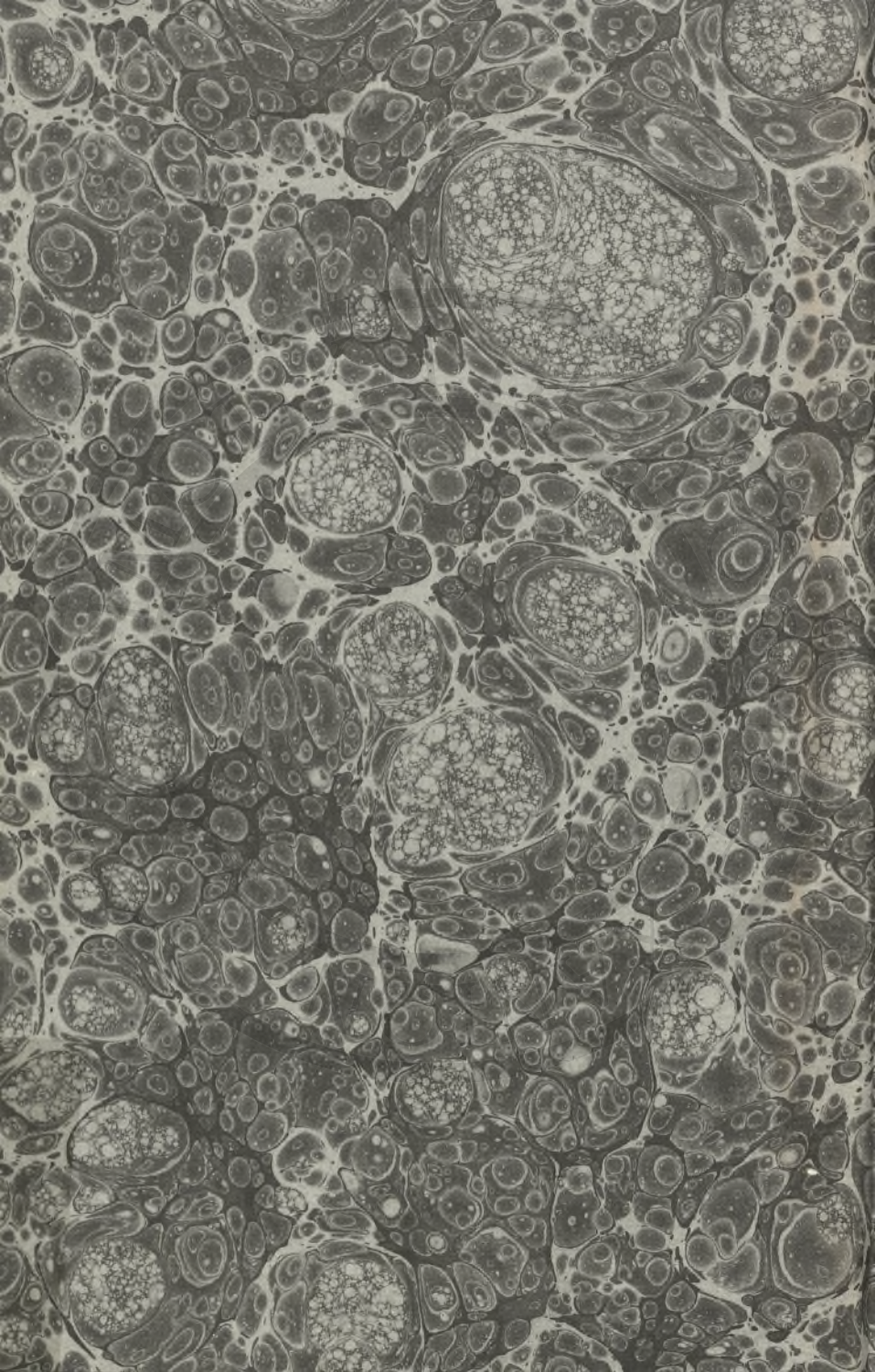
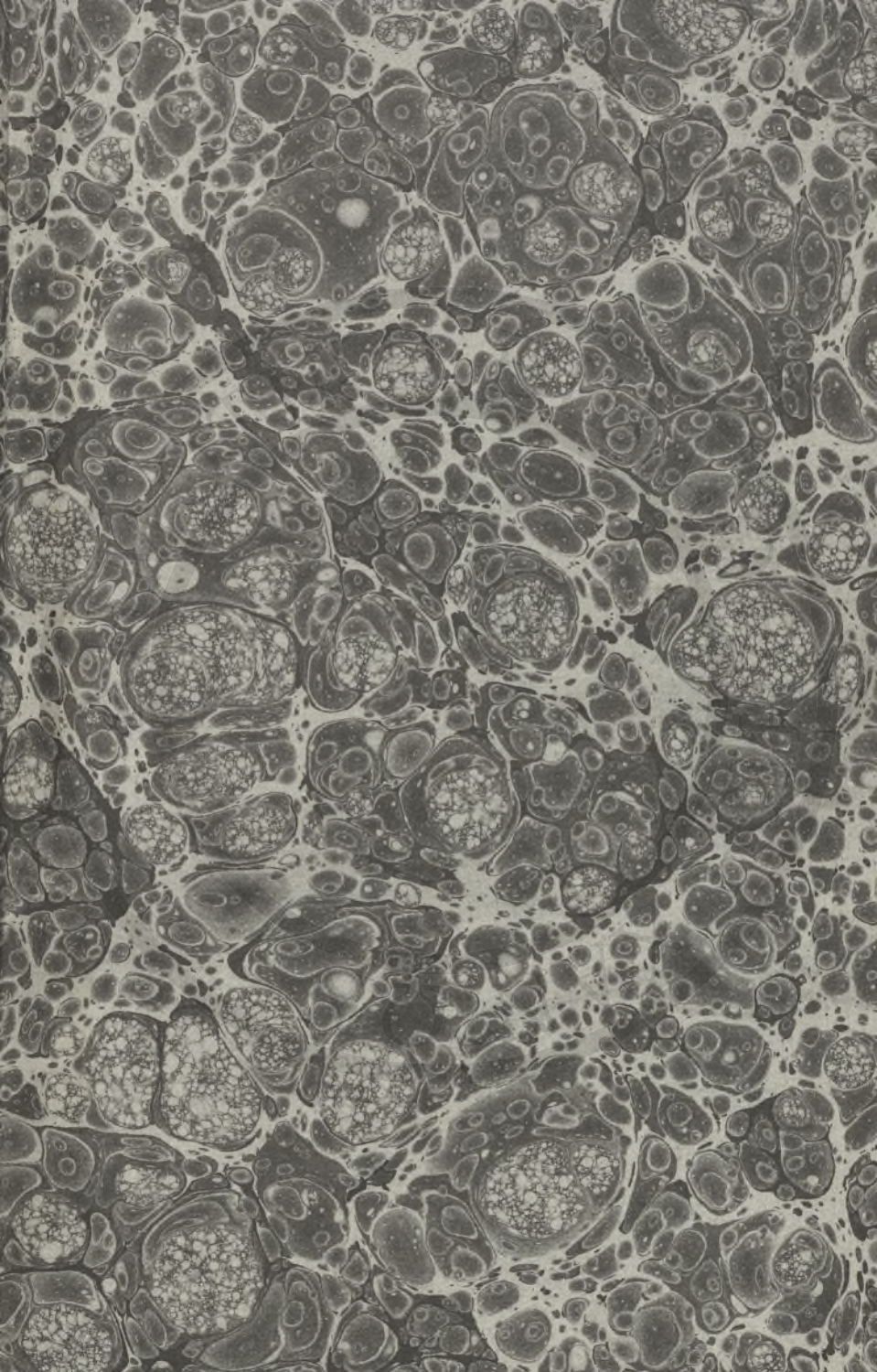


59





Ἰωάννου Ε. Χαβάκη

Ἱατροῦ

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ
— ΧΑΝΙΩΝ —
Αριθ. βιβλ. 45275
Χρονιά Εισαγ. 19-12-81
Είδος βιβλίου Βοταν. Κρήτης
Αριθ. 581-93-9959/CHA

Φυτά καί Βοτάνια τῆς Κρήτης



ΖΗΤΑ
ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ

Κ.Α.Γ. ΖΕΡΜΙΝΗ Ο.Ε. Χαρ. Τραπεζῆς 73 Τηλ. 9614741



300



Ἡ παροῦσα μελέτη μου
ἀφιερώνεται στή Γυναίκα μου

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ
ΧΑΝΙΩΝ



ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Ἡ μελέτη μου αὐτή, ἤρχισε νά γράφεται στά χρόνια τῆς Γερμανικῆς κατοχῆς.

Εἶχα μείνει τότε στήν ὑπαιθρο γιά μακρύ χρονικό διάστημα κι αὐτό μου ἔδωσε τήν εὐκαιρία νά μελετήσω πολλά ἀπό τά φυτά μας.

Συνεχίστηκε στή περίοδο τοῦ ἀνταρτοπολέμου, πού ἡ στράτευσίς μου, ἐπέτρεψε νά μελετήσω φυτολογικά πολλές ἀπό τίς Ρεθεμνιώτικες καί τίς Χανιώτικες περιοχές.

Ἡ μελέτη μου στράφηκε κυρίως στήν ἐπιστημονική ταύτιση ὄλων τῶν φυτῶν πού μάθαινα τήν κοινή Κρητική τους ὀνομασία. Ἀκόμη στράφηκε στή λαογραφία τους καί στή χρησιμοποίησί τους, τόσο στή τοπική διατροφή, ὅσο καί στή λαϊκή Κρητική θεραπευτική.

Σέ πολλά φυτά συνάντησα ἀρκετές δυσκολίες. Πρῶτο γιατί ἐνῶ φυτολογικά ἦσαν τά ἴδια, οἱ κοινές τους ὀνομασίες ἦσαν διάφορες. Δεύτερο γιατί μιά κοινή ὀνομασία, ἀποδιδότανε πολλές φορές, σέ περισσότερα διάφορα φυτά. Καί τρίτο γιατί πολλές φορές, οἱ περιορισμένες φυτολογικές μου γνώσεις, δέν μου ἐπέτρεπαν τήν ταύτισι, σέ φυτά τῶν ὁποίων ἐγνώριζα μόνο τήν κοινή τους ὀνομασία. Παρά ταῦτα δέν νομίζω νά λάθεψα καί πολύ.

Μερικά φυτά τά ἀναφέρω μόνο μέ τήν ἐπιστημονική τους ὀνομασία, εἴτε γιατί δέν βρῆκα νά ἔχουν κοινή, εἴτε γιατί στήν πραγματικότητα δέν ἔχουν. Τά φυτά αὐτά ἀναπτύσσονται ἤ σέ μακρυνούς καί μὴ προσιτούς βιοτόπους, ἤ σπανίζουν πολύ, ὥστε νά εἶναι ἀγνωστα στό πολύ κοινό. Ἔτσι δέν τοὺς δόθηκε ὀνομασία. Πολλά ὅμως ἀπ' αὐτά ἔχουν πολύτιμες θεραπευτικές ιδιότητες.

Τά στοιχεῖα τῆς λαϊκῆς Κρητικῆς θεραπευτικῆς πού ἀναφέρω, τά μάζεψα μέ προσοχή καί ἐπιμέλεια. Εἶναι δηλωτικά τοῦ φυτοφαρμάκου πού οἱ Κρητικοί ἔδιδαν ἢ δίδουν σέ κάθε

ἀρρώστια τους. Βασικά είναι ἀπλά καί γενικά, ὅσο ἀπλᾶ καί γενικά είναι ἡ νοσογνωσία καί ἡ φαρμακογνωσία τῶν Κρητικῶν. Ἐκφράζουν ὡς ἐπὶ τὸ πλεῖστο παραδοσιακές γνώσεις. Σέ ἀρκετά ἀπ' αὐτὰ μπορεῖ κανεὶς νά διακρίνει ἐπιστημονικὴ βάσι. Στά περισσότερα ὁμως ἡ βᾶσις ἐλλεῖπει ἢ εἶναι ἐπὶ τοῦ παρόντος ἄγνωστη, ἀφοῦ στήν ὁλότητά τους ὅλα τὰ φυτικά εἶδη τοῦ νησοῦ, εἶναι βιοχημικά καί φαρμακολογικά ἀμελέτητα.

Τὰ φυτὰ πού μελέτησα τὰ παραθέτω μέ τήν κοινὴ τους ὀνομασία, κατ' ἀλφαβητικὴ σειρὰ. Ποιὸ μπροστά ὁμως παραθέτω λίγα ἀπὸ τήν τοπικὴ καί τήν γενικώτερη ἱστορία τους, μερικὰ στοιχεῖα γιὰ τὸ μάζεμα, τήν ἀποξήρανσι καί τήν διατήρησί τους, μερικὲς γνώσεις γιὰ τὰ συστατικά τους καί τὴ χρησιμότητά τους στὸν ἀνθρώπινο ὄργανισμό, λίγες γραμμὲς γιὰ τοὺς τρόπους μέ τοὺς ὁποίους μποροῦμε νά πάρουμε τὰ συστατικά τους αὐτὰ καί νά τὰ χρησιμοποιήσωμε θεραπευτικά καί ἀκόμη λίγες λέξεις γιὰ τήν ἐμπορικὴ καί τήν βιομηχανικὴ τους ἐκμετάλλευσι, πού τόσο εἶναι καθυστερημένες στό τόπο μας. Ἀκολουθεῖ ἡ ἐπιστημονικὴ καί λατινικὴ ὀνομασία τῶν περιγραφομένων φυτῶν.

Ἀπόφυγα ὅσο μποροῦσα νά περιγράψω τὰ γνωρίσματα κάθε φυτοῦ χωριστά, γιατί ἐκτός πού θά μάκραϊνα πολὺ τὴ μελέτη μου, τὰ φυτὰ πού περιγράφω, ἐκτός ἀπὸ λίγες ἐξαιρέσεις, εἶναι λίγο-πολύ, γνωστὰ στοὺς ἀγρότες μας.

Γιὰ σοβαροὺς λόγους, συμβουλεύω καί ἀπὸ τήν θέσι αὐτῆ, νά μὴ χρησιμοποιεῖτε ποτέ γιὰ θεραπευτικούς λόγους φυτὰ, πού δὲν σᾶς εἶναι γνωστὰ μέ ἀπόλυτη βεβαιότητα.

I.E.X.

Τά Κρητικά φυτά καί ἡ ἱστορία τους

Ἡ τοπική ἱστορία τῶν φυτῶν τοῦ νησοῦ μας, συνδέεται στενά μέχρι καί τό ποιο πρόσφατο παρελθόν, μέ τούς γιατρούς τοῦ τόπου μας, τόσο τούς ἐμπειρικούς ὅσο καί τούς σπουδασμένους.

Συνδέεται ἀκόμη μέ τά παλιά «σπετσαργιά», μέ τούς «ἄρωματάρηδες ἢ λαδάδες», (τούς παλιούς πλανώδιους φαρμακοπῶλες), μέ τούς «ἄχτάρηδες» κάθε πολιτείας καί μέ τούς «ἐργαστηριακούς» καί τούς «σπετσερίδες», τῆς Ἑνετικῆς καί τῆς Τουρκικῆς περιόδου.

Γύρω ἀπό τό 1600 μετά Χριστό καί πρὸς τά ἐδῶ, ὑπῆρχαν στίς Κρητικές πολιτείες σποραδικά φαρμακεῖα «τά σπετσαργιά»¹. Σ' αὐτά οἱ «ἐργαστηριακοί»² κατασκεύαζαν τίς ἀλοιφές, τά «μπλαγγέτα» καί τά βοτάνια, γιά τά ὅποια ἔχω γράψει στή μελέτη μου «ὁ Γιατρός, ἡ ἀρρώστια καί τά φάρμακα στή Κρητική μοῦσα»³.

Σέ μιά πρόσφατη ἀκόμη μελέτη μου⁴, μίλησα γιά τούς γιατρούς καί τήν γιατρική τους, ἀπό τόν δέκατο πέμπτο αἰῶνα, μέχρι σήμερα. Δέν νομίζω ὅτι καί γιά τά δυό, πρέπει νά συνεχίσω κι ἐδῶ.

Τούς «ἄρωματάρηδες», σᾶς τούς θυμίζω μέ τό γνωστό, γλυκύ, μακρόσυρτο διαλάλυμα, μέ τό ὅποιο σέ πόλεις καί χωριά, διαφήμιζαν τό ἐμπόρευμά τους:

1: Στεφ. Ξανθοῦδιδη: ὁ Φουρτουνάτος ἐκδ. Ἐλευθερ. 1922. Μέρος Γ' στιχ. 210, 214, 559, κεφ. Ε. 12

2: Ἐπιστολή Γρηγοροπούλαϊων E. I egrand. Bibliographie Hellenique Paris 1885. II σελ. 284.

3: I. Χαβάκη: ὁ Γιατρός, ἡ ἀρρώστια καί τά φάρμακα στή Κρητική μοῦσα. Ἐκδ. Φραγκοῦλη, Ἡράκλειο.

4: I. Χαβάκη: οἱ Γιατροί τοῦ Μεγάλου Κάστρου. Ἐκδ. Ἄνταϊος, Ἡράκλειο.

«Καραμπάχι καλό. . Δαφνόλαδο, κεντρόλαδο,
 μυρθιόλαδο, φασκομηλόλαδο, άμυγδαλόλαδο, . . .
 Γιά τόν πόνο, γιά τό φάλι. . γιά τό κάμπιασμα. . .
 γιά τό στομάχι. . Καραμπάχι καλό. . »

Οί περισσότεροι καταγότανε από τήν Γεράπετρο καί τό
 Ρέθεμνος. Γύριζαν όλη τήν Κρήτη καί πουλούσαν τά χρήσι-
 μα λάδια τους στίς «νοικοκεράδες», πού από παληά, είχαν
 στό νησί μας, τίς φροντίδες γιά τήν ύγεία τής οικογενείας
 των.

Τά λάδια τους τά κουβαλοῦσαν μέσα σέ όλολάδωτα
 σακούλια του άργαστηριοῦ, πού άφηναν μιά σύμμικτη, εϋ-
 χάριστη, μυρουδιά, στό περασμά τους.

Μέτρο τής συναλλαγής των ήτο ή «οκά», μιά μικρή δα-
 κτυλίθρα, τό περιεχόμενο τής όποιás είχε πάγια τιμή γιά κά-
 θε λάδι, σέ δεκάρες, δραχμές, ή γεωργικά είδη.

Τά λάδια τά παρασκευάζαν στά χωριά τους μέ κοινές
 μεθόδους ξηράς ή ύγρās άποστάξεως, ή μέ έκθλιψη στά χέ-
 ρια ή σέ χειροκίνητο πιεστήριο, πού έχω περιγράψει σέ άλλ-
 λες μελέτες μου. Οί λαδάδες, πολλοί από τούς όποιούς τήν
 παληά έποχή ήσαν Τουρκοί, δέν έπαψαν άκόμη καί σήμε-
 ρα, νά κάνουν κάποτε κάποτε, τήν έμφάνισί τους.

Τούς «άχτάρηδες», τούς βρίσκομε στίς πολιτείες. Τά
 μαγαζιά τους τά «άχτάρικα», ήσαν περίπου ότι τά σημερινά
 ψιλικατζίδικα. Συνήθως ήσαν μικρομάγαζα. Όχι σπάνια ό-
 μως καί καταστήματα μέ άξιώσεις. Πουλούσαν μαζί μέ τόν
 άλλο «άχταριέ» τους, όλα τά είδη τής κοινής καί τής άτομι-
 κής χρήσεως. Είδη ραπτικής. Είδη ύποδήσεως (μπρόκες,
 ζαγάρια, σουβλόριζες, κατσαμπρόκους) καί κυρίως φυτικά
 φάρμακα. Συνηθισμένα τους είδη ήσαν τό λιβάνι, τά μοσχο-
 κάρυδα, ή κανέλλα, τά γαρέφαλα, οί κακκουλέδες, οί κανε-
 λαθοί, ή στύψι, τό ριζάρι, ή ζαφορά, τό κιρμίτσι, τό σάρι-
 σάμπρι, τό ρεβέντι, τό τσουένι, τό άλάδανο, ή μαστίχα, τά
 τζίτζιφα, τό ροδόσταμμο, ό άξός, τό άφιόνι, τό σεντέφι, ή

γλυκόρριζα καί ὄλα τὰ ντόπια φυτικά εἶδη, ἀπό φασκομηλιά καί μαλοτήρα, μέχρι ρίγανη, βασιλικό, ἀπήγανο, ἀμπισθιά, πρινοκούκκι καί ματζουράνα.

Στό Τουρκικό Μεγάλο Κάστρο, τὰ ἀχτάρικα, βρισκότανε στό γνωστό «Μεϊντάνι». Στή πλειονότητά τους ἦσαν Τουρκικά. Στεγαζότανε στό σημερινό πενήντα τετράγωνο, τόσο πρὸς τὴν κατεύθυνσι τοῦ λιμανιοῦ, ὅσο καί πρὸς τὴν μεριά τῆς Πλατειᾶς Στράτας.

Πολλοὶ παλhoὶ Ἑρακλιῶτες θά θυμοῦνται τὰ ἀχτάρικα τοῦ Σκορδύλλη, τοῦ Λυδάκη καί τοῦ Σπετσώτη. Οἱ πιο παλhoὶ, ἴσως θυμοῦνται καί τὰ Τουρκικά ἀχτάρικα, τοῦ Μπαρντούφ ἐφένδη, τοῦ Μουσταφᾶ Φαρδαλοῦ ἀράπη, τοῦ Πορτακλῆ ἀγά, τοῦ Χουλκίς Ντουτζιμαδάκη, τοῦ Ἐλίφ Μεταξάκη, τοῦ Μουλαμπραϊμη, τοῦ Ἀσάν Φτηνάκη, τοῦ Μουσταφᾶ τοῦ Βιαννίτη καί πολλά ἄλλα.

Ἀπό ὄλους αὐτοὺς τοὺς Τούρκους ἀχτάρηδες, οἱ παλhoὶ Ἑρακλιῶτες, θά θυμοῦνται περισσότερο δυό: Τόν Μουσταφᾶ Φαρδαλό Ἀράπη, τόν ἀπόθυμο, βλάστημο, καυγατζῆ, μά καλό τραγουδιστὴ Τούρκο, πού συχνά ὑποδαύλιζε τὰ «τσακώματα», Χριστιανῶν καί Ὀθωμανῶν τοῦ Κάστρου καί τόν πονηρό ἀλλά ἦσυχο Ἀσάν Φτηνάκη.

Ὁ πρῶτος ἐπικεφαλῆς τῶν Καστριῶν Τούρκων γλεντζέδων, κάθε πρωτομαγιά, κατέβαιναν στήν Τρυπητή (σήμερα προάστειο Κυανὴ Ἀκτὴ), νά πετάξουν τὰ μπρίκια καί νά χύσουν τὰ λάδια στή θάλασσα, ὅπως τό ἀπαιτοῦσε ἡ μέρα. Ἐπιστρέφοντας δέ στό Κάστρο, νά βάλουν μέ τοὺς Χριστιανοὺς τῆς παλhoῦς Μυσκηνιαῖς τόν συνηθισμένο «καυγᾶ», νά δώσουνε καί νά . . . φᾶνε ξύλο.

Ὁ δεύτερος, ἀποτελοῦσε μέ τόν γιό του τό Ἀσανιό, ἔναν ἀξιόλογο τύπο τοῦ παλhoῦ Κάστρου. Πολλοὶ θά θυμοῦνται ἀκόμη, τὴν τραγουδιστὴ εἰδοποίησι πού ἔκανε ὁ πατέρας στό γιό, ὅταν βρισκότανε στό μαγαζί τους «. . . τό γεράκι τριγυρίζει, τ' Ἀσανιό δέν τό θωρεῖ. . .», γιὰ νά τοῦ δώση νά καταλάβῃ, ὅτι κᾶποια Χανούμη-πελάτισσα, προσπαθοῦσε νά τοὺς κλέψῃ κάτι, ἐκείνη τὴ στιγμή.

Οί «ἐργαστηριακοί» τοῦ δεκάτου πέμπτου αἰῶνα τῆς Κρήτης, παρασκευάζαν στά σπετσαργιά τους τῆς τότε, τὰ φάρμακα «. ἐργαζόμενοι ἐν πυρί, πυκτεύοντες καί τρίβοντες ἐν ὑγδίῳ. .». Μᾶς τό μαρτυρεῖ ἡ 25ῃ ἐπιστολή τῆς 8.11.1501, πού στέλνει ὁ πατέρας Γρηγορόπουλος ἀπό τό Ἐνετικό Μεγάλο Κάστρο, στόν γιό του, καλλιτέχνη ἀντιγραφέα καί τυπογράφο, Ἰωάννη Γρηγορόπουλο, πού βρίσκεται στήν Ἰταλία¹.

Οἱ ἐργαστηριακοί αὐτοί, μετωνομάσθησαν «σπετσέριδες» κατά τήν Τουρκική περίοδο. Τούς συναντοῦμε νά συνεργάζονται μέ κάθε ἀξιόλογο γιατρό τῆς ἐποχῆς, στίς πόλεις καί στίς κωμοπόλεις τοῦ νησοῦ καί νά τούς παρασκευάζουν τὰ φάρμακα. Οἱ σπετσέριδες αὐτοί ἦσαν συνήθως ἀλληλοδιδασκτοί, ἢ τούς μάθαιναν σιγά σιγά τήν τέχνη, οἱ γιατροί τους. Ἐγνώριζαν ὅλα τὰ φυτικά, ζωικά καί ὀρυκτά φάρμακα τῆς ἐποχῆς τους καί ἤξεραν νά παρασκευάζουν ἀφεψήματα, ἐγχύματα, ἀλοιφές καί ματζούνια.

Ἡ Μικρασιατική καταστροφή μᾶς ἔδωσε στό Ἡράκλειο γνήσιους τέτοιους σπετσέριδες, μέ ἄριστη φαρμακοτεχνική κατάρτησι, καλόψυχους, τίμιους, συνειδητούς καί πειθαρχημένους. Σᾶς θυμίζω τόν πολύγλωσσο μακαρίτη ἠδη, Τάσο Καρφόπουλο τοῦ φαρμακείου Χρήστου Ζουράρη, τόν ἐπίσης μακαρίτη Γιώργη Κανάκη τῶν φαρμακείων Θωμᾶ Γεωργιάδη καί Μ. Τζομπανάκη καί τόν Νίκο τόν Μπαϊράμογλου, τοῦ φαρμακείου Λάμπρου Κανακάκη. Κι οἱ τρεῖς τους, γεμάτοι χιούμορ καί καλωσύνη, πρόσφεραν μεγάλες ἐξυπηρετήσεις στούς ἀνθρώπους τῆς ἐποχῆς των καί σάν ἄτομα καί σάν τεχνικοί.

¹: Emil I egrand idem Vol. II σελ. 284.

Ἡ γενικώτερη ἱστορία τῶν Κρητικῶν φυτῶν, συνδέεται κυρίως μέ τήν «εὐγενή» ἐπιστήμη τῶν Sempliciū, τήν βοτανική. Μέ τούς βοτανολόγους πού ἐξερεύνησαν τό νησί μας. Μέ τούς Ἑνετούς, Ἀραβες, Ρωμαίους καί Βυζαντινοὺς, γιатρούς. Μέ τούς «ριζοτόμους» καί τούς «φυσικούς» τῶν Κρητικῶν μυθολογο-ιστορικῶν χρόνων. Μέ τόν Μινωϊκό ἄνθρωπο καί μέ τήν καθόλου Μινωϊκή ἱατρική.

Τήν γενικώτερη αὐτή ἱστορία, θά δώσω μέ γρήγορες ἀναδρομές στό παρελθόν. Ἀρχίζω ἀπό τό 1600 μ.Χ. καί πρός τά ὀπίσω, ἀφοῦ ἡ ἱστορία τῶν Κρητικῶν φυτῶν, ἀπό τότε μέχρι τῶν «καθ' ἡμᾶς» χρόνων, ἔχει μελετηθεῖ ἀπό ἄλλους μελετητές.

Τό 1600 μ.Χ. ἔχομε Ἑνετική περίοδο στό νησί μας. Λέγεται ὅτι ὁ προβλεπτής Φραγγίσκος Μοροζίνης, ἀσχολήθηκε μέ τήν βοτανολογική διερεύνησί του. Ἐπειδή ὁμως κατὰ τό 1600, δύο προβλεπτές μέ τό ἴδιο ὄνοματεπώνυμο βρίσκονται στό νησί μας ἀλληλοδιαδόχως, τήν βοτανολογική του διερεύνησι δέν πιστεύω νά τήν ἔκανε ὁ δεύτερος, γιατί ἡ ἐμφάνισις του στή Κρητική σκηνή, συμπίπτει μέ τήν εἰκοσαετῆ πολιορκία τοῦ Χάνδακα ἀπό τούς Τούρκους καί τά πολεμικά του ἔργα, δέν θά τοῦ ἐπέτρεπαν νά ἀσχολεῖται μέ τέτοιες δουλειές.

Τό 1601 καί τό 1553, ἐρευνητής τῆς χλωρίδας τοῦ νησοῦ παρουσιάζεται ὁ Ἰωσήφ Μπενισκάρα. Ἦταν γιатρός-βοτανολόγος, διευθυντής τῶν κήπων τῆς Πίζας καί τῆς Φλωρεντίας. Ἐπεσκέφθηκε τήν Κρήτη, τήν ἐποχή τοῦ προβλεπτή Γκερολάμο Καπέλλο καί ἐξερεύνησε τίς μεσογειακές καί ὄρεινές του περιοχές, μεταφέροντας στούς κήπους τοῦ Μεγάλου Δούκα τῆς Τοσκάνης, ἕναν μεγάλο ἀριθμό ἀπό Κρητικά εἶδη.

Πιό μπροστά ἀπ' αὐτόν, ἔκαμε τήν ἴδια δουλειά, ὁ Ἰταλός γιатρός καί φυσιολόγος Ὀνώριο Μπέλλι. Ἦρθε στή Κρήτη δύο φορές. Τό 1583 καί τό 1592. Τῆ δεύτερη μάλιστα φορά, κάθησε ἐπτά ὀλόκληρα χρόνια στό νησί καί εἶδε νά πεθαίνῃ ἡ γυναίκα του Μπιάνκα Σαρακίνη ἀπό Πανώλη καί

νά θάβεται στά Χανιά. Ἀπό ἐπιστολές πού ἔστειλε στον θεῖο του Κλούτζιους¹, στή πόλι Βικέντζα, φαίνεται νά ἐξερευνήσε τήν περιοχή τῶν Χανίων, τά νότια τμήματα τῶν Ἀσπροβούνων, τόν Ὀμαλό, τούς Λάκκους, τήν παραλιακή περιοχή τοῦ Σελίνου, τό Ἀκρωτήρι, τίς Χαράδρες τοῦ Καθολικοῦ καί τήν ἄνω ἄκρα τοῦ ἀκρωτηρίου Μαλέκκας. Θεωρεῖται ἀπό τούς Ἴταλούς, ὁ βαθύτερος καί σπουδαιότερος σπουδαστής τῆς Κρητικῆς φυτικῆς βλάστησις.

Τήν ἴδια ἐποχή (1592), γράφει τό βιβλίον του² γιά τήν Κρητική χλωρίδα, ὁ Ἴταλός βοτανολόγος Πρόσπερο Ἀλπίνο. Λένε ὅτι δανείσθηκε τήν ὕλη ἀπό τούς προηγουμένους ἐρευνητές, μέ τήν μεσολάβησι τοῦ προβλεπτή Γκερολάμο Καπέλλο.

Τό 1550, ἐξερευνήσε τό νησί μας βοτανολογικά ὁ Πολωνός γιατρός Ὀδόαρδος. Ὁ ἴδιος ἀφοῦ ἐξερευνήσε τήν Συρία καί τήν Αἴγυπτο, ἔφθασε καί στή Κρήτη. Δέν ἔγραψε ὅμως κανένα βιβλίον καί ἡ ἐξερεύνησί του ἔγινε γνωστή ἀπό τόν Φαντούτζι, πού ἔγραψε γι' αὐτή.

Πιό μπροστά ἀπ' αὐτόν τό νησί μας τό ἐξερευνήσε βοτανολογικά ὁ Γάλλος Πέτρος Μπελλόν, ὁ σπουδαιότερος βοτανολόγος τοῦ 16ου αἰῶνα. Ἐξερευνήσε τήν περιοχή τοῦ Μεγάλου Κάστρου ὅπως λέει στό βιβλίον του¹, τήν μέση καί ἀνώτερη ζώνη τοῦ Ψηλορίτη, πιθανόν τά Σφακιά ἴσως δέ καί μερικές κορυφές τοῦ συμπλέγματος Ἀσπροβούνια. Ἀμέλησε ὅμως νά καθωρίσῃ βοτανολογικά τά φυτά πού βρῆκε καί ἔτσι τό βιβλίον του στερεῖται σήμερα ἐπιστημονικοῦ κύρους.

Πιό μπροστά ἀπ' αὐτόν ἐξερευνήσε ἐπίσης βοτανολογικά τό νησί μας ὁ Ἴταλός Λ. Σκουατέρμο. Ἐφθασε σ' αὐτό τό 1540. Ἐγκατεστάθηκε στό «χωριό» Ἀρχάνες καί ἐξερευνήσε τήν ἐπαρχία Τεμένους καί τό βουνό Γιούχτας. Στήν ἐξερεύνησί του ὅπως ἀναφέρει στό βιβλίον του² εἶχε βοηθό του

1: Gluzius: Rariorum Historia Plantarum 1584—Epistolae de rarioribus quibusdam plantis Cretice. Τόμος II σελ. 297-314.

2: Prospero Alpino: De Plantis exoticis. Patavium 1601.

1: P. Bellon: Les observations de plusieurs Singularites trouvées en Grece κ.λ.π. Paris 1553.

2: Ludov Scualermo: Semplici Vinegra 1581.

τόν δρωγοσυλλέκτη Κων/νο Ροδιακό, κάτοικο τοῦ Μεγάλου Κάστρου.

Ἀκόμη πιό μπροστά τέλος κατά τό 1415, τό νησί μας τό ἔξερευνησε βοτανολογικά ὁ Χριστόφορος Μπουαντελμόντι. Ὁ δαιμόνιος αὐτός Φλωρεντῖνος, περιόδευε τήν Ἑλλάδα καί τό Ἑλληνικό ἀρχιπέλαγος γιά νά ἀγοράζη «κώδικες» /ἀντίγραφα ἀρχαίων Ἑλληνικῶν κειμένων/. Δέν ἐλησμόνησε ὁμως νά ἐνδιαφερθῆ καί γιά τά φυτά μας, γιά τά ὁποῖα ὅπως γράφει στό βιβλίο του³ ἔτρεφε ιδιαίτερη ἀγάπη.

Κατά τήν περίοδο τῆς Ἀναγέννησις —14ος καί 15ος αἰώνας— ἡ κριτική μελέτη ἀπό τοὺς λογίους τῆς Δύσεως τῶν ἔργων τῶν Ἑλλήνων συγγραφέων σέ γνήσια ἀντίγραφα, (τά ὁποῖα ἔφεραν στή Δύσι οἱ σταυροφόροι καί μετά τήν ἀλωσι οἱ σοφοί τοῦ Βυζαντίου), ἔδωσε τήν εὐκαιρία στοὺς βοτανολόγους των, νά ἐπανεκτιμήσουν τίς φημισμένες ιδιότητες τῶν Κρητικῶν φυτῶν. Αἱ ιδιότητες αὐτές φανερωμένες στά ἐκπληκτα μάτια τους, μετά τά σκοτάδια τοῦ μεσαίωνα, παρεκίνησε τίς ἐξερευνησεις πού ἀνέφερα μέ σκοπό τήν ἀπόκτησι καί μεταφορά τῶν φυτῶν αὐτῶν στίς χῶρες τους, πού τόσο θαυμάσια εἶχαν ἐξυπηρετήσῃ τήν Ἑλληνική καί τήν Ρωμαϊκή θεραπευτική.

Πρὶν ἀπό τήν ἀναγέννησι, τόσον οἱ Ἀραβες γiatροί —11ος αἰώνας— ὅσον καί οἱ γiatροί τοῦ Σαλέρνου —9ος αἰώνας— καί τοῦ Μοντπελιέ —1300 μ.Χ.— ἐγνώριζαν τά Κρητικά φυτά. Τά ἐγνώριζαν ὁμως ἀπό κακότεχνες μεταφράσεις τῶν Ἑλληνικῶν κειμένων Συριακές καί Ἑβραϊκές. Ἡ διάδοσις καί ἡ ἐπί μακρόν διατήρησις τῆς Ἑλληνικῆς γλώσσας, στίς Ἀνατολικές ἐπαρχίες τοῦ Βυζαντίου καί οἱ σχολές μέ Ἑλληνες διδασκάλους πού τό Βυζαντινὸ κράτος εἶχε ἰδρύσει ἀπό τόν 5ον μ.Χ. αἰῶνα στίς πόλεις Νίσιβις τῆς Συρίας καί Ἐδεσσα τῆς Μεσοποταμίας, εἶχαν θέσει στή

3: Crist. Buantelmonti: *Librum insurarum Archipelagi*: ἴδ. E. I egrand: *Description des îles de l' archipelag. Par Chr. Buantelmonti, version Greque par un anonyme No 4 premiere partie.*

διάθεση τῶν Σύρων, τῶν Ἑβραίων καὶ τῶν Περσῶν τοὺς θησαυροὺς τῆς ἀρχαίας Ἑλληνικῆς σοφίας. Ὄταν μετὰ τὸν θάνατο τοῦ Μωάμεθ —632 μ.Χ.— οἱ Ἄραβες κατέκτησαν τίς περιοχὲς αὐτές, εἶχαν τὴν εὐφυΐα νά ἀφομοιώσουν τὴν Ἑλληνικὴ παράδοσι, νά μελετήσουν τὸν Ἀριστοτέλη καὶ τοὺς Ἕλληνας κλασσικοὺς καὶ νά ἐφαρμόζουν στὴν καθ' ἡμέραν πρᾶξι τὴν ἰατρικὴ τοῦ Ἱπποκράτη καὶ τοῦ Γαληνοῦ, πού ὅπως θά δοῦμε παρακάτω, γνώριζαν ἐπώνυμα τὰ Κρητικὰ φυτά.

Ἀξιόλογοι Ἄραβες γιατροὶ πού τὰ γνώριζαν ἦσαν ὁ Ραζῆς, ὁ Ἀβικένα, ὁ Μαιμωνίδης καὶ ἄλλοι. Οἱ γιατροὶ ὁμῶς αὐτοὶ δέν εἶχαν ἔλθει ποτέ τους στὴ Κρήτη, οὔτε σχετίζονται μέ τὴν Ἀραβοκρατία τῆς.

Ἐπάρχει παράδοσις ὅτι τὴν ἰατρικὴ Σχολὴ τοῦ Σαλέρνου, τὴν ἴδρυσαν τέσσερις σοφοί. Ἐνας Ἕλληνας, ἕνας Λατίνος, ἕνας Ἑβραῖος καὶ ἕνας Ἄραβας. Καθ' ἕνα ἀπ' αὐτοὺς ἀνάλαβε νά μεταφράσῃ στὴν Ἱταλική, τοὺς ἀρχαίους γιατροὺς πού εἶχαν γράψει βιβλία στὴ πατρικὴ του γλώσσα. Ἔτσι ὅλη ἡ ἰατρικὴ σοφία τῆς ἐποχῆς —πού βασικά μέχρι τοῦ δεκάτου ἔκτου αἰῶνα σέ ὅποια γλώσσα κι ἂν ἦταν γραμμένη μύριζε Ἑλληνικά— μεταλαμπαδεύτηκε στὴ μικρὴ αὐτὴ πόλι τῆς Καμπανίας. Γιά τοὺς ἴδιους λόγους τὰ Κρητικὰ φυτά δέν ἦσαν ἀγνωστα καὶ στοὺς γιατροὺς τοῦ Μοντπελιέ, ἀφοῦ ἡ ἰατρικὴ Σχολὴ τῆς πόλεως αὐτῆς τῆς νότιας Γαλλίας, εἶχε ἰδρυθεῖ ἀπὸ ἀπόφοιτο τῆς Σχολῆς τοῦ Σαλέρνου, τὸν Arnaldo di Vilanova, γύρω ἀπὸ τό 1300 μ.Χ.

Τὰ ἀρχαῖα κείμενα πού σπούδαζαν οἱ γιατροὶ τοῦ Σαλέρνο καὶ τοῦ Μοντπελιέ, εἶχαν ἄμεση σχέσι μέ τὴν μεγάλη μορφή τοῦ Πατριάρχου τῆς Κωνσταντινουπόλεως Φώτιου —858 μέ 866— καὶ μέ τὰ Ἑλληνικά μοναστήρια. Ὁ Φώτιος, ἀπὸ τὴν πρώτη περίοδο τῆς πατριαρχίας του, ὠργάνωσε στὴ Κωνσταντινούπολι ὀλόκληρες σχολές-συνεργεῖα, ἀπὸ μορφωμένους κληρικοὺς πού ἀντέγραψαν πιστά, μέ μικρὰ καθάρὰ γράμματα, ὅλα τὰ μέ κεφαλαίγραμμα γραφή, σέ περιγραφημένα καὶ παλύρους, κακογραμμένα καὶ δυσκολοδιάβα-

στα ἀρχαῖα κείμενα, ἀπό τόν Ὅμηρο μέχρι τόν Γαληνό. Ἔτσι διευκολύνθηκε τό διάβασμά τους.

Τά μοναστήρια, μέ πραγματικό πάθος πού μεταδόθηκε γρήγορα καί στά Λατινικά μοναστήρια, ἔκαναν τήν ὀρθογράφησι. Ἔτσι δέν ἄργησε νά ὀργανωθοῦν ὀλόκληρες βιβλιοθήκες ἀπό ἀντίγραφα τῶν κειμένων, πού ἀποτελέσαν τούς θεματοφύλακες τῆς πνευματικῆς μας κληρονομιάς.

Παράλληλα μέ τίς ἀλεπάλληλες ἀντιγραφές τῶν ἱατρικῶν κειμένων πού ἔκαναν, οἱ Ἕλληνες καί οἱ Λατῖνοι μοναχοί ἀπόκτησαν ἀξιόλογες ἱατρικές γνώσεις, πού τούς ἐπέτρεπαν νά ἐξασκοῦν τήν ἱατρική μέσα καί ἔξω ἀπό τά μοναστήρια καί μάλιστα συνειδητά καί συστηματικά – περίοδος γνωστή σάν ἱατρική τῶν μοναστηρίων, 7ος, 8ος καί 9ος αἰώνας – . Ὅμως οἱ Λατῖνοι μοναχοί τό παράκαναν καί ὁ Πάπας Ὀνώριος ὁ τρίτος, ἀπαγόρευσε νά κάνουν ἱατρική ἔξω ἀπό τά μοναστήρια, μέ ἐπακόλουθο σ' ὀλόκληρη τήν Ἰταλία νά παρατηρηθῆ μεγάλη ἔλλειψις γιατρῶν. Τοῦτο ἔδωκε ἀφορμή στήν ἰδρυσι τῆς ἱατρικῆς σχολῆς τοῦ Σαλέρνου. Ὑπάρχουν ἐνδείξεις ὅτι γιατροί τῆς σχολῆς αὐτῆς, ἐφθασαν καί στή Κρήτη, ἰδία κατά τήν περίοδο τῆς Ἀραβοκρατίας, ἀλλά μόνον Ἀραβικῆς καί Ἑβραϊκῆς καταγωγῆς.

Οἱ Ρωμαῖοι καί οἱ Βυζαντινοί γιατροί, ἐγνωρίζαν ἐπίσης καλά τίς θεραπευτικές ιδιότητες τῶν Κρητικῶν φυτῶν ἀπό τά κείμενα τῆς κλασσικῆς ἀρχαιότητος, τῶν ὁποίων τήν ἱατρική ἐφάρμοζαν στή καθ' ἡμέραν τους πρᾶξι.

Ὅπως εἶναι γνωστό τό νησί μας, μετά τριετῆ πόλεμο, καταλήφθηκε ἀπό τά Ρωμαϊκά στρατεύματα ὑπό τόν Κόϊντο Μέτελλο τό 67 πρό Χριστοῦ. Μέχρι τό 330 μετά Χριστό, ἐνωμένο διοικητικά μέ τήν Κυρήνη ἀποτελοῦσε Ρωμαϊκή ἐπαρχία. Μετά τήν διάσπασι τοῦ Ρωμαϊκοῦ κράτους ὑπάχθηκε στό Ἀνατολικό ἢ Βυζαντινό κράτος, τοῦ ὁποίου ἀπέτελεσε ἰδιαίτερο διοικητικό «θέμα», μέχρι τῆς καταλήψεώς του ἀπό τούς Ἀραβες τό 823 μετά Χριστό.

Μετά Ἀραβοκρατία 138 χρόνων, ἀνακαταλήφθηκε ἀπό τόν Νικηφόρο Φωκᾶ τό 961 καί ἀπέτελεσε καί πάλι Βυ-

ζαντινή ἐπαρχία μέχρι τὴν μοιρασιά τῆς Βυζαντινῆς αὐτοκρατορίας ἀπὸ τοὺς Σταυροφόρους τὸ 1204, πού παραχωρήθηκε στοὺς Γιενοβέζους καὶ ὕστερα πωλήθηκε στοὺς Ἑνετούς.

Ἡ μακρὰ περίοδος ἀπὸ τὸ 67 πρὸ Χριστοῦ μέχρι τὸ 1204 μετὰ Χριστό – ὅπως καὶ οἱ προγενέστερες περίοδοι τοῦ νησοῦ μας – δὲν ἔχουν μελετηθεῖ ἀκόμη ἀπὸ ἀπόψεως ἰατρικῆς ἱστορίας. Ἄν καὶ τὰ στοιχεῖα πού ἔχομε εἶναι ἐλάχιστα, πρέπει νὰ παραδεχθοῦμε ὅτι σέ ὅλη αὐτὴ τὴν περίοδο κι' ἐδῶ στό τόπο μας, ἐξασκεῖτο ἡ Ρωμαιο-Βυζαντινὴ ἰατρική, ἀλλὰ πάντα ἐμπλουτισμένη μέ τὴν Κρητικὴ ἰατρικὴ παράδοσι, πού οἱ κάτοικοί του, εἶχαν κληρονομήσει, ἀπὸ τὴν μακραίωνη ἱστορία τους.

Θὰ ἦταν παράλειψις ἂν ἀναφερόμενος στή περίοδο αὐτή, ἀπόφευγα νὰ τονίσω, τὸ ἰδιαίτερο ἐνδιαφέρον πού οἱ Ρωμαῖοι αὐτοκράτορες ἔδειχναν γιά τὰ Κρητικὰ φυτὰ, τὰ ὁποῖα ὅπως ἀναφέρει ὁ Γαληνός¹ τοὺς μετέφεραν στή Ρώμη εἰδικοί βοτανολόγοι, μέσα σέ κοφίνια, πλεγμένα μέ Κρητικὴ λιγαριά.

Τὸ ἐνδιαφέρον ὁμως ἐκείνης τῆς ἐποχῆς γιά τὰ Κρητικὰ φυτὰ, τὸ συναντοῦμε αὐτούσιον στά ἔργα τῶν λατίνων συγγραφέων, οἱ ὁποῖοι συναγωνίζονται ποιός νὰ γράψῃ γι' αὐτὰ περισσότερα.

Ἄναφέρω ἀπ' αὐτούς : τὸν Μάρκο Τερέντιο Βάρρο (116-27 πρ.Χρ.)², πού γράφει γιά τὸν ἀειθαλῆ πλάτανο τῆς Γόρτυνας. Τὸν Μάρκο Τίλλιο Κικέρωνα (106-43 πρ.Χρ.)³ πού ἔγραψε γιά τὸν δίχταμο. Τὸν Βιργίλιο (70-19 πρ.Χρ.)⁴ πού ἔγραψε στήν Αἰνεΐάδα του ἐπίσης γιά τὸν δίχταμο. (Σημειώ-

1. Κλαυδ. Γαληνοῦ : Ἀντιδοτάριο Βιβλ. Α' τόμος XIV σελ. 9-10.

2. Marcus Terentius Varro : Varronis rerum Rusticarum libri ἕκδ. Keil I ipsiae 1889.

3. Marcus Tullius Cicero : De Natura Deorum I. XII.

4. Vergilius Maro : Aeneis Α.π. Μισίου Αἰνεΐάδος Σχόλια Ἀθήνα 1874 βιβλ. IV στιχ. 68-73 καὶ βιβλ. XII στιχ. 411-415.

νω ἐδῶ ὅτι ὁ ἔξοχος αὐτός ποιητής-συγγραφέας, παρουσιάζεται στα γεωργικά του ἀπό τὴν Ἱταλικὴ βιβλιογραφία^{4α}, νά ἀντιγράφη ἀπὸ τὰ Θηριακά, τὰ Ἀντιφάρμακα, καὶ ἀπὸ τὸ ἰάσεων συναλλαγὰς τοῦ Νικάνδρου τοῦ Κολοφωνίου (138-33 πρ.Χρ.) ὁ ὁποῖος ἦτο ποιητής, ἰατρός καὶ ἱερέας τοῦ ἱεροῦ τοῦ Ἀπόλλωνος στὴ πατρίδα του Κλάρο). Τὸν λατῖνο γιαντρό Κορνήλιο Κέλσο – κατ' ἄλλους φιλιάντρο καὶ ὄχι γιαντρό – πού στό ἔργο του *De Medica* (v,xxv,13), ἔγραψε ἐπίσης γιὰ τὸν δίχταμο. Τὸν πολυγραφότατο Πλίνιο Γαῖο Σεκοῦνδο⁵ πού περιγράφει 35 περίπου Κρητικὰ φυτικὰ εἶδη. Τὸν ποιητὴ Στάτιο Παπῖνο (40 πρ. Χριστ. μέ 36 μετὰ Χριστό) πού ἔγραψε ἐπίσης γιὰ τὸν Δίχταμο⁶. Τὸν Μάρκο Βιρτούβιο Πόλλιο (α' αἰώνας μ.Χρ.)⁷ πού ἔγραψε γιὰ τὸ Κρητικὸ ἄσπληνο, τὸ Κρητικὸ ἔλατο, τὴν ὀξά, τὴν ἰθιά, τὴ λεύκη, τὸν δρυῖ, τὸν κέντρο καὶ ἄλλα. Τὸν Κλαῦδιο Γαληνό (129-201 μ.Χρ.)⁸ πού ἔγραψε γιὰ πολλὰ Κρητικὰ θεραπευτικὰ φυτὰ. (Ἐο περίφημος αὐτός ἀπὸ τὴν Πέργαμο "Ἐλληνας γιαντρός τῆς Ρώμης «γιαντρός τῶν μονομάχων καὶ προσωπικός γιαντρός τοῦ αὐτοκράτορα Μάρκου Αὐριλίου»), ἔγραψε περί τὰ 800 βιβλία, ἀπὸ τὰ ὁποῖα διασώθηκαν μόνο ἑκατό. Τὸ σύνολο αὐτὸ τῶν βιβλίων του, διαθέτει ἡ Ἐθνικὴ μας Βιβλιοθήκη, τυπωμένα σέ 20 μεγάλους τόμους τῶν 1000 σελίδων ἕκαστο. Γιὰ τὰ Κρητικὰ φυτὰ ἀναφέρει πολλὰ. Στὸ Α' βιβλίο του ὁμως – τόμος 14ος σελ. 9-10 – ἀναφέρει τὰ ἀκόλουθα «ἀπὸ τε Κρήτης πολλὰ τῶν ἐκεῖ βοτανικῶν ὑπὸ ἀνδρῶν Καίσαρος τρεφομένων... κομίζεται. Οὐκ δέ ἀπὸ Κρήτης τὰ τοιαῦτα καὶ εἰς ἄλλα πολλὰ τῶν ἔθνῶν ὡς μηδέν τῶν ἐπ' αὐτῆς ἐνδεῖν, μήτε βοτανῶν, μήτε καρπῶν, μήτε σπερμάτων, μήτε ριζῶν, μήτε χυλῶν...»).

4^α A.G. Amatucci : *Storia della letteratura Romana* Napoli 1916.

5. Plinius Gaius Secundus : *Historia Naturalis* XXV. 53 καὶ XXVI 87. "Ἐκδ. I ttre τόμος II Paris 1883.

6. Statius Gaius Papino : *Silvarum Libri IV*. τομ. I στιχ. 101-103 "εκδ. M. Achainte Paris 1834.

7. Marcus Virtuvius Pollio : *De Architectura Libri decem I*. IV. 10-II 18.5.13 ἔκδ. Val. Rose. H. Muller Lipsiae 1867.

8. Claudii Galeno : *Omnia* ἔκδ. G. Kuhn Lipsiae 1821-1833 τόμος XX.

Ἐκ τῶν μεταγενέστερων λατίνων συγγραφεῖς γιὰ τὰ Κρητικά φυτὰ ἀναφέρουν ὁ Κλαύδιος Αἰλιανός (β' μ.Χρ. αἰώνας)¹, ὁ Γάϊος Ἰούλιος Σαλίνου (3ος μ.Χρ. αἰώνας)², ὁ Φέστου ροῦφος Ἀβιέννου³, (4ος μ.Χρ. αἰώνας), ὁ Ἀπούλιος Λούκιος (4ος-5ος μ.Χρ. αἰώνας)⁴, ὁ σχολιαστὴς τοῦ Βιργιλίου Σέρβιος (5ος μ.Χρ. αἰώνας)⁵, ὁ Πρισκιανός (5ος-6ος μ.Χρ. αἰώνας)⁶ καὶ ἄλλοι.

Ἐκ τῶν ἑλλήνων συγγραφεῖς τῆς Ρωμαιοβυζαντινῆς περιόδου γιὰ τὰ Κρητικά φυτὰ ἔγραψαν : Ὁ Διόδωρος ὁ Σικελιώτης /90 π.Χρ./⁷, ὁ Πλούταρχος πού ἔγραψε γι' αὐτὰ στοὺς μετὰ συμπαθείας πρὸς τὰ ζῶα διαλόγους του «πότερα τῶν ζῶων φρονιμώτερα» χχ⁸, καὶ «περὶ τοῦ τὰ ἄλογα, λόγῳ χρῆσθαι» ιχ³, ὁ ἐξ Ἀναζάρβων τῆς Κιλικίας ἑλληγ Φαρμακοποιός Πεδάνιος Διοσκουρίδης πού ἔγραψε γιὰ ἄρκετὰ εἶδη⁸, ὁ Δαμοκράτης Σερβίλιος /47-119 μ.Χ./⁹, ὁ Ἀλέξανδρος ὁ Ἀφροδισηεὺς /2ος πρὸς 3ον μ.Χρ. αἰώνας/¹⁰, ὁ μέ ὑψηλὴ ἰατρικὴ μόρφωσι Ὁρειβάσιος /325 μ.Χρ./¹¹ ὁ ὁποῖος εἰς τὰ ἔργα του «ἰατρικαὶ Συναγωγαί», «εἰς Εὐστάθιον σύνοψις» καὶ «εὐπόριστα», περιγράφει ἄρκετὰ Κρητικά εἶδη, ὁ Ἡσύχιος¹² καὶ ἄλλοι.

1. Aelianus Claudius : *Historia Varia* I, 10, ἔκδ. Rud. Hercheri. Lipsiae 1887.
2. Gaius Julius Solinus : *Colectanea rerum Memorabilium* ἔκδ. Th. Mommsen Berolius. 1864.
3. Festus Rufus Avienus : *Descriptio orbis Terrae* (ἴδε *Geografici Graeci Minores* ἔκδ. Didot II Parisiis 1861).
4. Apuleius Lucius : *De medicaminibus Herbarum* ἔκδ. Ackermann-Norrmbergae 1788.
5. Servii Grammatici : *Carmina Commentarii* ἔκδ. Thilo Hagem Lipsiae 1881.
6. Priscianus periegesis (ἴδε *Geografici Graeci Minores* ἔκδ. Didot Parisiis 1861).
7. Diodori Siculi : *Bibliothecae Historicae* ἔκδ. Lud Dintorphii Parisiis 1855.
8. Dioscoridis Pedanii : *De Materia Medica Libri quinque*, ἔκδ. Curt Sprengel Berolini 1907-1914. Ὁμοίως Ἐπετηρὶς Παν. Ἀθηνῶν τόμος ΙΕ-ΙΖ 1921 σελ. 185 Ε. Ἐμμανουήλ : Προσδιορισμὸς τῶν ὑπὸ τοῦ Διοσκουρ. ἀναφερομένων εἰδῶν.
9. Damocr. Servilii : *Theriaca* 1-12, 25, 52, 85, 115, 119, 129 καὶ 143.
10. Ἀλεξ. Ἀφροδισηεὺς : Ἰατρικῶν ἀπορρημάτων καὶ φυσικῶν προβλημάτων I:152. ἴδε *physici ed medici Minores I* ἔκδ. Didot Parisiis 1861.
11. *Oeuvres d'Oribase* : Par. doct. Bussemaker Paris 1851.
12. *Hesychii Lexicon* ἔκδ. Maur. Smith Ienae 1856-1866.

Κατά τήν περίοδο αὐτή τά Κρητικά φυτά ἄν καί ἐχρησιμοποιοῦντο στή Θεραπευτική ὅπως ὠρίζαν τά παλιὰ κείμενα, δέν ἐμελετήθησαν καθόλου, γιατί ἡ Ρωμαιο-Βυζαντινὴ ἰατρικὴ — ἔκφρασις μιᾶς παρακμασμένης ἐποχῆς — , πουθενά δέν ἐκαινοτόμησε.

Ἀξιόλογες καί ἐκπληκτικὲς εἶναι οἱ γνώσεις τῆς κλασσικῆς ἀρχαιότητος γύρω ἀπὸ τά κρητικά φυτά. Καταφαίνονται στά κείμενα τοῦ Εὐρυπίδου (480-406 π.Χρ.)¹, τοῦ κωμικοῦ ποιητοῦ Ἑρμῖπου (5ος π.Χρ. αἰώνας)², τοῦ Ἴπποκράτη (460-377 π.Χρ.)³, τοῦ Πλάτωνα (5429-347 π.Χρ.)⁴, τοῦ Ἀριστοτέλη (384-322 π.Χρ.)⁵, τοῦ Θεόφραστου (5372-287 π.Χρ.)⁶, τοῦ Ἄρατου τοῦ Σολέα (309-240 π.Χρ.)⁷, τοῦ «ριζοτόμου» Διοκλῆ τοῦ Καρύστιου (4ος π.Χρ. αἰώνας)⁸, τοῦ Νικάνδρου τοῦ Κολοφωνίου (138-133 π.Χρ.)⁹, τοῦ Διονυσίου τοῦ κυκλογράφου τοῦ περιηγητοῦ (2ος π.Χρ. αἰώνας)¹⁰ καί πολλῶν ἄλλων.

1. Εὐρυπίδου : «Ἴππόλυτος» στιχ. 73-77.

2. Ἑρμῖπου : «φορμοφόροι» στιχ. 14.

3. Ἴπποκράτους : «Περὶ γυναικείης φύσεως» II σελ. 553, 556, 559, 704 καί «Περὶ Γυναικείων» πρώτου II σελ. 718, 725, 734 ἔκδ. Kuhn Lipsiae 1816.

4. Πλάτωνος : Νόμοι I 695. ἔκδ. Burnet Oxonii 1913.

5. Ἀριστοτέλη : «Περὶ τῶν ζῶων ἱστοριῶν» A. VI.1 καί «περὶ θαυμασίων ἀκουσμάτων» IV, LIX (Aristotelis : «omnia» ἔκδ. Didot Parisiis 1848. Ὁμοίως Fr. Wimmer : Phytologiae Aristotelicae Fragmenta—Vratislaviae 1838).

6. Θεοφράστου : «περὶ φυτῶν ἱστορία» (Theophrasti Eresii : Opera quae Supersunt Omnia. Ἐκδ. Frid. Wimmer Parisiis 1866.

7. Ἄρατου : φαινόμενα στιχ. 30-35.

8. Διοκλῆ τοῦ Καρύστιου : ἀπὸ ἀποσπάσματα ἔργων του διασωθέντων ὑπὸ τοῦ Σουρανοῦ, τοῦ Γαληνοῦ, τοῦ Κέλσου καί τοῦ Ἀθηναίου.

9. Νικάνδρου Κολοφωνίου : Ἀλεξιφάρμακα. ἔκδ. Otto Shneider. Lipsiae 1856.

10. Διονυσίου τοῦ περιηγητοῦ : περιήγησις οἰκουμένης στιχ. 500 (ἴδε Geographici Graeci Minores—ἔκδ. Didot Parisiis 1861.

Γιά τίς σαφεῖς καί λεπτομερεῖς αὐτές γνώσεις τῶν κλασσικῶν, δέν ἔχει τεθεῖ ποτέ τό ἐρώτημα, ἂν τίς ἀπέκτησαν οἱ ἴδιοι ἀπό ἐπιτόπιο μελέτη ἢ ἂν τίς πῆραν ἀπό ἄλλους, πού ἀπό μακρῦ χρονικό διάστημα εἶχαν μελετήσει καί διερευνήσει τά Κρητικά φυτά. Κατά προσωπική μου ἐντελῶς γνώμη, οἱ ὑπάρχουσες ἐπὶ τοῦ θέματος ἐνδείξεις, συνηγοροῦν γιά τό δεύτερο. Οἱ ἐνδείξεις αὐτές βασίζονται στή διερεύνησι τῆς Μινωϊκῆς, Μυκηναϊκῆς καί Δωρικῆς περιόδου πού τόσο καλύπτονται ἀπό μύθους, στήν ἀνάλογη διερεύνησι τῆς κλασσικῆς Ἑλληνικῆς ἐποχῆς καί στήν ἀντικειμενική μελέτη τῶν ἀνασκαφικῶν δεδομένων ὄλων αὐτῶν τῶν περιόδων, πού σχετίζονται μέ τήν καθόλου ἰατρική.

Θρύλλοι καί παραδόσεις μιλοῦν γιά τήν ἀγάπη τοῦ Μινωϊκοῦ ἀνθρώπου πρὸς τή φύσι καί τά φυτά. Εἶναι παράλογο νά ἀποδώσωμε αὐτή τήν ἀγάπη στίς καθημερινές ἐπιτόπιες προσωπικές του ἐμπειρίες, πού ἀποκτοῦσε κατά τή χρησιμοποίησί τους στή διατροφή του καί στή θεραπευτική; Μήπως ἄλλωστε ὁ ἄνθρωπος ὄλων τῶν ἐποχῶν μέχρι καί τῶν ἀρχῶν ἀκόμη, τοῦ 19ου αἰώνα, γιά νά θεραπεύσῃ τίς ἀρρώστιες του δέν ἐβάσιζε τίς ἐλπίδες του μόνο στά φυτά – τά εἰρηνικά αὐτά δημιουργήματα – στίς σιωπηρές ἀρετές τῶν ὁποίων ἐπίστευε, ὅτι ἐκρύβετο ὅλη ἡ δύναμη τοῦ Δημιουργοῦ των;

Τήν ἴδια ἀγάπη βρίσκομε νά τρέφῃ πρὸς τά Κρητικά φυτά καί ὁ ἄνθρωπος τῆς μεταμινωϊκῆς Κρήτης – τῆς Κρήτης τῆς παρακμῆς. Κατά τήν περίοδο αὐτή πού ἡ μινωϊκή τέχνη παρουσιάζεται παρακμασμένη, πού ὁ ὅλος Μινωϊκός πολιτισμός ἀπορροφᾶται καί μεταπέφτει στό Κρητομυκηναϊκό καί πού μετά τό 600 πρ. Χρ. καλύπτεται καί ἐπισκιάζεται ὀλοκληρωτικά ἀπό τήν ἐκπληκτική λάμψι τῶν κλασσικῶν χρόνων, τό νησί μας ἡ Κρήτη, δέν ἔπαψε νά μᾶς δίδει μελετητές του. Ἀναφέρομαι στόν Θαλῆτα, στόν Ἐπιμενίδη καί στόν Διογένη τόν Ἀπολλωνιάτη. Ὁ πρῶτος κατάγεται ἀπό τήν Γόρτυνα. Εἶναι ποιητής, μελωδός καί καθαρτής. Καλεῖται στή Δωρική Σπάρτη τό 655 πρ. Χρ. καί τήν ἐξυγιαίνει ἀ-

πό τό λοιμό. Ὁ δεύτερος κατάγεται ἀπό τήν Κνωσσό. Εἶναι καθαρτής καί «ριζοτόμος»¹. «Συμβουλῆ τοῦ Μαντείου» καλεῖται στίς Ἰθάκηνας τό 596 πρ. Χρ. καί τίς «καθαίρει» ἀπό τό Κυλώνειον ἄγος. Ὁ τρίτος κατάγεται ἀπό τήν Κρητική πόλι Ἰσθμίωνια. Εἶναι φιλόσοφος καί φυσικός². Ἐγραψε κατά τόν 5ον πρ.Χρ. αἰώνα τό βιβλίον του «περί φύσεως».

Πόσοι ἄραγε ἀκόμη, ἄγνωστοι Κρητικοί ριζοτόμοι καί φυσικοί, θά εἶχαν μέχρι τότε μελετήσει καί περιγράψει τά Κρητικά φυτά καί τήν Κρητική φύσι;

Γύρω ἀπό τό 1400 πρ.Χρ. ὁ Μινωϊκός πολιτισμός καταστρέφεται ἀπό τήν εισβολή τῶν Ἀχαιῶν. Ἀπορροφᾶται ἐξ ὀλοκλήρου καί συνεχίζεται στίς Μυκῆνες, μέ τήν ὀνομασία Κρητομυκηναϊκός πολιτισμός.

Ἰσχυροί τοῦ πολιτισμοῦ τούτου μᾶς δίδουν κατά τόν Dörffeld³ καί Murray⁴, τά ὀμηρικά ἔπη. Ὁ Ὀμηρος ἐν τούτοις δέν μᾶς ὀμιλεῖ γιά τά Κρητικά φυτά, ἄν ἐξαιρέσωμε μόνο τήν «πικρά, ὀδυνήφατο ρίζα» (Ἰλιάδ. Λ 844-848), στήν ὁποία πολλοί σχολιαστές ἀναγνωρίζουν τόν Κρητικό μανδραγόρα. Μᾶς ἀναφέρει ὁμοίως γιά τή θεά τῶν τοκετῶν Εἰλυθεία (Ἰλ. Ι 269), γιά ἐξορκισμούς πού χρησιμοποιοῦνται στή θεραπευτική (ἐπ' αἰοιδῆ δ' αἶμα κελαινόν ἐσχεθον) καί γιά φυτικές βοτάνες ὅπως τά «λυγρά φάρμακα (Ἰλ. Ζ 168), τό «μῶλυ» (Ὀδυσ. κ. 305) τόν «κυκεῶνα» (Ἰλ. Ξ 346) καί ἄλλα, τῶν ὁποίων μπορούμε νά ἀναγνωρίσωμε τήν Κρητική καταγωγή. Ἡ Ἑλληνική μυθολογία παραδέχεται τήν Εἰλυθεία ὡς θυγατέρα τῆς Ἥρας⁵. Ἀναντίρρητα ὁμοίως παραδέχεται ὅτι ἐγενήθη εἰς Κρήτην «ἐν Ἀμνισῶ χώρας τῆς Κνωσίας»⁶. Τοῦτο ἐβεβαίωσαν καί τά ἀνασκαφικά δεδομένα, μέ

1: Ἰδε Διογένης Λαερτίου: «Φιλοσόφων βίος καί Δόγματα» τόμος ΙΧ 57 ἐκδ. Klippel 1831.

2: Ἰδε Τσέλλερ-Εὐαγγελίδου: Ἱστορία τῆς φιλοσοφίας σελ. 38 ἐκδοσις 1886 Ἀθήναι.

3: Wilhelm Dörffeld: Troja and Ilion A. B. 1902.

4: Gilbert Murray: The rise of the Greek Epic 1926.

5: Ἰδε Πausανίου Ι. 18,4 καί Ἰσιόδου Θεογονία Th. 922.

6: Πausανίου ὡς ἄνω.

τήν ἀνεύρεσι καὶ ἐξερεύνησι τοῦ «σπέους Εἰλυθείας» εἰς τὴν ἀπὸ τὸν Πausanία ἀναφερομένη περιοχὴ, ἔξῃ χιλιόμετρα ἀνατολικά τοῦ Ἑρακλείου (θέσις βαθύλακα, ἐπὶ τῆς ὁδοῦ Καρτεροῦ-Ἐπισκοπῆς). Τὴν Κρητικὴ καταγωγὴ τῆς θεᾶς αὐτῆς τῶν τοκετῶν ἐπιβεβαιώνουν καὶ ὁ Ραγκαβῆς⁷ καὶ ὁ W.H.Rosher⁸, καὶ ὁ P. Decharme⁹ καὶ ὁ Wilamovitz¹⁰ μέ τὴν προσθήκη ὅτι ἡ λατρεῖα τῆς μετεφέρθη μέσω Δήλου εἰς τὴν Ἑλλάδα, μετὰ τῆς λατρείας τοῦ Ἀπόλλωνα.

Ἡ κάθοδος τῶν Δωριαίων εἰς τὴν Ἑλλάδα (1000 π.Χ.), προκάλεσε τὴν καταστροφὴ τῆς Ἀχαικῆς ἰσχύος καὶ τὴν ἀπόκλισι τοῦ Κρητικο-Μηκοναϊκοῦ πολιτισμοῦ. Τρεῖς αἰῶνες μετὰ τὴν καθοδο (700 π.Χ.) ἤρχισαν νὰ διαμορφώνονται εἰς τὴν Δωρικὴ Ἑλλάδα αἱ πόλεις-κράτη καὶ νὰ ὀργανώνεται ἡ Δωρικὴ λατρεῖα. Στὶς πόλεις-κράτη βλέπουμε νὰ βασιλεύουν καλοπροαίρετοι βασιλεῖδες-πρότυπα τοῦ Μίνωα. Καὶ εἰς τὸ Ἑλληνικὸ πάνθεο βρίσκουμε νὰ ἀντιπροσωπεύονται ἐπαρκῶς οἱ Μινωικὲς θεότητες, μέ τὸν Κρηταγενῆ Δία, τὴν Εἰλυθεία, τὸν Ἀπόλλωνα καὶ τὴν Βριτόμαρτη-Ἄρτεμη. Τὰ γεγονότα αὐτὰ δὲν ὑποδηλοῦν τίποτε ἄλλο σιωπηρὰ, παρά τὴν ἐπικράτησι τῶν Μινωικῶν παραδόσεων καὶ τῶν ἀπὸ τῆς παραδόσεως αὐτῆς Μινωικῶν ἱατρικῶν γνώσεων. Τοῦτο διαφαίνεται ἀκόμη καὶ ἀπὸ τοὺς προσφιλεῖς μύθους τῆς Θεσσαλίας περὶ Κενταύρων, οἱ ὅποιοι παρουσιάζονται νὰ ἔχουν γνώσεις γιὰ τῆς θεραπευτικῆς ιδιότητος τῶν φυτῶν ἀνάλογες τῶν Μινωικῶν καὶ ἕνας μάλιστα ἀπ' αὐτοὺς, ὁ Χείρων ὁ Κένταυρος, ὄχι μόνον νὰ θεραπεύη τοὺς ἀνθρώπους μέ φυτοφάρμακα, ὄχι μόνον νὰ ἔχη ἐξουδετερωτικὴν γιὰ τοὺς ὄφεις βοτάνη — τὴν Χειρώνιο — ἀλλὰ ἀκόμη κατὰ τὴν παράδοσι νὰ διδάσκει τὴν τέχνην τοῦ στόν Ἀσκληπιό, γιὰ τὸν ὁποῖον θὰ μιλήσωμε παρακάτω.

7: Ἴδε Λεξικὸ Ἑλλην. Ἀρχαιολογίας σελ. 255.

8: W.H. Rosher: Mythologie I. σελ. 1219.

9: P. Decharme: Mythologie p. 351.

10: O. Wilamovitz: Griechische Lit. der Altertungs.

Μεταγενέστερα οί Μινωικές γνώσεις γιά τά φυτά έκληρονομήθησαν αὐτούσιες στά Ἑλληνικά Ἀσκληπιεῖα, τῶν ὀποίων ἡ ἰατρική ἐδέσποζε στήν Ἑλλάδα μέχρι τῶν Ἱπποκρατικῶν χρόνων καί διατηρήθηκε μέχρι καί τόν 5ον αἰῶνα μετά Χριστόν. Ὁ Κρητικός μανδραγόρας ἦτο τό ἀπόκρυφο κληρονομικό βοτάνι τῶν Ἀσκληπιείων, οἱ ἱερεῖς τῶν ὀποίων μέ τούς Ἀσκληπιάδες τῆς κλασσικῆς ἐποχῆς, μετεχειρίζοντο σάν ψυχελιδωτικό-ναρκοαναισθητικό φάρμακο γιά τίς ἐγκοιμήσεις καί τίς αἱματηρές τῶν ἐπεμβάσεις.

Γύρω ἀπό τήν καταγωγή τοῦ Ἀσκληπιοῦ σάν ἰαματικῆς θεότηας, ὑπάρχουν πολλές παραδόσεις. Γυιός τῆς Κορωνίδος καί τοῦ Ἀπόλλωνα, παρουσιάζεται ἀπό τούς Lepant καί Kjellberg¹ ὡς θεός Πελοποννησιακῆς καταγωγῆς. Ὅμως τήν ἄποψι αὐτή τήν ἀντικρούει ὁ Grupp² στή μυθολογία του, ὁ ὁποῖος ὑποστηρίζει —παρά τάς ἀντιθέσεις του μέ τόν Wilamowitz³, ὅτι καί ἡ λατρεία τοῦ Ἀσκληπιοῦ «ὠρμήθη ἐκ Κρήτης» ὅπως καί ἡ λατρεία τοῦ Μαλαιάτου Ἀπόλλωνα. Τήν ἄποψι τοῦ Grupp ὅπως θά δοῦμε παρακάτω, τείνουν νά βεβαιώσουν αἱ ἀνασκαφές μέ τήν ἀνακάλυψι στήν Ἐπίδαυρο τῆς πλάκας μέ τά ποιήματα τοῦ Ἰσύλου⁴. Τά ποιήματα αὐτά βεβαιώνουν κατά τούς ἀρχαιολόγους κοινή λατρεία τοῦ Μαλλεάτου Ἀπόλλωνα καί τοῦ Ἀσκληπιοῦ, πολύ πρό τῆς πέμπτης π.Χ. ἑκατονταετηρίδος. Ἐπί τοῦ θέματος μάλιστα τούτου ὁ Καθηγητής Καββαδίας⁵ γράφει: «Ἡ λατρεία τοῦ Ἀπόλλωνος τοῦ Μαλλεάτου προϋπῆρχεν ἐν Ἐπίδαυρῳ. Ἡ μετέπειτα εἰσαγωγή εἰς τόν αὐτόν χώρον τῆς λατρείας τοῦ Ἀσκληπιοῦ —ὀθενδήποτε καί ἂν προήρχετο αὕτη— οὐδέν ἕτερον καθ' ἡμᾶς ὑπεμφαίνει ἢ τήν μῆξιν δύο διαφόρων ἀλλά ταυτοσήμων λατρειῶν, ἰσοδυναμούσαν πρὸς τήν ἄμεσον ἐπίδρασιν τῆς παλαιότερας καί περισσότερον ἐξελιγμένης Κρητικῆς, πρὸς τήν καινοφανῆ καί ἀδιάπλαστον τοιαύτην τῆς Θεσσαλίας».

1: I. Kjellbert: Asklepios.

2: Grupp: Griech. Mythology (M. Handbusk V. II pag. 189).

3: V. Von Wilamowitz: Isylos von Epidauros.

4: "Iste Feuielles d' Epidaure p. 34.

5: E. Καββαδία: Ἱερὸν Μαλλεάτου Ἀπόλλωνος Πρακτικά ἀρχαιολ. Ἐταιρείας 1890 σελ. 184.

Ἀπό τὰ Ἀσκληπιεία, ἡ Μινωική παράδοσις γιά τά φυτά καί τήν ἰατρική γενικώτερα, ἐμπλουτισμένη ἀπό τίς γνώσεις τῶν «φυσικῶν» καί τῶν «ριζοτόμων» τῆς ἐποχῆς τῆς Κρητικῆς παρακμῆς πού ἀναφέραμε, ἔφθασε στή Κλασσική ἐποχή Ἡ ἐποχή αὐτή πού ἀρχίζει ἀπό τήν «ἔναρξι ὠκοδομήσεως» τοῦ Παρθενῶνα (447 π.Χ.) καί τελειώνει μέ τόν θάνατο τοῦ Μεγάλου Ἀλεξάνδρου, ἀποκορυφώνεται μέ τόν χρυσό της αἰῶνα, ὁ ὁποῖος γιά τήν Ἑλληνική τέχνη βάσταξε μόνο τριάντα χρόνια, ὅσο καί ἡ δραστηριότητα τοῦ Φειδία.

Ἡ ἐξέτασις μέ πολύ γρήγορο βῆμα τῆς περιόδου αὐτῆς δέν μοῦ ἐπιτρέπει νά ἀναφερθῶ στό δημιουργήματα τῆς ἀρχαϊκῆς περιόδου, ἀπό τοῦ ἑβδομοῦ αἰῶνα π.Χ. μέχρι τότε, τά ὁποῖα ἄλλωστε δέν θεωροῦνται σήμερο προπαρασκευαστικά τῆς κλασσικῆς ἐποχῆς, οὔτε στό αὐστηρό στυλ τῶν ἔργων τοῦ 480 μέ 450 π.Χ., πού ἐδημιούργησαν ὁ Κάλαμις καί ὁ Μύρων.

Ὅμως ἀπό τό 490 π.Χ. καί πρός τά ἐδῶ, μέχρι τῶν Μακεδονικῶν χρόνων, οἱ Ἀθηνες δέν ἔπαψαν νά παρουσιάζουν ἐξέχοντα πνεύματα σέ κάθε ἐπίπεδο —τέχνης, φιλολογίας, φιλοσοφίας, πολιτικῆς— ὅμοια τῶν ὁποίων, οὐδέποτε ἡ ἀνθρωπότητα εἶδε νά παρουσιάζονται κατά τούς μετέπειτα χρόνους. Στό ἰατρικό ἐν τούτοις ἐπίπεδο, οἱ ιδέες τῶν Ἀσκληπιείων καί ἐπομένως οἱ Μινωικές παραδόσεις, ἐδέσποζαν οὐσιαστικά καί κατά τήν ἐποχή αὐτή, μέχρι τῆς ἐμφάνισης τοῦ Ἱπποκράτη.

Ὁ Ἱπποκράτης γεννήθηκε στή νῆσο Κῶ, τό 460 π.Χ. Στήν Ἑλλάδα ἦρθε κατά τούς χρόνους τοῦ χρυσοῦ αἰῶνα, ἤδη «περίδοξος» ἰατρός. Δέν θά ἀσχοληθῶ καθόλου ἐδῶ μέ τήν ἰατρική του, οὔτε μέ τήν μορφή τοῦ θεραπευτή-ιατροῦ, πού ἐνεσάρκωσε καί πού ἐπέβαλε σέ ὅλες τίς χῶρες καί σέ ὅλους τούς πολιτισμούς. Θά ἀσχοληθῶ μόνο μέ τίς γνώσεις πού ὁ σοφός γέρος ἔχει γύρω ἀπό τά κρητικά φυτά. Οἱ γνώσεις αὐτές, γιά ὅσους διάβασαν Ἱπποκρατικά κείμενα, καί σαφεῖς εἶναι καί ἐπὶ νῦν. «Δικτάμου Κρητικοῦ» ἀναφέρει. «Αἰγείρου τοῦ Κρήτικοῦ». «Κέδριον Κρητικόν ἐν οἴνῳ ἐ-

ψεῖν». «Κισσόν Κρητικόν ἐν ὕδατι» κ.λ.π., κ.λ.π. Τοῦτο σημαίνει ὅτι ὁ Ἴπποκράτης καί σαφῆ γνῶσι τῶν Κρητικῶν φυτῶν εἶχε, καί ἐκλεκτικῆ προτίμησι πρὸς αὐτά, στίς θεραπείες του. Ἦσαν ἄραγε οἱ γνώσεις του παρμένες ἀπό προσωπική μελέτη τῶν φυτῶν τῆς πατρίδας μας, ἢ προερχότανε ἀπό γνώσεις ἄλλων; Ὁ Ἴπποκράτης δέν ἐπεσκέφθηκε ποτέ τό νησί μας. Ἀλλά οὔτε τίς γνώσεις του γιά τά Κρητικά φυτά τίς πέρνει ἀπό τά Ἀσκληπιεῖα, στά ὁποῖα δέν ἐμαθήτευσε. Τίς γνωρίζει ἀπό τίς ἰατρικές Σχολές τῆς πατρίδος του καί τῶν ἄλλων Μικρασιατικῶν πόλεων, οἱ ὁποῖες τά εἶχαν καθιερώσει θεραπευτικά, ἀπό τίς στενές σχέσεις πού εἶχαν μέ τήν Μινωική καί Μεταμινωική Κρήτη, μέχρι καί τῶν Ἀλεξανδρινῶν χρόνων, πού εἶναι βεβαιωμένες καί ἱστορικά καί ἀνασκαφικά.

Ἀξιόλογες γνώσεις τῆς Κρητικῆς χλωρίδας, κατά τά τέλη τῆς κλασσικῆς περιόδου, παρουσιάζεται νά ἔχη ὁ Θεόφραστος. Στά ἔργα του «Περί φυτῶν ἱστορία» καί «Περί φυτῶν αἰτίαι», περιγράφει πολλά Κρητικά εἶδη. Ὅμως στά χωρία πού τά περιγράφει, παρενθέτει πάντοτε τίς φράσεις «λέγεται δέ», «τό καθάπερ ἐλέχθη», «τὸν ἐν Κρήτη γοῦν φασί», «τό καθάπερ φασίν», «τό φασί δέ καί τούς ἐν Κρήτη» καί ἄλλες ἀνάλογες, πού μᾶς δίδουν τό δικαίωμα νά πιστεύομε ὅτι τά φυτά τοῦ νησιοῦ μας, δέν τά ἐμελέτησε ὁ ἴδιος, ἀλλά τά ἔμαθε ἀπό ἄλλους. Οἱ φράσεις αὐτές ἐνισχύουν τήν ἄποψί μου, ὅτι καί ἡ κλασσική περίοδος, τίς γνώσεις γιά τά Κρητικά φυτά, τίς ἔχει «δάνειες» καί μετά βεβαιότητος, ἐκ παραδόσεως.

Πρὸς τίς ἀντιλήψεις μου αὐτές, συνηγοροῦν κατά ἓνα μεγάλο ποσοστό, καί τά ἀνασκαφικά δεδομένα. Τέσσερις χιλιάδες χρόνια πρὶν ἀπό τόν Χριστό, ἀναπτύχθηκε στή Κρήτη ἓνας ὑπέροχος αὐτόχθονας πολιτισμός. Ἐπιμαρτυροῦν γι' αὐτόν τά ἀνάκτορα τῆς Κνωσσοῦ, τῆς Φαιστοῦ, τῶν Μαλλίων, τῆς Ζάκρου καί τά τόσα ἄλλα, ἀνασκαφικά εὐρήματα τοῦ νησοῦ μας. Ὁ πολιτισμός αὐτός καταστράφηκε γύρω στά 1400 π.Χ., ὅπως ἀναφέραμε, ἀπορροφήθηκε καί ἐ-

συνεχίσθηκε σάν Κρητομυκηναϊκός πολιτισμός από τούς Ἀχαιοῦς, πού μέ πρωτεύουσα τίς Μυκῆνες τῆς Πελοποννήσου, εἰσέβαλαν καί κατέλαβαν τήν Μινωική Κρήτη.

Σέ μία μελέτη μου ἐπί διδακτορία γιά τήν Μινωική ἱατρική (ἢ ὅποια δέν εἶδε ποτέ τό φῶς τῆς δημοσιότητας), εἶχα τήν εὐκαιρία νά μελετήσω ἐπαρκῶς τά εὐρήματα καί τίς ἀντιλήψεις τῶν ἀνασκαφῶν τῆς Αἰγύπτου, τῆς Τροίας, τῶν Μυκηνῶν καί τῆς Κρήτης καί νά σχηματίσω μία προσωπική ιδέα γιά τήν ἱατρική τῶν Μινωικῶν προγόνων μας.

Ἡ ἱατρική αὐτή πού δέν διαφαίνεται ἀκόμη ἄν τήν ἐξασκοῦσαν ἄνδρες ἢ γυναῖκες, πού δέν ἐμφανίζει σαφῶς κανένα θεό τῆς ἱατρικῆς νά τήν ἀντιπροσωπεύη — ἐκτός ἀπό τή θεά τῶν τοκετῶν Εἰλυθεία, πού εἶναι ἄγραφη γιατί ἡ Κρητική γραφή δέν ἔδωσε ἀκόμη τό κλειδί της γιά νά μελετηθοῦν οἱ «πινακίδες» καί τά τυχόν ὑπάρχοντα γραπτά της μνημεῖα, εἶναι μία ἱατρική χεροπιαστή πού μπορεῖ κανεῖς νά τήν ψηλαφήση μόνο στά δημιουργήματα τοῦ πολιτισμοῦ, μέσα στά σπλάγγνα τοῦ ὁποῖου ἀναπτύχθηκε.

Τοιχογραφίες μέ φυτικά εἶδη¹, σφραγιδόλιθοι μέ ἀπεικονίσεις φυτῶν καί λουλουδιῶν², εἰδώλια στεφανομένα μέ κωδίες τοῦ φυτοῦ μήκωνος τῆς ὑπνοφόρου³, πῆλινα ἀναθηματικά εἰδώλια μέ ἐκδηλες παθολογικές καταστάσεις⁴, ἐκφραστικές εἰκόνες σέ ἄπειρες μινιατοῦρες μέ τραύματα καί ἱατρικό περιεχόμενο⁵, χάλκινα μαχαιρίδια, πριονίδια, λαβίδες καί μῆλες μέ πιθανή ἱατρική χρησιμοποίησι⁶, καλλιγραμμες ἀνθρώπινες ἀπεικονίσεις σέ ἀγγεῖα καί τοίχους πού δείχνουν ἄριστες ἀνατομικές γνώσεις⁷, σκηνές πυγμαχίας, ταυρομαχιῶν καί γυμνασμάτων πού ὑποδηλώνουν ἐξοχο ἀ-

1: Ἴδε τοιχογραφίες αἰθουσῶν XIV καί XV τοῦ Μουσείου Ἡρακλείου.

2: Ἴδε αἶθουσαν I βιτρίνες 11 καί 18.

3: Ἴδε αἶθουσαν X βιτρίνες 130-134.

4: Ἴδε αἶθουσαν II βιτρίνες 21 καί 24.

5: Ἴδε αἶθουσαν IX βιτρίνα 124.

6: Ἴδε αἶθουσαν I βιτρίνα 14.

7: Ἴδε αἶθουσαν II βιτρίνες 20 καί 21. Ρυτό θεριστῶν ἢ κικμιστήρων, αἶθουσα VII βιτρίνες 94-96.

θλητικό πνεῦμα⁸, στηθόδεσμοι, ὑποδήματα μέ ὑποπτέρνιο καί ροῦχα προσαρμοσμένα στό θερμό καί ἥπιο κλίμα τοῦ τόπου⁹, ἄπειρα σέ σχήματα μεγέθη καί ἀριθμό δοχεῖα κατὰλληλα γιά τήν παράσκευή καί διατήρηση ἀφεψημάτων, ἐγγυμάτων, ψιμμουθίων καί βοτανῶν¹⁰, περιώνυμες Κρητικές βοτάνες καί ἐξορκισμοί σέ γλῶσσα Κεφτιοῦ πού διαβάζουμε σέ Αἴγυπτιακοῦς παπύρους¹¹, ἀξιοθαύμαστα ἔργα ὑγιεινῆς, ὑδρεύσεως, ἀποχετεύσεως, φωτισμοῦ, ἀερισμοῦ καί διαρρυθμίσεως χώρου εἰς τάς οἰκοδομάς τῶν ἀνακτόρων¹², κι ἀκόμη ὑπαίθρια ἀλεξικάκα ἱερά¹³, στά ἐρείπια τῶν ὁποίων ἀνεκαλύφθησαν τράπεζες προσφορῶν καί πῆλινα ἀναθήματα σχετιζόμενα μέ τήν ὑγεία ἀνθρώπων καί ζώων, εἶναι ὅτι ἀποτελεῖ τό περίγραμμά της.

Ἡ μινωϊκή αὐτή ἱατρική, πού εἶχε μελετήσῃ ἐπισταμένως κατά τήν μακραίωνα ἡρεμῆ διαδρομή της τά φυτά τοῦ τόπου της καί ἐγνώριζε τίς θεραπευτικές ιδιότητες, μεταφέρθηκε αὐτούσια στίς Μυκῆνες. Τοῦτο ἄν καί εἶναι αὐτόνοητο, ἀφοῦ ὁ ὄλος Μινωϊκός πολιτισμός ἀπορροφήθηκε ἀπό τοῦς Ἰαχαιοῦς, ἐπιμαρτυρεῖται τόσον ἀπό τίς σχέσεις Μινωϊκῆς-Μυκηναϊκῆς θρησκείας πού κατά τόν Caro¹ καί Nilson² ἦσαν ταυτόσημες, ὅσο καί ἀπό τίς ὁμοιότητες τῶν Ἰαλεξικάκων ἱερῶν τοῦ Πετσοφᾶ καί τοῦ Γιούχτα πρός τίς ἀρχικές μορφές τῶν ἱερῶν τῶν Δελφῶν³, τῆς Δήλου⁴ καί τοῦ

8: Ἴδε αἶθουσαν IV βιτρίνα 56.

9: Ἴδε αἶθουσαν XV & XXI (παριζιάνα - ἑορτή κήπου - χορευτρίες - κροκοσυλλέκτης).

10: Ἰαφθονα σέ ὄλες τίς βιτρίνες (εἰδικά δοχεῖα γιά πτισάνες ἀνακαλύφθησαν ἀπό τόν Evans στήν Κνωσσό καί ἀπό τόν Χατζηδάκη στά Γουρνιά).

11: Πάπυρος Wrezinski καί 18ης Δυναστείας.

12: Ἴδε ἀνάκτορα ὄλων τῶν περιοχῶν.

13: Ἴδε ὑπαίθρια ἀλεξικάκα ἱερά Γιούχτα καί Πετσοφά.

1. G. Caro : Religion des Agaïschen-Kreises (1925).

2. Nilson : Mynoen-Mycain. Religion 1939.

3. Καστριώτου : οἱ Δελφοί. Ὁμοίως Pomton : Delfica III τόμος. Ὁμοίως B.C.H. 1923 στίχ. 1923.

4. Th. Homolle : Les Travaux de l'ecole Francaise dans l'île Delos 1890.

Ἀμφιαράου⁵, τῶν ὁποίων ἡ ἴδρυσις ἀνάγεται ἀπὸ τὴν ἀρχαιολογικὴ ἔρευνα, στὴ Μυκηναία ἐποχὴ⁶. Εἰδικώτερα μάλιστα γιὰ τὸ ἱερὸ τῶν Δελφῶν ὑπάρχουν καὶ γραπτές μαρτυρίες ὅτι ἰδρύθηκε ἀπὸ Κρήτες ἱερεῖς⁷.

Πρόσθετες μαρτυρίες γιὰ τὴ μεταφορὰ τῆς Μινωϊκῆς ἰατρικῆς καὶ τῶν γιὰ τὰ φυτὰ γνώσεων τοῦ Μινωϊκοῦ ἀνθρώπου πού προκύπτουν ἀπὸ τίς ἀνασκαφές εἶναι τόσον ἢ κατὰ τὴν Μυκηναία ἐποχὴ ἐπικράτησις τῆς λατρείας τῆς Κρητικῆς Εἰλυθείας στὴν Ἡλιδα, στὴν Ἀρκαδίᾳ, στὸ Ἄργος καὶ στὴ Τεγέα, ὅσο καὶ πολλὰ εὐρήματα ἀπὸ τίς Μυκῆνες. Τέτοια ἀνασκαφικὰ εὐρήματα εἶναι^{6α} οἱ τοιχογραφικὲς ἀπεικονίσεις τῆς Μυκηναϊκῆς θεότητος πού εἶναι καθ' ὅλα ὁμοιες μὲ τίς μινωϊκὲς μορφές πού ἀπεικονίζονται τὰ εἰδώλια τῆς Κνωσοῦ καὶ τοῦ Πριναί, ὁ «χρυσοῦς δακτύλιος τῶν Μυκηνηῶν» στὸν ὁποῖο ἀπεικονίζεται θεότης νὰ δέχεται δέσμη μηκώνων, δηλαδή αὐτούσιο τὸ ἔμβλημα τῆς θεᾶς τῶν ἰαμάτων πού ὁ Μαρινάτος ἀνεκάλυψε στὴν περιοχὴ Γάζι τοῦ Ἡρακλείου καὶ ἀκόμη τὰ πῆλινα ἀγγεῖα καὶ τὰ ἐγχάραικτα μαχαιρίδια τῶν Μυκηνηῶν πού παρουσιάζουν ἀθλητικὲς παραστάσεις πανομοιότυπες μὲ τίς Μινωϊκὲς.

Ἡ ἴδια ἰατρικὴ καὶ οἱ ἴδιες Μινωϊκὲς γνώσεις, ἐγίναν ἀργότερα παραδοσιακὸ ἀπόκτημα καὶ τῶν Δωρικῶν ἀνθρώπων τοῦ Ἑλλαδικοῦ χώρου. Ἀνασκαφικὰ δεδομένα πού τὸ μαρτυροῦν εἶναι τὰ ἀνακαλυφθέντα ἱερά τῆς Ἐπιδαύρου, τοῦ Ἰσμηνίου Ἀπόλλωνα – στὸν ὁμώνυμο λόφο τῶν Θηβῶν – καὶ τοῦ Μαλλεάτου Ἀπόλλωνα στὴν ἀνατολικὴ πλευρὰ τοῦ ὁμώνυμου ἀκρωτηρίου.

Τὰ ἱερά αὐτὰ στά ὁποῖα λατρεύεται ὁ Κρητογενὴς Ἀπόλλωνας τοῦ Δωρικοῦ Ἑλληνικοῦ πανθέου σ' ἄν «ἀκέσιος»

5. Πρακτικὰ ἀρχαιολ. Ἐταιρείας 1884, Ἀρχαιολ. ἐφημερίς 1918-1924. Ὁμοίως Dürbach : De oropio e Ampharai Sacro. Paris 1890.

6. Καστριώτου : οἱ Δελφοί. Ὁμοίως Pomton : Delfica III τόμος. Ὁμοίως 13 στίχ. 1923.

6α. Τσοῦντα : Μυκῆναι καὶ Μυκηναϊκὸς πολιτισμὸς σελ. 157-165.

7. Ὀμηρικὸς ὕμνος πρὸς Πύθειον Ἀπόλλωνα-Πινδάρου : Ὀλυμπιονίκης V. 54-Παυσανίου X 6 Βιργιλίου Αἰνεῖας Γ.

(ἀποτροπέας τῶν κακῶν – ἰατρός), παρουσιάζουν στίς ἀρχικές τους μορφές τὴν ἴδια κτηριακὴ δομὴ, τὸ ἴδιο φυσιολατρικὸ πνεῦμα καὶ τὸν ἴδιο ἀποτροπαϊκὸ χαρακτήρα, μὲ τὰ ἀντίστοιχα ἀποτροπαϊκὰ ἱερά τῆς Μινωϊκῆς Κρήτης.

Ἄκόμη καὶ ἡ καθιέρωσις τοῦ Ἴ�σκληπιοῦ – τοῦ μαθητοῦ τούτου τοῦ Χείρωνος Κενταύρου – σὰν ἰαματικοῦ θεοῦ στὴν Ἑλλάδα (περίοδος μὴ ἐπακριβῶς καθωρισμένη), οἱ ἀρχικοί λατρευτικοὶ χώροι ποῦ τοῦ ἰδρύθησαν ἔχουν τὴν παραπάνω ὁμοιότητα δομῆς, πνεύματος καὶ χαρακτήρος μὲ τὰ Μινωϊκὰ ἱερά. Ἐνας τέτοιος χώρος ποῦ ἀνακαλύφθηκε στὴν Ἐπίδαυρο κατὰ τίς ἀνασκαφές τοῦ 1891 ἀπὸ τὸν Καββαδία⁸, καὶ ποῦ ἀνάγεται στὸν 7ον πρ.Χρ. αἰῶνα, ἀποτελεῖται ἀπὸ «σηκὸ» περιορισμένης ἐκτάσεως, κατασκευασμένο ἀπὸ «κοινούς λίθους ἢ πλίνθους», ὅπως καὶ τὰ Κρητικὰ Μινωϊκὰ ἱερά.

Ἀργότερα βέβαια ἀπὸ τίς ἀρχές τοῦ 5ου πρ.Χρ. αἰῶνα, τὰ ἱερά τοῦ Ἀσκληπιοῦ ἐξελίχθηκαν προοδευτικὰ σέ λαμπρά θρησκευτικοῖατρικὰ καθιδρύματα, ἡ μορφή τῶν ὁποίων δὲν ἔχει καμμιά ἀπολύτως σχέσι μὲ τὰ ἀπέριτα μινωϊκὰ ἱερά. Τοῦτο βέβαια δὲν ἐμπόδιζε νὰ χρησιμοποιοῦν καὶ τότε τὸν Κρητικὸ μανδραγόρα γιὰ τίς ἐγκοιμήσεις καὶ τὴν ἀριστολογία τὴν Κρητικὴν σὰν «καταμήνιο» καὶ ἐκτροπικὸ φάρμακο, ὅπως καὶ πολλές ἄλλες Μινωϊκὲς ἰατρικὲς γνώσεις.

Τὴν εὐρεῖα μεταφορά, τέλος, τῶν Μινωϊκῶν καὶ τῶν Κρητικῶν γνώσεων στὸν Ἑλλαδικὸν χώρον, ἐπιμαρτυρεῖ καὶ ἡ υἱοθέτησις ἀπὸ τὸν Ἑλλαδικὸν ἄνθρωπον, τοῦ ὄφους τῆς ὁμώνυμης Μινωϊκῆς θεότητος, σὰν συμβόλου τοῦ Ἀσκληπιοῦ καὶ πολλῶν ἄλλων θεοτήτων του. Μιά μελέτη τοῦ S. Reinach¹, συνδέει ἄριστα τὸν ὄφι αὐτὸν μὲ τοὺς ὄφεις τῶν Ἑ-

8. Καββαδία : ἱερόν Ἀσκληπιοῦ ἐν Ἐπίδαυρῳ. Πρακτικὰ Ἄρχ. Ἐταιρείας 1891 καὶ 1900.

1. S. Reinach : L'Artemis Arcadienne et la deesse aux Serpent. B.C.H. 1906 σελ. 156.

ρινύων τῆς Ἑκάτης, τῆς Δήμητρας, τῆς Ἀρτέμιδας τῆς Λυκοσούρας, τοῦ Ἀπόλλωνα καί τοῦ Ἀσκληπιοῦ, οἱ ὅποιοι κατά προσφυῆ ἔκφρασι τοῦ ἐρευνητῆ ἀποτελοῦν «ἐπιβίωσι τῆς Μινωϊκῆς Ἑλλάδος, εἰς τὴν Ἑλλάδα τῆς κλασσικῆς ἐποχῆς.

Ἡ γρήγορη αὐτὴ ἀνασκόπησι τῆς γενικώτερης ἱστορίας τῶν Κρητικῶν φυτῶν, δέν προσφέρεται γιὰ νὰ ἀνατρέψῃ καθιερωμένους σοφές ἀντιλήψεις τῶν ἀρχαιολόγων μας, πάνω στίς διαδοχικῆς ἐπιδράσεις τῶν πολιτισμῶν ἐπὶ τοῦ Ἑλλαδικοῦ χώρου. Προσφέρεται σὰν προσωπικὴ ἀντίληψι τοῦ γράφοντα, πού ἀπὸ τὴν δική του σκοπιά, ἐξετάζει τὸ μονομερές αὐτὸ θέμα του. Ἄσχετο βέβαια ἂν τὸ θέμα ἔχει χάσει τὴν σημασία του ἀπὸ τίς ἀρχές τοῦ 19ου αἰῶνα, πού οἱ ἐπιστημονικῆς πρόοδοι – μέ τὴν ἀπομόνωσι τῶν δραστικῶν συστατικῶν τῶν φυτῶν, τὴν ἐξαγωγή ἀπ' αὐτὰ τῶν ἀλκαλοειδῶν, τῶν γλυκωσιδῶν, τῶν φυτοορμονῶν καί τῶν φυτενζύμων – ἔβαλε τέρμα στὰ ἐγχύματα, στὰ ἀφεψήματα, στὰ βάρματα, στὰ ἐκχυλίσματα, στίς σκόνες, στὰ ἔμπλαστρα, στὰ ἐλιξήρια καί στὰ τόσα ἄλλα φαρμακοτεχνικὰ σκευάσματα καί ἔκαμε κατεστημένο τὴν ἐγκατάλειψι τῶν φυτῶν σὰν θεραπευτικῶν μέσων, χωρὶς βέβαια καί νὰ τὰ ξερριζώσῃ. Γιατί ἂν τὰ ξερρίζωνε δέν θὰ προσφερότανε καί πάλι ὅπως γίνεται σήμερα στὴν ἐξυπηρέτησι τῆς θεραπευτικῆς. Εἶναι ἄλλωστε κοινὸ μυστικὸ ὅτι ἤδη διαμορφώνεται μιὰ νέα ἐπιστημονικὴ φυτοθεραπεία, μέ τὴν ἐνεργὸ συμμετοχὴ πολυμαθῶν φαρμακολόγων, θεραπευτῶν, χημικῶν καί βοτανικῶν, πού μελλοντικὰ ἴσως ὑποκαταστήσῃ τὴν θεραπεία μέ τὰ σύγχρονα σπεσιαλιτέ πολλὰ τῶν ὁποίων φέρονται σὰν ἐπαρκῶς ἀποτυχόντα.

Μάζεμα, Ξέραμα και Διατήρησι τῶν φυτῶν

α) Μάζεμα

Ἀπαραίτητα μαζεύονται ὅταν ὁ καιρός εἶναι ξερός. Τά ἄνθη τὰ μαζεύουμε τό πρωῖ, μετά τήν πρωϊνή δροσιά. Τά φύλλα, τοὺς βλαστοὺς καί τίς ἀνθισμένες κορυφές, τίς μαζεύουμε τό ἀπόγευμα, γιατί τότε στά μέρη αὐτά τοῦ φυτοῦ, ἔχουν συγκεντρωθεῖ οἱ μεγαλύτερες ποσότητες, τῶν συνθετικῶν καί τῶν δραστικῶν τους στοιχείων. Τίς φλοῦδες τίς μαζεύουμε τήν ἄνοιξι, πού ἀρχίζουν νά κυκλοφοροῦν οἱ χυμοί.

Τίς ρίζες τίς μαζεύουμε τήν ἄνοιξι ἢ τό φθινόπωρο, γιατί τότε τὰ δραστικά τους στοιχεῖα εἶναι στήν ἀκμή τους καί γιατί μέ τίς βροχές, ἔχει ἀπαλίνει τό χῶμα καί τό μάζεμα εἶναι εὐκόλο.

Κατά τό μάζωμα προσέχομε : α) Νά μή βραχοῦν ἢ πλυθοῦν τά ἄνθη, τά φύλλα καί γενικά τά ὑπέργεια μέρη, γιατί κατά τό ξέραμα μουχλιάζουν β) Νά μή μαζεύουμε τήν ὕλη μας ἀπό τίς ἄκρες τῶν δρόμων ἢ ἀπό πολύ καλλιεργημένα χωράφια, γιατί πάντοτε τά φυτά εἶναι σκονισμένα καί ἀκάθαρτα. γ) Νά μαζεύουμε μόνο ὑγιή καί τρυφερά φυτά καί νά τά τοποθετοῦμε σέ καλάθια καί ὄχι σέ νάυλον, γιά νά διατηρεῖται ὁ ἀερισμός τους καί δ) Νά προσέχομε κατά τό μάζωμα νά μήν ξεκάνομε τό φυτό. Ἀπαραίτητα δηλαδή νά μή τοῦ ἀφαιροῦμε ὅλα τά φύλλα ἢ ὅλα τά ἄνθη ἢ ὅλους τοὺς τρυφερούς του βλαστοὺς, οὔτε νά τό ξερρίζομε, ἀλλά νά τοῦ ἀφίνομε τό περισσότερο μέρος ὄλων αὐτῶν, γιά νά ἐπιβίωση καί νά ἐπιζήση.

β) Ξέραμα

Ἄνθη, φύλλα, βλαστάρια ξεραίνονται σέ σκιερά μέρη καί ὄχι στόν ἥλιο, γιατί χάνουν ὅλα τους τά δραστικά συστατικά. Οἱ ρίζες μποροῦν νά ξεραθοῦν στόν ἥλιο. Οἱ σαρκώδεις καρποὶ τους, ἀφοῦ πρῶτα ἐκτεθοῦν μιά δυό μέρες σέ ἀερινό μέρος γιά νά ἀπορροφήσουν τά ὑγρά τους, ξεραίνονται σέ φούρνους. Ἡ θερμοκρασία ὅμως τοῦ ξεράματος δέν πρέπει νά ὑπερβαίνει τοὺς 50-60 βαθμούς.

γ) Διατήρησι τῶν φυτῶν πού μαζέψαμε

Ἄφοῦ ξεραθοῦν καλά, τά τοποθετοῦμε σέ κουτιά ἀπό λευκοσίδηρο ἢ χαρτί καί τά ἀποθηκεύομε σέ στεγνό μέρος, ἀφοῦ σημειώσωμε ἀπ' ἔξω, τό ὄνομα τοῦ φυτοῦ καί τήν ἡμερομηνία συσκευασίας του. Τό μάζεμα πρέπει νά ἀνανεώνεται κάθε χρόνο, γιατί τά φυτά χάνουν τίς ιδιότητές τους ὅταν πολυκαιρίζουν.

Συστατικά τῶν Φυτῶν

Συστατικά τῶν φυτῶν λέμε τίς διάφορες οὐσίες, χρήσιμες ἢ βλαπτικές γιά τόν ἄνθρωπο, πού ὑπάρχουν μέσα στό φυτικό ὄργανισμό. Τίς οὐσίες αὐτές, τίς πέρνομε, εἴτε μέ τό φάγωμα τῶν διαφόρων μερῶν τοῦ φυτοῦ πού μποροῦν νά φαγωθοῦν, εἴτε μέ μεθόδους πού περιγράφω παρακάτω. Ἔτσι τίς χρησιμοποιοῦμε ὠφελιμιστικά, γιά τίς ἀνάγκες τοῦ ὄργανισμοῦ μας.

Ἄξιολογότερες ἀπό τίς οὐσίες αὐτές εἶναι :

1) **Τό Νερό** : Περιέχεται στά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ, στούς καρπούς του καί περισσότερο στά φρούτα του. Πέρνεται ἀπό τόν ὄργανισμό μας μέ τήν φυτική διατροφή καί τήν φρουτοφαγία καί χρησιμεύει σάν ἐπί πλέον ποσότητα νεροῦ ἐκείνης πού πίνομε. Καί εἶναι πολύ χρησιμότερη γιατί περιέχει μεταλλικά ἄλατα, βιταμίνες καί ἄλλα χρήσιμα γιά τόν ὄργανισμό μας στοιχεῖα.

2) **Τά μεταλλικά ἄλατα** : Εἶναι βασικά βιογενῆ στοιχεῖα τῶν φυτῶν πού περιέχονται στό χυμό τους, σέ μορφή χλωριούχων, θειούχων, φωσφατούχων καί ὀξαλικῶν συνθέσεων. Συνδέονται μέ τόν σχηματισμό τῶν κυττάρων τους ἢ μέ ζωτικά βιολογικά τους φαινόμενα. Εἰσερχόμενα στόν ὄργανισμό μας, ἐνισχύουν, ἰσχυροποιοῦν καί ρυθμίζουν τήν λειτουργία τῶν ἰστῶν του.

3) **Οἱ γλυκίδες ἢ ὕδατάνθρακες** : Εἶναι συνθετικοί σχηματισμοί τῶν κυρίων μερῶν τοῦ φυτοῦ, ἀποθηκευόμενοι στό σῶμα τους, σάν ἐφεδρική ὕλη. Διακρίνονται σέ ἄμυλο, σάκχαρα, λεβουλόζη, ἰνουλίνη καί κυτταρίνη. Στόν ἀνθρώπινο ὄρ-

γανισμό χρησιμοποιούνται σάν καύσιμη ύλη, πού δέν άφίνει στούς ιστούς του ύπολειματικές σκωρίες.

4) **Οί λιπίδες ή λίπη** : Είναι γλυκερίδια ή έστέρες στερεοί ή ύγροί σέ μορφή λαδιού, βουτύρου ή σφαιριδίων λίπους και άποτελούνται από έλαϊνη, λινελαϊνη και άλλες έλαϊνες πού εισερχόμενες στόν ανθρώπινο οργανισμό μέ τήν διατροφή, χρησιμοποιούνται σάν ένεργητική καύσιμη ύλη, ύψηλης άποδώσεως. Είναι διάφορα από τά αιθέρια έλαια τά όποια περιγράφονται παρακάτω.

5) **Οί πρωτεΐνες ή πρωτίδες** : Είναι ευγενή στοιχεία της ζωής ύλης μέ πολύπλοκη σύνθεσι. Υπάρχουν στά φυτά σάν γλουτίνες, λευκωματίνη και καζεΐνη. Στόν οργανισμό μας εισερχόμενα μέ τήν διατροφή, χρησιμεύουν σάν «δομική» ύλη πρός ανάπτυξη των ιστών του, άφου μέ ύδρόλυσι μετατραπούν σέ άμινοξέα.

6) **Οί κηρώδεις ουσίες** : Ουσίες όμοιες μέ λίπη, προφυλακτικές για τό φυτό. Ο οργανισμός μας δέν τις χρειάζεται και τις αποβάλλει.

7) **Οί Βιταμίνες** : Διακρίνονται σέ Α,Β,С, D, E, F ή λινελενικό όξύ, K και P ή φλαβονοειδή. Συντίθεται από τά φυτά και είναι οργανικές ουσίες άπαραίτητες στόν ανθρώπινο οργανισμό, για τήν διατήρησι φυσιολογικών πολλών από τις λειτουργίες του και ίδια των λειτουργιών της ενδιάμεσης ανταλλαγής. Πολλές άπ' αυτές δέν παράγονται στό ανθρώπινο σώμα καθόλου και ή έλλειψίς τους προκαλεί νοσηρές καταστάσεις σ' αυτό, πού λέγονται άβιταμινώσεις. Η φυτική διατροφή άποτελεί τήν μεγαλύτερη πηγή βιταμινών για τον άνθρωπο.

8) **Τά αιθέρια έλαια** : Είναι έλαιώδεις πτητικές ουσίες μέ έντονη όσμή και άρωμα, πού μεταβάλλονται εύκολα στόν άέρα. Παράγονται κατά τήν ανταλλαγή της ύλης των φυτών και έχουν γι' αυτά προστατευτικές και άντισηπτικές ιδιότητες. Άποτελούν όπως και τά χρώματα δέλεαρ για τά έντομα. Τέτοια έλαια παρουσιάζουν μόνον ώρισμένες φυτικές οικογένειες μέ διάφορη ποσοστιαία κατανομή σέ κάθε

είδος – από ἴχνη μέχρι μεγάλη ποσότητα. Ὑπάρχουν συνήθως στοὺς καρπούς, σέ μικρότερες δέ ποσότητες στά ἄνθη, στά φύλλα, στοὺς φλοιούς, στοὺς βλαστούς καί στό ξύλο. Ὁ ἄνθρωπος τά παίρνει μέ διάφορους μεθόδους καί τά χρησιμοποιεῖ κυρίως στή μυρεψική, στήν ἀρωματοποιΐα καί στή ποτοποιΐα. Ἡ λαϊκή θεραπευτική τά χρησιμοποιεῖ ἐσωτερικά σέ σταγόνες σάν παυσίπονα καί διαφορικά καί ἐξωτερικά σέ ἐπαλήψεις καί ἐντριβές διαλελυμένα μέσα σέ λιόλαδο ἢ καί αὐτούσια, σάν ἀντινευραλγικά καί ἐπισπαστικά. Πολλά ἀπ' αὐτά παίρνονται μέ μεθόδους ξηρᾶς ἢ ὑγρᾶς ἀποστάξεως ἢ καί μέ ἐκθλιψι ἀλλά σέ κοινές ποιότητες.

9) **Τά ἀλκαλοειδή :** Εἶναι πικρά ἀζωτοῦχα συνθετικά τῶν φυτῶν, πού σέ πολύ μικρές ποσότητες παρουσιάζουν ἰσχυρές θεραπευτικές, τοξικές ἢ καί δηλητηριώδεις ἐνέργειες. Τέτοια εἶναι ἡ μορφίνη, ἡ κινίνη, ἡ στρυχνίνη, ἡ καφεΐνη, ἡ νικοτίνη καί πάρα πολλά ἄλλα.

Ἄνήκουν στά δραστικά στοιχεῖα τῶν φυτῶν. Περιέχονται μόνον σέ ὠρισμένες φυτικές τάξεις καί κυρίως στή μεγάλη τάξη τῶν δικοτυλιδῶν, στήν οἰκογένεια τῶν κολχικιδῶν, καί λίγα στά κρυπτόγαμμα καί γυμνόσπερμα φυτά. Ἀποτελοῦν προστατευτικά στοιχεῖα τῶν φυτῶν ἀλλά πολύ ἐπικίνδυνα στοιχεῖα γιά τόν ἄνθρωπο. Χρησιμοποιοῦνται ἀπό τήν θεραπευτική σέ αὐστηρά καθωρισμένες δόσεις. Ἐπειδή ὁμως περνοῦν εὐκόλα στά ἀφεψήματα, ἐγχύματα, ἐμβρέγματα καί στοὺς χυμούς ἀπό φυτά, σωστό εἶναι τά φυτά πού γράφομε πῶς ἔχουν ἀλκαλοειδή, νά μὴν τά χρησιμοποιοῦμε καθόλου στή λαϊκή θεραπευτική. Τά φυτά αὐτά ἔχουν δυό ἀξιόλογα γνωρίσματα : ἡ μυρουδιά τους εἶναι ἰδιότυπη καί βαρειά καί ἡ γεῦσις τους πικρή. Ἄς προσέχουμε λοιπόν αὐτά τά φυτά γιατί μποροῦν νά μᾶς δηλητηριάσουν ἢ καί νά μᾶς πεθάνουν ἀκόμη ἢ καλύτερα ἄς τά ἀποφεύγομε, γιά παρασκευῆ λαϊκῶν φαρμάκων.

10) **Οἱ Γλυκωσίδες καί ἑτεροσίδες :** Εἶναι ἐστέρες σακχάρων πού ἀποσχίζονται σέ σάκχαρα καί ἄλλες οὐσίες. Ἄνήκουν κι' αὐτές στίς δραστικές οὐσίες τῶν φυτῶν καί εἶναι γι'

αὐτά φορεῖς τῶν χρωμάτων, γι' αὐτό εὐρίσκονται σέ μικρές ποσότητες στά ἄνθη. Ἔχουν προστατευτικές ιδιότητες γιά τά φυτά. Γιά τόν ἄνθρωπο ὁμως σέ μεγάλες δόσεις εἶναι τοξικές. Τέτοιες εἶναι τά διάφορα εἶδη τῆς δακτυλίτιδας. Μεγάλες σειρές ἀπ' αὐτές ἔχουν ἀπομονωθεῖ ἀπό φυτά καί χρησιμοποιοῦνται σάν ἀξιόλογα φάρμακα ἀπό τήν θεραπευτική. Περνοῦν μέσα στά διάφορα παρασκευάσματα τῆς λαϊκῆς θεραπευτικῆς γιατί εἶναι διαλυτές στό νερό, γι' αὐτό καί γιά τά φυτά πού τίς περιέχουν, ἰχύουν αἱ ἴδιες προφυλακτικές συστάσεις πού ἀναφέραμε παραπάνω.

11) **Τά Ζυμώματα καί τά Ἔνζυμα** : Ζυμώματα ἢ ζυμογόνα εἶναι κυρίως οὐσίες πού προκαλοῦν διάσπασι ἐνώσεων μεγάλου μοριακοῦ βάρους εἰς ἐνώσεις μικροτέρου μοριακοῦ βάρους. Ἀποτελοῦνται συνήθως ἀπό μονοκύτταρους φυτικούς ὀργανισμούς. Ἔνζυμα εἶναι ἀντιθέτως πρωτεϊνικές ἐνώσεις, οἱ ὁποῖες καταλύουν τίς χημικές μεταβολές πού γίνονται κατά τίς ἐνδιάμεσες βαθμίδες τῶν βιολογικῶν φαινομένων σέ κάθε ζωντανό ὄργανισμό. Λέγονται καί βιοκαταλύτες. Τά φυτικά αὐτά ἐνζυμα εἰσερχόμενα στόν ὄργανισμό τοῦ ἀνθρώπου, εὐνοοῦν κυρίως τίς πεπτικές του λειτουργίες.

12) **Οἱ Φυτορμόνες** : Εἶναι βιοδραστικά στοιχεῖα τῶν φυτῶν πού καθορίζουν τήν αὔξησι καί τήν ἐπιμήκυνσι τῶν κυττάρων τους, κατευθύνουν τήν ἐπούλωσι τῶν τραυμάτων τους καί ἔχουν ριζοποιητική καί ἀντικαρποπρωτική δρᾶσι. Παράγονται συνθετικά ἀπό τά φυτά καί ἀπαντοῦν μόνο στά ἀνώτερα φυτικά εἶδη, σέ ὅλα τά μέρη τοῦ φυτοῦ καί ἰδιαίτερα στούς καρπούς καί στά σπέρματα. Εἶναι ἄγνωστο ἂν οἱ φυτορμόνες τῶν φυτῶν εἰσερχόμενες στόν ἀνθρώπινο ὄργανισμό ἐξασκοῦν πρακτική θεραπευτική ἢ βλαπτική δρᾶσι. Οἱ τεχνητά παρασκευαζόμενες φυτορμόνες δροῦν τοξικά. Χρησιμοποιοῦνται ὁμως εὐρύτατα καί ἐπωφελῶς στή γεωργική πράξι καί μερικές ἀπό αὐτές εἶναι ἄριστα ζιζανιοκτόνα.

13) **Πεκτίνες ἢ πεκτινικές ὕλες** : Εἶναι οὐσίες πού περιέχονται στό χυμό πολλῶν φυτῶν καί ἴδια στά φρούτα των. Μέ

τήν θέρμανσι ζελατινοποιούνται. Στήν ιδιότητα αὐτή τῶν πεκτινῶν βασίζεται ἡ κατασκευή πελτέδων καί ζελέδων. Προσλαμβάνομενες μέ τήν φρουτοφαγία ἀπό τόν ἀνθρώπινο ὄργανισμό, τονώνουν τό ἔντερο καί βελτιώνουν τήν ὀξύτητα τοῦ στομάχου.

14) **Οἱ γλοιώδεις ἢ γλυσχραματώδεις οὐσίες :** Εἶναι ὕλες παχύρευστες καί δυσκολοδιάλυτες. Μέ τό νερό φουσκώνουν, γίνονται ἰξώδεις, σχηματίζουν ἀφρώδη συστατικά καί προστατεύουν τό φυτό καί τά προϊόντα του ἀπό τό γρήγορο ζέραμα. Εἰσερχόμενες στό πεπτικό σύστημα τοῦ ἀνθρώπου, ἐπουλώνουν τόν ἐντερικό βλενογόνο, ρυθμίζουν τίς ἐντερικές κινήσεις καί βοηθοῦν στήν ἐξώθησι τοῦ ἐντερικοῦ περιεχομένου. Τοποθετούμενες σέ ἐπιθέματα ἐξωτερικά, ἐπουλώνουν γρήγορα πληγές, ἔλκη τοῦ δέρματος καί κατακλίσεις. Μέ τό βράσιμο μετατρέπονται σέ σάκχαρα.

15) **Οἱ Γόμες ἢ κόλλες :** Εἶναι ἄμορφες, σκληρές καί διαφανεῖς μάζες διαλυόμενες στό νερό. Ἐκκρίνονται ἀπό τόν φλοιό τοῦ φυτοῦ. Μέ τό νερό δίδουν κολλοειδῆ διαλύματα πυκνά καί ζελατινοειδῆ. Συχνά ἀποφράσσουν βλάβες ἢ τραύματα τοῦ φυτοῦ. Εἶναι ἀνωφελεῖς γιά τόν ἀνθρώπινο ὄργανισμό ἴσως δέ καί βλαπτικές.

16) **Οἱ Ρητίνες :** Εἶναι ἄμορφα κιτρινωπά ἐκκρίματα τῶν φυτῶν, ἀδιάλυτα στό νερό. Πολλές περιέχουν ἀρωματικές οὐσίες καί ἔχουν εὐχάριστη ὄσμη. Ἄλλες εἶναι δύσοσμες ἢ βαρύσοσμες. Ἐπουλώνουν τά τραύματα τῶν φυτῶν καί ἐκκρίνονται ἀπό εἰδικούς ἀδένες οἱ ὁποῖοι ὑπάρχουν ἢ σέ ὅλα τά μέρη τοῦ φυτοῦ ἢ σχηματίζονται στό μέρος πού θά τό τραυματίσωμε. Διακρίνονται σέ μαλακές ἢ βάλσαμα καί σέ σκληρές. Φυτά πού ἐκκρίνουν τέτοιες ἐκκρίσεις εἶναι κυρίως τά φανερόγαμα (κωνοφόρα, φοινικοειδῆ, στυρακοειδῆ, ἐφορβιοειδῆ, τερεβινθοειδῆ). Πολλές ἀπό τίς ρητίνες αὐτές ἐχρησιμοποιοῦντο παλαιότερα ἢ καί χρησιμοποιοῦνται ἀκόμη στή θεραπευτική (ἀλόη, βενζόη, ἰαλάπη, μύρρα, βάλσαμα, σανδαράχη, στύρακας) καί ἄλλες χρησιμοποιοῦνται στή βιομηχανία (ρητινέλαια, τερεβινθίνη, ρητινόπισσα, κο-

λοφόνιο). Φυτικές ρητίνες είναι άκομη ή μαστίχα, τό λιβάνι καί ή πευκορητινή πού χρησιμοποιεῖται στήν Ἄττική γιά τήν κατασκευή τοῦ ρητινίτη οἴνου – τῆς ρετσίνας – . Στίς περιοχές Μεγαρίδος (Κούντουρα) καί Κορινθίας (Σοφικό), γίνεται ἀξιόλογη καί συστηματική συλλογή ρητίνης πεύκων ἀπό τούς ρητινοσυλλέκτες, ή ὁποία ἀποτελεῖ ἀξιόλογο ἐξαγωγικό μας προϊόν.

17) **Οἱ Σαπωνίνες** : Εἶναι γλυκοζῖτες χωρίς ἄζωτο. Ἀναρρασόμενες μέ νερό ἀφρίζουν ὅπως τό σαποῦνι γι' αὐτό τίς ὠνόμασαν σαπωνίνες. Βραζόμενες ἢ ξεραίνόμενες χάνουν τήνιδιότητά τους αὐτή. Ἀπαντοῦν σέ πολλές οἰκογένειες μονο καί δικοτυλιδῶνων φυτῶν (φτέρη, φλώμος) καί ἔχουν σάν βιολογικό προορισμό στόν φυτικό ὄργανισμό νά ἀνταγωνίζονται τίς ταννικές οὐσίες. Εἰσερχόμενες μέ τή φυτική διατροφή στόν ἀνθρώπινο ὄργανισμό, αὐξάνουν τήν λειτουργία πολλῶν ἀδένων καί ἔχουν ἀποχρεμπτικές ιδιότητες. Σέ μεγάλες ποσότητες εἶναι δηλητηριώδεις (προκαλοῦν αἰμόλυσι).

18) **Πικρές οὐσίες** : Εἶναι ἑτερογενεῖς συσσωρεύσεις τῶν φυτῶν πού δέν ἔχουν μελετηθεῖ ἀκόμη καλά. Εἰσερχόμενες στόν ἀνθρώπινο ὄργανισμό, διεγείρουν τίς πεπτικές ἐκκρίσεις.

19) **Ταννίνες** : Μίγματα ἐστέρων τῆς γλυκόζης μέ γαλλικό καί διγαλλικό ὄξύ, φυτικῆς προελεύσεως. Ἀνήκουν στίς ὑδρολύμενες δεψικές ὕλες καί χρησιμοποιοῦνται κυρίως στή βυρσοδεψία, τήν ὕφαντουργική καί τήν βιομηχανία τοῦ χαρτιοῦ. Ὁ βρασμός τίς ἀποσυνθέτει καί ή ὕγρασία τίς κάνει ἄχρηστες. Περιέχονται στούς φλοιούς πολλῶν φυτῶν (δρυγιάδες, πλατάνοι, ἀμυγδαλιές) καί σέ πολλούς καρπούς (ἀχλάδια, βελάνια κ.λ.π.). Στά φυτά προστατεύουν τούς ἴστους ἀπό τήν σήψη. Στόν ἄνθρωπο δροῦν στυπτικά καί ἀπολυμαντικά στό πεπτικό σύστημα.

20) **Ὁξέα** : Ἐνώσεις πού περιέχουν στό μόριό τους ἀντικαταστήσιμα ὑδρογόνα. Τά φυτικά ὄξέα εἶναι ὀργανικά ἀλλά ἀσθενῆ, ὅπως τό μηλικό, τό κιτρικό, τό ὄξαλικό, τό μυρ-

μηγκικό καί ἄλλα. Εὐρίσκονται στούς χυμούς τῶν φυτῶν. Εἰσερχόμενα στόν ὄργανισμό τοῦ ἀνθρώπου συμβάλουν στή διάλυσι τῶν μετάλλων, στή ρύθμισι τῆς ὀξεοβασικῆς ἰσορροπίας καί ἔχουν δρᾶσι ὑπακτική.

21) Ἄμινες : Εἶναι τά ὄργανικά παράγωγα τῆς ἀμμωνίας. Στά φυτά ὑπάρχουν σέ περιορισμένες ποσότητες. Ἔχουν χαρακτηριστική ὄσμή καί δέν ἀποσυντίθενται εὐκόλα. Λόγω τῆς μικρᾶς τῶν ποσότητος, εἰσερχόμενες στόν ἀνθρώπινο ὄργανισμό δέν παρουσιάζουν πρακτική ἢ ἐκτιμήσιμο δρᾶσι.

22) Χρώματα : Σχηματίζονται ἀπό τούς χρωμοφόρους ἢ τά πλαστίδια τῶν φυτῶν καί προσδίδουν στίς ρίζες, στό φλοιό, στά ἄνθη καί στούς καρπούς των, τά διάφορα χρώματα. Παλιότερα ἀπό τά φυτά ἔπερναν καί στή Κρήτη τά διάφορα χρώματα μέ τά ὁποῖα ἔβαφαν τά προϊόντα τῆς οἰκοτεχνίας των. Τέτοια ἦσαν τό ριζάρι, ἡ κιτρινόρριζα, ὁ κρόκκος ἢ ὀξαλίδα καί ἄλλα. καί

23) Οἱ φυτοτοξίνες : Προϊόντα τοῦ φυτικού μεταβολισμοῦ καί τῶν ζωτικῶν λειτουργιῶν τῶν φυτοκυττάρων. Λένε ὅτι μπαίνουσες στόν ἀνθρώπινο ὄργανισμό, μποροῦν νά δράσουν δυσμενῶς ὅπως οἱ τοξίνες τῶν μικροβίων.

Χρησιμοποίησις τῶν συστατικῶν τῶν φυτῶν

Μέ τή λέξι χρησιμοποίησι, ἐννοῦμε τούς τρόπους μέ τούς ὁποίους μποροῦμε νά πάρωμε ἀπό τά φυτά τά συστατικά τους καί νά τά χρησιμοποιήσωμε θεραπευτικά ἢ ὠφελιμιστικά στόν ὄργανισμό μας.

Οἱ ἀπλούστεροι καί πλέον πρωτόγονοι τρόποι γι' αὐτό περικλείονται στή φυτική διατροφή καί στίς διάφορες μορφές τῆς φρουτοφαγίας.

Κοινοί καί εὐκόλοι ὁμως τρόποι εἶναι ἡ παρασκευή μ' αὐτά ἀφεψημάτων, ἐγχυμάτων, ἐμβρεγμάτων, γιά ἐσωτερική ἢ ἐξωτερική χρῆσι, ἡ κονιοποίησις αὐτῶν καί ἡ χρησιμοποίησις τῆς κόνεως ἐσωτερικά ἢ ἐξωτερικά σέ ἐπιθέσεις, ἡ λήψις τοῦ χυμοῦ των ἢ τοῦ λαδιοῦ των καί ἡ κατασκευή μέ

τούς ιστούς των καταπλασμάτων ή αλοιφών για έξωτερική χρήση. Έκτός από τούς τρόπους αυτούς υπάρχουν και άλλοι όπως ή παρασκευή βαμμάτων, έγχυλισμάτων και άλλων φαρμακοτεχνικών παρασκευασμάτων. Οί τρόποι όμως αυτοί απαιτούν να γίνουν φαρμακοτεχνικές γνώσεις.

α) Άφεψήματα : Πολτοποιούμε ή κομματιάζουμε τά φύλλα, τά άνθη, τούς μίσχους, τούς φλοιούς, τίς ρίζες ή τά σπέρματα και βράζουμε μιά ώρισμένη ποσότητα άπ' αυτά σε ώρισμένη ποσότητα νερού ή κρασιού επί μισή ώς μιά ώρα. Σουρώνουμε τό άφεψήμα μέ τουλουπάνι και τό καταναλώνουμε τό πολύ σε 24 ώρες, άλλοιώς χάνει τίς ιδιότητές του.

Συνηθισμένη ποσότητα φυτικής ύλης μέσα σε 100 δράμια νερό είναι ή ποσότητα των 5/00 για φυτά πού δέν έχουν δραστικά συστατικά (άλκαλοειδη-γλυκωσίδες-φυτομόνες-φυτοένζυμα) και 1-2/00 για φυτά πού περιέχουν. Στην δοσολογία αυτή χρειάζεται μεγάλη προσοχή για να μήν πάθουμε δηλητηρίαση. Έμπειρικά για μιά ποσότητα νερού μέχρι 80 δράμια (250 γραμμάρια) ένα μεγάλο φλυτζάνι - ή φυτική ύλη πού θα χρησιμοποιήσωμε δέν πρέπει να είναι μεγαλύτερη από μιά κουταλιά του γλυκού για φυτά πού δέν έχουν δραστικά συστατικά και μιά πρέζα - όσο πιάνομε μέ τά τρία δάκτυλα - για φυτά πού έχουν δραστικά συστατικά. Γνωρίσματα των φυτών πού περιέχουν δραστικά συστατικά είναι ή ιδιαίτερη μυρουδιά πού βγάζουν και ή πικράδα τους. Σε παιδιά κάτω των 5 χρονών δέν δίδομε φυτοφάρμακα πού παρασκευάσαμε οί ίδιοι εκτός από τίλιο, χαμομήλι, φασκόμηλο, ματζουράνα. Σε παιδιά μεγαλύτερα (από 6-12 χρόνων) κάνομε άφεψήματα μέ τή μισή ποσότητα φυτικής ύλης πού χρησιμοποιούμε για μεγάλους. Και για πολύ ήλικιωμένους, τά άφεψήματα πρέπει να γίνονται μέ τά 2/3 τής ποσότητας φυτικής ύλης πού χρησιμοποιούμε για τούς ενήλικες.

Στά στυφά ή πικρά άφεψήματα μπορούμε να βάλωμε ζάχαρι ή μέλι. Για τά άφεψήματα πού θα χρησιμοποιήσωμε έξωτερικά ή για γαργάρες ή φυτική ύλη πρέπει να είναι πε-

ρισσότερη /διπλάσια/ εκείνης που χρησιμοποιούμε όταν τὰ άφεψημάτα τὰ πίνουμε.

β) Έγχύματα : Παρασκευάζονται όπως τó τσάι. Δηλαδή κοχλάζουμε τήν ποσότητα του νερού που χρειαζόμαστε και ρίχνουμε μέσα τήν ώρισμένη ποσότητα τής φυτικής ύλης, πολτοποιημένη ή κομματιασμένη. Τó χρησιμοποιούμε κι' αυτό μέσα σε 24 ώρες πέραν από τίς όποιες τó έγχυμα χάνει τίς ιδιότητές του.

Έγχύματα γίνονται κυρίως με τὰ άνθη και με τὰ φύλλα. Ένίοτε όμως και με τούς φλοιούς και με τὰ βλαστάρια. Τά έγχύματα που γίνονται με άνθη και φύλλα δέν πρέπει με κανένα τρόπο νά τὰ άφίνομε νά βράζουν μαζί με τó νερό γιατί τὰ πτητικά τους στοιχεΐα φεύγουν με τόν άτμό και τó έγχυμα που παρασκευάζουμε μένει σκέτο νερό.

Και για τὰ έγχύματα ισχύει ή δοσολογία και οί περιορισμοί που άναφέρομε για τὰ άφεψημάτα.

γ) Έμβρέγματα : Ρίχνουμε τήν φυτική ύλη πολτοποιημένη ή κομματιασμένη υπό τίς άναλογίες που θέλομε μέσα σε νερό, κρασί ή μύρα χωρίς νά είναι βρασμένα και τήν άφίνομε επί 6-8 ώρες σε δοχείο καλά κλεισμένο. Τά έμβρέγματα καταναλώνονται με βραδυ ρυθμό και μικρές ποσότητες (ποτηράκια του λικέρ ή του κρασιού). Γιαυτό ή φυτική ύλη που βάζομε πρέπει νά είναι λίγο μεγαλύτερης ποσότητας. Με τόν τρόπο αυτό παρασκευάζονται και τὰ θεραπευτικά κρασιά που καταναλώνονται σε δόσι μισό κρασοπότηρο τήν ήμέρα ή και πρωί-βράδυ. Για νά γίνουν όμως καλά πρέπει ή φυτική ύλη νά άφίνεται σκεπασμένη επί 4-6 ήμέρες, μέσα στή ποσότητα του κρασιού που χρειαζόμαστε.

δ) Χυμοί : Πέρνονται με πολτοποιήση φρέσκιας φυτικής ύλης και με έκθλιψη μέσα σε τουλουπάνι ή σε χειροκίνητο πιεστήριο. Ακόμη καλύτερα πέρνεται με μπλέντερ από όσους διαθέτουν. Τούς πίνουμε άμέσως. Μπορούμε όμως νά τούς διατηρήσωμε για χρήσι επί ένα 24ωρο, αν τούς θερμάνομε λίγο, σε θερμοκρασία 25-30 βαθμούς.

ε) Σκόνες : Ξηραίνομε τήν φυτική ύλη με φυσική ή τεχνητή ζέρανσι (στόν ήλιο ή σε φούρνο αλλά σε θερμοκρασία μέχρι

50 βαθμούς). Τήν ἀλέθουμε ἢ τήν κοπανίζουμε σέ χαβάνι καί τήν περνοῦμε ἀπό πολύ ψιλή κνισάρα. Φυλάσσομε τήν σκόνη σέ γιάλινο δοχεῖο καλά ποματιζόμενο καί τοποθετοῦμε τό δοχεῖο σέ μέρος στεγνό. Ἐπ' αὐτή πίνουμε μέ νερό ἢ κρασί μικρή ποσότητα (ἀπό μιά πρέζα μέχρι μισό κουταλάκι τοῦ γλυκοῦ ἀναλόγως τῆς περιεκτικότητος τῆς φυτικῆς ὕλης πού χρησιμοποιήσαμε σέ δραστικά ἢ ὄχι συστατικά) ἢ τήν πασπαλίζουμε σέ πληγές ἢ ἔλκη πού δέν κλίνουν εὐκολα, καί σέ ἄλλες δερματικές βλάβες.

στ) Ἐλαιοφές : Γίνονται μέ ἀφεψημάτα, ἐμβρέγματα, χυμό ἢ σκόνη τῆς φυτικῆς ὕλης πού θέλομε, τά ὅποια κατεργαζόμεθα μέ ἀλεύρι, κερύ, ζωϊκό ἢ χοιρινό λίπος ἢ βούτυρο μέχρι νά ἀπορροφηθοῦν πλήρως. Τίς χρησιμοποιοῦμε μόνον ἐξωτερικά. Ἡ ποσότης τῆς φυτικῆς ὕλης πού χρησιμοποιοῦμε γιά τήν παρασκευή τῶν ἀφεψημάτων, ἐγχυμάτων, ἐμβρεγμάτων ὡς καί τοῦ χυμοῦ ἢ τῆς σκόνης πρέπει νά εἶναι περισσότερη.

ζ/ Φυτικά λάδια : Παίρνονται συνήθως μόνον ἀπό τοὺς ἐλαιώδεις καρπούς τῶν φυτῶν μέ πολτοποίησι καί ἐκθλιψι μέ τά χέρια ἢ μέ χειροκίνητο πιεστήριο. Τά αἰθέρια ὁμως λάδια παίρνονται καί ἀπό τά φύλλα καί τοὺς βλαστούς κι ἀκόμη ἀπό τό ξύλο ἀλλά μόνο μέ ξηρή ἢ ὑγρή ἀπόσταξι. Τά λάδια γενικά χρησιμοποιοῦνται στήν Κρήτη καί ἐσωτερικά πινόμενα σέ σταγόνες πάνω σέ ζάχαρι σάν πρᾶκτικά, ἀναλγητικά καί ἐξωτερικά σέ ἐντριβές σάν ἐπισπαστικά καί ἀντινευραλγικά. Τά αἰθέρια ἔλαια χρησιμοποιοῦνται ἐξωτερικά ἀφοῦ πρῶτα διαλυθοῦν σέ λιόλαδο. Τά κοινά λάδια δίδονται σάν καθαρτικά ἰδία σέ παιδιά σέ ποσότητες ἀπό 1/2 ἕως ἓνα κοχλιάριο γλυκοῦ ἀναλόγως τῆς ἡλικίας.

Ἐμπορική καί Βιομηχανική ἐκμετάλευσις τῶν τοπικῶν μας Φυτῶν.

Σάν ἐμπορική ἐκμετάλευσι ἐννοοῦμε τό μάζεμά τους μέ ἐπιστημονικούς τρόπους σέ μεγάλες ποσότητες καί τήν ἐξαγωγή τους στό ἐξωτερικό ὅπου εἶναι περιζήτητα. Σάν βιομη-

χανική δέ ἐκμετάλλευσι τό μάζεμά τους ἐπιστημονικά καί τήν παρασκευή μέ αὐτά καλῶν ποιότητων αἰθερίων ἐλαίων ἢ καί ἄλλων βιομηχανικῶν προϊόντων ἐπί τόπου μέ μηχανικά συγκροτήματα σύγχρονα καί προηγμένες μεθόδους.

Στό νησί μας δυστυχῶς, τό τόσο πλούσιο σέ φυτικές ὕλες, ἡ βιομηχανική ἐκμετάλλευσις ὅπως καί στήν ὑπόλοιπη Ἑλλάδα εἶναι ἀνύπαρκτη.

Σ' ὀλόκληρη τήν Ἑλλάδα λένε ὅτι ὑπάρχουν περί τά 40 ἐργαστήρια παρασκευῆς χαμηλῶν ποιότητων ἐλαίων καί κανένα σύγχρονο βιομηχανικό συγκρότημα.

Ἡ ἐμπορική ἐκμετάλλευσις εἶναι ἀνοργάνωτη, ὑποτυπώδης καί περιορισμένη. Μ' αὐτήν σ' ὀλόκληρο τό νησί ἀσχολοῦνται 3-4 μικροφίρμες πού ἐξάγουν στό ἐξωτερικό δίχταμο, δαφνόφυλλα, φασκομηλιά, ρίγανη, ἀλαδανιά καί ἐλάχιστες ποσότητες μερικῶν ἄλλων ἀρωματικῶν ἰδία φυτῶν. Ὅμως μεγάλες ποσότητες φαρμακευτικῶν φυτῶν ἀπό ἐκεῖνα πού ὑπεραφθοιοῦν στόν τόπο μας, ἴσως καί φυτῶν μέ σπάνιες καί πολύτιμες ιδιότητες μέ ἀπίστευτη ἀξία, μένουν ἀχρηστες καί ἀνεκμετάλλευτες.

Τά φυτά ἐν τούτοις τοῦ νησοῦ μας εἶναι ἐξαιρετικά καί περιζήτητα ἀπό Εὐρωπαίους καί Ἀμερικανούς. Εἶναι μάλιστα κοινό μυστικό ὅτι πληρώνονται καί ἀκριβότερα ἀπό τά ἴδια φυτά ἄλλων περιοχῶν. Αὐτό μορεῖτε νά τό διαπιστώσετε καί μόνοι σας, παίρνοντας τιμοκαταλόγους ξένων οἰκῶν ὅπως τοῦ E.P.K., τοῦ Hant-I eigir τοῦ Buttner καί ἄλλων.

Δέν ἀσχολοῦμαι ἐδῶ μέ τίς αἰτίες τοῦ φαινομένου. Γνωρίζω ὅμως πόσο δύσκολή εἶναι ἡ πραγματική ἐμπορία καί βιομηχανική ἐκμετάλλευσις τῶν φυτῶν ὅταν γι' αὐτή χρειάζονται καλοί γνῶστες τῆς φυτικῆς μας χλωρίδος, εἰδικευμένα ἄτομα γιά τό μάζεμα, καλοί συσκευαστές γιά τήν ἐξαγωγή, πανάκριβες σύγχρονες ἐγκαταστάσεις βιομηχανικῆς ἐκμεταλλεύσεως καί σοβαρή κρατική ἐνθάρρυνσις καί ἐνίσχυσις.

Ἐπιστημονική καί Λατινική ὀνομασία
περιγραφομένων φυτῶν¹

Α		
Ἀβένη ἢ ἡμερος	<i>Avena sativa</i>	409
Ἀβένη ἢ ἄγρια	<i>Avena Silvestris</i>	409
Ἀβένη ἢ γενειοφόρος	<i>Avena Barbata</i>	409
Ἀβένη ἢ ἄγονος	<i>Avena Fatua</i>	409
Ἀβρότονον	<i>Abrotonum</i>	255
Ἀγαθόφυτο τό ἀρωματικό	<i>Agathophyton odoratum</i>	31
Ἀγαυή ἢ Ἀμερικανική	<i>Agave Americana</i>	38
Ἀγαρικό τό ἔναυσμα	<i>Agaricum Fumentarium</i>	311
Ἀγαρικό ὁ πυρφόρος	<i>Agaricum Pirforus</i>	52
Ἀγαρικό ὁ μύκης τῶν χειρουργῶν	<i>Agaricum Chirurgicarum</i>	52
Ἀγγελική	<i>Angelica</i>	85
Ἄγνος	<i>Vitex Agnus</i>	268
Ἀγρόπυρος ὁ ἔρπων	<i>Agropyrus Repens</i>	20
Ἀγρόστεμα τό κοινόν	<i>Agrostemma cittato</i>	139
Ἄγχουσα	<i>Anchusa</i>	402
Ἀδιάντο ἢ κόμη τῆς Ἀφροδίτης	<i>Adiantum capilus Veneris</i>	349
Ἀδράχη ἢ λαχανηρά	<i>Portulaca oleracia</i>	138
Ἄδωνις ὁ ἔαρινός	<i>Adonis Vernalis</i>	71
Ἄζυγος ἢ Χαμαίπιτυς	<i>Ajunga chamaepitis</i>	260
Ἀθαμάνθα ἢ Κρητική	<i>Athamantia Cretica</i>	37
Ἀθανασία ἢ βαλσαμώδης	<i>Tanacetum Valsamita</i>	190
Ἀθανασία ἢ κοινή	<i>Tanacetum Vulgare</i>	111
Αἰγίλωψ ὁ ὠσειδῆς	<i>Aegilops ovata</i>	32
Αἰγίλωψ ὁ δασύς	<i>Aegilops grassa</i>	3, 9
Αἰγίλωψ ὁ κερκοφόρος	<i>Aegilops Candata</i>	316
Αἰγιαλόφιλος ἢ Κρητική	<i>Aegialophilos Creticus</i>	40
Αἰγόκλημα τό κοινόν	<i>Lonicera capsiforium</i>	6
Αἶρα	<i>Lolium</i>	309
Ἀκακία ἢ Φαρνεσιανή	<i>Acacia Farnesiana</i>	42
Ἀκακία ἢ κυανόφυλλος	<i>Acacia cyanophylla</i>	42
Ἀκακία ἢ Σαλικίνα	<i>Acacia Salicina</i>	42
Ἀκακία ἢ Πολυανθῆς	<i>Acacia Floribunda</i>	42
Ἀκακία ἢ λευκάζουσα	<i>Acacia dealbara</i>	42

¹ Οἱ παρατιθέμενοι ἀριθμοὶ δηλοῦν τὸν αὐξοῦντα ἀριθμὸν ποῦ περινοῶφεται τὸ φυτὸ καὶ ὄχι τὴν σελίδα τοῦ βιβλίου.

Ἄκανθος ἡ ἄκανθώδης	Acantha Spinosa	75
Ἄκανθα	Spinae	9
Ἄκανθόλιμο	Acantolimon	418
Ἄκανθόλιμος ὁ ἐχίνος	Acantholimon Echinus	43
Ἄκόνιτο τὸ βατραχοειδόφυλλο	Aconitum Ranunculofolium	45
Ἄκόνιτο τὸ κρητικόν	Aconitum Creticum	45
Ἄκόνιτο τὸ σκορπίον	Aconitum Scorpium	45
Ἄκόνιτο τὸ λυκοκτόνον	Aconitum Licoctonum	45
Ἄκόνιτο τὸ Ναπέλλου	Aconitum Napellus	45
Ἄκτῆ ἡ μέλαινα	Sambucus Nigro	159, 410
Ἄκτῆ ἡ εὐουλος ἡ Κρητικὴ	Sambucus evulus Cretica	302
Ἄλθαία ἡ φαρμακευτικὴ	Althea officinalis	148
Ἄλθαία ἡ Ῥοδανθῆς	Althea Rosea	148
Ἄλκάνη	Alcana Siberi	118, 208, 402
Ἄλισμα	Alisma	49
Ἄλισσο τὸ ἐπιτοίχειο	Alysum Murale	123
Ἄλσίδιο τὸ ἐλμινθόχορτο	Alsidium Helminthochorton	255
Ἄμάραντα	Amaranti	53
Ἄμάραντον τὸ βλῆτο	Amarantum bletum	53
Ἄμάραντον τὸ κερκόφυλλο	Amarantum cercophyllum	53
Ἄμαρυλλίς ἡ κρητικὴ	Amaryllis cretica	51
Ἄμβροσία ἡ παραθαλάσσιος	Ambrosia littua	124
Ἄμμόφιλο τὸ ἀρπάριο	Ammophilum Arpario	56
Ἄμπελος	Vitis	58
Ἄμυγδαλὴ ἡ γλυκύκαρπος	Amygdalus Dulcis	64
Ἄμυγδαλὴ ἡ πικρίκαρπος	Amygdalus Amarus	64, 341
Ἄμυλο	Amido	65
Ἄναγαλλίς ἡ κρητικὴ	Anagalis cretica	334
Ἄνάγυρις ὁ δύσσομος	Anagyris phaetida	36
Ἄνδρῶσαιμον τὸ τραχύ	Androsaemon rubex	66
Ἄνεμώνη ἡ προϊμόκαρπος	Anemona pulsatilla	68
Ἄνηθον τὸ βαρύσομο	Anethum Graveolum	69
Ἄνθεμις ἡ ἀρουραία	Anthemis arvensis	277
Ἄνθεμις ἡ εὐγενής	Anthemis Nobilis	277
Ἄνθραξ φυτικός	Carbo Vegetalis	187
Ἄνθυλις ἡ τραυματικὴ	Anthylis Vulneraria	216
Ἄνισον τὸ κοινὸ	Pimpinella Anisum	134
Ἄντροπληκτος ἡ κηπαία	Andropictus ortolanus	31
Ἄπιδέα ἡ ἀμυγδαλοειδής	Pyrus Amygdaliformis	13
Ἄπιδέα ἡ κοινή	Pyrus Vulgaris	74
Ἄραβόσιτος	Zea Mais	225
Ἄραχίς	Arachis	442
Ἄρβουτος ἡ Ἄνδράχλη	Arbutus Andrachli	77
Ἄριστολοχία ἡ κρητικὴ	Aristolochia cretica	247
Ἄρκευθος ἡ μακρόκαρπος	Juniperus macrocarpa	204
Ἄρνόγλωσσο ὁ κορωνόπους	Plantago coronopus	336

*Αρνόγλωσσο τό μικρό	Plantago piccolum	328
*Αρον τό κρητικόν /	Arum creticum	151, 427
*Αρτεμισία ή κοινή	Artemisia absinthium	62
*Ασημόχορτο	Asimochorton	87
*Ασπάραγος ό κρητικός	Asparagus creticus	408
*Ασπάραγος ό φολιδωτός	Asparagus stipularis	408
*Ασπερούλη ή ιδαία	Asperulla idaea	96
*Ασπληνο ή όνόπτερις	Asplenium onopteris	387, 395
*Αστεροκέφαλος ό κρητικός	Scabiosus creticus	455
*Αστήρ ό κρητικός	Aster creticus	97
*Αστραγαλός ή κρητική	Astragalus cretica	202
*Ασφόδελος	Asphodelus	101
*Ατρακτυλός	Cardamus	35
*Ατράφαξις	Atriplex	123
Αύναλδιά ή τριχωτή	Aunaldia pelosa	32
*Αχη ή τελματιαία	Ache palustra	30
*Αχιλεια ή κρητική	Achillia cretica	405

B

Βαλωτή ή Δασεία	Ballota hirsuta	123
Βάμβαξ	Cosyphium	298
Βαναένα	Musa	299
Βάτος ή ιδαία	Rubus idaea	112
Βατράχιο τό άκιδωτό	Ranunculus muricatus	1, 106
Βατράχιο τό κρητικό	Ranunculus creticus	1, 106
Βατράχιο τό άσιατικό	Ranunculus asiaticus	1, 106
Βατράχιο τό όλέθριο	Ranunculus sceleratus	1, 106
Βατράχια	Ranunculi	106
Βέβρασκον ό θάψος	Vevrascum thapsos	431
Βερβένα ή φαρμακευτική	Vervena officinalis	140
Βερβερός ή κρητική	Berberis cretica	260
Βερόνικα ή κρητική (καβούσιος)	Beronica kavusios	114
Βερυκοκέα ή κοινή	Armeniaca vulgaris	115
Βέτα ή κοινή	Vetta vulgaris	377
Βήχιο τό κάρχαρο	Tussilago farfala	137
Βίαρο	Biarum	102
Βιθανία	Withania	290
Βίκος ό ήμερος	Vicia sativus	106
Βίκος ό άμφίκυρτος	Vicia amphicirtus	106
Βιόλα ή κρητική	Viola cretica	117
Βιπερίνη ή κρητική	Viperina cretica	427
Βλήτο τό άμάραντό	Bletum amarantum	53
Βοτρύδιο τό κοκκώδες	Botrydium granulatum	118
Βούγλωσσον	Anchusa	119
Βούνιον τό ναρθηκώδες	Bunium ferulaceum	120
Βράσκες	Brassicae	233

Βράσκη ή κρητική	<i>Brassica cretica</i>	233
Βράσκη ή λαχανηρά	<i>Brassica oleracea</i>	233
Βράσκη ή κεφαλωτή	<i>Brassica capitata</i>	233
Βράσκη ή Λασιθιώτικη	<i>Brassica globosa</i>	233
Βράσκη ή μικροκέφαλη	<i>Brassica piccola</i>	233
Βράσκη ή άσπαραγοειδής	<i>Brassica asparagoides</i>	233
Βράσκη ή νάπυς	<i>Brassica napys</i>	233
Βρίζα	<i>Secale</i>	378
Βρούλον τό κοινό	<i>Juncus acutus</i>	121
Βρυωνία ή κρητική	<i>Tamus cretica</i>	2

Γ

Γαλάγουσα ή φαρμακευτική	<i>Galega officinalis</i>	416
Γάλλιον ή άπαρίνη	<i>Galium aparine</i>	218
Γάλλιον τό γνήσιον	<i>Galium verum</i>	218
Γεράνια	<i>Geranii</i>	131
Γεράνιο τό ρυπαϊνον	<i>Geranium inquinans</i>	373
Γλαύκιον τό κρητικό	<i>Glaucium creticum</i>	272
Γλαύκιον τό γνήσιον	<i>Glaucium corniculatum</i>	446
Γλήχωμα ό χαμαίκισσος	<i>Glechoma hederacea</i>	248
Γλοβουλαρία ή φρυγανώδης	<i>Globularia alypum</i>	51
Γλυκίρριζα ή άτριχος	<i>Glycirhiza glabra</i>	136
Γναφάλια	<i>Gnaphalii</i>	53
Γναφάλιον τό έλληνικόν	<i>Gnaphalium grecum</i>	374
Γναφάλιον τό άγριον	<i>Gnaphalium silvestris</i>	374
Γυμνόγραμμα τό κετεράχιον	<i>Gymnogramma ceterachii</i>	387

Δ

Δακτυλίσ ή τραχεία	<i>Dactyllis rigida</i>	144
Δακτυλίτις ή έρυθρά	<i>Digitalis purpurea</i>	453
Δακτυλίτις ή χνοώδης	<i>Digitalis lanata</i>	453
Δακτυλοπόα ή αίμάσουσα	<i>Digitaria sauguinea</i>	20
Δαλία	<i>Dahlia</i>	312
Δαμασκηνά ή έμβολιαζομένη	<i>Prunus insititia</i>	63
Δαμασκηνά ή κοινή	<i>Prunus domestica</i>	145
Δαμασκηνά ή καπούλειος	<i>Prunus capulius</i>	145
Δαμασκηνά ή κερασιόκαρπη	<i>Prunus cerasiocarpus</i>	145
Δάτουρα ή κοινή	<i>Datura vulgaris</i>	352
Δάφνη	<i>Laura</i>	146
Δαφνοειδές ή χαμελαία	<i>Daphne elloida</i>	444
Δαφνοειδές τό κνίδιο	<i>Daphne cnidium</i>	449
Δαῦκος ό καρωτός	<i>Daucus carota</i>	193
Δαῦκος ή παστανάγλα	<i>Daucus pastanaca</i>	335
Δαῦκος ό άγριος	<i>Daucus silvestris</i>	400
Δελφίνιο τό Αϊάντειο	<i>Delfinium ajacis</i>	185
Δελφίνο τό θυσανώδες	<i>Delfinium paniculatum</i>	185

Δελφίνιο ή άγριοσταφίς	<i>Delfinium staphis agria</i>	185
Δενδρολίβανον φαρμακευτικό	<i>Rosmarinus officinalis</i>	79
Δημητριακά	<i>Cerealis</i>	149
Δίκταμος ό κρητικός	<i>Origanum dictamum</i>	150
Διόσανθος	<i>Diosanthos</i>	130
Δρύς ή άρία	<i>Quercus aria (ilex)</i>	152
Δρύς ή κοινή	<i>Quercus vulgaris</i>	152
Δρύς ή πρίνος	<i>Quercus prinus</i>	152
Δωρόνικον	<i>Doronicum</i>	387
E		
*Έβενος ό κρητικός	<i>Ebenus creticus</i>	86
*Εκβάλλιο τό έλατήριο	<i>Ecbalium elaterium</i>	19
*Ελαία ή ήμερος	<i>Olea sativa</i>	155
*Ελαία ή άγριος	<i>Olea silvestris</i>	26
*Ελαιόπρινος	<i>Ilex aquifolium</i>	359
*Ελάτη	<i>Abiens</i>	154
*Ελελίφασκος ό έρυθρανθής	<i>Salvia sclarea</i>	5
*Ελελίφασκος ό τρίλοβος	<i>Salvia trilobus</i>	424
*Ελελίφασκος ό δρμινος	<i>Salvia orminus</i>	198
*Ελελίφασκος ό φαρμακευτ.	<i>Salvia officinale</i>	424
*Ελίχρυσο τό κρητικό	<i>Elichrysum creticum</i>	53
*Ελίχρυσο τό κρητικό	<i>Elichrysum creticum</i>	53
*Ελίχρυσο τό ιταλικό	<i>Elichrysum italicum</i>	244
*Ελίχρυσο τό κοινό	<i>Elichrysum vulgaris</i>	179
*Ελλέβορος	<i>Helleborus</i>	383
*Ελύφη	<i>Iuffa</i>	156
*Ελμινθία ή έχينوειδής	<i>Helminthia echinoidea</i>	450
*Ενυδροκάρδαμο τό φαρμακ.	<i>Nasturdim officinalis</i>	188, 305
*Ελξίνη ή κρητική	<i>Parietaria cretica</i>	67
*Ελξίνη ή ιουδαϊκή	<i>Parietaria judaica</i>	67
*Ελξίνη ή φαρμακευτική	<i>Parietaria officinalis</i>	332
*Ελξίνη ή λυσιτανική	<i>Parietaria lusitanica</i>	333
*Επιθύμιον τό μονόγυμνο	<i>Cuscuta monogyna</i>	59
*Επιθύμιον τό ευώδες	<i>Cuscuta odorata</i>	59
*Ερέβινθος	<i>Cicer arictenum</i>	363
*Ερείκη ή κοινή	<i>Erica vulgaris</i>	359
*Ερίανθος ό ραβένιος	<i>Erianthus ravenii</i>	252, 284
*Ερινεός	<i>Caprificus</i>	320
*Ερμοδάκτυλος ό κονδυλώδης	<i>Hermodaetylus tuberosus</i>	25, 245
*Ερνιαρία ή άτριχος	<i>Herniaria glabra</i>	394
*Ερουκαρία ή δρμεία	<i>Erucaria acris</i>	188
*Ερυθραία τό κενταύριον	<i>Erythraea Centaurion</i>	360
*Ερυθρόδανον τό βαφικό	<i>Rubia tinctoria</i>	361
*Ερυθρόδανον τό άγριον	<i>Rubia selvatica</i>	29
Εύζωμο	<i>Eruca</i>	373
Εύκάλυπτος	<i>Eucalyptus</i>	158

Ευφόρβιο τό φωσφορίζον	<i>Euphorbium phosphorosa</i>	127
Ευφόρβιο τό ήλιοσκόπιο	<i>Euphorbium hellioscopium</i>	129
Ευφόρβιο άκανδόθαμον	<i>Euphorbium spinosum</i>	129
Έχινοφόρος ή λεπτόφυλλος	<i>Echinophora taeniofolia</i>	91

Z

Ζελκόβη ή κρητική	<i>Zelcova cretica</i>	161
Ζιγγίβερις	<i>Zingiveris</i>	412
Ζυγόφυλλο τό λευκό	<i>Zigophyllum album</i>	166

H

Ήδύοσμος	<i>Menta</i>	153
Ήδύοσμος ό γλήχων	<i>Menta puleginus</i>	430
Ήδύοσμος ό άγριος	<i>Menta silvestris</i>	430
Ήλιάνθεμο τό έλλειπτικόν	<i>Helianthemum elipticum</i>	167
Ήλιανθος ό έτήσιος	<i>Helianthus anuus</i>	168
Ήλιανθος ό κονδυλόρριζος	<i>Helianthus tuberosus</i>	220
Ήλιοτρόπιον τό κοινόν	<i>Heliotropium vulgareis</i>	288
Ήρανθές	<i>Primula</i>	143
Ήρανθές τό εϋοσμον	<i>Primula suaveolus</i>	322
Ήρύγγιον τό κρητικόν	<i>Eryngium creticum</i>	18

Θ

Θαψία	<i>Thapsia</i>	348
Θαυμασία ή ιαλάπη	<i>Mirabilis jalapa</i>	375
Θέρμος	<i>Lupinum</i>	265
Θύμβρα	<i>Satureia</i>	171
Θυμελαία ή άργυρά	<i>Thymelaea argentanea</i>	47
Θυμελαία ή ταρτουρέα	<i>Thymelaea tarturaea</i>	428
Θύμος	<i>Thymus</i>	172
Θρίδαξ	<i>Lattuga</i>	281
Θρύγγιον τό κονδυλόρριζο	<i>Trincia tuberosa</i>	367
Θρῶν	<i>Imperata</i>	147

I

Ίασμος	<i>Jasminum</i>	132
Ίασμος ό άραβικός	<i>Jasminum araba</i>	132
Ίβίσκος ό έδώδιμος	<i>Hibiscus esculentus</i>	297
Ίνουλα ή λεμονιόφυλλος	<i>Inula limoniofolia</i>	174
Ίον τό εϋοσμον	<i>Viola odorata</i>	133
Ίπποκαστανά	<i>Aesculus hippocastanum</i>	23
Ίππομέα ή κρητική	<i>Ipomea cretica</i>	356
Ίππομέα ή γάλανθος	<i>Ipomea galanthos</i>	181
Ίριδοειδή	<i>Iridoidi</i>	235
Ίρις ή κρητική	<i>Iris cretica</i>	235

Ίρις ή γερμανική	<i>Iris germanica</i>	235
Ίτέα ή εύθραυστος	<i>Salix fragile</i>	173

K

Καλαμίνθη ή Άλπειος	<i>Calamintha alpina</i>	177
Κάλαμος ό δόναξ	<i>Arundo donax</i>	176
Κάλαμος ό άρωματικός	<i>Calamus aromaticus</i>	176
Καλυκόστεγον	<i>Calystegia</i>	335
Καλυκοτόμος	<i>Calycotomus</i>	45
Καμπανούλα Ίεράπετρας	<i>Campanula gerapetrina</i>	181
Κάππαρις ή άκανθώδης	<i>Capparis spinosa</i>	183
Καρδάμινο τά φαρμακευτικό	<i>Cardaminum officinalis</i>	188
Καρδαμοειδή	<i>Cardaminoidi</i>	188
Καρδιαγωγόν τό κρητικό	<i>Borrago creticum</i>	83
Καρύα ή βασιλική	<i>Juglans regia</i>	192
Καστανέα ή κοινή	<i>Castanea sativa</i>	194
Κάψικον τό έτήσιο	<i>Capsicum anuum</i>	344
Κέρασος ή γλυκύκαρπος	<i>Prunus dulcis</i>	207
Κεδρία	<i>Catrame</i>	197, 345
Κελσία ή άρκτούρος	<i>Celsia areturus</i>	199
Κελτίς ή νότιος	<i>Celtis luttea</i>	200
Κενταύριον τό ίδαίον	<i>Centaureo idaeum</i>	201
Κερωνία ή άγρια	<i>Cerantonia silvestis</i>	24
Κερωνία ή έλλοβος	<i>Cerantonia siliqua</i>	206
Κίρσιο	<i>Cirsio acorna</i>	21
Κίρσιο τό κρητικό	<i>Cirsio creticum</i>	209
Κισσός ό κοινός	<i>Hedera velix</i>	210
Κίστος ό κρητικός	<i>Cistus creticus</i>	46
Κιτρέα ή κοινή	<i>Citrus vulgaris</i>	211
Κίτριον τό περγάμειο	<i>Citrus pergamoto</i>	331
Κίτριον ή φράπα	<i>Citrus frapae</i>	157
Κίτριον τό σινικόν	<i>Citrus sinensis</i>	353
Κιχώριο τό έντετμημένο	<i>Cichorium intybus</i>	342
Κιχώριο τό εύτενές	<i>Cichorium divaricatum</i>	367
Κιχώριο τό άκανθώδες	<i>Cichorium spinosa</i>	396
Κλιματίς ή φλογερά	<i>Climatis fragrans</i>	50
Κνίδη	<i>Urtica</i>	103
Κνίκος ή ιεράκανθα	<i>Cnicus benedictus</i>	39
Κολοκύνθη ή μείζων	<i>Cucurbita maxima</i>	135
Κολοκύνθη ή κοινή	<i>Cucurbita vulgaris</i>	221
Κολχικό τό φθινοπωρινόν	<i>Colchicum Audunale</i>	394
Κονβούλβουλος τό καλυκόστεγο	<i>Convolvulus calystegia</i>	335
Κόνυζα	<i>Inula</i>	44
Κόνυζα ή λεμονιόφυλλος	<i>Inula limonofolia</i>	174
Κορίανδρον	<i>Coriandrum</i>	223
Κορηλία ή κομμοφόρος	<i>Carlinia gumifera</i>	212

Κορηλία ή μαλωτή	<i>Carlinia lanata</i>	212
Κορυδαλλίς ή κρητική	<i>Corydalis cretica</i>	224
Κουσκοῦτα	<i>Cuscuta</i>	230
Κράμβες	<i>Brassicae</i>	233
Κράταιγος ό άζαρόλος	<i>Crataegus azarolus</i>	226
Κράταιγος ό άνατολικός	<i>Crataegus orientalis</i>	234
Κρηπίς	<i>Crepis</i>	367
Κρήσσα	<i>Cressa</i>	81
Κριθή	<i>Horteam</i>	234
Κρίνον τό πάλευκον	<i>Lilium cardum</i>	236
Κρόκος	<i>Crocus</i>	160
Κρόμμυον τό πράσσον	<i>Allium porrum</i>	202
Κρόμμυον τό κοινόν	<i>Allium cepa</i>	238
Κρότων ό κοινός	<i>Ricinus communis</i>	239
Κύαμος	<i>Feva vulgaris</i>	227
Κυδωνέα ή κοινή	<i>Cydonea vulgaris</i>	240
Κυκλάμινο	<i>Cyclamen</i>	390
Κυκλάμινο τό κρητικόν	<i>Cyclamen creticum</i>	241
Κύναγχο τό όξύφυλλο	<i>Cynanchum acutum</i>	269
Κυνάρα ή σκόλυμος	<i>Cynara scolimus</i>	16
Κυνόγλωσσο	<i>Cynoglossum</i>	391
Κυνόγλωσσο τών Σφακίων	<i>Cynoglossum Sfaciota</i>	391
Κυνόδοντο τό δάκτυλο	<i>Cynodonton dactylon</i>	14, 19
Κυπάρισσος	<i>Cupresus</i>	242
Κύπειρος ή έδώδιμος	<i>Cyperus eduli</i>	94
Κώνειον τό στικτόν	<i>Conium masculatum</i>	94

Λ

Λαβαντίς ή σταχυώδης	<i>Lavantula spica</i>	254
Λαβαντίς ή στοιχάς	<i>Lavantula stoechas</i>	254
Λαγοικία ή κυμινοειδής	<i>Lagoecia cuminoides</i>	189
Λάθυρος ή ήμερος	<i>Lathyrus sativus</i>	249
Λακτούκη ή βιμινία	<i>Lactuga argensis</i>	28
Λάπαθον	<i>Rumex</i>	251
Λεμονέα	<i>Citrus limoneus</i>	256
Λεοντική	<i>Leondica</i>	433
Λεπίδιο τό κοινόν	<i>Lepidium hortensis</i>	188
Λεπτοκαρυδέα	<i>Corylus</i>	432
Λεύκη ή κρητική	<i>Populus nigra cretica</i>	258
Λιβανωτής ή κοινή	<i>Livanotis vulgare</i>	262
Λιθόσπερμο τό λεπτόφυλλο	<i>Lithospermum tenuiflorum</i>	263
Λίνον τό χρησιμότατον	<i>Linum usitatissimum</i>	264
Λίνον τό δενδρώδες	<i>Linum arboreum</i>	264
Λινόζωστις ή έτησία	<i>Mercurialis annua</i>	383
Λυγαϊον τό σπάρτον	<i>Lygaeum spartum</i>	267
Λυκοπερσικόν τό έδώδιμον	<i>Lycopersicum esculentum</i>	314
Λωτός ό κερατιοφόρος	<i>Lotus corniculatus</i>	327

M

Μαγιού χορτάρι		271
Μαλάχη	Malva	55
Μανδραινέα	Citrus deliciosa	276
Μανδραγόρας	Mandragora	178
Μάραθον	Foeniculum	279
Μελάνθιο τό κρητικόν	Nigella Cretica	285
Μελία ή πολυανθής	Fraxinus americana	286
Μελία ή ύψηκάρηνος	Fraxinus excelsior	286
Μέλισσα ή φαρμακευτική	Melissa officinalis	212, 288
Μελίλωτος ό φαρμακευτικός	Melilotus offic.	315
Μελιζάνα	Solanum melongena	287
Μεσπιλέα	Mespilus	296
Μηδική ή δρεπανοειδής	Medicago falcata	350
Μηκωνοειδή	Papaveri	231
Μήκων ή ύπνοφόρος	Papavero somniferum	421
Μήκων ή ροιάς	Papavero rhoeas	231
Μηλέα ή κοινή	Malus communis	291
Μικρομερία ή Έλληνική	Micromeria Greca	222
Μίνθη	Mentha	289
Μίνθη ή μακρόφυλλος	Mentha longifolia	22
Μορέα ή λευκή	Morus Alba	294
Μορέα ή μέλαινα	Morus Nigra	294
Μύκης χειρουργών	Agaricum Chirurgicarum	311
Μύκητες	Funghi	52
Μυρίκη	Tamaris	84
Μύρτος ή κοινή	Myrthus communis	303

N

Νάρθηξ	Ferula	84
Νάρκισσος ό κυπελοφόρος	Narcisus pazzetta	275
Ναστούρδιο τό φαρμακευτικό	Nasturdium officinalis	305
Νερατζέα	Citrus neranzea	304
Νήριον τό εϋοσμο	Nerium odoratum	407
Νικοτιανή	Nicotiana	184
Νοτόβασις ή Συριακή	Notobasis Siriaca	126
Νυμφαία ή λευκή	Nymphaea alba	310

Ξ

Ξάνθιο τό χοιράδιον	Xanthium scroja	218
Ξηράνθεμα	Xeranthema	53
Ξιφίον τό άρουραίο	Gladiolus arvensis	286

O

Όνόπορδον τό ήλυρικό	Onopordon illyricum	126
Όνωνίς	Ononis	72
Όξαλίς	Oxalis	318

Όξυά ή δασική	Fagus	319
Όξυμυρσίνη	Ruscus	213
Όπουντία ή Ίνδική	Opundia Indica	42
Όρίγανον τό δίκταμον	Origanum dictamum	150
Όρίγανον τό κοινόν	Origanum vulgare	18
Όρίγανον τό άμάραντον	Origanum majorana	278
Όροβος	Ervum	362
Όρυζα	Oryza	370
Όρχις ό άρρην	Orchis mascula	214, 371
Όρχις ό τετράστιχος	Orchis maculata	89
Όρχις ό ώχρός	Orchis pallidus	89
Όρχις ό ώραιανθής	Orchis bella fiore	89
Όφρύς ή σφηκώδης	Ophrys vespertus	89
Όφρύς ή βουλφλέριος	Ophrys vulferii	89
Όφρύς ή ώμεγαφόρος	Ophrys omegaforus	89
Π		
Παιωνία ή Κρητική	paeonia Cretica	340
Πανικόν τό έρπον	Panicum repens	20
Παπανθές τό κυανοϋν	Passiflora caerulea	369
Πελαργόνιον τό εϋοσμο	Pelargonium odoratissimum	57
Πενταδάκτυλο	Potentilla	329
Πέπων ό κοινός	Cucumis melo	330
Πετροσέλινον	Petroselinum	273
Πευκέδανον τό Κρητικόν	Peucedano Creticum	338
Πεύκη ή λαρικοειδής	Pinus larico	339
Πεύκη ή πίτυς	Pinus pinea	339
Πεύκη ή χαλέπιος	Pinus halepensis	339
Πεύκη ή Βρέττιος	Pinus brutia	339
Πεύκη ή παράλιος	Pinus maritima	339
Πιμπινέλλα ή πλατύφυλλος	Pimpinella depressa	343
Πίσσον τό ήμερο	Pissus sativus	301
Πιστάκη ή έρέβινθος	Pistacia herebinthus	70
Πιστάκη ή σκίνος	Pistacia lentiscus	384
Πλάτανος ή άνατολική	Platanus orientalis	346
Πλάτανος ή άειθαλής	Platanus sempervivens	346
Πόα ή κοινή	Poa trivialis	20
Πόα ή βολβώδης	Poa bulbosa	387
Πολύγονον τό ίππουροειδές	Polygonum equisetiforme	316
Πολύγονον τό ίδαϊον	Polygonum idaeum	309
Ποτήριον τό άκανθώδες	Poterium spinoso	98
Πράσσο τό άγριον	Allium Ursinum	60
Πράσσο τό κοινόν	Marrubium vulgare	388
Πτελέα ή πεδινή	Ulmus campestris	439
Πτέρις	Pteris	440
Πυξός ό άειθαλής	Buxus sempervivens	357

P

Ράμνος ή εϋθραυστος	Ramnus fragula	283
Ραφανίς ή κηπαία	Rhaphanis sativa	358
Ραφανίς ή άγρία	Rhaphanis raphaniscus	358
Ροδακινέα	Persica	365
Ροδή	Rosa	414
Ροιά	Punica	364
Ρυτή ή βαρύσομος	Ruta graveolens	73
Ρυτίφυλλος ή βαφική	Rhytiphloea tintoria	441

Σ

Σαπωνάρια ή φαρμακευτική	Saponaria officin.	420
Σέδον τό δριμύ	Sedum acutum	337
Σέδον τό κρητικόν	Sedum creticum	142
Σέδον τό άμάραντο	Sedum amaracon	53
Σέλινον τό βαρύσομο	Apium graveolens	205
Σενέκιον τό θαμνώδες	Senecium vulgare	280
Σέσελι τό έτήσιον	Sesseli anuum	376
Σήσαμον	Sessamum	378
Σιδηρίτις ή Συριακή	Sideritis Siriaca	179, 274
Σικυός ό ήμερος	Cucumis sativus	7
Σικυός ό ύδροπέπων	Cucumis vulgaris	191
Σίλυβο τό μαριανόν	Silyvum marianum	8
Σίον τό κορυβανθές	Sium nodiflorum	188, 305
Σίτος	Triticum	381
Σκάνθιξ	Scandix	194
Σκίλλα ή θαλασσία	Scilla maritima	90
Σκόλυμος	Scolymus	92
Σκολοπένδριον ό ήμιονίτης	Scolopendrium hemionitis	395
Σκόροδον τό κοινό	Allium sativum	385
Σκροφουλαρία ή κύνειος	Scrofularia canina	387
Σμίλαξ	Smilax	80
Σμίλαξ ή τραχεία	Smilax aspera	14
Σόγχος ή λαχανώδης	Sonchus oleraceus	419
Σόλανον τό μέλαν	Solanum nigrum	403
Σόργον τό χαλέπιον	Sorghum halepensis	313
Σπανάκιον τό λαχανώδες	Spinacea oleracea	392
Σπάρτιον τό κοινόν	Spartium junceum	393
Στατική ή κολπώδης	Staticae sinuata	53, 355
Σταφίς	Staphis	398
Στύραξ	Styrax	99
Στραμώνιον τό δενδρώδες	Stramonium arborens	165
Στρώχνος ό κονδυλόρριζος	Solanum tuberosum	326
Συκή ή καρική	Ficus carica	404
Συκόρριζα ή μεγανθής	Ficaria grandielosa	162

Συμφιάντρον τό κρητικόν	<i>Simphiandro creticum</i>	181
Σφαιριάνθος ό καρδιόφυλλος	<i>Globularia cordiofolia</i>	43
Σφαιρόκοκκο τό έλμινθόχορτο	<i>Helminthochorton officinale</i>	255
Σφένδαμος ό κρητικός	<i>Acer creticus</i>	100

T

Ταγίτης ό κορυβανθής	<i>Tagites corymbosa</i>	182
Τεύκριο τό κρητικόν	<i>Teucrium creticum</i>	3
Τεύκριο τό πόλιον	<i>Teucrium polio</i>	53, 261
Τεύκριο τό ξανθό	<i>Teucrium flavum</i>	292
Τεύκριο τό σκόρδιον	<i>Teucrium scordioides</i>	386
Τίλλια ή κοινή	<i>Tillia vulgaris</i>	411
Τορδύλλιο	<i>Tordylium</i>	196
Τουλίπη	<i>Tulipa</i>	413
Τουλίπη ή κρητική	<i>Tulipa cretica</i>	413
Τραγοπόγων	<i>Tragopogon</i>	389
Τραγοπόγων ό πρασσόφυλλος	<i>Tragopogon purrifolius</i>	246
Τρίβελος	<i>Tribelus</i>	104
Τριγώνισκος ή Τίλλις	<i>Trigoniscus faenum</i>	411
Τρινία ή εϋσμος	<i>Trinia odorata</i>	415
Τύφη	<i>Thypha</i>	107

Y

Ύακινθος ό άνατολικός	<i>Hyacinthus orientale</i>	164
Ύοσκύαμος	<i>Hyoscyamus</i>	34, 165
Ύπερικόν τό οϋλον	<i>Hypericum crispum</i>	12, 257
Ύπερικόν τό διαμπερές	<i>Hypericum perforatum</i>	454
Ύποχοιρίς ή κρητική	<i>Hypochiris cretica</i>	293
Ύσσωπος ό κρητικός	<i>Hyssopus creticus</i>	222, 422

Φ

Φαινίκουλον τό τριχώδες	<i>Faeniculum agrestis</i>	27
Φακή ή έδωδιμος	<i>Lens esculanta</i>	428
Φασίολος ό κοινός	<i>Phaseolus</i>	425
Φασίολος ό του καρακάλα	<i>Phaseolus caracala</i>	163
Φεστούκη	<i>I aevis</i>	426
Φιλλύρα ή κοινή	<i>Tillia vulgaris</i>	429
Φλωμίς ή μαλωτή	<i>Phlomis lanata</i>	11
Φοίνιξ ό δακτυλοφόρος	<i>Phaenix dactylifera</i>	109
Φοίνιξ ό χαμαιριφύς	<i>Phaenix chamaerops</i>	109
Φραγμίτης	<i>Fragmites</i>	435
Φριτιλλαρία ή τουλιποφόρος	<i>Fritillaria tulipifera</i>	438

X

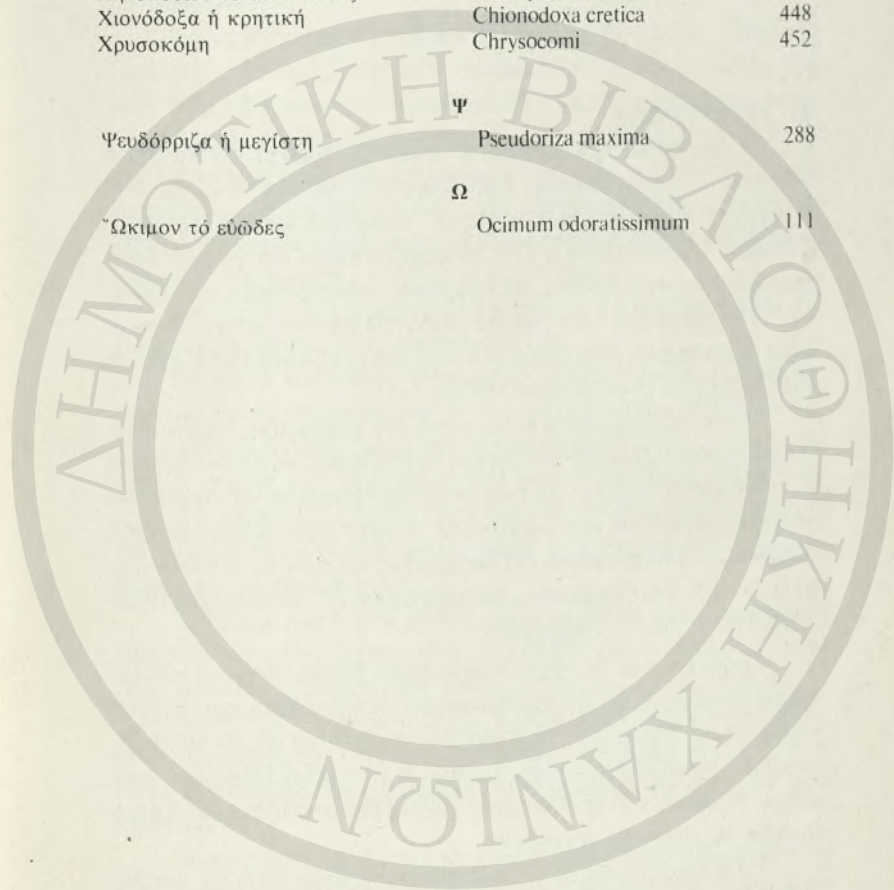
Χαμαικέρασος ή κοινή	<i>Fragaria vulgaris</i>	437
Χαμαίμηλον	<i>Matricaria camomilum</i>	445
Χελιδόνιον τό μέγα	<i>Chelidonium majus</i>	447
Χηνοπόδιον τό αΐδοιοειδές	<i>Chinopodium aedioforme</i>	124
Χιονόδοξα ή κρητική	<i>Chionodoxa cretica</i>	448
Χρυσοκόμη	<i>Chrysocomi</i>	452

Ψ

Ψευδόρριζα ή μεγίστη	<i>Pseudoriza maxima</i>	288
----------------------	--------------------------	-----

Ω

Ώκιμον τό εὐώδες	<i>Ocimum odoratissimum</i>	111
------------------	-----------------------------	-----



Κρητικά Φυτά και Βοτάνια Μέρας Β

1) Ἄβδελόχορτο

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Βατράχιο τό ἀκιδωτό «*Ranunculus muricatus*», κατ' ἐπέκτασι δέ καί τά φυτά, Βατράχιο τό Κρητικό, Βατράχιο τό Ἀσιατικό καί βατράχιο τό ὀλέθριο. Ἀνήκουν ὄλα στήν οἰκογένεια τῶν Βατραχοειδῶν. Φυτρώνουν στή Κρήτη, σέ χωράφια «πνιγάρικα» καί ὕγρα.

Τό βατράχιο τό Κρητικό, ἀπαντᾷ ἄφθοно στήν Ἀνατολική Κρήτη καί ἰδία γύρω ἀπό τό Βουνό Ἀφέντης-Καβούσι καί ἀποτελεῖ ἴδιο Κρητικό εἶδος.

Ἦ ὄλα τά βατράχια εἶναι φυτά δηλητηριώδη, περισσότερο ὁμως ἀπό ὄλα, τό βατράχιο τό ὀλέθριο. Ἡ δηλητηρίασις μ' αὐτό ἐκδηλώνεται μέ νευρικά συμπτώματα, μέ σαρδόνιο γέλωτα, μέ κῶμα καί μέ θάνατο. Τοῦτο ἦταν γνωστό στοῦς ἀρχαίους. Τό ἀναφέρει ὁ Πausanias «ἤ πόα δέ ἡ ὀλέθριος, σελίνω μέν ἐστί ἐμφερής, τοῖς φαγοῦσι δέ γελῶσιν ἐπιγιγνεσθαι τήν τελευτήν, λέγουσι».

Τά βατράχια δέν ἔχουν μελετηθεῖ βοτανολογικά καί ἰατρικά ἐπαρκῶς. Γύρω τους ὑπάρχει μεγάλη ἀσάφεια. Εἰδικά μάλιστα τό βατράχιο τό Κρητικό, συγγέεται μέ τό φυτό Ἀκόνιτον Ναπέλλους — ἴδε λέξη — ἡ ἀποτελεῖ ἰδιαίτερη ποικιλία, ἰθαγενή τοῦ νησιοῦ μας, πού οἱ βοτανολόγοι δέν ἔχουν ἀκόμη ταυτίσει μέ ἀκρίβεια.

Τά ὑπέργεια μέρη τους ὅταν φαγωθοῦν ἀπό τά πρόβατα, τοῦς προκαλοῦν σοβαρές ἐντερικές διαταραχές ἡ καί τόν θάνατο. Οἱ βοσκοί σέ πολλές περιοχές μας, λένε τό φυτό «προβατάρη». Τό φυτό ξεραϊνόμενο ἡ βραζόμενο, χάνει μεγάλο μέρος ἀπό τίς τοξικές του ιδιότητες.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιοῖ βρασμένα

τά υπέργεια μέρη του φυτού σέ εξωτερικά ἐπιθέματα ἐπί ρευματοπαθειῶν καί ἄρθροπαθειῶν. Καλό εἶναι κάθε χρησιμοποίησιν τῶν νά ἀποφεύγεται.

2) Ἄβρωνιά

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Βρυωνία, «Bryonia-Tamus». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν κολοκυνθιδῶν καί στή τάξι τῶν Διοσκοριδοειδῶν. Στό νησί μας εἶναι αὐτοφυής καί μάλιστα ἀποτελεῖ ἰδιαίτερο φυτικό εἶδος, τήν «Tamus cretica». Λέγεται ἀκόμη καί φαρμακιά. Ἦταν γνωστή στούς ἀρχαίους. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Διοσκουρίδη «ταύτης οἱ σπάραγοι κατά τήν πρώτην ἐκβλάστησιν, ἐφθοί ἐσθίονται, οὖρησιν καί κοιλίαν κινοῦντες» (Δ. 184).

Στή Κρήτη οἱ τρυφεροί βλαστοί της, τά φύλλα καί οἱ ἀνθισμένες κορυφές της, λαχανεύονται.

Τό φυτό ἀνέκαθεν ἐθεωρεῖτο θεραπευτικό. Ὁ Ἴπποκράτης τό συνιστοῦσε κατά τῆς «ἐμπύσεως τῶν πνευμόνων» καί ὁ Διοσκορίδης σέ καταπλάσματα μέ μασημένο σιτάρι, κατά τῶν δοθειῶν καί ἀποστημάτων. Μεταγενέστερα ἡ ρίζα της, «Radix Bryoniae» σέ σκόνι, ἐχορηγεῖτο ἀπό τήν ἐπίσημη θεραπευτική κατά τῆς ἐπιληψίας καί σάν φάρμακο αἰμοκαθαρτικό.

Χρήσιμα μέρη τοῦ φυτοῦ εἶναι οἱ ρίζες καί οἱ κίτρινοι βλαστοί του. Περιέχουν ἄλατα ἀσβεστίου, καλίου, μηλικό ὄξύ, ἄμυλο, λευκωματίνη κόμι, ρητινώδεις ὕλες καί λάδι. Δραστικό τους στοιχεῖο εἶναι ἡ βρυωνίνη καί βρυωνιδίνη. Νεώτερες ἐρευνες, ἀπέδειξαν ὅτι περιέχουν καί ἐνζυμο, πού στόν ὄργανισμό μας ὑδρολύεται βραδέως, σέ ἀμυγδαλίνη καί ἰτεΐνη.

Οὐσιαστικά τό φυτό ἔχει φαρμακολογική δρᾶσι ἐμετοκαθαρτική καί διουρητική, ἀλλά πάντοτε τοξική. Τρωγόμενο ἢ χρησιμοποιούμενο σέ ἀφεψήματα, ἐγχύματα, ἐμβρέγματα μέ κρασί ἢ ἐσωτερικά σέ σκόνι ἀπό ρίζα τοῦ φυτοῦ, προκαλεῖ σέ μεγάλες δόσεις, ἔντονη διάρροια, ἰδρώτες καί σπασμούς ἢ κῶμα.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική, χρησιμοποιεῖ ἀφεψή-

ματα, έγγύματα, έμβρέγματα σέ κρασί όπως και σκόνι τών υπεργείων μερών και της ρίζης του φυτού, σαν φάρμακα τονωτικά, άφροδισιακά και ευστόμαχα. Ειδικά την σκόνι της ρίζας, την έδιδε σαν φάρμακο της έπιληψίας όπως και παληά, αλλά σέ καθημερινές δόσεις έμπειρικές και επί χρονικό διάστημα τουλάχιστο ενός χρόνου. Θάνατοι από τοξική επίδραση δέν παρατηρούντο, γιατί ειδικός όρος χρησιμοποιήσεως του φαρμάκου ήταν, ή διακοπή του εϋθύς ως θά παρυσιαζότανε διάρροια.

“Όσοι έπομένως χρησιμοποιούν τό φυτό γι’ αυτό τόν σκοπό, άς μή ξεχνούν τόν κανόνα αυτό ή καλύτερα νά παύσουν νά τό χρησιμοποιούν, σαν άμφιβολο και άναποτελεσματικό φάρμακο.

3) Άγαποβότανο

Έτσι λένε στη Κρήτη, τό φυτό Τεύκτριο τό Κρητικό, «Teucrium Creticum». Άνήκει στην οικογένεια τών χειλαυθών. Πολλοί τό λένε και λιβανόχορτο και άμάραντο. Είμαι θαμνώδες αυτοφυές φυτό του νησου μας, πού οι Κρητικοί τό σχετίζουν μέ τόν έρωτα και την άγάπη. Οι παληές Κρητικοπούλες τό κρατούσαν πάντοτε επάνω τους, γιά νά τίς κάνη άξιαγάπητες. Μ’ αυτό εκάναν τό βοτάκι της άγάπης. Έβραζαν δηλαδή όλόκληρο τό φυτό σέ νερό και όταν τό νερό άρχιζε νά κοχλάζει, μελετούσαν τό πρόσωπο πού ήθελαν νά τίς αγαπήση και έλεγαν «όπως βράζει τό φυτό, έτσι νά βράζει κι εκείνος γιά μένα». Ύστερα εκάναν τό βρασμένο φυτό «φλαχτάρι» και τό φορούσαν στο στήθος τους.

Κονιοποιημένο ή καιόμενο επάνω σέ κάρβουνα, δίδει καπνό μέ όσμή λιβανιού, πού διώχνει μύγες και κουνούπια.

Η λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί τά πυκνά του άφεψηματα, σέ επαλείψεις επί δερματοπαθειών και έξανθημάτων. Δέν είδα νά πίνονται φάρμακα πού παρασκευάζονται μ’ αυτό. Πολλούς είδα νά τό βράζουν και νά χρησιμοποιούν τό άφέψημα σέ επαλήψεις στα ζώα τους γιά νά τούς διώξουν τά τσιπούργια και τίς ψείρες.

4) Ἀγγέλαμος

Κοινή ὄνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ βρόμη ἢ γενειοφόρος καί βρόμη ἢ ἄγονος, «Avena Barbata» καί «Avena Fatua». Ἀνήκουν στήν οἰκογένεια τῶν ἀγροστοῶδων. Χρησιμοποιοῦνται κυρίως σάν φυτά κτηνοτροφικά. Τά κόβουν γύρω ἀπό τίς γιορτές τοῦ Πάσχα καί τρυφερά ἀκόμη τά δίδουν πρὸς διατροφή τῶν οἰκοσίων ζώων. Ξεραμένα τά δίδουν συνήθως στίς κατσίκες τόν χειμῶνα.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τίς τρυφερές των κορυφές σέ ἀφεψήματα μέ μέλι, σάν φάρμακο ὑπακτικό καί διουρητικό.

5) Ἀγιαννίτης

Ἔτσι λένε σέ πολλὰ μέρη τῆς Κρήτης, τό φυτό ἐλελίφασκος ὁ ἐρυθρανθής. Εἶναι αὐτοφυῆς στό νησί. Οἱ ἀνθισμένοι βλαστοί του χρησιμοποιοῦνται σέ ἀφεψήματα ἀπό τὴν λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ σάν φάρμακο διαφορικό. Πυκνά ἀφεψήματα τούτων ἢ κόνις αὐτῶν, χρησιμοποιοῦνται σέ πλύσεις ἢ ἐπιθέματα καί ἐπιπάσεις, σάν φάρμακα ἐπουλωτικά.

6) Ἀγιόκλημα

Κοινὴ ὄνομασία στήν Κρήτη τοῦ φυτοῦ Αἰγόκλημα τό κοινὸ «*Onocera Carpiifolium*». Ἀνήκει στή τάξι τῶν αἰγοκληματωδῶν. Εἶναι φυτό καλωπιστικό. Κατὰ Κρητικὴ παράδοσι, οἱ μέλισσες δέν χρησιμοποιοῦν τά ἄνθη του οὔτε πηγαίνουν σ' αὐτά γιὰ τὴν ἀναζήτησι νέκταρος καί αὐτό γιατί ὅταν παρεκάλεσαν τόν θεὸ νά τοὺς ἐπιτρέψη νά βυζαίνουν τό μέλι ἀπὸ τὰ φυτά, ξέχασαν νά ἀναφέρουν τό ὄνομά του. Πολλοὶ στήν Κρήτη χρησιμοποιοῦν τὰ ἄνθη του σέ βραστάρι σάν φάρμακο ἡρεμιστικό καί πραιντικό.

7) Ἀγγουριά

Κοινὴ ὄνομασία ἀπανταχοῦ τῆς Ἑλλάδας τοῦ φυτοῦ Σικυὸς ὁ ἡρεμος. Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν κολοκυνθιδῶν

καί στή τάξι τῶν καμπανουλωδῶν. Κατάγεται ἀπό τίς Ἴνδιες ἀπό ὅπου ἐγκλιματίστηκε στήν Εὐρώπη. Καλλιεργεῖται σέ διάφορες ποικιλίες στους κήπους γιά τόν καρπό του, τό ἀγγούρι, πού εἶναι δροσιστικό. Ὄνομαστά στό Ἡράκλειο εἶναι τά ἀγγούρια τῆς Κνωσσοῦ. Ἡ ποικιλία ξυλάγγουρο καλλιεργεῖται ξηρικά σέ μποστάνια. Τό οἶνοπνευματῶδες ἀπόσταγμα τοῦ ἀγγουριοῦ χρησιμοποιεῖται στή κατασκευή κοσμητικῶν ἀλοιφῶν ὅπως ἡ ἄλλοτε ὀνομαστή Gold-Cream.

Ὁ χυμός τῶν ἀγγουριῶν μέ λίγα πολτοποιημένα πικραμύγδαλα, χρησιμοποιεῖται ἀπό τίς χωριατοπούλες τοῦ νησοῦ, σάν καλυντικό χρῆσμα τοῦ προσώπου. Λέγεται «ἀγγουρόνερο».

8) Ἀγκάβανος

Ἔτσι ὀνομάζεται στήν Κρήτη τό φυτό Σίλυβο τό Μαριανόν «*Silibum Marianum*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν προσωπανθῶν. Κατά Κρητική παράδοσι τό φυτό εἶναι ἱερό καί ἀφιερωμένο στήν Παναγία. Λένε ὅτι ὅταν ἡ Παναγία ἔκλαιγε τόν Χριστό πάνω στόν σταυρό, τά δάκρυά της ἔπεσαν ἐπάνω του καί καθαγίασαν τά φύλλα του μέ ἄσπρες κηλίδες. Κατά ἄλλη παράδοσι πού ἀκούγεται ἐπίσης στή Κρήτη, οἱ κηλίδες αὐτές ἔγιναν ἀπό τό γάλα τῆς Παναγίας πού ἔπεσε ἐπάνω στό φυτό, ὅταν ἐβύζαινε τό Χριστό.

Ὅταν εἶναι ἀκόμη τρυφερό τό φυτό λαχανεύεται. Προκαλεῖ ὅμως πολλές φορές δηλητηριάσεις μέ ἐμέτους γιατί περιέχει τήν τοξική οὐσία «*χιαρτονίνη*» πού εἶναι ἐμετική. Τίς ἐμετικές ιδιότητες τοῦ φυτοῦ τίς ἐγνώριζαν οἱ ἀρχαῖοι, οἱ ὅποιοι ἔδιδαν τόν χυμό του σάν φάρμακο ἐμετικό. Μᾶς τό ἀναφέρει ὁ Διοσκουρίδης πού ὀνομάζει τό φυτό ἀπλῶς «*σίλυβον*» . . τῆς δέ ρίζης ὁ ὅπος ὅσον ὀλκή ποθεῖς σύν μελικράτῳ, ἐμέτους ποιεῖ».

Ὁ χυμός τοῦ φυτοῦ δέν χρησιμοποιεῖται σήμερο σάν φάρμακο. Ἔχει κόκκινο χρῶμα πού κατά Κρητική παράδοσι ὀφείλεται στό αἷμα τοῦ Χριστοῦ ὅταν τά ἀγκάθια του τοῦ τρύπησαν τό κεφάλι σάν ἀκάνθινο στεφάνι πού χρησιμοποι-

ήθηκαν. Ἀπό τήν Κρητική λαϊκή θεραπευτική δέν εἶδα νά χρησιμοποιεῖται κανένα μέρος τοῦ φυτοῦ.

9) Ἀγκάθες

Ἔτσι λένε στή Κρήτη κάθε φυτό πού στά φύλλα ἢ στό κορμό του ἔχει ἀγκάθια. Τά ἀκανθώδη φυτά τοῦ νησοῦ μας δέν ἔχουν μελετηθεῖ. Μερικά ἀπό αὐτά ὅπως ἡ ἱεράκανθα, τό γαιῖδουράγκαθο, ὁ ἀπούρανος καί ἄλλα περιγράφονται σέ ἴδιες λέξεις.

10) Ἀγκαθίτες

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τά μανιτάρια πού φυτρώνουν μέσα στίς ἀγκάθες. Εἶναι ἐδώδιμα καί πολύ νόστιμα. Περιγράφονται στή λέξι «ἀμανίτες».

11) Ἀγκαραθιά ἢ Ἀγκάραθος

Κοινή ὀνομασία τῶν φυτῶν φλωμῖς ἢ μαλωτή «Phlomis lanata» καί «φλωμῖς ἢ θαμνώδης» «Phlomis Fruticosa».

Καί τά δύο στεροῦνται θεραπευτικῶν ιδιοτήτων. Χρησιμεύουν στή Κρήτη σάν φρύγανα γιά τό ἄναμμα τῆς φωτιάς. Κατά τήν ξύλευσί τους χρειάζεται προσοχή, γιατί τό μαλωτό ἐπένδυμα τῶν φύλλων τους ζετινάζεται μακρῶ καί ὅταν μπῆ μέσα στά μάτια προκαλεῖ ἀξιόλογο πόνο, κνησμό καί δακρύρροια. Οἱ παλhoί Κρητικοί γιά θεραπεία τους, ἔλεγαν τότε μιά γηθειά, ἐνῶ σταύρωναν πολλές φορές τό μάτι τους:

«Ἄν εἶσαι ξύλο πέταξε κι ἄν εἶσαι χῶμα λῦσε
κι ἄν εἶσαι πετραγκαραθιά, ἀπό τό μάτι λείψε».

Ἡ κρητική μοῦσα δηλώνει μέ τό φυτό τήν χαμηλή καταγωγή. Γι' αὐτό λέει:

«Κριμα σ' ἐσένα γιασεμί κριμα σέ σένα ρόδο
νά βάλης στήν ἀγκάλη σου τσ' ἀγκαραθιάς τόν κλώνο

Μή μοῦ ψηλοπετᾶς ἐτσά ἀγκαραθιάς κλωνάρι
καί βασιληᾶς δέν γίνεται αὐτός πού θά σέ πάρη
Μά τό δρεπάνι δά βαστᾶ, βούγια δά μεταδαίνη
καί μέ ραβδί στό χέρι του δά πᾶ τάπογιαγέρνη»

Ἡ κρητικὴ θυμοσοφία τὸ χρησιμοποιεῖ γιὰ νὰ δηλώσῃ τὸ ἀνέλπιστο.

«Ἐθήσαν-ἄνθισαν-οἱ ἀγκαθαριές κ' ἐκάμαν κολοκύθια»

Τὸ φυτὸ σχετίζεται παραδοσιακὰ μὲ τὴν ὀνομασία τῆς Κρητικῆς Μονῆς Ἀγκαράθου. Σὲ μιὰ περιοχὴ 20 περίπου χιλιομέτρα νοτιοανατολικά τοῦ Ἡρακλείου, ἔβοσκε τὰ πρόβατὰ τοῦ ἑνασ βοσκός. Στὴ ρίζα ἑνὸς Ἀγκαράθου βρῆκε μιὰ μέρα ἕνα μικρὸ ἴκονισμα τῆς Παναγίας. Τὸ πῆρε καὶ τὸ πῆγε στὴ μάντρα τοῦ. Τὸ ἴκονισμα ὁμῶς ἔφυγε μονάχο τοῦ τὴν νύχτα καὶ ξαναγύρισε στὴ ρίζα τοῦ ἀγκαράθου. Τὸ φαινόμενο ἐπαναλήφθηκε πολλές φορές. Κι' ὁ βοσκὸς σκέφτηκε νὰ κτίσῃ μιὰν ἐκκλησίαν καὶ νὰ τὸ στεγάσῃ. Βρῆκε τὸ κατάλληλο μέρος, ἄρχισε νὰ κτίζει καὶ μετέφερε τὸ εἰκόνισμα στὴ μισοκτισμένη ἐκκλησίαν. Αὐτὸ ὁμῶς ἔφευγε κάθε βράδυ καὶ πήγαινε στὸν ἀγκάραθο. Τότε ὁ βοσκὸς μὲ προσευχὴ τοῦ παρακάλεσε τὴν Παναγίαν νὰ τοῦ φανερώσῃ ἂν ἤθελε νὰ τῆς κτίσῃ τὴν ἐκκλησίαν τῆς στὸν ἀγκάραθο. Κι' ἂν τὴ θέλε, νὰ κάμῃ τὸν ἀγκάραθο ρογδιὰ γιὰ νὰ τὸ καταλάβῃ. Λίγες μέρες ἀργότερα περνώντας ἀπὸ τὸν ἀγκάραθο εἶδε νὰ ἔχει φυτρώσει μέσα σ' αὐτὸν μιὰ ρογδιὰ. Καὶ τότε ἄρχισε νὰ κτίζει στὸ μέρος αὐτὸ τὴν ἐκκλησίαν πού ὠνομάσθηκε ἐκκλησίαν τοῦ Ἀγκαράθου. Ἡ ἐκκλησία σιγὰ σιγὰ ἐξελίχθηκε σὲ περιώνυμη γιὰ τὴν Κρήτη μονή, ἔπαιξε σημαντικό ρόλο μὲ τὰ σχολεῖα τῆς πού ἰδρύθηκαν ἐκεῖ καὶ συνετέλεσε πολὺ στὴ πνευματικὴ ἀνθιστὴ πού παρουσιάσθηκε στὴ Κρήτη, τὸν 15ον καὶ 16ον αἰῶνα. Ἐκεῖ ἐμαθήτευσαν καὶ ἐκεῖ ἐδίδαξαν ἐπὶ πολὺ, ἀξιόλογοι κληρικοί, ὅπως ὁ Μελέτιος Πηγᾶς μετέπειτα Πάπας καὶ Πατριάρχης Ἀλεξανδρείας καὶ ὁ Κύριλλος Λούκαρις Πατριάρχης Κωνσταντινουπόλεως.

12) Ἀγκούδουρος

Ἔτσι λένε στὴ Κρήτη τὸ φυτὸ ὑπερικό τὸ οὖλον «hypericum crispum». Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν ὑπερικοδῶν. Ὁ Διοσκουρίδης ἀναφέρει γι' αὐτὸν ὅτι «ἔχει σπέρμα, ρητίνης ὄζον». Χρησιμοποιεῖται ἀπὸ τοὺς χωρικοὺς τῆς Κρήτης

γιά τήν κατασκευή σαρώθρων, κατά τήν ἐποχή τοῦ ἀλωνι-
 σμοῦ. Ἐπί τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ-
 ται γιά τήν παρασκευή τοῦ «σπαθόλαδου». Τοῦτο εἶναι ἐ-
 λαιοῦχο χρῖσμα πού παρασκευάζεται μέ τίς καρποφόρες
 κορυφές τοῦ φυτοῦ τίς ὁποῖες σέ ἀναλογία δυό μέρη φυτοῦ
 τοποθετοῦν σέ πέντε μέρη ληλόλαδου, μέσα σέ μπουκάλι πού
 πωματίζουν καλά καί ἀκολουθῶς ἀφίνουν ἐκτεθημένο ἐπί
 40 μέρες «στόν ἥλιο καί σ' ἀπόϊ». Ἀκολουθῶς τό περνοῦν
 ἀπό τρυπητό ἢ τουλουπάνι καί τό λάδι πού περνᾶ λέγεται
 σπαθόλαδο ἢ βάρσαμο. Τό χρησιμοποιοῦν σάν φάρμακο ἐ-
 πουλωτικό, ἀντινευραλγικό, ἀντισηπτικό ἀντί ἰωδίου καί ἐ-
 πισπαστικό. Ἀκόμη τό χρησιμοποιοῦν σέ πολλές δερματο-
 πάθειες. Θυμοσοφικά λένε στήν Κρήτη γιά τό φυτό ὅτι «ὄ-
 ταν ζεῖ δέν κουνιέται καί ὅταν ποθάνη γλακά». Ἐννοεῖτε
 παρασυρόμενο ἀπό τόν ἀέρα. Ἀκόμη λένε «σάν τόν ἀγκού-
 δουρο πάει» καί ἐννοοῦνε ὅτι γι' αὐτόν πού τό λένε τρέχει
 πολύ. Τό λένε ὁμως καί γιά τά νήπια ὅταν ἀρχίζουν νά βη-
 ματίζουν, γιά νά ἐξάρουν τό γρήγορο περπάτημα τοῦ παι-
 διοῦ τους.

13) Ἀγκούτσακας

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ «ἀπιδέα ἢ ἀμυγδα-
 λοειδής» – *rygus amygdaliformis* – . Ἀνήκει στήν οἰκογένεια
 τῶν Μηλεωδῶν. Ἦτο γνωστός στούς ἀρχαίους μέ τήν ὀνο-
 μασία «Ἀχράς». Οἱ καρποί του εἶναι μικροί σφαιρικοί καί
 δέν τρώγονται. Στή Κρήτη εἶναι αὐτοφυτόμενο καί χρησι-
 μεύει ὡς ὑπόστρωμα, γιά τόν ἐμβολιασμό ὄλων τῶν ποικι-
 λιῶν τῆς ἀπιδιάς.

Ἄρκετά διαδεδομένη παράδοσι στό νησί μας, θέλει ὁ-
 σους ἐτρύπησαν τά ἀγκάθια του, νά βγάζουν λίγες μέρες με-
 τά τό τρύπημα, στό σημεῖο τοῦ τρυπήματος, μικρά ἐξογκώ-
 ματα, πού τά λένε κι' αὐτά «ἀγκουτσάκου» (ἀκροχορδῶ-
 νες). Τά ἐξογκώματα αὐτά παραμένουν σέ ὄλη τή ζωή ἄν
 δέν τά κόψουνε μέ μαχαῖρι ἢ δέν τά κάψουνε μέ τό τσιγάρο.
 Εὐκολώτερη ὁμως θεραπεία εἶναι, νά κονιοποιήσουν τά

φύλλα του φυτού και να τά ρίζουν μέσα στο φαγητό του παθόντος, αλλά χωρίς να τό γνωρίζη. Αυτό και μόνο συντελή να εξαφανισθοῦν αὐτόματα οἱ ἀγκουτσάκοι σέ λίγες μέρες και μάλιστα χωρίς πόνους. Ἐπό τήν Κρητική λαϊκή θεραπευτική χρησιμοποιοῦνται ὁ φλοιός, τά φύλλα, τά ἄνθη και οἱ καρποὶ τοῦ φυτοῦ. Ὅλα περιέχουν «προυνίνη». Καί ἀπό μέν τά φύλλα και τόν φλοιό κᾶνουν ἀφεψήματα μέ στυπτικές ιδιότητες γιατί περιέχουν ταννίνη πού χρησιμοποιοῦνται ἔξωτερικά γιά πλύσεις ἐλκῶν, ἀπό δέ τά ἄνθη και τούς καρπούς κᾶνουν ἀφεψήματα πού χρησιμοποιοῦν ἔσωτερικά, ὡς ὑπακτικά.

14) Ἐγκράβατος

Κοινή ὀνομασία στή κρήτη – ἰδία στίς Ἐνατολικές ἐπαρχίες – τοῦ φυτοῦ Σμίλαξ ἢ τραχεία «*smilax aspera*». Ἐνήκει στήν οἰκογένεια τῶν λειριοειδῶν. Φυτρῶνει κυρίως στίς βόρειες και δυτικές πλαγιές τῆς Σελένας, ἀπό τό Φραρό τῆς Νεαπόλεως μέχρι τά Μάλλια και τόν Μοχό. Προτιμᾷ τά σιδηροῦχα ἐδάφη, καλλιεργημένα και ἀκαλλιεργητα και ἀποτελεῖ μιά ἀνθεκτική ἀκιδοφόρο μᾶστιγα τῆς περιοχῆς. Ὁ καρπός του εἶναι μικρές ράγες διατεταγμένες σέ σταφίλια, γλυκές ὅταν εἶναι πολύ ὄριμες ἀλλά στυφές και ὑφάλμυρες ὅταν εἶναι ἄωρες. Δέν γνωρίζω νά χρησιμοποιεῖται στή θεραπευτική.

15) Ἐγκρουστας

Δημῶδης ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ κυνόδοντο τό δάκτυλο. «*cynodonton dactylon*». Ἐνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἀγρωστωδῶν. Τό ἀφέψημα τῆς ρίζας του χρησιμοποιεῖται ἀπό τό λαό σᾶν φάρμακο διουρητικό. Περιγράφεται στή λέξι ἀγριάδα.

16) Ἐγκυνάρα

Κοινή ὀνομασία ἀπανταχοῦ τῆς Ἐλλάδας τοῦ φυτοῦ κυνάρα. «*cynara scolymus*». Ἐνήκει στή τάξι τῶν συνθέτων.

Καλλιεργείται σέ κήπους ἢ στίς ἄκρες τῶν χωραφιῶν. Μεταφέρθηκε στήν Ἑλλάδα ἀπό τήν Αἴγυπτο καί τήν Σικελία ὅπου ἐκαλλιεργεῖτο καί ὠνομάζετο ἀρχικά «κάκτος ὁ Σικελικός» (Θεοφράστου 6,4,10). Οἱ τρυφεροί καί σαρκώδεις μίσχοι τῶν φύλλων καθῶς καί αἱ ἀνθοδόχες λαχανεύονται καί ἀποτελοῦν ἄριστο καί θρεπτικό φαγητό λόγω τοῦ σιδήρου πού περιέχουν. Τά ἴδια μέρη τοῦ φυτοῦ περιέχουν ταννίνη καί κυναρίνη. Ἡ οὐσία αὐτή εἶναι πολύ πικρά καί προκαλεῖ κένωση τῆς χοληδόχου κύστεως καί τοῦ ἐντέρου λόγω ἐπιδράσεώς της στίς λεῖες μυϊκές ἴνες αὐτῶν. Παλαιότερα πολλά σκευάσματα εἶχαν μέσα τους ἐκχύλισμα καί βάμμα τῶν φύλλων της καί ἐχρησιμοποιοῦντο ὡς ἀντιϊκτερικά καί χολαγωγά φάρμακα. (synareptil, heparg-grapp, καταπότια corail κ.λ.π.). Ἐχρησιμοποιοῦντο ἀκόμη ὡς ἀντιρευματικά φάρμακα καί ὡς φάρμακο κατά τῶν διαλειπόντων πυρετῶν. Σήμερα δέν χρησιμοποιοῦνται.

Ἡ Κρητική λαϊκή θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τόν χυμό τῶν φύλλων της ὡς φάρμακο κατά τοῦ ἰκτέρου καί τῶν ἥπατοπαθειῶν. Ὁ ἴδιος χυμός χρησιμοποιεῖται σάν καλλυντικό γιά τίς πανάδες τίς ὁποῖες καί ἐξαλείφει. Ἀκόμη χρησιμοποιεῖ τά φύλλα βρασμένα σέ καταπλάσματα ἐπί ἀποστημάτων καί ἴδια ἐπί μαστιτίδων.

Οἱ ἀνθοδόχες τοῦ φυτοῦ καλοῦνται στή κρήτη «ἀγκυναροκεφαλές» καί ἀποτελοῦνε ἄριστο μεζέ γιά τήν Κρητική ρακή. Πολλοί πιστεύουν ὅτι ὀλόκληρο τό φυτό ἔχει ἰδιότητες ἀντιχοληστερινικές καί ἀφροδισιακές.

17) Ἀγγήγορας

Ἔτσι λένε στή Κρήτη κατά τόπους, τό φυτό Σηνέκιο τό κοινό «senecio vulgaris». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν συνθέτων. Φυτρώνει σέ καλλιεργημένα χωράφια. Ἀποτελεῖ ἄριστη τροφή γιά τά οἰκιακά οἰκόσιτα καί οἱ σπόροι του εἶναι προσφιλεῖς στά γαρδέλια καί στά καναρίνια. Τά ὑπέργεια μέρη του περιέχουν τά ἀλκαλοειδή σηνεκιονίνη καί σηνεκίνη καί ἐχρησιμοποιοῦντο ἀπό τήν παλιά θεραπευτική ὡς

έμμηναγωγό. Ἐπί τὴν λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ θεωρεῖται ὡς φάρμακο ἀντιϊκτερικό καὶ ἀντιπαρασιτικό. Οἱ ἀρχαῖοι τὸ ὄνομασαν «ἡριγέροντα».

18) Ἄγιόγλωσσος ἢ αἰγόγλωσσος

Μὲ τὸ ὄνομα αὐτὸ εἶναι γνωστὸ στὴ Κρήτη τὸ φυτό Ἡρύγγιο τὸ Κρητικὸ «eryngium creticum». Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν σκιαδανθῶν. Λέγεται καὶ σφαλάγκαθο. Ἦτο γνωστὸ στοὺς ἀρχαίους. Ἀναφέρεται ἀπὸ τὸν Διοσκουρίδην «...ἔχον δὲ φύλλα ἀρωματίζοντα τὴν γεῦσιν». – Διοσκ. Γ 21 – Ἐλάμβανε μέρος στὴν παρασκευὴ τῆς θηριακῆς καὶ τῶν φαρμάκων κατὰ τῶν δηγμάτων τῶν ὄψεων. Στὴ Κρήτη οἱ τρυφεροὶ καυλοὶ τοῦ λαχανεύονται καὶ τρώγονται σὲ ὠραῖες ὀμελέτες. Ἡ Κρητικὴ μούσα μᾶς μιλεῖ γιὰ τὰ μαλιαρὰ πράσινα φύλλα τοῦ καὶ τὰ κυανά τοῦ λουλουδάκια :

«Πράσινος εἶν' αἰγόγλωσσος καὶ μπλάβες βιόλες βγάνει
κι' ὅπου μοῦ ἴπῃ νά σ' ἀρνηθῶ, τὸν κόπο μόνο χάνει»

Ἡ Κρητικὴ λαϊκὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τοὺς τρυφεροὺς τοῦ βλαστοῦς σὲ ἀφεψήματα, σὰν φάρμακο διουρητικό.

19) Ἄγριαγγουριά

Δημῶδες Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ ἐκβάλιο τὸ ἐλατήριο «ecballium elaterium». Λέγεται καὶ πικραγγουριά. Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν κολοκυνθοειδῶν. Ἀναφέρεται ἀπὸ τὸν Διοσκουρίδην μὲ τὸ ὄνομα κολοκυνθίς. Φυτρώνει σὲ ἀκαλλιέργητα κοπροχώραφα καὶ ὅταν περνώντας κοντὰ τῆς τὴν ἐνοχλήσετε μὲ τὸ πόδι σας, ἐκτοξεύει τὸν καρπὸ τῆς μὲ ἀποτέλεσμα νά σᾶς λερῶση τὰ ροῦχα ἢ καὶ τὸ πρόσωπο. Οἱ καρποὶ τῆς, τὰ πικράγγουρα ὅταν εἶναι νωποὶ ἐκθλίβονται καὶ δίδουν ἕναν πρασινωπὸ γαλακτώδη χυμὸ. Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ συνιστᾷ νά εἰσπνεύσης ἀπὸ τὴν μύτη μιά μικρὴ ποσότητα γιὰ νά θεραπεύσης τὸ «σαρικόκι» σου (τὸν ἵκτερό σου). Ξηραίνόμενος ὁ χυμὸς αὐτὸς δίδεται ἀπὸ τὴν Κρητικὴ λαϊκὴ θεραπευτικὴ σὲ μικρὰ κομματάκια ὡς

καθαρτικό. Ὁ χυμός ὁμως τῆς πικραγγουριάς περιέχει τοξική οὐσία – τὴν ἐλατηρίνη – πού προκαλεῖ ὅταν παρθῆ σέ ποσότητα, ἀξιόλογες δηλητηριάσεις μέ ἱλίγγους, ἐξάντλησι, αἱματουρία καί δυσεντεροειδεῖς διάρροιες, πού μπορεῖ νά ἐκθέσουν τὴ ζωὴ τοῦ λαμβάνοντος σέ κίνδυνο. Τά ὑπέργεια τέλος μέρη τοῦ φυτοῦ εἶδα νά βράζονται μέ ξύδι καί νά τοποθετοῦνται σέ ἐπιθέματα ἐπὶ ρευματοπαθειῶν. Πάντοτε ὁμως προκαλοῦν φλυκταινώδεις δερματίτιδες, πού βραδύνουν νά γίνουν καλά. Ὁ χυμός τοῦ φυτοῦ χρησιμοποιεῖται στὴν ἐγχώρια βαφικὴ σάν ἀποχρωματικό.

20) Ἄγριάδα

Μέ τὴν ὀνομασία αὐτὴ βρίσκομε στὴ Κρήτη πολλὰ φυτά, ὅπως τὸ φυτὸ ἀγρόπυρος ὁ ἔρπον «*agropyrus repens*», τὸ φυτὸ κυνώδους ὁ δάκτυλος «*cynodon dactylon*» ἢ ἄγκρουστας, τὸ φυτὸ πανικόν τὸ ἔρπον «*panicum repens*», τὸ φυτὸ δακτυλοπόα ἢ αἱμάτουσα «*digitaria sanguinea*» σπάνιο στὴ Κρήτη καί τὸ φυτὸ πόα ἢ κοινὴ «*poa trivialis*».

Ὅλα αὐτὰ τὰ φυτά, πού ἀποτελοῦνε τὰ «ἀγρικά» τῶν ἀρχαίων, ἀνήκουν στὴν τάξι τῶν λεπυρανθῶν καί στὴν οἰκογένεια τῶν ἀγροστωδῶν. Τὰ ριζώματά των καί ἰδιά τοῦ πρώτου, χρησιμοποιοῦνται στὴ θεραπευτικὴ ὡς φάρμακα διουρητικά. Ἀνεφέροντο ὡς *radix graminis* ἢ *chiendent officinal*. Σήμερα δέν χρησιμοποιοῦνται. Περιέχουν μεγάλη ποσότητα ἀλάτων καλίου καί ἐξακολουθοῦν νά χορηγοῦνται ἀπὸ τὴ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ σάν ἄριστο διουρητικό, πού δέν προκαλεῖ νεφρικές βλάβες οὔτε δηλητηριάσεις, σέ ἀφηνήματα (20 μέρη φυτοῦ σέ 1000 μέρη νεροῦ).

Ἀπὸ τὰ ἄλλα φυτά ἀξιολογώτερο εἶναι ὁ ἄγκρουστας, ἡ ἄγρωσις τῶν ἀρχαίων. Περιέχει στό ριζώμα του ἄφθονα νιτρικά καί ὀξεικὰ ἅλατα τοῦ καλίου πού δίδουν στό ἀφηνήμα του ἄριστες διουρητικὲς ιδιότητες. Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χορηγεῖ τὸ φάρμακο σέ ψαμμιάσεις πλευρίτιδες, ὕδροπηκία, οἰδήματα. Τό χορηγεῖ ἀκόμη σέ ἀναπνευστικὲς παθήσεις ὡς φάρμακο μαλακτικὸ καί εἰδικά στὴ γρίππη, τὴν ἱλαρά καί τὴν ὄστρακιά, σάν ἀντιλοιμῶδες. Ἡ χρησι-

μποιήσις του στίς αναπνευστικές παθήσεις είναι κατ' έμέ δικαιολογημένη γιατί τό ρίζωμα τοῦ ἄγκρουστα κατά έρευνες πού έγιναν τό 1933, περιέχουν ζυμώσιμο σάκχαρο, κόμι καί βλεννώδεις ύλες, πού δικαιολογοῦν τήν μαλακτική τους ένέργεια.

Τά ἀφεψημάτα τῆς ἄγριάδας εἶναι σωστό νά μή δίδονται σέ ἔγγυες γυναῖκες, οὔτε σέ πολύ ἡλικιωμένα ἄτομα, γιατί μποροῦν νά προκαλέσουν συμβάσματα. Ἐπίσης δέν πρέπει νά δίδονται σέ παιδιά κάτω τῶν πέντε ἐτῶν.

21) Ἄγριαγκάθι

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Κίρσιο «*cirsium acorna*». Εἶναι ἡ λευκή ἄκανθα τοῦ Διοσκουρίδη. Λέγεται καί στή Κρήτη ἄσπραγκάθα. Δέν χρησιμοποιεῖται στή λαϊκή θεραπευτική.

22) Ἄγριοβάρσαμος

Ἄνομασία στίς κεντρικές περιοχές τοῦ νησοῦ τῶν φυτῶν μίνθη ἡ μακρόφυλλος «*menta silvestris*», μίνθη ἡ φίλδρος, κοινῶς βάρσαμος ἡ ἀβάρσαμος «*menta acatīva*», μίνθη ἡ Ρεβερχόνιος, μίνθη ἡ πολιά καί μίνθη ἡ μικρόφυλλος. Περιγράφονται στίς λέξεις δυόσμος καί φλησκούνι.

23) Ἄγριοκαστανιά

Ἄνομασία τοῦ φυτοῦ ἵπποκαστανέα «*aesculus hippocastanum*». Εἶναι δένδρο τῶν ὄρεινῶν περιοχῶν τῆς Δυτικῆς Κρήτης (τοῦ Σελίνου). Ἀνήκει στό ἄθροισμα τῶν Σαπινδοδῶν φυτῶν. Οἱ καρποί του περιβάλλονται ἀπό ἀκανθωτή κάψα μέσα στήν ὁποία ὑπάρχει πικρό κάστανο. Τά κάστανα αὐτά ξεπικρίζονται μέ βρασμό καί χρησιμεύουν συνήθως ὡς κτηνοτροφή. Λένε ὅτι οἱ γεωργοί τῆς περιοχῆς τά ρίχνουν μετά τήν συλλογή τους σέ μεγάλες ποσότητες μέσα σέ εἰδικούς κοπρολάκκους ὅπου ξεπικρίζουν μόνα τους καί γίνονται ἐδώδιμα.

Χρήσιμα στή θεραπευτική μέρη τοῦ φυτοῦ εἶναι ὁ

φλοιός και οι καρποί του. Περιέχουν κόκκινη στυπτική ύλη, λάδι, σάκχαρα, άμυλώδεις και ξυλώδεις ύλες. Δραστική τους ούσία είναι ή αίσκουλίνη και ή φραξίνη. Δέν αναφέρονται από τούς άρχαίους ως θεραπευτικά. Ή παλιά θεραπευτική έπαιρνε μέ έκχύλισι τό λάδι τών καρπών τό όποιο και χρησιμοποιούσε ως φάρμακο άντιρρευματικό (oleum hippocastani). Από τούς φλοιούς έπαιρνε έκχυλίσματα τά όποια έχρησιμοποιούσε σέ πολλά άντιαμορροϊδικά σκευάσματα (hemmorex, venapresin κ.λ.π). Σήμερα δέν χρησιμοποιούνται. Νεώτερες άντιλήψεις άποδίδουν στό φλοιό νευροτονικές ιδιότητες. Ή λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί τά φύλλα του φυτού – που περιέχουν ποσότητα φραξίνης – σάν φάρμακα άντικοκκυτικά, σέ άφεψήματα. Επίσης χρησιμοποιεί τόν καρπό κονιοποιημένο σάν φάρμακο κατά τών κεφαλαγιών. Ακόμη χρησιμοποιεί τά πυκνά άφεψήματα του φλοιού σέ συχνές έπαλήψεις, σάν φάρμακο κατά τών αίμορροΐδων.

24) Άγριοκεραθιά ή άγριοχαρουπιά

Κοινή Κρητική όνομασία του φυτού κερωνία ή άγρία, «*ceratonia silvestris*». Λέγεται και μαμακουλιά. Είναι αυτόφυές της Κρήτης, χρησιμοποιούμενο ως ύπόστρωμα για έγκεντρισμό της κοινής Χαρουπιās. Οι καρποί του είναι ξυλώδεις και δέν περιέχουν άξιόλογη ποσότητα σακχάρου, όπως οι καρποί της κοινής χαρουπιās. Περιγράφεται στη λέξι κερραθιά.

25) Άγριόκρινος

Έτσι λένε στη Κρήτη δυό φυτά. Τό φυτό έρμωδάκτυλος «*hermodactylus*» και τό φυτό ίρις ή Γερμανική «*iris germanica*». Τό πρώτο είναι τό κρινάκι μέ τά μπλέ άνθη του. Τό δεύτερο είναι ό μεγάλος μπλέ κρίνος. Και τά δυό άνήκουν στην οϊκογένεια τών ίριδωδών. Και τά δυό είναι κοσμητικά και χρησιμοποιούνται στη μυρεψική προς παρασκευή άρωμάτων κατωτέρας ποιότητας.

26) Ἄγριολητά

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ ἔλαια ἢ ἄγρια «olea silvestris». Λέγεται καί ἀσγουρλίδι. Εἶναι ὁ κότινος τῶν ἀρχαίων μέ τά κλαδιά τοῦ ὁποῖου ἔστεφάνωναν τοὺς ὀλυμπιονίκες. Ἦτο τό ἱερό δένδρο τῆς θεᾶς Ἀθηνᾶς καί τό σύμβολο τῆς νίκης καί τῆς εἰρήνης. Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἐλαιωδῶν. Ἀποτελεῖ στή Κρήτη ὑπόστρωμα γιά ἐγκεντρισμό καρπίμου ἐληᾶς. Περιγράφεται στή λέξι ἐληά.

27) Ἄγριομάραθο

Δημώδης ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ φαινίκουλο τό τριχωδές. Εἶναι αὐτοφυές τοῦ νησοῦ μας, φυτρώνει σέ παληοχέρσα χωράφια καί λαχανεύεται.

28) Ἄγριομάρουλο

Κοινή ὀνομασία τοῦ φυτοῦ λακτούκη ἢ θρίδαξ. Εἶναι αὐτοφυές. Φυτρώνει μέσα σέ πετροχώματα, στίς ἄκρες τῶν χωραφιῶν ἢ καί μέσα στοὺς σκίνους. Λαχανεύεται.

29) Ἄγριορίζαρο

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Ἐρυθρόδανο τό ἄγριο «rubia selvatica». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἐρυθροδανοειδῶν. Φυτρώνει σέ ξηρικά χωράφια καί ἀποτελεῖ προσφιλή τροφή στίς κατσίκες. Χρήσιμα μέρη του, εἶναι οἱ ἀνθισμένες κορυφές καί τά φύλλα. Ἔχουν εὐχάριστη μυρωδιά μελιοῦ. Περιέχουν ὀξεικό ὀξύ, Γαλλικό ὀξύ, καί ταννίνη. Ἀποτελοῦν βαφική ὕλη. Βάφουν τά μάλλινα πορτοκαλί ὅταν προσθέσωμε στό νερό στύψι.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιοῖ ἀφεψήματα τῶν ἴδιων μερῶν σάν φάρμακο ἀντιϋστερικό, ἀντισπασμωδικό καί ἀντιεπιληπτικό. Τά ἴδια ἀφεψήματα μέ περισσότερη φυτική ὕλη, χρησιμοποιοῖ ἐξωτερικά, σέ ἐναλλασσόμενα ἐπιθέματα, σάν ἀντιφλογιστικά, ἐπί δερματικῶν φλογώσεων.

30) Ἄγριοςέλινο

Δημιώδης ὀνομασία στή Κρήτη τῶν φυτῶν Ἄπιο τό τελ-
ματιαῖο «*arium palustre*» καί Νασιούριο τό πηγαῖο «*pa-
sturium fontanum*». Φυτρώνουν σέ χωράφια λιβαδερά ἢ στίς
ὄχθες τῶν ποταμῶν. Μοιάζουν μέ σέλινο, ἀλλά συγγέονται
μέ τά βατράχια, ὅπως γράψαμε στή λέξι ἄβδελόχορτο, φυτά
πολύ δηλητηριώδη. Σωστό εἶναι τά φυτά αὐτά νά τά ἀπο-
φεύγομε.

31) Ἄγριο Σπανάκι

Ἔτσι λένε στή Κρήτη δύο φυτά. Τό φυτό ἀγαθόφυτο τό
ἀρωματικό καί τό φυτό ἀντρόπληκτος ἢ κηπαία. Καί τά δύο
ἀνήκουν στήν οἰκογένεια τῶν χηνοποδοειδῶν. Καί τά δύο εἶ-
ναι αὐτοφυῆ στή νησί μας καί ἀπό πολλοῦς λαχανεύονται.

32) Ἄγριόσταρο

Κοινή Κρητική ὀνομασία τῶν φυτῶν Αὐναλδία ἢ τριχο-
τή καί Αἰγίλωψ ὁ δασύς. Εἶναι φυτά νομευτικά ὅταν εἶναι
τροφερά. Δέν χρησιμοποιοῦνται ἀπό τήν θεραπευτική.

33) Ἄγριοφασουλιά

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκομε στή Κρήτη δύο φυτά. Τό
φυτό ἀνάγυρις ὁ δύσοσμος, πού περιγράφεται στή λέξι ἀζό-
γυρος καί τό φυτό Γλαύκιο «*glaucium*». Τοῦτο καλλιεργεῖται
κυρίως ὡς κοσμητικό σέ δύο εἶδη : Τό γλαύκιο τό γνήσιο
πού τό λένε στή Κρήτη Χάσι-Χάσι καί τό γλαύκιο τό ξανθό.
Τό πρῶτο ἔχει φαρμακευτικές ιδιότητες. Στή παλιά θερα-
πευτική τά ὑπέργεια μέρη του, ἦσαν γνωστά ὡς *herba glaucci*
καί ἐδίδετο σάν φάρμακο ὑπνωτικό καί ἀντιδιαβητικό. Σή-
μερα δέν χρησιμοποιεῖται. Τά μέρη αὐτά τοῦ φυτοῦ περιέ-
χουν ρητινώδεις καί πεκτινικές ὕλες, γλυκοπικρίνη, γλαυκί-
νη καί προτροπίνη καί ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική τά
χρησιμοποιοῖ σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο πραιντικό. Ἀκό-
μη χρησιμοποιοῖ τόν χυμό τῶν μερῶν αὐτῶν σάν φάρμακο ἐ-
πουλωτικό σέ ἐξωτερικά ἐπιθέματα, στίς πληγές τῶν ζώων.

34) ἼΑδίσκυαμος

Κοινή ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ ὕοσκύαμος «*hyoscyamus*». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν στρυχνοειδῶν, ἡ ὁποία περιλαμβάνει πολλά εἶδη. Στό νησί μας εὐδοκιμοῦν δύο εἶδη : ὁ ὕοσκύαμος ὁ δικτυωτός καί ὁ ὕοσκύαμος ὁ χρυσαυθής. Καί τά δύο φυτά εἶναι δηλητηριώδη. Τό δεύτερο μάλιστα εἶναι δηλητηριωδέστερο ὄλων τῶν ὕοσκυάμων. Τοῦ πρώτου τά ἄνθη εἶναι ὑποπόφυρα. Τοῦ δευτέρου εἶναι μηλοειδῆ. Χρήσιμα μέρη τους ἦσαν παλιά, τά φύλλα καί τά σπέρματά των. Περιέχουν ἐλαιώδεις καί ρητινώδεις οὐσίες, ὀξαλικό καί ἀτροπικό ὀξύ, τέτρα-μέθυλο-διαμινο-βουτάνιο καί τίς δραστικές οὐσίες ὕοσκίνη, ὕοσκιαμίνη καί ψευδατροπίνη οἱ ὁποῖες εἶναι καί φάρμακα καί δηλητήρια. Σᾶν φάρμακα χρησιμοποιοῦνται σέ νευρολογικές παθήσεις ἀκόμη καί σήμερα παρασκευαζόμενες συνθετικά (νευραλγίες, νευρίτιδες, τρομώδη παράλυσι, χορεία). Σᾶν δηλητήρια προκαλοῦν δηλητηριάσεις πού οἱ ἐλαφρότερες ἐκδηλώνονται μέ ὑπνηλία, ξηρασία τοῦ στόματος, ταχυσφυγμία καί ὀλιγουρία καί οἱ βαρύτερες μέ σπασμούς κῶμα καί θάνατο.

Παλιότερα ἀπό τά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ καί τά σπέρματα ἡ ἐπίσημη θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τό ἐκχύλισμα, τό βάμμα καί τό λάδι τοῦ ὕοσκυάμου σᾶν φάρμακα ἀντινευραλγικά, ἀντιπλευριτικά καί ἀντιρευματικά συνήθως σέ ἐξωτερική χρῆσι. Σήμερα δέν χρησιμοποιοῦνται.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά φύλλα τοῦ ὕοσκυάμου σέ ἀφεψήματα σᾶν φάρμακα ἀντιβηχικά, ὑπνωτικά καί ἀντισπασμωδικά. Ἀκόμη χρησιμοποιεῖ τά ἴδια μέρη τοῦ φυτοῦ σέ ὑποκαπνισμούς ἢ σέ σιγαρέτο ἐπί ἄσθματος. Ἐξωτερικά τά χρησιμοποιεῖ ἀφοῦ τά θερμάνουν στά κάρβουνα καί τά ἀλλοίψουν μέ ληόλαδο, σᾶν μαλακτικά. Μερικοί χρησιμοποιοῦν αὐτούσια τά σπέρματα σᾶν φάρμακο παυσώδυνο σέ πλευροδυνίες καί ὀδονταλγίες. Τά σπέρματα ὁμως ἐκτός τοῦ ὅτι ἔχουν ἀηδῆ γεῦσι εἶναι δηλητηριωδέστερα τῶν ἄλλων μερῶν τοῦ φυτοῦ. Σωστό εἶναι νά ἀποφεύγεται ἡ χρησιμοποίησις, ὄλων τῶν μερῶν τοῦ φυτοῦ.

35) Ἄδρακτύλινας ἢ Ἄτρακτύλινας

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό ἀτρακτυλῖς «cardamus» τοῦ ὁποίου ὑπάρχουν πολλά εἶδη. Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν συνανθήρων. Ἕνα εἶδος, τό εἶδος ἀτρακτυλῖς ἢ βαφική, ἐχρησιμοποιεῖτο παλιώτερα στήν Κρήτη σάν βαφική ὕλη. Τά σπέρματα τοῦ φυτοῦ εἶναι προσφιλῆς τροφή τῶν γαρδελῶν.

36) Ἄζόγυρος

Δημῶδες ὄνομασία τοῦ φυτοῦ ἀνάγυρις ὁ δύσοσμος «anagyris foetida». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἐλλοκάρπων. Ἦταν γνωστός στούς ἀρχαίους. Τόν ὠνόμαζαν «ἀνάγυριν». Εἶχαν μάλιστα καί δύο παροιμίες, πού ἐσχέτιζαν μαζύ του, τοὺς ἀνθρώπους μέ κακό χαρακτήρα. Τήν «ἀνάγυριν κινεῖς;» καί τήν «μή κίνει τόν ἀνάγυριν».

Κατά τήν Κρητική παράδοσι τό φυτό εἶναι ἄξιο περιφρονησεως, γιατί ἐπέτρεψε στόν Ἰούδα νά κρεμαστῆ στά κλαδιά του καί νά πεθάνη. Τά ἄλλα δένδρα μόλις ἔδενε τό σκοινί τῆς κρεμάλας του, χαμήλωναν τοὺς κλώνους των καί δέν τόν ἄφηναν νά πραγματοποιήσῃ τό σκοπό του, γιατί ἔπρεπε νά ζήσῃ καί νά βασανίζεταί ἀπό τίς τύψεις του. Λένε μάλιστα ὅτι ὁ ἄζόγυρος ἦταν προηγουμένως ὠραῖο δένδρο. Ἀπό τήν ὥρα ὁμως πού κρεμάσθηκε πάνω του ὁ Ἰούδας, μεταβλήθηκε σέ θάμνο καί πῆρε καί τήν κακή μυροδιά τοῦ προδότη.

Τά ὑπέργεια μέρη του περιέχουν ἐνώσεις τελουρίου στίς ὁποῖες ὀφείλεται ἡ δυσσομία του. Φαίνεται δέ νά περιέχουν καί δηλητηριώδη οὐσία, πού δέν ἀφίνει κανένα ζῶο νά τόν πλησιάσῃ.

Ἡ λαϊκή κρητική θεραπευτική, ἐχρησιμοποιοῦσε παλιά τά φύλλα του σέ ἀφεψήματα, σάν φάρμακο καθαρτικό. Βρασμένα μέ λάδι, τά χρησιμοποιοῦσε σέ ἐξωτερικά ἐπιθέματα, σάν ἀντιρευματικά. Τέλος οἱ γυναῖκοι τοῦ νησοῦ ἔδεναν στά κλαδιά του τόν «ρίγο» (τήν ἐλονοσία). Συνίσταται δέ τό δέσιμο στήν ἀπαγγελία μιᾶς γηθειᾶς μέ Βυζαντινό λεκτικό

καί στή πρόσδεσι ενός κουρελιού ἀπό τά ροῦχα τοῦ ἀρρώστου, στά κλαδιά τοῦ φυτοῦ.

37) ἼΑθαμάνθα ἢ Κρητικὴ

Κρητικὸ φυτό τῆς οἰκογενείας τῶν συνθέτων «*athamanta cretensis*», στερούμενο κοινῆς ὀνομασίας. Φυτρώνει σέ ὄρεινά μέρη καί δέν εἶναι γνωστό μέ εὐρύτητα στοὺς γεωργούς μας. Εἶναι πόα πολυετής, κλαδωτὴ, μέ ὄρθιο ὑπέργειο βλαστό καί μέ ρίζα σαρκώδη ἀλλὰ ἀνώμαλη. Ἄνθιζει Μάιο καί Ἰούλιο καί ἔχει ἄνθη λευκά. Ἔχει εὐχάριστη μυρωδιά ἀνήθου καί μπορεῖ νά χρησιμοποιηθῆ σάν ἀρτυματικὸ στή μαγειρικὴ.

Ἀναφέρεται ἀπὸ τὸν Διοσκουρίδη καί ἀπὸ τὸν Σερβίλιο Δαμοκράτη. Ὁ πρῶτος τὸ προσονομάζει Δαῦκο, δηλαδή παστανάγλα, καί γράφει γι' αὐτὸ «Δαῦκος. Ὁ μὲν τις καλεῖται Κρητικὸς, μαράθω ὁμοία ἔχων τά φύλλα, μικρότερα δέ καί λεπτότερα, καυλὸν δέ σπιθαμιαῖον, σκιάδιον ὁμοιον κοριάνδρω, ἄνθη λευκά. Ρίζαν δακτύλου τὸ πάχος, τὸ δέ μήκος σπιθαμῆς, δριμύς καί πυρώδης γευομένω. Διαφέρει δέ ὁ Κρητικὸς..» ("Υλ. Ἱατρ. III, 72,1). Ὁ δεῦτερος τὸ προσομοιάζει μέ λιβανωτίδα (Θηρ. 9), καί τὸ ὀνομάζει «λιβανωτίς ἢ ἄθαμανθοειδής».

Τὴν Κρητικὴ ἄθαμάνθα, οἱ δικοὶ μας τὴν ταυτίζουν ἄλλοι μὲν μέ τὴν κοινὴ παστανάγλα καί ἄλλοι μέ τὸν σταφυλίνακα. Ἡ ταύτησις εἶναι ἴσως σφαλερή. Πρῶτα γιατί ἡ περιγραφή τοῦ Διοσκουρίδη δέν συμπίπτει οὔτε μέ τά φύλλα, οὔτε μέ τὸ ἔδαφος πού φυτρώνει, οὔτε μέ τὴν ρίζα τῆς παστανάγλας. Ἀλλὰ οὔτε καί μέ τὴ ρίζα καί μέ τὸ στέλεχος τοῦ σταφυλίνακα. Καί δεῦτερο γιατί τὸ φυτό ὑπάρχει στίς ὄρεινές φυτοκοινωνίες σέ πολὺ λίγα ἄτομα, καί τοῦτο δέν ἐπέτρεψε τὴ μελέτη του μέ προσοχή.

Σύγχρονοι Ἱταλοὶ Βοτανολόγοι σχετίζουν τὸ φυτό μέ τὴν Μύρριδα τὴν εὐώδη καί τὸ περιγράφουν σάν στενὴ ποικιλία αὐτοῦ (ἴδε Luigi Pomini, *Erbosisteria*, ἔκδοσις Minerva Tecnica, Torino 1959, σελ. 341). Οἱ σπόροι τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα ἢ ἐγχύματα εἶναι διουρητικοί.

38) Ἄθανάτος

Πανελλήνια ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Ἄγάνη ἢ Ἀμερικανική «agave americana». Ἐγκλιματίσθηκε στήν Ἑλλάδα κατὰ τόν 16ον αἰῶνα. Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἀμαρυλλιδῶν. Τά ἰνώδη στοιχεῖα τῶν φύλλων του, χρησιμοποιοῦνται στή κατασκευή σχοινηῶν. Τά τρυφερά φύλλα του, θερμαινόμενα στά κάρβουνα, χρησιμεύουν σάν μαλακτικά σέ ἐπιθέματα ἐπί ἀποστημάτων καί δοθειῶν.

39) Ἄθαφτος

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Κνίκος ἢ ἱεράκανθα, «spicus benedictus». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν συνθέτων. Εἶναι αὐτοφυές φυτό τοῦ νησοῦ μας καί φυτρώνει σέ ἐδάφη χέρσα καί ξηρά. Οἱ τρυφεροί βλαστοί του λαχανεύονται ἢ τρώγονται καί ὡμοί. Ἔχουν μιά εὐχάριστη μυρωδιά καί περιέχουν μηλικό ὀξύ, γλωροφύλλη, πτητικό λάδι, πράσινη λιπαρά ὕλη, μεταλλικά στοιχεῖα καί κνικκίνη, πού ἀπομονώθηκε ἀπό τόν οἶκο Native1. Ἀκόμη περιέχουν σάκχαρο, κόμι, λευκωματίνη καί ἴχνη θεοῦ.

Χρήσιμα μέρη του εἶναι ὅλα τά ὑπέργεια. Μαζεύονται τόν Ἰούλιο πρὶν ἀνθήσει τό φυτό καί μποροῦν νά ἀντικαταστήσουν τό ζυθοβότανο στή κατασκευή τῆς μύρας. Ἀκόμη χρησιμοποιοῦνται στή κατασκευή τοῦ κρασιοῦ Μαρσάλας καί στή κατασκευή λικέρ.

Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποίησε τό φυτό πολύ κατὰ τόν Μεσαίωνα, σέ ἀφεψήματα, βάμματα, σκόνι (herba cardui benedicti) σάν φάρμακο καρδιοτονωτικό, ἀντιπυρετικό, ἀντιϊκτερικό καί ἐπί ἄλλων ἥπατοπαθειῶν καί πνευμονοπαθειῶν. Ἐχρησιμοποίηθη ἐπίσης τότε κατὰ τοῦ καρκίνου.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τό φυτό σέ ἀφεψήματα ἐπί ἰκτέρου μέ ἀναλογία 3/00. Σέ πυκνότερα ἀφεψήματα 5-10/00, τό χρησιμοποιεῖ σέ γαργάρες, πλύσεις ἐλκῶν καί ἐπιθέματα. Ἀκόμη χρησιμοποιεῖ τή σκόνι τῶν ὑπεργειῶν μερῶν του ἀφοῦ τά φουρνίσει, γιά ἐπιπάσεις καρκινοματωδῶν ἐλκῶν καί πληγῶν. Πολλοί τά ἀφεψήματα τῶν ἰδίων μερῶν τά χρησιμοποιοῦν σάν φάρμακα δυναμωτικά, εὐστόμαχα, ἀντιπυρετικά καί ἐφυδρωτικά.

40) Αιγιαλόφιλος ή Κρητική

Κρητικό φυτό, αυτόφυδες της Δυτικής Κρήτης, της οικογενείας των συνθέτων, «*aegialophila cretica*». Στερείται κοινής όνομασίας. Η λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί την ρίζα του πολτοποιημένη σε έπιθέματα προς θεραπεία της παρωνυχίας και του «άγκαθιού» όπως λένε στη κρήτη τή στρεπτοκοκκική φλεγμονή των όνυχοφόρων φάλαγκων των δακτύλων, πού έπεκτείνεται στό περιόστεο.

41) Αιθιόνημα τό Κρητικό

Κρητικό φυτό των όρειών περιοχών της Άγίας Ρούμελης, του φαραγγιού της Σαμαριάς, των Σφακιώτικων βουνών και του βουνού Άφέντης του Λασιθιού. «*aethionema creticum*». Άνήκει στην οικογένεια των Σταυρανθών. Είναι θάμνος χαμηλός, μέ παχουλά φύλλα και άνθη ροδόχρωα ή λευκά. Δέν είναι εύρέως γνωστό, γι' αυτό στερείται και κοινής όνομασίας. Τά φύλλα του όπτούμενα σε έπιθέματα, χρησιμοποιούνται σαν μαλακτικά.

42) Άκακία

Φυτό της τάξεως των έλλοβοκάρπων, έγκλιματισμένο στην Ελλάδα από τά νησιά του Ειρηνικού, την Άμερική και την Άφρική. Οί άρχαίοι φαίνεται νά έγνώριζαν τό φυτό, γιατί τό άναφέρουν τόσο ό Θεόφραστος (B90), όσο και ό Πλίnius (φ. ίστ. XIII, 9, 19).

Στό νησί μας όπως και σε όλη την Ελλάδα είναι γνωστά πολλά είδη του φυτού. Κυρίως καλλιεργείται γιά τά ώραια και εύοσμα άνθη του, τό είδος Άκακία ή Φαρτεσιανή, κοινώς Γαζία. Γνωστά κοσμητικά είδη είναι άκόμη ή άκακία ή κυανόφιλος, ή άκακία ή Σαλικίνα, ή άκακίαή πολυανθής, ή άκακία ή λευκάζουσα και πολλές άλλες.

Όλες οί άκακίες είναι φυτά χρήσιμα και φαρμακευτικά. Από μερικές πέρνεται κόμμα, μέ τό όποιο κατασκευάζονται γλυσχράσματα και μαλακτικά φάρμακα. Από άλλες πέρνονται δεσικές και στυπτικές ουσίες χρήσιμες στη

βυρσοδεψία. Ἀπό τὰ ἄνθη ὄλων, πέρνονται ἀρωματικές οὐσίες καὶ λάδι (essence de cassie), κατάλληλα γιὰ τὴ μυρεψική καὶ τὴν κατασκευὴ ἀρίστων σαπῶνων.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ ἄνθη τοὺς σέ ἀφεψημάτα, γιὰ γαργάρες ἐπὶ ἀφθώδους στοματίτιδος.

43) Ἄκανθόλιμο ὁ ἐχῖνος

Φυτό Κρητικὸ μὴ εὐρέως γνωστὸ, τῆς οἰκογενείας τῶν πλουμβαγινιδῶν. Φυτρῶνει στὶς βραχώδεις περιοχὲς τῆς Δυτικῆς κρήτης, ἔχει ἄνθη ροδόχρωα καὶ στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας. Δέν γνωρίζω νὰ χρησιμοποιεῖται ἀπὸ τὴν λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ.

44) Ἄκονυζά

Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ κόνυζα, «*inula*». Στὸ νησί μας εἶναι αὐτοφυῆ τέσσαρα εἶδη. Ἡ κόνυζα ἢ βαρύσομος «*inula graveolens*», ἢ κόνυζα ἢ ἰξώδης «*inula viscosa*», ἢ κόνυζα τὸ Ἑλλένιο «*inula hellenium*», καὶ ἢ κόνυζα ἢ λεμονιόφυλλος «*inula limonifolia*».

Τὰ τρία πρῶτα εἶδη ἀνήκουν στὴν οἰκογένεια τῶν προσωπανθῶν. Φυτρῶνουν σέ χωράφια χέρσα ἀλλὰ ὑγρά, κατὰ προτίμησι δέ στὶς ἄκρες τῶν ποταμιῶν ἢ τῶν δρόμων. Λέγονται καὶ ψυλλόχορτο, γιὰτὶ ἔχουν τὴν ιδιότητα σκορπιζόμενα μέσα σέ σπῖτια ἢ σταύλους, νὰ διώχνουν τοὺς ψύλλους. Τὶς ἀντιψυλλικές αὐτὲς ιδιότητες τὶς ἐγνώριζε ὁ Διοσκουρίδης ὁ ὁποῖος ἀναφέρει «κῶνωπας ἀπελαύνειν, κτείνει δέ καὶ ψύλλας».

Τὸ τέταρτο εἶδος, ἢ κόνυζα ἢ λεμονιόφυλλος» εἶναι μιά σπανίζουσα ποικιλία, ἀποκλειστικὰ κρητικὴ. Φυτρῶνει σέ ἀργυλλώδη ἐδάφη, ἐπάνω σέ λόφους ἢ καὶ κρημνοὺς (γι' αὐτὸ λέγεται καὶ ἐγκρεμόχορτο). Ἔχει ρίζα χονδρὴ, κιτρινόφαιη, παχειά, ἄσπρη ἐσωτερικά, μέ μυρωδιὰ καμφορᾶς. Τὰ φύλλα τῆς εἶναι ὠσειδῆ ὅπως τῆς λεμονιάς καὶ τὰ ἄνθη τῆς κίτρινα διατεθημένα σέ κορύμβους.

Όλα τά είδη περιέχουν στή ρίζα τους ίνουλίνη καθώς επίσης και σέ όλα τά υπέργεια μέρη τους. Ἡ οὐσία αὐτή πού εἶναι γλυκοζίτης, ὑδρολύεται μέ τό φύραμα ίνουλάση καί χρησιμοποιεῖται στή παραγωγή φρουκτόζης. Περιέχουν ἀκόμη ἔλενίνη, αἰθέριο λάδι, ρητινώδεις καί πεκτινικές ὕλες.

Ἡ ἐπίσημη θεραπευτική χρησιμοποιοῦσε πολύ παλιά τό φυτό σέ σκόνες, καταπότια καί ἀφεψηήματα, σάν φάρμακα εὐστόμαχα, διαφορικά καί διουρητικά.

Ἡ ἐπίσημη θεραπευτική χρησιμοποιεῖ μόνο τά είδη κόλυζα τό Ἐλένιο καί κόλυζα ἤ λεμονιόφυλλος. Χρήσιμα μέρη τους μόνον ἡ ρίζα κονιοποιημένη σέ ἐπιπάσεις πληγῶν ὡς σαρκοποιητικό καί σάν ἀντικνησμῶδες φάρμακο ἐπί δερματοπαθειῶν. Ἡ κόνις δίδεται καί ἐσωτερικά μέ μέλι, σάν φάρμακο ἀντισπασμωδικό, διαφορικό. Οἱ Κρητικοποῦλες χρησιμοποιοῦν ὅλα τά υπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ σάν βαφική ὕλη. Βάφουν λαχανί, κυπαρισσί καί λαδί.

45) Ἀκόνιτο

Ἐπιστημονική ὀνομασία ὁμωνύμου φυτοῦ, τῆς οἰκογενείας τῶν Ρανουγκουλιδῶν. Στή Κρήτη στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας γιατί εἶναι σπάνιο καί ἄγνωστο στοὺς κατοίκους τῆς.

Σάν αὐτοφυῆ είδη σέ ὅλη τήν Ἑλλάδα θεωροῦνται τά φυτά ἀκόνιτο τό βατραχιοειδόφυλλο καί ἀκόνιτο τό Ναπέλλους. Κατά τόν Χελδράϊχ τό πρῶτο φυτρώνει καί στήν Κρήτη καί ἄκουσε νά τό λένε «μουνόφυτο». Ὁ ἴδιος δέν μπόρεσα νά τό συναντήσω.

Τοῦ δευτέρου ἡ ὑπαρξίς στήν Ἑλληνική χλωρίδα διαμφισβητεῖται. Στό νησί μας ὁμως ὑποστηρίζεται ὅτι ὑπάρχει ἰδιαίτερη ποικιλία τοῦ Ναπέλλους, ἐξ ἴσου δηλητηριώδης μέ τό κύριο εἶδος του.

Ὁ Θεόφραστος μέ τήν ὀνομασία ἀκόνιτο περιγράφει δύο φυτά. Τό φυτό ἀκόνιτο τό σκορπίον καί τό φυτό ἀκόνιτο τό λυκοκτόνο. Τό πρῶτο οἱ βοτανολόγοι τό ταυτίζουν μέ τό φυτό Δωρόνικο «Doronicum» τῆς οἰκογενείας τῶν συνθέ-

των. Τοῦτο κατά τόν Θεόφραστο ἔχει «τό μὲν φύλλον ὁμοιον κυκλαμίνω, τὴν δὲ ρίζαν ὡσπερ σκορπιῶ... φιλεῖ δὲ χωρία σκιδώδη» (Θεόφρ. ιχ 18, 2). Ὁ Διοσκουρίδης προσθέτει ὅτι ἡ ρίζα τοῦ «στίλβει ἀλαβαστροειδῶς» (Διοσκ. ΙV 76). Τό φυτό αὐτό εἶναι γνωστό στό νησί μας καί περιγράφεται στή λέξι σκορπιδόχορτο.

Τό δεύτερο τό Ναπέλους εἶναι κονδυλόρριζο καί κατά τόν Θεόφραστο «γίνεται μὲν καί ἐν Κρήτῃ καί ἐν Ζακύνθῳ, πλείστον δὲ καί ἄριστον ἐν Ἡρακλείᾳ τῆς ἐν Πόντῳ. Οὐ νέμεται δὲ οὔτε πρόβατον, οὔτ' ἄλλο ζῶον οὐδέν. Ἄχρηστον ὡσπερ εἴρηται τοῖς μὲν ἐπισταμένοις, οὐδέ κεκτηῖσθαι δὲ ἐξεῖναι, ἀλλά θάνατον καί ζημίαν» (Θεοφρ. ιχ-xxvi 4, 5, 7). Ὁ Διοσκουρίδης ἀναφέρει γι' αὐτό «κτείνει δὲ καί παρδάλεις καί σῦς καί λύκους καί πᾶν θηρίον κρεαδίῳς ἐντιθέμενον καί παραβαλλόμενον» (Διοσκ. ιν 76).

Οἱ βοτανολόγοι, τό ἀκόνιτο τό λυκοκτόνο, τό ταυτίζουν μέ τό ἀκόνιτο ναπέλλους. Πιστεύουν ὅμως ὅτι τό Κρητικό λυκοκτόνο ἢ ναπέλους ἀποτελεῖ σπανίζουσα ποικιλία τοῦ εἴδους μὴ ἐπαρκῶς γνωστή στό νησί.

Μέ τὴν ρίζα τοῦ φυτοῦ ναπέλους, ἡ μυθολογία ἀναφέρει ὅτι ἠτύοκτόνησε ἢ Μήδεια.

Τό φυτό ναπέλους ἀνθίζει τόν Ἰούνιο καί Αὔγουστο. Τούτου ἡ παλιότερη θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τοὺς βολβούς, τὰ φύλλα καί τὰ ἄνθη σέ σκόνι. Τὴν ρίζα τὴν ἐχρησιμοποιοῦσε σέ βάμμα, ὕδατῶδες ἐκχύλισμα καί σιρόπι, σάν φάρμακο ἀναλγητικό καί πρᾶυντικό ἐπὶ ἰσχυαλιῶν, νευραλιῶν καί ρευματαλιῶν, καθὼς ἐπίσης ἐπὶ βηχός πού δέν ὑποχωροῦσε στά ἄλλα ἀντιβηχικά. Τά ἔδιδε ὅμως πάντοτε μέ μεγάλη προσοχή λόγω τῆς μεγάλης τοξικότητος. Τά μέρη αὐτά τοῦ φυτοῦ καί ἴδια οἱ κόνδυλοί του περιέχουν ἀκονιτίνη (δηλητηριόδεστατο ἀλκαλοειδές), ἀπό τό ὁποῖον παράγεται ἀκονίνη καί βενζοϊλακονίνη. Τό σύνολο ὁμως τῶν ἀλκαλοειδῶν τοῦ φυτοῦ σέ μίγμα ἀποτελοῦνε τὴν Ναπελλίνη φάρμακο σπανίως χρησιμοποιούμενο σήμερο. Στή Κρητική λαϊκή θεραπευτική τό φυτό εἶναι ἄγνωστο.

46) ἼΑλαδανιά

Ἔτσι ὀνομάζεται στή Κρήτη τό φυτό κίστος ὁ Κρητικός «Cistus Creticus». Σέ πολλά μέρη τοῦ νησοῦ λέγεται καί ἀγκίσσαρος καί τά μέρη πού φυτρώνει λέγονται «ἀγκίσσαράδες».

Συνδέεται μέ τήν Μινωική Κρήτη ἀπό μιά τοιχογραφία τῆς Κνωσσοῦ (τό γαλάζιο πουλί) ὅπου οἱ ἀρχαιολόγοι μαζύ μέ τά ἄλλα φυτά ἀναγνωρίζουν καί τόν ἀγκίσσαρο.

Οἱ ἀρχαῖοι ὠνόμαζαν τό φυτό «άλίσσαρον». Ἀναφέρουν γι' αὐτό καί ὁ Διοσκουρίδης καί ὁ Ἡρόδοτος. Γλωσσολογικό ἐνδιαφέρον παρουσιάζει ἡ ὀνομασία αὐτή —καθώς δέν διαφέρει πολύ ἀπό τήν ὑπάρχουσα Κρητική ἀγκίσσαρος— γιατί προέρχεται κατ' εὐθείαν ἀπό τούς Μινωῖτες, ἀφοῦ ὅλα τά ὀνόματα τῆς ἀρχαίας Ἑλληνικῆς πού λήγουν εἰς -ισσαρος θεωροῦνται Μινωικῆς προελεύσεως.

Τό φυτό ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν κιστωδῶν. Ὅλα τά ὑπέργεια μέρη του κατά τούς μῆνες Ἰουνίου καί Ἰουλίου ἐκκρίνουν ἀπό τίς μασχάλες τῶν φύλλων του, βαλσαμώδη οὐσία —τό ἀλάδανο—. Ἡ οὐσία αὐτή ἦτο ἐπίσης γνωστή στούς ἀρχαίους οἱ ὅποιοι τήν χρησιμοποιοῦσαν στή θεραπευτική τους. «Τό δέ λάδανον» λέγει ὁ Διοσκουρίδης «δύναμιν στυπτικήν, θερμαντικήν, μαλακτική, ἀναστομωτικήν ἔχει, ἴσθησι δέ τὰς ρεούσας τρίχας, μιγέν οἴνω καί σμύρνη καί μυρσίνω ἐλαίω...».

Ἡ ἴδια οὐσία φαίνεται νά ἐπωλεῖτο τότε καί στήν Αἴγυπτο, γιατί ὁ Ἡρόδοτος ἀναφέρει «τό δέ λήδανον τό Ἀράβιον καλέουσι λάδανον.. (Ἡροδ. Γ 112) πού σημαίνει ὅτι ἐχρησιμοποιοῦσαν ὄχι μόνον τήν οὐσία ἀλλά καί τήν ἴδια τήν Κρητική τῆς ὀνομασία.

Ἡ οὐσία εἶναι ρητίνη, πού κατά τίς ἐργασίες τοῦ καθηγητοῦ τῆς Χημείας Ἐμμανουήλ, περιέχει λαδανολίνη, αἰθέριο λάδι, κόμι, ρητινώδεις οὐσίες, χρωστικές ὕλες καί ρεσένη.

Μαζεύεται ἀπό τούς βοσκούς καί ἀπό τούς λαδανοσυλλέχτες. Οἱ βοσκοί βόσκουν τά αἰγοπρόβατά τους μέσα σέ

ἀγγισαράδες. Οἱ τρίχες τῶν ζώων παρασύρουν τίς ρητινώδεις ὕλες ὑπό μορφή μελανῶν ἢ βαθέως καφεοειδῶν σφαιρίων, τὰ ὅποια μαζεύουν οἱ βοσκοὶ καὶ σχηματίζουν βόλους ἀπὸ ἀκάθαρτο ἀλάδανο. Τοὺς βόλους αὐτοὺς τοὺς βράζουν μέ νερό καὶ τοὺς ἀπαλλάσσουν ἀπὸ τίς τρίχες τῶν ζώων καὶ ἔτσι σχηματίζουν μάζες καθαρές ἀπὸ ἀλάδανο, πού μεταφέρουν στό ἐμπόριο. Οἱ ἀλαδα-νοσυλλέκτες κτυποῦν τὰ φυτὰ μέ τριχοφόρα μαστίγια ἀπὸ τρίχες οὐρᾶς μονόπλων ζώων. Ἡ ρητινώδης ὕλη προσκολλᾶται κι ἐδῶ στίς τρίχες ἀπὸ ὅπου τὴν μαζεύουν σέ βόλους, τὴν καθαρίζουν μέ βρασμό καὶ τὴν μεταφέρουν στό ἐμπόριο.

Παλιότερα ἡ ἀλαδανοσυλλογὴ ἦτο συστηματικότερη καὶ πλουσιότερη καὶ ὅπως ἀναφέρει ὁ Μ. Χουρμούζιος στὰ Κρητικά του (Ἀθῆναι 1842), ἐγένετο ἀπὸ ἀνθρώπους τῆς περιοχῆς Μυλοποτάμου καὶ ἀπὸ βοσκούς καὶ καλογήρους τῆς μονῆς Μπαλί. Τό ἀλάδανο πλὴν τῆς θεραπευτικῆς ἐφαρμογῆς του, χρησιμοποιεῖται γιὰ τὴν παρασκευὴ θυμιάματος γιὰ τίς ἐκκλησίες καὶ ἀρωμάτων. Σάν ἀρωματικὴ οὐσία, ὅπως ἀναφέραμε τό χρησιμοποιοῦσαν ἀπὸ τὴν πιό παλιά ἐποχὴ οἱ Ἄραβες.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ φύλλα καὶ τὰ ἄνθη τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα ἢ ἐγχύματα, σάν φάρμακο στυπτικό, ἀντιδιαρροϊκό καὶ σάν βάλσαμο ἐπὶ στήθικων νοσημάτων. Τό ἀλάδανο διαλυμένο μέ λάδι, τό χρησιμοποιεῖ ἐξωτερικά σέ ἐπιτρίψεις, σάν φάρμακο ἐπισπαστικό καὶ ἀναλγητικό ἐπὶ νευραλγιῶν, ρευματισμῶν καὶ κρυολογημάτων.

47) Ἄλειματσᾶ

Κοινὴ Κρητικὴ ὄνομασία τοῦ φυτοῦ θυμελαία ἢ ἀργυρά «Thymelaea Argenta». Δέν ἔχει θεραπευτικὲς χρησιμοποιήσεις. Χρησιμοποιεῖται στή μυρμηκική. Κατὰ τὴν Γερμανικὴ κατοχὴ, ἐχρησιμοποιοῦσαν τὴν τέφρα τῆς, ἀντὶ ποτάσας, στή παρασκευὴ τῆς σταφίδας.

48) Ἀλληλουΐα

Σέ πολλά μέρη τῆς Κρήτης λένε ἔτσι τό φυτό σφαιριάνθος ἢ καρδιόφυλλος, «Globularia Cordiofolia». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν σφαιριδιοφοριδῶν. Στά ἀνθισμένα βλαστάρια του περιέχει τόν γλυκοζίτη γλοβουλαρίνη, αἰθέριο λάδι, κινναμωμικό καί δεσικό ὀξύ καί γλυσγράσματα. Παλαιότερα ἐχρησιμοποιεῖτο ἀπό τήν ἐπίσημη θεραπευτική, ὡς Herba Globulariae, σάν φάρμακο καθαρτικό.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική τό δίδει σέ ἀφεψήματα στά παιδιά πού πάσχουν ἀπό νυκτερινή ἐνούρηση.

49) Ἄλισμα

Ἐλόβιο, παραθαλάσσιο Κρητικό φυτό, τῆς οἰκογενείας τῶν Ἄλισματιδῶν «Alisma». Φυτρώνει σέ περιοχές μέ βλυχάδες. Εἶναι πολυετές καί κλαδωτό ἀνθισμένο στυλεό, ὡσειδῆ καρδιόσχημα φύλλα καί λευκά ἢ κόκκινα ἄνθη. Στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας. Χρήσιμα μέρη του εἶναι τά φύλλα του. Σέ ἀφεψήματα χορηγοῦνται σάν φάρμακα αἰμοκαθαρστικά. Ὅπτούμενα καί ἀλειφόμενα μέ λάδι χρησιμοποιοῦνται σάν μαλακτικά.

50) Ἀλογάκι

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Κλιματίς ἢ φλογερά «Climatis Fragrans». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν βατραχιοειδῶν. Εἰς τά ὑπέργεια μέρη του περιέχει ρητινώδεις καί πεκτινικές οὐσίες, σαπωνίνη, μυρική καί κηριλλική ἄλκοολη, φυτοπτερόλη, λινολικό, μελισσικό καί παλμιτικό ὀξύ.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά μέρη αὐτά τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα, σάν φάρμακα διαφορικά ἢ σάν θερμαντικό ρόφημα, ἀντί τσαγιοῦ. Ἀκόμη σέ ἀφεψήματα γιά γαργάρες. Μασσώμενα αὐτούσια, χρησιμοποιοῦνται ἐπί οὐλίτιδων ἢ ὅπως λένε στή Κρήτη «γιά νά σφίξουν τά δόντια». Τέλος τά ἴδια μέρη οἱ Κρητικοί τά ἀνακατεύουν μέ τά σιτηρά τους, γιά νά τά προφυλάξουν ἀπό τίς φυτόπειρες.

51) Ἴαλουτσᾶ

Ἔτσι λένε οἱ Ἀνωγιάνοί, τὸ φυτὸ Γλοβουλαρία ἢ φρυγανώδης «Globularia Alyrum». Λέγεται ἀκόμη στὴ Κρήτη καὶ κολουτσά καὶ προβατόχορτο καὶ χορτάρι «τση προβατίνας». Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν σφαιριδιοφοριδῶν. Τὸ φυτὸ ἦταν γνωστὸ στοὺς ἀρχαίους μὲ τὸ ὄνομα «κολοιτία». Ὁ Θεόφραστος ἀναφέρει γι' αὐτὸ «..ἡ δὲ περὶ τὴν Ἴδην, ἣν καλέουσι κολοιτίαν, ἕτερον εἶδος ἐστὶ θαμνοειδὲς δὲ καὶ ὀζῶδες (Βιβλ. Α ἰα, 2). Ἰῆδιος στὸ περὶ φυτῶν Ἱστορίαι (ιζ 2), ἀναφέρει ἀκόμη ὅτι ὁ καρπὸς τῆς «πιαίνει τὰ πρόβατα θαυμαστώως». Τοῦτο τὸ γνωρίζουν καὶ τὸ τονίζουν οἱ Ἀνωγιάνοί.

Ἡ παλιὰ θεραπευτικὴ ἐχρησιμοποίησε τὴν Herba Globularia σάν φάρμακο κατὰ τῆς δυσουρίας. Ὅλα τὰ ὑπέργεια μέρη τῆς περιέχουν αἰθέριο λάδι, γλυσυχράσματα, ρητίνες, κινναμωμικὸ ὀξύ, δεσμικὸ ὀξύ καὶ γλοβουλαρίνη.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ φύλλα τοῦ φυτοῦ σέ ἐλαφρά ἀφεψήματα σάν ὑπακτικά καὶ σέ πυκνά ἀφεψήματα σάν καθαρτικά. Τὰ ἀφεψήματα αὐτὰ δέν ἐρεθίζουν τὸ ἔντερο, οὔτε προκαλοῦν ναυτία. Μὲ τὰ ἄνθη τοῦ φυτοῦ, νοθεύουν τὴν σένα.

53) Ἴαμανῖτες

Γενικὴ ὀνομασία στὴ Κρήτη, ὄλων τῶν ἐδώδιμων μυκητῶν. Οἱ μύκητες «Funghi», ἀνήκουν ὅλοι, στὴν οἰκογένεια τῶν ἀγαρικιδῶν.

Στοὺς ἰστούς τῶν περιέχουν μανίτη, γλυκόζη, μυκητίνη, λεύκωμα, ἄμυλο καὶ ἐργοστίνη. Θεωροῦνται σάν ἄριστο τροφίμο μὲ μεγάλη θρεπτικὴ ἀξία. Πολλοὶ πιστεύουν ὅτι ἀποτελοῦν τὸ φυτικὸ κρέας καὶ ἄλλοι ὅτι ἀποτελοῦν θεϊκὸ τροφίμο.

Στὸ νησί μας θεωροῦνε ἐδώδιμους ὅσους φυτρῶνουν μέσα στὶς ἀλαδανιές, στὰ πρινάρια καὶ στὶς ἀγκάθες. Τούς λένε κατὰ σειρὰ ἀλαδανῖτες, πρινῖτες καὶ ἀγκαθῖτες. Ὅμως ὅπου καὶ ἂν φυτρῶνουν, οἱ ἄμανῖτες πρέπει νὰ τρώγονται

πάντοτε μέ περίσκεψη. Κι αυτό, γιατί υπάρχουν άμανίτες πολύ δηλητηριώδεις, πού όταν φαγωθούν μπορεί νά προκαλέσουν καί αυτό τόν θάνατο. Οί άμανίτες αυτοί περιέχουν άμανιτίνη καί μουσκαρίνη, ούσίες πολύ δηλητηριώδεις. Ή διάκρισις τών έδωδίων από τούς δηλητηριώδεις είναι πολύ δύσκολη καί πολλές φορές άκατόρθωτη.

Οί Κρητικοί έχουν μερικά γνωρίσματα γιά νά τούς διακρίνουν, αλλά κατά τήν γνώμη μου, τά γνωρίσματα αυτά δέν προσφέρουν καμιά έγγυση. Κοινό γνώρισμα είναι νά τοποθετήσης ένα άσημένιο κουταλάκι τήν ώρα πού τούς ψήνεις. "Αν τό κουταλάκι αλλάξει χρωματισμό οί άμανίτες είναι δηλητηριώδεις. "Άλλο γνώρισμα είναι νά προσέξεις τό άλάτι όταν τούς άλατίσης. "Αν τό άλάτι κιτρινίση τότε οί άμανίτες είναι επίσης δηλητηριώδεις. Μερικοί άκόμη πιστεύουν ότι αν οί άμανίτες ψηθούν μέ κρεμμυδάκια ή σκόρδο ή ρίζουν μέσα στό μαγήρεμά τους καρπούς από άγκουτσάκους, χάνουν τίς δηλητηριώδεις τους ιδιότητες. "Άλλοι άκόμη περιορίζονται στό βράσιμό τους αρχικά, στό σύρωμά τους καί άκολουθως στό ψήσιμο στό τηγάνι, ή στό καρβουνα. "Έτσι πιστεύουν ότι χάνουν τίς δηλητηριώδεις ιδιότητές τους.

Περισσότερο επιστημονική προφύλαξις είναι, νά αποφεύγωμε τούς άμανίτες πού στό καπέλλο τους παρουσιάζονται ιξώδεις, τούς άμανίτες πού έχουν κίτρινο χρώμα ή πολλά χρώματα καί τούς άμανίτες πού όταν τούς τεμαχίζουμε βγάζουν γαλακτώδη χυμό. Λένε ότι όσο πιό ομορφοί είναι οί άμανίτες τόσο πιό δηλητηριώδεις είναι. Γι' αυτό άκουσα νά λένε σέ διάφορες περιοχές, ότι οί άμανίτες «τῶχουν» σάν τίς γυναίκες. "Όσο πιό ομορφοί είναι τόσο καί πιό επικίνδυνοί.

Πολλούς ανθρώπους, τούς πειράζουν οί άμανίτες καί όταν δέν είναι δηλητηριώδεις. Τοῦτο οφείλεται στό ότι τό άζωτο πού περιέχουν βρίσκεται υπό μορφή άμιδικών οξέων καί ή άφομοίωσίς του γίνεται άτελής. Τοῦτο έχει σάν επακόλουθο άξιόλογες δυσπεψίες.

Σέ περίπτωση δηλητηριάσεως, οί πρώτες βοήθειες μέχρι νά φθάση ό γιατρός εἶναι, νά ἀδειάσωμε τό στομάχι μέ ὄσους πιό πολλούς ἐμετούς μπορούμε καί νά χορηγήσωμε στούς παθόντες φυτικό κάρβουνο σέ σκόνη μέ πολύ ζάχαρη. Οί χωρικοί μας πιστεύουν ὅτι κατά τήν περίοδο τῶν Χριστουγέννων δέν πρέπει νά τρῶμε ἀμανίτες, γιατί ἔχουν μέσα τους «ἀερικά».

Ἡ θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε παλιά μιᾶ οὐσία βγαλμένη ἀπό μανιτάρια, τήν ἀγαρικήνη, σάν ἀντιῦδρωτικό φάρμακο, στούς φυματικούς. Ἀκόμη ἐχρησιμοποιοῦσε τήν σκόνη ἀπό τό εἶδος *Polygorus Fumentarius* (ἀγαρικό τό ἔναυσμα), σάν αἰμοστατικό ἐπί ἐγχειρήσεων. Τοῦτο ἔδωσε στό μανιτάρι αὐτό, τήν ὀνομασία «μύκης τῶν Χειρουργῶν». Σήμερα βέβαια δέν χρησιμοποιεῖται.

Τό μανιτάρι αὐτό, τό χρησιμοποιεῖ σήμερα ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική γιά νά πρᾶυνη τούς πόνους τῶν ποδιῶν ἀπό κάλους (τύλους). Τό τεμαχίζει σέ φέτες καί τό τοποθετεῖ ἐπάνω στούς κάλους, σάν προστατευτικό περίβλημα. Καί εἶναι πράγματι προστατευτικό, γιατί ἡ μάζα του ἔχει μεγάλη ἐλαστικότητα, δέν κολλᾷ ἐπάνω στό κρέας καί ἐπί πλέον εἶναι ἀντισηπτικό, γιατί περιέχει φυτοστεαρίνη καί ἀγαρικόλη (πικρά ρητίνη) πού ἔχουν ἀντισηπτικές ιδιότητες. Τό μανιτάρι αὐτό φυτρώνει ἐπάνω στούς κορμούς τῶν δένδρων (τῆς χαρουπιᾶς, τῆς ἀμυγδαλιᾶς, τῆς μουνιᾶς, τῶν δρυγιάδων), ἔχει χρῶμα καστανό, κόκκινο ἢ κίτρινο καί γεῦσι πικρή. Πληότερα ὅταν ἀναβαν τή φωτιά μέ τά «τσაკουμάκια», χρησιμοποιοῦσαν φέτες ἀπ' αὐτό πολύ ἀποξηραμένες, γιατί ἔχουν τήν ιδιότητα νά ἀνάβουν εὐκόλα καί νά καίονται πολύ σιγά. Γι' αὐτό τό ἔλεγαν «ἴσκα» ἢ «νίσκα».

53) Ἀμάραντα

Ἔτσι λένε στή Κρήτη, ὅλα τά φυτά τῶν ὁποίων τά ἄνθη καί ὅταν ξεραθοῦνε ἐπάνω στό φυτό, δέν μαραίνονται, ἀλλά διατηροῦνε τή φυσικότητά τους. Τέτοια εἶναι τά διάφορα εἶδη τῶν ξηρανθέμων «*Xeranthemum*», τά διάφορα εἶδη τοῦ

φυτού στατική «Stalice» στά όποια συγκαταλέγεται καί ή βρουβα «προβάτσο», τά διάφορα είδη τών γναφαλίων «Gnaphalium Margaritaceum», τό φυτό σέδον «Sedum», τό φυτό γόμφραινα ή σφαιροειδής «Gomfrena Glabosa», τό φυτό άμάραντο τό βλήτο «Amarantus Bletus», τό φυτό τεύκτριο τό Κρητικό «Teuctrium Creticum», τό φυτό τευκτριο τό πόλιον «Teuctrium Polio», τό φυτό έλίχρυσο «Elichgysum» καί άλλα.

Από όλα τά άμάραντα μόνον τά φυτά γόμφραινα ή σφαιροειδής καί άμάραντο τό βλήτο χρησιμοποιούνται από την λαϊκή Κρητική θεραπευτική. Τό πρώτο δίδεται σέ άφεψήματα σάν φάρμακο ευστόμαχο καί δυναμωτικό. Τό δεύτερο χρησιμοποιείται σέ πολλές Κρητικές περιοχές σάν φυτό άποτροπαϊκό κατά τών επιδημικών νοσημάτων. Στίς παλιές επιδημίες τό κρεμούσαν σέ σακουλάκια από τό λαϊμό σάν άντιγριπικό. Τό φυτό αυτό λαχανεύεται. Μερικά από τά άμάραντα, περιγράφονται ιδιαιτέρως. Τό Τεύκτριο τό Κρητικό πού είναι άυτοφυές στό νησί μας καί τό έλίχρυσο, τό ζήτησαν παλιότερα άγγλικοί Φαρμακευτικοί οίκοι, έπειδή περιείχε έκμεταλλεύσιμη κορτιζόνη.

54) Άμαρυλλίς ή Κρητική

Κρητικό βολβόριζο, τής οικογενείας τών άμαρυλλιδών. «Amaryllis Cretica». Στερείται κοινής όνομασίας. Καλλιεργείται πρός κόσμον. Όλα τά μέρη της είναι πολύ τοξικά. Από τίς τοξικές ούσίες του είδους άμαρυλλίς ή διάστικτος, οί ιθαγενείς τής Νοτίου Άφρικής, έδηλητηρίαζαν τά βέλη τους. Η λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν χρησιμοποιεί τό φυτό.

55) Άμολόχα

Κοινή Κρητική όνομασία του φυτού μαλάχη, «Malva». Άνήκει στην οικογένεια τών μαλαχιδών. Στο νησί μας συνηθέστερα είδη του φυτού είναι ή μαλάχη ή άγρία «Malva Silvestris», ή μαλάχη ή κηπευτική ή οικιακή «Malva Crispa», ή μαλάχη ή στρογγυλόφυλλος «Malva Rotondifolia» καί αί

δενδρομαλάχες, μαλάχη ή άλθαία και μαλάχη ή ροδανθής, πού περιγράφονται ιδιαίτερα.

Τό φυτό ήταν γνωστό στους άρχαίους. Ὁ Ἡσίοδος ἀναφέρει ὅτι στήν ἐποχή του, ἀποτελοῦσε τήν τροφή τῶν πτωχῶν.

Ἡ ἐπίσημη θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε παλιότερα τά ἄνθη και τά φύλλα τῶν τριῶν πρώτων εἰδῶν «Flores ed folia malvae», σάν ροφήματα ὑπακτικά και μαλακτικά. Περιέχουν γλυκόζη, ὀξαλικό ἄσβέστιο, γλυσχράσματα, ρητινώδεις και πεκτινικές οὐσίες. Ἡ ρίζα περιέχει γλοιώδη οὐσία, γλυκείας γεύσεως.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ μέ τόν ἴδιο τρόπο τά ἄνθη και τά φύλλα τοῦ φυτοῦ. Ἀφεψήματα τούτων μέ νερό, γλυκαινόμενα μέ μέλι, ἀποτελοῦν ἄριστο ὑπακτικό φάρμακο. Ἀφεψήματα τῶν ἰδίων μερῶν μέ ἄνθη βιολέτας, παπαροῦνες, σύκα και χαρούπια, χορηγοῦνται σάν ἀποχρεμπτικά και ἀντιβηχικά. Ἀφεψήματα μέ νερό σκέτο, χορηγοῦνται γιά γαργάρες και κολπικές πλύσεις. Ἀκόμη βαρύ ἀφέψημα μαλάχης χορηγούμενο πρωί βράδυ σέ δόσι ἐνός μεγάλου φλυτζανιοῦ, ἐθεωρεῖτο στό νησί μας σάν φάρμακο ἀντιεπιληπτικό. Ἀραιώνει τούς παροξυσμούς.

56) Ἀμμόφυλλο τό ἀρπάριο

Καλαμοειδές Κρητικό φυτό, πολυετές, τῆς οἰκογενείας τῶν ἀγρωστιδῶν «Ammophilla Agrario». Φυτρώνει στίς παραλίες και στίς παραποτάμιες περιοχές. Στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας, μερικοί τό λένε καλάμουρα. Χρησιμοποιεῖται κυρίως σάν νομευτικό.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ξέσματα τῶν κονδύλων του σέ ἐπιθέματα ἐπί ἐλκῶν και πληγῶν, σάν φάρμακο σαρκοποιητικό.

57) Ἀμπερόρριζα

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Πελαργόνιο τό εὖοσμον «Pelargonium Odoratissimum». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια

νια τῶν γερανιδῶν. Τά φύλλα του καί τά ἄνθη του περιέχουν αἰθέριο ἔλαιο πού χρησιμεύει στήν ἀρωματοποιΐα. Τά φύλλα του χρησιμεύουν στή λαϊκή ζαχαροπλαστική γιά τόν ἀρωματισμό γλυκισμάτων. Ἡ λαϊκή θεραπευτική τά χρησιμοποιεῖ σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο πραϋντικό καί ὑπνωτικό.

58) Ἄμπέλι

Ἔτσι καλοῦνε στή Κρήτη τόσο τόν ἀμπελώνα, ὅσο καί τό φυτό ἄμπελος «Vitis». Βασικά στό νησί μας διακρίνουν τό ἄμπέλι σέ δύο εἶδη, στό «κρασάμπελο» ὅπως ὀνομάζουν τήν ἄμπελο τήν οἰνοφόρο καί στό «σταφιδάμπελο» ὅπως λένε τήν ἄμπελο τήν σταφιδοφόρο. Σέ κάθε ἀπό τά βασικά αὐτά εἶδη ὑπάγονται διάφορες ποικιλίες. Ἔτσι στό πρῶτο εἶδος ὑπάγεται τό λιάτικο, τό θρασαθύρι, τό κοτσιφάλι, τό συρίκη, τό ἀκίκι, τό πετραχλάδι, τό μαῦρο ρωμαϊκο, τό ραζακί, ἡ φράουλα, ὁ μαντιλαρᾶς καί ἄλλα καί στό δεύτερο ὀταχτάς καί τό σουλτανί.

Ἄλλα τά εἶδη ὑπάγονται στήν οἰκογένεια τῶν ἀμπελιδῶν.

Τό ἄμπέλι λένε ὅτι ἔχει ἐμφανισθεῖ στήν Εὐρώπη ἀπό τήν ἠώκαινο ἐποχή. Ἦτο γνωστότατο στούς ἀρχαίους. Οἱ τοιχογραφίες τό συνδέουν μέ τήν Μινωική ἐποχή. Οἱ ἀλληγορικοί μῦθοι μέ τούς ἀρχαίους Ἕλληνας. Καί ἡ παλαιά καί καινή διαθήκη μέ τούς Σημίτες.

Χρήσιμα μέρη του ὁ καρπός του ἡ σταφυλή, ἀπό τήν ὁποία παράγεται τό κρασί, ἡ σταφίδα, τό οἰνόπνευμα καί ἐγχωρίως ἡ Κρητική ρακή.

Τό σταφύλι ἀποτελεῖ εὐγευστο καί θρεπτικό φρούτο. Περιέχει νερό σέ μεγάλη ποσότητα, σάχαρο (μίγμα γλυκόζης καί ὀπωροσακχάρου), ταρταρικό καί μηλικό ὄξύ, διτρυγική ποτάσα, ἄζωτοῦχες, μεταλλικές καί λιπαρές οὐσίες, αἰθήρια ἔλαια, ταννίνη (ἰδία εἰς τά «τζάμπουρα» τά κουκούτσια καί τό φλοῖο), χρωστικές ὕλες καί πολλά ἄλλα δευτερεύοντα συστατικά. Χρησιμοποιεῖται σάν φρούτο καί σάν

θεραπευτικό μέσο με τήν μορφή τῆς σταφυλοθεραπείας. «Σταφυλοθεραπεία» εἶναι ἡ ἀπόλυτη ἢ σχετική διατροφή μόνο με σταφύλια ἐπὶ ἓνα χρονικό διάστημα. Ἐφαρμοζότανε παλιότερα ἐπὶ παχυσαρκίας, ἀρθριτίδων καὶ ρευματικῶν νοσημάτων, χρονίας νεφρίτιδας, δυσκοιλιότητος, παθήσεων τοῦ σκωτιοῦ καὶ ἀπὸ πολλοῦς, μόνο γιὰ ἀποτοξίνωσι. Σήμερα δέν εἶναι τῆς μόδας γιὰ τὰ σταφύλια περιέχουν πολὺ σάκχαρο καὶ οἱ ἀπισχναντικές δίαιτες δέν θέλουν σάκχαρο στὴ διατροφή. Γιὰ ὅσους θέλουν νὰ κάνουν σταφυλοθεραπεία ἄς τὴν κάνουν με ἄσπρα λεπτόφλουδα ἀμπελοστάφυλλα καὶ ποτέ με τὸ εἶδος σουλτανί καὶ ἄς μὴ τὴν παρατείνουν πέρα ἀπὸ 3-5 μέρες. Γιὰ τὴ δουλειὰ αὐτὴ ἡ παλιὰ σταφυλοθεραπεία χορηγοῦσε γύρω στὰ πέντε κιλά σταφύλια τὴν ἡμέρα. Ἡ ποσότητα εἶναι γιὰ μένα μεγάλη. Ἐπαρκῆς εἶναι ἡ ποσότητα τῶν δύο κιλῶν ἡμερησίως, κατανεμημένη σὲ πολλὰ γεύματα ἀλλὰ με τὴν παράλληλη λήψι 50-100 γραμμαρίων λευκωματούχων οἰσῶν σὲ μπιφτέκι ἢ τυρί, χωρὶς ψωμιά. Κατὰ τὴν διάρκεια τῆς σταφυλοθεραπείας μποροῦν νὰ συμβοῦν δύο πράγματα: διάρροια καὶ ἐρεθισμὸς τῶν οὐλῶν. Τὸ πρῶτο ἀποφεύγεται ἂν μαζὺ με τὸ σταφύλι τρῶμε μασημένα καὶ τὰ κουκούτσια. Τὸ δεύτερο ἂν ὕστερα ἀπὸ κάθε σταφυλόγευμα, πλύνωμε τὸ στόμα με διάλυσι κοινῆς σόδας. Ἡ σταφυλοθεραπεία ἀπαγορεύεται σὲ ἄτομα καχεκτικά, πολὺ ἡλικιωμένα ἢ κακῆς ὑγείας, καρδιοπαθεῖς, ἢ πάσχοντες ἀπὸ χρόνια ἀναπνευστικά νοσήματα.

Ἡ σταφίδα εἶναι τὸ ἀποξηραμένο προϊόν τοῦ καρποῦ τῆς ἀμπέλου τῆς σταφιδοφόρου ἢ καὶ τοῦ ταχτά ὅπως παλαιότερα. Ἦταν γνωστὴ στοὺς ἀρχαίους. Τὴν ἀναφέρουν με τὸ ὄνομα «σταφυλὶς» καὶ «ἀσταφίδα», ὁ Θεόφραστος, ὁ Διοσκουρίδης καὶ ὁ Πλίνιος. Ἡ ἐντατικὴ τῆς παραγωγή—πού σήμερα ἀποτελεῖ τὸ ἀξιολογώτερο μετὰ τὸ λάδι ἐξαγωγίμο προϊόν τοῦ νησοῦ μας— ἤρχισε στὴ Κρήτη μετὰ τὴν Μικρασιατικὴ καταστροφή καὶ τὴν ἄφιξι ἀπὸ τὴν Μικρὰν Ἀσίαν ἀρίστων σταφιδοκαλλιεργητῶν. Σὰν σταφιδοφόρο φυτὸ καλλιεργεῖται τὸ εἶδος «σουλτανί» πού ἔλκει τὴν κατα-

γωγή του από τήν Περσία (περιοχή Σουλτανιέ). Είναι προϊόν θρεπτικώτατο καί υγιεινό. Περιέχει σάκχαρο σέ μεγάλη ποσότητα, λεύκωμα, λίπος, ἐλεύθερα ὀξέα, ἀνόργανες οὐσίες, κυτταρίνη καί πολλά ἄλλα συστατικά. Χρησιμοποιεῖται στήν σακχαροπλαστική καί μερικῶς στήν ἀρτοποιία. Στή λαϊκή θεραπευτική χρησιμοποιεῖται σέ ἀφέψημα μαζί μέ ἄλλα «στηθικά» εἶδη, σάν φάρμακο μαλακτικό, ἀποχρεμπτικό καί διουρητικό. Σάν ἐξαγωγίμο προϊόν ἐξάγεται σέ ἄλλες χῶρες σέ ἑκατοντάδες τόνους.

Τό κρασί ἀποτελεῖ τό βιοχημικό προϊόν τῆς ἀμπέλου. Ἦτο καί αὐτό γνωστό ἀπό τήν πιό παλιά ἀρχαιότητα. Τά πατητήρια (οἶ λινόι) πού μᾶς ἔδωσαν οἱ ἀνασκαφές, τό συνδέουν μέ τούς Μινωικούς μας προγόνους. Τό «μεθύσι» τοῦ Νῶε τό συνδέουν μέ τούς Ἀνθρώπους τῆς ἐγγύς Ἀνατολῆς. Κατά τήν γνώμη δέ τοῦ Βίκτωρος Hehn, τό κρασί παρασκευάσθηκε γιά πρώτη φορά στίς περιοχές τῆς Κασπίας θάλασσας. Λένε ὅτι στήν Ἑλλάδα ἔφθασε μέσω τοῦ ποταμοῦ Ἐφράτη καί τῆς Μικρᾶς Ἀσίας. Ὁ ἴδιος πιστεύω ὅτι στούς Ἕλληνας καί στούς Ρωμαίους ἔφθασε ἀπό τήν Μινωική Κρήτη, γιά τούς λόγους πού ἀναφέρω στήν ἱστορία τῶν Κρητικῶν φυτῶν.

Συστατικά τοῦ κρασιοῦ εἶναι τό νερό σέ μεγάλη ἀναλογία, τό οἶνόπνευμα σέ ἀναλογία 8-12%, τό τρυγικό, μηλικό, ἠλεκτρικό καί ἀνθρακικό ὀξύ, ἡ γλυκερίνη, πολλοί αἰθέρες, ἐστέρες, ἀλδεϋδες καί ἀκετάλες, λευκωματοειδεῖς ὕλες, χρωστικές καί ἀνόργανα ἄλατα. Ἡ χρησιμοποίησις του καί στήν Κρήτη εἶναι πολλαπλή. Κυρία χρησιμοποίησις ἡ εὐφραδική. Σάν πιτό δέν στερεῖται βέβαια ὠφελίμων ἰδιοτήτων γιά τόν ὀργανισμό μας. Δέν εἶναι ὅμως καί ἀπολύτως ἀναγκαῖο. Σέ παιδιά μάλιστα κάτω τῶν 12 χρόνων εἶναι βλαφτικό. Ἀντίθετα στούς ἐνήλικες, στούς ἐλλειπῶς διατρεφόμενους, στούς χειρόνακτες καί στούς ἀρρώστους εἶναι ἀπαράιτητο σέ μικρές ποσότητες.

Στή θεραπευτική ἔπαιρνε καί παίρνει σπουδαῖο μέρος. Ἐχορηγεῖτο καί χορηγεῖται ὑπό τήν μορφή «θεραπευτικῶν

οἴνων» σάν φάρμακο δυναμωτικό καί διεγερτικό. Τέτοιες ιδιότητες ἔχουν κυρίως τά κόκκινα κρασιά καί τέτοια πρέπει νά δίδωμε σάν δυναμωτικά. Τά ἄσπρα κρασιά, λόγω τῆς μεγάλης ποσότητας τῶν τρυγικῶν ἀλάτων πού περιέχουν εἶναι διουρητικά. Παλιά κρασιά σέ μικρές ποσότητες μποροῦμε νά δώσουμε σέ ἄτομα πού ἀναρωνύουν ἀπό ἄρρωστιες.

Κατά τίς ἐργασίες τῶν ἱατρῶν Sabrazes καί Mercandier, ὅλα τά κρασιά ἔχουν ἀντισηπτικές καί μικροβιοκτόνους ιδιότητες. Μποροῦν δέ κατά τή γνώμη τους νά σκοτώσουν τά μικρόβια τοῦ τύφου μέσα στά ἔντερα σέ πολύ μικρές περιεκτικότητες. Οἱ ἀντισηπτικές αὐτές ιδιότητες ἄν κρίνωμε ἀπό τήν παραβολή τοῦ ἐλεήμωνος Σαμαρείτου, δέν ἦσαν ἄγνωστες στούς ἀρχαίους. Ἐπίσης δέν εἶναι ἄγνωστες στή λαϊκή Κρητική θεραπευτική, ἡ ὁποία χρησιμοποιεῖ τό κρασί σέ ἐκπλύσεις πληγῶν καί δερματοπαθειῶν. Τίς θεραπευτικές ιδιότητες τοῦ κρασιοῦ τίς ἐγνώριζαν οἱ ἀρχαῖοι. Σέ ἓνα χωρίο τοῦ Ἀθηναίου μποροῦμε νά διαβάσωμε «ὁ μέλας οἶνος θρεπτικώτατος, ὁ δέ λευκός λεπτότατος καί ὁ κίρρος (κιτρινωπός) καί τῶν σιτίων πελτικώτερος».

Ἐμμεση χρησιμοποίησις τοῦ κρασοῦ στήν ἐπίσημη θεραπευτική εἶναι ἡ χρησιμοποίησις του σάν ἐκδόχου στή κατασκευή τῶν «οἰνολύτων» φαρμάκων.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τό κρασί στή κατασκευή δυναμωτικῶν παρασκευασμάτων καί «ματζουνιῶν» ἐξωτερικά δέ ὅπως ἀναφέραμε σάν καυτήριο καί ἀντισηπτικό ἐπί παρατριμάτων, πολλῶν δερματοπαθειῶν, κατακλίσεων καί στοματιτίδων, ἰδίᾳ τῆς ἀφθώδους στοματίτιδος πού τήν γητεύουν, ἐπαλείφοντάς την παράλληλα μέ κρασί.

Ἀπό τά ἄλλα βιομηχανικά προϊόντα τοῦ ἀμπελιοῦ, ἀναφέρομε τό οἶνοπνεῦμα —μέ τίς χίλιες δύο χρησιμοποίησις του στή θεραπευτική καί στίς διάφορες ἄλλες βιομηχανίες— πού παρασκευάζουν ἀπό βιομηχανική σταφίδα, τά οἶνοπνευματοποιεῖα Λιανᾶ-Πούλακα, Κονιόρδου, Ἀποστολίδου καί ἄλλων, στό Ἡράκλειο. Τό οὔζο καί τήν ἐγχώρια τσικουδιά ἢ ρακή.

Ἡ ρακή ἴσως ἀποτελεῖ γιά ὅλη τήν Ἑλλάδα μιὰ Κρητική «σπεσιαλιτέ». Εἶναι ἀλκοολοῦχο πιτό τῆς τάξεως τῶν ἀποσταγμάτων. Παρασκευάζεται μέ ἀπόσταξι τῶν «στραφύλλων» (στέμφυλλα), ἀφοῦ τά ἀφήσουν νά ζυμωθοῦν ἐπί 30-40 μέρες, μέσα σέ καλῶς κλεισμένα «πιθάρια». Ἡ ἀπόσταξι γίνεται σέ εἰδικές ἀποστακτικές συσκευές πού τίς λένε στή Κρήτη «ρακοκάζανα». Ἀπό τά «καζάνια» αὐτά πού στένονται στό νησί κατά τόν μῆνα Ὀκτώβριο, ὁ μῆνας πῆρε τό ὄνομα «καζανάρης». Ἡ ὅλη συσκευή — πού εἶναι κατασκευασμένη ἀπό «μπακίρι» — ἀποτελεῖται ἀπό τρία μέρη: Ἀπό τό δοχεῖο-χύτρα μέσα στό ὁποῖο τοποθετεῖται ἡ ἀποστακτέα ὕλη. Ἀπό τό «καπάκι» (ἄμβυκα). Καί ἀπό τό «λουλά» ἢ ἀποστακτικό κέρας. Τό κέρας αὐτό περνᾷ μέσα ἀπό ἓνα πιθάρι γεμάτο κρύο νερό, πού πρέπει νά ἀλλάσῃ συχνά καί νά διατηρεῖται κρύο, γιά νά βγαίη ἡ ρακή «σπιρτάδικη» (δυνατή — μέ πολύ οἰνόπνευμα). Ἡ ρακή περιέχει οἰνόπνευμα 20-40/∞. Χρησιμοποιεῖται εὐρύτατα στό νησί σάν ἄριστο εὐφραδικό ἀλλά καί σάν ἄριστο φάρμακο ἐπισπαστικό καί διεγερτικό σέ ἐντριβές ἢ διαφορικό ἐσωτερικά.

Λένε στή Κρήτη ὅτι κάποτε ὁ φλοιός καί τά κουκούτσια τοῦ σταφυλιοῦ μάλωσαν μέ τήν «σάρκα» τῆς ρόγας καί τόν χυμό τους, γιατί αὐτά τά πετοῦσαν σάν ἄχρηστα, ἐνῶ μέ τά ἄλλα οἱ ἄνθρωποι κατασκευάζουν τό κρασί. Γιά νά παύσουν τά μαλώματα, παρουσιάσθηκαν στόν «καλό Θεό» καί ἔκαναν τά παράπονά τους. Καί ὁ καλός θεός παίρνοντάς τά κατά μέρος τοῦς εἶπε μέ τό αἰνιγματικό καί καλοκάγαθο χαμόγελό του «πηγαίνετε καί θά διῆτε. Ἀπό τώρα καί πέρα θά βγαίη κι ἀπό σᾶς ἓνα πιτό πού θά τό πίνουν μόνο οἱ γεροῖ ἄντρες». Ἀπό τότε φώτισε τοῦς ἀνθρώπους κι ἔβγαλαν ἀπ' αὐτά τήν τσικουδιά, πού πραγματικά μποροῦν καί τήν πίνουν ὅσοι εἶναι «γεροί». Τό οἰνόπνευμα τῆς ρακῆς τό μετροῦνε στήν Κρήτη μέ τό «γράδο». Καλή ρακή θεωρεῖται ὅση εἶναι πάνω ἀπό 18 γράδα. Ὅσο πιά πολλῶν γραδῶν εἶναι τόσο εἶναι πιά δυνατή. Γι' αὐτό ἡ Κρητική μούσα λέει:

«Εἰκοσιδυό γραδῶ ρακή νά πιῆ νά τόν τρελλάνη

γιατί δέν νταγιαντίζω μπλιό τά πείσματα πού κάνει»

Τό ούζο —άν ἐξαιρέσωμε τίς Δυτικές ἐπαρχίες— οὔτε παράγεται, οὔτε καταναλώνεται πολύ στίς Ἀνατολικές καί κεντρικές ἐπαρχίες τοῦ νησοῦ. Περισσότερο καταναλώνεται ἡ ρακή, γι' αὐτό οἱ Χανιώτες πειράζοντας τούς Ἑρακλειώτες, τούς λένε ὅτι εἶναι μόνο γιά τό ..«ποτῆρι».

Τό κύριο βιομηχανικό προϊόν τῆς βιομηχανικῆς σταφίδας —δηλαδή τό οἰνόπνευμα— δέν τό χρησιμοποιεῖ ἡ Κρητική λαϊκήθεραπευτική, γιατί ἔχει τήν ρακή πού τό ἀντικαθιστᾶ ἐπάξια.

59) Ἀμπελοκλάδι

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό ἐπίθυμο τό μονόγυνο «Cuscuta Monogynea» καί κατ' ἐπέκτασι καί ἄλλα εἶδη κουσκούτας ὅπως τήν κουσκούτα τό ἐπίθυμο, τήν κουσκούτα τήν εὐώδη καί ἄλλα. Ἀνήκουν στήν οἰκογένεια τῶν κομβολβουλοειδῶν. Ζοῦν ὅλα παρασιτικά ἐπί ἄλλων νομευτικῶν φυτῶν καί σέ πολλά μέρη τοῦ νησιοῦ συγγέονται μέ τό αἰγόκλημα. Πολλές φορές τό εἶδος εὐώδες, τό βρίσκομε στά ἀμπέλια. Πολλοί τό συγγέουν μέ τόν ἀγκρουστα καί τήν ἀγριάδα καί τό θεωροῦν θεραπευτικό καί διουρητικό σέ ἀφεψήματα. Δέν νομίζω νά ἔχη θεραπευτικές ιδιότητες. Μπορεῖ ὅμως νά χρησιμοποιηθῆ στή μυρεψική λόγω τῆς εὐχαρίστου ὁσμῆς του.

Μέ τό ὄνομά του σχετίζεται μιά κατάρα στήν Κρήτη. Μέ τήν κατάρα «ἀμπελοκλάδια ἢ ἀμπενοκλάδια νά βγάλῃς». Πού σημαίνει νά πάθῃς ἀπό χοιραδική ἀδενίτιδα. Ἀκούγεται ἀκόμη καί σήμερα στά χωριά.

60) Ἀμπελόπρασσο

Εἶδος ἀγρίου σκόρδου μέ ἓνα μόνο σκελίδι. Ἴσως εἶναι τό *aglio selvatico* ἢ τό *aglio degli orsi*. Κατά τόν Διοσκουρίδη ἦτο φάρμακο κατά τῶν δηγμάτων τῶν ὄφρων καί τῶν σκορπιῶν. Οἱ ιδιότητές του εἶναι ἀνάλογες μέτό κοινό σκόρδο καί περιγράφονται στή λέξι αὐτή.

61) Ἄμπελόφυλλα

Κοινή ὀνομασία στή Κρήτη τῶν φύλλων τῆς ἀμπέλου. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική τά χρησιμοποιοιεῖ «ὀπτημένα» ἀφοῦ τά ἐπαλείψη μέ ληλόλαδο σέ ἐπιθέματα σάν μαλακτικά ἐπί δοθηήνων καί μικροαποστημάτων. Ἐπειδή περιέχουν φυραματικές οὐσίες ἤ καί ἐπειδή μολύνονται εὐκολα, προκαλοῦν συνήθως διαβρώσεις καί μεγάλωμα τῶν ἀποστημάτων. Σωστό εἶναι νά μή χρησιμοποιοῦνται.

Ὅταν εἶναι τρυφερά χρησιμοποιοῦνται ἀπό τήν Κρητική μαγειρική γιά τήν παρασκευή «ντολουμάδων».

62) Ἄμπισθιά

Δημώδης ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ Ἄρτεμισία ἤ θαμνώδης. Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν συνθέτων.

Ἦταν γνωστή στούς ἀρχαίους, οἱ ὅποιοι τήν ὠνόμαζαν Ἄρτεμισία πρὸς τιμήν τῆς συζύγου τοῦ Μανσώλου. Ὁ Διοσκουρίδης τήν ἀναφέρει ὡς ἀψίνθιο τό θαλάσσιον. Ἄλλοι συγγραφεῖς ἀναφέρουν ὅτι ἦτο ἀφιερωμένη στήν Ἄρτέμιδα καί ὅτι ἐχρησιμοποιοιεῖτο ὡς ἐμμηναγωγό ἀπό τίς παρθένες.

Ἡ ἐπίσημη θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε παληότερα ὅλα τά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ μέ τό ὄνομα herba absinthii. Τά μέρη αὐτά τά μάζευαν τόν Ἰούλιο καί Αὐγουστο πού τό φυτό ἀνθοφορεῖ καί τά ξήραιναι στή σκιά. Περιέχουν ἀψινθίνη, αἰθέριο λάδι, ρητινώδεις γλοιώδεις καί πεκτινικές ὕλες καί ἔχουν ἰσχυρή ἀρωματική ὀσμὴ καί γεῦσι πικρή. Ἐχρησίμευαν στή παρασκευή πολλῶν σκευασμάτων ὅπως βαμμάτων, ἐκχυλισμάτων, ἐλιξιρίων, οἴνων, καί ἐλαιούχων χρισμάτων τά ὅποια ἐδίδοντο ὡς φάρμακα ἐμμηναγωγά, ἀντιπυρετικά, διεγερτικά τοῦ στομάχου καί ἀνθελμινθικά. Σήμερα ἔχουν ἐγκαταληφθεῖ.

Ἡ λαϊκή θεραπευτική τά χρησιμοποιοιεῖ σέ πυκνά ἀφεψήματα ὡς ἐκτριωτικό φάρμακο καί ἀντισυλληπτικό. Ἡ λήψις ὁμως τοῦ φαρμάκου εἶναι πολύ ἐπικίνδυνη καί μπορεῖ νά προκαλέση θανατηφόρες δηλητηριάσεις. Γι' αὐτό πρέπει νά ἀποφεύγεται. Ἀκόμη στή Κρήτη χρησιμοποιοῦν τίς ἀνθι-

σμένες κορυφές του φυτού για την κατασκευή «άψινθίτου οίνου». Το «κρασί αυτό της άμπισθιάς» όπως λένε στη Κρήτη παρασκευάζεται αν μέσα σε μούστο ρίξωμε ξερά άνθισμένα κλωνάρια άμπισθιάς και τά άφίσωμε νά ζυμωθοῦν μέχρι ό μούστος νά γίνη κρασί. Το κρασί αυτό τό θεωροῦνε δυναμωτικό και όρεκτικό. Πινόμενο όμως σέ ποσότητα μεγαλύτερα του ενός ποτηρίου προκαλεί άψινθισμό (έντονα νευρικά φαινόμενα).

63) Άμπουρνελιά

Μέ τό όνομα αυτό βρίσκομε στη Κρήτη τό φυτό δαμασκηνά ή έμβολιαζομένη «*prunus insititia*». Λέγεται άκόμη και τζανεριά και Μεραμπελιά. Άνήκει στην οικογένεια των άμυδαλοειδών. Ούσιαστικά δέν πρόκειται περί φυτού θεραπευτικού. Τήν αναφέρομε για τον καρπό της την άμπουρνέλλα, που τρώγεται σαν φρούτο ή χρησιμοποιείται στην οικιακή ζαχαροπλαστική.

64) Άμυδαλιά

Κοινή όνομασία στη Κρήτη του φυτού άμυδαλή «*amygdalus*». Άνήκει στο άθροισμα των ροδωδών και στην οικογένεια των άμυδαλοειδών. Καλλιεργείται στη Κρήτη από της αρχαιοτάτης έποχής. Άναφέρεται στη Παλαιά Διαθήκη. Από τό ξύλο της ήταν κατασκευασμένη ή «ράβδος» του Άαρών και του Μωϋσή.

Διακρίνεται σέ δυό βασικά είδη: την άγρια ή πικραμυδαλιά (άμυδαλή ή πικρόκαρπος) και την ήμερη (άμυδαλή ή γλυκύκαρπος). Στο τελευταίο είδος ανήκουν πολλές ποικιλίες, όπως οί άφράτες, οί μπασταρδαφράτες, οί καλαρυθιανές, οί Λακωνιώτικες, οί ποταμίτικες και άλλες.

Οί καρποί της τά άμύδαλα άποτελοῦν άρίστη τροφή, χρησιμοποιοῦνται δέ εύρύτατα στην σακχαροπλαστική. Οί καρποί της πικραμυδαλιάς δέν τρώγονται αλλά χρησιμοποιοῦνται σαν ύλη προς έξαγωγή του άμυδαλόλαδου και του αίθερίου ελαίουτων πικρῶν άμυγδάλων. Άμυδαλόλα-

δο βγαίνει ακόμη και από τὰ γλυκά αμύγδαλα.

Τὰ αμύγδαλα ἦσαν ἐπίσης γνωστά ἀπό τὴν παλιὰ ἐποχή. Ὁ Ἀθηναῖος τὰ ἀναφέρει σὰν τρόφιμο πού δέν παχαίνει «τὰ δέ αμύγδαλα ἐστὶν οὖρητικά καὶ λεπτυντικά». Ἀπὸ τοὺς ἀρχαίους ὠνομάζοντο «μούκηροι» «μύκηροι» «ἀμυγδάλοι» καὶ ἀπὸ τοὺς Βυζαντινοὺς «θάσια» καὶ «ἀθάσια».

Τὰ ἐνδοκάρπια τῶν ἀμυγδάλων, ὁ ἀμυγδαλόκαρπος, λέγεται στὴ Κρήτη «ψίχα» ἢ «ἀμυγδαλόψιχα». Ἀνήκει στὴ τάξι τῶν ἐλαιωδῶν καρπῶν καὶ ἀποτελοῦνται ἀπὸ ἀζωτοῦχες οὐσίες, λίπος, ἐκχυλισματικές ὕλες, σταφυλοσάκχαρο, δεξτρίνη, συναπτάξη, ἐλάχιστο ἄμυλο καὶ κόμι. Τὰ πικρά αμύγδαλα περιέχουν ἐπὶ πλέον αἰθέριο λάδι μέ εὐχάριστη ὁσμή καὶ γλυκεῖα γεῦσι καὶ ἀμυγδαλίνη (βενζελιοκυανιδρική διγλυκωσίδη), ἡ ὁποία παρουσίανερου διασπᾶται σέ ὕδροκυανικό ὀξύ καὶ σέ αἰθέριο λάδι.

Λόγω τῆς ἀμυγδαλίνης οἱ καρποὶ τῶν πικρῶν ἀμυγδάλων εἶναι πολὺ δηλητηριώδεις. Μποροῦν νά προκαλέσουν τὸν θάνατο σέ μεγάλους ὅταν φαγωθοῦν σέ ποσότητα 40-50 καρπῶν καὶ σέ παιδιά μόνον 5-10. Σέ τέτοιες περιπτώσεις χρειάζεται νά δώσωμε στό δηλητηριασμένο μεγάλες ποσότητες ζάχαρις καὶ νά καλέσωμε ἐспеυσμένα γιατρό.

Ἀπὸ τοὺς καρπούς τῶν ἀμυγδάλων παράγεται ὅπως εἶπαμε τὸ ἀμυγδαλόλαδο. Οἱ χωρικοί μας τὸ βγάζουν ἀπὸ τὰ γλυκά αμύγδαλα ἀφοῦ πολτοποιήσουν τοὺς καρπούς, μέ ἐκθλιψι σέ τουλουπάνι. Ἐπιστημονικότερα βγαίνει μέ ἐκχύλιση. Τὸ λάδι αὐτὸ ἀνήκει στὰ μὴ ξηραίνόμενα λάδια καὶ ἀποτελεῖται ἀπὸ γλυκερίδια ἀκορέστων κυρίως ὀξέων μέσα στὰ ὁποῖα εὐρίσκεται μεγάλη ποσότητα ἰωδίου. Ἡ Κρητικὴ λαϊκὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιοῦσε παλαιότερα τὸ λάδι αὐτὸ σὰν ὑπακτικό ἐπὶ παιδιῶν καὶ σάν μαλακτικό τῶν ἐντέρων. Ἐπίσης ἀνακατωμένο σέ ἴσα μέρη μέ ἄσβεστόνερο σέ ἐπαλήψεις στίς χιονίστρες. Τὰ παρασκευάσματα τῶν πικρῶν ἀμυγδάλων καλὸ εἶναι νά μὴ χρησιμοποιοῦνται ἀπὸ τὴν λαϊκὴν θεραπευτικὴν.

Στήν Ἀνατολική Κρήτη, οἱ καρποὶ τῶν γλυκῶν ἀμυγδάλων ἀποτελοῦσαν παλαιότερα ἓνα ἀπὸ τὰ ποιοῦ ἐμπορεύσιμα καὶ ἀποδοτικὰ προϊόντα. Ἐπί πλέον ἦσαν τὸ ποιοῦ προσιτό καὶ εὐγεστο τράγημα ὀλόκληρο τὸ ἔτος, ὄλων τῶν μελῶν τῆς οἰκογενείας. Σήμερα χρησιμοποιοῦνται πολὺ στὴ παρασκευὴ οἰκιακῶν γλυκισμάτων (ἀμυγδαλωτῶν) ὡς καὶ τοῦ δροσιστικοῦ ἀμυγδαλοσεραπίου, τῆς σουμάδας. Ἡ σουμάδα εἶναι μιὰ ἀξιόλογη ἐμπορεύσιμη σπειαλιτέ τῆς ἐπαρχίας Μεραμβέλλου. Κέντρα παραγωγῆς τῆς ἢ Νεάπολις καὶ τὸ χωριὸ Λακώνια. Παρασκευάζεται ἀπὸ τὸ χυμὸ τοῦ καρποῦ, κατεργαζομένου μὲ νερό, ζάχαρι καὶ κόμι. Κατὰ παλαιὰ συνήθεια διατηρουμένη ἀκόμη καὶ σήμερα σέ ὅλη τὴν ἀνατολική Κρήτη τίς εὐχές πρὸς τοὺς μελλονύμφους τίς ἐκφράζουν μὲ τὴν προσφορά τοῦ λευκοῦ καὶ ἀγνοῦ – ὅπως ἡ νύμφη – εὐχυμοῦ καὶ δροσιστικοῦ αὐτοῦ ποιοῦ.

Ἐκτός ἀπὸ τοὺς καρπούς τῆς ἀμυγδαλιᾶς, οἱ χωρικοὶ τῆς ἀνατολικῆς Κρήτης ἐχρησιμοποιοῦσαν καὶ τὰ φύλλα τῆς καὶ τὰ περιβλήματα τοῦ περικαρπίου τῆς.

Τὰ φύλλα τὰ ἐχρησιμοποιοῦσαν βραζόμενα μὲ στύψη σᾶν βαφικὴ ὕλη τῶν μάλλινων ὑφασμάτων τῆς παραγωγῆς τοῦ ἀργαλιοῦ των. Μὲ στύψη πού προσθέτουν στὸ νερό τοῦ βρασμοῦ των, βάφουν κίτρινα ἀνεξίτηλα. Τὰ φύλλα ἀκόμη τὰ χρησιμοποιοῦσαν σᾶν κτηνοτροφικὴ ὕλη γιὰ τὴν οἰκόσιτη κτηνοτροφία τους πρὶν τὴν ἀφανίση ὁ τουρισμός. Μ' αὐτὰ ἔτρεφαν κυρίως «τσοὶ μαρτύδες των» – τοὺς εὐνουχισμένους ἀμνούς – οἱ ὁποῖοι μὲ τὸ κρέας των, ἐκάλυπταν παλαιότερα τὴν κρεαταγορὰ ἀπὸ τὸν Αὐγουστο καὶ πέρα, μέχρι τῆς ἐμφανίσεως τῶν ἀμνῶν γάλακτος, τῆς νέας περιόδου.

Μὲ τὰ ξηρὰ περικάρπια τὰ ὁποῖα βράζουν, ἀφοῦ πρῶτα κατατεμαχίσουν, παρασκευάζουν ἀφέψημα πού χορηγοῦνε ἐπὶ ὑπερτοφίας τοῦ προστάτη.

Ἡ ἐπίσημη θεραπευτικὴ ἐχρησιμοποιοῦσε παλαιότερα τὰ γλυκὰ ἀμύγδαλα γιὰ τὴν παρασκευὴ γαλακτωμάτων, σιροπιῶν, λώσκ, ἀλοιφῶν καλλυντικῶν καὶ κοσμητικῶν φαρ-

μάκων. Τά πικρά άμύγδαλα τά χρησιμοποιούσε για τήν παρασκευή διά καταλλήλων μεθόδων άποστάξεως του αιθερίου έλαιου των πικρών άμυγδάλων. Τουτο άποτελείται άπό βενζαλδεϋδη, ύδροκυάνιο και άλλες ούσιες. Τό χρησιμοποιούσε σαν φάρμακο άντινευραλγικό σε έντριβές ή χρίσματα. Τό αιθέριο λάδι των πικραμυγδάλων χρησιμοποιείται άκόμη στην άρωματοποιία, στη ποτοποιία και στη ζαχαροπλαστική σαν άρωματική ύλη.

65) Άμυλο

Προϊόν που πέρνεται με έκπίεσι άπό τό σιτάρι, άφου πρώτα τό άπίσωμε επί πολλές μέρες στο νερό για νά διαβραχή. Λέγεται άκόμη και νισεστές και κόλλα του σταργιου. Ήταν γνωστό στους άρχαίους οί όποιοι τό ώνόμαζαν «καταστατόν». Κατά τήν άρχαιότητα φαίνεται νά παρήγαγε ή Κρήτη καλό άμυλο, γιατί ό Διοσκουρίδης τό έπαινει στο βιβλίο του περί ύλης ιατρικής. «Άριστον δέ έστι τό σκευαζόμενον εκ πυρου σιτανίου, Κρητικόν δέ ή Αιγύπτιον». Σήμερα παράγεται και άπό τίς πατάτες και άπό τό κορκοσίτερο και άπό τό ρύζι και άπό τά κάστανα και άπό τους κονδύλους πολλών φυτών. Χημικά είναι ύδατάνθρακας. Λαμβάνει μέρος στη διατροφή του άνθρώπου και χρησιμοποιείται στη βιομηχανία για τήν παραγωγή του άμυλοσακχάρου, και του άμυλοσιροπίου. Χρησιμοποιείται άκόμη στη ζαχαροπλαστική και μαγειρική, προς παρασκευή διαιτητικών παρασκευασμάτων για τους άρρώστους.

66) Άνδρόσαιμο τό Τράγιον

Φυτό που κατά τους άρχαίους φυτρώνει μόνο στη Κρήτη. Τελευταία διαπιστώθηκε ότι φυτρώνει και στη Λακωνία. Άνήκει στην οικόγένεια των ύπερικωδών. *Androsoemum hircinum*. Στερεΐται κοινής όνομασίας. Πολλοί τό ταυτίζουν με τον άγκούδουρο, αλλά δέν είναι άγκούδουρος. Είναι θαμνώδες φυτό με πολλές θεραπευτικές ιδιότητες.

Ἦταν γνωστό στὸν Γαληνό, στὸν Διοσκουρίδη, στὸν Πλίνιο καὶ στὸν Ὀρειβάσιο. Ὁ πρῶτος μᾶς ἀναφέρει «σκόλοπας τε συνάγει καὶ λίθους θρύπτει καὶ καταμήνια κινεῖ, δραχμῆς ὀκτὴ πινόμενον. Γεννᾶται δ' ἐν Κρήτῃ μόνῃ τοῦτο τὸ τράγιον, εἰκόσ σχίνω» (Περὶ κράσεως καὶ δυνάμεως τῶν ἀπλῶν φαρμάκων Θ, τόμ. XII, 1826, 143). Τὰ ἴδια περὶ που μᾶς ἀναφέρει καὶ ὁ δεῦτερος «τράγιον. Φύεται μὲν ἐν Κρήτῃ μόνῃ. Ἔχει δὲ τὰ μὲν φύλλα σχίνω ὅμοια καὶ τὰς ράβδους καὶ τὸν καρπὸν, μικρότερα δὲ πάντα. Φέρει δὲ καὶ ὀπὸν, κόμμι παραπλήσιον» (Ἦλ. ἱατρ. IV, 49).

Ὁ Πλίνιος μᾶς ἀναφέρει «*tragion fruticem sola Creta gignit, terebintho similem*» (hist. nat. XIII, 36, 1). Τέλος ὁ Ὀρειβάσιος μᾶς ἀναφέρει τὴν θεραπευτικὴ του χρησιμοποίησι. Ἐδίδετο ψημένο μὲ μέλι ἢ κρασί σᾶν φάρμακο ἀντιρευματικό (Ὀρειβ. Ἰατρ. Συναγ. 18, 8).

Τὸ φυτὸ δὲν εἶναι γνωστὸ στὴ λαϊκὴ θεραπευτικὴ.

67) Ἄνεμόχορτο

Κοινὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἐλξίνη ἢ Κρητικὴ «*parietaria Cretica*». Κατ' ἐπέκτασι δὲ καὶ τοῦ φυτοῦ ἐλξίνη ἢ ἰουδαϊκὴ πού φυτρώνει κι ἐκεῖνη στὴν Κρήτη. Λέγονται καὶ ἀδεμόχορτο καὶ κολιτσάνι. Φυτρώνουν σὲ ἐρειπωμένους τοίχους καὶ σὲ κορμούς παλαιῶν δένδρων.

Τὸ πρῶτο ἀναφέρεται ἀπὸ τὸν Πλίνιο, τὸν Θεόφραστο καὶ τὸν Διοσκουρίδη ὡς φυτὸ «ἐδώδιμο καὶ ἱαματικόν, φύομενον ἐπὶ θρυγκοῖς καὶ τοίχοις». Ὁ Πλούταρχος ἀναφέρει ὅτι οἱ Ἀθηναῖοι πολιορκούμενοι ἀπὸ τὸν Σύλλα, ἐτρέφοντο μ' αὐτό. Παλαιότερα ἐχρησιμοποιεῖτο σᾶν φάρμακο διουρητικὸ σὲ ἀφεψήματα. Τὸ φυτὸ ἂν καὶ κοινότατο δὲν ἔχει τύχει προσοχῆς στὴ Κρήτη καὶ εἶναι ἄγνωστο ἐν πολλοῖς καὶ ἀχρησιμοποίητο. Ὁ Διοσκουρίδης ἀναφέρει ὅτι πολτοποιούμενο θεραπεύει τὸ ἀνεμοπύρωμα σὲ ἐπιθέματα.

68) Ἄνεμόνα

Δημῶδης ὀνομασία στὴ Κρήτη τοῦ φυτοῦ ἀνεμόνη «a-

nemone». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν βατραχιοειδῶν, ἡ ὁποία περιλαμβάνει πολλά εἶδη μερικά τῶν ὁποίων συναντοῦνται καί στό νησί μας. Τέτοια εἶναι ἡ ἀνεμώνη ἢ πρωιμόκαρπος «anemona pulsatilla», ἡ ἀνεμώνη ἢ λειμώνειος καί ἡ ἀνεμώνη ἢ στεφανηφόρα.

Οἱ ἀνεμώνες ἦσαν γνωστές στούς ἀρχαίους. Ἐθεωροῦντο φυτά μέ θεραπευτικές ιδιότητες, πολλές μάλιστα ἀπ' αὐτές ἐχρησιμοποιήθησαν καί ἀπό τήν σύγχρονη θεραπευτική. Ἡ πρώτη ἀνεμώνη ἐπί παραδείγματι ἐδίδετο ὡς φάρμακο ἐμμηναγωγό καί πρᾶντικό τῶν πόνων ἐπί δυσμηνοροίας. Ἡ δεύτερη καί ἡ τρίτη ἐδίδοντο ὡς φάρμακα ἐπί τῶν διαφόρων ἥπατοπαθειῶν. Τελευταῖα τά φυτά ἔπαυσαν νά θεωροῦνται φαρμακευτικά. Ἀπεδείχθη ὅτι ὅλες οἱ ἀνεμώνες ὡς δραστική οὐσία περιέχουν ἀνεμονίνη, ἡ ὁποία ἔχει ἀντικαταρροϊκές καί ἀντικοκκυτικές ιδιότητες.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τῖς ἀνεμώνες ὡς φάρμακο κτηνιατρικό. Ἐπαλείφει μέ τό χυμό τους τά ἔλκη καί τῖς πληγές τῶν ζώων, ὁ ὁποῖος ἔχει ἐπουλωτικές ιδιότητες. Πολλές φορές τό ἀφέψημά τους δίδεται σάν φάρμακο ἀντιβηχικό. Τοῦτο ὁμως εἶναι ἐπικίνδuno.

69) Ἄνηθο

Πανελλήνιος ὄνομασία τοῦ φυτοῦ ἄνηθο τό βαρύοσμο «anethum». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν σκιαδανθῶν. Οἱ ἀνθοφόρες κορυφές καί τά σπέρματα τοῦ φυτοῦ εἶναι φαρμακευτικά. Χρησιμοποιοῦνται στή παραγωγή τοῦ ἀνηθέλαιου πού λαμβάνει μέρος στή παρασκευή πολλῶν φαρμακευτικῶν παρασκευασμάτων. Τό ἀνηθέλαιο περιέχει καρβόνη, λιμονένιο καί τερπίνες. Τά σπέρματά του περιέχουν αἰθέριο λάδι, καί ἀνηθόλη. Χρησιμοποιοῦνται δέ στή παραγωγή τοῦ aqua anethi καί στήν ἀρωματοποιῖα. Τά ἴδια μέρη τοῦ φυτοῦ ἔχουν καί ἀρτυματικές ιδιότητες. Χρησιμοποιοῦνται στή μαγειρική καί στή ζαχαροπλαστική. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά σπέρματα τοῦ ἀνήθου σέ σκόνι ὡς φάρμακο ὀρεκτικό. Σέ μεγαλύτερες δό-

σεις ή σκόνη αυτή πιστεύεται ότι θεραπεύει τούς δυσπεπτικούς πόνους και αποτελεί φάρμακο ήπατοπαθειών. Τό άφέψημα τού άνήθου θεωρείται από τή λαϊκή θεραπευτική σάν άφυσο φάρμακο και δίδεται επί μετεωρισμού. Άραιά άφεψήματα άνήθου δίδονται από τήν ίδια θεραπευτική στά νήπια σάν φάρμακο όρεκτικό. Τέλος τά σπέρματά του άνακατωμένα μέ μέλι δίδονται στίς θηλάζουσες, σάν γαλακταγωγό. Ή επίσημη θεραπευτική έχρησιμοποιούσε στά άποχρεμικά τό *Liq. ammoniacale anisée*, σε μικρές ποσότητες.

70) Άντραμυθιά

Μέ τό όνομα αυτό βρίσκεται στή Κρήτη τό φυτό πιστάκη ή έρέβινθος «*ristacia herebinthus*» και πιστάκη ή παλαιστίνιος. Καί τά δυό φυτά έκκρίνουν ρητινώδη ούσία πού μπορεί νά χρησιμοποιηθή στή θεραπευτική και στή σακχαροπλαστική. Ή λαϊκή Κρητική Θεραπευτική δέν χρησιμοποιεί τό φυτό

71) Άντωνιάδα

Κοινή όνομασία τού φυτού άδωνις ό έαρινός, «*adonis vernalis*». Άνήκει στή τάξι τών βατραχιοειδών. Είναι αυτοφυής στό νησί μας. Φυτρώνει σε περιοχές μέ σχετικό ύψόμετρο. Χρήσιμα μέρη του είναι τά φύλλα και οί βλαστοί του. Περιέχουν τούς φυτικούς γλυκοζίτες άδωνιδίνη και άδνίνη, οί όποιοι έθεωρούντο παλαιότερα σάν φάρμακα καρδιοτονωτικά. Σήμερα έπαυσαν νά θεωρούνται. Θεωρούνται όμως άκόμη σάν φάρμακα έλαφρώς διουρητικά. Ή λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί τό άφέψημα τών φύλλων και τών βλαστών σάν φάρμακο καρδιοτονωτικό και διουρητικό σε δόσι ενός φλιτζανιού πρωϊ-βράδυ. Όταν τό άφέψημα είναι πολύ πυκνό τότε δέν γίνεται καλά άνεκτό από τό στομάχι. Καί όταν τό χορηγήσωμε παρατεταμένα τότε έχομε τοξικά φαινόμενα μέ έμέτους, ταχυκαρδία και διέγερσι. Τά πυκνά άφεψήματα μπορούν νά χρησιμοποιηθούν έξωτερικά σε πλύσεις ή επιθέματα επί άτόνων έλκων και τραυμάτων. Ή

ἀπό στόματος κοσμητική, ἀναφέρει στή Κρήτη ἓνα «μυστή-
ριο» φάρμακο γιά νά κάνουν ώραϊα μαλλιά οἱ «κοπελιές»:
«Ἄνωναΐδα καί λουλάκι κι' ἄλλο ἓνα χορταράκι
νά τό ξαίραν οἱ κοπέλλες, θά πουλοῦσαν τά προυκιά τους
ν' ἀνεθρέφουν τά μαλλιά τους»

Ποιοῦ ὁμως εἶναι τό χορταράκι δέν τό ἀναφέρει, πιθανώτατα
γιατί καί τότε, ὑπῆρχαν καλλυντικά, μέ μυστική σύνθεσι.

72) Ἄνωνίδα

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ ὀνωνίς «ονοπίς». Ἄνήκει
στήν οἰκογένεια τῶν ἐλλοβοκάρπων. Ἄναφέρεται ἀπό τό
Θεόφραστο σάν φυτό θεραπευτικό (Θεοφράστου Φυτ. Ἱ-
στορ. 6,5,3). Φυτρώνει σέ ἀκαλλιέργητα χωράφια. Ἡ Κρη-
τική λαϊκή θεραπευτική τό χρησιμοποιεῖ. Χρήσιμα μέρη της
εἶναι ἡ ρίζα, τά φύλλα καί τά ἄνθη της. Περιέχουν ὀνοζίνη
καί ἄλατα νιτρώδη. Χορηγοῦνται σέ ἀφεψήματα ὡς φάρμα-
κο διουρητικό ἐπί κυστιτίδων καί ψαμμιάσεων. Τά ἀφεψή-
ματα γίνονται μέ νερό ἢ καλύτερα μέ κρασί. Τό «ζουμί» τῆς
ἄνωνίδας (ὁ χυμός) λένε στή Κρήτη πώς θεραπεύει καί τήν
ἄρρώστια τοῦ ἔρωτα, ἀπό τήν ὁποία,

«τση ἄνωνίδας τό ζουμί πού πίνει μόνο γιαίνει»

73) Ἀπήγανος

Δημώδης Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ ρυτή ἢ βαρύο-
σμος «guta graveolens». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ρυτη-
δειδῶν. Ἄναφέρεται ἀπό τόν Εὐαγγελιστή Λουκά (11,42)
καί Ματθαῖο (23), ὡς ἐμπόρευμα τό ὁποῖον οἱ Φαρισαῖοι,
«ἀπεδεκάτιζον». Ἐχρησιμοποιεῖτο τότε ὡς φάρμακο ἐμμη-
ναγωγό καί ἐκτριωτικό. Χρήσιμα μέρη του ἦσαν ὅλα τά ὑ-
πέργεια καί ἀκόμη οἱ σπόροι του. Περιέχουν ρουτικό ὀξύ,
αἰθέριο λάδι, λεύκωμα, ἄμυλο, ἐκχυλισματικές οὐσίες καί
δραστικό συστατικό τήν ρουτίνη (γλυκωσίδη). Ἀπό τά ἐνα-
έρια μέρη του παρήγαγαν τελευταία τήν οὐσία ἄρσινη, τήν
ὁποίαν ἐχορήγουν στή νόσο τοῦ Πάρκινσον. Ἀκόμη ἀπό τήν
ἐπίσημη θεραπευτική ἐχρησιμοποιήθη διαδοχικά σάν φάρ-

μακο αντιϋστερικό, αντιεπιληπτικό, ανθελμινθικό, αντι-μοιβαδικό καί αντιφυματικό. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική τό χορηγεῖ εἰς ἀφεψήματα ἢ σκόνι σᾶν φάρμακο ἐμμηναγωγό καί ἐκτρωτικό. Ὅχι σπάνια προκαλεῖ δηλητηριάσεις γι' αὐτό σωστό εἶναι νά ἀποφεύγεται. Στή μαγειρική πολλοί τό χρησιμοποιοῦν σᾶν ἄρτυματικό. Ἡ Κρητική λαογραφία τοῦ ἀποδίδει ἀποτροπαϊκές ιδιότητες γιά κάθε κακό. Σέ ἐπιδημίες πανώλης τό φοροῦσαν ἐπάνω τους γιά νά ἀποτρέψουν τήν ἀρρώστια. Κι' οἱ γρηοῦλες ὅταν στή Κρήτη μιλοῦνε γιά κακά πράγματα, συνηθίζουσι τήν στερεοτυπία «ζωρκισμένο» — δηλαδή τό κακό — μέ τόν ἀπήγανο.

74) Ἄπιδιά

Κοινή ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ ἀπιδέα «ryfus». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν μηλεωδῶν. Ἦταν γνωστή στους ἀρχαίους. Ὁ Ὅμηρος ὀνομάζει τό φυτό «ἄχνην» καί ὁ Θεόφραστος τούς καρπούς της «ἄπια». Στή Κρήτη καλλιεργοῦνται πολλές νέες ποικιλίες γιά τούς καρπούς των τᾶ ἀχλάδια, πού διακρίνονται σέ κρυστάλια, κοντουλες, Ἰταλικά κ.λ.π. Παλιότερες ποικιλίες πού ἐκαλλιεργοῦντο στό νησί καί πού δέν ἐξέλειπαν ἐντελῶς ἀκόμη, ἦσαν τᾶ βασιλικάπιδα, τᾶ στραβόρια, οἱ μπαλτσόνες, τᾶ ἀσπράπιδα, τᾶ καράπιδα, τᾶ χειμωνικά καί ἄλλες. Τᾶ ἀχλάδια εἶναι εὐγεστα καί δροσιστικά φρούτα μέ ἀναληπτικές καί ἐλαφρά ὑπακτικές ιδιότητες. Περιέχουν σάχαρο, ἄμυλο, λευκωματοειδεῖς οὐσίες, ἐλεῦθερα ὀξεῖα, κόμι, ταννίνη, γλυκερίνη, πολλές ἀνόργανες ὕλες καί δρυπόζη ἢ γλυκοδρυπόζη πού περιέχεται στά σκληρά σωματίδια πού ὑπάρχουν μέσα στό ἀχλάδι καί γύρω ἀπό τᾶ σπέρματα. Τᾶ ἄνθη της περιέχουν προπυλαμίνη. Χρήσιμα μέρη τοῦ φυτοῦ εἶναι οἱ καρποὶ του ὁ φλοιός καί τᾶ φύλλα του. Οἱ καρποὶ του τρώγονται σᾶν φρούτο ἢ χρησιμοποιοῦνται στή ζαχαροπλαστική γιά τήν παρασκευή γυκισμάτων καί στή ποτοποιία πρὸς παρασκευή «ἀχλαδίτου οἴνου», οἰνοπνεύματος καί «ξυδιοῦ». Οἱ φλοιοὶ του καί τᾶ φύλλα του χρησιμοποιοῦνται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική ὡς φάρμακα. Οἱ μὲν φλοιοὶ σέ πυ-

κνά ἀφεψηήματα καί σκόνες γιά πλύσεις καί ἐπιπάσεις ἀτόνων ἐλκῶν. Τά δέ φύλλα σέ ἀφεψηήματα ἢ ἐγχύματα μέ διουρητικές καί ἀντισηπτικές ιδιότητες ἐπί κυστίτιδων ἢ ἐπί κακοσμίας τῶν οὐρῶν.

75) Ἐπούρανος

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό ἄκανθος ἢ ἀκανθώδης, «*acanthus spinosus*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἀκανθῶδων. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Διοσκουρίδην μέ τό ὄνομα «ἄκανθος ἢ ἀγρία». Εἰς ὅλα τά μέρη της περιέχει βλέννα καί ἐχρησιμοποιοῦτο πολύ παλιά ἀπό τήν ἐπίσημη θεραπευτική σάν φάρμακο μαλακτικό καί ἀποχρεμτικό μέ τό ὄνομα *radix* καί *herba acanthi*. Σήμερα δέν χρησιμοποιεῖται. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν γνωρίζει νά χρησιμοποιηῖ τό φυτό. Ἡ Κρητική ὁμως «σόκιν ἀθυροστομία» χρησιμοποιεῖ τό φυτό γιά νά μᾶς δηλώσῃ τίς σεξουαλικές καί ἀπραγματοποίητες ἀδυναμίες τῶν ἡλικιωμένων τοῦ νησοῦ. Ἴδε «Λαογραφικά Σπυριδάκη» τόμος Α, σελ. 223. («ἀπάνω στόν ἀπούρανο ζυγώνει ἢ γρά τό γέρο...»).

76) Ἐρακάς

Κοινή Κρητική ὀνομασία, παραλλαγῆς τοῦ φυτοῦ πίσσον τό ἡμερον «*risum sativus*», ἀπό τούς καρπούς τοῦ ὁποίου παρασκευάζουν ἀφοῦ τούς ἀποφλοιώσουν μέ τό «χερόμυλο», τό γνωστό ὀσπριῶδες φαγητό «φάβα». Στήν πραγματικότητα ὁμως ἄρακάς εἶναι ὁ «ἄρακος» τοῦ Θεοφράστου, πού φυτρώνει αὐτοφυῆς στό νησί μας σάν ἀγριόχορτο καί νομευτικό φυτό. Λέγεται στή Κρήτη καί ἀγριόβικος. Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἐλλοβοκάρπων. Οἱ καρποί του εἶναι μικρότεροι τοῦ μπιζελιοῦ. Οἱ χωρικοί μας τόν μαζεύουν ὅταν τά λουβιά του εἶναι ἀκόμη τρυφερά, τόν ξηραίνουν καί τόν χρησιμοποιοῦν πρός διατροφή τῶν κατοικιδίων τους. Πολλές φορές φυτρώνει σάν ζιζάνιο μέσα στίς σπορές τοῦ κοινῦ μπιζελιοῦ. Καί οἱ χωρικές μας ὅταν παρασκευάζουν τά μπιζέλια γιά φαγητό, ἀφαιροῦν τά σπέρματα τοῦ ἀρακά πού θά συναντήσουν, γιατί ἂν τ' ἀφήσουν καί

φαγωθούν με τό φαγητό, προκαλοῦν ζαλάδες. Τά σπέρματα μάλιστα τοῦ ἀρακά πού ἀφαιροῦνετά λένε «παράκουκους». Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά σπέρματα ψημένα με ζύδι σάν μαλακτικά, σέ παθήσεις τῶν ζώων του ὅπως στό «κοράκι» τῶν χοίρων. «Κοράκι» λένε τά μικρά ἀποστήματα πού οἱ οἰκόσιτοι χοῖροι βγάζουν στό λαιμό τους.

77) Ἄρβουτος ἢ ἀνδράχλη

Κρητικό θαμνώδες φυτό τῆς οἰκογενείας τῶν ἐρεικοειδῶν *arbutus andrachle*. Φυτρώνει σέ ἄγονα ὑποορεινά ἐδάφη καί ἀπαντᾶ στίς περιοχές Ρεθέμνου-Χανίων. Λέγεται στίς περιοχές αὐτές κουμαργιά. Ἔχει μέτριο ὕψος, κορμό ξυλώδη με φλοιό ἐρυθρόφαιου χρώματος καί κόκκινο σαρκόδη καρπό χωρίς πυρήνα, τρωγόμενο.

Δέν γνωρίζω νά χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή θεραπευτική. Τό ξύλο του χρησιμοποιεῖται στήν κατασκευή οἰκιακῶν ἀντικειμένων. Ἀπό τοὺς καρπούς του τά κούμαρα, ἔβγαζαν κατόπιν ζυμωτικῆς προεργασίας, παληότερα τήν «κουμαρόρακι».

78) Ἄριγανιά

Δημώδης ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ ὀρίγανον «origanum». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν Χηλανθῶν. Ὑπάρχει σέ πολλά εἶδη. Στό νησί μας ὁμως φυτρώνει κυρίως τό ὀρίγανον τό μάρον. Εἶναι φυτό ἀρτυματικό, ἀρωματικό καί μυρεψικό. Στά φύλλα καί στόν καρπό του περιέχει αἰθέριο λάδι πού πέρνεται με ἀπόσταξι. Παληότερα τό λάδι αὐτό ἐρησιμοποιεῖτο ἀπό τήν ἐπίσημη θεραπευτική σάν φάρμακο ἀντισηπτικό καί ἀντινευραλγικό, σέ χρίσμα. Σήμερα χρησιμοποιεῖται μόνον στή μυροποιῖα καί στή ζαχαροπλαστική, τά δέ φύλλα του κονιοποιημένα σάν ἀρτυματικό στή μαγειρική. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τό «ἀριγανόλαδο» σάν φάρμακο παυσίπονο ἐπί κωλικῶν σέ σταγόνες ἐπάνω στή ζάχαρι καί ἐπί ὀδονταλγιῶν σέ ἐπίθιξι πάνω στά δόντια πού πονοῦν. Διαλυμένο σέ ληόλαδο τό χρησιμο-

ποιούν στις ρευματοπάθειες σέ επαλήψεις. Ἄλλά λόγω τῆς καυστικότητάς του προκαλεῖ ἐγκαύματα. Γι' αὐτό συνιστοῦμε τήν μὴ χρησιμοποίησή του ἢ τήν χρησιμοποίησή του μέ περίσκεψι.

79) Ἄρισμαρίς

Μέ τό ὄνομα αὐτό λένε στή Κρήτη τό φυτό δενδρολίβανο τό φαρμακευτικό «*rosmarinus officinalis*». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν χηλανθῶν. Ἀποτελεῖ τήν «λιβανωτίδα» τοῦ Διοσκουρίδη καί εἶναι φυτό ἀειθαλές. Τά ὑπέργεια μέρη του, οἱ ἀνθισμένες κορυφές καί τά φύλλα, περιέχουν αἰθέριο λάδι πού πέρνεται μέ ἀπόσταξι. Κύρια συστατικά του εἶναι τό πι-νένιο, τό καμφένιο, ἡ κινεόλη, ἡ βορνεόλη καί ἡ καφουρά. Χρησιμοποιεῖται στή παρασκευή τῆς κολώνιας.

Τά φύλλα καί οἱ ἀνθισμένες κορυφές του χρησιμεύουν σάν ἀρτυματικό στή μαγειρική καί γιά τόν ἀρωματισμό τοῦ ζαμπόν. Στή Κρήτη μ' αὐτό κάνουν τό «σαβόρι» (τηγανιτό ψάρι, στό τηγάνισμα τοῦ ὁποίου ἐκτός ἀπό λάδι προσθέτουν ξύδι καί ἀρισμαρί). Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιοῖ τά ὠφέλιμα μέρη τοῦ φυτοῦ σέ καταπλάσματα στίς αἰμορροΐδες καί σέ πυκνά ἀφεψήματα σέ επαλήψεις στίς φθειρες τοῦ ἐφηβαίου. Τόν χυμό ἀπό δροσερά κλαδιά ἀρισμαρί πού παίρνει μέ πολτοποιήση καί ἐκθλιψι τόν χρησιμοποιοῖ στόν «τριχοφᾶ» ὅπως λένε στό νησί μας τήν ἀλωπεκία. Τά ἀφεψήματα καί ἐγχύματα τῶν ἴδιων μερῶν σέ ἀναλογία 10:100 χρησιμοποιοῖ σάν φάρμακο ἀντιϋστερικό, πρᾶυντικό, ἀντισπασμωδικό, εὐστόμαχο, ἀντιεπιληπτικό καί ἀντιδιαβητικό. Τά ἴδια μέρη σέ πυκνά ἀχνιστά ἀφεψήματα προσθέτει μέσα στό νερό τοῦ λουτροῦ γιά τήν παρασκευή ἀρωματικοῦ λουτροῦ ἐπί ρευματισμῶν. Τέλος τήν σκόνη τῶν μερῶν αὐτῶν πού πέρνει μέ λειοτριβήσι ἀφοῦ πρῶτα τά ξηράνη σέ χαμηλή θερμοκρασία στό φούρνο ἢ στό τηγάνι, τήν χρησιμοποιοῖ βάζοντάς την μέσα σέ κρασί σάν φάρμακο ἀναστολῆς τῶν ἐχينوκκόκων. Κατά παράδοσι ὅσοι θέλουν νά μή βλέπουν κακά ὄνειρα βάζουν στήν Κρήτη κλωνάρια ἀρισμαρί μέσα στό μαξιλάρι τους.

80) Ἄρκουδόβατος ἢ ἀγριόβατος

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό σμίλαξ «smilax». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν λειριδῶν. Εἶναι ἀναρριχόμενο. Στή ρίζα του περιέχει τίς γλυκωσίδες σμιλακίνη καί σμιλασαπωνίνη, οἱ ὁποῖες ἔχουν ιδιότητες διουρητικές καί τονωτικές. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τό ἀφέψημα τῶν ριζῶν του καί ἐσωτερικά σάν φάρμακο δυναμωτικό καί ἀντιαναιμικό καί ἐξωτερικά σέ πλύσεις ἐπί δερματοπαθειῶν.

81) Ἄρμυρήθρα (ὄχι ἄρμυρίκι)

Κοινή ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ «Κρήσσα» «Cressa». Εἶναι ἐτήσια πόα τῆς οἰκογενείας τῶν χηλανθῶν. Φυτρώνει συνήθως στά παραθαλάσσια μέρη καί χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική ὁ χυμός του γιά τήν θεραπεία τοῦ χρονίου ἐκζέματος. Κι' ἐπειδή ἡ πάθησις λέγεται στή Κρήτη «μαγισίλι» λένε στή Κρήτη καί τό φυτό «μαγισιλόχορτο». Ὁ χυμός χρησιμοποιεῖται σέ ἐπαλείψεις ἢ καί ὀλόκληρο τό πολτοποιημένο φυτό, σέ ἐπιθέματα.

82) Ἄρμυρίκια

Μέ τό ὄνομα αὐτό συναντοῦμε στή Κρήτη τό φυτό Μυρική «Tamaris». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν μυρικῶδων. Τοῦ φυτοῦ ὑπάρχουν πολλά εἶδη τά ὁποῖα εὐδοκιμοῦν σέ ὑγρά καί ἐλώδη χωράφια ἢ στά ἄλμυρά ἐδάφη τῶν ἀκτῶν. Στό νησί μας εὐδοκιμοῦν ἡ μυρική ἢ Γαλλική πού φθάνει στό ὕψος τά 3-4 μέτρα καί ἡ Μυρική ἢ Γερμανική πού γίνεται ὑψηλότερη. Στεροῦνται ὄλα θεραπευτικῶν ιδιοτήτων ἀλλά καλλιεργοῦνται ὡς κοσμητικά στά παράλια μέρη πού δέν εὐδοκιμοῦν ἄλλα φυτά. Θεραπευτικό εἶναι μόνον ἡ Μυρική ἢ κηπαία.

83) Ἄρμπέτα

Ἔτσι λένε κατά τόν Γεννάδιο στή Κρήτη τό φυτό καρδιαγωγό τό Κρητικό «borrago Creticum». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν Βοραγγινιδῶν. Ἀποτελεῖ αὐτοφυές ξεχωριστό εἶ-

δος τῆς Κρητικῆς χλωρίδος ἀλλά ἐν πολλοῖς ἄγνωστο μέ τὴν ὀνομασία αὐτὴ στὶς ἀνατολικές ἐπαρχίες. Στά ἄνθη καὶ στοὺς βλαστοὺς του περιέχει ἄφθονα νιτρικά καὶ νιτρώδη ἄλατα. Κατὰ τὸν Γεννάδιο χρησιμοποιεῖται σὲ ἀφεψημάτα σὰν φάρμακο μαλακτικό ἐπὶ ἀναπνευστικῶν νοσημάτων καὶ διουρητικό καὶ διαφορικό.

84) Ἄρθηκας

Κοινὴ ὀνομασία στὴ Κρήτη τοῦ φυτοῦ Νάρθηξ «Ferula». Ἄνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν ἀκανθωδῶν. Ὄνομάζετο ἀπὸ τὸν Θεόφραστο «ναρθηκία». Οἱ ἀρχαῖοι τὸ συνέδεαν μέ τὸν Προμηθέα καὶ μέ τὴν κλοπὴ μέ αὐτὸ τῆς φωθῆς ἀπὸ τοὺς θεοὺς. Τὰ φύλλα καὶ οἱ καυλοὶ του θεωροῦνται τοξικά. Παλιότερα ἐχρησιμοποιοῦντο ἀπὸ τὴν θεραπευτικὴ σὰν ἀντιρευματικά σὲ ἐπιθέματα. Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ τὰ χρησιμοποιεῖ ἀκόμη βρασμένα μέ κρασί σὲ ἐπιθέματα γιὰ τὴν ἴδια ἀρρώστια. Χρησιμοποιεῖ ἀκόμη τὴν ρίζα του σὲ σκόνι πού πίνουν μέσα σὲ κρασί κατὰ κοχλιάρια τρὶς τῆς ἡμέρας ὡς φάρμακο κατὰ τῆς ὑπετροφίας τοῦ προστάτη. Ἄλλοι τοποθετοῦν τὴν ρίζα σὲ κρασί, τὴν ἐκθέτουν στὸν ἥλιο ἐπὶ 40 ἡμέρες καὶ πίνουν τὸ κρασί ἐπὶ τρεῖς ἐβδομάδες σὲ ποσότητα «ένός ζαρίφικου» (μισὸ κρασοπότηρο) τὴν ἡμέρα γιὰ τὸν ἴδιο σκοπό.

85) Ἄρχαγγελικὴ

Ἔτσι λένε στὴ Κρήτη τὸ φυτό ἀγγελικὴ «angelica» πού ἐγκλιματίσθηκε καὶ στὴ Κρήτη ἀπὸ τὴν μέση Εὐρώπη καὶ καλλιεργεῖται σὰν κοσμητικό. Ἄνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν σκιαδανθῶν. Στὴ ρίζα καὶ στά στελέχη του ὑπάρχουν αἰθέριο λάδι, ἀγγελικό ὀξύ, ἀγγελικίνη καὶ ἄλλα συστατικά. Ἀπὸ τὰ μέρη αὐτὰ τοῦ φυτοῦ παρεσκευάζοντο παλαιότερα τὸ βάλσαμο, τὸ ὕδατῶδες καὶ τὸ ροῶδες ἐκχύλισμα τῆς ἀγγελικῆς, πού ἐδίδοντο ἐπὶ τῆς πάλαι ποτέ γαστρικῆς ἀτονίας σὰν εἰδικό φάρμακο. Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ ἀφεψημάτα τῶν ἰδίων μερῶν τοῦ φυτοῦ, τὰ ὁποῖα ἔ-

χουν υπόπικρη γεῦσι ἀλλά εὐάρεστη ὁσμὴ, σὰν φάρμακο εὐ-
στόμαχο, πρᾶυντικό καὶ ὀρεκτικό.

86) Ἄρχοντόξυλο

Ἔτσι λένε στίς Δυτικές περιοχές τοῦ νησοῦ, τό φυτό
Ἔβενος ὁ Κρητικός, «Ebenus Creticus». Ἀνήκει στήν οἰκο-
γένεια τῶν ἔλλοβοκάρπων. Εἶναι αὐτοφυές, φυτρώνει ἐπάνω
σέ βράχους καί ἔχει κατακόκκινα ἄνθη. Τό ξύλο του ξηραι-
νόμενο γίνεται πάντα πολύ σκληρό καί πέρνει «σκούρους»
χρωματισμούς. Χρησιμοποιεῖται στή κατασκευή ἐπίπλων,
τῶν ὁποίων ἡ ἐπιφάνεια στίλβει ὅπως τό κρύσταλλο. Δέν
χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Θεραπευτική.

87) Ἄσημόχορτο ἢ Χρυσόχορτο

Ἄνομασία ἄγνωστου Κρητικοῦ φυτοῦ, πού ἡ ὑπαρξίς
καί τό ὄνομά του, περιβάλλονται ἀπό θρύλλους. Βρίσκεται
μόνο στό βουνό Νίδα, ἀλλά κατ' ἄλλους καί στή Δίκητη καί
στ' Ἀσπροβούνια. Εἶναι γνωστό μόνο σέ λίγους βοσκούς.
Τά πρόβατα ὅταν ἀρρωστήσουν τό γυρεύουν νά τό φᾶνε γιά
νά γίνουν καλά. Ὅσα πρόβατα τρῶνε ἀπ' αὐτό, ἀποκτοῦν
ἕνα χρυσό δόντι, πού διατηρεῖται χρυσό ἐπί πολλά χρόνια
μετά τό σφάξιμό τους. Ἀναφέρεται ἀπό τούς περιηγητές
τοῦ 16ου αἰῶνα.

Ἡ ἱστορία τοῦ Χρυσόχορτου ἀρχίζει ἀπό τήν Μυσκη-
νιά, τό λεπροχώρι τοῦ Ἡρακλείου. Ἐνας γέρος λεπρός ἔ-
φαγε τό σηκῶτι ἑνός ἀρνιοῦ πού εἶχε χρυσό δόντι. Τό σηκῶ-
τι ὅλη τήν νύχτα ἔβγαζε κατά τόν λεπρό μιά περίεργη «λαμ-
πηδόνα» πού ἔκανε τή σπηλιά του νά φεγγοβολᾷ. Παρά τοῦ-
το ἡ μεγάλη φτώχεια του τόν ἀνάγκασε νά τό τηγανίσῃ καί
νά τό φᾶῃ. Λίγες ἑβδομάδες ἀργότερα τά συμπτώματα τῆς
ἀρρώστιας του ἔφυγαν κι αὐτός ἔγινε τελείως καλά. Τήν θε-
ραπεία του τήν ἀπέδωσε στό σηκῶτι, μέ τήν περίεργη λαμ-
πηδόνα.

Μέ τό θέμα, ἀσχολήθηκαν ἄρκετοί. Οἱ Ἀνωγιανοί βο-
σκοί βεβαιώνουν ὅτι χρυσό δόντι βγάζουν πολλά πρόβατα

πού τρῶνε τό χόρτο νεβρίδα γιά τό ὁποῖο γράφομε, τήν ἀντίστοιχη λέξι. Ὅμως πρόσφατα πειράματα, πού χαρακτηρίσθηκαν ἀτελῆ, δέν ἔδωσαν κανένα ἀποτέλεσμα. Ἐτσι τό χρυσόχορτο δέν ἔχασε ἀκόμη τό μυστήριό πού τό περιβάλλει.

88) Ἄσιναπίδες ἢ Σιναπίδες

Στήν ἀνατολική Κρήτη λένε μ' αὐτό τό ὄνομα τοῦς τρυφεροῦς βλαστοῦς ἢ καί τό φυτό, ραφανίς ἢ ραφανίσκος «Rafanis rapanistrum». Ἀναφέρεται ἀπό τόν Διοσκουρίδη μέ τό ὄνομα «ραφανίς ἢ ἀγρία». Εἶναι φυτό αὐτοφυές καί ἀποτελεῖ ζιζάνιο τῶν δημητριακῶν. Τά ὑπέργεια μέρη του περιέχουν οὐσίες πού παρακινοῦν τήν ἔκκρισι τοῦ σαλιοῦ καί τῶν γαστρικῶν ὑγρῶν. Βραζόμενα ὁμως χάνουν τίς ιδιότητες αὐτές. Στήν ἀνατολική Κρήτη οἱ βλαστοί του λαχανεύονται βράζονται ὁμως πάντοτε μαζί μέ ἄλλα ἄγρια ἐδώδιμα χόρτα, γιάτί εἶναι πολύ ἀεριογόνοι.

89) Ἄσπρικοβότανο

Δημῶδες ὄνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ ὄρχις ὁ ἄρρη «Orchis Masculina» καί κατ' ἐπέκτασι καί ἄλλων φυτῶν τῆς οἰκογενείας τῶν ὄρχεοειδῶν, τά ὁποῖα εἶναι αὐτοφυῆ στό νησί μας, ὅπως ἡ ὄφρυς ἢ σφηκώδης, ἡ ὄφρυς ἢ Βουλφλεριος, ἡ ὄφρυς ἢ ὠμεγαφόρος, ὁ ὄρχις ὁ ὠραιανθής, ὁ ὄρχις ὁ ὠχρός, ὁ ὄρχις ὁ τετράστικτος καί ἄλλα.

Ὅλων αὐτῶν τῶν ὄρχεοειδῶν αἱ ρίζες περιέχουν βασορίνη, τραγακανθίνη, ἀραβίνη καί ἀρκετή ποσότητα ἀμύλου. Χρησιμοποιοῦνται δέ μετά τήν ἀφαίρεσι διά βρασμοῦ ἀπό αὐτές τοῦ αἰθερίου ἐλαίου πού περιέχουν. Μετά τόν βρασμό ἡ ρίζα κονιοποιεῖται, βράζεται μέ νερό καί ἀρωματίζεται μέ κανέλλα καί μοσχοκάρυδο. Ἐτσι ἀποτελεῖ τό γνωστό παχύρευστο πιτό τῶν ἀνατολίτων, πού λέγεται σαλέπι.

Τά ὄρχεοειδῆ δέν ἔχουν μελετηθεῖ ἐπιστημονικά. Ὁ ἴδιος ὁμως νομίζω ὅτι κρύβουν ἀξιόλογες ιδιότητες. Στό νησί μας δέν χρησιμοποιοῦν ἀπ' αὐτά, μόνο τοῦς ἀνθισμένους

καυλούς πού τούς λένε «κοβιούς». Τούς κάνουν όμελέτα σέ πολύ σιγανή φωτιά. Πιστεύεται όμως από τό λαό ότι ή ρίζα τοῦ φυτοῦ ἔχει άρρενογόνο δύναμη καιδιτι όποιος τή φάει ώμή ή βρασμένη κάνει άρσενικά παιδιά. Γι' αυτό τήν κυνηγούν οί γυναίκες πού γεννοῦνε μόνο κορίτσια. Ἡ αντίληψις όμως αὐτή ήταν γνωστή και κατά τήν άρχαιότητα. Τήν αναφέρει ό Διοσκουρίδης ό όποιος γράφει «...φύλλα δέ ό κυνός όρχις ἔχει κατά γῆς έστρωμένα περί τόν καυλόν. Ἐσθίεται δέ ή ρίζα ώς βολβός έψηθεΐσα. Και περί ταύτης δέ ίστορεΐται τήν μέν μείζονα ρίζαν ύπό άνδρων έσθιομένην άρρενογόνον εΐναι, τήν δέ έλάσσονα ύπό γυναικων θηλιογόνον».

90) Ἄσκελοτούρα

Κοινή Κρητική όνομασία τοῦ φυτοῦ «σκίλλα ή θαλασσία. «*Scilla Maritima*». Ἄνήκει στήν οίκογένεια τών λειριοειδών. Μέ τό ίδιο όνομα «σκίλλα» ήτο γνωστή και στους άρχαίους. Τίς θεραπευτικές της ιδιότητες άπαρριθμεΐ ό Διοσκουρίδης. Τήν έξυμνεΐ ώς «έχουσαν δύναμιν δριμεΐαν και ναρκωτικήν, πολύχρηστον κατά έchioδήκτων, υδρωπος, βηχός, άσθματος, δυσπεΐας, δυσεντερίας, χειμέτων κ.λ.π. (Περί Ὑλης ιατρικῆς 2,202). Ὁ Ἄθηναϊος τήν αναφέρει ώς «μυηφόνον» (ποντικοκτόνο). Ὁ δέ Θεόφραστος πού έγραψε γι' αὐτήν περισσότερα παντός άλλου εις τό περί φυτων ίστορίαί (viii 13,4, vii 13,6, ii 5,1 7,4 και v 6,10) αναφέρει ότι άνθίζει τρεΐς φορές τόν χρόνο (ποιεΐται δέ τάς άνθίσεις τρίς), ότι ἔχει μεγάλη βλαστικότητα σέ άγεώργητα έδάφη, ότι φυτρώνει και μένει άγήρατος και ότι μεταδίδει τήν βλαστικότητά της σέ άλλα φυτά έμφυτευόμενα εις αὐτήν.

Τή μεγάλη της βλαστικότητα και τό άγήρατο, τής τά έδωσε ή νεραΐδα Κάλλω, ή όποία τήν ράντισε μέ άθανατο νερό, πού ειχε βρεΐ στίς περιπλανήσεις της σέ βουνά και λαγκάδια. Ἡ παράδοσις έπιπολάζει και στη Κρήτη. Γι' αυτό ή άσκελοτούρα δέν «ποθαΐνει ποτέ και δέν ξοφλάται ποτέ, άπό τά χωράφια» όπως λένε οί Κρητικοί.

Εις τά όνειροκριτικά τοῦ Ἄρτεμιδώρου (Β' μετά Χρι-

στόν αιώνας) ἡ ἀσκελοτούρα ἀναφέρεται ὡς «λύκων φθαρτική». Τοῦτο συνδέεται μέ τή χρησιμοποίησι της κατά τούς ἐξορκισμούς τῶν «λυκομόρφων δαιμόνων (Rode σελ. 406) καί μέ τίς χθόνιες καί ἀλεξίκακες ιδιότητες πού τίς ἀπέδιδαν οἱ ἀρχαῖοι. «Λέγεται δέ» ἀναφέρει ὁ Θεόφραστος (φυτῶν ἱστορία vii 13,4), «καί πρό τῶν θυρῶν τῆς εἰσόδου φυτευθεῖσαν, ἀλεξιτήριον εἶναι τῆς ἐπιφερομένης δηλήσεως..». Τό ἴδιο ἀναφέρει καί ὁ Διοσκουρίδης (ii 22).

Ἡ σύνδεσις αὐτή ἐξακολουθεῖ νά παραμένῃ μέχρι σήμερο καί στό νησί μας, ἀφοῦ πολλοί τήν κρεμοῦν μέ τήν ἴδια ἀποτροπαϊκή σημασία, τήν πρωτομαγιά, στά «ἀνώφιλια» τῶν σπιτιῶν τους.

Γιά τήν σύνδεσι αὐτή ἔχω νά ἀναφέρω ὅτι εἶναι Μινωϊκῆς προελεύσεως, τόσο γιά τήν Κρήτη ὅσο καί γιά τήν Ἑλλάδα. Σέ ἓνα μινωϊκό δακτυλίδι πού ὁ Seager ἀνακάλυψε στόν Μόγλο-Σητείας (ἴδε Seager: Mochlos) σαφέστατα παρουσιάζεται ὁ βολβός μιᾶς ἀσκελοτούρας κρεμασμένος πάνω στή πρύμνη ἑνός πλοίου καί ἐπάνω στήν πύλη πού ἀπεικονίζεται μπροστά ἀπό τό πλοῖο. Αὐτό δείχνει ὅτι τό φυτό καί οἱ ἀποτροπαϊκές του ιδιότητες ἦσαν γνωστές στούς Μινωῖτες προγόνους μας.

Στήν ἀρχαία θεραπευτική, ἦτο γνωστό παρασκευάσμα τοῦ φυτοῦ, μέ τό ὄνομα «σκυλικόν ὄξος». Τό ἀναφέρει ὁ Διοσκουρίδης. Στή μεταγενέστερη καί πρόσφατη θεραπευτική ἦσαν γνωστά πολλά σκυλικά παρασκευάσματα. Ἀξιολογότερο ἢ κόνις ἀπό τούς βολβούς τοῦ φυτοῦ (*bulbus scillae sicutus*) πού ἐδίδeto ἐσωτερικά, σάν φάρμακο ἐμετικό, διουρητικό, καρδιοτονωτικό καί ἀνθελμινθικό. Οἱ βολβοί τῆς ἀσκελοτούρας περιέχουν σάκχαρο, ταννίνη, λάδι καί ρητίνες. Δραστικά τους δέ στοιχεῖα εἶναι οἱ γλυκοζῖτες σκιλλοτοξίνη, σκιλλοπικρίνη καί σκιλλίνη.

Ἀπ' αὐτούς ὁ καθηγητής Stoll πού ἀπό τήν ἀσκελοτούρα εἶχε ἀπομονώσει ἓνα μῆγμα γλυκοζιτῶν —τό *scillaren*— πού ἐδίδeto μέχρι πρόσφατα σέ σταγόνες σάν φάρμακο καρδιοτονωτικό καί διουρητικό. Ἀλλά καί στή μνήμη πολ-

λῶν γιατρῶν θά εἶναι ἀκόμη τό acetum scillae, τό tinctura scillae, τό extractum scillae, τό vinum scillae καί ἄλλα, πού σήμε-
ρα δέν χρησιμοποιοῦνται.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν χρησιμοποιεῖ τό φυ-
τό σάν ἐσωτερικό φάρμακο. Τό χρησιμοποιεῖ μόνον ἐξωτε-
ρικά σέ ἐπιθέματα μέ πολτοποιημένους βολβούς σάν φάρ-
μακο τῶν ἀρθρίτιδων καί τῶν ρευματισμῶν. Ἀκόμη στή
Κρήτη χρησιμοποιοῦν τοὺς πολτοποιημένους βολβούς ζυ-
μωμένους μέ ἀλεύρι σάν ποντικοκτόνο.

91) Ἀσκινοπόδι

Κοινή ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ ἐχινόφορος ἢ λε-
πτόφυλλος «Echinophora Taeniofolia». Εἶναι θάμνος πολυ-
κλαδος, ἀγκαθωτός, χρησιμοποιούμενος κυρίως σάν προ-
σάναμα, γιά τό ἄναμα τοῦ τζακιοῦ τήν παλιότερη ἐποχή.
Παλιότερα ὅταν ὑπῆρχαν ἀκόμη «τζάκια», τά χωριατόπου-
λα ἢ οἱ ἠλικιωμένοι ἔφερναν φορτία ὀλόκληρα στίς πολι-
τεῖες μέ τά γαιδουράκια τους. Μερικοί μάλιστα «διαλαλοῦ-
σαν» τό ἐμπόρευμα — ἀσκινοπόδια καλά— γιά ν' ἀκούσουν
οἱ νοικοκυρές. Ἡ φωτιά πού βγάζει εἶναι πολύ καυτερή καί
λέγεται «ἀσκινοποδάτη φωτιά». Τήν ἀναφέρει μιά Κρητική
μαντινάδα:

«Σάν τήν ἀδυνατή φωτιά τήν ἀσκινοποδάτη
μ' ἔκαψε ἡ ἀγάπη σου, ὦ τρισανάθεμάτη»

Τό φυτό δέν χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θε-
ραπευτική.

92) Ἀσκόλυμπος

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό σκόλυμος «Scolymus». Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν προσωπανθῶν. Χαίρει μεγά-
λης ἐκτιμήσεως στή Κρήτη τόσο σάν τροφή ὅσο καί σάν φυ-
τό θεραπευτικό. Τά ὑπέργεια μέρη του λαχανεύονται. Λαχα-
νεύονται ὅμως καί οἱ φλοιοί τῆς ρίζας του οἱ ὅποιοι μαγηρεύ-
ονται στή Κρήτη «ντελμπιέ» δηλαδή μέ λίγο ξύδι καί ἀλευ-
ράκι. Πιστεῶ ὅτι εἶναι ἴδιο φυτικό εἶδος στό νησί μας. Ἡ

λαϊκή θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τό ἀφέψημα ὄλων τῶν μερῶν, σάν ρόφημα διουρητικό, ἀντιπυρετικό καί δυναμωτικό.

93) Ἄσκορδουλάκοι

Κρητική ὄνομασία τῶν ἐδωδύμων «βολβῶν». Εἶναι ὑπόγειοι βλαστοί μὴ ἀκριβῶς καθωρισμένου φυτοῦ, πιθανόν ἰδίῳ Κρητικοῦ εἴδους, πού περιβάλλονται ἀπό χιτωνοειδῆ σαρκώδη περιβλήματα ὅπως τό κοινό κρεμμύδι. Μαζεύονται τούς χειμωνιάτικους μῆνες πρὶν βλαστήσουν, καθαρίζονται ἀπό τούς ἐξωτερικούς των χιτῶνες, πλύνονται καί βράζονται μέχρι νά ἀποβάλουν τήν πικρά γεῦσι πού ἔχουν. Ὕστερα τοποθετοῦνται σέ ζύδι καί τρώγονται σάν ἔδεσμα. Τό μέγεθός των εἶναι μικρό ἀλλά ἔχουν σχῆμα κρομυδοειδές. Ἀνήκουν στήν οἰκογένεια τῶν λειριοειδῶν καί πολύ πιθανόν νά ἀνήκουν στά ὄρχοειδῆ φυτά πού ἀνέφερα παραπάνω (ὄρχεις, ὄφρεῖς κ.λ.π.).

94) Ἄσκοτιτζάρα

Δημῶδες Κρητική ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Κώνειο τό σιτικό «Conium Maculatum». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν σκιαδανθῶν. Εἶναι φυτό ἐξαιρετικά δηλητηριῶδες καί ἔχει γίνει ὄνομαστό γιατί μ' αὐτό ἐξετελέσθηκε ἡ θανατική ποινὴ τοῦ μεγαλύτερου τῶν φιλοσόφων, τοῦ Σωκράτη.

Γνωστό φυτό στοὺς ἀρχαίους ἀναφέρεται ἀπό τόν Ἀριστοφάνη (Βάτραχοι στιχ. 123), τόν Ἴπποκράτη (σέ πολλά βιβλία του), τόν Θεόφραστο (φυτῶν ἱστορίαι ix 16), τόν Διοσκουρίδη (i. 575), τόν Πλίνιο (xxv. 95) καί τόν Γαληνό (XI 596).

Καθιερώθηκε σάν ἐπίσημο μέσο ἐκτελέσεως τῶν θανατικῶν ποινῶν στήν Ἑλλάδα ἀπό τῆς ἐποχῆς τῶν τριάκοντα τυράνων. Πρῶτος πού ὑπέστη μ' αὐτό τήν θανατική ποινὴ ἦταν ὁ ἀπό τήν Κέα στρατηγός Θηραμένης (ἴδε Ξενοφῶντος Ἑλληνικά Β, γ56). Ἀργότερα μ' αὐτό ἐξετελέσθησαν ἐπίσης ὁ Κριτίας, ὁ Πολέμαρχος, ὁ Σωκράτης, ὁ Φωκίων, ὁ Νι-

κοκλῆς, ὁ Θούδυπος, ὁ Ἥγῆμων, ὁ Ποθοκλῆς καί ὁ ρήτωρ Αἰσχίνης.

Τό φυτό οἱ Ἀθηναῖοι τό ἐπρομηθεύοντο ἀπό τήν Κρήτη, τήν Λακωνία καί τήν Κιλικία. «Ἐνεργέστατα δ' ἐστί τό Κρητικόν, τό Μεγαρικόν καί Ἀττικόν καί τό ἐν Χίῳ καί Κιλικία γενόμενον.» (Θεοφράστου ΙΧ-ΧVI, 16). Πρός θανάτωσι ἐχρησιμοποιοῦσαν τόν χυμό πού ἐβγαζαν μέ ἐκθλιψι ἀπό τά σπέρματα. Ἡ δόσις ἦταν καθωρισμένη (μία ὀγκή, δηλαδή 4,5 γραμμάρια) καί ἐστοίχιζε 12 ἀττικές δραχμές.

Ὅλα τά μέρη τοῦ φυτοῦ καί ἰδία τά σπέρματα περιέχουν πολλά ἀλκαλοειδῆ καί ἰδίως κωνεΐνη, ἢ κικουτίνη, ἡ ὁποία ἀποτελεῖ ἓνα ἀπό τά δραστικώτερα δηλητήρια τοῦ νευρικοῦ συστήματος. Περιέχουν ἀκόμη ρητινώδεις καί πεκτινικές οὐσίες.

Κατά τήν κλασσική καί τήν Ρωμαϊκή ἐποχή, ἐκτός ἀπό τήν χρησιμοποίησή του σάν μέσου ἐκτελέσεως τῆς θανατικῆς ποινῆς, μέρη τοῦ φυτοῦ ἐχρησιμοποιοῦντο καί ὡς φάρμακα, ὑπό μορφή καταποτίων, σέ διάφορες ἀλγινές καταστάσεις. Σύντομα ὁμως ἐγκατελήφθησαν γιατί ὅπως ἀναφέρει ὁ Διοσκουρίδης ἔφεραν συμβάσματα «...καί γάλα σβένυσι, μαστούς τε ἐν παρθενία κωλύει αὖξεσθαι καί διδύμους ἀτρόφους ποιεῖ ἐπί παιδίων.» (Διοσκ. Ι, 575).

Ἡ ἐπίσημη θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τό ἐκχύλισμα τοῦ φυτοῦ παλαιότερα ἐξωτερικά σέ ἐπαλήψεις.

Στό νησί μας φυτρώνει σέ παληοχέρσα, δροσερά χωράφια. Ἡ ρίζα του μοιάζει ρίζα σελίνου, ὁ κορμός του εἶναι μέσα κούφιος καί τά ἄνθη του εἶναι λευκά καί μικρά. Ἀρκετά ἄτομα τοῦ φυτοῦ συνήντησα στόν Ἀγιώργη τόν Βραχασώτη. Χαρακτηριστικά γνωρίσματά του εἶναι ἡ ἄσχημη ναυτιώδης μυρουδιά του καί ἡ πολύ πικρή γεύση του. Δέν χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή κρητικὴ θεραπευτικὴ.

95) Ἀσπάλαθος

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκομε στή Κρήτη τό φυτό Καλυκοτόμος «*Calycotomus*». Ἀνήκει στή τάξι τῶν ἐλοβοκαρπι-

δῶν. Εἶναι θάμνος ἀγκαθωτός γνωστός ἀπό τὰ ὥραϊα κίτρι- γά λουλούδια του καί τὰ καταπράσινα λουβιά του. Στή Κρή- τη ἡ ἄνθησις καί ἡ καρποφορία του σχετίζεται μέ τήν ὠτο- κία τῆς πέρδικας. «Ὅταν ἔχει ἀσπάλαθος ἀθό, ἔχ' ἡ πέρδι- κα αὐγό. Κι ὅταν ἔχει ἀσπάλαθος λουβιά ἔχ' ἡ πέρδικά που- λιά».

Τό φυτό δέν εἶναι κατ' οὐσία φαρμακευτικό. Ἡ λαϊκή ὁμως θεραπευτική τοῦ νησοῦ μας, χρησιμοποιεῖ τό λάδι του γιά τή θεραπεία τῶν «ἐγγισμάτων» (τῶν τριχοφύτων). Τό λάδι τό βγάζει ἀπό τὰ μεσοκαμένα χλωρά κλαδιά τοῦ φυ- τοῦ, τὰ ὅποια ὅπως ἀνάβουν ἀκόμη τὰ τρίβουν σέ μιά κρύα σιδερένια ἢ μπακιρένια ἐπιφάνεια. Μέ τό ὑγρό αὐτό πού τό λένε ἀσπαλαθόλαδο, ἐπαλείφουν τήν δερματοπάθεια πρωΐ- βράδου. Τά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ χρησιμοποιοῦνται στή μυρεψική.

96) Ἄσπερούλη ἢ Ἰδαία

Κρητικό φυτό, μέ τετράγωνο κλαδώδη καυλό ὕψους 25 περίπου ἑκατοστῶν, λογχοειδῆ φύλλα καί λευκά μυρωδάτα ἄνθη. Στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας. Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν Ρουβιιδιδῶν. Ἄπαντᾶ στούς βιοτόπους τῆς Δείκτης καί τοῦ Ἀφέντη-Λασσιθίου. Ὑπάρχει στό νησί μας σέ δύο εἶδη. Στό εἶδος Ἄσπερούλη ἢ Ἰδαία, «*Asperula Idaea*» πού φυ- τρώνει σέ πολύ ὀρεινά μέρη καί στό εἶδος Ἄσπερούλη ἢ εὖο- σμος «*Asperula Odorata*», πού φυτρώνει σέ ἀσβεστώδη καί ἀργιλώδη ἐδάφη σέ λόφους καί ὑποορεινές περιοχές.

Τό δεύτερο εἶδος σέ πολλές περιοχές τό λένε «μυρωδά- το» καί χρησιμοποιοῦν τὰ ὑπέργεια μέρη του σέ ἀφεψήμα- τα, σάν ρόφημα ἀρωματικό. Τά ἴδια μέρη τὰ τοποθετοῦν στά ντουλάπια τους γιά νά προστατέψουν τὰ ἀσπρόρουχά των ἀπό τόν σκῶρο. Τά ἴδια μέρη εἶναι ἄριστο τρόφιμο γιά τίς ἀγελάδες καί μερικοί μάλιστα τό χρησιμοποιοῦν γιά νά ἀρωματίσουν τό κρασί τους, τοποθετώντας το στά βαρέλια μαζύ μέ τόν μουστο, πρὶν ἀρχίση ἡ ζύμωσις.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τὰ ἄνθη

τοῦ φυτοῦ, πού μαζεύονται τόν Ἰούλιο καί Αὐγουστο, σέ ἀφεψήματα, σάν φάρμακο χολαγωγό, ἐμμηναγωγό καί νευροπραϋντικό.

97) Ἀστήρ ὁ Κρητικός

Κρητική πόα μονοετής ἢ πολυετής τῆς οἰκογενείας τῶν συνανθήρων, «*Aster Creticus*». Στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας. Φυτρώνει σέ ὄρεινές καί ὑποορεινές περιοχές. Δέν εἶδα νά χρησιμοποιεῖται στή θεραπευτική.

98) Ἀστοιβίδα

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Ποτήριο τό ἀκανθώδες, «*Poterium Spinoso*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ροδοειδῶν. Ἀναφέρεται ἀπό τοὺς ἀρχαίους ὡς φυτό φαρμακευτικό. Χρήσιμα μέρη του εἶναι τά φύλλα, οἱ καρποί καί οἱ ρίζες του. Τά ὑπέργεια μέρη του πινόμενα σέ ἐγχυμα, ἔχουν ἰδιότητες διουρητικές καί σέ γαργάρες εἶναι ἀντιφλεγμονώδη.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τίς ρίζες τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα σάν ἄριστο ὑποτασικό φάρμακο. Σέ συνδυασμό δέ μέ ρίζες βάτου σάν ρόφημα εὐστόμαχο καί δυναμωτικό.

Ἡ μέ σκοῦρα φύλλα ἀστοιβίδα λέγεται στή Κρήτη αἱματόχορτο καί τό ἀφέψημά της δίδεται σάν ἀντιαιμορραγικό καί αἰμοστατικό φάρμακο.

99) Ἀστύρακας

Δημώδης Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Στύραξ «*Sty-gax*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν στυρακωδῶν. Ἦταν γνωστό στους ἀρχαίους καί ἀναφέρεται ἀπό τόν Διοσκουρίδη. Ἦμα χαραχθῆ ὁ κορμός του βγάζει μιά ρητινώδη οὐσία (τό στύρακα τῶν ἀρχαίων) ἢ ὁποία περιέχει βενζοϊκόν αἰθέρα, κυναμικό ὀξύ καί ρεζιτανόλη. Στή Κρήτη ἡ ρητίνη αὐτή εἶναι γνωστή σάν «μπουχοῦρι» καί ἀποτελοῦσε παλιά τό λιβάνι μέ τό ὅποιο οἱ Τοῦρκοι ἐλιβάνιζαν τά τζαμιά τους. Μέ τήν ἴδια ρητίνη οἱ Τουρκοκρητικές κατασκευάζαν, διαλύον-

τάς την σέ ληόλαδο, τό «μπουχουρόλαδο» πού τό χρησιμοποιοῦσαν καί σάν ἀντιρευματικό φάρμακο καί σάν καλλυντικό.

Ἡ ρητίνη τοῦ στύρακα ἐχρησιμοποιεῖτο παλιότερα ἀπό τή ἐπίσημη θεραπευτική γιά τήν παρασκευή βαλσαμικῶν, ἀποχρεμπτικῶν καί τροποποιητικῶν τῶν βρογχικῶν ἐκκρίσεων, παρασκευασμάτων. Σήμερα δέν νομίζω νά χρησιμοποιεῖται.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τήν ρητίνη αὐτή κονιοποιημένη σάν φάρμακο ἀφροδισιακό. Τήν χορηγεῖ σέ ποσότητα μιᾶς πρέζας μέσα σέ λίγο κρασί, ἅπαξ τῆς ἡμέρας. Σέ ἐπιπάσεις, τήν χρησιμοποιεῖ πρὸς ἐπούλωσι ἐγκαυμάτων, ἀτόνων ἐλκῶν καί δερματοπαθειῶν. Διαλυμένη σέ λάδι τήν χρησιμοποιεῖ τόν χειμῶνα στίς χιονίστρες. Τέλος τήν ἴδια ρητίνη διαλυμένη σέ δυνατὸ ξύδι, τήν χρησιμοποιεῖ σάν καλωπιστικό πρὸς λέπτυνσι τοῦ δέρματος καί πρὸς ἀφαίρεσι διαφόρων κηλίδων ἀπό τό δέρμα.

100) Ἀσφένταμος

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ «σφένδαμος ὁ Κρητικός, «Acer Creticus». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν σαπινδιδῶν. Τό ξύλο του εἶναι «εὐέργαστο» καί χρησιμοποιεῖται ἀπό τοὺς Κρητικούς βοσκούς πρὸς κατασκευή κομψοτεχνημάτων καί οἰκιακῶν σκευῶν. Κατά τήν ἐπεξεργασία του ὁμοῦς πολλοὶ πάθαιναν σοβαρὲς ἀρρώστιες καί μερικοὶ πέθαιναν. Τοῦτο συντέλεσε νά θεωρεῖται τό δένδρο ἐκδικητικό καί νά ἀποφεύγεται ἢ χρησιμοποιήσῃς του. Μεταγενέστερες ἔρευνες ἀπέδειξαν ὅτι στό φλοιό τοῦ δένδρου ἀναπτύσσεται μιᾶ σπορογόνος μούχλα τό *Cryphostroma Corticalis* πού κατά τήν ἀποφλοιώσει τοῦ ξύλου ἐμόλυνε τοὺς ἐκτελοῦντας τήν ἀποφλοιώσει καί τοὺς προκαλοῦσε πνευμονίτιδες, ἀπό τίς ὁποῖες μερικοὶ ὑπέκυπταν.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά φύλλα καί τά ἄνθη τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακα μαλακτικά καί ὑπακτικά.

101) Ἀσφεντηλιά

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Ἀσφόδελος «Asphodelos». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν λειριοειδῶν. Διακρίνεται στόν στενόφυλλο, στόν κοῖλο μέ κούφιο στέλεχος καί στόν κλαδώδη.

Ἀναφέρεται ἀπό τούς ἀρχαίους οἱ ὁποῖοι ἐπίστευαν ὅτι μέ τίς ρίζες του ἐτρέφοντο οἱ νεκροί. Περιγράφεται ἀπό τόν Ὅμηρο (Ὀδυσ. π, 538), τόν Ἡσίοδο καί τόν Ἡρόδοτο.

Τά ἀνθισμένα κλαδιά του λέγονται στήν Ἀνατολική Κρήτη «Μάρτηδες». Μ' αὐτά τήν πρώτη τοῦ Μάρτη κτυποῦν τίς πλάτες ὁποιοῦ συναντήσουν, λέγοντάς του «Μάρτης εἶναι, μάρτεψε καί κάμε πῆγες τό λαρδί καί πιθαμές τό ξύγκι...».

Οἱ ρίζες τοῦ φυτοῦ περιέχουν μεγάλες ποσότητες ἀμύλου ἀπό τίς ὁποῖες μέ εἰδική κατεργασία μπορεῖ νά παραχθῇ οἰνόπνευμα. Ἀπό τίς ἴδιες ρίζες ἀφοῦ τίς ξεράνουν, τίς κονιοποιήσουν καί τίς ἀνακατέψουν μέ ἀλεύρι ἀπό κορκοσίτερο κάνουν τήν γνωστή κολλητική ὕλη τῶν «τζαγκάρηδων» (ὑποδηματοποιῶν), τό «τσιρίχι».

Ὁ Ἴπποκράτης τίς ρίζες τοῦ ἀσφοδέλου τίς χρησιμοποιοῦσε σάν φάρμακο στή θεραπεία τῶν πλευριτίδων, τῶν οἰδημάτων καί τοῦ ἀσκήτη. Οἱ βυζαντινοί γιατροί τίς χρησιμοποιοῦσαν σέ σκόνι ἢ πολτοποιημένες μέσα σέ κρασί, σάν φάρμακο διουρητικό, ἐμμηναγωγό καί σάν ἀντίδοτο στούς ἐρπετοδῆκτους. Ὁ Διοσκουρίδης ἀναφέρει ὅτι μέ τήν τέφρα τῶν ριζῶν ἐθεράπευαν τόν τριχοφᾶ καί τή τριχόπτωση «καεῖσα δέ ρίζα τῆς τέφρας ἐπιπλασσομένης ἀλωπεκίας δασύνει».

Ἡ ἴδια στάχτη ψηνομένη μέ λάδι ἐθεράπευε τίς χιονίστρες. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά «παρὰβύζα» τοῦ φυτοῦ, δηλαδή τίς ρίζες του, πολτοποιημένα μέ μέλι, σάν μαλακτική ἀλοιφή ἐπί ἀποστημάτων καί δοθηίων. Χρησιμοποιεῖ ἀκόμη τήν σκόνι τους σάν πούδρα ἐπί τῆς νόσου «λεύκης».

Ἡ Κρητική θυμοσοφία λέει ὅτι «οἱ ἀσφεντηλιές δέν κά-

νουν μεσοδόκια». Δηλαδή για τίς σοβαρές δουλειές δέν κάνουν ἄψυχοι ἄντρες. Ὅμως ὁ Ἄραμπιστάνης, ὁ πρακτικός ὀρθοπεδικός τῆς Νεάπολις τοῦ Μεραμπέλου, ἔδενε ἄριστα τὰ κατάγματα, χρησιμοποιώντας ξηρά στελέχη τοῦ φυτοῦ.

Μέ τὰ στελέχη αὐτά, ὅπως καί μέ τὰ ξερά στελέχη τοῦ ἄρτυκα, κάναμε ὅσα παιδιά γεννηθήκαμε στά χωριά, «τά μυλαράκια» μέ τὰ ὅποια παίζαμε.

102) Ἄτεκνόχορτο

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκεται στή Κρήτη τό φυτό Βίαιο ἢ Δίαιο «Biarum».

Λέγω δέ βρίσκεται, γιατί σπανίζει καί γιατί πολύ λίγοι ἀπό τοὺς ἀγρότες μας τό γνωρίζουν. Τό λένε καί στεριοβότανο καί καλικάντζα. Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἀροειδῶν. Φυτρώνει σέ σκιερά μέρη ἀλλά σέ περιοχές ἡμιορεινές. Εἶναι κονδυρόριζο καί οἱ κόνδυλοι του φθάνουν τό μέγεθος τοῦ φουντουκιοῦ. Τό συναντοῦμε ὅμως μέ δυσκολία. Τόσο γιατί εἶναι μικρό καί δέν μᾶς κάνει ἐντύπωσι ὅσο καί γιατί στήν ἀνάπτυξί του παρουσιάζει ἰδιοτυπίες. Ἄνθιζει τό φθινόπωρο πρὶν νά βγάλει τὰ φύλλα του. Καί τὰ φύλλα του ἀρχίζουν νά βγαίνουν ὅταν τὰ ἄνθη του ἔχουν ξεραθεῖ. Ἐπί πλέον οἱ καλλιέργειες τό ἔχουν ἐξαφανίσει.

Χλωρό ὄλο τό φυτό εἶναι δηλητηριῶδες. Οἱ κόνδυλοι του ὅμως βραζόμενοι χάνουν τήν τοξικότητά τους καί γίνονται φαγώσιμοι.

Ἄπό τοὺς ἀρχαίους ὡς ἀτεκνόχορτο ἀναφέρεται ἡ «μικρά Δρακωδία» τοῦ Διοσκουρίδη (B, 196). Τό φυτό αὐτό τό ταυτίζουν μέ τό Ἄρον τό Ἰταλικό. Οἱ κόκκοι τοῦ φυτοῦ αὐτοῦ ἀναφέρει ὁ Διοσκουρίδης «ποθέντες μετά ὀξυκράτου, ἐξαμβλώσκουσι καί τήν ὀσμὴν δέ φασι μετά τόν μαρασμό τῆς ἀνθήσεως τῶν ἄρτι συνειλημμένων ἐμβρύων, φθαρτικὴν εἶναι».

Ἐχω τήν γνώμη ὅτι τό Κρητικό ἀτεκνόχορτο εἶναι ἰδιαίτερο εἶδος. Φαίνεται μάλιστα νά ἀποτελοῦσε τήν ἐκ παραδόσεως «μυστικὴ γνώσι» τῶν παλαιῶν πρακτικῶν «μαμήδων» τοῦ νησιοῦ, οἱ ὁποῖες ἐχρησιμοποιοῦσαν τό μὲν ἀφέ-

ψημα τῶν κονδύλων σᾶν ἐκτροφικό, τούς δέ κονδύλους τοῦ φυτοῦ σᾶν στειρωτικούς. Καί μέ τά δυό πάντως μπορούσαν νά προκαλέσουν προσωρινή ἢ καί μόνιμη στειρώσει σέ ζῶα, σέ ἄνδρες καί γυναῖκες.

Στή Κρητική λαογραφία γίνεται συχνά λόγος γιά τό ἀτεκνόχορτο. Δέν ἀποκλείω ὅσα λέγονται νά εἶναι θρύλλοι. Ὅμως τό φυτό δέν ἔχει ἀκόμη μελετηθεῖ ἐπιστημονικά.

103) Ἄτζιγκνίδα

Δημώδης Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Κνίδα «Utrica». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν κνιδωδῶν. Ὀλόκληρο τό φυτό περιέχει νιτρικό ἀσβέστιο, πυρίτιο, ὀξειδιο τοῦ σιδήρου καί ἀμμωνιοῦχο ἀνθρακικό ὀξύ στό ὅποιο ὀφείλεται ὁ ἔντονος κνησμός ἐκείνου πού τό ἐγγίζει.

Πολύ παλιά ἐχρησιμοποιεῖτο αὐτούσιο τό φυτό σέ ἐντριβές ἐπί παραλυτικῶν, ληθαργικῶν καί ἀποπληκτικῶν καταστάσεων. Σήμερα δέν χρησιμοποιεῖται.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά σπέρματα καί τίς τρυφερές κορυφές τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψημάτα σᾶν φάρμακα μαλακτικά, αἰμοστατικά καί κατά τῶν αἱμοπτύσεων τῶν φυματικῶν. Οἱ Κρητικοποῦλες τά ἀφεψημάτα αὐτά τά χρησιμοποιοῦν σᾶν λοσιόν γιά τό μέγλωμα τῶν μαλλιῶν. Καί οἱ ἀγρότισες τό κονιοποιοῦν ἀφοῦ τό ξεράνουν καί τό δίδουν μέ ἀλεύρι στίς κότες τους γιά νά αὐξήσουν τήν ὠτοκία τους.

Κατά τήν Γερμανική κατοχή ἐχρησιμοποιήθη εὐρύτατα στίς Ἀθήνες ἀπό τίς λαϊκές μάζες, βραζόμενο σᾶν ἐδώδιμη βροῦβα, γιά διατροφή.

104) Ἄτριβόλοι

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Τρίβολος, «Tribelus», τῆς οἰκογενείας τῶν ζυγοφυλλιδῶν. Εἶναι τό γνωστό κτηνοτροφικό ζιζάνιο. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική τό χρησιμοποιεῖ σέ ἀφεψημάτα κατά τῶν πόνων τῆς δυσμηγορροίας καί ἐπί νεφρικῶν κωλικῶν.

105) Ἄτσουμαλιά

Μέ τό ὄνομα αὐτό, βρίσκομε στή Κρήτη, τό φυτό Κράταιγος ὁ Ἀνατολικός «*Crataegus Orientalis*», τῆς οἰκογενείας τῶν ροδοειδῶν καί κατ' ἄλλους φλομοειδές φυτό τῆς οἰκογενείας τῶν σκροφουλαροειδῶν. Φυτρώνει σέ ξεροχώ-
ραφα καί ἔχει χυμό γαλακτώδη, μέ τοξικές ιδιότητες. Κατα-
πινόμενος ὁ χυμός αὐτός, προκαλεῖ γαστρεντερικές διατα-
ραχές, μέ αίματηρή διάρροια.

Οἱ βοσκοί τοῦ νησοῦ τόν χρησιμοποιοῦν πολλές φορές γιά νά τυροκομίσουν, γιάτί λένε ὅτι ἔχει τήν ιδιότητα νά «πήση» τό γάλα. Ὄταν ὁμως προσθέσουν στό ὑπό τυροκο-
μία γάλα μεγαλύτερη ποσότητα τοῦ δέοντος, τό παραγόμε-
νο τυρί προκαλεῖ γαστρεντερικές διαταραχές. Ἀκόμη γιά
νά «ξεφορτωθοῦν» ἐνοχλητικούς ἐπισκέπτες, ρίχνουν μιά
σταγόνα ἀπό τόν ὀπό στό γάλα πού θά τοῦς δώσουν νά
πιοῦν, μέ ἐπακόλουθο νά τοῦς προκαλέσουν πεπτικές δια-
ταραχές καί νά τοῦς κάνουν νά μήν τοῦς ἐπαναεπισκευ-
θοῦν.

Πολλοί τέλος γεωργοί ψαρεύουν μέ τό φυτό. Τό ρίχνουν
σέ λακκοῦβες στήν ἀκροθαλασσά καί ναρκώνουν τά ψά-
ρια. Τό ἀλίευμα ὁμως προκαλεῖ σχεδόν πάντοτε γαστρεντε-
ρικά ἐνοχλήματα.

Ἡ λαϊκή θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ἄνθη τοῦ φυτοῦ,
σέ ἀφεψήματα πραιντικά.

106) Ἄφορδακίδα

Ἔτσι λένε στή Κρήτη γενικά, τά φυτά Βατράχια,
Ranunculus. Ὄπως ἀναφέραμε, τά φυτά αὐτά ἀνήκουν στήν
οἰκογένεια τῶν βατραχιοειδῶν, ἡ ὁποία περιλαμβάνει πολ-
λά γένη (δελφίνια, ἀνεμῶνες, ἀκόνιτα, κάλθες καί ἄλλα) ἀ-
παντῶντα καί στό νησί μας. Ἰδιαίτερο γένος εἶναι τό γένος
Βατράχιο, τοῦ ὁποίου ὅπως ἀναφέραμε καί παραπάνω ἀνή-
κουν τό βατράχιο τό Κρητικό, τό βατράχιο τό ὀλέθριο, τό
βατράχιο τό κομβόριζο, τό βατράχιο τό ἀκιδωτό, τό βατρά-
χιο τό χνοῶδες καί ἄλλα.

Όλα τὰ βατράχια εἶναι φυτὰ δηλητηριώδη. Ἡ χρησιμοποίησις των εἶναι ἐπικίνδυνη. Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὸ ἀναφερόμενο βατράχιον, δηλαδή τὴν ἀφορδακίδα, πολτοποιημένην σὲ ἐξωτερικὰ ἐπιθέματα, ἐπὶ τριχοφύτων.

107) Ἄφράτο

Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ τύφη «tyrha», τῆς οἰκογενείας τῶν τυφοειδῶν. Στὸ νησί μας φυτρώνει ἡ τύφη ἢ πλατύφυλλος, πού χρησιμοποιεῖται στὸ «γέμισμα» τῶν σωμαριῶν καὶ ἡ τύφη ἢ στενόφυλλος πού χρησιμοποιεῖται γιὰ τὸ πλέξιμον τοῦ δαπέδου τῶν καρεκλῶν. Τὸ φυτὸ δὲν εἶδα νὰ χρησιμοποιεῖται ἀπὸ τὴν λαϊκὴν Κρητικὴν θεραπευτικὴν.

108) Ἄχιμάδες

Ἔτσι λένε στὴ Κρήτη γενικὰ ὅλα τὰ φρυγανώδη φυτὰ (θυμάρια, ἄσκινοπόδια, ἀλαναδιές, φασκομηλιές) πού χρησιμοποιοῦνε σὰν προσάναμα στὸ ἄναμα τῆς φωτιᾶς, πού στρώνουν χᾶμω σὰν πρόχειρον ἐξωχικὸν στρῶμα γιὰ νὰ ξαπλώσουν καὶ πού ἀκόμη δένουν σὲ δεμάτια, πού τοποθετοῦν μπροστὰ ἀπὸ τὸ μέρος πού φυσάει ὁ ἀέρας ὅταν ἀλωνίζουσι (βορόσκιο ὅπως λένε) γιὰ νὰ μὴ τοὺς πέρνει τὸ ἀλώνισμα.

Ἡ λέξις χρησιμοποιεῖται στὶς ἀνατολικὰς ἐπαρχίας τοῦ νησοῦ καὶ ἐκφράζει μεταφορικὰ τὸ ἄσημον, τὸ ἀνούσιον καὶ τὸ ἄχυμον. Ἔπρεπε μάλιστα νὰ ἐγράφετο μέ χι ὕψιλον, πού θὰ ἐξέφραζε τὸ ἄνευ χυμοῦ πρᾶμμα.

«Ἄχιμάδα» λένε τὴ φτωχὴν γυναῖκα, τὸν ἄσημον ἄνδρα καὶ τὸ ἄγονον χωράφι. Συχνὰ τὴ λέξις τὴ βρίσκομε στὶς Κρητικὰς μαντινάδας :

«Τὰ πόδια τζ' εἶν' ἀχιμαδιᾶς, τ' ἀτζά τζης εἶναι θιαμπόλια
κι' οἱ κῶλοι τζης εἶναι στρογγυλοὶ σᾶ σιδερένια βόλια»

«Κι' ἄν ἔχης δεκοχτῶ γαμπρούς γῆ δεκοκτῶ νυφάδες
κακὸ βορόσκιο κᾶνουσι οἱ ξένες ἀχιμάδες»

Τὸ τελευταῖον δίστιχον ὑπονοεῖ πῶς ἀπὸ τοὺς γαμπρούς καὶ τίς νυφάδες, οἱ γέροι γονεῖς, δὲν πρέπει νὰ περιμένουν οὐσιαστικὴν βοήθειαν. Ἡ θεραπευτικὴν χρησιμοποίησις τῶν φυτῶν αὐτῶν ἀναφέρεται στὶς οἰκειὰς ὀνομασίας τοὺς.

B

109) Βαγιά

Κοινή Κρητική ονομασία του φυτού Φοίνιξ «Phoenix». Λέγεται και χουρμαδιά. Ἀνήκει στην οικογένεια των Φοινικωδών. Ἦταν γνωστό στους ἀρχαίους. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Ὅμηρο, τόν Πausανία καί τόν Στράβωνα. Ἡ Ἑλληνική μυθολογία τό συνδέει μέ τή γέννησι τοῦ Ἀπόλλωνα.

Στό νησί μας φυτρώνουν δύο εἶδη: Ὁ φοίνιξ ὁ δακτυλοφόρος Phoenix Dactylifera καί ὁ Φοίνιξ ὁ χαμαιριφής Phoenix chamerops. Καί γιά τά δύο εἶδη μᾶς ἀναφέρει ὁ Θεόφραστος (Φυτῶν ἱστορία Β, VI, 9-11). Γιά τόν δεῦτερο μάλιστα λέει ὅτι «πολλοί δέ καί ἐν τῇ Κρήτῃ γίνονται.

Δοθέντος ὅτι ὁ Θεόφραστος ἔζησε τό 372 μέ 287 πρ.Χρ., τό «φοινικόδασος τοῦ Βαΐ» στή Σητεία, δέν μπορεῖ νά γεννήθηκε ἀπό τά κουκούτσια τῶν χουρμάδων πού ἔτρωγαν οἱ Ἀραβες κατακτητές τοῦ νησιοῦ, ἀλλά προϋπῆρχε ἀπό τήν ἐποχή τοῦ Θεοφράστου.

Τά κλαδιά τοῦ φοίνικα πού στή Κρήτη λέγονται κι' αὐτά «βαγιά», ἐθεωροῦντο ἀπό ἀρχαιοτάτης ἐποχῆς σάν σύμβολο τῆς νίκης. Ἀπό τοὺς Ἑβραίους ἐχρησιμοποιοῦντο κατὰ τίς μεγάλες τους ἐορτές. Μέ τέτοιους κλάδους ὑπεδέχθησαν τόν Χριστό, μικρόν πρό τοῦ πάθους του, εἰσερχόμενο στήν Ἱερουσαλήμ, ὅταν ἦρχετο ἀπό τήν Βηθανία. Πρός ἀνάμνησι κατὰ τήν ἐορτή τῶν Βαΐων, ἡ ἐκκλησία μας μοιράζει στοὺς ἐκκλησιαζομένους ἐκεῖνη τήν ἡμέρα στήν Κρήτη, σταυροὺς καμομένους ἀπό βαγιά.

Οἱ φοίνικες τοῦ νησιοῦ δέν ὠριμάζουν πλήρως τοὺς καρπούς τους. Γι' αὐτό στό νησί δέν ἔχομε «χουρμάδες» Κρητικῆς προελεύσεως. Γιά νά γίνουν πρέπει ὅπως λένε «νά ταῖσθῃ» τό φυτό. Δηλαδή νά τοῦ κρεμάσουν κοντά στά σταφύλια του, δέσμες ἀπό ἄρρενα ἄνθη.

Οἱ χουρμάδες ἀνήκαν παλιὰ στά στηθικά εἶδη τῆς ἐπίσημης θεραπευτικῆς. Ἡ Γαλλική μάλιστα φαρμακολογία τοὺς κατέτασε στά ἀποχρεμπτικά. Ἡ λαϊκή Κρητικὴ θερα-

πευτική τούς χρησιμοποιεῖ – φερμένους ἀπό τήν Ἄφρική – , σάν φάρμακο μαλακτικό, ἀποχρεμπτικό καί ὑπακτικό. Μέ χουρμάδες, χαμομήλι, δυναμική καί μέλι παρασκευάζει ματζούνη ὑπακτικό. Μέ σταφίδες δέ, σύκα καί χουρμάδες, παρασκευάζει ἀφέψημα ἀποχρεμπτικό, ἀντιβηχικό καί διουρητικό.

110) Βάρσαμος

Μέ τό κοινό αὐτό ὄνομα λένε στή Κρήτη τό φυτό Ἄθανασία ἢ κοινή, «Tanacetum vulgare». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν συνθέτων. Εἶναι φυτό ἀρτυματικό καί χρησιμοποιεῖται στή μαγειρική.

Ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖται σέ ἀφεψήματα, σάν φάρμακο ἀντιϋστερικό, ἀντιεμετικό καί ἀντιδυσπεπτικό. Τά ὑπέργεια μέρη του πολτοποιημένα, τά προσδένει στίς ἐσωτερικές ἐπιφάνειες τοῦ πήχεως κοντά στόν καρπό, σάν φάρμακο ἀντιπυρετικό καί διαφορικό. Τά ἴδια μέρη ἀνακατωμένα μέ σταγόνες ληόλαδου, τά χρησιμοποιεῖ σέ ἐπιθέματα, ἐπουλωτικά τῶν ἐγκαυμάτων. Ἄκόμη τά χρησιμοποιεῖ πολτοποιημένα διά μασήσεως σάν «ἀντίψυχο» (ἐπίθεμα στή ξιφομοφαλική χώρα ἢ στό «φάλι») ἐπί κοιλιακῶν ἢ στομαχικῶν πόνων.

111) Βασιλικός

Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ὠκιμον τό εὐῶδες, *Ocimum odoratissimum*. Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν χειλανθῶν. Κατάγεται ἀπό τίς Ἰνδίες. Ὁ χρόνος ὅμως μεταφορᾶς του χάνεται στά βάθη τοῦ παρελθόντος, γι' αὐτό θεωρεῖται σάν φυτό ἰθαγενές.

Ἦταν γνωστό στούς ἀρχαίους. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Ἴπποκράτη, τόν Θεόφραστο, τόν Κέλσο, τόν Διοσκουρίδη καί τόν Γαληνό. Σήμερα εἶναι τό κοινότερο καί ἀγαπητότερο μυριστικό τοῦ λαοῦ μας. Σχετίζεται πολύ μέ τίς ἐκκλησιαστικές τελετές καί κυρίως μέ τήν ἑορτή τοῦ Τιμίου σταυροῦ, στήν ἀνακάλυψι τοῦ ὁποίου κατά παράδοσι, συνετέλε-

σε. Στό νησί μας καλλιεργούνται τρία είδη βασιλικού. Ὁ σγουρόφυλλος, ὁ πλατύφυλλος καί ὁ μικρόφυλλος. Ἡ Κρητική μοῦσα τόν ἔχει τιμήσει πολύ σέ δίστιχα καί τραγούδια της.

«Μυρίζουν οἱ βασιλικοί, μυρίζουν κι' οἱ βαρσάμοι
μά σ' ἄν μυρίζει ὁ φόνιμος, βαρσάμοι δέν μυρίζουν
βαρσάμοι γή βασιλικοί, μηδέ καρεμφυλλάτο.....»

(Ὁ Γάμος ἐν Κρήτη, Βλαστοῦ).

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική τόν χρησιμοποιεῖ ἀποξηραμένο σέ ἀφεψήματα, σ' ἄν φάμακο πρᾶυντικό, ἀντινευρικό, εὐστόμαχο καί ἀντιπυρετικό. Γιά τὰ ἀφεψήματα πέρνει τὰ φύλλα καί τίς ἀνθισμένες του κορυφές. Περιέχουν αἰθέριο λάδι, πού ἀποτελεῖται ἀπό ἔστραγόλη, λιναρόλη καί κινεόλη. Λίγες σταγόνες ἀπ' αὐτό πάνω σέ ζάχαρι, δίδεται στή Κρήτη σ' ἄν ἀναληπτικό καί σ' ἄν ἀναλγητικό ἐπί πονοκεφάλων.

112) Βάτος

Κοινή ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Βάτος ἢ θαμνώδης καί Βάτος ἢ Ἰδαία, «*Rubus fruticosus* καί *Rubus idaea*». Ἡ τελευταία εἶναι ἴδιον εἶδος, αὐτοφύες τοῦ νησοῦ μας. Φυτρώνει στήν Ἰδη. Ἀνήκουν στήν οἰκογένεια τῶν ρουβωδῶν. Εἶναι θάμνοι ἢ δενδρύλλια ἀκιδωτά ἀναπτυσσόμενα κατά μάζες καί κατά κανόνα ἀποτελοῦνε στό νησί μας ἐνοχλητικά φυτοζιζάνια τῶν γεωργῶν. Σέ ἄλλα μέρη ὁμως ὅπως στήν Γαλλία καί σέ ἄλλες Εὐρωπαϊκές χώρες, τό φυτό βάτος ἢ ἰδαία καλλιεργεῖται συστηματικά καί εὐρύτατα, γιά τούς εὐχymous καρπούς τῶν τὰ βάτσουνα. Τοῦτα εἶναι γνωστά στήν Εὐρώπη μέ τό ὄνομα «φραμπουαζ» καί χρησιμοποιοῦνται πολύ στήν σακχαροπλαστική, στή παρασκευή δροσιστικῶν ποτῶν καί ἀκόμη στή μαγειρική.

Τό φυτό καί τὰ βάτσουνα του ἦσαν γνωστά στούς ἀρχαίους μέ τό ὄνομα «βάτια» καί «βάτινα».

Ἡ παλαιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τὰ φύλλα τοῦ φυτοῦ πρὸς παρασκευή σιροπίου «*sygurus rubridae*» μέ διουρητικές ιδιότητες.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ κυρίως τὶς τρυφερές κορυφές του, βρασμένες με κρασί σὰν φάρμακο τῶν παθήσεων τῆς μήτρας. Δίδεται ἐπὶ μητρορραγιῶν καὶ δυσμηνορροιῶν σέ δόσι μισό κρασοπότηρο πρωϊ-βράδυ. Πρὸς παρασκευὴ τοῦ ἀφεψήματος βράζομε 20 κορυφές τοῦ φυτοῦ μέσα σέ ἓνα κιλὸ νερό μέχρι νά μείνη τό μισό. Μετά τό περνοῦμε ἀπό τουλουπάνι καὶ τό δίδομε μέ τὴν παραπάνω δοσολογία.

Τὸ ἀφέψημα μέ τό νερό, τῶν ἴδιων μερῶν τοῦ φυτοῦ καὶ στίς ἴδιες ἀναλογίες, χορηγεῖται σὰν φάρμακο λιθοθρυπτικὸ καὶ διουρητικὸ.

Μεγαλύτερες ποσότητες τρυφερῶν βλαστῶν βρασμένες σέ νερό ἢ κρασί χρησιμοποιοῦνται σέ ἐπιθέματα ἐπὶ ἀρθροπαθειῶν καὶ ρευματοπαθειῶν.

Μιά ἔμμετρη Κρητικὴ συνταγὴ, κᾶπως συβιλλική, μᾶς ἀναφέρει τὸν βάτο σὰν φάρμακο τῆς παθήσεως «εὐλογητό ἢ βλοητό».

«Ὁ βάτος ὁ πλατόφυλλος καὶ τό νερό τρεχάτο
κι' ἢ βρύση ἢ ἀνετολική, τό βλοητό σκορπάτο»

Ἡ πάθησις «βλοητό» ἀναφέρεται ὡς πάθησις ἐπιδεχομένη ἐκκλησιαστικῶν εὐχῶν καὶ στό μεγάλο Εὐχολόγιο, μέ τὴ σχετικὴ εὐχὴ πού διαβάζεται πρὸς θεραπεία του. Πρόκειται περὶ παθήσεως μέ ἀσαφὴ συμπτωματολογία, ἡ ὁποία ἐντοπίζεται στή μύτη, στά χεῖλη, στό στόμα καὶ στά γεννητικὰ ὄργανα μέ μακρὸ χρόνο διαδρομῆς καὶ ἐπίμονη. Πολλοὶ τὴν ταυτίζουν μέ τό ἐρυσίπελας. Ὁ ἴδιος πιστεῦω ὅτι εἶναι ἐρηπτική καὶ ἴσως αὐτός οὗτος ὁ κοινός ἔρπης.

Ἡ Κρητικὴ παράδοσις συνδέει τὸν βάτο μέ τὸν «γυρολόγο» πού πουλοῦσε «πανικά». Ἐπειδὴ ἔκλεβε «στό πῆχυ» ὁ θεὸς τὸν «ἐμεταμόρφωσε» σέ φυτὸ πρὸς τιμωρία του. Καὶ φυτὸ ὁμως ὁ βάτος δέν ξέχασε τὴν συνήθειά του νά κλέβη. Γι' αὐτὸ ὅταν περάση κανεὶς ἀπὸ κοντά του «μπερδεύεται» στά ροῦχα του, γιὰ νά κλέψη ἔστω καὶ μιὰ κλωστή. Παραλλαγές τῆς παραδόσεως ὑπάρχουν καὶ ἄλλες στό νησί. Ἴσως εἶναι ἀπομεινάρια τοῦ μύθου τοῦ Αἰσώπου περὶ Αἰθυῖας, ὁ-

που ό βάτος «..της τών παριόντων έσθητος έπιλαμβάνεται, εί που τήν οικίαν έπιγνοίη ζητούσα..» (Halus 306-308 β).

Άφέψημα σέ νερό μέ βατόφυλλα, καρυδόφυλλα και άτζιγκνίδες άποτελοϋν ματζοϋνι πού καθαρίζει τό αίμα.

113) Βαφόριζα

Κοινή όνομασία τοϋ φυτοϋ Άλκάνη. Περιγράφεται στη λέξι κινάς.

114) Βερόνικα ή Καβούσιος

Έπιστημονική όνομασία φυτοϋ της οικογενείας τών γρομφαδιϋδών. Φυτρώνει στην Άνατολική Κρήτη. Κοινή όνομασία δέν νομίζω νά έχη ή μοϋ είναι άγνωστη. Τό φυτό δέν έχει μελετηθει. Τούτου όμως ύπάρχουν και άλλα είδη όπως ή Βερόνικα ή φαρμακευτική, ή Βερόνικα ή λευκή, ή Β. ή θαλασσία, ή Β. ή άναγαλίσ, ή Β. ή Κίρκειος, ή Β. ή κομπή, ή Β. ή χαμαίδρυς, ή Β. ή Συριακή και άλλες.

Άφεψήματα φύλλων και βλαστών της Βερόνικας της φαρμακευτικής έχρησιμοποιοϋντο παλαιότερα ως μαλακτικά, και άντιβηχικά επί άναπνευστικών παθήσεων και κυρίως επί πνευμονικής φυματιώσεως. Άλλων ειδών τά φύλλα χρησιμοποιοϋνται άντί τσαγιοϋ. Η Βερόνικα ή Καβούσιος φυτρώνει στην περιοχή τοϋ χωριοϋ Καβοϋσι και άποτελει ίδιον είδος. Η λαϊκή Κρητική θεραπευτική τήν χρησιμοποiei σέ άφεψήματα ως φάρμακο διαφορικό.

115) Βερυκουκία

Πανελλήνιος όνομασία τοϋ φυτοϋ Βερυκοκκέα «Armeniacsa Vulgaris». Άνήκει στην οικογένεια τών άμυγδαλοειδών. Κατάγεται από τήν Άρμενία. Καλλιεργείται διά τούς ώραίους καρπούς της τά βερύκοκκα, τά όποια άποτελοϋν εύγευστο και θρεπτικό φροϋτο. Οί πυρήνες τών καρπών της περιέχουν βερυκοκέλαιο πού πέρνεται όπως τό άμυγδαλόλαδο, τοϋ όποιοϋ άποτελει και τό ύποκατάστατο.

116) Βίκος

Κοινή όνομασία στή Κρήτη τών φυτῶν βίκος ό ήμερος «Vicia Sativus» καί βίκος ό άμφίκυρτος «Vicia Amphicarpus». Καί τά δυό άνήκουν στήν οίκογένεια τών έλλοβοκάρπων καί χρησιμοποιοῦνται ώς κτηνοτροφικά. Διαφορά ύπάρχει ότι ό πρώτος καλλιεργείται καί θερίζεται κανονικά αλλά δέν άλωνίζεται. Ξεραίνεται στόν ήλιο όλόκληρο τό φυτό καί δίδεται ώς ξηρά τροφή στά κατοικίδια ζῶα, ίδια στίς αίγες, τόν χειμῶνα.

Ό δεύτερος είναι άυτοφυής. Τόν βγάζουν δροσερό, καί τόν δίδουν έτσι στά προβατοειδή. Άν τόν άφήσουν νά ξεραθῆ οί καρποί του γίνονται πικροί καί προκαλοῦν ίλιγγους στά ζῶα. Οί χοίροι προτιμοῦν τό ρίζωμα τοῦ δεύτερου τούτου βίκου, πού άποτελεῖται άπό κίτρινους ύπόγειους βλαστούς μέ μικρά άνθη. Τό φυτό αναπτύσσεται σάν ζιζάνιο στίς καλλιέργειες μπιζελιῶν καί όταν δέν άφαιρεθῆ άπό τά ψηνόμενα όσπρια προκαλεῖ ζαλάδες καί στομαχικές διαταραχές. Γι' αυτό οί γυναίκες όταν προετοιμάζουν όσπριῶδες φαγητό, άφαιροῦν τούς σπόρους τοῦ βίκου καί τούς λένε «παράκουκους».

117) Βιόλα

Γενική όνομασία στή Κρήτη όλων τών άνθισμένων φυτῶν. Εϊδικότερα τοῦ φυτοῦ ίον τό εὐῶδες. Τοῦτο περιγράφεται στή λέξι μενεξές.

Ίδιαίτερο Κρητικό είδος βιόλας, είναι ή βιόλα ή Κρητική ή ή άρωματική. Είναι άυτοφυής καί άπαντά στά λευκά όρη. Δίδει κίτρινα άνθη καί λέγεται κίτρινος μενεξές. Έχει θαυμάσιο άρωμα, αλλά δέν έχει άκόμη μελετηθεῖ άπό άπόψεως θεραπευτικής, οὔτε έγινε προσπάθεια έκμεταλεύσεως τών άρωματικῶν της ιδιοτήτων.

118) Βοτρύλλι ή Βοτρύδι

Κοινή όνομασία στήν περιοχή τών Λασηθιώτικων βοσκοτόπων, μικροῦ έρποντος θάμνου, πού φυτρώνει στό βου-

νό Ἀφέντης. Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν βοτρυδιῶδων, πιθανώτατα δέ εἶναι τό φυτό Βοτρίδιο τό κοκκῶδες ἢ παραλλαγή τούτου. Ἀποτελεῖ προσφιλή τροφή τῶν αἰγοπροβάτων, τά ὅποια καί παχαίνει πολύ. Μερικοί τό ταυτίζουν μέ τήν νεβρίδα.

119) Βουϊδόγλωσσο

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Βούγλωσσον, «Anchusa». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν βουγλωσσιδῶν. Οἱ ἀρχαῖοι τό ὠνόμασαν ἄγχουσα καί ὁ Διοσκουρίδης τό ἀναφέρει σάν φυτό φαρμακευτικό. Ἡ ρίζα του περιέχει πολλά νιτρώδη ἄλατα. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χορηγεῖ τά ἀφεψήματα του ὡς διουρητικά.

120) Βούνιο τό Ναρθηκῶδες

Κρητικό φυτό τῆς οἰκογενείας τῶν προσωπανθῶν, «*Bunium Ferulaceum*». Στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας. Κατάσεται στά ζιζάνια. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Γαληνό σάν «κάλλιστο» φαρμακευτικό εἶδος (Ἀντιδ. Α., τόμ. XIV. 1827. 61). Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν χρησιμοποιεῖ τό φυτό.

121) Βοῦρλο

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Βροῦλον τό κοινό, «*Juncus Acutus*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν βρουλοειδῶν. Οἱ ἀρχαῖοι τό ὠνόμαζαν Βροῦλον ἢ σχοίνους, «διά τό κατασκευάζειν σχοινία». Ἴδιον εἶδος τοῦ φυτοῦ εὐδοκιμεῖ στή Ἱεράπετρα. Τό ὀνομάζουν «σίλο». Μέ αὐτό κατασκεύαζαν παληότερα τίς «βουρλιές», τά χονδρά βούρλινα σχοινία, μέ τά ὅποια τραβοῦσαν τό νερό ἀπό τά πηγάδια.

122) Βροῦβες

Ἔτσι λένε στή Κρήτη ὅλα τά ἄγρια χόρτα πού λαχανεύονται. Καί εἶναι τόσα πολλά, πού δέν εἶναι εὐκολο νά τά ἀναφέρω ἕνα, ἕνα. Προσιτότερα εἶναι στή μνήμη μου τά ραδί-

κια, τὰ προβάτσα, οἱ γαλατσίδες, τὰ ξυλόχορτα, οἱ χοιρόβρουβες, οἱ λαψανίδες, οἱ μαῦρες, τὰ ἄρχοντολάχανα, οἱ καυκαλίθρες, οἱ σκουλοὶ καὶ ἄλλα. Τὰ χόρτα αὐτὰ οἱ Κρητικοὶ τὰ βράζουν, τὰ ἄρτοῦν μέ λάδι καὶ τὰ τρῶνε σχεδόν κάθε βράδῳ «ζεστά», σὰν κύριο φαγητό. Σὰν φαγητό δέν εἶναι πλούσιο. Εἶναι ὅμως πλούσιο σέ κυτταρίνη, σέ ἄλατα, σέ φυτολεύκωμα, σέ χρωστικές, σέ βιταμίνες, καί μέ τό λάδι πού τούς προσθέτουν τό κάνουν φαγητό εὐκολοχώνευτο καί θρεπτικό. Πολλοὶ πίνουν ἀκόμη μετά τό βράσιμο, σὰν φάρμακο διαφορικό ἓνα φλυτζάνι «βρουβόζουμο». Τό παρασκεύασμα αὐτό πού εἶναι ἓνα ἀφέψημα ποικίλων εἰδῶν χόρτων, περιέχει ὄχι μόνον πικρές οὐσίες πού δροῦν ὀρεκτικά ἀλλά καί ὄλες τίς εἰδικές οὐσίες πού περιέχουν τὰ χόρτα πού ἔβρασαν ὅλα μαζύ. Ἔχει ἐπομένως πολλές ιδιότητες καί θεραπευτικές δράσεις. Βασικά δέ διουρητικές καί διαφορικές.

Οἱ γυναῖκες πού ἔργο τους εἶναι ἡ συλλογή τῶν ἀγρίων χόρτων τοῦ φαγητοῦ, λέγονται στή Κρήτη «βρουβολοῖσες». Ἡ Κρητικὴ μούσα στίς μαντινάδες της τίς θέλει ὄλες ὁμορφες καί δυναμικές, ὅπως καί τήν Φρύνη, πού πρὶν γίνῃ «ἐταῖρα ὀνομαστή» ἦταν ἀπλῶς βρουβολοῖσα.

123) Βρωμόχορτο

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκονται στή Κρήτη πολλά φυτά. Τέτοια εἶναι τὰ φυτά Ἴαλισσον τό ἐπιτοίχειο «*Alysum mirabile*», Ἄτράφαξις «*Atriplex*», Βαλωτή ἢ δασεῖα «*Ballota hirsuta*», Ἡλιοτρόπιο «*Heliotropium*», Κώνειο τό στιχτό «*Conium divaricatum*» καί ἄλλα. Ὅλων τῶν φυτῶν αὐτῶν ἡ ὁσμὴ μοιάζει μέ τήν ὁσμὴ τῶν κλούβιων αὐγῶν. Πολλά ἀπ' αὐτὰ εἶναι δηλητηριώδη καί πολλά ζῶα κάθε χρόνο πληρώνουν μέ τήν ζωὴ τους τό φόρο τοῦ βρωμόχορτου. Ἀπ' αὐτὰ πού ἀναφέραμε μόνο τό ἡλιοτρόπιο μᾶς δίδει πολύτιμο λάδι χρήσιμο στήν ἀρωματοποιΐα. Τό φυτό Βαλωτή ἢ δασεῖα λέγεται στό νησί μας καί λικάκι.

124) Βρωμούσα

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τά φυτά ἀμβροσία ἢ παραθαλάσσιος, σησαμοειδές τό λευκό, χηνοπόδιο τό αἰδοιοειδές καί ἄλλα. Κανένα ἀπ' αὐτά δέν εἶναι θεραπευτικό ἀκόμη καί τό τελευταῖο τοῦ ὁποίου τό συνώνυμο εἶδος «χηνοπόδιο ὁ βότρυς» εἶναι θεραπευτικό καί ἀνήκει στήν ἴδια οἰκογένεια μέ τό αἰδοιοειδές. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν χρησιμοποιεῖ τά φυτά.

Γ

125) Γαζία

Δημόδης Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἄκακία ἢ Φαρνεσιανή «Acacia Farnesiana». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἔλλοβοκάρπων. Λέγεται ἀκόμη καί ἀμπεργιά. Κατάγεται ἀπό τήν Ἀμερική. Καλλιεργεῖται ὡς κοσμητικό γιά τά ὠραῖα σφαιρικά ἄνθη της, ἀπό τά ὁποῖα παράγεται τό αἰθέριο ἔλαιο essence de cassie. Θεραπευτική χρησιμοποίησις δέν εἶδανά ἔχει.

126) Γαῖδουράγκαθο

Μέ τήν ὀνομασία αὐτή βρίσκονται στή Κρήτη τρία φυτά: τό φυτό νοτόβασις ἢ Συριακή, τό φυτό ὀνόπορδον καί τό φυτόν σίλυβον τό Μαριανό. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν χρησιμοποιεῖ κανένα ἀπό αὐτά.

127) Γαλαστοιβήδα

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Εὐφόρβιο τό φωσφορίζον «Euphorbium Phosphorosa». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν εὐφορβοειδῶν. Ἀναφέρεται ἀπό τόν περιηγητή Raulin ὡς ἴδιο Κρητικό εἶδος Galastivida Cretica μέ τήν πληροφορία ὅτι ἡ ρίζα τοῦ φωσφορίζει. Ὁ χυμός τοῦ φυτοῦ κατατάσσεται στίς ρητίνες. Περιέχει εὐφορβόνη. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τήν ρίζα τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο ἀντισπασμωδικό. Στή Κρήτη οἱ ἀποξηραμένοι βλαστοί τοῦ φυτοῦ χρησιμοποιοῦνται σάν κάλυμα τῶν στομίων

τῶν «σταμνιῶν» (πήλινα ὑδροδοχεῖα) γιά νά μή μπαίνουν στό σταμνί τά «μιαρά».

128) Γαλατόχορτα

Γενικό ὄνομα στή Κρήτη ὄλων τῶν φυτῶν μέ γαλακτώδη χυμό ὅπως ὄλα τά εὐφορβιοειδή. Τά περισσότερα ἀπό τά φυτά αὐτά εἶναι δηλητηριώδη ὅταν εἶναι δροσερά καί φαγοθοῦν ὠμά. Ξεραινόμενα ὁμως ἢ βραζόμενα, χάνουν τίς δραστικές τους ιδιότητες.

129) Γαλατσίδα

Κοινή ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ Εὐφόρβιο τό ἡλιοσκόπιο «Euphorbium Hellioscopium». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἐφορβιοειδῶν καί ἐπομένως περιλαμβάνεται στά γαλατόχορτα. Ὄνομάζετο ἀπό τόν Διοσκουρίδη «ἡλιοσκόπος τιθύμαλος». Ὁ χυμός του περιέχει μικρή ποσότητα εὐφορβόνης. Στό νησί μας λαχανεύεται καί τρώγεται καί ὠμό καί βρασμένο σάν ἐδώδιμη βροῦβα. Πιστεύεται μάλιστα ὅτι εἶναι φυτό γαλακτοεκκριτικό γι' αὐτό τρώγεται ἀπό τίς θηλάζουσες, γιά νά ἀυξηθῇ ἡ γαλακτική τους ἔκκρισις.

130) Γαρεφαλιά

Δημῶδες ὄνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ Διόσανθος «Diosantus». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν καρυοφυλλιδῶν, ἡ ὁποία περιλαμβάνει πολλά γένη. Στό νησί μας εὐδοκιμεῖ κυρίως ὁ διόσανθος ὁ δενδρώδης. Καλλιεργοῦνται ὁμως καί τά εἶδη «καρδιόφυλλος» σινικός κ.λ.π. Σήμερα καλλιεργοῦνται πολλά βελτιωμένα εἶδη σέ εἰδικά ἀνθοθερμοκήπια καί τά ἄνθη τους σέ πολλούς χρωματισμούς ἐξάγονται στό ἐξωτερικό. Τά ἄνθη τους εἶναι κοσμητικά. Χρησιμοποιοῦνται ὁμως στή μυρευσική καί στήν ποτοποιία.

Τά γαρύφαλα ὅπως γράφει ὁ Χελδράιχ εἶναι τό ἔθνικό μας λουλούδι. Ἦταν ἀφιερωμένο στό θεό Δία (Διόσανθος) καί στή παλιά γλῶσσα τῶν ἀνθέων ἡ σημασιολογική του ἐσχετιζέτο μέ τόν ἔρωτα καί τήν ἀγάπη.

Δέν γνωρίζω νά χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή θεραπευτική.

131) Γεράνια

Μέ τήν ὀνομασία αὐτή βρίσκομε στή Κρήτη τά διάφορα εἶδη τοῦ φυτικοῦ γένους Γεράνιον «Geranium». Ἄνήκουν στήν οἰκογένεια τῶν δικοτυλιδόνων. Γνωστά εἶδη στή Κρήτη, εἶναι τό γεράνιο τό εὖωσμο, τό γεράνιο τό κνιστήριο καί τό γεράνιο τό ρυπαῖνον κοινῶς «σαρδέλλα».

Ἄπό τά ὑπέργεια μέρη τῶν γερανίων παράγεται τό γερανέλαιο. Τοῦτο περιέχει γερανιόλη, κιτρινελόνη, λιναλοόλη καί τερπίνη. Ἔχει ὁσμή ρόδων καί χρησιμεύει σάν ἀρωματική ὕλη μέ τήν ὁποία νοθεύουν τό ροδέλαιο. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν τά χρησιμοποιεῖ.

132) Γιασεμί

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ ἴασμος «Jasminum». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἐλαιωδῶν. Διακρίνεται σέ πολλά εἶδη ἀπό τά ὁποῖα γνωστά εἶναι στή Κρήτη δύο. Ὁ ἴασμος ὁ κοινός καί ὁ ἴασμος ὁ Ἀραβικός ἢ «φοῦλι». Καλλιεργεῖται σάν φυτό κοσμητικό. Ἄπό τά ἄνθη του πέρνεται τό ἰασμέλαιο. Τοῦτο περιέχει βενζύλιο, λιναλύλιο, λιναλοόλη, βενζυλική ἀλκοόλη καί ἰασμόνη. Χρησιμοποιεῖται εὐρύτατα στή μυροποιία.

Ἡ ὁσμή τοῦ ἀνθισμένου φυτοῦ γίνεται πολλές φορές πρόξενος τοῦ ἀφυλακτικοῦ ἄσθματος. Γι' αὐτό ἄτομα ἀφυλακτικά δέν πρέπει νά τό καλλιεργοῦν στά σπίτια τους, οὔτε νά τό πλησιάζουν ὅταν εἶναι ἀνθισμένο.

133) Γιοῦλι

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἴον τό εὖωσμον «Viola Odorata». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν βιολιδῶν. Εἶναι φυτό κοσμητικό καλλιεργούμενο, πιθανῶς μεταφερθέν ἀπό τίς θερμές χῶρες.

Οἱ ἀρχαῖοι Ἕλληνες διέκριναν «μέλαν, λευκόν καί κυ-

νανοῦν Ἴον» καί τούς ἀπέδιδαν θεϊκή καταγωγή. Ὁ Hoefer ἀναφέρει ὅτι ὁ Δίας ἐδημιούργησε τό φυτό γιά νά τρέφεται ἡ ὠραία Ἴώ, τήν ὁποίαν μετεμόρφωσε σέ δάμαλι. Ἄλλοι παραδέχονται ὅτι εἶναι αὐτοφυές τῆς Μικρᾶς Ἀσίας καί κάποια νύμφη τό προσέφερε στόν Δία ὅταν ἐπεσκέφθηκε τήν Ἴωνία, ὡς τό πολυτιμότερο ἄνθος τῆς γῆς. Οἱ ἀρχαῖοι τό θεωροῦσαν σάν σύμβολο τῆς ἀναγενομένης φύσεως καί ὡς ἐκ τούτου τό εἶχαν ἀφιερωμένο στήν Περσεφόνη, τά μυστήρια τῆς ὁποίας ἀναπαριστοῦσαν τήν ἀπό τήν φθορά αἰωνία γέννησι. Κατεῖχε σπουδαία θέσι στήν κατ' οἶκο λατρεία τῶν Ρωμαίων. Ἀκόμη δέ ἐθεωρεῖτο σάν σύμβολο τῆς παρθενίας. Κατά τόν μεσαιῶνα ἐκαλλιιεργεῖτο στά μοναστήρια καί ἐθεωρεῖτο σύμβολο τῆς μετριοφροσύνης καί τῆς κοσμιοτήτας.

Τό φυτό ὕμνησαν πολλοί ποιητές ὄλων τῶν ἐποχῶν. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Ὅμηρο ὅτι ἐφύτρωνε εἰς τό ἄντρον τῆς Καλυψῶς. Ἐπίσης ἀναφέρεται ἀπό τόν Θεόφραστο ὅπως καί εἰς τόν συμβολικό στέφανο τοῦ Μελεάγρου. Ὁ Μότζαρτ καί ὁ Μένδελσον τό ἀποθανάτισαν σέ θαυμάσιες μελωδίες.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ξεραμένα ἄνθη του σέ ἀφεψήματα πρᾶυντικά καί ὑπνωτικά.

134) Γλυκάνισος

Δημῶδες ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἄνισο τό κοινόν, «*Rim-pinella Anisum*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν σκιαδανθῶν. Ἦτο γνωστό στους ἀρχαίους. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Θεόφραστο καί τόν Διοσκουρίδη. Χρήσιμα μέρη του οἱ καρποί του καί τό ἄπ' αὐτούς παραγόμενο ἀνισόλαδο. Οἱ καρποί τοῦ γλυκάνισου ἔχουν γεῦσι γλυκειά καί καυστική καί ὁσμῆ ἀρωματική, πού ὀφείλεται σέ ἓνα σύνθετο ἐσάνς πού περιέχουν. Περιέχουν αἰθέριο λάδι, ἀζωτοῦχες οὐσίες, ἄμυλο, σάκχαρο καί ξυλώδεις ὕλες. Χρησιμοποιοῦνται ὡς ἄρτυμα στή μαγειρική. Ἐπίσης χρησιμοποιοῦνται ὡς ἀρωματική ὕλη στή ποτοποιία πρὸς παρασκευή τῶν «ἀνιζέτ» καί ἀκόμη πρὸς παρασκευή τοῦ ἀνισελαίου. Ἡ ἐπίσημη φαρμακοποιία

τά χρησιμοποιεῖ στή παρασκευή τῶν ὀδοντοτριμάτων. Τό αἰθέριο λάδι πέρνεται μέ ἀπόσταξι τῶν ἀνισοσπερμάτων. Περιέχει ἀνηθόλη, μεθυλοκαρβικόλη καί ἀνισοκετόνη καί χρησιμοποιεῖται στή θεραπευτική πρὸς παρασκευή τῆς ἀνισούχου ἀμμωνίας ἢ ὁποία χρησιμοποιεῖται ὡς βελτιωτικό τῆς ὄσμης καί τῆς γεύσεως διαφόρων φαρμάκων. Ἐκὼς χρησιμοποιεῖται πρὸς παρασκευή ἀρωματικῶν σαπῶνων.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τοὺς ἀπεξηραμένους τρυφεροὺς βλαστοὺς τοῦ φυτοῦ σὲ ἀφεψήματα, ὡς ἄφυσσο καί ἀντιδυσπεπτικό φάρμακο. Σὲ ἀφεψήματα χρησιμοποιεῖ γιὰ τὸν ἴδιο σκοπὸ καί τὰ σπέρματα. Τὰ ἀφεψήματα αὐτὰ μέ μεγαλύτερες ποσότητες ἀνισοσπερμάτων τὰ χρησιμοποιεῖ καί σὰν γαλακταγωγὰ στὶς λεχοῦσες. Ἐκὼς ἀφεψήματα βλαστῶν καί σπερμάτων χορηγοῦνται σὰν εὐστόμαχα ἐπὶ βρεφῶν. Ἐκὼς ἀνισόλαδο σὲ σταγόνες πάνω σὲ ζάχαρι δίδονται σὲ στομαχόπονους, καί σὲ ἄσθμα.

135) Γλυκοκολοκύθα

Ἔτσι λένε στήν Κρήτη τοὺς καρπούς τοῦ φυτοῦ κολοκύνθη ἢ μείζων «Cucurbita maxima». Οἱ καρποὶ αὐτοὶ ἀφίνονται ὅλο τό καλοκαῖρι στό φυτό ὅπου «μεστῶνουν» καί χρησιμοποιοῦνται τόν χειμῶνα. Κόβονται σὲ λεπτές φέτες καί τηγανίζονται. Ἐκὼς αποτελοῦν ἓνα γλυκό καί εὐγεστο φαγητό.

136) Γλυκόριζα

Κοινὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Γλυκίριζα ἢ ἄτριχος «Glycyrrhiza Glabra». Σὲ πολλὰ μέρη λέγεται καί «κολιά». Ἐκὼς ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἔλλοβοκάρπων. Ἐκὼς ἦταν γνωστὴ στοὺς ἀρχαίους μέ τό ὄνομα «γλυκία ρίζα ἢ Σκυθική». Ἐκὼς ἀναφέρεται ἀπὸ τὸν Θεόφραστο καί τὸν Διοσκουρίδη.

Ἡ ρίζα τοῦ φυτοῦ περιέχει σαλυκιλικό μεθύλιο, γλυσχροσάκχαρο, ταννίνη, ἄμυλο, γλυκυριζίνη, γλυκόζη, καλαμοσάκχαρο, ἀσπαραγίνη, ρητινώδεις καί πεκτινικές οὐσίες. Ἐκὼς εἶναι τοξικὴ. Ἐκὼς ἀναφορὴν σὲ τὸν ἥλιο ἢ σὲ φούρνο χάνει τὴν τοξικότητά της.

Παλιότερα ἢ θεραπευτικὴ τὴν χρησιμοποιοῦσε σέ σκόνη, ἐκχυλίσματα, ἐγχύματα καὶ ἀφεψήματα σὰν γλυκαντικό καὶ μαλακτικό φάρμακο. Ἀκόμη τὴν ἐχρησιμοποιοῦσε πρὸς παρασκευὴ τοῦ ὀποῦ τῆς κομιώδους κόνεως τῆς γλυκυρρίζης καὶ τοῦ ἐλιξιρίου τῆς γλυκυρρίζης.

Σήμερα ἀπὸ τὴν σύγχρονη θεραπευτικὴ γίνεται πολὺς λόγος γιὰ τὶς ἀντιελκωτικές ιδιότητές της. Φέρεται νὰ θεραπεύη ἐπιτυχῶς τὰ γαστρικὰ ἔλκη. Ὁ τρόπος δράσεώς της δέν εἶναι γνωστός. Παραδέχονται ὁμως ὅτι δρᾷ μέ ἄμεσο ἐπίδρασι ἐπὶ τοῦ γαστρικοῦ βλενογόνου, γιατί δέν ἐπηρεάζει τὴ γαστρικὴ ἔκκρισι. Στό ἐμπόριο κυκλοφοροῦν δύο ἀντιελκώδη παρασκευάσματα «γλυκιριζίνης». Τό Biogastron γιὰ τὰ πεπτικά ἔλκη σέ δισκία καὶ τό Duogastron διὰ τὰ ἔλκη τοῦ δωδεκαδακτύλου σέ καψοῦλες. Πρὸς ἐπίτευξι ἀποτελέσματος καὶ τὰ δύο φάρμακα πέρνονται ἐπὶ 5-6 ἑβδομάδες.

137) Γλυκομάνα

Μέ τό ὄνομα αὐτό συνήνητησα στή περιοχὴ Ρεθύμνης νὰ λένε τό φυτό Βήχιο τό Κάρχαρο. «Tussilago Farfala». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν προσωπανθῶν. Χρήσιμα μέρη του εἶναι τὰ φύλλα καὶ τὰ ἄνθη του, τὰ ὁποῖα χρησιμοποιοῦν σέ ἀφεψήματα σὰν φάρμακο ἀντιβηχικό καὶ ἀντιασθματικό.

138) Γλυστρίδα

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκεται στή Κρήτη τό φυτό Ἀνδράχνη ἢ λαχανηρά, «Portulaca Oleracia». Ἀνήκει στή τάξι τῶν λυτικωδῶν καὶ στήν οἰκογένεια τῶν εὐφορβιοειδῶν. Χρησιμοποιήσιμα μέρη της τὰ ὑπέργεια, τὰ ὁποῖα λαχανεύονται καὶ τρώγονται ὠμά, σὰν σαλάτα. Περιέχουν μηλικό ἀσβέστιο. Σέ πολλές περιοχές εἶναι αὐτοφυής. Εἶναι ὁμως καὶ καλλιεργήσιμος. Οἱ Κρητικοὶ πιστεύουν ὅτι φυτρώνει στό μέρος πού θά πέσουν τὰ φλούδια τῶν «ξεματισμένων» κουκιῶν.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ σπέρματά της σέ ἀφεψήματα σὰν φάρμακο διουρητικό καὶ ἀνθελμινθικό. Ὁ Κρητικὸς μοναχὸς Ἀγάπιος, στό Γεωπονικό

του πού ἔγραψε τόν δέκατο πέμπτο αἰώνα, ἀναφέρει ὅτι ὅλα τά μέρη της τρωγόμενα εἶναι «δυσγονικά», δηλαδή καταστρέφουν τό ἀνδρικό σπέρμα. Οἱ σύγχρονοι ὁμως Κρητικοί λένε, «γλυστρίδα καί νερό, κάνει σκῶτι δροσερό».

139) Γόγγυλη

Κρητικὴ ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Ἄγρόστεμα τό κοινό, «*Agrostema Gittato*» Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν καρυοφυλλιδῶν. Σέ ὅλα τά μέρη του περιέχει σαπωνίνες, ἀγροστεματίνη καί ἀγροστεματικό ὀξύ. Ἄπό τήν λαϊκή Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖται σέ ἀφεψήματα, σάν φάρμακο στηθικό καί ἀποχρεμπτικό.

140) Γοργογιάννης

Κοινὴ ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Βερβένα ἢ φαρμακευτικὴ, «*Vervena Officinalis*». Λέγεται ἀκόμη καί σταυροβότανο. Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν βερβενοειδῶν. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Διοσκουρίδη μέ τήν ὄνομασία «ὄρθιος περιστερεῶν». Ἄπό ἀρχαιοτάτων χρόνων θεωρεῖται φυτὸ μέ θεραπευτικὲς ιδιότητες καί ἐχρησιμοποιεῖτο ὡς ἐπουλωτικό ἐλκῶν καί πληγῶν σέ ἐξωτερικά ἐπιθέματα, βρασμένο ἢ πολτοποιημένο.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ τό χρησιμοποιεῖ σέ ἀφεψήματα, σάν φάρμακο διουρητικὸ ἀλλὰ καί σάν πανάκεια γιά ὅλα τά νοσήματα. Μέ τήν σκόνι ὄλων τῶν ὑπεργείων μερῶν του ἐπιπάσει ἔλκη καί πληγές πού πυορροοῦν. Μέ τὰ πυκνά ἀφεψήματά του σέ ἐπαλήψεις,πραῦνει τήν «φαγούρα» στίς διάφορες δερματοπάθειες. Τά ἴδια ἀφεψήματα χρησιμοποιεῖ γιά πλύσεις τῶν ματιῶν ἐπὶ ἐπιπεφυκίτιδος, τοῦ κόλπου ἐπὶ κολπιτίδων καί παληότερα τῆς οὐρήθρας ἐπὶ γονοκοκκιάσεως. Τελευταῖα χρησιμοποιεῖται σάν ἀντιδιδυμικό φάρμακο λαμβανόμενο σέ ἀφεψήματα. Γιά τίς ιδιότητές του αὐτές μᾶς ὀμιλεῖ ἓνα Κρητικὸ δίστοιχο:

«Ἐγὼ με χόρτο τοῦ θεοῦ, μέ λένε γοργογιάννη
κι ὅποιος μέ βράσει καί μέ πιεῖ, ὅπου πονεῖ δά γιάννη».

141) Γούλα

Δημώδης Κρητική ονομασία του φυτού Κράμβη ή νά-
πυς, «Brasca Napus». Ἀνήκει στην οἰκογένεια τῶν σταυραν-
θῶν. Τά σπέρματά του εἶναι ἐλαιώδη καί παράγουν μέ ἔκ-
θλιψι φαγώσιμο λάδι, φωτιστικό καί βιομηχανικό.

Στή Κρήτη λαχανεύεται καί τρώγεται ἀρτημένο μέ λά-
δι. Θεωρεῖται φαγητό μαλακτικό καί ὑπακτικό. Ἡ λαϊκή
Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιοῖ τά ὀπτημένα φύλλα
του ἀφοῦ τά ἐπαλείψη μέ λάδι σάν φάρμακο μαλακτικό καί
πραῦντικό σέ ἐπιθέματα, ἐπί δοθιῶν καί ἀποστημάτων.

142) Γουλόχορτο

Κοινή ονομασία τοῦ φυτοῦ Σέδον τό Κρητικό «Sedum
Creticum». Ἀνήκει στην οἰκογένεια τῶν γρασουλιδῶν. Λέ-
γεται καί «πετρόχορτο» γιατί φυτρώνει σέ πετρώδη ἐδάφη,
καί «ἀμάραντο», γιατί δέν μαραίνεται.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική τό χρησιμοποιοῖ σάν
φάρμακο τῶν «κάλλων» (τύλων), πού τοὺς λέει καί «γού-
λους», ἐξ οὗ καί τό ὄνομα γουλόχορτο. Τό παραθέτει μετα-
ξὺ κάλλων καί ὑποδήματος καί μετριάξει ἢ ἐξαλείφει τοὺς
πόνους πού προκαλοῦνται ἀπό τήν πίεσι τῶν ὑποδημάτων σ'
αὐτοῦς.

Δ**143) Δακράκι**

Κρητική ονομασία κατά περιοχές τοῦ φυτοῦ Ἴηρανθές
«Primula». Ἀνήκει στην οἰκογένεια τῶν ἡρανθωδῶν. Σέ ἀ-
φεινήματα τά ἄνθη καί οἱ βλαστοί του, χρησιμοποιοῦνται ἀ-
πό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική σάν φάρμακο διαφορι-
κό, διουρητικό καί καρδιοτονωτικό.

144) Δακτυλὶς ἢ τραχεῖα

Κρητική πολυετής, νομευτική πόα τῆς οἰκογενείας τῶν
ἀγροστιδῶν «Dactylis Rigida». Στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας.
Ἀπαντᾷ στοὺς βοσκοτόπους τοῦ Λασιθιοῦ, ἀντέχει πολύ

στή ξηρασία και μπορεί να καλλιεργηθεί σαν ἄριστο κτηνοτροφικό φυτό. Δέν ἔχει θεραπευτικές χρησιμοποιοήσεις.

145) Δαμασκηιά

Πανελλήνιος ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Δαμασκηιέα «Prunus». Ἀνήκει στό ἄθροισμα τῶν ροδοδῶν φυτῶν καί στήν οικογένεια τῶν ἀμυγδαλοειδῶν. Κατάγεται ἀπό τήν Συρία. Ὑπάρχει σέ πολλές ποικιλίες. Στή Κρήτη ἐπιπολάζουν τρεῖς, τό εἶδος ρεγκότας μέ στρογγυλούς πρασινωπούς καρπούς πού τρώγονται ὡμοί σαν φρούτο, τό εἶδος «καπράκια» μέ ὠσειδεῖς μικρούς καρπούς πού μποροῦν μέ κατάλληλη ἀποξήραση νά χρησιμοποιηθοῦν γιά κομπόστες, ἀλλά καί πού τρώγονται ὡμοί —τό εἶδος «μπαλοτινια» ἢ «μπουγελάκια», μέ καρπούς λίγο μεγαλύτερους ἀπό κεράσα. Τό εἶδος αὐτό ἴσως ἀποτελεῖ Κρητική παραλλαγή τοῦ φυτοῦ, δαμασκηιέα ἢ κερασιόκαρπος.

Ἦταν γνωστή στούς ἀρχαίους μέ τό ὄνομα «κοκκυμηλέα». Ἀναφέρεται καί ἀπό τόν Διοσκουρίδη (Α, 153) καί ἀπό τόν Παῦλο τόν Αἰγίνιτη (σελ. 242, 10).

Χρήσιμα μέρη της, οἱ καρποί της τά δαμάσκηνα καί τά ἄνθη της.

Οἱ καρποί περιέχουν γλυκόζη, γόμμα καί δεξτρίνες. Τρώγομενοι ὡμοί δροῦν ὑπακτικά. Ξηραίνόμενοι σέ εἰδικούς φούρνους μέ βαθμιαίως ἀξανόμενη θερμοκρασία μέχρις 60 βαθμῶν, χρησιμοποιοῦνται γιά τήν παρασκευή κομποστῶν. Τά σπέρματα τούτων εἶναι δηλητηριώδη. Περιέχουν ἀμυγδαλίνη (γλυκωσίδη) καί τό ἐνζυμο ἐμουλσίνη. Ἀπ' αὐτούς μπορεῖ νά παραχθῆ λάδι ὡς τό λάδι τῆς δαφνοκεράσου, τό ὁποῖον πρέπει νά χρησιμοποιεῖται μέ πολύ προσοχή.

Τά ἄνθη της ἐχρησιμοποιοῦντο παλιότερα ἀπό τήν θεραπευτική σέ σιρόπι ὑπακτικό καί ἀνθελμινθικό. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν γνωρίζω νά χρησιμοποιῆ κανένα μέρος τοῦ φυτοῦ. Στή Κρήτη χρησιμοποιοῦνται μόνον οἱ καρποί του ὡμοί σαν εὔγευστο φρούτο.

146) Δάφνη

Πανελλήνιος ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Δάφνη, «*I aurus*». Ἀνήκει στή τάξη τῶν δαφνιδῶν. Ἀποτελεῖ σύμβολο τῆς νίκης καί τοῦ θριάμβου. Ἦταν γνωστή στούς ἀρχαίους. Ἡ Ἑλληνική μυθολογία σ' ἕναν ὁμορφο μῦθο της, τήν σχετίζει μέ τήν ἀγνή καί ὠραία Παρθένα —θυγατέρα τῆς Γῆς καί τοῦ Πηνειοῦ— πού μετατράπηκε σέ δένδρο, γιατί δέν θέλησε νά δεχθῆ τά ἐρωτικά χάδια τοῦ θεοῦ Ἀπόλλωνα. Ἐκτοτε θεωρεῖται ἀφιερωμένη σ' αὐτό τόν θεό. Κι ἐπειδή ὁ Ἀπόλλωνας προσωποποιεῖ κάθε διανοητική, πνευματική καί αἰσθητική ἀρετή, ἐπεκράτησε ἡ συνήθεια νά στεφανώνουν μέ τούς κλάδους της τούς σοφούς, τούς ποιητές καί γενικά ἐκείνους πού διαπρέπουν πνευματικά.

Στή Κρήτη —στή πατρίδα τοῦ Ἀπόλλωνα— φυτρώνει ἡ δάφνη «ἡ εὐγενής» *I aura Nobilis*. Ἀγαπᾷ τά ὑγρά καί μετρίως ὑψηλά μέρη. Φθάνει σέ ὕψος 5-30 μέτρων καί ἀποτελεῖ πολύ ὁμορφο καί ἀρχοντικό δένδρο.

Ἡ Κρητική μούσα ἔχει ἐμπνευσθεῖ πολλές φορές ἀπό τό φυτό. Ὁ ποιητής τοῦ Κρητικοῦ δράματος «Ζήνων», θέλει τή δάφνη γιά στεφάνι τοῦ νικητή. Γι' αὐτό βάζει στό στόμα τοῦ Χάρου, τήν ἐξῆς στροφή:

«κι ἀρματωμένος σάν ἐμέ στόν πόλεμο προβαίνει
καί μέσα εἰς ταῖς φάλαγγαις καί τά τειχιά ἀνεβαίνει
καί νικητής μέ ταῖ πληγαῖς κράζεται καί στεφάνι,
ἡ Δάφνη ἡ πρικροπράσινη τοῦ πλέκει καί τοῦ βάνει...»

Ἀλλά καί ἡ Κρητική ρίμα δέ τήν παράβλεψε. Τήν «ἀγαπημένη της» τήν προσομοιάζει μέ τούς ἀνθούς της:

«Ὡσάν τζῆ δάφνης τόν ἀνθό ἀποῦ μοσκομυρίζει
ἐτσά ναι καί τό νάμι της στό κόσμο καί γυρίζει»

Χρήσιμα μέρη τοῦ φυτοῦ εἶναι τά φύλλα καί οἱ καρποί του «οἱ δαφνίδες, τῶν ἀρχαίων». Ἐχουν ὁσμή ἀρωματική καί γεῦσι ὑπόπικρη. Περιέχουν πτητικό λάδι, δαφνίνη, τό στερεό μέρος τοῦ δαφνελαίου, δαφνόνη, βασορίνη, σάκχαρο, ρητινώδεις, κομμώδεις καί ἀμυλώδεις οὐσίες, λευκωματίνη, χλωροφύλλη, λαουρικό καί μυρεψικό ὀξύ.

Ἐκ τούτων καρπούς βγαίνει μέ ἔκθλιψι τό δαφνέλαιο ἢ ὅπως τό λένε στή Κρήτη τό δαφνόλαδο. Χρησιμοποιεῖται κυρίως στή μυρεψική, στή σαπωνοποιῖα καί στή κτηνιατρική.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ καί τά φύλλα καί τό λάδι τοῦ φυτοῦ. Τά φύλλα τά χρησιμοποιεῖ σέ ἀφεψήματα διεγερτικά, ἀποχρεμπτικά, ἐφιδρωτικά καί ἀντιφυσώδη, χορηγούμενα κατά κύπελλα ἄπαξ ἢ καί δίς τῆς ἡμέρας. Πυκνότερα ἀφεψήματα χρησιμοποιεῖ ἐξωτερικά πρὸς ἀπομάκρυνσι δερματικῶν παρασίτων στά ζῶα ἢ καί στόν ἄνθρωπο, καί σάν καλλυντικό βραζόμενα μέ καρυδόφυλλα, πρὸς μαύρισμα τῶν μαλιῶν τῶν ἡλικιωμένων.

Τό δαφνόλαδο τό χρησιμοποιεῖ σέ σταγόνες πάνω σέ ζάκχαρι ἐσωτερικά σάν φάρμακο διαφορικό καί σάν πρᾶντικό καί θερμαντικό ἐπί κρυολογημάτων. Ἐξωτερικά τό χρησιμοποιεῖ ἀνακατωμένο μέ ληόλαδο σέ χρίσματα ἀντινευραλγικά.

Χρησιμοποιεῖ ἀκόμη τήν σκόνι τῶν φύλλων καί τοῦ φλοιοῦ σέ ἐπιπάσεις ἐπί ἐλκῶν καί τραυμάτων σάν φάρμακο ἐπουλωτικό, σέ καταπότια σάν φάρμακο ἀντιλοιμῶδες, ἀντιρευματικό καί πολύ παλιά σάν ἀντισηψιδικό. Τά μέρη αὐτά τοῦ φυτοῦ περιέχουν δαφνίνη, μεζερεΐνη, σάκχαρο, χρωστικές καί ταννίνη.

Σκέτο τό δαφνόλαδο σέ ἐπαλήψεις προκαλεῖ ἐγκαύματα καί κοκκινίλες τοῦ δέρματος λόγω τῶν στεγνωτικῶν συστατικῶν πού περιέχει. Λαμβανόμενο σέ σταγόνες μπορεῖ νά προκαλέσῃ ἐγκαύματα στό γαστρικό βλενογόνο, ναυτία, ἐμέτους καί κωλικούς. Γι' αὐτό σωστό εἶναι ὅλα τά παραπάνω φαρμακοπαρασκευάσματα νά τά χρησιμοποιοῦμε μέ περίσκεψη.

Τά φύλλα τῆς δάφνης ἐξάγονται σέ μικρές ποσότητες ἀπό τό Ἡράκλειο στό ἐξωτερικό.

147) Δεματόχορτο

Κοινή ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Θρύον «Imperata». Ἄνηκει

στήν οικογένεια τῶν ἀγρωσιδῶν. Οἱ ρίζες του περιέχουν ἄφθονα νιτρικά ἄλατα καί χρησιμοποιοῦνται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική σάν φάρμακο διουρητικό σέ ἀφεψήματα.

148) Δεντρομολόχα

Δημῶδης ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ Ἴαλθαία ἢ Ροδανθῆς καί τοῦ φυτοῦ Ἴαλθαία ἢ φαρμακευτική. «Althea Rosea» καί «Althea Officinalis». Ἄνηκουν στήν οικογένεια τῶν μαλαχιδῶν. Ἄπαντοῦν αὐτοφυῆ σέ κοπροχώραφα ποτιστικά καί πολλές φορές στίς ἄκρες τῶν δρόμων. Τῆς πρώτης τά ἄνθη εἶναι κόκκινα ἢ καί πολύχρωμα. Τῆς δεύτερης εἶναι λευκά. Καί τά δύο φυτά ἰδίως τό πρῶτο εἶναι μεσισσοκομικά καί φαρμακευτικά. Χρήσιμα μέρη τους οἱ ρίζες καί τά ἄνθη τους. Περιέχουν γλυσχρασματοῶδεις οὐσίες καί ἐχρησιμοποιοῦντο ἀπό παλιά σάν φάρμακο στίς λαρυγγικές παθήσεις καί στά κρυολογήματα.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ κυρίως τά ἀφεψήματα τῶν ἀνθέων τους σάν φάρμακο ὑπακτικό καί μαλακτικό. Πολλές φορές τά χρησιμοποιεῖ ἀκόμη σέ γαργάρες ἐπί ὀδοντικῶν ἀποστημάτων καί σέ ἐπιθέματα ἐπί ἐπιπεφυκτιδῶν. Παλιότερα τήν ρίζα τῶν φυτῶν τήν ἔδιδαν σέ παιδιά κατά τήν διάρκεια τῆς ὀδοντοφυΐας, γιά νά βγάλουν καλά καί γερά δόντια. Ἡ ρίζα ξηρανομένη δέν παρουσιάζει ἀντίστασι στό δάγκωμά της ἀπό τά παιδιά, ἀλλά καί δέν κοματιάζεται εὐκόλα καί ἔτσι δέν δίδει καταπώσιμα τεμάχια γιά νά προκαλέσουν ἀποπνιγμούς σ' αὐτά. Τά φυτά περιγράφονται καί στή λέξι Νεραμολόχα.

149) Δημητριακά

Περιληπτική ὀνομασία στή Κρήτη, ὄλων τῶν καρπῶν πού ἀλευροποιούμενοι, χρησιμοποιοῦνται στήν παρασκευή τοῦ ψωμοῦ καί τῶν ἀρτοποιητικῶν προϊόντων. Κατ' ἐπέκτασι δέ καί τῶν σπόρων τῆς «ταγῆς» τῆς «σίκαλις» καί τοῦ «κορκοσίτερου», πού στόν τόπο μας δέν χρησιμοποιοῦνται στήν ἐγχώρια ἀλευροποίηση. Τά φυτά αὐτά περι-

γράφονται ξεχωριστά μέ τά ὀνόματά τους στίς ἀντίστοιχες λέξεις.

Πέρα ἀπό τήν παρασκευή τοῦ ὠραίου Κρητικοῦ σπιτίσιου ψωμοῦ —γιά τό ὅποιο χρησιμοποιοῦνε τό πιο ὠραιο σιτάρι τῆς παραγωγῆς τους ἤ καί τό πιο ὠραιο κριθάρι τους— οἱ Κρητικοί χρησιμοποιοῦν εὐρύτατα τά δημητριακά γιά τήν κατασκευή παρασκευασμάτων γιά ὑγιεῖς καί ἀρρώστους.

Ἄπό τούς καρπούς τῶν δημητριακῶν χρησιμοποιοῦν μεμονωμένα τό σιτάρι καί τό κορκοσίτερο. Σέ συνδυασμό δέ μ' αὐτά καί τό κριθάρι καί τήν ταγή καί τήν σίκαλι καί τό κορκοσίτερο καί τά «πίτερα».

Μεμονωμένα μέ σιτάρι, κάνουνε τά «κόλλυβα» τῶν πεθαμένων τους. Βρασμένο σιτάρι, σταφίδες, ρόγδι καί ζάχαρι ἀποτελοῦνε ὅτι λένε κόλλυβα. Τά πηγαίνουν στήν Ἐκκλησία τίς ἡμέρες τῶν μνημοσύνων ἀλλά καί δυό φορές τόν χρόνο γιά ὄλους τούς πεθαμένους τους —τήν ἡμέρα τῶν ψυχῶν ἤ τά ψυχοσάββατα, τήν πρώτη βδομάδα τῆς Μεγάλης Σαρακοστῆς καί τήν Παραμονή τῆς Πεντηκοστῆς. Κάνουν ἀκόμη τόν «ἀχιουρέ» τό πυκνόρευστο σταρόζουμο πού βγάζουν ἀπό τό πολυβρασμένο σιτάρι καί πού ἀρωματίζουν μέ κανέλλα καί «καμιλάκι» καί γλυκαίνουν μέ πολύ ζάχαρη.

Μεμονωμένα βράζουν ἀκόμη τά φρέσκα κορκοσίτερα καί κατασκευάζουν τά «ξενικόσταρα» πού δέν ἔπαψαν ἀκόμη νά διαφημίζουν στίς γειτονιές, σάν ἐμπορεύσιμο τράγημα, οἱ παραγωγοί καί παρασκευαστές τους.

Σέ συνδυασμό μέ τό σιτάρι σέ ποσότητα μιᾶς κουταλιάς τό κάθε εἶδος, χρησιμοποιοῦν ὄλα τά δημητριακά —σιτάρι, κριθάρι, σίκαλι, ταγή, κορκοσίτερο καί πίτουρο— καί κάνουν τόν ζωμό τῶν δημητριακῶν, πού χορηγοῦνε σάν φάρμακο στίς παθήσεις τῶν νεφρῶν, τοῦ σηκωτιοῦ, τοῦ ἐντέρου καί τοῦ στομάχου ὅπως καί στά καχεκτικά θηλάζοντα, σέ ποσότητα δυό φλυτζάνια τοῦ τσαγιοῦ τήν ἡμέρα. Ὁ ζωμός αὐτός παρασκευάζεται μέ τό βράσιμο τῶν ποσοτήτων πού ἀνέφερα σέ δυό ὀκάδες νερό μέχρι νά μείνη μισό τό νερό. Περνοῦν τό ἀφέψημα ἀπό τρυπητό ἤ τουλουπάνι, τοῦ προσθέτουν μιά πρέζα ἀλάτι ἤ ζάχαρη, τό ἀρωματίζουν μέ

κανέλα καί τό τοποθετοῦν μέσα σέ καθαρό μπουκάλι σέ δροσερό μέρος γιά νά μή ξυνήση. Τό καταναλώνουν στίς δόσεις πού ἀνέφερα μέσα σέ 24 ὥρες.

Τά πίτουρα ἀπό κάθε εἶδος καρπού, τά χρησιμοποιοῦν σέ καλλυντικά ἢ θεραπευτικά μάνια. Βάζουν σέ μιά σακούλα ἀπό λεπτό πανί 2-3 κουταλιές ἀπό κάθε εἶδος μαζί δέ καί τήν φλούδα ἑνός λεμονιοῦ. Τά βράζουν σέ μιά κατσαρόλα νερό ἐπί μισή ὥρα καί ρίχνουν τό ἀφέψημα μέσα στό χλιαρό νερό τοῦ μάνιου. Ἔτσι ἀποχτοῦν μαλακό ἄσπρο δέρμα ἢ καταπολεμοῦν τίς δερματοπάθειες πού ἔχουν ἐρεθιστικό κνησμό.

Μέ δημητριακά «ἀλεματισμένα» (καθαρισμένα ἀπό τίς πέτρες, τά χώματα καί τίς νῆρες) τήν Κυριακή ἢ τή μέρα μεγάλης γιορτῆς καί ἀλεσμένα ἐπίσης Κυριακή ἢ γιορτή, κάνουν τό «πονηράλευρο», μέ τό ὅποιο ἐπιπάσουν τίς φωλιές ἢ τοὺς συρμούς τῶν «μελιτάκων» (μερμηγγιῶν) καί τοὺς ἀναγκάζουν νά φύγουν ἀπό τό σπίτι τους.

Μέ ἀλεύρι δημητριακῶν ἢ μέ σπιτίσια παρασκευάσματα τούτου, κατασκευάζουν τήν «κρέμα τσῆ κουλούρας». Σέ μισή ὀκά νερό βράζουν 40-50 δράμια κριθαροκουλούρας, προσθέτουν 3-4 κουταλιές ζάχαρη, ἀρωματίζουν μέ κανέλλα καί περνοῦνε τό ἀφέψημα ἀπό τουλουπάνι. Τό ἀφέψημα αὐτό ξαναβράζουν σέ σιγανή φωτιά μέχρι νά πήξη σέ κρέμμα. Τήν δίνουν σέ ἀρρώστους καί ἀναρρωνύοντες.

Μέ σιταράλευρο κάνουν τό «σούγλι». Σέ κατά βούλησι ποσότητα χλιαροῦ νεροῦ, στήν ὁποία ἔχουν προσθέσει τήν ἀνάλογη ποσότητα ληόλαδου, διαλύουν σιγά σιγά γιά νά «μή βολιάση» ἀλεύρι, μέχρι νά σχηματισθῆ πολτός μέ σχετική πυκνότητα. Τόν ἀφίνουν νά χλιαρώση καί τόν τρῶνε εἴτε σάν κύριο βραδυνό φαγητό μέ ἄβρεχο παξιμαδιασμένο ψωμί ἢ τόν δίδουν στοὺς ἀρρώστους καί τοὺς ἀναρρωνύοντάς τους, σάν «ἄβλαβο» φαγητό. Παλιότερα τό σούγλι ἐχρησίμευε σάν γενική τροφή σέ πολλές περιοχές τοῦ νησιοῦ. Τό ἀναφέρει στό Γεωπονικό του (σελ. 86) ὁ Κρητικός μοναχός Ἁγάπιος Λάνδος. Τό φαγητό αὐτό μᾶς θυμίζει τόν «κυεῶνα» τῶν ἀρχαίων.

Συγγενές παρασκεύασμα μέ ἀλεύρι δημητριακῶν εἶναι τὸ Κρητικὸ «λαντουρίδι». Παρασκευάζεται μέ ἀλεύρι πού ρίχνεται σέ μικρές-μικρές πρέζες μέσα σέ «ἀνεχοχλακιστό» νερό, χωρίς νά ἀναταράσσεται ὅπως τὸ σούγλι. Τὸ «ριπιζόμενο» αὐτὸ ἀλεύρι, «φρίσσειται» μέσα στό ζεματιστὸ νερό καί μετατρέπεται σέ μικροὺς τραγανούς κόκκους. Τὸ ἔδιδαν παληότερα στοὺς ἡλικιωμένους σάν θρεπτικὸ καί δυναμωτικὸ φαγητό. Στό χοχλακιστὸ νερό βάζουν προηγουμένως τὴν ἀπαιτουμένη ποσότητα ληόλαδου.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιοῦν τοὺς σπόρους τοῦ σιταριοῦ μασημένους σάν μαλακτικὰ ἐπὶ δοθιῶν καί μικροαποστημάτων. Τά πίτουρα ἢ καί τὸ ἀλεύρι τῶν δημητριακῶν σκέτα βρασμένα σέ νερό ἢ σέ ξύδι σάν ἐπισπαστικά ἐπὶ πλευριτίδων, πνευμονιῶν, βρογχοπνευμονιῶν καί ρευματοπαθειῶν σέ ἐπιθέματα. Τὸ ἴδιο καί ἐπὶ δερματικῶν φλογώσεων, στό «πετροπάτημα» (ἀπόστημα τοῦ πέλματος), στίς «τρυγίστρες» (παρωνυχίες) καί στοὺς «κοσκινάδες» (θυλακίτιδες).

Σήμερα ἡ χρησιμοποίησις ὄλων αὐτῶν ἔχει παύσει. Σέ περιοχές ὅμως ἀπομονωμένες ἐξακολουθοῦν νά χορηγοῦνται.

Οἱ σπόροι τοῦ «κριθاريوῦ» ἐχρησιμοποιοῦντο κατὰ τὴν Ἑνετικὴ καί τὴν Τουρκικὴ περίοδο τοῦνησιοῦ σάν μαντικὸ μέσο. Ἡ κριθαρομαντία αὐτὴ ἐγένετο ἀπὸ εἰδικές γυναῖκες «τίς κριθαρίστρες» πού ἀναφέρει ὁ πολὺς Βρυένιος, στοὺς πύρινους λόγους του κατὰ τῶν Κρητικῶν. Σέ μιὰ εἰκόνα μιᾶς Βιαννίτικης ἐκκλησίας, εἰκονίζεται μιὰ κριθαρίστρα, νά τιμωρεῖται στή κόλαση, μαζί μέ ἄλλους ἁμαρτωλοὺς.

150) Δίχταμος

Κοινὴ ὄνομασία ἴσως σέ ὅλη τὴν Ἑλλάδα τοῦ φυτοῦ Ὀρίγανον τὸ δίκταμον, «*Origanum Dictamnun*». Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν χειλανθῶν. Φυτρώνει μόνο στή Κρήτη καί ἀποτελεῖ ἰδιαίτερο εἶδος τῆς Ἑλληνικῆς χλωρίδας. Στὴν Κρήτη λέγεται καί ἔρωτας καί γέροντας καί στομαχόχορτο.

Ἦταν γνωστό στους ἀρχαίους. Κατά τόν Στάκιο μάλιστα καί τόν Ἀπούλειο ὠνομάζετο δίκταμο γιατί ἐφύτρωνε στό ὁμώνυμο Κρητικό βουνό Δίκτη. Ὁ ἴδιος πιστεύω ὅτι τήν ὀνομασία του τήν ὀφείλει στή Κρητική θεά Δικτύνη, ἡ ὁποία ἀντιπροσωπεύεται στό Ἑλληνικό πάνθεο μέ τήν Ἀρτέμιδα.

Στήν ἀρχαία γραμματολογία γίνεται πολύ λόγος γιά τό φυτό καί τίς θεραπευτικές του ιδιότητες.

Βασικά κατά τήν κλασσική περίοδο θεωρεῖτο φυτό «ὠκυτόκιο». Πινόμενο σέ ἀφεψήματα ἔκανε τίς γυναῖκες νά γεννοῦν γρήγορα. Γι' αὐτή του τήν ιδιότητα ἀναφέρει ὁ Ἴπποκράτης στό περί γυναικείας φύσεως βιβλίο του (τ. 22, σελ. 553 καί 558, ἔκδοσις G. Kuhn I Irsiae 1825). Ἐπίσης γιά τίς ἴδιες ιδιότητες ἡ Κρητική θεά τῶν τοκετῶν Εἰλυθεία ἐστεφανόνετο μέ αὐτό ὅπως μᾶς ἀναφέρει ὁ Εὐρυπίδης στόν Ἴππόλυτο (Σχολιαστής σελ. 58, 73 καί 77).

Ἄλλες θεραπευτικές ιδιότητες τοῦ φυτοῦ ἦσαν οἱ ἐπουλωτικές ἐπί πληγῶν καί τραυμάτων. Οἱ τοξευόμενες αἰγες ἀναφέρει ὁ Ἀριστοτέλης (Περί ζῶων ἱστορία VI, 1) ἀναζητοῦσαν τόν δίκταμο μόλις ἐτοξεύονταν, γιατί εἶχε τήν ἱκανότητα τρωγόμενος ἀπ' αὐτές νά ἀποβάλλῃ τίς αἰχμές τῶν βελῶν. Τά ἴδια ἀναφέρει καί ὁ Πλούταρχος εἰς τούς περί τά ζῶα διαλόγους του (χχ, 8) καί ὁ Διοσκουρίδης εἰς τό περί ὕλης ἱατρικῆς (λδ. ἔκδοσις Sprengel) καί ὁ Γαληνός (βιβλ. Ζ τόμος XI σελ. 863) καί ἄλλοι.

Οἱ νεώτερες ἔρευνες δέν ἐπεβεβαίωσαν τίς ὠκυτόκιες ιδιότητες τοῦ φυτοῦ. Οἱ ἐπουλωτικές του ὁμως ιδιότητες εἶναι βέβαιες λόγω τῶν ποσοτήτων θυμόλης πού περιέχει στά ὑπέργεια μέρη του.

Τά φύλλα καί οἱ ἀνθισμένες του κορυφές ἔχουν εὐχάριστο ἄρωμα καί πικρή γεύση. Περιέχουν αἰθέριο λάδι μέ κύριο συστατικό τήν καρβακλόλη.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιοῦσε τά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα σάν πανάκεια ἐπί ὀλων σχεδόν τῶν ἀσθενειῶν. Τά μέρη αὐτά κονιοποιημένα δίδονται ὑπό μορφή κόνεως στίς ἀμηνόρροιες καί δυσμηνόρ-

ροιες καί ὡς ἐπουλωτικά ἐπί ἐλκῶν καί τραυμάτων σέ ἐπιπάσεις. Τά ἴδια μέρη πολτοποιημένα ἢ μασημένα χρησιμοποιοῦνται γιά τόν ἴδιο σκοπό ἐπί πληγῶν καί ἀτόνων ἐλκῶν. Βρασμένα τά ἴδια μέρη χρησιμοποιοῦνται σέ καταπλάσματα ἐπί ρευματοπαθειῶν. Ἐπί ὀδονταλγιῶν καί κεφαλαλγιῶν μασοῦνται τά ἴδια μέρη καί διατηροῦνται μέσα στό στόμα ἐπί μακρῦ χρονικό διάστημα. Τέλος τά ἀφεψήματα τῶν μερῶν αὐτῶν τοῦ φυτοῦ, δίδονται σάν εὐστόμαχα, θερμαντικά διουρητικά καί πρᾶυντικά φάρμακα. Πολλοί ἄνθρωποι στό νησί χρησιμοποιοῦν τό φυτό ἀντί τσαγιοῦ.

Ἡ ἐπίσημη θεραπευτική δέν χρησιμοποιεῖ τό φυτό. Βιομηχανικά χρησιμοποιεῖται στή μυρεψική καί στή σαπωνοποιία. Ἐμπορευματολογικά καλλιεργεῖται στήν κωμόπολη Ἀρχάνες καί σέ ἄλλες περιοχές. Ἐξάγεται ἀπό Ἡρακλειῶτες ἐξαγωγεῖς.

151) Δρακωδιά

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκομε στή Κρήτη ὄλα τά δρακουνκουλοειδή φυτά, κυρίως ὅμως τό Ἄρον τό Κρητικό «*Argem Creticum*» καί τήν Δρακοντία τήν κοινή «*Drancuculus Vulgaris*».

Τό πρῶτο ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἀροῖδῶν. Τό δεύτερο στήν οἰκογένεια τῶν ἀρκοειδῶν. Φυτρώνουν σέ ἀκαλλιέργητα «κοπροχώραφα». Τό πρῶτο τό λένε ἀκόμη στή Κρήτη καί Ἀράπη.

Καί τά δύο φυτά ἀναφέρονται ἀπό τούς ἀρχαίους ὡς δηλητηριώδη καί φαρμακευτικά. «Δρακόντιον ἄβρωτον καί φαρμακῶδες» μᾶς ἀναφέρει ὁ Θεόφραστος (XI, 20, 3). Καί συνεχίζει: «..δρακοντίου ρίζα ἐν μέλιτι πινομένη, βηχός παύειν». Ὁ Γαληνός μᾶς λέγει πολύ περισσότερο. «ὁ δέ καρπός ἰσχυρότερος οὐ φύλλων μόνον ἀλλά καί τῆς ρίζης ἐστί, ὥστε καί καρκίνους καί πολύποδας ἐκτήκειν πεπίστευται» (τόμος XI σελ. 865). Ὁ Διοσκουρίδης ἐπίσης μᾶς ἀναφέρει ὅτι «τά φύλλα ἐψημένα ἐν οἴνω τοῖς χεῖμετρα ἔχουσι...».

Τά υπέργεια μέρη καί οἱ ἀποξηραμένοι βολβοί τῶν φυτῶν περιέχουν ἄμυλο, βασορίνη, λιπαρά σώματα, ἀροΐνη, σαπωνίτες καί γλυσχρασματώδεις οὐσίες ἀκαθορίστου συνθέσεως. Οἱ Κρητικοί τά χρησιμοποιοῦν σάν τροφή στούς χοίρους τους. Πιστεύουν μάλιστα ὅτι παχαίνουν γιατί τό φύτό τούς στερεῖ τίς σεξουαλικές τους ἐπιθυμίες.

Τό τελευταῖο αὐτό τό ἀπέδειξε σέ πειραματόζωα ὁ Γερμανός ἰατρός Mathus, ὁ ὁποῖος ἐπέτυχε νά προκαλέσῃ μόνιμη στείρωση ἀρχικά στά πειραματόζωα καί ὕστερα σέ ψυχοπαθεῖς, μέ ἐνέσεις ἐκχυλισμάτων ἀπό ἀροειδῆ φυτά.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ μόνο τά φύλλα τοῦ φυτοῦ σέ ἐπιθέματα, ὀπτημένα καί ἀλειμένα μέ λάδι σάν μαλακτικά στό «πετροπάτημα» (ἀποστήματα τοῦ πέλματος, πού πιστεύει ὅτι σχηματίζεται ὅταν πατήσῃ κανεῖς μέ γυμνό πόδι, φρεσκοκαμομένα οὖρα μουλαριοῦ ἢ σκυλιοῦ). Παλιότερα ἢ σκόνι τῆς ρίζας ἐθεωρεῖτο ἀφροδισιακή.

152) Δρυγιᾶς

Δημώδης Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Δρῦς, «Quercus». Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν κυπελοφόρων. Ἦταν γνωστή στούς ἀρχαίους πού τήν εἶχαν ἀφιερῶσει στόν Δία. Ἡ μυθολογία ταυτίζει τήν ὑπαρξή της μέ τίς Δρυάδες καί Ἄμαδρυάδες. Ὀνομαστά δέντρα κατά τήν ἐποχή αὐτή ὑπῆρχαν στή Δωδώνη τῆς Ἡπείρου. Γιά τίς Κρητικές Δρῦς γράφει ὁ Μάρκος Βιτρούβιος Πόλλιο. Εἰδικώτερα δέ γιά τάς «καλλιφύλλους» Δρῦς τῆς Ἰδης, ὁ Διονύσιος ὁ περηγητής (Περηγ. Οἰκουμένης στιχ. 500-503).

Στό νησί μας εὐδοκιμοῦν σήμερα πολλά εἶδη. Μεταξύ αὐτῶν διακρίνομε τό εἶδος Ἄρια κοινῶς Ἄτζίλακας, τό εἶδος Αἰγύλωψ ἢ γλυκοδρυγιᾶς, τό εἶδος Μαλωτή ἢ Ἀγριοβελανιδιά καί τό εἶδος πῖνος κοινῶς «κατσοπρίνι». Μιά βουνοπλαγιά τῆς Σελένας —τοῦ βουνοῦ πού χωρίζει τό Μεραμπέλλο ἀπό τό Λασσίθι— εἶναι καταφυτῆ ἀπό Ἄριες Δρῦς. Εἶναι γνωστή μέ τήν ὀνομασία «Σ' τσ' Ἀτζιλάκους». Στή

περιοχή αυτή «ξεκαλοκαίρευαν» παλιότερα πολλοί Μεραμπελιώτες και Λασιθιωτές βοσκοί, τά «κουράδια» τους.

Χρησιμοποιήσιμα μέρη του φυτού είναι τά κλαδιά του και οί κλώνοι του, οί φλοιοί και οί καρποί του.

Τά κλαδιά και οί κλώνοι του χρησιμοποιοῦνται γιά ξύλευσι και παληότερα γιά τήν κατασκευή ξυλανθράκων. Ἄπό τούς κλάδους του οί βοσκοί κατεσκεύαζαν τά «σπαθοράβδια τους».

Οί φλοιοί του ἐχρησιμοποιοῦντο παληότερα ἀπό τήν ἐπίσημη θεραπευτική γιά τήν παρασκευή ἀνιδρωτικῶν φαρμάκων και ὀδοντοτριμάτων. Περιέχουν δρυοτανικό ὀξύ, κουερσίνη, πεκτονικές ὕλες, ὀξαλικό ἄσβεστιο και χρωστικές. Μεταξύ τῶν χρωστικῶν τους ἀξιολογώτερη εἶναι ἡ δρυοκιτρίνη ἢ ὁποία ἐχρησιμοποιεῖτο παληότερα στή βαφική.

Σχετικός μέ τή βαφική εἶναι ὁ βαφικός κόκκος – τό πρινοκούκι – πού ἐπέρνετο ἀπό τήν βαφική δρυῖ. Μ' αὐτό οί γυναῖκες τῆς Κρήτης ἔβαφαν κόκκινα ἢ κιρμιζί, κατά τήν Ἐνετοτουρκική περίοδο τοῦ νησιοῦ, τά προϊόντα τοῦ ἀργαλειοῦ τους.

Οί καρποί του καλοῦνται στή Κρήτη «βελάνια». Ἄψητοι ἔχουν πικρή και στυφιά γεῦσι και χρησιμοποιοῦνται σάν τροφή τῶν χοίρων. Ψημένοι ὁμως στή «χόβολη» ἢ βρασμένοι γίνονται γλυκύτεροι και τρώγονται περίπου σάν κάστανα. Γι' αὐτή τή δουλεμά καλύτεροι εἶναι οί καρποί τοῦ γλυκοδρυγιά. Τά βελάνια περιέχουν ταννίνη, λιπαρά σώματα, γλυσχράσματα και σάκχαρο. Παληά οί «ταμπάκηδες» τοῦ Μεγάλου Κάστρου τά χρησιμοποιοῦσαν στή κατεργασία τῶν σολοδερμάτων. Τό ἴδιο ἔκαναν και κατά τήν πρόσφατη περίοδο τῆς Γερμανικῆς κατοχῆς.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τούς καρπούς τοῦ δρυγιά κονιοποιημένους σέ ἐπιπάσεις σάν φάρμακο ἐπουλωτικό σέ πληγές και ἔλκη. Ἐσωτερικά τή σκόνι τήν χρησιμοποιεῖ σάν φάρμακο στυπτικό ἐπί διαρροιῶν και ἐντεριτίδων. Ἐπίσης χρησιμοποιεῖ τούς φλοιούς τοῦ δένδρου σέ ἀφεψήματα γιά πλύσεις ὀφθαλμικές, κολπικές και οὐρηθρικές ἐπί ἐπιπεφυκίτιδων, κολπιτίδων και λευκορ-

ροίας. Παληότερα οί πρακτικοί γιατροί του Ἡρακλείου τά χρησιμοποιοῦσαν γιά πλύσεις τῆς βλεννοροίας.

153) Δυόσμος

Κρητική ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Ἡδυόσμος «Mentha» τῆς οἰκογενείας τῶν χειλανθῶν. Χρησιμοποιεῖται πρὸς παρασκευὴ τοῦ μινθελαίου.

Στὴ Κρήτη εὐδοκιμεῖ αὐτοφύες τὸ εἶδος Ἡδυόσμος ὀ γλήχων. Περιγράφεται στὴ λέξι φλισκοῦνι.

Ε

154) Ἐλατο

Κοινὴ ὄνομασία στὴ Κρήτη τοῦ φυτοῦ Ἐλάτη, «Abiense». Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν πιτυιδῶν. Ἦτο γνωστό στους ἀρχαίους. Χρησιμοποιήσιμα μέρη του εἶναι οἱ φλοιοί, οἱ τρυφεροὶ βλαστοὶ καὶ ἡ ρητίνη του.

Οἱ φλοιοὶ χρησιμοποιοῦνται στὴ βурсοδεψία καὶ στὴ βιομηχανία πρὸς παρασκευὴ ἀπὸ τὴν ρητίνη τους τῆς τερεβινθίνης, τοῦ κολοφωνίου καὶ διαφόρων βαλσάμων. Τὸ ἴδιο καὶ ἡ ρητίνη του. Οἱ τρυφεροὶ βλαστοὶ του χρησιμοποιοῦνται σὲ περιοχές ἐκτός τοῦ νησοῦ μας, στὴ κατασκευὴ τοῦ ἐλατοκράσου ἢ ἐλατίνου οἴνου, πού ἐχρησιμοποιεῖτο παλιὰ ἀπὸ τοὺς ταξειδιῶτες σὰν φάρμακο ἀντισκορβουτικό.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ δέν γνωρίζω νά χρησιμοποιεῖται τὸ φυτό. Τοῦτο ὀφείλεται στό ὅτι δέν ὑπάρχουν πολλὰ ἔλατα στό νησί καὶ τὸ φυτό δέν εἶναι κοινῆς χρήσεως στους κατοίκους του.

155) Ἐληά

Πανελλήνιος ὄνομασία τοῦ φυτοῦ ἐλαία, «Olea». Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν ἐλαιωδῶν. Εἶναι δένδρο πολύχρονο καὶ ἀειθαλές. Αἰώνιο σύμβολο τῆς εἰρήνης καὶ τῆς εὐσπλαχνίας.

Ἦταν γνωστό στους ἀρχαίους. Ἀναφέρεται ἀπὸ τόν

Ὅμηρο (Ἰλ. Ρ 53 – Ὀδυσ. ε, 476), τόν Θεόφραστο (Φυτ. Ἰστορ. VI, 2.), τόν Ἡρόδοτο (I, 193), τόν Πausανία (II, 32, 10), τόν Στράβωνα (xvi. 743, 740) καί τόν Διοσκουρίδη (I, 137, 140). Στήν Ἀγία Γραφή ἀναφέρεται σέ πολλά μέρη.

Συνδέεται μέ τήν Μινωϊκή Κρήτη μέ πολλά ἀνασκαφικά εὐρήματα ὅπως μέ τίς τοιχογραφίες, μέ τούς πίθους ἀποθηκεύσεως τοῦ λαδιοῦ, καί μέ τούς «πολύμιξους» λύχνους τῶν ἀνακτόρων. Μέ τήν Κρήτη τῆς παρακμῆς τήν συνδέει ὁ γνωστός ὄρκος τῶν Δρηρίων «..καί ἐλαίαν ἕκαστος φυτεύσει καί τεθραμένα ἀποδειξάι».

Ἡ Ἑλληνική μυθολογία συνδέει τήν ἐμφάνισι τοῦ φυτοῦ στόν Ἑλλαδικό χῶρο μέ τήν «μορία» ἐλαία τῆς Ἀθηνᾶς καί τό κτίσιμο τῆς Ἀθήνας. Ὁ Πλίνιος ἔχει τή γνώμη πῶς τό φυτό καί ἡ καλλιέργειά του εἰσάχθησαν στήν Ἑλλάδα ἀπό τόν Ἀρίσταιο, τόν γυιό τοῦ Ἀπόλλωνα καί τῆς Κυρήνης. Στόν Οἰδίποδα ὁμως ἐπί Κολωνῶ, ὁ δαιμόνιος Σοφοκλῆς ἀνυμνεῖ τήν Ἀθηνᾶ καί τήν πόλι της, ὅπου «θάλει ἡ γλαυκή κουροτρόφος ἐλαία, φύτευμα γηγενές, ἀχειροποίητο, ἀντικείμενο φόβου τῶν πολεμίων ὄπλων..». Ἀπό τήν περιγραφή αὐτή βγαίνει τό συμπέρασμα πῶς ἡ ἐλῆά ἐθεωρεῖτο ἀπό τούς Ἀθηναίους σάν δένδρο ἰθαγενές καί αὐτοφύες τῆς Ἀττικῆς. Τό ζήτημα τοῦτο φαίνεται νά ἔλυσαν πρόσφατα οἱ ἀνασκαφές τοῦ Κρητομυκηναϊκοῦ πολιτισμοῦ καί τοῦ πολιτισμοῦ τῶν Αἰγυπτίων, πού ἀπέδειξαν πῶς τό φυτό ἦταν γνωστό στους Σημίτες καί πῶς μεταφέρθηκε στήν Ἑλλάδα ἀπό τήν Αἴγυπτο καί τήν Κρήτη.

Τό δένδρο ἐλῆά εἶναι στή Κρήτη τό «τίμιο» δένδρο. Καλλιεργεῖται γιά τούς καρπούς του τίς ἐλῆές καί γιά τό ἀπ' αὐτές βιομηχανικό προϊόν τους τό λάδι. Ἡ καλλιέργειά του ἀνάγεται στήν πρώτη Μινωϊκή ἐποχή ἀπό σαφῆ ἀνασκαφικά εὐρήματα. Εἶδη πού φυτρώνουν στό νησί εἶναι κυρίως δύο : Ἡ ἀγριοελῆ ἢ Κρητικότερα ἡ «ἀσγουρλίδα», ὁ «κότινος» τῶν ἀρχαίων, ἀπό τόν ὁποῖο εἶχε κατασκευασθῆ τό ρόπαλο τοῦ Ἡρακλῆ καί πού χρησιμοποιεῖται σάν ὑπόστρωμα ἐμβολιασμοῦ γιά τήν μετατροπή της σέ κάρπιμο ἐλαιόδεν-

δρο. Καί ἡ ἡμερὴ ἐλήά, τό «ληόδενδρο». Τῆς ἡμερῆς ἐλήᾱς διακρίνομε πολλά εἶδη. Βασικά τὴν μικρόκαρπη ἢ λιανο-ληά, πού ἀποτελεῖ τὴ σπονδυλική στήλη τῆς ἐλαιοπαραγωγῆς μας καί τὴν μεγάλοκαρπη ἢ χοντροληά πού δίδει τίς ἐπιτραπέζιες ἐλήές γιά τὴν τοπική κατανάλωσι ἀλλά καί πού χρησιμοποιεῖται γιά ἐλαιοπαραγωγή. Τῆς πρώτης, ποικιλίες εἶναι οἱ λιανοληές, οἱ μουρατοληές καί τό μανάκι. Τῆς δεύ-τερης εἶναι οἱ δαφνοληές, οἱ μηλοληές καί οἱ χοντροληές, πού δίδουν τίς ὠραίες ἀνάλατες κρητικές «θρουμποληές» γιά τό τραπέζι.

Τά μικρά ἐλαιόδενδρα τά λένε στή Κρήτη «μουρέλλα». Τά μεγάλα καί ἀνεπτυγμένα δένδρα τά λένε «ἐλήές». Ἐλήές ἡλικίας πολλῶν χρονῶν, ὑπάρχουν στό νησί μας πολλές. Πολλοί τίς λένε «Βενετσάνικες» ἀνάγοντες ἔτσι τό φύτευμά τους στήν ἐποχή τῶν Βενετσάνων. Παλιότερα ἢ ἀνάπτυξις τοῦ δένδρου ἦταν δύσκολη. Γι' αὐτό οἱ Κρητικοί ἔλεγαν «Βάλε – δηλαδή φύτεψε – ἐλήά γιά τό παιδί σου καί συκιά – πού ἀναπτύσσεται γρήγορα – γιά τὴ ζωὴ σου». Κι' ἀκόμη «ἀμπέλι τοῦ χεριοῦ σου καί μουρέλλα τοῦ κυροῦ σου». Σήμερα ὁμως μέ τίς νέες μεθόδους καλλιιεργείας καί τό συχνό πότισμα, ἡ ἐλήά ἀναπτύσσεται πολὺ γρήγορα καί τά λεκτικά αὐτά ἀξιώματα ἔχουν ξεθωριάσει.

Τό ξύλο τῆς ἐλήᾱς εἶναι σκληρό καί λαδερό. Προσφέ-ρεται στή ξυλογλυπτική καί στή κατασκευὴ οἰκιακῶν κομ-ψοτεχνημάτων. Περισσότερο προσφέρεται σ' ἄν καύσιμη ὕ-λη τόν χειμῶνα. Ἐχει τὴν ιδιότητα νά ἀνάβῃ εὐκολα ἀκόμη καί χλωρὸ μόλις τό κόψῃς ἀπὸ τό δένδρο καί νά δίδῃ πολ-λές θερμίδες, στό χωριάτικο τζάκι.

Ἐο καρπὸς ἐλήᾱ, εἶναι δρύπα μονόχωρη, ἀποτελουμένη ἀπὸ σάρκα καί πυρήνα. Πέρνει λάδι ἀπὸ τό δένδρο κατὰ τὴ δεύτερη φάσι τῆς ἀναπτύξεώς της καί κυρίως ἀπὸ τόν Αὐ-γουστο καί πέρα. Οἱ χωρικοί μας ὁμως λένε ὅτι ἡ ἐλήᾱ καρ-πὸς, ἀρχίζει νά «λαδῶνῃ» ἀπὸ τὴ γιορτὴ τοῦ Προφήτη Ηλία καί πέρα (20 Ἰουλίου). Ὁριμάζει κατὰ τόν Νοέμβριο καί Δε-κέμβριο καί ἡ συλλογὴ της γίνεται μετὰ τὴν ὠρίμανση. Σέ πολλές περιοχές τοῦ νησοῦ ἡ ὠρίμανσις γίνεται ἐνωρίτερα

καί τό «ληομάζωμα» ἀρχίζει ἀπό τόν Ὀκτώβριο. Σέ πολλές περιοχές καθυστερεῖ καί τό ληομάζωμα ἀρχίζει τόν Γενάρη.

Ἡ περιεκτικότητα τοῦ καρποῦ σέ λάδι, κυμαίνεται ἀπό 10 μέχρι 45%. Λένε ὅτι ἐξαρτᾶται ἀπό τήν ποσότητα τῆς βροχῆς καί ἀπό τή λίπανσι. Ὅμως οἱ ἀσχολούμενοι μέ τά ληόδενδρα στό νησί, λένε ὅτι ἐξαρτᾶται ἀπό τό ..φεγγάρι. Ὅταν λέει τό λάδωμα τοῦ καρποῦ συμπέση μέ τή «γέμισι» τοῦ φεγγαριοῦ, τότε ἔχομε λαδοχροσιά, δηλαδή μεγάλη περιεκτικότητα λαδιοῦ στόν καρπό. Ὅταν τό λάδωμα συμπέση μέ τήν «λίγωσι» τότε ὁ καρπός περιέχει μικρές ποσότητες λαδιοῦ.

Τό ληομάζωμα εἶναι ἀκόμη καί σήμερα ἡ ποιό κοπιαστική καί ἡ ποιό δαπανηρή γεωργική ἐργασία. Πρῶτο γιατί γίνεται μέ καιρικές συνθήκες δυσμενεῖς. Καί δεύτερο γιατί γίνεται μέ τόν παλιό πρωτόγονο τρόπο. Δηλαδή μέ τό «ράβδισμα», τίς «ἀνάπλες», τόν «ραβδιστή» καί τίς «ἀναπλογυρίστρες». Οἱ «μαζῶχτρες», δηλαδή οἱ γυναῖκες πού μάζευαν τόν καρπό πού ἔπεφτε στό ἔδαφος, καταργήθηκαν ἀπό πολλά χρόνια, σάν ἀσύμφορες οἰκονομικά. Ἐτσι μιά ἀξιόλογη ποσότητα ἐλαιοκάρπου πηγαίνει κάθε χρόνο χαμένη.

Οἱ καρποί τῆς ἐληῆς χρησιμοποιοῦνται στή Κρήτη σέ πολύ μικρή ἀναλογία σάν ἐπιτραπέζιες καί στό σύνολό τους πρὸς παραγωγή λαδιοῦ. Τοῦτο ὀφείλεται στό ὅτι τό καλλιεργούμενο εἶδος στή μεγαλύτερη ἔκτασι εἶναι ἡ μικρόκαρπη ἐληά ἢ λιανολιά, ἡ ὁποία δέν προσφέρεται γιά ἐπιτραπέζια, ἀλλά ἡ ὁποία μᾶς δίδει τήν καλύτερη ποιότητα λαδιοῦ.

Γιά τό σπιτικό τραπέζι χρησιμοποιοῦνται στή Κρήτη τρία εἶδη ἐληῆς. Οἱ «τσακιστές» πού μαζεύονται τόν Νοέμβριο πρὶν μαυρίσουν, τσακίζονται ἐλαφρά μέ μικρή ὀμαλή πέτρα καί ἀφοῦ «ξεπικρίσουν» διατηρημένες 6-8 μέρες μέσα σέ συχνά ἀλασσόμενο νερό, τρώγονται σάν ἄρτυμα ἢ σάν συμπλήρωμα τοῦ φαγητοῦ. Οἱ «ἀλατσοληές» ἢ «παστοληές» πού ξεχωρίζονται κατὰ τό μάζεμα ἀπό τά καλύτερα εἶδη καρποῦ, ἀλατίζονται γιά λίγες μέρες, πλένονται καί συσκευάζονται σέ μικρά «κουρούπια» καλά ἀλατισμένες ἢ ἀ-

ρωματισμένες μέ κλωνάρια «ἀρισμαρί». Τρώγονται πολύ τίς νηστίσιμες μέρες σᾶν «ἐλήές μέ τό ψωμί» ἢ σᾶν κύριο ἢ καί συμπληρωματικό φαγητό. Καί οἱ «κολυμπάδες», ἐλήές πού διαλέγονται πράσινες ἀκόμη, ἀλλά πλήρως ὠριμασμένες, τοποθετοῦνται ἐπί 4-5 μῆνες μέσα σέ κοινό νερό γιά νά ξεπικρίσουν ἢ γίνονται «τουρσί» μέ ξύδι καί χρησιμοποιοῦνται, συνήθως γιά ὀρντεῦρ. Ὅλα τά εἶδη αὐτά ἀνήκουν στίς μικρόκαρπες ἐλήές.

Μεγαλόκαρπες ἐλήές δέν χρησιμοποιοῦν μέ εὐρύτητα στήν ἀνατολική Κρήτη σᾶν ἐπιτραπέζιες, γιατί τό μεγάλοκαρπο δένδρο δέν καλλιεργεῖται στήν περιοχή. Τέτοιες καλλιεργοῦνται στή περιοχή τοῦ Μυλοποτάμου καί στίς δυτικές ἐπαρχίες καί χρησιμοποιοῦνται γιά τό τραπέζι, εὐθύς ἀμέσως ἀπό τόν Ὀκτώβριο καί Νοέμβριο σᾶν φαγώσιμες, χωρίς καμμιά κατεργασία. Λέγονται «θροῦμπες» ὅταν δέν ἔχουν ἀκόμη ἀλατισθεῖ, γίνονται ὁμως καί παστές ἢ ἀλατοσληές ὅταν μετά τό μάζεμα τίς περιποιηθοῦν ὅπως τίς λιανοληές. Οἱ χονδροληές ὁμως σέ ἀντίθεσι μέ τίς λιανοληές «ταγγίζουν» εὐκόλα καί ἂν ἀκόμη ἀλατισθοῦν καί τότε δέν εἶναι βρώσιμες. Τελευταία στή περιοχή τοῦ Ρεθέμνου ἤρχισε μιά προσπάθεια καλλιεργείας ἐπιτραπέζιου χονδροληᾶς.

Τά εἶδη αὐτά τῶν ἐπιτραπέζιων ἐλαιῶν ἦσαν γνωστά στούς ἀρχαίους. Τά διέκριναν σέ ἐλήές «θλαστές», «νηκτρίδες», «στεμφυλλίδες», «ἀλμάδες», «ἰσχάδες ἢ δρυπεπεῖς». Τίς ταγγισμένες ἢ σκωληκόβρωτες ἐλήές τίς ἔλεγαν «πιτυρίδας ἐλαίας».

Μέ τά κουκούτσια τῆς ἐληᾶς συνδέεται στή Κρήτη μιά παράδοσις γιά τό κακό μάτι. Τήν ἄκουσα στήν περιοχή τῶν Ἁγίων Παρασκιῶν-Πεδιάδος καί εἶναι ἀξιόλογη. Λυποῦμαι πού ἐλλεῖπει χώρου δέν μπορῶ νά τήν ἀναφέρω.

Τό λάδι παράγεται σήμερα στό νησί μας μέ ἔκθλιψι τοῦ ἐλαιοκάρπου ἀφοῦ τοῦτος καθαρισθῆ ἀπό τά φύλλα, πλυθῆ μέ νερό καί λειοτριβηθῆ σέ εἰδικά σύγχρονα ἐλαιοσυγγεῖα. Μετά τήν ἔκθλιψι ὁ ἐλαιοχυμός φέρεται στούς ἐλαιοδιαχωριστήρες (πολύστροφα φυγοκεντρικά μηχανήματα) ὅπου μέ εὐχέρεια ἀποχωρίζεται τό ἐλαιόλαδο ἀπό τά «σύνερα».

Παληότερα ή έργασία αυτή γινότανε, πολύ κοπιαστικά, στά «άλετρουγιά» (έντοπίου κατασκευής έλαιουργεία μέ χειροκίνητα πιεστήρια). Μεταγενέστερα δέ καί μέχρι του 1930 ή έργασία αυτή γινότανε στίς «φάμπρικες», τά έντοπίου καί πάλι κατασκευής ίπποκίνητα έλαιουργεία, πολλές τών όποιων διέθεταν υδραυλικά χειροκίνητα πιεστήρια. Πολλές Κρητικές λέξεις τής όλης συλλογής καί κατεργασίας του λαδιού, μάς θυμίζουν τήν μακαρία εκείνη έποχή. 'Ο «ποταμός» γιά τό λίχνισμα του έλαιοκάρπου στό λήοφτο. 'Η «άλετρουβόπετρα» πού συνέθλιβε τόν έλαιοκάρπο στό άλετρουγιό ή στή φάμπρικα. 'Ο «μποτζαργάτης» πού άρχικά ήταν ξύλινος καί ύστερα μπρούτζινος, αλλά πάντα χειροκίνητος γιά τήν έκθλιψη. 'Ο καταλερωμένος «άλετρουβάρης» ό έργάτης τής φάμπρικας. 'Η «κασέλλα» πού έπεφτε ό έλαιοχυμός μετά τήν έκθλιψη. Τό «κάρτο» τό λευκοσιδερένιο δοχείο μέ τό όποιο στό χέρι, ξεχώριζαν μέ μαστρία οί άλετρουβάρηδες τό λάδι άπό τά σύνερα. Τά «άσκιά» μέ τά όποια οί άλετρουβάρηδες μετέφεραν στόν ώμο τους τό λάδι, στά πιθάρια του νοικοκύρη. Τά «μίστατα» τό μέτρο πού μέτραγαν τίς μεγάλες ποσότητες του λαδιού. Τήν «κάρτα», τήν άμοιβή του άλετρουγιού. Κι' άκόμη τόν «κατσίγαρο», τή «μουργα» καί τόν ...«άδη» τά μεγάλα μυστικά άλετρουβάριδων καί άφεντικού του άλετρουγιού.

Τό λάδι σάν χρησιμοποιήσιμη ύλη στή ζωή του άνθρώπου, έχει παληά ιστορία. 'Η παραγωγή του στόν Μινωϊκό χώρο, έπιμαρτυρείται άπό τό προϊστορικό έλαιουργείο τής Σαντορίνης (ίδε Fouque : Santorine σελ. 96). 'Η χρησιμοποίησις του σάν φωτιστικής ύλης φαίνεται άπό τούς «πολύφυτους» λύχνους τής Κνωσσοϋ. Καί ή ποικιλόμορφη χρήςις του στή διατροφή, στίς ιεροτελεστιές, στή γυμναστική καί στήν άρχαία θεραπευτική, έπιμαρτυρείται άπό όλους τούς άρχαίους Έλληνες καί Λατίνους συγγραφείς, τήν παληά καί τήν Καινή Διαθήκη (παραβολή έλαιήμονος Σαμαρείτη).

Χημικώς τό λάδι άποτελείται άπό γλυκερίδια του έλαϊκού καί του παλμιτικού όξέος. Περιέχει όμως καί γλυκερίδια του στεατικού.

Τό ληόλαδο ἀποτελοῦσε παλιότερα καί ἀποτελεῖ ἀκόμη καί σήμερα τή βασικότερη τροφή τοῦ Κρητικοῦ. Τό χρησιμοποιεῖ ἀπλόχερα, χωρίς μέτρο καί μέ μεγάλη σπατάλη. Ὁ Μ. Χουρμούζιος στά «Κρητικά του» λέει πώς οἱ Κρητικοί μαγειρεύουν μέ λάδι ἀκόμη καί τό χοιρινό κρέας. Καί ἀφίνει νά ἐννοηθῆ ὅτι στή κατάχρησι αὐτή τοῦ λαδιοῦ, ὀφείλεται ἡ νόσος λέπρα, πού ἐκεῖνη τήν ἐποχή φαίνεται νά παρουσίαζε στό νησί ἔξαρσι.

Τό ληόλαδο οἱ Κρητικοί τό τρῶνε ὠμό καί ψημένο. Ἄφθονα περιχυμένο σέ κριθαροκούλουρα μέ λίγο ἀλάτι τό τρῶνε ὠμό σάν «λαδόψωμο» ὅπως λένε. Ψημένο τό τρῶνε μέ τό φαγητό. Στό φαγητό τό βάζουν χωρίς δοσολογία μέ τό «μουζουράκι». Στά βραστερά μάλιστα φαγητά τό βάζουν μέ τόση κατάχρησι, πού καί οἱ ἴδιοι τήν συναισθάνονται καί γιά νά τήν δικαιολογήσουν λένε χαμογελώντας : «Ἄδεδε, Πηγῆ καί Λούτρα καί στή μέση Μαρουλάς». Πού σημαίνει ὅτι τό ἄφθονο λάδωμα τοῦ φαγητοῦ τους τό κάνουν, ὅπως στά χωριά πού ἀναφέρουν, πού εἶναι πλούσια σέ λάδι σάν τά πλέον ἐλαιοπαραγωγικά χωριά τοῦ Ρεθέμνου πού εἶναι.

Ἐκτός ἀπό τή διατροφή οἱ Κρητικοί χρησιμοποιοῦσαν ἀνέκαθεν τό λάδι καί σάν φωτιστική ὕλη. Οἱ λύχνοι τῶν παλιῶν Κρητικῶν ἔκαιγαν κάθε χρόνο γιά φωτισμό, περισσότερο λάδι ἀπό ὅσο ὀλόκληρη ἡ οἰκογένεια χρησιμοποιοῦσε γιά τή διατροφή της. Ὅλοι οἱ παλιοί Κρητικοί πού μάθανε γράμματα, τή μόρφωσί τους τήν ὀφείλουν στό λύχνο καί στό λάδι. Γιατί μέ τό λύχνο διάβαζαν τά μαθήματά τους. Λάδι χρησιμοποιοῦνε ἀκόμη στή Κρήτη, γιά τό διαρκές ἄναμα τοῦ σπιτικοῦ κανδυλιοῦ καί γιά τά κανδύλια τῶν ἁγίων στίς ἐκκλησίες.

Κι' ὁ Κρητικός χρησιμοποιοῦντας τήν καλύτερη ποιότητα τοῦ λαδιοῦ του γιά τούς παραπάνω σκοπούς, ἐσυνήθισε νά κρίνει βάσει τῆς ποιότητος τοῦ λαδιοῦ του καί τήν ποιότητα τῶν συνανθρώπων του. Γι' αὐτό ἐπί κακῶν ἀνθρώπων λέει :

«Λαπάντε λάδι σ' ἤξαιρα, μά σ' εἶσαι μερκαντίλι (ἐμπορεύσιμο)

μητε στό λύχνο κᾶνεις μπλοϊό, μητε καί στό καντηλι...»

Ἐν Κρητικῷ πιστεύει ὅτι τό λάδι ἔχει ἀφροδισιακές ἰδιότητες. Γι' αὐτό λέει «φάε λάδι κι' ἔλα βράδου» σέ ἀντίθεσι μέ τό «φάε βούτυρο κι' ἔλα κούτσουρο». Καί ἰσχυρίζεται ὅτι ὅσοι τρῶνε πολύ λάδι κᾶνουν καί πολλά παιδιά.

Ἐμπορευματολογικά τό λάδι ἀποτελεῖ τό ποιό ἀξιόλογο ἔμπορεύσιμο προϊόν τῆς Κρήτης. Διακρίνεται στό παρθένο ἐλαιόλαδο (πού δέν εἶναι ἀναμεμιγμένο μέ ἄλλα λάδια), στό κοινό λάδι, στό ἀνακεκαθαρμένο ἢ ραφινέ καί στό βιομηχανικό. Ἡ διάκρισις του ἀναλόγως τῶν ὀξέων πού περιέχει εἶναι τό λάδι «γραμμές» μέ ὀξύτητα μέχρις ἕνα βαθμό, τό χαμηλόβαθμο λάδι μέ ὀξύτητα 1-4 βαθμῶν, καί τό μεγαλόβαθμο λάδι ἀπό 7-20 βαθμῶν ὀξύτητας. Ἡ ἀριστα φαγώσιμα λάδια εἶναι τό παρθένο καί τό «γραμμές» ἐλαιόλαδο. Τά βιομηχανικά λάδια, ἔκαναν παληότερα νά ἀνθῆ ἡ γνωστή Κρητική σαπωνοποιία τοῦ Ρεθέμνου καί τοῦ Ἡρακλείου. Πολύ παλιά ὅλα σχεδόν τά «σαπουναργιά» τοῦ νησοῦ ἀνῆκαν σέ Τούρκους. Μετά τή μεταπολίτευσι ὁμως περιήλθαν σέ Κρητικά χέρια. Σήμερα ἡ βιομηχανία αὐτή λόγω τῶν ἀπορρυπαντικῶν εὐρίσκεται σέ ὕφεσι.

Ἀπό τά προϊόντα τῆς ἐληᾶς, ἡ παλιά καί μερικῶς ἡ σύγχρονη θεραπευτική, χρησιμοποιοῦν μόνο τό λάδι εἴτε αὐτούσιον ἢ ὡς χολαγωγό, εἴτε πρὸς παρασκευὴν χρισμάτων καί ἄλλων φαρμακοτεχνικῶν παρασκευασμάτων.

Ἡ λαϊκὴ κρητικὴ θεραπευτικὴ ἐκτός ἀπὸ τό λάδι χρησιμοποιεῖ καί τὰ φύλλα τῆς ἐληᾶς. Τό λάδι τό χρησιμοποιεῖ αὐτούσιον ἐπὶ χολοκυστικῶν παθήσεων καί χολολιθιάσεων ἢ ὡς χολαγωγό σέ δόσι ἕνα κουτάλι τῆς σούπας τό πρωῖ ἢ τό βράδυ. Πολλοὶ τό ἀνακατεύουν μέ χυμὸ λεμονιοῦ πού ἔτσι γίνεται εὐκολόπιστο. Πολλοὶ τό πέρνουν (κακῶς) καί ὡς φάρμακο κατὰ τῆς χοληστερίνης, στήν ἴδια δόσι. Ἐξωτερικὰ τό χρησιμοποιεῖ εἴτε σκέτο, εἴτε ἀνακατωμένο μέ ρακί, σέ ἐντριβές ἐπὶ κρυολογημάτων καί μυαλγιῶν. Ἀκόμη τό χρησιμοποιεῖ πρὸς παρασκευὴν χρισμάτων, διαλύοντας σ' αὐτό ὅλα τὰ ἄλλα θεραπευτικὰ βότανα ἢ προσθέτοντας μέσα στό λάδι βοτανικά καί ἐκθέτοντάς τα στόν ἥλιο καί «στ'

ἀπόι» ἐπὶ πολλές ἡμέρες ὅπως τὸ σπαθόλαδο. Ἐπὶ ἰσχυρῶν κολικῶν σέ ζῶα οἱ χωρικοὶ τοῦ νησοῦ τούς δίδουν ἄφθονο λήολαδο μέ τὸ «μπουκάλι» γιά νά περάση ὁ κολικός. Τόν τρόπο αὐτό χορηγήσεως τόν λένε «μουδισμα».

Τά φύλλα τῆς ἐληῆς ἢ λαϊκή Κρητική θεραπευτική τά χορηγεῖ σέ ἀφεινήματα κατά τῆς «πιέσεως» (20-30 δροσερά φύλλα σέ ἕνα κύπελλο νεροῦ). Ἀκόμη τά χρησιμοποιεῖ βρασμένα μέ κρασί γιά τόν καθαρισμό τραυμάτων.

Τά φύλλα τῆς ἐληῆς τά χρησιμοποιοῦσαν κατά τήν περίοδο τῆς Γερμανικῆς κατοχῆς καί οἱ Ἡρακλειώτες βυρσοδέμνες γιά τήν κατεργασία τῶν δερμάτων, λόγω τῆς ταννίνης καί τοῦ γαλλικοῦ ὀξέος πού περιέχουν.

156) Ἑλλύφι ἢ λύφι

Κοινή ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ «ἐλλύφη» luffa, τῆς οἰκογενείας τῶν κολοκυνθοειδῶν. Ὁ καρπός του μετά τήν ἀποξήρασι περιέχει ἰνώδη δομική ὕλη, ἢ ὅποια χρησιμοποιεῖται ἐπιτριβομένη μέ σαποῦνι ἢ ἀπορριπαντικό στή γενική ἢ καί στήν ἀτομική καθαριότητα. Θεραπευτική χρησιμοποίησι δέν ἔχει.

157) Ἑσπεριδοειδῆ

Περιληπτική ὀνομασία στή Κρήτη τῶν φυτῶν λεμονιά, πορτοκαλιά, μανδαρινιά, γλυκολεμονιά, κιτριά, περγαμότο, φράπα καί νερατζᾶ. Λέγονται ἀκόμη περιληπτικά καί «ξυνόδενδρα».

Τά δένδρα αὐτά καί οἱ καρποὶ τους – γαμήλιο δῶρο τῆς Γαίας πρὸς τήν Ἥρα, κατά τούς γάμους τῆς μέ τόν Δία – ἐφυλάσσοντο σέ μιά πόλη τῆς Κυρηναϊκῆς, στόν κῆπο τῶν Ἑσπερίδων, ἀπό τίς Ἑσπερίδες νύμφες (Ἑσπερία, Ἐρύθεια, Αἶγλη καί Ἀρέθουσα) καί ἀπό τόν μέ ἑκατό κεφαλές δράκο Λάδωνα. Μεταφέρθηκαν στόν βασιλεῖά τῆς Πελοποννήσου Εὐρυσθέα κατόπιν διαταγῆς του, ἀπό τόν Ἡρακλῆ, ὁ ὅποιος κατόρθωσε νά τά πάρῃ ἀφοῦ πρῶτα σκότωσε τόν Λάδωνα. Ὁ Εὐρυσθέας τά δώρησε στή θεά Ἀθηνᾶ, ἢ ὁ-

ποία όμως τά επανέφερε στόν ἴδιο κήπο, γιατί – σάν δῶρα πρὸς τὴν Ἥρα δέν ἦτο «ὄσιον» νά τά κρατήση κανεῖς.

Στὴ Κρήτη τά δένδρα αὐτά καλλιεργοῦνται ἀπὸ τὴν ποιοῦ παλαιά ἐποχή. Τά κυριώτερα ἀπ' αὐτά περιγράφονται στὶς οἰκειῖες λέξεις.

Ἐμπορεύσιμα προϊόντα τους εἶναι οἱ καρποὶ τους καὶ τὰ αἰθέρια λάδια πού βγάζουν ἀπὸ τὰ φύλλα καὶ τὰ ἄνθη-τους. Οἱ καρποὶ τους χρησιμοποιοῦνται σάν ἀξιόλογα φρούτα καὶ πρὸς παρασκευὴ χυμῶν. Οἱ σαρκώδεις φλοιοὶ τῶν καρπῶν τους, χρησιμοποιοῦνται στὴν ζαχαροπλαστική πρὸς παρασκευὴ γλυκισμάτων. Καὶ τὰ αἰθέρια ἔλαια πού πέρνουνται ἀπὸ τὰ φύλλα, τὰ ἄνθη καὶ τοὺς φλοιούς τῶν καρπῶν, χρησιμοποιοῦνται στὴ μυρωδική καὶ ἀρωματοποιῶ ὡς καὶ σάν ἐκδοχα στὴ κατασκευὴ πολλῶν φαρμάκων.

Ἐκτός ἀπὸ τοὺς καρπούς των στὴ Κρήτη χρησιμοποιοῦνται ἀπὸ τὸ λαὸ τὰ ἄνθη καὶ τὰ φύλλα τους, σέ ὅλες τίς τελετές. Μ' αὐτά στολίζουν στοὺς γάμους τὰ στέφανα, τὸ κρεβάτι καὶ τὴν «τζόγια» τῆς νύφης. Στὶς βαπτίσεις ἀποτελοῦν στόλισμα τῶν λαμπάδων. Καὶ στὶς κηδεῖες ρίχνονται στὰ φέρετρα τῶν νεκρῶν. Μὲ ἄνθη ἐσπεριδοειδῶν στολίζουν τοὺς ἐπιταφίους τῶν Ἐκκλησιῶν. Καὶ τὰ ἄνθη αὐτά τά μοιράζουν στό ἐκκλησίασμα μετὰ τὴν τελετὴ τῆς ἀποκαθήλωσης σάν «καλορίζικα». Μ' αὐτά πού θεωροῦνται ἁγιασμένα, οἱ παλιές Κρητικὲς μανάδες, ἐκάπνιζαν τὰ παιδιά τους γιὰ νά «ξαρρωστήσουν».

Εἰδικὰ γιὰ τὴν χρησιμοποίησί τους σάν στόλισμα στὶς γαμήλειες τελετές, ὁ Γεννάδιος ὑποστηρίζει ὅτι βρῆκαν τὴν καθιέρωσί τους ἀπὸ τὴν Ἰσπανία.

Ἡ παλαιά καὶ ἡ σύγχρονη θεραπευτικὴ ἀπασχολήθηκαν πολὺ μὲ τίς θεραπευτικὲς ιδιότητες οὐσιῶν πού προέρχονται ἀπὸ τὰ ἐσπεριδοειδῆ. Ἡ παλαιά θεραπευτικὴ ἐχρησιμοποίησε τὰ ἄνθη τους πρὸς παρασκευὴ τοῦ Eau de fleurs d'orange, πού ἔδιδε σάν φάρμακο πρᾶντικὸ καὶ ἀντιεμετικὸ καὶ σάν βελτιωτικὸ, ἄλλων παρασκευασμάτων.

Κατά τόν δεύτερο παγκόσμιο πόλεμο, οί Ρῶσοι ἔδιδαν στούς στρατιῶτες των πού ἐμάχοντο στούς πάγους, κονιοποιημένο λεμόνι, σάν ἄριστο καί ἰσχυρό δυναμωτικό. Κονιοποιημένο λεμόνι ἔπερναν καί οί Χίλλαρν καί Τένσιγκ ὅταν ἀνερριχῶντο στό Ἔβερεστ. Κι' ὅταν ἕτερμάτισαν ἐπιτυχῶς τήν ἀναρρίχησι, ὁ Τένσιγκ ἀφῆκε στή κορυφή τοῦ βουνοῦ, κονιοποιημένο λεμόνι, σάν τήν καλύτερη προσφορά πρός τόν Βούδδα, πού τούς ἐβοήθησε νά ἀνεβουῦν σ' αὐτό.

Μετά τόν δεύτερο παγκόσμιο πόλεμο καί γύρω ἀπό τό 1950 ἡ ἐπίσημη θεραπευτική ἀσχολήθηκε πολύ μέ τίς θεραπευτικές ιδιότητες τοῦ χυμοῦ καί τοῦ φλοιοῦ τῶν ἐσπεριδοειδῶν. Ἀφορμή ἔδωσε ἡ μεγάλη τους περιεκτικότητα σέ βιταμίνες C καί P, οί ὁποῖες πλὴν τῶν ἀντιλοιμωδῶν τους ἰδιοτήτων, παρετήρησαν ὅτι εἶχαν τήν δυνατότητα νά ἐμποδίζουν ἢ νά ἐπουλώνουν γρήγορα, τίς παρενέργειες τῶν ἀκτινῶν X κατά τίς ἀκτινοβολίες τῶν κακοήθων ὄγκων καί νά τίς καθιστοῦν ἀκίνδυνες καί χωρίς συνέπειες. Ἐπί τοῦ θέματος αὐτοῦ ἔγιναν πειράματα ἐπιτυχῆ στό νοσοκομεῖο Χάρλεμ τῆς Νέας Ὑόρκης (ἴδε Lancet Αὐγούστος 1954) καί πρός στιγμή ἔδωσαν πολλές ἐλπίδες, ὅτι τά ἐσπεριδοειδῆ θά ἔλυναν ὀριστικά τό ζήτημα τῆς ραδιενεργείας. Ἡ βιταμίνη P ὠνομάσθηκε τότε «ἐσπεριδίνη» καί ἄλλα πειράματα ἀπέδειξαν ὅτι αὐτή ὡς καί οἱ οὐσίες πελαργονιδίνη, κυανιδρίνη καί δελφινιδίνη, πού ὑπάρχουν στό φλοιό, στό χυμό καί στά ἄνθη τῶν ἐσπεριδοειδῶν καί κυρίως τοῦ λεμονιοῦ, καί πού ὠνομάσθησαν φλαβόνια ἔχουν προστατευτική ἐπίδρασι στά αἰμοφόρα τριχοειδῆ καί γενικώτερα στά ἀγγεῖα. Τοῦτο ἔδωσε ἀφορμή νά παρουσιασθοῦν στό ἐμπόριο πολλά σκεύασματα μέ βάσι τά «φλαβόνια» πού ὠνομάζοντο «φλαβονοειδῆ» καί πού εἶχαν εὐρεία χρησιμοποίησι στίς ὀφθαλμικές κυρίως παθήσεις.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ἄνθη καί τά φύλλα τῶν ἐσπεριδοειδῶν σέ ἀφεψήματα μέ νερό, σάν φάρμακα πρᾶυντικά καί ἡρεμιστικά. Ἀκόμη χρησιμοποιεῖ τόν χυμό τοῦ λεμονιοῦ σάν φάρμακο ἀντιρευματικό.

Ἡ χρησιμοποίησις γίνεται, μέ μέτρο τόν χυμό ἑνός μέτριου στό μέγεθος λεμονιοῦ, τόν ὅποιο πέρνουν τήν πρώτη μέρα τό πρωί νηστικοί. Τή δεύτερη μέρα πέρνουν τό χυμό δύο λεμονιῶν. Τήν τρίτη πέρνουν τό χυμό τριῶν λεμονιῶν καί οὕτω καθ' ἑξῆς μέχρι δέκα λεμόνια, ὅτε διακόπτουν τήν λήψι τοῦ φαρμάκου, γιατί ἔχουν διακοπεῖ ἐν τῷ μεταξύ καί αἱ ἐκδηλώσεις τῆς νόσου ὅπως λένε. Τήν μέθοδο δέν τήν θεωρῶ ἀξιοσύστατη ἰδίᾳ γιά παιδιά ἢ ἡλικιωμένους.

158) Εὐκάλυπτος

Πανελλήνια ὄνομασία τοῦ ὁμώνυμου φυτοῦ τῆς οἰκογενείας τῶν μυρτοειδῶν. Ἐπιστημονική του ὄνομασία εἶναι Εὐκάλυπτος ὁ σφαιριόκαρπος «*Eucalyptus globulus*». Εἶναι ἰθαγενές φυτό τῆς Αὐστραλίας πού ἐγκλιματίσθηκε στήν Ἑλλάδα. Χρήσιμα μέρη του εἶναι τά φύλλα καί οἱ φλοιοί του. Τά φύλλα του ἔχουν εὐχάριστο ὄσμή. Περιέχουν αἰθέριο λάδι, ταννίνη, ρητινώδεις καί πεκτινικές ὕλες, πυροκατεχίνη, γαλλικό ὄξύ καί νιτρώδεις οὐσίες. Παληότερα ἐχρησιμοποιοῦντο σέ σκόνι, καί καταπότια σάν φάρμακα ἀποχρεμπτικά, εὐστόμαχα καί στυπτικά.

Ἀπό τά φύλλα του βγάζουν αἰθέριο λάδι πού περιέχει κινεόλη, πιπένιο, βαλεριανική, καπρονική καί βουτυλική ἀλκοόλη. Χρησιμοποιεῖται στή σαπωνοποιῖα καί στή κατασκευή ἀντισηπτικῶν. Οἱ φλοιοί του πικρότατοι στή γεῦσι, ἐχρησιμοποιοῦντο παληότερα κατά τῆς ἐλονοσίας ἀντί κίνου.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν ἐχρησιμοποίησε τό φυτό μέ εὐρύτητα. Τό ἐχρησιμοποιεῖ ὁμως παληότερα σέ ὑποκαπνισμούς βραζόμενο, σάν ἀντιδυσπνοϊκό καί ἀντιβηχικό ἢ καί ἀντιγριπτικό, ἐπί ἀναπνευστικῶν παθήσεων. Ὁλόκληρο τό δένδρο σέ φυτεῖες, ἐχρησιμοποίηθη πρός ἀποξηρανσι ἐκτάσεων μαστιζομένων ἀπό ἐλονοσία.

Z

159) Ζαμπούκος

Κοινή όνομασία στη Κρήτη του φυτού ἼΑκτὴ ἡ μέλαινα «Sambucus nigro». ἼΑνήκει στην οικογένεια τῶν αἰγοκληματιδῶν. Χρήσιμα μέρη του τὰ ἄνθη καὶ οἱ καρποὶ του. Τὰ ἄνθη του περιέχουν αἰθέριο λάδι, γλοιώδεις καὶ ρητινώδεις οὐσίες, ταννίνη, βαλεριανικό ὀξύ καὶ τὸν γλυκοζίτη σαμβουγιρίνη. ἼΕχρησιμοποιοῦντο παλαιότερα ἀπὸ τὴν θεραπευτικὴ σὰν φάρμακο διαφορικό καὶ ἀντιδυσπνοϊκό.

Οἱ καρποὶ του (ράγες μικρὲς σφαιρικές), περιέχουν σαμβουγιρίνη, μηλικό, ὀξεικό, τρυγικό καὶ δεσικό ὀξύ, ρητινώδεις οὐσίες, κόμι, χρωστικές καὶ αἰθέριο λάδι. ἼΕχρησιμοποιοῦντο παλιότερα ἀπὸ τὴν θεραπευτικὴ πρὸς παρασκευὴ τοῦ φαρμάκου «Rob sambuci, πού ἔθεωρεῖτο σὰν ἄριστο καὶ πολύτιμο καθαρτικό. Σήμερα δὲν χρησιμοποιοῦνται.

ἼΗ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ φύλλα καὶ τὰ ξηρὰ ἄνθη τοῦ φυτοῦ σὲ ἀφεψήματα ὡς φάρμακο ἀντισηπτικό καὶ πρᾶντικό γιὰ γαργάρες, ἐπὶ ἀμυδαλίτιδων, κυναγχῶν καὶ ὀδονταλγιῶν. Τὰ ἄνθη του τὰ χρησιμοποιεῖ σὲ ἀφεψήματα σὰν φάρμακο ὑπακτικό. Σκέτα τὰ φύλλα καπνίζονται σὲ σιγαρέττα σὰν ἀντιδυσπνοϊκά.

160) Ζαφορά

Δημῶδες Κρητικὴ όνομασία τοῦ φυτοῦ Κρόκος «Crocus». ἼΑνήκει στην οικογένεια τῶν ἰριδιδῶν. ἼΗταν γνωστό στους ἀρχαίους. Τό ἀναφέρουν ὁ Θεόφραστος, ὁ Στράβων καὶ ὁ Διοσκουρίδης σὰν φυτὸ βαφικό, φαρμακευτικό καὶ μυρεπικό. ἼΟ Θεόφραστος μάλιστα μᾶς πληροφορεῖ ὅτι ἀπ' αὐτὸ ἐλαμβάνετο τὸ «κρόκκινο μῦρον» (Θεόφρ. ὀσμ. 34).

Μὲ τὴν Μινωικὴ Κρήτη τὸ συνδέουν οἱ τοιχογραφίες τῶν Κρητικῶν ἀνακτόρων. Σὲ μιά τοιχογραφία τῆς Κνωσοῦ, μιά γυμνὴ νεαρὰ μορφή, παρουσιάζεται μέσα σὲ ἓνα βραχώδη ἀγρὸ νά μαζεῦη κρόκους. Τὴν ὠνόμασαν «κροκο-

συλλέκτη». Ἀργότερα διαπιστώθηκε ὅτι ἡ μορφή αὐτὴ ἀνήκε σε πίθηκο. (ἴδε Ν. Πλάτωνος : ὁ Κροκοσυλέκτης πίθηκος, Κρητικά Χρονικά τόμος Α, τεύχος 3, σελ. 505). "Ἄλλες μικρότερες ἀπεικονίσεις τοῦ φυτοῦ ἔκαμαν τὸν Evans (The palace of Minos at Knossos τομ. ΙΙ) νὰ πιστεύῃ ὅτι τὸ φυτὸ ἐλάμβανε μέρος στὴ Μινωϊκὴ λατρεία καὶ ὅτι ἦταν ἀφιερωμένο στὴ μεγάλη Κρητικὴ θεότητα. Λόγω ἐν τούτοις τοῦ ὅτι τὸ φυτὸ ἐχρησιμοποιεῖτο σὰν βαφικὴ ὕλη ἀπὸ τοὺς ἀρχαίους Αἰγυπτίους, τῶν ὁποίων οἱ σχέσεις μετὰ τὴν Μινωϊκὴν Κρήτην ἦσαν στενές (ἴδε Pfister : Les Textiles du Tombeau de Toutankhamon R:A:A, τόμος ΧΙ 1937 σελ. 210), ὁ ἴδιος πιστεύω ὅτι περισσότερο ἀπὸ τὴν θρησκευτικὴν, ἢ ὠφελμιστικὴν χρησιμότητα, ἔκανε τοὺς Μινωϊκοὺς τεχνίτες νὰ τὸ χρησιμοποιοῦν σὰν πρότυπο εἰς τὰ ἔργα τους. Οἱ ἀρχαῖοι συγγραφεῖς (Gesnerus 86), σέ πολλά μέρη τους ἀναφέρουν περὶ τῶν βαφικῶν τοῦ ἰδιοτήτων καὶ περὶ τῶν «κροκίνων» καὶ «κροκοβαφῶν» ὑφασμάτων. Τὰ ὑφάσματα αὐτὰ ἦσαν σέ μεγάλη τιμὴ κατὰ τοὺς ἀρχαίους χρόνους, ἐφοριοῦντο δὲ ἀπὸ τοὺς θεοὺς, τίς νύμφες, τίς ἡρώιδες καὶ τοὺς ποιητές.

Τὸ φυτὸ ἐκτός τοῦ ὅτι ἦτο αὐτοφυὲς στό νησί μας, κατὰ τὴν Μινωϊκὴν ἐποχὴ φαίνεται νὰ ἐκαλλιιεργεῖτο σέ εἰδικὰ «ζαφοροκίπια».

Ἐκτός ἀπὸ τὴν βαφικὴν τοῦ χρησιμοποιήσῃ, τὸ φυτὸ ἐχρησιμοποιεῖτο καὶ ἀπὸ τὴν ἀρχαία καὶ ἀπὸ τὴν μετέπειτα θεραπευτικὴν. Ὁ Διοσκουρίδης μᾶς περιγράφει τίς ἰαματικές του ιδιότητες. Ὁ Θεόφραστος τίς μυρευσικὰς του.

Ἡ σύγχρονη θεραπευτικὴ δὲν χρησιμοποιεῖ τὸ φυτὸ. Ἀπὸ τῆς ἀναγεννήσεως ὅμως μέχρι πρόσφατα ἀκόμη ἡ φαρμακευτικὴ ἐχρησιμοποιοῦσε τὰ στίγματα του (δηλαδή τὰ ἐπὶ τῶν στημόνων κίτρινα σωμάτια) πρὸς παρασκευὴν τοῦ κροκούχου βάμματος τοῦ ὀπίου (Tinctura Oppi Crocata), τοῦ συνθέτου βάμματος τῆς ἀλόης «Tinctura Aloe Composta» καὶ τοῦ σιροπίου τοῦ κρόκου «Sympus Croci», παρασκευασμάτων πού τόσα προσέφεραν στὴν παλαιὰ θεραπευτικὴν.

Στὴ μυρευσικὴ καὶ στὴ ζαχαροπλαστικὴ ὁ κρόκκος

χρησιμοποιείται ακόμη και σήμερα. Γύρω στά 1500 μ.Χ. παρασκευάσματα του φυτού ἔχρησιμοποιούντο στό νησί μας γιά τήν περιποίηση τῶν μαλλιῶν τῆς κεφαλῆς. Μᾶς τό ἀναφέρει τό Κρητικό δράμα ὁ Γύπαρης σ' ἕναν του στίχο:

«...καί ζαφυρίζουν τά μαλλιά καί δακτυλιδομένα
τά κάνουν κι ἀπομένουσι μέ τέχνη συθεμένα»

(Πρ. Α, στ. 409)

Ἄκόμη χρησιμοποιεῖται πρός παρασκευή τῆς κόνεως Cuggy, πού προσδίδει στά ἐδέσματα καί στά μαγειρικά παρασκευάσματα χαρακτηριστική γεῦσι καί χρῶμα καί μέ τήν ὁποία χρωματίζουν κίτρινα τά τυριά καί τό βούτυρο.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ἄνθη τοῦ φυτοῦ σέ ματζούνια μέ ἀφροδισιακές ιδιότητες, τονωτικές καί εὐστόμαχες.

Ἐλόκληρο τό φυτό ἔχρησιμοποιεῖτο παλιότερα ἀπό τίς Κρητικοπούλες σάν βαφική ὕλη. Μ' αὐτό ἔβαφαν τά μάλλινα τοῦ ἀργαλειοῦ τους κίτρινα. Ἡ βαφική του ιδιότης ὀφείλεται στή χρωστική κουκουρμίνη. Ἐάν κατά τήν βαφή προστεθοῦν στό νερό τοῦ βαψίματος ἀλκαλικές οὐσίες, τότε στά βαφόμενα δίδεται κόκκινο ἀνεξίτηλο χρῶμα.

Ἐμπορευματολογικά τό φυτό δένπαρουσιάζει οὐσιαστική κίνησι στό νησί μας. Παλιότερα ἐκαλλιιεργεῖτο στή περιοχή τῆς Κοζάνης, μέ ἐτήσια παραγωγή ὀλίγων τόνων. Σήμερα δέν γνωρίζω ἄν συνεχίζεται ἡ καλλιέργεια.

161) Ζελκόβη ἢ Κρητική

Ἄπαντᾶ μόνον στή Κρήτη καί στήν Κύπρο. «Zelkova Cretica». Ἀποτελεῖ ἐπιβίωση εἶδους τῆς οἰκογενείας τῶν οὐλμινδῶν, ἀπολιθωμένα λείψανα τῶν ὁποίων εὐρέθησαν στά μειόκαινα στρώματα τῆς Λήμνου, τῆς Κύμης καί τοῦ Ὁρωποῦ. Πολλά ἄτομα ὑπάρχουν στόν Σκαφιδαρά τοῦ Λασιθιοῦ. Δέν εἶναι φυτό εὐρέως γνωστό. Δέν ἔχει χρησιμοποιοθῆ ἀπό τήν λαϊκή θεραπευτική τοῦ νησοῦ μας.

162) Ζοχαδόχορτο

Ἔτσι λένε σέ πολλές περιοχές τοῦ νησοῦ μας τό φυτό

Συκόρριζα ή μεγανθής, «*Ficaria Grandiflora*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν βατραχίων. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική τό χρησιμοποιεῖ πολτοποιημένο σέ ἐξωτερικά ἐπιθέματα στίς «ζωχάδες» (αἱμορροΐδες).

163) Ζουλφαρί

Τουρκοκρητική ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Φασίολος ὁ τοῦ Καρακάλα. Μετακλιματίσθηκε ἀπό τήν Νότιο Ἀμερική σάν κοσμητικό. Δέν χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική.

164) Ζουμπούλι

Κρητική ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Ἰάκινθος ὁ ἀνατολικός «*Hyacinthus Orientalis*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν λειριόσειδων. Λέγεται ἀκόμη καί φοῦλι.

Ἦταν γνωστό στούς ἀρχαίους. Ἡ μυθολογία τό ταυτίζει μέ τόν ὠραῖο Ἰάκινθο, τό γυιό τοῦ Ἀμύλκα καί τῆς Διομήδης, τόν ὁποῖο ἐσκότωσε ὁ Ἀπόλλωνας μέ τόν δίσκο του, χωρίς νά τό θέλη. Ὑστερα τόν μεταμόρφωσε στό ὁμώνυμο φυτό.

Καλλιεργεῖται σάν φυτό κοσμητικό. Ἀπό τά ἄνθη του ἐξάγεται περίφημο ἄρωμα. Τοῦτο ἦτο γνωστό στό νησί μας κατά τήν ἐνετική περίοδο μέ τό ὄνομα «ζαμπέτι». Μᾶς τό πληροφορεῖ τό ποίημα τοῦ Σαχλίκη, ἕνας στίχος τοῦ ὁποίου λέει: «μπλιό ζαμπέθια δέν μυρίζω μά βρωμῶ ὄλος καί σκανίζω...». Φαίνεται δέν ὅτι τό φυτό ἐκαλλιεργεῖτο εὐρύτερα στό νησί ὅλες τίς ἐποχές, γιατί ἡ Κρητική μούσα τό ἀναφέρει πολλές φορές.

«Εἶσαι ζουμπούλι, μενεξές, γαρεφαλιά καί ρόδα
ἀνθός καί φοῦλι καί σελβί καί γιασεμί καί βιόλα».

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖτά ἄνθη τοῦ ζουμπουλίου σέ ἀφεψήματα, σάν φάρμακο ἀναληπτικό καί διαφορικό.

165) Ζουρνᾶς

Δημῶδης Κρητική ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Στραμόνιο τό

δενδρῶδες «Stramonium Arborens». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν σολανοδῶν.

Λέγεται ἀκόμη στήν Κρήτη κατά τόπους καί μαγιόχορτο, (ἐπειδή ἔχει καλή βλάστηση τόν Μάη) καί ξελογιάστρα (γιατί πιστεύεται ὅτι ποτίζοντας μιά γυναίκα μέ τό ἀφέψημα τῶν σπόρων ἢ τῶν φύλλων του —πού περιέχουν σκοπολαμίνη— μπορεῖς νά τῆς ἐξασθενήσης τήν θέληση καί νά τήν ξελογιάσης). Ἀναφέρεται ἀπό τόν Θεόφραστο μέ τήν ὀνομασία στρύχνος ὁ μανιακός, ὅπως ἐπίσης ἀπό τόν Διοσκουρίδη στό περί ὕλης ἰατρικῆς του (IV, 73). Χρήσιμα μέρη του εἶναι τά φύλλα καί οἱ σπόροι του. Περιέχουν ἀτροπίνη, ὕοσκυαμίνη, δατουρίνη, μή πτητικό λάδι, μηλικό καί ἀτροπικό ὄξύ. Ἀπό αὐτά ἡ παλιά θεραπευτική παρασκεύαζε τό βάμμα καί τό ἐκχύλισμα τοῦ στραμωνίου, τά ἀντιασθματικά σιγαρέττα καί πληθος ἄλλων ἰδιοσκευασμάτων μέ ναρκοτικές ἀντιβηχικές, ἀντισπασμωδικές, μυοχαλαρωτικές καί ἀντιφυτονευρικές ιδιότητες.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ κυρίως μόνο τά φύλλα του, πρὸς κάπνισμα, ἐπὶ ἀσθματικῶν καταστάσεων.

166) Ζυγόφυλλο τό λευκό

Θάμνος πολυετής, ἰθαγενής τῆς Ἀμερικῆς καί τῆς Ἀσίας, ἐνδημικός στό νησί μας. «Zygophyllum Album». Στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας. Ἔχει φαρμακευτικές ιδιότητες. Τά ἀφεψήματα τῶν ὑπεργείων μερῶν του δίδονται σάν φάρμακο νευροπραϋντικό καί ὑπνωτικό. Καλλιεργεῖται καί σάν κοσμητικό.

Η

167) Ἡλιάνθεμο τό Ἐλλειπτικό

Κρητικό ποῶδες ἢ φρυγανῶδες φυτό, τῆς οἰκογενείας τῶν κιστιδῶν. «Helianthemum Ellipticum». Στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας. Ἔχει κίτρινα ἄνθη καί σπανιότερα λευκά ἢ κόκκινα. Δέν χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική.

168) Ἡλιος

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Ἡλιάνθος ὁ ἐτήσιος, «*Helianthus Anuus*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν προσωπανθῶν. Μετεφέρθη στήν Εὐρώπη ἀπό τό Μεξικό. Ἡ παλαιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τό βάμμα τῶν ἀνθέων καί τῶν φύλλων του, σάν φάρμακο ἀνθελονοσιακό. Σήμερα δέν χρησιμοποιεῖται.

Στό νησί μας τά σπέρματά του εἶναι ἐδώδιμα. Τρώγονται σάν τράγημα. Σέ ἄλλες χῶρες ἀπό τά σπέρματά του ἐξάγεται φαγώσιμο λάδι ἢ χρήσιμο γιά τή λίπανση μηχανημάτων.

169) Ἡμερο ραδίκι

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Κιχώριο τό ἀντίδιο «*Cichorium Endivia*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν συνθέτων. Περιέχει σέ ὅλα τά μέρη του κιχωρίνη, ἡ ὁποία δρᾷ διεγερτικά ἐπί τοῦ στομάχου.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τό ἀφέψημα τῶν ριζῶν τοῦ φυτοῦ σάν φάρμακο εὐστόμαχο.

**170) Θλάσπι τό Διάτρητο**

Πόα ἐτήσια τῶν ἀσβεστούχων Κρητικῶν βοσκοτόπων, τῆς οἰκογενείας τῶν ροιαδωδῶν, «*Plaspi Perfoliatum*». Ἔχει φύλλα ὠοειδῆ, λευκά ἄνθη καί καρπό τραγανό. Κατατάσσεται στά ζιζάνια. Στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Γαληνό στό ἀντιδοτάριό του, σάν φάρμακο ἀποδηλητηριαστικό. Οἱ Γάλλοι τό θεωροῦν σάν φάρμακο ἐξουδετερωτικό τῆς νικοτίνης τῶν καπνιστῶν (*Atabacique*). Τά ἀφεψήματα τῶν ὑπεργειῶν μερῶν του εἶναι πραϋντικά, ὑπνωτικά καί ἀφροδισιακά.

171) Θρύμπα

Δημῶδης Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Θύμβρα, «*Satureia*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν χειλανθῶν. Ὅλα τά ὑ-

πέργεια μέρη του χρησιμοποιούνται από την λαϊκή Κρητική θεραπευτική σέ άφεψημάτα, σάν φάρμακο άντιφυσσώδες, παρασιτοκτόνο καί μυκητοκτόνο. Μέ τά άφεψημάτα τής θρύμπας σέ έπαλήψεις, οί χωρικοί μας καταπολεμοϋν τάς φθειριάσεις τών ζώων τους. Μέ τά ίδια άφεψημάτα, αλλά καυτερά, ξεπλύνουν τά βαρέλια τους γιά νά βάλουν τό καινούργιο κρασί. Μέ τό ξέπλυμα αυτό σκοτώνουν τούς παραμύκητες, πού μπορεῖ νά βλάψουν τήν καλή του ποιότητα.

172) Θύμος

Φυτό θαμνώδες τής οικογενείας τών χειλανθών, «Thymus». Φυτρώνει σέ όλες τίς ξερές καί άγονες έκτάσεις. Ήως φυτό έχει ποικίλλες χρησιμοποίησεις. Χρησιμοποιεῖται σάν φρύγανο γιά τό άναμα τοϋ τζακιοϋ. Δένεται σέ πρόχειρες σκουπες, μέ τίς όποῖες οί νοικοκυρές, σκουπίζουν στά χωριά τά «σοκάκια» τους. Οί Κρητικοποϋλες παρενθέτουν τά κλαδιά του στίς «μπουγάδες» τους μεταξύ στάκτης καί ρούχων γιά νά μή τούς λερώσει ή πρώτη τάδεϋτερα. Γι' αυτό τόν ονομάζουν καί ρουχόθυμο. Άκόμη τό φυτό λέγεται καί γαιδουρόθυμος, γιαντί άποτελεῖ προσφιλή τροφή τών γαιδουργιών.

Ή παλιά θεραπευτική έχρησιμοποιοϋσε τήν πόα τοϋ θυμου (τά φύλλα καί τούς τρυφερούς βλαστούς), σέ σκόνη ή καί άφεψημάτα σάν φάρμακο εϋστόμαχο, διαφορικό καί άντισπασμωδικό. Μέ τήν άπόσταξη τών ίδιων μερών έπαίρνεται τό θυμόλαδο ή θυμέλαιο. Τοϋτο άδιάλυτο εῖναι καυστικό καί άποτελεῖται από θυμόλη, καρβακρόλη, πιπένιο, βορνεόλη καί λιναλοόλη. Παλιότερα από τό θυμέλαιο έπαιρναν τήν θυμόλη, πού έχρησιμοποιεῖτο σάν άντισηπτικό. Τό θυμέλαιο χρησιμοποιεῖται στη παρασκευή αλοιφών καί όδοντοτριμάτων. Έχει όσμή καμφοροϋχο καί έχρησιμοποιεῖτο καί σάν φάρμακο άντισηπτικό, άντισπασμωδικό καί γλυκαντικό έπί παθήσεων τοϋ έντέρου καί ως μέσο άντιζυμώδες καί άντιζυμωτικό.

Ή λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τήν πόα τοϋ θυμου σέ έλαφρά άφεψημάτα σάν φάρμακο άφυσσο, άν-

τισπασμωδικό και πραυντικό τῶν κοιλιακῶν πόνων. Πολλοί τὰ χρησιμοποιοῦν καί σάν ρόφημα θερμαντικό, βαλσαμικό, ἀντιβηχικό καί στηθικό. Αὐτούσια τὰ ἀνθισμένα κουκούτσια τοῦ θύμου, οἱ Κρητικοί τὰ χρησιμοποιοῦν σάν φάρμακο τῶν κοιλιακῶν πόνων, μασσώντας τα. Τά ἐλαφρά ἀφεψήματα τῶν ἴδιων μερῶν τοῦ φυτοῦ εἶναι ἄριστο ἀντισηπτικό σέ γαργάρες ἐπὶ στοματιτίδων καί ἀμυγδαλυτίδων.

I

173) Ἴθιά

Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἴτέα ἢ εὐθραυστος, «*Salix Fragilis*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἰτεῦδῶν. Χρήσιμα μέρη του εἶναι κυρίως οἱ φλοιοί του. Περιέχουν σαλικίνη, ταννίνη, ὀξικό ἀσβέστιο, ρητινώδεις οὐσίες καί ἄλλα συστατικά. Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τὰ ἀφεψήματα καί τήν σκόνη τους, σάν φάρμακα στυπτικά, ἀντιγριπικά καί ἀντιρευματικά.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τήν σκόνη τους καί τὰ ἀφεψήματά τους σάν φάρμακο κατά τῆς ἐλονοσίας καί τῶν χολολίθων. Ἐπίσης ἐχρησιμοποιοῦσε τὰ φύλλα καί τούς τρυφερούς βλαστούς τοῦ φυτοῦ πολτοποιημένα ἢ βρασμένα σάν ἐπουλωτικά πληγῶν καί ἐλκῶν, σέ ἐπιθέματα.

174) Ἴνουλα ἢ λεμονιόφυλλος

Σπανίζουσα πολυετής Κρητική πόα τῆς οἰκογενείας τῶν συνθέτων «*Inula Limoniifolia*». Φυτρώνει σέ ἀργιλλώδη ἐδάφη ἐπάνω σέ λόφους. Ἡ ρίζα της εἶναι χονδρή, κιτρινόφαιη ἐξωτερικά ἀλλά λευκή ἐσωτερικά, μέ ὀσμή καμφορᾶς. Τά φύλλα της εἶναι ὠοειδολογχοειδῆ ὅπως τῆς λεμονιάς καί τὰ ἄνθη της κίτρινα κορυμβοειδῆ. Χρήσιμα μέρη της εἶναι ἡ ρίζα της ὅταν παρῆθῃ ἀπό φυτό 2-3 ἐτῶν. Εἶναι πικρή καί περιέχει ἰνουλίνη. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική τήν χρησιμοποιεῖ σέ σκόνη γιά ἐπιπάσεις δερματοπαθειῶν μέ κνησμό. Ἐπίσης μέ μέλι δίδει τήν ἴδια σκόνη σάν φάρμακο δυναμωτικό καί ἀντισπασμωδικό.

Κ

175) Κακουλές

Κρητική όνομασία τῶν καρπῶν τοῦ φυτοῦ Καρδάμωμο. Οἱ καρποὶ αὐτοὶ ἐπωλοῦντο στὰ ἀχτάρικα, μεταφερόμενοι μέσω Λονδίνου ἀπὸ τὶς μεσημερινές Ἰνδίες, ὅπου εὐδοκιμεῖ τὸ φυτό. Ἐχρησιμοποιοῦντο μέ τὴν κανέλλα σάν ἀρτυματικά, σέ φαγητὰ καὶ οἰκιακὰ γλυκίσματα. Σήμερα χρησιμοποιοῦνται στὴ ζαχαροπλαστική, στὴν ἀρωματοποιῖα καὶ στὴν κατασκευὴ λικέρ.

176) Καλάμι

Κοινὴ Κρητικὴ όνομασία τοῦ φυτοῦ Κάλαμος ὁ Δόναξ «Arundo Donax». Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν ἀγρωστωδῶν. Εἶναι φυτὸ ριζωματικὸ, φυτρώνει συνήθως σέ ὑγρά μέρη ἢ σέ ἀμμώδεις περιοχές, εὐδοκιμεῖ ὅμως καὶ ξηρικά σέ λόφους. Ἀντέχει στὴ ξηρασία.

Ἦταν γνωστὸς στοὺς ἀρχαίους. Κατὰ τὸν Θεόφραστο μάλιστα στὸ νησί μας ἐφύτρωνε ἓνα ἰδιαίτερο εἶδος, ὁ κάλαμος ὁ Κρητικὸς ἢ ἰοζινός. Ὁ Διοσκουρίδης ἀναφέρει ἐπίσης γι' αὐτόν ὅτι «ἀλωπεκίας θεραπεύει».

Ἡ Ἑλληνικὴ μυθολογία τὸν ταυτίζει μέ τὸν ὁμώνυμο γιὸ τοῦ ποταμοῦ Μαιάνδρου, τὸν ὁποῖον ὁ Ζεὺς μεταμόρφωσε σέ φυτό, γιατί δέν μποροῦσε νά ὑποφέρῃ τὸν θάνατο τοῦ φίλου του Κάρπου, πού πνίγηκε στὰ νερά τοῦ πατέρα του, ὅταν κολυμποῦσαν μαζί.

Χρήσιμα μέρη τοῦ φυτοῦ εἶναι τὸ ρίζωμά του καὶ ἰδίως τοῦ εἶδους κάλαμος ὁ ἀρωματικὸς, πού ἀναπτύσσεται ἀπὸ ρίζωμα τοῦ καλάμου Δόναξ. Τὸ ρίζωμα αὐτὸ περιέχει αἰθέριο λάδι, γλυσχράσματα, ἄμυλο, ταννίνη, χολίνη, μεθυλαμίνη, καὶ τὸν πικρὸ γλυκοζίτη ἀκορίνη. Ἀπὸ τὸ ρίζωμα ἢ παλιά θεραπευτικὴ ἔπαιρνε τὸ λάδι μέ ἀπόσταξη δι' ὕδρατμῶν. Τοῦτο εἶναι πυκνότερο κίτρινο ὑγρὸ μέ ἀρωματικὴ ὁσμὴ πού ἐχρησιμοποιεῖτο σάν φάρμακο εὐστόμαχο, ἄφυσο καὶ σάν ὕλη γιὰ ἀρωματισμὸ λουτρῶν. Τὸ ἴδιο τὸ ρίζωμα τὸ ἐχρησιμοποιοῦσε σέ σκόνη ἐσωτερικά, σάν φάρμακο ἐμετι-

κό και σέ ἀφεψημάτα σάν φάρμακο διεγερτικό τοῦ στομάχου. Τό ἴδιο ριζώμα τό χρησιμοποιοῦσε σάν στοιχεῖο τῶν ἀρωματικῶν εἰδῶν ὡς καί στή παρασκευή τοῦ «διουρητικοῦ οἴνου», τοῦ «βαλσαμικοῦ πνεύματος», τοῦ «συνθέτου βάμματος τοῦ ἀψινθίου», πολλῶν ὀδοντοτριμάτων, τοῦ «βάμματος» καί τοῦ «αἰθερίου ἐλαίου τοῦ καλάμου» ὡς καί τῶν ἐγχυματοαφεψημάτων (Confectii calamus) μέ πολύ ζάχαρη, πού ἐχορηγοῦσε σάν ὀρεκτικά καί δυναμωτικά στά χοιραδικά παιδιά. Τέλος τό βάμμα τοῦ ριζώματος τό ἐχρησιμοποιοῦσε πρός ἐπάλειψη τῶν οὐλῶν ἐπί οὐλιτίδων καί ὀδοντοφυΐας καί πρός πλύση τοῦ στόματος ἐπί στοματιτίδων.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν γνωρίζει πολλές ἀπό τίς θεραπευτικές αὐτές ἐφαρμογές τοῦ φυτοῦ. Μοναδική ἴσως χρησιμοποίησις του εἶναι ἡ παρασκευή μέ τά ρηνίσματα τῶν κονδύλων του, μαλακτικῶν ἀλοιφῶν.

177) Καλαμθίνη ἢ Ἄλπειος

Ἄρωματώδης ἡμίθαμνος μέ ὀδοντοτά φύλλα καί ἄνθη κατὰ ταξιανθίες, ἐνδημικός τῶν βοσκοτόπων τοῦ Λασιθίου «Calamintha Alpina». Μέ τά ὑπέργεια μέρη του κατεσκευάζετο ὁ «καλαμίνθιος οἶνος» τῶν ἀρχαίων. Στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας. Χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική σάν φάρμακο ἄφυσο, διαφορικό καί καρδιοτονωτικό.

178) Καλάνθρωπος

Κοινή ὀνομασία στή κρήτη τοῦ φυτοῦ Μανδραγόρας «Mandragora», Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν στρυχνωδῶν. Φυτρώνει σέ βαρικά χωράφια (δηλαδή σέ χωράφια πού διατηροῦν ὑγρασία), ἀλλά σπανίζει στίς καλλιεργημένες περιοχές. Τά ὑπέργεια μέρη του ἀποτελοῦνται ἀπό πλατειά φύλλα, λευκοκύανα ἄνθη καί καρπό ὅμοιο μέ μικρό μῆλο ἢ μικρή ντομάτα. Ὁριμάζει τόν Σεπτέμβριο μέ Ὀκτώβριο καί εἶναι πολύ δηλητηριώδης. Ἡ ρίζα του εἶναι σαρκώδης καί ἀνθρωπόμορφη, γι' αὐτό λέγεται καί καλάνθρωπος.

Ήταν γνωστός στους αρχαίους. Αναφέρεται από τον Θεόφραστο (ΙΧ 9) και τον Διοσκουρίδη (Δ, 70). Ο Πυθαγόρας τον αποκαλεί άνθρωπόμορφο. Την κλασική και την Ρωμαϊκή εποχή πίστευαν ότι είχε αφροδισιακές ιδιότητες. Γι' αυτό τον είχαν αφιερώσει στην Αφροδίτη, η οποία ως εκ τούτου ονομάζετο «Μανδραγορίτις». Την ίδια εποχή η ρίζα του είχε πολλάπλές θεραπευτικές χρησιμοποιήσεις. Κυρίως όμως χρησιμοποιείτο προς παρασκευή ναρκωτικο-ύπνωτικών σκευασμάτων και φαρμάκων «λήθης» (λησμονιάς). Αντίδοτό του θεωρείτο κατά την αρχαιότητα το «μόλυ». Τοῦτο ἔδωσε ὁ θεός Ἑρμῆς στόν Ὀδυσσεύ (Ὀδυσ. κ, 364), γιά νά μήν τόν πιάσουν τά μάγια τῆς Κίρκης, πού ἔκανε μέ τόν Μανδραγόρα. Γιά τό μόλυ αὐτό ἔχουν γίνει ἀξιόλογες συζητήσεις. Ὁ Λιναῖος ὑπεστήριξε ὅτι εἶναι φυτό καί μάλιστα τό φυτό *Allium Moly* (χρυσό σκόρδο). Τό βέβαιο ὅμως εἶναι ὅτι τοῦ φαρμάκου αὐτοῦ δέν ἔχει μέχρι τῆς στιγμῆς ἐπιτευχθεῖ ἡ ταύτησις.

Κατά τήν περίοδο τῶν Ἀσκληπιείων καί τῶν Ἀσκληπιδῶν, τό φυτό ἀπετέλεσε κατά μυστική παράδοση, τό μέσο μέ τό ὅποιο ἐγένοντο οἱ ἐγκοιμίσεις. Σκέτο ἢ ἀναμειγμένο μέ ἄλλα φυτικά μέσα, ἐπετύγγανε νά ἐξουθενῶν τή θέληση καί τήν προσωπικότητα τῶν πασχόντων καί νά χρησιμοποιεῖται σέ αἱματηρές καί ἀναίμακτες θεραπείες.

Ὁ μανδραγόρας θεωρεῖτο ἀνέκαθεν φυτό μαγικό. Τό ξερρίζωμά του ἀπαιτοῦσε εἰδική τεχνική, ἄλλως ἐκεῖνος πού τό ξερρίζωνε πέθαινε. Τήν τεχνική αὐτή μᾶς τήν περιγράφει ὁ Θεόφραστος «μανδραγόρα εἰς τρίς ξίφει, τέμνειν δέ πρός ἐσπέραν βλέποντα, τό δέν ἕτερον κύκλω περιορχεῖσθαι καί λέγειν ὡς πλεῖστα περί ἀφροδισίων...».

Μακρυνά ἀπομεινάρια παραδοσιακά, ἀποτελοῦνε ἴσως στό νησί μας δύο δοξασίες πού συναντήσαμε. Ὅποιος ἔχει ρίζα μανδραγόρα στό σπίτι του πλουτίζει. Κι ὅποιος ξεπατώσει μέ τά χέρια του μανδραγόρα πεθαίνει. Γι' αὐτό στή Κρήτη ὅσοι ἤθελαν νά ξερρίζωσουν τό φυτό παλιά, τό ξέχωναν γύρω γύρω ἀπό τά χῶματα χωρίς νά τό ἀγγίξουν καθόλου καί ὕστερα τό προσέδεναν στήν οὐρά ἑνός σκύλου τόν

ὁποῖον ἀνάγκαζαν νά ἀπομακρυνθῆ βίαια καί νά ἀποσπασθῆ τό φυτό ἀπό τήν μάνα του γῆ.

Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τήν ρίζα του «Radix Mandragorae» σάν φάρμακο πραιντικό καί ὑπνωτικό. Τά ἀπ' αὐτή παρασκευάσματα: σκόνη, ἔγχυμα, βάμμα, εἶχαν τίς φαρμακολογικές ιδιότητες τῆς Μπελλαντόνας, τῆς ὁποίας τά σκευάσματα ἀντεκατέστησαν μεταγενέστερα τά σκευάσματά του.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν χρησιμοποιοεῖ τό φυτό. Ἄκουσα ὁμως ὅτι παλιά, ὁ μοιράρης τοῦ χωριοῦ Βοροῦ τῆς Μεσσαράς, ἔπινε πρὶν ἀσχοληθῆ μέ τήν ἐργασία του, ἀφεψήματα τῆς ρίζας τοῦ φυτοῦ. Ἔτσι περιήρχετο σέ ἐλαφρά προφητική ἔκστασι, κατά τήν διάρκεια τῆς ὁποίας, ἀπεκάλυπτε πολλά. Πιθανώτατα ἀκόμη μακρινά παραδοσιακά στοιχεῖα, νά διατηροῦνται μυστικά ἀπό τόν γυναικόκοσμο τοῦ νησιοῦ καί νά χρησιμοποιοῦνται σάν ἐξουθενωτικά φίλτρα, σέ περιπτώσεις ἐπίμονης ἀντοχῆς στόν ἔρωτα ἢ στόν γάμο, τοῦ ἄρρενος στοιχείου.

Ἡ χρησιμοποίησις ὁμως τοῦ φυτοῦ ἐσωτερικά ἀπό ὄσους δέν γνωρίζουν τή δράση του εἶναι ἐπικίνδυνη καί σωστό εἶναι νά ἀποφεύγεται. Γιατί «...πλείω ποθέν, ἐξάγει τοῦ ζῆν...».

Σέ πολλά μέρη τοῦ νησοῦ λένε καλάνθρωπο καί τό φυτό Βέβρασκο ὁ θάψος. Τό φυτό αὐτό περιγράφεται στή λέξη φλόμος.

179) Καλοκοιμηθιά

Κρητική ὀνομασία τῶν φυτῶν Ἑλίχρυσο τό Ἰταλικό «Helichrisun Italicum» καί τοῦ φυτοῦ Σιδηρῆτις ὁ Συριακός. Τό πρῶτο περιέχει σέ ὅλα τά μέρη κατά τήν διάρκεια τῆς ἀνθήσεώς του αἰθέριο λάδι, πού παλιότερα ἐχρησιμοποιεῖτο ἀπό τήν θεραπευτική σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο διουρητικό. Τό δεύτερο περιγράφεται στή λέξη μαλοτήρα.

180) Καμηλάκι

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ματρικαρία τό χα-

μαίμηλον «*Matricaria Camomilum*» και τοῦ φυτοῦ Ἴανθης ἢ εὐγενῆς «*Anthemis Nobilis*». Τό πρῶτο ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν προσωπανθῶν. Τό δεύτερο στήν οἰκογένεια τῶν ἡριγεριδῶν. Φυτρώνουν ἄφθονα στό νησί.

Χρήσιμα μέρη τους εἶναι κυρίως τά ἄνθη τους. Περιέχουν αἰθέριο λάδι, ἀνθεμιδίνη, ἀπιγενίνη, χολίνη, ἰνοζίτη, τριακοντάνιο, ταρόξαστερόλη, φυτοστερίνη, ρητινώδεις καί πεκτινικές ὕλες καί ἀνθεμικό ὀξύ.

Ἡ ἐπίσημη θεραπευτική τά ἐχρησιμοποιοῦσε μέ τήν ὀνομασία «*Flores Camomilum*» σέ ἀφεψήματα καί ἐγχύματα ὡς φάρμακα ἀντισπασμωδικά, ἐφιδρωτικά, εὐστόμαχα καί ἀντιδιαρροϊκά.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ εὐρύτατα τά ἴδια μέρη τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα, σέ σκόνη καί βρασμένα σέ καταπλάσματα, σάν φάρμακα πρᾶντικά, ἀντιβηχικά, μαλακτικά, ἀντισηπτικά καί ἐπουλωτικά πληγῶν καί ἑλκῶν. Σέ ἐλαφρά ἀφεψήματα χρησιμοποιεῖται στίς παιδικές ἀρρώστιες, ἀναπνευστικές καί ἐντερικές, καί στήν ἐγκυμοσύνη. Ἐνάλογα ἀφεψήματα πίνονται εὐρύτατα ἀπό τοὺς «Χαμομηλάκηδες» ὅπως λένε παντοῦ τοὺς ἡλικιωμένους, σάν ρόφημα ἀβλαβές, πρᾶντικό καί ὑπνωτικό.

Οἱ νεαρές τέλος Κρητικοπούλες, χρησιμοποιοῦν πυκνά ἀφεψήματα γιά τό ξάνθεμα τῶν μαλλιῶν τους, μέ ἐπίμονες καί ἐπανειλημένες πλύσεις.

181) Καμπανοῦλες

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τά φυτά: Ἴπομοῖα ἢ Γάλανθος πού περιγράφεται στή λέξη Πρωϊνή Δόξα, Συμφιάντρον τό Κρητικό πού εἶναι αὐτοφύες στό Ἴμβριώτικο φαράγγι καί στήν καμπανοῦλα τῆς Ἱεράπετρας, πού ἀποτελεῖ κοσμητικό εἶδος. Ὅλα ἀνήκουν στό ἄθροισμα τῶν κωδωνοειδῶν φυτῶν. Δέν γνωρίζω νά χρησιμοποιοῦνται ἀπό τήν λαϊκή ἤ-τήν ἐπίσημη θεραπευτική.

182) Καντιφές

Δημώδης Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ταγίτης ὁ Κορυ-

βανθής «Tagites Corymbosa». Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν προσωπανθῶν. Πολλοί στό νησί τό καλλιεργοῦν σάν κοσμητικό. Κατά τήν περίοδο ὁμως τῆς Τουρκικῆς κατακτίσεως ἀπετέλε τό ἐθνικό ἄνθος τῶν Τούρκων καί ἐκαλλιεργεῖτο εὐρύτατα ἀπό τίς Τούρκισες. Γι' αὐτό στή Κρήτη τό φυτό εἶναι λίγο περιφρονημένο. Οἱ Κρητικοί λένε ὅτι μυρίζει Τουρκίλλα καί πολλοί τό λένε «Τουρκοπούλα». Τό ἀφέψημα τῶν ἀνθέων του εἶδα νά χρησιμοποιεῖται σάν φάρμακο μαλακτικό στόν βῆχα καί σάν ἐπουλωτικό σέ πληγές.

183) Κάππαρη

Κοινή ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ Κάππαρις ἢ ἀκανθώδης, «Capparis Spinosa». Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν ροιαδωδῶν. Οἱ τρυφεροί βλαστοί, οἱ κάλυκες τῶν ἀνθέων του καί οἱ καρποί του περιέχουν καππαρίνη, οὐσία πού δρᾷ διεγερτικά στό στομάχι. Τά μέρη αὐτά τοῦ φυτοῦ χρησιμοποιῶνται στή Κρήτη εἴτε ὡμά σέ σαλάτες, εἴτε παρασκευασμένα «τουρσί» μέ ξύδι, σάν ὀρντέβρ. Ὡμά εἶναι δύσπεπτα καί σέ εὐαίσθητα στομάγια προκαλοῦν συμβάσματα. Οἱ ἀρχαῖοι ἐγνώριζαν τό φυτό. Μᾶς τό βεβαιώνει ὁ ὄρκος τοῦ Ζήνωνος τοῦ Κιτιεῶς «μά τήν κάππαριν» πού ἀναφέρει ὁ Ἀθήναιος (σελ. 370). Θεραπευτικά δέν χρησιμοποιεῖται.

184) Καπνός

Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Νικοτιανή «Nicotiana». Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν στρυχνωδῶν καί στό ἄθροισμα τῶν συμπετάλλων.

Καλλιεργούμενα εἶδη του στήν Ἑλλάδα εἶναι κυρίως δύο : Ὁ μακρύφυλλος τῆς Μαιρυλάνδης καί ὁ καπνός ὁ κοινός ἢ ὁ ἀγροδιαίτος. Ἀπό τά δυό αὐτά εἶδη ἐσηματίσθησαν πολλές ποικιλίες οἱ ὁποῖες βρίσκονται μέ τίς τοπικές ὀνομασίες «μπασμάς», «ζίχνα», «μπασί-μαγλί», «Ἀγρινίου», «Ἄργου», «Σμύρνης», «Ποροῖα», «Θεσσαλονίκης», «τουμπεκί» κ.λ.π. Ὡς ἐκλεκτότερη ποικιλία θεωρεῖται ὁ καπνός «μπασμάς».

Στή Κρήτη παλαιότερα ἐγένετο καλλιέργεια τοῦ κα-

πνου. Ἐκ τοῦ ἀρκετοῦ ὁμως χρόνου ἐσταμάτησε σάν ἀσύμφορη.

Ἡ ἱστορία τοῦ καπνοῦ δέν εἶναι καθόλου ἀρχαία. Ἀρχίζει γύρω ἀπό τό 1500 περίπου μ.Χρ. Εἰσάχθηκε στήν Εὐρώπη ἀπό τόν Ἰσπανό μοναχό Thevet τῷ 1517. Κατ' ἄλλους ἀπό τούς ναῦτες τοῦ Κολόμβου. Καί κατ' ἄλλους ἀπό τόν Ἄγγλο ναύαρχο Drackey τό 1590.

Φαίνεται ὅτι ἀρχικά τό φυτό ἐνεφανίσθηκε στήν Εὐρώπη μέ τό ἔνδυμα σπουδαιότατου φαμάκου. Ἔτσι τό 1530-1600 ὁ Ἄγγλος διπλωμάτης Ἰωάννης Nicot, παρουσιάζεται νά θεραπεύη μ' αὐτό τά σοβαρά τραύματα τοῦ μαγεῖρου. Ὁ ἴδιος ἀργότερα ἦρθε στήν αὐλή τοῦ Φραγγίσκου τοῦ II καί τῆς μητέρας του Αἰκατερίνης τῶν Μεδίκων καί εἰσήγαγε τό φυτό σάν πολύτιμο φάρμακο. Ὁ Barbier μάλιστα (History du tabac—Paris Librer. Moderne Haward 1861) ἀναφέρει, ὅτι ἡ Αἰκατερίνη τῶν Μεδίκων, ἐνθουσιασμένη ἀπό τίς θεραπευτικές του ιδιότητες, ἄλειψε ὄλο τό σῶμα τοῦ γιοῦ της Φραγγίσκου μέ ἀλοιφή παρασκευασμένη ἀπό φύλλα καπνοῦ γιά νά τόν θεραπεύση ἀπό ἀξιόλογη πάθησι. Ὁ Δύστυχισμένος ὁμως αὐτός Βασιλεῖς πέθανε, δηλητηριασμένος ἀπό τήν μεγάλη ποσότητα νικοτίνης πού περιεῖχε ἡ ἀλοιφή. Ἐκτοτε ὁ καπνός ὠνομάζετο στή Γαλλία, «τό βοτάνι τῆς Κατερίνας».

Ἀπό τήν Γαλλία τό βοτάνι διαδόθηκε καί στήν ἄλλη Εὐρώπη σάν θεραπευτικό καί βρίσκομε νά τό λένε «ἅγιο χόρτο», «χόρτο τοῦ Θεοῦ», «χόρτο τοῦ Τιμίου Σταυροῦ», «χόρτο τοῦ ἡγουμένου», «χόρτο τῶν Μεδίκων», κ.λ.π.

Μετά τό 1650 στήν Εὐρώπη ἐμφανίζεται ἡ συνήθεια τοῦ καπνίσματος τοῦ φυτοῦ. Γίνεται μέ κάπνισμα τῶν φύλλων τυλιγμένων σέ πρόχειρα σιγαρέττα, μέ μάσησημα τῶν φύλλων, μέ κονιοποιημένα φύλλα σάν ταμπάκος, μέ τεμαχισμένα φύλλα σέ πίπα καί τελικά σέ σιγαρέττα μέ περιτύλιξι τεμαχισμένου καπνοῦ σέ χαρτί.

Ὁ Willis στή Φαρμακολογία του ὑποστηρίζει ὅτι λήγοντος τοῦ 1600, τό κάπνισμα τῶν φύλλων τοῦ καπνοῦ ἦταν συ-

νήθεια παγκόσμια. Ήταν ήδονιστική και άπολαυστική.

Ό ταμπάκος ήρχισε νά χρησιμοποιεΐται τόν 18ον αΐωνα καί ὅπως ἀναφέρει ὁ Hoffman δέν ἦταν παρά «pulvere sternutatoria, nares perpetuo vexare vitebantur» (κόνις παταμογόνος συνεχῶς ἐρεθίζουσα τούς ρῶθωνες).

Τό μάσησμα τῶν φύλλων τοῦ καπνοῦ καί ἡ πίπα ἦταν συνήθεια Ἀγγλική. Τήν πίπα τήν καθιέρωσε στή Γαλλία ὁ ἐνδοξος καί σκληρός ναυτικός Bart. Ὑπηρετοῦσε προηγουμένως στό πολεμικό ναυτικό τῆς Ὀλλανδίας, ἤδη ὁμως προσέφερε τίς ὑπηρεσίες του στή Γαλλία σάν κουρσάρος. Ὁ ἀρχηγός μιᾶς Ἀγγλικῆς πολεμικῆς μοίρας τόν ἐκάλεσε σέ γεῦμα στό πλοῖο του καί τόν ἠχμαλώτισε. Ὁ θαλασσινός ὁμως αὐτός κρατοῦσε τήν πίπα του ἀναμμένη, τήν πέταξε ἀμέσως στά βαρέλια μέ τό μαπαροῦτι καί ἀνατινάχθηκε μέ ὄλο τό πλήρωμά τοῦ Ἀγγλικοῦ πολεμικοῦ στόν ἀέρα. Ἡ πίπα τοῦ Bart διεσώθη καί φυλάσσεται σάν πολύτιμο κειμήλιο στό πολεμικό μουσεῖο τῆς Μασσαλίας.

Στή Ἑλλάδα ἡ συνήθεια τοῦ καπνίσματος διαδόθηκε στούς χρόνους τῆς Ἑλληνικῆς ἐπανάστασης, μετά τήν ὁποία εἶχε εἰσαχθεῖ καί στή χῶρα μας ἡ καλλιέργεια τοῦ φυτοῦ. Ἡ συστηματική του καλλιέργεια ἤρχισε γύρω ἀπό τό 1880. Ἀπό τοῦ 1890 δέ καί ἐντεῦθεν ἤρχισε ὁ καπνός νά θεωρεῖται σάν ἐθνικό μας προϊόν.

Γιά τό κάπνισμα σάν ήδονιστική συνήθεια μέ κοινωνικές συνέπειες, ἔχουν γραφεῖ μέχρι σήμερα τόμοι ὀλόκληροι. Στή διάδοσί του συνάντησε πολλές ἀντιδράσεις. Πρῶτος ὁ Ἰάκωβος I τῆς Ἀγγλίας, ἐθέσπισε τήν ποινή τοῦ θανάτου γιά τούς καπνίζοντες. Ὁ γιός του ὁ Κάρολος ὁ II, ἀπαγόρευσε τήν καλλιέργεια τοῦ φυτοῦ.

Ἀκολούθησε ὁ Σάχης τῆς Περσίας Ἀμπᾶς ὁ Α΄ πού ἔκοβε τά χεῖλη ἐκείνων πού κάπνιζαν. Οἱ χομεῖνι τῆς Περσίας διεκήρυσαν ὅτι τό κάπνισμα ἦταν ἀντίθετο πρός τούς νόμους τοῦ Κορανίου.

Ὁ Μουράτ ὁ τέταρτος ἐπέβαλε γιά τούς καπνιστάς τήν ποινή νά τούς εἰσαγάγουν βίαια τήν πίπα τους μέσα στή μύ-

τη τους. Ὁ δὲ Πάπας Οὐρμπανός ὁ τέταρτος ἀπαγόρευσε τὴν μετάληψι καὶ ἀφόρσε ὄλους ὄσους ἐκάπνιζαν.

Σφοδροὶ διώχτες τοῦ καπνίσματος ἦσαν ἐπίσης οἱ Ρῶσσοι ἠγεμόνες τοῦ 16ου αἰῶνα. Ποινές πού ἐπέβαλαν ἦσαν ὁ δαρμός τὴν πρώτη φορά ἐκείνου πού κάπνιζε, τὸ κόσμιμο τῆς μύτης τὴ δεύτερη καὶ ὁ ἀποκεφαλισμός τὴν τρίτη.

Μεταγενέστερα μεγάλες δυσχέρειες γιὰ τὸ κάπνισμα ἐπρόβαλε καὶ προβάλλει ἡ ἐπιστημονικὴ γνῶσις. Ἀπὸ τὸν μεγάλο Charco μέχρι τὸν πολὺ Ogston, ἀπὸ τὸν Creppelin μέχρι τὸν Dwozasc καὶ Heinrich, ὄλοι οἱ μεγάλοι γιανοροὶ τοῦ προσφάτου παρελθόντος, ἐξεφράστησαν μὲ δυσμένεια γιὰ τὸ κάπνισμα.

Σήμερα ὄλοι οἱ καρκινολόγοι, ἀπειλοῦν τοὺς καπνιστὲς ὄλου τοῦ κόσμου μὲ καρκίνο. Τὸ θέμα ὄπως παρουσιάζεται ἀπὸ τίς στατιστικὲς (Grelle, Doll, Hibl καὶ ἄλλων), δέν ἐπιτρέπει ἀπὸ στενῆς ἐπιστημονικῆς ἀπόψεως ἀμφιβολίες. Ἀκόμη τὸ κάπνισμα φαίνεται νά ἐπηρεάζη δυσμενῶς καὶ ἄλλα συστήματα τοῦ ἀνθρώπινου σώματος ὄπως τὸ ἀναπνευστικὸ καὶ τὸ καρδιαγγειακὸ.

Ὁ ἴδιος σᾶν γιαντρος, χωρὶς νά παραβλέπω ὄσα πιστεύει σήμερα ἡ ἐπιστήμη, δέν νομίζω ὄτι ὁ καρκίνος προέρχεται ἀποκλειστικά καὶ μόνον ἀπὸ τὸ κάπνισμα. "Ὀταν ἤμουν παιδί ἡ καπνοκαλλιέργεια ἐπετρέπετο στή περιοχή μου. Οἱ συντοπίτες μου ἐκάπνιζαν ὄλοι. Ἀπὸ τὰ πολλὰ τσιγάρα πού κάπνιζαν οἱ δεῖκτες καὶ οἱ μέσοι δάκτυλοι τῶν χερῶν τους ἦσαν κατακίτρινοι. "Ὀμως οὔτε καὶ τότε, οὔτε καὶ μετέπειτα πού ἔγινα γιαντρος, εἶδα κανένα νά παθαίνει καρκίνο. Μ' αὐτὸ δέν θέλω νά γίνω ὑπέρμαχος τοῦ καπνίσματος.

Τὸ κάπνισμα ἐκτός ἀπὸ τοὺς διώχτες του εἶχε καὶ ἔχει πολλοὺς θιασῶτες. Ἀναφέρω ἀπὸ τοὺς παλαιότερους τὸν Βάκωνα (1214-1294 μ.Χ) πού ἦταν ἀξιόλογος καπνιστῆς. Τόνγιαντρο Μοντεκενε τῶν χρόνων τοῦ Μολιέρου πού ἔλεγε ὄτι «ὄποιος ζεῖ χωρὶς καπνὸ, δέν εἶναι ἀξιος νά ζῆ». Τόν Corneilli ὄ ὄποιος ἐβεβαίωνε ὄτι «ὄ καπνός εἶναι θεῖος». Τόν λόρδο Βύρωνα ὄ ὄποιος ὄνόμαζε τὸν καπνὸ «μεγαλοπρε-

πή». Καί τόν Γάλλο κωμωδιογράφο Guiftry, ό όποίος στόν γνωστό του κώδικα γιά τό τό κάπνισμα ύποστηρίζει «ότι ό καπνός μπορεΐ νά εΐναι ένα δηλητήριο αλλά τόσο ευχάριστο καί γοητευτικό ώστε νά κάνει όλους όσους καπνίζουν πολύ έπεικειΐς άπέναντι στους συνανθρώπους τους «καί ότι» σέ όποιοδήποτε καπνιστή μπορεΐτε νά πεΐτε ότι καπνίζει πολύ, αλλά μόνον όταν καπνίζει άπό τά δικά σας τσιγάρα».

Άρκετοΐ σύγχρονοι μελετητές, έχουν τήν γνώμη ότι τό κάπνισμα έχει καί πολλές ώφέλιμες πλευρές. Άντισηψία τοϋ ρινοφάρυγγα. Ευχάριστη επίδρασι στή ψυχική σφαΐρα. Βελτίωσι τής διαθέσεως. Καταστολή κάθε νευρικής διεγέρσεως. Τόνωσι τής φαντασίας κ.λ.π. "Όμως σέ κάθε μιά άπό τίς ώφέλειές του οΐ καπνιστές πρέπει νά άντιτάσσουν καί κάθε μιά άπό τίς βλάβες του. Καί οΐ βλάβες πού προκαλεΐ βάσει τής επιστημονικής έρευνας εΐναι πολλές.

Οΐ ΐδιοι μελετητές λένε ότι ό άνθρωπος μπορεΐ νά καπνΐζη άρκετά άκίνδυνα 8-10 σιγαρέττα τήν ήμέρα. "Όσοι όμως φοβοϋνται τίς συνέπειες, σωστό εΐναι νά μή καπνίζουν καθόλου.

Σέ όσους καπνίζουν, έχω νά συστήσω τά ακόλουθα : Καπνίζετε μόνο καλής ποιότητος καί έλαφρά σιγαρέττα. Χρησιμοποιεΐτε πάντοτε καπνοσύριγγα μέ καλό φίλτρο. Άποφεύγετε νά καταπίνετε τόν καπνό. Άποφεύγετε τό κάπνισμα νηστικοΐ. Άποφεύγετε νά καπνίζετε τήν νύχτα στό κρεβάτι. "Όταν θέλετε νά κόψετε τό τσιγάρο όπλισθεΐτε μέ θέλησι καί ύπάρχουν πολλά μέσα νά σās βοηθήσουν.

Στό νησί μας δέν ύπάρχει οϋσιαστικά καπνοκαλλιέργεια. Ή χώρα μας όμως εΐναι πολύ καπνοπαραγωγική. Παράγει 100 - 150.000 τόνους καπνού έτησίως. Ευρεία καλλιέργεια έχει άναπτυχθεΐ στή Μακεδονία, στή Θράκη, στήν Αϊτωλοακαρνανία, στό "Άργος καί στή Θεσσαλία. Ή έμποριολογική σημασία τοϋ καπνού εΐναι μεγάλη γιά τήν Έλλάδα. "Ο καπνός άποτελεΐ σταθερό εξαγωγίμο προϊόν, άξιόλογο γεωργικό εισόδημα, άποδίδει σημαντικά έσοδα στό Δημόσιο, ή καλλιέργειά του προσφέρει εργασία σέ πολλά εργα-

τικά χέρια και πρόσοδα σέ πολλές επαγγελματικές τάξεις.

Ἐκτός ἀπό τά φύλλα, χρήσιμα μέρη τοῦ φυτοῦ εἶναι καί οἱ σπόροι τοῦ ἀπό τοὺς ὁποίους ἐξάγεται λάδι κατάλληλο γιά τήν παρασκευή ἐλαιοχρωμάτων λόγω τοῦ ὅτι ἔχει στεγνωτικές ιδιότητες. Οἱ σπόροι τοῦ καπνοῦ δέν περιέχουν νικοτίνη. Νικοτίνη, πολυφαινόλες, ὀξέα, τέφρα, ὕδατάνθρακες καί λευκωματώδεις οὐσίες, περιέχουν μόνο τά φύλλα.

Ἡ ἐπίσημη θεραπευτική δέν ἐχρησιμοποίησε κανένα μέρος τοῦ φυτοῦ. Τό ἴδιο καί ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική. Ἡ μόνη χρησιμοποίησις πού εἶδα νά κάνη εἶναι ἡ τοποθέτησις μιᾶς πρέζας ψιλοκομένου καπνοῦ ἢ τοῦ περιεχομένου ἐνός σιγαρέττου, σέ πληγές ἢ μικροτραύματα, γιά αἰμόστασι καί ἀντισηψία ὅπως πιστεύουν.

185) Καπουκῖνος

Ἔτσι λένε σέ μερικά μέρη τῆς Κρήτης τό φυτό Δελφίνιο τό Αἰάντιο, «*Delfinium Ajacis*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν βατραχιῶν. Ἦτο γνωστό στοὺς ἀρχαίους. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Θεόφραστο καί τόν Διοσκουρίδη. Κατά τήν μυθολογία ἐβλάστησε ἀπό τό αἷμα τοῦ Αἴαντα τοῦ Τελαμώνιου. Καί οἱ κόκκινες ραβδώσεις πού ἔχουν τά ἄνθη του εἶναι οἱ ρανίδες τοῦ αἵματός του. Τά σπέρματα τοῦ φυτοῦ περιέχουν ρητινώδεις καί πεκτινικές ὕλες, αἰακίνη καί αἰακονίνη, οὐσίες ναρκοτικές.

Τά σπέρματα αὐτά τοῦ φυτοῦ ἐχρησιμοποιοῦντο παλαιότερα ἀπό τήν θεραπευτική μέ τήν ὀνομασία «*Semens delfinii*». Σήμερα δέν χρησιμοποιοῦνται.

Στή Κρήτη ἀφεψήματα σπερμάτων καί ὑπεργείων μερῶν τοῦ φυτοῦ χρησιμοποιοῦνται σάν παρασιτοκτόνα σέ ζῶα. Τά πυκνά ὁμως ἀφεψήματα εἶναι ἐρεθιστικά καί προκαλοῦν δερματικές ἐκδηλώσεις.

186) Καραμπάχι

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό λάδι τοῦ φυτοῦ «λαβαντίς ἢ στοιχάς». Τό διαφήμιζαν παλιά οἱ ἀρωματάρηδες σέ πολι-

τειες καί χωριά σάν ἐξαιρετικό φάρμακο, ἐπισπαστικό καί πραιντικό. Περιγράφεται στή λέξη λεβάντα.

187) Κάρβουνο

Κάρβουνο λένε καί στή Κρήτη ὅλα τά προϊόντα τῆς ἀτελοῦς καύσεως τῶν ξύλων. Ἐχρησιμοποιοῦντο παληά σάν καύσιμη ὕλη. Ἔχουν ὁμως καί ἄλλες χρησιμοποιήσεις.

Στή θεραπευτική τό κάρβουνο τῶν ξύλων ἀντιπροσωπεύει τήν φυτική μορφή τοῦ ἄνθρακα καί εἶναι γνωστό μέ τήν ὀνομασία «Carbo vegetalis». Ἔχει τήν ιδιότητα νά προσροφᾷ ἀέρια, δύσοσμα προϊόντα, τροφοτοξίνες, καί πολλά δηλητήρια ἐσωτερικῆς ἢ ἐξωτερικῆς προελεύσεως. Γι' αὐτό ἐχρησιμοποιεῖτο μέχρι πρόσφατα στή θεραπεία τοῦ μετεωρισμοῦ τῶν ζυμωτικῶν ἐξεργασιῶν τοῦ ἐντέρου καί στίς δηλητηριάσεις, διδόμενο κατά κοχλιάρια τῆς σούπας ἢ τοῦ γλυκοῦ, σέ σκόνι.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική τό χρησιμοποιεῖ μόνο σέ ἐπιτάσεις πληγῶν ἢ ἐλκῶν πού πυορροοῦν καί πολλές φορές σάν ὀδοντότριμμα. Σωστό θά ἦτο νά ἐγένετο γνωστή καί ἡ χρησιμοποίησις του ἐσωτερικά κατά κουταλάκια τοῦ γλυκοῦ στίς δηλητηριάσεις, μετά τήν πρόκλησι πολλῶν ἐμέτων. Ποτέ δέν θά ἔκανε κακό.

188) Κάρδαμο

Κοινή ὀνομασία στή Κρήτη τῶν φυτῶν : Κάρδαμο τό ἡμερο, «Lepidium sativum», Σίον τό κορυβανθές «Sium nodiflorum», Ἐρουκαρία ἢ δριμεία «Erucaria acris», Ναστούρδιο το φαρμακευτικό «Nasturdium officinale» καί καρδάμιον τό Φαρμακευτικό «Cardaminum officinalis». Ἀνήκουν στήν οἰκογένεια τῶν σταυρανθῶν. Ὅλα λαχανεῦνται καί τρώγονται σέ σαλάτες. Οἱ τρυφεροί των μάλιστα βλαστοί διατηρούμενοι μέσα σέ ξύδι, λέγονται κρίταμα καί ἀποτελοῦν ἄριστο μά βαρῦ σαλατικό.

Θεραπευτικό εἶναι τό καρδάμιον καί τό ναστούρδιο. Ἐχρησιμοποιοῦντο παληά ἀπό τήν θεραπευτική, σάν φάρμακα ἀντισκορβουτικά, ἀναμεταλλωτικά καί διεγερτικά τῆς ἀμύνης τοῦ ὀργανισμοῦ. Σήμερα δέν χρησιμοποιοῦνται.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ φύλλα καὶ τὸν χυμὸ τῶν φυτῶν αὐτῶν. Τὰ φύλλα τὰ χρησιμοποιεῖ σὲ ἀφεψήματα σὰν φάρμακα διουρητικά, στηθικά, ἀποχρεμπτικά. Τὸ χυμὸ πού βγάζει ἀπὸ τὴν πολτοποίησιν τῶν τρυφερῶν τῶν μερῶν, τὸν χρησιμοποιεῖ σὰν ἀφροδισιακὸ φάρμακο. Πρὸ μικροῦ χρονικοῦ διαστήματος ὑπεστηρίζετο, ὅτι τὰ φύλλα καὶ τὰ ἄνθη τῶν φυτῶν αὐτῶν, τρωγόμενα ὠμά, ἀπομακρύνουν τὴν νικοτίνη τῶν καπνιστῶν ἀπὸ τοὺς ἰστούς τοῦ σώματός των. Ἡ ἄποψις ὁμῶς αὕτη ἔπαυσε νὰ ἀκούεται.

189) Καρδιόχορτο

Ἔτσι λένε στὴ Κρήτη τὸ φυτό Λαγοικία ἢ κυμνοειδὴς «*Lagoecia cuminooides*». Τὸ λένε ἀκόμη καὶ λαγοκύμινον ἢ ἀγριαριγανιά. Ἄνηκει στὴν οἰκογένεια τῶν σκιαδανθῶν. Τὸ ἀφέψημα τῶν ὑπεργειῶν μερῶν τοῦ χρησιμοποιεῖται ἀπὸ τὴν λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ σὰν φάρμακο καρδιοτονωτικόν, ἀντιεπιληπτικόν καὶ διαφορικό. Οἱ χωρικοὶ μας χρησιμοποιοῦν πολλὰς φορὰς τὰ ὑέργεια μέρη τοῦ λειοτριβημένα σὰν ἀρτυματικά ἀντὶ κυμίνου.

190) Καρεμφύλλι

Κρητικὴ ὄνομασίᾳ τοῦ φυτοῦ Ἄθανασία ἢ βαλσαμώδης «*Tanacetum balsamita*». Ἄνηκει στὴν οἰκογένεια τῶν συνθέτων. Τὰ φύλλα τοῦ περιέχουν αἰθέριον λάδι, μὲ ἄριστες ἀντισπασμωδικὰς ιδιότητες. Παλιότερα ἐχρησιμοποιεῖτο ἀπὸ τὴν θεραπευτικὴ σὰν φάρμακο ἀντισπασμωδικόν. Σήμερα χρησιμοποιεῖται στὴ μυρεψική.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ φύλλα, τὰ ἄνθη καὶ τὰ σπέρματα τοῦ φυτοῦ σὲ ἀφεψήματα σὰν φάρμακα ἀναληπτικά, εὐστόμαχα, ἀντισπασμωδικά, ἀντιϋστερικά, πρᾶντικά καὶ ἐμμηναγωγά. Τοὺς σπόρους τοῦ τοὺς συνιστᾷ σὰν φάρμακο ἀντιαφροδισιακόν σὲ ἀφεψήματα ἢ καὶ μόνον μασσωμένους. Τὰ φύλλα τοῦ πολτοποιημένα ἢ βρασμένα τὰ χρησιμοποιεῖ σὰν ἐπουλωτικά καὶ ἀντισηπι-

κά σέ ἐπιθέματα ὡς καί ἐπί ἐκζεμάτων. Τό ἴδιο καί τήν σκό-
νι τους.

191) Καρπουζά

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Σίκυς ὁ ὕδροπέ-
πων, «*Citrus vulgaris*». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν κολο-
κυνθοειδῶν. Φυτό φαρμακευτικό δέν εἶναι. Καλλιεργεῖται
γιά τούς ὠραίους καρπούς του, τά καρπούζα, πού ἀποτε-
λοῦν εὐχυμο καλοκαιρινό φρούτο.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τόν φλοιό
τῶν καρπουζιῶν κονιοποιημένο ἀφοῦ φουρνισθῆ, σάν φάρ-
μακο διουρητικό καί ειδικώτερα σάν φάρμακο κατά τοῦ
προστάτη. Ἐπίσης ἐπί ὕδροπηκίας καί οἰδημάτων.

192) Καρυδιά

Πανελλήνιος ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Καρύα ἢ βασιλική
«*Juglans regia*». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν καρυοειδῶν.
Ἦταν γνωστή στούς ἀρχαίους οἱ ὅποιοι τήν εἶχαν ἀφιερῶσει
στόν Δία. Οἱ ἴδιοι τήν ἐθεώρουν ἰθαγενές φυτό τῆς Νοτίου
Ἑλλάδας. Τήν ἀναφέρουν ὁ Θεόφραστος καί ὁ Πλούταρ-
χος. Ὁ τελευταῖος μάλιστα μᾶς πληροφορεῖ ὅτι «τήν κα-
ρύαν οὕτως ὠνόμασαν ὅτι πνεῦμα βαρῦ καί καρωτικόν ἀ-
φιείσα, λυπεῖ τούς ὑπ' αὐτήν κατακλινομένους».

Ὡς δένδρο ἔχει ποικίλλες χρησιμοποιοῦσες στήν βιομη-
χανία τῶν ξύλων. Οἱ καρποί του ἀποτελοῦν ὠραιότατο τρά-
γημα καί ὕλη παραγωγῆς καρυδελαίου. Πέρνεται ἀπό τούς
πυρήνας τῶν καρπῶν μέ ἔκθλιψι ὅπως τό ἀμυγαδέλαιο. Ἄ-
ποτελεῖται ἀπό γλυκερίδια τοῦ ἐλαϊκοῦ, λινελαϊκοῦ καί λα-
ουρικοῦ ὀξέος καί χρησιμοποιεῖται καί ὡς ἐδώδιμο γιά τήν
παρασκευή φαγητοῦ καί γιά τήν παραγωγή μαργαρίνης καί
γιά τήν νοθεία τοῦ βουτύρου.

Ἀπό τήν παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦντο τά
φύλλα καί τό περιεχόμενο τῶν ἁώρων καρπῶν τοῦ φυτοῦ
«*pectamina juglandis*» σέ ἐγχύματα καί ἀφεψήματα σάν φάρ-
μακο δυναμωτικό καί καθαριστικό τοῦ αἵματος. Πολλοί ἐ-
χρησιμοποιοῦσαν τά ἴδια μέρη τοῦ φυτοῦ σάν βοθητικό

φάρμακο στή θεραπεία τῆς φυματιώσεως. Τά φύλλα περιέχουν αιθέριο λάδι, γιουγλανδίνη, καρυΐνη, ὕδροκαρυΐνη, ὀξαλικό ἄσβέστιο, ἰνοζίτη, νουκίτανικό ὀξύ, ταννίνη καί ρητινώδεις ὕλες.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά φύλλα καί τούς δροσερούς φλοιούς τῶν καρπῶν τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα. Ἐλαφρά μὲν σᾶν φάρμακα δυναμωτικά, στυπτικά, διεγερτικά τοῦ στομάχου καί ἀντιρευματικά. Πυκνότερα δέ σέ γαργάρες ἐπί παθήσεων τοῦ ρινοφάρυγγος καί σᾶν φάρμακο ἀντιπαρασιτικό ἐπί ζώων σέ ἐπαλήψεις. Οἱ ἀπεξηραμένοι φλοιοὶ τῶν καρπῶν τοῦ φυτοῦ (τά περικάρπια) κονιοποιούμενα, χρησιμοποιοῦνται σέ ἐπιπάσεις ἐπί πληγῶν καί ἑλκῶν σᾶν φάρμακο ἐπουλωτικό. Ἐσωτερικά δέ σᾶν φάρμακο ἀνθελμινθικό. Ἀφεψήματα τῶν φύλλων πυκνά, χρησιμοποιοῦνται βρασμένα σέ νερό, σᾶν λοσιόν γιά τό μαύρισμα τῶν μαλλιῶν. Τό καρυδέλαιο χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική, σᾶν ὑπακτικό ἐπί παιδιῶν καί σέ ἐπαλήψεις σᾶν ἐπουλωτικό παιδικῶν δερματοπαθειῶν. Τό ἀφέψημα τῶν φύλλων ἐχρησιμοποιεῖτο παλιότερα ἀπό τούς πρακτικούς γιατρούς τοῦ Ἡρακλείου, σέ πλύσεις τῆς βλεννορροίας καί τῆς κολπικῆς λευκορροίας στίς γυναῖκες.

193) Καρῶτο

Πανελλήνια ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Δαῦκος ὁ Καρωτός «*Daucus Carota*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν σκιαδανθῶν. Στό νησί μας ὑπάρχει ποικιλία τοῦ φυτοῦ μέ περισσότερο σάκχαρο στή ρίζα του, γνωστό μέ τό ὄνομα «παστανάγλα». Ἐκαλλιιεργεῖτο στά «χεντέκια» τοῦ Ἡρακλείου καί τούς κήπους τοῦ παλιοῦ Κατσαμπᾶ. Ἐτρώγετο σᾶν φρούτο. Καί ἦτο τό προσιτότερο δῶρο πού οἱ πατεράδες ἔφερναν στά παιδιά τους στίς ἐπαρχίες, ὅταν ἤρχοντο στό Ἡράκλειο. Τό ἀναφέρομε καί στή λέξι παστανάγλα.

Χρήσιμα μέρη τοῦ κοινοῦ καρῶτου εἶναι οἱ ρίζες καί οἱ καρποὶ του. Οἱ ρίζες περιέχουν σάκχαρο, ἄμυλο, ἄσβέστιο,

γλουτίνη, μηλικό όξύ καί καρωτίνη. Χρησιμοποιούνται κυρίως στή μαγειρική.

Οί σπόροι του είναι άρωματικοί. Περιέχουν πτητικό λάδι καί χρησιμοποιούνται στή κατασκευή ήδυπότων.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τίς ρίζες ώμές σάν φάρμακο άνθελμινθικό. Τά άφεψημάτα τους δέ, σάν φάρμακα άντιβηχικά καί άντιϊκτερικά. Τούς σπόρους σέ άφεψημάτα τούς δίδει σάν φάρμακο άφυσο, ευστόμαχο καί γαλακταγωγό. Ἡ κατάχρησις τῶν ώμῶν ριζῶν τοῦ φυτοῦ μπορεῖ νά προκαλέση καρωτινικό ψευδίκτερο.

194) Καστανιά

Πανελλήνιος όνομασία τοῦ φυτοῦ Καστανέα ή κοινή, «*Castanea sativa*». Ἄνήκει στό ἄθροισμα τῶν κυπελοφόρων. Εὐδοκιμεῖ στή Δυτική Κρήτη (Σέλινο) καί σάν δένδρο ἔχει ποικίλλες χρησιμοποήσεις. Χρήσιμα μέρη της τό ξύλο της πρός κατασκευή πασάλων περιφράξεως ή στεγάστρων, τά φύλλα της καί οί καρποί της τά κάστανα.

Τά φύλλα της περιέχουν έσκουλίνη, καστανίνη καί σαπωνίνες. Ἐχρησιμοποιούντο παλιότερα πρός παρασκευή τοῦ ροώδους έκχυλίσματος πού ή έπίσημη θεραπευτική έδιδε σάν πραϋντικό τοῦ βηχός.

Οί καρποί της περιέχουν άμυλο, άζωτοϋχες οϋσίες, ίνϋδεις ύλες, μεταλλοειδή καί λιπος. Χρησιμοποιούνται στή μαγειρική καί στή ζαχαροπλαστική ή τρώγονται ώμοί ή ψημένοι στά κάρβουνα σάν τράγημα. Ξηραίνόμενοι χρησιμοποιούνται γιά τήν κατασκευή ειδικοῦ καφέ γιά τούς νευρικούς.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τό άφεψημα τῶν φύλλων σάν φάρμακο τονωτικό τῶν άγγείων καί άντιπυρετικό. Βρασμένα σέ έπιθέματα τά χρησιμοποιεῖ σάν φάρμακο άντιαιμορροϊδικό. Τά πυκνά άφεψημάτα προκαλοῦν γαστρεντερικές διαταραχές. Χρησιμοποιούνται μόνο γιά έκπλησι τραυμάτων ή έλκῶν.

195) **Κατσοπρίνι**

Κοινή Κρητική όνομασία του φυτού. Δρύς ή πρίνος «*Quercus coccifera*». Καλύπτει έκτεταμένες δασικές περιοχές του νησού και χρησιμοποιείται τόσο για ξύλευσι, όσο και για βοσκή των αιγοπροβάτων.

Οι νωποί φυλλοφόροι βλαστοί του χρησιμοποιούνται παλιότερα στη Κρήτη σαν άριστο μέσο «πυρώσεως» του χωριάτικου φούρνου για τό ψήσιμο του ψωμιού. Οι υπέργειοι κορμοί και τά «πρινοκούτσουρα» χρησιμοποιούνται τόσο για τή θέρμανσι του τζακιού κατά τόν χειμώνα όσο και για τήν κατασκευή σέ «ξύλοκάμινα» των πολύ θερμαντικών και άνθεκτικών πρινοκάρβουνων. Οι τρυφεροί βλαστοί τους αποτελούσαν άριστη βοσκή για τά αιγοπρόβατα και ιδίως για τίς αίγες.

Άναφέρεται από τόν Θεόφραστο και τόν Διοσκουρίδη. Ίσως μάλιστα τό Κρητικό φυτό *Quercus cerris*, πού αναφέρει ό Βιρτούβιος Πόλλιο στό βιβλίό του (*De Architectura libri decem*, i, iv 10 και ii, ix, 13) νά άντιστοιχίη πρός τό κατσοπρίνι.

Ή λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν είδα νά χρησιμοποιή τό φυτό. Οί καρποί του όμως τά βελάνια χρησιμοποιούντο παλαιότερα από τούς ταμπάκηδες στη κατεργασία των δερμάτων.

Ή Κρητική θυμοσοφία χρησιμοποιεί τό κατσοπρίνι για νά δηλώση τόν άξεστο και άκαλλιέργητο άνθρωπο. Τό βεβαιώνει τό δίστιχο:

«Σώπασε μά τή πίστη σου άγριοκατσοπρίνι
κι' ή βράκα σου'χει κουτσουλίες κι' άντε νά τηνε πλύνης».

196) **Καυκαλίθρα**

Δημώδης όνομασία στη Κρήτη των φυτών Σκάνδιξ «*Scandix*» και Τορδύλιο «*Tordylium*». Άνήκουν στην οικογένεια των σκιαδανθών. Πολλοί τά λένε και άγριοκουτσουνάδες. Στη Κρήτη λαχανεύονται.

Τό πρώτο αναφέρεται από τόν Διοσκουρίδη μέ τήν όνομασία σκάνδιξ και άφρωσκον. «και τουτο άγριον λάχανον,

υπόδριμυ καί ἔμπικρον, ἐδάδιμον. Ἐφθόν καί ὠμόν ἐσθιόμενον εὐκοίλιον, εὐστόμαχον καί οὐρητικόν» (Ἵγλη ἰατρ. III 54).

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιοεῖ τὰ ὑπερ-γεια μέρη του σέ ἀφεψήματα, σάν φάρμακο διουρητικό. Τά ἴδια μέρη χρησιμοποιοῦνται ὠμά, μασσώμενα, πρὸς καταπολέμησι τῆς δυσσομίας τοῦ στόματος.

197) Κατράμι

Προϊόν ξηρᾶς ἀποστάξεως δαδούχων ξύλων. Περιγράφεται στὴ λέξι πίσσα ἢ φυτική.

198) Καυλόχορτο

Κοινὴ ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Ἑλελίφασκος ὁ ὄρμινος «salvia horminus». Εἶναι ἡ φασκομηλιά μὲ τὰ κοκκινοπράσινα ἄνθη. Λέγεται ἔτσι γιατί πιστεύεται ἀπὸ τοὺς Κρητικούς ὅτι οἱ καρποὶ τῆς βραζόμενοι μὲ κρασί, προκαλοῦν στύσεις τοῦ ἄρρενος γεννητικοῦ ὄργανου.

Τὸ φυτὸ καί οἱ ἀντιλήψεις τῶν Κρητικῶν ἦσαν γνωστὰ στοὺς ἀρχαίους. Ὁ Διοσκουρρίδης ἀναφέρει γι' αὐτὸ ὅτι «σύν οἴνω πινόμενον, συνουσίαν παρορμᾷ». (Διοσκουρ. Γ, 135). Τὸ φυτὸ αὐτὸ, μαζί μὲ ἄλλα φυτὰ ὅπως τὸ παρθένιο, ἡ ἀγρία μαντηλίδα καί τὸ χαμομηλί ἐσχετίζοντο παλῆά μὲ τὰ βακχικὰ ὄργια καί τὰ «ἐλελεῦ» τῶν μαινάδων.

199) Κελσία

Φυτὸ τῆς οἰκογενείας τῶν σκροφουλαριδῶν. Φυτρώνει σέ ξερόλοφους, σέ τοίχους καί χαλάσματα. Αὐτοφυές στὴ Κρήτη εἶναι τὸ εἶδος κελσία ἢ ἀρκτοῦρος «celsia arcturus». Κοινῆς ὄνομασίας στερεῖται γιατί εἶναι στοὺς Κρήτες γεωργοὺς ἄγνωστο. Χρησιμοποίησι ἀπὸ τῆ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ δέν ἔχει.

200) Κελτίς ἢ νότιος

Κρητικὸ θαμνῶδες καί ὄχι σπάνια δενδρῶδες φυτὸ τῆς

οικογενείας τῶν Κνιδωδῶν, «*celtis luttea*». Φυτρώνει σέ ὀρεινές περιοχές καί μάλιστα δασικές. Ἔχει φύλλα λογχοειδή καί ὠοειδή, τρυφερούς βλαστούς ἐλαφρά τριχωτούς καί ἄνθη κοκκινοκαστανά. Στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας. Δέν γνωρίζω νά ἔχη θεραπευτικές χρησιμοποιοῦσεις. Τό ξύλο της ὁμῶς εἶναι πολύ σκληρό ἀλλά μέ ἀρκετή ἐλαστικότητα καί χρησιμοποιεῖται πρὸς κατασκευὴ μαστιγίων καί λαβῶν ἐργαλείων.

201) Κενταύριο τὸ Ἰδαῖον

Κρητικὴ διέτης πὸα τῆς οικογενείας τῶν συνθέτων, ἀπαντῶσα κυρίως στὸν Ψηλορείτη «*centaurea Idaea*». Πολλοὶ τὸ συγγέουν μέ τοὺς ἀσκολύμπρους. Ἀνήκει μᾶλλον εἰς τὸ εἶδος Κενταύριο τὸ μικρὸν τὸ ὁποῖον ἔχει φαρμακολογικές ιδιότητες. Τοῦτου ἢ πὸα «*herba centaurei minoris*» ἐχρησιμοποιεῖτο παλιότερα ἀπὸ τὴν φαρμακοτεχνικὴ πρὸς παρασκευὴ τοῦ «πικροῦ βάμματος», τοῦ «πικροῦ οἴνου» καί ὄλων τῶν *Species amarae*. Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ τὸ χῆσιμοποιεῖ σέ ἀφεψήματα σὰν ὀρεκτικὸ καί εὐστόμαχο φάρμακο. Ἡ κατάχρησις του προκαλεῖ δηλητηριάσεις. Ὡνομάσθη Κενταύριο πρὸς τιμὴν τοῦ Χείρωνος Κενταύρου, ὁ ὁποῖος τὸ ἐχρησιμοποίησε πρὸς παρασκευὴ φυτοθεραπευτικῶν παρασκευασμάτων.

202) Κεντούλα

Κοινὴ Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἀστράγαλος ὁ Κρητικὸς «*astragalus Creticus*». Σέ πολλὰ μέρη λέγεται καί ἀστραγαλίδα. Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν ἐλλοβοκάρπων. Ἦταν γνωστὸ στοὺς ἀρχαίους πού τὸ ὠνόμασαν «ἰξία ἢ ἐν Κρήτη». Ὁ Θεόφραστος μᾶς ἀναφέρει γι' αὐτὴν «..ἔχει δέ δάκρυα καί ἢ ἰξία ἢ ἐν Κρήτη καί ἢ τραγάκανθα λεγομένη. Ταύτην δέ ὦντο μόνον ἐν Κρήτη φύεσθαι..» (Φ. Ἰστ. 1,9,1,3). Ἐπίσης γι' αὐτὴν ἀναφέρει καί ὁ Γάϊος Πλίνιος Σεκοῦνδος (Hist. nat. xiii. 36. 1). Εἶδη της εἶναι δύο. Ὁ ἀμμόφιλος καί ὁ γλυκύφυλλος. Τραγακάνθινο κόμι εἶναι ὁ πυκνὸ-ρευστος χυμὸς τοῦ φυτοῦ, πού πέρνεται κατὰ τὸν Ἰούλιο

καί Αύγουστο από βαθειές έντομές του κορμού του. Παληά ἐχρησιμοποιεῖτο ἀπό τήν φαρμακευτική πρὸς κατασκευή καταποτίων καί τροχίσκων, σάν συνδετική ὕλη, ὁσμῆς εὐχαρίστου. Σήμερα εἶναι γνωστό μέ τὰ ὀνόματα «κιτρές» καί «τραγάνι» καί χρησιμοποιεῖται στή τυποβαφική πρὸς πάχυνσι τῶν χρωμάτων καί στή παρασκευή ὑδροχρωμάτων.

Στό νησί μας δέν εἶναι φυτό εὐρείας λαϊκῆς χρησιμοποιήσεως. Χρήσιμα μέρη του εἶναι τὰ σπέρματα, μέ τὰ ὁποῖα νοθεύουν τόν καφέ ἢ τὰ ὁποῖα σέ ἀφεψήματα χορηγοῦνται σάν ἀντιδυσπεπτικά φάρμακα. Ἐπίσης τὰ φύλλα του εἶδους γλυκόφυλλος πού φυτρώνει στά ὄρεινά, τὰ ὁποῖα χρησιμοποιοῦνται σέ ἀφεψήματα διαφορικά. Ἀκόμη ἡ ρίζα καί τῶν δύο εἰδῶν τοῦ φυτοῦ περιέχει, ἀστραγαλλίνη ἢ βασορίνη καί σέ ἀφεψήματα μπορεῖ νά ἐπηρεάζει εὐμενῶς τήν καρδιακή λειτουργία.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ μόνον τό κόμι, πρὸς παρασκευήν ἐμπλάστρων.

203) Κεντανές

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Κρόμμυον τό πρᾶσσον «Allium Rogum» τῆς οἰκογενείας τῶν λειριοειδῶν. Ὀλόκληρο τό φυτό περιέχει γλυσχρασματώδεις οὐσίες μέ ἐφωνικές ιδιότητες. Γι' αὐτό χρησιμοποιεῖται σέ φαγητό ἀπό τούς ψάλτες κατά κόρον, πρὸς βελτίωσιν τῆς φωνῆς των. Στή Κρήτη λαχανεύεται καί ψήνεται σέ πικάντικες ἐντράδες σκέτες ἢ μέ χοιρινό. Γι' αὐτό λένε στή Κρήτη «ἄντα ψήνεις καί μυρίζεις; Κεντανέ μέ κερεβύζι». Κερεβύζι λένε τό σέλινο. Παλιότερα τό φυτό ἐπιστεύετο ὅτι εἶχε θεραπευτικὴς ιδιότητες γιά τή φυματίωσι.

204) Κέντρος

Δημώδης Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἄρκευθος ἢ μακρόκαρπος «juniperus macrocarpa». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν κωνοφόρων. Φυτρώνει σέ ὑψηλά μέρη. Ἀπό τό ἀποξηραμένο ξύλο της κομμένο σέ παρασχίδες, ἐβγαζαν πα-

ληότερα στήν Ἱεράπετρα μέ πρωτόγονο μέθοδο ξηρᾶς ἀποστάξεως, πού περιγράφω σέ ἄλλη μελέτη μου, τό κεντρόλαδο. Τοῦτο ἦταν γνωστό στή παλιά φαρμακολογία μέ τήν ὀνομασία *oleum juniperus* καί ἐχρησιμοποιεῖτο σάν φάρμακο ἐπί χολολιθιάσεων, καί νεφρολιθιάσεων μέσα σέ κλύσματα ἢ κατά σταγόνες καθώς ἐπίσης εἰς ἐπαλείψεις ἐπί πολλῶν δερματοπαθειῶν.

Τό ἴδιο λάδι βγαλμένο μέ ἀπλή μέθοδο ὅπως ἀναφέρω παραπάνω ἀπό τούς Γεραπετριτες, ἐπωλεῖτο ἀπό τούς ἀρωματάριδες καί ἐχρησιμοποιεῖτο σέ ἐντριβές ἐπί ἀναπνευστικῶν παθήσεων, ἀναμειγμένο μέ ληόλαδο καί ἐσωτερικά κατά σταγόνες ἐπάνω σέ ζάχαρι ἐπί οἰουδήποτε κολικοῦ. Ἀπό τήν ἴδια θεραπευτική ἐθεωρεῖτο σάν εἰδικό φάρμακο γιά τήν ψώρα σέ ἐπαλείψεις.

205) Κερεβύζι

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό σέλινο τό βαρύοσμο «*arrium graveolus*». Λέγεται καί ἡμερο σέλινο «*arrium sativum*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν σκιαδοφόρων. Ἦταν γνωστό στούς ἀρχαίους, οἱ ὁποῖοι ἐστεφάνωναν τούς νικητάς τῶν ἀγῶνων τῆς Νεμέας μ' αὐτό. Ἐπίσης μ' αὐτό ἐστεφανώνοντο οἱ συνδαιτημόνες, γιατί ἐθεωρεῖτο φυτό ἀντιμεθυστικό καί τό στεφάνωμα μ' αὐτό δέν τούς ἄφηνε νά μεθύσουν. Χρησιμοποιεῖται σάν ἄρτυμα στή μαγειρική καί ὅπως εἶπαμε παραπάνω συνδυάζεται ἄριστα μέ τόν «κεντανέ» ὥστε κάνει τό φαγητό νά ἔχη πικάντικη μυρουδιά.

Στή Κρήτη εἶναι τό δεύτερο φυτό πού μυρίζει Τουρκίλα. Κι' αὐτό γιατί οἱ Τουρκοκρητικοί κατά τήν ἐδῶ κατακτητική τους περίοδο, τό χρησιμοποιοῦσαν πολύ στή μαγειρική τους κι' αὐτό ἔκανε τούς Κρητικούς νά τό θεωροῦν δικό τους φυτό καί νά τό μισοῦν.

Χρήσιμα μέρη τοῦ φυτοῦ εἶναι οἱ ρίζες, τά φύλλα καί οἱ σπόροι. Ἔχουν ὁσμή ἀρωματική καί περιέχουν πτητικό λάδι, θειώδεις οὐσίες, μανίτη, νιτρικό κάλιο, κόμι, ἐκχυλισματικές ὕλες, καί δραστικά στοιχεῖα τήν βασορίνη καί ἀπίνη.

Τό πτητικό λάδι πέρνεται μέ οίνοπνευματική ἐκχύλισι καί εἶναι πολύ χρήσιμο στή φαρμακευτική, τήν ἀρωματοποιᾶ καί στή ποτοποιᾶ.

Τά ἀφεψήματα τῶν μερῶν αὐτῶν τοῦ φυτοῦ μέ γάλα ἢ μέ νερό, ἔχουν διουρητικές καί τονωτικές ιδιότητες.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ἴδια μέρη τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακα διουρητικά. Τά ἀφεψήματα ὁμως αὐτά δέν τά δίδουν σέ θηλάζουσες γιατί θεωροῦνται ὡς ἀπογαλακταγωγά καί «κόβουν τό γάλα». Τά ἀφεψήματα τῶν σπόρων τά χρησιμοποιοῦν στό νησί σάν ἄφουσα καί ἀντιδυσηνορροϊκά φάρμακα.

206) Κεραθιά

Δημῶδες ὄνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ Κερωνία ἢ ἔλλοβος «ceratoni a sliqua». Λέγεται ἀκόμη καί χαρουπιά. Ἄνῃκει στήν οἰκογένεια τῶν ἔλλοβοκάρπων.

Κατά τήν ἀρχαιότητα δέν ἐκαλλιεργεῖτο στήν Ἑλλάδα. Τοῦτο συμπεραίνεται ἀπό ἓνα χωρίο τοῦ Γαληνοῦ, στό ὁποῖο ὁ διάσημος γιατρός, περιγράφοντας τή χρησιμοποίησι τοῦ καρποῦ της ἀπό τόν ἄνθρωπο καί τό δύσπεπτο αὐτῶν, εὔχεται τό δένδρο πού τά παράγει νά μή μεταφερθῇ στή πατρίδα του «..κερατονία ξηραντικῆς ἐστί καί στυπτικῆς δυνάμεως, ὡσπερ καί ὁ καρπός αὐτῆς τά κεράτια...» (ΙΒ, 23). Ἀπό τήν παραβολή ὁμως τοῦ Ἀσώτου (Λουκᾶ 15, 16), βγαίνει τό συμπέρασμα ὅτι τό δένδρο καί οἱ καρποί του ἦσαν γνωστοί στή Συρία καί στήν Ἰουδαία κατά τήν ἐποχή τοῦ Χριστοῦ καί ὅτι οἱ καρποί του ἐπί σιτοδειῶν ἐτρώγοντο. Ἀπό τά μέρη αὐτά φαίνεται νά μεταφέρθηκε τό φυτό στήν Ἑλλάδα καί τήν Κρήτη. Ἄλλοι πιστεύουν ὅτι τό μετέφεραν οἱ Ἀραβες. Ὁ ἴδιος γνωρίζοντας ὅτι φυτρώνει καί ἀναπτύσσεται στή Κρήτη χωρίς φύτευμα, πιστεύω ὅτι τό φυτό ἦταν ἀνέκαθεν αὐτοφυές.

Καλλιεργεῖται στίς νοτιοανατολικές περιοχές τοῦ νησιοῦ γιά τούς καρπούς του τά «χαρουπία» πού περιέχουν ἀζωτοῦχες οὐσίες, φυτικό λίπος, σακχαρόζη, γλυκόζη, βου-

τυρικό και ίσοβουτυρικό όξύ, ταννίνη, ξυλώδεις ούσιες, τέφρα, χαρουπίνη και τό ένζυμο χαρουμινάσι.

Τά χαρούπια παλιότερα έτρώνγοντο στη Κρήτη μετά την άποξηρανσί τους και μετά από φούρνισμα, σαν τράγημα. Κατά την διάρκεια του δευτέρου παγκοσμίου πολέμου έχρησιμοποιήθησαν ευρύτατα στις οικογενειακές ανάγκες ίδια υπό μορφή «χαρουπίας» όπως έλεγαν τό άπλό ύδατώδες εκχύλισμά των, πού έχρησιμοποιούσαν σαν γλυκαντική ύλη. Πολλοί κατά την ίδια περίοδο τά έφούρνιζαν, τά έκονιοποιούσαν και άνακάτευαν τή σκόνι τους μέ άλεύρι από δημητριακά, προς παρασκευή άρτου.

Βιομηχανικώς άποδίδουν οινόπνευμα περισσότερο από την σταφίδα. Άλλά ή οίνοπνευματοποίησίς των δέν έπιτρέπεται. Μέχρι πού στη Κρήτη ήκμαζε ή οικόσιτος κτηνοτροφία, έχρησιμοποιούντο σαν κτηνοτροφική τροφή. Σήμερα όμως πού ό τουρισμός την κατήργησε, τά χαρούπια λόγω της ευτελοϋς των τιμής κατά κιλό, μένουν άμάζωχτα και άχρηστα.

Η λαϊκή Κρητική θεραπευτική τά έχει κατατάξει στα στηθικά φάρμακα. Βρασμένα μέ σύκα και σταφίδες, χρησιμοποιούνται σαν φάρμακο αντιβηχικό και διουρητικό. Προσπάθεια προς έξαγωγή σακχάρως πρό του πολέμου, άπέτυχε λόγω αδυναμίας νά έξουδετερωθή ή όσμή τους. Οί Κρητικοί λένε «γαλανό τό διάζωμαι, μαύρο τό ξεφαίνω, κι' όντα θά γεράση κουνούν τά δόδια του» και έννοούν τό χαρούπι.

207) Κεράσα

Έτσι λένε στη Κρήτη τό φυτό Κέρασος ή γλυκύκαρπος «prunus dulcis». Άνήκει στην οικογένεια των ροδωδών. Άναφέρεται από τόν Διοσκουρίδη και τόν Δίφιλο (παρ. Άθην. 51). Καλλιεργείται διά τούς καρπούς της τά «κεράσα», πού άποτελούν ύγιεινό και ευχυμο φρούτο.

Τά κεράσσα άποτελούνται από νερό, σάκχαρο, ίνοζίτη, άζωτούχους, δεψικές και πεκτινικές ούσιες, από όξέα και από τέφρα. Τρώνγονται ώμά ή χρησιμοποιούνται στη παρα-

σκευή γλυκισμάτων και ήδυπότων (κερασώ-βυσσινάδα). Σάν φρούτο πιστεύεται από τό λαό ότι καθαρίζει τό στομάχι, ότι σχηματίζει καινούργιο αίμα και ότι τά κουκούτσα τους καθαρίζουν τούς νεφρούς από τήν «πέτρα».

Ἡ θεραπευτική χρησιμοποιεῖ κυρίως τό από τόν κορμό τοῦ δένδρου κόμι, ὡς ὕλη φαρμακοτεχνική.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ μόνον τούς μίσχους τῶν καρπῶν τοῦ φυτοῦ σέ ἀφήνημα, σάν φάρμακο διουρητικό.

208) Κινᾶς

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκομε στή Κρήτη τό φυτό Ἐλκάνη «*alcaea siberi*». Φυτρώνει στά ὄρεινά μέρη. Λέγεται ἀκόμη και βαφόριζα γιατί τή ρίζα του ἐχρησιμοποιοῦσαν οἱ Τούρκισες τοῦ νησοῦ κατά τήν Τουρκική του περίοδο, γιά νά βάφουν κόκκινα τά χεῖλη, τά μάγουλα και τά νύχια τους. Οἱ βαφικές αὐτές ιδιότητες τοῦ φυτοῦ ἦσαν γνωστές στούς ἀρχαίους. Μᾶς τό ἀναφέρει ὁ Ἡσύχιος «Ἐλκάνη ρίζα, ἡ φυκοῦνται τά γύναια». Στή ρίζα τοῦ φυτοῦ ὑπάρχει ἡ χρωστική ἄλκανίνη, ἡ ὁποία πέρνεται μέ ἐκχύλισι. Χρησιμεύει στόν χρωματισμό βερνικίων και ἐλαιοχρωμάτων καθώς ἐπίσης τοῦ χάρτου τῆς ἄλκανίνης πού εἶναι χρήσιμος στήν ἀναλυτική χημεία. Δέν εἶδα νά ἔχη θεραπευτικές ιδιότητες.

209) Κίρσιον τό Κρητικό

Κρητικό νομευτικό φυτό τῶν βοσκοτόπων τοῦ Λασιθιοῦ, *cirsium Creticum morinaefolium*. Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν συνθέτων. Δέν ἔχει κοινή ὀνομασία. Εἶναι θάμνος ὕψους 1,50 μέτρου, μέ ἐπιμήκη λογχοειδῆ φύλλα καταλήγοντα σέ ἀγκάθες, ἄνθη σωληνοειδῆ κόκκινα ἢ κίτρινα και πολύ σπάνια λευκά. Δέν γνωρίζω νά ἔχη θεραπευτική χρησιμοποίησι.

210) Κισσός

Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Κισσός ὁ κοινός «*Hedera helix*» τῆς οἰκογενείας τῶν ἀραχνοειδῶν. Τούτου ὑπάρ-

χουν καί ἄλλα εἶδη ὅπως ὁ ποιητικός μέ κίτρινους καρπούς, ὁ κολχικός, ὁ Κινεζικός, ὁ Ἰαπωνικός καί ἄλλα. Καλλιερ-
γοῦνται ὡς κοσμητικά.

Οἱ ἀρχαῖοι ἐγνώριζαν τό φυτό. Τό θεωροῦσαν ἱερό καί τό εἶχαν ἀφιερωμένο στό Βάκχο καί στόν Διόνυσο, ὁ ὅποιος τό ἔφερε στήν Ἑλλάδα ἀπό τίς Ἰνδίες. Μέ κλάδους τοῦ φυ-
τοῦ ἐστεφανώνοντο οἱ Βάκχες καί οἱ Μαινάδες κατά τίς ὀρ-
γιαστικές τελετές τοῦ Διονύσου.

Στήν ἀπόκρυφο διδασκαλία συμβολίζει τήν τάσι τῆς
ψυχῆς νά ἐνωθῆ μέ τήν θεϊκή οὐσία. Γενικώτερα δέ συμβολί-
ζει τό δημιουργικό καί ἐπαναστατικό Διονυσιακό πνεῦμα,
τόν οἶστρο πρὸς μάθησι, τήν ἔμπνευσι, τόν προφητικό ὀρα-
ματισμό, πού δέν ἐμπίπτει στή τυπική λογική.

Ἄναπαραστάσεις τοῦ φυτοῦ ὑπάρχουν σέ νομίσματα
τῆς νήσου Νάξου. Πινόμενος σέ ἀφεψήματα μέ κρασί ἢ
μασσώμενος ἐπὶ ὥραν κατά τήν ἀρχαιότητα ἔφερε ψυχεδε-
λικές ἐκδηλώσεις.

Ἐπιπροσέτι, ὁ Ἰπποκράτης μετεχειρίζετο τά στελέχη τοῦ φυτοῦ
σάν λαμινάριες γιά ἐκτρώσεις καί τά σπέρματα τοῦ μαύρου
κισσοῦ ὡς «ἀτόκια» φάρμακα. Τήν ἴδια ἐποχή ἐχρησιμο-
ποιεῖτο σάν φάρμακο κατά τῆς δυσεντερίας πινόμενος εἰς ἀ-
φέψημα, ὡς φάρμακο κατά τῶν ἐγκαυμάτων εἰς τά ὅποια ἐ-
πιπάσετο κόνις ἀπό ἄνθη κισσοῦ ἢ ἐπαλείφοντο μέ ἀφέψη-
μα ἀνθέων σέ κρασί καί ὡς εἰδικό φάρμακο ἐπὶ τῶν ρινιτί-
δων, τοῦ χυμοῦ του ἐνσταλαζομένου εἰς τοὺς ρώθωνας. Ἄ-
κόμη ἐχρησιμοποιεῖτο κατά «τῶν χρονίων τῆς κεφαλῆς ἀλ-
γημάτων» σέ μῖγμα χυμοῦ φύλλων καί μελιοῦ καί σέ πυκνά
ἀφεψήματα κατά τῶν φθειρῶν τῆς κεφαλῆς σέ λοσιόν.

Μεταγενέστερα ἡ ἐπίσημη θεραπευτική δέν ἐχρησιμο-
ποίησε τό φυτό. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμο-
ποιεῖ τά ἄνθη του σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο ἀντιϋστερι-
κό. Ἐπίσης χρησιμοποιεῖ τά φύλλα του σέ ἀφέψημα μέ σύ-
κα καί σταφίδες σάν φάρμακο ἀντιβηχικό καί ἀποχρεμπτι-
κό.

211) **Κιτριά**

Δημώδης Κρητική όνομασία του φυτού Κιτρέα ή κοινή «citris vulgaris». Άνήκει στην οικογένεια των έσπεριδοειδών. Οί καρποί της τά κίτρα χρησιμοποιούνται εύρύτατα στη ζαχαροπλαστική. Μέ σταφίδες και κίτρα παρασκευάζεται περίφημη κιτρομαρμελάδα. Τό αιθέριο λάδι πού πέρνεται μέ απόσταξι του φλοιού των κίτρων, χρησιμοποιείται στη βιομηχανία των λικέρ, στη μυρεψική και στη θεραπευτική πρόσ κατασκευή τονωτικών φαρμάκων — ίδε λέξι έσπεριδοειδή — και ιατρικών οίνων.

Ή λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί τά άνθη και τά φύλλα της σέ άφεψήματα μέ νερό σάν φάρμακο ήρεμιστικό και ύπνωτικό.

Ή Κρητική θυμοσοφία χαρακτηρίζει τό φυτό από τή μεγάλη του γονιμότητα:

«Καρπ' άνθει, κάρπα μυρίζει, καρπανθει και λουλουδίζει
κάνει κάρπαθα μεγάλα, ξανανθει και κάνει κι' άλλα».

212) **Κιτροβάραμος**

Κρητική όνομασία του φυτού Μέλισσα ή φαρμακευτική «melissa officinalis». Άνήκει στην οικογένεια των χειλανθών. Λέγεται άκόμη και μελισσόχορτο.

Περιέχει σέ όλα τά υπέργεια μέρη του μελισέλαιο. Τά φύλλα του περιέχουν ταννίνη, ρητινώδεις και πεκτινικές ουσίες, και αιθέριο λάδι. Παληότερα έχρησιμοποιούντο από τή θεραπευτική σέ σκευάσματα πραϋντικά, εύστόμαχα και σπασμολυτικά. Έπίσης έχρησιμοποιούντο πρόσ παρασκευή του ύδατος και του πνεύματος τής μελίσης.

Άπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιούνται τά φύλλα του και οί άνθισμένοι βλαστοί του σέ άφεψήματα καρδιοτονωτικά, διαφορικά, έφιδρωτικά, άναληπτικά επί λιποθυμιών και άντιάφυσα.

213) **Κλαδόφυλλο**

Κοινή όνομασία του φυτού όξυμυρσίνη «guscus». Άνή-

κει στην οικογένεια τῶν λειριωδῶν. Τά ἄνθη του χρησιμοποιοῦνται ἀπό τή λαϊκή Κρητική θεραπευτική σάν φάρμακο ὑπακτικό σέ ἀφεψήματα.

214) Κοβιοί

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τά ἀνθισμένα στελέχη τοῦ φυτοῦ Ὀρχις ὁ ἄρρην. Τά στελέχη αὐτά λαχανεύονται καί κάνουν ὠραίες ὁμελέτες. Ἴδε καί λέξι ἄσιρνικοβότανο.

215) Κοκκάρι

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τούς μικρούς βολβούς πού χρησιμεύουν στήν ἀναπαραγωγή τῶν κρεμμυδιῶν. Τά ἐσωτερικά τους περιβλήματα ὀπτούμενα χρησιμοποιοῦνται ἀπό λαϊκή Κρητική θεραπευτική σάν δραστικά μαλακτικά ἐπί δοθῆντων καί μικροαποστημάτων.

216) Κοκκονόχορτο

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκεται σέ μερικά μέρη τῆς Κρήτης τό φυτό Ἄνθυλις ἢ τραυματική «*anthylis vulneraria*». Φυτρώνει στίς ἄκρες τῶν λιβαδιῶν καί σέ ξηρά καί ἄγονα χωράφια. Ἄνήκει στήν οικογένεια τῶν λοβοφόρων. Τά ὑέργεια μέρη του χρησιμοποιοῦνται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο στηθικό, διουρητικό καί ἐπουλωτικό ἐλκῶν καί τραυμάτων.

217) Κολλαγκαθιά

Δημῶδες Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Καρλινία ἢ κομοφόρος «*carlina gumifera*». Ἄνήκει στήν οικογένεια τῶν συνθέτων. Ἐπίσης καί τοῦ φυτοῦ Καρλινία ἢ μαλλωτή «*carlina lavata*», τῆς ἰδίας οικογενείας.

Ἀναφέρονται ἀπό τόν Θεόφραστο καί τόν Διοσκουρίδη. Ὁ τελευταῖος μάλιστα τήν ὀνομάζει ἰξία «διά τό ἐν τοισι τόποις, ἰξόν εὐρίσκεσθαι παρά τάς ρίζας αὐτοῦ, ὧ ἀντί μαστίχης χρῶνται αἱ γυναῖκες».

Εἰς ὅλα τά μέρη τοῦ φυτοῦ, περιέχεται τοξική οὐσία ἢ ἄ-

τρακτυλίνη, ή όποία πολλές φορές γίνεται πρόξενος δηλητηριάσεων. Από τά σέπαλα τής σαρκώδους κεφαλής του φυτου εκκρίνεται κομμιώδης ούσία ή όποία χρησιμοποιείται από τίς χωρικές μας σάν μαστίχα ή όπως λένε «για νά άσπρίσουν τά δόντια».

Η παλαιά θεραπευτική έχρησιμοποιοϋσε τό φυτό σάν αντιλοιμώδες. Η όνομασία του όφείλεται στό ότι ή ρίζα του τρωγομένη, έσωσε κάποτε τά στρατεύματα του Καρόλου του Μεγάλου, από τήν πανώλη. Η ρίζα του φυτου είναι σαρκώδης και ύπόγλυκη. Απ' αύτή ή παλαιά θεραπευτική παρεσκεύαζε τό όξειδιο τής Κορνηλίας με ποικίλλες χρησιμοποίησεις.

Η λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί τίς ρίζες του φυτου σε άφεψήματα επίσης σάν φάρμακο ευστόμαχο διαφορικό και διουρητικό. Επίσης τόν χυμό τών ριζών του άνακατεμένο με ληόλαδο, σάν φάρμακο αντιπαρασιτικό τών ζώων σε έπαλείψεις.

218) Κολητσάνι

Έτσι λένε στη Κρήτη τά φυτά Γάλιον ή άπαρίνη «galium aragīne» και Γάλιο τό γνήσιο, «galium verum». Ανήκουν στην οικογένεια τών έρυθροδανοειδών.

Η λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί τόν χυμό τους σάν φάρμακο επί δερματοπαθειών. Ο ίδιος χυμός θεωρείται ως άποτελεσματικό φάρμακο για τούς «άσκορδαψούς» (τά τραχώματα), ένσταλασσόμενος στους έπιπεφυκότες. Οί άνθισμένες κορυφές του σε άφεψήματα δίδονται σάν φάρμακο αντιϋστερικό και άντινευρικό.

219) Κολητσίδα

Κρητική όνομασία του φυτου Ξάνθιο τό χοιράδιο, *Xanthium scroja*. Ανήκει στην οικογένεια τών προσωπανθών. Στερεΐται φαρμακολογικών ιδιοτήτων. Πολλοί τό χρησιμοποιούν πολτοποιημένο κατά του κοινου έρπητα. Περιέχει στίς ρίζες του βαφική ούσία, τήν ξανθίνη, ή όποία έχει βιομηχανικές χρησιμοποίησεις. Βάφει κίτρινα.

220) Κολοκάτσο

Μέ την ονομασία αυτή βρίσκεται στη Κρήτη τό φυτό 'Ηλιάνθος ό κονδυλόρριζος, «*helianthus tuberosus*». 'Ανήκει στην οικογένεια τών προσωπανθών. Κατάγεται από την 'Αμερική. Οί κόνδυλοί του περιέχουν σάκχαρο, λευκωματώδεις ουσίες και ίνουλίνη. Χρησιμοποιούνται από την βιομηχανία πρός παραγωγήν καλής ποιότητας οίνοπνεύματος. Στο νησί μας τρώγονται ώμοί από τά παιδιά.

221) Κολοκυθιά

Πανελλήνιος ονομασία του φυτού Κολοκύνθη, «*cucurbita*». 'Ανήκει στην οικογένεια τών κολοκυνθοειδών. Είδη πού καλλιεργούνται στό νησί μας είναι ή κολοκύνθη ή κοινή, ή κολοκύνθη ή μείζων κοινώς «γλυκοκολοκύθα», ή κολοκύνθη ή λαγνοφόρος κοινώς «τσουκιά», ή κολοκύνθη ή μακρόκαρπος κοινώς «φλασκιά» και άλλα.

'Από τά είδη αυτά τά δύο πρώτα παράγουν καρπούς πού τρώγονται και τρυφερούς βλαστούς, τίς κολοκυθοκορυφάδες, πού λαχανεύονται. Τά άνθη τους χρησιμοποιούνται στη μαγειρική, για την παρασκευή μέ γέμισμα από ρύζι, τών «ντολουμάδων μέ τσ' άνθούς».

Στούς αρχαίους ήσαν γνωστά τά κολοκυνθοειδή. Περισσότερο όμως τό είδος λαγνοφόρος ή σίκυς, μέ τό όποιο κατεσκεύαζαν τίς «σικύες» τους, δηλαδή τίς βεντουζες. Γνωστοί ήσαν επίσης οί σπόροι τών κολοκυνθοειδών αί «κολοκυνθίδες», τούς όποίους έχρησιμοποιούσαν και αυτοί σάν τράγημα.

'Η παλαιά θεραπευτική έχρησιμοποιούσε τίς αποφλοιόμενες κολοκυνθίδες, σάν φάρμακο άνθελμινθικό.

'Η λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν χρησιμοποιείθεραπευτικά κανένα μέρος του φυτού. Χρησιμοποιεί όμως τίς κολοκυνθίδες σάν άνθελμινθικό φάρμακο και τά τρυφερά κολοκυθάκια σάν έλαφρό φαγητό για τούς άρρώστους της.

222) Κομπόχορτο

Κρητική ονομασία του φυτού "Υσσωπος ο Κρητικός, «*Hyssopus Creticus*». Το φυτό συνδέεται με τό νησί μας, από ένα «ιατροσόφιο» που έχει δημοσιεύσει ο "Αμαντος στο περιοδικό "Αθηνά (τόμος 43, σελ. 151), όπου του προσδίδεται ή έπωνυμία Κρητικός. "Ανήκει στην οικογένεια των χειλανθών. Μνεία του φυτού δέν γίνεται από τούς αρχαίους. "Αναφέρεται στους ψαλμούς του Δαυΐδ και φαίνεται νά ήτο γνωστό στους "Ιουδαίους. Χρήσιμα μέρη του είναι τά υπέργεια και τό λάδι του, τά όποια είναι μυρεψικά. "Η παλιά θεραπευτική έχρησιμοποίησε τήν *Herba* και τό *oleum hyssopii* σάν φάρμακα καθαρτικά και διεγερτικά του στομάχου όπως έπίσης σάν έπισπαστικά σέ έντριβές και έπαλείψεις του δέρματος.

Παρά τό ότι ό υσσωπος είναι φυτό τών παραμεσογειών περιοχών, μέ τήν ονομασία υσσωπος δέν αναφέρεται φυτό στή Κρητική δημόδη ονομασία. Γι' αυτό πιστεύω ότι ό Κρητικός υσσωπος είναι στή πραγματικότητα τό φυτό Μικρομερία ή "Ελληνική «*micromeria greca*», τής όποίας οί βλαστοί όμοιάζουν μέ τούς βλαστούς του πραγματικού υσσώπου. Τό φυτό αυτό δικαιολογεί τήν κοινή Κρητική ονομασία κομπόχορτο, γιατί φέρει τά μικρά φύλλα του προσαρμοσμένα στό στέλεχος του κατά διαστήματα, δίκην κόμβων.

"Η λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί τά άφεψηματα τών άποξηραμένων βλαστών του κομπόχορτου σάν φάρμακα διουρητικά και ευστόμαχα. Πολλοί Κρητικοί πίουν τά άφεψηματα αυτά άντί τσαγιού.

223) Κοργιός

"Ετσι λένε στή Κρήτη τούς σπόρους του φυτού Κορίαντρον «*coriandrum*», τής οικογενείας τών σκιαδανθών. Οί σπόροι του φυτού αυτού χλωροί, αναδίδουν όσμή κορέου, γι' αυτό λέγονται και κοργοί. Ξεραινόμενοι όμως γίνονται άρωματικοί και μπορούν νά χρησιμοποιηθούν στή μαγειρική σάν άρτυμα. Τέτοιοι σπόροι φέρνονται στό έμπόριο από τήν

Γαλλία, τήν Γερμανία, τήν Ὀλλανδία καί τήν Ἀμερική ὅπου τό φυτό καλλιεργεῖται.

Τό φυτό σπανίζει στό νησί μας, ἂν καί καλλιεργεῖται σᾶν κοσμητικό. Πολλοί τό συγγέουν μέ τόν σταφυλίνακα.

Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τούς καρπούς καί τό λάδι τοῦ φυτοῦ. Οἱ καρποί ἐχρησιμοποιοῦντο πρός παρασκευή τοῦ aqua carminativa (ἀντιφυσσωδους νεροῦ) καί τῶν species aromatiques. Τό λάδι πού πέρνεται μέ ἀπόσταξι δι' ὕδρατμῶν ἀπό τούς καρπούς, τό ἐχορηγοῦσε σέ πόματα ἢ σταγόνες σᾶν φάρμακο ἀντιφυσσωδες καί εὐστόμαχο.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τούς ἀποξηραμένους καρπούς πού φέρνονται στό ἐμπόριο, σέ ἀφεψημάτα ἀντιφυσσωδη καί δυναμωτικά. Πυκνά ἀφεψημάτα τούτων προκαλοῦν σοβαρές γστρεντερίτιδες καί ὄχι σπάνια αἱματουρίες καί νεφρίτιδες.

224) Κορυδαλῖς ἢ Κρητικὴ

Ἄγνωστο στοὺς πολλοὺς καί χωρὶς κοινὴ ὀνομασία Κρητικὸ εἶδος. Ἐπιστημονικὴ τοῦ ὀνομασία εἶναι *corydalis cretica*. Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν καπνιτοειδῶν. Φυτρώνει στά ὄρεινά καί παρουσιάζεται σέ δύο εἶδη : στό εἶδος *corydalis bulbosa* καί *corydalis cava*. Στό νησί μας ἀπαντᾶ συνήθως τό πρῶτο εἶδος πού εἶναι βολβόρριζο. Ἔχει ἄνθη κοκκινωπά. Στούς βολβούς τοῦ ἀνευρέθησαν πολλὰ ἄλκαλοειδῆ κυρίως ὁμως κορυδαλίνη καί βουλβοκαπνίνη. Ἔχουν ἀξιόλογη μορφινοειδῆ καί κωδεΐνοειδῆ δρᾶσι.

Στά ἄνθη καί στοὺς βλαστοὺς τοῦ ὅπως ἐπίσης καί στοὺς βολβούς ὑπάρχουν πεκτίνες, ρητίνες, κορυδαλίνη, κορκαρβίνη, ἰσοκορυβουλβίνη καί φουμαρικό ὀξύ. Τρωγόμενα προκαλοῦν θανατηφόρους δηλητηριάσεις. Στὴ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ εἶναι ἄγνωστο.

225) Κορκοσίτερο

Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἀραβόσιτος, «*Zea mais*», τῆς οἰκογενείας τῶν ἀγροστωδῶν. Λέγεται καί ξενικό. Με-

τεφέρθη από τήν Ἄμερική. Ἦταν ἄγνωστο στους ἀρχαίους. Χρήσιμα μέρη του οἱ καρποί του, τό λάδι του καί τά ὑπερ-γεια μέρη του τά ὁποῖα χρησιμοποιοῦνται σάν κτηνοτροφι-κά. Οἱ καρποί του περιέχουν λίπος, ὑδατάνθρακες, ἄζωτοῦ-χες οὐσίες, κυτταρίνη καί τέφρα. Χρησιμοποιοῦνται στήν παρασκευή ἀμύλου ἀρίστης ποιότητος, λαδιοῦ καί οἶνο-πνεύματος. Τά ἀπό τούς καρπούς ἄλευρά του λαμβάνουν μέρος στή παιδική διατροφή καί στήν ζαχαροπλαστική. Τό λάδι του εἶναι φαγώσιμο καί ὄχι σπάνια χρησιμοποιεῖται στή νοθεΐα τοῦ ἐλαιολάδου.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τούς ἀπο-κοκκισμένους καυλοὺς καί τά «γένεια» τῶν καυλῶν σέ ἀφε-ψημάτα, σάν φάρμακα διουρητικά καί πραῦντικά. Οἱ καυ-λοὶ μέ τά σπέρματά τους βραζόμενοι τρώγονται σάν τράγη-μα. Οἱ παρασκευαστές των τά διαφημίζουν στους συνοικια-κούς δρόμους τοῦ Ἡρακλείου μέ τήν ὄνομασία «ξενικά».

226) Κουδουμαλιά

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Κράταιγος ὁ Ἄζαρόλος «Crataegus Azarola». Λέγεται καί ἀντρικουκιά. Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ροδωδῶν. Ἀναφέρεται ἀπό τούς ἀρ-χαίους μέ τήν ὄνομασία «μέσπilon». Ἡ ἐπίσημη θεραπευτι-κή ἐχρησιμοποιοῦσε μέχρι πρόσφατα τό βάμμα τῶν ἀνθέων του σάν φάρμακο πραῦντικό ἐπί νευρωτικῶν καταστάσεων. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν χρησιμοποιεῖ τό φυτό. Μιά περιοχή τοῦ τέως Δήμου Φουρνῆς, στήν ὁποῖα φυτρῶ-νουν ἀρκετά στελέχη τοῦ φυτοῦ λέγεται «Κουδουμαλιάς».

227) Κουκιά

Πανελλήνιος ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Κύαμος ὁ κοινός «fena vulgaris». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἐλλοβοκάρ-πων. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Ὅμηρο (Ἰλ. Ν. 589). Ἐπίσης ἀ-πό τόν Διοσκουρίδη ὁ ὁποῖος μᾶς πληροφορεῖ ὅτι οἱ καρποί του εἶναι «ὄσπριον πνευματῶδες, φυσῶδες, δύσπεπτον καί δυσόνειρον».

Στό νησί μας καλλιεργοῦνται πολλές ποικιλίες κυρίως ὁμως δύο. Τό εἶδος μικρόκαρπος ἢ ὁ ἴππειος κύαμος τῶν ἀρχαίων, καί ὁ μεγαλόκαρπος ἢ οἱ «πλαϊμάνοι». Τό πρῶτο εἶδος μικρόκαρπος τό ἔφεραν παληά ἀπό τήν Αἴγυπτο καί τό λέγανε «μυσιριωτάκια κουκιά». Ἦσαν καλόψητα καί πολύ νόστιμα. Σήμερα δέν εἰσάγονται στήν Ἑλλάδα.

Τά κουκιά τρώγονται στό νησί μας καί ὠμά σάν «χλωροκούκια» καί ψημένα σάν ὄσπριο καί «φρυγμένο» σάν τράγημα μέ τό ὄνομα «κουκιά ἀστραγάλια». Τά πρῶτα καί τά τελευταῖα ἀποτελοῦν στήν Ἀνατολική Κρήτη ἄριστο μεζέ γιά τή ρακή.

Μέ τά κουκιά συνδέεται καί στή Κρήτη, ἡ ἀρρώστια «κυάμωσις». Ὅφειλεται στήν ἔλλειψη τοῦ ἐνζύμου γλυκοζο-6-φωσφορικοδιϋδρογονάση. Στήν Κρήτη ὁμως λένε πώς παρουσιάζεται σέ ὄσους τρῶνε χλωρά τά κουκιά καί μετά τρῶνε γαλακτικά προϊόντα. Ἀρκετά κρούσματα παρουσιάζονται στή Κεντρική καί Δυτική Κρήτη καί μάλιστα μερικά θανατηφόρα.

Κι' ἐπειδή στά μέρη αὐτά χρησιμοποιοῦν τήν ποικιλία μεγαλόκαρπα, ὑποστηρίζεται ἀπό τούς χωρικούς ὅτι τήν κυάμωσι τήν προκαλοῦν μόνον οἱ «πλαῦμάνοι». Πραγματικά στήν Ἀνατολική Κρήτη πού χρησιμοποιοῦν τό εἶδος μικρόκαρπα, παρά τή μεγάλη κατάχρησι πού γίνεται στά χλωροκούκια καί στά ψημένα κουκιά, κανένα κρούσμα κυαμώσεως δέν ἔχει παρατηρηθεῖ. Ὁ ἴδιος τήν ἔλλειψη κρουσμάτων κυαμώσεως στή περιοχὴ αὐτὴ τήν ἀποδίδω στό ὅτι τά χλωροκούκια τρώγονται ἀπαραίτητα πάντοτε μέ παστές ἐληές ἢ «ἀλατσοληές» ὅπως τίς λένε. Καί δέν ἀποκλείεται νά μεσολαβῆ ἄλλη ἐνζυματική δρᾶσις μέσα στόν ὄργανισμό ἀλατσοληᾶς-κουκιῶν, πού νά ἐξουδετερώνει τήν ἔλλειψη τοῦ ἐνζύμου γλυκοζο-6-φωσφορικο-διϋδρογονάσης.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τό χυλῶδες ἀφέψημα τῶν ξηρῶν κουκιῶν, πού πέρνεται μετά πολὺ-ωρο βράσιμο, σάν φάρμακο κατά τῶν διαρροῶν. Ἐπίσης τό ἀπλό ἀφέψημα τῶν κουκιῶν — αὐτό πού βγαίνει κατά τό

ψήσιμο τῶν κουκιῶν μετά τό πρῶτο βράσιμό τους – χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν ἴδια θεραπευτική σέ ποδόλουτρο κατά τῶν χειμέτων τῶν ποδιῶν (χιονίστρες).

228) Κουλούμπακας

Μέ τό ὄνομα αὐτό σέ μερικά μέρη τῆς Κρήτης βρίσκεται τό φυτό Ἡλιοτρόπιό τό Εὐρωπαϊκό, «*Heliotropium Euroreum*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν τραχυφυλλιδῶν. Τό λένε καί μελισσόχορτο. Τά ἄνθη του περιέχουν μυρεψική οὐσία γνωστή μέ τό ὄνομα ἠλιοτροπίνη. Χρησιμοποιεῖται στήν ἀρωματοποιῖα. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ἀποξηραμένα ἄνθη του σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο διαφορικό.

229) Κουνουπίδι

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Βράσκη ἢ λαχανηρά «*Brassica oleracea botrytis*». Λέγεται ἀκόμη καί καρναμπίθι. Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν σταυρανθῶν. Ἀποτελεῖ ἐδώδιμο καί θρεπτικό λαχανοειδές. Τά σπέρματά του χρησιμοποιοῦνται στήν παρασκευή κραμβελαίου, πού χρησιμοποιεῖται στή παρασκευή ἱατρικῶν χρυσμάτων καί σαπῶνων καλῆς ποιότητος. Ἴδε καί λέξι κράμβες.

230) Κουσκούτα

Παρασιτικό φυτό τῆς οἰκογενείας τῶν κομβολβουλοειδῶν πού σέ πολλές περιοχές τοῦ νησοῦ μας λέγεται καί «μαλλιά τοῦ διαόλου». Παρασιτεῖ σέ ἄλλα φυτά, «ἐλισσόμενο» στόν κορμό τους μέ τούς βλαστούς του οἱ ὅποιοι φέρουν ριζίδια ἢ μυζητήρες καί τρέφεται δαπάναις αὐτῶν. Φυτά πάνω στά ὅποια παρασιτεῖ εἶναι κυρίως τά βούρλα, ὁ θύμος, τά τριφύλλια, ἀλλά καί τά μεγάλα δένδρα ὅπως ἡ ἀμυγδαλιά, ἡ ἀπιδιά καί καμμιά φορά ἡ ἐλιά. Τά ἀφεψήματα τῶν τρυφερῶν βλαστῶν τῆς ἀποξηραμένα, μποροῦν νά χρησιμοποιηθοῦν σάν φάρμακα ὑπακτικά καί χολαγωγά. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν χρησιμοποιεῖ τό φυτό.

231) **Κουτσουνάδα**

Δημώδης ονομασία στη Κρήτη του φυτικού είδους των μηκώνων και ιδιαίτερα του είδους Μήκων ή ροιάς «Paraver roeas». Ἀνήκει στην οικογένεια των μηκωνοειδών. Λέγεται ἀκόμη και παπαρούνα και πετεινόχορτο και ἀγκιναρόχορτο (μήκων ή νόθος).

Στή Κρήτη όλα τά είδη των μηκώνων είναι αὐτοφυή. Καί ἀκόμη και τό είδος μήκων ή ύπνοφόρος, τής οποίας ή καλλιέργεια ἀπαγορεύεται (ἴδε λέξι ύπνος). Ἀπό τό είδος μήκων ή ροιάς ἔχομε στό νησί τρία είδη : τήν παπαρούνα μέ τό κόκκινα ἄνθη, τήν παπαρούνα μέ τά κίτρινα και τήν παπαρούνα μέ τά ἄσπρα. Ὅλα τά είδη αὐτά λαχανεύονται. Μέ τά φύλλα και τούς τρυφερούς βλαστούς των παρασκευάζεται πικάντικο ἔδεσμα «οἱ κουτσουναδόπητες».

Γιά τά μηκωνοειδή κᾶνουν λόγο γενικά ὁ Θεόφραστος και ὁ Διοσκουρίδης. Εἰδικά μάλιστα ὁ μέν πρῶτος μᾶς ἀναφέρει ὅτι ή μήκων ή ροιάς «φύεται ἐν κριθαῖς» (Φ. I, II, 2 και I, 9,8,2), ὁ δέ δεύτερος ὅτι λέγεται ροιάς «διά τό ταχέως τό ἄνθος ἀποβαλεῖν». Γιά τά μηκωνοειδή ἀναφέρουν ἀκόμη και ὁ Ἡσίοδος (2,92) και ὁ Πausανίας (5,20,5).

Μέ τήν Μινωϊκή Κρήτη στενό σύνδεσμο παρουσιάζει κυρίως τό είδος μήκων ή ύπνοφόρος. Περιγράφεται στη λέξι ύπνος.

Ὅλα τά μηκωνοειδή περιέχουν στά ὑπέργεια μέρη των ναρκωτικά ἀλκαλοειδή (ναρκωτίνη, λαυδανოსίνη κ.λ.π.). Κυρίως ὁμως πολλά ναρκωτικά περιέχει τό είδος μήκων ή ύπνοφόρος ή ύπνος. Τήν προσωνομία ὁμως ύπνος φέρει στη Κρήτη και ή μέ λευκά ἄνθη μήκων ή ροιάς, τήν ὁποία πολλοί συγγέουν μέ τό είδος τής ύπνοφόρου.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τίς κόκκινες παπαρουνες γιά τήν παρασκευή του «κοκκινόλαδου». Πολλά πέταλλα και κωδιες του φυτου κλείνονται σε φιάλη μέ λάδι, ἐκτίθενται στον «ἥλιο και στ' ἀπόϊ» ἐπί 20 μέρες, ὅτε τό λάδι πέρνει μιά κατακόκκινη ή κοκκινίζουσα χροιά. Αὐτό είναι τό κοκκινόλαδο πού χρησιμοποιουνε σᾶν ἄντι-

νευραλγικό και παυσόδυνο φάρμακο σέ νευραλγίες και «κρυγιόμετα», μέ έντριβές και έπαλήψεις. Ἀκόμη χρησιμοποιεῖ πέταλλα και κωδιές τῆς ἄσπρης παπαρούνας σέ ἀφεψήματα μέ μέλι ἢ ζάχαρι σάν φάρμακο ἀντιβηχικό και πρᾶντικό. Πολλοί τό ἀφέψημα αὐτό τό λένε ὕπνο, και τό δίδουν σέ μικρά παιδιά ὅταν εἶναι ἀνήσυχια, σάν πρᾶντικό και ὕπνωτικό. Φαίνεται ὅτι δέν εἶναι ἐντελῶς βλαπτικό ὅταν γίνῃ μέ πολύ λίγη φυτική ὕλη. Ὁ ἴδιος ὅμως τό θεωρῶ σάν κακή συνήθεια τῶν γιαγιάδων και συνιστῶ νά ἀποφεύγεται. Εἶδα νά χορηγοῦν τέτοιο ἀφέψημα ἀπό τό φυτό μήκων ἢ ὕπνοφόρος πού τούς συνέστησαν σάν ὕπνο, σέ παιδί δύομισυ χρονῶν. Τό παιδί ἐπαρουσίασε ἀρχικά μέθη, ἔντονα και πολύ θορυβῶδη φαινόμενα ἀποπροσανατολισμοῦ και βαθεῖα νάρκωσι, ἀπό τά ὅποια γλύτωσε ὕστερα ἀπό πολλές μέρες.

Τῆν κίτρινη παπαρούνα ἄν και λαχανεύεται δέν εἶδα νά τῆν χρησιμοποιοῦν στή θεραπευτική. Λένε ὅτι τά πέταλλα, οἱ σπόροι και οἱ κωδιές τῆς περιέχουν ροιαδίνη, ροιαδικό ὀξύ, πηκτόζες και ἀλκαλοειδῆ – τά ὅποια μέ τό βρασμό χάνονται – ἀλλά τά ὅποια περιέχονται μέσα στό ἀφέψημα, πού πινόμενο και προκαλοῦνε τοξικά ἐνοχλήματα.

232) Κουτσουπιά

Ἔτσι λένε σέ μερικά μέρη τοῦ νησοῦ τό φυτό Κερκίς, «*cercis silicastrum*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἐλλοβοκάρπων. Λέγεται και κερκιδόχορτο. Ὁ ὀπός τῶν ὑπεργείων μερῶν του περιέχει κίτρινη βαφική οὐσία μέ ἐγχώρια και βιομηχανική χρησιμοποίησι. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ἀφεψήματα τῶν φύλλων του σάν φάρμακα στυπτικά και ἀντιδιαρροϊκά.

233) Κράμβες και Κραμβοειδῆ

Ἐπιστημονική ὀνομασία γένους φυτῶν, τῆς οἰκογενείας τῶν σταυρανθῶν, στό ὅποιο ἀνήκουν τά εἰς ὅλους γνωστά στή Κρήτη φυτά: φυλλάδα (κράμβη ἢ ἀκέφαλος), λάχανο ἢ φρύο (κράμβη ἢ κεφαλωτή), Λασθιώτικο λάχανο

ἢ μικρό λαχανάκι (κράμβη ἢ σφαιριόμορφη), κουνουπίδι ἢ καρναμπίθι (ἀνθοκράμβη), μπρόκολα ἢ παραπούλια ἢ τσιμούλια (κράμβη ἢ ἀσπαραγοειδής), καί γούλα (κράμβη ἢ νάπυς).

Ὡς ἰθαγενές Κρητικό φυτό τοῦ ἴδιου γένους, ἀναφέρεται ἀπό τόν Θεόφραστο ἡ κράμβη ἢ Κρητική. Τό φυτό αὐτό πολλοί τό σχετίζουν μέ τίς λαπανίδες (σινάπι τό ἀρουραῖο). Ὁ ἴδιος ὁμως πιστεύω ὅτι ἡ Κρητική κράμβη εἶναι ἡ κράμβη πού λέμε φυλλάδα, ἡ τόσο γνωστή κηπαία τροφή τῶν χωρικῶν μας, ἡ ὁποία πρὶν ἢ μετὰ τό κόψιμο τῆς κυρίας κεφαλῆς της, μᾶς δίδει τά ὠραῖα «τσιμούλια», πού σέ ἄλλα μέρη δίδει μόνον τό εἶδος κράμβη ἢ ἀσπαραγοειδής.

Ἐν ὅλῳ τὰ κραμβοειδῆ ἀποτελοῦνε στή Κρήτη τόν παρία τῆς χειμωνιάτικης διατροφῆς. Εἶναι ὑψηλῆς περιεκτικότητος σέ μεταλλικά στοιχεῖα, σέ κυτταρίνη καί σέ βιταμῖνες Α, Β καί C. Τρώγονται μαγειρευμένα μέ διάφορους τρόπους κυρίως ὁμως βραστά ἢ ἐντράδα μέ πατάτες καί ἀρτυμένα μέ πολύ ληόλαδο. Τά γλυκά Λασιθιώτικα λάχανα, τρώγονται ὠμά σέ λαχανοσαλάτες ἢ χρησιμεύουν γιά περιτύλιγμα στήν ὕλη τῶν «λαχανο-ντολουμάδων».

Ἡ παριότης τοῦ εἶδους – παρά τήν χρησιμοποίησί τους στή διατροφή – ἔδωσε στή Κρητική θυμοσοφία τό δικαίωμα, νά ὀνομάζη μέ τήν ὀνομασία «λάχανο», τούς κουτούς καί ἄβουλους Κρητικούς.

Τά φυτά τοῦ γένους αὐτοῦ ἦσαν γνωστά στούς ἀρχαίους τόσον σάν φυτά διατροφῆς ὅσο καί σάν φυτά θεραπευτικά. Γνωστός εἶναι ὁ ὄρκος τοῦ κωμικοῦ Εὐπόλιδος (Ἀθηναῖος 370), «Ναί μά τήν κράμβη». Ὁ κωμωδιογράφος καί φαρμακολόγος Ἐπίκαρπος (540 πρ.Χρ.), ἀναφέρεται μέ πολύ ἐμπιστοσύνη στίς θεραπευτικές τῶν ιδιότητες. Ὁ Πυθαγόρας ἀναφέρει γιά τίς μαλακτικές ιδιότητες τῶν καταπλασμάτων μέ λάχανο. Γιά τίς θεραπευτικές τῶν ιδιότητες ἀναφέρουν καί ὁ Χρῦσιππος, καί ὁ Ἴπποκράτης καί ὁ Κάτωνας. Ὁ Πλίνιος γράφει ὅτι τά εἶδη αὐτά εἶναι «προσφιλή» καί στούς πληβίους καί στούς βασιλεῖς. Ὁ Θεόφραστος τά ἀναφέρει

σᾶν ἐχθρούς τῆς μέθης. Ὁ γιατρός τῶν αὐτοκρατορικῶν χρόνων G. Marziale ἀναφέρει ὅτι κατὰ τοὺς χρόνους τοῦ Κάτωνα «*militares vili gloriosas cicatrices gratuito olere curabant*» (οἱ στρατιῶτες τὰ τραύματά των ἀδαπάνως μέ λάχανα ἐθεράπευαν). Ὁ Κάτων ἐπίσης ἀναφέρει ὅτι τὸ λάχανο ἐχρησίμευε γιὰ νά θεραπεύη πληγές, ἔλκη ἀποστήματα τοῦ στήθους καί κακοήθεις ὄγκους. Ἐχρησιμοποιεῖτο λέγει ὠμό, σαλάτα, ἄρτημένο μέ μέλι, παρασκευασμένο μέ ἀλεύρι καί ὅτι ὁ χυμός του ἦτο ἄριστο φάρμακο κατὰ τῆς μελαγχολίας καί τῆς ἀϋπνίας.

Κατὰ τόν μεσαίωνα ὁ χυμός καί τὸ βρασμένο λάχανο ἐχρησιμοποιοῦντο ὡς ἀντίδοτο στίς δηλητηριάσεις μέ μανιτάρια. Ἐνα μάλιστα λατινικὸ βιβλίον ἀωνύμου συγγραφέα ἀναφέρει ὅτι τὸ λάχανο τρωγόμενο ὠμό ἐξασφαλίζει ὕπνο ἤρεμο χωρὶς ὄνειρα καί ἐφιάλτες (ἴδε *malati medici e farmacisti*, τόμος I, σελ. 189). Τέλος οἱ γιατροὶ τοῦ Σαλέρνο, ὑπεστήριζαν ὅτι ὁ χυμός τοῦ λαχάνου εἶναι ὑπακτικός, οἱ δὲ ἴστοι του στυπτικοὶ καί ὅτι τρωγόμενο ὠμό ἢ βραστό, παρακινουσε γρήγορα τίς κενώσεις.

Ἡ ἐπίσημη θεραπευτικὴ δὲν ἐχρησιμοποίησε τὰ φυτὰ αὐτά. Πρὸ ὀλίγων ἐτῶν ὅμως, Γάλλοι καί Ἀμερικανοὶ γιατροὶ, ὑπεστήριζαν ὅτι ὁ χυμός τῶν κραμβοειδῶν χορηγούμενος κατὰ κοχλιάρια ἐσωτερικῶς, θεραπεύει τὸ πεπτικὸ ἔλκος. Τελικὰ ὁ θόρυβος κατέπαψε γρήγορα.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ ὀπτημένα φύλλα τῶν φυτῶν αὐτῶν σέ ἐπιθέματα, ἀλειμένα μέ ληόλαδο, σᾶν μαλακτικὰ ἀποστημάτων καί δοθηίων. Βρασμένη καί ἄρτυμένη μέ λάδι, χρησιμοποιεῖ τὸ εἶδος «γούλα» σᾶν φαγητὸ ὑπακτικόν. Τέλος ἀπὸ τὸ εἶδος κουνουπίδι, χρησιμοποιεῖ τοὺς σπόρους του πρὸς παρασκευὴν χρυσοκίτρινου βαρείας ὁσμῆς ἐλαιώδους παρασκευάσματος, τὸ ὁποῖο δίδει σᾶν χρίσμα ἐπὶ δερματοπαθειῶν.

234) Κριθάρι

Κοινὴ Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Κριθή «*Hortueum*».

Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἀγρωστιδῶν. Ἦταν γνωστό στους ἀρχαίους. Τό ἀναφέρουν ὁ Ὅμηρος (Ὀδυσ. δ, 46), ὁ Ἡρόδοτος (B, 36), ὁ Διοσκουρίδης καί ὁ Ἀριστοτέλης. Ἀκόμη τό ἀναφέρει καί ἓνας πάπυρος τῆς 15ης Αἰγυπτιακῆς Δυναστείας, 1350 πρ.Χρ. – ὁ πάπυρος Berol – πού βρίσκεται στό Μουσεῖο τοῦ Βερολίνου.

Ὁ πάπυρος αὐτός λέει ὅτι στήν ἐποχή του, ἐχρησιμοποιοῦσαν τούς κόκκους τοῦ κριθαριοῦ καί τοῦ σταργιοῦ, γιά τή βιολογική διάγνωση τῆς ἐγκυμοσύνης καί τοῦ φύλου τοῦ παιδιοῦ πού θά ἐγενάτο. «Κόκκοι κριθῆς καί σίτου», ἐτοποθετοῦντο ἐπί πηλίνου δοχείου καί ἐποτίζοντο κάθε μέρα μέ τά οὔρα τῆς ἐγκύου. Ἐάν ἐφύτρωναν πρῶτοι οἱ κόκκοι τοῦ κριθαριοῦ, τό παιδί πού θά γενιότανε θά ἦταν ἀρσενικό. Ἐάν ἐφύτρωναν πρῶτοι οἱ κόκκοι τοῦ σταργιοῦ, τό παιδί θά ἦταν θηλυκό. Ἄν δέν ἐφύτρωνε οὔτε τό κριθάρι, οὔτε τό σιτάρι, τότε δέν ἐπρόκειτο περί ἐγκυμοσύνης.

Ἐλεγχος τῆς Αἰγυπτιακῆς αὐτῆς μεθόδου ἀπό τούς βοτανολόγους Hoffman καί Mengel, ἀπέδειξαν μόνο τήν διεγερτική δράση τῶν οὐρῶν τῆς ἐγκύου ἐπί τῶν σπόρων, ὄχι ὁμως καί τό ἀλάθητο αὐτῆς.

Στίς ἀνατολικές ἐπαρχίες τοῦ νησοῦ μας, τό κριθάρι ἐχρησιμοποιοῦτο μέχρι καί πρό ὀλίγων ἀκόμη ἐτῶν, σάν ἀποκλειστική ὕλη γιά τήν παρασκευή τοῦ οἰκιακοῦ ψωμοῦ, – τοῦ κρίθηνου ψωμοῦ. Οἱ κόκκοι τοῦ κριθαριοῦ μετά τό «ἀλεσμάτισμα» (τό καθάρισμά τους ἀπό τίς πρόσθετες ὕλες), ἀλεθότανε στους «ἀνεμόμυλους» καί ἔδιδε ἀλεύρι μέ ἐξαιρετικῆς ποιότητος ἄμυλο. Τοῦτο ζυμώνόμενο μέ «προζύμι» καί ὄχι μέ μαγιά, ἔδιδε τίς ὠραῖες «κριθαροκουλοῦρες» πού ἐξέθρεψαν πολλές γενεές.

Μέ τούς κόκκους τοῦ κριθαριοῦ, οἱ γιαγιάδες μας, μᾶς ἐγιάτρευαν τόν «τσῖτο» (τό γνωστό κριθαράκι τῶν ματιῶν), ἀπαγγέλουσες καί τή σχετική γηθειά.

Ἡ λαϊκή Κρητικὴ θεραπευτικὴ δίδει τό ἀφέψημα τοῦ κριθαριοῦ σάν ἄριστο διουρητικό. Ἀκόμη χρησιμοποιεῖ τό ἀλεύρι γιά τήν παρασκευή τοῦ «κριθοχυλοῦ», ἐνός πολτοῦ

πού περιγράψαμε στή μελέτη μας ὁ γιατρός καί τά φάρμακα στή Κρητική μούσα.

Γιά τό χυλό αὐτό ἡ Κρητική θυμοσοφία, λέει κοροϊδευτικά:

«Ψυχή μου κρίθινος χυλός καί κρομυδοσαλάτα
καί τσικνομένη μαγεργειά, κρίθινη λαδοστάκα».

235) Κρινάκια

Κοινή ὀνομασία στή Κρήτη πολλῶν ἱριδοειδῶν φυτῶν, ἰδία τῆς ἱριδος τῆς Φλωρεντίας μέ τά πολύ μυρωδάτα λευκά ἄνθη τῆς, τῆς ἱριδος τῆς νάνου, τῆς ἱριδας τῆς κονδυλορρίζου, καί ἰδία τῆς ἱριδος τῆς Κρητικῆς μέ τά ὠραῖα κυανοιώδη ἄνθη.

Ἡ πρώτη ἱρις σπανίζει στό νησί. Ἄπαντᾶ μόνον σέ εὐφορα καλλιεργημένα χωράφια. Ἡ δεύτερη ἀνθίζει τόν Ἀπρίλιο καί καλλιεργεῖται σάν κοσμητικό. Ἡ τρίτη ἔχει πολύχρωμα ἄνθη πού σέ μερικά μέρη τά λένε αὐτιά τοῦ λαγοῦ. Ἡ τέταρτη τέλος εἶναι αὐτοφυῆς καί φυτρώνει σέ ξεροχώραφα. Ἀνθίζει τό Φθινόπωρο.

Ἀπό ὅλα τά εἶδη χρησιμοποιοῦνται κυρίως μόνον οἱ ρίζες τῆς πρώτης στή φαρμακευτική, στή μυρεψική καί σάν θυμίαμα αἰθουσῶν. Τά ἄλλα εἶδη δέν ἔχουν μελετηθεῖ.

236) Κρίνος

Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Κρίνον τό πάλευκον «*I ilium candidum*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν λειριοειδῶν. Ἀποτελεῖ ἐθνικό λουλούδι καί ἔμβλημα τῶν βασιλέων τῆς Γαλλίας.

Ἦταν γνωστό στους ἀρχαίους. Ἡ μυθολογία λέει ὅτι τό γέννησε ἡ μιά ἀπό τίς δύο σταγόνες τοῦ γαλάτου πού ἔπεσαν ἀπό τοὺς μαστούς τῆς Ἥρας, ὅταν ὁ Ζεὺς τήν ὑποχρέωσε ἀνθισταμένη, νά βυζάξῃ τόν γιό τοῦ Ἡρακλῆ πού εἶχε μεταφέρει στόν Ὀλυμπο. Ἀπό τήν ἄλλη σταγόνα πού διαλύθηκε σέ χιλιάδες μικρές σταγονίτσες, γεννήθηκε ὁ Γαλαξίας.

Στή Βίβλο τό συναντοῦμε στό ἄσμα ἁσμάτων. Ἐκεῖ ὁ

προφητάνακτας λέει «ὄτι ἡ ἀγαπημένη του εἶναι ἀνάμεσα στίς νέες, ὅτι ὁ κρῖνος μέσα στά ἀγκάθια». Ὁ Χριστός μας, δείχνοντας τά κρῖνα στούς μαθητές του, συνέστησε σέ ὅλους νά μή μεριμνοῦν γιά τήν αὔριο. «Λέγω δέ ὑμῖν ὅτι οὐδέ ὁ Σολομών ἐν πάσῃ τῇ δόξει του, περιεβάλλετο ὡς ἐν τούτων».

Οἱ χριστιανοί ἀφιέρωσαν τόν κρῖνο στήν Παναγία σάν σύμβολο τῆς ἀγνότητος.

Ἡ θεραπευτική δέν ἔχει χρησιμοποιήσει τό φυτό. Τό χρησιμοποιεῖ κυρίως ἡ μυρεψική γιά τό πολύτιμο αἰθέριο λάδι πού βγαίνει ἀπό τά ἄνθη του μέ ἀπόσταξι.

Στή Κρήτη τό φυτό καλλιεργεῖται σάν κοσμητικό καί μυριστικό. Οἱ Κρητικοί ἔχουν ἀντικειμενοποιήσει τήν μυρουδιά του καί τήν παραβάλλουν μέ τή μυρουδιά τοῦ γιασεμιοῦ. Γι' αὐτό λένε :

«ἐπέρασε τό γιασεμί κι' εἶπε στόν κρῖνο γειά σου
ἀνάθεμά σε γιασεμί κι' ἐσύ κι' ἡ μυρωδιά σου».

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν γνωρίζω νά χρησιμοποιή τό φυτό. Χρησιμοποιεῖ ὁμως τίς ρίζες τοῦ γαλάζιου Φλωρεντινοῦ κρίνου – πού στή Κρήτη καλλιεργεῖται κι' αὐτός σάν κοσμητικός – σέ ἀφεψήματα, σάν φάρμακο ἐμμηναγωγό. Ἀκόμη χρησιμοποιεῖ τά ἄνθη ἑνός μπλέ κρίνου πού φυτρώνει στά παραθαλάσσια, ἐπίσης σέ ἀφεψήματα, σάν φάρμακο πραιντικό καί ἀντιπυρετικό.

237) Κρίταμα

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τούς καρπούς τοῦ φυτοῦ Κάρδαμο, πού διατηροῦνε σέ ξύδι, «τουρσί». Ἴδε λέξι κάρδαμο.

238) Κρομμύδι

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Κρόμμυον τό κοινόν, «allium cera». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν λειριοειδῶν. Ἦταν γνωστό στούς ἀρχαίους σάν ἄρτυματικό. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Ὅμηρο (Ἰλ. Α, 630 καί Ὀδυσ. τ, 233), τόν Ἡρόδοτο (Β, 125), τόν Θεόφραστο καί τόν Διοσκουρίδη. Ὁ

τελευταῖος μάλιστα μᾶς ἀναφέρει ὅτι τὰ κρεμμύδια εἶναι «θερμαντικά καὶ διουρητικά».

Γιὰ τὰ Κρητικά κρεμμύδια γράφει ὁ Ἄριστοτέλης «ιδιωτάτη δέ ἡ φύσις ἢ τῶν Κρητικῶν κρομμύων... ἐν Κρήτῃ γάρ ἐστὶ τι γένος, ὃ σπειρόμενον μὲν ρίζαν ποιεῖ, φυτευόμενον δέ καυλόν καὶ σπέρμα, κεφαλὴν δέ οὐκ ἴσχει, γλυκύ δέ τῷ χυμῷ» (Aristotelis: opera omnia ἐκδ. Didot Parisiis 1848-1874).

Ἡ ἐπίσημη θεραπευτικὴ δὲν χρησιμοποιεῖ τὸ φυτὸ, παρὰ τὸ ὅτι ὁ Γάλλος ἰατρός Frescus ὑπεστήριξε ὅτι ἔχει βακτηριογόνους καὶ ἀντιτοξικὲς ιδιότητες, χάρις στὰ θειοῦχα εἰς τὰ ὁποῖα εἶναι πλούσιο.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ ἐχρησιμοποιοῦσε εὐρύτατα τὸ πολτοποιημένο κρεμμύδι σὰν ἀντιοιδηματογόνου στούς μώλωπες καὶ στὰ «κοπανίσματα» (στὶς ἐνεργητικὲς καὶ παθητικὲς συνθλίψεις τῶν μυῶν) σὲ ἐπιθέματα. Ἐχρησιμοποιοῦσε ἐπίσης τοὺς χιτῶνες του, ὀπτημένους, σὲ ἐπιθέματα, σὰν μαλακτικὰ ἐπὶ ἀποστημάτων καὶ δοθιῶν. Κυρίως ὁμως τὸ χρησιμοποιοῦσε σὰν ὀρεκτικὸ ἐπὶ ὀσπριοφαγίας γιατί πιστεύει ὅτι διεγείρει τὴν ὄρεξι καὶ συντελεῖ στὴ καλὴ χώνεψι τῶν ὀσπρίων καὶ ἰδίᾳ τῶν κουκιῶν.

Τελευταῖα λένε γιὰ τὰ κρεμμύδια ὅτι ἔχουν ἀντιοιδογόνους ιδιότητες καὶ ὅτι προλαμβάνουν τρωγόμενα τὸν καρκίνου. Τοῦτο βασίζεται στό ὅτι σὲ περιοχὲς τῆς Τρανσυλβανίας, ὅπου οἱ ἄνθρωποι διατρέφονται σὲ μεγάλη ἔκτασι μὲ κρεμμύδια, ὁ καρκίνος εἶναι ἄγνωστος σάν ἀρρώστια. Σὰν ἄριστα Κρητικά κρεμμύδια φέρονται σήμερα τὰ Καλοχωριανά.

239) Κροτωνιά

Ἔτσι λένε στὴ Κρήτῃ τὸ φυτὸ Κρότων ὁ κοινός, «*Ricinus communis*». Λέγεται ἀκόμη καὶ ριτσινοδένδρο καὶ τσαλάπα. Ἄνηκει στὴν οἰκογένεια τῶν γρομφαδιοδῶν. Φυτρώνει στὶς ἄκρες τῶν κήπων καὶ τῶν δρόμων. Τὰ σπέρματά του περιέχουν παχὺ λάδι πού πέρνεται μὲ πίεσι ἐν ψυχρῷ. Περιέχει ρηκινολεῖνη, τριστεαρίνη καὶ φυτοστερίνη. Παλαιότερα ἐχρησιμοποιεῖτο ὡς καθαρτικὸ. Σήμερα χρησιμο-

ποιείται πολύ σπάνια. Στή μυρεψική χρησιμοποιείται για τήν κατασκευή μπριγιαντίνης. Χρησιμοποιείται ἀκόμη σάν ἄριστο λιπαντικό τῶν κινητήρων τῶν ἀεροπλάνων.

Πολλοί στή Κρήτη ἐχρησιμοποιοῦσαν ἄλλοτε τούς σπόρους του σάν καθαρτικό. Ἡ χρησιμοποίησις των ὁμως εἶναι δηλητηριώδης γιατί περιέχουν ρικίνη, (λευκωματοῦχο οὐσία)μέ τοξικές ιδιότητες.

240) Κυδωνιά

Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Κυδωνέα ἢ κοινή, «*Cydonia vulgaris*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ροδοειδῶν. Πολλοί πιστεύουν ὅτι μετεφέρθη στή χώρα μας ἀπό τήν Περσία. Οἱ ἀρχαῖοι ὁμως – στούς ὁποίους ἦταν γνωστό τό φυτό – τό συνδέουν κι' αὐτό μέ τό νησί μας καί μάλιστα μέ τήν περιοχή τῶν Χανίων, ὅπου οἱ «Κύδωνες» κατά τόν Ὅμηρο (Ὀδυσ. γ 293) «ἰαρδάνου ἀμφί ρέεθρα...συνώκησαν».

Γιά τήν Κρητική κυδωνιά ἀναφέρουν κυρίως ὁ Νίκανδρος ὁ Κολοφώνιος καί οἱ σχολιασταί του καί ὁ Πλίνιος Σεκουνδος. Ὁ πρῶτος ἀναφέρει γι' αὐτή στά ἀλεξιφάμακα στιχ. 234-237. Οἱ σχολιασταί του ἀναφέρουν «κυδῶνος, τοῦ στυπτικοῦ κυδωνίου, ὃ μάλιστα ἐν Κρήτη φύεται. Ὁ δεύτερος ἀναφέρει γι' αὐτή, στή Φυτική του ἱστορία (*Historia naturalis* XV, 10,1).

Τό δένδρο ἦτο γνωστό ἀπό τούς καρπούς του τά κυδώνια, τά ὁποῖα οἱ ἀρχαῖοι ἀφιέρωναν στήν Ἀφροδίτη. Γι' αὐτά καί τήν ἐκ Κρήτης καταγωγή τους ἀναφέρει ὁ Εὐστάθιος εἰς τάς εἰς Ὅμηρον παρεκβολάς του (σελ. 1468 παράγραφος 27). «εἰ δ' ἐκ τοιοῦτου Κρητικοῦ τόπου καί τά κυδώνεια...».

Ὁ Διοσκουρίδης διακρίνει τά κυδώνια εἰς «κυδώνεια μῆλα» εὖοσμα καί τρωγόμενα ὡς φρούτα καί σέ «στρουθία» μεγάλα κυδώνια ἀλλά εὐτελεῖ. Ὁ ἴδιος ἀναφέρει πολλές θεραπευτικές των ιδιότητες καί πολλά παρασκευάσματα τῆς ἐποχῆς του ἀπό αὐτά, ὅπως τόν «κυδωνίτη οἶνο», τό «μήλινον ἔλαιον» τό «μήλινον μύρον» καί τόν «μηλοπλακούντα» προφανῶς τό κυδωνόπαστο.

Ἡ παλιὰ θεραπευτικὴ ἐχρησιμοποιοῦσε τὰ σπέρματα τῶν κυδωνιῶν (*semens cydoniae*) πρὸς παρασκευὴ γλυσχρασμάτων, τὰ ὁποῖα ἐχορηγοῦσε στὶς παιδικές διάρροιες. Τὰ σπέρματα αὐτὰ πού εἶναι προσκολλημένα πρὸς ἄλληλα μέσα στό κυδῶνι καί περιβάλλονται ἀπὸ ἓνα ἀργυρόχρουν ἐπίστρωμα, ἐχρησιμοποιοῦντο πρὸς λήψι τῆς πηκτίνης πού περιέχουν καί τῆς οὐσίας «βανδολίνης» πού ἐχρησιμοποιοεῖτο στήν ἀρωματοποιία καί στήν ὑφαντικὴ.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ κουκούτσια τῶν κυδωνιῶν σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο ἀντιβηχικό, μαλακτικό καί ἀποχρεμπτικό. Συνήθως τὰ βράζει μέ ξηρά σύκα καί τὰ χρησιμοποιεῖ γιὰ τόν ἴδιο σκοπό.

Ἡ σύγχρονη μαγειρικὴ καί σακχαροπλαστικὴ χρησιμοποιοῦν τὰ κυδῶνια πρὸς παρασκευὴ φαγητοῦ μέ κρέας καί προϊόντων σακχαροπλαστικῆς (κυδῶνι πελτέ, κυδῶνι τριφτό, κυδῶνι ρετσέλι, κυδονόπαστο καί κυδῶνι κομπόστα). Οἱ Γάλλοι παρασκευάζουν μ' αὐτὰ ἓνα εὐστόμαχο πιότ, τὸ «κυδωνόνερο».

Ἡ Κρητικὴ θυμοσοφία θέλει τὸ κυδῶνι ἀφροδισιακὸ γιὰ τίς γυναῖκες. Γι' αὐτὸ λέει «τῆ χήρας τὸ προσκέφαλο μυρίζει ἀπὸ κυδῶνι...». Ἄλλοτε λέει «αὐτὴ ἐδάγκασε τὸ κυδῶνι» καί ἐννοεῖ ὅτι εἶναι κλεψίγαμος. Φαίνεται ὁμως ὅτι τὰ ἴδια ἐπίστευαν καί οἱ ἀρχαῖοι. Ἐνα ἀρχαῖο ἐπίγραμμα ἀναφέρει «μαζός, ἀκμῆς ἄγγελος, κυδωνιᾶ...». Δηλαδή ὅταν οἱ μαστοὶ τῆς γυναίκας ἀναπτυχθοῦν, ἀγριεύουν σάν νά ἔχουν φάει κυδῶνι.

Ἡ Κρητικὴ μοῦσα ἔχει τιμήσει τὸ κυδῶνι στά τραγούδια καί στά δίστιχά της. Πάντα ὁμως μέ τὴν ἐννοια τῶν ἀφροδισιακῶν τους ἰδιοτήτων.

«καλογρηποῦλα καλογρά, μικρὴ καλογρηπούλα
 ἰντά τρωγες στ' ἀγκάστρι σου καί μύριζεν ὁ γυιός σου;
 – κυδῶνι ἐτρῶγα τὸ ταχύ, μῆλο τὸ μεσημέρι
 (ἀπὸ τὴν συλλογὴ Γιανναράκη).

241) Κυκλάμινο τὸ Κρητικὸ

Κρητικὸ αὐτοφυὲς φυτὸ τῆς οἰκογενείας τῶν Ἑρανθῶν.

«Cyclamen Creticum». Ἀπαντᾷ στὶς βραχώδεις περιοχές τῆς Ἰδης, τῶν Σφακιώτικων βουνῶν καὶ τοῦ Σταυροῦ τοῦ Ψηλορείτη. Ἡ ρίζα του μοιάζει μὲ γογγύλι. Περιέχει κυκλαμίνη, οὐσία μὲ δρᾶσι ἀντιπαρασιτική. Δέν χρησιμοποιεῖται ἀπὸ τὴν λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ.

242) Κυπαρίσσι

Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Κυπάρισσος, «Cupressus». Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν κυπαρισσοειδῶν. Ἀπὸ τοὺς ἀρχαίους ἦταν ἀφιερωμένο στὸν Πλούτωνα, γι' αὐτὸ ἐπεκράτησε νὰ φυτεύεται καὶ σήμερα στὰ νεκροταφεῖα ὡς ἔμβλημα πένθους.

Ἡ Ὀβίδιος μυθολογεῖ τὴ γέννησί του στὸ δέκατο βιβλίον τῶν μεταμορφώσεων.

Γιὰ τὸ Κρητικὸ κυπαρίσσι μιλοῦν ὅλοι σχεδόν οἱ ἀρχαῖοι συγγραφεῖς. Ἦταν φαίνεται τόσο τὸ πλῆθος του, πού ἐδημιούργησε τὴν ἐντύπωσι ὅτι τὸ πένθιμο αὐτὸ δένδρο εἶχε πατρίδα του τὸ νησί μας. Ἦδη ὁ Ἑρμιππος ἀπὸ τὸν πέμπτον αἰῶνα πρὸ Χριστοῦ ἀναφέρει «ἢ δέ καλὴ Κρήτη, κυπάρισσον τοῖσι θεοῖσι» (Φορμοφόροι στ. 14). Ἀκολουθεῖ ὁ Πλάτων (429-347 πρ.Χρ.) πού ἀναφέρει «καὶ μὴν ἔστιν γε ὧ ξένη προῖόντι κυπαρίττων τε ἐν τοῖς ἄλσεσι ὕψη καὶ κάλλη θαυμάσια καὶ λειμῶνες ἐν οἷσι ἀναπαύομενοι διατρίβομεν ἄν.. (Νόμοι Α, Β, Γ).

Στὴ συνέχεια ἀκολουθοῦν ὁ Νίκανδρος ὁ Γραμματικὸς (δεύτερος πρ.Χρ. αἰῶνας) πού ἀναφέρει στὴ Θηριακὴ του (στιχ. 585) τὰ σπέρματα τοῦ κυπαρισσοῦ τῆς Ἰδης, σὰν ἀλεξιφάρμακο κατὰ τῶν δηλητηριάσεων. Ὁ Λατῖνος συγγραφεὺς Μάρκος Βιτρούβιος Πόλιο (πρῶτος αἰῶνας πρ.Χρ.) πού ἀναφέρει γιὰ τὸ «ἀειθαλές» Κρητικὸ κυπαρίσσι (De archit. I. 10. 10). Ὁ Διόδωρος ὁ Σικελιώτης (90 πρ.Χρ.) ὁ ὁποῖος ἀναφέρει γιὰ τὰ κυπαρίσσια τῆς «Κνωσσίας χώρας» «ἔτι καὶ νῦν δείκνυται θεμέλια Ρέας, οἰκόπεδα καὶ κυπαρίττων ἄλσος, ἐκ παλαιῶν χρόνων ἀνειμένον» (ἱστορ. Βιβλιοθήκη Ε.ΙΧVI. I).

Ὁ Γάϊος Πλίνιος (23 π.Χ.) ποῦ μᾶς πληροφορεῖ ὅτι, ὅπως ἀναφέρει ὁ Κάτων ὁ Ταραντινός —Κρητικός ἀπόγονος τοῦ Μίνωος καί ἰδρυτῆς τῆς πόλεως Τάρας— τό κυπαρίσσι ἔχει σάν πατρίδα του τό νησί μας (Φυσ. Ἱστορ. βιβλ. XVI, 60, 1). Ὁ Γάϊος Σολίνος ποῦ ἀναφέρει «.. Nam in huius, insulae, patre repullulant caesae cupraesae». (Στό νησί ἐκεῖνο δηλ. τήν Κρήτη, ὅπου κατά μέρη ἡ κυπάρισσος κοπτομένη ἀναβλαστάνει καί πάλι ἀφ' ἑαυτῆς). Καί τέλος ὁ Θεόφραστος (372-287 πρ. Χρ.) ὁ ὁποῖος σέ πολλά μέρη τῆς περί Φυτῶν ἱστορίας του ἀναφέρει γιά τό Κρητικό κυπαρίσσι «ἐν Κρήτη γοῦν φασίν ἐν τοῖς Ἰδαίοις ὄρεσι καί ἐν τοῖς λευκοῖς... ὄθεν οὐδέποτε ἐπιλείπει χιών, κυπάριττον εἶναι». Ἀναφέρει ἀκόμη ὅτι τήν ρητίνη του τήν ἐχρησιμοποιοῦσαν γιά τήν ταρίχευση τῶν νεκρῶν καί τήν ἐλάμβαναν ἀπό τήν Κρήτη.

Ἄλλά καί ἡ τέχνη καί ἡ λογοτεχνία, ἀρχαία, παλαιότερη καί νέα, ἀσχολήθηκαν ἀρκετά μέ τό φυτό. Σάν διακοσμητικό στοιχεῖο ἀπαντᾷ σέ ἀρχαῖα ἀγγεῖα καί σέ ἐπιτύμβιες πλάκες.

Στή παλιά Κρητική ἐνδυματολογία παίρνει ἀξιόλογο θέση στά προϊόντα τοῦ Κρητικοῦ ἀργαλειοῦ καί στά κεντήματα, σάν μοτίβο (ἴδε μελέτη μου ὁ Κρητικός ἀργαλειός καί τά Κρητικά μεσαιωνικά καί μεταμεσαιωνικά ροῦχα).

Ἡ ζωγραφική ἀνέκαθεν τό χρησιμοποιεῖ στίς τοπιογραφίες τῶν ὁποίων θέλει νά ἐξάρη τόν μελαγχολικό χαρακτήρα. Ἄλλά καί ἡ Κρητική μούσα τό ἐτίμησε σάν σύμβολο τῆς λεβεντιάς ἢ σέ συμβολισμούς τῆς ἀγάπης:

«Τό κυπαρίσσι τό λιανό ἀέρας τό σελῶνει
τήν κοπελλιά τήν ἄγρια, ὁ νιός τήνε μερώνει»
«Λιγνό κυπαρισσάκι μου σείσου καί κάμε ἀέρα
νά κελαϊδήσουν τά πουλιά νά ξημερώσ' ἡ μέρα»

Ὅμορφες στροφές ἔγραψαν ἐπίσης γιά τό κυπαρίσσι πολλοί ἀπό τοὺς νεοέλληνες ποιητές μας. Ὑπενθυμίζω τήν «τρελλή μάνα» τοῦ Σολωμοῦ, τόν «Δῆμο καί τό καρυοφίλι» τοῦ Βαλαωρίτη, τά «Δυό κυπαρίσσια» τοῦ Ἀστέρη, τό «κυπαρίσσι» τοῦ Σημηριώτη καί «τήν ἀσάλευτη ζωή» τοῦ Παλαμᾶ.

Ἡ θεραπευτικὴ ἐχρησιμοποίησε παλιότερα τὰ φύλλα, τὸ φλοιό καὶ τοὺς καρπούς τοῦ φυτοῦ σάν φάρμακα στυπτικά. Σήμερον κανένα μέρος τοῦ δέν χρησιμοποιεῖται.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ, τίς τρυφερές κορυφές τοῦ φυτοῦ, τὰ φύλλα καὶ τοὺς καρπούς του — τίς «κουκουμαρές». — Τίς τρυφερές κορυφές καὶ τὰ φύλλα τὰ χρησιμοποιεῖ σέ ἀφεψήματα μέ νερό γιά γαργάρες σέ νοσήματα τῆς στοματοφαρυγγικῆς κοιλότητος ἢ γιά πλύσεις σέ πληγές καὶ ἔλκη. Σέ ἀφεψήματα μέ κρασί σάν φάρμακο δυναμωτικό. Καὶ τὰ ἀφεψήματα μέ ξύδι σάν λοσιόν γιά τὸ μαύρισμα τῶν μαλλιῶν τῆς κεφαλῆς.

Τόν φλοιό τόν κονιοποιεῖ ἀφοῦ τόν φουρνίσει καὶ τόν πίνει μέ κρασί σάν φάρμακο δυναμωτικό καὶ διουρητικό.

Τίς κουκουμαρές, τὰ φύλλα καὶ τίς κορυφές τὰ βράζει σέ ξύδι μαζύ μέ λουμπούνια καὶ τὰ χρησιμοποιεῖ σέ ἐπιθέματα στά «καλαγκάθια» γιά νά «γυρίσουν πίσω» δηλαδή γιά νά μή διαπηθοῦν.

Ἀπό τὰ ἴδια μέρη βγάζει τὸ «κυπαρισσόλαδο». Συνηθισμένη μέθοδος εἶναι γι' αὐτό, ἢ τοποθέτησις μέσα σέ φιάλη, τῶν φύλλων, τῶν τρυφερῶν βλαστῶν καὶ τῶν κουκουμαρῶν, τεμαχισμένων, μέ ληόλαδο καὶ ἡ ἔκθεσις των ἐπὶ 20 μέρες στόν ἥλιο. Τό κίτρινο, εὐχαρίστου ὁσμῆς διήθημα, ἀποτελεῖ τὸ κυπαρισσόλαδο πού χρησιμοποιεῖ σέ ἐπαλείψεις σάν φάρμακο ἐπισπαστικό, ἀντινευραλγικό καὶ ἀντιρευματικό. Τό πραγματικό ὁμως κυπαρισσόλαδο βγαίνει μέ ἀπόσταξη τῶν ἰδίων μερῶν τοῦ φυτοῦ. Κι αὐτό ἡ λαϊκὴ θεραπευτικὴ τοῦ νησοῦ τὸ χρησιμοποιεῖ γιά τόν ἴδιο σκοπό, ἀλλά διαλυμένο σέ ληόλαδο σέ ἀναλογία 1:3.

Κλῶνοι κυπαρισσιοῦ κρεμοῦνται σέ πολλὰ σπίτια ἀπό τίς στέγες γιά νά διώχνουν τίς μυῖγες καὶ τὰ κουνούπια.

243) Κύπερη ἢ Πιπερίδα

Κοινὴ Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Κύπειρος ἢ ἐδώδιμος, «*Cyperus Edulis*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν Κυπειροειδῶν. Φυτρώνει σέ χωράφια λιβαδερά. Ἔχει εὐχάριστη μυρωδιά καὶ ἀπό τὸ ρίζωμά της μπορεῖ νά βγῆ αἰθέριο λάδι.

Παλιά αλλά ίσως και σήμερα οι χωρικοί την μασούσαν για να μυρίζη τό στόμα τους. Στο νησί μας δέν χρησιμοποιείται θεραπευτικά. Την χρησιμοποιούν κυρίως για να δένουν τά σῦκα σέ παστέλια.

Λ

244) Λαγοκομηθιά

Δημώδης Κρητική όνομασία του φυτού 'Ελίχρυσο, «Helichrisum». Τούτου φυτρώνουν στό νησί μας δύο κυρίως είδη: Τό έλίχρυσο τό ανατολικό και τό έλίχρυσο τό 'Ιταλικό. Λέγονται και άμάραντα γιατί τά άνθη τους, χρυσοῦ χρώματος, δέν μαραίνονται. 'Ανήκουν στην οικογένεια των προσωπανθών. 'Από τους 'Ελληνες και τους Ρωμαίους έχρησιμοποιούντο σαν φάρμακο κατά των παθήσεων του ήπατος σέ ματζούνια από κονιοποιημένα άνθη και μέλι.

'Η παλιά θεραπευτική έχρησιμοποιούσε επίσης τό «έλαιο του έλιχρύσου» σαν φάρμακο κατά των παθήσεων της κύστεως και των νεφρών.

'Ακόμη είχε βιομηχανοποιηθεί σέ σιρόπι από την εταιρεία Dietopharma της Φλωρεντίας, κατά των παθήσεων του άναπν. συστήματος. 'Εκχυλίσματα και άλοιφές από τά υπέργεια μέρη του φυτού έχρησιμοποιούντο την ίδια εποχή ως φάρμακα κατά των αρθροπαθειών, ρευματοπαθειών και δερματοπαθειών (ιχθίωσις-Ψωρίασις).

'Η λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί σέ ματζούνια τά άνθη του αναμεμειγμένα με μέλι, και καρυδόψυχα, σαν φάρμακα δυναμωτικά και όρεκτικά. 'Αφεψήματα των υπεργείων μετών του φυτού χρησιμοποιεί σαν φάρμακα αντιβηχικά, αντιασθματικά, αντικοκκυτικά και αντιϊκτερικά. Τελευταία υπεστηρίχθη ότι ενισχύει την δρᾶσι της ινσουλίνης επί διαβήτου. (I ancet).

Τό φυτό αναφέρεται ως ίδιο Κρητικό είδος από τό βοτανολόγο Πέτρο Bellon που έξερεύνησε βοτανολογικά τό νησί μας κατά τό 1548 (ιδε I es Observations de plusieurs singularites trouvee en Grece - Paris 1583).

245) Λαγοῦ τ' αὐτιά

Κρητική ὄνομασία κατὰ τόπους τοῦ φυτοῦ Ἑρμοδάκτυλος ὁ κονδυλώδης «*Hermodactylus*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἰριδιδῶν. Λέγεται καί ἀγριόκρινος. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τίς ρίζες του σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο καθαρτικό καί διουρητικό. Τό φυτό δέν πρέπει νά χρησιμοποιεῖται γιατί δέν ἔχει μελετηθεῖ φαρμακολογικά.

246) Λαγοῦ τά γένεια

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Τραγοπόγων ὁ πρασσόφυλλος «*Tragorogon Purrifolius*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν προσωπανθῶν. Τό φυτό λαχανεύεται. Δέν ἀποτελεῖ φαρμακευτικό εἶδος.

247) Λαγοῦ τά στιβάνια

Κοινή Κρητική ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Ἀριστολοχία ἡ Κρητική «*Aristolochia Cretica*» καί κατ' ἐπέκταση καί ἄλλων εἰδῶν τοῦ φυτοῦ. Ὑπάρχει στό βουνό Ἀφέντης-Καβούσι. Ὄνομάσθηκε ἀριστολοχία ὡς, «ἄριστα βοηθεῖν ταῖς λοχοῖς» (Διοσκ. III, 9). Ἀναφέρεται ἀπό τόν Ὅμηρο (ἸΑ. Ε 402 καί Λ 846). Ἐπίσης ἀναφέρεται ἀπό τόν Θεόφραστο «ἡ δέ ἀριστολοχία τῇ ὀσφρήσει μεν εὖοσμος, τῇ δέ γεύσει πικρά σφόδρα (Βιβλ. IX, 13, 3). Ἀπό τῆς ἀρχαιοτάτης ἐποχῆς ἐθεωρεῖτο φάρμακο ἐμμηναγωγό καί ἐκτρωτικό καί ἐχρησιμοποιοῖτο μέ τήν μορφή τῶν «φθορίων πεσσῶν».

Κατά τήν Ρωμαϊκή ἐποχή ὅπως καί κατά τήν ἐποχή τοῦ Ἰπποκράτη, ἐθεωρεῖτο ὡς εἰδικό φάρμακο κατὰ τῶν ἐπιθηλιωμάτων. Ὁ Ἀέτιος κατὰ τήν Βυζαντινή ἐποχή συνιστᾷ τό φυτό ὡς φάρμακο ἐμμηναγωγό καί ἐπουλωτικό τῶν τραυμάτων. Ὁ δέ Παῦλος ὁ Αἰγίνιτης τό ἐχρησιμοποιοῦσε τοπικά σέ ἐπιθέματα ἢ σέ ἀλοιφή μέ χοίριο λίπος, σάν εἰδικό φάρμακο στούς ἐξελκωμένους καρκίνους καί στά ἐπιθηλιώματα τοῦ δέρματος.

Ὅλα τά μέρη τοῦ φυτοῦ μυρίζουν σάν καμφορά καί εἶναι πολύ πικρά. Περιέχουν αἰθέριο λάδι, κομεορητίνη, τανίν-

νη, ἀριστολοχίνη καί ἀριστολίνη.

Κατά τόν μεσαίωνα ἡ ρίζα του κονιοποιημένη ἐχρησιμοποιοῦτο στή σύνθεση φημισμένων ἀλλά πολύ επικινδύνων ἀντιαρθρικών φαρμάκων, ὅπως ἡ κόνις τοῦ πρίγκηπος τῆς Μιρανδόλης, ἡ κόνις τοῦ Δουκός τῆς Πορτλάνδης καί ἄλλα.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν παρευσιάζει εὐρεῖα χρησιμοποίηση τοῦ φυτοῦ, τό ὁποῖο εἶναι οὐσιαστικά ἄγνωστο ἢ ἐλάχιστα γνωστό στό νησί. Μόνο πρακτικές μαμές ἐχρησιμοποιοῦσαν τήν ρίζα του σέ ἀφεψήματα, μέ τήν ὀνομασία «μεγάλο βοτάνι», κατά τήν διάρκεια τοῦ τοκετοῦ καί κατά κοχλιάρια τοῦ γλυκοῦ ἀνά διαστήματα, γιά νά δυναμώνουν τούς πόνους ὅπως ἔλεγαν ἢ γιά νά κάνουν ἐκτρώσεις. Μιά μάλιστα εὑρίσκε τό φυτό στήπεριοχή «στοῦ Κορώνη τό μαγαρά» κοντά στό προάστιο Ματσαμπάς τοῦ Ἡρακλείου καί μέ ἐβεβαίωσε ὅτι τῆς τό εἶχε δείξει ἡ μάνα της, πού ἦταν κι ἐκείνηπρακτική μαμή.

Ὁ γιατρός Γιάννης Σταυρόπουλος στή Λαϊκο-Ἐπιστημονική μελέτη του, (τεῦχος Α σελ. 24) πού ἐξέδωσε στήν Ἀθήνα τό 1963, ἀναφέρει ὅτι ἐχορήγησε τή ρίζα του σέ σκόνη καί ἐκχύλισμα σάν φάρμακο κατά τοῦ καρκίνου τῆς μήτρας, τοῦ προστάτου καί τῶν πνευμόνων, μέ ἀποτέλεσμα τήν ἐξαφάνιση τῶν πόνων, τήν αὐξηση τῆς ὀρέξεως καί τοῦ βάρους καί τήν παράταση τοῦ χρόνου ζωῆς.

248) Λαγουδοπαξίμαδο

Κοινή Κρητική ὀνομασία στήν Ἀνατολική Κρήτη τοῦ φυτοῦ Γλήχωμα ὁ χαμαίκισσος, «Glechoma Hederacea». Φυτρώνει σέ σκιερά καί δροσερά μέρη κατά προτίμηση δέ στίς ρίζες τῆς Χαρουπιᾶς ἢ μέσα στά σκίνα. Τά φύλλα καί οἱ τρυφεροί βλαστοί του λαχανεύονται καί παίρνουν μέρος στό φαγητό «γιαχνερά» μέ ἢ χωρίς χοιρινό κρέας. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τούς ἀνθισμένους βλαστούς τοῦ φυτοῦ σάν ἄριστο εὐστόμαχο βραστάρι.

249) Λαθοῦρι

Δημώδης ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ Λάθυρος ὁ ἡμερος, «I athyrgus Sativus». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἐλλοβοκάρπων. Στερεῖται φαρμακολογικῶν ιδιοτήτων. Οἱ καρποί του ὁμως παλαιότερα, ἀποφλοιούμενοι μέ ἄλεσμα στό «χερόμυλο» ἐχρησιμοποιοῦντο σάν φάβα. Ἀλεθόμενοι δέ μετά τήν ἀποφλοίωση καί ἀλευροποιούμενοι ἐχρησιμοποιοῦντο σάν ἀλεύρι γιά τήν παρασκευή τῆς «λαθουράς», τῆς γνωστῆς ἰδιάζουσας κρέμας, πού παλιότερα ἐτρώγετο εὐρύτατα ἀπό τούς ἐργαζομένους. Σήμερα καί τά δύο παρασκευάσματα ἔχουν ἐγκαταληφθεῖ, πιθανώτατα δέ καί ἔχουν λησμονηθεῖ ἐντελῶς ἀπό τούς νεώτερους.

250) Λαλές

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τά ἄνθη πολλῶν φυτῶν, ὅπως τῆς ἀνεμώνης τῆς στεφανανθοῦς, τῆς τουλίπας, τῆς κίτρινης κουτσουνάδας καί ἄλλων. Παλιότερα ἢ φράσις «λαλέ καί καντηφέ μου» ἦταν κοσμητικό τοῦ ἀγαπωμένου.

251) Λάμπαθο

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Λάπαθον, «Rumex», τῆς οἰκογενείας τῶν πολυγονοειδῶν. Τοῦ φυτοῦ ὑπάρχουν πολλές ποικιλίες ἐκ τῶν ὁποίων γνωστότερες εἶναι δύο: ἡ ποικιλία «ἀμβλύφυλλο» καί ἡ ποικιλία «Ἑλληνικόν».

Τά φύλλα καί οἱ τρυφεροί βλαστοί του λαχανεύονται στό νησί μας. Μέ τά φύλλα κάνουν τούς «λαμπαδοντολουμάδες». Οἱ τρυφεροί βλαστοί παίρνουν μέρος στά «γιαχνιστά φαγητά». Ψηνόμενοι ὁμως ἀποκτοῦν ἕνα πολύ ἄσχημο κίτρινο χρῶμα, ἀποκρουστικό στούς πολλούς.

Χρήσιμα μέρη τοῦ φυτοῦ εἶναι ἡ ρίζα καί τά φύλλα του. Περιέχουν πουλχερμουδίνη, χρυσοφανικό καί πουλχερινικό ὀξύ, ἀνθρακογλυκοζίτες, ἐλεύθερο θεῖο, ρητίνη, ἄμυλο, λεύκωμα καί ρουμικίνη. Ἡ ἐπίσημη θεραπευτική δέν τά ἐχρησιμοποίησε ποτέ.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ ἀφεψη-
ματα τῶν μερῶν αὐτῶν τοῦ φυτοῦ σάν φάρμακα ἀντιϊκτερι-
κά, ἀποτοξινωτικά καὶ καθαρτικά. Τὰ φύλλα πολτοποιημέ-
να χρησιμοποιοῦνται σάν ἐπίθεμα στίς αἰμορροΐδες. Ὀ-
πτούμενα δέ καὶ ἐπαλειφόμενα μέ λάδι χρησιμοποιοῦνται σέ
ἐπιθέματα ὡς μαλακτικά ἀποστημάτων καὶ δοθιῶν.

252) Λάχαρη

Κοινὴ Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἐρίανθος ὁ Ραβένιος,
«*Erianthus Ravenii*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἀγρωστι-
δῶν. Εἶναι ὕδροχαρές καὶ χρησιμοποιεῖται ἀποξηραμένο
σάν ἐπένδυμα καὶ ὑπόστρωμα τῶν «σωμαριῶν» (τῶν σαγ-
μάτων τῶν ζώων). Δέν γνωρίζω νά ἔχει θεραπευτικὲς χρησι-
μοποιήσεις.

253) Λαψανίδα

Δημιώδης Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Σινάπι τό ἀρου-
ραῖο, «*Sinapis Arvensis*». Ἀπαντᾷ αὐτοφυῆς σέ ὄλο τό νησί
καὶ οἱ τρυφερές του κορυφές — ἂν καὶ πολύ ἀεριογόνες —
λαχανεῦνται. Περιγράφεται στή λέξη σινιαύρι.

254) Λεβάντα

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Λαβαντίς «*I avantula*».
Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν χειλανθῶν. Γνωστά εἶδη του
στό νησί, εἶναι ἡ κοινὴ λεβάντα (*I avantula Stoechas*) καὶ ἡ
λαβαντίς ἡ σταχυώδης «*I avantula Spica*» πού λέγεται καὶ
καλογερόχορτο. Ἡ πρώτη ἔχει φαρμακολογικὲς ιδιότητες
καὶ ἀπό τὰ ἄνθη της σέ πλήρη ὄριμανση παρασκευάζουν
στό νησί ἓνα ἐλαιῶδες παρασκεύασμα πού τό λένε «καραμ-
πάχι». Τοῦτο ἔχει σέ σταγόνες λαμβανόμενο ἐσωτερικά ἀν-
τισπασμωδικὲς καὶ πρᾶυντικὲς ιδιότητες. Ἐξωτερικά δέ σέ
ἐπαλείψεις, ιδιότητες ἀντινευραλγικὲς καὶ ἐπισπαστικὲς. Ἡ
δεύτερη ἔχει ἀντιπαρασιτικὲς ιδιότητες καὶ χρησιμοποιεῖται
τοποθετουμένη σέ τεμάχια μέσα στά ντουλάπια καὶ στίς
σερβάντες, πρὸς ἀπομάκρυνση τοῦ σκόρου.

Τά ἄνθη τοῦ φυτοῦ περιέχουν ταννίνη, ρητινώδεις καί πεκτινικές ὕλες καί αἰθέριο λάδι, πού λαμβάνεται ἐπιστημονικά δι' ἀποστάξεως μέ ὕδρατμούς. Στή Κρήτη πέρνεται μέ ἀπλά μέσα καί κυρίως μέ τήν γνωστή μέθοδο τῆς ἐκθέσεως ἐπί ἡμέρας τῆς φυτικῆς ὕλης μέσα σέ λάδι, στήν ἐπίδραση τοῦ ἡλίου καί ἀκολουθῶς μέ διήθηση. Τό διήθημα λέγεται ὅπως ἀναφέραμε παραπάνω «καραμπάχι» καί χρησιμοποιεῖται ὅπως ἀναφέραμε. Τό καρμπάχι, κυρίως τό ἐπιστημονικά λαμβανόμενο αἰθέριο λάδι τῆς λαβαντίδος, περιέχει ὀξικό λιναλύλιο, λιναλοόλη, γερανιόλη, νεροληβορνεόλη, βαλεριανική ἄλδεϋδη, ἀμυλική ἄλκοόλη, κουμαρίνη, καί καρνοφυλένιο. Χρησιμοποιεῖται στήν ἀρωματοποιῖα.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ ὡς ἀναφέραμε τό καρμπάχι, ἀλλά καί τά φύλλα τῆς λαβαντίδος σέ ἀφεψήματα, σάν φάρμακα ἀνθελμινικά, ἀντιφλογιστικά καί πρᾶυντικά-ἀντισπασμωδικά.

255) Λεβιθόχορτο

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκομε στή Κρήτη δύο ἢ καί περισσότερα φυτά: τό φυτό Σφαιρόκοκκο τό ἐλμινθόχορτο «*Helminthochorton Officinalis*», καί τό φυτό Ἀβρότονον «*Santolina Chamaecyparissus*». Τό πρῶτο ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν φυκοειδῶν καί βρίσκεται στίς παραλίες. Περιέχει μικρή ποσότητα ἀβροτονίνης, βρώμιο καί ἰώδιο καί ἐδίδοτο παλιότερα σάν φάρμακο ἀνθελμινικό. Τό φυτό δέν χρησιμοποιεῖται σήμερο τόσο γιατί σπανίζει, ὅσο καί γιατί τό γνωρίζουν μόνο ὅσοι ἀσχολοῦνται μέ τή θάλασσα.

Τό δεύτερο ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν συνθέτων καί εἶναι κι αὐτό παραθαλάσσιο φυτό. Ἐπειδή τά ἄνθη του δέν ἀνοίγουν τελείως λέγεται ἐπιστημονικά *Semens Contra* (ἐκ τοῦ *Semences Contresvers*) καί εἶναι τό γνωστό συνώνυμο ἀνθελμινικό, πού ἡ ἐπίσημη φαρμακολογία ἐχρησιμοποίησε μέχρι πρόσφατα κατά τῶν ἐντερικῶν παρασίτων.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν γνωρίζω νά ἐχρησιμοποίησε τό φυτό σάν ἀνθελμινικό. Γιά νά τό λένε ὁμως λε-

βιθόχορτο σημαίνει ότι εγνώριζε τις αντιπαρασιτικές του ιδιότητες γιατί στη Κρήτη τούς έλμινθες τούς λένε «λεβίθες». Χρησιμοποιεί όμως τό λάδι πού παίρνει από τά άνθη του τά όποια έξέθετε επί πολλές μέρες στόν ήλιο, μέσα σ' αυτό, σάν φάρμακο κατά τής τριχοπτώσεως και ίδια κατά τής γυροειδούς άλωπεκίας, σέ έπαλείψεις. Οί έπαλείψεις έγέγοντο μετά από έλαφρά επίτριψη του μέρους μέ «ξυστίρι» (έλαφρόπετρα).

Τό φυτό έλάχιστα είναι γνωστό στό νησί. Έπειδή όμως περιέχει άβροτονίνη και κυρίως φωτοαβροτονίνη —ουσίες πολύ τοξικές— καλόν είναι νά μή χρησιμοποιείται.

256) Λεμονιά

Πανελλήνια όνομασία του φυτού Λεμονέα, «Citrus Limonaeus». Άνήκει στην οικογένεια των έσπεριδοειδών. Κατάγεται από τήν Άσία. Καλλιεργείται γιά τούς καρπούς της τά λεμόνια, τά όποια έχουν πολλές χρησιμοποιήσεις. Ό χυμός τους χρησιμοποιείται στη μαγειρική σάν άρτυματικός και στη παρασκευή άναψυκτικών και δροσιστικών ποτών όπως ή κοινή λεμονάδα. Περιέχει κιτρικό και μηλικό όξύ, σακχαρόζη, σάκχαρο, σιδηροφωσφόρο και βιταμίνη C. Οί φλοιοί τους περιέχουν αιθέριο λάδι, τό λεμονέλαιο, πού παίρνεται μέ έκθλιψη τούτων κοντά σέ σφουγγάρι. Χρησιμοποιείται στη ζαχαροπλαστική, στη ποτοποιία και στην άρωματοποιία. Τά άνθη και τά φύλλα του φυτού περιέχουν έσάνς και χρησιμοποιούνται στη μυρεψική. Όλα τά ύπεργεια μέρη του περιέχουν φλαβόνια, τά όποια έχουν χρησιμοποιηθεί στη θεραπευτική.

Ή λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί τόν χυμό, τά άνθη και τά φύλλα του φυτού. Ό χυμός δίδεται υπό μορφή λεμονάδων σάν άναψυκτικό και ευστόμαχο ποτό, στίς δυσπεσίες, στίς έντερικές διαταραχές και στόν πυρετό. Αυτόσιος δίδεται σάν άντιρευματικό σέ βαθμιαίες δόσεις, κατά λεμόνια. Τά άνθη και τά φύλλα δίδονται σέ άψηήματα πραιντικά και διαφορικά. Τό φυτό περιγράφεται έκτενέστερα στη λέξη έσπεριδοειδή.

257) Λειχινόχορτο

Έτσι λένε σέ μερικά μέρη τῆς Κρήτης τό φυτό Ὑπερικό. Τούτου τά ἀφεινήματα μέ νερό χρησιμοποιοῦνται ἀπό τίς κοπέλλες τοῦ χωριοῦ σάν καλλυντικό καί κυρίως σέ ἐπαλήψεις πρὸς ἐξάλειψη τῶν ἐφηλίδων. Περιγράφεται στή λέξη ἀγκούδουρος.

258) Λεύκα

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Λεύκη, «Populus». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἰτεϊδῶν. Ἦταν γνωστή στοὺς ἀρχαίους μέ τό ὄνομα Λεύκη καί Ἀχερωνίς. Ἐθεωρεῖτο δένδρο τῶν ὑποχθονίων τόπων καί τῶν ἀλσῶν τῆς Περσεφόνης. Ἡ μυθολογία τό ταυτίζει μέ τίς ἀδελφές τοῦ Φαέθωνα, τίς Ἡλιάδες. Αὐτές, γιά νά παύσουν νά κλαίουں τόν ἀδελφότης, πού κατακεραυνώθηκε ἀπό τόν Δία, μεταμορφώθηκαν σέ λεύκες, στίς ὄχθες τοῦ ποταμοῦ Ἡριδανοῦ.

Ἡ λεύκη τῆς Κρήτης εἶναι αὐτοφυής καί ἰδιαίτερο εἶδος. Εἶναι ἡ λεύκη ἢ μέλαινα ἢ ἡ Κρητική «populus nigra o Cretica». Ἀναφέρεται ἀπό τόν Ἴπποκράτη, τόν Ἀριστοτέλη, τόν Θεόφραστο καί τόν Πλίνιο. Ὁ Ἴπποκράτης ἐχρησιμοποῖει μέρη τοῦ φυτοῦ σάν φάρμακο στίς γυναικείες παθήσεις. «Αἰγείρου τοῦ Κρητικοῦ κόκκους ἐννεά τρίψας ἐν οἴνω διδόναί πίνειν» (Γυναικ. Φύσ. II, 725). Ὁ Ἀριστοτέλης εἰς τό περί θαυμασίων ἀκουσμάτων βιβλίον του ἀναφέρει, «ἐν Καππαδοκία φασίν ἡμίονους εἶναι γονίμους καί ἐν Κρήτη αἰγείρους καρποφόρους» (Περί θαυμασίων ἀκουσμάτων Ixix). Ὁ Θεόφραστος ἀναφέρει γι' αὐτή στό περί Φ.Ι. β, II, 9). Ὁ Πλίνιος τήν ἀναφέρει στό περί Φύσεως ἱστορία του, XXIV 32.1). Εἶναι δένδρο φίλυδρο καί φυτρώνει συνήθως σέ ποτάμια καί ρυάκια. Σπανίως σέ δάση. Φθάνει σέ ὕψος 20-30 μέτρων. Στήν ἀνατολική Κρήτη σπανίζει. Τό ξύλο τῆς εἶναι ἀρίστης ποιότητος καί χρησιμεύει στήν ξυλουργική. Τά φύλλα τῆς χρησιμεύουν στή διατροφή τῶν αἰγοπροβάτων.

Ἡ πολύ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τά φύλλα καί τούς τρυφερούς βλαστούς τοῦ φυτοῦ, σέ ἀφεινήματα καί

σέ σκόνι, σάν φάρμακο βαλσαμικό καί ἐπουλωτικό. Οἱ βαλσαμικές του ιδιότητες ὀφείλονται σέ κομεορητίνη πού ὑπάρχει στά «μάτια» τοῦ φυτοῦ. Στά φύλλα καί στούς τρυφερούς βλαστούς ὑπάρχει Γαλλικό ὄξύ, ποπουλίνη καί ἄφθονα ἄλκάλια.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ἴδια μέρη τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα ἢ σκόνες καθὼς ἐπίσης σέ ἀλοιφές σάν φάρμακα ἀντιφλογιστικά, πρᾶϋντικά καί ἐπουλωτικά, ἐξωτερικά. Ἐξωτερικά χρησιμοποιεῖ ἀκόμη αὐτούσια τά μέρη τοῦ φυτοῦ πολτοποιημένα σέ ἐπιθέματα. Ἀκόμη μέ τά ἴδια μέρη ἀνακατωμένα μέ φύλλα δυσκιάμου, καί παπαροῦνες κατασκευάζει «ξυγγαλοφή» μέ χοίρειο λίπος πού ἔχει πρᾶϋντικές καί ἐπουλωτικές καί μαλακτικές ιδιότητες. Ἐλαφρά ἀφεψήματα χρησιμοποιεῖ ἡ λαϊκή θεραπευτική, μέ μέρη τοῦ φυτοῦ πού ἔχουν «μάτια», σάν φάρμακο βαλσαμικό ἐσωτερικά σέ χρόνιες ἀναπνευστικές παθήσεις.

Ἡ Κρητική μούσα σ' ἓνα ὥραϊο Κρητικό της ριζίτικο θέλει τίς λεῦκες γιά χειμαδιά τῶν ἀγριμνιῶν καί τῶν ἐλαφιῶν:

«ἀγρίμνια κι' ἀγριμάκια μου, λάφια μου μερωμένα
Πέστε μου ποῦν' οἱ τόποι σας καί ποῦν' τά χειμαδιά σας:
– Μαδάρες εἶν' οἱ τόποι μας, λεῦκες τά χειμαδιά μας
τά σπηλιάρικα τῶ βουνῶν τά πατρογονικά μας...»

259) Λησμοβότανο

Πολυτραγουδημένο φανταστικό βοτάνι τῆς Κρήτης. Πολλοί λένε ἔτσι τήν ἀμπερόρριζα. Ἄλλοι λένε τήν πολύ σκούρα κόκκινη σαρδέλλα. Ποιοί πολλοί πιστεύουν πὼς ἦταν ματζοῦνι, πού τό ψήνανε σέ ἐρημικό μέρος, στή «χάσι» τοῦ φεγγαριοῦ. Βασικά συστατικά του ἦσαν ἡ «χούμελη» (τό ὑδρόμελι), καί τό «καμηλάκι» (σπέρματα κοριάντρου πού ἀγόραζαν ἀπό τά ἀχτάρικα). Τά ἄλλα συστατικά του ἦσαν τρυφεροί βλαστοί, φύλλα καί ἄνθη ἀπό φυτά τοῦ νησιοῦ. Μιά ἡλικιωμένη γυναίκα στό Ρέθεμνο λέει πὼς μέσα στό ματζοῦνι-λησμοβότανο, βάνανε σπόρους βασιλικοῦ,

φύλλα και ρίζα σκάρφης, κλώνους άμπισθιάς, πετεινόχορτο, άδύσκιαμο και χαμομήλι.

Ἡ σύνθεσις αὐτῆ περιέχει συστατικά πού ἔχουν επίδρασι στό νευρικό σύστημα. Δέν νομίζω ὁμως ὅτι τά συστατικά αὐτά μποροῦν νά ἐπηρεάσουν τή μνήμη.

Γι' αὐτό τό λησμοβότανο τῆς Κρήτης μοῦ θυμίζει λίγο πολύ τό «νηπενθές» τοῦ Ὁμήρου, τό παρασκεύασμα αὐτό τῆς Αἰγυπτίας πριγκήπισας Πολυδάμεας, πού μαζί μέ κρασί, ἔδωσε στήν ὥραία Ἑλένη νά πιῆ – ὅταν ἐπέστρεφε στή πατρίδα της μετά τήν ἄλωσι τῆς Τροίας, μέσω Αἰγύπτου – γιά νά ξεχάσῃ γιά πάντα πίνοντάς το, τίς συμφορές πού ἤ φυγή της μέ τόν Πάρι, προκάλεσε στους Ἕλληνες. Τό φάρμακο αὐτό πού «ἄχολόν τε, κακῶν ἐπίληθεν ἀπάντων» (Ὁδυσ. δ. 221), ἤγειρε πολλές συζητήσεις στους φαρμακογνώστες ὄλων τῶν ἐποχῶν. Ἀλλά χωρίς νά βρεθῆ ἡ ἀκριβῆς του σύνθεσις. Ἔτσι και τό λησμοβότανο τοῦ νησοῦ μας δέν ἔχει σύνθεσι, γιατί εἶναι φανταστικό. Ἀπλή λεκτική ἔκφρασι ἑνός διακαῶς ἐπιθυμητοῦ φαρμάκου πού ἔχει τή δύναμι νάπραῦνη κάθε βασανιστικό πόνο, χωρίς ὁμως και νά ἔχη ἀνακαλυφθεῖ μέχρι σήμερα. Παρά ταῦτα ἡ Κρητική μοῦσα μᾶς τονίζει:

«ἀρνί φαες κι' ἀρνήθηκες, ρίφι κι' ἐξέχασές με
κι' ἤπιες και λησμοβότανο, κι' ἐξελησμόνησές με».

260) Ληοπρίνι

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Ἑλαιόπρινος ὁ ὀξύφυλλος, «*Plex aquifolium*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἐλαιοπρινωδῶν. Στά φύλλα του περιέχει τείνη, οὐσία μέ ἐλαφρές διεγερτικές ιδιότητες. Ἀπό ἐκχύλισμα τῶν φύλλων του ἀπεμονώθη ἡ ἰλικίνη. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά φύλλα σέ ἀφεψήματα διαφορικά, τονωτικά και ἀντιπυρετικά. Τά «ληοπρινοκούκουτσα» ἔχουν χρῶμα κόκκινο και ὑπόγλυκια δυσάρεστη γεῦσι. Τρωγόμενα προκαλοῦν ἔμετο και διαροϊκές κενώσεις.

261) **Λιβανόχορτο**

Κοινή Κρητική όνομασία τῶν φυτῶν ἸΑζυγος ἢ Χαμαίπιτυς, «Ajunga Chamaeritis» καί Τεύκτριον τό Πολιόν «Teuctrium Polium». Καί τά δύο φυτά ἔχουν σχέσι μέ τό νησί μας. Τά ἀναφέρει ὁ Γαληνός ὡς «καλλίστων ἡμῖν ἀμφοτέρων ἐκ Κρήτης φερομένων» στό ἀντιδοτάριό του.

Τό πρῶτο ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν χειλανθῶν καί ἐθεωρεῖτο παλιά σάν φάρμακο μέ θαυματουργικές ιδιότητες. Τό δεύτερο εἶναι τῆς αὐτῆς οἰκογενείας, ἡ ὁποία διαθέτει πολλά εἶδη καί ἰδιαίτερος τό Τεύκτριον τό Κρητικό ἢ σκορδόχορτο καί τό τεύκτριον τό πόλιον κοινῶς λιβανόχορτο ἢ μοσχόχορτο.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ καί τά δύο φυτά σάν φάρμακα ἀναληπτικά σέ ἀφεψήματα. Κυρίως ὁμως τά χρησιμοποιοῦν στά ἐξωκλήσια, πού παραμένουν κλειστά ἐπί μακρό χρονικό διάστημα, σάν ἀποσμητικά χώρου. Πρίν νά λειτουργήσουν σ' αὐτά γιά νά φύγη ἡ «χαμακίλα» (ἢ βαρεία μυρουδιά ἀπό τό κλείσιμο), ἀνάβουν τέτοια μέσα στά ἐκκλησάκια καί ἀρωματίζουν τό χῶρο τους, μέ τήν μυρουδιά τους. Σέ πολλά μέρη τά καίουν καί σάν λιβά-νι. Γι' αὐτό τά λένε λιβανόχορτα.

262) **Λιβανωτίς**

Ἐπιστημονική όνομασία τοῦ ὁμωνύμου φυτοῦ «Libanotis vulgaris» τῆς οἰκογενείας τῶν σκιαδανῶν. Φυτρώνει σέ ὄρεινά μέρη. Δέν εἶναι πολύ γνωστό στοὺς χωρικούς μας. Σχετίζεται ὁμως μέ τό νησί μας ἀπό τόν Λατῖνο συγγραφέα Σερβίλιο Δαμοκράτη (Α' μετὰ Χριστόν αἰῶνα) ὁ ὁποῖος τό ἀναφέρει στήν Ἐθριακή του «λιβανωτίδος ρίζης τε τοῦ Κρητικοῦ» (Θηρ. 9). Ἐχρησιμοποιεῖτο σάν ἀντίδοτο ἐπί δηλητηριάσεων ἀπό ἐρπετά μαζί μέ ἄλλα φυτοφάρμακα.

263) **Λιθόσπερμον τό λεπτόφυλλο**

Πόα ἢ συνήθως καί φρύγανο πολυετές, τῆς οἰκογενείας τῶν τραχυφυλλιδῶν «Lithospermum tenuiflorum». Ἀναπτύσ-

σεται σέ ἀσβεστοῦχα ἐδάφη. Κατατάσσεται στά ζιζάνια. Στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας. Ἔχει ρίζα κόκκινη, φύλλα λογχοειδῆ καί ἐλαφρά χνουδωτά, λευκά ἢ καί λευκοκίτρινα ἄνθη, σέ δέσμες. Ἐναφέρεται ἀπό τόν Πλίνιο, ὁ ὁποῖος μᾶς πληροφορεῖ ὅτι «Inter omnes herbas. lithospermum, nihil est mirabilis ...sed laudatissimum in Creta» (Hist. Nat. XXVII, 74, 1). Τό φυτό δέν χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική. Τά ἀφεψήματα ὁμῶς τῶν ὑπεργείων μερῶν του εἶναι καλά διουρητικά.

264) Λινάρι

Πανελλήνιος ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Λίνον τό χρησιμότεον, «Linum usitatissimum». Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν λινοειδῶν. Ἦταν γνωστό στοὺς ἀρχαίους.

Ἐναφέρεται ἀπό τόν Ὅμηρο (Ἰλ. Σ 352 καί Ψ, 254). Ὁ Ἡρόδοτος ἀναφέρει ὅτι οἱ ἀρχαῖοι Ἀρμένιοι καί οἱ Αἰγύπτιοι, τό καλλιεργοῦσαν. (Ἡροδ. Α 195 καί Β, 105). Ὁ Θουκυδίδης ἀναφέρει ὅτι κατά τήν πολιορκία τῆς Πύλου ἀπό τοὺς Ἀθηναίους, τά σπέρματά του ἐχρησιμοποιοῦντο πρὸς παρασκευὴν ἄρτου.

Μέ τήν Μινωϊκή Κρήτη τό συνδέουν αἱ τοιχογραφίες (Ἴδε Evans : The palace of Minos at Knossos τόμος Β, μέρος II London 1928). Κατά τήν Ἑνετική καί Τουρκική κατάκτησι τοῦ νησοῦ μας ἐκαλλιεργεῖτο ἐντατικά πρὸς κατασκευὴ ἐνδυμάτων. Γιά τήν καλλιέργειά του, τήν κατεργασία του καί τήν οἰκοτεχνική του χρησιμοποίησι, γράφω ἐκτεταμένα στή μελέτη μου ὁ Κρητικός ἀργαλειός καί τά Κρητικά μεσαιωνικά καί μεταμεσαιωνικά ροῦχα. Τήν ἴδια ἐποχὴν τά σπέρματά του ἐτρώγοντο σᾶν τράγημα. Γι' αὐτό εἶχαν τήν παροιμία «ὁποῖος τρώει τόν λινόσπορο, τρώει τά ροῦχα του». Καί τά ἔτρωγε βέβαια γιατί δέν θά ἔμενε σπόρος πρὸς καλλιέργεια. Ἄλλά καί γιά τήν εὐρεία οἰκολογική χρησιμοποίησι τοῦ φυτοῦ σέ ὄλη τήν ἀρχαιότητα μαρτυρεῖ ἡ παροιμία «λίνον ἐπί λίνον συνάπτειν». Δηλαδή ἀσχολεῖται πάντοτε μέ τό ἴδιο πρᾶγμα, ὅπως μέ τό λινάρι.

Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τὰ σπέρματα τοῦ φυτοῦ πρὸς κατασκευὴ γλυσχρασμάτων γιὰ κλύσματα.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ τὰ χρησιμοποιοῦσε ἀλεσμένα καὶ ἀνακατωμένα μεζάχαρι σέ κουταλιές, σὰν φάρμακο ἀντιβηχικὸ καὶ ἀποχρεμπτικὸ. Ἀκόμη τὰ χρησιμοποιοῦσε ἀλεσμένα στὸν χερόμυλο καὶ βρασμένα μεζ νερό σέ «καταπλάσματα» ἐπὶ πνευμονιῶν καὶ βρογχοπνευμονιῶν σὰν ἐπισπαστικά.

Ἐμπορευματολογικὰ τὸ λινάρι εἶναι ἀξιόλογο τόσο γιὰ τίς ἴνες του πρὸς κατασκευὴ ὑφασμάτων ὅσο καὶ γιὰ τὰ σπέρματά του πρὸς κατασκευὴ λινελαίου, ἐλαιοχρωμάτων, βερνικίων, σαπῶνων, τυπογραφικῆς μελάνης καὶ ζωοτροφῶν. Χῶρες παραγωγῆς του εἶναι ἡ Ἀμερικὴ, ὁ Καναδᾶς καὶ ἡ Πολωνία. Σέ μᾶς δέν ὑπάρχει εὐρύτης παραγωγῆς. Ἰδιαίτερα μάλιστα στὸ νησί μας ἡ καλλιέργειά του ἔχει ἐντελῶς σταματήσει.

Ἰδιαίτερο εἶδος λιναριοῦ, αὐτοφυοῦς στὸ νησί μας εἶναι τὸ φυτό λίνον τὸ δενδρῶδες «*linum arboreum*». Ἔχει κίτρινα ἄνθη καὶ πολλοὶ τὸ καλλιεργοῦν σὰν κοσμητικὸ. Ἀπαντᾷ στὰ Λευκὰ Ὅρη καὶ στὸ φαράγγι τῆς Σαμαργιάς.

265) Λουμπούνια

Κοινὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Θέρμος, «*Lurinum*». Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν ἀγροστοδῶν. Τὰ σπέρματά του τὰ «λούπινα» ἦσαν γνωστά ὡς τροφή τῶν Κυνικῶν φιλοσόφων. Ἐδίδοντο ὡς τράγημα εἰς τὰ συμπόσια. Ἀργότερα ἐθεωρήθησαν εὐτελής τροφή καὶ ἐτρέγοντο μόνον ἀπὸ τοὺς πτωχοὺς. Ὁ Λουκιανὸς τὰ ἀναφέρει ὡς μέρος τῶν «δεῖπνων τῆς Ἐκάτης» πού παρετίθεντο πρό τῶν οἰκειῶν τὴν τελευταία μέρα ἐκάστου μηνός, πρὸς τιμὴν τῆς ὁμωνύμου θεότητος «τῶν νυκτίων φαντασμάτων». Τὰ δεῖπνα αὐτὰ ἀποτελοῦντο ἀπὸ τὰ ὑπολείματα τοῦ μεσημβρινοῦ καὶ βραδυνοῦ φαγητοῦ τῆς οἰκογενείας, μαζὺ μεζ βρασμένα λουμπούνια καὶ ἐθεωροῦντο πολὺ εὐτελεῆ, ὅπως ὑποδηλοῖ ἡ φράσις «Ἐκάτεια κατεσθίων». Δηλαδή τρώει ἀπὸ τὰ δεῖπνα τῆς Ἐκάτης (εἶναι πάμπτωχος).

Στή Κρήτη τὰ σπέρματα τοῦ φυτοῦ τρώγονται βρασμέ-
να σὰν τράγημα ἢ σὰν νηστίσιμο φαγητό τὴν καθαρὰ Δευτέ-
ρα καὶ ὅλες τὶς νηστίσιμες μέρες τῆς Μεγάλης Σαρακοστῆς,
ἀφοῦ πρῶτα ἀφεθοῦν σέ θαλάσσιο ἢ κοινό νερό ἐπὶ μερικές
μέρες γιὰ νὰ «ξεπικράνουν». Περιέχουν πολλά ἀλκαλοειδῆ
καὶ κυρίως σπαρτεΐνη καὶ λουπινίνη.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ τὰ χρησιμοποιεῖ χωρὶς
νὰ τὰ ξεπικράνη, σὰν φάρμακο ὑποτασικό σέ ἡμερησία δό-
σι 2-3 σπέρματα ἢ σὰν φάρμακο ἀντιδιαβητικό, στὴν ἴδια
δόσι. Ἀκόμη ἀπὸ πολλές γυναῖκες τοῦ χωριοῦ, ἀλέθονται
μέ ἴσα μέρη ἀμυγδαλοκάρπου, πρὸς παρασκευὴ καφέ οικια-
κῆς χρήσεως. Καλὸ εἶναι ἡ χρησιμοποίησις των νὰ γίνεται
μέ περίσκεψη.

266) Λουτσά

Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Βερβερὶς «Berberis» καὶ εἰ-
δικὰ τοῦ εἶδους Βερβερὶς ἢ Κρητικὴ «Berberis Cretica», ποῦ
εἶναι αὐτοφυῆς στὰ ὄρεινά μέρη τοῦ νησοῦ. Εἶναι θάμνος
δενδροειδῆς τῆς οἰκογενείας τῶν βερβεριδῶν καὶ ἀποτελεῖ
ἀγαπητὴ τροφή τῶν αἰγοπροβάτων. Λέγεται καὶ βερβεριτσα
καὶ ὀξαγκαθιά.

Χρήσιμα μέρη τοῦ φυτοῦ εἶναι ὁ φλοιός, οἱ ρίζες, τὰ
φύλλα καὶ οἱ καρποὶ του. Οἱ φλοιοὶ εἶναι πολὺ πικροί. Περιέ-
χουν βερβερίνη καὶ ὀξυακανθίνη. Οἱ καρποὶ του περιέχουν
μηλικό καὶ κιτρικό ὀξύ. Ἡ ρίζα καὶ οἱ βλαστοὶ του, περιέ-
χουν ὀξυακανθίνη, ρητινώδεις καὶ γλυσχυρασματικές οὔ-
σιες. Βραζόμενες μέ στύψι, χρησιμοποιοῦνται σὰν βαφικὴ ὕ-
λη. Βάφουν κόκκινα καὶ τὰ μάλλινα καὶ τὰ βαμβακερά.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ ὑπέρ-
γεια μέρη τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα, σὰν φάρμακο εὐστόμα-
χο, ἀντιπυρετικό καὶ δυναμωτικό. Σέ ἐγχύματα μέ νερό χο-
ρηγοῦνται στὶς ἥπατοπάθειες καὶ τὸν ἴκτερο. Βρασμένα δέ
μέ κρασί ἀποτελοῦν δυναμωτικό φάρμακο.

267) Λυγαῖον τό Σπάρτον

Ἐνδημικὴ πόα τοῦ νησοῦ μας Ἀφρικανικῆς καταγω-

γής. «Lygaeum Spartum». Ἐπαντᾶ στή Δυτική Κρήτη. Ἐνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἀγροστωδῶν. Στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας καί θεραπευτικῶν χρησιμοποιοῦσων. Χρησιμοποιεῖται στήν χαρτοποιία.

268) Λυγιά

Δημώδης Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἐγνος, «Vitex Agnos». Ἐνήκει στήν οἰκογένεια τῶν Οὐερβενιδῶν. Ἦταν γνωστή στους ἀρχαίους. Ἐναφέρεται ἀπό τόν Θεόφραστο καί τόν Διοσκουρίδη. Εἰς τά ἀποσπάσματα μάλιστα τοῦ Αἰσχύλου, ἡ ἄνθησις της συνταυτίζεται μέ τήν ὠρίμανσι τῶν σταφυλιῶν «ἢ τ' ἄγνος ἀνθεῖ χῶ βότρυς πεπαίνεται».

Κατά τήν ἀρχαιότητα οἱ κλάδοι της ἐχρησιμοποιοῦντο ἀπό τούς «λυγιστάς» ἢ «λυγοπλόκους» πρός παρασκευή κανίστρων, ὅπως καί σήμερα. Ἐκόμῃ ἐχρησιμοποιοῦντο ἀπό τίς «ἀγνεύουσες» γυναῖκες κατά τά Θεσμοφόρια, τήν ἑορτή τῆς Δήμητρας. Στήν ἑορτή αὐτή φαίνεται νά ἔπερναν μέρος μόνον ἔγγαμες γυναῖκες, γιατί κατά τίς προπαρασκευαστικές πρό τῆς ἑορτῆς ἡμέρες, οἱ λαμβάνουσες μέρος σ' αὐτή, ἔπρεπε νά ἀπέχουν πάσης σεξουαλικῆς πράξεως. Καί γιά νά τό ἐπιτύχουν, ἐκοιμοῦντο σέ στρώματα ἀπό λυγαριά, πού κατά τίς τότε ἀντιλήψεις, εἶχαν ἀντιαφροδισιακές ἰδιότητες.

Οἱ ἑορτές αὐτές φαίνεται πῶς δέν εἶχαν καμιά σχέσι μέ τήν Κρήτη. Ὁ ἴδιος ὁμως πιστεύω ὅτι τέτοιες τελετές ἐλάβαν μέρος σέ κάποια ἐποχή καί στό νησί μας, ἀλλά τελικά ἐπεβίωσαν μόνο στήν Ἐττική. Τό βασίζω σέ δύο δεδομένα. Πρῶτο γιατί ἡ Δήμητρα γιά τήν ὁποία ἐτελοῦντο τά Θεσμοφόρια ἔχει τίς ρίζες της στό νησί μας. Ὁ Ὀθων Κέρν μάλιστα στό βιβλίον του (O. Kern : Anfänge der Griechischen religion, 1903) ὑποστηρίζει ὅτι ἡ λατρεία της, μετεφέρθη ἀπό τήν Κρήτη στήν Ἐρκαδία, στή Πελοπόννησο, στήν Ἀθήνα καί στήν Ἐλευσίνα. Καί δεύτερο γιατί στό νησί μας πιστεύουν βαθειά στήν ἀγνότητα τοῦ φυτοῦ, ἀκόμῃ καί σήμερα. Μᾶς τό μαρτυροῦν ἕνα δίστιχο πού τό ἄκουγα ἀπό παληά καί μιά παροιμία. «Ἐποῦ περάση ἀπό λυγιά καί δέν κόψει

κλωνάρι, νά μή χαρή τήν νιότη του ἄν εἶν' καί παλικάρι». Καί «ἀπού περάση καί δέν μέ πιάση, τήν ἀγάπη του νά χάση». Καί ὅλα αὐτά γιατί δέν θά εἶναι ἄγνός.

Μεταμεσαιωνικά ἀλλά καί πρόσφατα, οἱ Γερμανοὶ ἐχρησιμοποιοῦσαν τὰ σπέρματα τοῦ φυτοῦ, πού τό ὀνόμαζαν φυτό τῆς παρθενίας, σᾶν φάρμακο ἀντιαφροδισιακό.

Ἐπιστημονικές ἔρευνες, δέν ἐπεβεβαίωσαν τίς ιδιότητες αὐτές τοῦ φυτοῦ.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική ἐξακολουθεῖ νά θεωρῆ τό φυτό σᾶν ἀντιαφροδισιακό. Τό χορηγεῖ σέ εἰσπνοές καί σέ ἀφεψήματα, σᾶν τέτοιο καί σᾶν φάρμακο ἀντιϋστερικό. Πολλές γυναῖκες στά χωριά μέ κάπως θερμό ταμπεραμέντο, γεμίζουν τὰ μαξιλάρια τους μέ φύλλα λυγιάς, γιατί ἔτσι ἐξασφαλίζουν ἤρεμο καί εὐχάριστο ὕπνο. Ἀλλά καί πολλές καλόγρηες κάνουν τό ἴδιο, ἢ πίνουν ἀφέψημα ἀνθισμένων βλασταριῶν λιγιάς «πρός ἀπομάκρυνσι τῶν πειρασμῶν τῆς σαρκός».

Τά ἀνθισμένα βλαστάρια τοῦ φυτοῦ τά χρησιμοποιεῖ ἀκόμη ἡ λαϊκή θεραπευτική, βρασμένα μέ κρασί, σέ ἐπιθέματα ἀντιρευματικά καί ἀντιαρθρικά. Τά σπέρματα τέλος, τά συνιστᾶ σέ σκόνι ἢ αὐτούσια ἐσωτερικά, σᾶν φάρμακο κατά τοῦ πεπτικοῦ ἔλκους. Πολλοὶ πού τά πῆραν ἐβεβαίωσαν ὅτι «ἔβλεπαν διαφορά». Καλύτερα ἀποτελέσματα δίδει ἡ κόνις τῶν ἀνθισμένων βλαστῶν ἢ καί τῶν καρπῶν τοῦ φυτοῦ πινομένη μέ γάλα σέ μικρές ποσότητες πρωτῆ-βράδου.

269) Λυσσόχορτο

Κοινή ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Κύναγχο τό ὀξύφυλλο «*Cynanchum acutum*», τῆς οἰκογενείας τῶν ἀσκληπιαδιδῶν. Ὅλα τά μέρη του περιέχουν πικροτάτη οὐσία, τήν κυναγχίνη. Οἱ ρίζες του πολτοποιημένες σέ ἐπιθέματα ἐπὶ δηγμάτων λυσσασμένων ζώων, ἐπιστεῦοντο στό νησί σᾶν ἄριστο προληπτικό τῆς ἀρρώστιας.

270) Λύχνος

Πιθανότατα μύκης, μέ στρογγυλά σαρκώδη πράσινα

φύλλα μεγέθους δραχμῆς ἢ διδράχμου. Φυτρώνει σέ τοίχους καί χαλάσματα. Τά φύλλα του ὀπτούμενα καί ἀλειφόμενα μέ ληόλαδο, χρησιμοποιοῦνται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική σέ ἐπιθέματα σάν μαλακτικά ἐπί δοθειῶνων καί ἀποστημάτων. Κατέστη ἀδύνατον νά τόν ταυτίσωμε.

Μ

271) Μαγιού χορτάρι

Ἔτσι λένε σέ πολλές περιοχές τοῦ νησοῦ τό φυτό Ζουρνάς (στραμώνιο τό δενδρῶδες) πού περιγράφεται στήν ὁμώνυμη λέξι. Τό ἴδιο φυτό λέγεται κατὰ τόπους καί ξελογιάστρα, γιατί ὅπως ἀναφέραμε, ἔχει μέ τά ἀφεψήματά του τήν ἱκανότητα, νά ξελογιάζη τίς γυναῖκες.

Στή Κρήτη ὁμως πού στήν ἀγάπη καί στόν ἔρωτα δέν ἰσχύουν ποτέ ὁ ἐξαναγκασμός καί ἡ νοθεΐα, μαγιόχορτο δέν μπορεῖ νά εἶναι ὁ ζουρνάς. Μαγιόχορτο εἶναι ἕνα φανταστικό φίλτρο τῆς ἀγάπης, πού οἱ Κρητικοί προσωποποιοῦν σέ ἕνα ἄγνωστο καί ἀνύπαρκο φυτό. Τό φυτό αὐτό, μέ τήν μαγική του δύναμι ἔχει τήν ἱκανότητα νά προκαλῆ τήν ἀμοιβαία συμπάθεια. Ἄρκει ἀντικρύζοντας τά ἀσπροπράσινα φύλλα του, νά κατορθώσης νά μελετήσης τό πρόσωπο πού ἀγαπᾷς. Τότε νά εἶσαι βέβαιος ὅτι τό πρόσωπο αὐτό, μαγεμένο ἀπό τό φυτό, θά σοῦ ἀνταποδώσῃ τήν ἀγάπη του. Τό φυτό καί οἱ μαγικές του ιδιότητες ἀναφέρονται σέ πολλά δίστιχα :

«Δίπλα δά πάρω τά βουνά νά βρῶ μαγιού χορτάρι
νά σέ μαγέσω μάθια μου, ἄλλος νά μή σέ πάρῃ».

272) Μαγιασιλόχορτο

Κοινή Κρητική ὀνομασία τῶν φυτῶν Κρήσσα «Gressa» πού περιγράφεται στή λέξι ἀρμυρήθρα καί τοῦ φυτοῦ Γλαύκιον τό Κρητικό «*Glaucion Creticum*». Τό τελευταῖο ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν μηκωνοειδῶν. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τόν χυμό του ἢ καί ὀλόκληρο τό φυτό πολτοποιημένο, σέ ἐπιθέματα σάν φάρμακο τοῦ «μαγιασιλιού» (δηλαδή τοῦ ἐκζέματος).

273) **Μαϊντανός**

Δημώδης όνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ Πετροσέλινο, «Petroselinum». Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν σκιαδανθῶν. Χρησιμοποιεῖται στή μαγειρική, σάν ἀρτυματικό.

Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τό ἀφέψημα τῶν σπόρων του, σάν φάρμακο διουρητικό καί ἀντιφυσῶδες. Περιέχουν αἰθέριο λάδι, κοινό λάδι, ρητινώδεις καί πεκτινικές ὕλες, χρωστικές καί ἀποΐνη. Ἐκόμη ἐχρησιμοποιοῦντο πρός παρασκευή τοῦ ὕδατος τοῦ πετροσελίνου καί μέ ἐκχύλισι τῆς ἀπιόλης, πού ἐχορηγεῖτο σάν φάρμακο ἐμμηναγωγό καί ἐκτρωτικό.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική, χρησιμοποιεῖ τά σπέρματα ἐπίσης τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα, ἐμμηναγωγά καί ἐκτρωτικά. Οἱ παλιές Κρητικές πρακτικές μαμές, ἔδιδαν τά ἴδια ἀφεψήματα σάν φάρμακο στίς παιδικές καί τίς βρεφικές δυσπεσίες. Τά ἀφεψήματα ὁμως αὐτά ὅπως διαπιστώθηκε, μπορεῖ νά προκαλέσουν ἐντεροραγίες καί ἐκφύλισι τοῦ σηκωτιοῦ, γι' αὐτό σωστό εἶναι νά ἀποφεύγονται.

274) **Μαλοτήρα**

Κοινή Κρητική όνομασία τοῦ φυτοῦ σιδηρίτις ἢ Συριακή, «sideritis Syriaca», τῆς οἰκογενείας τῶν χειλανθῶν. Τά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ χρησιμοποιοῦνται ἀπό τούς χωρικούς μας σάν θερμαντικό ρόφημα κατά τόν χειμῶνα, σέ ἀφεψήματα. Πρό τοῦ δευτέρου μάλιστα παγκοσμίου πολέμου, τό ἴδιο ἀφέψημα ἐχρησιμοποιεῖτο καί σέ πολλά καφενεῖα τοῦ Ἡρακλείου μέ τήν όνομασία «καρτεράκι» (πιθανῶς ἀπό τό όνομα τοῦ πρώτου χρησιμοποιήσαντος τοῦτο).

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τό ἴδιο ἀφέψημα ἐσωτερικά μέν σάν φάρμακο διαφορικό καί ἐφιδρωτικό ἢ ἀντιπυρετικό, ἐξωτερικά δέ σέ ἐπαλείψεις καί πλύσεις πληγῶν καί ἐλκῶν, σάν ἀντισηπτικό καί ἐπουλωτικό.

275) **Μανούσο**

Κρητική όνομασία τοῦ φυτοῦ Νάρκισσος ὁ κυπελοφό-

ρος «Narcissus pazzetta». Ἀνήκει στήν οικογένεια τῶν ἀμαρυλλιδῶν. Ἦταν γνωστός στούς ἀρχαίους. Ἡ Ἑλληνική μυθολογία τόν ταυτίζει μέ τόν ὁμορφο γιουό τοῦ ποταμοῦ Κηφισσοῦ καί τῆς νύμφης Λειριώπης. Γύρω του πλέκει ὁμορφες παραδόσεις, μιά ἀπό τίς ὁποῖες εἶναι ὅτι πέθανε ἀπό λύπη, γιά τό θάνατο τῆς ὠραιότητας ἀδελφῆς του, τῆς ὁποίας τήν μορφή ἔβλεπε συνεχῶς μέσα σέ μιά πηγγή, πού καθρέπτιζε τόν ἑαυτό του.

Τά ἄνθη του ἦσαν ἀφιερωμένα στόν ἄδη καί ἀποτελοῦσαν γιά τούς ἀρχαίους τό σύμβολο τοῦ θανάτου καί τῆς φθορᾶς. Ὑμνήθηκε ἀπό τόν Παράσχο.

Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τούς βολβούς του σέ σκόνι σᾶν φάρμακο ἐμετικό.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τόσο τούς βολβούς του κονιοποιημένους ἀφοῦ τούς ξηράνη, ὅσο καί τά ἄνθη σέ ἀφεψήματα. Ἡ κόνις τῶν βολβῶν δίδεται σᾶν φάρμακο ἐκτρωτικό. Τό ἀφέψημα τῶν ἀνθῶν σᾶν φάρμακο διαφορικό. Καί τά δύο φάρμακα πολλές φορές προκαλοῦν ἔντονα γαστρεντερικά ἐνοχλήματα.

276) Μανδαρινιά

Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Μανδαρινέα, «citrus deliciosa», τῆς οἰκογενείας τῶν ἐσπεριδοειδῶν. Κατάγεται ἀπό τήν Κίνα καί καλλιεργεῖται εὐρύτατα στό νησί μας γιά τούς ὠραίους καί εὐχυμους καρπούς της, τά «μανταρινία». Χρήσιμα μέρη ὁ καρπός, τά ἄνθη καί τά φύλλα καί ὁ φλοιός τῶν καρπῶν, ἀπό τό ὁποῖο παράγεται κίτρινο αἰθέριο λάδι χρήσιμο στή μυρεψική. Αἱ θεραπευτικές χρησιμοποιήσεις τοῦ φυτοῦ περιγράφονται στή λέξι ἐσπεριδοειδῆ.

277) Μαντηλλίδα

Δημῶδες Κρητική ὀνομασία τῶν διαφορῶν εἰδῶν τοῦ φυτοῦ Ἄνθεμις, «Anthemis», καί κυρίως τῆς ἀνθεμίδος τῆς ἀρουραίας «Anthemis arvensis». Ἀνήκουν στήν οικογένεια τῶν ἡριγεριδῶν. Λέγονται ἀκόμη καί «μαργαρίτες» καί

«πλατομαντηλλίδες». Οί θεραπευτικές τους ιδιότητες είναι ανάλογες του χαμομηλιού αλλά μικρότερης αξίας. Πρό της άνθησεώς των οί τρυφεροί βλαστοί των λαχανεύονται αλλά είναι «βαροστόμαχες».

Τά άνθη τους αποτελοῦνε γιά τό λαό μας μαντικό μέσο τής αγάπης. Οί έρωτευμένοι πέρνουν στά χέρια τους τά άνθη, τούς άποσποῦν ένα ένα τά πέταλλα καί προφέρουν ένα-λάξ τίς λέξεις «μ' αγαπᾱ» «δέν μ' αγαπᾱ». Ὡς απάντησις θεωρεῖται ἡ λέξι πού θά συμπέση μέ τήν άφαίρεσι του τελευταίου πετάλου. Ἡ Κρητική μούσα θεωρεῖ τό μάντευμα τελεσιδικό. Γι' αυτό μᾶς λέει :

Σ' τή μαντηλλίδας τόν άνθό τῶβρα πῶς θά σέ πάρω
καί δέν φοβοῦμαι μά τόν θιό, οὔτ' άνθρωπο, οὔτε χάρο».

Τά άνθη του φυτου χρησιμοποιοῦνται στό νησί καί σάν βαφική ὕλη. Βάφουν κίτρινα.

278) Ματζουράνα

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Ὀρίγανον τό άμάρακον, «*Oriqanum majiorana*». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν χειλανθῶν. Εἶναι φυτό ἰθαγενές τής Ἀνατολῆς. Ἀναφέρεται άπό τόν Θεόφραστο ὅτι οἱ άρχαῖοι Σύριοι παρεσκευάζαν άπό τό φυτό άρωμα, τό ὁποῖον έφερετο καί στήν Ἑλλάδα, τό «άμαράκινον» (Θεοφράστου περί ὁσμῶν 42). Τούτου ἡ ὁσμῆ ἦταν τόσο δυνατή ὥστε προκαλοῦσε κεφαλαλγία «κεφαλαλγεί δέ τῶν μέν πολυτελῶν τό άμαράκινον». Στή Κρήτη καλλιεργεῖται σέ γλάστρες σάν κοσμητικό-μυριστικό. Ἀπό τά ὑέργεια μέρη του πέρνεται αιθέριο λάδι χρήσιμο στή μυρεψική καί τήν σαπωνοποιῶ. Δέν αναφέρεται άπό τήν θεραπευτική σάν φυτό φαρμακευτικό. Ἡ λαϊκή ὁμως Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ὑέργεια μέρη του σέ άφεψηματα, σάν φάρμακο άφυσο, πραῦντικό, εὐστόμαχο καί ὀρεκτικό. Τά ἴδια μέρη χρησιμοποιεῖ βραζόμενα μέ φλοῦδες λεμονιοῦ σάν φάρμακο άντιεμετικό.

Ὁ Κρητικός λαός τά άφεψηματα τῶν ὑπεργείων μερῶν του, τά χρησιμοποιεῖ σάν εὐχάριστο θερμαντικό ρόφημα τόν χειμῶνα.

279) **Μάραθο**

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκομε στή Κρήτη τό φυτό Μάραθρον ἢ Μάραθον, «*Foeniculum*» τῆς οἰκογενείας τῶν σκιαδοφόρων. Καλλιεργεῖται στίς ἄκρες τῶν κήπων, ἀλλά ὑπάρχει καί σέ αὐτοφυῆ ἄγρια μορφή. Ἡμερο καί ἄγριο μάραθο λαχανεύονται.

Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τό «ἔλαιον τοῦ μαράθου» καί τά σπέρματα τοῦ μαράθου. Τό μαραθέλαιο τό ἐχρησιμοποιοῦσε σέ σταγόνες πολλές φορές τήν ἡμέρα σάν φάρμακο εὐστόμαχο καί ἀντιφυσῶδες. Περιέχει πιπένια, φιλανδρένια, ἀνισαλδεῦδη, ἀνισοκαμφορά καί ἀνισοκετόνη.

Τά σπέρματα τά ὁποῖα ἐλαμβάνοντο μετά τήν πλήρη ὠρίμανσί τους, ἐχρησιμοποιοῦντο σέ σκόνι, καταπότια καί ἀφεψήματα σάν φάρμακο διεγερτικό τῆς ὀρέξεως, εὐστόμαχο, ἀντιφυσῶδες ἀλλά καί ὡς ἀποχρεμπτικό. Περιέχουν αἰθέριο λάδι, σάκχαρο, ταννίνη, μηλικό καί ἠλεκτρικό ὄξύ καί γλυσχράσματα. Σκευάσματα στά ὁποῖα ἐλάμβαναν μέρος τά χρήσιμα μέρη τοῦ φυτοῦ ἦσαν, τά *species laxantes*, τό *sirupus senae compositum*, τά διάφορα *pectorales* καί ἡ κόνις *pulvis liquiritiae compositus*.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ κυρίως τά σπέρματα καί τίς ἀποξηραμένες ἀνθοφόρες κορυφές τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα ἐπί στομαχικῶν διαταραχῶν, ἐμέτων καί ἀνορεξίας.

Ἡ Κρητική θυμοσοφία λέει «Ἄν εἶσαι καί γιατρός τόν Μάη μάραθο μὴν τρῶς». Πιθανόν γιατί τότε ἔχει σκουλήκια.

280) **Μαρτιάτικο**

Κοινή Κρητική ὀνομασία στή Δυτική Κρήτη τοῦ φυτοῦ Σενέκιο τό θαμνώδες. Ἄπαντᾶ στά λευκά ὄρη. Δέν ἔχει μελετηθεῖ.

281) **Μαρούλι**

Κοινή Κρητική ἀλλά καί Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ φυ-

του Θρίδαξ, «Lactuca». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν προσωπανθῶν. Ἦταν γνωστό στους ἀρχαίους. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Θεόφραστο καί τόν Διοσκουρίδη. Ὁ Σουΐδας καί ὁ Βυζάντιος ἀσχολούμενοι μέ τό φυτό συνδέουν τήν ἐτυμολογία του μέ τούς μῆνες Μάιο, Ἰούνιο καί Ἰούλιο, κατά τούς ὁποίους ὑπῆρχε στή Κωνσταντινούπολι. Τό ἀποκαλοῦν Μαϊούνιο ἢ καί Μαϊούλιο. Ἀπό τήν ὀνομασία αὐτή λέγεται ὅτι προέκυψε ἡ σημερινή του ὀνομασία. Στή Κρήτη παρουσιάζεται ἀπό τόν Νοέμβριο σάν «σαλατικό», μαλακτικό, δροσιστικό καί ἀναμεταλλωτικό. Παύει νά ὑπάρχει ἀπό τό Πάσχα, μόλις βγεῖ ἡ ἀνοιξιάτικη ντομάτα. Ὑπάρχει καί σέ ἀγρία μορφή στό νησί. Τούτου οἱ τρυφεροί βλαστοί λαχανεύνται.

Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τόν γαλακτώδη χυμό του πρός παρασκευή τοῦ aqua lattuga (ὔδωρ θρίδακος), πού ἔδιδε σάν φάρμακο πραιντικό τοῦ βηχός, σάν ἀντισπασμωδικό καί ὑπνωτικό.

Ἀπό τόν ἴδιο χυμό ἐλαμβάνετο ἡ θριδακίνη, ἡ ὁποία ἐχρησιμοποιοῦτο στήν ἀρωματοποιία καί σαπωνοποιία.

Ἀπό τά σπέρματα τοῦ φυτοῦ πέρνεται λάδι φαγώσιμο καί φωτιστικό. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιοῦ τήν ξεραμένη ρίζα τοῦ μαρουλιοῦ σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο ἀντιβηχικό σέ παιδιά. Νομίζω ὅτι τό φάρμακο εἶναι δηλητηριώδες.

282) Μαῦρες

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τά διάφορα εἶδη τοῦ φυτοῦ Κιχώριον. Χρησιμοποιοῦνται σάν ἄριστες ἐδώδιμες «βρουβες». Περιγράφονται στή λέξι σταμναγκάθι.

283) Μαυραγκαθιά

Μέ τήν ὀνομασία αὐτή βρίσκεται στά ὄρεινά μέρη τοῦ νησοῦ τό φυτό Ράμνος ἢ εὐθραστη, «*Ramnus frangula*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ραμνοειδῶν. Λέγεται καί «λατσιχεριά» καί «ἀκούμενη». Ἡ παλαιά θεραπευτική ἐχρησιμο-

ποιοῦσε τούς φλοιούς καί τά στελέχη τοῦ φυτοῦ σάν φάρμακο ὑπακτικό καί καθαρτικό. Τά μέρη αὐτά τοῦ φυτοῦ περιέχουν ἀνθρακινώνη.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ἴδια μέρη τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο ὑπακτικό. Σωστό εἶναι τά χρησιμοποιούμενα μέρη νά ἔχουν ἀποξεραθῆ, γιατί τά χλωρά ἔχουν πολύ ἔντονη δρᾶσι καί εἶναι δυνατόν νά προκαλέσουν γαστρεντερικές διαταραχές κάπως ἐπικίνδυνες.

284) **Μαχαρίδες**

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τά φυτά Ἐρίανθος ὁ Ραβένιος «*Erianthus Ravenius*» τῆς οἰκογενείας τῶν ἀγροστωδῶν καί ξιφίο τό ἀρουραῖο «*gladiolus arvensis*» τῆς οἰκογενείας τῶν ἱριδοειδῶν. Τό τελευταῖο εἶναι βολβόριζο. Καί τά δύο εἶναι ζιζάνια ἢ καί καλλιεργοῦνται σάν κοσμητικά. Δέν εἶδα νά χρησιμοποιοῦνται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική.

285) **Μαυροσήσαμο**

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Μελάνθιο τό Κρητικό, «*Nigella Cretica*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν βατραχιοειδῶν. Φυτρώνει ἢ καί καλλιεργεῖται σέ ἐδάφη ἀμμουδερά σέ δύο ποικιλίες, τό μελάνθιο τό μακρόκαρπο καί τό μελάνθιο τό λεῖον. Χρήσιμα μέρη τους τά σπέρματα, τά ὁποῖα χρησιμοποιοῦνται ὡς ἄρτυματικά καί πρὸς ἐπίπασι παρασκευασμάτων ἄρτου. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν εἶδα νά χρησιμοποιεῖ τό φυτό. Τά ἀφεψήματα ὁμως τῶν σπερμάτων του εἶναι ἄριστα ἀντιφυσώδη, ἐμμηναγωγά καί γαλακταγωγά φάρμακα. Τό ἴδιο καί ἡ κόνις των μέσα σέ μέλι ἢ καί κρασί.

286) **Μηλαῖο**

Κοινή Κρητική ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Μελία ἢ πολυανθής «*Fraxinus multiflore*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἐλαιωδῶν. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά φύλλα του ὀπτημένα ἢ βρασμένα σέ ἐπιθέματα μαλακτικά. Ἀκόμη

χρησιμοποιεῖ τὰ ἄνθη του σέ ἀφεψήματα σᾶν φάρμακο διαφορικό.

287) Μελιτζάνα

Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Στρύχνος ἢ Μελιτζάνα, «*Solanum melongena*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν στρυχνωδῶν. Κατάγεται ἀπό τίς Ἰνδίες καί τήν Ἀφρική. Καλλιεργεῖται γιά τόν καρπό της τίς μελιτζάνες, οἱ ὁποῖες ἀποτελοῦν πολύ θρεπτικό λαχανικό. Σέ πολλές περιοχές τοῦ νησοῦ, οἱ καρποί αὐτοῖ ὀπτημένοι, χρησιμοποιοῦνται σᾶν ἄριστο μαλακτικό.

288) Μελισσόχορτο

Μ' αὐτό τό ὄνομα βρίσκομε στή Κρήτη πολλά φυτά καί κυρίως τὰ φυτά Ἑλιοτρόπιο τό κοινόν, Μέλισσα ἢ φαρμακευτική καί Ψευδόρριζα ἢ μεγίστη. Τό πρῶτο καί τό δεύτερο περιγράφονται στή λέξι κουλούμπακας. Τό τρίτο *pseudoriza maxima*, εἶναι ἀγρωστώδες, νομευτικό καί τὰ ὑπέργεια μέρη του χρησιμοποιοῦνται σέ ἀφεψήματα σᾶν φάρμακο διουρητικό.

289) Μέντα

Ἔτσι λένε σέ μερικά μέρη τῆς Κρήτης τό φυτό Μίνθη. Ἡ Ἑλληνική μυθολογία τό ταυτίζει μέ τήν νύμφη Κωκυτίδα, τήν κόρη τῆς Πειθοῦς. Περιγράφεται στή λέξι φλησκοῦνι.

290) Μερτζάνι

Τουρκο-Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Βιθανία «*Withania*» τῆς οἰκογενείας τῶν στρυχνοειδῶν. Εἶναι θάμνος μέ δηλητηριώδεις ιδιότητες. Σέ πολλές περιοχές τοῦ νησοῦ χρησιμοποιοῦνται τὰ ὑπέργεια μέρη του σέ ἀφεψήματα σᾶν φάρμακο ὑπνωτικό. Σωστό εἶναι νά ἀποφεύγονται.

291) Μηλιά

Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Μηλέα ἢ κοινή «*Malus communis*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν μηλεοειδῶν.

Ήταν γνωστή στους αρχαίους. Αναφέρεται από τον Όμηρο (Όδ. η, 115 και ω, 340), τον Αθήναιο, τον Θεόφραστο και τον Διοσκουρίδη. Η μυθολογία αναφέρει τīs νύμφες Μηλιάδες πού έπροστάτευαν τīs φυτείες του φυτού.

Στή Κρήτη καλλιεργούνται σήμερα πολλά είδη αλλά μόνον γιά τοπική κατανάλωσι. Κοινό είδος είναι τό Λασθιώτικο είδος, πού νομίζω ότι είναι τό παλαιότερο και τό ίθαγενές είδος του νησού.

Οί καρποί του φυτού, τά μήλα, είναι άριστο και εύγεστο φρούτο. Περιέχουν άμυλο, σάκχαρα, όξέα, άλατα, μηλικές άλκοόλες, και μεταλλικά στοιχεία. Χρησιμοποιούνται τόσο στή σακχαροπλαστική όσο και στή βιομηχανία πρός παρασκευή οίνοπνεύματος. Άλλοτε έχρησιμοποιούντο και στή ποτοποιία πρός παρασκευή του «μηλίτου οίνου».

Στή θεραπευτική διαιτητική έχρησιμοποιήθησαν κυρίως από τον Μόρο στή παιδική διατροφή επί έντεριτίδων. Στή δίαιτα αυτή τά μήλα έδίδοντο ώμά αλλά λειοτριβήμένα. Άργότερα ή δίαιτα έτροποποιήθη από τον Eisler (Δίαιτα Eisler-Moro), και τά μήλα έχορηγούντο ψημένα. Σήμερα οί δίαιτες αυτές δέν χρησιμοποιούνται. Τά μήλα όμως μπορούν νά χρησιμοποιηθούν στίς φρουτόκρεμες τής παιδικής διατροφής.

Θεραπευτική χρησιμοποίησι δέν είδα νά έχη κανένα άπό τά μέρη του φυτού.

292) Μοσκόχορτο

Έτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Τεύκτριον τό ξανθό, «*Teucrium flavum*», τής οικογενείας των χειλανθών. Η λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί τά ύπέργεια μέρη του σε άφεψήματα, σαν φάρμακο διαφορικό και καρδιοτονωτικό.

293) Μουναρίδα

Δημώδης όνομασία σε μερικά μέρη τής Κρήτης του φυτού Ύποχοιρίς ή Κρητική, «*Hypochoeris Cretica*». Άνήκει στήν οικογένεια των προσωπανθών. Όσοι γνωρίζουν τό φυ-

τό, χρησιμοποιούν την σαρκώδη ρίζα του σέ σκόνι ή σέ άφεψήματα σάν φάρμακο άφροδισιακό. Φυτρώνει στά νότια όρεινά συγκροτήματα του νησού και κυρίως στή περιοχή των Άστερουσίων (στόν Κόφινα).

294) Μουρνιά

Κρητική και πανελλήνια όνομασία του φυτού Μορέα ή λευκή και Μορέα ή μέλαινα, «Morus alba» και «Morus nigra». Άνήκουν στην οικογένεια των μοροειδών. Η πρώτη κατάγεται από τις Ίνδιες και την Κίνα. Η δεύτερη από την Περσία. Η μεταφορά της πρώτης στην Ελλάδα, παρουσιάζεται γενομένη από Έλληνες μοναχούς, κατά τους χρόνους του Ίουστινιανού (έκτος μετά Χριστόν αιώνας).

Η μεταφορά της δεύτερης χάνεται στά βάθη του χρόνου. Πολλοί πιστεύουν ότι στόν Έλλαδικό χώρο ύπηρχε άπό μακρού και ότι ίσως είναι ίθαγενής του τόπου μας. Την άποψη την βασίζουν σέ ένα χωρίο του Άθήναιου σχετικό με την γέννησι των άμαδρυάδων, άπό τά όνόματα των όποίων πήραν τό όνομά τους πολλά δένδρα. «Φερένικος δέ ό έποποιός – άπό συκής της όξύλου θυγατρός προσαγορευθηναι – όξυλον γάρ τόν όραϊον Άμαδρυάδι την άδελφή μιγέντα μετ' άλλων, γεννησαι καρύαν, βάλανον, Κράνειαν, Μορέαν, αίγειρον, πελαίαν, άμπελον, συκήν, και ταύτας άμαδρυάδας νύμφας καλεισθαι και άπ' αυτών πολλά των δένδρων προσαγορεύεσθαι... (Άθήναιος β, 78).

Χρήσιμα μέρη του φυτού είναι τό ξύλο, οί καρποί και τά φύλλα του.

Οί καρποί διακρινόμενοι στή Κρήτη σέ «άσπρόμουργα» και «μαυρόμουργα» είναι έδώδιμοι. Περιέχουν σάκχαρο, άλατα καλίου, μηλικό όξύ και κυτταρίνη και είναι θρεπτικοί. Τά άσπρόμουργα σκουληκιάζουν γρήγορα, γι' αυτό πρέπει νά τρώγονται με προσοχή. Τά μαυρόμουργα προτιμούνται περισσότερο. Παλιότερα όταν στό νησί ήσαν έλεύθερα τά «ρακοκάζανα», τά μαυρόμουργα έχρησιμοποιούντο προς παρασκευή της Κρητικής «μουννόρακης», ένός έκλεκτού,

μυρωδάτου αλλά πολύ σκληροῦ ἀλκοολούχου ποιοῦ. Τό ποιό αὐτό ἐξέλειπε ἀπό μακροῦ ὅπως καί οἱ μαυρομυρ-
νιές.

Τά μούρνα τά ἀναφέρει ὁ Γαληνός. «μορέας ὁ καρπός ὁ μέν πέπειρος (ὄριμος), ὑπάγει κοιλίαν» (Γαλ. ιβ, 78).

Τά μαυρόμυρνα ἐχρησιμοποιοῦντο παλαιότερα ἀπό τήν φαρμακοποιία γιά τήν παρασκευή σιροπίου στυπτικοῦ καί ἀπολυμαντικοῦ τοῦ *Sigurus Mori*.

Τά φύλλα τῆς ἄσπρης μουρνιάς ἐχρησιμοποιοῦντο εὐ-
ρύτατα παλιά στή σηροτροφία. Οἱ Κρητικοποῦλες τῆς Ἑνε-
τικῆς καί Τουρκικῆς ἐποχῆς, ἔτρεφαν μ' αὐτά τοὺς μεταξο-
σκώληκες. Φαίνεται δέ ἡ παραγωγή μεταξοῦ νά ἦταν μεγά-
λη κατά τήν ἐποχή αὐτή, γιατί ὅπως ἀναφέρει ὁ Ξανθουδί-
δης, ἐγένετο σημαντική ἐξαγωγή τούτου πρὸς τήν Βενετία
καί τήν Κωνσταντινούπολη. Ἡ Κρητικὴ μούσα τήν ἴδια ἐπο-
χή, ἀπευθυνομένη στίς «ξυπασμένες» ἀπό τήν παραγωγή
μεταξοῦ Κρητικοποῦλες, τίς ἐπιτιμᾶ ἔμμεσα:

«ἄν λείπαν τά μουρνόφυλλα δέν ἔκανες μετάξι
δέν ἔκανες χρυσά φτερά, ὁ νοῦς σου νά πετάξῃ»..

Σήμερα οἱ μουρνιές λιγότεψαν καί τά φύλλα τους ὅπου
ὑπάρχουν, τά δίδουν στίς οἰκιακές αἶγες, σάν τροφή. Τά
φύλλα τῆς μαύρης μουρνιάς δέν ἐχρησιμοποιοῦντο στή δια-
τροφή τοῦ μεταξοσκώληκα. Τά ἔδιδαν πάντοτε στό νησί
σάν τροφή στά κατοικίδια αἰγοπρόβατα γιατί τά θεωροῦνε-
γαλακτοπαραγωγά.

Τό ξύλο τῆς μουρνιάς εἶναι σκληρό καί ἀνθεκτικό στήν
ὕγρασία. Γι' αὐτό οἱ παλαιοὶ Κρητικοὶ τό χρησιμοποιοῦσαν
στό στέγασμα τῶν οἰκιῶν τους σάν «μεσοδόκια» (βασικά
στηρίγματα τῶν μικροτέρων δοκαριῶν), πρὸς κατασκευή
οἰκιακῶν καί γεωργικῶν ἐργαλείων καί κυρίως στήν κατα-
σκευή καϊκιῶν.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ ἐχρησιμοποιοῦσε τά
μουρνόφυλλα, ἴδια τῆς μαύρης μούρνιάς σέ ἀφεψήματα γιά
γαργάρες, πλύσιμο πληγῶν καί γιά κολπικές πλύσεις ἐπί
λευκορροίας. Οἱ παλιές μαμές μέ τά μουρνόφυλλα αὐτά ἔ-
καναν τά «βρακώματα» στίς γυναῖκες πού ἔπασχαν ἀπό μη-

τρόπονο ή πού είχαν ύγρά. Βράκωμα δέ ήτο, ή επίθεσις βρασμένων φύλλων του φυτου, σε θερμοκρασία ανεκτή, πάνω και γύρω από τό περίναιο.

295) Μουρτζά

Κοινή όνομασία του φυτου Κράταιγος ή όξυάκανθα «Crataegus Oxyacantha». Λέγεται κατά τόπους και μουμουτζελιά και ίσως άνταμυθιά. Άνήκει στην οικογένεια των ροδοειδών. Είναι δενδρύλλιο αρκετά κοινό σε δασώδεις περιοχές, με ξυλωδες στελεχος, κλάδους ακανθωτούς, ρομβοειδή φύλλα λαμπερά από πάνω και ώχρά από κάτω, με λευκά άνθη και μικρό, σχεδόν στρογγυλλό καρπό, με κίτρινη σάρκα.

Αποτελεί ύπόστρωμα για κέντρισμα φυσικιάς ή και άπιδιάς. Χρήσιμα μέρη του είναι ό φλοιός και οι άνθισμένες κορυφές του. Τά άφεψηματα του φλοιου του είναι άντιπυρετικά. Τά άφεψηματα των άνθισμένων κορυφών του είναι ναρκωτικά, ύπνωτικά, πραυντικά και δραστικά ύποτασικά.

296) Μουσμουλιά

Κοινή Κρητική όνομασία του φυτου Μεσπιλέα, «Mespilus». Άνήκει στην οικογένεια των ροδοειδών. Λέγεται και δεσπολιά. Καλλιεργείται για τούς ώραιους καρπούς της τά «μούσμουλα ή δέσπολα» που είναι ευγευστο και δροσιστικό φρουτο.

Η λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί τόν χυμό των πολτοποιημένων καρπών με τά φλούδια τους, σαν φάρμακο διεγερτικό του έντέρου επί δυσκοιλιότητος. Τά ίδια μέρη του φυτου βρασμένα με νερό, σε αναλογία δυό μέρη καρπου και ενός μέρους νερου, συρομένα με τουλουπάνι και ζαχαρωμένα με πολύ ζάχαρη, τά χρησιμοποιεί για τόν ιδιοσκοπό σε πυκνόμεστο ρόφημα πρωί-βράδυ.

297) Μπάμα

Πανελλήνια όνομασία του φυτου Ίβισκος ό εδώδιμος,

«Hibiscus Esculentus». Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν μαλαχοειδῶν. Οἱ καρποὶ του οἱ μπάμιες, περιέχουν γλυσυχράσματα καί εἶναι ἀρίστης ποιότητος λαχανικό. Ἡ γλοιώδης ὕλη πού περιέχουν ὠμοί, χρησιμοποιεῖται ἀπό τόν λαό σάν μαλακτικό.

298 Μπαμπάκι

Πανελληνία ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Βάμβαξ, «Cossyrium». Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν μαλαχιδῶν. Ἦταν γνωστό στους ἀρχαίους. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Ἡρόδοτο.

Στό νησί μας φαίνεται νά τό ἔφεραν οἱ Ἄραβες. Εὐρεία καλλιέργεια τούτου παρατηρεῖται κατά τήν Ἑνετική καί Τουρκική περίοδο γιά τήν κατασκευή τῶν οικιακῶν ρούχων. Γιά τήν καλλιέργεια αὐτή καί τά παράγωγα τοῦ ἀργαλειοῦ γράφω σέ ἄλλη μελέτη μου ἐκτεταμένα. Τά οικιακά ὑφάσματα πού παρεσκεύαζαν ἦσαν σκέτα «μπαμπακερά» ἢ καί μεικτά μέ μετάξι (μεταξομπάμπακα), μαλλί ἢ λινάρι. Ἡ καλλιέργεια σταμάτησε μετά τό 1920 ὅτε ἡ ἀγορά ἐπλημύρισε ἀπό κλωσμένο μπαμπάκι, «τό βελέσι» ὅπως ἔλεγαν.

Ἡ θεραπευτική χρησιμοποιεῖ ἀπό μακροῦ χρόνου τά ἴνας τοῦ καρποῦ του μέ τήν μορφή τοῦ «ὑδρόφιλου βάμβακα». Τά σπέρματα τοῦ καρποῦ του χρησιμοποιοῦνται γιά τήν ἐξαγωγή τοῦ βαμβακελαίου ἀπό τό ὁποῖο παρασκευάζονται τεχνητά λίπη, χρίσματα καί βιομηχανικό λάδι. Τά ἴδια σπέρματα χρησιμοποιοῦνται σάν ζωοτροφή μέ γαλακτοπαραγωγικές ιδιότητες ὑπό τήν μορφή τῆς «μπαμπακόπιττας».

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε παλιά τά φύλλα, τά περικάρπια καί τή ρίζα τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα ἢ σκόνι, σάν φάρμακα ἐμμηναγωγά καί γαλακτοπαραγωγά. Οἱ παλιές μαμές ἔδιδαν τά ἀλευροποιημένα σπέρματα τοῦ φυτοῦ ἀνακατωμένα μέ ζάχαρη στίς γυναῖκες πού δέν ἔβγαζαν γάλα μετά τόν τοκετό, σάν ἄριστο γαλακτοπαραγωγό φάρμακο.

299) Μπανάνες

Κοινή Κρητική όνομασία τοῦ φυτοῦ Βανανά, «Musa». Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν σκιταμινωδῶν. Βοτανολογικά εἶναι γιγαντιαία μονοετής πόα, ἀφ' ἑαυτῆς ἀναπαραγωγμένη κατ' ἔτος, μεταφερθεῖσα ἀπό τήν Ἀσία, τήν Ἀφρική καί τήν Ἀμερική. Στή Κρήτη, ἰδία στίς περιοχές Ἱεράπετρας, Βιάννου καί Μαλλίων, καλλιεργεῖται σάν εἰσαχθεῖσα ἐπικερδῆς νεοκαλλιέργεια. Εἶδος τό ὁποῖον καλλιεργεῖται εἶναι ἢ μικρόκαρπος ἢ νάνος. Καλλιεργοῦνται ὁμως καί ἡ «βανανά ἢ τῶν σοφῶν» καί ἡ «βανανά ἢ παραδείσιος». Οἱ καρποί της ἀποτελοῦν θρεπτικό φρούτο, χρησιμοποιοῦμενο εὐρύτατα στή παιδική διατροφή. Ἀπό τό φυτό μπορεῖ νά παραχθεῖ βανανέλαιο, σάκχαρο, οἰνόπνευμα καί αἰθέριο λάδι. Ἡ Κρητική ὁμως καλλιέργεια, ἀρκεῖται ἐπί τοῦ παρόντος μόνο στή φρουτοπαραγωγή. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν εἶδα νά χρησιμοποιοῖ τό φυτό.

300) Μπαντζάρια

Δημῶδες Κρητική όνομασία τοῦ φυτοῦ Τευτλον τό ἄγριο, «Beta Vulgaris Selvatica». Καλλιεργεῖται γιά τό ρίζωμά του, τό ὁποῖο βραζόμενο τρώγεται σάν ἀρίστη καί θρεπτική τροφή, ἀρτούμενο μέ λήλαδο καί μέ ξύδι. Περιέχει ἐπαρκή ποσότητα σακχάρου, ἄμυλο καί βιταμίνες. Λέγεται ἀκόμη στό νησί καί κοκκινογούλι. Δέν εἶδα νά ἔχη θεραπευτικές χρησιμοποήσεις.

301) Μπιζέλια

Κρητική όνομασία τοῦ φυτοῦ Πίσσον τό ἡμερο «Pisum Sativum». Λέγεται ἀκόμη καί «μπίζης». Περιγράφεται στή λέξη ἀρακάς.

302) Μουρβέρι

Λεκτικό ἀπομεινάρι τῆς Τουρκικῆς κατακτῆσεως. Ἔτσι ἔλεγαν οἱ Τουρκοκρητικοί τά φυτά Ἄκτη ἢ μέλαινα «Sambucus Nigra» καί ἀκτη ἢ εὐβουλος «Sambucus Eculus». Στό νησί μας εἶναι αὐτοφυῆς ἢ δεύτερη. Ἄνηκει στήν οἰκο-

γένεια τῶν αἰγοκληματιδῶν ἢ καπριοφυλλιδῶν. Ἐπαντᾶ σέ δασικές περιοχές. Ἡ πρώτη καλλιεργεῖται καί σάν κοσμητικό, γιά τά λευκά, μυρωδάτα ἄνθη της. Περιγράφεται στή λέξη πορδόχορτο.

Ἡ δεύτερη ἔδιδε στούς Τούρκους τούς καρπούς της, τούς ὁποίους μέ τήν ὀνομασία μουρβέρι, ἐχρησιμοποιοῦσαν σάν ἄρτυματικό ἀντί κυμίνου. Μέ τά ἄνθη καί τά φύλλα της, οἱ Τούρκοι πρακτικοί γιατροί τοῦ Ἡρακλείου, ἔκαναν τά «βρακώματα» κατά τῆς συφιλίδας. Τά βρακώματα αὐτά ἦσαν βρασμένα φύλλα καί ἄνθη τοῦ φυτοῦ, τά ὁποῖα κάθε βράδυ ἐτοποθετοῦσαν σάν ἐπίθεμα, στά γεννητικά ὄργανα καί τό ἐφήβαιο. Ἀποτελοῦσε δέ τό μυστικό καί πολύτιμο ἀντισυφιλιδικό τους φάρμακο.

303) Μυρθιά

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Μύρτος ἢ κοινή «Myrtus Communis». Δένδρο τῆς δόξας, ὅπως καί ἡ Δάφνη. Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν μυρτιδιδῶν. Ἦταν γνωστή στούς ἀρχαίους. Οἱ Ἀθηναῖοι ἄρχοντες κατά τάς ἐορτάς καί τούς «πότους», ἔφεραν στήν κεφαλή μύρτινο στεφάνι. Ἐθεωρεῖτο σύμβολο τῆς παρθενίας καί ἦτο ἀφιερωμένη στήν Ἀθηνᾶ παρθένο, ἡ ὁποία ἐκαλεῖτο καί Μυρσίνη καί Μυρτώ.

Σήμερο ἐξακολουθεῖ νά θεωρεῖται σάν φυτό ἐορταστικό καί στό νησί μας μ' αὐτό στολιζοῦν τίς ἐορτάζουσες ἐκκλησίες, τίς ἀψίδες καί τούς ἐορταστικούς χώρους.

Ὀνομαστή στή Κρήτη εἶναι ἡ μυρθιά τῆς μονῆς Παληανῆς ἔξω ἀπό τό χωριό Αὐγενική Ἡρακλείου, μέσα στήν ὁποία βρέθηκε ἡ θαυματουργή εἰκόνα τῆς Παναγίας. Χρήσιμα μέρη τοῦ φυτοῦ εἶναι τά φύλλα καί οἱ καρποί της, τά μύρτα. Στήν ἀρχαιότητα ἦσαν θεραπευτικά. Μᾶς τό ἀναφέρει ὁ Διοσκουρίδης καί ἐχρησιμοποιοῦντο σάν φάρμακα στυπτικά, ἀντιαναιμικά καί ἐπί κυστιτίδων.

Ἡ ἐπίσημη θεραπευτική δέν γνωρίζω νά χρησιμοποιεῖ τό φυτό. Ἡ λαϊκή ὁμως Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ἀφεψήματα τῶν φύλλων της ἢ καί τή σκόνη τους, πρὸς

πλῦσι πληγῶν καί ἐλκῶν ἢ σέ ἐπιπάσεις παρατριμάτων, σάν ἐπουλωτικά. Τά ἀφεψήματα τῶν ὑπεργείων μερῶν της χρησιμοποιοῦνται σάν παρασιτοκτόνα καί φθειροκτόνα. Τούς καρπούς της τά μύρτα ἢ λαϊκή θεραπευτική τά χρησιμοποιεῖ πρός ἐξαγωγή τοῦ «μυρτόλαδου» πού δίδει σέ σταγόνες ἐσωτερικά, σάν παυσίπονο καί πρᾶντικό στά ἄλλη τοῦ πεπτικοῦ καί οὔροποιητικοῦ συστήματος καί σέ ἐπαλείψεις σάν ἐπισπαστικό καί ἀντιρευματικό. Διαλυμένο μέ ληλόλαδο τό χρησιμοποιεῖ σέ ἐπαλήψεις σάν εἰδικό φάρμακο τῆς ψώρας.

Ἡ μυρεψική χρησιμοποιεῖ τό μυρτόλαδο στή κατασκευή ἀρωμάτων καί ἀρωματικῶν σαπῶνων. Περιέχει διπεντάνη καί μυρτεόλη.

N

304) Νερατζά

Πανελλήνια ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Νεραντζέα, «Citrus Aurantium», τῆς οἰκογενείας τῶν ἐσπεριδοειδῶν. Στή Κρήτη φαίνεται νά μεταφέρθηκε ἀπό τούς Ἄραβες. Πολλά μέρη τοῦ φυτοῦ ἔχουν εὐρεία χρησιμοποίησις. Ἀπό τά ἄνθη του λαμβάνεται πολύτιμο αἰθέριο λάδι. Οἱ καρποὶ του χρησιμοποιοῦνται στή ζαχαροπλαστική, στή ποτοποιία καί στή μακαρονοποιία. Κατά τήν διάρκεια τῆς Γερμανικῆς κατοχῆς, οἱ Γερμανοὶ κατασκεύαζαν μ' αὐτούς καί μέ σταφίδα, μαρμελάδα.

Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τούς φλοιούς τῶν καρπῶν, Cortex Aurantiorum, πρός παρασκευή σιροπίου καί ἐκδόχων. Ἡ χρησιμοποίησις τῶν μερῶν αὐτῶν τοῦ καρποῦ, ἦτο γνωστή ἀπό τόν δεύτερο μετά Χριστό αἰῶνα καί ἀναφέρεται στό περί ἐμπλάστρων σύγγραμμα, τοῦ Νικολάου τοῦ Μυρεψοῦ. Οἱ σύγχρονες χρησιμοποiehσεις τῶν διαφόρων μερῶν τοῦ φυτοῦ, ἀναφέρονται στή λέξη ἐσπεριδοειδῆ.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ἄνθη, τά φύλλα καί τούς φλοιούς τῶν καρπῶν σέ ἀφεψήματα δυναμωτικά καί ὀρεκτικά. Ἄριστο δυναμωτικό, ὀρεκτικό

καί εὐστόμαχο θεωρεῖται τό ἀφέψημα τῶν φλοιῶν τοῦ νερατζοῦ σέ κρασί καί ἡ χορήγησίς του κατά κοχλιάρια τῆς σούπας πρό τοῦ φαγητοῦ. Ἡ ξυνίθρα τέλος τῶν νερατζῶν χρησιμοποιεῖται ὀπτούμενη, σέ ἐπαλείψεις τῶν «μαργοτήρων» (χειμέλων).

305) Νεροκάρδαμο

Κοινή Κρητικὴ ὀνομασία δύο φυτῶν, τοῦ φυτοῦ Ναστούρδιο τό φαρμακευτικὸ «*Nasturdium Officinale*» καί τοῦ φυτοῦ Καρδάμινον τό φαρμακευτικὸ «*Cardaminum Officinale*». Ἀνήκουν στήν οἰκογένεια τῶν σταυρανθῶν. Περιγράφονται στή λέξη κάρδαμο.

306) Νεραμολόχα

Δημῶδης Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἀλθαία ἢ Φαρμακευτικὴ «*Althaea Officinale*». Ἀνάλογο εἶδος εἶναι καί ἡ ἄλθαία ἢ Ροδανθής, ἀπό τά ἄνθη τῆς ὁποίας παράγεται κόκκινη χρωστικὴ, χρησιμοποιουμένη στή χρῶσι σιροπίων, κρασιῶν καί λικέρ. Ἐπίσης ἀπό τά φύλλα τῆς παράγεται ἄλλη χρωστικὴ λίγο κατώτερη ἀπὸ τὴν ἰνδικάνη. Καί τά δύο εἶδη ἀνήκουν στήν οἰκογένεια τῶν μαλαχιδῶν. Χρήσιμα μέρη τῶν εἶναι ἡ ρίζα καί τά φύλλα. Περιέχουν ἄμυλο, βλέννα, ὀξαλικό ἀσβέστιο, σακχαρώδεις ὕλες, λάδι καί ἀσπαραγίνη. Ἡ παλαιὰ θεραπευτικὴ ἐχρησιμοποιοῦσε κυρίως τὴν ρίζα τους πρὸς παρασκευὴ ἀντιβηχικῶν σιροπίων. Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τά φύλλα καί τά ἄνθη τους σέ ἀφεψήματα, μαλακτικὰ καί ἀποχρεμπτικὰ.

307) Νεροσέλινο

Κοινὴ ὀνομασία στήν κρήτη τοῦ φυτοῦ Σίον τό κορυβανθές, «*Sion Nodiflorum*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν σκιαδανθῶν. Ἐχει τίς ἴδιες ιδιότητες μέ τό κοινὸ σέλινο καί περιγράφεται στήν ἀντίστοιχη λέξη.

308) Νεῖρα

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτὸ Αἶρα «*Lolium*» τῆς οἰκο-

γενείας τῶν ἀγρωστωδῶν. Εἶναι ζιζάνιο τοῦ σταριοῦ καί τό λένε ἀκόμη στή Κρήτη κατά τόπους σιδερόχορτο καί ἀέρα. Ἦταν γνωστό στούς ἀρχαίους. Ἀναφέρεται δέ καί ἀπό τό Εὐαγγέλιο στήν παραβολή τῶν ζιζανίων (Ματθ. ιγ, 24-30).

Ὁ καρπός του τρωγόμενος προκαλεῖ ἐμέτους, νευρικές ἐκδηλώσεις καί ἐπιληπτοειδεῖς σπασμούς. Γι' αὐτό ἀποχωρίζεται προσεκτικά ἀπό τό σιτάρι πού προωρίζεται γιά ἀρτοποιήση, πρό τῆς ἀλέσεως.

Τό φυτό δέν ἔχει θεραπευτικές ἐφαρμογές ἀπό τήν Κρητική λαϊκή θεραπευτική. Λένε ὅτι μερικοὶ φυγόστρατοι ἐχρησιμοποίησαν τόν καρπό του σέ ἐπαρκή ποσότητα γιά τήν πρόκληση ἐπιληπτοειδῶν φαινομένων καί τήν ἀπαλλαγὴ τους ἀπό τή στράτευση τοῦ πρώτου καί δευτέρου παγκοσμίου πολέμου. Νομίζω ὅμως ὅτι αὐτό εἶναι παρακεκινδυνευμένο τόσο γιατί ἡ ἐπιστήμη μπορεῖ νά ἀνακαλύψῃ τήν ἀπάτη, ὅσο καί γιατί γιά νά προκληθοῦν τά φαινόμενα αὐτά πρέπει νά φαγωθοῦν θανατηφόρες ποσότητες νεύρας.

309) Νεβρίδα

Ὄνομαστό Κρητικό φυτό τῶν βοσκοτόπων τῆς Κρήτης. Ἡ ἐπιστημονική του ὀνομασία εἶναι Πολύγωνον τό Ἰδαῖον, «Polygonum Idaeum». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν πολυγωνοειδῶν. Φυτρώνει σέ ἀργιλλώδη ἐδάφη καί ἀπαντᾷ σέ πυκνοὺς φυτοτάπητες, διακοπτομένους ἀπό ἐνδημικά φυτά, στήν Ἰδη, στά Λασιθιώτικα βουνά καί στόν Βωλακία τῶν Σφακίων. Συνδέεται μέ τό Κρητικό χρυσόχορτο μέ τό ὁποῖον προσεπάθησαν νά τό ταυτίσουν. Πειράματα ὅμως πού ἔγιναν στήν Κτηνιατρική Σχολή Θεσσαλονίκης δέν ὑπῆρξαν ἐπιτυχή.

Ἡ κοινή του ὀνομασία, νεβρίδα, εἶναι γιά μένα ἀρχαιοπρεπής. Προέρχεται ἀπό τούς «νεβρούς» τά νεογνά τῶν ἀγριμιῶν καί τῆς ἐλάφου —τέτοια ὑπῆρχαν, ἴσως δέ καί ὑπάρχουν ἀκόμη στά Κρητικά βουνά— καί ὑποδηλοῖ τό φυτό ἀπό τό ὁποῖο ἐτρέφοντο, ἢ γύρω ἀπό τό ὁποῖο «διέτριβαν» οἱ νεβροί.

Ἡ παλαιά θεραπευτική δέν γνωρίζω νά ἐχρησιμοποίησε

τό φυτό. Ἡ λαϊκὴ ὁμως Κρητικὴ θεραπευτικὴ, χρησιμοποιεῖ τὰ τρυφερά ὑπέργεια μέρη του, βρασμένα ἢ πολτοποιημένα σέ ἐπιθέματα, σάν φάρμακα ἐπουλωτικά καί ἀναλγητικά πληγῶν ἢ τραυμάτων. Τά ἀφεψήματα τῆς ρίζας ἢ καί τῶν ἀνθισμένων κορυφῶν του, σέ ἀφέψημα 2/100, μποροῦν νά χρησιμοποιηθοῦν σάν φάρμακα ἀντιδιαρροϊκά καί ἀντιαιμορραγικά.

310) Νούφαρο ἢ Νουνούφαρο

Κοινὴ Κρητικὴ ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Νυμφαία ἢ λευκὴ, «*Nymphaea Alba*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν νυμφαιοειδῶν. Ἦταν γνωστὴ στοὺς ἀρχαίους. Ὁ Θεόφραστος τὴν ἀναφέρει ὡς «φυομένην» καί στή Κρήτη:

«... γλυκεῖα μὲν ἢ τε νυμφαία καλουμένη, φύεται δ' ἐν τοῖς λίμναις καί τοῖς ἐλώδεσι, οἷον ἐν τε Ὀρχομενία καί Μαραθῶνι καί περί Κρήτην. Ἔχει δέ τό φύλλον μέγα ἐπὶ τοῦ ὕδατος. Εἶναι δέ φασιν ἴσχαιμος ἐάν τρίψας τις ἐπὶ τὴν πληγὴν ἐπιθῆ. Χρήσιμος δέ καί πρὸς δυσεντερίαν πινομένη...».

Πραγματικὰ εἰς ὅλα τὰ μέρη τοῦ τό φυτό περιέχει δεψικό καί Γαλλικό ὀξύ, οὐσίες πού συντελοῦνε στήν κατάπαυση τῶν μικρῶν αἱμορραγιῶν.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ ὅλα τὰ μέτη τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα ἐξωτερικῆς καί ἐσωτερικῆς χρήσεως σάν αἰμοστατικά καί στυπτικά ἐπὶ παθήσεων τοῦ ἐντέρου.

311) Νίσκα καί Ἴσκα

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Μύκης τῶν Χειρουργῶν. Περιγράφεται στή λέξη ἀμανίτες. Ὁ μύκης αὐτός ξηραϊνόμενος ἐχρησιμοποιεῖτο παλιά σάν ὑπόστρωμα τοῦ «τσακουμακιοῦ» γιά τό ἄναμα φωτιάς ἢ σιγάρου. Ἡ Κρητικὴ μούσα μᾶς τόν ἀποθανάτισε κι αὐτόν:

«Ἔχασα τόν πυρόβολο, τὴ νίσκα καί τ' ἀπείρι
καί πῶς δ' ἀνάψω τὴ φωτιά ὁ πεντακακομοῖρης».

312) Ντάλια

Πανελλήνια όνομασία του φυτού Δαλία, «Dahlia». Ἀνήκει στην οικογένεια των ἀστεροειδών. Κατάγεται από τό Μεξικό. Διακρίνεται σε πολλές ποικιλίες καί καλλιεργείται σαν φυτό κοσμητικό καί μυρεψικό. Στην Ἑλλάδα καλλιεργούνται δύο κυρίως είδη. Ἡ ντάλια ἢ εὐμετάβολος καί ἡ ντάλια ἢ αὐκρατορική.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν χρησιμοποιεῖ τό φυτό.

313) Νταρί

Τουρκοκρητική όνομασία του φυτού Σόργον τό Χαλέπιον, «Sorghum Halapensis». Ἀνήκει στην οικογένεια των ἀγρωστωδών. Ἀποτελεῖ φυτό κτηνοτροφικό. Οἱ καυλοί του χρησιμοποιούνται από τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική σαν φάρμακο διουρητικό σε ἀφεψήματα.

314) Ντομαθιά

Πανελλήνια όνομασία του φυτού Λυκοπερσικό τό ἐδώδιμο, *Lycopersicum Esculentum*. Ἀνήκει στην οικογένεια των στρυχοειδών. Κατάγεται από τήν Νότιο Ἀμερική. Καλλιεργείται για τους καρπούς της τίς ντομάτες πού εἶναι οἱ πρίγκηπες των ἄρτυμάτων. Περιέχουν ἄφθονα ὀργανικά ὀξέα, πολλά ὀξαλικά ἅλατα καί εἶναι πλούσιες σε βιταμίνες Α, Β καί C. Τρώγονται ὠμές σε σαλάτα, μπαίνουν σε ὄλα τά φαγητά σαν ἄρτυμα καί από τόν χυμό τους παράγουν τόν πολτό της ντομάτας πού στη Κρήτη τόν λένε «πελτέ» καί πού τόν χρησιμοποιούν κι αὐτόν σαν ἄρτυματικό στη μαγειρική.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ φέτες από ὠμή τομάτα σε ἐπιθέματα σαν τοπικό μαλακτικό.

315) Νυχάκι

Τοπική Κρητική όνομασία του φυτού Μελίλωτος ὁ φαρμακευτικός, «*Melilotus Officinalis*». Ὁ Κρητικός Μελίλωτος ἀναφέρεται από τόν Πλίνιο (*Hist. Nat.* XXI, 29, 1). Χρήσιμα

μέρη του είναι όλα τά υπέργεια. Ἐχρησιμοποιοῦντο παλιά ἀπό τήν θεραπευτική ὡς Herba ἢ Somitates Meliloti, πρὸς παρασκευὴ ἐμπλάστων.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ ἴδια μέρη πολτοποιημένα ἢ μασημένα σέ ἐπιθέματα σάν μαλακτικό.

316) Ξεσταχίδα

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Αἰγίλωψ, «Aegilops» τῆς οἰκογενείας τῶν ἀγρωστωδῶν. Καλεῖται ἀκόμη καί «μαυραγάρι». Ὁ Διοσκουρίδης ἀναφέρει ὅτι «μετ' ἀλεύρου καταπλασθεῖσα, αἰγίλωπα —ὀφθαλμικὴ πάθηση— θεραπεύει». Τό φυτό δέν χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ.

317) Ξυνόδενδρα

Κρητικὴ ὀνομασία ὄλων τῶν δένδρων τῆς οἰκογενείας τῶν ἐσπεριδοειδῶν. Περιγράφονται στή λέξι ἐσπεριδοειδῆ.

318) Ξυνίδα

Δημῶδης ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ὁξαλίσ, «Oxalis», τῆς οἰκογενείας τῶν γερανιοειδῶν. Λέγεται καί «μπογιᾶς» γιατί ἀρχικὰ ἐχρησιμοποιεῖται σάν βαφικὴ ὕλη. Ἔβαφε κίτρινα. Εἶναι πολὺ ἐνοχλητικὸ ζιζάνιο τῶν χωραφιῶν ἀλλὰ καί χρῆσιμο γιατί προκαλεῖ διασωλήνωση τοῦ ἐδάφους καί μαλακώνει τὰ «σέρτικα» χωράφια.

Τὰ μικρὰ ριζώματα τοῦ φυτοῦ φρουσσόμενα τρώγονται στά χωριά σάν τράγημα. Δέν ἔχω δεῖ νά χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκὴ θεραπευτικὴ.

Ο

319) Ὁξιά

Κοινὴ Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ὁξιά ἢ δασικὴ,

«Fagus». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν κυπελοφοριδῶν. Εἶναι δένδρο δασικό, χρήσιμο γιά τό ξύλο, τόν φλοιό καί τά φύλλα του. Τό ξύλο της δέν σαπίζει εὐκολά ἔχει ὁμως τό μειονέκτημα νά «σκευρώνει». Γι' αὐτό χρησιμοποιεῖται κυρίως στήν οἰκοδομική. Ὁ φλοιός της περιέχει δεψικές καί στυπτικές οὐσίες καί χρησιμοποιεῖται στή βυρσοδεψία. Τά φύλλα της εἶναι νομευτικά καί χρήσιμα στή διατροφή τῶν κατοικιδίων.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τόν φλοιό της σέ ἀφεψήματα γιά πλύσεις πληγῶν σάν ἐπουλωτικό φάρμακο. Ἀπό τόν καρπό της παράγεται φαγώσιμο λάδι.

320) Ὕρνος

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἑρινεός, «Caprificus». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν μοροειδῶν. Οἱ καρποί του χρησιμοποιοῦνται πρὸς γονιμοποίηση τῆς ἡμερης συκιᾶς. Σέ πολλά μέρη τῆς Κρήτης, χρησιμοποιοῦνται ὡς τοπικά μαλακτικά, τοποθετούμενοι αὐτοῦσιοι ἐπὶ τῶν ἀποστημάτων.

321) Ὕσπρια

Πανελλήνιος ὀνομασία τῶν ἐδωδίμων ξηρῶν σπερμάτων τῶν ἔλλοβοκάρπων, ὅπως τῶν κουκιῶν, τῶν φασολιῶν, τῶν ρεβιθιῶν, τῶν μιτζελιῶν, τῆς φακῆς.

Ὅλα περιέχουν λευκώματα πλούσια σέ γλοβουλίνες καί νουκλεΐνες, ἀρκετή ποσότητα λίπους, ἄφθονο ἄμυλο καί πολλή τέφρα. Ἀποτελοῦν πολύτιμο τρόφιμο. Χρησιμεύουν ἀκόμη στή παραγωγή τῆς λεκιθίνης καί στή παραγωγή ἀλεύρων χρησίμων στή μαγειρική καί στή ζαχαροπλαστική.

Παλιότερα ἐχρησιμοποιοῦντο στή θεραπευτική διαιτητική ὑπό τήν μορφή τοῦ «ζωμοῦ τῶν ὀσπρίων» ὡς καί εἰς τήν ἀντικατάσταση δύο θηλασμῶν ἡμερησίως ἐπὶ βρεφῶν. Ἡ διαιτητική χρησιμοποίησις αὐτή ἔχει ἤδη ἐγκαταληφθεῖ.

Π

322) Παναγίτσα

Ἔτσι λένε στά ὄρεινά μέρη τῆς Κρήτης τό φυτό Ἴβρανθές τό εὖσομο, «*Primula Suaveolens*». Σέ ἄλλες περιοχές τοῦ νησιοῦ λέγεται καί δακράκι. Ἄνήκει στή οἰκογένεια τῶν ἱβρανθοδῶν. Φυτρώνει μόνο σέ ὄρεινές περιοχές. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τό ἀφέψημα τῶν ὑπεργειῶν μερῶν του σάν φάρμακο διαφορικό, καρδιοτονωτικό καί ἀντιπυρετικό.

323) Παναγιόχορτο

Μέ τήν ὀνομασία αὐτή βρίσκεται σέ πολλά μέρη τῆς Κρήτης τό φυτό Τεύκτριον τό Πόλιον, «*Teucrium Polium*». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν χειλανθῶν. Παρόμοια εἶδη τῆς αὐτῆς οἰκογενείας εἶναι τό Τεύκτριον τό Κρητικό πού περιγράφεται στή λέξη λιβανόχορτο καί τό τεύκτριον τό ξανθό πού περιγράφεται στή λέξη μωσχόχορτο. Τό παναγιόχορτο ἔχει τίς ἴδιες ιδιότητες μέ τά προηγούμενα καί δίδεται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική σάν φάρμακο διουρητικό, διαφορικό καί ἀντιπυρετικό. Ἐπί πλέον κατά παράδοση, προσκομιζόμενο σέ τίκτους, ἔχει τήν χάρι νά διευκολύνῃ τόν τοκετό τους. Καί τοῦτο γιατί ἡ Παναγία τό ἤγγιζε ὅταν γεννοῦσε τόν Χριστό.

324) Παπούλες

Κρητική ὀνομασία τῶν τρυφερῶν βλαστῶν τοῦ φυτοῦ Πίσσον τό κοινό «*Pissum Sativum*». Αἱ κορυφές αὐτές λαχανεύονται στό νησί καί κάνουν ὠραίες σαλάτες τήν Μεγάλη Σαρακοστή, ἀρτυμένες μέ λάδι καί ξύδι.

325) Παστανάγλα

Παλιότερη ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ Δαῦκος ὁ καρπός. Περιγράφεται στή λέξη καρῶτο.

326) Πατάτα

Πανελλήνια όνομασία του φυτού Στρώγγνος ό κονδυλόρριζος, «*Solanum Tuberosum*». Άνήκει στην οικογένεια των στρυχνοδών. Ήταν άγνωστη στους αρχαίους. Ή εισαγωγή της στην Έλλάδα έγινε κατά τους χρόνους του Καποδίστρια (1833-37). Ή θρεπτική της αξία, αξίζει όλη την προσοχή μας. Ή πρωτεϊνική της σύνθεση παρουσιάζει ύπεροχή έναντι όλων των άλλων φυτικών πρωτεϊνών και πλησιάζει πολύ την σύνθεση της ζωϊκής πρωτεϊνης. Περιέχει ακόμη άμυλο, λίπος, άζωτοϋχες ουσίες, κάλιο, μικρές ποσότητες βιταμίνης Α, μεγάλες ποσότητες βιταμίνης Β και ίχνη βιταμίνης C.

Στή Κρήτη χρησιμοποιείται εύρύτατα στή μαγειρική. Άξιόλογη δέ είναι και ή παραγωγή της στό νησί.

Ή λαϊκή θεραπευτική την χρησιμοποιεί όπτημένη και χλιαρά σαν μαλακτικό σε δοθιήνες και άποστήματα. Επίσης σε επιθήματα στό μέτωπο κομμένη φέτες σαν αντιφλογιστικό.

Οί πατάτες μέ φύτρα δέν πρέπει νά χρησιμοποιούνται στή μαγειρική γιατί μέ τό φύτρωμα αναπτύσσουν μέσα τους σολανίνη, ουσία πού μπορεί νά προκαλέσει γαστρεντερικές διαταραχές ή και δηλητηριάσεις.

327) Παρατζούνια

Κοινή όνομασία στην Άνατολική Κρήτη του φυτού Λωτός ό κερατιοφόρος, «*Lotus Corniculatus*». Είναι φυτό νομευτικό. Λέγεται ακόμη και άγριοτρίφυλλο και λωτός και σανταλίδα. Τά ύπέργεια μέρη του περιέχουν άζωτοϋχες ουσίες, ύδαάνθρακες, λίπη και μεταλλικά στοιχεία και είναι άριστη τροφή γιά τά αίγοπρόβατα.

Στή Κρήτη οί καρποί του —τά παρατζούνια ή και περατζούνια— τρώγονται ώμοί σαν τράγημα από τά παιδιά. Οί καρποί αυτοί δέν έχουν βέβαια καμιά σχέση μέ τους λωτούς των Λωτοφάγων πού αναφέρει ό Όμηρος (Ίλ. Β, 776). Οί λωτοί των λωτοφάγων ήσαν οί καρποί του δενδροθάμου

Λωτός ὁ Ζύζιφος, πού εἶχαν τό μέγεθος τῶν κουκουτσιῶν τοῦ κοινοῦ σκοίνου τῆς περιοχῆς μας, ἀλλά οἱ ὅποιοι ἦσαν γλυκεῖς ὅσο οἱ χουρμάδες. Τό φυτό αὐτό εὐδοκιμεῖ σάν αὐτοφυές στήν περιοχή τῆς Μικρῆς Σύρτεος τῆς Λιβύης, οἱ παλιοί κάτοικοι τῆς ὁποίας ἦσαν οἱ Λωτοφάγοι τῆς Ἰλιάδος.

Ἡ παρατζουνιά τῆς Κρήτης δέν χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική.

328) Πεντάνευρο

Ἔτσι λένε σέ διάφορες περιοχές τοῦ νησοῦ μας τό φυτό Ἄρνόγλωσσο ὁ κορωνόπους, «Plantago Coronopus». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἄρνογλωσσιδῶν. Σέ ἄλλες περιοχές τό λένε περδικοπάτημα, κυπαρισσόχορτο καί ψυλόχορτο.

Ἦταν γνωστό στους ἀρχαίους. Ὁ Διοσκουρίδης τό ἀναφέρει μέ τό ὄνομα Κορωνόπους. Στό νησί μας ἐκτός ἀπό τό εἶδος αὐτό εἶναι αὐτοφυῆ καί ἄλλα πεντάνευρα ἤ ἐπτάνευρα.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ὑπεργεια μέρη τους πολτοποιημένα καί ἀνακατωμένα μέ ρακί σάν φάρμακα ἀντιarthritικά καί ἀντιρευματικά σέ ἐπιθέματα.

Σέ πολλές περιοχές γιά τόν ἴδιο σκοπό τά πολτοποιοῦν μέ σφακόφυλλα, σκόρδο ἢ κρεμύδι καί τά ἐπιθέτουν στίς διογκωμένες ἀρθρώσεις.

Τά τελευταῖα ὁμως ἐπιθέματα συχνά γίνονται πρόξενα δερματικῶν διαταραχῶν καί ἐπιπόνων πληγῶν.

329) Πεντάφυλλο

Δημῶδες Κρητική ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Πενταδάκτυλο «Potentilla», τῆς οἰκογενείας τῶν ροδοειδῶν. Φυτρώνει σέ ὑγρά μέρη καί χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική σέ ἀφεψήματα διαφορικά καί διουρητικά.

330) Πεπονιά

Κοινή ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Πέπων ὁ Κοινός, «Cucumis

Melo». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν κολοκινθιδῶν. Μεταφέρθηκε στήν Ἑλλάδα ἀπό τήν Ἀσία καί τήν Ἀφρική. Καλλιεργεῖται γιά τούς καρπούς της —τά πεπόνια— πού ἀποτελοῦν γλυκό, δροσιστικό καί ἄριστο φρούτο.

Ἡ ἐπίσημη θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε παλιότερα τούς σπόρους ὄλων τῶν κολοκυνθοειδῶν σάν φάρμακο ταινιοκτόνο. Περιέχουν βερνίνη, πεπονίνη καί κιτρουλικό ὄξυ.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιοῖ τούς πεπονόσπορους ἀκριβῶς ὅπως καί ἡ ἐπίσημη θεραπευτική. Πρός τούτους ὁ ἄρρωστος παίρνει νηστικός τό πρωτῆ 20-30 γραμμάρια σπόρων, ἀφοῦ τούς ἀφαιρέσει τό περικόρπιο, ἐπί 4 ἡμέρες. Μιά ὥρα μετά τήν τελευταία δόση παίρνει καθαρτικό. Πολλές φορές τό ἀποτέλεσμα εἶναι ἐκπληκτικό.

331) Περγαμόντο

Κρητική δημώδης ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Κίτριο τό περγάμιο. Περιγράφεται στή λέξη ἐσπεριδοειδῆ.

332) Περδικάκι

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκεται στή Κρήτη τό φυτό Ἑλξίνη ἢ φαρμακευτική, «*Parietaria Officinalis*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν κνιδοειδῶν. Φυτρώνει σέ ἐρειπωμένους τοίχους ἢ σέ σάπιους κορμούς δένδρων. Ἦταν γνωστό στούς ἀρχαίους. Ἀναφέρεται μέ τήν ὀνομασία Παρθένιο ἀπό τόν Διοσκουρίδη, ὁ ὁποῖος τόθεώρει σάν ἀξιόλογη ἀντιτραυματική βοτάνη: «Δύναμιν δέ ἔχει τά φύλλα ψυκτικήν καί στυπτικήν, ὅθεν καταπλασσομένη ἰαται ἐρυσιπέλατα, κονδυλώματα, κατακαύματα, φύγεθλα ἀρχόμενα καί πασαν φλεγμονήν καί οἰδήματα». Ἀκόμη ἀναφέρεται ἀπό τόν Πλίνιο (Hist. Nat. 22, 41, 43). Στόν βίο τοῦ Περικλέους (Πλουτάρχου Περικλῆς, 13, 5), περιβάλλεται μέ τήν ἱστορία τοῦ τεχνητή πού γκρεμίσθηκε ἀπό τόν Παρθενῶνα ὅταν ὠκοδομεῖτο καί ὁ ὁποῖος ἦταν ἐτοιμοθάνατος. «ἀθυμῶντος δέ τοῦ Περικλέους, ἢ θεός, ὄναρ φανεῖσα συνέταξε θεραπείαν, ἦν χρώμενος ὁ Περικλῆς ταχύ καί ραδίως ἰάσατο τόν ἄνθρωπον».

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ ὑπέρ-
 γεια μέρη τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο τῶν νε-
 φρολιθιάσεων καί τῶν παθήσεων τοῦ γεννητικοῦ συστήμα-
 τος. Πολτοποιημένα δέ σέ ἐπιθέματα σάν φάρμακο πραῦν-
 τικό καί ἀντιφλογιστικό ἐπὶ ὀρχιτίδων, ἐγκουμάτων καί ἐλ-
 κῶν.

333) Περδικόχορτο

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Ἐλξίνη ἢ Λυσιτανική
 «*Parietaria Lusitanica*». Ἔχει τίς ἴδιες ιδιότητες μέ τό φυτό
 ἐλξίνη ἢ φαρμακευτική, πού περιγράψαμε στή λέξη περδι-
 κάκι.

334) Περδικοῦλι

Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἄναγαλὶς ἢ Κρητικὴ, «*Anagalis Cretica*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν πριμουλιδῶν.
 Ἰδιὸν εἶδος τῆς Κρήτης εἶναι ἡ ἀναγαλὶς ἢ λεπτοφυής. Φυ-
 τρώνει σέ χωράφια «πνιγάρικα» καί ὕγρα. Σέ πολλές περιο-
 χές λέγεται καί «χόρτο γιά τό ρῦμα» γιατί χρησιμοποιεῖται
 πολτοποιημένο σέ ἐπιθέματα ἢ σέ ἀφεψήματα κατά τῆς ὀ-
 μωνύμου ὀφθαλμικῆς παθήσεως «ρῦμα ἢ λάρια», ὅπως λένε
 στό νησί μας τὰ ἔλκη τοῦ κερατοειδοῦς. Τρωγόμενο ἀπό τὰ
 πρόβατα τούς προκαλεῖ «τσιλιό» (διάρροια). Γι' αὐτό λέγε-
 ται καί τσιλόχορτο.

335) Περιπλοκάδα καί περικοκλάδα

Μέ τὰ ὀνόματα αὐτὰ βρίσκομε στή Κρήτη τό φυτό Κομ-
 βόλβουλος, «*Convolvulus*» τῆς οἰκογενείας τῶν κομβολβου-
 λοειδῶν. Ἰδίᾳ τό εἶδος Καλυκόςτεγον «*Calystegia*». Εἶναι ἀ-
 νωφελές ἔρπον ζιζάνιο, περιέχον εἰς ὅλα τὰ ὑπέργεια μέρη
 του δηλητηριώδη οὐσία τὴν κομβολβουλβίνη. Τρώγεται μό-
 νον ἀπό τούς χοίρους ἀβλαβῶς. Δέν χρησιμοποιεῖται ἀπὸ
 τὴν λαϊκὴ κρητικὴ θεραπευτικὴ. Πιστεύεται στό νησί ὅτι
 φέρνει διχόνοια στά ἀνδρόγυνα, γι' αὐτό καί ὅταν τό βροῦν
 τό ξερριζώνουν ἀμέσως.

336) Πετεινόχορτο

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τά μηκωνοειδῆ φυτά. Περιγράφονται στίς λέξεις Κουτσουνάδα καί ὕπνος. Λένε ὁμως καί τό φυτό Ἄρνόγλωσσο τό μικρό «*Plantago Picolus*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἀρνογλωσσιδῶν. Ἡ λαϊκή Κρητικὴ θεραπευτικὴ τό χρησιμοποιεῖ σέ ἀφεψημάτα ὡς φάρμακο λιθοθρυπτικὸ καί διουρητικὸ.

337) Πετρόχορτο

Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Σέδον τό δριμύ «*Sedum Acutum*». Εἶναι φυτό τῆς τάξεως τῶν σαξιφραγῶδων. Σέ πολλά μέρη λέγεται καί ἀμάραντο. Ἔχει ζοηρά κόκκινα ἄνθη, φυτρώνει πάνω σέ πέτρες ἢ καί ξεροχώραφα καί χρησιμοποιεῖται ἀπό τὴν λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ σέ ἀφεψημάτα σάν φάρμακο εὐστόμαχο καί δυναμωτικὸ.

338) Πευκέδανο

Ὄνομασία τοῦ Κρητικοῦ φυτοῦ Πευκέδανον τό Κρητικόν, «*Peucedano Creticum*», τῆς οἰκογενείας τῶν σκιαδανθῶν. Ἀποτελεῖ ζιζάνιο τρωγόμενον μόνον ἀπὸ χοίρους. Δέν χρησιμοποιεῖται ἀπὸ τὴν λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ.

339) Πεῦκος

Δημώδης Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Πεῦκη, «*Ripus*». Ἀνήκει στή οἰκογένεια τῶν κωνοφόρων.

Τό φυτό ἦταν γνωστό στοὺς ἀρχαίους. Ἀναφέρεται ἀπὸ τόν Ὅμηρο, τόν Πausανία καί τόν Θεόφραστο. Ἡ Ἑλληνικὴ μυθολογία τό συνδέει μέ τὴν νύμφη Πίτυν, πού ὁ ἄνεμος Βορρέας συνέτριψε μέ τό φύσημά του ἐπάνω σέ βράχους, ἐπειδὴ ἐπροτίμησε γιὰ ἐραστὴ τῆς τόν Πάνα καί ὄχι αὐτόν. Ὁ Δίας μεταμόρφωσε τὴ νύμφη σέ δένδρο, πού ἀπὸ τότε «χαίρει μὲν πρὸς αὐτοὺς —δηλαδή τοὺς φιλονικησαντες ἐραστῆς— καί τόν μὲν Πάνα τῷ θαλῶ στεφανεῖ, θρηνεῖ δέ τό δένδρο ὅτε βορρᾶς ταύτη προσπνεύσει». Τό δένδρο συνδέεται ἀκόμη μέ τόν Πιτυοκάμπτην τοῦ ἰσθμοῦ τῆς Κορίνθου, τόν ὅποιον ἐφόνευσε ὁ Θησέας.

Στό νησί μας είναι αὐτοφυῆ τὰ εἶδη Πεύκη ἢ Χαλέπιος, «*Pinus Vulgaris* ἢ *Halepensis*», Πεύκη ἢ λαρικοειδῆς «*Pinus Laricio*» πού ἀπαντᾶ στήν Ἰδη, Πεύκη ἢ Βρέττιος «*Pinus Brutia*» πού θεωρεῖται ἴδιο Κρητικό εἶδος, παραλλαγή τοῦ κοινοῦ Πεύκου καί Πεύκη ἢ παραθαλάσσιος «*Pinus Maritima*» πού λέγεται κοινῶς γλυτσινόπευκο.

Ὁ Κρητικός Πεύκος ἔχει ὠραῖο σχηματισμό. Γι' αὐτό τόν προσομοιάζουν στό νησί μας μέ τόν γέρο πατέρα καί τούς κλώνους του μέ τὰ παιδιά του. Ἡ μεγαλοπρέπειά του ἀντικατοπτρίζει τή βαρύτητα τῆς οἰκογενείας. Κι ὅταν ὁ γέρο Πατέρας σέρνει τόν Κρητικό χορό, χορεύοντας μέ τὰ παιδιά του, ὁ Κρητικός λυράρης ἐπιγραμματικά ἐπισημαίνει τήν παρουσία του

«Εἰς τήν ὀμπρός μερά κρατεῖ ὁ πεῦκος μέ τσοῖ κλώνους
Θέ μου καί χάρισέ τους τον καί γέμιζέ τον χρόνους»

Ἡ Κρητική μούσα, μᾶς δίδει ἐπίσης σέ ἄδρες γραμμές, τή στενή συνάφεια τοῦ Κρητικοῦ βοσκοῦ μέ τό δένδρο:

«Τά ὄρη τῶν τά ροῦχα μας, κι οἱ πεῦκοι τά μαλλιά μας
κι οἱ κορασές τά νιάτα μας κι ἡ γῆς τά κόκκαλά μας»

Χρήσιμα μέρη τοῦ φυτοῦ εἶναι τό ξύλο του, οἱ τρυφεροί του βλαστοί, τά φύλλα καί οἱ κουκουναρές του.

Τό ξύλο του ἔχει ποικίλλες χρησιμοποίησεις. Ἄπ' αὐτό οἱ ἀρχαῖοι ἔπαιρναν τό «δαδί» καί τās «δάδας», μέ τὰ ὁποῖα ἤναβαν τή φωτιά ἢ ἔκαιγαν πρό τῶν νεκρῶν των. Ἄπό τό τελευταῖο αὐτό προέρχεται καί τό «ἐπί τās δάδας προσέρχεται» πού ἔλεγαν σ' ὅσους προσήγιζαν στό τέλος τῆς ζωῆς των.

Οἱ τρυφεροί βλαστοί καί τά φύλλα ἐχρησιμοποιοῦντο ἀπό τήν παλιά θεραπευτική στή παρασκευή βαλσαμικῶν καί ἀποχρεμπτικῶν φαρμάκων καθώς ἐπίσης τῶν λουτρῶν, πού συνιστοῦσε στίς χοιραδικές καταστάσεις. Οἱ κουκουναρές, ἐχρησιμοποιοῦντο ἀπό τούς ἀρχαίους στή κατασκευή τοῦ «στροβιλίτου οἴνου». Σήμερα ἀπ' αὐτές πέρνουν μόνο τὰ σπέρματα, τό κουκουνάρι, μέ τό ὁποῖο στή Κρήτη «ταΐζουν» τά ...μοναχόπαιδα.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τοὺς τρυφεροὺς βλαστούς, τὰ φύλλα καὶ τὶς κουκουναρές. Μὲ τοὺς βλαστούς καὶ τὰ φύλλα κάνει ἀφψημάτα γιὰ τὶς ἀναπνευστικὲς παθήσεις καὶ ἰδία τὴ φυματίωσι. Μὲ τὸ κουκουνάρι, μὲ μέλι καὶ μὲ ρινήματα σιδήρου, κάνει τὰ δυναμωτικὰ ματζούνια γιὰ τοὺς νιόπαντρούς.

340) Πηγουνιά

Μὲ τὴν ὀνομασίᾳ αὐτὴ βρίσκεται στὴ Κρήτη τὸ φυτὸ Παιωνία ἢ Κρητικὴ, «*Raeonia Cretica*». Ἄνηκει στὴν οἰκογένεια τῶν βατραχιοειδῶν. Κατὰ τὴν μυθολογίαν μὲ τὸ φυτὸ αὐτὸ ὁ ἰατρός τῶν θεῶν Παιάνας, ἐθεράπευσε τὸν Πλούτωνα, ὅταν ἐτραυματίσθηκε ἀπὸ τὸν Ἡρακλῆ.

Στὴ ρίζα τοῦ περιέχει ταννίνη, παιανόλη, γλυκοζίτες καὶ ὕδροκυάνιο. Ἄνεγράφετο παλιὰ σὰν στυπτικὸ καὶ ἀντιεπιληπτικὸ φάρμακο.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ ὑπεργεια μέρη τοῦ φυτοῦ σὲ ἀφψημάτα σὰν στυπτικὸ καὶ ἀντισπασμωδικὸ φάρμακο. Πολτοποιημένα δὲ χρησιμοποιεῖ τὰ ἴδια μέρη σὲ ἐπιθέματα, σὰν φάρμακο ἐπουλωτικὸ. Τὰ ἄνθη τῆς σὲ ἀφέψημα τὰ χρησιμοποιεῖ σὰν φάρμακο εὐστόμαχο καὶ πραϋντικὸ.

341) Πικραμυδαλιά

Ἔτσι λένε στὴ Κρήτη τὸ φυτὸ Ἄμυγδαλή ἢ πικρόκαρπος. Περιγράφεται στὴ λέξι ἀμυδαλιά. Ἀπὸ τοὺς πυρῆνες τοῦ καρποῦ πέρνουν μὲ ἐκθλιψὶ τὸ ἀμυγδαλόλαδο τῶν πικραμυγδάλων ποὺ ἔχει τὶς ἴδιες ιδιότητες μὲ τὸ ἀμυγδαλόλαδο τῶν κοινῶν ἀμυγδάλων. Τὸ ὑπόλοιπο τῆς ἐκθλίψεως ἀναμιγνύεται μὲ νερὸ καὶ ὑποβάλεται σὲ ἀπόσταξι. Τὸ προϊόν τῆς ἀποστάξεως ἀποτελεῖ τὸ αἰθέριο ἔλαιο τῶν πικραμυγδάλων.

Τοῦτο εἶναι ἄχρουν ὑγρὸ ποὺ σὺν τῷ χρόνῳ κιτρινίζει. Ἔχει χαρακτηριστικὴ ὁσμὴ καὶ ἀποτελεῖται ἀπὸ βενζαλδεϋδῆ, ὕδροκυάνιο καὶ βενζαλδεϋδοκυανυδρίνη. Εἶναι πολὺ δηλητηριώδες καὶ φυλάσσεται μὲ προσοχὴ. Χρησιμοποιεῖ-

ται κυρίως στήν άρωματοποιία, στή βιομηχανία τών άρωματικών σαπώνων, στά καλλυντικά και μετά τήν άφαίρεσι από αυτό τών κυανυδρικών στοιχείων στή ζαχαροπλαστική και ποτοποιία.

Στή Κρήτη θεωρείται δένδρο κατοικούμενο από υπερφυσικές δυνάμεις, πού προκαλοῦν στά παιδιά όταν τό πησιάσουν σοβαρές παθήσεις. Τίς παθήσεις αυτές τίς έλεγαν παληότερα «γράντισμα». Γι' αυτό λένε στή Κρήτη : «νά κατέχαν οί μανάδες πού γραντίζουν τά παιδιά, από κάτω στή συκιά και στή πικραμυγδαλιά...».

342) Πικρομάρουλο

Κρητική όνομασία του φυτού Κιχώριο τό έντετμημένο, «Cichorium intybus». Άνήκει στήν οικογένεια τών συνθέτων. Τό άφέψημα τών ριζών του χρησιμοποιείται από τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική σάν φάρμακο ευστόμαχο. Ή ρίζα του κονιοποιουμένη άφου ξεραθῆ, χρησιμοποιείται για τή νόθευσι του καφέ. Τά υπέργεια μέρη του λαχανεύονται.

343) Πιμπινέλλα ή πλατύφυλλος

Πολυετές δενδρύλλιο τών βοσκοτόπων τῆς Κρήτης, τῆς οικογενείας τών ροδοειδών, «Pimpinella depressa». Έχει φύλλα όδοντοτά και μικρά άνθη διατεταγμένα σε στάχεις. Χρήσιμα μέρη του ή ρίζα. Περιέχει αιθέριο λάδι, ρητίνες, πεκτινικές ύλες, άμυλο, σάκχαρο, γλυσχράσματα και πιπινελλίνη.

Ή λαϊκή Κρητική θεραπευτική τίς χρησιμοποιει σε άφεψήματα, σάν φάρμακα ευστόμαχα, διαφορικά, άντικαταρροϊκά, άντιπυρετικά και άποχρεμπτικά. Χρήσιμα είναι ακόμη τά ίδια άφεψήματα σε γαργάρες επί λαρυγγιτίδων.

344) Πιπεργιά

Κοινή όνομασία στή Κρήτη του φυτού Κάψικο τό έτήσιο «Capsicum anuum». Άνήκει στο άθροισμα τών σολανωδών. Κατάγεται από τήν Άμερική. Του φυτού υπάρχουν πολλά είδη. Κύρια είδη όμως αυτού, πού κηπεύονται στο νησί μας

είναι δύο: ή πράσινη και ή κόκκινη πιπεριά. Καλλιεργούνται για τούς καρπούς των τής πιπεριές, πού λαχανεύονται και τρώγονται μαγειρευμένες ή σέ σαλάτες. Περιέχουν καψαϊκίνη, άζωτοϋχες ούσιες, ξυλώδεις ίνες, λάδι και τέφρα. Οί κόκκινες πιπεριές δέν πολυχρησιμοποιούνται στη Κρήτη. Είναι πολύ καυστικές και πάρα πολύ λίγοι τής νοστημεύονται. 'Απ' αυτές πέρνεται μέ λειοτρίβησι ή κόνις τών καρπών τους πού χρησιμοποιείται σάν πιπέρι (κοκκινοπίπερο) και ή βιταμίνη C.

'Η παλιά θεραπευτική έχρησιμοποίησε τό περίβλημα του καρπού τών κόκκινων πιπεριών, υπό μορφή κόνεως, ύδατώδους έκχυλίσματος, έλαιορητινης και βάμματος, σάν φάρμακα διεγερτικά, ευστόμαχα και άντιαμορροϊδικά.

'Η λαϊκή Κρητική θεραπευτική συνιστά τήν κόκκινη πιπεριά κατά τής ναυτίας τής θάλασσας και κατά τής άκραιάς τών ούρων, και τήν χορηγεί κομένη σέ μικρά κομμάτια. 'Ακόμη χρησιμοποιεί τά φύλλα του φυτού σέ άφηνήματα σάν φάρμακο όρεκτικό και πολτοποιημένα σέ επιθέματα κατά τών αίμορροϊδών.

345) Πίσσα φυτική – Κεδρία

Προϊόν τής ξηρής άποστάξεως τών δαδούχων ξύλων, «catrame». 'Ηταν γνωστή στους άρχαίους μέ τήν όνομασία Κεδρία. 'Εχρησιμοποιείτο παληότερα στη ναυπηγική για τό «καλαφάτισμα» κάθε πλεούμενου. Περιέχει άφθονο κρεώζοτο, φαινόλες και τουλλουόλες και είχε πολλές έφαρμογές στη παλιά θεραπευτική. 'Εχρησιμοποιείτο στη παρασκευή του ύδατος τής πίσσας, του γνωστού βαλσαμικού και άντικαταρροϊκού κατασκευάσματος ως και τών «κατραμαλοιφών». 'Από τό 1914 χρησιμοποιείται ως μέσον προκλήσεως πειραματικών καρκίνων σέ ζώα, πρós μελέτη τής νόσου. Πρós τουτο έπιτρίβουν πίσσα-κεδρία, επί τής δερματικής έπιφανείας τών πειραματοζώων κατά συνέχεια, μέχρις έμφάνισης τών τοπικών όγκικών σχηματισμών.

'Η λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί αυτήν πρós κατασκευή διαφόρων άλοιφών.

345) Πλάτανος

Πανελλήνια ονομασία τοῦ φυτοῦ Πλάτανος ἢ Ἀνατολική, «*platanus orientalis*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν πλατανιδῶν. Ἦταν γνωστό δένδρο ἀπό τήν ποιό παλιά ἐποχή. Ὁ Ὅμηρος ἀναφέρει (Ἰλ. Β, 305), ὅτι κάτω ἀπό τόν πλάτανο πού βρισκότανε δίπλα στή «κρήνη» τῆς Αὐλίδας, οἱ Ἕλληνες ἐτέλεσαν θυσιές, πρὶν ἀναχωρήσουν γιά τήν Τροία.

Στή Κρήτη, μαζί μέ τούς ἄλλους πλατάνους, ὑπῆρχε καί πλάτανος ἀειθαλής. Ὁ πλάτανος αὐτός δέν ἄφηνε νά πέσουν τά φύλλα του τόν Χειμῶνα, ὅπως οἱ ἄλλοι. Μᾶς τό ἀναφέρει ὁ Θεόφραστος «Ἐν Κρήτῃ δέ λέγεται πλάτανόν τινα ἐν τῇ Γορτυναίᾳ πρὸς πηγὴν τινὴ ἢ οὐ φυλλοβολεῖ. Μυθολογοῦσι δέ ὡς ὑπὸ ταύτῃ ἐμίγη τὴν Εὐρώπην ὁ Ζεὺς» (Φυτ. Ἱστορ. Α, IX, 5). Τό ἴδιο μᾶς ἀναφέρει καί ὁ λατῖνος συγγραφεὺς Μάρκος Τερέντιος Βάρρο (Rep. Aust. I, VII, 6) καθὼς ἐπίσης καί ὁ Πλίνιος (Hist. Nat., XII, 5.2).

Σὰν ὑδροχαρές φυτό πού εἶναι, φυτρώνει στίς ὄχθες τῶν χειμάρων, κοντά σέ βρύσες καί γενικά σέ μέρη πού ὑπάρχουν νερά. Κι' αὐτό ἡ κρητικὴ μοῦσα μᾶς τό τονίζει :

«Ὁ πλάτανος θέλει νερό κι ὁ πεῦκος θέλ' ἀέρι
κι' ἡ κόρη γλυκοφίλημα πρωτὶ καί μεσημέρι»

Τό δένδρο συνδέεται στενά μέ τίς θλιβερές σελίδες τῆς Κρητικῆς ἱστορίας. Ἦταν τό προσφιλές δένδρο πού οἱ Τοῦρκοι κρεμοῦσαν τούς Κρητικούς ἐπαναστάτες πού ἐπίαναν. Ὄνομαστοὶ πλάτανοι-δήμιοι, ὑπῆρχαν ζωντανοὶ ἀκόμη καί πρό ὀλίγων χρόνων μέσα στό Ἡράκλειο, δίπλα στή «κρήνη» τοῦ Μοροζίνη καί στό βόρειο μέρος τῶν «τριῶν καμαρῶν». Μᾶς ἔχει γράψει γι' αὐτούς ὁ καλὸς φίλος καί διαπρεπὴς Τουρκολόγος, Νικόλ. Σταυρινίδης.

Συνδέεται ἀκόμη καί μέ τήν Κρητικὴ θυμοσοφία καί μέ τήν Κρητικὴ παράδοσι. Ἡ θυμοσοφία μας θεωρεῖ τό δένδρο ἄπιστο καί εὐτελές. Μᾶς τό λέει ἡ Κρητικὴ μοῦσα.

«Καὶ μήπως εἶμαι πλάτανος τά φύλλα μου νά ρίξω
καί σέ καί τὴν ἀγάπη σου νά τὴν ξελησμονήσω;

«Κι' ἴντα χαέρι-διάφορο, ὁ πλάτανος ν' ἀνθίσῃ
σαφὴ πλατανοκούβαρα, τόν κόσμο δά γεμίση».

Ἡ Κρητικὴ παράδοσις συνδέει τὸν πλάτανο μὲ τὸν «σωμαρά» τὸν τεχνίτη πού κατασκευάζει τὰ «σωμάρια» (σάγματα) τῶν ζώων. Ὁ καλὸς αὐτὸς ἄνθρωπος πῆρε ἀπὸ τὸν Χριστό, στό πληγιαμένο γαϊδουράκι τοῦ ὁποῖου ἐφθίαξε τὸ σωμάρι, δύο χαρίσματα. Νά κερδίῃ πάντοτε στά χαρτιά καί νά γίνεται πάντοτε ὅτι βάλει στό νοῦ του. Μὲ τὰ χαρίσματα αὐτά πού ἡ παράδοσις περιπλέκει σέ ὁμορφα ἐπεισόδια, ὁ σωμαρᾶς ἐπέτυχε νά ἀνεβάσῃ μιά λεγεῶνα διαβόλους ἐπάνω στόν πλάτανο τῆς αὐλῆς του καί νά μὴν τοὺς ἀφήνῃ νά κατεβοῦν. Ἔτσι ἀπὸ τότε ὁ πλάτανος χρησιμοποιεῖται γιὰ τὴν κατασκευὴ τῶν σωμαριῶν σέ ὅλο τὸν κόσμον, ἀφοῦ εἶναι τόσο γερὸς, ὥστε ἄντεξε νά σηκῶνῃ ἐπάνω του δέκα χιλιάδες «διαόλους», χωρὶς νά σπάσῃ. Μὲ ἀνάλογα εὐχάριστα γεγονότα ἔκαμε τοὺς διαόλους νά τὸν φοβοῦνται τόσο, ὥστε ὅταν μετὰ τὸν θάνατό του πῆγε σὰν χαρτοπαίκτης στὴν κόλασι, οἱ κατατρομαγμένοι διαβόλοι ἐφυγαν φωνάζοντες ὁ σωμαρᾶς, ὁ σωμαρᾶς. Κι' ὁ καλὸς σωμαρᾶς ἀφοῦ πῆρε ὄσους μποροῦσε ἀπὸ τὴν ἀφρούρητη κόλασι, πῆγε δίπλα στόν παράδεισο, κι ἔκανε ἓνα συνοικισμό, τὸν συνοικισμό τοῦ σωμαρά. Σ' αὐτὸν δέχεται μόνο ὅλους τοὺς πεθαμένους, πού δέν ἔκαναν φόνους, ἢ ληστείες καί δέν ἀνακατεῦθήκανε στὴν πολιτικὴ.

Ἡ παλιὰ θεραπευτικὴ δέν ἐχρησιμοποίησε τὸ φυτό. Ὁ Γεννάδιος ὁμως θεωρεῖ τοὺς φλοιούς του θεραπευτικούς. Ἔνα λινὸ ὕφασμα, ἀναφέρει, βρεμένο στό ἀφέψημά τους, εἶναι ἄριστο φάρμακο ἐπὶ ἐγκαυμάτων καί πληγῶν πού αἱμορραγοῦν, σέ ἐπιθέματα.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ δέν εἶδα νά χρησιμοποιεῖ τὸ φυτό. Οἱ Κρητικοὶ ὁμως χρησιμοποιοῦνε τὸ ξύλο του στὶς οἰκιακές καί γεωργικὲς τους ἀνάγκες καί τὴν σκιά του, κατὰ τῆς ζέστης, τὸ καλοκαίρι.

347) Πόα Βολβώδης

Κτηνοτροφικὸ καί νομευτικὸ ποώδες φυτὸ τῶν Κρητικῶν βοσκοτόπων «ροα bulbosa». Ἀπαντᾷ κυρίως στόν Ψηλορείτη. Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν ἀγρωστωδῶν. Στερεῖ-

ται κοινῆς ὀνομασίας καί θεραπευτικῶν χρησιμοποιοήσεων.

348) Πολύκαρπος

Δημώδης Κρητική ὀνομασία κατά τόπους τοῦ φυτοῦ Θαψία. «Thapsia». Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν προσωπανθῶν. Ἡ ρίζα του περιέχει ρητινώδη οὐσία πού χρησιμεύει στή παρασκευή τοῦ ὁμώνυμου χάρτου, τοῦ χάρτου τῆς θαψίας. Ὁ χάρτης αὐτός ἔχει ἐπισπαστικές καί ἐρεθιστικές ἰδιότητες καί ἐχρησιμοποιεῖτο παλιότερα γιά τήν κατασκευή ἐκδορίων.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιοεῖ τά ἀφεψήματα τῶν ὑπεργείων μερῶν τοῦ φυτοῦ σάν φάρμακο καθαρτικό. Ἀκόμη χρησιμοποιοεῖ τά ἴδια μέρη πολτοποιημένα σάν φάρμακο ἀντιarthritικό καί ἀντιρευματικό σέ ἐπιθέματα. Πυκνά ὁμως ἀφεψήματα προκαλοῦν πάντοτε δηλητηριάσεις καί γαστρεντερικές διαταραχές. Τά ἐπιθέματα ἐπίσης προκαλοῦν πολύ συχνά δερματικές διαβρώσεις καί δερματίτιδες. Σωστό εἶναι νά ἀποφεύγεται ἡ χρησιμοποίησις τοῦ φυτοῦ.

349) Πολυτρίχι

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἄδιαντο ἢ κόμη τῆς Ἀφροδίτης «Adiantum capillus Veneris». Ἄνηκει στή τάξι τῶν πτεριδιδῶν. Λέγεται ἀκόμη στή Κρήτη κατά περιοχές καί μουνοτρίχι καί μαλλόχορτο καί ψαλλιδόχορτο. Ἄπαντᾶ αὐτοφύες σέ ὑγρά μέρη. Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τά φύλλα καί τά ὑπέργεια μέρη ὡς Herba capillis Veneris, γιά τήν παρασκευή ἐγχυμάτων καί σιροπιοῦ, χρησιμοποιοῦμένων ὡς ἀποχρεμπτικῶν φαρμάκων στή παιδιατρική.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιοεῖ τά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα κυρίως διουρητικά καί ἐμμηναγωγά. Ἡ ἀποχρεμπτική τους ἰδιότητα δέν τῆς εἶναι γνωστή.

350) Ποντικιά

Έτσι λένε στη Κρήτη τό φυτό Μηδική ή δρεπανοειδής, «*Medicago falcata*». Ἀνήκει στην οἰκογένεια τῶν ἔλοβοκάρπων. Αὐτοφύεται σέ ἄγονα καί ξερά χωράφια. Τά ἄνθη της εἶναι χρυσοκίτρινα καί ὁ καρπός της λοβώδης. Ἀποτελεῖ ἀρίστη τροφή γιά τίς αἶγες, τά κουνέλια καί ὄλα τά οἰκόσιτα φυτοφάγα, ἰδία μετά τήν ἀποξήρανσί της, ὅταν τήν μαζέψουν προτοῦ μεστῶσουν τά «λουβιά» της. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν εἶδα νά τήν χρησιμοποιηθῇ.

351) Ποντόχορτο ἢ πλευριτόχορτο

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκεται στη Κρήτη τό φυτό Ὕσσυρις ἢ λευκή, «*Ossyris alba*». Ἀνήκει στην οἰκογένεια τῶν σανδαλιδῶν. Εἶναι θάμνος ἀειθαλῆς μέ παχέα πράσινα φύλλα καί ραγώδη καρπό, κοκκινωπό.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τά φύλλα καί τά ἄνθη της σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακα ἀντιπυρετικά καί ἐφιδρωτικά ἐπί τῶν νοσημάτων «πόντα» καί «πλευρίτις» (πνευμονία, βρογχοπνευμονία, πλευρίτις).

352) Πορδόχορτο

Κοινή Κρητική ὀνομασία σέ πολλά μέρη τῆς Κρήτης τοῦ φυτοῦ Δάτουρα ἢ κοινή, «*Datura vulgata*». Ἀνήκει στην οἰκογένεια τῶν στρυχνωδῶν. Φυτρώνει στους «κοπρολάκκους», στίς ἄκρες τῶν δρόμων καί ὄχι σπάνια καλλιεργεῖται σάν καλωπιστικό. Λέγεται ἀκόμη στη Κρήτη καί Διαολόχορτο. Περιγράφεται ἀπό τόν Θεόφραστο καί τόν Διοσκουρίδη μέ τήν ὀνομασία «στρύχνος ὁ μανιακός». Ἐλέγετο ἔτσι γιατί ἡ ρίζα του πινομένη σέ ἀφέψημα μέ κρασί «εἰς δόσιν δραχμῆς, πλῆθος φαντασίας ἀποτελεῖν οὐκ ἀειδεῖς, εἰς δόσιν τριῶν δραχμῶν, μή παύεσθαι μαινόμενον, καί εἰς δόσιν τεσσάρων δραχμῶν, ἀποκτείνει» (Θεόφρ. IX, 5-6).

Εἰς ὄλα τά μέρη του περιέχει τήν δηλητηριώδη οὐσία «δατουρίνη» – μίγμα ἀλκαλοειδῶν, ὕσκυαμίνης καί σκοπολαμίνης – ἡ ὁποία σέ μεγάλη ποσότητα μέσα στά ἄ-

φεψήματα, μπορεί νά προκαλέση καί τόν θάνατο. Σέ μικρότερες δόσεις προκαλεῖ νευροψυχικές ἐκδηλώσεις ὅπως καί τά παραισθησιογόνα.

Λέγεται ὅτι τό φυτό ἐχρησιμοποιοῖτο σάν φάρμακο παραδοσιακό ἀπό τούς ἱερεῖς τῆς Αἰγύπτου καί τῶν Ἀσκληπιείων, πρὸς ἐξουδετέρωσι τῆς θελήσεως τῶν νοσηλευόμενων καί τὴν ἐπιβολή σ' αὐτούς πολλῶν αἱματηρῶν ἢ μὴ, ἰατρικῶν πράξεων.

Ἡ παλιὰ θεραπευτικὴ ἐχρησιμοποιοῖ τό φυτό ὑπό μορφήν ἐγχυμάτων, ἐκχυλισμάτων καί κόνεως τῶν φύλλων πρὸς παρασκευὴ σκευασμάτων κατὰ τοῦ κοκκύτου, τοῦ βηχός, τῶν καταρροϊκῶν παθήσεων, τοῦ ἄσθματος καί τῶν κολικῶν. Οἱ Βούλγαροι μέ παρασκεύασμα ἀπὸ τό φυτό ἔκαναν τὴν cura Bulgara κατὰ τῆς νόσου τοῦ Πάρκινσον.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιοῖ τά ἄνθη καί τά φύλλα τοῦ φυτοῦ μαζί ἢ ὄχι, μέ φύλλα φασκομηλιάς πρὸς παρασκευὴ ἀντιασθματικῶν σιγαρέττων. Ἡ χρησιμοποίησις τοῦ φυτοῦ χρίζει προσοχῆς.

353) Πορτοκαλιά

Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ δένδρου Πορτοκαλέα, «*citrus sinensis*». Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν ἐσπεριδοειδῶν. Κατάγεται ἀπὸ τὴν Ἀσία. Στὴ Κρήτη εὐδοκιμεῖ ἄριστα καί καλλιεργεῖται ἐντατικὰ γιὰ τούς καρπούς τῆς τῆς πορτοκαλίας, πού ἀποτελοῦν τά ὠραιότερα καί πικάντικα χειμωνιάτικα φρούτα. Ὄνομαστά στὴ Κρήτη εἶναι τὰ Φοδελιανά πορτοκαλία, πού καλλιεργοῦνται στὴ πατρίδα τοῦ Δομήνικου Θεοτοκόπουλου, — τό Φόδελε. Ἀρίστης ποιότητος πορτοκαλία εἶναι ἐπίσης τὰ Χανιώτικα, πού καλλιεργοῦνται στίς εὐφορες καί πλούσιες σέ νερό Χανιώτικες περιοχές.

Οἱ καρποί, τά ἄνθη, τά φύλλα καί οἱ φλοιοί τοῦ δένδρου, ἔχουν ποικίλες χρησιμοποiehσεις. Περιγράφονται στὴ λέξι ἐσπεριδοειδῆ.

354) Πράσσα

Κοινὴ περιληπτικὴ ὀνομασία πολλῶν βολβόριζων φυ-

τῶν, τὰ ὅποια στή Κρήτη λαχανεύονται. Ἡ ὄνομασία ἀφορᾷ κυρίως τὰ ἀγριόπρασσα πού ψήνονται στή Κρήτη μέ ἄλλα «γιαχνερά» σέ ἐντράδες μέ κρέας ἢ χωρίς κρέας. Ἄλλα καί ἄλλα βολβόριζα πού δέν ἔχουν βοτανολογικά ξεχωρισθεῖ. Πράσσα λένε ἀκόμη στή Κρήτη σέ μερικές περιοχές της τόν κελντανέ (ἴδε λέξι).

355) Προβάτσα

Κοινή Κρητική ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Στατική ἢ κολπώδης, «*staticae sinuata*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν μολυβδαιοειδῶν. Στή Κρήτη λαχανεύονται καί θεωροῦνται θρεπτική ἀγριόβρουβα. Οἱ Κρητικοί θεωροῦν τό ἀφέψημα τῶν προβάτσων, ὅταν τά βράσουν πρός παρασκευή φαγητοῦ, ὑγιεινό ρόφημα. Τό πίνουν ζεστό χωρίς ζάχαρι καί τό λένε «προβατσόζουμο».

356) Πρωϊνή Δόξα

Κρητική ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Ἴππομαία ἢ Ἴππομοία, «*Ipomoea*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν περιαλλοκαυλοειδῶν. Μετεφέρθη ἀπό τήν Ἀμερική καί καλλιεργεῖται σάν φυτό καλωπιστικό.

Ἰδιο εἶδος αὐτοφυές τοῦ νησοῦ μας εἶναι ἡ Ἴππομοία ἢ Κρητική ἢ ἡ καμπανοῦλα ἢ βραχόφιλος. Φυτρώνει στό φαράγγι τῆς Σαμαριάς, στό Ἰμβριώτικο φαράγγι καί στά βουνά Ἰδη καί Δείκτη.

Στίς ρίζες του τό φυτό περιέχει κομβοβουλβίνη καί ἰαλαπίνη, οὐσίες πού ἐπιδροῦν στό ἔντερο καί τήν χοληδόχο κύστι καί ρυθμίζουν τήν ἀποβολή τοῦ περιεχομένου των.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν εἶδα νά χρησιμοποιεῖ τό φυτό. Προφανῶς γιατί δέν εἶναι πολύ προσιτό ἀλλά καί γιατί δέν ἔχει μελετηθεῖ ἐπισταμένως.

357) Πυξάρι

Κρητική ὄνομασία κατά τόπους τοῦ φυτοῦ Πυξός ὁ αἰθαλής, «*Buxus sempervivens*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν πυξοειδῶν.

Γιά τόν Κρητικό Πύξο μᾶς ἀναφέρει ὁ Νίκανδρος ὁ Κολοφώνιος ἀπό τόν δεύτερο πρό Χριστοῦ αἰῶνα. «Πύξου δέ χροῖη προσαλίγκιος Ὀρικήσιο». Ἡ Ὀρικός δέ κατά τούς Σχολιαστάς, «Ἀπόλλωνος πόλις ἐστίν, ἣν ἐπωνόμασεν Ὀρικόν. Ἐν τῇ Κρήτῃ δέ ἐστι καί πολλή πύξος αὐτόθι γίνεται».

Τό φυτό ἔχει σκληρό κίτρινο ξύλο, ἐπιδεκτικό στιλβώσεως καί εὐκόλου κατεργασίας. Χρησιμοποιεῖται στή κατασκευή ἐγχόρδων ὀργάνων καί τῆς Κρητικῆς λύρας, καθὼς ἐπίσης ξυλογλύπτων καί οἰκιακῶν ἐργαλείων. Παλιότερα πού ὑπῆρχαν πολλά δένδρα στό νησί κατασκεύαζαν μέ τό ξύλο του τούς Κρητικούς ἀργαλειούς. Ἡ Κρητική θεραπευτική δέν τό χρησιμοποιεῖ.

P

358) **Ραπάνια**

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τίς ἐπιμήκεις τρυφερές σαρκώδεις ρίζες τοῦ φυτοῦ Ραφανίς ἢ κοινή ἢ κηπαῖα «Raphanis sativa». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν σταυρανθῶν.

Τό φυτό ἦταν γνωστό στούς ἀρχαίους μέ τό ὄνομα ραφανίς τό ρέπανον. Ὁ Ἀθηναῖος (B, 56) λέγει ὅτι ὠνομάσθη ραφανίς ἀπό τό ραδίως φαίνεσθαι. Κατά τόν Ἡρόδοτο (B, 125), οἱ οἰκοδομοῦντες τήν πυραμίδα τοῦ Χέοπα στήν Αἴγυπτο, ἐτρέφοντο μέ κρεμμύδια, σκόρδα καί «συρμαίαις», δηλαδή ραπάνια. Κατά τήν ἀρχαία ἐποχή ἀπό τούς σπόρους τοῦ φυτοῦ παρεσκευάζετο τό καθαρτικό «συρμαία» ἀπό τό ὁποῖο ἐπεκράτησε τό ὄνομα πού μᾶς ἀναφέρει ὁ Ἡρόδοτος καί τό «συρμαίαν βλέπειν» πού ἐλέγετο ἀπό τούς ἀρχαίους σέ ὄσους εἶχαν διάρροια.

Στή Κρήτη καλλιεργοῦνται δύο εἶδη φυτοῦ. Ἡ ραφανίς ἢ μακρόριζος κοινῶς ραπάνι καί ἡ ραπανίς ἢ βολβόριζος κοινῶς ραπανάκια.

Οἱ σαρκώδεις ρίζες καί τῶν δυό τρώγονται σάν ὀρεκτικά, ὤμές. Πολλοί λαχανεύουν καί τούς τρυφερούς των βλα-

στους. Ὁ χυμός τῶν ριζῶν χρησιμοποιεῖται ἀπό πολλές Κρητικοπούλες σάν καλλυντικό. Ἡ λαϊκή θεραπευτική δέν εἶδα νά χρησιμοποιῆ τό φυτό.

359) Ρεῖκι

Δημώδης Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἑρείκη, «Erica», τῆς οἰκογενείας τῶν ἔρεικοειδῶν. Λέγεται καί κουκουλόχορτο γιατί «σκαλώνουν» ἐπάνω του τούς μεταξοσκώληκες γιά νά κάνουν τά «κουκούλια» (βόμβυκες). Τά ὑπέργεια καί ἀνθισμένα μέρη τοῦ φυτοῦ περιέχουν ἔρεικίνη, ἔρεικολίνη, καλουτανικόν ὀξύ καί μιά κίτρινη χρωστική. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά μέρη αὐτά σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο αἰμοκαθαρτικό καί ἀντιχολοιθισιακό. Τά ἴδια μέρη βρασμένα μέ νερό τά χρησιμοποιεῖ σέ ἐπιθέματα σάν φάρμακο ἀντιρευματικό.

Παλιότερα τά ἴδια μέρη σέ μίγμα μέ ἀμπελόφυλλα, σκόφυλλα καί φύλλα ρογδιᾶς, ἐχρησιμοποιοῦντο ἀπό τίς Κρητικοπούλες σάν βαφική ὕλη. Δίδουν χρῶμα λαδί.

360) Ριγόχορτο

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἑρυθραία τό κενταύριο, «Egytraea centaureion». Τά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα ἐχορηγοῦντο παλιότερα ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική σάν φάρμακο τοῦ «ρίγου», (τῆς ἐλονοσίας).

361) Ριζάρι

Ἔτσι λένε στή κρήτη τό φυτό Ἑρυθρόδανον τό βαφικό, «Rubia tinctoria». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἐρυθροδανοειδῶν. Ἦταν γνωστό στους ἀρχαίους. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Διοσκουρίδη (I, 150).

Χρήσιμα μέρη του εἶναι κυρίως ἡ ρίζα του. Περιέχει δύο χρωστικές, τήν ἀλιζαρίνη καί τήν πορφυρίνη. Ἐχρησιμοποιεῖτο παλιότερα στή λαϊκή βαφική καί ἔβαφε κόκκινα ἀνεξίτηλα.

Ἡ παλιὰ θεραπευτικὴ ἐχρησιμοποιοῦσε παράγωγα τοῦ φυτοῦ πρὸς θεραπεία τῆς ραχίτιδος τῶν παιδῶν.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ δὲν γνωρίζομε νὰ χρησιμοποιοῖ τό φυτό.

362) Ρόβι

Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ὁροβος «Ernum» τῆς οἰκογενείας τῶν ἔλλοβοκάρπων. Εἶναι κυρίως φυτό κτηνοτροφικό. Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιοῖ τοὺς σπόρους του βρεμένους μὲ ζύδι σὲ ἐπιθέματα, πρὸς ὀπισθοχώρησι «τῆς ταπεινάρας» ὅπως λένε στὴ Κρήτη τίς τραχηλικὲς ἀδενίτιδες.

363) Ροβίθια

Κοινὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ ἐρέβινθος ὁ κοινός, «cicer arietinum». Ἀνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν ἔλλοβοκάρπων. Λέγεται ὅτι ἐκαλλιεργήθη τό πρῶτον ἀπὸ τὸν Ποσειδῶνα τὸν θεὸ τῆς θάλασσης. Ἀπὸ ἐκεῖ ἀπόκτησε τὴν ἀρμύρα του.

Οἱ καρποὶ του τὰ ροβίθια εἶναι ὄσπριο θρεπτικό. Τρώγονται νωπά, βρασμένα καὶ «φρυγμένα» (στραγάλια, σκληρά, ἀφράτα, μουρούχια). Ἦσαν γνωστά στὴν ἀρχαιότητα. Ἀναφέρονται ἀπὸ τὸν Ὅμηρο στὴν Ἰλιάδα (N, 589), καθὼς ἐπίσης ἀπὸ τὸν Διοσκουρίδη καὶ τὸν Θεόφραστο. Ὁ Ἀθηναῖος ἀναφέρει ὅτι κατὰ τὴν ἐποχὴ του ἐτρώγοντο «ἀνθρακωμένοι». Οἱ Βυζαντινοὶ τὰ θεωροῦσαν «κοιλιοπρίκτες».

Στὴ Κρήτη τὰ ροβίθια χρησιμοποιοῦνται πρὸς παρασκευὴ τοῦ «φτάζουμου» ψωμοῦ. Τὴν μαγιά τοῦ ψωμοῦ αὐτοῦ τὴν ἔκαναν μὲ χονδραλεσμένα ροβίθια καὶ τὴν ἔλεγαν «κουνενό». Τό ζύμωμα ἐξαρτώταν ἀπὸ τό ἄν «ἔβγαινε ὁ Κουνενός». Δηλαδή ἄν ἡ ζύμωσις τῶν ροβιθίων συνετελεῖτο μέσα σὲ 24 ἕως 36 ὥρες. Ἄν ὁ κουνενός δὲν ἔβγαινε, αὐτό ἐσήμαινε πὼς ἡ γυναῖκα πού τὸν ἔκαμε δὲν ἦταν «καθαρή». Δηλαδή δὲν εἶχε τηρήσει σεξουαλικὴ νηστεία.

Τό «φτάζουμο ψωμί» ἐθεωρεῖτο στὴ Κρήτη «δαιμονικό τερατούργημα» γιατί τό προζύμη του ἦταν ἀνθρώπινης ἐπι-

νόησης. Τό κανονικό ψωμί έθεωρεῖτο ὡς ἡ ἀπό θεοῦ τροφή τοῦ ἀνθρώπου, γιατί κατεσκευάζετο μέ προζύμη πού κατά τήν γνώμη τους εἶχε ἀποκτήσει τήν ἰκανότητα νά ζυμώνη τό ψωμί, μέ θεία ἐπέμβασι. Πολλές φορές ἄλλωστε ἐζύμωναν μέ βási λίγο ζυμωμένο ἀλεύρι πού εἶχε διαβαστεῖ μόνον ἀπό τόν παπᾶ ἢ εἶχε τοποθετηθεῖ καί λειτουργηθεῖ στόν «ἅγιο τραπεζόφορα» (στήν ἹΑγία τράπεζα), ἢ πού μέσα στή ζύμη ἐτοποθετοῦσαν ἕνα «ἁγιοκωνσταντινάτο» χωρίς νά εἶναι προζύμη.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τά ροβίθια μασησμένα σέ ἐπιθέματα στίς «τριγυρίστρες». Δηλαδή στίς περιονυχίες. Ἡ διάνοιξις των ἐπετυγχάνετο μέσα σέ λίγες ὥρες λόγω τῶν φυραματικῶν οὐσιῶν πού ἐσχηματίζοντο, προφανῶς ἀπό τήν ἀνάμιξι τους μέ τόν σιέλο.

364) Ρογδιά

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκομε στή Κρήτη τό φυτό Ροιά, «Rupica», τῆς οἰκογενείας τῶν μυρτοειδῶν. Ὑπάρχει σέ δύο ποικιλίες, τήν γλυκειά καί τήν ξυνορογδιά. Λένε ὅτι μεταφέρθηκε στό νησί ἀπό τήν Καρχηδόνα.

Γιά τήν Κρητική ὁμως Ρογδιά μᾶς μιλεῖ ὁ Νίκανδρος ὁ Κολοφώνιος ἤδη ἀπό τόν τρίτο πρὸς τόν δεύτερο πρὸ Χριστοῦ αἰῶνα. Τήν ἀποκαλεῖ «σίδην οἰνωπὴν» καί «προμένειον»: «βρύκοι δ' ἄλλοτε καρπὸν ἄλις φινώδεα σίδης κρησίδος, οἰνωπῆς τε καί ἦν προμένειον ἔπουσι» (Ἀλεξιφάρμακα στιχ. 489-490).

Κατά τούς σχολιαστάς, ἡ Κρησίς σίδη, διεκρίνετο εἰς τήν «οἰνωπὴν», «εἶδος ροιάς καί οἰνάδος» καί εἰς τήν «προμένειον», «εἶδος ροιάς ἢ ὠνόμασται ἀπό τινος Προμένου Κρητός».

Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τούς φλοιούς τῆς ρίζας τῆς σέ σκόνι, καταπότια καί ἐγχύματα σᾶν φάρμακο ταινιοκτόνο. Περιέχουν πελετιερίνη, ἄμυλο, ἐλλαγικό καί γρινατοτανικό ὀξύ, μαννίτη, ρητινώδεις καί πεκτινικές ὕλες. Ἰσχυρές δόσεις τῶν φαρμάκων αὐτῶν ἐπροκαλοῦσαν κεφαλαλγία, ἰλιγγους, σπασμούς καί περιφερικές παραλύ-

σεις. Σήμερα δέν χρησιμοποιούνται.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ ἐχρησιμοποιοῦσε παληὰ τὰ ἀφεψημάτα τῶν ριζῶν τῆς σᾶν φάρμακο ἀνθελονοσιακὸ, κατὰ κύπελα. Ἐκτὸς ἀπὸ τὴν ἀνθη τῆς σέ ἀφέψημα σᾶν στυπτικὸ φάρμακο ἐπὶ χρονίων διαρροϊῶν καὶ σέ ἐπιθέματα ἐξωτερικὰ ἐπὶ αἱμορροϊδῶν.

Ὁ καρπὸς τοῦ φυτοῦ, τὸ ρόγδι, θεωρεῖται στό νησί σᾶν σύμβολο τῆς γονιμότητος. Γι' αὐτὸ ὅταν ἡ νύφη μετὰ τὴν στέψιν γυρίζει ἀπὸ τὴν ἐκκλησίαν, πρὶν νὰ μῆ στήν καινούργια τῆς κατοικία, θρυσματίζει ἕνα ρόγδι στήν ἐξώπορτα, ὑποσχόμενη ἔτσι ὅτι θὰ εἶναι γόνιμη.

Ἀφθονα κουκούτσια ρογδιοῦ ἢ «τζουμπες» ἀπὸ κουκούτσια οἱ χωρικοὶ τοῦ νησοῦ ἀναμιγνύουν στά κόλυβα πού ψήνουν γιὰ τοὺς νεκροὺς τῶν. Δέν ἀποκλείεται ἡ τόσον διαδεδομένη αὐτὴ συνήθεια, νὰ περικλείει ἕναν παραδοσιακὸ πυρήνα, χθονιότητος τοῦ φυτοῦ.

365) Ροδακινιά

Πανελληνία ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Ροδακινέα, «persica», τῆς οἰκογενείας τῶν ἀμυγδαλοειδῶν. Μεταφέρθηκε ἀπὸ τὴν Περσίαν. Καλλιεργεῖται στὴ Κρήτη γιὰ τοὺς καρποὺς τῆς τὰ ροδάκινα, τὰ ὁποῖα ἀποτελοῦνε ἄριστα φρούτα. Τὰ εἶδη πού καλλιεργοῦνται εἶναι παλιά, ὅπως τὰ κοινὰ μικρόκαρπα μὲ λευκὴ σάρκα ροδάκινα, οἱ «μαστοὶ τῆς ἀφροδίτης» τὰ ὠραῖα μεγαλόσωμα σαρκώδη ροδάκινα μὲ τὸ μικρὸ ἐν σχέσει πρὸς τὸ μέγεθός τοῦ ὅλου καρποῦ κουκούτσι καὶ τὰ «κεφτέλια» πιθανῶς τὰ ἄγρια ροδάκινα πού ὠριμάζουνε τὸν Νοέμβριο.

Ἡ παληὰ θεραπευτικὴ ἐχρησιμοποιοῦσε τὰ ἄνθη τῆς ροδακινιάς γιὰ τὴν παρασκευὴν σιροπιῶν ὑπακτικῶν καὶ ἀνθελμινθικῶν. Ἀπὸ τοὺς πυρήνες τῶν κουκουτσιῶν τῆς ἐπερνε λάδι μὲ τὸ ὁποῖον ἐνοθεύετο τὸ λάδι τῆς δαφνοκεράσου.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τὰ ἀφεψημάτα τῶν φύλλων καὶ τῶν ἀνθέων τῆς σᾶν φάρμακα καθαρτικὰ καὶ διουρητικὰ. Ἐκτὸς ἀπὸ τὴν ἀνθη τῆς σᾶν φάρμακο ἐπὶ νεφριτίδων.

366) Ροδαρά

Μέ τήν ὀνομασία «ροδαρές» ἐννοοῦμε στή Κρήτη ὅλα συλλήβδην τά εἶδη τοῦ γένους Ροδῆ, «Rosa». Στά εἶδη πού καλλιεργοῦν σάν κοσμητικά κυριαρχεῖ κυρίως ἡ τριανταφυλλιά. Καλλιεργοῦνται ὁμως πρός κόσμον καί πολλά ἄλλα ἐκλεκτότερα εἶδη. Περιγράφονται στή λέξι τριανταφυλλιά.

367) Ροδίκιο

Ἔτσι λένε στή Κρήτη πολλά φυτά καί κυρίως τό Θρύγιο τό κονδυλόριζο, «*Thrinicia tuberosa*» πού τό βρίσκουν αὐτοφυές σέ ὠρισμένες περιοχές κάθε χωριοῦ. Λένε ἀκόμη καί τό Κιχώριο τό εὐτενές «*cichorium divaricatum*» καί τό φυτό Κρηπίς «*Krepis*». Ὅλα αὐτά καί ἄλλα «ραδικοειδῆ» ἐγχωρίου ἀντιλήψεως, τά χρησιμοποιοῦν σάν ἐδώδιμες βροῦβες. Οἱ χωρικοί τοῦ νησοῦ χρησιμοποιοῦν ἀκόμη καί τό «ραδικόζουμο» (τό ἀφέψημα τῶν ραδικούχων χόρτων) σάν ρόφημα εὐστόμαχο διουρητικό καί θερμαντικό. Τό ἀφέψημα αὐτό εἶναι ἀρκετά πικρό. Πιθανώτατα περιέχει κιχωρίνη.

368) Ρόκα

Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Εὐζωμο, «*Eruca*», τῆς οἰκογενείας τῶν σταυρανθῶν. Τά ὑπέργεια μέρη καί οἱ καρποί του περιέχουν ἐλαιώδη οὐσία δριμείας γεύσεως, ὅμοια μέ τήν γεῦσι τῆς μουστάρδας. Χρησιμοποιεῖται σέ σαλάτες. Καί σέ μικρές ποσότητες τρωγομένη, μπορεῖ νά προκαλέση ἀξιόλογες διαταραχές ἀπό τό στομάχι καί ἀπό τό νευρικό σύστημα.

369) Ρολογιά

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Παπανθές τό κυανοῦν «*Passiflora caerulea*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν παπανθηδῶν. Κατάγεται ἀπό τήν Ἀμερική καί καλλιεγεῖται πρός κόσμον.

Ἀπό τά ἄνθη καί τήν ρίζα τοῦ φυτοῦ ἡ ἐπίσημη θεραπευτική παρασκευάζει τό βάμμα τῆς πασιφλόρας, πού χρησιμοποιεῖ σέ διάφορα σκευάσματα ἀντινευρικά, πραιντικά

του νευρικού συστήματος και αντιϊσθερικά και ύπνωτικά.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ δὲν γνωρίζω νὰ χρησιμοποιοῦ τὸ φυτό.

370) Ρύζι

Πανελληνία ὀνομασία τῶν μετὰ εἰδικὴ κατεργασία (ἀποφλοιοῦσι καὶ στίλβωσι) καρπῶν τοῦ φυτοῦ Ὑορυζα «Oryza», τῆς οἰκογενείας τῶν ἀγρωστωδῶν, πού φέρονται στό ἐμπόριο.

Τὸ φυτό εὐδοκιμεῖ σὲ ὑδροσκεπῆ χωράφια, ἀπὸ τὰ ὁποῖα δὲν διαθέτει τὸ νησί μας. Γι' αὐτὸ ἡ καλλιέργεια τοῦ φυτοῦ κι' ἂν ὑπάρχη στὴ Κρήτη, εἶναι ὑποτυπώδης.

Τὸ φυτό εἶναι αὐτοφυὲς στὴν Ἑνωμένη Ἀνατολὴ καὶ ἰδίᾳ στὴν Κίνα, ὅπου ἐκαλλιεργεῖτο σὰν μοναδικὴ καὶ ἀξιόλογη τροφή ἀπὸ τὴν ποίῳ παλῆ ἀρχαιότητα. Στὴν Ἑλλάδα μεταφέρθηκε μέσω τῆς Ἑγγύς Ἀνατολῆς ἀπὸ τῶν ἀρχαιοτάτων χρόνων, ἀναφέρεται δὲ ἀπὸ τὸν Θεόφραστο μὲ τὴν ὀνομασία «ὄρυζος». Μετὰ τὸν δεῦτερο παγκόσμιον πόλεμον ἡ καλλιέργειά του πῆρε μεγάλη ἔκτασι στὴ Μακεδονία, τὴν Ἡπειρο, τὴν Θεσσαλία καὶ τὴν Πελοπόννησο καὶ σήμερον ἡ Ἑλλάδα εἶναι αὐτάρκης σὲ ρύζι ντόπιας παραγωγῆς. Τὰ εἶδη πού καλλιεργοῦνται εἶναι διάφορα ἀναλόγως τῆς περιοχῆς.

Βρωματολογικὰ τὸ ρύζι εἶναι ἀρίστη τροφή. Περιέχει 85/00 ἄμυλο, ἐλάχιστες πρωτεΐνες, δεξτρίνη, σάκχαρα καὶ μικρὰ ποσότητα λίπους. Στίς χῶρες τῆς Ἑνωμένης Ἀνατολῆς ἀποτελεῖ τὴν συνηθισμένη τροφή ἀλλὰ καὶ χρησιμοποιεῖται πρὸς παρασκευὴν τοῦ ἀλεύρου ἀρτοποιήσεως τῶν. Στὴν χώρα μας χρησιμοποιεῖται στὴ διατροφή καὶ στὴ παραγωγή ἀλεύρων καὶ παρασκευασμάτων διαίτης, ζαχαροπλαστικῆς καὶ οἰκιακῆς οἰκονομίας. Παρατεταμένη δίαιτα μὲ ρύζι, χωρὶς τὴ λήψι ἄλλων τροφῶν, προκαλεῖ τὴν ἀρρώστια Μπέρι-Μπέρι.

Τὰ μετὰ τὴν ἐπεξεργασία τῆς ὀρύζης στοιχεῖα, χρησιμοποιοῦνται γιὰ ζωοτροφές.

Σ

371) Σαλέπι

Ἐνατολίτικης προελεύσεως παχύρευστο ρόφημα, παρασκευαζόμενο ἀπό τή ρίζα τοῦ φυτοῦ Ὀρχις ὁ ἄρρην. Περιγράφεται στή λέξι ἀσιρνικοβότανο.

372) Σαρανταβότανο

Κρητική πανάκεια γιά πολλές ἀρρώστιες. Ἰδιαίτερα γιά τήν στειρότητα ἀνδρῶν καί γυναικῶν, γιά τίς μητροπάθειες τῶν γυναικῶν, γιά τήν παχυσαρκία, γιά τοὺς ρευματισμούς, γιά τό «γράντισμα» (νευρικές παραλύσεις) καί γιά κάθε χρόνια, ἐπίμονη ἢ ἀθεράπευτη νόσησι.

Οὐσιαστικά πρόκειται γιά πυκνά ἀφεψήματα δεσμίδων ἀπό μέρη «σαράντα» ἀπαραιτήτως φυτικῶν εἰδῶν, πού βράζονται ὅλα μαζί σέ μεγάλο «ἀφόριο» (μὴ χρησιμοποιημένο) πῆλινο τσουκάλι. Τό ἀφέψημα αὐτό βραστό ὅπως εἶναι χύνεται στό χλιαρό νερό μιᾶς πλήρους μπιανέρας, μέσα στήν ὁποία κάνει μάνιο ὁ ἄρρωστος, σκεπασμένος μέ μάλλινη κουβέρτα «μέχρι τήν μύτη του» καί κατά τρόπο πού νά μπορεῖ νά ἀναπνέη ἐλεύθερα.

Τό λουτρό διαρκεῖ μισή ὥρα μέ τρία τέταρτα. Ὑστερα ὁ λουόμενος μέ ἐλαφρά διαίτα, ὑποχρεώνεται νά παραμείνη κλινήρης ὅλη τή μέρα. Ἡ ὅλη κούρα συνίσταται σέ τρία, πέντε, ἐπτά ἢ ἑννέα τέτοια λουτρά. Ἀπαραίτητα γιά τήν καλή ἔκβασι τῆς θεραπείας ὁ ἀριθμὸς τῶν λουτρῶν πρέπει νά εἶναι μονός.

Ἡ σύστασις τῶν σαραντοβοτάνων δέν εἶναι ἀπόλυτα τυποποιημένη. Σημᾶσία σ' αὐτὰ ἔχει ὁ ἀριθμὸς τῶν εἰδῶν πού μπαίνουν στή σύνθεσή τους παρά τό εἶδος. Γι' αὐτό στά Κρητικά σαρανταβότανα ὑπάρχουν διαφορές μόνον ὡς πρὸς τὰ χρησιμοποιούμενα φυτικά εἶδη, ποτέ ὁμως ὡς πρὸς τὸν ἀριθμὸ τους, πού ἀπαραίτητα πρέπει νά εἶναι σαράντα. Οἱ διαφορές αὐτές δέν μοῦ ἐπιτρέπουν – λόγω χώρου – νά ἀναφέρω κανένα. Ἐνα τέτοιο ὁμως σαρανταβότανο σέ πλήρη σύνθεσι, γραμμένο μέ δίστιχα, ἀναφέρεται στό ὠραῖο

βιβλίο «Λαογραφικά σταχυολογήματα» τῶν Οὔστομανωλάκη-Ταχατάκη, πού ἐκδόθηκε τό 1976 στό Ἑράκλειο.

373) Σαρδέλλα

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό γεράνιο τό ρυπαῖνον, «*geranium inquilans*». Περιγράφεται στή λέξι Γεράνια. Συμπληρωματικά ἀναφέρω ὅτι ὁ χυμός του διαλυόμενος σέ γάλα χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή θεραπευτική σάν φάρμακο λιθοθρυπτικό καί διουρητικό. Τά ἀφεψήματα τῶν φύλλων του χρησιμοποιοῦνται σέ ἐπιθέματα ἐπί παθήσεων τῶν μαθῶν. Τέλος ἡ σκόνι ἀπό τά φύλλα του χρησιμοποιοῦνται σέ ἐπιπάσεις ἐπί ἐλκῶν.

374) Σαρκόχορτο

Κρητική ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Γναφάλιο τό ἐλληνικό, «*Gnaphalium Grecum*». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν προσωπανθῶν. Ὑπάρχει σέ πολλά εἶδη, ἐπιπολάζει ὁμως στό νησί μας τό γναφάλιο τό ἄγριο. Εἶναι αὐτοφυές σέ πετρώδη ὄρενά χωράφια καί ἀνήκει στά ἀμάραντα. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ σέ ἀφεψήματα τά ὑέργεια μέρη του σάν φάρμακο ἐπουλωτικό καί σαρκοποιητικό. Γι' αὐτό τό λένε σαρκόχορτο. Τίς ἴδιες ιδιότητες ἔχει καί ἡ σκόνη τῶν ἴδιων μερῶν σέ ἐπιπάσεις. Ἐλαφρά ἀφεψήματα τῶν ἴδιων μερῶν δίδονται σάν φάρμακα ἀντιδιαρροϊκά καί ἀντιδυσεντερικά.

375) Σελβί

Κοινή ὄνομασία στήν ἄλλοτε Τουρκοκρατούμενη Κρήτη τοῦ φυτοῦ θαυμασία ἢ ἰαλάπη, «*Mirabilis Jalapa*». Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν νυκταγινωδῶν. Λέγεται ἀκόμη καί «κιντί τσιτεγί» καί «Δειλινό». Μεταφέρθηκε ἀπό τίς Τροπικές χῶρες καί καλλιεργεῖται σάν κοσμητικό. Ἀναφέρεται σέ πολλά Κρητικά δίστιχα. Δέν ἔχει θεραπευτικές ἐφαρμογές.

376) Σέσελι

Κοινή όνομασία στά όρεινά τής Κρήτης τοῦ φυτοῦ Σέσελι τό ἐτήσιο «*Sesseli Anuum*» Περιγράφεται στή λέξη ἀγριομαϊντανός. Συμπληρωματικά ἀναφέρω ὅτι ἦτο γνωστό στους ἀρχαίους. Τό ἀναφέρει ὁ Λατίνος συγγραφέας Γάιος Πλίνιος Σεκοῦνδος στό βιβλίο του *Historia Naturalis*, XX, 18, 1 «*creticum odoratissimum omnium*».

377) Σέσκουλο

Κρητική όνομασία τοῦ φυτοῦ Βέττη ἢ κοινή, «*Vetta Vulgaris*». Ἄνήκει εἰς τήν οἰκογένεια τῶν χηνοποδιδῶν. Ἡ ρίζα τής εἶναι σαρκώδης, ἀτρακτοειδής, ἐρυθροῦ, κιτρίνου ἢ καί λευκοῦ χρώματος. Περιέχει σάκχαρο. Ἀπό πολλούς λαχανεύεται. Τά φύλλα τής εἶναι μεγάλα, πράσινα στήν ἄνω ἐπιφάνεια καί πρασινοκόκκινα μέ ραβδώσεις στή κάτω. Εἶναι τής ἴδιας οἰκογενείας μέ τά μπατζάρια μέ μόνη τή διαφορρά ὅτι ἡ ρίζα του εἶναι πολύ περισσότερο γλυκειά. Τά φύλλα τοῦ φυτοῦ ὀπτούμενα καί ἀλοιφόμενα μέ λάδι χρησιμοποιοῦνται ὡς μαλακτικό ἐπί ἀποστημάτων.

378) Σησάμι

Πανελλήνια όνομασία τοῦ φυτοῦ Σήσαμον «*Sesamum*», τής οἰκογενείας τῶν πηδαλιοειδῶν. Ἦταν γνωστό στους ἀρχαίους. Ἀναφέρεται ἀπό τόν Διοσκουρίδη (A, 241), «σήσαμον κακοστόμαχον καί δυσωδίας στόματος ποιητικόν, ὅποταν βιβρωσκόμενον ἐμμείνη μεταξύ τῶν ὀδόντων». Ἀναφέρεται ἐπίσης ἀπό τόν Ἡσύχιον, τόν Πολυδεύκη καί τόν Λουκιανό, οἱ ὅποιοι μᾶς ὀμιλοῦν γιά τίς σησαμόπητες πού ἦσαν ἀπό τότε γνωστές. Τέλος ὁ Στράβων μᾶς ὀμιλεῖ γιά τό σησαμέλαιο.

Στή Κρήτη καλλιεργεῖται ἀρκετά περιορισμένα στή περιοχή τής Γεωργιουπόλεως Ρεθύμνης. Κυρίως ὁμως καλλιεργεῖται στήν Αἴγυπτο, στήν Τουρκία, στίς Ἰνδίες, στήν Κίνα καί στή Περσία καί ἔχει ἐμπορικό κέντρο τήν Μασσαλία.

Χρήσιμα μέρη τοῦ φυτοῦ εἶναι κυρίως τά σπέρματά του

—τό σησάμι—. Περιέχουν λάδι, πρωτεϊνικές ουσίες, έκχυλισματικές και ξυλώδεις ουσίες και έχει εύρεϊα χρησιμοποίηση στη ζαχαροπλαστική, στη χαλβαδοποιΐα και στη παραγωγή σησαμπολτού (ταχίνη) και φαγώσιμου λαδιού.

Τό σησαμέλαιο ἐχρησιμοποιεῖτο ἄλλοτε στή θεραπευτική σάν ὑπακτικό. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν εἶδανὰ χρησιμοποιεῖ τό φυτό.

379) Σίκαλις

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκομε στή Κρήτη τό φυτό Βρίζα, «Secale», τῆς οἰκογενείας τῶν σιτηρῶν. Καλλιεργεῖται γιά τούς σπόρους του, οἱ ὁποῖοι χρησιμοποιοῦνται γιά τήν παρασκευή ἀντιδιαβητικοῦ ψωμιοῦ. Περιγράφεται στή λέξη δημητριακά.

380) Σινιάυρι

Δημῶδης Κρητική ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Σινάπι, «Sinapis», τῆς οἰκογενείας τῶν σταυρανθῶν. Οἱ σπόροι του περιέχουν μυροσίνη, συγγρίνη καί μυρωνικό νάτριο. Ἐχρησιμοποιοῦντο παλαιότερα ποικιλοτρόπως στή θεραπευτική. Κυρία χρησιμοποίησις των ἦτο οἱ σιναποῦχες περιτυλίξεις ἐπί ἀναπνευστικῶν νοσημάτων, πρός πρόκλησι ἐπισπάσεως. Ἐπίσης ἡ παρασκευή τῶν σιναπισμῶν καί τῶν ἐκδοριῶν.

Τά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ λαχανεύονται στό νησί μας. Τό ἀφέψημά τους θεωρεῖται θεραπευτικό καί θερμαντικό καί πίνεται σάν ρόφημα κατά τήν παρασκευή φαγητοῦ ἀπό τό φυτό, μέ τήν ὄνομασία «σινιαυρόζουμο».

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τούς σπόρους τοῦ φυτοῦ βρασμένους καί περιτυλιγμένους σέ τοῦλι, σάν φάρμακο ἐπισπαστικό, ἀντιρευματικό, ἐμμηναγωγό καί ἀντινευραλγικό. Σύνηθες συμβάν ἡ πρόκλησις δερματικῶν διαβρώσεων. Τά ἴδια μέρη τοῦ φυτοῦ ἄλεσμένα καί ἀνακατωμένα μέ ἴσα μέρη ζάχαρης, ἐδίδοντο σάν φάρμακο γλακτοπαραγωγό.

Βιομηχανική χρησιμοποίησις τῶν σπόρων γίνεται στή παραγωγή τῆς μουστάρδας.

381) Σιτάρι

Πανελλήνια όνομασία του φυτικού γένους Σίτος «Triticum» της οικογενείας των άγρωστωδών. Ήταν γνωστό στους αρχαίους. Ή καλλιέργειά του και ή διδασκαλία της αποδίδεται από την Μυθολογία στη Δήμητρα, προς τιμήν της όποιας όπως αναφέρει ο Πausanias, έτελούντο εις την Έλευσίνα έορτές.

Ο Διόδωρος ο Σικελιώτης αναφέρει ότι οι Αιγύπτιοι και οι Άθηναίοι, έθεωρούσαν τίς χώρες των σάν πατρίδα του φυτού. Ή καλλιέργειά του εν τούτοις φαίνεται να ήταν πολύ παλαιότερη της Δήμητρας, γιατί ως απέδειξαν οι ανασκαφές τό σιτάρι έκαλλιεργείτο από την πιο παλιά αρχαιότητα από όλους τους λαούς. Παλιότερες περιοχές στις όποιες έκαλλιεργείτο ήσαν ή Αίγυπτος και ή Κρήτη. Άλλοι παραδέχονται ως παλαιότερες άκόμη την περιοχή μεταξύ Τίγρεως και Εϋφράτη ποταμού και την περιοχή της Σιβηρίας. Τό τελευταίο τό ύπεστήριξαν νεώτεροι συγγραφείς όπως ο Μπαζύ και ο Λινναίος.

Σήμερα τό σιτάρι καλλιεργείται σε όλες τίς χώρες γιατί αποτελεί τή βάση της διατροφής. Σιτοπαραγωγικές όμως χώρες είναι κυρίως ή Άμερική, ή Άργεντινή, ή Αϋστραλία, ή Ρουμανία και ή Ρωσία.

Τό φυτό καλλιεργείται για τους σπόρους του οι όποιοι χρησιμοποιούνται στη παραγωγή του ψωμιού, που αποτελεί τό κοινότερο μέσο διατροφής και τό μοναδικό και άνευ κόρου, χρησιμοποιούμενο τρόφιμο. Μονάχο του μπορεί να καλύψη τά 45 έκατοστά των θρεπτικών αναγκών του ανθρώπου.

Στη Κρήτη τό σιτάρι έκαλλιεργείτο από την Μινωική έποχή. Έκτοτε ή καλλιέργειά του στο νησί ήταν ευρέια σε όλες τίς έποχές. Μεταπολεμικά όμως ή καλλιέργειά του εξέπεσε.

Χρησιμοποιούμενα μέρη του φυτού σε κάθε περιοχή είναι οι κόκκοι για τόν άνθρωπο και τά άχαρα για τά ζώα. Στο νησί μας οι κόκκοι του —τό σιτάρι, αφού τους έπλεναν και

τούς «άλεσμάτιζαν», δηλαδή άφου του άφαιρουσαν τίς ξέ-
νες προσμίξεις, τά χώματα τίς πέτρες καί τόν παράκουκο
μέ τίς νεΐρες, τούς άλεθαν σέ άνεμόμυλους ή νερόμυλους
καί μέ τό άλεύρι τους έκαναν τό φρέσκο σταρένιο ψωμί, πού
έψηναν στους σπιτικούς φούρνους, άφου συνεπλήρωνε τή
ζύμωσή του μέ «προζύμι». Τό ψωμί αυτό άφου τό άνοιγαν σέ
άμφίπλευρο συμμετρία, τό «ξαναφούρνιζαν» καί έκαναν τό
«παξιμάδι», δηλαδή τόν Κρητικό διπυρίτη, μέ τόν όποίο έ-
τρέφοντο. Εϊδικό ψωμί, ζυμωμένο μέ μαγιά από ρεβίθια, ή-
ταν τό «φτάζυμο», πού συνήθως τό χρησιμοποιουσαν σαν
τράγημα ή γιά «τρατάρισμα» στίς γιορτές.

Μέ τό σταρένιο άλεύρι οί χωρικές τής Κρήτης έκαναν
άκόμη τά γλυκά τους. Τά πτωχά αυτά άλλά νόστιμα είδη
τής σπιτικής ζαχαροπλαστικής, όπως «τσοΐ τηγανίτες»,
«τσοΐ λουκουμάδες» καί τά «κουλουράκια». Έκαναν άκό-
μη καί έκλεκτά είδη φαγητού όπως τά «σκιουφηχτά μακα-
ρόνια», τσοΐ «χυλόφτες», τά «λαζάνια», τό «μαγκίρι», τόν
«χυλό» καί τό «λαντουρίδι» πού περιέγραψα παραπάνω.

Μέ σιτάρι χονδραλεσμένο στόν «χερόμυλο» οί κρητι-
κοπούλες έκαναν τόν «ξυνόχοντρο» (τόν Κρητικό τραχανά)
καί τόν άπλό «χόντρο», δηλαδή τό σκέτο χοντραλεσμένο ά-
λεύρι του χειρόμυλου, πού έψηναν μέ τούς χοχλιούς ή τό γά-
λα, ή άκόμη μέ διάφορα όσπρια, όπως τόν φασουλόχοντρο,
τόν φακόχοντρο, τόν ρεβιθόχορτο καί άλλα. Μέ τόν ίδιο έ-
καναν τό σπανακοπίλαφο ή τό λαχανοπίλαφο ή τυλίγοντάς
τον μέσα σέ άμπελόφυλλα τρυφερά, σέ λάχανο ή κολοκυ-
θανθούς, κολοκύθια, ντομάτες ή μελιτζάνες, έκαναν τούς
λαχαριστούς ντολουμάδες των. Άκόμη μέ τόν ίδιο χόντρο
έκαναν τό «μπουργούρι» καί τό «μπουρμπούρι», φαγητά
πού δέν ψήνονται πιά σήμερα. Ήσαν καί τά δυό πυκνόρευ-
στες σούπες μέ λάδι καί άλάτι ή μέ ζωμό κρέατος. Διαφορά
είχαν ότι ή μέν πρώτη παρεσκευάζετο μέ άπλό χόντρο, ένω
ή δεύτερη παρεσκευάζετο μέ χόνδρο πού πρίν νά τόν ψή-
σουν τόν έμούλιαζαν στό νερό καί τόν έστέγνωσαν στόν ή-
λιο, γιά νά γίνη «άφράτος».

Τά άπλά παρασκευάσματα μέ άλεύρι ή μέ χόντρο, τά έ-

διδαν σέ ἄρρώστους σάν ἐλαφρό φαγητό. Τά μέ ζωμό κρέατος ἢ μέ γάλα, τά ἔδιναν σέ ἀναρρωνύοντες γιά νά δυναμώσουν.

Τά δυό τελευταῖα παρασκευάσματα τό μπουργούρι καί τό μπουρμπούρι τά ἀνέφερα γιά νά τονίσω ὅτι καί τά δυό ἦσαν γνωστά στούς ἀρχαίους μέ τό ὄνομα «ἀθήρη» ἢ «ἀθήρη». Ὑπενθυμίζω δέ ὅτι ἀπό τήν τελευταία ὀνομασία ἀθήρη, ὁ Βιεννέζος γιατρός Haller (1875), ἔπλασε τόν τόσο γνωστό ὄρο «ἀθηροσκλήρωσις», γιά νά δηλώση τήν ὕλη τῆς μαλακυντικῆς ἐξεργασίας πού σχηματίζεται στόν ἔσω χιτῶνα τῶν ἀγγείων, ὅταν προσβληθοῦν ἀπό αὐτή τήν πάθηση καί πού τόσο ὁμοιάζει μέ τό Κρητικό μπουργούρι.

Μέ βρασμένο σιτάρι, μέ ζάχαρη καί μέ πολλά πολλά σπυριά ρογδιού, οἱ Κρητικοί κάνουν καί τά κόλυβα γιά τούς πεθαμένους τους. Ἀκόμη μέ σιτάρι καί ὄσπρια βρασμένα, κάνουν τά «παπούδια», τά χωρίς λάδι αὐτά φαγητά τῆς καθαρῆς Δευτέρας καί ὄλων τῶν νησιτίσιμων ἡμερῶν. Τά παπούδια πού ἔψηναν τήν παραμονή τῶν φώτων τά ἔλεγαν «παληκάρια». Ἀπ' αὐτά ἔδιδαν νά φᾶνε καί τά «βούγια» τους, γιά νά μιλήσουν τήν νύκτα μέ ἀνθρώπινη φωνή. Ἀπ' αὐτά ἔρριχναν ἀκόμη καί στίς στέγες τῶν σπιτιῶν τους γιά νά φᾶνε τά «πετεινά τοῦ οὐρανοῦ», συνοδεύοντας τό ρίξιμο μέ τήν εὐχή «φάτε ἔχνη καί πουλιά, νά χωρᾶτε τοῦ ζευγαῦ».

Ἡ λαϊκή Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τό σιτάρι μασημένο, σέ ἐπιθέματα, σάν μαλακτικό σέ ἀποστήματα, τριγυρίστρες καί δοθιῆνες. Καί ἡ Κρητικὴ θυμοσοφία τονίζει «ὄποιος τρώει ψωμί δέν ποθαίνει». Γι' αὐτό νά τρῶτε ὄλοι σας ψωμί, ἀλλά Κρητικό. Ἀκόμη γιά νά δείξη τήν παντελεῖ ἔλλειψη λέει: «Νᾶχαμε ἀλεύρι καί τυρί καί ξύστρα καί κουτάλα καί παρασθιά καί τζέντζερι, δά κάναμε λαζάνια».

Τελευταῖα ἡ ἐπιστήμη ἀποδίδει τήν μὴ τροπικὴ ἰδιοπαθὴ στεατόρροια, στή γλουτένη τοῦ σταριοῦ. Παρατηρεῖται σέ ποσοστὸ ἀξιόλογο σέ γυναῖκες καί παιδιά, ἀπὸ κατανάλωση προϊόντων κατασκευασμένων ἀπὸ σιτάρι. Ἡ πάθησις ἐκδηλώνεται μέ πεπτικὲς διαταραχές, κοιλιακὴ διάταση, μετεωρισμὸ, διάρροια καί στεατόρροια. Ἀποδίδεται σέ

κληρονομική μεταβίβαση γονιδίου άτελουσ διειδυτικότῆτος καί ύποχωρεί μέ δίαιτα άπηλλαγμένη γλουτένης. Ἡ γλουτένη καί ἡ γλιαδίνη εἶναι πρωτεΐνες μεγάλου μοριακοῦ βάρους πού ύπάρχουν κυρίως στά σιτηρά καί κατά ἄλλη θεωρία προκαλοῦν τά φαινόμενα τῆς παθήσεως, από ἔλλειψη ειδικοῦ ἐνζύμου τοῦ ἐντέρου —τῆς πεπτιδάσης— λόγω τῆς ὀποίας τά προϊόντα τῆς γλουτένης δέν ὑδρολύονται καί δροῦν τοξικά.

382) Σκαρολάχανο

Κρητική ὀνομασία κατά τόπους τοῦ φυτοῦ Δινόζωστις ἡ ἔτησία, «Mercurialis Anua». Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν γρομφαδιοδῶν. Εἰς ὄλα τά μέρη του περιέχει τοξική οὐσία, τήν λινοζωστήνη. Δέν χρησιμοποιεῖται από τή λαϊκή θεραπευτική. Πολλοί πιστεῦν στο νησί ὅτι λέγεται σκαρολάχανο γιατί φυτρῶνει μόνο σέ βουνοκορφές πού μόνον οἱ «σκάρες» (ὄλα τά πτερωτά πού τρέφονται μέ ψοφήμια), τό βρίσκουν καί τό τρῶνε. Ἄλλοι πιστεῦν ὅτι τό φυτό φυτρῶνει σέ χαλάσματα καί πετροχώραφα καί ὅτι τό λένε ἔτσι γιατί μόνο οἱ σκάρες τό τρῶνε, γιά νά χωνέψουν τά θνησιμαῖα.

383) Σκάρφη

Δημῶδες Κρητική ὀνομασία σχεδόν σέ ὄλο τό νησί, τοῦ φυτοῦ Ἑλλέβορος «Helleborus». Ἄνηκει στήν οἰκογένεια τῶν βατραχοειδῶν. Στο νησί μας φυτρῶνει σέ ὄρεινά ἀκαλλιέργητα χωράφια, ἀνθίζει από τόν Σεπτέμβριο καί πέρα μέχρι ὄλον τόν χειμῶνα καί ἔχει δύσοσμα ὄλα τά ὑπέργεια μέρη του.

Ἦταν γνωστό στούς ἀρχαίους. Ἐχρησιμοποιεῖτο στίς νευροψυχικές παθήσεις, γι' αὐτό ὄταν κανεῖς εἶχε ψυχασθένεια, δηλαδή ἦτο τρελλός, οἱ ἀρχαῖοι ἔλεγαν «ἐλεβόρου δεῖται». Λένε ὅτι οἱ θεραπευτικές του ιδιότητες ἀνακαλύφθηκαν από τόν μυθικό βοσκό καί μάντι Μελάμποδα, πού εἶχε παρατηρήσει τίς αἶγες του νά τρελαίνονται, ὄταν ἔτρωγαν τό φυτό. Ὁ ἴδιος ἔθεράπευσε μ' αὐτό τίς θυγατέρες τοῦ βασι-

λειά τῶν Ἀργείων, Πρωτέα, πού ἔπασχαν ἀπό μανία.

Τίς θεραπευτικές ιδιότητές του περιγράφει ὁ Ἴπποκράτης στό βιβλίο του «περί τῶν δι' Ἑλλεβόρου καθάρσεων». Ὁ Ἴπποκράτης φαίνεται νά ἀνέγραφε τό φυτό σέ πολλές παθήσεις, ἀπό τόν πυρετό καί τήν πλευρίτιδα, μέχρι τίς περιτονίτιδες, τήν μελαγχολία καί τό μανιακό παραλήρημα.

Ὁραϊές περιγραφές γιά τίς ιδιότητες τοῦ φυτοῦ μᾶς ἀναφέρει ἐπίσης ὁ ἰατρός Κτησίας ὁ ἐκ Κνίδου εἰς τά ἔργα του, μέρος τῶν ὁποίων διεσώθησαν ἀπό τόν Ὁρειβάσιο.

Κατά τό 500 μετά Χριστό ὅπως ἀναφέρει ὁ Φιοραβάντι εἰς τό βιβλίο του *Carpi medicinali*, τό φυτό ἐχρησιμοποιεῖτο εὐρύτατα στή θεραπευτική. «Κάθε χρόνο» λέει «ἔφέροντο στή Ρώμη περισσότερα ἀπό 300 μουλάρια, φορτωμένα ἀπό ἑλλέβορο, ὁ ὁποῖος ἐξωδεύετο ὀλόκληρος».

Ἀπό τούς μεταγενεστέρους περιγράφει τό φυτό ὁ Ἑλβετός Φίλιππος, Θεόφραστος Παράκελσος (1493-1541) «ὁ πλέον τρελλός ὄλων τῶν ἰατρῶν καί ὁ πλέον ἰατρός ὄλων τῶν τρελλῶν». Αὐτός ἐθεώρει τόν ἑλλέβορο ὡς τό πολυτιμότερο καί ἀποτελεσματικότερο φάρμακο τῶν νεφριτίδων, τῆς ἀποπληξίας, τῆς ἐπιληψίας καί τῶν ἀρθριτίδων.

Ἀπό τούς πολύ νεώτερους γιатρούς μέ τόν ἑλλέβορο ἀσχολήθηκε ὁ Ἴταλός Vincenzo Chiarugi (*Comuniazione all Convegno κ.λ.π. Firenze 27-30 Aprile 1950-51*). Ἀνέφερε ὅτι ἀπό τήν μελέτη τῶν κλινικῶν ἐφαρμογῶν τοῦ φυτοῦ σέ ψυχοπαθεῖς καί σχιζοφρενικούς, προέκυψε ὅτι ἡ δράσις του ὀφείλεται στούς βιαιοτάτους σπασμούς ἐπιληπτοειδοῦς τύπου, πού προκαλεῖ μετά τήν λήψι του, καί οἱ ὁποῖοι δέν διαφέρουν καθόλου ἀπό τούς σπασμούς πού ἡ σύγχρονη ἐπιστήμη προκαλεῖ στούς ἴδιους ἀρρώστους μέ καρδιαζόλη, ἰνσουλίνη καί ἠλεκτροσόκ. Οἱ σπασμοί αὐτοί ὅπως ἀναφέρει «βαίνουν συνήθως ἐλαττούμενοι καί σβενύμενοι. Ὅχι σπάνια ὁμως συνοδεύουν τόν πάσχοντα μέχρι τοῦ τέλους του». Ἀπό τίς μελέτες του ἐπὶ τοῦ φυτοῦ ὁ Chiarugi συμπεραίνει ὅτι τό Shoc ὡς μέσο θεραπείας τῶν ψυχοπαθῶν ἦτο γνωστό καί οἰκεῖο ἀπό τήν ἀρχαιότητα.

Γιά τόν Κρητικό ἐλλέβορο μᾶς ἀναφέρει ὁ Γαληνός. Ὁ Πίττον Τουρνεφόρτ, ὁ ἐπιφανής Γάλλος βοτανολόγος, πού ἐπεσκέφθηκε τό νησί μας τό 1700, ἀναφέρει ὅτι συνήντησε στά ὄρεινά τῆς Κεντρικῆς καί τῆς Δυτικῆς Κρήτης τόν ἐλέβορο τόν ἀνατολικό, δηλαδή αὐτό τοῦτο τό φυτό πού ἐχρησιμοποιοῦσαν οἱ ἀρχαῖοι. Τόν ἐλέβορο ὅμως πού χρησιμοποιοῦσαν αὐτοί τόν ἔπαιρναν ἀπό τά ὄρεινά τῆς Ἀττικῆς καί τήν Παρνασσίδα καί ὄχι ἀπό τό νησί μας.

Πολύ παλιά ἡ θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε ἀφεψήματα τοῦ φυτοῦ μόνο σάν φάρμακα καθαρτικά. Ἡ σύγχρονη θεραπευτική δέν τό ἐχρησιμοποίησε οὔτε τό χρησιμοποιεῖ.

Τό φυτό τό εἶχαν περί πολλοῦ οἱ Τοῦρκοι πρακτικοί γιατροί τοῦ Μεγάλου Κάστρου. Τό χρησιμοποιοῦσαν στίς ψυχοπνευματικές παθήσεις. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική τό χρησιμοποιεῖ σπάνια σέ ἐξωτερικές ἐπαλήψεις σάν φάρμακο ἀντιπαρασιτικό. Γενικά ὅμως τό φυτό εἶναι σήμερο ἄγνωστο καί ἴσως ἴσως μόνον μερικοί γέροι βοσκοί νά τό γνωρίζουν, γιατί φυτρώνει σέ ὄρεινά σκιερά μέρη καί γιατί τά «ὄζά τους» τό ἀποφεύγουν.

384) Σκῖνος

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Πιστάκη ἢ σχῖνος, «*Pistacia Lentiscus*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἀνακαρδιδῶν. Τά φύλλα καί ὁ φλοιός του περιέχουν δεσικές οὐσίες, χρήσιμες στή βυρσοδεψία. Οἱ καρποί του περιέχουν λάδι εὐχαρίστου ὀσμῆς, πού μπορεῖ νά χρησιμοποιηθεῖ στή μυρεψική καί στή σαπωνοποιᾷ.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τοὺς φλοιούς καί τά φύλλα τοῦ φυτοῦ σέ σκόνη σάν φάρμακο στυπτικό καί ἐπουλωτικό πληγῶν.

385) Σκόρδο

Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Σκόροδο τό κοινό «*Allium Sativum*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν λειριωδῶν. Οἱ Βολβοί του, τά σκόρδα, εἶναι ἐδώδιμοι καί γνωστοί ἀπό

τῶν ἀρχαιοτάτων χρόνων. Μέ αὐτοῦς οἱ ἀρχαῖοι κατασκεύαζαν τήν «σκορδάλμην» δηλαδή τήν σημερινή σκορδαλιά. Οἱ ἀρχαῖοι τό ἐκαλλιεργοῦσαν σέ εἰδικούς κήπους «τούς σκορδῶνας». Ὁ Ἱπποκράτης ἀναφέρει γι' αὐτό ὅτι τρωγόμενο σέ μεγάλες ποσότητες προκαλεῖ «σκορδινισμό». Καί ὁ Διοσκουρίδης προσθέτει ὅτι «βιβροσκόμενον ἔλμινθας πλατείας ἐξάγει». Ἀναμφισβήτητα δέ ἀπό τῶν ἀρχαιοτάτων χρόνων μέχρι σήμερα, τοῦτο ἀποτελεῖ ἀρτυματική καί ἀντιβασκανική πανάκεια τῶν χωρικῶν μας.

Περιέχει λιπαρές, λευκωματοῦχες καί ἀμυλώδεις οὐδίες, θειάφι, ἀσβέστιο καί φωσφόρο, πολύ πτητικό αἰθέριο λάδι, θειοκυανιοῦχο ἀλλίλιο καί μιά ἐνζυματική οὐσία, τήν ἀλισσίνη, ἡ ὁποία εἶναι παράλληλα καί ἰσχυρό ἀντισηπτικό τοῦ ἐντέρου.

Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποίησε στοιχεῖα ἀπό τούς βολβούς τοῦ σκόρδου, πρὸς παρασκευὴ σκευασμάτων χρησίμων στή θεραπεία τῶν ἀναπνευστικῶν νοσημάτων, τῆς πνευμονικῆς φυματιώσεως, τῆς γαγγραίνης καί τοῦ ἀποστήματος τοῦ πνεύμονος ὡς καί αὐτοῦς τούτους τούς βολβούς κατά τεμάχια καταπινομένους πρὸς πρόληψη τῶν ἐπιδημικῶν νοσημάτων.

Σήμερα χρησιμοποιεῖται σάν φάρμακο ὑποτασικό καί ὑπάρχουν παρασκευάσματα ἀπό σκόρδο πού διετίθεντο ἀπό τά φαρμακεῖα μέχρι πρό τινος σάν ὑποτασικά, ὅπως ἡ Ἀλισατίνη, ἡ Βισκαλίνη καί ἄλλα.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ πολλαπλᾶ τό σκόρδο. Τρωγόμενο αὐτούσιο τό θεωρεῖ ὡς προληπτικό τῆς Γρίπης καί ὡς θεραπευτικό τῶν ἐντερικῶν παρασίτων. Ἀκόμη καί ὡς μέσο ἀπομακρύνσεως τῶν κουνουπιῶν καί τῶν διαφόρων δηλητηριωδῶν ἔρπετων, γιά ὅσους κοιμοῦνται τήν νύκτα στά χωράφια τους. Ἐπί μεθυσμένων τά χρησιμοποιοῦν πολτοποιημένα σέ ἐπιτρίψεις τῶν ρινοστοματικῶν κοιλοτήτων. Τεμαχισμένα σέ μικρά κοματάκια τά καταπίνουν χωρίς νά τά μασήσουν σάν φάρμακο ὑποτασικό. Καί

ἐπί ὀσπριοφαγίας τὰ χρησιμοποιοῦν συμπληρωματικά σάν διεγερτικό τῆς στομαχικῆς καί ἐντερικῆς λειτουργίας. Τὴν ὄσμη τοῦ σκόρδου τὴν καταπολεμοῦν μέ φύλλα ἢ σπόρους μαϊντανοῦ πού μασοῦν μετὰ τὸ φαγητό ἢ μετὰ τὴν ὅποιαδὴποτε χρῆσι του.

Οἱ γιαγιάδες καί οἱ γυναῖκες τοῦ χωριοῦ, θεωροῦν τὸ σκόρδο ἀντιβασκανικό. Τὸ κρεμοῦν σέ φυλακτὰ στό λαιμό τῶν παιδιῶν γιά νά τὰ προφυλάσσουν ἀπό τὸ «φτάρμισμα» ἢ ἀπλῶς χρησιμοποιοῦν τὴν φράση «σκόρδο στά μάτια σου», πού τὴν λένε ἀπό μέσα τους σέ κάθε περίπτωση, γιά νά ἀποφύγουν τὸ μάτιασμα τῶν παιδιῶν τους.

Ἡ Κρητικὴ θυμοσοφία ἐκδηλώνουσα τὴν πίστη της στίς δυναμωτικές ιδιότητες τοῦ φυτοῦ λέει «φάε σκόρδο νά πετάξης καί κρομμῦδι νά λουφάξης». Λέει ἀκόμη καί τὸ ἄνοιωμα: Ἐγὼ καμα τὴν μάνα μου κι ἡ μάνα μου ἐμένα καί τῶν παιδιῶν μου τὰ παιδιά, ἐκάμανε κι ἐμένα.

386) Σκορδόχορτο

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τὸ φυτό Τεύκτριον τὸ σκορδοειδές «*Teucrium Scordoides*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν χειλανθῶν. Εἶναι φυτό ὑδροχαρές. Φυτρώνει σέ κήπους καί λιμνάζοντα χωράφια. Παλιότερα ἐχρησιμοποιεῖτο ἀπό τὴν θεραπευτικὴ μέ τὴν ὀνομασία *Herba Scordii* καί ἐδίδεται σέ ἐγχύματα σάν φάρμακο ὀρεκτικό καί διεγερτικό τοῦ στομάχου καί τοῦ ἐντέρου.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ δέν εἶδα νά χρησιμοποιεῖ τὸ φυτό. Τοῦτο σπανίως λαχανεύεται.

Γιά τὸ Κρητικὸ σκόρδιο σάν θεραπευτικὸ φυτό ἀναφέρουν ὁ Διοσκορίδης στό περί ὕλης ἱατρικῆς του (III, 111) καί ὁ Σερβίλιος Δαμοκράτης σέ πολλά μέρη τῆς Θηριακῆς του (Θηρ. 119, 174, 199). Ὁ πρῶτος ἀναφέρει «σκόρδιον, φύεται ἐν ὀρεινοῖς τόποις καί ἐλώδεσι.. ἐναργέστατον δέ ἐστὶ τὸν Ποντικόν καί τὸ Κρητικόν». Ὁ δεῦτερος ἀναφέρει «..τούτοις προσαπόδος πέντε σκορδίου δραχμάς. Τὸ Κρητικόν δ' ἄμεινον ὡς προείπομεν». Τὸ φυτό ἐχρησιμοποιεῖτο ὡς ἀντιφάρμακο ἐπὶ δηγμάτων ὄφρων ἢ σκορπιῶν.

387) Σκορπιδόχορτο ἢ σκορπίδι

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκομε νά ὀνομάζονται στή Κρήτη τέσσερα κυρίως φυτά: Τό φυτό Γυμνόγραμμα, τό φυτό Ἄσπληνο ἢ ὀνόπτερις, τό φυτό Σκροφουλαρία ἢ Κύνειος καί τό φυτό Δωρόνικον.

Τό πρῶτο καί δεῦτερο φυτό «*Gymnogramma Ceterachii*» καί «*Asplenium Oporteris*» ἀνήκουν στήν οἰκογένεια τῶν πτεριδιδῶν. Φυτρώνουν σέ πετρώδη ἐδάφη καί λίγο πολύ μοιάζουν μέ τήν φτέρη. Καί τά δύο χρησιμοποιοῦνται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική σέ ἀφεψήματα, ἐπί δερματικῶν ἐξανθημάτων σέ ἐπαλείψεις. Τό δεῦτερο ἀπ' αὐτά ἀναφέρεται τόσον ἀπό τόν Διοσκορίδη σάν φάρμακο κατά τῶν διογκώσεων τοῦ σπληνός, τό ὁποῖον ἐχορήγουν σέ ἀφεψήματα μέ ξύδι, ὅσο καί ἀπό τούς Λατίνους συγγραφεῖς Μάρκο Βιρτούβιο Πόλλιο (*De Archit.* I, IV, 10), καί Πλίνιο (*Hist. Nat.* XXVII, 17, 1). Ὁ Πόλλιο μάλιστα μᾶς πληροφορεῖ ὅτι τό φυτό αὐτό ὑπάρχει τόσο στή περιοχή τῆς Κνωσσοῦ ὅσο καί στήν περιοχή τῆς Γόρτυνας.

Ἡ Σκροφουλαρία ἢ κύνειος ἢ Κρητική, φυτρώνει κι αὐτή σέ πετρώδη ἀκαλλιέργητα χωράφια, πολλές φορές ὁμως καί σέ καλλιεργημένα. Εἶναι φυτό κάκοσμο, πικρᾶς γεύσεως καί ἴσως δηλητηριῶδες. Δέν χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή θεραπευτική.

Τό ἴδιο καί τό φυτό Δωρόνικον «*Doronicum*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν προσωπανθῶν, φυτρώνει σέ πέτρες καί ὄρεινά μέρη καί εἶναι πολύ δηλητηριῶδες. Θεωρεῖται τό «ἀκόνιτον σκορπίον» τοῦ Θεοφράστου καί τοῦ Διοσκουρίδη, οἱ ὅποιοι τοῦ δίδουν τήν ὀνομασία αὐτή «διά τό τήν ρίζαν ὁμοίαν ἔχει τῷ σκορπίῳ» (Θεόφραστος). Δέν χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική, οὔτε πλησιάζεται ἀπό τά κατοικίδια ζῶα.

Ἦλα τά σκορπιδόχορτα καί ἴδια τό Δωρόνικον εἶναι κακόφημα στό νησί. Χρησιμοποιοῦνται ἀπό τίς μάγισσες. Τό φυτό αὐτό ὅλως περίεργα, ἀναφέρεται σάν φυτό μαγικό στά ἱερογλυφικά τῶν πυραμίδων τῆς Αἰγύπτου (4η πρό Χρι-

στοῦ Χιλιετηρίδα) καί παρουσιάζεται νά ἐπηρεάζει ὅλα τὰ ἄτομα πού ἀνήκουν ἀπό ἀπόψεως ζωδίου στόν πλανήτη Κρόνο. Ἐκόμη ἀναφέρεται σάν φάρμακο τῶν μελαγχολικῶν σέ ἀφεψήματα. Ἐλλά τό ἀφέψημα ὅπως ἀναφέραμε εἶναι πολύ δηλητηριώδες.

Οἱ Κρητικοί πιστεύουν ὅτι διαβασμένα ἀπό τίς μάγισσες, μποροῦν νά ἀποσυνθέσουν οἰκογένειες, νά διαλύσουν γάμους, νά ξεχωρίσουν ἀντρόγυνα, νά κάνουν τὰ παιδιά νά μισοῦν τοὺς γονεῖς των καί τανάπαλι ἢ τό ὀλιγώτερο νά κάνουν ὅλα τὰ μέλη τῆς οἰκογενείας νά μὴ ἀνέχονται ὁ ἓνας τόν ἄλλο. Ἐπό τίς ἱκανότητές των νά διασκορποῦν τὰ μέλη μιᾶς οἰκογενείας, λένε στή Κρήτη ὅτι τὰ ὠνόμασαν σκορπιδόχορτα. Ἐλλοι ὁμως λένε ὅτι τὰ ὠνόμασαν ἔτσι γιατί διασκορποῦν τὰ ἐξανθήματα. Ἐλλά ἴσως αὐτό ἰσχύει μόνον γιά τὰ δύο πρῶτα.

388) Σκουλόχορτο

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ «πράσιο τό κοινόν», «Marrubium Vulgare». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν χειλανθῶν. Εἶδος αὐτοῦ τό Μαρούβιον τό ψευδοδίκταμνο, περιγράφεται σάν ἴδιο Κρητικόν εἶδος ἀπό τόν Διοσκουρίδη, ὁ ὁποῖος μᾶς πληροφορεῖ «τό δέ ψευδοδίκταμνον καλούμενον φύεται ἐν πολλοῖς τόποις.. ποιεῖ δέ τὰ αὐτά τῷ δικτάμω, οὐχ ὁμοίως ἐνεργοῦν» ("Υγῆς Ἱατρ. III, 32, 2). Ἐκόμη τό ἀναφέρουν ὁ Πλίνιος (Hist. Nat. XXV, 53, 2), ὁ Γαληνός (Z, XI, σελ. 863), ὁ Ὁρειβάσιος (ιατρ. συν. XV, 4) καί ἄλλοι.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τὰ ἀφεψήματα τῶν ὑπεργείων μερῶν του σάν φάρμακο εὐστόμαχο καί αἰμοκαθαριστικό. Τήν σκόνη τῶν ἰδίων μερῶν χρησιμοποιεῖ σάν ἀντισηπτικό καί ἐπουλωτικό πληγῶν καί ἐλκῶν σέ ἐπιπάσεις. Πολλοί τὰ ἀφεψήματα τοῦ φυτοῦ τὰ θεωροῦν σάν εἰδικό φάρμακο κατά τῆς βραχνάδας σέ γαργαρισμούς.

389) Σκοῦλος

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Τραγοπόγων «Τρα-

gorogon», τῆς οἰκογενείας τῶν προσωπανθῶν. Ἡ τρυφερή καί σαρκώδης ρίζα του λαχανεύεται καί ἀποτελεῖ εὐγευστο καί θρεπτικό τμῆμα τῶν «γιαχνερῶν».

390) Σκυλάκια

Ἔτσι λένε στή Κρήτη κατά περιοχές, τά Κυκλάμινα «Cyclamens». Τά λένε ἀκόμη καί λαγουδάκια. Ἀνήκουν στήν οἰκογένεια τῶν ἡρανθοειδῶν. Εἶναι κονδυλόριζα καί καλλιεργοῦνται σάν κοσμητικά. Στίς ρίζες τους περιέχουν κυκλαμίνη, ἡ ὁποία ἀνήκει στίς σαπωνίνες μέ ἀντιπαρασιτική δράσι.

Ἀξιόλογο εἶδος εἶναι τό Κυκλάμινο τό Κρητικό μέ τά ὀλόλευκα ἄνθη του. Εἶναι αὐτοφυές καί ἀπαντᾶ πολυπληθέστερα στά Δυτικά διαμερίσματα τοῦ νησοῦ μας. Ἐγχυμα τῆς ρίζας του χρησιμοποιεῖται σέ ἐπαλήψεις ἢ ψεκασμούς κατά τῶν τσιμπουριῶν καί τῶν φθειρῶν τῶν κατοικιδίων ζώων. Οἱ χωρικοί μας τά ἴδια ἐγχύματα τά ἀνακατώνουν μέ πίτουρα, τά ὁποῖα ρίχνουν σέ σκεπασμένους λάκκους στά κηποχώραφα, γιά νά ἐξοντώσουν τά «περτσίκουρα»

391) Σκυλόγλωσσο

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Κυνόγλωσσο «Cynoglossum», τῆς οἰκογενείας τῶν τραχυφυλλιδῶν. Στή Κρήτη ἀπαντᾶ ἴδιο εἶδος, τό Κυνόγλωσσο τῶν Σφακίων. Εἶναι αὐτοφυές τῶν λευκῶν ὀρέων. Στή ρίζα του περιέχει ταννίνη, χολίνη, ὀξαλικά ἄλατα, ρητινώδεις καί πεκτινικές ὕλες. Παλιότερα ἐχρησιμοποιεῖτο ἀπό τήν ἐπίσημη θεραπευτική σέ συνδυασμό μέ ὄπιο, πρός παρασκευή ναρκωτικῶν καταποτίων. Σήμερα δέν χρησιμοποιεῖται. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τό ἀφέψημα τοῦ φυτοῦ σάν φάρμακο διαφορικό καί ἀντιβηχικό.

392) Σπανάκι

Πανελλήνια ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Σπανάκιον τό λαχανώδες «Spinacea Oleracea». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν χη-

νοποδιοδῶν. Κατάγεται ἀπό τήν Περσία. Στή Κρήτη λαχαινεύεται καί ἀποτελεῖ θρεπτικό χόρτο λόγω τῆς μεγάλης ποσότητος σιδήρου πού περιέχει. Μ' αὐτό παρασκευάζονται οἱ «σπανακόπητες» καί τό «σπανακόρυζο».

393) Σπάρτος

Δημῶδης Κρητική ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Σπάρτιο τό κοινόν *Spartium Junceum*. Ἄνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἔλλοβοκάρπων. Οἱ σπόροι καί οἱ ἀνθισμένες του κορυφές περιέχουν σπαρτεΐνη (ἀλκαλοειδές πυριδινικῆς φύσεως). Τοῦτο ἐχρησιμοποιοῦτο παλιότερα εὐρύτατα ἀπό τήν ἐπίσημη θεραπευτική, σάν φάρμακο καρδιοτονωτικό, διουρητικό, ἀντιασθματικό καί εὐπνοϊκό. Σήμερα χρησιμοποιεῖται ἀκόμη ἀλλά ὄχι μέ τόση μεγάλη εὐρύτητα. Ἀκόμη πῶ παλιά ἡ θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ ὑπό τό ὄνομα «πόα σπάρτου» σέ σκόνη, καταπότια ἢ ἀφεψήματα διουρητικά καί καρδιοτονωτικά. Σήμερα ἡ πόα δέν χρησιμοποιεῖται.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ καί τά ἄνθη σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο, διαφορικό, καί καρδιοτονωτικό. Τά ἀφεψήματα αὐτά τά θεωρεῖ σάν εἰδικό φάρμακο γιά τήν «στένωση» ὅπως λένε περίπου τήν ἐλαφρά μορφή τῆς καρδιοαναπνευστικῆς ἀνεπαρκείας καί τίς προσβολές ἄσθματος. Τό ἀφέψημα τῶν ἀνθέων χρησιμοποιεῖται σάν φάρμακο διουρητικό καί ὑπακτικό.

Σέ μερικές περιοχές τοῦ νησοῦ τά ἄνθη τοῦ σπάρτου τά τοποθετοῦν χωρίς ἀναλογία μέσα σέ δοχεῖα μέ ξύδι, τό πωμώνουν καλά καί τό ἐκθέτουν στόν ἥλιο ἐπί 20-30 ἡμέρες. Ἀπό τοῦτο χρησιμοποιοῦν ἓνα κουτάλι τοῦ γλυκοῦ μέσα σέ ἓνα κύπελλο μελόνερο (χούμελι) καί τό πίνουν σά πιотό δροσιστικό καί ἀναληπτικό.

Τά ἄνθη καί τά τρυφερά κλαδιά πολτοποιημένα, τά ἐπιθέτουν στίς χοιράδες γιά νά «γυρίσουν πίσω» ὅπως λένε, δηλαδή νά ὑποχωρήσουν. Οἱ βλαστοί τοῦ σπάρτου χρησιμοποιοῦνται στό νησί σάν «δεματικά» κατά τό θέρισμα τῶν δημητριακῶν.

394) Σπασόχορτο ή κηλόχορτο

Κοινή ονομασία στη Κρήτη δύο φυτών. Τοῦ φυτοῦ Ἑρ-
νιάρια ἢ ἄτριχος «*Herniaria Glabra*» καί τοῦ φυτοῦ Κολχικό
τό φθινοπωρινό «*Colchicum Autumnale*».

Τό πρῶτο ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν καρυοφυλλιδῶν.
Περιέχει σέ ὅλα τά μέρη του ἐρνιαριοσαπωνίνη καί χρησιμο-
ποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική σάν φάρμακο
διουρητικό καί μαλακτικό σέ ἀφειήματα. Παλιότερα πολ-
τοποιημένο τό χρησιμοποιοῦσε σέ ἐπιθέματα ὡς πανάκεια
στά «σπασίματα» ὅπως λένε στή Κρήτη τίς κήλες.

Τό δεύτερο ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν λειριοειδῶν.
Φυτρώνει σέ ὑγρά μέρη. Δέν εἶναι γνωστό στους χωρικούς
μας. Ἀναφέρεται ὁμως ἀπό τούς ἀρχαίους. Ὁ Θεόφραστος
τό ὀνομάζει «ἐφήμερο». Καί ὁ Διοσκουρίδης μᾶς πληροφο-
ρεῖ ὅτι μασσόμενο κατέπαυε τίς ὀδονταλγίες καί σέ ἐπιθέ-
ματα ὠφελούσε ἐπί καρκινωμάτων τοῦ δέρματος «τούτου ἡ
ρίζα ὀδονταλγίας ἐστί φάρμακο διαπλυζομένη, τά δέ φύλλα
ἐν οἴνῳ ἐψηθέντα καί καταπλασθέντα, οἰδήματα καί φύμα-
τα (καρκινώματα) διαφορεῖ» (IV, 84).

Τά ἴδια μᾶς ἀναφέρει καί ὁ Γαληνός (τόμος XI σελ.
879).

Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τούς βολβούς
καί τά σπέρματα τοῦ φυτοῦ σάν φάρμακα ἀντινευραλγικά,
ἀναλγητικά καί διουρητικά σέ ἀφειήματα ἢ βάρματα. Οἱ
βολβοί περιέχουν σάκχαρο, ἄμυλο καί κολχικίνη. Σήμερα
δέν χρησιμοποιοῦνται. Ἀντι αὐτῶν ὁμως χρησιμοποιεῖται ἡ
ἀπομονωθεῖσα κολχικίνη (ἀλκαλοειδές), σάν φάρμακο ἀν-
τιαρθρικό καί ἀντιρευματικό. Τελευταία ἐχρησιμοποιήθη-
κε καί σάν φάρμακο κυτταροστατικό (ἀναστέλλει τήν πυ-
ρηνοκινησία) ἐπί καρκίνων καί λευχαιμιῶν (ἐργασίες Dustin
1939) μαζί ἢ χωρίς ἀζωθυπερίτη (Endoxan). Ἐπίσης ἐχρησι-
μοποιήθη καί σάν φάρμακο ἰοστατικό ἐπί ἰώσεων ὡς καί
κατά τῶν παρενεργειῶν τοῦ δαμαλισμοῦ.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν εἶδα νά χρησιμοποιοῖ
τό φυτό. Παλιότερα ἴσως ἐχρησιμοποιεῖτο κι αὐτό κατά

των κηλῶν γι' αὐτό τό ὠνόμασαν σπασόχορτο καί κηλόχορτο. Ἴσως ὅμως νά λέγεται καί σπασόχορτο συγχεόμενο πρὸς τό πρῶτο φυτό, λόγω τοῦ ὅτι τοῦτο δέν εἶναι προσιτό στή κοινή χρῆσι.

395) Σπληνόχορτο

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Σκολοπένδριο ὁ ἡμιονίτις «Scolopendrium Hemionitis». Λένε ὅμως καί τό φυτό ἄσπληνο πού περιγράψαμε στή λέξη σκορπιδόχορτο ἢ σκορπίδι. Καί τά δυό φυτά ἀνήκουν στήν οἰκογένεια τῶν περικτιδίων καί μοιάζουν μεταξύ τους, μέ μόνη τήν διαφορά ὅτι τό σκολοπένδριο ἔχει παχύτερα καί περισσότερο ἀνεπτυγμένα φύλλα καί βλαστούς.

Τά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ δίδονται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική σέ ἀφεψήματα ἐπί παθήσεων τοῦ σπληνός, τά ὅποια πίνει ὁ ἄρρωστος κάθε πρωί κατά κύπελλα, ἀφοῦ τοῦ γητέψουν τήν πάθηση πάνω σέ κρεμμύδι. Δυστυχῶς τήν γηθεία δέν τήν ἔμαθα γιατί λέγεται μόνο σέ ἄτομα ἀντιθέτου φύλου καί στή περίπτωση πού εἶδα, ὁ γητευτής ἦταν ἄνδρας καί ἄν μοῦ τήν ἔλεγε θά ἔχανε τήν ἰκανότητα νά γητέψῃ, γιατί ἡ γηθεία θά ἔχανε τήν ἀποτελεσματικότητά της. Πιστεύω ὅτι τό ἄσπληνο τῆς Κρήτης πού ὅπως ἔγραψα παραπάνω ἀναφέρεται ἀπό τόν Πόλιο καί τόν Πλίνιο, εἶναι περισσότερο τό σκολοπένδριο παρά ἡ ὀνόπτερις μέ τήν ὁποία τό ἐταύτησαν. Κι αὐτό γιατί πλὴν τοῦ σκολοπενδρίου τοῦ ἡμιονίτου, ὑπάρχει καί σκολοπένδριο φαρμακευτικό, πού παλιότερα ἐχρησιμοποίησε ἡ θεραπευτική καί ἐπομένως καί τό σκολοπένδριο ὁ ἡμιονίτις σάν φυτό τῆς αὐτῆς οἰκογενείας, πρέπει νά ἔχη κι αὐτό θεραπευτικές ιδιότητες μὴ μελετηθεῖσες ἀκόμη. Τό φυτό χαίρει ἐκτιμῆσεως ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική πού μᾶς τονίζει:

«Τσῆ σπλήνας τό σπληνόχορτο τσῆ σπλήνα τό χορτάρι
ἀποῦ τό λέει νάν' καλά κι ἀποῦ τό πιῆ νά γιάνη».

396) Σταμναγκάθι

Δημῶδης ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ Κιχώριο τό ἄ-

κανθῶδες «Cichorium Spinosum». Ἄνήκει στήν οικογένεια τῶν συνθέτων. Ἦταν γνωστό στους ἀρχαίους μέ τό ὄνομα «σέρις». Στή Κρήτη τό λένε ἀκόμη «Μαῦρες» ἀπό τό χρῶμα του καί ἄγριο ροδίκιο. Τό φυτό λαχανεύεται καί ἀποτελεῖ ἀρίστη ἐδώδιμη βροῦβα μέ πικρή γεύση, τρωγόμενο καί ψημένο καί ὠμό σέ σαλάτα. Ἡ πικρή γεύση του ὀφείλεται στήν οὐσία κιχωρίνη, πού περιέχει.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιοῦ τά ἀφειήματα τῶν φύλλων του σάν φάρμακο εὐστόμαχο καί διεγερτικό τῶν γαστρικῶν ἐκκρίσεων. Οἱ ἀρχαῖοι ἐγνώριζαν περισσότερες θεραπευτικές ιδιότητες τοῦ φυτοῦ. Ὁ Διοσκουρίδης μᾶς πληροφορεῖ «σέρις δισσῆ ὧν ἡ μέν ἄγρια πικρίς ἡ καί κιχώριον καλουμένη. Ἡ δέ ἡμερος ἐστί πλατυφυλλότερα καί εὐστομωτέρα. Πᾶσαι δέ στυπτικά, ψυκτικά καί εὐστόμαχοι. Ἰστάσι δέ καί κοιλίαν ἐφθαί μετ' ὄξους λαμβανόμεναι καί μάλιστα αἱ ἄγρια εὐστομαχώτερα. Βρωθεῖσαι γάρ, ἀτονοῦντα στόμαχον παρηγοροῦσι καί καυσούμενον».

397) Σταθῶρι

Ὄνομασία πού δόθηκε σέ διάφορα φυτά, ἀπό τήν ἄγνοια τῆς κανονικῆς σημασίας τῆς λέξεως «σταθῶρη» πού ἀναφέρεται σέ πολλά Κρητικά κείμενα καί δίστιχα.

Πολλοί λένε σταθῶρι τό φυτό ἀμάραντο τό κερκόφυλλο. Τό φυτό αὐτό μέ τά κόκκινα καί κίτρινα ἄνθη του ἔχει ὠραία ἐμφάνισι καί ἴσως δικαιολογεῖται ἡ ὄνομασία του. Στή Κρήτη ὁμως ὅπως εἶναι γνωστό, ἡ λέξη σημαίνει τήν ἐξωτερική ἐμφάνισι «τήν θωριά» κάθε ὠραίου ἄντρα ἢ γυναίκα σ' ἡ ὁποία δίδει τά στοιχεῖα τοῦ θαυμασμοῦ. Γι' αὐτό δέν γνωρίζουν φυτό μέ τήν κοινή αὐτή ὄνομασία.

398) Σταφίδα

Κοινή ὄνομασία στή Κρήτη, τοῦ ἀποξηραμένου προϊόντος τῆς σταφιδάμπελου. Ἀναφέρεται ἀπό τούς ἀρχαίους μέ τά ὀνόματα «ἀσταφίς» καί «σταφυλίς». Περιγράφεται στή λέξη ἀμπέλι. Συμπληρωματικά ἀναφέρω ὅτι εἶναι προϊόν θρεπτικότερο καί ὑγιεινότερο Περιέχει σάκχαρο σέ μεγάλη

ποσότητα, λεύκωμα, λίπος, όξέα, άνόργανες ούσιες και κυτταρίνη. Χρησιμοποιείται στη ζαχαροπλαστική, στην οινοπνευματοποιία και στην οικιακή οικονομία προς παρασκευή οικιακών γλυκών και πουτίγκας. Στα παιδιά δίδεται στη Κρήτη σαν τράγημα. Κατά την περίοδο της Γερμανικής κατοχής έχρησιμοποιήθη στην παρασκευή έγχώριας σταφυδομαρμελάδας με κίτρα και μιās παχύρευστης σαν τό μέλι ούσιας της σταφιδίνης, πού άντικατέστησε έπαρκώς την ζάχαρη εκείνη την έποχή.

399) Σταφίδα άγρια

Τοπική Κρητική όνομασία του φυτου Δελφίνιο ή άγριοσταφίς, «*Delphinium Staphisagria*». Άνήκει στην οικογένεια των βατραχιών. Στα σπέρματά της περιέχει δελφιδίνη ή όποια δρᾶ παραλυτικῶς επί της κυκλοφορίας του αίματος.

Η λαϊκή θεραπευτική χρησιμοποιεί αυτά μέ τό όνομα χειροκοῦκι σέ άφεψήματα έξωτερικά, για την καταπολέμηση των φθειρών. Σήμερα δέν χρησιμοποιείται. Σωστό είναι τό φυτό νά άποφεύγεται σαν δηλητηριῶδες.

400) Σταφυλίνακας

Κρητική όνομασία του φυτου Δαῦκος ό άγριος «*Daucus Silvestris*». Άνήκει στην οικογένεια των σκιαδανθών.

Τό φυτό άποτελεί ίδιο Κρητικό είδος. Αναφέρεται από τους Σχολιαστάς (μελετητές και διασαφιστές των αρχαίων κειμένων, έμφανισθέντες κατά την Άλεξανδρινή και Βυζαντινή περίοδο), «Δαύκου δύο γένη της βοτάνης, ή μέν Κρητική, ή δέ Άσιατική».

Άκόμη αναφέρεται από τον Πλίνιο (*Hist. Nat.* 64) σαν φάρμακο πινόμενο σέ άφεψήματα μέ κρασί, επί δηγμάτων των όφεων, από τον Διοσκουρίδη (54, 95) πού μάς περιγράφει τό φυτό και τίς ιδιότητές του και καταλήγει «Διαφέρει δέ ό Κρητικός... ή δέ χρῆσις των μέν άλλων του σπέρματος, του δέ Κρητικού και της ρίζης, ητις μάλιστα προς θεωρία πίναται μεθ' οίνου» (*Υλης ιατρ.* III, 72. 1). Γι' αυτό τέλος ανα-

φέρει καί ὁ Ἡσύχιος «Δαῦκος ὁ θρασύς καί βοτάνη τις Κρητική». Στή Θηριακή τοῦ Σερβίλιου Δαμοκράτη στιχ. 222, καθορίζεται καί ἡ θεραπευτική του δόσις «δαύκου δραχμάς ἕξ, σπέρματος τοῦ Κρητικοῦ».

Ἡ χρησιμοποίησις τοῦ φυτοῦ δέν ἀναφέρεται ἀπό τήν ἐπίσημη θεραπευτική. Ἀλλά καί ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν κάνει εὐρεῖα χρῆσι τῶν μερῶν του. Ἡ ρίζα καί τά σπέρματά του χρησιμοποιοῦνται σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο διαφορικό καί πραῦντικό ἐπί στομαχικῶν ἐνοχλημάτων. Εἰδικά τά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ πολτοποιημένα χρησιμοποιοῦνται σέ ἐπιθέματα σάν εἰδικό φάρμακο στίς ραγάδες τοῦ μαστοῦ. Ὅχι σπάνια οἱ σπόροι του μασοῦνται χωρίς νά καταπίνονται πρός βελτίωσι τῆς στοματικῆς γεύσεως. Οἱ τρυφεροί βλαστοί του, ἄν καί δρυμείας ὁσμῆς καί γεύσεως λαχανεύονται.

401) Σταυροβότανο

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Βερβένα ἢ Φαρμακευτική, «*Vervena officinalis*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν βερβενοειδῶν. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά τρυφερά μέρη του πολτοποιημένα σέ ἐπιθέματα, σάν φάρμακο ἐπουλωτικό.

402) Στειροβότανο

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκεται στή Κρήτη τό φυτό Ἄγχουσα ἢ ἀλκάνα «*Boragina*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν Βοραγινιδῶν. Λέγεται καί βουϊδόγλωσσο. Ἐχει ρίζα κόκκινη καί πρασινωπά ἄνθη. Περιέχει σέ ὅλα τά ὑπέργεια μέρη του καί στά ἄνθη του γλυσχραματώδεις καί μαλακτικές οὐσίες καί μπορεῖ νά χρησιμοποιηθῇ σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο μαλακτικό, ἐφριδρωτικό, ἀποχρεμπτικό καί διουρητικό. Στήν Κρήτη δέν χρησιμοποιεῖται. Πιστεῦεται ὅτι τραγόμενο προκαλεῖ στειρώσι σέ ἄνδρες καί γυναῖκες.

403) Στύφνος ἢ Στρούφιγγας

Δημῶδης Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Σόλανον τό μέ-

λαν «*Solanum nigrum*». Ἀνήκει στή τάξι τῶν προσωπανθῶν καί στήν οἰκογένεια τῶν σολανωδῶν.

Εἶναι ὁ στρύχνος ὁ κηπαῖος τῶν ἀρχαίων. Ὁ Διοσκουρίδης ἀναφέρει γι' αὐτόν ὅτι εἶναι «ἀβλαβής πρὸς βρῶσιν, δύναμιν δέ ἔχειν ψυχικήν. Ὄθεν τὰ φύλλα καταπλασσομένα ἀρμόζει πρὸς ἐρυσιπέλατα καί ἔρπητας μετὰ παιπάλης ἀλφίτου. Καθ' ἑαυτὰ δέ ἐπιτιθέμενα λειᾶ, αἰγίλωπα – εἶδος δακρυοκυστίτιδος – θεραπεύειν καί κεφαλαλγίαν καί στόμαχον καυσούμενον βοηθεῖ».

Πολλοὶ θεωροῦν σήμερα τὸ φυτὸ δηλητηριῶδες ἐπειδὴ περιέχει σολανίνη καί ἐμουλσίνη. Στὴν Κρήτη ὁμως οἱ τρυφερές κορυφές του λαχανεύονται καί τρώγονται σὰν ἔλαφρὸ τρῶφιμο ἀρτυμένες μέ λάδι.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ δέν γνωρίζω νά χρησιμοποιοῦν τὸ φυτὸ.

404) Συκιά

Πανελληνία ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Συκὴ ἢ καρική «*Ficus communis*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν μοροειδῶν. Ἦταν γνωστὴ στους ἀρχαίους. Ἀναφέρεται ἀπὸ τὸν Ὅμηρον (Ὀδ. ω 340). Ἡ Μυθολογία ταυτίζει τὸ δένδρο μέ τὸν Τιτάνα Συκέα, τὸν ὁποῖο ἡ μητέρα Γῆ μεταμόρφωσε στό ὁμώνυμο δένδρο, γιὰ νά τὸν σώσει ἀπὸ τὴν ὀργή τοῦ Διός.

Καλλιεργεῖται γιὰ τοὺς ὠραίους καρπούς της τὰ σύκα, μέ τὰ ὁποῖα ὁ Προφήτης Ἡσαΐας ἐθεράπευσε τὸν βασιλῆά Ἐζεκία : «λαβέτωσαν παλάθην σύκων καί ἐπιθέτωσαν ἐπὶ τὸ ἔλκος καί ὑγιάσει» (Βασιλειῶν Δ, 7).

Λέγεται ὅτι χάριν τῶν σύκων τῆς Ἀττικῆς, τῶν ὁποίων ἡ ἐξαγωγή εἶχε ἀπαγορευθεῖ διὰ νόμου, ὁ Ξέρξης ἐξεστράτευσε κατὰ τῆς Ἑλλάδας. Τὰ ὀνομαστά αὐτὰ σύκα ἐκαλοῦντο «βασιλεία». Τὰ ξηρά δέ βασιλεία σύκα ἐκαλοῦντο «βασιλίδες ἰσχάδες».

Γιὰ τὰ σύκα γενικά ὁ Διοσκουρίδης, ἀναφέρει ὅτι εἶναι τρῶφιμα θερμαντικά, «διψητικότερα, εὐκοίλια, ἄθετα τοῖς ρευματισμοῖς... Βρόγχω δέ καί ἀρτηρία καί κύστι καί νεφροῖς εὐθετα καί τοῖς ἐκ μακρονοσίας κακοχρωοῦσι καί ἀ-

σθηματικοῖς καί ἐπιληπτικοῖς καί ὑδροπικοῖς. Ἐποκαθαίρει δέ καί τά ἐν θώρακι ἀποζεσθέντα σύν ὑσσώπῳ καί ποθέντα».

Γιά τήν Συκιά τῆς Κρήτης ἀναφέρουν ὁ Θεόφραστος (Φ. Ἱστ. Δ, II, 3) καί ὁ Πλίνιος (Hist. Nat. XIII, 15, 1). Καί οἱ δύο τήν ἀποκαλοῦν Κυπρίαν συκῆ πού σημαίνει ὅτι τό δένδρο μετεφέρθη στό νησί μας ἀπό τήν Κύπρον «...παραπλησία ἢ φύσις εἶναι καί τῆς ἐν Κρήτη καλουμένης κυπρίας συκῆς» (Θεόφραστος).

Τά φρέσκα σῦκα περιέχουν 5-20/00 σάκχαρο. Τά ξερά περιέχουν μέχρι 40/00. Οἱ θρεπτικές τους ιδιότητες ἦσαν ἐκτιμήσιμες ἀπό παλιά. Ὁ χυμός τους περιέχει πεπτονοδραστικό ἐνζυμο, τήν Γκραβίνη. Παλιότερα ἡ Γαλλική φαρμακολογία ἐχρησιμοποιοῦσε τά σῦκα πρὸς παρασκευὴ σιροπίου, ἐκδόχου γιά τά στηθικά φάρμακα.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιοῖ τά σῦκα σέ ἀφένημα σᾶν φάρμακο ἀποχρεμπτικό, ἀντιβηχικό καί διουρητικό. Πολλές φορές τά βράζει μέ σταφίδες καί μέ χαρούπια γιά τόν ἴδιο σκοπό. Ἀκόμη χρησιμοποιοῖ τόν γαλακτώδη χυμό τῶν ἀώρων σῦκων σέ ἐπιθέματα ἐπὶ ὀδοντοπόρων καί δηγμάτων ἐντόμων.

Ἐμπορευματολογικά ἐνδιαφέρον παρουσιάζουν τά σῦκα τῆς Λακωνίας καί Μεσσηνίας. Τά Κρητικά σῦκα περιορίζονται στή τοπικὴ κατανάλωση τρωγόμενα ὠμά ἢ καί ξηρά σέ «πιτταρίδες». Πολλές φορές μέσα στίς πιτταρίδες οἱ γυναῖκες τοῦ νησιοῦ παρενθέτουν καρπούς ἀμυγδάλου ὅτε γίνονται νοστιμότερα. Τρώγονται τό χειμῶνα σᾶν τράγημα.

Ἡ Κρητικὴ θυμοσοφία μέ τό φρέσκο σῦκο συμβολίζει τό ἄρρεν γεννητικό ὄργανο. Τό θῆλυ τό συμβολίζει μέ τήν «συκοπιτταρίδα». Κι' ἕνα Κρητικὸ θυμοσοφικὸ ἀναφέρει: «Ἐγλυκάθ' ἢ γρᾶ στά σῦκα, κι' ὄλη νύχτα τ' ἀνεζήτα».

405) Συμηλοῦδι

Κρητικὴ ὄνομασία κατὰ Γεννάδιον τοῦ φυτοῦ Ἄχιλεία ἢ Κρητικὴ, «Achillia Cretica». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν

συνθέτων. Λέγεται ακόμη σέ πολλά μέρη τοῦ νησοῦ μας «Λάζαρος», γιατί μέ τά ἄνθη της τά παιδιά στολίζουν τούς ξύλινους σταυρούς πού κρατᾶνε, ὅταν τήν ἡμέρα τοῦ Λαζάρου λένε τά Λαζαρινά κάλανδα.

Κατά παράδοσι ἀναφερομένη ἀπό τόν Πλίνιο, ὁ Ἄχιλέας ἐθεράπευε τά τραύματά του μέ παρασκευάσματα τοῦ φυτοῦ, διδαχθεῖς ἀπό τόν Χείρωνα Κένταυρο.

Τοῦ φυτοῦ ὑπάρχουν πολλά εἶδη. Ὅλα ἔχουν εὐχάριστο ἄρωμα καί ὑπόπικρη γεῦσι. Τοῦ εἶδους Ἄχιλεία ἢ χιλιόφυλλος, πού δέν διαφέρει πολύ τῆς Κρητικῆς, ἐχρησιμοποιεῖτο παλιότερα ἢ πόα ἀπό τήν θεραπευτική (*herba d' Achillea millefolii*) σέ ἀφεψήματα καί ἐγχύματα, σάν φάρμακο κατά τῶν χολολίθων.

Τά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ περιέχουν ἰνουλίνη, ταννίνη, ἀχιλεΐνη, ἀχιλεϊκό ὄξύ, αἰθέριο λάδι καί στοιχεῖα γλυσχυραματώδη καί ρητινώδη.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά φύλλα, τούς τρυφερούς βλαστούς καί τά ἄνθη. Τά φύλλα τά χρησιμοποιεῖ σέ ἀφεψήματα πραϋντικά καί διαφορικά. Τά φύλλα καί τούς τρυφερούς βλαστούς μαζί μέ πετεινόχορτο τά χρησιμοποιεῖ σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο ἐμμηναγωγό καί πραϋντικό ἐπί δυσμηνορροϊῶν. Τά ἄνθη χρησιμοποιεῖ σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο διεγερτικό τοῦ στομάχου καί ὀρεκτικό. Καί τέλος ὄλα τά ὑπέργεια μέρη πολτοποιημένα σέ ἐπιθέματα ἢ σέ σκόνι μετά τήν ἀποξήρανσι σέ ἐπιπάσεις, τά χρησιμοποιεῖ σάν φάρμακο κατά τῶν ραγάδων τῆς θηλῆς τοῦ μαστοῦ ἢ σάν φάρμακο ἐπουλωτικό ἐπί πληγῶν. Ἡ σκόνι δίδεται καί ἐσωτερικά σάν φάρμακο ἐπί ἀκρατείας τῶν οὐρῶν. Οἱ πρακτικοί γιατροί τοῦ Μεγάλου Κάστρου ἐχρησιμοποιοῦσαν τά ἀφεψήματα τῶν ὑπεργείων μερῶν σέ πλύσεις κατά τῆς βλενορροίας.

406) Συρνάμενη

Δημῶδης Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Πολύγονο τό ἵππουριοειδές «*Polygonum equisetiforme*». Ἄνήκει στήν οἰκο-

γένεια τῶν πολυγονοειδῶν. Φυτρώνει σ' ἄν ζιζάνιο τοῦ λιναριοῦ. Στή ρίζα του περιέχει ταννίνη καί τό ἀφέψημά του δίδεται σ' ἄν φάρμακο στυπτικό. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τό φυτό πολτοποιημένο σέ ἐπιθέματα πρὸς ἐνίσχυσι τῆς τριχοφυΐας καί σέ ἀφεψήματα γιά λοσιόν πρὸς καταπολέμησιν τῆς τριχοπτώσεως.

407) Σφάκα

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Νήριο τό εὖσμο «*Nerium odoratum*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἀποκυανοειδῶν. Οἱ ἀρχαῖοι ἐγνώριζαν τό φυτό. Ὁ Διοσκουρίδης μᾶς ἀναφέρει ὅτι ἔχει «δύναμιν φθαρτικὴν διὰ τὰ ζῶα». Διὰ τόν ἄνθρωπον ὁμῶς «τά φύλλα καί τὰ ἄνθη σὺν οἴνω πινόμενα περί δῆγματα θηρίων καί μᾶλλον εἰ πηγάνω παραμίξεως, εἶναι σωστικά».

Τό φυτό σέ ὅλα του τά μέρη περιέχει πικροτάτη οὐσία τήν νηριΐνη ἢ ὅποια δρᾷ δηλητηριωδῶς. Ἡ οὐσία αὐτή ἀναγκάζει τὰ ζῶα νά ἀποφεύγουν τό φυτό, πλὴν τῆς «κατσίκας» πού τό δοκιμάζει «ἐπτά φορές τόν χρόνο».

Ἡ θεραπευτική δέν ἔχει χρησιμοποιήσει τό φυτό. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τοὺς τρυφεροὺς του βλαστοὺς βρασμένους μέ ξύδι σ' ἄν φάρμακο ἀντιρευματικό σέ ἐξωτερικά ἐπιθέματα.

Οἱ γεωργοὶ τοῦ νησοῦ προφυλάσσουν τά φυτά πού φυτεύουν στοὺς κήπους των (ντομαθιές, μελιτζάνες, κραμβοειδῆ) ἀπό τόν «περτσίκουρα», περιτυλίσσοντες τίς τρυφερές ρίζες των μέ φύλλα σφάκας ὅταν τά φυτεύουν. Ἀκόμη στίς φυτεῖες τῶν μελιτζανῶν ἢ τῶν φασουλιῶν, «μπήγουν» στό ἔδαφος κατά διαστήματα βλαστοὺς ἀπό σφάκες μέ πολλά φύλλα, γιὰτί πιστεύουν ὅτι μ' αὐτά διώχνουν τίς μύγες καί τά ἔντομα ἀπό τίς καλλιέργειές των.

408) Σφαράγγια

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Ἀσπάραγος ὁ Κρητικός «*Asparagus Cretica*». Εἶδη του εἶναι ὁ ἀσπάραγος ὁ λευκός πού ἀποτελεῖ κατ' ἐξοχὴν τό Κρητικό εἶδος, ὁ ἀσπάραγος

ὁ δξύφυλλος καί ὁ ἀσπάραγος ὁ φολιδωτός πού εὐδοκιμοῦν καί σέ ἄλλες περιοχές τῆς Ἑλλάδας, ἀλλά καί πού εἶναι αὐτοφυεῖς στό νησί μας (*Asparagus albus*, *Asparagus acutifolius* καί *Asparagus stipularis*). Ἀνήκουν στήν οἰκογένεια τῶν λειριοειδῶν.

Οἱ ἀσπάραγγοί ἦσαν γνωστοί στούς ἀρχαίους. Ὁ Ἀθηναῖος μᾶς ἀναφέρει «οὔτοι καί ἔλειοι καί ὄρεινοί καλοῦνται, ὧν οἱ κάλλιστοι οὐ σπείρονται, πάντων ὄντες τῶν ἐντός θεραπευτικοί» (B, 62).

Στή Κρήτη ὅλα τά σφαράγγια λαχανεύονται καί ἀποτελοῦν ἀρίστη καί ἐκλεκτή τροφή. Περιέχουν ἀζωτοῦχες ὕλες, λεύκωμα, λίπος, ὀργανικές οὐσίες, ρητίνες καί ἀσπαραγγίνη. Τρωγόμενοι προσδίδουν εἰς τά οὖρα χαρακτηριστική μυρωδιά.

Ἡ παλιά θεραπευτική ἐχρησιμοποίησε τήν ρίζα τοῦ φυτοῦ πρός παρασκευή τοῦ σιροπίου τῶν πέντε ριζῶν (*Decipha racines*), πού ἐδίδετο σάν φάρμακο πραιντικό τοῦ νευρικοῦ συστήματος καί σάν ἀνταγωνιστικό τοῦ καφέ.

Γιά τούς ἀσπαράγγους τοῦ νησοῦ μας, ὁ μοναχός Ἁγίος ὁ Κρής μᾶς ἀναφέρει στό «Γεωπονικό» του «κάμνουσι αἶμα, ὀφελοῦσι τόν στόμαχο, ἀξάνουσι τό σπέρμα, κινοῦσι τό οὔρο, καθαρίζουν τά νεφρά ἀπό τήν ἀμμούδα καί παύουσι τόν πόνο αὐτῶν».

Ὁ Κρητικός γιατρός Ἀριστείδης Χαιρέτης (1805-1866), διευθυντής τοῦ Βοτανικοῦ κήπου τῶν Ἀθηνῶν καί γιός τοῦ Κυρήκου Χαιρέτη, προσωπικοῦ γιατροῦ τοῦ Σουλτάνου Μαχμούτ τοῦ Β' (ἴδε μελέτη μου οἱ Γιατροί τοῦ Μεγάλου Κάστρου), ὑπεστήριξε ὅτι κατά παράδοσι πού εἶχε ἀκούσει ἀπό τόν πατέρα του, τά Κρητικά σφαράγγια ἀποτελοῦσαν «λυσιτελέες» φάρμακο γιά τήν νόσο λύσσα. Ἀσχολήθηκε μέ τό θέμα πειραματικά ἀλλά ἀπέτυχε.

Οἱ Ἰταλοὶ βοτανολόγοι ὑποστηρίζουν ὅτι τά σφαράγγια τοῦ νησοῦ μας ἔχουν περισσότερες θεραπευτικές ιδιότητες ἀπό ὅλα τά σφαράγγια.

Ἡ λαϊκή κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ κυρίως τά ἀφεψήματα τῆς ρίζας τῶν σπαραγγίων, σάν φάρμακα ὀρεκτικά καί διουρητικά.

T

409) Ταγή

Δημώδης όνομασία στή κρήτη τοῦ φυτοῦ Ἰβένη ἢ ἡμερη «Avena Sativa». Ἰνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἄγρωστωδῶν. Φυτρῶνει ὁμως καί ὡς αὐτοφυής καί λέγεται «ἀγριογένημα».

Ἦταν γνωστή στοὺς ἀρχαίους. Ἰναφέρεται ἀπό τόν Διοσκουρίδη, τόν Πλίνιο καί τόν Γαληνό, ὁ ὁποῖος μᾶς πληροφορεῖ ὅτι μέ αὐτή ἐτρέφοντο οἱ ἄνθρωποι ἐν καιρῷ σιτοδείας.

Τό φυτό εἰς τό περικάρπιό του ἔχει τήν γλυκοσίδη ἄβενίνη, ἢ ὁποία ἔχει διουρητικές ιδιότητες.

Ἦ θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τό ἐνδοκάρπιο τοῦ φυτοῦ ὑπό τήν μορφή ἀλεύρου τῆς βρώμης (κουάκερ), τό ὁποῖον λαμβάνει μέρος στή διαιτητική τῶν πασχόντων.

Ἦ λαϊκή κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τό ἀφέψημα τοῦ καρποῦ ὀλοκλήρου, ὡς φάρμακο διουρητικό καθώς ἐπίσης σᾶν φάρμακο τοῦ κοκκύτη.

Γενικά ὁ καρπός τῆς βρώμης μέ τήν ὀνομασία ταγή, χρησιμοποιεῖται ἀπό τοὺς χωρικούς μας σᾶν ἐκλεκτή τροφή στά μόνοπλα κατοικίδια ζῶα τους.

410) Τζαμποῦκος

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Ἰακτῆ ἢ μέλαινα. Περιγράφεται στή λέξι Ζαμποῦκος. Συμπληρωματικά ἀναφέρω ὅτι στή Κρήτη ὑπάρχει αὐτοφυές τό εἶδος Ἰακτῆ ἢ εὐουλος. Τά φύλλα καί τά ἄνθη τοῦ φυτοῦ αὐτοῦ, βρασμένα μέ νερό ἢ κρασί, ἦσαν τό προσφιλέσ καί μυστικό ἀντισηψιλιδικό φάρμακο τῶν Τούρκων πρακτικῶν γιατρῶν τοῦ Ἰρακλείου καί ἰδία τοῦ Τεφίκη. Τό χρησιμοποιοῦσαν κάθε βράδυ ἐπί τρεῖς ἔβδομάδες. Περιγράφεται στή λέξι Μουρβέρι.

411) Τίλλιο

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκομε στή Κρήτη δύο φυτά. Τό

φυτό τριγωνίσκος ή τήλις «*trigoniscus faenum*» καί τό φυτό Φιλύρα «*tillia*».

Τό πρώτο ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἔλλοβοκάρπων. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά σπέρματα καί τούς τρυφερούς βλαστούς του σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακα μαλακτικά.

Τό δεύτερο περιγράφεται στή λέξι φιλύρα.

412) Τζερτζεφύλλι

Τουρκοκρητική ὀνομασία τοῦ ριζώματος τοῦ φυτοῦ Ζιγγίβερις. Ἐπωλεῖτο παλιά στά «ἀχτάρικα» σάν ξένο μπαχαρικό μέ τό ὄνομα πιπερόριζα. Τό φυτό δέν ὑπάρχει στή Κρήτη. Εἶναι ἰθαγενές τῶν χωρῶν τῆς Ἑπρωῦν Ἀνατολῆς καί καλλιεργεῖται κυρίως στήν Ἀμερική, στίς Ἰνδίες καί στή Μαλαισία. Παλιά ἐχρησιμοποιεῖτο καί στή θεραπευτική. Στό Μεγάλο Κάστρο τή σκόνι τῆς ρίζας τοῦ φυτοῦ τήν ἐχρησιμοποιοῦσαν γιά νά ἀρωματίσουν τό σαλέπι. Οἱ παλιοί Κρητικοί χρησιμοποιοῦσαν τήν ρίζα σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο διαφορικό καί στυπτικό.

413) Τουλίπες

Κοινή Κρητική ὀνομασία ὄλων τῶν φυτῶν τοῦ γένους Τουλίπη «*Tulipa*» τῆς οἰκογενείας τῶν λειριοειδῶν. Εἶναι φυτά βολβόριζα μέ λογχοειδῆ φύλλα, κοσμητικά. Κατάγονται ἀπό τήν Μικράν Ἀσία, ἀπό ὅπου μετεφέρθησαν στήν Ὀλλανδία ὅπου καί καλλιεργοῦνται ἐντατικά σέ πολλές ποικιλίες.

Στό νησί μας ὑπάρχει ἴδιο αὐτοφύες εἶδος ἡ τουλίπη ἢ βραχόφυλλος. Φυτρώνει στίς πλαγίες τῶν βουνῶν πού ἔχουν νερά καί κυρίως στούς βιοτόπους τῆς Νίδας, στό Σταυρό τοῦ Ψηλορείτη καί στό Βωλακιά τῶν Σφακίων. Ἐχουν ἄνθη μώβ ἢ ρόδινα ἐξωτερικά καί κίτρινα ἐσωτερικά. Τό Κρητικό αὐτό εἶδος δέν ἔχει μελετηθεῖ ἀπό ἰατρικῆς ἀπόψεως.

414) Τριανταφυλλιά

Κρητική ἀλλά καί πανελλήνια ὀνομασία ὄλων τῶν εἰ-

δῶν τοῦ φυτικοῦ γένους Ροδῆ «Rosa», τῆς οἰκογενείας τῶν ροδοειδῶν. Καλλιεργεῖται σάν κοσμητικό φυτό, γιά τά ὠραία ἄνθη τῆς τά «ρόδα».

Κατά τήν Μυθολογία, τό ρόδο γεννήθηκε τή στιγμή πού ἡ θεά Ἄφροδίτη ἔβγαινε ἀπό τήν θάλασσα. Ἡ Κυβέλη, ἡ μητέρα τῆς ἄγριας φύσης, θέλησε νά θέλξει μ' αὐτό τά μάθια τῆς καί νά μυρίση μέ τό ἄρωμά του, τόν ἀέρα πού θά ἀνέπνεε.

Ἄλλη παράδοσις ἀναφέρει ὅτι τό ρόδο γεννήθηκε ἀπό τά ἄνθη τοῦ βάτου, πού βάφτικαν κόκκινα μέ τό αἶμα τῆς Ἰδίας θεᾶς, ὅταν τρέχουσα νά σώση τόν ἀγαπημένο τῆς τόν Ἄδωνι ἀπό τόν Κάπρο, ὁ βάτος ἔσχισε τό καλλίγραμμο πόδι τῆς.

Ἄλλη τέλος παράδοσις λέει, ὅτι τό ρόδο γεννήθηκε ἀπό τό νέκταρ πού χύθηκε στή γῆ, ὅταν ὁ μικρός θεός Πόθος, χορεύοντας σέ μιά «ὀμόγηρι» τῶν Θεῶν τοῦ Ὀλύμπου, ἀνέτρεψε χωρίς νά τό θέλη, τόν κρατῆρα πού τό περιεῖχε.

Στήν ἀρχαία Ἑλλάδα τό ρόδο ἦταν τό ἄνθος τοῦ Ἄρποκράτους, τοῦ θεοῦ τῆς σιγῆς. Γι' αὐτό ἐθεωρεῖτο σάν ἔμβλημα τοῦ τηρουμένου μυστικοῦ. Μάλιστα σέ κάθε σύμπλοιο τοῦ ὁποίου ὁ σκοπός καί τά συζητούμενα ἔπρεπε νά τηρηθοῦν μυστικά, στήν ὄροφή τοῦ σπιτιοῦ πού ἐλάμβανε χώρα, κρεμοῦσανε συμβολικά, ρόδα.

Ὁ Χριστιανισμός ἐθεώρησε τό ρόδο σάν σύμβολο τῆς ἀγνότητος καί τό ἀφιέρωσε στήν Παναγία. Ἀργότερα τό ἐχρησιμοποίησε σάν σύμβολο τῆς φιλάνθρωπίας καί ἐσυμβόλιζε μ' αὐτό καί πάλι τήν μεγάλη φιλάνθρωπο.

Στίς ἐκκλησίες μας χρησιμοποιεῖται τό ρόδο στό στολισμό τῶν εἰκόνων καί τοῦ ἐπιταφίου. Μέ πέταλλά του καί μύρα τῆς λεμονιάς ρένουν τοὺς νεονύμφους. Στό χωριό Φαρσάρω τοῦ Λασιθίου Κρήτης, τήν ἑορτή τῆς Παναγίας τῆς ροδινης, τά ρόδα τοῦ στεφανιοῦ μέ τό ὅποιο στολίζουν τόν σταυρό τήν Μεγάλη Παρασκευή, ἀνθίζουν καί δροσερεύουν, τήν ὥρα πού διαβάζουν τό εὐαγγέλιο.

Ὅλοι οἱ ἀρχαῖοι συγγραφεῖς ἀναφέρουν γιά τό ρόδο. Ὁ

Ἄσκησις
 Ὀμηρος στήν Ὀδύσσεια καί στήν Ἰλιάδα δέν ἀναφέρει τό ρόδο σάν ἄνθος. Ἀναφέρει ὅμως τό ροδέλαιο (Ἰλ. Ψ 182-188) μέ τό ὅποιο ἡ Ἀφροδίτη ἔχρισε τόν νεκρό τοῦ Ἑκτοῦρα, καί τήν «ροδοδάκτυλο ἡώ» (Ὀδυσ. β, 1). Σάν ἄνθος τό ρόδο ἀναφέρεται στόν Ὀμηρικό ὕμνο πρὸς τήν Δήμητρα «..καί ροδέης καί κάλυκας καί λείρια θαῦμα ἰδέσθαι» (στ. 424). Ὁ Ἀνακρέων μᾶς ἔψαλε «τό ρόδον τό τῶν ἐρώτων» (Ὠδή Ε, γα καί νβ). Συχνή δέ κατά τήν ἀρχαιότητα ἦτο ἡ φράσις «ρόδα μ' εἶρηκας» γιά τοὺς λέγοντας εὐάρεστα. Τέλος κατά τήν ἀρχαιότητα μέ ρόδα ἐστεφάνωναν τά ἀγάλματα τοῦ Ὑμεναίου, τῆς Ἥβης, τοῦ Γανυμήδη, τῆς Ἐρατοῦς, τῆς Θάλειας, τῆς Ἥους, τοῦ Διονύσου καί τοῦ Ἑρωτα.

Ἐκτός ἀπό τοὺς Ἕλληνας, τό ρόδο σάν ἄνθος εἶχε συγκινήσει καί ὄλους τοὺς λαούς. Οἱ Τοῦρκοι λένε ὅτι γεννήθηκε ἀπό τόν ἰδρῶτα τοῦ Προφήτη τους ὅταν ἔσταξε στή γῆ. Ἐντύπωση κάνει μιὰ ἐπιτύμβια πλάκα τοῦ νεκροταφείου τοῦ Παρισιοῦ σέ λατινική γλῶσσα. Μποροῦμε νά τήν ἀποδώσουμε στά Ἑλληνικά «Κι' αὐτή ἡ δεσποινίς πού εἶναι θαμμένη ἐδῶ, ἦτο ἀπό τά πράγματα τοῦ φθαρτοῦ μας κόσμου πού ἄν καί ὠραία, ἔχουν τήν ποιοὶ κακή τύχη. Ρόδο ὅπως ἦτο, ἔζησε ὅσο καί τά ρόδα».

Γιά τά Κρητικά ρόδα δέν ἔχω τίποτε νά γράψω. Δέν διάβασα γι' αὐτά πουθενά. Γι' αὐτά βρίσκομε νά γράφη πολλά ἢ Κρητικὴ μούσα σέ δίστιχα καί σέ τραγούδια. Ἐνα Κρητικὸ ριζίτικο μᾶς ἀναφέρει :

«Μιά κόρη ρόδα μάζωνε κι' ἄθους ἐκορφολόγα
 νά κάμη πέτσες μέ τσ' ἄθους, σεντόνια μέ τά ρόδα..»

Ἀκόμη στό Κρητικὸ δράμα Γύπαρις, συναντοῦμε ἕναν ὑπανιγμό τοῦ ποιητῆ γιά τά ρόδα καί τήν γέννησί τους ἀπό τό αἷμα τῆς Ἀφροδίτης, ὅταν τῆς ἔσκισε τό πόδι ὁ βᾶτος, ὡς ἀνωτέρω (ἴδε Πρᾶξις Δ, στ. 281-285).

Οἱ ἀρχαῖοι εἶχαν πολλαπλές χρησιμοποιοῦσες τῶν ρόδων. Τά χρησιμοποιοῦσαν ἐκτός ἀπό τήν κόσμησι καί στή παρασκευὴ ροδελαίου, καί στή μαγειρικὴ καί στή ποτοποιία. Ὁ Ἀθηναῖος μᾶς ἀναφέρει ὅτι μ' αὐτά παρεσκευάζαν

τό φαγητό «ροδωνία» (IX, 406). Ὁ Πλίνιος (XXI 121, XXIII, 102), καί ὁ Σουετώνιος (Ner. 7) μᾶς ἀναφέρουν ὅτι μ' αὐτά κατεσκεύαζαν ποτά καί τραγήματα.

Παλιότερα ἢ θεραπευτικῆ ἐχρησιμοποιοῦσε τὰ ροδοπέταλλα ἢ καί ὀλόκληρο τό ἄνθος στή παρασκευή, μέ ἀπόσταξι σέ ὕδρατμούς, τοῦ aqua rosae καί τοῦ oleum rosae, μέ τὰ ὅποια κατεσκεύαζε φαρμακοτεχνικά σκευάσματα.

Σήμερα τὰ ρόδα χρησιμοποιοῦνται κυρίως πρός παρασκευή τοῦ Ροδελαίου, προϊόντος μέ μεγάλη ἐμπορευματολογική σημασία. Ἀρίστης ποιότητος ροδέλαιο παράγεται στή Βουλγαρία, στή Γαλλία καί στή Γερμανία. Καλή μέθοδος παρασκευῆς του εἶναι ἡ δι' ἐκχυλίσεως ροδοπετάλλων μέ λιπαρές οὐσίες.

Τό ροδέλαιο ἀποτελεῖται ἀπό δύο μέρη, τό στερεό πού λέγεται στερεοπένιο καί τό ὑγρό πού λέγεται ἐλαιοπένιο. Τό τελευταῖο ἔχει σᾶν κύριο συστατικό τήν γερανιόλη, περιέχει ὁμως καί κιτρινελλόλη, νερόλη, φαινυλαλκοόλη, γερανύλιο καί εὐνεϋλική ἀλκοόλη. Νοθεύεται μέ λάδι Palmarosa, μέ οἰνόπνευμα, καί μέ ἄλλα συνθετικά ροδοαρώματα. Χρησιμοποιεῖται στή μυρεψική πρός παρασκευή ἀρωμάτων.

Στήν Ἑλλάδα (νῆσος Χίος) παράγεται μέ ἀπόσταξι ροδοπετάλλων τό ροδόσταγμα. Ὑδατικό διάλυμα τούτου χρησιμοποιεῖται στήν ἐκκλησιαστικῆ τελετουργία, στή ζαχαροπλαστική καί στή μυρεψία.

Τό ροδόσταγμα τό ἀνεκάλυψε ἡ πριγκίπισσα Νάαρ-Ντζαχάν, γυναῖκα τοῦ μεγάλου Μογγόλου Ντζαχάμ-Κηόρο (1642). Περιπατώντας μιά μέρα στίς ὄχθες τῶν διωρύγων στά νερά τῶν ὁποίων ἐπλεαν ἄφθονα ροδοπέταλλα, εἶδε νά ἐπιπλέη στήν ἐπιφάνεια ἕνα κιτρινωπό λάδι. Τό μάζεψε καί εἶδε πώς ἦταν πολύ ἀρωματικό καί τό ἀνεκήρυξε τό «εὐωδέστερο» ἄρωμα τῆς Ἀσίας.

Σέ Ἑλληνικά μοναστήρια μέ πέταλλα ρόδων κατασκευάζεται γλυκό τοῦ κουταλιοῦ ἐμπορευσιμο, ἡ ροδοζάχαρι ἢ τό τριαντάφυλλο.

Ἡ λαϊκῆ Κρητικῆ θεραπευτικῆ χρησιμοποιεῖ τὰ ροδο-

πέταλλα σέ ἀφηνήματα σάν φάρμακο στυπτικό γιά γαργάρες ἐπί ἀμυγδαλιτίδων. Τά ἴδια ἀνακατωμένα μέ ἄνθη ἐσπεροδοειδῶν ἢ μέ κλωνάρια βασιλικοῦ τά χρησιμοποιεῖ σέ ἀφηνήματα σάν φάρμακο ἡρεμιστικό καί πρᾶυντικό. Ἐκόμη μέ τά ροδοπέταλλα παρασκευάζει τό «ροδόξυδο» πού τό χρησιμοποιεῖ σέ ἐντριβές ἢ σέ ἐπιθέματα σάν φάρμακο ἐπισπαστικό ἀντιπυρετικό καί ἀνακουφιστικό σέ κεφαλαλγίες. Ἡ παρασκευή του γίνεται συνήθως κατά τόν Μάιο μέ τόν γνωστό τρόπο τῆς ἐκθέσεως ἐπί 20 ἡμέρες εἰς τόν ἥλιο δοχείου καλῶς πωμομένου, πού περιέχει μεγάλη ἀναλογία ροδοπετάλλων σέ ζύδι δυνατό.

415) Τρινία ἢ εὐοσμος

Κρητικό φυτό πού τό ἀναφέρουν ὁ Πλίνιος καί ὁ Διοσκουρίδης «Ψευδοβούνιον». Θάμνος ἐστὶ παλαιστιαῖος, φυόμενος ἐν Κρήτῃ, ἔχων τά φύλλα βουνίω ὅμοια. ("Υλης Ἱατρ. IV, 99). «pseudobunion nari folia habet : fructicans palmi altitudine laudatissima in Creta» (Hist. nat. XXIV, 96, 1). Κι' οἱ δύο συγγραφεῖς τό ἀναφέρουν καί μέ τό ὄνομα ψευδοβούνιο. Κι' οἱ δύο συμφωνοῦν ὅτι εἶναι θάμνος πού φυτρώνει σέ ὄρεινά μέρη τῆς Κρήτης. Ὁ Πλίνιος ὁμοῦς τό ἀναφέρει *laudatissimo in Creta* δηλαδή πολύ ἐπαινετό στή Κρήτῃ.

Γιά τό φυτό αὐτό δέν γνωρίζω τίποτε ἄλλο. Ἀπό τὴν Διεύθυνσι Γεωργίας πού ρώτησα πῆρα τὴν ἀπάντησι ὅτι πρόκειται περὶ ζιζανίου νομευτικοῦ. Πιστεῶ τó φυτό νά μὴν ἔχει ἀκόμη ταυτισθεῖ.

416) Τριφύλλι

Κρητικὴ ὀνομασία ὄλων τῶν φυτῶν πού εἶναι τρίφυλλα. Εἰδικώτερα τοῦ φυτοῦ Γαλάγουσα ἢ φαρμακευτικὴ πού λέγεται καί ἡμερο τριφύλλι. Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ἐλλοβοκάρπων. Πιστεῦεται ὅτι βραζόμενο καί ἀρτούμενο μέ λάδι, προκαλεῖ ἄφθονο ἐκκρισι γάλακτος στίς ἀγαλάκτους μητέρες. Τό φυτό ἐν τούτοις τρωγόμενο ἀπό τά ζῶα σέ τρυφερή κατάστασι, τοὺς προκαλεῖ δηλητηριάσεις καί μάλιστα θανατηφόρους. Γι' αὐτό ἡ χρησιμοποίησις του πρέπει νά γίνεται μέ προσοχή.

417) **Τσαλάπα**

Ἔτσι λένε σέ μερικά μέρη τῆς Κρήτης τό φυτό Κρότων ὁ κοινός. Περιγράφεται στή λέξι Κροτωνιά. Συμπληρωματικά προσθέτω τήν περίεργη ἄποψι τοῦ Ἰταλοῦ καθηγητοῦ τῆς ἀνθρωπολογίας Cirriani, κατά τήν ὁποία τά πράσινα φύλλα τοῦ φυτοῦ, σέ ἐπιθέματα ἐπί τῶν μαστῶν ἐπί μερικές μέρες, προκαλοῦν ἄφθονη ἔκκρισι γάλακτος ὄχι μόνον εἰς τίς ἀγαλάκτους μητέρες ἀλλά καί εἰς αὐτές ἀκόμη τίς ἀνεγκύους. Τά ἴδια φύλλα τοποθετούμενα μέ τόν ἴδιο τρόπο στίς ὠμοπλάτες, ἀναστέλουν τήν ἔκκρισι τοῦ γάλακτος. Τά ἐπιθέματα ὁμως αὐτά, ἄν κρίνω ἀπό προσωπικά περιστατικά, προκαλοῦν διαβρώσεις, ἄν τοποθετηθοῦν χωρίς προηγουμένως νά ὀπτηθοῦν καί νά ἀλοιφθοῦν μέ λιόλαδο. Καί ἡ μέθοδος Cirriani, τά θέλει σκέτα ὅπως τά κόβομε ἀπό τό δένδρο. Γι' αὐτό ἄν ἡ μέθοδος χρησιμοποιοιθῆ, δέν θέλω νά ἔχω εὐθύνη γιά τά τυχόν συμβάντα, πού εἶναι δυνατόν νά προκύψουν.

418) **Τσαλόνη**

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκεται, κατά τόπους, στή Κρήτη τό φυτό Ἄκανθόλιμο «Acantholimon», τῆς οἰκογενείας τῶν μολυβδαινιδῶν. Φυτρώνει σέ ὄρεινά μέρη, τά φύλλα του σχηματίζουν ἐχινοειδεῖς σχηματισμούς μέ βελονοειδῆ κατασκευάσματα καί ἔχει ἄνθη ροδόχρωα. Ἀπό ὅσους τό γνωρίζουν πιστεύεται ὅτι θεραπεύει τόν καρκῖνο(;) πινόμενο σέ ἀφεψήματα ἢ ἐπιπασόμενο σέ σκόνι ὅταν εἶναι ἐξωτερικός.

419) **Τσόχος**

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Σόγχος ὁ λαχανώδης «Sonchus oleraceus». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν προσωπανθῶν. Τό φυτό λαχανεύεται, ἀλλά παρά τήν τρυφερότητα τῶν βλαστῶν του θεωρεῖται βροῦβα δευτέρας ποιότητας.

Ἡ λαϊκή κρητική θεραπευτική τό θεωρεῖ φυτό πού τρωγόμενο ὠμό θεραπεύει τό ἔλκος τοῦ στομάχου. Εἶναι γεγόνος ὅτι τρωγόμενο ὠμό σέ μικρή ποσότητα (στή ποσότητα

ὀλίγων τρυφερῶν βλαστῶν)πραϋνεὶ καὶ τὸν ἰσχυρότερο καϋσο τοῦ ἔλκοπαθοῦς καὶ ἐπιφέρει πολὺωρη ἡσυχία. Ἐκὸμη τοὺς βλαστοὺς του πολτοποιημένους τοὺς χρησιμοποιεῖ σὲ ἐπιθέματα ἐπὶ ὀφθαλμῶν μὲ ἐπαρκῶς καλὴ ἀντιφλεγμονώδη δρᾶσι. Τὸ ἴδιο καὶ ἐπὶ δηγμάτων σκορπιῶν.

420) Τσουένι

Κοινὴ Κρητικὴ ὄνομασία τοῦ φυτοῦ Σαπωναρία ἢ φαρμακευτικὴ «*Saponaria Officinalis*». Ἄνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν καρυοφυλλιδῶν. Στὸ νησί μας δὲν συναντᾶται συχνά. Φυτρῶνει σὲ ὑγρὰ χωράφια, στὶς ὄχθες τῶν ποταμῶν καὶ στὶς βουνοπλαγιές. Ἡ ρίζα του ὁμως ἦτο πολὺ γνωστὴ στὶς παλιές νοικοκυρές, γιατί ἀποτελοῦσε τὸ πῖο συνηθισμένο ἀπορρυπαντικὸ τῆς ἐποχῆς των γιὰ ροῦχα πού δὲν ἐπλένοντο μὲ σαποῦνι. Ἐπωλεῖτο στὰ «ἀχτάρικα» καὶ ἐχρησιμοποιεῖτο μὲ λίγο βρασμένο νερό στὸ βγάρσιμο τοπικῶν «λερωματιῶν» ἢ κηλιδῶν ἀπὸ τὰ φορέματα.

Ὅλα τὰ μέρη τοῦ φυτοῦ καὶ περισσότερο ἡ ρίζα περιέχουν ρητινώδεις καὶ γλυσχυρασματώδεις οὐσίες, ὀξάλικό ἀσβέστιο, σαπωνουβίνη καὶ κυρίως σαπωνίνη ἢ ὁποία δρᾶ καὶ ἀφρίζει μὲ χλιαρὸ νερό σάν σαποῦνι.

Παλιότερα ἡ ρίζα του ἐχρησιμοποιεῖτο ἀπὸ τὴν θεραπευτικὴ ὑπὸ τὴν μορφή τῆς *radix saponariae*, σάν φάρμακο ἀποχρεμτικὸ καὶ ἐμετοκαθαρτικὸ. Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ Θεραπευτικὴ, δὲν χρησιμοποιεῖ κανένα μέρος τοῦ φυτοῦ.

Υ

421) Ὕπνος

Κοινὴ Κρητικὴ ὄνομασία τοῦ φυτοῦ μήκων ἢ ὑπνοφόρος, *Paravegum Somniferum*. Ἄνήκει στὴν οἰκογένεια τῶν μηκωνοειδῶν. Ἀναφέρεται ἀπὸ τὸν Ὅμηρο (Ἰλ. Θ., 306), τὸν Θεόφραστο (Φ. Ἰστ. 9, 3, 2) καὶ τὸν Πausanία (Ε. 20, 5).

Μὲ τὴν Μινωικὴ Κρήτη παρουσιάζει στενὸ σύνδεσμο. Τὸν ἐπιμαρτυροῦν τὰ ἀγαλμάτια τὰ ὁποία ὁ Καθηγητῆς Μαρινάτος ἀνεκάλυψε στὴ περιοχὴ Γάζι τοῦ Ἡρακλείου, τὸν

Ἀπρίλιο τοῦ 1936. Τά ἀγαλμάτια αὐτά παριστάνουν μιά γυναικεία μορφή τῆς Μεσομινωικῆς περιόδου, ἡ ὁποία «δικήν κοσμημάτων», φέρει εἰς τὴν κεφαλὴν τῆς ὁμοιώματα τῶν κωδιῶν τοῦ φυτοῦ.

Γιὰ τὴν ὑπόσταση τῆς μορφῆς αὐτῆς ἠγέρθησαν πολλές συζητήσεις. Καί οἱ περισσότεροὶ τῶν ἀρχαιολόγων μας, βασιζόμενοι στὸν Πausanias (E, 20, 5), πού ἀναφέρει ὅτι τὸ φυτό ἐχρησίμευε κατὰ τὴν ἀρχαιότητα, σάν πρότυπο στὴ γλυπτικὴ τῶν ἀνθέων, ἐχαρακτήρισαν τὴν εἰκονιζομένη μορφή ὡς μιά θεότητα τῶν ἀνθέων.

Ὁ Μαρινάτος, παρά τίς ὑφιστάμενες ἀντιρρήσεις, τὴν ἐχαρακτήρισε προσφυστάτα ὡς τὴν Μινωϊκὴ θεότητα τῆς ἰατρικῆς, τὴν «ἐπώνυμο» τῶν ἰαμάτων. Ὑπὲρ τοῦ χαρακτηρισμοῦ αὐτοῦ τοῦ Μαρινάτου, συνηγοροῦν πολλοὶ λόγοι (ἴδε Ἀρχαιολ. Ἐφημερ. 1937, σελ. 278). Ἔτσι ὁ ἐπιτυχῆς αὐτὸς χαρακτηρισμὸς, συνδέει ἔκτοτε τὸ φυτό μέ τὴν Μινωϊκὴ ἰατρικὴ τοῦ νησοῦ μας καί φέρνει σέ φῶς τὰ μέσα μέ τὰ ὁποῖα οἱ Μινωϊκοὶ πρόγονοί μας, ἀντιμετώπιζαν θεραπευτικὰ τὸν ψυχικὸ καί τὸν σωματικὸ πόνου.

Ἀπὸ τίς ἄωρες κωδίες τοῦ φυτοῦ, πού συχνὰ βρίσκεται αὐτοφύες στό νησί μας, ἐλαμβάνετο ἀπὸ τὴν πιό παλιὰ ἀρχαιότητα ὁ γαλακτώδης ὀπός. Ὁ ὀπὸς αὐτὸς ὠνομάζετο ἀπὸ τότε ὀπιο ὀπως καί σήμερα καί ἦταν ἀπὸ τότε τὸ φάρμακο κατὰ τοῦ πόνου. Τὸν τρόπο μέ τὸν ὁποῖο ἐλαμβάνετο μᾶς τὸν περιγράφουν ὁ Διοσκουρίδης, ὁ Σκριβώνιος καί ὁ Πλίνιος.

Τὸ ὀπιο ἦταν γνωστὸ στὴ Φαραωνικὴ Αἴγυπτο. Φαίνεται ὅτι ἀρχικὰ ἐχρησιμοποιεῖτο τρωγόμενον. Καί ἡ ὀπιοφαγία αὐτὴ ἐξακολουθεῖ ἀκόμη καί σήμερον στὴ Μικρὰ Ἀσία καί στὴν Αἴγυπτο. Σάν φάρμακο ἦτο ἤδη γνωστὸ στὴν Ἀλεξανδρινὴ Σχολή. Καί ὁ Ἐρασίστρατος κατὰ τὸν τρίτον πρὸ Χριστοῦ αἰῶνα, τὸ ἐχρησιμοποιοῦσε ὄχι μόνον σάν ὑπνωτικὸ ἀλλὰ καί σάν ναρκωτικὸ πρὸς ἐκτέλεση χειρουργικῶν ἐπεμβάσεων.

Περίεργες χρησιμοποιήσεις εἶχε τὸ ὀπιο κατὰ τὸν Μεσαιῶνα πού ὑποβοηθοῦσαν τὴν μαγεία καί τίς δεισιδαιμονίες.

Κατά τό 1500 μετά Χριστό βρίσκομε νά τό χρησιμοποιεῖ ὁ Παράκελσος καί τό 1600 βρίσκομε τόν Σύντεχαμ νά ἀναμιγνύει τόν ὀπό τοῦ φυτοῦ μέ κρόκκο, καρυόφυλλο, κινάμωμο καί ἀραιό οἰνόπνευμα καί νά παράγει τό κροκοῦχο βάμμα τοῦ ὀπίου, δηλαδή τό «λαύδανο», πού ἀκόμη καί σήμερα διατίθεται ἀπό τά Φαρμακεῖα.

Ἐρευνες πού διεξήχθησαν μετά τόν Σύντεχαμ, διεπίστωσαν ὅτι ὁ ὀπός τοῦ φυτοῦ περιέχει περί τά 20 ἀλκαλοειδή, τά ὅποια στό σύνολό τους ἔχουν ναρκωτικές ιδιότητες. Ἀργότερα πολλά ἀπό τά ἀλκαλοειδή αὐτά ἀπεμονώθησαν καί μεταξύ αὐτῶν, ἡ μορφίνη τό 1806, ἡ ἠρωΐνη τό 1898, ἡ κωδεΐνη, ἡ θηβαΐνη, ἡ διονίνη καί ἄλλα, πού ὄλα ἐξυπηρετήσαν καί μερικά ἀπό αὐτά ἐξακολουθοῦν νά ἐξυπηρετοῦν, ἀξιόλογες ἀνάγκες τῆς θεραπευτικῆς.

Χρήσιμα παρασκευάσματα τοῦ φυτοῦ πού ἐξυπηρετήσαν παλιότερα ἐπί πολλά χρόνια τήν θεραπευτική ἦσαν ἡ κόνις τοῦ ὀπίου, τά ἐκχυλίσματα (Secco καί Fluido), τά βάμματα του, τό λαύδανο καί πολλά ἄλλα.

Ἡ σύγχρονη θεραπευτική ἐξακολουθεῖ νά χρησιμοποιεῖ πολλά ἀπό τά ὀπιούχα παρασκευάσματα. Μεταξύ αὐτῶν σημαίνουσα θέση κατέχει ἡ μορφίνη πού καταπολεμᾷ τόν σωματικό πόνο, ἡ κωδεΐνη πού καταπολεμᾷ τόν βήχα καί ἄλλα.

Τό «κάπνισμα» τοῦ ὀπίου ἔχει ἀρχίσει πρό ἑκατό χρόνων περίπου. Ἡ ἀρχή ἐγίνε ἀπό τήν Ἀνατολή. Ἀρχικά ἐκαπνίζοντο ὄλα τά ὑπέργεια μέρη τοῦ φυτοῦ, τά ὅποια ἀποξηραμένα ἐτοποθετοῦντο σέ εὐρύστομα πῆλινα δοχεῖα ὅπου καί ἐκαίοντο σιγά σιγά χωρίς φλόγα καί τῶν ὀποίων ὁ ἀναδιδόμενος καπνός ἐκαπνίζετο ὁμαδικά μέ καλάμια. Τό κάπνισμα εἶχε εὐφραδικό σκοπό καί ἐχρησιμοποιεῖτο κυρίως ἀπό τούς Μωαμεθανούς εἰς ἀντιστάθμισμα τῆς ἀπηγορευμένης ἀπό τό Κοράνιο εἰς αὐτούς χρήσεως τῶν οἰνοπνευματωδῶν ποτῶν.

Ἀργότερα ἀντί τῶν ὑπεργείων μερῶν τοῦ φυτοῦ ἐπενοήθη ἡ χρῆσις τοῦ Χασίς, πού ἀποτελεῖ μῖγμα ἀνθισμένων κο-

ρυφῶν ἢ ρητίνης τοῦ φυτοῦ, Ἰνδικῆς Κάναβης καί ἄλλων ἀλκαλοειδῶν μὴ καλῶς γνωστῶν. Τό ὄλο μῖγμα φέρεται νά ἔχη τετανοκαναβίνη, στρυχνικές οὐσίες, αἰθέριο λάδι, καναβινόλη, τερπένια φαινόλες καί ὄπιο. Ἀνάλογη ὕλη χρησιμοποιεῖται στήν Ἀμερική μέ τήν ὄνομασία Μαριχουάνα. Ἡ χρῆσις τῶν προϊόντων αὐτῶν λόγω τῶν καταστρεπτικῶν ἐπιδράσεων ἐπί τοῦ ψυχικοῦ καί σωματικοῦ χώρου τῶν καπνιζόντων, ἔχει πλήρως ἀπαγορευθεῖ καί στή χώρα μας καί ὁ συλλαμβανόμενος νά τά χρησιμοποιεῖ ὑπόκειται σέ σοβαρές συνέπειες. Τό χασίς δέν χρησιμοποιεῖται καθόλου ἀπό τήν θεραπευτική γιατί στερεῖται κάθε θεραπευτικῆς ἐπενεργείας.

Τό φυτό ὅπως ἀναφέραμε καί παραπάνω βρίσκεται στό νησί μας σέ πολλά μέρη αὐτοφύες. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε παλιά τά ἄνθη ὄλων τῶν μηκωνοειδῶν σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο ὑπνωτικό. Εἰδικά ἐχρησιμοποιοῦσε τά ἄνθη τῆς λευκῆς παπαρούνας σέ ἀφεψήματα ὑπνωτικά γιά παιδιά πού παρουσίαζαν ἀϋπνία καί ἐρεθιστικότητα. Τά ἀφεψήματα αὐτά τά θεωροῦσε ἐλαφρά καί ἀκίνδυνα καί πολλές γιαγιάδες δέν διστάζουν ἀκόμη καί σήμερα νά τά χρησιμοποιοῦν. Σωστό εἶναι νά ἀποφεύγονται. Ὁ ἴδιος εἶδα νά χρησιμοποιοῦνε σάν «ὑπνο», ἐλαφρά ἀφεψήματα φύλλων τοῦ φυτοῦ μήκων ἢ ὑπνοφόρος. Τά ἀφεψήματα ὁμως αὐτά δέν εἶναι ἀκίνδυνα. Ἐθίζονται καί πάντοτε ἔχουν βαρεῖες συνέπειες στόν ψυχικό κόσμο τῶν ἀτόμων πού τά πέρνουν.

Ἀφεψήματα μηκωνοειδῶν, μέ φύλλα καί ἄνθη πορτοκαλιάς, θυμάρη καί βασιλικό εἶδα νά χρησιμοποιοῦν στά χωριά, σάν φάρμακο ἀντιβηχικό καί πρᾶντικό.

422) Ὑσσωπος ὁ Κρητικός

Ἀναφέρεται ἀπό τόν Ἄμαντο σέ ἕνα γιατροσόφι πού ἐδημοσίευσε. Περιγράφεται στή λέξη κομπόχορτο.

423) Φακή

Πανελλήνιος όνομασία του φυτού Φακή ή έδώδιμος «*Lens Esculenta*». Άνήκει στην οικογένεια των έλλοβοκάρπων. Ήταν γνωστή στους αρχαίους διά τους καρπούς της και προσφιές όσπριώδες των Ίουδαίων. Άντί πινακίου φακής ό Ίσαΰ παρεχώρησε τά πρωτοτόκια στον αδελφό του τον Ίακώβ (Γένεσις κ., ε, 25). Άναφέρεται από τον Θεόφραστο και τον Διοσκουρίδη, πού μās περιγράφει και τρόπους μαγειρικής της. Ό Άθήναιος (7, 290), αναφέρει ότι έμαγηρεύετο κατά τά δειπνα μετά τίς κηδείες. Οί καρποί του οί φακές, είναι θρεπτικό και υγιεινό όσπριο πλούσιο σε σίδηρο και άζωτοϋχες ούσίες.

424) Φασκομηλιά

Δημώδης όνομασία στη Κρήτη του φυτού Ήλελίφασκος ό φαρμακευτικός, «*Salvia Officinalis*». Άνήκει στην οικογένεια των χειλανθών.

Γιά τό φυτό αυτό οί παλαιοί Κρητικοί λέγανε «όποιος έχει στό περιβόλι του φασκομηλιά, ποτέ δέν ποθαίνει». Κι αυτό γιατί του απέδιδαν αξιόλογες ιδιότητες, για την διατήρηση της υγείας. Τό άφέψημα των άποξηραμένων τρυφερών του βλαστών τό πίνουν σαν θερμαντικό ρόφημα τον χειμώνα.

Τά φύλλα του περιέχουν αιθέριο λάδι, ταννίνη, μηλικό όξύ, ρητινώδεις και πεκτινικές ύλες, άμυλο και σε μικρή ποσότητα πικρή ούσία την έλεφασκίνη. Τό λάδι της περιέχει πιπέριο, σαλβένιο, κινεόλη, βορνεόλη και όξικό λιναλύλιο.

Τό λάδι της, τό φασκομηλόλαδο, τό πουλουσαν παλιά οί άρωματάρηδες ή λαδάδες, πού τό διαλαλουσαν μαζί με τά άλλα λάδια τους τραγουδιστά. Τό λάδι αυτό ή παλιά θεραπευτική τό χρησιμοποιούσε στη κατασκευή του *Aqua Aromatica*, πού έδίδετο σαν στυπτικό στις διάρροιες των φυματικών.

Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ ἐχρησιμοποιοῦσε τὰ τρυφερά βλαστάρια τῆς ἀποξηραμένα σέ ἀφεψήματα καὶ σάν ρόφημα διαφορικὸ καὶ ἐφιδρωτικὸ καὶ σάν φάρμακο στυπτικὸ, εὐστόμαχο καὶ πραϋντικὸ τοῦ νευρικοῦ συστήματος. Τὰ ἴδια ἀφεψήματα ἐχρησιμοποιοῦσε ἀκόμη σέ γαργάρες ἐπὶ παθήσεων τοῦ στόματος καὶ τοῦ φάρυγγος. Ἀκόμη ἐχρησιμοποιοῦσε πολὺ τὸ λάδι τῆς, δηλαδή τὸ φασκομηλόλαδο, πού ποτέ δέν ἔλειπε παλιότερα ἀπὸ κάθε Κρητικὸ σπίτι. Οἱ Κρητικοὶ τὸ χρησιμοποιοῦσαν σέ ἐντριβές ἀνακατωμένο μέ ληόλαδο ἐπὶ κρυολογημάτων σάν ἐπισπαστικὸ, αὐτούσιο σέ σταγόνες ἐπάνω σέ ζάχαρη σάν ἀναληπτικὸ καὶ αὐτούσιο ἐπίσης μιά ἢ δύο σταγόνες σέ ἐνσταλάξεις στὸν ὀμφαλὸ, σάν πραϋντικὸ ἐπὶ κωλικῶν καὶ γαστραλγιῶν.

Τὸ ἀφέψημα τῆς φασκομηλιάς τὸ χρησιμοποιοῦσαν σάν θερμαντικὸ ρόφημα καὶ οἱ ἀρχαῖοι μέ μέλι, στά «θερμώλειά τους».

425) Φασουλιά

Ἔτσι λένε στή Κρήτη ὄλα τὰ εἶδη τοῦ φυτικοῦ γένους Φασίολος «Phaseolus», τῆς οἰκογενείας τῶν ἔλλοβοκάρπων. Καλλιεργούμενα εἶδη στή Κρήτη εἶναι τὰ κοινὰ φασόλια, τὰ ποταμίτικα, τὰ μπαρμπούνια, τὴ μπαμπακιᾶς, τὰ ἀσπρόκόλλια, καὶ οἱ γίγαντες. Ἡ καλλιέργεια δέν εἶναι ἐμπορευματολογικὴ. Ἐπαρκεῖ γιὰ τὴν τοπικὴ κατανάλωση μόνο σέ χλωροφάσουλα, ὅπως λένε στό νησί τὰ μὴ ἀποξηραμένα χλωρά φασόλια. Ἰδιὸ Κρητικὸ εἶδος εἶναι τὰ καλούμενα Ποταμίτικα. Αὐτὰ καλλιεργήθηκαν ἀρχικά στό χωριὸ Ποτάμους τῆς ἐπαρχίας Λασιθίου καὶ ἀπ' ἐκεῖ διαδόθηκαν στίς ἀνατολικές ἐπαρχίες καὶ καλλιεργοῦνται γύρω ἀπὸ τὸ Πάσχα στίς «μπαμπακιές», δηλαδή σέ χωράφια σιδηροῦχα, στά ὁποῖα παλιά ἐκαλλιεργοῦσαν τὸ μπαμπάκι. Τὰ φασόλια αὐτὰ εἶναι μικρόκαρπα, λευκοῦ χρώματος, δέν βγάζουν πολὺ φασουλιά ὅπως τὰ μπαρμπούνια καὶ εἶναι νοστιμότατα χλωρά σέ ἐντράδες. Ἀποξηραινόμενα δέν ἔχουν ἀπόδοση. Γίνονται ὅμως παστά. Δηλαδή «μπελονιάζονται σέ γιρλάντες, κρέμονται στὸν ἥλιο καὶ ψήνονται τὸν χειμῶνα».

Τά φασούλια είναι τρόφιμα ύψηλης θρεπτικότητας. Περιέχουν πρωτεΐνες, άζωτοϋχες και λιπαρές ουσίες. Έμπορευματολογική καλλιέργεια, γίνεται στή Μακεδονία.

426) Φεστούκη «Laevis»

Κτηνοτροφική πόα πολυετής, μέ λεπτά φύλλα και γυμνό βλαστό, τής οίκογενείας τών άγροστωδών. Άπαντᾶ στους βοσκότοπους τοῦ Λασιθιοῦ καί δέν ἔχει θεραπευτικές χρησιμοποιήσεις.

427) Φιδόχορτο

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκομε στή Κρήτη δυό φυτά. Τό φυτό Ἄρον τό Κρητικό, πού περιγράφεται στή λέξη ἄσκελοτούρα καί τό φυτό Βιπερίνη ἢ Κρητική «Viperina Cretica», τής οίκογενείας τών βορραγινιδών.

Τό δεύτερο φυτό εἶναι ἰθαγενές τοῦ νησοῦ. Φυτρώνει σέ πετρώδη ἀκαλλιέργητα ἐδάφη. Ἔχει φύλλα λογχοειδή, διάστικτα δίκη δέρματος φιδιοῦ, ἄνθη λευκά ἢ κυανοϊώδη καί καρπό πού μοιάζει μέ κεφαλή φιδιοῦ. Τό φυτό σπανίζει. Δέν χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική.

428) Φινοκαλίδα

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Θυμελαία ἢ ταρτουραία, «Thymelea Tartugaea». Ἀνήκει στήν οίκογένεια τών θυμελαιοειδών. Οἱ ξυλώδεις βλαστοί τής χρησιμοποιοῦνται στή Κρήτη γιά τήν κατασκευή σαρώθρων. Ἡ λαϊκή Κρητική Θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τή ρίζα τής σέ ἀφεψημάτα σάν φάρμακο γιά τά νεφρά. Τήν πουλοῦσε ὁ γνωστός Ρεθύμνιος τουρκοκρητικός δρωγοσυλλέκτης Ρετζέπης, πού τήν διαφήμιζε μαζί μέ τά ἄλλα του βότανα, περιερχόμενος τά «καλντιριμιδένια σοκάκια» τοῦ Τούρκικου Μεγάλου Κάστρου, μέ τήν χελιά γαιδάρα του, στό σωμαρί τής ὁποίας εἶχε πάντοτε κρεμασμένη τήν «σακκούλα» του μέ τά μυρωδικά.

«Φινοκαλόριζα γιά νά νεφρά,

Χαμομήλι για τ' άντερα
 ματζουρανότριμα για τή σφαή (τόν δυνατό πόνο)
 άρσινικοβότανο και άτεκνόχορτο
 κι όλα του γιαραμπί τά μυρωδικά»

Σήμερα τό φυτό δέν χρησιμοποιείται. Θεωρείται δηλητηριώδες.

429) Φλαμοῦρι

Κρητική όνομασία του φυτού Φιλύρα ή κοινή, «*Tillia Vulgaris*». Άνήκει στην οικογένεια των φιλυριδών. Είναι δένδρο μεγάλο, μακρόβιο, δασικό.

Γιά τήν Κρητική φιλύρα μās αναφέρει ο λατίνος συγγραφέας Μάρκος Βιτρούβιος Πόλλιο (*De Architectura*, *Libr. I* και *V*, 10).

Χρήσιμα μέρη του φυτού ο χυμός, τά άνθη και τά φύλλα. Ο χυμός που έπαιρνετο με έντομές του φλοιού, χρησιμοποιείτο παλιότερα σαν φάρμακο κατά της επιληψίας. Τά φύλλα χρησιμοποιούντο από τήν παλιά θεραπευτική ως τμήμα των *Species Laxantes*. Τά άνθη χρησιμοποιούντο και χρησιμοποιούνται ακόμη σαν πραϋντικό ρόφημα σε άφένημα με τήν γνωστή όνομασία τίλλιο. Περιέχουν γλυκόζη, γλυσχρασματώδεις ουσίες, ταννίνη και αιθέριο λάδι. Άποξηραμένα έχουν ευχάριστη όσμή. Σε άφένημα έχουν όσμή άρωματική και στυπτική γεύση. Στο νησί μας δέν έχουν ευρεία χρησιμοποίηση.

430) Φλησκοῦνι

Με τό όνομα αυτό βρίσκεται στην Κρήτη τό φυτό Ἡδύοσμος ο γλήχων, και ηδύοσμος ο άγριος «*Mentha Puleginus*» και «*Mentha Silvestris*». Άνήκουν στην οικογένεια των χειλανθών. Χρήσιμα μέρη του φυτού τά φύλλα και οί άνθισμένοι βλαστοί του.

Τά μέρη αυτά χρησιμοποιούντο παλιά από τήν θεραπευτική υπό τήν μορφή της *Herba Pulgii*, σαν φάρμακο άφουσο και διαφορικό. Οί Γερμανοί γιατροί κατά τήν κατοχή του

νησιού, τὰ ἐχρησιμοποιοῦσαν σάν φάρμακο διαφορικό ἐπί λιποθυμιῶν, ἐφιδρωτικό καί εὐστόμαχο. Τά ἴδια μέρη χρησιμοποιοῦνται γιά τήν παραγωγή αἰθερίου λαδιού τοῦ μινθελαιίου πού χρησιμοποιεῖται στήν ζαχαροπλαστική.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική ἐχρησιμοποιοῦσε τούς ἀνθισμένους βλαστούς τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο ἀντιεμετικό τῆς ἐγκυμοσύνης, σάν εἰδικό φάρμακο τῶν ἰλίγγων καί σάν ρόφημα διαφορικό εὐστόμαχο καί ἀναφροδιασικό.

Ἡ Κρητική φιλοσοφία λέει «φλησκούνιδες» τούς λεπτοκαμωμένους καί χωρίς ὄργασμό ἄνδρες.

431) Φλόμος

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Βέβρασκον ὁ Θάψος «Vebrascon Thapsos». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν γρομφαδιδῶν. Φυτρώνει στίς ἄκρες τῶν δρόμων καί σέ ὄρεινές περιοχές. Τά ὑπέργεια μέρη του φέρουν πλατειά καί ἄδρά φύλλα. Ἀπό τό μέσο τοῦ φυλλώματος ἀναπτύσσεται ἴσιος βλαστός μήκους 30-50 ἑκατοστῶν, κατάφορτος ἀπό λευκά ἢ κίτρινα ἄνθη. Τά ἄνθη περιέχουν πτητικό λάδι, μηλικό ὄξύ, σάχαρο καί κολλώδη οὐσία. Παλαιότερα ἐχρησιμοποιοῦντο στή θεραπευτική μέ τό ὄνομα Flores καί Foliae Vebrascum σάν φάρμακο πρᾶντικό καί ἀποχρεμπτικό σέ ἐγχύματα καί ἀφεψήματα.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν χρησιμοποιεῖ τό φυτό. Ὀλόκληρο ὁμως τό φυτό τό χρησιμοποιοῦνε σέ μερικά μέρη τοῦ νησοῦ γιά τό εὐκόλο ἐγχώριο ψάρεμα, ρίχνοντάς το μέσα σέ «ψαρόλακκους». Τά ἀλιευόμενα ὁμως, συχνά προκαλοῦν γαστρεντερικές διαταραχές. Τό φυτό συγγέεται μέ τόν καλάνθρωπο, ἀπό τόν ὁποῖο σαφής διαφορά εἶναι ὅτι δέν ἔχει ρίζα ἀνθρωπόμορφο ὅπως αὐτός.

432) Φουντουκιά

Κοινή Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Λεπτοκαρυδέα «Corylus», τῆς οἰκογενείας τῶν κυπελλοφοριδῶν. Ὁ καρ-

πός τοῦ φυτοῦ, τό φουντοῦκι, χρησιμοποιεῖται εὐρύτατα σάν τράγημα. Ἐκόμη χρησιμοποιεῖται γιά τήν παραγωγή φαγώσιμου λαδιοῦ μέ πολλές χρησιμοποιήσεις καί στή ζαχαροπλαστική. Τό φυτό σπανίζει στό νησί καί ἡ χρησιμοποίησίς του ἀπό τή λαϊκή Κρητική θεραπευτική εἶναι ἀνύπαρκτη.

433) Φουσκιά

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Λεοντική «*Leonidica*» τῆς οἰκογενείας τῶν βερβεριδοειδῶν. Οἱ σεσηπότες κόνδυλοι τούτου, χρησιμοποιοῦνται κονιοποιημένοι σέ ἐπιλάσεις ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική ἐπί παρατριμάτων καί ἐγκαυμάτων.

434) Φραγκοσυκιά

Δημώδης ὀνομασία στή Κρήτη τοῦ φυτοῦ Ὀπουντία ἢ ἰνδική συκή, «*Opundia Ficus Indica*». Λέγεται ἀκόμη καί ἀχναροσυκιά καί καπνοσυκιά. Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν κακτοειδῶν.

Φυτρώνει καί ἀναπτύσσεται εὐκόλα, σέ πετρώδη ἐδάφη καί κάνει ωραίους ἀλλά ἐπικίνδυνους στήν ἀφή καρπούς, πού λέγονται στή Κρήτη «καπνόσυκα».

Τά καπνόσυκα εἶναι εὐχυμα, δροσιστικά καί γλυκά σύκα, πού τρώγονται ὠμά καί ἔχουν ὑπακτικές ιδιότητες. Ἀποσταζόμενα βγάζουν οἰνόπνευμα.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τά φύλλα καί τά ἄνθη τοῦ φυτοῦ. Τά φύλλα ὀπτούμενα καί ἀλοιφόμενα μέ ληόλαδο χρησιμοποιοῦνται σέ ἐπιθέματα μαλακτικά, πρὸς διάνοιξη ἀποστημάτων. Τά ἄνθη σέ ἀφεψήματα χρησιμοποιοῦνται σάν φάρμακο ἀντιβηχικό, ἀντικοκκυτικό, εὐστόμαχο καί ἀντισπασμωδικό.

435) Φραγμίτης

Φυτό τῆς ἐλόβιου Κρητικῆς βλαστήσεως καί φίλυδρο ζιζάνιο καλαμοειδές. «*Fragmites*». Οἱ κορυφές του χρησιμοποιοῦνται πρὸς κατασκευή σαρώθρων. Δέν ἔχει θεραπευτική χρησιμοποίησι.

436) Φράξο

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Μελία ἡ ὑψικάρηνος, «*Fraxinus Excelsior*», τῆς οἰκογενείας τῶν ἐλαιωδῶν. Φυτρῶνει σέ ὑψηλά μέρη. Ὁ φλοιός τοῦ φυτοῦ χρησιμοποιεῖται στή βυρσοδεψία. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική τόν ἐχρησιμοποιοῦσε παλιά σέ ἀφεψήματα, σάν φάρμακο ἀντιπυρετικό.

437) Φράουλα

Μέ τό ὄνομα αὐτό βρίσκεται στή Κρήτη τό φυτό Χαμαικέρασος «*Fragaria Vulgaris*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν ροδοειδῶν. Οἱ καρποί του ἀποτελοῦνε ἄριστο φρούτο. Τρώγονται σκέτοι, μέ ζάχαρη ἢ μέ ἠδύποτα. Περιέχουν ζάχαρη, φυτοπρωτεΐνη, ἰτεῦλικό ὀξύ, ἐλαιώδεις οὐσίες, ἀσβέστιο, φωσφόρο καί σίδηρο.

Χρήσιμα μέρη του ἡ ρίζα καί τά φύλλα του. Ἡ ρίζα περιέχει ταννίνη, γαλλικό ὀξύ καί φραγκαριανίνη.

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τίς ρίζες τοῦ φυτοῦ σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο διουρητικό. Χρησιμοποιεῖ ἀκόμη τά φύλλα σέ ἀφεψήματα γιά γαργάρες καί πλύσεις ἐλκῶν καί πληγῶν.

438) Φριτιλλάρια ἢ τουλιποφόρος

Βολβόρριξη πόα μέ ὄρθιο καυλό, ἀπολήγοντα σέ ἓνα ἢ περισσότερα δύσοσμα ἄνθη, χρώματος πρασινοκυάνου. «*Fritillaria Tulipifera*». Ἀπαντᾷ στίς ὄρεινές περιοχές καί ἀντέχει στό κρύο. Δέν χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική.

439) Φτελιά

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Πτελέα ἡ πεδινή «*Ulmus campestris*», τῆς οἰκογενείας τῶν κνιδιδῶν. Φυτρῶνει σέ ὄρεινά μέρη στό νησί μας καί εἶναι δένδρο μακρόβιο, μέ σκληρό, συμπαγές ἀλλά εὐέργαστο ξύλο. Χρήσιμα μέρη του ὁ φλοιός καί τά φύλλα του. Ὁ φλοιός περιέχει γλυσχράσματα, ταννίνη καί οὐλμίνη. Ἐχρησιμοποιεῖτο παλιά ἀπό τήν θεραπευτική ὡς *cortex ulmi inferiore* σάν φάρμακο στυπρικό.

Τά φύλλα δροσερά χρησιμοποιούνται στή κτηνοτροφία.

Γιά τόν Κρητικό Ulmo μᾶς ἀναφέρει ὁ λατίνος συγγραφέας Βιρτούβιος Πόλιο (De Architectura. Libr. I. V).

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τὰ ἀφεψήματα τοῦ φλοιοῦ του σάν φάρμακο στυπτικό ἐπί διαρροϊῶν καί ὡς ἐπουλωτικό πληγῶν σέ ἐπαλείψεις ἢ ἐπιθέματα.

440) Φτέρη

Κρητική ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Πτέρης, «Pteris», τῆς οἰκογενείας τῶν περιδιδῶν. Ὁ φλοιός καί τό ρίζωμα τοῦ φυτοῦ περιέχουν κινεόλη, ταννίνη, φιλικίνη καί σιλικικό ὄξύ, ἐδίδοντο δέ παληότερα ἀπό τήν θεραπευτική ὑπό μορφή ἐκχυλίσματος σάν φάρμακο ἀνθελμινθικό. Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεῖ τό φυτό σέ ἀφεψήματα σάν φάρμακο ἀντιδιαβητικό. Οἱ ἀντιδιαβητικές του ιδιότητες ἀποδίδονται στίς φυτοκίνες πού περιέχει.

441) Φύκος τό βαφικό

Ἴδιο εἶδος φύκους, πού φυτρώνει στά πετρώδη ὑφάλμυρα παραθαλάσσια μέρη τῆς Κρήτης. Ἀνήκει στό εἶδος Ρυτίφλοιος ἢ βαφική «Rhytiphloea Tintoria», τοῦ ἀθροίσματος τῶν θαλοφύτων καί τῆς συνομοταξίας τῶν κρυπτογάμων.

Ἀναφέρεται ἀπό τόν Θεόφραστο, ἀπό τόν Διοσκορίδη καί ἀπό τόν Πλίνιο. Ὁ πρῶτος ἀναφέρει «τό πόντιο φύκος, ὃ οἱ σπογγιεῖς ἀναλαμβάνουσι πελάγιον καί ἐν Κρήτη φύεται πρὸς τῇ γῇ ἐπὶ τῶν πετρῶν, πλεῖστον καί κάλλιστον, ὃ βάπτουσι οὐ μόνον τὰς ταινίας ἀλλά καί ἔρια καί ἱμάτια» (Φυτ. Ἱστορ. 4, 6, 5). Ὁ δεύτερος ἀναφέρει «φυόμενον δέ ἐν Κρήτη πρὸς τῇ γῇ, εὐανθές σφόδρα καί ἄσπυτον» (Διοσκ. 4, 99). Τέλος ὁ τρίτος ἀναφέρει «circa Cretam insulam, nate in petris, purpuran quoque inficiunt» (Hist. Nat. 13, 136).

Στό νησί μας ἐχρησιμοποιεῖτο παληότερα κατά τήν Ἑνετική καί Τουρκική περίοδο γιά τήν ἐρυθροκαστανόχρωμη βαφή τῶν μαλλίνων τοῦ ἀργαλιοῦ (πατανίες).

442) Φυστικά

Κοινή όνομασία στή Κρήτη του φυτού Ἄραχίς «Ara-chis», τῆς οἰκογενείας τῶν ἔλλοβοκάρπων. Κατάγεται ἀπό τήν Βραζιλία. Οἱ καρποί του τά φυστικά, περιέχουν λάδι, λευκωματώδεις οὐσίες, πρωτεΐνη, ἴχνη χολίνης, κογγλουτίνη, ἄργενίνη, σακχαρόλη καί λιπάσες. Ἀποτελοῦν εὐρείας χρησιμοποίησεως τράγημα ἀλλά ἄρκετά παχυντικό. Βιομηχανικά χρησιμοποιοῦνται στή παραγωγή του ἄραχιδelaiou τό ὅποιον εἶναι ἐδώδιμο καί ἔχει πολλές χρησιμοποίησεις στή φαρμακοτεχνική, στή ζαχαροπλαστική καί στήν οἰκιακή οἰκονομία. Μ' αὐτό νοθεύουν τό ἐλαιόλαδο.

443) Φυτά Κρητικά μέ ἀντικαρκινικές ιδιότητες.

Εἶναι ἄρκετά παρακεκινδυνευμένο καί ἀποτελεῖ τσαρλατανισμό νά πιστεύη κανεῖς ὅτι ὁ καρκῖνος θεραπεύεται σήμερο μέ βοτάνια. Ὅμως στήν ἐπίσημη σύγχρονη ἐπιστήμη, ὑπάρχουν ἐνδείξεις ὅτι φυτά διαφόρων περιοχῶν του κόσμου, κρύβουν μέσα τους, ἐλπιδοφόρες ἀντικαρκινικές ιδιότητες. Ἀναφέρεται φυτό του ποταμοῦ Πενομπέσκοτ, τό ὅποιον ὑπέδειξε Ἰνδιάνος, ἀπό τό ὅποιον παρεσκεύασαν ἐκχύλισμα, πού ἀποτελεῖ γιά τούς Ἀμερικανούς καρκινολόγους τήν θεραπεία προτιμήσεως τῶν ἀκροχορδόνων καί πολλῶν ἄλλων βλαστημάτων του δέρματος.

Ἀπό τά φυτά πού φυτρώνουν στή Κρήτη, φέρονται ἀνεπίσημα μέ ἀντικαρκινικές ιδιότητες, τό σκόρδο καί τό λεμόνι (χορήγησις βάσει τῆς Δίαιτας τῆς Βιέννης — ἴδε λέξι ἐσπεριδοειδῆ), οἱ ἄθαφτοι, τό χελιδονόχορτο, τό ἀγαρικό τό ἔναυσμα ἢ ἴσκα, τά ἀροειδῆ (ὡς εἰς τήν λέξι δρακωδιά), ἡ ἀριστολογία ἢ Κρητική (ἴδε λέξι λαγοῦ τά στιβάνια), τό κολχικό καί ἄλλα.

Γιά τίς ἀντικαρκινικές ιδιότητες τῶν φυτῶν αὐτῶν δέν ὑπάρχουν ἐπίσημες διαπιστώσεις. Ἀπλῶς βασίζονται εἴτε στίς γραπτές παραδόσεις τῶν ἀρχαίων συγγραφέων, εἴτε σέ ἐμπειρικές παρατηρήσεις πρακτικῶν ἢ καί ἐπιστημόνων ἰατρῶν.

X

444) Χαμοληά

Κρητική όνομασία του φυτού Δαφνοειδές ή χαμελαία «Daphne Elloida». Άνήκει στην οικόγένεια των χαμελαιοειδών. Σέ όλα τά μέρη του περιέχει τοξική ούσία, τήν θυμελαιΐνη. Ή ούσία αύτή προσλαμβανομένη από τούς χοχλιούς που βόσκουν στά φύλλα του φυτού, προκαλεΐ συχνά αξιόλογες τροφικές δηλητηριάσεις, σέ όσους τούς τρώγουν «άσάκαστους», δηλαδή χωρίς τήν μετά τό μάζεμά τους προπαρασκευή. Ή λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν χρησιμοποιεΐ τό φυτό.

445) Χαμομήλι

Πανελλήνια όνομασία του φυτού Χαμαΐμηλο «Matricaria» καΐ Άνθεμΐς ή εϋγενής «Anthemis Nobile». Περιγράφεται στη λέξη καμηλάκι.

Συμπληρωματικά προσθέτω ότι κάθε οικόγένεια πρέπει νά έχει στό οικογενειακό της φαρμακείο τό χαμομήλι. Τό άφέψημά του εΐναι άριστο άντινευρικό, πραϋντικό καΐ άντισπασμοδικό για παιδιά, γυναΐκες καΐ ήλικιωμένους. Περιέχει άμορφη γλυκωσίδη, τήν άπιγενΐνη καΐ μΐά πικρά ούσία τήν ούμπελιφερόνη. Ή προσθήκη στό άφέψημα καΐ μΐας μικρής ποσότητας άμπισθΐας, κάνει τό άφέψημα πιό πικάντικο καΐ εϋληπτο.

446) Χάσι-Χάσι

Κρητική όνομασία κατά περιοχές του φυτού Γλαύκιο τό γνήσιο «Glaucium Corniculatum». Άνήκει στην οικόγένεια των μηκωνοειδών. Τά ύπέργεια μέρη του περιέχουν γλαυκΐνη, χολερυθρίνη, προτροπΐνη, ρητινώδεις ύλες καΐ γλυκοπικρίνη. Άπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική, δΐδεται σάν ύπνωτικό στά παιδιά σέ άφεψήματα. Ή συνήθεια εΐναι κακή. Ή χυμός του φυτού λαμβανόμενος μέ πολτοποιΐση χρησιμοποιεΐται σέ έπιθέματα έπί έλκων ζώνων.

447) Χελιδονόχορτο

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Χελιδόνιο τό μέγα «Chelidonium Majus» τῆς οἰκογενείας τῶν μηκωνοειδῶν. Στό νησί μας σπανίζει. Φυτρώνει σέ πετρώδη ὀρεινά ἐδάφη μέ ὑγρασία καί σέ ἐρείπια. Ὅλα τά μέρη του περιέχουν κίτρινο γαλακτώδη ὀπό, πολύ δηλητηριώδη. Περιέχουν ἐπίσης ἀλκαλοειδῆ (χελιδονίνη, χελιδερυθρίνη, χελιδοξανθίνη), ἀσβέστιο, μηλικό ὄξύ, κάλιο, γλυσχράσματα, λεύκωμα καί πυρίτιο. Μυρίζει σάν ἀπό κλούβια αὐγά.

Ἀναφέρεται ἀπό τόν Κρήτα μοναχό Ἀγάπιο Λάνδο, στό Γεωπονικό του, σάν φάρμακο κατά τῶν αἱμορροΐδων σέ πολτοποιημένα ἐπιθέματα, ἢ βρασμένο μέ λινέλαιο.

Οἱ ἀρχαῖοι κατεσκευάζαν μ' αὐτό φάρμακο κατά τοῦ καταρράκτη, ἀναμιγνύοντες τόν γαλακτώδη χυμό του μέ μέλι. Τελευταῖα Ἴταλοί φυτοθεραπευτές χρησιμοποιοῦν τά ἐλαφρά ἀφεψήματα τῶν φύλλων του σάν φάρμακο κατά τῶν καρκίνων καί τά πυκνά πρὸς θεραπεία τῶν καρκινωμάτων ἔλκων σέ πλύσεις καί ἐπιθέματα. Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ δέν εἶδα νά χρησιμοποιῆ τό φυτό, τό ὅποιο λόγω τῆς σπανιότητός του, δέν εἶναι σχεδόν γνωστό στό νησί μας.

448) Χιονόδοξα ἢ Κρητικὴ

Βολβόριζο φυτό τῶν λευκῶν ὀρέων τῆς Κρήτης, καλλιεργούμενο στίς δυτικὲς ἐπαρχίες καί σάν κοσμητικό. Στερεῖται κοινῆς ὀνομασίας. Εἶναι ἴδιον εἶδος τοῦ νησοῦ μας ἀλλὰ δέν ἔχει ἀκόμη ἐπαρκῶς μελετηθεῖ.

449) Χολόχορτο

Κρητικὴ ὀνομασία τοῦ φυτοῦ Δαφνοειδές τό κνίδιο «Daphne Cnidium». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν θυμελαιοειδῶν. Ἡ λαϊκὴ Κρητικὴ θεραπευτικὴ χρησιμοποιεῖ τό ρίζωμα τοῦ φυτοῦ σάν φάρμακο κατά τῆς χολολιθιάσεως σέ ἀφεψήματα. Σέ πυκνά ἀφεψήματα προκαλεῖ κολικούς τῆς χολῆς καί δηλητηριάσεις, μέ ἔντονα γαστρεντερικά φαινόμενα.

450) Χηρόχορτα

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Ἑλμινθία ἢ ἐχينوειδής «*Helminthia Echinoidea*», τῆς οἰκογενείας τῶν προσωπανθῶν. Ὁ ἴδιος πιστεύω ὅτι τό Κρητικό χηρόχορτο εἶναι ἴδιο εἶδος Ἑλμινθίας καί ὄχι τό εἶδος ἐχينوειδές. Λέγεται καί χηρόβρουβα. Εἶναι τό μοναδικό ἀγριόχορτο πού λαχανεύεται πολύ πρῶϊμα, γιατί φυτρώνει ἀμέσως μέ τίς πρῶτες βροχές. Εἶναι ἐπίσης καί τό μοναδικό ἀγριόχορτο πού διατηρεῖται μέχρι τόν Μάιο καί Ἰούνιο καί καλύπτει μέ τά βλαστάρια του τίς διαιτητικές ἀνάγκες πολλῶν περιοχῶν τῆς Ἀνατολικῆς ἰδίας Κρήτης. Εἶναι πικρᾶς γεύσεως γι' αὐτό βράζεται μέ ἀγκινάρες ἢ κολοκύθια καί τρώγεται ἀρτυμένο μέ λάδι.

Οἱ ἀρχαῖοι δέν εἶδα νά τό ἀναφέρουν. Οἱ λόγιοι ὁμοῦ τοῦ νησοῦ μας δυσκολεύονται νά τό ὀρθογραφήσουν. Πολλοί τό γράφουν χοιρόχορτο, γιατί λέει, τό ἀγαποῦν οἱ χοῖροι. Ὁ ἴδιος ὁμοῦ εἶδα νά φυτρώνει σέ χοιροστάσια, χωρίς οἱ χοῖροι νά τό ἐγγίζουν. Ἄλλοι τό γράφουν χειρόχορτο, γιατί τά βλαστάρια του πού λαχανεύονται, διατίθενται στό ἔδαφος δίκηνη δακτύλων χεριοῦ. Ὅμως πολλοί βλαστοί του εἶναι «στετοί» κι αὐτό δέν καλύπτει τήν ὀρθογραφία τους. Ἄλλοι τέλος τό γράφουν χηρόχορτο, γιατί ἀρέσει στίς «χῆρε γυναῖκες». Τόσο γιατί ταιριάζει μέ τήν πικράδα τῶν χελιῶν τους, ὅσο καί γιατί κι αὐτές ὅπως καί ὄλες οἱ γυναῖκες, προτιμοῦν περισσότερο τά «σηκωτά» χόρτα ἀπό τά «χαμωτά».

Ἡ λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιοῖ τό ἀφέψημα τῶν ὑπεργειῶν μερῶν τοῦ φυτοῦ σάν φάρμακο εὐστόμαχο καί χολαγωγό.

451) Χόρτα

Ἔτσι λένε στή Κρήτη ὅλα τά νομευτικά καί κτηνοτροφικά φυτά. Ἀντίθετα λένε «βροῦβες» ὅλα τά χόρτα πού χρησιμεύουν στή διατροφή. Τό διαπιστώνουμε ἀπό τό Κρητικό δίστιχο:

«Τά χόρτα κάνουν πρόβata καί τό κρασί μεπεκρῆδες
καί τό σκολειό γραμματικούς κι ἡ λύρα μερακλῆδες»

452) Χρυσοκόμη

Ἐνδημικό φρύγανο ἢ θάμνος τῆς Κρήτης, ἰθαγενές τῆς Νοτίου Ἀφρικῆς. Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν προσωπανθῶν. Καλλιεργεῖται ὡς κοσμητικό. Δέν χρησιμοποιεῖται ἀπό τήν λαϊκή Κρητική θεραπευτική.

Ψ

453) Ψακοτάρι

Ἔτσι λένε στή Κρήτη τό φυτό Δακτυλίτις ἢ ἐρυθρά «*Digitalis Purpurea*». Ἀνήκει στήν οἰκογένεια τῶν σκροφουλαιοειδῶν. Εἶναι πόα διετής ὕψους μέχρις 80 ἑκατοστῶν, ἔχει κοκκινωπά ἄνθη καί ἀπαντᾶ ἀραιώτατα στίς ἄκρες μή καλλιεργημένων χωραφῶν. Ἀρκετά ἄτομα τοῦ φυτοῦ συνήντησα στίς παρυφές τῶν ἀνασκαφῶν τῆς νεκρουπόλεως τῶν Μαλλίων.

Λέγεται ψακοτάρι γιατί τρωγόμενο ἀπό τά ζῶα χλωρό, τοῦς προκαλεῖ θανατηφόρες δηλητηριάσεις. Ὅμως ἀπό τά φύλλα τοῦ φυτοῦ καί τά ὑπέργεια μέρη του, ὅπως καί ἀπό τό εἶδος δακτυλίτις ἢ χνοώδης (*Digitalis Lanata*) πού ἀπαντᾶ κι αὐτό στό νησί, παράγεται τό κυριώτερο καρδιοτονωτικό φάρμακο τοῦ αἰώνα μας, ἡ δακτυλίτις καί τά παράγωγά της.

Φυτό καί θεραπευτικές του ιδιότητες δέν ἀναφέρονται ἀπό τοῦς ἀρχαίους. Οἱ ιδιότητές του παρατηρήθηκαν τυχαίως ἀπό τόν Ἀγγλο γιατρό Οὐίλιαμ Γούτερικ τό 1775. Σάν θεραπευτική δρώγη ἐχρησιμοποιεῖτο ἐμπειρικά μέχρι τοῦ 19ου αἰώνα, στίς καρδιοπάθειες καί στήν ὕδροπικία. Ὑστερα ἡ ἐπίσημη θεραπευτική τό ἐχρησιμοποίησε σάν καρδιοτονωτικό καί διουρητικό φάρμακο ὑπό τήν μορφή Γαληνικῶν σκευασμάτων (κόνεως, ἐγγύματος, βάμματος καί ἐκχυλισμάτων). Μετά τό 1920 ὅμως ἡ συστηματική μελέτη τοῦ φυτοῦ ἀπέδειξε τήν ὑπαρξη εἰς ὅλα τά ὑπέργεια μέρη του γλυκωσιδῶν μέ καρδιοτονωτική δράση (Wenckebach 1923). Τέτοιες ἦσαν ἡ δακτυλιδίνη ὅπως ὠνομάσθησαν ἀρχικά καί ἀκολούθως ἡ διγοξίνη καί λανατοσίνη ἀπό τό φυτό

lanata και ή διγυτοξίνη από τό φυτό *Purpurea*.

Τίς ούσίεζ αὐτέζ πού παρήχθησαν σέ πολύ καθαρή κατάσταση, τίς επέβαλαν από τό 1950 και έντεϋθεν ώς κατ' έξοχήν φάρμακο τών καρδιακών ανεπαρκειών (και ύπό ώρισμένες προϋποθέσεις) και τών άρρυθμιών μέ τίς έργασίες των οί Gold (1952), I own (1954), Oram (1960), Kachler (1962), Fowler (1964), I ely (1970) και άλλοι. Και ή θεραπεία μέ τά δακτυλιδικά αὐτά παρασκευάσματα, κατά νεολογισμό τών Έλλήνων καρδιολόγων, φέρεται μέ τό όνομα «θεραπευτικός δακτυλιδισμός».

Ή λαϊκή Κρητική θεραπευτική δέν χρησιμοποιεί τό φυτό. Ή χρήσις του άλλωστε είναι επικίνδυνη.

454) Ψημένος

Έτσι λένε στη Κρήτη τό φυτό Ύπερικό τό διαμπερές «*Hypericum Perfoliatum*». Άνήκει στην οικογένεια τών υπερικωδών. Φυτρώνει σε ξερά καλλιεργημένα και άκαλλιεργητα χωράφια και κάνει μικρά σποράκια, τά όποια κονιοποιούμενα επιπάσονται στην παιδική πάθηση «Ψημένος» (πυοδερμίτις), την όποία και θεραπεύουν.

Ή λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί όλα τά υπέργεια μέρη του φυτου σε άφεψηματα ή σε σκόνη προς πλύση έλκων και τραυμάτων ή σε επιπάσεις, σαν φάρμακα έπουλωτικά.

455) Ψωρόχορτο

Κρητική όνομασία του φυτου Ήστεροκέφαλος ό Κρητικός, «*Scabiosus Creticus*». Άνήκει στην οικογένεια τών διψακοδών. Ή λαϊκή Κρητική θεραπευτική χρησιμοποιεί τά υπέργεια μέρη του σε άφεψηματα ή πολτοποιημένα σε πλύσεις ή επιθέματα επί ψωριάσεως.

Βιβλιογραφία

α) Ἀρχαία Ἑλληνική

- Πλάτωνος : Νόμοι, ἔκδ. Burnet, Oxonii, 1913.
- Ἀριστοτέλους : Περί τὰ ζῶων ἱστοριῶν (Aristotelis Omnia, ἔκδ. Didot Parisii 1948-1874). Ὅμοίως : Περί θαυμασίων ἀκουσμάτων, ἔκδοσις Idem.
- Γαληνοῦ : Omnia, ἔκδ. G.G. Kuhn, Lipsiae 1821-1833.
- Θεόφραστου : Περί φυτῶν ἱστορίαι καί περί φυτῶν αἰτίαι. Theophrasti Opera, ἔκδ. Frid. Wimmer, Parisiis 1866.
- Ἱπποκράτους : Περί γυναικείης φύσεως, Περί γυναικείων πρῶτον ἔκδ. G.G. Kuhn, Lipsiae, 1826.
- Διόδωρου Σικελιώτου : Ἱστορική Βιβλιοθήκη, ἔκδ. L. Dindorfii, Paris, 1885.
- Διοσκουρίδου : Περί ὕλης ἰατρικῆς, ἔκδ. Curt. Sprengel, Berolinii 1907.
- Δαμοκράτου Σερβιλίου : Θηριακή.
- Διονυσίου Κυκλογράφου : Περιήγησις οἰκουμένης, ἔκδ. Didot Parisiis 1861.
- Ἀντιγόνου Καρυστίου : Συναγωγή παραδόξων ἱστοριῶν (Rerum naturalium scriptores Graeci minores, ἔκδ. Otto Keller, Lipsiae 1877.
- Ἀφροδίσεως Ἀλεξάνδρου : Ἱατρικῶν ἀπορρημάτων καί φυσικῶν προβλημάτων (Physici et Medici Graeci minores, Berolini 1841.
- Νικάνδρου Κολοφωνίου : Θηριακά, ἔκδ. Otto Schneider, Lipsiae, 1856.
- Ὀρειβασίου : Ἱατρικαί συναγωγαί, εἰς Εὐστάθιον Σύνοψις, Εὐπόριστα (Par le docteurs Bussemaker καί Daramberg, Paris, 1851-1876).
- Πλουτάρχου : Πότερα τῶν ζῶων φρονιμώτερα καί Περί τοῦ τὰ ἄλογα λόγῳ χρῆσθαι.
- Ἀλεξάνδρεως : Μαγικά φυτά, ἔκδ. Venetiis 1518.
- Ὀμήρου : Ἰλιάς καί Ὀδύσσεια.
- Ἡσυχίου : Λεξικόν, ἔκδ. Maur. Schmidt, Ienae 1858, 1866.

β) Λατίνων συγγραφέων

- Marcus Terentius Varo : *Rerum rushearum libri*, έκδ. Keil, I ipsiae 1889.
- Marcus Tillius Cicero : *De natura deorum* I.XII.
- Vergilius Maro : *Aeneis*, Ἀποστ. Μισίου Αἰνειάδος Σχόλια Ἀθῆναι 1874.
- Plinius Gaius Secundus : *Historia naturalis* έκδ. I titre, Paris, 1883.
- Stattius Gaius Papino : *Silvarum libri*, έκδ. M. Achainte, Paris, 1838.
- Marcus Virtuvius Pollio : *De Architectura libri decem*, έκδ. Val Rose καὶ H. Muller, I ipsiae, 1867.
- Glaudii Galeno : *Omnia*, έκδ. G. Kuhn, I ipsiae, 1821-33, τόμοι XX.
- Aelianus Glaudius : *Historia varia*, έκδ. Rud. Hercheri, I ipsiae, 1887.
- Gaius Julius Solinus : *Colectanea rerum memorabilum*, έκδ. Th. Mommsen, Berolini, 1864.
- Festus Rufus Avienus : *Descriptio orbis terrae* (Geografici Graeci minoris), έκδ. Didot, Parisiis, 1861.
- Apuleius I ucius : *De Medicaminibus herbarum*, έκδ. Ackermann, Norrimbergae, 1788.
- Servius : *Servii Grammatici, Carmina Commentarii*, έκδ. Thilo hagem, I ipsiae, 1881.
- Priscianus : *Periegisis* (Geographici Graeci minores), Didot, Parisiis, 1861.

γ) Βοτανολογικά

- Prospero Alpino : *De plantis exocitis*, Patavium, 1601.
- Honorii Belli : *De rarioribus plantis Creticis* (epistolae ad Carolum Clusium, Antuerpiae, 1584-1601-1605).
- Pietr. Bellon : *Les observations de plusieurs singularites truvees en Greece*, Paris, 1553.
- Scualermo Lud. : *Semplici, Vinegra* 1581.

- Buandelmonti Crist.: *Librum insulare archipelagi* (E. Legrand: *Description des iles de l'archipelag.* Par Chr. Buantelmonti, Version Greque par un anonyme, No 4, Premier partie).
- Raulin Vict.: *Flore et faune de l'ile de Crete*, Bordeaux 1870.
- Cornelius Fl.: *Creta sacra*, Venetia, 1755.
- Turnefort Pitton: *Relation d'un voyage au levant*, Paris, 1717.
- Sieber Fr.: *Herbarium florae Creticae*, Vienne 1820. Ὅμοίως *Herbarium Creticum et flora Cretica*.
- Dapper d'O: Ἀκριβής μετάφρασις Μ. Βερνάρδου τοῦ Κρητός, Ἀθῆναι, 1836.
- Pashley R.: *Travels in Crete*, London, 1837.
- Perrot G.: *L'ile de Crete*, Paris, 1867.
- Gandoger M.: *Les campanules et les campanulacees de l'ile de Crete* (Bul. Soc. Botan. Franc. 1917, LXIV σελ. 1-8 καὶ 110-122). Ὅμοίως *L'ascension du mont ida, ile de Crete*, Idem, 1922, LXIX, σελ. 16-20).
- Heldreich Th.: *Note sur une nouvelle espece de centaurea de l'ile de Crete* (Bull. Soc. Botan. de France 1890 τ. 37). Ὅμοίως *τά Δημόδη ὀνόματα τῶν φυτῶν*, Ἀθῆναι, 1925.
- Iuigi Pomini: *Erboristeria Italiana*, ἔκδ. Minerva Medica, Torino, 1959.
- Cerchiari G.I.: *Erboristeria* ἔκδ. A. Vallardi, Milano, 1941.
- Baistrocchi A.: *Erboristeria*, ἔκδ. Etna Catania, 1940.
- Lapierre G.: *Piante aromatiche medicinali ed industriali*, ἔκδ. Filli Ottavi, Casale 1948.
- Iosch F.: *Les plantes medicinales*, ἔκδ. Vigot, Paris, 1906.
- Cifferi O.: *Botanica farmaceutica* ἔκδ. Malfasi, Milano, 1951.
- Simon I.: *Farmacognosia* ἔκδ. Ibraria Editrice, Milano, 1940.
- Rivista italiana essenze profumi. Piante officinali*, τῶν ἐτῶν 1939, καὶ 1945 ἕως 1960.
- Πολίτου I.X.: *Θαλάσσια χλωρίδα νήσου Κρήτης* (Πρακτ. Ἀκαδ. Ἀθηνῶν 1932, Β, 3). Ὅμοίως *Determination de fruits truves dans un encensoir du palais Minoen de Mallia* (Πρ. Ἀκαδ. Ἀθηνῶν 1933).

- Διαπούλη Χ. : Ἑλληνική χλωρίς, Ἀθήναι, 1939.
- Βλυσίδη Θρ. : Συστηματική δασική βοτανική, Ἀθήναι, 1924.
- Ἐμμανουήλ Ἐ. : Ὁ Μανδραγόρας, Ἀθήναι, 1938. Ὁμοίως Βοτανικαὶ περιηγήσεις ἐν Ἑλλάδι (Ἀρχ. Φαρμακ. Γ 1937).
- Ζαγανιάρη Δ.Ν. : Τὰ φαρμακευτικὰ φυτὰ τῆς Ἑλλάδος (Δελτ. Γεωργ. Ἐταιρ. 1936).
- Μηλιαράκη ΣΠ. : Ἐγχειρίδιον Βοτανικῆς, Ἀθήναι, 1925.
- Γενναδίου Π.Γ. : Φυτολογικόν Λεξικόν, Ἀθήναι, 1914.
- Ὀρφανίδου Θ. : Μαστιχοφόροι σκῖνοι, Περί ὕσकुάμου, ἰατρικὰ φυτὰ τῆς Ἑλλάδος, ἀνθοφόρα ἰατρικὰ καὶ δηλητηριώδη φυτὰ (Ἀποδελτιώσεις ἀπὸ Γεωπονικά 1872-1876).
- Τσοῦμη Ι. : Κελτίς ἢ Νότιος (Δελτ. Γεωργ. Ἐταιρ. 1937).
- Διαπούλη Χ. : Ζελκόβη ἢ Κρητικὴ (Δασικὴ Ζωὴ 1934).
- Πλατάκη Ἐλευθ. : Ὁ Δίκταμος τῆς Κρήτης, Ἀθήναι, 1951.
- Γκανιάτσα Κ. : Ἡ χλωρίς τῆς Κρήτης Ἄγ. Νικόλαος Κρήτης 1974.

Διάφορα

- Σπανάκη Στεργ. : Μνημεῖα Κρητικῆς ἱστορίας.
- Χατζηδάκη Ν.Ε. : Τοπωνύμια ἐκ τῶν ἐν Κρήτῃ φυομένων δένδρων ἢ φυτῶν (Ἐπετ. Κρητ. Σπουδ. Ἀθήναι, 1938).
- Δέφνερ Μιχ. : Ὀδοιπορικαὶ ἐντυπώσεις ἀπὸ τὴν Δυτικὴν Κρήτην, Ἀθήναι, 1930.
- Χουρμούζιου Μ. : Κρητικά, Ἀθήναι, 1889.
- Ἀποδελτιώσεις ἀπὸ Minerva Medica, Parte Varia ἐτῶν 1945-1964.

Ἀρχαιολογικά

Ἀποδελτιώσεις ἀπὸ ὅλες τίς δημοσιευθεῖσες ἀνασκαφικὲς ἐργασίες ἐν Κρήτῃ, τῆς Ἀγγλικῆς, Γαλλικῆς, Ἰταλικῆς ἀποστολῆς ὡς καὶ ἀπὸ τίς ἐργασίες τῶν Ἑλλήνων ἀρχαιολόγων. Λόγω τοῦ πλήθους τῶν δημοσιευμάτων, ἡ ἀναγραφή μιᾶς ἐκάστης, εἰς τὴν παροῦσαν μελέτην εἶναι ἀδύνατη.

Ἀναλυτικός Πίναξ Περιεχομένων

(Σημείωσις : Οἱ ἔναντι τῶν λέξεων ἀριθμοί, δηλώνουν τὸν αὐξοῦντα ἀριθμὸν τοῦ φυτοῦ εἰς τὸ ὅποιον ἀναφέρονται καὶ ὄχι τὴν σελίδα τοῦ βιβλίου. Οἱ λέξεις πού συνοδεύονται ἀπὸ τὴν σύντμησι «σελίδ.» περιέχονται στὸ κείμενο τῆς σελίδος, ὅπου καὶ ἀναζητοῦνται).

A			
Ἄαρὼν ράβδος	62	ἀγκισσαράς	46
ἀβδελόχορτο	1	ἀγκούδουρος	12
ἀβένη ἢ ἡμερος	409	ἀγκούτσακας	13
ἀβένη ἢ ἀγρία	409	ἀγκουτσάκοι (ἀκροχορδόνες)	13
ἀβένη ἢ γενειοφόρος	409	ἀγκράβατος	14
ἀβένη ἢ ἄγονος	409	ἀγκρουστᾶς	15
ἀβενίνη	409	ἀγκυνάρα	16
ἀβρότονον	255	ἀγκυναρόχορτο	231
ἀβρωνιά	2	ἀγλήγορας	17
ἀγαθόφυτο	31	ἀγνεύουσες	268
Ἄγαπιος ὁ Κρής	138	ἄγνος	268
ἀγαποδότανο	3	ἀγὸγλωσσοσ	18
ἀγαρικήνη	152	ἀγριαγγουργιά	19
ἀγαρικὸν τό ἔναυσμα	311	ἀγριάδα	20
ἀγαρικὸν ὁ πυρφόρος	52	ἀγριαγκάθι	21
ἀγαρικὸν ὁ μύκης τῶν χειρουργῶν	52	ἀγρικά	20
ἀγάβη ἢ Ἀμερικανική	38	ἀγριοβάρσαμος	22
ἀγγέλαμος	4	ἀγριοκαστανιά	23
ἀγγελική	85	ἀγριοκεραθιά	24
ἀγγελικίνη	85	ἀγριοκρινος	25
ἀγγουργιά	7	ἀγριοκουτσουνάδα	196
ἀγγουρόνερο	7	ἀγριοιλιά	26
ἀγιαννίτης	5	ἀγριομάραθο	27
ἀγιόκλημα	6	ἀγριομάρουλο	28
ἀγκάβανος	8	ἀγριορίζαρο	29
ἀγκάθες	9	ἀγριοσέλινο	30
ἀγκάθι (περιουχίς)	40	ἀγριοσπανάκι	31
ἀγκαθίτες	10, 52	ἀγριόσταρο	32
ἀγκαθαθιά	11	ἀγριοτριφύλλο	297
Ἄγκαράθου μονή	11	ἀγριοφασουλιά	33
ἀγκισσαρος	46	ἀγρόπυρος ὁ ἔρπων	20
		ἀγρόστεμμα τό κοινόν	139

ἄγχουσα	402	ἄκόνιτον τό βατραχιόφυλλο	45
ἄδεμόχορτο	67	ἄκόνιτον τό Κρητικό	45
ἄδιαντο ἡ κόμη τῆς Ἐφροδίτης	349	ἄκόνιτον τό σκορπίον	45
ἄδισκυαμος	34	ἄκόνιτον τό ναπέλλους	45
ἄδράχνη ἡ λαχανηρά	138	ἄκούμενη	283
ἄδρακτύλινας	35	ἄκτη ἡ μέλαινα	159,410
ἄδωνις ὁ ἔαρινός	71	ἄκτη ἡ Κρητική	302
ἄζόγουρος	36	ἄλλαδανιά	46
ἄζυγος ὁ χαμαίπιτυς	260	ἄλλαδανίτες	46
ἄθαμάνθα ἡ Κρητική	37	ἄλλάδανον	46
ἄθάνατος	38	ἄλατσοληές	155
ἄθανασία ἡ βαλσαμώδης	190	ἄλειματσά	47
ἄθανασία ἡ κοινή	111	ἄλθαία ἡ φαρμακευτική	148
ἄθαφτος	39	ἄλθαία ἡ ροδανθής	148
Ἄθηνᾶ Μυρτώ	308	ἄλιζαρίνη	361
αἰακίνη	185	ἄλισσαρον	46
αἰακονίνη	185	ἄλισσατίνη	385
αἰγειρος ὁ Κρητικός	258	ἄλισμα	49
αἰγιάλόφιλος ἡ Κρητική	40	ἄλληλοῦϊα	48
αἰγίλων ὁ ὠσειδής	32	ἄλισσον τό ἐπιτοίχειον	123
αἰγίλων ὁ δασύς	3,9	ἄλκαλοειδῆ φυτῶν σελ.	34
αἰγίλων ὁ κερκοφόρος	316	ἄλκάνη	118,208,402
αἰγόκλημα τό κοινόν	6	ἄλογάκι	50
αἰθήρια ἔλαια φυτῶν σελ.	33	ἄλοιφές σελ.	41
αἰθέριο λάδι πικραμυγδάλων	64	ἄλουτσά	51
Αἰθυία	112	Ἄλπινο πρόσπερο σελ.	12
αἰθιόνημα τό Κρητικόν	41	ἄλσιδιο	255
αἵματόχορτον	98	ἄμανῖτες	52
αἶρα	309	ἄμανιτίνη-ἄμανιτοτοξίνη	52
αἰσκούλινη	23	ἄμάραντα	53
ἄκακία ἡ φαρνεσιανή	42	ἄμαρυλλίς ἡ Κρητική	51
ἄκακία ἡ κυανόφυλλος	42	ἄμβροσία ἡ παραθαλάσσιος	124
ἄκακία ἡ λευκάζουσα	42	ἄμιδικά ὀξέα	52
ἄκακία ἡ πολυανθής	42	ἄμῖνες φυτῶν σελ.	38
ἄκακία ἡ σαλικίνα	42	ἄμολόχα	55
ἄκανθαί	9	ἄμόφιλο τό ἄρπαριο	56
ἄκανθόλιμο	418	ἄμπέλι	58
ἄκανθόλιμο ὁ ἐχῆνος	43	ἄμπελοκλάδι	59
ἄκανθος ἡ ἄκανθώδης	75	ἄμπενοκλάδια (ἄδενίτις)	59
ἄκονυζά	44	ἄμπελόπρασο	60
ἄκονιτίνη	45	ἄμπελόφυλλα	61
ἄκόνιτον	45	ἄμπισθιά	62

ἀμπερόριζα	57	ἄρακας	36
ἀμπουρνελιά	63	ἄρακος	36
ἀμυγδαλιά ἢ γλυκύκαρπος	64	Ἄραμπιστάνης	101
ἀμυγδαλιά ἢ πικρόκαρπος	64	ἄραπης	151
ἀμυγδαλίνη	64, 145	ἄραχis	442
ἀμυγδαλωτά	64	ἄρβουτος ἢ ἀνδράχλη	77
ἀμυγδαλόπιχα	64	ἄργινινη	442
ἄμυλο	65	ἄρρενογόνος δύναμις	89
ἀναγάλis ἢ Κρητικὴ	334	ἄριγανιά	78
ἀνάγυρις ὁ δύσσομος	36	ἄριγανόλαδο	78
ἀναπλογυρίστρες	155	ἄρισμαρίς	79
ἀνδρόσαιμο τό τράγιον	66	ἄριστολογία ἢ Κρητικὴ	247
ἀνεμωνίνη	68	ἄριστολοχίνη	247
ἀνεμόχορτο	67	ἄρκενθος	204
ἀνεμώνες	68	ἄρκουδόβατος	80
ἀνθέλαιο	69	ἄρμυρήθρα	81
ἄνηθο τό βαρύσομο	69	ἄρμυρίκια	82
ἀνηθόλη	69	ἄρμπέτα	83
ἀνθεμίς ἢ ἄρουραία	277	ἄρνόγλωσσον ὁ κορωνόπους	336
ἀνθεμίς ἢ εὐγενής	277	ἄρνόγλωσσον τό μικρόν	328
ἀνθρακινώνη	283	ἄρον τό Κρητικό	151, 427
ἀνθοντολουμάδες	221	ἄρσίνη	73
ἄνθραξ φυτικός	187	Ἄρτεμις Ἄρκαδικὴ σελ.	29
ἀνθυλίς ἢ τραυματικὴ	216	ἄρτεμισία ἢ θαμνώδης	62
ἀνισέλαιο	134	ἄρτηκας	84
ἄνισον τό κοινό	134	ἄρχαγγελικὴ	85
ἀντίψυκο	110	ἄρχοντόξυλο	86
ἄντραμυθιά	70	ἄρωματάρηδες σελ.	7
ἀντρόπληκτος ἢ κηπαία	31	ἄσγουρλίδι	155
ἀντωναίδα	71	ἄσημόχορτο	87
ἄνωνίδα	72		
ἄπηγανος	73	ἄσιναπίδα	88
ἄπιγενίνη	445	ἄσιρνικοβότανο	89
ἄπιδέα ἢ ἀμυγδαλοειδής	13	ἄσκελλοτούρα	90
ἄπιδέα ἢ κοινὴ	74	ἄσκινοπόδι	91
ἄπογαλακταγωγά	205	ἄσκινοποδάτη φωθιά	91
ἄποϊνη	273	Ἄσκληπιός σελ.	22, 23
ἄπούρανος	75	Ἄσκληπιεΐα σελ.	24, 29
Ἄραβες γιατροί σελ.	14	ἄσκόλυμπος	92
ἄραβίνη	89	ἄσκορδαυοί (τραχώματα)	218
Ἄραβοκρατία Κρήτης σελ.	15	ἄσκορδουλάκοι	93
ἄραβόσιτος	225	ἄσκοτιτζάρα	94

B

ἀσπαλαθόλαδο	95	βαγιά	109
ἀσπάλαθος	95	βακχικά ὄργια	198
ἀσπάραγος ὁ Κρητικός	408	βαλλωτή ἡ δασεία	123
ἀσπάραγος ὁ φολιδωτός	408	βάμβαξ	298
ἀσπαραγίνη	136, 408	βανανέα	299
ἀσπερούλη ἡ Ἰδαία	96	βανδολίνη	240
ἄσπληνο ἡ ὀνόπτερις	387, 395	βάρσαμος	110
ἀσπραγκάθα	21	βασιλικός	111
Ἀσπρομυρριά	294	βασορίνη	89, 146
ἀσταφίδα	58	βάτια ἢ βάτινα	112
ἀστεροκέφαλος ὁ Κρητικός	455	βάτος ἡ Ἰδαία	112
ἀστήρ ὁ Κρητικός	97	βατράχια	1, 106
ἀστοιβίδα	98	βατράχιον τό ἀκιδωτό	1, 106
ἀστραγάλια	363	βατράχιον τό Ἀσιατικό	1, 106
ἀστραγαλῖς ἡ Κρητική	202	βατράχιον τό Κρητικό	1, 106
ἀστύρακας	99	βατράχιον τό ὀλέθριο	1, 106
ἀσφένταμος	100	βαφόρριζα	113, 208
ἀσφεντηλιά	101	βέβρασκον ὁ θάψος	431
ἀσφόμελος	101	βελάνια	152
atabaciques	170, 188	Βενετσάνικες ἐληές	155
ἀτεκνόχορτο	102	βερβένα ἡ φαρμακευτική	140
ἀτζιγκνίδα	103	βερβερῖς ἡ Κρητική	260
ἀτζίλακας	152	βερόνικα ἡ Κρητική	114
ἀτόκια φάρμακα	210	βερυκοκέα	115
ἀτρακτυλῖς	35	βερυκοκέλαιο	115
ἀτρακτυλίνη	35	βέτη ἡ κοινή	377
ἀτράφαξις	123	βήχιο τό κάρχαρο	137
ἀτρίβολοι	104	βίαιο ἢ διάρο	102
ἀτσουμαλιά	105	βιθανία	290
αὐναλδία ἡ τριχωτή	32	βίκος ὁ ἡμερος	106
ἀφεψηματα σελ.	39	βίκος ὁ ἀμφίκυρτος	106
ἀφορδακίδες	166	Βιλλανόβας Ἰρνάλντο σελ.	32
ἀφράτες ἀμυγδαλιές	64	biogastrol	136
ἀφράτο	107	βιόλα ἡ Κρητική	117
ἄχη ἡ τελματιαία	30	βιομηχανική ἐκμετάλευσις φυτῶν σελ.	
ἀχιλεῖνη	405	βιολογική διάγνωσις ἐγκυμοσύνης	377
ἀχιλεία ἡ Κρητική	405	βιπερίνη ἡ Κρητική	427
ἀχιμάδες	108	βιταμίνες φυτῶν σελ.	34
ἀχιουρές	149	βλητο τό ἀμάραντο	53
ἀχλαδίτης οἶνος	74	βλοητό (ἐρπης βλεννογόνων)	112
ἀχταριές σελ.	8	βορόσκιο	105
ἀχτάρικα σελ.	7, 8	βοτρύδιο τό κοκκῶδες	118
ἀχτάρηδες σελ.	7, 8		
ἀψινθίτης οἶνος	62		

ευφόρβιο τό φωσφορίζον	127
ευφόρβιο τό ηλιοσκοπίο	129
ευφόρβιο τό άκανθώδες	129
ευφορβίνη	127, 129
έχινοφόρος ή λεπτόφυλλος	91

Z

ζαγάργια (μικρά άτσάλινα μπροκάκια) σελ.	8
ζαμπέθια	164
ζαμπούκος	159
ζαφορά	160
ζαφοροκήπια	160
ζαφύρισμα μαλλιών	160
ζελκόβη ή Κρητική	161
ζιγγίβερις	412
Ζίχνας-καπνός	184
ζοχαδόχορτο	162
ζουμπούλι	164
ζουλφαρί	163
ζουρνάς	165
ζερζεφύλλι	412
ζυγόφυλλο τό λευκό	166
ζυθοβότανο	39
ζυμώματα σελ.	35
ζωμός όσπρίων	321

H

ήδύοσμος	153
ήδύοσμος ό γλήχων	430
ήδύοσμος ό άγριος	430
ήλιάνθεμο τό έλλειπτικό	167
ήλιάνθος ό έτήσιος	168
ήλιάνθος ό κονδυλόρριζος	220
ήλιος	168
ήλιοτρόπιο τό κοινό	288
ήμερο ροδίκιο	169
ήρανθές	143
ήρανθές τό ευώσμο	322
ήριγέρων	17
ήρύγγιο τό Κρητικό	18
ήρωϊνη	421

Θ

Θαλήτας ό Γορτύνιος σελ.	20
θαψία	348
θαυμασία ή ιαλάπη	375
Θεόφραστος σελ.	25
θέρμος	265
θλάσπι τό διάτρητο	170
θηβαϊνη	421
θρίδαξ	281
θροϋμπες έληές	155
θύμβρα	171
θυμελαία ή άργυρά	47
θυμελαία ή ταρτουραία	428
θρύγγιον τό κονδυλόρριζο	367
θρύμπα	171
θρϋον	147
θύμος	172

I

ϊασμος	132
ϊασμος ό 'Αραβικός	132
ϊβίσκος ό έδώδιμος	297
Ίερόν 'Επιδαύρου σελ.	28
Ίερόν 'Ισμηνίου 'Απόλλωνος	28
Ίερόν Μαλαιάτου 'Απόλλωνος	28
ϊουλα	44
ϊουλα ή λεμονιόφυλλος	174
ϊουλίνη	44, 174
Ίοζινός κάλαμος	176
ϊον τό ευόσμο	133
ίποκαστανέα	23
Ίπποκράτης σελ.	24
ίππομοία ή Κρητική	356
ίππομοία ή γάλανθος	181
ίριδοσειδή	235
ίρις ή Κρητική	235
ίρις ή Γερμανική	235
ίτέα ή ευθραστος	173
Ίώ	133

K

καζανάρης	58
Κάθοδος Δωριαίων σελ.	22

κακουλές	175	καψικό τό ἐτήσιον	344
καλάμι	176	κεδρία	197, 345
καλαμίνθη ἢ ἼΑλπειος	177	κελσία ἢ ἀρκτοῦρος	199
καλαμίνθιος οἶνος	177	κελτίς ἢ νότιος	200
κάλαμος ὁ δόναξ	176	κενταῦριο τό Ἴδαϊον	201
κάλαμος ὁ ἰοζινός	176	κεντούκλα	202
καλάθρωπος	178	κεντανές	203
καλογερόχορτο	254	κεντρόλαδο	204
καλοκομηθιά	179	κέντρος	204
καλυκόστεγο	335	κερεβύζι	205
καλυκοτόμος	45	κεραθιά	206
καμηλάκι	180	κερασά	207
καμπανούλες	181	κέρασος ἢ γλυκύκαρπος	207
καμπανούλα Ἱεραπέτρας	181	κερκίς	232
Κανάκης Γεώργιος σελ.	10	κερκιδόχορτο	232
καντιφές	182	κερωνία ἢ ἀγρία	24
κάππαρις	183	κερωνία ἢ ἔλλοβος	206
κάππαρις ἢ ἀκανθώδης	183	κεφτελιά	365
καπνός	184	κῆπος Ἑσπερίδων	157
καπουκίνος	185	κηρώδες οὐσίες φυτῶν σελ.	33
καπράκια	145	κικουτίνη	94
καραμπάχι	186	κινάς	208
κάρβουνο φυτικό	187	κινεόλη	111
καρδάμινο τό φαρμακευτικό	188	κιντί-τσιτελί	375
καρδαμοειδή	188	κίρσιο	21
καρδιαγωγό τό κρητικόν	83	κίρσιο τό κρητικόν	209
καρδιόχορτο	189	κισσός ὁ κοινός	210
καρεμφύλλι	190	κίστος ὁ Κρητικός	46
καρναμπίθι	229	κιτρέα ἢ κοινή	211
καρπουζά	191	κιτρές	202
Καρφόπουλος Τάσσος σελ.	10	κιτριά	211
καρύα ἢ βασιλική	192	κίτριον τό περγαμότο	331
καρυδιά	192	κίτριον τό σινικόν	353
καρῶτο	193	κιτροβάρσαμος	212
καστανέα	194	κιτρομαρμελάδα	211
καστανίνη	194	κιχωρίνη	396
καταστατός	65	κιχώριο τό ἐντετμημένο	342
κατράμι	345	κιχώριο τό εὐτενές	367
κατσίγαρος	155	κιχώριο τό ἀκανθώδες	396
κατσοπρίνι	195	κλαδόφυλλο	213
καυκαλίθρα	196	κλασσική ἐποχή σελ.	24
καυλόχορτο	198	κλιματίς ἢ φλογερά	50

κνίδη	103	κουμαρόρακι	77
κνικίνη	39	κουνουπίδι	229
κνίκος ή Ιεράκανθα	39	κουσκούτα	230
κοβιοί	214	κουτσουνάδα	231
κογλουτίνη	442	κουτσουναδόπητες	231
κοκκάρι	215	κουτσουσιά	232
κοκκινογούλια	300	κουφολαχανίδα	455
κοκκινόλαδο	231	κουφοξυλιά	159, 410
κοκκινόπιπερο	344	κράμβες	233
κοκονόχορτο	216	κρασί	58
κολαγκαθιά	217	κράταιγος ό άζαρόλος	226
κολιά	136	κράταιγος ό άνατολικός	234
κολητσάνι	67, 218	κρέμα κουλούρας	149
κολητσίδα	219	κρηπίς	367
κολοιτία	51	κρήσσα	81
κολοκάτσο	220	κρησιές σίδη	364
κολοκυθιά	221	Κρητομυκυκηναϊκός πολιτισμός	
κολοκύνθη ή μείζων	135	σελ.	21
κολοκύνθη ή κοινή	221	κριθάρι	234
κολουτσά	51	κριθαρίστρες	149
κολυμπάδες έλληνες	155	κριθή	234
κόλλυβα	149	κριθόχυλος	234
κομπόχορτο	222	κρινάκια	235
κομβούβουλος τό καλυκόστεγο	335	κρίνον τό πάλευκον	236
κονιοποιημένο λεμόνι	157	κρίνος	236
κόνυζα	44	κρίταμα	188
κοργιός	223	κροκίνη	160
κοριάνδρον	223	κροκοβαφή ύφάσματα	160
κορνηλιά ή κομμοφόρος	212	κρόκος	160
κορνηλιά ή μαλλωτή	212	κροκοσυλλέκτης	160
κορκοσίτερο	225	κρομμύδι	238
κορτιζόνη	51	κρόμμυον τό πράσσον	202
κορυδαλλίς ή κρητική	224	κρόμμυον τό κοινόν	238
κοσκινάς (δοσιήν)	149	κροτωνιά	239
κότινος	26	κρότων ό κοινός	239
κουάκερ	409	κρυφόστρωμα κορτικάλις	100
κουδουμαλιά	226	κύαμος	227
Κουδουμαλιάς	226	κυδωνία ή κοινή	240
κουκιά	227	κυδωνιά	240
κουκουλόχορτο	359	κυδώνια μηλα	240
κουκουμαρές	242	κυδωνίτης οίνος	240
κουλουμπακας	228	κυδωνόπαστο	240

λυγοπλόκος	268	μελάνθιο τό κρητικόν	285
λυκόμορφοι δαίνονες	90	μελιά ή πολυανθής	286
λυκοπερσικό	314	μελιά ή ύψηκάρινος	286
λυσόχορτο	269	μέλισσα ή φαρμακευτική	288, 212
		μελιλωτος ό φαρμακευτικός	315
λύχνος	270	μελιτζάνα	287
λωτός ό κερατιοφόρος	327	μελλισόχορτο	288
λωτοφάγος	327	μέντα	289
		μερτζάνι	290
		μεσπιλέα	296
M		μεταλλικά άλατα φυτών σελ.	32
μαγιού χορτάρι	271	Μέτελλος Κόϊντος σελ.	15
μαγισιλόχορτο	81, 272	μηδική ή δρεπανοειδής	350
μάζεμα, ξέραμα, διατήρησις φυτών	31	μηκωνοειδή	231
μαζώχτρες	155	μήκων ή ροιάς	231
μαϊντανός	273	μήκων ή ύποφόρος	421
μαλάχη	55	μηλαίο	286
μαλοτήρα	274	μηλέα	291
μαλλιά διαόλου	280	μήλινον έλαιον	291
μαλλόχορτο	349	μήλινον μύρον	291
μανούσο	275	μικρομερία ή έλληνική	222
μανδαρινέα	276	μίνθη	289
μανδραγόρας	178	μίνθη ή μακρόφυλλος	22
μανδραγορίτις	178	μινθέλαιο	153
μαντηλίδα	277	Μινωϊκή ιατρική σελ.	27
μαντζουράνα	278	Μινωϊκός πολιτισμός σελ.	26
μαραθέλαιο	279	μοιράρης Βορροϋ	178
μάραθο	279	Μοναστηριακή ιατρική σελ.	15
μάραθρο	279	Μοντπελιέ σελ.	13, 14
Μαρινάτου άνασκαφές	421	μορέα	294
μαριχουάνα	421	μορία έλάια	155
Μαρσάλας οίνος	39	Μοροζίνης Φραγκ. σελ.	11
μάρτης	101	μορφίνη	421
μαρτιάτικο	280	μοσχόχορτο	292
μαρούλι	281	μουμουτζελιά	295
μαστοί 'Αφροδίτης	365	μουναρίδα	293
μαυραγάρι	316	μουνοτρίχι	349
μαυραγκαθιά	283	μουρβέρι	302
μαύρες	282	μουρνιά	294
μαυρομουρνιά	297	μουρνόρακι	294
μαυροσήσαμο	285	μουρτζά	295
μαχαιρίδες	284	μουσκαρίνη	82
μεγάλο βοτάνι	247	μουσμουλιά	296

ποτήριον τό ἀκανθῶδες	98
πράσσον τό ἄγριο	60
πράσσον τό κοινό	388
πρινοκάρβουνα	195
προβατόχορτο	51
προβάτσα	355
προβατσόζουμο	355
Προμένειος σίδη	364
προπυλαμίνη	74
προτροπίνη	33
πρωτεΐνες φυτῶν σελ.	33
πελέα ἢ πεδινή	439
πτέρις	440
πυξάρι	357
πυξός ὁ ἀειθαλής	357

P

ράβδος Ἰσραῶν	64
ράβδος Μωϋσῆ	64
ράβδισμα	155
ρακί	58
ρακοκάζανα	59, 294
ράμνος ἢ εὐθραυστος	283
ραπάνια	358
ραφανίς ἢ κηπαία	358
ρεζιτανόλη	99
ρεϊκι	359
ρεσένη	46
ρητίνες φυτῶν σελ.	36
ριγόχορτο	360
ριζάρι	361
ριζοτόμοι σελ.	11, 21
ρόβι	362
ροβιθιά	363
Rob-Sambuci	159
ρογδιά	364
ροδακινέα	365
ροδακινιά	365
ροδαρά	366
ροδέλαιο	414
ροδή	414
ροδοζάχαρι	414
ροδόσταγμα	414

ροδίκιο	367
ροιά	364
ρόκα	368
ρολογιά	369
ρουμικίνη	251
ρουτίνη	73
ρουχόθυμος	172
ρύζι	370
ρυτή ἢ βαρύσομος	73
ρυτίφυλλος ἢ βαφικὴ	441

Σ

σαβόρι	73
σαλβένιο	424
σαλέπι	371
Σαλέρνου γιαιοτροί σελ.	13, 14
Σαλέρνου Σχολή σελ.	14
σαλικίνη	173
σαμβουγιρίνη	59
σανταλίδα	327
σαπουναργιά	155
σαπωναρία ἢ φαρμακευτικὴ	420
σαπωνίνη	420
σαρανταβότανα	372
σαρδέλλα	373
σαρικλίκι	19
σαρκόχορτο	374
Seager-Mochlos	90
σέδον τό δριμύ	337
σέδον τό κρητικόν	142
σέδον τό ἀμάραντο	53
σελβί	375
σέλινο τό βαρύσομο	205
semens-contra	255
σενέκειον τό θαμνώδες	280
σενέκειον τό κοινόν	17
σηκωτά χόρτα	450
σέσελι	376
σέσκουλο	377
σηνεκιονίνη	17
σησάμι	378
σήσαμον	378

σησαμοειδές τό λευκό	124	σόργον τό χαλέπιον	313
σιδηρίτις ἢ Συριακή	179,274	σούγλι	149
σίκαλις	379	σουμάδα	64
σικυός ὁ ἡμερος	7	σπαθόλαδο	12
σικυός ὁ ὑδροπέπων	191	σπαθοράβδι	152
σίλυβον τό Μαριανόν	8	σπανάκι	392
συναποῦχες περιτυλίξεις	380	σπανάκιον τό λαχανῶδες	392
σινιαῦρι	380	σπάρτιον τό κοινόν	393
σινιαυρόζουμο	380	σπάρτος	393
σίον τό κορυβανθές	188,305	σπασόχορτο	394
σιτάρι	381	σπετσαργιά σελ.	7
σκάνδιξ	194	σπετσέριδες σελ.	10
σκαρολάχανο	382	σπληνόχορτο	395
σκάρφη	383	σταθώρη	397
σκίλλα ἢ θαλασσία	90	σταμναγκάθι	396
σκίνος	384	σταυροβότανο	140,401
σκόλυμος	92	στατική ἢ κολπώδης	53,355
σκολοπένδριο	395	σταφίδα	398
σκορδινισμός	385	σταφίδα ἢ ἀγρία	399
σκόρδον	385	σταφυλίνακας	400
σκορδόχορτο	389	σταφυλίσ	58
σκόροδον	385	σταφυλοθεραπεία	58
σκορπιδόχορτο	387	στειροβότανο	402
Σκουαλέρμιο Λ. σελ.	12	στείρωσις μέ ἀροειδῆ	151
σκουλόχορτο	388	στροβίλης οἶνος	339
σκούλος	389	στρουθία μῆλα	240
σκόνες σελ.		στρύχνος ὁ κονδυλόρριζος	326
σκλοφουλαρία	387	στρύχνος ὁ μανιακός	352
σκυλάκια	390	στυράξ	99
σκυλαρέν	90	στυφνος	403
σκυλλικόν δεξος	90	Συγγραφεῖς Βυζαντινορωμοῦικῆς	
σκυλλικόν δεξύ	90	ἐποχῆς σελ.	18
σκυλλίνη	90	Συγγραφεῖς κλασσικῆς ἐποχῆς	19
σκυλόγλωσσο	391	Συγγραφεῖς Λατίνοι σελ.	16,18
σκυλοπικρίνη	90	συκή ἢ Καρική	404
σμιλακίνη	80	συκιά	404
σμίλαξ	80	συκόρριζα ἢ μεγανθῆς	162
σμίλαξ ἢ τραχεία	14	συμηλούδι	405
σμιλασαπωνίνη	80	συμφιάντρον τό κρητικό	181
σόγχος ὁ λαχανώδης	419	συναπτάζη	64
σολανίνη	326	συρνάμενη	406
σολανόν τό μέλαν	403	συρμαία	358
		σφάκα	407

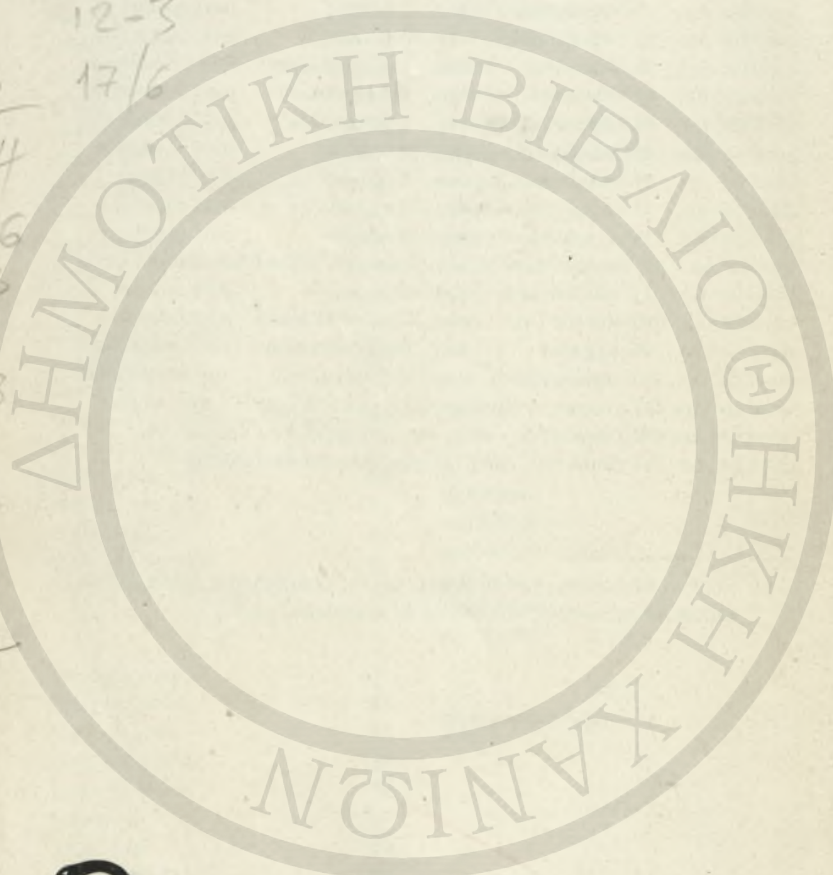
σφαράγγια	408	τσιμουλία	232
σφαιρίανθος ή καρδιόφυλλο	43	τσιρίχι	101
σφαιρόκοκκο τό έλμινθόχορτο	255	τσιτός (κριθαράκι)	234
σφένδαμος ό κρητικός	100	τσόχος	419
σωμαράς	346	τσουέني	420
		τσουκιά	221
		τύφη	107
Τ		Υ	
ταγή	409	ύάκινθος ό άνατολικός	164
ταγίτης ό κορυβανθής	182	ύδροκυάνιο	64
ταννίνη σελ.	37	ύδωρ Θριδάκος	281
ταπεινάρα (άδενίτις)	362	ύσκούμος	34, 165
τελλουρικές ένώσεις	36	ύσκυαμίνη	34
τετρα-μεθυλο-διάμινο-βουτάνιο	34	ύσκήνη	34
τεύκτριο τό κρητικόν	3	ύπερικόν τό ούλον	12,257
τεύκτριο τό πόλιον	53,261	ύπερικόν τό διαμπερές	454
τεύκτριον τό ξανθόν	392	ύπνος	421
τεύκτριο τό σκόρδιον	386	ύποχοιρίς ή κρητική	293
Τιλλία ή κοινή	411	ύσσωπος ό κρητικός	222,422
τίλλιο	411		
τζερτζεφύλλι	412		
τορδύλλιο	196		
τουλίπες	413	Φ	
τουλίπη ή κρητική ή βραχόφιλος	413	φαινίκουλο τό τριχῶδες	27
τουμπεκί	184	φακή ή έδώδιμος	423
τουρκοπούλα	182	φάμπρικες	155
Τούσιγκ καί Χίλλαρυ	157	φασίολος ό κοινός	425
τραγάνι	202	φασίολος ό του Καρακάλα	163
τραγοπώγων	389	φασκομηλιά	424
τραγοπώγων ό πρασόφυλλος	246	φασκομηλόλαδο	424
τριανταφυλλιά	414	φασουλιά	425
τριβόλος	104	φεστούκη	426
τριγυρίστρα (περιουχις)	149	φθόριος πεσσός	247
τριγωνίσκος ή τίλλις	411	φιδόχορτο	427
τρινία ή εϋσομος	415	φιλικίνη	440
τριφύλλι	416	φιλύρα	429
τριχοφάς (άλωπεκία)	79	φινοκαλλίδα	428
τσακουμάκια	52	φλαβόνη	157
τσακιστές έληές	155	φλαβονοειδή	157
τσαλάπα	417	φλασκιά	221
τσαπόνι	421	φλαμούρι	429
τσιλόχορτο	334	φλησκούνι	430
		φλόμος	431
		φλωμής ή θαμνώδης	11


ΠΑΡΟΡΑΜΑΤΑ

φυτό ύπ' άρ. 7	'Αγγουργιά	παρ. 2	ήμερος	άντί ήμερος
φυτό ύπ' άρ. 17	'Αγλήγορας	παρ. 10	ώνόμαζαν	άντί όνόμασαν
φυτό ύπ' άρ. 36	'Αζόγηρος	παρ. 2	έλλοβοκάρπων	άντί έλλοκάρπων
φυτό ύπ' άρ. 42	'Ακακία	παρ. 8	Φαρνεσιανή	άντί Φαρτεσιανή
φυτό ύπ' άρ. 44	'Ακουζά	παρ. 5	limcipiofolia	άντί limonofollia
φυτό ύπ' άρ. 46	'Αλαδανία	παρ. 26	'Αράβιοι	άντί 'Αράβιον
φυτό ύπ' άρ. 51	'Αλουτσά	παρ. 8	ό ίδιος	άντί I ίδιος
φυτό ύπ' άρ. 53	'Αμανίτης	παρ. 73	παληότερα	άντί πληότερα
φυτό ύπ' άρ. 58	άμπέλι	παρ. 44	ούσιων	άντί οΐσιων
φυτό ύπ' άρ. 90	'Ασκελοτούρα	παρ. 54	μετά την λέξι stoll	διαγράψετε 4 λέξεις
φυτό ύπ' άρ. 111	Βασιλικός	παρ. 18	φρόνιμοι	άντί φόνιμοι
φυτό ύπ' άρ. 202	Κεντούκλα	παρ. όνομ.	κεντούκλα	άντί κεντούλα
φυτό ύπ' άρ. 206	Κεραθία	παρ. 2	ceratonia siliqua	άντί ceratonia sliqua
φυτό ύπ' άρ. 247	Λαγούστιβάνια	παρ. 35	Μασταμπάς	άντί Ματσαμπάς
φυτό ύπ' άρ. 403	στύφνος ή στρούφιγγας:	στιχ. 6	ψυκτική	άντί ψυκική
φυτό ύπ' άρ. 408	Σφαράγγια:	στιχ. 16	τρωγόμενα	άντί τρωγόμενος
φυτό ύπ' άρ. 417	τσαλάπα:	στιχ. 15	συμβάσματα	άντί συμβάντα

Σημ. Είς όλα τά ξενόγλωσσα όνόματα καί τίς ξενόγλωσσες λέξεις, λόγω κακής άποτυπώσεως τό γράμμα L, παρουσιάζεται ως I.

3-8 (14)
 17.2 2/1
 14-7 2/1
 5.3 28/1
 2-7 13.5
 1.10 12-3
 1.3 17/6
 0.2
 6.4
 22.6
 18.3
 25.8
 7.3
 3
 6-6
 9.10
 11
 8-2
 -1
 16
 11
 1
 14
 15
 6
 7
 15

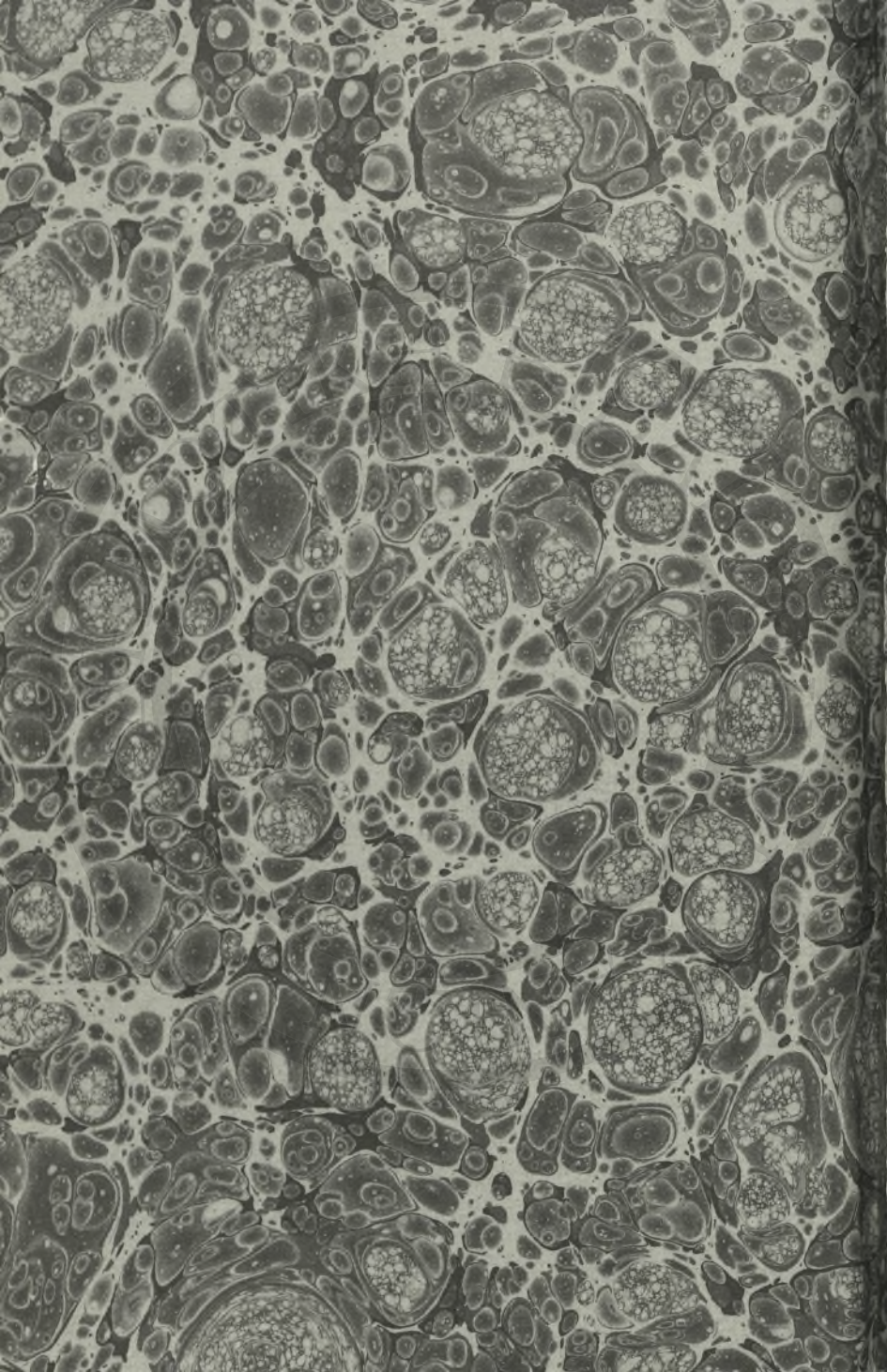


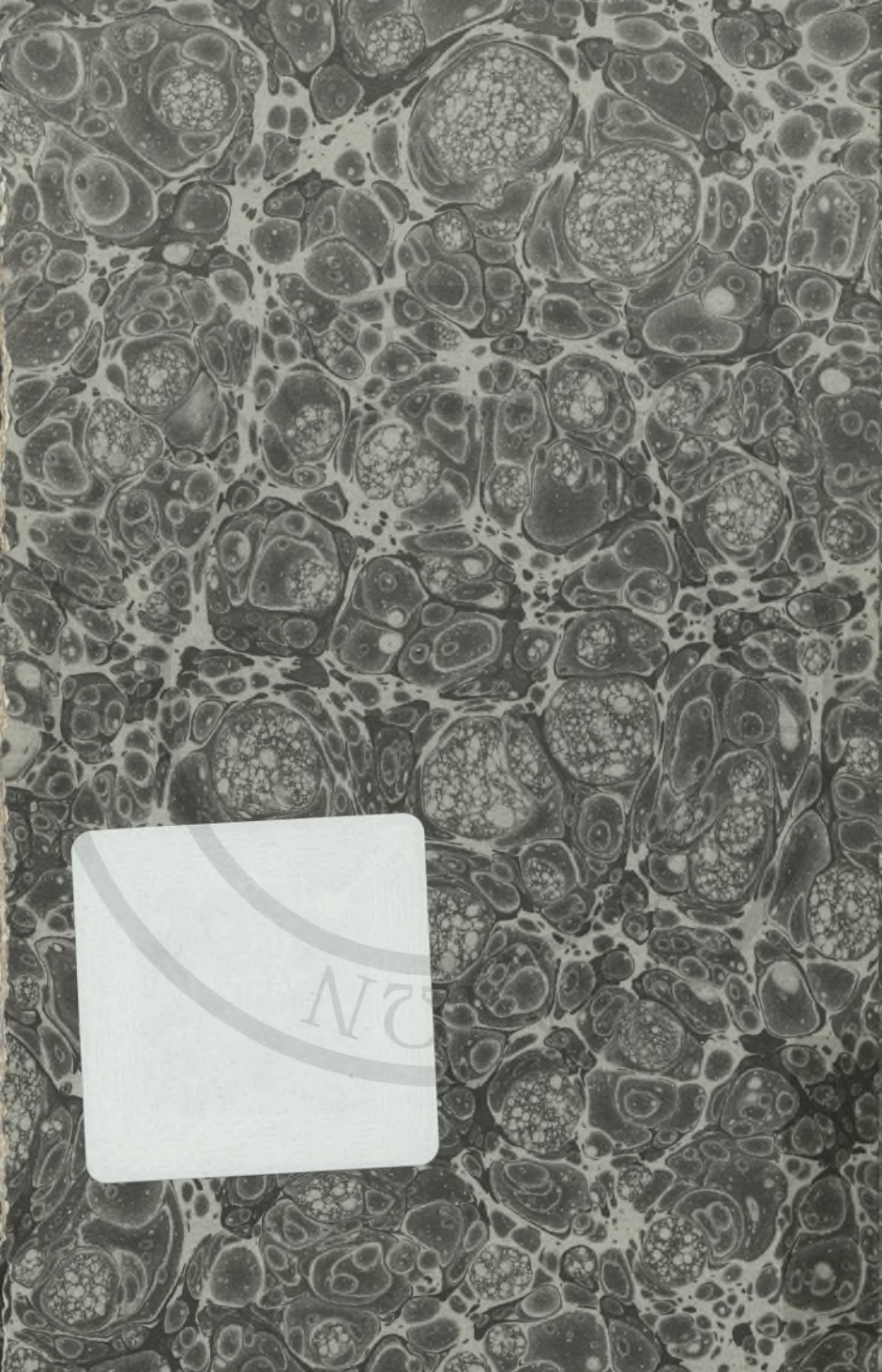

ZHTA

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ — Κ.&Γ. ΖΕΡΜΠΙΝΗ Ο.Ε. Χαρ. Τρικούπη 73 Τηλ. 3614741



ΒΙΒΛΙΟΔΕΤΗΘΗΚΕ ΣΤΟ ΜΕΡΟΣ
ΤΗΛ. 96890 - ΧΑΝΙΑ
ΒΙΒΛ. ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ





27

