájának is gyakran ad otthont a kert. Az óvodásaiknak kis ágyásokat készítettek, ők maguk vetik el a növényeket, figyelik növekedésüket, gondozzák az ágyásokat. Így a kicsik figyelmét könnyedén terelik a növények irányába. A bemutató kert az iskola konyha részére is biztosít zöldségnövényeket, melyeket bio módszerekkel termeszt.

A személyes tárgyakkal berendezett emlékszoba, a dolgozóasztal, a könyvek és a teakeverékekre is utaló emlékek, illetve a kert miliője a mai napig árulkodik a közel fél évszázadot itt eltöltött gyógyító esperes munkásságáról.

Ott jártamkor meghatódottsággal meséltek egy frissen érkezett teakérő levélről, melyet Noé Irmának, az esperes egykori házvezetőnőjének címeztek.

4. Fűben fában orvosság!

4.1 A könyv kiadásai

1970-re írógépén megírta *magnum opus*-át, amely a gyógynövényekről összegyűjtött tapasztalatain alapul. Ebből stencilezett példányt kaptak néhányan, köztük dr. Tolnai Pál is, hogy tanulhasson belőle.

1973-ban „Fűben fában orvosság” címmel kiadták, de megjelenése előtt a cenzúra bezúzatta, hiszen az a rendszer, ami a kábítószeresek létét sem ismerte el, nem engedhette meg, hogy nyomtatásba kerüljön a mák és a kender alkalmazási leírata, ám Szalai ragaszkodott ezekhez. Ugyanígy ragaszkodott az agyhártyagyulladás könyvben leírt gyógy módjához, amit akkor már elavultnak ítélték. Szalai úgy vélte, e három elem hiánya oly mértékben bontaná meg könyve integritását, amit nem engedhet meg.

1989-ben keresték meg újra, ezúttal a Mezőgazdasági Kiadótól tettek ajánlatot a könyv kiadására. Az esperes engedélyezte a változatlan formában való kiadást. Az írás 1991-ben jelent meg „Halimbai füveskönyv” címmel, magában foglalva a mák és a kender leírását is.

Ezt követően 2001-ben a Black & White kiadó gondozásában, majd 2009-ben, színes képekkel illusztrálva a Takács és Fia Bt. gondozásában került újra kiadásra, ismét csak „Halimbai füveskönyv” címmel.

Ezen kívül kalózkiadások is napvilágot láttak, melyeket dolgozatomban nem listázok.

4.2 A könyv tartalma

A) A könyv elején bölcs gondolatokat olvashatunk, életmódbeli tanácsokkal látja el az olvasót.

a) Az egészség megőrzésének eszközei:

- Testedzés, torna, fizikai munka

„A kizárólagos szellemi munka megbosszulja magát, az ilyen ember legalábbis elhízik, idegeivel bajlódik.” /SZALAI, 1991/

- Mértékletesség az élvezetekben

„Az ital mértékkel nem árt. A dohányzás azonban mindig árt.” /SZALAI, 1991/

- Tartózkodás a szabad természetben, télen-nyáron
- Derűs könyvek olvasása, derűt keltő előadások

„Aki mást megnevettet, az az emberiség legnagyobb jóttevője” /SZALAI, 1991/

- Az optimizmus meghosszabbítja az életet
- Az egészséges emberek részvétele és jóindulata a betegek iránt
- A beteg ember teljes erejével akarjon meggyógyulni.

b) A gyógynövények népszerűsítése többféle aggodalmat kelthet:

- Ha mindenki megismerheti a gyógynövényeket, akkor sokan fogják gyűjteni – kipusztulnak a növények. > A gyakorlat ráció, a gyűjtés sok fáradsággal jár.
- Népszerűsítő mű nyomán sokan válnak zuggyógyásszá. > Ha mindenki számára hozzáférhetővé válik a gyógynövények ismerete, a zuggyógyászokról lehull a lepel.
- A gyógynövényekbe vetett túlságos bizalom ártani fog a gyógyszeriparnak. > A gyári készítmény gyorsabban hat, könnyebben kezelhető. A gyógynövényt inkább csak a gyógyszer után, egyetemesebb hatás elérése érdekében alkalmazzuk.

c) Mikor használjuk a gyógynövényt?

- Ha a betegség egyszerű, könnyű lefolyású, és nem fordulunk orvoshoz.
- Gyógyszerekkel együtt, azok támogatására.
- Végző esetben, ha a mesterséges szerek már nem segítenek.

E három eset felöleli a betegség minden mozzanatát. Inkább idült, mint heveny bajokat gyógyítsunk, javasolja. Útmutatást ad a gyűjtéshez, szárításhoz, feldolgozáshoz, felhasználási módokhoz (külsőleg, belsőleg, beöntés, stb.).

A szerző figyelmeztet arra is, hogy csak a biztosan ismert növényt használjuk, tudjuk megkülönböztetni a hasonlókat egymástól, a gyógyszerek és gyógynövények együttadásakor pedig mindenképpen figyeljünk a kölcsönhatásokra.

Mivel a vizsgált könyv nem hoz példát gyógyszer-gyógynövény kölcsönhatásokra, álljon itt néhány példa a PharmaOnline 2021. október 8-ai vonatkozó cikke alapján /BUDAI, 2021/:

Áfonya – meghosszabbítja a vérzési időt, felerősíti a vérárvadás gátlók hatását.

Édesgyökér – vízhajtóval együtt vészesen lecsökkenti a kálium szintet. K-vitamin antagonista, a vérárvadásgátlók hatását fokozza. Magasvérnyomásos, vesebeteg, szívglikozidot szedő kerülje.

Fokhagyma – vérzési hajlamot fokoz. Aspirinnel, nonszteroid gyulladásgátlóval, vérárvadásgátlóval nem ajánlott együtt.

Ginzeng – kumarinok (vérhígító) hatását csökkenti. Vércukorszintet is csökkenti, antidiabetikumokra figyelni kell.

Gránátalma – vérnyomás csökkentő hatás.

Ördögnyelv – magas rosttartalma okán sok hatóanyagot megköt.

B) A következő részben a gyógynövények felsorolása található ábécé sorrendben, praktikus, jól használható, rövid jellemzésekkel. A 2009-es, Takács-féle kiadásban minden növény színes képe is segíti a beazonosítást.

C) Ezután betegségek vannak ábécérendben felsorolva, a rájuk használható népi gyógymódokkal és a gyógyításukra használható teák összetételével.

A könyvben 31 teakeverék kerül említésre, melyek a következők:

- Álmatlanság elleni teakeverék
- Bélféreg elleni teakeverék
- Bélrenyheség elleni (hashajtó) teakeverék
- Cukorbetegség elleni teakeverék
- Csontgyengeség, angolkór elleni teakeverék
- Csúsz (ízületi fájdalmak, reuma, köszvény) elleni teakeverék
- Epe- és májbetegségek elleni teakeverék
- Élvezeti tea
- Felfűvódás elleni teakeverék
- Golyva elleni teakeverék
- Görcsoldó teakeverék
- Gyengeség (lábadozás, kimerültség, impotencia) elleni teakeverék
- Gyomorsav túltengés elleni teakeverék
- Hasmenés elleni teakeverék
- Hányinger elleni teakeverék
- Hűlés, influenza (légcsőhurut, nátha, mellbántalmak) elleni teakeverék
- Inkontinencia elleni teakeverék
- Köhögés (szamárköhögés, görcsös köhögés) elleni teakeverék
- Kövérség elleni teakeverék
- Láz elleni teakeverék
- Mandulagyulladás elleni teakeverék
- Menstruációval kapcsolatok teakeverékek

- Nemi nyugtató tea
- Prosztata megnagyobbodás elleni teakeverék
- Szemgyulladás és gyengélátás elleni teakeverék
- Szívidegesség elleni teakeverék
- Tüdőbetegségek elleni teakeverék
- Vérnyomás csökkentő teakeverék
- Vértisztító teakeverék
- Vértápláló teakeverék
- Vízajtó teakeverék

D) A szerző külön fejezetet szentelt a teakeverékek megfelelő elkészítési módjának ismertetésének illetve figyelmeztet, hogy a gyógynövények használata során nem elég a növényeket ismerni, tekintettel kell lenni a beteg nemére, korára, bajainak összességére is.

Szalai Miklós kiemelkedő etikai érzékel, komoly felelősségtudattal gyakorolta választott hivatását – teljesen tisztában volt a növények mellékhatásaival, s ezeket szem előtt tartva kevert teát a hozzáfutóknak. A kevesebb több elvét követve általában nagyjából 10 növényből állította össze keverékeit, odafigyelve a teakerő fent említett esetleges sajátosságaira, ám van példa akár 14, sőt, 16 növényből álló keverékére is /KOVÁCS, 2021/.

A teák előírataiban azonban nem konkrét leírást ad a teakeverékekhez, nem a 10 összetevő neve szerepel, hanem több növényt is felsorol, ám ez nem azt jelenti, hogy minden egyes növényre szükség van. A szabad variálás lehetőségét kívánta megadni ezzel a gyógynövények kedvelőinek, valamint lehetővé teszi, hogy a saját környezetük növényeiből válogassanak, hiszen az integrál növénytan szerint a környezetünkben azok a növények nőnek, amikre szükségünk van.

Előírataiban három kategóriára osztja az összetevőket:

I. = elsőrendű (a leghatásosabb)

II. = másodrendű (kevésbé hatásos, az elsőrendű növény hatásának kiegészítésére, támogatására vagy mérséklésére alkalmas)

III. = külföldi

A kategóriákon belül található kimondottan erős hatású növények, ezeket tört számmal jelzi az előírás, legfeljebb 1/5 arányban használhatóak. Az erősen keserű növényeket (ezerjófű, fehér üröm) még kisebb mennyiségben, 1/10 arányban javasolja. Átható illatú növényeket (levendula, bazsalikom, ruta) is főlegesen halmazni. Egy szerepeljen ezekből a keverékben, vagy ha több, együttesen ne haladja meg a törtszámuk arányát. Például a

szívteában ha már hérics szerepel, akkor gyöngyvirág már ne kerüljön bele, vagy ha igen, akkor együttesen ne lépjék túl az 1/5 arányt /SZALAI, 2009/

Az esperes térfogategységre mért, poharat használt, 1/5 pohárnyit tett a keverékbe az erős hatású növényből. Az első kategóriából 6 növényt javasolt a keverékbe tenni, a másodikból négyet.

Dr. Tolnai Pál az epetea példáján magyarázza a teaösszeállítási utasítást:

„Az I-es jelzés alatt az epeteához 48 erős hatású növényt sorol fel, az e felsorolásban szereplő, tört számmal jelzett 15 növény a legerősebb hatású ezeken belül is. Az epeteához II-es jelzés alatt 139 féle gyengébb hatású növényt sorol fel. Szóbeli magyarázata szerint az őáltala használt halimbai teák erejével majd megegyező (vagy esetleg erősebb) hatású gyógyteák állíthatók össze az I-es és II-es jel alatt felsorolt növényekből. Szerinte mindegyik teába elegendő 10 gyógynövényt tenni. Az I-es jelű, erősebb hatásúakból 6 növényt, ezek egyike lehet egyik törtszámmal jelzett igen erős növény, ebből csak a törtszám által megadott töredék mennyiséget szabad tenni a teakeverékbe! A II-es jelű, gyengébb növényekből 4 növényt válasszunk. Az útmutatás alapján akár 10 féle egyforma erős epetea állítható össze. Az esperes úr gyógyteáinak összetételét évről évre módosította. Egy-egy keveréknek csak 70%-a volt állandó, a régóta bevált gyógynövényekből állt, 30%-át évről évre változtatta, az az évben bőven termett, újabb, hatásos növényekből állította össze. Hiszen pótolni kellett egyes gyengén termett gyógynövényeket.” /M. MESTER, 2009/

E) A könyv végén latin-magyar gyógynövenyszótár található.

5. Dr. Szalai Miklós hagyatéka

Érdekes véletlen, hogy 2023.03.25-én vetítette a televízió „A halimbai esperes nyomában” című dokumentumfilmet, mely Szalai Miklós életének és munkásságának állít emléket. Ebben szerepel Kirchner Józsefné, Margitka néni, aki az esperes mellett dolgozott, a házával szemben lakott. A filmben elmondja, hogy reggel 5 órára ment minden nap, mert 7-kor már annyi teakérő beteg volt, hogy nem tudtak dolgozni /VESZPRÉMI FŐEGYHÁZMEGYE HONLAPJA, 2016/. Fő feladata a teakeverés volt, de a gyűjtésben, darálásban, csomagolásban is segédkezett. Férje készített „szárogatót”, saját pajtájukban is szárítottak. A megszáradt növényeket ledarálták. Ha nagyon meleg volt, este 11-ig is daráltak, sokat dolgoztak.

Margitka néni már nem él, a szemben lévő házban azonban a fia, Kirchner József lakik. Ő a mai napig gyűjti a gyógynövényeket, a család, ismerősök számára keveri is a teákat. Elmondja, hogy általános iskolás gyermek kora óta részt vett a munkafolyamat minden elemében, segített szüleinek, alaposan megismerte a gyógynövényeket, sőt manapság is folytatják a gyógynövénygyűjtés hagyományát.

5.1 A terület általános jellemzői

Halimbán és környékén találkozunk a Bakony és a Kisalföld gyógynövényvilága, keveredik a különböző területek flórája. A község határában megtalálható láprét úgy, mint vizes élőhelyek, száraz dombtetők. A falutól délre elhelyezkedő észak-déli irányú völgyekben sokféle élőhely, ezért sokféle növénytársulás, így sokféle gyógynövény is található /KOVÁCS, 2021/.

Voltak jó minőségű talajok a gazdálkodáshoz és itt mellékesen több gyógynövény faj is megtermett: búzavirág, zab, len, kender, babhék, kukoricahaj, hajdina, mezei zsúrló, konkoly. A nedvesebb réteken kakukktorma, vassfű, vérfű, legyezőfű, katángkóró, cickafark, stb. A vízhez közel jól érezte magát a fűzfa, vízimenta, sédkender, görvélyfű, fűzény, éger, nefelejcs, stb. A magasabb, szárazabb, karsztos területek növényei a Csabaíre, tejoltó galaj, fekete kökörcsin, tavaszi hérics, csattogó eper, sarlós gamandor, sós-kaborbolya, nagy ezerjófű. A lombos erdőket tölgyek, kőrisek, nyírfák alkották, alattuk salátaboglárka, májvirág, illatos ibolya nyílt /SZALAI, 2009/.

5.2 Gyógynövények, melyeket manapság is gyűjtenek Halimbán

Kirchner Józsefnek köszönhetően betekintést kaphattam, hogy manapság milyen gyógynövényeket gyűjtenek Halimbán. Az alábbi listában szereplő gyógynövények a gyűjtési idő sorrendjében kerültek feltüntetésre. A lista a teljesség igényével készült, habár meglehet, hogy néhány gyógynövény kimaradt, amit elenyésző mértékben gyűjtenek. A manapság Halimbán jelentős mennyiségben gyűjtött gyógynövények a következők: csetegyökér vagy gyalogbodza (*Sambucus ebulus*), pásztortáska (*Capsella bursa pastoris*), vérehulló fecskefű (*Chelidonium majus*), galagonya virág (*Crataegus oxyacantha*), csalán (*Urtica dioica*), bodzavirág (*Sambucus nigra*), nyírfalevél (*Betula pendula*), kakukkfű (*Thymus serpyllum*), zsurló (*Equisetum arvense*), legyezőfű (*Filipendula ulmaria*), martilapu (*Tussilago farfara*), tejoltó galaj (*Galium verum*), cickafark (*Achillea millefolium*), szappanfű (*Saponaria officinalis*), orbáncfű (*Hypericum perforatum*), somkóró (*Melilotus officinalis*), sédkender (*Eupatorium cannabinum*), apróbojtorján (*Agrimonia eupatoria*), szúrós gyöngyajak (*Leonurus cardiaca*), katángkóró (*Cichorium intybus*), fehér üröm (*Artemisia absinthium*), kutyabengekéreg (*Frangula alnus*), citromfű (*Melissa officinalis*), útifű (*Plantago lanceolata*), tüdőlevél (*Pulmonaria officinalis*), aranyvessző (*Solidago virga-aurea*), vérfű (*Sanguisorba officinalis*), porcsinfű (*Portulaca oleracea*), kukoricabajusz (*Zea mays*), fenyőörög (*Pinus silvestris*), cserszömörce (*Cotinus coggygria*).

Látható, hogy Halimbán a mai napig jelentős hagyománya van a gyógynövények gyűjtésének. Igazi paradicsom ez a hozzáértők számára. A manapság gyógynövényt gyűjtő öregekkel folytatott beszélgetéseim során az alábbi, vélhetőleg nem csak lokálisan elterjedt nézeteket tudtam meg:

Szúrós gyöngyajak (*Leonurus cardiaca*) – olyan helyen, ahol birkákat legeltetnek, jobban terem, ha a birkatrágya mellé sok csapadék is esik, bő termés lesz.

Vérgomb vagy vérfű (*Sanguisorba officinalis*) – sarlóval szedik. Összehúzó hatású, gyomorvérzést is elállítja. Gyomor- és tüdő teába is keverik.

Pásztortáska (*Capsella bursa pastoris*) – lisztharmat hamar megtámadja, ezért amikor virágzik, le kell szedni, mert utána már nem megfelelő minőségű a növény.

Galagonyavirág (*Crataegus monogyna*) – gyűjtése gondosságot igényel, ugyanis a begyűjtött virág hamar bemelegszik, megfűlled a zsákban, ami kihatással van a szárítmány minőségére is.

Szappanfű (*Saponaria officinalis*) – ha a szappanfű levele lyukacsos lesz, az azt jelenti, hogy savas eső érte a növényt.

Csipkebogyó (*Rosa canina*) – megszárad padláson is, hálóra terítve, azonban szükséges 4-5 óránként átmozgatni.

Vérehulló fecskefű (*Chelidonium majus*) – úgy tartják, hogy ez a növény szárad a leglassabban, ugyanis mintegy három hétig szükséges szárítani.

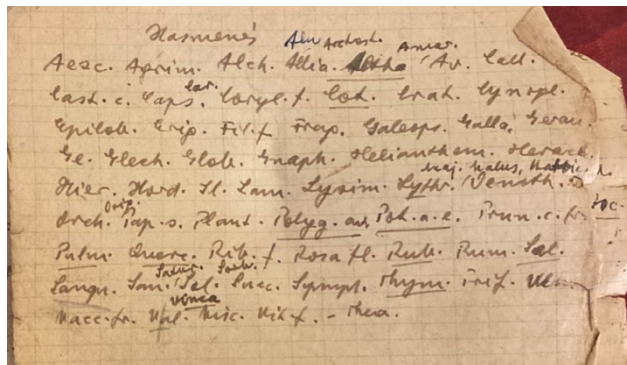
Cickafark (*Achillea millefolium*) – Szükséges kétszer vagy háromszor is ledarálni drogiát, ugyanis a szára gyakran durva darabokban keresztüljut a darálón.

Orbánfű (*Hypericum perforatum*) – a helyiek megfigyelése szerint az orbánfű nem terem minden évben, vagy legalábbis nem kielégítő mennyiségben.. A szára hamar szárad, de a virága lassan. Ha túl sokat várunk, bevörösödik a növény. A legjobb minőségű orbánfű szárítmány elérése érdekében akkor darálják, amikor a szára pattanva törik, majd az első szárítás utáni darálást követően újra kiszárítják az őrleményt.

Kirchner József Dr. Szalai Miklós hagyományát a gyakorlatban viszi tovább. A mai napig kever gyógyteákat. Saját gyűjtésű növényekből az alábbi gyógyteákat szokta keverni: Epetea; vesetea; magas vérnyomás elleni tea; szívnyugtató tea; cukorbetegség elleni tea; bélmozgató (hashajtó) tea; fogyasztó tea; tüdőbetegség elleni tea; gyomor tea (vastagbélgyulladásra is); savcsökkentő tea; vértisztító tea (méregtelenít, koleszterin szintet csökkent).

6. Dr. Szalai Miklós kézirata egy hasmenés elleni teakeverékről

Kichner József őriz néhányat az esperes saját feljegyzéseiből is. Lefényképezhettem egyet, mely a hasmenés elleni tea lehetséges összetevőit tartalmazza latin rövidítésekkel. Patikus szakmámnak köszönhetően jól olvasok idegen írást, így sikerült „megfejtennem”, mit rejt a papír. A rövidítéseket a „Halimbai füveskönyv” /SZALAI, 2009/ és a „Füben-fában orvosság” /ANONIM, 2001/ című könyv segítségével azonosítottam be.



7. ábra Hasmenés elleni teakeverék összetevőinek listája az esperes kézírásával /saját kép/

Aesc. *Aesculus hippocastaneum*; **Agrim.** *Agrimonia eupatoria*; **Alch.** *Alchemilla arvensis*; **Allia.** *Alliaria officinalis*; **Altha.** *Althaea officinalis*; **Av.** *Avena sativa*; **Call.** *Calluna vulgaris*; **Cast. c. caps.** *Castanea sativa cum capsulae*; **Coryl. f.** *Corylus avellana folium*; **Cot.** *Cotinus coggygria*; **Crat.** *Crataegus oxyacantha*; **Cynogl.** *Cynoglossum officinale*; **Epilob.** *Epilobium montanum*; **Erig.** *Erigeron canadensis*; **Fil. f.** *Filependula ulmaria folium*; **Frag.** *Fragaria vesca*; **Galeops.** *Galeopsis ladanum*; **Galla** *Galla halepensis*; **Geran.** *Geranium Robertianum*; **Ge.** *Geum urbanum*; **Glech.** *Glechoma hederacea*; **Glob.** *Globularia Willkommii*; **Gnaph.** *Gnaphallium*; **Helianthem.** *Helianthemum ovatum*; **Heracl.** *Heracleum sphondylium*; **Hier.** *Hieracium pilosella*; **Hord.** *Hordeum vulgare*; **Il.** *Ilex aquifolium*; **Lam.** *Lamium album*; **Lysim.** *Lysimachia nummularia*; **Lyth.** *Lythrum salicaria*; **Oenath.** *Oenanthe aquatica*; **Orch.** *Orchis morio*; **Pap. s.** *Papaver somniferum*; **Plant.** *Plantago lanceolata*; **Polyg. av.** *Polygonum aviculare*; **Pot. a. e.** *Potentilla anserina et erecta*; **Prun. c.** [...] a papír szélén nem jól olvasható, ezért nem egyértelmű, hogy *Prunus avium cum stipes* vagy *Prunus spinosa fructus*; **Pulm.** *Pulmonaria officinalis*; **Querc.** *Quercus cortex*; **Rib. f.** *Ribes nigrum folium*; **Rosa fl.** *Rosa gallica flos*; **Rub.** *Rubus caesius*; **Rum.** *Rumex acetosa*; **Sal.** *Salix alba*; **Sang.** *Sanguisorba officinalis*; **San.** *Sanicula europaea*; **Satur.** *Satureja hortensis*; **Sol.** *Solanum dulcamara*; **Sorb.** *Sorbus aucuparia*; **Symph.** *Symphytum officinale*; **Thym.** *Thymus serpyllum*; **Trif.**

Trifolium pratense; **Ulm.** *Ulmus campestris*; **Vacc. fr.** *Vaccinium myrtillus fructus*; **Val.** *Valeriana officinalis*; **Vinc.** *Vinca minor*; **Vit. f.** *Vitis vinifera folium*; **Zea.** *Zea mays*

6.1 Az összetevők elemzése

Ezen növények részletesebb jellemzését a „Halimbai füveskönyv” alapján szeretném kiemelni. Szalai a szakmai hagyománytól eltérve nem a botanikai, növénytani standard szerint, hanem a laikus, hétköznapi gyógynövénygyűjtőre gondolva a következőket listázta jellemzéseiben: latin név, magyar név, népies elnevezés, gyűjtött növényi rész, gyűjthetőség ideje, élőhelye, fitoterápiás hatás. Ezekből jelen dolgozat szerzője helyszűke miatt csak a saját munkásságára tekintve legszűkebben véve relevánsnak tekinthető négy szempontot vesz figyelembe: latin név, magyar név, gyűjtött növényi rész és fitoterápiás hatás. Utóbbit, tehát a fitoterápiás hatást összevetettem még Castleman „Gyógynövény enciklopédia” és Pokorny „Gyógyító füvek, fák” című könyvével, valamint segítségemre volt még a Bernáth-Németh féle „Gyógy- és fűszernövények” /BERNÁTH-NÉMETH, 2007/ és a dr. Szarvasházi Judit szerkesztette „Gyógynövények ismerete” /RÁCZ *et al.*, 2012/, illetve a Rápóti Jenő és Romváry Vilmos szerzőpáros által jegyzett „Gyógyító növények”.

1. táblázat A kéziratban szereplő növények fitoterápiás elemzése

Latin név	Magyar név	Gyűjtött növényi rész	Fitoterápiás hatás
<i>Aesculus hippocastaneum</i>	Vadgesztenye (lógesztenye, bokrétafa)	a) Kéreg b) Levél c) Termés	a) Hasmenés, seb, vérzés; b) Vértisztító; c) Epebetegség, idegpanaszok, légcsőhurut; Kávé pótlására is jó.
<i>Agrimonia eupatoria</i>	Apróbojtorján (közönséges párlófű)	Fű	Bélférgesség, epebaj, hasmenés, hólyaggyengeség, légcsőhurut, mandulagyulladás, májbetegség, nyugtató, szájgyulladás, torokgyulladás, tüdőbaj, vérzéscsillapító.
<i>Alchemilla arvensis</i>	Ugari palástfű	Fű	Fehérfolyás, hasmenés, láz, seb, torokgyulladás, vérnyomás zavar, vérzés, vizenyő.
<i>Alliaria officinalis</i>	Kányazsombor	Föld feletti hajtás	Asztma, bélféreg, bélhurut, epebaj, érelmeszesedés, étvágytalanság, felfűvódás, görcs, légcsőhurut, tüdőbaj, vérnyomás, vérszegénység, vértisztító, vízhajtó.
<i>Althaea officinalis</i>	Orvosi ziliz (fehérmályva)	a) Levél b) Hajtás c) Gyökér	Fehérfolyás, légcsőhurut, mandulagyulladás, májbetegség, savtúltengés, sebek, szájgyulladás, szembántalmak, vizenyő.
<i>Avena sativa</i>	Zab	Mag	Csúsz, gyengeség, hasmenés, idegbetegség, légcsőhurut, vérnyomás rendellenesség, vizenyő.
<i>Calluna vulgaris</i>	Csarab (hanga)	Föld feletti hajtás	Csúsz, fehérfolyás, idegbetegség, légcsőhurut, vérnyomás zavar, vizenyő.

Latin név	Magyar név	Gyűjtött növényi rész	Fitoterápiás hatás
<i>Castanea sativa</i>	Szelídgesztenye	a) Levél b) Termés c) Kéreg	Csúz, görcs, hasmenés, köhögés, légcsőhurut, tüdőbetegség, vérzés.
<i>Corylus avellana</i>	Mogyoró	a) Levél b) Termés	Hasmenés, légcsőhurut, seb, vérszegénység, vérzés.
<i>Cotinus coggygria</i>	Cserszömörce	Levél	Hasmenés, seb, száj- és torokgyulladás, vérnyomás zavar, vérzés.
<i>Crataegus oxyacantha</i>	Cseregalagonya	a) Virág b) Levél c) Termés	Fehérfolyás, kövérség, szív-, idegbetegség, vérnyomáscsökkenés.
<i>Cynoglossum officinale</i>	Ebnyelvűfű	a) Hajtás b) Gyökér	a) Hasmenés, légcsőhurut, sebgyógyítás, vértisztító. b) Bélrenyheség, vizenyő.
<i>Epilobium montanum</i>	Erdei fűzike	Gyökér	Hasmenés, sebgyógyítás.
<i>Erigeron canadensis</i>	Betyárfű (külőfű)	Föld feletti rész	Csúz, hasmenés, légcsőhurut, sebek, vérzések gyógyítása, vizenyő.
<i>Filependula ulmaria</i>	Réti legyezőfű (bajnóca)	Levél	Csúz, fehérfolyás, láz, légcsőhurut, vértisztító, vizenyő.
<i>Fragaria vesca</i>	Erdei szamóca	Levél	Hasmenés, légcsőhurut, ideg- és májbetegségek, vértisztító, vizenyő.

Latin név	Magyar név	Gyűjtött növényi rész	Fitoterápiás hatás
<i>Galeopsis ladanum</i>	Kenderkefű	Föld feletti rész	Asztma, hasmenés, légsőhurut, sebek gyógyítása, tüdőbetegség, vérnyomászavar.
<i>Galla halepensis</i>	Gubacs		Hasmenés, összehúzó szer.
<i>Geranium Robertianum</i>	Nehézszagú golyaorr	Virágzó hajtás	Hasmenés, láz, sebek, száj-, torok-, mandulagyulladás, vértisztító, vérzések, vizenyő.
<i>Geum urbanum</i>	Gyömbérgyökér (vadgyömbér)	a) Gyökér b) Föld feletti rész	Étvágytalanság, fehérfolyás, hasmenés, láz, légsőhurut, máj-, epebetegség, sebek gyógyítása, szív- és idegpanaszok, tüdőbetegségek.
<i>Glechoma hederacea</i>	Kerek repkény (földi repkény)	Föld feletti rész	Étvágytalanság, hasmenés, légsőhurut, száj- és sebggyulladás, tüdő- és májbetegségek, vérszegénység, vizenyő.
<i>Globularia Willkommii</i>	Gubóvirág	Föld feletti rész	Bélrenyheség, gyengeség, tüdő- és májbetegségek, vérzés.
<i>Helianthemum ovatum</i>	Közönséges tetemoldó	Föld feletti rész	Hasmenés, seb gyógyítása, tüdőbetegség, torok- és szájgyulladás, vérzés.
<i>Heracleum sphondylium</i>	Medvetalp	a) Levél b) Föld feletti rész	Étel- és likőrkészítés, epilepszia, görcs, gyengeség, hasmenés, idegbetegség, vérzés, vizenyő.
<i>Hieracium pilosella</i>	Hölgymál	Egész növény	Láz, légsőhurut, mandula- és szájgyulladás, szív- és májbetegség, vérszegénység, vértisztító, vizenyő.

Latin név	Magyar név	Gyűjtött növényi rész	Fitoterápiás hatás
<i>Hordeum vulgare</i>	Árpa	Mag	Bélhurut, láz, légcsőhurut.
<i>Ilex aquifolium</i>	Magyal	Levél	Csúz, láz, légcsőhurut, máj- és epebetegség, tüdőgyulladás, vizenyő. Erős hatású!
<i>Lamium album</i>	Fehér árvacsalán	a) Levél b) Fű	Fehérfolyás, golyva, idegbántalmak, láz, légcsőhurut, menstruációs zavar, sebgyógyítás, tüdőbetegség, vérszegénység, vértisztító, vizenyő.
<i>Lysimachia nummularia</i>	Penészlevelő lizinka	Egész növény	Hasmenés, légcsőhurut, tüdőbetegség, seb, szájgyulladás, vérzés.
<i>Lythrum salicaria</i>	Réti füzény	Virágzó hajtás	Hasmenés, láz, fehérfolyás, seb, vérzés, vizenyő.
<i>Oenanthe aquatica</i>	Mételykóró	a) Termés b) Gyökér	Asztma, felfűvódás, légcsőhurut, tüdőbetegség, vizenyő. Erős hatású!
<i>Orchis morio</i>	Agárkosbor	Leánygumó	Általános gyengeség, epilepszia, hasmenés, légcsőhurut.
<i>Papaver somniferum</i>	Mák	a) Föld feletti rész b) Toktermés	Álmatlanság, görcs, hasmenés, idegbetegség, köhögés. Erős hatású!
<i>Plantago lanceolata</i>	Lándzsás utifű	Levél	Asztma, csúz, gyengeség, légcsőhurut, májbetegség, savtúltengés, sebgyógyítás, tüdőbetegség, vérszegénység, vérzés, vértisztító, vizenyő.
<i>Polygonum aviculare</i>	Madárkeserűfű (porcfű)	Föld feletti rész	Hasmenés, fehérfolyás, sebek, torokgyulladás, tüdőbetegségek, vérzések, vizenyő.

Latin név	Magyar név	Gyűjtött növényi rész	Fitoterápiás hatás
<i>Potentilla anserina</i>	Libapimpó	Gyökér	Gyökere asztma, csúz, epilepszia, fehérfolyás, felfúvódás, görcs, hasmenés, savtúltengés, sebgyógyítás, tüdő- és májbetegségek, vizenyő.
<i>Potentilla erecta</i>	Vérontó pimpó	Gyökér	Fehérfolyás, hasmenés, láz, máj-, szív-, tüdőbetegség, seb, száj- és foggyulladás, vérzés.
<i>Prunus avium</i>	Cseresznye	a) Termésszár b) Kocsány c) Levél	Csúz, légcsőhurut, szívbántalmak, vizenyő.
<i>Prunus spinosa</i>	Kökény	a) Levél b) Termés c) Virág	a) Élvezeti tea b) Hasmenés c) Bélrenyheség, máj- és szívbetegség, vérnyomáscsökkentő, vértisztító, vizenyő.
<i>Pulmonaria officinalis</i>	Pettyegetett tüdőfű	a) Levél b) Föld feletti rész	Asztma, hasmenés, légcsőhurut, sebek, torokgyulladás, tüdőbetegségek, vérzés, vizenyő.
<i>Quercus cortex</i>	Tölgyfa	a) Kéreg b) Levél c) Termés	a) és b) Hasmenés, fehérfolyás, láz, seb, száj- és torokgyulladás, tüdőbetegség, vérzés, vizenyő. c) Gyengeség, vérszegénység.

Latin név	Magyar név	Gyűjtött növényi rész	Fitoterápiás hatás
<i>Ribes nigrum</i>	Feketeribiszke	Levél	Csúz, hasmenés, légcsőhurut, mandula- és szájgyulladás, sebek, szívbetegségek, vérnyomás-rendellenesség, vizenyő.
<i>Rosa gallica</i>	Parlagi rózsza	Virág (gyepűrózsza és minden termesztett piros rózsza virága)	Bélférgesség, hasmenés, láz, légcsőhurut, sebgyógyítás, tüdő- és májbetegségek, vizenyő.
<i>Rubus caesius</i>	Szeder	Levél	Fehérfolyás, hasmenés, légcsőhurut, mandula- és szájgyulladás, sebgyógyítás.
<i>Rumex acetosa</i>	Mezei sóska	a) Levél b) Föld feletti rész	Bélférgesség, étvágytalanság, hasmenés, láz, szájgyulladás, vértisztító, vizenyő.
<i>Salix alba</i>	Fehér fűz	a) Levél b) Kéreg	Csúz, fehérfolyás, hasmenés, idegbetegség, láz, légcsőhurut, mandulagyulladás, sebgyógyítás, vérzés, vizenyő. Erős hatású!
<i>Sanguisorba officinalis</i>	Vérfű	a) Gyökér b) Föld feletti rész	a) Hasmenés, seb, tüdőbetegség, vérzés ellen. b) Fiatal levélből étel is készül. Hasonló hatású, mint a Csabaíre (<i>S. minor</i>).
<i>Sanicula europaea</i>	Gombernyő	Egész növény	Fehérfolyás, hasmenés, légcsőhurut, sebek, torok- és szájgyulladás, tüdőbetegség, vérzés, vizenyő.
<i>Satureja hortensis</i>	Borsfű (csombor)	Virágzó hajtás	Étvágytalanság, felfűvódás, görcs, légcsőhurut. Fűszer.

Latin név	Magyar név	Gyűjtött növényi rész	Fitoterápiás hatás
<i>Symphytum officinale</i>	Fekete nadálytő	a) Levél b) Gyökér	Asztma, csonttörés, csúz, fehérfolyás, légcsőhurut, rándulás, seb, tüdő- és szívbetegségek, vérzés.
<i>Thymus serpyllum</i>	Kakukkfű	Virágzó hajtás	Asztma, bélféreg, epilepszia, étvágytalanság, görcs, hasmenés, légcsőhurut, máj-, ideg-, tüdőbetegségek, seb- és szájgyulladás, vizenyő. Fűszer.
<i>Trifolium pratense</i>	Réti lóhere	Föld feletti rész	Asztma, fehérfolyás, légcsőhurut, tüdő- és májbetegség.
<i>Ulmus campestris</i>	Mezei szil	Kéreg	Csúz, hasmenés, sebek kezelése, torok- és szájgyulladás, vértisztító, vizenyő.
<i>Vaccinium myrtillus</i>	Fekete áfonya	a) Levél b) Bogyó	a) Csúz, epilepszia, légcsőhurut, vérnyomás zavara, vizenyő. b) Bélféreg, hasmenés, láz, szájbetegség, vérzés.
<i>Valeriana officinalis</i>	Macskagyökér	Gyökérzet	Asztma, álmatlanság, bélféreg, epilepszia, felfúvódás, görcs, idegbetegség, szívpanasz.
<i>Vinca minor</i>	Télizöld meténg	Levél	Hasmenés, fehérfolyás, mandula- és torokgyulladás, sebkezelés, tüdőbetegség, vérnyomás, vértisztító, vizenyő.
<i>Vitis vinifera folium</i>	Szőlőlevél	Levél	Hasmenés, seb, vérzés.

Latin név	Magyar név	Gyűjtött növényi rész	Fitoterápiás hatás
<i>Zea mays</i>	Kukorica	Bibeszálak	Csúz, kövérség, légcsőhurut, szív- és májbetegségek, vérnyomáscsökkentő, vízenyő.

6.2 A kéziratos recept összevetése más dr. Szalai Miklósnak tulajdonított receptekkel

Összevettem a feljegyzést a „Füben fában orvosság” /N. I., 2001/ című könyv hasmenés elleni tea előíratával, eredményeimet pedig, alább, hengerdiagramon szemléltetem. A két lajstrom összevetésekor azt találtam, hogy a két forrás – a kézirat és a könyv – összesen 74 tételnyi különböző növényt listáz.

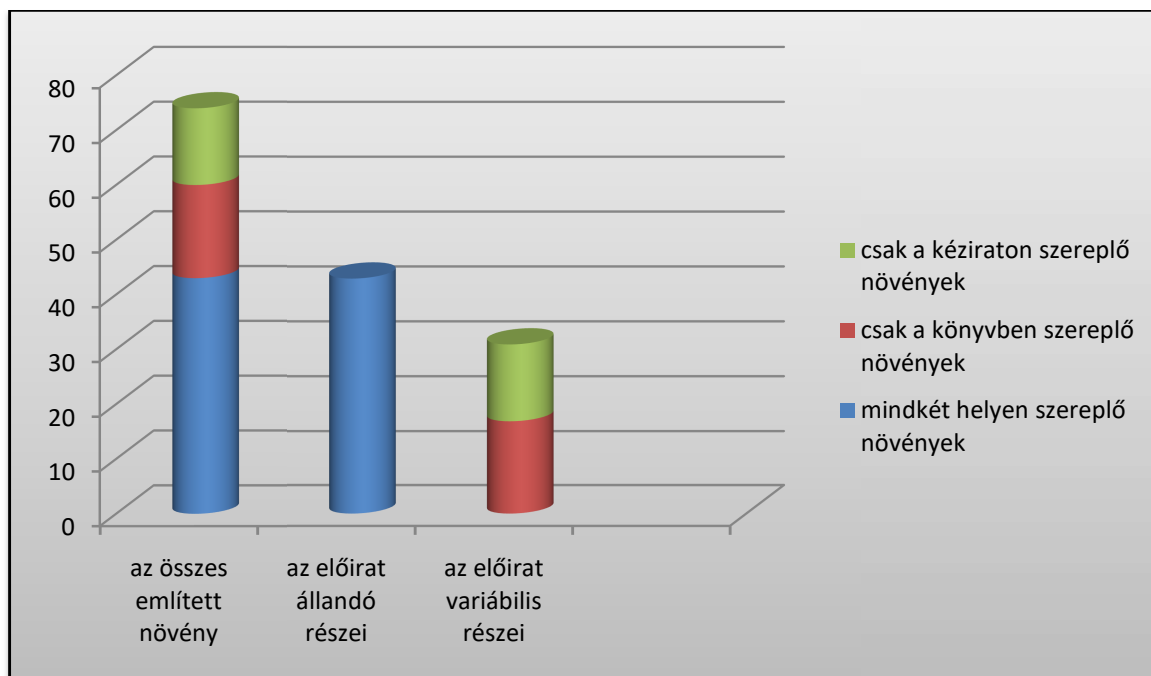
Ezekből 17 csak a kéziratban lelhető fel, melyek pedig latin név szerinti ábécérendben a következők: **apróbojtorján** (*Agrimonia eupatoria*), **kányazsombor** (*Alliaria officinalis*), **csarab** (*Calluna vulgaris*), **cseregalagonya** (*Crataegus oxyacantha*), **betyárkóró** (*Erigeron canadensis*), **legyezőfű** (*Filependula ulmaria*), **kerekrepekény** (*Glechoma hederacea*), **gubóvirág** (*Globularia Willkommii*), **gyopár** (*Gnaphallium*), **árpa** (*Hordeum vulgare*), **árvacsalán** (*Lamium album*), **mételykóró** (*Oenanthe aquatica*), **ebszőlő** (*Solanum dulcamara*), **borsfű** (*Satureja hortensis*), **berkenye** (*Sorbus aucuparia*), **réti lóhere** (*Trifolium pratense*), **kukorica** (*Zea mays*).

Másik 14 ellenben csak a könyvbéli előíratban fordul elő, mégpedig: **amaránt** (*Amaranthus hybridus*), **atracél** (*Anchusa officinalis*), **borbolya** gyümölcs (*Berberis vulgaris*), **csengettyűke** (*Campanula cervicaria*), **kömény** (*Carum carvi*), **som** (*Cornus mas*), **kamilla** (*Matricaria chamomilla*), **naspolya** (*Mespilus germanica*), **moh** (*Muscus*), **kökény** levele és termése (*Prunus spinosa*), **bablevelű varjúhály** (*Sedum maximum*), **kövírozsa** (*Sempervivum tectorum*), **tisztesfű** (*Stachys officinale*), **fagyöngy** (*Viscum album*).

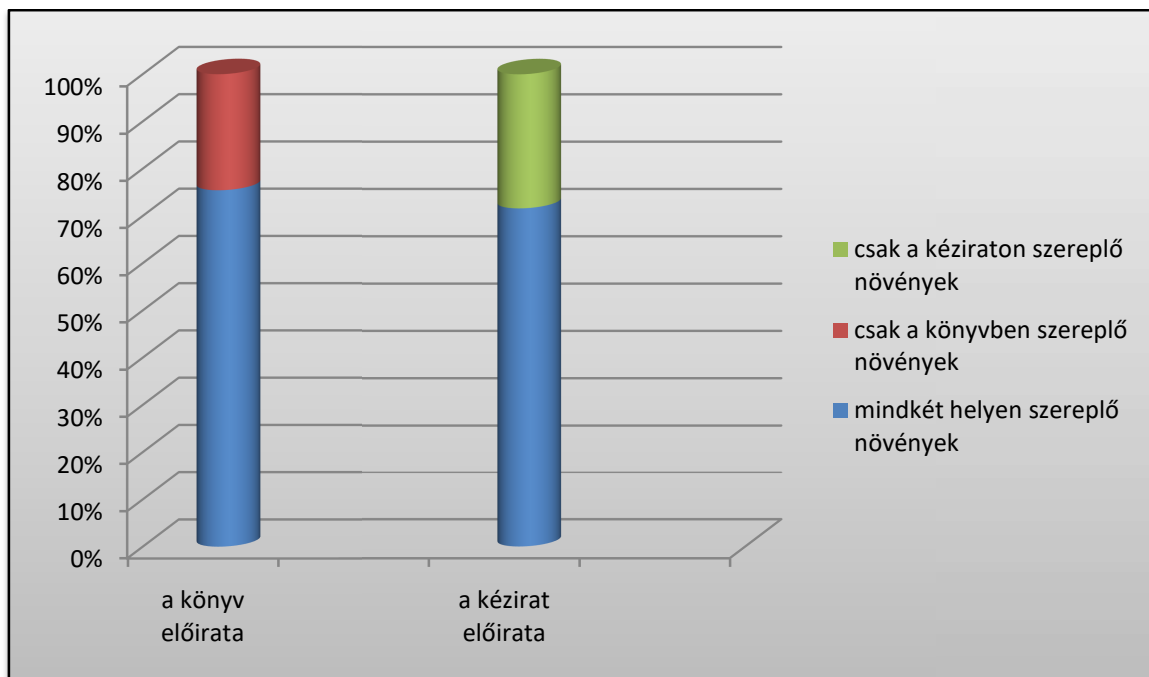
A fennmaradó 43 elem mind a könyvben, mind a kéziratban szerepelnek. E 43 gyógynövény pedig a következő: **vadgesztenye** (*Aesculus hippocastaneum*), **palástfű** (*Alchemilla arvensis*), **zilizlevél** (*Althaea officinalis*), **zab** (*Avena sativa*), **gesztenye** (*Castanea sativa*), **mogyorólevél** (*Corylus avellana*), **cserszömörce** (*Cotinus coggygria*), **ebnyelvűfű** (*Cynoglossum officinale*), **erdei füzike** (*Epilobium montanum*), **szamócalevél** (*Fragaria vesca*), **kenderkefű** (*Galeopsis ladanum*), **gubacs** (*Galla halepensis*), **tetemoldó** (*Helianthemum ovatum*), **medvetalp** (*Heracleum sphondylium*), **hölgyfű** (*Hieracium pilosella*), **magyal** (*Ilex aquifolium*), **lizinka** (*Lysimachia nummularia*), **fűzény** (*Lythrum salicaria*), **agárkosbor** (*Orchis morio*), **mák** (*Papaver somniferum*), **útifű** (*Plantago*

lanceolata), **kesserűfű** (*Polygonum aviculare*), **libapimpó** (*Potentilla anserina*), **vérontó pimpó** (*Potentilla erecta*), **cseresznyeszár** (*Prunus avium*), **tüdőfű** (*Pulmonaria officinalis*), **tölgykéreg és levél** (*Quercus cortex*), **ribiszkelevél** (*Ribes nigrum*), **rózsa virága** (*Rosa gallica*), **szederlevél** (*Rubus caesius*), **sóska** (*Rumex acetosa*), **fűz** (*Salix alba*), **vérfű** (*Sanguisorba officinalis*), **gombernyő** (*Sanicula europaea*), **nadálytő** (*Symphytum officinale*), **kakukkfű** (*Thymus serpyllum*), **szil** (*Ulmus campestris*), **áfonyabogyó és -levél** (*Vaccinium myrtillus*), **macskagyökér** (*Valeriana officinalis*), **meténg** (*Vinca minor*), **szőlőlevél és -kacs** (*Vitis vinifera*).

Az újabb kiadású Halimbai füveskönyvben szerepel még: **gólyaorr** (*Geranium Robertianum*) és **gyömbérgyökér** (*Geum urbanum*).



8. ábra Kimutatás a hasmenés elleni teakeverék összetételéről



9. ábra Az előiratokban szereplő növények százalékos eloszlása

Az esperes minden hozzá teáért forduló betegtől visszajelzést kért tapasztalatairól, ami alapján évről évre módosította teáit. Egy-egy keveréknek csak 60-70%-a volt állandó, a régóta bevált gyógynövényekből általában 30-40%-ot változtatott a visszajelzések és az adott évben bőven termelt növények alapján. Ha egy faj kisebb mennyiségben jött elő egy évben, akkor azt nem gyűjtötték, hanem hasonló hatásúval helyettesítették. Ennek köszönhetően nem csak megerősödött az állomány, de megfigyelhetővé vált az egyes növények sajátos hatása. Előfordult, hogy az új növény maradt a visszajelzések alapján. Szalai kartotékrendszert vezetett a beérkezett gyógynövényekről: mi volt a növény útja, milyen tételekből készült egy-egy keverék /TOLNAI, 2013/.

Bár a kéziratos papír keletkezése (Kirchner József az 1950-60-as évekre teszi) és a könyv megszületése (1973) közt több év telt el, a receptek összevetése kapcsán mégis ugyanarra a következtetésre juthatunk, hiszen az esettanulmány szerint is az előiratok 70%-a volt állandó összetevő.

7. Következtetések, javaslatok

A teák a mai kor embere számára is minden bizonnyal nagyon értékesek. Ám mára a gyógyszeripar erős lendületet vett, kitűnő kutatások, fejlesztések által hatalmas gyógyszerkincs áll rendelkezésre. Az orvosokat az orvoslátogatók általi ösztönzés, a betegek elvárásai (gyors gyógyulás, a munkáltató nem szereti a táppénzen lévőket) terelik a gyógyszerek felé. A betegekre zúdulnak a gyógyszereket hirdető reklámok, a felgyorsult világban nincs idő semmire, egy tablettát bekapni a legegyszerűbb.

Mégis, az utóbbi időben kicsit jobban kezdenek az emberek a természetes dolgok felé fordulni. Talán ebben a pandémia is szerepet játszott, lelassult az élet, kaptunk egy mintát: így is lehetne élni!

A növények, amióta ember él a földön, körülöttünk vannak, segítenek, táplálnak, gyógyítanak bennünket. Kezdetben csupán a megfigyelések alapján használták őket gyógyításra, ma minden molekulájuk alaposan kielemezett, hatásuk tudományosan bizonyított. Szalai Miklós hatalmas elméleti és tapasztalati tudást összegyűjtve készítette el teakeverékeit, hatékony gyógymódot biztosítva ez által a hozzá segítségért fordulóknak. Mi sem bizonyítja ezt jobban, mint a hatalmas forgalom, amit bonyolított.

Az előiratai alapján készült teák máig a korábbi javallatoknak megfelelően hatnak, mint ahogy azt a saját családomon belüli használat is bizonyítja.

Sok helyen hasznosítható lehetne, például a sztrókon átesett betegek kezelése máig hiányosságokkal küzd. A növekvő számú allergiás megbetegedések okán is teret nyerhetnének teái, a rugalmas összeállításokkal egyéni, személyre szabott megoldás található. A magas vérnyomás népbetegség lett hazánkban, de a vérnyomáscsökkentő gyógyszerekre igen sokan allergiásak, sok mellékhatást okoznak (boka-duzzanat, köhögés, stb.). A teákkal ez kivédhető lenne, érzékenység esetén változtatható az összetétel. Meglehet, a kor szellemének megfelelőbb lenne a filterezett változat, rohanó világunkban könnyebben illesztenék mindennapjaikba az emberek.

Sajnos a jelenlegi szabályozás nem kedvez a hasonló készítmények forgalomba kerülésének. Ám mit sem csorbit ez Szalai Miklós érdemein. Az esperes maradandót alkotott, mindenképpen érdemes megemlékezni életművéről. Érdemes lenne a kéziratait archiválni. Ez további kutatások tárgyául szolgálhat.

Örömmel tölt el, hogy Halimbán egyre élénkebben ápolják emlékét, néhányan továbbra is gyűjtik a gyógynövényeket, készítének teákat.

Összefoglalás

Dolgozatomban dr. Szalai Miklós, a halimbai gyógyfüves esperes életéről, munkásságáról, a gyógynövények és a beteg emberek iránti elhivatottságáról írok, illetve ismertetek egy teakeverékével (a hasmenés elleni teakeverékkel) kapcsolatos esettanulmányt.

A papi hivatást választotta, az emberi lélek ápolását, de a növények is érdekelték már fiatal korától fogva. 1947-ben került Halimbára, ahol élete végéig élt és dolgozott. Alaposan feltérképezte a vidék növényvilágát. Gyűjtötte, szárította, feldolgozta a gyógynövényeket, belőlük teakeverékeket készített, hogy a környékelieknek a testét is, ne csak a lelkét gyógyítsa. Teáival és gyógyításaival országos hírnévre és komoly bevételre tett szert. Megfigyeléseiről könyvet írt, melynek első kiadása fennakadt a cenzúrán, meg már nem jelenhetett, ám később több újrakiadást megélt. Legbeváltabb tea előíratainak egy részét eladta, amiből megszületett a Halimbárium termékcsalád.

Egykori lakhelyéből a halimbai önkormányzat emlékházat hozott létre, mely egyben a fenntartható gazdálkodás ékes példája és oktatóközpont is.

Dolgozatomban ismertetem az esperes egy kéziratának, egy latin neves teaelőiratnak az átírását. A hasmenés elleni tea kéziratát a dokumentum őrzőjének engedélyével lefotózhattam és tanulmányozhattam. Első lépésként betűről betűre felfejtettem a rövidítéseket, majd megfeleltettem őket a megfelelő latin növényneveknek, elsősorban Szalai könyvét, de egyéb gyógynövényhatározókat is használva a dekódoláshoz.

Ezt követően összevettem a kéziron feltárt előíratot a „Halimbai füveskönyv”-ben azonos hatású teáéval. Az összehasonlítás során azt figyeltem meg, hogy a legtöbb növény egyezik a két előiratban, ám egy részük csak az egyik, más részük pedig csak a másik forrásban található meg. A számadatok ellenőrzése során arra a következtetésre jutottam, hogy az előiratokban szereplő növények mindössze 70%-a volt állandó eleme a teának, a maradék 30% több szempont szerint cserélhető. Ez egyezik azzal, ahogy az esperes tanítványa, Dr. Tolnai Pál emlékezik meg Szalai teakeverési hagyományáról, miszerint az előiratoknak általában 60-70%-a megváltoztathatalan része a receptnek.

Köszönetnyilvánítás

Ezúton szeretnék köszönetet mondani diplomadolgozatom elkészítésénél nyújtott segítségéért Dr. Kovács János konzulensemnek, Kirchner József halimbai lakosnak, dr. Pajor Sándornak, Szalai Barbara Erikának és mindazoknak, akik a dolgozatom elkészítésében segédkeztek és támogattak.

Felhasznált irodalom

Internet források:

BUDAI L. /2021/: Főbb gyógynövény-gyógyszer interakciók A-tól Z-ig. Letöltve: [PharmaOnline - Főbb gyógynövény-gyógyszer interakciók A-tól Z-ig](#) [2023.04.27.]

HALIMBÁRIUM NET1: *Dr. Szalai Miklós gyógyfüves esperes.* Letöltve: http://tarnics.hu/halimbariumteak_hu/szalai.html [2023.04.27.]

HALIMBÁRIUM NET2: *Gyógynövények.* http://tarnics.hu/halimbariumteak_hu/gyogynoveny.html [2023.04.27.]

KOVÁCS K.: *A „halimbai gyógyfüves pap,” Szalai Miklós (1902-1990) esete a szocializmussal.* Letöltve: <https://veritasintezet.hu/hu/mindennapi-tortenelem/5368-a-halimbai-gyogyfuves-pap-szalai-miklos-1902-1990-esete-a-szocializmussal> [2023.04.27.]

VESZPRÉMI FŐEGYHÁZMEGYE HONLAPJA: *A halimbai esperes nyomában.* Letöltve: <https://www.veszpremiersekseg.hu/a-halimbai-esperes-nyomaban/> [2023.04.27.]

TOLNAI P.: *Halimbai füveskönyv bemutató* (2013.08.16). Letöltve: https://www.youtube.com/watch?v=He9Drb_LOoI [2023.04.27.]

Dokumentumfilm:

Dékán P. /2016/: *A Halimbai Esperes nyomában.* Veszprémi Gyógynövény és Életmód Klub & Szaléziánus. Magánkiadás.

Nyomtatott források:

BERNÁTH J.-NÉMETH É. /2007/: *Gyógy- és fűszernövények gyűjtése, termesztése és felhasználása.* Mezőgazda Kiadó. Budapest.

CASTLEMAN M. /1994/: *Gyógynövény enciklopédia.* Esély Kiadó. Budapest.

KOVÁCS K. Á. /2021/: *Szalai Miklós (1902-1990) élete.* Magánkiadás. Halimba.

N. I. /2001/: *Fűben-fában orvosság.* Black & White. Nyíregyháza.

- M. MESTER K. /2009/: *Halimba története mozaikokban*. Magánkiadás. Halimba.
- POKORNY L. /2000/: *Gyógyító füvek, fák*. Mentor Kiadó. Marosvásárhely.
- RÁCZ et al. /2012/: *Gyógynövények ismerete - A fitoterápia és az alternatív medicina alapjai*. Galenus Kiadó. Budapest.
- RÁPÓTI J.-ROMVÁRY V. /1983/: *Gyógyító növények*. Medicina Könyvkiadó. Budapest.
- SZALAI M. /1991/: *Halimbai füveskönyv*. Planétás. Budapest.
- SZALAI M. /2001/: *Halimbai füveskönyv*. Black & White. Nyíregyháza.
- SZALAI M. /2009/: *Halimbai füveskönyv*. Takács és Fia. Zánka.

NYILATKOZAT

a záródolgozat nyilvános hozzáféréséről és eredetiségéről

A hallgató neve: Szalainé Kozári Éva
A Hallgató Neptun kódja: QW3Y8Z
A dolgozat címe: A halimbai gyógyfűves esperes
A megjelenés éve: 2023
A konzulens tanszék neve: Zöldség- és Gombatermesztési Tanszék

Kijelentem, hogy az általam benyújtott záródolgozat egyéni, eredeti jellegű, saját szellemi alkotásom. Azon részeket, melyeket más szerzők munkájából vettem át, egyértelműen megjelöltem, s az irodalomjegyzékben szerepeltettem.

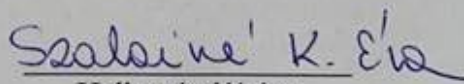
Ha a fenti nyilatkozattal valótlan állítotam, tudomásul veszem, hogy a Záróvizsga-bizottság a záróvizsgából kizár és a záróvizsgát csak új dolgozat készítése után tehetek.

A leadott dolgozat, mely PDF dokumentum, szerkesztését nem, megtekintését és nyomtatását engedélyezem.

Tudomásul veszem, hogy az általam készített dolgozatra, mint szellemi alkotás felhasználására, hasznosítására a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem mindenkor szellemi tulajdon-kezelési szabályzatában megfogalmazottak érvényesek.

Tudomásul veszem, hogy dolgozatom elektronikus változata feltöltésre kerül a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem könyvtári repozitori rendszerébe.

Kelt: 2023 év április hó 28 nap


Hallgató aláírása

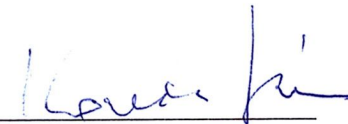
KONZULTÁCIÓS NYILATKOZAT

SZALAINÉ KOZÁRI ÉVA (hallgató Neptun azonosítója: **QW3Y8Z**) konzulenseként nyilatkozom arról, hogy a **záródolgozatot**/szakdolgozatot/diplomadolgozatot/portfólió¹ áttekintettem, a hallgatót az irodalmi források korrekt kezelésének követelményeiről, jogi és etikai szabályairól tájékoztattam.

A **záródolgozatot**/szakdolgozatot/diplomadolgozatot/portfóliót a záróvizsgán történő védeésre **javaslom** / nem javaslom².

A dolgozat állam- vagy szolgálati titkot tartalmaz: igen **nem**^{*3}

Kelt: **2023.** év **április** hó **29.** nap


Belső konzulens

¹ A megfelelő dolgozattípus meghagyása mellett a többi típus törlendő.

² A megfelelő aláhúzendő.

³ A megfelelő aláhúzendő.