

https://doi.org/10.59444/2024SERredGor_Seu_PAr14

Katarzyna Węgorowska
Uniwersytet Zielonogórski

PROZDROWOTNE WŁAŚCIWOŚCI RODZIMEGO MIODU ZWERBALIZOWANE W WYBRANYCH OPRACOWANIACH PSZCZELARSKICH I APITERAPEUTYCZNYCH*



Mojej Mamie i Jej Siostram – Eugenii, Ewie i Izie

Spojrzał człowiek i miodem wzbudził smakowanie,
Poznał, jak słodki owoc pilności i pracy;
Niech się do niej zabiera, ile siły stanie,
Kto chce miodu; bo gorycz dostaną próżniacy.
Niech patrzy na roboty pszczoł, cukrowe miody,
I uczy się przezoru, pracy, rządu, zgody. [...]

Gardzę korzyścią cukrów, utajonych w trzcinie,
Co rośnie oddalona długich mórz przestworem,
Gdy na ojczystej ziemi roztop słodki płynie,
Co jest łechceniem smaku i postępu wzorem,
Co jest słodczy skarbem, co jest pracy płodem,
Co jest... lecz dość chwały, nazywa się miodem. [...]

Tomasz Zan, *Miód*

Przytoczenie za T. Kokocińska, Z. Żybertowicz,
Miód. Złoty cud natury, Warszawa 2009, s. 40.

* Niniejszy szkic wpisuje się w cykl lingwokulturologicznych refleksji o językowych oraz kulturologicznych wyznacznikach różnych gatunków/rodzajów/odmian miodu, jak również związanym z nim bartnictwem i bartnikami, pszczelarstwem i pszczelarzach, którym autorka, profesor polskiego językoznawstwa, poświęciła m.in. opracowanie *Wielkie to mozoły nim miód zniosą pszczoły. Dawne i współczesne bartnictwo w świetle faktów filologiczno-historyczno-lingwokulturologicznych utrwalonych w wybranych publikacjach naukowych, popularnonaukowych i reportażu radiowym*, [w:] K. Węgorowska, *Z szuflady lingwokulturologa. Rzeczy językoznawczo-kulturologiczne o gwarowo-dialektalnym skarbcu polskiej kultury, dziedzictwie dawnych i współczesnych bartników, swoich i obcych w jednej z barlineckich baśni oraz przewrotnych rusalkach*, Zielona Góra–Choszczno 2018, s. 43-73; *eadem*, *Językowo-kulturologiczne prawdy o lubuskich miodach (na podstawie wybranych kulinarnych opracowań poświęconych regionalnym specjalom Ziemi Lubuskiej)*, [w:] *Wartości językowe i kulturowe*,

Bogactwo, a tym samym różnorodność *miodu* // *miodu prawdziwego* // *miodu pszczelego* – naturalnego preparatu węglowodanowego, niezwykle cenionego przez reprezentantów różnych kultur, również przez wiele pokoleń Polaków, i w związku z tym sygnowanego licznymi, sekundarnymi, metaforyczno-symbolicznymi mianami, jak: *pszczeli dar*, *złoty cud natury*, *naturalny antybiotyk*, *eliksir witalności*, *eliksir młodości*, *eliksir zdrowia*, *rosa niebiańska*, *pokarm bogów*, *pokarm olimpijskich bogów*, *najśodsze arcydzieło*, *płynne złoto*, *złoty lek*, zasygnalizowane zostały, w mniejszym lub większym stopniu, nie tylko w przytoczonym powyżej motcie – fragmencie romantycznego liryku, ale w podobnie, lecz nie identycznie, sformułowanych interdyscyplinarnych próbach jego definicji, z których wynika, że jest to m.in.: 1) ‘produkt wytwarzany przez pszczoły miodne (*Apis mellifera*) z nektaru kwiatowego¹ lub spadzi^{2,3}; 2) ‘produkt z nektaru kwiatowego / soku kwiatów lub spadzi wytwarzany głównie przez pszczoły, którego ogólnosłowiańska nazwa jest poświędzona od XIV w.’; 3) ‘produkt wytwarzany przez pszczoły wyłącznie z nektaru kwiatów (miody nektarowe) lub spadzi (miody spadziowe)⁴; 4) ‘produkt wytwarzany z nektaru i spadzi⁵; 5) ‘wyjątkowy naturalny produkt, składający się z fruktozy, glukozy, niewielkich ilości zwykłego cukru (sacharozy) i innych cukrów, wody oraz kilku procent enzymów, minerałów i witamin⁶; 6) ‘mieszanina węglowodanów, głównie cukrów prostych, glukozy i fruktozy, w przybliżeniu 75%⁷;

red. M. Kaczor, P. Kładoczny, Zielona Góra 2022, s. 135-153; patrz też *eadem*, *Językowe i kulturologiczne wyróżniki kresowych kulinariów utrwalone w wybranych, regionalnych opracowaniach o Ziemi Lubuskiej*, „Filologia Polska. Roczniki Naukowe Uniwersytetu Zielonogórskiego” 2020, nr 6, s. 141-148. Propozycja sytuuje się też wśród jej publikacji poświęconych wszechstronnie pojętym/ujętym wartościom – zob. SKEP Uniwersytetu Zielonogórskiego. Autorka opracowania dziękuje Panu Dyrektorowi Jackowi Urbańskiemu i Pani Inspektor Justynie Gray z Lubuskiego Centrum Produktu Regionalnego w Zielonej Górze oraz Lubuskiemu Związkowi Pszczelarzy w Zielonej Górze za Ich życzliwe zainteresowanie prowadzonymi przez nią lingwokulturologicznymi badaniami nad „płynnym złotem”.

¹ „Nektar powstaje w narządach zlokalizowanych w obrębie kwiatów, zwanych nektarnikami. Zawartość cukrów w nektarze może dochodzić do 50%. Jest to mieszanina sacharozy, glukozy i fruktozy. Poza tym w niewielkiej ilości występują w nim aminokwasy, terpeny oraz substancje charakterystyczne dla danej rośliny” – B. Kędzia, E. Hołderna-Kędzia, *Apiterapia. Leczenie miodem i innymi produktami pszczelimi*, Warszawa 2020, s. 18.

² „Spadz jest sokiem roślinnym przetwarzanym przez owady, głównie mszyce i czerwce. Nakładają one liście i młode pędy, wysysają sok i po wchłonięciu białka, które jest ich pokarmem, wydają pozostałość w postaci drobnych kropelek. Zawartość cukrów w spadzi może dochodzić do 90%. Zawiera ona także aminokwasy, garbniki i sole mineralne” – *ibidem*.

³ Definicje leksemów przywoływanych w niniejszym opracowaniu zostały ustalone i zmodyfikowane na podstawie słowników języka polskiego, a także specjalistycznych publikacji wymienionych w *Bibliografii* zamieszczonej na końcu artykułu.

⁴ J. Nowak, M. Piątek, *Atlas pszczelarza*, Warszawa 2018, s. 189; J. Nowak, M. Piątek, M. Walerowicz, *Pszczelarstwo*, Warszawa 2020, s. 362.

⁵ M. Czekański, S. Rusin, *Miodolecznictwo*, Kraków 2019, s. 10.

⁶ J. Petterson, *Pszczoły. Opowieść o pasji i miłości do najważniejszych owadów na świecie*, tłum. W. Biliński, Kraków 2018, s. 168.

⁷ J. Nowak, M. Piątek, M. Walerowicz, *op. cit.*, s. 232.

7) 'jeden z najczęściej wykorzystywanych produktów węglowodanowych. W zależności od pochodzenia zawiera 27-34% glukozy, 38-41% fruktozy i 2-3% sacharozy. Występują w nim związki żelaza, manganu, chloru, miedzi, fluoru, niklu, siarki, fosforu, potasu, sodu, boru, wapnia, magnezu, krzemu oraz śladowe ilości witamin'⁸; 8) 'zawierający cukry proste, witaminy, mikroelementy łatwo przyswajalny przez ludzki organizm produkt wytwarzany przez pszczoły robotnice z nektaru roślin lub spadzi jako pokarm dla rodziny pszczelej'⁹.

Jednak jego przyrodoleczniczych, a tym samym prozdrowotnych właściwości związanych z zarówno *chorobami*, 'procesami patologicznymi wywołującymi zaburzenia czynności organizmu', jak i *zdrowiem*, 'dobrym, normalnym stanem organizmu ludzkiego; stanem organizmu nie dotkniętego chorobą' oraz dawną i współczesną *medycyną*, 'zespołem nauk, a tym samym umiejętności praktycznych, których treścią i celem jest ochrona zdrowia ludzkiego; sztuką leczenia, dowodzą fakty, na podstawie których wiadomo, że w starożytności wykorzystywano go jako pożywienie i lekarstwo. Był on już wówczas bezcennym antidotum, panaceum, remedium przeciw chorobom wewnętrznym, oparzeniom, wrzodom, niedomaganiom wątroby i woreczka żółciowego. Podawano go także po zatruciu toksynami roślinnymi i zwierzęcymi. Uchodzący za „ojca medycyny” Hipokrates (388-327 p.n.e.), wybitny lekarz grecki, nazwał go eliksirem życia i zalecał jako środek na długowieczność. Wskazywał też na korzystne działanie miodu w chorobach żołądkowo-jelitowych i wątrobowych oraz na jego skuteczne właściwości wykrztuśne, wzmacniające i chroniące przed różnymi, zarówno zewnętrznymi, jak i wewnętrznymi, zakażeniami. Grecki filozof Arystoteles (388-322 p.n.e.) używał go natomiast do leczenia ran i wrzodów. Inkowie stosowali miód wraz z *propolisem*, 'lepką, aromatyczną substancją wyrabianą przez pszczoły z roślinnych substancji balsamicznych z domieszką wosku, pyłku kwiatowego i części gleby, służącą pszczołom do uszczelniania ramek i ula, wykorzystywaną często do celów leczniczych; kitem pszczelim', nie tylko do leczenia ran, ale jako niezwykle skuteczne remedium zapobiegające zakażeniom po trepanacji czaszki. Dla Wikingów był on zarówno lekiem niwelującym różnego rodzaju rany, jak i cennym pokarmem wzmacniającym ich siły, głównie ekspansywność. Jego prozdrowotne właściwości już od X wieku znano na Rusi Kijowskiej. To tu przygotowywano słynne plastry sporządzane z mąki żytniej i miodu, które stosowano do leczenia ran i chorób skóry. W medycynie dawnej Gruzji utrzymało się wiele starych ludowych przepisów dotyczących zastosowania miodu w stanach przeziębieniowych, reumatycznych, jak również ropnych chorobach skóry. W *Podręczniku leczenia z przełomu XI i XII wieku ów*

⁸ T. Kokocińska, Z. Żybertowicz, *op. cit.*, s. 40.

⁹ Por. www.lzp.zgora.pl [dostęp: 26.04.2022].

pszczeli preparat określa się natomiast mianem środka leczniczego i stymulującego. Zarówno lecznicze, jak i stymulujące medykamenty na bazie miodu, a tym samym zawierające miód, przygotowywała i zalecała także znana zakonnica-uzdrowicielka, prekursorka sformalizowanej homeopatii – Hildegarda z Bingen (1098-1179). Jako naturalny biopreparat rekomendował go papież Jan XI w napisanej w XIII wieku i aktualnej do XVII wieku *Skarbnicy biednych*. W swych recepturach uwzględniał go również Paracelsus (1493-1541), szwajcarsko-niemiecki lekarz, chemik, filozof, prekursor nowoczesnej medycyny. Pszczeli dar doceniał też Palacius, siedemnastowieczny hiszpański farmaceuta, autor *Galeno-chemicznego traktatu farmaceutycznego*, który uważał, że leki z miodem polepszają zdrowie, wzmacniają organizm, oczyszczają go ze szkodliwych substancji i goją rany. W latach 1899-1902, w czasie wojny angielsko-burskiej, z bardzo dobrymi rezultatami leczono nim rany zadawane bronią. Jako środek używany przy zabiegach operacyjnych i wszelkich zakażeniach sprawdził się też podczas drugiej wojny światowej¹⁰. Natomiast w latach powojennych, w miarę rozwoju badań nad składem chemicznym oraz właściwościami biologicznymi miodnego specyfiku, powrócono do stosowania go w praktyce medycznej. „W ten sposób uczeni i lekarze zainicjowali kształtowanie się nowoczesnej apiterapii”¹¹, czyli ‘leczenia chorób produktami pszczelimi, np. miodem, mleczkiem pszczelim lub propolisem’.

Na tę nieustającą międzynarodową i ponadczasową fascynację owym naturalnym pszczelim preparatem o właściwościach naturalnego antybiotyku wpływają z pewnością promujące go, jakże często przywoływane dziś, podobnie, ale nie tożsamo sformułowane, udokumentowane naukowo ustalenia, według których:

- Produkty pszczele, w tym miód, towarzyszą człowiekowi od dawna. Były i nadal są ważnym elementem wspomagania naszego zdrowia, szczególnie gdy leki konwencjonalne zawodzą albo nie mogą być z różnych względów stosowane. Poza tym można je z dobrym skutkiem wykorzystywać jako naturalne środki lecznicze uzupełniające ogólnie stosowane modele terapeutyczne;
- Miód nie tylko jest pyszny, ale również ma mnóstwo walorów prozdrowotnych;
- Miód jest pokarmem i tak należy go traktować, jeść do woli i delektować się jego smakiem. Oprócz walorów smakowych i odżywczych posiada właściwości lecznicze, co czyni go pomocnym w leczeniu wielu dolegliwości;
- Miód pszczeli jest wspaniałym darem natury otaczającego nas świata przyrody i pochodzi ze zbieranego przez pszczoły nektaru kwiatów oraz ze spadzi. Miód jest naturalnym i bogatym źródłem wielu biologicznie czynnych substancji, witamin i enzymów niezbędnych dla prawidłowego rozwoju i funkcjonowania organizmu człowieka. Jego regularne stosowanie działania wzmacniająco na układ odpornościowy;
- Miód zwalcza bakterie i hamuje ich

¹⁰ Por. B. Kędzia, E. Hołderna-Kędzia, *op. cit.*

¹¹ *Ibidem*. „Termin »apiterapia« pochodzi od greckich słów: *apis* ‘pszczoła’ i *terapia* ‘leczenie’, i oznacza leczenie za pomocą produktów pszczelich. Apiterapia zajmuje się zastosowaniem w leczeniu produktów zbieranych przez pszczoły z roślin i częściowo przez nie przetwarzanych, takich jak: miód pszczeli, pyłek kwiatowy, pierzga i propolis, również produktów wytwarzanych w organizmie tych owadów, a mianowicie mleczka pszczelego, jadu pszczelego i wosku” – *ibidem*, s. 8.

namnażanie, dlatego często mówi się o nim jako o naturalnym antybiotyku; – O miodzie często mówi się, że jest naturalnym antybiotykiem; – Zależnie od tego, z jakiego nektaru kwiatowego miód wytwarzają pszczoły, pomaga on na różne dolegliwości; – Miód jest jednym z największych dobrodziejstw natury. To nie tylko smaczny i odżywczy pokarm, lecz także cenny składnik wykorzystany w apiterapii, czyli leczeniu miodem i produktami pszczelimi. Skutecznie chroni organizm przed chorobami, a w przypadku ich wystąpienia wspomaga kurację. Jego różnorodność pozwala na dobranie konkretnego gatunku do danego schorzenia, dając możliwość skutecznego działania; – Miód to nie tylko smaczny i odżywczy pokarm, lecz także cenny produkt wykorzystywany w apiterapii; – Różne odmiany, gatunki, rodzaje miodu pozwalają na prowadzenie skutecznej, w miarę bezpiecznej terapii wielu osób¹².

Pochylając się nad przywołanymi powyżej, zbliżonymi, ale nie identycznymi, specjalistycznymi opiniami, nie należy zapominać jednak, że tak wszechstronne medyczne wykorzystanie miodu wyrosło z odkryć, wymienianej już w niniejszych rozważaniach, medycyny ludowej, a przede wszystkim obserwacji poczynionych przez reprezentujących ją, i przez to współtworzących, ludowych znachorów, uzdrowicieli, zamawiaczy, zaklinaczy, którzy odkryli w nim medykament wspierający zarówno schorzenia fizyczne (np. przeziębienia), jak i dysfunkcje psychiczne (np. środek uspokajający i ułatwiający zasypianie).

Tematem, przedmiotem, celem, niniejszych lingwokulturowych refleksji są zatem prozdrowotne właściwości „złotego cudu natury” – naturalnego benefitu znanego, spożywanego i stosowanego w Polsce jako lek od czasów prehistorycznych, które zwerbalizowane zostały w rodzimych opracowaniach z zakresu pszczelarstwa, miodolecznictwa i apiterapii, a poprzez nie w polszczyźnie.

Znamienny wyróżnik „danych językowych”¹³ utrwalonych w owych kilku, wybranych z konieczności, przyrodoleczniczych propozycjach stanowi to, że werbalna prezentacja walorów rodzimego/krajowego miodu // rodzimych/krajowych miodów opiera się na tendencji „od ogółu do szczegółu”. Prawidłowość tę oddaje relacja *hiperonim* – *apelatyw ogólny miód* / *synonimiczno-tautonimiczny hiperonim* – *dwuczłonowe zestawienie miód pszczeli* → *nazwy konkretnych jednostek chorobowych / dolegliwości / schorzeń*, która udokumentowana została zarówno: 1) obszernie – w sposób opisowy:

¹² Przytoczone opinie wypisane zostały ze specjalistycznych publikacji i specjalistycznej strony internetowej wyszczególnionych w *Ekscerpowanej apiliteraturze* – patrz bibliografia zamieszczona na końcu publikacji.

¹³ Stanisław Gajda stwierdza, że „lingwistyka była i będzie nauką empiryczną. Nie może istnieć bez danych językowych, ale te dane to nie tylko fakty o charakterze zewnętrznym (materiał językowy), lecz także – jak w lingwistyce kognitywnej – struktury wiedzy. Charakterystyka języka wymaga sięgnięcia do myślenia, odwołania do kontekstu społecznego i kulturowego. I na odwrót – w miarę pełna eksplicja tych ostatnich nie jest możliwa bez przywołania języka” – S. Gajda, *Język – językoznawstwo – polonistyka*, [w:] *Polonistyka w przebudowie*, t. 1: *Literaturoznawstwo – wiedza o języku – wiedza o kulturze – edukacja. Zjazd Polonistów*, Kraków 22-25 września 2004, red. M. Czermińska, Kraków 2005, s. 34.

Jeszcze lepiej wpływ miodu na poziom cholesterolu i białka C-reaktywnego widoczny jest u osób z podwyższonym poziomem tych wskaźników (powyżej 200 mg/dl). Stwierdzono, że po dwutygodniowym podawaniu 75 g miodu na czczo poziom cholesterolu całkowitego obniżył się u tych osób o 8%, cholesterolu LDL o 10,9%, a białka C-reaktywnego o 42,5%. Wskazuje to wyraźnie na przeciwmiażdżycowe działanie miodu. [...] Z powyższych badań klinicznych wypływa wniosek, że systematyczne przyjmowanie miodu pszczelego przez dłuższy czas w znacznym stopniu poprawiało stan zdrowia pacjentów cierpiących na chorobę niedokrwienną serca. Istotne jest także to, że podawanie pacjentom tego produktu pszczelego nie koliduje z podstawową terapią tej choroby. Wręcz przeciwnie – przyspiesza leczenie. [...] Miód działa wielokierunkowo na ośrodkowy układ nerwowy, przejawiając z jednej strony właściwości uspokajające, a z drugiej – przeciwdepresyjne i podwyższające aktywność psychiczną organizmu. [...] Na podstawie przeprowadzonych badań można wnioskować, że podawanie miodu pszczelego osobom z zaburzeniami funkcji wydzielania żółci, w tym dzieciom w ilości 1 łyżeczki, a dorosłym jednej łyżki stołowej na czczo raz dziennie przez okres co najmniej dwóch tygodni, polepsza motorykę i likwiduje zastój żółci w pęcherzyku żółciowym. [...] Wieloletnie obserwacje wskazują, że miód przyjmowany do wewnątrz polepsza motorykę jelit, reguluje wypróżnienia oraz działa łagodnie przeczyszczająco. [...] Jak można się zorientować z przedstawionych na rysunku badań, długotrwała terapia miodem w ilości 30 g trzy razy dziennie po posiłkach może być bardzo pomocna w obniżaniu napięcia mięśni u osób cierpiących z powodu niedowładów po urazach mózgu i w przypadku stwardnienia rozsianego. [...] Dane z piśmiennictwa naukowego wskazują, że miód pszczeli korzystnie oddziałuje na osoby chore na AIDS. [...] Na podstawie przeprowadzonych badań można wnioskować, że leczenie ran odleżynowych miodem jest skutecznym, tanim i stosunkowo szybkim sposobem eliminowania tego rodzaju przypadków chorobowych. [...] Badania kliniczne wskazują na korzystne działanie miodu zarówno w przypadku owrzodzenia cukrzycowego stóp o podłożu angiogennym, jak i neurogennym. [...] Przyjmowanie miodu pszczelego od wewnątrz wspomaga działanie leków przeciwnowotworowych, a także zapobiega przerzutom komórek nowotworowych do innych narządów. Stosowany zewnętrznie z powodzeniem leczy zmiany nowotworowe, a także owrzodzenia oraz uszkodzenia skóry spowodowane terapią radiacyjną¹⁴,

jak i 2) ogólnie – w sposób schematyczny: miód (ogólnie – niezależnie od jego odmiany, gatunku, rodzaju) → choroby miejscowe, rany odleżynowe, owrzodzenie cukrzycowe stóp, choroby wewnętrzne, AIDS, stwardnienie rozsiane, niedowład spastyczny, niedowład skurczowy, niedowład porażeniowy, zaparcia, choroby pęcherzyka żółciowego, zaburzona czynność wydzielnicza pęcherzyka żółciowego, zapalenie pęcherzyka żółciowego, kamica pęcherzyka żółciowego, zapalenie żołądka i jelit, choroba przeziębieniowa, choroba niedokrwienna serca, miażdżycza tętnic, nerwice narządowe, nerwica sercowo-naczyniowa, nerwica żołądkowo-jelitowa; choroby układu nerwowego, nerwica histeryczna / histeria, nerwica neurasteniczna, otępienie, otępienie starcze, apatia, wyczerpanie psychiczne, osłabiony system nerwowy, stany przemęczenia pracą umysłową, wycieńczenie¹⁵.

¹⁴ B. Kędzia, E. Hołderna-Kędzia, *op. cit.*, s. 26-39 i 179.

¹⁵ Wszystkie egzemplarze – „dane językowe”, ilustrujące niniejsze lingwokulturolologiczne rozważania, pozyskane zostały ze specjalistycznych opracowań wymienionych w *Ekscerpowanej apiliteraturze* – patrz bibliografia zamieszczona na końcu opracowania.

W ekscerpowanym specjalistycznym piśmiennictwie eksponowane są także swoiste pozytywne działania poszczególnych miodów odmianowych¹⁶, co znajduje odzwierciedlenie w zależnościach: 1) *hiponim* – nazwa **odmiany konkretnego miodu** → nazwa konkretnego narządu / nazwy konkretnych narządów: miód (dalej m.) akacyjny → przewód pokarmowy, żołądek, nerki, układ moczowy; m. rzepakowy → wątroba, drogi żółciowe, serce, naczynia wieńcowe, układ krążenia, drogi oddechowe; m. lipowy → górne i dolne drogi oddechowe, oskrzela, zatoki, serce, układ krążenia, układ nerwowy; m. gryczany → układ krążenia, naczynia krwionośne, wątroba; m. wrzosowy → nerki, drogi moczowe, gruczoł prostaty / gruczoł krokowy, jama ustna, gardło, błona śluzowa jamy ustnej i gardła, migdałki, przewód pokarmowy, żołądek, jelita; m. wielokwiatowy → drogi oddechowe, dolne drogi oddechowe, serce, mięsień sercowy, naczynia krwionośne, wątroba, woreczek żółciowy; m. spadziowy z drzew iglastych → drogi oddechowe, dolne drogi oddechowe, serce, naczynia krwionośne, układ nerwowy; m. spadziowy z drzew liściastych → nerki, drogi moczowe, wątroba, drogi żółciowe, przewód pokarmowy, jelita, stawy; m. nektarowo-spadziowy → serce, układ krążenia, układ pokarmowy, układ nerwowy; m. z mniszka lekarskiego / m. mniszkowy → wątroba oraz 2) *hiponim* – nazwa **odmiany konkretnego miodu** → nazwa konkretnego schorzenia / nazwy konkretnych schorzeń: m. akacyjny → wrzody żołądka i dwunastnicy, choroba wrzodowa żołądka, choroba wrzodowa dwunastnicy, choroby górnych dróg oddechowych, choroby nerek i układu moczowego, choroby przewodu pokarmowego, zaburzenia układu pokarmowego, kłopoty z przemianą materii, trawienia, zaparcia, kłopoty żołądkowe, stany skurczowe i zapalne żołądka, stany skurczowe i zapalne jelit, cukrzyca, zmęczenie fizyczne i umysłowe; m. gryczany → cukrzyca, jaskra, dusznica bolesna, nerwica serca, nerwica żołądka, anemia, niedokrwistość, niedokrwistość z niedoboru żelaza, choroba nowotworowa, choroby serca, choroby układu krążenia na podłożu miażdżycowym, miażdżyca, schorzenia układu krążenia, zaburzenia na tle nerwowym, zapalenie nerek, zapalenie opłucnej, stany wyczerpania psychicznego, rekonwalescencja i zabiegi operacyjne z utratą krwi, odwapnienie kości (osteoporoza);

¹⁶ „Ze względu na pochodzenie miodów krajowych dzieli się je na trzy typy: nektarowy (kwiatowy), spadziowy i nektarowo-spadziowy. Dodatkowo wprowadzono podział na odmiany. Zależnie od pożytku roślinnego miód nektarowy jednodmianowy wytwarzany na dużą skalę w kraju dzieli się na następujące odmiany: z sadów, akacyjny, rzepakowy, lipowy, gryczany i wrzosowy. Natomiast miód nektarowy pochodzący z nektaru zbieranego przez pszczoły z wielu gatunków roślin nazywamy wielokwiatowym. W ramach miodu spadziowego wyróżnia się dwie odmiany: ze spadzi liściastej i iglastej, a w obrębie typu miodu nektarowo-spadziowego istnieje tylko jedna odmiana o tej samej nazwie. W tej klasyfikacji należy także uwzględnić odmiany miodu nektarowego wytwarzane na małą skalę przez lokalnych pszczelarzy. Zbierane są przez pszczoły z roślin rosnących w dużej ilości w pobliżu pasiek i pozyskiwane przez pszczelarzy zaraz po ich przekwitnięciu. Należą do nich takie odmiany jak: mniszkowy, kasztanowy, szałwiowy, macierzankowy, miętowy, melisowy, lawendowy, tymiankowy, malinowy, nostrykowy czy nawłociowy” – B. Kędzia, E. Hołderna-Kędzia, *op. cit.*, s. 23-24.

m. koniczynowy → anemia; m. lipowy → obrzęki, nieprawidłowe ciśnienie tętnicze krwi, schorzenia oskrzeli i zatok, kaszel, przeziębienie, grypa, choroby dróg oddechowych przebiegających z wysoką temperaturą, choroby serca i układu krążenia, choroby układu moczowego, stany osłabienia, stany nadmiernego podniecenia nerwowego, stres, bezsenność; m. malinowy → przeziębienie i grypa; m. rzepakowy → choroba przeziębieniowa, zapalenie górnych dróg oddechowych, stany zapalne górnych dróg oddechowych na tle bakteryjnym, zapalenie gardła i błony śluzowej nosa, kaszel, choroba wrzodowa żołądka i dwunastnicy, choroby nerek i układu moczowego, choroby wątroby i woreczka żółciowego, procesy miażdżycowe, nieprawidłowe ciśnienie tętnicze krwi, kłopoty z sercem, choroby serca, schorzenia układu krążenia, wyczerpanie fizyczne i psychiczne, oparzenia; m. wielokwiatowy → anemia, alergie, choroby alergiczne dróg oddechowych, katar sienny, uczulenie na pyłki roślin, astma oskrzelowa atopowa (alergenna), grypa, przeziębienie, choroby serca i naczyń krwionośnych, wyczerpanie fizyczne organizmu, wyczerpanie psychiczne organizmu; m. wrzosowy → choroby pęcherza moczowego, nerek i prostaty, dolegliwości przewodu pokarmowego, zapalenie żołądka, zapalenie jelit, dna moczanowa, choroby reumatyczne, choroby błony śluzowej jamy ustnej i gardła, przewlekłe zapalenie migdałków podniebiennych, kamica nerkowa, choroba nerek, zapalenie dróg moczowych, choroba dróg moczowych, choroba gruczołu krokowego, niedobory pokarmowe, zapalenie jelit, biegunki; m. z mniszka lekarskiego → dolegliwości wątroby, schorzenia żołądka, niedokrwistość; m. spadziowy → biegunki, zaparcia, nerwice, choroby górnych dróg oddechowych; m. ze spadzi iglastej → zapalenie dolnych dróg oddechowych, zapalenie oskrzeli, astma oskrzelowa, zapalenie płuc, gruźlica, hipowitaminoza, anemia, cukrzyca, choroby serca i naczyń krwionośnych, miażdżycy mięśnia sercowego, zakrzepowe zapalenie żył, guzki krwawicze odbytu (hemoroidy), nerwica serca, choroby układu pokarmowego, stany zapalne jelit, choroby nerek i układu moczowopłciowego, zapalenie pęcherza moczowego, zapalenie nerek, kamica nerkowa, zapalenie gruczołu krokowego; m. ze spadzi liściastej → choroby dróg żółciowych, wątroby i jelit, choroby układu moczowego, choroby stawów; m. nektarowo-spadziowy → choroby serca, choroby układu krążenia, zaburzenia trawienia, wyczerpanie fizyczne, wyczerpanie psychiczne; m. ze spadzi jodłowej i świerkowej → dolegliwości dróg oddechowych.

Prozdrowotne właściwości owego naturalnego pszczelego benefitu są też, w analizowanych opracowaniach, werbalizowane dzięki:

1) kompozycjom/konstrukcjom lingwistycznym współtworzącym zdania zawierające profesjonalne sugestie znawców jego walorów, jak: *Z uwagi na to, że **miód akacjowy** zawiera dużą ilość cukrów prostych **jest polecany w zwiększonej aktywności naszego mózgu, zmęczeniu fizycznym, psychicznym i osłabieniu organizmu; Miód gryczany polecany jest przy schorzeniach** układu krążenia; **Miód gryczany polecany jest również***

przy zapaleniach nerek i opłucnej, stanach osłabienia pamięci, wzroku, słuchu, a także w terapiach związanych z jaskrą; Miód wielokwiatowy polecany jest w profilaktyce grypy, przeziębień, chorobach dolnych dróg oddechowych szczególnie u dzieci powyżej czwartego roku życia; Miód wielokwiatowy polecany jest osobom uczulonym na pyłki roślin; Miód tymiankowy polecany jest w chorobach układu oddechowego i pokarmowego; Ze względu na dużą zawartość glikozy i innych cukrów prostych miód rzepakowy poleca się w stanach wyczerpania organizmu; Miód akacjowy – polecany w chorobach górnych dróg oddechowych; Miód mniszkowy – polecany w problemach wątrobowych, schorzeniach żołądka i niedokrwistości; Miód rzepakowy – polecany w zaburzeniach związanych z wrzodami żołądka i dwunastnicy; Miód akacjowy zalecany jest przy kłopotach żołądkowych; Miód gryczany zalecany jest szczególnie dla rekonwalescentów; Miód lipowy zalecany jest w chorobach serca i układu krążenia; Miód ze spadzi iglastej jest zalecany osobom z hipowitaminozą i anemią, szczególnie dzieciom; Miód z głogu jest wskazany przy niewydolności krążenia i zaburzeniach rytmu serca; Miód rzepakowy wskazany jest przy długotrwałej pracy fizycznej i umysłowej; Miód wrzosowy wskazany jest w diecie osób o osłabionym wzroku a także w rekonwalescencji po operacji zaćmy; Miód akacjowy okazuje się przydatny u chorych na cukrzycę, głównie jako produkt zastępujący cukier; Miód rzepakowy jest przydatny w leczeniu chorób wątroby i woreczka żółciowego; Miód rzepakowy – przydatny również w chorobach wątroby i w stanach zapalnych górnych dróg oddechowych; Miód lipowy jest stosowany w leczeniu przeziębień, anginy, zatok oraz zapalenia oskrzeli. Dzięki aktywności antybiotycznej jest stosowany także w leczeniu chorób dróg moczowych, schorzeń reumatycznych oraz nerwic; Miód akacjowy stosowany jest pomocniczo w leczeniu choroby wrzodowej żołądka i dwunastnicy; Miód gryczany stosowany jest jako środek zapobiegający chorobom serca i układu krążenia; Miód gryczany stosowany jest w leczeniu niedokrwistości z niedoboru żelaza; Miód gryczany stosowany jest przy schorzeniach układu krążenia; Miód nektarowo-spadziowy stosowany jest w stanach wyczerpania fizycznego i psychicznego; Miód ze spadzi iglastej stosowany jest w zaburzeniach przemiany węglowodanowej, czyli cukrzycy; Miód ze spadzi iglastej stosowany jest wspomagająco w chorobach dolnych dróg oddechowych; Miód wrzosowy jest pomocniczo stosowany w kamicy nerkowej; Miód akacjowy może być stosowany u cukrzyków z łagodną postacią choroby; Miód gryczany stosuje się przy schorzeniach układu krążenia; Miód lipowy stosuje się przy schorzeniach oskrzeli, zatok, kaszlu i przeziębienia; Miody ze spadzi jodłowej i świerkowej są stosowane przy dolegliwościach dróg oddechowych; Miód lipowy należy stosować w przeziębieniach i grypie; Miód malinowy używany jest przy niedokrwistości spowodowanej niedoborem żelaza; Miód akacjowy wykorzystywany jest w chorobach przewodu pokarmowego; Miód akacjowy wykorzystywany jest głównie w chorobach przewodu pokarmowego; Miód gryczany wykorzystywany

jest w chorobach serca, układu krążenia, chorobach wątroby, w cukrzycy nieinsulinowej; Miód gryczany wykorzystywany jest także u chorych w okresie rekonwalescencji, po zabiegach operacyjnych z utratą krwi; Miód ze spadzi liściastej jest wykorzystywany w leczeniu chorób dróg żółciowych, wątroby i jelit; Miód wielokwiatowy jest często wykorzystywany w chorobach serca i naczyń krwionośnych; Miód wrzosowy jest pomocniczo wykorzystywany w dnie moczanowej oraz chorobach reumatycznych; Miód gryczany wykorzystywany jest pomocniczo w zaburzeniach na tle nerwowym oraz stanach wyczerpania psychicznego; Miód lipowy wykorzystuje się w leczeniu chorób układu moczowego; Miód akacjowy bywa pomocniczo wykorzystywany w leczeniu choroby wrzodowej żołądka i dwunastnicy; Miód gryczany jest pomocny u osób chorych na cukrzycę; Miód lawendowy jest pomocny w leczeniu schorzeń płuc, oskrzeli, w bólach głowy; Miód akacjowy uznawany jest za środek wspomagający w stanach zmęczenia fizycznego i umysłowego; Miód ze spadzi iglastej ma bardzo szerokie zastosowanie w zapobieganiu chorobom i lecznictwie; Miód ze spadzi iglastej znalazł zastosowanie w chorobach układu pokarmowego; Miód ze spadzi liściastej z uwagi na działanie moczopędne, przeciwzapalne i dezynfekujące znalazł zastosowanie w leczeniu chorób układu moczowego i stawów; Miód rzepakowy stanowi środek pomocniczy w chorobach nerek i układu moczowego; Miód gryczany – środek zapobiegający chorobom serca i układu krążenia; Osoby cierpiące na zapalenie dróg moczowych lub kamicę nerkową powinny spożywać miód wrzosowy;

2) kompozycjom/konstrukcjom lingwistycznym współtworzącym zdania, w których panaceum owo, dzięki zastosowanej w nich względem niemu 3. osobie lp., jest bezpośrednim wykonawcą niektórych prozdrowotnych czynności (miód → bezpośrednia, sprawcza czynność miodu), jak: **Miód wielokwiatowy bierze udział w odtruwaniu wątroby; Miód działa wielokierunkowo na ośrodkowy układ nerwowy; Miód działa przeciwzapalnie; Miód działa na układ nerwowy; Miód lipowy działa rozgrzewająco i kojąco; Miód rzepakowy działa żółciopędnie; Miód wrzosowy działa moczopędnie; Miód ze spadzi iglastej działa zapierająco przy biegunkach; Miód ze spadzi iglastej działa łagodnie przeczyszczająco; Miód gryczany działa leczniczo na te dolegliwości; Miód wrzosowy działa leczniczo w chorobach nerek, dróg moczowych i gruczołu krokowego; Miód gryczany działa wspomagająco w terapii przeciwnowotworowej; Miód wielokwiatowy działa wspomagająco na organizm przy chorobach dolnych dróg oddechowych; Miód lipowy ma działanie napotne, przeciwgorączkowe, przeciwkaszlowe i wykrztuśne; Miód rzepakowy w chorobach wątroby ma działanie odtruwające; Miód rzepakowy ma działanie wspomagające w chorobach przeziębieniowych; Miód ze spadzi liściastej ma działanie moczopędne; Miód akacjowy wykazuje działanie uspokajające i ogólnie wzmacniające; Miód lipowy wykazuje działanie napotne; Miód tymiankowy wspomagająco działa w chorobach pasożytniczych przewodu pokarmowego; Miód**

hamuje namnażanie bakterii; **Miód lipowy leczy** przeziębienia; **Miód ze spadzi iglastej leczy** stany zapalne jelit; **Miód lipowy łagodzi** stres; **Miód rzepakowy łagodzi** kaszel; **Miód lipowy obniża** gorączkę; **Miód mniszkowy obniża** pH soku żołądkowego; **Miód gryczany odnawia** tkankę kostną; **Miód pobudza** do działania jelita; **Miód rzepakowy polepsza** procesy myślowe; **Miód akacjowy pomaga** w walce z bezsennością; **Miód akacjowy pomaga** w chorobach przewodu pokarmowego; **Miód akacjowy pomaga** w kłopotach z przemianą materii; **Miód rzepakowy podwyższa** odporność organizmu na zakażenia; **Miód rzepakowy pomaga** przy schorzeniach układu krążenia; **Miód rzepakowy pomaga** w odtruwaniu organizmu; **Miód rzepakowy pomaga** w uzupełnianiu niedoboru potasu; **Miód rzepakowy pomaga** goić oparzenia; **Miód wrzosowy pomaga** leczyć nerki; **Miód z mniszka lekarskiego pomoże** cierpiącym w dolegliwościach wątroby; **Miód lipowy poprawia** sen; **Miód gryczany powoduje** wzrost poziomu hemoglobiny w krwinkach czerwonych; **Miód rzepakowy powoduje** rozszerzenie naczyń wieńcowych serca; **Miód gryczany przeciwdziała** odwapnieniu kości; **Miód rzepakowy przyczynia się** do hamowania procesu miażdżycowego; **Miód przyspiesza** gojenie ran; **Miód przywraca** prawidłową funkcję wątroby; **Miód akacjowy reguluje** wydzielanie soku żołądkowego; **Miód akacjowy reguluje** trawienie; **Miód ze spadzi iglastej reguluje** trawienie; **Miód lipowy jest skuteczny** w stanach osłabienia; **Miód rzepakowy stabilizuje** ciśnienie tętnicze krwi; **Miód lipowy uspokaja**; **Miód akacjowy usprawnia** pracę wątroby; **Miód rzepakowy usprawnia** pracę pęcherzyka żółciowego; **Miód gryczany usuwa** z organizmu metale ciężkie; **Miód gryczany uszczelnia** naczynia krwionośne; **Miód ma właściwości** bakteriobójcze; **Miód akacjowy ma właściwości** wzmacniające i uspokajające; **Miód lipowy ma właściwości** rozkurczające i uspokajające; **Miód wrzosowy ma właściwości** moczopędne; **Miód wspomaga** leczenie bardzo wielu chorób; **Miód akacjowy wspomaga** leczenie chorób nerek; **Miód lipowy wspomaga** w stanach przeziębieniowych; **Miód gryczany wspomaga** leczenie niedokrwistości; **Miód malinowy wspomaga** w chorobach serca; **Miód rzepakowy wspomaga** organizm w chorobach nerek; **Miód spadziowy wspomaga** leczenie górnych dróg oddechowych; **Miód wielokwiatowy wspomaga** odżywianie mięśnia sercowego; **Miód wrzosowy wspomaga** w chorobie reumatycznej; **Miód koniczynowy wspiera** walkę z anemią; **Miód akacjowy wzmacnia** nasz ustrój w chwilach wyczerpania chorobami; **Miód gryczany wzmacnia** naczynia obwodowe i włosowate; **Miód rzepakowy wzmacnia** serce; **Miód rzepakowy wzmacnia** odporność organizmu; **Miód rzepakowy wykazuje** właściwości adaptogenne; **Miód akacjowy wykazuje** działanie uspokajające; **Miód akacjowy wycisza**; **Miód zapobiega** powstawaniu pęcherzy po oparzeniu; **Miód rzepakowy zapobiega** miażdżycy; **Miód akacjowy zapobiega** zaparciom; **Miód zwalcza** bakterie; **Miód zwiększa** wydalanie moczu; **Miód odznacza się** właściwościami antybakteryjnymi, odtruwającymi oraz regenerującymi;

3) kompozycjom/konstrukcjom lingwistycznym współtworzącym zdania, w których skumulowanych zostało kilka czasowników użytych w jednakowej formie gramatycznej – 3. osoba lp. i dzięki którym uwydatniono po kilka prozdrowotno-apiterapeutycznych, czyli sprawczych działań rodzimego/krajowego miodu i jego odmian, jak: **Naturalny miód pszczele nie obciąża** przewodu pokarmowego, **ułatwia i przyspiesza** trawienie innych pokarmów, **jest pokarmem** zabezpieczającym, **poprawia** skład krwi zwiększając w niej zawartość hemoglobiny, **odżywia** serce i **probudza** je do pracy, **leczy** różne schorzenia organizmu; **Miód reguluje** pracę serca, **umiarawia** tętno, **normalizuje** ciśnienie, **zapobiega** rozwojowi procesu miażdżycowego; **Miód zmniejsza** pobudliwość, **wspomaga** w depresjach oraz innych schorzeniach; **Miód wzmacnia** serce, **uspokaja**, **wspomaga** pracę mózgu i **przyspiesza** gojenie ran; **Miód miętowy uśmierza** ból, **działa** żółciopędnie, **usuwa** zaburzenia jelitowe, **jest skuteczny** przy kolkach i wzdęciach; **Miód akacjowy** łagodnie **wycisza**, **ułatwia** zasypianie, **wzmacnia** wyczerpanie organizmu; **Miód spadziowy** **działa** antyseptycznie, **wspomaga** system odpornościowy człowieka, **wyказuje** dobroczynne oddziaływanie na organizm człowieka podczas nauki; **Miód lipowy** **działa** antyseptycznie, **obniża** gorączkę, **pomaga** w leczeniu grypy; **Miód gryczany** **sprzysja** odbudowie komórek kostnych, **wzmacnia** układ odpornościowy; **Miód rzepakowy** **obniża i normalizuje** ciśnienie tętnicze; **Miód wielokwiatowy** **zapobiega i** **leczy** przeziębienia oraz grypę; **Miód wrzosowy** **zwiększa** odporność, **wspomaga** w ochronie przed rozwojem zakażeń;

4) aksjologicznie nacechowanym, bardziej lub mniej rozbudowanym, bogatym w dodatnią/pozytywną leksykę wartościującą stwierdzeniom typu: **Naturalny miód pszczele ma bardzo wysoką wartość kaloryczną**; **Miód mniszkowy** uznawany jest za **jeden z najzdrowszych miodów**. **Jest bogaty w witaminy**. **Szczególne miejsce** zajmuje witamina C, witamina A, witamina D oraz witamina B2. **Miód mniszkowy** to także **bogactwa składników mineralnych** takich jak fosfor, potas oraz magnez. **Białka** zawarte w **miodzie z mniszka** **wzmacniają** organizm, a **cukry** takie jak glukoza i fruktoza **dobdają** organizmowi energii; **Miód spadziowy** w porównaniu do miodu nektarowego posiada **więcej cennych dla zdrowia minerałów, enzymów oraz związków azotowych**; **Miód leśny** zawiera przede wszystkim **właściwości nektarów** roślin leśnych. Są nimi zazwyczaj borówka, dzika róża, lipa, rumianek, kruszyna dziurawca, malina, głóg oraz zioła. Charakterystyczna jest dla niego **wysoka zawartość enzymów**, które są odpowiedzialne za przeciwzapalne właściwości. Dzięki temu wykazuje on **działanie antybiotyczne**; **Miód leśny** z przewagą kruszyny skupia w sobie działanie ziół z nektaru, z których powstaje. **Połączone „siły”** kruszyny pospolitej, leśnej jeżyny, maliny, dziurawca i rumianku powodują, że **miód leśny** jest **prawdziwym panaceum na wielorakie dolegliwości a smakuje wybornie**; **Miód ze spadzi iglastej** ma **bardzo szerokie zastosowanie** w zapobieganiu chorobom i leczeniu. Jego **cenną właściwością** jest działanie przeciwzapalne, prze-

ciwdrobnoustrojowe i przeciwkaszlowe; Pod względem właściwości leczniczych miód nektarowo-spadziowy łączy w sobie **walory lecznicze** zarówno miodu nektarowego, jak i spadziowego; **Miód rzepakowy** jest popularną odmianą miodu nektarowego i ma **szerokie zastosowanie w żywieniu i lecznictwie**; **Zróżnicowany skład chemiczny** miodu wielokwiatowego, będący wynikiem **szerokiej gamy pożytków miododajnych**, decyduje o **wielokierunkowym wykorzystaniu tego produktu** w zapobieganiu chorobom i w lecznictwie; Jak do tej pory niewiele jest leków hamujących rozwój wirusów powodujących przeziębienie, dlatego leczenie polega głównie na łagodzeniu przebiegu zakażenia. Do środków, które mają takie właściwości zalicza się miód pszczeleli; Na przeziębienie i grype są **najlepsze miody lipowy oraz malinowy**, które mają właściwości przeciwgorączkowe oraz napotne; **Miód rzepakowy** stanowi **dobrą odżywkę regeneracyjną**; **Miód rzepakowy** ma **dużą wartość** w leczeniu chorób serca – stabilizuje ciśnienie tętnicze krwi i przyczynia się do hamowania procesu miażdżycowego; **Miód wrzosowy** jest **cenny w chorobach układu oddechowego**; **Miód wrzosowy** uznawany jest za **cenny dodatek dietetyczny** dla osób z niedoborami pokarmowymi; **Miód rzepakowy** **ceniony jest** w leczeniu choroby przeziębieniowej; **Miód akacjowy** **jest dobry** na przeziębienie; **Miód akacjowy** **jest dobry** na zaburzenia układu pokarmowego; **Miód wrzosowy** **jest dobry** dla mężczyzn; **Miód rzepakowy** **jest dobry** na chorobę wątroby; **Miód rzepakowy** **ma szerokie zastosowanie w lecznictwie**; **Miód lipowy** **doskonale leczy** przeziębienia; **Miód z głogu** **znakomicie wpływa** na mięsień sercowy po przebytych infekcjach; **Miód gryczany** **korzystnie wpływa** na wzrok; **Miód ze spadzi iglastej** **korzystnie wpływa** na chorych z nerwicą; **Miód wrzosowy** **korzystnie wpływa** na chorych cierpiących z powodu dolegliwości przewodu pokarmowego; **Miód wielokwiatowy** **wpływa korzystnie** na funkcjonowanie woreczka żółciowego; **Miód rzepakowy** **ma korzystny wpływ** na choroby serca; **Miód gryczany** **bardzo korzystnie działa** na układ naczyniowy; **Miód malinowy** **ma silne działanie** napotne; **Miód spadziowy** **odznacza się skutecznym działaniem** przy chorobach wywołanych przez drobnoustroje w układzie oddechowym; **Miód wrzosowy** **wyказuje wyraźne działanie lecznicze** w chorobach błony śluzowej jamy ustnej i gardła; **Cenną właściwością miodu ze spadzi iglastej** **jest działanie przeciwzapalne**; **Miód lipowy** **skutecznie likwiduje** obrzęki; **Miód wrzosowy** **pomaga skutecznie** przy chorobach pęcherza moczowego; **Miód lipowy** – **najlepszy środek** przy przeziębieniu; **Miód akacjowy** **można stosować z powodzeniem** w zaburzeniach trawienia; **Miód wielokwiatowy** ze względu na **duże walory odżywcze i smakowe** stanowi **cenny produkt odżywczy i odnawiający**; **Miód rzepakowy** **ma dużą wartość** w leczeniu chorób serca; **Miód rzepakowy** **jest nieodzowny w codziennej diecie**; **Miód rzepakowy** **stanowi cenną odżywkę** stosowaną w stanach wyczerpania fizycznego i psychicznego; **Miód gryczany** **odgrywa niemałą rolę** jako produkt ochraniający i odtruwający wątrobę; **Miód ze spadzi iglastej** **odgrywa ważną rolę** jako odżywka w okresie rekonwalescencji; **Miód świetnie sprawdza się**

jako środek łagodzący stany zapalne żołądka i dwunastnicy; Miód wrzosowy idealnie sprawdza się w chorobach oczu, serca, układu pokarmowego; Miód wrzosowy przynosi cudowne efekty w leczeniu prostaty; Najlepiej uodparnia przed przeziębieniem miód spadziowy; Miód lipowy nieznacznie obniża ciśnienie tętnicze; Miód gryczany chętnie stosowany jest u chorych z dusznicą bolesną; Ważnym wskazaniem do przyjmowania miodu ze spadzi iglastej są choroby serca i naczyń krwionośnych;

5) apiterapeutycznej i kulinarnej zarazem propozycji, wypływającej z faktu, że wysokie stężenie cukrów w miodzie powoduje „uśpienie” substancji aktywnych, i dlatego by pobudzić ich cenne właściwości proponujemy sporządzić „Napój Życia”:

- w szklance przegotowanej i ostudzonej wody rozpuścić łyżkę stołową miodu;
 - pozostawić pod przykryciem w ciemnym miejscu na około 12 godzin;
 - napój można doprawić do smaku cytryną. Należy pić go codziennie rano na czczo.
- Systematycznie zażywana mikstura pobudzi metabolizm i wzmocni odporność.

Powyższe lingwokulturologiczne rozważania, rozmyślnie inkrustowane tak licznymi, choć wybranymi z konieczności, starannie wyekscerpowanymi, egzemplami – inkluzywnymi „danymi językowymi”, dowodzą, że apiterapeutyczne uwagi dotyczące prozdrowotnych zalet rodzimego/krajowego miodu i rozmaitych jego odmian wyróżniają się nie tylko wyznacznikami o charakterze proleczniczym i wartościującym. Cechują je bowiem także elementy o zabarwieniu perswazyjnym i promocyjnym, które czytelnikom, co warto ponownie podkreślić, wybranych jedynie z konieczności, polskich opracowań powinny uzmysłwić, że systematyczne spożywanie i stosowanie owego pszczelego antidotum, które od wieków towarzyszy człowiekowi w jego zmaganiach z różnymi schorzeniami, a tym samym świadome włączanie go do codziennej diety, pomaga w uniknięciu lub wyeliminowaniu wielu z nich. W owym przekonywaniu do ponadczasowych zalet „złotego daru natury” istotną rolę odgrywa niewątpliwie polszczyzna, która, podobnie jak inne języki świata: 1) „nie jest przypadkowym zlepkiem nazw i określeń – jest systemem, poprzez który poznajemy otaczający nas świat, a więc musi to być system pełny i precyzyjny”¹⁷. 2) Stabilizuje poznanie i doświadczenie świata¹⁸. 3) Jako środek międzyludzkiej komunikacji zawiera określone sposoby utrwalania wyobrażeń na temat świata realnego. „Za pomocą połączeń wyrazowych rzeczywistość jest wartościowana, profilowana, kategoryzowana, co stanowi znaczące źródło wiedzy o relacjach człowieka do rzeczywistości”¹⁹. 4) Jest systemem znaków będących jego

¹⁷ I. Pabisowa, *Recenzja książki Katarzyny Węgorowskiej „Kamienie i klejnoty w języku, kulturze, sztuce”* – Warszawa–Zielona Góra 2012, (Warszawa, 22 marca 2013 r.) – maszynopis.

¹⁸ Por. M. Roszczyńska, K. Wądołny-Tatar, *Kamień: inskrypcje i deskrypcje*, [w:] *Kamień w literaturze, języku i kulturze*, t. 2, red. M. Roszczyńska, K. Wądołny-Tatar, Kraków 2013, s. 6.

¹⁹ R. Tokarski, *Słownictwo jako interpretacja świata*, [w:] *Encyklopedia kultury polskiej XX wieku*, t. 2: *Współczesny język polski*, red. J. Bartmiński, Lublin 2001, s. 64.

jednostkami nazywającymi rozmaite elementy rzeczywistości, co powoduje, że człowiek wyróżnia w nim odmienne byty, nazywa je, poznaje, ocenia i wartościuje. Za jego pośrednictwem każdy człowiek poznaje rzeczywistość i interpretuje ją²⁰. 5) Stanowi wytwór kultury i przekaznik treści kulturowych właściwych określone społeczeństwu i funkcjonującemu w nim człowiekowi. Koduje system wartości, doświadczeń, a także postrzeganie przestrzeni, czasu, ilości, jakości – wizji świata konkretnej wspólnoty komunikatywnej²¹. 6) Oprócz materialnych przedmiotów użytku i narzędzi jest trzecią wielką formą utrwalającą społeczno-kulturowe doświadczenie oraz wiedzę o świecie. „Wiedza i doświadczenie zawarte w treści języka ojczystego kształtuje w decydujący sposób treść świadomości każdego człowieka, ponieważ świat otaczający go przedstawia mu się w znacznym stopniu jako świat przedmiotów i zjawisk nazwanych”²². 7) Jako składnik kultury łączy ludzi z ludźmi, umożliwiając im tworzenie różnych wspólnot. Jako czynnik modelujący obraz świata, programujący zachowania społeczne, jest natomiast narzędziem utrwalania i przekazywania kultury²³. 8) Jako depozytariusz dorobku kulturowego danej społeczności magazynuje informacje o otaczającej ją rzeczywistości²⁴. 8) Była, i jest, nośnikiem wartości kultury²⁵, również tej związanej z przyrodolecznictwem i miodolecznictwem.

Bibliografia

Ekscerpowana apiliteratura

- Czekański M., Rusin S., *Miodolecznictwo*, Kraków 2019.
- Kędzia B., Hołderna-Kędzia E., *Apiterapia. Leczenie miodem i innymi produktami pszczelimi*, Warszawa 2021.
- Kłosiewicz S., Kłosiewicz O., *Pszczola*, [w:] S. Kłosiewicz, O. Kłosiewicz, *Przyroda w polskiej tradycji*, Warszawa 2011, s. 239-244.
- Kokocińska T., Żybertowicz Z., *Miód. Złoty cud Natury*, Warszawa 2009.
- Nowak J., Piątek M., Walerowicz M., *Pszczelarstwo*, Warszawa 2020.
- Petterson J., *Pszczoly. Opowieść o pasji i miłości do najważniejszych owadów na świecie*, tłum. W. Biliński, Kraków 2018.
- Polskie miody*, kompleksowe przygotowanie publikacji Olimp Media, Ożarów Mazowiecki 2016.

²⁰ Por. M. Karwatowska, *Uczeń w świecie wartości*, Lublin 2010, s. 64.

²¹ Por. E. Rzetelska-Feleszko, *W świecie nazw własnych*, Warszawa-Kraków 2006, s. 196.

²² T. Tomaszewski, *Pojęcie świadomości*, [w:] *Psychologia*, red. T. Tomaszewski, Warszawa 1982, s. 177.

²³ Por. M. Pająkowska, *Słownictwo kociewskie a kultura ludowa. Wybrane zagadnienia z zakresu słownictwa gwarowego, wyobrażającego sąd o człowieku*, Bydgoszcz 1997, s. 7; J. Bartmiński, *Słownik ludowych stereotypów językowych*, Wrocław 1980.

²⁴ Por. J. Anusiewicz, *Kulturowa teoria języka. Zarys problematyki*, [w:] *Język a kultura*, t. 1: *Podstawowe pojęcia i problemy*, red. J. Anusiewicz, J. Bartmiński, Wrocław 1991, s. 18.

²⁵ Por. M.T. Lizisowa, *Języki pogranicza wschodniego*, [w:] *Kultura pogranicza wschodniego. Zarys encyklopedyczny*, red. T. Budrewicz, T. Bujnicki, J.S. Ossowski, Warszawa 2011, s. 176.

- Skuza Z.A., *Bartnictwo, pszczelarstwo*, [w:] *Ginące zawody w Polsce*, Warszawa 2006, s. 218-239.
- Węgorowska K., *Językowo-kulturolologiczne prawdy o lubuskich miodach (na podstawie wybranych, kulinarnych opracowań poświęconych regionalnym specjalom Ziemi Lubuskiej)*, [w:] *Wartości językowe i kulturowe*, red. M. Kaczor, P. Kładoczny, Zielona Góra 2022, s. 135-153.
- Węgorowska K., *Wielkie to mozoły nim miód zniosą pszczoły. Dawne i współczesne bartnictwo w świetle faktów filologiczno-historyczno-lingwokulturolologicznych utrwalonych w wybranych publikacjach naukowych, popularnonaukowych i reportażu radiowym*, [w:] *eadem, Z szuflady lingwokulturologa. Rzeczy językoznawczo-kulturolologiczne o gwarowo-dialektalnym skarbcu polskiej kultury, dziedzictwie dawnych i współczesnych bartników, swoich i obcych w jednej z barlineckich baśni oraz przewrotnych rusalkach*, Zielona Góra–Choszczno 2018, s. 43-73.
- www.lzp.zgora.pl [dostęp: 26.04.2022].

Literatura przedmiotu

- Anusiewicz J., *Kulturowa teoria języka. Zarys problematyki*, [w:] *Język a kultura*, t. 1: *Podstawowe pojęcia i problemy*, red. J. Anusiewicz, J. Bartmiński, Wrocław 1991, s. 16-25.
- Bartmiński J., *Słownik ludowych stereotypów językowych*, Wrocław 1980.
- Długosz-Kurczabowa K., *Wielki słownik etymologiczno-historyczny języka polskiego*, Warszawa 2008.
- Gajda S., *Język – językoznawstwo – polonistyka*, [w:] *Polonistyka w przebudowie*, t. 1: *Literatura – wiedza o języku – wiedza o kulturze – polonistyka*, red. M. Czermińska, Kraków 2005, s. 28-39.
- Ilustrowany słownik języka polskiego*, red. E. Sobol, Warszawa 2004.
- Inny słownik języka polskiego*, t. 1-2, red. M. Bańko, Warszawa 2000.
- Karwatowska M., *Uczeń w świecie wartości*, Lublin 2010.
- Lizisowa M.T., *Języki pogranicza wschodniego*, [w:] *Kultura pogranicza wschodniego. Zarys encyklopedyczny*, red. T. Budrewicz, T. Bujnicki, J.S. Ossowski, Warszawa 2011, s. 176-177.
- Nowak J., Piątek M., *Atlas pszczelarza*, Warszawa 2018.
- Pabisowa I., *Recenzja książki Katarzyny Węgorowskiej „Kamienie i klejnoty w języku, kulturze, sztuce”*. Warszawa–Zielona Góra 2012, (Warszawa, 22 marca 2013 r.) – maszynopis.
- Pająkowska M., *Słownictwo kociewskie a kultura ludowa. Wybrane zagadnienia z zakresu słownictwa gwarowego, wyrażającego sąd o człowieku*, Bydgoszcz 1997.
- Roszczyńska M., Wądołny-Tatar K., *Kamień: inskrypcje i deskrypcje*, [w:] *Kamień w literaturze, języku i kulturze*, t. 2, red. M. Roszczyńska, K. Wądołny-Tatar, Kraków 2013, s. 5-10.
- Rzetelska-Feleszko E., *W świecie nazw własnych*, Warszawa–Kraków 2006.
- Słownik języka polskiego*, t. 1-3, red. M. Szymczak, Warszawa 1988-1989.
- Słownik wyrazów obcych*, red. E. Sobol, Warszawa 1996.
- Tokarski R., *Słownictwo jako interpretacja świata*, [w:] *Encyklopedia kultury polskiej XX wieku*, t. 2: *Współczesny język polski*, red. J. Bartmiński, Lublin 2001, s. 335-362.
- Tomaszewski T., *Pojęcie świadomości*, [w:] *Psychologia*, red. T. Tomaszewski, Warszawa 1982, s. 167-177.
- Węgorowska K., *Językowe i kulturolologiczne wyróżniki kresowych kulinariów utrwalone w wybranych, regionalnych opracowaniach o Ziemi Lubuskiej*, „Filologia Polska. Roczniki Naukowe Uniwersytetu Zielonogórskiego” 2020, nr 6, s. 141-148.

Prozdrowotne właściwości rodzimego miodu zwerbalizowane w wybranych opracowaniach pszczelarskich i apiterapeutycznych

STRESZCZENIE: *Miód i zdrowie* to dwa rzeczowniki, a równocześnie pojęcia, które na trwałe wpisały się w dzieje ludzkości. Walory miodnego pszczelego produktu znane są już od starożytności, a związana z nimi apiterapia przeżywa obecnie swój renesans.

Celem niniejszych lingwokulturolologicznych rozważań są, tym razem, zalety różnych odmian polskiego miodu zwerbalizowane w wybranych, zarówno specjalistycznych, jak i popularnonaukowych publikacjach z zakresu pszczelarstwa i apiterapii. Oddane w nich za pomocą słów, korzystne dla orga-

nizmu ludzkiego wartości owego naturalnego biopreparatu uzmysławiają bowiem także aksjologicznie nacechowane korzyści, jakie oferowane są nam, dzięki niemu, przez otaczające nas faunę i florę.

SŁOWA KLUCZOWE: miód, zdrowie, walory prozdrowotne, werbalizacja, lingwokulturologia

Health-promoting properties of native honey verbalised in selected beekeeping and apitherapeutic studies

SUMMARY: Honey and health are two nouns and also concepts that have permanently become part of the history of mankind. The qualities of the bee honey have been known since ancient times, and the apitherapy that is associated with it is currently being revived.

The objective of the present linguocultural considerations is, this time, to present the advantages of various varieties of Polish honey verbalised in selected, both specialist and popular science publications in the field of beekeeping and apitherapy. The beneficial values of this natural biopreparation, expressed in words, make us aware of the axiologically characterised benefits offered to us by the surrounding flora and fauna.

KEYWORDS: honey, health, health-promoting qualities, verbalisation, linguoculture