

دانش بومی جوامع محلی پیرامون گیاهان خوراکی خودرو در مراتع زبرخان نیشابور

مروارید حسینی* ، محمدرحیم فروزه** ، حسین بارانی***

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۱۱/۴ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۴/۱۰

چکیده

یکی از روش‌های مورد استفاده برای پاسخگویی به دغدغه‌های انسان امروز، بهره‌گیری از خرد تجربی انباشته بهره‌برداران محلی است. از جمله این دانش‌های ارزشمند، دانش بومی شناسایی گیاهان خودروی خوراکی و شیوه‌های مصرف آنهاست. لذا تحقیق حاضر با هدف مستندسازی فرهنگ استفاده سنتی از گیاهان خوراکی مراتع زبرخان استان خراسان رضوی صورت گرفت. در این مطالعه دانستی‌های مردم پیرامون گیاهان در قالب مصاحبه‌ی آزاد و مشاهده‌ی مشارکتی گردآوری گردید. در نهایت از اطلاعات کسب شده از شیوه‌های متفاوت مصاحبه فیش برداری و استخراج مفاهیم کلیدی بر اساس هدف تحقیق صورت پذیرفت. در طی تحقیقات صورت گرفته در مرتع زبرخان، ۳۶ گیاه خوراکی شناسایی گردید که شامل ۱ گونه درختی و ۳۵ گونه علفی و بوته‌ای است. نتایج گویای آن است که بیشترین مصرف گیاهان خوراکی با ۳۴٪ به صورت طبخ شده، ۱۲٪ به صورت تازه و ۵۴٪ به هر دو صورت تازه و طبخ شده استفاده می‌شود. یافته‌ها نشان داد که اغلب گونه‌های شناسایی شده به جز مصارف خوراکی، واجد مصارف چند منظوره دارویی و علوفه‌ای نیز هستند. نتایج این تحقیق می‌تواند بستر ساز تحقیقات آتی در زمینه توسعه دانش غذایی و مدیریت مراتع از طریق اصلاح و احیاء آنها با گیاهان خوراکی و دارویی مورد استقبال مردم در مناطق مشابه باشد.

واژه‌های کلیدی: دانش بومی، مشاهده مشارکتی، خوراک، نیشابور

* کارشناسی ارشد علوم مرتع دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان، ایران.

** استادیار دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان، ایران (نویسنده مسئول). rfroozeh@yahoo.com.

*** دانشیار دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان، ایران.

مقدمه

در بسیاری از نقاط جهان به‌ویژه نقاط دورافتاده و مکان‌هایی که به شهرها دسترسی ندارند، مردم با درک و شناخت جزئیات و پیچیدگی‌های محیط اطراف خود، پراکنش موجودات زنده (اثرات و روابط پیچیده و متقابل گیاهان) و غیرزنده (عوامل محیطی)، به تأمین نیازهایشان با استفاده از طبیعت و محصولات آن می‌پردازند (مرادی نژاد و وزیر پور، ۱۳۹۱: ۱۲۹-۱۱۱). وابستگی بشر به طبیعت جهت زنده ماندن، زندگی مردم بومی را در هماهنگی با طبیعت پیرامون به سمت ایجاد یک نظام منحصربه‌فرد و بر پایه آزمون و خطا جهت بهره‌مندی از آن هدایت کرد (میردیلمی، ۱۳۹۰: ۳). در طول زمان جوامع محلی روش‌های متعددی را برای مقابله با شرایط محیطی ابداع و توسعه داده‌اند. یکی از روش‌های مورد استفاده برای پاسخگویی به دغدغه‌های انسان در جامعه امروز، رجوع به دانش سنتی گذشتگان و بهره‌گیری از خرد تجربی انباشته و تاریخی بهره‌برداران محلی است که بر پایه توسعه پایدار بنا شده است (فروزه، ۱۳۹۲: ۲۳-۵۸). وابستگی بشر به طبیعت برای زنده ماندن، بومیان را با طبیعت هماهنگ نموده و آن‌ها را در طول سالیان متمادی به ایجاد روش‌های متفاوت بهره‌برداری با استفاده از آزمون و خطاهای گوناگون در طی سالیان دراز و با آزمایش عملی وادار نموده است.

این دانش با ارزش در حال حاضر اغلب در اختیار کهنسالان و سالخوردگان قرار دارد و با مرگ هریک از این افراد گنجینه عظیمی از این دانش از دسترس خارج می‌شود (سعادت پور و همکاران، ۱۳۹۶: ۱۸۵-۱۹۳). دانش بومی و سنتی برخاسته از متن جوامع بشری در طول دوران طولانی و حاصل تجاربی است که در طی زمان و به کمک آزمون و خطاهای گوناگون بدست می‌آید (فلاحی و همکاران، ۱۳۹۴: ۳۱-۵۰). در بهره‌برداری از مراتع توسط نهاده‌های سنتی که تابع نظم و نسق خاصی است دانش بومی سازگار و همواره عامل تعادل اکولوژیکی محسوب می‌شود. این دانش سنتی مردم محلی میراث گرانبغایی محسوب می‌شود که برای برنامه‌های مدیریتی و توسعه

دانش بومی جوامع محلی پیرامون گیاهان خوراکی ... ۴۵

اجتماعی، فرصت‌هایی را فراهم می‌کند و به شناسایی، اولویت‌بندی و سامان‌دهی منابع محلی کمک می‌کند (حیدری و سعیدی گراغانی، ۱۳۹۳: ۲۱۹-۲۲۹). این نوع دانش به دلیل شفاهی بودن سخت در معرض انحطاط است (صادقلو و عزیززی دمیر چیلو، ۱۳۹۴: ۳۸۹-۴۱۰).

دانش بومی در خاطرات و فعالیت‌های جوامع محلی ذخیره می‌شود و در قالب داستان‌ها، آهنگ‌ها، فولکلور، ضرب‌المثل‌ها، ارزش‌های فرهنگی، عقاید، زبان، شیوه‌های کشاورزی و غیره بیان شده است (Grenier, 1998: 24) جوامع محلی روستایی و عشایری جمعیتی هستند که در سایه مشقت روزگار، سنت و روش‌ها و مهارت‌های اولیه زندگی کردن را در دامن طبیعت با اعتقادات و باورهای سنتی خود حفظ کرده‌اند. زندگی برخی از آن‌ها در قالب کوچ بوده و در پی کوچ کردن مجموعه‌ای از رفتارها و سبک زندگی کردن را آموخته‌اند که این روش‌ها سال‌های متمادی مورد استفاده و آزمایش قرار گرفته و سینه‌به‌سینه از نسلی به نسل دیگر انتقال یافته است (کوسه غراوی و همکاران، ۱۳۹۳: ۴). کاربرد صحیح دانش بومی می‌تواند منجر به توسعه درون‌زا که در واقع توسعه منطبق با فرهنگ مردم و محیط آن جامعه می‌باشد، شود (هزارجریبی و صفری شالی، ۱۳۹۴: ۳۷-۶۵). متأسفانه فناوری بومی به سرعت در حال نابودی است. با مرگ هر پیر بومی گنجینه عظیمی از این دانش از بین می‌رود پس گردآوری آن ضروری بوده (چهارسوقی امین و غیاثوند، ۱۳۸۴: ۷۹-۸۶) و ثبت و جمع‌آوری این دانش بر عهده مردم نگاران است (فروزه، ۱۳۹۲: ۲۳-۵۸).

از نظر لغوی روش قوم‌نگاری یعنی توضیح و معرفی یک قبیله یا قوم و مجموعه روش‌های گردآوری اطلاعات جهت توصیف نوع زندگی گروهی از افراد بومی منطقه است. هر قومی واقعیت‌های فرهنگی خود را که متمایز و متفاوت از دیگر فرهنگ‌ها می‌باشد را داشته و مفاهیم مورد قبول خود را دارند، این مفاهیم زمانی معنی دارد که در یک موقعیت طبیعی رخ دهد و مستند و مکتوب شوند. این ثبت و استناد به عهده مردم نگار می‌باشد. مردم نگار در ثبت آنچه مشاهده می‌کند باید به موارد زیر دقت کند: باید

بکوشد در زندگی روزمره افراد توجه کافی را داشته باشد، مدت‌زمانی بین اقوام زندگی کرده و روایت‌ها، نقل‌قول‌ها و مفاهیم را تحلیل و نتیجه‌گیری نمایند، که برای رسیدن به این مطالب می‌باید از درون اقوام را مشاهده کرده، گفت‌وگو و مطالعه نموده و به‌دقت ثبت کند (صادقی و هاشمی، ۱۳۸۸: ۱-۳۱).

به اعتقاد فرهادی (۱۳۸۵: ۴۱-۹۶)، هنوز یک مردم‌نگاری دقیق درباره دانش روستاییان، چوپانان و عشایر انجام نشده است که با ثبت و ضبط آن‌ها می‌تواند گنجینه عظیمی، که با استفاده از آزمون و خطاهای مکرر انجام شده است حفظ و مستند شود. پژوهش‌های مردم‌نگاری، مردم‌شناسی در شرایط به‌شدت دگرگون شونده فعلی و بر سر این پیچ‌های تند تاریخ، رسالتی بر دوش مردم‌نگاران و مردم‌شناسان ایران است (فرهادی، ۱۳۹۳: ۱-۴۹). لازم به ذکر است که کمبود یا عدم وجود مطالعات ریز مردم‌نگاری دقیق درباره دانش سنتی روستاییان، چوپانان و عشایر این مرزوبوم ناشی از فقر فرهنگی یا کمبود این گیاهان نمی‌باشد. بنابراین شناخت و شناسایی این گیاهان به‌وسیله این قشر از جامعه بسیار بیشتر از آنی است که تا به حال به شکل گذرا در بسیاری از منابع آورده شده است (کوسه غراوی و همکاران، ۱۳۹۳: ۴).

مردم‌نگاری در انسان‌شناسی تنها یک روش در میان سایر روش‌ها نیست، بلکه تجلی یک فرهنگ حرفه‌ای خاص با هنجارها، اشکال و زیبایی‌شناسی خاصی است که از طریق مطالعه نمونه‌های برجسته آثار مردم‌نگاران و حضور در جامعه علمی انسان‌شناسان نمود پیدا می‌کند. این شیوه از تحقیق نه تنها که یک نگرش و نه تنها یک راه دانستن درباره جهان که یک شیوه بودن در ارتباط با جهان است و امید است که الهام‌بخش اندیشیدن و باز اندیشیدن درباره ماهیت و جایگاه مردم‌نگاری در ایران باشد (نفیسی، ۱۳۹۰: ۶۱-۷۸). گیاه مردم‌نگاری از شاخه دیگر مردم‌نگاری محسوب می‌شود که دربرگیرنده روابط متقابل انسان و جهان گیاهی است و از دیگر شاخه‌های مهم مردم‌شناسی دانش‌ها و فناوری‌های سنتی است که در دهه‌های اخیر به آن توجه فراوان شده است (بازگیر و همکاران، ۱۳۹۴: ۱۷۹-۲۲۲).

گیاه مردم‌نگاری مطالعه‌ی مواجهه انسان، گیاه و یک طبقه‌بندی درون رشته‌ای در مردم‌نگاری است. گیاه‌شناسی مردمی سرشاخه‌ی مهمی از مردم‌نگاری دانش‌ها و فناوری‌های سنتی به‌عنوان یک طبقه‌بندی درون رشته‌ای در مردم‌نگاری است و از شرایط و ویژگی‌های یک پژوهش بسترساز برخوردار است (فروزه، ۱۳۹۳: ۲). به‌عبارتی دیگر اتنوبوتانی به معنی دانشی است که بشر از گیاه‌شناسی و اکولوژی محیط‌زیست گیاهان دارد و به مطالعه و بررسی چگونگی استفاده‌ی افراد یک فرهنگ، یک قوم و یک ناحیه‌ی خاص از گیاهان بومی و موجود در آن منطقه می‌پردازد. با توجه به آنچه گفته شد اتنوبوتانیست‌ها به دنبال این هستند که بدانند چگونه گیاهان به‌عنوان غذا، مسکن، دارو، پوشاک و وسیله‌ی شکار استفاده شده‌اند. اتنوبوتانی یا گیاه‌شناسی علوم مردمی و یا گیاه‌شناسی قومی یکی از نو سرشاخه‌های حوزه‌ی دانش‌ها و فناوری‌های سنتی می‌باشد و در زمره‌ی علوم بین‌رشته‌ای به‌شمار می‌رود. باید اذعان داشت که این دانش شاخه‌ای نو پا و میان‌رشته‌ای از حوزه‌ی دانش و فناوری‌های سنتی مردم‌شناسی است. مردم‌نگاری دانش‌ها و فناوری‌های سنتی و از آن جمله دانش گیاه‌شناسی اقوام و ملل کهنسال جهان می‌تواند راه‌آزموده‌ی چند هزارساله برای معرفی برخی گیاهان از هر نوع و گیاه جایگزین و مکمل غذایی و دارویی به‌منظور اهلی کردن و پرورش اقلام جدیدی از هرکدام از گیاهان را نمایان سازد (فرهادی، ۱۳۹۲: ۱-۲۳).

نکته‌ی مفید و ارزشمندی که می‌تواند از تحقیقات اتنوبوتانی حاصل شود، شناسایی گیاهان مختلفی است که تعدادی از آن‌ها تابه‌حال معرفی نشده‌اند و در مواردی استفاده‌های بومی آن‌ها که با نمونه‌های مشابهی که در منابع آمده متفاوت است. گرایش مردم به طبیعت و درمان‌های طبیعی، همچنین سازگاری فرهنگی بومیان با طبیعت، باعث استفاده‌های وسیع خوراکی، دارویی و صنعتی گیاهان در مناطق مختلف ایران شده است و این مطالعه به دلیل امکان شناسایی گیاهان مختلفی که تابه‌حال معرفی نشده‌اند ضروری به نظر می‌رسد (گنجعلی و خاک سفیدی، ۱۳۹۳: ۹). در خصوص بررسی دانش بومی گیاهان خوراکی هرچند که هنوز راه زیادی تا جمع‌آوری و

مستندسازی اغلب گیاهان خودرو که هر یک سهم مهم و ارزشمندی در تأمین معیشت جوامع محلی داشته‌اند، مانده است؛ اما پژوهش‌هایی در کشور نیز صورت گرفته است که می‌تواند بسترساز تحقیقات آتی باشد.

به‌عنوان نمونه فروزه (۱۳۹۳)، به بررسی منتخبی از گیاهان مرتع دیلگان در هشتاد کیلومتری شمال شرق یاسوج در استان کهگیلویه و بویر احمد پرداخت و طبق این بررسی نتایج به‌دست‌آمده گویای آن است که عشایر مراتع دیلگان از تمام گیاهان جمع‌آوری‌شده استفاده‌های متعدد خوراکی و دارویی داشتند؛ به‌طوری‌که از ۷۰ گونه مورد مطالعه، از هشت گونه استفاده خوراکی و تقویتی داشتند، به هفت گونه هم استفاده خوراکی و هم دارویی نسبت می‌دادند و برای سایر گونه‌ها مصارف دارویی و بهداشتی قائل بودند. حسینی (۱۳۹۷) در شهرستان نیشابور استان خراسان رضوی طی بررسی دانش بومی مهم‌ترین گونه‌های علوفه‌ای و غیر علوفه‌ای به این نتیجه دست‌یافت که جوامع محلی روستایی و عشایر منطقه مورد بررسی به دلیل سال‌ها انس با طبیعت از گیاهان استفاده‌های متعدد خوراکی و دارویی داشته‌اند بطوری‌که از ۷۵ گونه گیاهی که متعلق به ۳۰ خانواده بودند، یا استفاده خوراکی و یا دارویی می‌گردید. پویان (۱۳۹۱) در بررسی گیاهان دارویی خراسان جنوبی حدود ۸۰ گونه گیاهی را معرفی می‌کند که اغلب آن‌ها خودرو بوده و در میان آن‌ها برخی به‌عنوان گیاهان دارویی در غذاهای سنتی بکار می‌روند. در دهه‌های اخیر توجه به غذا در پژوهش‌های انسان‌شناختی جایگاه مهمی داشته است. تمرکز بر غذا به ما اجازه می‌دهد تا برخی از بنیادی‌ترین رمزهای درون و بیرون، خصوصی و عمومی و فردی و جمعی را در عرصه حیات روزمره بررسی کنیم (ایزدی جیران، ۱۳۹۲: ۲۷).

درباره رژیم غذایی ایرانیان با دقت کمتر سخن گفته‌شده است. اما منابع کمیابی در سفرنامه‌ها و دفترهای مربوط به خاطرات و روزنامه خاطرات، گاه به موارد جالبی برمی‌خوریم که می‌توان در مورد اخیر به کتاب دوجلدی روزنامه خاطرات سید محمد کمره‌ای اشاره کرد که تقریباً به‌طور مرتب به مصالح اولیه و نام غذاهای صبحانه و ناهار

و شام خانواده خود پرداخته و به رژیم غذایی در خانواده‌های هم‌سطح و هم‌فرهنگ خود و خانواده‌هایی که مهمان آن‌ها بوده‌اند اشاره دارد. یکی از منابع متأخری که به شکل مبسوطی به مسئله خوراک و ابراز و آداب و ادبیات شفاهی مربوط به مسئله پرداخته کتاب چهل گفتار در مردم‌شناسی میبد چاپ ۱۳۸۵ می‌باشد. نویسنده کتاب در حدود ۱۰۰ صفحه دربارهٔ خوراک و ظروف و رژیم غذایی و پخت‌وپز نان و غذای یومیه و انواع خوراک‌های درمانی (پرهیزی) و خوراک مخصوص نوزاد و زائو و خوراک‌های ویژه نوزاد و خوراک‌های نذری و مذهبی و آداب‌ورسوم آن سخن گفته است (فرهادی و سالمی قمصری، ۱۳۹۳: ۲۰۳-۲۲۸). به جز این موارد در کشور ما در خصوص غذا در معنای کلی پژوهش‌های فرهنگی و اجتماعی صورت گرفته است، که می‌توان به موارد زیر اشاره نمود:

جانب الهی (۱۳۸۵: ۲۴) خوراک‌های آئینی و سفره‌های نذری، میرزا قاجار (۱۳۸۶: ۳۶) خوراک‌های ایرانی، موسوی گرما رودی (۱۳۵۱: ۲۴-۲۷) نگاهی به شیوه‌های پختن نان در روستاهای استان فارس، بلوکباشی (۱۳۸۸) نان و نانواپی در تهران و علیزاده اقدم (۱۳۹۱: ۲۸۵-۳۲۰) سبک غذایی تبریزی‌ها را بررسی کرده‌اند. فرهنگ سفره‌های ایرانی، خوراک‌ها و غذاهای نذری نیز در تحقیقاتی نظیر گوهریان (۱۳۸۸)، وکیلان (۱۳۸۵: ۵-۶) و شیبانی (۱۳۸۱: ۸۳۵-۸۴۹) بررسی گردید.

متأسفانه به دلیل از بین رفتن سنت‌ها، حجم زیادی از دانش بومی گیاه‌شناسی در حال از بین رفتن است. محققان گیاه‌شناسی قومی نقش مهمی در ثبت و ماندگار کردن این فولکلور غنی نانوشته پیش از اینکه در شتاب تمدن اخیر از بین برود، بازی می‌کنند. اهمیت این دانش را می‌توان از ارتباط با نقش گسترده گیاهان در برطرف کردن نیازهای گوناگون بشری درک نمود. از سوی دیگر علم اتنوبوتانی با قرارگیری در کنار اتنوفارماکولوژی به‌عنوان ابزاری نیرومند جهت کشف خوراک‌ها و داروهای جدید روشی برای حفظ سنت‌ها و نیز نمایی از همکاری میان مردم بومی و دانشمندان می‌باشد (زیرایی و همکاران، ۱۳۹۴: ۸۲۷-۸۴۴). ثبت کردن این دانش در کتاب‌ها و

انتشار آن‌ها برای نسل‌های جدید و تطبیق دادن این اطلاعات و علم با دانش روز و آخرین مقالات انتشار یافته در این زمینه، از طرفی می‌تواند باعث بالا بردن غرور ملی و ایجاد خودباوری شده و از طرف دیگر می‌تواند دستمایه غنی برای محققان در زمینه‌های مطالعات دارو، درمان و بهداشت و سایر زمینه‌ها باشد (دیفرخش و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۵۳-۲۰۷). به علاوه دانش بومی مردم در چگونگی استفاده از گیاهان در درمان توسط درمانگران و مردم محلی بخشی از میراث معنوی ایران زمین را شامل می‌شود و خطراتی که این دانش و گونه‌های گیاهی را تهدید می‌کند از ضرورت‌های پرداختن به این موضوع است (حاجی علی محمدی و همکاران، ۱۳۸۵: ۱۷۶-۱۹۸).

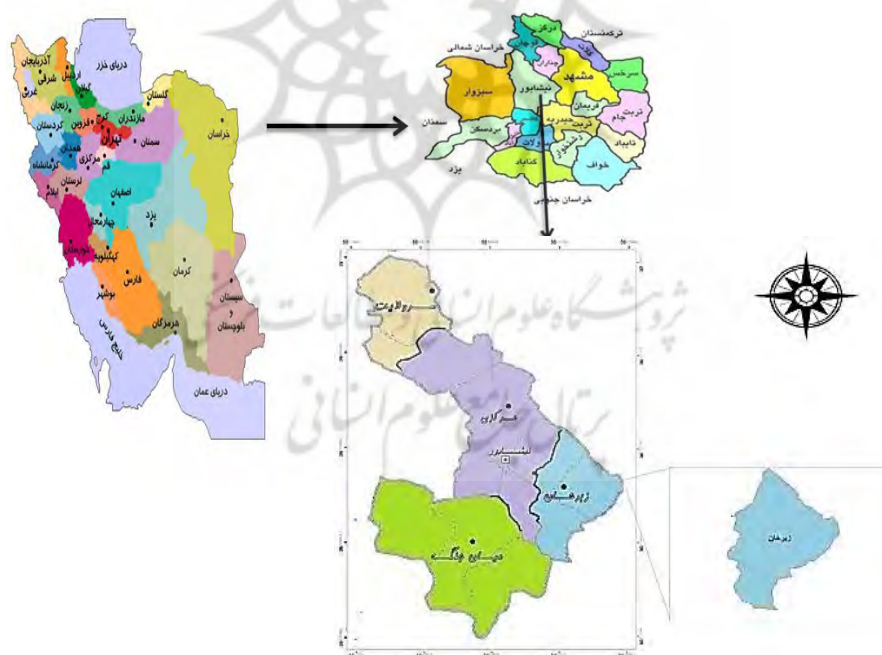
مواد و روش‌ها

معرفی منطقه مورد مطالعه

زبرخان، از توابع بخش زبرخان شهرستان نیشابور در استان خراسان رضوی می‌باشد. این منطقه شامل ۲۶ روستا و دو شهر تابعه می‌باشد. طبق سرشماری سال ۱۳۹۰ جمعیت کل منطقه ۱۴۹۶۵ نفر بوده که از این تعداد ۸۷۲۷ نفر جمعیت شهری و ۵۹۶۸ نفر جمعیت روستایی هستند. این منطقه در شمال شرقی ایران و قسمت مرکزی استان خراسان رضوی و شمال شرقی قدمگاه در محدوده طول جغرافیایی ۵۹ درجه و ۳ دقیقه تا ۵۹ درجه و ۱۸ دقیقه طول شرقی و ۳۵ درجه و ۵۸ دقیقه تا ۳۶ درجه و ۱ دقیقه عرض شمالی واقع شده است. مراتع این منطقه دارای مساحتی حدود ۶۰ هزار هکتار بوده که متوسط ارتفاع آن از سطح دریا حدود ۱۲۱۳ متر است (شکل ۱) (Alavi Zade et al., 2015: 39-56).

آب و هوای منطقه بر اساس طبقه‌بندی اقلیمی دمارتن در ناحیه آب‌وهوایی خشک تا نیمه خشک قرار گرفته و متوسط دما حدود ۱۴/۲۵ درجه سانتیگراد و متوسط میزان بارندگی سالانه منطقه حدود ۲۳۰/۹ میلی متر است. حداکثر بارش در منطقه کوهستانی

۳۲۲/۵ میلی متر و حداقل بارش در مناطق دشتی ۱۴۸/۳ میلی متر می باشد. از آنجاکه گیاه مردم‌نگاری یک توصیف عمیق و همه‌جانبه از جامعه مورد تحقیق و رفتارهای آنان است، به همین دلیل محدود کردن قلمرو مطالعه ضروری است زیرا فقط در چنین شرایطی امکان مردم‌نگاری وجود دارد (روح‌الامینی، ۱۳۷۷: ۴۳)؛ بدین منظور برای انجام مصاحبه و دستیابی به داده‌های بعدی در ابتدا مشخصات کلی منطقه و مسیرهای دقیق عبور و مرور، عوارض طبیعی و روستاهای منطقه مورد مطالعه، مشخص شد تا نگرشی صحیح از منطقه بدست آید. داده‌های این تحقیق حاصل پژوهش‌های میدانی و مصاحبه‌های عمیق با افراد و جوامع محلی است. در این گونه اطلاعات که از افراد خبره در میان ساکنان منطقه به دست آورده شد، دامنه‌ای از روش‌های جمع‌آوری اطلاعات به شیوه ساختارمند همچون پرسشنامه‌های طراحی شده تا روش‌های کاملاً بدون ساختار همچون دیدار و گفتگوی آزاد به کار گرفته شد.



شکل ۱- موقعیت منطقه مورد مطالعه

بدین منظور پس از گفتگوی مقدماتی، چارچوب اولیه پرسش‌ها طراحی شده و برای شیوه مصاحبه‌های بعدی تصمیم‌گیری گردید. در هر حالت، نام محلی گیاهان، خصوصیات رویشگاه، فرم رویشی، زمان جمع‌آوری، اندام مورد استفاده، نحوه آماده‌سازی، نحوه مصرف و خواص گیاهان مورد بررسی قرار گرفت. لازم به ذکر است در این تحقیق یکی از روش‌های جمع‌آوری اطلاعات مشاهده مشارکتی بود بدین صورت که محقق در محل زندگی بومیان و رویشگاه گیاهان حضور می‌یافت و علاوه بر مشارکت در جمع‌آوری گیاه، ساخت برخی ابزارها یا طبخ گیاه، اطلاعات مورد نیاز جهت شناخت گیاهان و خواص آن‌ها را گردآوری می‌نمود. بدین طریق محقق نه تنها یک مصاحبه‌گر بوده بلکه خود نیز با مصاحبه‌شوندگان همراه شده و به صورت ملموس با اجزاء تحقیق که همان انسان‌ها و گیاهان بودند آشنا شده و مانوس می‌شد. این روش برای تحقیقات اکتشافی بسیار مناسب است. زیرا هم کار پرسیدن را برای مصاحبه‌کننده و کار یادآوری و تداعی را برای مصاحبه‌شونده آسان کرده و هم به تدریج مصاحبه‌گر را در شناخت گیاهان منطقه دقیق‌تر می‌کند.

مصاحبه‌ها هم به صورت گروهی و هم انفرادی انجام می‌شد و در هر مورد، مصاحبه تا جایی ادامه یافت که دریافت پاسخ‌های تکراری و مشابه صحت اطلاعات را برای محقق ثابت می‌گرداند. از آنجاکه از یکسو، اطلاعات موجود در دانش بومی از ساختاری روایی برخوردار بوده و از سوی دیگر، شرط لازم جهت جمع‌آوری و تجزیه و تحلیل صحیح اطلاعات دریافتی از دانش بومی در مورد گیاهان تأکید بر زبان و واژگان محلی است و گاهی ترجمان نادرست از این واژگان به استنباط و تحلیل نادرست محقق منجر خواهد شد، در این پژوهش از همراهی افراد باسواد و مطلع به گویش و زبان محقق و ساکنان منطقه یاری گرفته شد. در نهایت از اطلاعات کسب‌شده از شیوه‌های متفاوت مصاحبه فیش‌برداری شده و استخراج مفاهیم کلیدی بر اساس هدف تحقیق صورت پذیرفت. در این بررسی نیز هم‌زمان با مصاحبه مشارکتی،

نمونه‌های هرباریومی از گیاهان برداشت و بر اساس منابع معتبر گیاه‌شناسی شناسایی گردید.

نتایج

در طی تحقیقات صورت گرفته در مرتع زبرخان، ۳۶ گونه خوراکی شناسایی گردید. گونه‌های یادشده شامل ۱ گونه درختی و ۳۵ گونه علفی و بوته‌ای است که دانش بومی برخی از شناخته‌شده‌ترین آن‌ها در این تحقیق آورده شده است. این گونه‌ها گیاهانی بودند که به لحاظ مصرف خوراکی در زمهره پرمصرف‌ترین گونه‌ها قرار داشتند به گونه‌ای که اغلب گونه‌های شناسایی شده به‌جز مصارف خوراکی، واجد مصارف چندمنظوره دارویی و تأمین علوفه دام بوده و به‌جز تأمین نیازهای خوراکی و دارویی سالیانه خانوار، در تأمین بخشی از معیشت ساکنین از طریق جمع‌آوری و فروش یا تأمین علوفه دام، دخیل هستند و همین امر باعث شده که اغلب عشایر منطقه در زندگی روزمره خود از آن‌ها بیش از سایر گونه‌ها به شیوه‌های متفاوت استفاده نمایند بنابراین آن‌ها را به‌خوبی شناسایی نموده و به نیازهای متفاوت اکولوژیک و همچنین خواص خوراکی یا درمانی آن‌ها اشراف دارند.

گیاهان خوراکی

میمیزی (*Convolvulus arvensis* L. (Mimizi))^۱

بومیان برای جمع‌آوری این گیاه صحرا و کلاته‌ها (باغات انگور) را که به‌صورت دوره‌ای آبیاری می‌شوند، جست‌وجو می‌کنند. برگ‌های کوچک و قلبی شکل به فراوانی روی ساقه نازک گیاه مشاهده می‌شوند. گل‌های سفید و صورتی مانند شیپور دارد، در

سطح زمین تنک شده^۱ و از درخت و یا گیاهان دیگر بالا می‌رود. بذر گیاه هنگام رسیدن در سطح زمین ریخته و مجدداً می‌روید. این گیاه حدود ۲۰ روز قبل از عید همراه با گزرو^۲ شروع به رشد کرده و تا پاییز باقی می‌ماند. در هنگام برداشت هرچه گیاه نازک‌تر (تازه رویده‌تر) باشد طعم بهتری دارد. این گیاه را بعد از جمع‌آوری پاک‌کرده، برگ‌ها و سرشاخه‌های نازک آن را جدا نموده و پس از خرد کردن همراه با سایر سبزی‌ها برای درست کردن غذا مصرف می‌کنند. میمیزی علاوه بر خوش طعم نمودن، لعاب غذا را نیز زیاد می‌کند و بومیان آن را داخل آش، بلغور، کوکو سبزی و بورانی می‌ریزند. این گیاه به علت لعابی که به غذا می‌دهد برای درمان یبوست نیز مفید است. بومیان میمیزی و علف سلمه و خرفه را علف حضرت زهرا می‌نامند، این نام به علت خواص بسیار زیاد این گیاه می‌باشد و به صورت‌های متعدد به مصرف رسانده و معتقدند که این گیاهان از فواید بسیاری برخوردار می‌باشد.

لین کُفتاری (*Leprodiclis stellaroides* Fisch. & C.A. Mey (Lin koftari))

این گیاه علفی و یک‌ساله است، بیشتر به مصرف تنقلات می‌رسد و طعم بسیار شیرینی دارد. برگ‌های آن سبز و دراز بوده و تقریباً شبیه گیاه پاکلاغی است. هنگامی که برگ‌ها می‌رسند تیز شده^۳ و دیگر قابل مصرف نیستند. بومیان این گیاه را در اوایل رشد از باغات و صحراها جمع‌آوری می‌کنند. به گفته بومیان این گیاه ریشه دوانی می‌کند و به صورت دکو^۴ در زمین‌هایی با آب کافی می‌روید به طوری که به اصطلاح بومیان "از هر کجا نشستگی دیگر نمی‌خواهد بلندش" (نزدیک به هم می‌رویند). این گیاه

۱- بهن می‌شود.

2. *Bunium afghanicum*

۳- سخت و خاردار می‌شود.

۴- ریشه‌اش را پراکنده و زیاد می‌شود.

۵- متراکم

در اوایل عید رشد کرده و ۲۰ روز بعد تمام می‌شود، بسیار نازک است و ساقه ترد و آبداری دارد و هنگام تمیز کردن نیازی به جدا کردن ساقه نیست. ساقه و برگ این گیاه به مصرف بومیان می‌رسد. ایشان از این گیاه برای تهیه بورانی و انواع پختنی‌ها^۱ همراه با سایر گیاهان مانند گزرو استفاده می‌کنند و به دلیل طعم شیرینش از آن بیشتر برای تهیه کوکو استفاده می‌کنند. گیاه مورد نظر اغلب در باغات و صحرا و روی پل‌ها (برجستگی‌های خاک که به منظور آماده‌سازی باغ به وجود می‌آید) در خاک‌های نرم می‌روید.

ملر (Maler) *Allium ampeloprasum L.*^۲

ملر گیاهی است علفی و چندساله که در بین مردم بومی کاربرد زیادی دارد. بومیان برای جمع‌آوری آن به مناطق سخت و صخره‌ای، داخل کال‌ها^۳ در سر کوه می‌روند. مردم بومی مناطق شناخته‌شده‌ای را که ملر زیادی دارد تخت ملر می‌گویند. ملر مانند پیاز کوهی است با این تفاوت که پیاز کوهی لوله‌ای و آبدار بوده ولی برگ ملر دراز، کشیده و تخت است. ملر طعمی خوش و اندکی تند دارد. این گیاه در پایین دامنه کوه (پایین‌ترین قسمت‌های کوه که با زمین مسطح هم‌شیب می‌شود) و زمانی که ریواس می‌بندد (از مراحل آماده‌سازی ریواس برای برداشت است)، در دوازدهم یا سیزدهم عید می‌روید و گوسفند تمایل زیادی به خوردن آن دارد به گونه‌ای که بومیان شیر ملر را می‌شناسند. شیر گوسفندی که ملر می‌خورد بوی این گیاه را می‌گیرد و اصطلاحاً می‌گویند "عمو امروز شیر ملر آورده‌ای؟" برگ و پیاز ملر استفاده‌های متعددی دارد؛ پیاز تازه آن یا به همراه غذا و یا برای تهیه غذا استفاده می‌شود. بومیان قسمت سبز ملر

۱- شامل چند نوع غذای آبکی بین بومیان است که جزء اصلی آن را گیاهان منطقه تشکیل می‌دهد.

۲- تره کوهی

۳- مناطقی دره‌ای و یا هر منطقه‌ای که بین دو ارتفاع قرار گرفته باشد.

را جمع کرده، شسته، خرد کرده و در سایه تنک می‌کنند (پهن می‌کنند) یا خردشده آن را داخل سله (ظروف مخصوصی که توسط بومیان تهیه می‌شود) در سایه پهن کرده و گاهی نیز خردشده ملر را داخل خیلته (پارچه‌های نخی که با یک نخ دوخته و بالای پارچه با کشیدن نخ جمع شده و بسته می‌شود) ریخته، در سایه آویزان می‌کنند و وقتی آتش گرفته شد داخل ظرف می‌ریزند. برگ خردشده ملر را نیز می‌توان فریز کرد. از این گیاه می‌توان به‌عنوان سبزی خوردن، برای تهیه اشکنه، آش، بلغور، اماج کماج و کوکو استفاده نمود. به گفته بومیان "اگر برگ‌های تازه را تافتون کنی خوشمزه می‌شود". برای تافتون ملری از پیاز و برگ استفاده می‌شود. این گیاه به علت کمبود بارندگی در پایین کوه^۱ زود زرد می‌شود اما در ارتفاعات بسیار زیاد سبز می‌ماند.

غُنه *Gundelia tournefortii* L. (gona)^۲

غنه گیاهی است چندساله که هم در زمین‌های زراعی، بایر و کشاورزی و هم در روی کوه یافت می‌شود. غنه‌ای که در کوه است خار بیشتر و اگر در زمین‌های شیار شده یافت شود، ساقه بیشتری دارد. این گیاه ۱۰ روز قبل از عید روییده و ۲۰ تا ۲۵ روز بعد از عید، خری (سخت و غیرقابل خوردن) می‌شود به گفته بومیان همین که ۴ آفتاب به آن بخورد خری می‌شود و غیر قابل استفاده. غنه ۱۰ الی ۱۵ روز بعد از عید در پای کوه درمی‌آید، در اواخر عید در روی قله‌ها پیدا می‌شود و ۳۰ روز بعد از عید خشک شده که از خشک شده آن به‌عنوان آتش گیر (روشن کردن آتش اولیه) و همچنین برای خوراک دام استفاده می‌کنند. گوسفند آن را بسیار می‌خورد چون مزه شیرینی دارد و همین باعث زیاد شدن شیر گوسفند می‌گردد. روی برگ این گیاه خط قرمزی وجود

۱- دامنه کوه

۲- کنگر علوفه‌ای خوراکی

دارد که توسط آن می‌توان غنه را شناسایی کرد. بعد از مدتی رشد از وسط این گیاه غنچه‌ای ظاهر شده و گل آن نمایان می‌شود.

مردم بومی گل غنه را کلهٔ عَمَر (به علت گرد بودن گل است) می‌نامند؛ همچنین غنه‌ای را که در شیارها روییده و خار کمتر و ساقهٔ بیشتری دارد را کینگر می‌گویند. بومیان غنه را با کارد (چاقو) تیز و یا کلنگ از زمین درآورده، خارهای بزرگش را با قیچی یا چاقو زده و جمع‌آوری می‌کنند. ایشان این گیاه را بعد از جمع‌آوری در روغن شل می‌کنند یعنی چند دقیقه تفت می‌دهند زیرا معتقدند اگر این کار را نکنند بعد از دو روز دوباره خودبه‌خود خارهای آن رشد می‌کند. غنه را بعد از شل کردن در روغن می‌توان فریز نمود و در یخچال نگهداری کرد. طبع این گیاه گرم بوده و اگر زن باردار یا شیرده مصرف کند شیرش زیاد می‌شود. این گیاه برای آرامش اعصاب و همچنین تقویت گوارش نیز مفید است. از غنه برای تهیهٔ کوکو، بورانی، خورش، آش، اشکنه تخم‌مرغ، آبگوشت و ترشی غنه استفاده می‌شود.

پیاز کوهی (*Allium oschaninii* O.Fedtsch) (Piaz-e ku:hi) ^۱

گیاهی است پیازدار و علفی، چندساله که در ارتفاعات و داخل کال (دره و یا هر منطقه‌ای که بین دو ارتفاع قرار گرفته باشد) و کمر (میانهٔ کوه) می‌روید. گل این گیاه قه‌ای^۲ و آبی‌رنگ است. پیاز کوهی و مَلِر شباهت‌های زیادی با یکدیگر دارند. تفاوت‌هایی که بومیان برای این دو گیاه بیان نمودند به این صورت است که پیاز کوهی از مَلِر درشت‌تر بوده و برخلاف مَلِر از بیخ (انتهای گیاه)، ریشه و برگ یک لنگی (به‌صورت ساقه‌های مستقل و مجزا از یکدیگر) و لوله‌ای (توخالی) می‌شود همچنین در پیاز کوهی ریشه، خود پیاز می‌شود ولی مَلِر از پیاز می‌روید.

۱- پیاز مشهدی

۲- گرد

بومیان برای طبخ بسیاری از غذاها از پیاز کوهی استفاده می‌کنند. پیاز کوهی هم به صورت تازه، فریز شده و گاهی خشک شده مصرف می‌شود؛ به این صورت که پیاز کوهی را جمع‌آوری کرده، پیاز را از برگ‌ها جدا نموده و برای تهیه آبگوشت، اشکنه، انواع خورش و به عنوان سبزی خوردن نیز استفاده می‌کنند. برای خشک کردن این گیاه، خردشده آن را روی سله در آفتاب پهن کرده و یا داخل پارچه‌های نخی به نام خیلته ریخته و آویزان می‌کنند. زمان جمع‌آوری این گیاه یک ماه بعد از عید است. هنگامی که زنان برای دوشیدن گوسفندان و یا مردان برای چوپانی به کوه می‌روند به جمع‌آوری این گیاه پرداخته و گاهی آن را در مسیر عبور و مرور به مسافران می‌فروشند. پیاز کوهی علاوه بر طعم‌دهنده غذا، برای هضم بهتر غذا، کمک به دستگاه گوارش، برای سرفه و همچنین دردهای روماتیسمی بسیار مفید می‌باشد. ریشه پیاز کوهی کمی سفت‌تر و بزرگ‌تر است و به گفته بومیان "بیخش کمی از اجار بزرگ‌تر می‌باشد".

اجار (Ajār). *Allium xiphopetalum* Aitch & Baker.^۱

اجار شباهت زیادی به پیاز کوهی و ملر داشته اما بوی بسیار متفاوتی نسبت به آن‌ها دارد. این گیاه علفی، چندساله و دارای برگ‌های دراز و سبز است. اجار در باغ و دلوا (زمین‌هایی که در آن‌ها بیشتر به کشت درختانی همچون آلو می‌پردازند) در خاک‌های نرم به فراوانی یافت می‌شود و کم‌وبیش در زمین‌های گندم و آرونجه نیز می‌روید. پیاز آن به نسبت کوچک‌تر و دارای کلاف قهوه‌ای است و به طور کلی از دو گونه دیگر ظریف‌تر می‌باشد. گل اجار تقریباً مانند گل پیاز چتر زده و سرگل گیاه دندان‌های و صورتی‌رنگ است. زنان به هنگام جمع‌آوری گزرو و سایر گیاهان خودروی خوراکی، این گیاه را نیز جمع‌آوری می‌کنند. تافتون اجار در بین بومیان بسیار معروف و خوش طعم است.

برای تهیهٔ اماج کماج، بورانی (ازجمله غذاهای رایج بین بومیان می‌باشد که از گیاهان خودرو تهیه می‌شود) برگ‌ها را خرد کرده و از ساقهٔ آن به‌جای پیاز در غذا استفاده می‌کنند. این گیاه در اوایل بهار رویده، ۲۰ روز بعد از عید گل داده و سپس خشک می‌شود. برای استفاده از گیاه در غذا و تافتون آن را خرد نموده و به مقدار بسیار کم در روغن تفت می‌دهند چون در صورت تفت زیاد چقل و سخت می‌شود. از خواصی که بومیان برای اجار بیان کردند می‌توان به مفید بودن برای درد پا، کمر و مفاصل اشاره کرد. تفاوت اجار و ملر در این است که اجار (*Allium xiphopetalum*) بعد از خشک شدن بیخش (قسمت انتهایی ساقه و نزدیک ریشه) نازک است ولی در ملر کلفت (قطور، ضخیم) است.

سلمه (*Chenopodium album* L. (Salma))^۱

به گفتهٔ بومیان سلمه گیاهی علفی، چندساله و برگ آن هلالی، گل تیری (به صورت مستقیم و تیز بالا می‌آید) و مانند بلقست^۲ سفیدرنگ است. پشت برگ‌های سلمه برفکی و سفیدرنگ می‌باشد. از برگ و سرشاخه‌های تازهٔ سلمه هم به صورت خشک و هم تر استفاده می‌شود. این گیاه در اوایل بهار می‌روید و در بعضی مناطق که ایاس (سایه) باشد تا ۲۰ روز بعد فروردین هم یافت می‌شود، مانند زعفران از پای گیاه^۳ جست (جوانه‌های تازه رویدهٔ گیاهان که از کنار ریشه و از زمین می‌رویند) می‌زند و بیشتر در کناره‌های زمین و جوی آب می‌روید. برای جمع‌آوری بایست قبل از گل دادن که گیاه هنوز نازک است اقدام کرد چون بعد از آن چقل شده (سخت شده و دیگر نازک نیست) و غیر قابل استفاده می‌شود. به گفتهٔ بومیان این گیاه بی‌عار بوده (مقاوم) و در هر خاکی می‌روید، هی خشک شده و هی جست می‌زند و تا آخر سال باقی می‌ماند. سلمه

۱- سلمک

2. *Cardaria draba*

۳- انتهای گیاه نزدیک به ریشه

طعم بسیار خوبی داشته و باعث لعاب دادن غذا می‌شود و به همین علت در درمان یبوست نیز مؤثر است.

سماق (*Rhus coriaria L.* (Somāḡ))

سماق گیاهی است درختچه‌ای و چندساله، با شاخه‌های جوان و زرد رنگ، گل‌ها به رنگ زرد حنایی و شبیه به گل جوز (گردو)، برگ گیاه چسبنده، میوه خوشه بسته، قهوه‌ای‌رنگ و طعم ترش ملسی دارد. سماق در کوه‌ها به صورت وحشی می‌روید و سال‌به‌سال با آب کوه تغذیه می‌شود به طوری که منطقه‌ای به نام سمق‌زار نام‌گذاری شده که پر از درختان سماق است. هر ساله در موقع رسیدن انگور در ماه دوم تابستان فصل برداشت این گیاه آغاز می‌شود. میوه سماق در ابتدا گس و بعد از خشک شدن ترش مزه می‌شود. برای برداشت سماق ابتدا خوشه‌های میوه را جمع‌آوری کرده و داخل ظرف‌هایی قرار می‌دهند، سپس سماق‌های جمع‌آوری شده را در آفتاب پهن کرده و خشک می‌کنند. بعد از چند روز زمانی که خوشه‌ها خشک شدند روی سماق‌ها ضربه می‌زنند تا میوه از شاخه جدا شود، شاخه‌های اضافه را نیز جمع کرده و دور می‌ریزند. بومیان پارچه سفید بزرگی را پهن کرده و سماق‌ها را از الک (جدا کردن ذرات ریز و درشت از هم) عبور می‌دهند، تا اگر بازهم شاخ و برگ بود جدا شود. ایشان میوه‌های سماق را آسیاب کرده و از پودر آسیاب شده که ترش مزه است استفاده می‌کنند. سماق از نظر طبیعت سرد و خشک است، خون را تصفیه و مواد زائد خون مانند اوره را دفع می‌کند. در گذشته از دم‌کرده برگ‌های سماق برای رنگ کردن و سیاه کردن مو استفاده می‌کردند. مصرف طولانی مدت سماق موجب یبوست می‌شود. بومیان از سماق به عنوان ادویه و ترشی غذا و همچنین داخل سالاد استفاده می‌کنند.

گُزرو (*Bunium afghanicum* Beauverd (Gozru))^۱

گُزرو گیاهی علفی و چندروزه است. برگ شویدی داشته ولی برگ‌ها از شوید تنک (پهن) ترند. گل‌های سفید و کوچک دارد که چتر می‌زند (گل‌آذین چتری). طعم گُزرو شیرین بوده و بیست روز مانده به عید می‌روید. حدود ده روز بعد از عید غیرقابل استفاده شده و به اصطلاح بومیان حنا (ساقه و برگ‌ها را مواد زرد رنگی می‌گیرد) می‌بندد و تلخ‌مزه می‌شود. این گیاه در صحرا، باغ و در خاک‌های نرم و در لابه‌لای سنگ‌ها سبز می‌شود. ریشه گُزرو مانند سیب‌زمینی و شیرین (ریشه غده‌ای و قهوه‌ای‌رنگ می‌باشد که بعد از پوست‌کندن به‌عنوان تنقلات مصرف‌شده و طعم شیرینی دارد) است که آن را به مقدار بسیار کم و به‌عنوان تنقلات استفاده می‌کنند. گیاه گُزرو و مشویی از نظر ظاهری شباهت بسیار زیادی به یکدیگر دارند و همراه با هم جمع‌آوری می‌شوند. مشویی طعم تندوتیزی دارد و گُزرو شیرین است. برگ گُزرو تخت و سه‌پر و براق نیز می‌شود. مشویی ریشه ساده و کوچکی دارد. زنان و دختران روستایی قبل از عید به صحرا رفته و به جمع‌آوری گُزرو و سایر گیاهان همراه می‌پردازند. بعد از جمع‌آوری گیاهان را در منازل پاک می‌کنند به این صورت که برگ و سرشاخه‌های تازه را جدا کرده و برای تهیه انواع خوراک استفاده می‌نمایند. از گُزرو در تهیه بورانی، کوکو، آگینجه و انواع پختی‌ها از قبیل آش و اماج استفاده می‌کنند.

مشویی (*Bunium chaerophylloides* (Regel & Schmalh.) Drude (Mašū:i))^۲

مشویی نیز ویژگی‌های گُزرو را دارد. گُزرو همراه با مشویی استفاده می‌شود و طعم تندوتیزی به غذا می‌دهد. خوردن این گیاه به صورت تازه گلو را می‌سوزاند ولی بعد از پختن طعم خوبی به غذا می‌دهد. از برگ و سرشاخه‌ها همراه با گُزرو در غذا

۱- زیره افغانی

۲- زیره کلاتی

استفاده می‌شود. پرها (برگ‌ها که چند رشته شده) در برگ مشویی نسبت به گزرو به یکدیگر نزدیک‌تر و فشرده‌تر می‌باشد. این گیاه برای تقویت معده و رفع سردی مزاج مناسب است.

خارمشک (*Echinophora platyloba* DC. (Xar mašk)^۱

گیاهی است چندساله، بوته‌ای و خاردار. رنگ برگ‌های آن سبز و در ابتدای رویش نازک است اما بعد از مدتی ضخیم می‌شود که به این حالت خری (سخت و چغل) شده می‌گویند. این گیاه خاری تیز و بوته‌ای دارد و بیشتر اوقات در پای کوه و گهگاهی داخل زمین گندم و کناره‌های زمین‌های زراعی در خاک‌های ماسه‌ای و خاک معمولی می‌روید. خارمشک ابتدا در پای کوه رشد کرده اما به مرور روی زمین گسترش می‌یابد. از اوایل بهار شروع به رشد کرده و تا فصل توت (زمان رسیدن توت که زمان آن تقریباً اواسط خرداد تا اواسط تیر می‌باشد) هست. جمع‌آوری آن در اوایل بهار که خارها نازک‌اند صورت می‌گیرد و امکان استفاده از آن تا دو ماه بعد از عید ادامه دارد. در ماه‌های تیر و مرداد خارهای آن بزرگ‌شده و مورد تغذیه گوسفندان قرار می‌گیرد. طعم جوانه آن مانند نعنا تندوتیز است. از شاخه‌های نازک آن در ماست به‌عنوان طعم‌دهنده استفاده می‌شود و برای جلوگیری از کپک زدن و ضدعفونی کردن نیز بکار می‌رود.

خار بلغوری (*Eryngium carlinae* F. Delaroche (xar bolğuri)^۲

به اعتقاد بومیان این گیاه در پای درختان سرو در خاک‌های سخت و سفت و کنار راه‌ها به فراوانی یافت می‌شود. مردم بومی خار بلغوری را گیاهی بوته‌ای می‌دانند که در

۱- خوشاریزه

۲- زولنگ

سطح زمین پخش می‌شود. برگ‌های آن سبز، دندانه‌ای و ۵ شاخه‌ای خاردار می‌باشد. خارهای آن در ابتدای رویش نازک و قابل خوردن است اما بعد از مدتی تیز و غیرقابل استفاده می‌شود. ساق این گیاه کوچک و شیرین است و سرشاخه‌ها تیز و بلند شده و در انتهای آن‌ها گل‌های سفید و کوچکی می‌دهد. این گیاه در اوایل عید درآمده و تا زمستان می‌ماند اما سرشاخه‌های نازک آن فقط در چند روز اول رویش قابل استفاده است زیرا با گذشت زمان چقل (سخت و محکم) شده و دیگر استفاده نمی‌شود. این گیاه طعم گسی دارد و بومیان به‌عنوان عصرانه آن را در آب می‌جوشانند، سپس آبکش کرده، داخل ماست ریخته و میل می‌کنند. این گیاه مدر و اشتهاآور است و گاهی در آش و قورمه‌سبزی نیز استفاده می‌گردد.

کمبیل (*Heracleum persicum* Desf ex Fisch) (Kambil) ^۱

بومیان گلپر را با نام کمبیل می‌شناسند و تخم آن را چهارپر می‌نامند. گیاهی بوته‌ای، چندساله با برگ‌های بزرگ، پهن و پنجه‌ای که نازکی برگ‌ها را به برگ‌میم (انگور) تشبیه می‌کنند. این گیاه، ساقه‌ای دایره‌ای و توخالی داشته و گل‌های آن به رنگ سفید و دارای بذر دایره‌ای زیبا و اندازه‌ای چند برابر زیره است. در ارتفاعات و کنار رودخانه‌ها روئیده و در چشمه‌ها و جاهای پر آب در مناطق سردتر و اکثراً داخل کال (همانند دره بوده و قسمتی که با کاهش ارتفاع بین دو تپه و یا کوه تشکیل می‌شود) و ته دره‌ها و ته رودخانه‌ها مشاهده می‌شود. بوته گیاه در کنار آب بسیار بزرگ می‌شود. کمبیل در اوایل بهار رشد کرده و در تابستان به بذر می‌نشیند. بومیان از بذر و برگ‌های نازک گیاه استفاده می‌نمایند، طعم گلپر را بسیار خوب معرفی کرده و از آن به‌عنوان طعم‌دهنده استفاده می‌کنند. بذر را داخل انواع ترشیجات می‌ریزند چون در ترد نگه‌داشتن ترشی مؤثر است. از برگ‌های نازک و سرشاخه‌ها برای تهیه انواع پختنی و

آش قروتی (از خوراکی‌های رایج بین افراد محلی بوده و در تهیه آن از کشک ساییده شده استفاده می‌شود) استفاده می‌کنند. بذرها نیز برای تهیه چایی و زاچ^۱ مورد استفاده قرار می‌گیرد. این گیاه برای کاهش درد معده و از بین بردن نفخ دل مفید بوده و همچنین برای خوشبو کردن محیط نیز استفاده می‌شود.

قشنیز کوهی (*Prangos latiloba Korovin* (ğāšniz-e kuhi)^۲

چوپانان از بذر این گیاه برای تهیه چای استفاده می‌کنند. به صورت بوته‌ای مانند بوته جعفری اما بزرگ‌تر، در ارتفاعات و اکثراً در زمین و باغ می‌روید. شاخه‌های آن لایخ و لایخ و جارو مانند و برگ‌ها مانند شوید اما چقل‌تر (سخت) است. گل‌ها چتر زده و میوه‌های گرد و پر دار دارد. این گیاه برای کاهش درد قاعده‌گی و به عنوان ضد نفخ و برای کاهش چربی نیز استفاده می‌شود. از سرشاخه‌ها و برگ‌ها برای طعم دادن به ترشیجات استفاده می‌کنند و از برگ‌های آن در لابه‌لای برنج برای خوش طعم نمودن بهره می‌برند. طبع این گیاه گرم بوده و طعم آن تندتر از شوید است. برگ و ساقه برای تهیه عرقیات گیاهی نیز مصرف می‌شود. این گیاه اوایل بهار روئیده و عمر بسیار کمی دارد به گونه‌ای که بیست روز بعد خشک شده و بذرها بعد از خشک شدن ریخته و در سال بعد دوباره می‌رویند.

بومیان از بذر آن برای تهیه حب‌چهار حلیله استفاده می‌کنند. حب دارویی است که برای درمان یبوست، نفخ و هضم بهتر و آرام کردن معده مورد استفاده قرار می‌گیرد. برای تهیه حب بومیان خاکشیر، صبر زرد، برگ سنا، گل گلاب، گل ختمی (هم سفید و هم صورتی)، چهار زیره، تخم قشنیز کوهی که بدیو هم نامیده می‌شد و تخم شوید، حلیله و حلبه را با هم مخلوط و آسیاب می‌کنند تا آرد شود سپس با مقداری روغن زیتون ورز می‌دهند تا حالت خمیری پیدا کند سپس خمیر را به گلوله‌های بسیار

۱- از زمان به دنیا آمدن بچه تا ده روز

۲- جاشیر گچ دوست

ریزی تبدیل کرده و برای مدتی در سایه قرار می‌دهند تا خشک شود. حب آماده‌شده را همراه با ماست یا آب به تعداد دو یا سه عدد در روز استفاده می‌کنند. مردم بومی معتقدند هر فرد بر اساس خصلت و شناختی که از بدن خود دارد می‌تواند به تعداد بیشتری در هر وعده هم مصرف کند.

زبون گاو (*Onosma longiloba* Bunge. (Zabu:n-e gāv)

بومیان این گیاه را به علت شکل برگ آن که باریک و دراز با رنگ سبز نقره‌ای و پوشیده از خارهای ریز و فراوان است به این نام می‌خوانند. زبون گاو بوته‌ای، بدون ساقه و در سطح زمین‌هایی با خاک سخت و پاخورده روئیده، پهن شده و چتر می‌زند. این گیاه در کناره‌های زمین نیز می‌روید، در عید سبز شده اما تنها تا ۳ یا ۴ روز بعد از عید قابل استفاده است زیرا پس از اینکه چقل و سخت شد دیگر غیرقابل استفاده شده و خوراک گوسفندان می‌شود. بومیان برگ‌های تازه درآمده آن را جمع‌آوری نموده، در آب می‌جوشانند و بعد از آبکش کردن، همراه با ماست به‌عنوان عصرانه میل می‌کنند و بگفته‌اند ایشان زبون گاو طعم بسیار خوبی دارد. این گیاه دارای خواص بسیاری مفیدی از جمله آرام‌بخش اعصاب و ضدالتهاب و ضدعفونی‌کننده زخم نیز می‌باشد.

بلقست (*Lepidium draba* L. (Belğast)

بلقست بیشتر داخل دلوا و صحرا در زمین‌هایی با خاک معمولی، کنار جوی آب و همانند سوخی (*Rumex thjanschanicus* Losinsk) زیر سایه درختان مشاهده می‌شود. این گیاه طعم بسیار تندی داشته، غذا را خوشمزه می‌کند و باید حتماً همراه با سایر گیاهان و به صورت مخلوط مورد استفاده قرار گیرد. زنان و دختران بلقست را همراه با

۱- زنگوله‌ای لوب دراز

۲- ترتیزک شورروی

گزر و سایر سبزی‌های خودرو برای خوشمزه‌تر شدن و طعم دادن به غذا جمع‌آوری نموده، سپس در منازل برگ‌ها و سرشاخه‌ها را جدا کرده و با سایر سبزی‌ها مورد استفاده قرار می‌دهند. بلقست گیاهی بوته‌ای و یک‌ساله است، ساقه ساده‌ای دارد که در ابتدای درآمدن سفید می‌باشد و دارای برگ پشیمی و گل چتری سفید و زرد است. بلقست در چند روز مانده به عید همراه با گزر و سبزی می‌شود اما هنگامی که گزر ورافتاده (خشک می‌شود) بلقست بزرگ‌شده و چتر می‌زند. این گیاه تا زمستان خشک می‌شود و هر سال تنها در یک منطقه بوده و سال بعد ورمی پرد (خشک می‌شود) و در منطقه‌ای دیگر سبزی می‌گردد. به بیان بومیان بلقست در ابتدای رویش کوچک بوده، بوته آن به سرعت رشد کرده و بعد از چند روز سریع گل می‌دهد اما پس از مدتی در اصطلاح خری، تلخ و غیرقابل استفاده می‌شود. از این گیاه برای تهیه انواع پختنی‌ها، بورانی و کوکو و حتی به صورت سبزی تازه همراه با غذا استفاده می‌شود. بلقست برای درمان خلط سینه و ترش کردن و درمان عفونت داخلی نیز مصرف می‌شود.

لین چغکی (*Conringia orientalis* (L.) Dumort (Li:n čogoki) ^۱

این گیاه علفی و یک‌ساله است، بیشتر به مصرف تنقلات می‌رسد و طعم بسیار شیرینی دارد. برگ‌های آن گوشتی، ساده و لعابدار بوده که هنگام گل دادن چقل شده و دیگر قابل مصرف نیستند. بومیان این گیاه را در اوایل رشد از باغات و صحراها جمع‌آوری می‌کنند. به گفته ایشان لین چغکی به صورت یک لنگی بالآمده و در سر آن گل زیبای سفیدرنگی می‌روید. این گیاه در زمین‌هایی با آب کافی می‌روید، در اوایل عید رشد می‌کند و ۲۰ روز بعد تمام می‌شود. گیاه قبل از گل‌دهی و همراه با سایر گیاهان خودرو در صحرا جمع‌آوری می‌شود و برای پاک کردن آن برگ‌های نازک و سرشاخه آن را جدا نموده و اکثراً تنها در زمانی که سه برگی است مورد مصرف واقع

می‌شود. از این گیاه برای تهیهٔ کوکو، بورانی و انواع پختنی‌ها همراه با سایر گیاهان مانند گزرو استفاده می‌کنند. به دلیل طعم شیرینش بیشتر برای تهیهٔ کوکو استفاده می‌شود. به‌عنوان تنقلات نیز به مصرف می‌رسد. گیاه مورد نظر بیشتر در باغات و صحرا و روی پل‌ها^۱ در خاک‌های نرم می‌رویند.

علف گربه (*Diplotaxis tenuifolia* (L.) DC (Alaf-e gorba)^۲

گیاهی است علفی و در صحرا، بیشتر در زمین‌های زعفران دیده می‌شود. به‌گفتهٔ بومیان مانند سایر گیاهان هر جا هر جا دیده نمی‌شود. برگ‌های آن دراز و اردنه‌دار (دندان‌ای) و زبر، پشمکی و برفک برفک بوده و گل‌های ریز و زرد رنگی می‌دهد. این گیاه چند روز قبل از عید همراه با سایر گیاهان می‌روید و از برگ‌های نازک و سرشاخه‌های گلدار آن استفاده می‌شود. علف گربه ۲۵ روز بعد از سبز شدن گل داده در همان مکان که گل‌های آن می‌ریزد، مجدداً می‌روید. به‌گفتهٔ بومیان این گیاه زیاد تخصص نیست (در همه‌جا نبوده و در مکان‌های خاصی می‌روید). گرچه این گیاه تلخ‌مزه است اما مقداری کمی از آن را با سایر سبزی‌ها همراه می‌کنند که به دلیل زیاد شدن حجم سبزی جمع‌آوری می‌شود. به‌اصطلاح بومیان علف‌هایشان وی (مقدارش و حجمش زیاد شود) داشته باشد. این گیاه دارای طبع سرد بوده و همراه با سایر گیاهان در جوشواره، بورانی و سایر پختنی‌ها استفاده می‌شود. جوشواره یا زن چاق کن، غذای بسیار مشهور و پرزحمت در میان بومیان و یکی از بهترین غذاهای محلی و از پرفردارترین‌هاست، به همین دلیل سالانه یک یا دو بار تهیه‌کرده و اکثراً در عید می‌پزند.

توربی (*Erysimum repandum* L.(Tu:rbi)^۳

۱- مناطقی که برای پرورش محصولات آماده‌شده است و شامل پستی‌وبلندی‌هایی بوده، به بلندی‌ها پل می‌گویند.

۲- موشک و حشی

۳- خاکشیر تلخ موج

گیاهی است علفی و یک‌ساله که در باغات و بیشتر در زمین‌های گندم و لوبیا می‌روید. برگ‌های آن سبز و کشیده، دندان‌های، ضمخت (ضخیم) و از سایر گیاهان سخت‌تر می‌باشد. به گفته بومیان گل مانند تیری از وسط گیاه خارج شده و مانند گل نون کلاغ (پنیرک)، ولی سفید و ریز می‌باشد. توربی دیرتر از سایر گیاهان صحرائی سبز می‌شود. سایر گیاهان قبل از عید می‌رویند این گیاه در عید سبز شده و عمر کمی دارد چون بعد از یک تا دو هفته چقل (سخت) و غیرقابل استفاده می‌گردد سپس کم‌کم از ریشه خشک شده و از نو می‌روید. این گیاه طعمی تند و رو به تلخی دارد. از برگ‌ها و سرشاخه‌های گلدار توربی به‌عنوان طعم‌دهنده و در ترکیب با سایر گیاهان استفاده می‌شود. از این گیاه نیز به همراه سایر گیاهان برای تهیه غذا استفاده می‌کنند.

پَشَنی اسبی (*Sisymbrium loeselii* L. (Pešani asbi) ^۱

گیاهی است علفی و یک‌ساله که بیشتر در زمین‌های کشاورزی، زمین‌های گندم و زعفران یافت شده و داخل باغات و دلوا نیز می‌روید. خاک معمولی و نرم را پسندیده، عمر کمی دارد و همراه با گزرو روییده، سریع رشد می‌کند و دو سه روز بعد از درآمدن گل می‌دهد. این گیاه برگ‌های نازک و درازی دارد که علت نام‌گذاری آن را شکل برگ می‌دانند. گل چتری آن صورتی کم‌رنگ است که وقتی برسد به رنگ زرد درمی‌آید و بذر آن را مانند تخم (بذر) شوید توصیف می‌کنند. طبع گیاه سرد است و طعم برگ‌های آن شیرین و مانند اسفناج بوده و خواص اسفناج را نیز دارد. برگ‌های آن در غذا در لعاب زیادی می‌دهد اما به علت طعم شیرین مقدار کمی از آن را در غذا می‌ریزند. استفاده از آن در تهیه کوکو موجب می‌شود کوکو کپه شود (حجمش زیاد شود). بومیان از برگ‌های این گیاه در تهیه آش، اماج، بورانی و انواع پختنی‌ها استفاده می‌کنند. مصرف گیاه برای درمان دستگاه گوارش و تسکین درد مفاصل نیز مفید است.

هندوانه کور (Capparis spinosa L. (Handavane kavar)^۱

بومیان کبر را با نام هندوانه کور می‌شناسند و آن‌ها را با گل‌هایی زیبا که در کنار جاده‌ها، زمین‌های گندم و اطراف روستا و زمین‌های خشک‌شده می‌رویند، معرفی کرده‌اند. این گیاه ۲ یا ۳ ماه بعد از عید در دامنه کوه نیز مشاهده می‌شود. گیاهی بوته‌ای است که روی زمین چتر زده و گل‌های سفیدرنگ زیبایی داشته که بعداً گل‌ها تبدیل به هندوانه می‌شوند. حدود سه ماه بعد از عید میوه‌ها رسیده، می‌ترکد و زمان برداشت شروع می‌شود. به اعتقاد بومیان، کاشتن بذر هندوانه وسط این گیاه موجب پرباری و افزایش میوه در بوته هندوانه می‌شود. برای مصرف خوراکی از میوه‌های نازک و تازه رسیده به صورت جوشانده و چای استفاده می‌کنند. برای کاهش درد مفاصل، کمر درد و پادرد از چای میوه‌های این گیاه استفاده می‌کنند و بیان می‌نمایند که بعد از جوشانده شدن تلخی آن از بین می‌رود. برای درمان مشکلات روده، میوه‌های گیاه را داخل چهار کیلو آب جوشانده تا زمانی که مقدار آب به یک یا دو کیلو برسد و هر روز صبح ناشتا نصف لیوان از جوشانده را می‌نوشند تا زمانی که بهبودی کامل پیدا کنند. برای تهیه غذای مخصوص این گیاه که پلو کور نامیده می‌شود، میوه گیاه را بعد از جمع‌آوری شسته و خشک می‌کنند.

سفید گندمک (Agrostemma githago L. (Sefid gondomak)^۲

گیاهی است علفی و یک‌ساله با برگ‌های دراز، درهم و پهن. شکل برگ‌ها به گونه‌ای است که روی هم قرار می‌گیرند و برگ‌های تازه مانند بلقست از کناره جست می‌زنند. ساقه گیاه بلند و گوشتی، گل سفیدرنگ و همراه با گزرو، بیشتر در زمین‌های

۱- کور، کبر

۲- علف چنگ

نخود و زعفران دیده می‌شود. یک یا دو هفته بعد از سبز شدن گل می‌دهد. طعم گیاه تلخ است و به مقدار کمی در مخلوط سبزی‌های صحرایی قرار می‌گیرد. فقط اوایل رشد زمانی که برگ‌ها نازک هستند قابل استفاده می‌باشد بعد از آن سخت و مانند خار می‌شود. بیشترین استفاده از این گیاه به صورت تازه است زیرا خشک کردن آن بسیار مشکل بوده و سریع زرد می‌شود. از این گیاه در تهیه بورانی و جوشواره و ... استفاده می‌شود. گیاه را بعد از جمع‌آوری تمیز می‌کنند به این صورت که برگ و سرشاخه را جدا کرده، شسته و خرد می‌کنند. سفیدگندمک دارای خواص بسیار زیادی از جمله خلط‌آور و ادرارآور نیز می‌باشد.

ببیروم (*Achillea santolinoides* subsp. *Wilhelmsii* (K.Koch) Greuter (Bebayrom) ^۱

گیاهی با برگ‌های هزارتایی و نقره‌ای که اکثراً کنار زمین‌های گندم مشاهده می‌شود. بومیان بیروم را بوته‌ای می‌دانند که لاخ لاخ (شاخه شاخه) بالآمده، از وسط آن تیری درآمده و گل سفیدرنگ آن چتر می‌زند. از ۲۰ روز بعد از عید روئیده، تا موقع توت (زمان رسیدن توت) گل می‌دهد و زمان جمع‌آوری گل‌ها می‌رسد. بومیان از برگ‌های تازه روئیده آن برای تهیه انواع غذاها همچون تافتون، انواع پختنی‌ها، آش و اشکنه تخم‌مرغ استفاده می‌کنند. گاهی بومیان گل و برگ‌های این گیاه را زمان توت جمع‌آوری کرده و از این برگ‌ها در تهیه عرقیات گیاهی استفاده می‌کنند که برای درمان کم‌حالی، ترش کردن، پودگی (سنگین شدن معده به علت مصرف غذای پرچرب) و هم‌چنین درمان سردرد مفید است.

پونه کوهی (*Mentha longifolia* L. (Punah ku:hi) ^۲

۱- بومادران خراسانی

۲- پونه کوهی

بومیان این گیاه را چندساله و بوته‌ای می‌دانند. پونه کوهی در ارتفاعات کنار رودخانه‌ها و جاهایی که آب در دسترس باشد مشاهده می‌شود، به صورت لالاخ (با ساقه‌های مجزا) بالاآمده و دارای برگ‌های دندان‌ه‌ای و مخملی با ساقه چهارگوش و گل‌های بنفش است که به تعداد بسیار زیادی در کنار هم قرار گرفته‌اند. از اول عید تا اول زمستان یافت شده و بومیان بیشتر برای تهیه عرقیات گیاهی از برگ‌ها و ساقه‌های آن استفاده می‌کنند. از این گیاه برای رفع ترش کردن و کمک به هضم غذا، رفع باد معده و همچنین به عنوان طعم‌دهنده در غذا استفاده می‌شود. گاهی گیاه را کوبیده و برای تسکین درد مفاصل روی پا می‌گذارند و همچنین برای تهیه عرق گیاهی از بوته‌های تازه روئیده استفاده می‌کنند تا عرق سیر (کیفیت عرق بهتر شود) شود.

مولکی (*Vicia sepium* L. (Mu:lki) ^۱

گیاهی بوته‌ای است که بوته آن شبیه بوته لوبیا بوده اما برگ آن ریزتر از برگ لوبیا و غلاف آن شبیه نخود است. بذر گیاه داخل غلاف قرار داشته و سخت و سه‌گوش می‌باشد. مولکی بیشتر در زمین‌های کشاورزی در کنار بوته‌های لوبیا، نخود و گندم در اوایل بهار خودبه‌خود روئیده و بومیان هم‌زمان با جمع‌آوری گیاهان کشت‌شده، این گیاه را نیز جمع می‌کنند. این گیاه به‌ندرت یافت شده و از تازه و خشک‌شده آن به‌عنوان تنقلات در زمانی که تازه بذر داده و نرم است استفاده می‌کنند. مردم بومی بذر رسیده آن را که سخت و دیرجوش است دو روز در آب خیس کرده و از آن در تهیه آبگوشت، برنج و پختنی‌ها استفاده می‌کنند. بعد از اینکه مولکی در آب خیس خورد، آن را در آب جوشانده و با برنج آبکش مخلوط کرده و دم می‌کنند. این گیاه طعم بسیار خوبی دارد و خوش‌خوار (خوشمزه) است.

پونه (*Mentha pulegium L.*(Punah)^۱

گیاهی است علفی در کنار جوی آب که مردم بومی به علت سبز بودن آن را علفی می‌نامند. این گیاه از اول بهار سبز شده و تا مهر زمان مدارس نیز دوام دارد. مردم بومی معتقدند این گیاه خدایی است و کسی آن را نمی‌کارد. پونه گل‌هایی به رنگ گل بنفشه دارد و مانند نعنا لاج لاج (شاخه‌شاخه) ولی برگ‌هایش پرزدار است. خاصیت پونه آبی از نعنا بیشتر بوده و گوسفند از آن تغذیه می‌کند. تعداد این گیاه به علت تغییر مدل جوی‌های آب و کانال زدن کم شده است. از برگ تازه و نازک پونه به‌عنوان سبزی، تنقلات و همراه با ماست استفاده می‌شود، از برگ خشک شده آن به‌عنوان طعم‌دهنده در ماست و کشک و همچنین تهیه کوکو و اشکنه قروت (کشک) بهره گرفته می‌شود. بومیان ریشه این گیاه را تهیه کرده، ساییده و پودر کرده، با یک پله سیب (نصف سیب) می‌جوشانند سپس برای درمان اسهال، استفراغ و دل‌درد کودکان و برای افراد بزرگسال از دم‌کرده برگ‌ها استفاده می‌کنند.

نون کلاغ (*Malva neglecta Wallr.*(Nu:n Kolāg)^۲

بومیان پنیرک را گیاهی بوته‌ای و چندساله معرفی می‌کنند که در سطح زمین پخش می‌شود. در باغ و دلو، زمین‌های گندم و بر روی زمین‌های مسطح مشاهده می‌شود. میوه‌هایی دکمه‌ای و کوچک دارد که به‌عنوان تنقلات مورد مصرف واقع می‌شوند. برگ گیاه ریز و دایره‌ای بوده، بوته‌ها سبز خوش‌رنگ و سیخ‌ها (ساقه) بلند شده و سرسیخ‌ها برگ می‌روید. گل پنیرک گرد و بنفش بوده تقریباً مانند گل ختمی اما بسیار کوچک‌تر از آن است. این گیاه در بهار روئیده و در همان زمان میوه‌ها می‌رسند. گل نون کلاغ که برود (خشک شود) تخته شده و اکثراً کودکان آن را به‌صورت تنقلات مصرف می‌کنند.

۱- پونه معطر

۲- پنیرک

میوه گیاه لیز و خوش طعم است. این گیاه در زمستان خشک شده و همین که هوا گرم شد به صورت پرکو (متراکم) مجدداً درمی آید. بومیان برگ پنیرک را به همراه برگ انجیر کوبیده و می سابند و به صورت خمیری درآورده و روی زخم می گذارند و معتقدند چرک را از بدن کشیده و به بهبود سریع زخم کمک می کند؛ همچنین برگها را با سایر علف های صحرائی (گزر، سین کفتری، لین چغوکی، مشویی) جوشانده و آبکش می کنند و در روغن تفت داده و میل می کنند. این گیاه برای درمان سرماخوردگی و سرفه نیز مفید است.

لاله کُپی (Papaver rhoeas L. (Laleh kopi) ^۱

گیاهی است علفی و یک ساله که اوایل بهار سبز شده و عمر کوتاهی دارد. بیشتر در کناره های باغ، جاده، صحرا، دشت و گاهی روی پلها در باغ نیز می روید. ساقه و برگ این گیاه مانند پنبه پشمکی است و از گل رسیده آن نمی توان استفاده کرد زیرا سم تولید می کند اما از کپه هایی که هنوز گل نشده می توان برای تازه خوری و به عنوان تنقلات استفاده نمود. از دم کرده و جوشانده برگ های آن برای درمان گلودرد و حساسیت استفاده می شود. طبع گیاه گرم بوده و بومیان معتقدند برای پسر شدن بچه مؤثر است. ایشان برگ را می جوشانند، آبکش کرده و برای خوش طعم شدن داخل کشک می ریزند.

فِرَز (Polygonum aviculare L. (Ferez) ^۲

گیاهی است علفی و یک ساله با برگ و ساقه بسیار نازک و ساده. بیشتر در باغات و مناطقی که خاک نرم دارد می روید. برگش نازک و ریز بوده که با فاصله از یکدیگر درمی آید و کنار برگها تیچ (جوانه) سفیدی می زند. این گیاه در ابتدای بهار درآمده و

۱- خشخاش زراعی

۲- علف هفت بند

چند هفته بعد تمام می‌شود. فرز لعاب زیادی دارد طوری که هنگام خوردن دهان از لعاب پر می‌شود و استفاده از این گیاه در غذا نیز به سبب لعاب زیاد آن است. بومیان تنها از گیاه تازه استفاده می‌کنند زیرا به علت نازک بودن زیاد آن قابل خشک کردن نیست و سریع زرد می‌شود. از برگ و سرشاخه‌های فرز در کوکو، سوپ و سایر غذاها همراه با گزرو و سایر گیاهان صحرائی استفاده می‌شود.

غُغرو (*Rheum ribes* L. (gāgru) ^۱

مردم بومی ریواس را با نام غُغرو می‌شناسند. گیاهی است علفی که در مناطق شیب‌دار کوهستان با خاکی همراه با سنگریزه می‌روید و دارای برگ‌های بزرگ و پهنی است که ساقه‌ای نیزه مانند از وسط آن مانند تیری خارج شده است. گل‌های زرد رنگ خوشه‌ای دارد که به گفته بومیان بعد از اینکه آفتاب به گیاه خورد به رنگ قرمز تغییر رنگ می‌دهد. میوه‌های گیاه سه‌گوشه، بالدار و قرمز رنگ می‌باشد. ریواس در فصل بهار و اوایل تابستان شروع به رشد می‌کند و از نیمه‌های اردیبهشت تا اواخر خردادماه محصول آن برداشت می‌شود. بومیان قلمرو رویش گیاه را دامنه‌های بتو ^۲ (آفتاب‌گیر) و قسمت‌هایی از کوه که خاک دوبر ^۳ (شن و خاک معمولی) مخلوط باشد و گاهی در بَرَه ^۴ (کال) معرفی می‌نمایند. ایشان به جهت تعیین قلمرو برای اجرای عملیات پرورش ریواس بیشتر مناطقی را مدنظر می‌گیرند که در گذشته اطراف آن کرگاه ^۵ بیشتری زده باشند بدین صورت که وقتی منطقه از دور مشاهده شود تعداد زیادی سیخ نمایان باشد. بعد از اینکه قلمرو ریواس مشخص شد، ریواس‌هایی را که برگ بزرگ‌تر و گل زرد رنگ دارند را نشانه‌گذاری کرده به اصطلاح رد می‌گذارند.

۱- ریواس

۲- دامنه‌های بتو: دامنه‌های رو به آفتاب

۳- خاک دوبر: خاک معمولی همراه با شن

۴- بَرَه: کال

۵- کرگاه: شامل تمام مراحل عملیات پرورش ریواس می‌شود

به عقیده بومیان ریواس‌هایی که گل زرد رنگ دارند نسبت به ریواس‌های دیگر محصول بهتری خواهند داشت. بعد از تعیین قلمروی ریواس‌های مورد نظر، کرگه زدن در ۱۵ روز قبل از عید شروع می‌شود. قبل از روییدن برگ را مرحله پیش پا می‌گویند که جوانه هنوز بیرون نزده، در اواسط اسفند ریواس‌هایی که در سال قبل نشانه کردند یا عمل سنقوف^۱ را انجام می‌دهند به صورتی که، خاک‌های اطرافش را به هم می‌ریزند تا قسمت فوقانی گیاه که از خاک بیرون زده، گزنه^۲ آزاد شود که به این مرحله شنگو^۳ می‌نامند، سپس حدود ۲ تا ۳ سانت از خاک اطرافش را برداشته و به فاصله ۲۰ سانتی متر از گیاه را سنگچین می‌کنند. بعد از مرحله سنگچین، مرحله خاکدهی گیاه آغاز می‌شود. این مرحله بسته به میزان بارندگی، زمان خاکدهی و شرایط منطقه ۳، ۴ و ۵ بار ممکن است انجام شود که عامه به آن مرحله سه‌خاکه^۴ می‌گویند. خاکدهی را هر ۱۰ روز یک‌بار انجام می‌دهند، تا زمانی که ارتفاع خاک به ۳۰ سانتی متری برسد. حدود ۴۰ تا ۴۵ روز بعد از عید زمان برداشت ریواس شروع می‌شود. در مرحله آخر که مرحله بلک‌بند^۵ نام دارد زمانی که برگ جدید قرمز رنگ از خاک بیرون زد دو عدد سنگ بزرگ را در اطراف آن قرار می‌دهند که به قطورتر و بزرگ‌تر شدن ساقه ریواس کمک کرده و بر کیفیت محصول می‌افزاید. برای برداشت ریواس ابتدا کارگاه را خراب می‌کنند که خراب کردن آن یا از پشت سنگچین و یا از جلو سنگچین آغاز شده تا پای ریواس از خاک خالی شود. برای حفظ طراوت و شادابی ریواس آن را داخل پارچه‌های نخی خیس شده قرار می‌دهند و سپس وارد بازار کرده و به فروش می‌رسانند. ریواس با طعم

۱- سنقوف: سنگ نشان کردن، نشانه کردن با سنگ

۲- گزنه ریواس: جوانه تازه روییده ریواس

۳- شنگو: مرحله برهم زدن خاک‌های اطراف ریواس برای بیرون زدن گزنه

۴- سه‌خاکه: مرحله‌ای که شامل خاک‌دهی ریواس می‌باشد

۵- بلک‌بند: مرحله‌ای که شامل قرار دادن دو سنگ قطور اطراف برگ ریواس است که به قطورتر و بزرگ‌تر شدن ساقه کمک می‌کند

ملس و حالتی بین‌ترش و شیرین خواهان زیادی دارد و به صورت‌های مختلف مورد استفاده بومیان و بازدیدکنندگان فراوانی قرار می‌گیرد. بهترین ریواس، ریواسی است که ترد آبدار بوده و ساقه گوشتی سفید تا صورتی‌رنگی دارد. از ریواس استفاده‌های متعدد دارویی و خوراکی می‌شود. در گذشته بومیان از میوه‌های ریواس برای تهیه رنگ استفاده می‌کردند. بومیان ریواس را برای رفع عطش و تشنگی به مصرف می‌رسانند. برای تهیه کمپوت، مربا، خورش، آبگوشت، اشکنه تخم‌مرغ از این گیاه استفاده می‌شود.

سیخ تروش (Six toru: *Rumex chalepensis* Mill.)^۱

گیاهی است علفی که در ارتفاعات و لابه‌لای صخره‌ها و بیشتر در سایه می‌روید. طعم گیاه ترش است و ساقه‌های ترد نازک آن در اواسط فروردین سبز شده و سیزده‌بدر اکثر خانواده‌ها به جمع‌آوری آن می‌پردازند. سیخ تروش در بین بومیان کاربرد بسیاری داشته و از آن به‌عنوان طعم‌دهنده برای انواع خوراکی‌ها بسیار استفاده می‌شود. از برگ و ساقه این گیاه نیز در انواع خورش‌ها و گاهی به صورت تازه‌خوری استفاده می‌کنند که در این صورت نباید در مصرف آن زیاده‌روی نمود زیرا ترشی آن ممکن است سبب افت فشار گردد. برگ براق و سبز خوش‌رنگی دارد و گل آن تیر زده (ساقه مستقیم) و صورتی‌رنگ است. بومیان به شرایط رویش و گیاهان همراهی که با گیاه مورد نظر می‌روید مسلط هستند به طوری که همراه با این گیاه، گیاهی به‌شدت تلخ که در بین بومیان موسوم به علف حسن است می‌روید که شباهت بسیار زیادی به این گیاه داشته و در صورت مخلوط شدن یک برگ از آن با سیخ تروش جمع‌آوری شده، همه گیاه را تلخ و غیرقابل استفاده می‌کند، اما بومیان با تیزبینی و تجربه بسیار این گیاهان را از یکدیگر تفکیک می‌کنند.

خَلْفَه (Portulaca oleracea L.)^۱

گیاهی است علفی با ساقه و برگ‌های گوشتی که در سطح زمین پهن شده و بیشتر در کنار جوب و داخل پل‌ها (برآمدگی‌هایی که در سطح باغات در اثر شخم زدن به وجود آمده)، داخل باغات انگور و مناطقی که آب کافی وجود داشته باشد می‌روید. از اوایل بهار این گیاه شروع به رشد کرده و تا برج ۴ و ۵ در سطح زمین گسترده می‌شود. این گیاه در بعضی سال‌ها به فراوانی یافت شده و در برخی سال‌ها بسیار کم است. گیاه مورد نظر بیشتر در سطح زمین‌های کشت شده، مانند زمین‌های گوجه، کدو و یا بادمجان، در زمین‌های آرونجه (*Medicago sativa L*) و در سطح باغات مشاهده می‌شود. جمع‌آوری این گیاه توسط زنان و دختران بومی در طول رویش انجام می‌گردد. گل‌های خلفه ستاره‌ای، کوچک و زرد رنگ و تخم‌های آن بسیار ریز بوده و از تخم چغل (ضحیم)، لیز و ساقه گیاه قرمز رنگ و گوشتی است. این گیاه را هم به صورت تازه و هم خشک شده استفاده می‌کنند اما مصرف تازه آن رواج بیشتری دارد. برای خشک کردن این گیاه برگ‌ها را جدا کرده و همانند نعنا خشک می‌کنند.

به گفته مردم بومی خلفه طعم خاصی ندارد و به دلیل لیز بودنش به گوارش کمک کرده، از یبوست جلوگیری می‌کند و باعث تقویت معده می‌شود. بومیان از خلفه برای تهیه آش، اماج و سایر پختنی‌ها استفاده می‌کنند علاوه بر این ترشی خلفه در بین بومیان منطقه رایج بوده و کاربرد بالایی دارد به طوری که بعضی از آن‌ها به فروش این ترشی نیز می‌پردازند. زنان و دختران بعد از جمع‌آوری این گیاه در منازل آن را تمیز کرده، قطعه‌قطعه می‌کنند، سپس داخل مقداری سرکه انگور (برای تهیه سرکه انگور مقداری انگور رسیده را شسته و داخل دبه ریخته و مقداری از سر آن را خالی می‌گذارند، تعداد هفت تا هشت دانه خربزه شسته نشده را روی انگورها ریخته و سپس مقداری شُغار (نوعی اسید که از بازار تهیه می‌کنند) روی سر دبه می‌ریزند و درب آن را محکم

می‌بندند. بعد از ۲۵ تا سی روز چک می‌کنند که انگور ریخته شده باید ترش شده باشد و برای چک کردن، مقداری از آب آن را روی زمین ریخته، باید روی خاک بجوشد. به گفته بومیان اطراف سرکه تهیه‌شده را پشه می‌گیرد. به این صورت سرکه آماده شده است. مقداری سیر را ریز کرده و می‌جوشانند تا نرم شود سپس به آن هویج و بادمجان تکه‌تکه اضافه نموده و دست‌آخر خرفه‌های آماده‌شده را اضافه می‌کنند.

علف ادویگی (*Ranunculus arvensis L. (Alaf-e adviegy)*)^۱

گیاهی سبز، علفی و برگ برگ بوده و برگ آن تخت، پنج پنجه‌ای و سبز پررنگ است. به گفته مردم بومی این گیاه گل نمی‌دهد و به بیان ایشان: "مانند پاکلاغی هر جا هر جا نیست. در بعضی سال‌ها یافت می‌شود و در بعضی سال‌ها نیست". این گیاه در فروردین و همراه با گیاهان صحرائی در زمین‌هایی که خاک نرم دارد مانند زمین‌های گندم و ارونجه یافت می‌شود، همچنین به احتمال خیلی کم ممکن است در باغ‌های کشاورزی نیز سبز شود. علف ادویگی سبزی پرکاربرد و کمیاب در منطقه است. این گیاه توسط زنان بومی جمع‌آوری شده و به صورت فریز یا خشک‌شده مورد استفاده قرار می‌گیرد. زنان برگ‌های این گیاه را جدا کرده و گاهی ساقه‌های نازک را از پایین‌تر می‌زنند؛ سپس برگ‌های شسته شده را در سایه خشک کرده و برای تهیه آش و انواع اماج و بلغور استفاده می‌نمایند. برای فریز کردن گیاه، آن را بعد از شست‌وشو و تمیز کردن خرد نموده و همراه با سبزی قورمه و یا به صورت جداگانه فریز می‌کنند. علف ادویگی طعم تندی دارد و در غذا حکم ادویه و طعم‌دهنده دارد. یکی از غذاهای پرکاربرد و پرمصرف در میان بومیان اشکنه تخم‌مرغ است که این گیاه نقش مهمی در تهیه آن دارد.

علف مصطفی (*Sanguisorba minor Scop. (Alaf-e mostofa)*)^۱

این گیاه نیز همانند سایر گیاهان صحرائی برای تهیه انواع خوراکی‌های محلی استفاده می‌شود و مصرف آن در غذا به دلیل لعاب‌دار بودن و همچنین به دلیل بیشتر شدن مقداری سبزی است، مردم بومی طعم خاصی را برای این گیاه تعریف نمودند. به گفته بومیان علف مصطفی گیاهی "علفی و فراوون" است؛ گیاهی مقاوم که در همه جا می‌روید. در اوایل بهار داخل باغ‌ها، زمین‌ها، کنار راه‌ها و حتی داخل باغ‌های انگور نیز به فراوانی یافت می‌شود. این گیاه بوته‌ای است، چتر زده و در سطح زمین پخش شده و خودش را می‌دواند (می‌پراکند). برگ‌های گرد و اره اره (دندان‌های) به صورت شان‌های قرار گرفته و گل آن توپی است. این گیاه هم در خاک‌های سخت و هم نرم یافت شده و در عید می‌روید. از برگ‌های گیاه برای تهیه آش، اماج و به عبارتی برای اکثر غذاهای محلی به جز آبگوشت، بورانی و قورمه‌سبزی استفاده می‌شود. این گیاه به هر دو صورت تازه و خشک شده استفاده شده و خشک کردن آن نیز مانند سایر گیاهان نام‌برده انجام می‌گردد.

گَزِزِی (L. *Urtica dioica*). Gezgezi^۲

گیاهی با بوته‌های بزرگ و پربرگ و دارای برگ سبز سیر و روشن، اره اره‌ای (دندان‌دار) مانند برگ بادرنجبویه است. ساقه آن بزرگ، سخت و چهارگوش می‌باشد. گل آن خوشه‌ای است و طعم مطلوبی دارد. از برگ‌های تازه آن در پخت آش استفاده می‌شود. در اواسط عید کنار جوی‌های آب و کنار چشمه می‌روید و در زمان دوشیدن گوسفندان به گل می‌نشیند. این گیاه به صورت لآخ لآخ (شاخه‌شاخه) درآمده و برای جمع‌آوری آن از داس (وسیله‌ای برنده و هلالی با دسته‌ای چوبی که برای جمع کردن نخود و گندم از آن استفاده می‌کنند) استفاده کرده و برگ‌ها را جدا می‌کنند. برای

۱- توت روباهی

۲- گزنه

جمع‌آوری گزنه از دستکش استفاده می‌کنند زیرا به گفته بومیان برگ و ساقه آن دست آدم را می‌گزد. برگ گیاه گزگری را به دلیل طعم خوب، بعد از جمع‌آوری در روغن تفت داده و سپس برای تهیه آش استفاده می‌کنند. برگ‌ها هم به صورت تازه و هم خشک شده مورد مصرف قرار می‌گیرند.

سَرشک (*Eremurus stenophyllus* (Boiss. & Buhse) Baker. (Serešk) ^۱

گیاهی است بوته‌ای با برگ‌های دراز، گوشتی و سه‌گوشه‌ای. بیشتر در ارتفاعات، روی کوه و مناطقی که خاک بیشتری دارد می‌روید. این گیاه در ابتدای بهار شروع به رشد کرده و تا برج ۳ و ۴ رشد آن به اتمام می‌رسد. بومیان ۴۰ روز بعد از عید به جمع‌آوری سرشک اقدام می‌کنند. این گیاه برای تهیه تافتون و همچنین به عنوان علوفه مصرف می‌شود. زنان بومی غنچه‌های تازه رویده گیاهان را از بیخ (انتهای گیاه) کنده، آن‌ها را خرد کرده، در روغن تفت می‌دهند و بعد از افزودن ادویه و زردچوبه به آن در خمیر نان مخلوط کرده و در تنور می‌پزند.

بحث

نتایج این بررسی گویای آن است که مردم بومی منطقه مورد مطالعه گیاهان را بر اساس پیشینه و برخی از خصوصیات گیاه مورد استفاده نظیر رویشگاه، شکل ظاهری و خواص دارویی آن نام‌گذاری می‌کنند. این شیوه از نام‌گذاری اسامی گیاهان می‌تواند منعکس‌کننده برخی از خصوصیات درمانی گیاه نیز باشد؛ بنابراین می‌توان مبانی همچون دانش زبان‌شناسی و تحلیل معنایی را مکمل دانش بومی در این مقوله قلمداد کرد. برای مثال گیاه بومادران را گل زرد مستان (*Achillea millefolium*) می‌نامند که به علت رنگ زرد گل و طعم تلخ آن به این نام می‌شناسند، هندوانه کور را به دلیل

شکل میوه آن که شبه هندوانه خوراکی اما با جثه بسیار کوچک‌تر است و یا گیاهان زبون گاو، خارمشک و خار بلغوری (*Onosma longiloba*) را به علت شکل برگ و سطح خاردار بودنش و گیاه علف ادویگی را بر اساس نوع خاصیت و کاربرد آن نام‌گذاری می‌کنند (Parveen et al., 2010: 387-399).

صفوی (۱۳۸۲: ۸۵-۶۵) نیز بیان می‌دارد که طرح‌های تصویری یکی از ساخت‌های مفهومی مورد توجه زبان شناسان است. اصل مسئله این است که از ما، در این جهان، اعمال و رفتارهایی بروز می‌کند؛ مثلاً حرکت می‌کنیم، می‌خوریم، می‌خواهیم، محیط اطرافمان را درک می‌کنیم و از این طریق ساخت‌های مفهومی بنیادینی پدید می‌آوریم که برای اندیشیدن درباره امور انتزاعی‌تر به کار می‌روند. به نظر جانسون^۱ (۱۹۸۷) تجربیات ما از جهان خارج ساخت‌هایی در ذهن ما پدید می‌آورد که ما آن‌ها را به زبان خود انتقال می‌دهیم. این ساخت‌های مفهومی همان طرح‌های تصویری‌اند. به عبارت ساده‌تر، طرح تصویری، نوعی ساخت مفهومی است که برحسب تجربه ما از جهان خارج در زبان ما نمود می‌یابد. این شکل از نام‌گذاری بر مبنای طرح‌های تصویری، می‌تواند مبنای مناسبی برای نام‌گذاری فارسی برخی از گیاهان بی‌نام یا بانام‌های نامأنوس باشد.

به عقیده فرهادی (۱۳۸۵: ۹۶-۴۱) نیز زبان شناسان می‌توانند جهت دستیابی به معنای کهن‌تر و وجه تسمیه فراموش شده گیاهان و عوامل طبیعی از مطالعات دانش بومی بهره ببرند و در جایگزینی واژه‌های نامأنوس از آن بهره‌جویند؛ چنانکه حداد عادل (۱۳۸۲: ۸-۱) این امر را این‌گونه بیان می‌نماید «هرکس در زبان مردم تحقیق و تأمل کند، تصدیق می‌کند که مردم بدون اتکا به مؤسسات رسمی واژه‌گزینی، برای رفع نیازهای خود لغت‌های تازه می‌سازند. تفاوت واژه‌های مردمی با واژه‌های رسمی شبیه تفاوت گل‌ها و گیاهان صحرائی با گل‌ها و گیاهان گلخانه‌ای است. گل‌های صحرائی

خودرو و فراوان و وحشی‌اند و زیبایی و نظمی دارند که همه‌کس قادر به دیدن و درک آن نیستند. واژگان مردمی آن بخش از واژگان یک‌زبان است که خود مردم به‌صورت طبیعی ساخته‌اند و برخلاف واژگان عامیانه به زبان معیار و حتی زبان ادبی یک جامعه نیز راه می‌یابد و گاه مواد و مصالح مناسبی برای واژه‌گزینی رسمی نیز می‌شوند. پژوهش در واژه‌گزینی مردمی و آگاهی از الگوهای دستوری و ترفندها و ظرافت‌ها و به قول مردم فوت کوزه‌گری معمول در این نوع واژه‌گزینی می‌تواند به صاحب‌نظران، مترجمان و دستگاه‌هایی که به‌صورت رسمی و برنامه‌ریزی شده مسئول واژه‌گزینی هستند مدد رساند»

از بین استفاده‌های صورت گرفته از اندام گیاهان بیشترین استفاده مربوط به برگ، گل و ساقه گیاهان بود که از آن‌ها استفاده‌های متنوع خوراکی می‌شد. این نتایج با نتیجه مطالعات ایرانمنش و همکاران (۱۳۸۹)، اهوازی و همکاران (۱۳۹۱: ۱۷۵-۱۶۴) و دولتنخواهی و نبی‌پور (۱۳۹۲: ۱۲۹-۱۴۳) همخوانی دارد. همچنین احمدیان عطاری^۱ و همکاران (۲۰۰۹: ۵۷-۵۰) اندام‌های هوایی علی‌الخصوص برگ و گل‌ها را دارای بیشترین کاربرد جهت مصارف سنتی توسط بومیان معرفی می‌کنند.

نتایج این بررسی مبین آن است که یکی از جلوه‌های کارآمد و سرشار از تنوع زندگی عشایری، استفاده از گیاهان مختلف در تهیه غذاهای سنتی بوده که توسط مادران نسل به نسل و سینه‌به‌سینه تاکنون منتقل شده است. تهیه بخش اعظمی از خوراکی‌های فراهم شده در خانوار روستایی و عشایری به‌گونه‌ای است که در اغلب آن‌ها گیاهان بخش اصلی را تشکیل داده و یا به‌عنوان طعم‌دهنده مورد استفاده واقع شده‌اند (غفاری، ۱۳۹۳: ۷۳-۱۲۳). این خوراک‌ها طوری تدارک دیده می‌شدند که متناسب با جنسیت، سن و سال، طبع فرد و فصلی از سال که در آن قرار دارند، نیازهای خوراکی و درمانی میل‌کنندگان آن را برآورده نمایند.

یافته‌های این تحقیق نشان داد که جوامع محلی برای اغلب گیاهان خوراکی مصارف دارویی نیز قائل بودند. به‌عنوان مثال از گیاه میمیزی به‌جز تهیه انواع آش‌ها و لعاب دهنده غذا، برای درمان یبوست استفاده می‌شد و یا از گیاه غنه و پیاز کوهی به‌جز تهیه انواع بورانی، خورشت، آبگوشت و ترشی، برای تقویت دستگاه گوارش و درمان سرفه و دردهای روماتیسمی استفاده می‌شد. امروزه مشخص شده که گیاهان وحشی از نظر مواد معدنی، ویتامین‌ها و ترکیبات فعال بسیار غنی‌تر از نوع کشت‌شده آن‌ها می‌باشند و به نظر می‌رسد مردم تمایل بیشتری به استفاده از گیاهان وحشی در تغذیه و درمان خود دارند (Dugen et al., 2004: 684-690). سهم گیاهان خوراکی و غذاهای گیاهی در کاهش خطرات بیماری‌ها و افزایش سلامت به‌عنوان بخشی از میراث فرهنگی جوامع، موردپذیرش همگان است.

مرور منابع نیز گویای آن است که بسیاری از قبایل روستایی و کوچرو در اقصی نقاط دنیا به منابع گیاهی برای تغذیه و رفع نیازهای درمانی خود وابسته هستند. جمله «بگذارید غذای شما دوائتان باشد و دوائ شما غذایتان»، سخن بقراط پزشک یونانی در ۳۷۷ سال قبل از میلاد مسیح بیان‌کننده این نکته است که تفکیک گیاهان خوراکی و دارویی از همدیگر گاه دشوار است زیرا بسیاری از گیاهان دارویی دارای ارزش خوراکی بوده و بسیاری از گیاهان خوراکی دارای خواص دارویی هستند (Qureshi and Ghufuran, 2007: 2291-2299). بطوریکه حتی در برخی منابع استفاده غذایی نیز در زمره کاربردهای دارویی به‌شمار آمده که این امر وابستگی تردیدناپذیر غذاها و داروها را نشان می‌دهد (Kunwar and Bussmann, 2008: 24-52).

نتایج این بررسی نشان می‌دهد که دانش بومی عشایر منطقه مورد مطالعه پیرامون گیاهان اطرافشان بسیار غنی بوده و جنبه‌های متفاوتی از اتنوفارماکولوژی تا اتنوبوتانی و اتنواکولوژی را دربر می‌گیرد. چنان که آگاهی آن‌ها از گیاهان نه فقط شامل خواص خوراکی و دارویی گیاهان بلکه دربرگیرنده اطلاعاتی بسیار مفید از زیستگاه گیاهان به لحاظ ادافیکی، توپوگرافی و اقلیمی می‌باشد. همچنین طوایف ساکن به‌خوبی از برخی

خصوصیات فنولوژی و اکولوژی گیاهان پیرامون خود آگاه بودند. سایر بررسی‌ها در زمینه گیاه مردم‌نگاری در استان کهگیلویه و بویر احمد نیز مؤید این مطلب است که دانش بومیان این ناحیه در مورد اکولوژی گیاهان بسیار وسیع است، بطوری که در مورد شناسایی گیاه، زیستگاه گیاه، فرم ظاهری و نظایر آن آگاهی کافی دارند (غفاری، ۱۳۹۱: ۹۷-۵۹). چنانکه به‌خوبی محیط اطراف خود و اجزا و عناصر آن را می‌شناسند و برای هر گیاه و هر قسمت از عرصه، نام، تعریف و واژه خاصی دارند، از دیدگاه بومیان، یک شی یا یک تجربه را نمی‌توان در انزوا از محیط اطرافش درک کرد.

شناخت آنها از اشیا و پدیده‌ها کلی است، پس تمرکز دانش بومی گیاه‌شناسی نیز تنها بر گیاه نیست بلکه مشتمل بر روابط بین گیاه و سایر عوامل محیطی مرتبط با آن نیز هست و شاید به همین دلیل است که اغلب می‌گویند "گیاه را باید در صحرا ببینیم تا بشناسیم" (دیفرخش، ۱۳۹۱: ۱۶۸). همچنین بررسی‌های مشابه در نواحی عشایر نشین و روستایی در سایر نقاط کشور نیز گواه آن است که در این نواحی، دانش بومی پیرامون گیاهان بسیار گسترده است و جنبه‌های متفاوتی شناسایی و کاربرد گیاهان را دربر می‌گیرد به‌طوری‌که با استفاده از دانش بومی می‌توان به‌آسانی و در کوتاه‌ترین زمان به اطلاعات ارزشمندی پیرامون خواص دارویی، اندام دارویی، زمان رویش، تعیین بهترین زمان جمع‌آوری و مناطقی که پتانسیل رویشی این گیاهان را دارند، دست‌یافت (میردیلیمی و همکاران، ۱۳۸۹: ۱۲۵-۱۵۰)، (مقصودی و پارسا پزوه، ۱۳۹۰: ۱۶۱-۱۳۷)، (ذوالفقاری و همکاران، ۱۳۹۱: ۱۱۳-۱۲۲)، (سجادی و همکاران، ۱۳۹۰: ۲۹-۳۶).

از دیگر نتایج این بررسی آن است که بومیان دارای یک دید کلی نسبت به اجزای محیط بوده به‌گونه‌ای که جهت معرفی یک بخش از محیط پیرامون، دائماً ارتباط آن با سایر اجزا را مدنظر قرار داده و از آن جهت معرفی به مخاطب استفاده می‌کنند. به‌عنوان مثال برای معرفی یک‌گونه گیاهی و شناسایی زیستگاه آن، مدام از تقسیم‌بندی‌های اجزای مکانی و زمانی که در دانش روایی‌شان وجود دارد بهره می‌برند؛ چنانکه به‌سختی می‌توانند از روی نمونه‌های هرباریومی خشک‌شده که بر روی کاغذ

چسبانده شده پی به هویت گیاه و خواص آن ببرند و می‌گویند " باید همراهت به کوه بیاییم تا ببینیم این علف را کی و از کجا درآوردی، بعد اسمش را بگوییم، بگوییم به چه دردی می‌خورد" یا آنکه برای معرفی یک گونه از تقسیم‌بندی‌های متعددی که برای عرصه پیرامون خود دارند مکرر سود می‌جویند و گاه تفاوت عمده دو گونه را نه تنها در ریخت و ظاهر گیاه بلکه در جایگاهی از عرصه که گیاه در آنجا مشاهده شده است می‌دانند؛ در چنین شرایطی، مخاطب برای شناسایی یک شیء یا پدیده نظیر گیاهان مدام با یک کلیت فنی، فرهنگی و اجتماعی مواجه است. بنابراین تفکیک و جدا نمودن موضوعات و پرداختن به آن‌ها به صورت جداگانه می‌تواند باعث ناکامی در نائل شدن به هدف پژوهش گردد.

یافته‌های این تحقیق گواه دیگری است بر این مدعا که ایران منطقه‌ای غنی از لحاظ فرهنگی و تنوع قومی است که دارای تنوع بی‌نظیری در شرایط اقلیمی و اکوسیستم‌های طبیعی برای پرورش گیاهان خودروزی خوراکی و دارویی می‌باشد. شرایط جغرافیایی متنوع و رویشگاه‌های گوناگون از سویی و فرهنگ کهنسال ایرانی از سوی دیگر گنجینه‌ای از آفرینندگی‌های مردمی را در زمینه گیاه‌شناسی سنتی و خواص هر یک از گونه‌های گیاهی فراهم نموده است (فرهادی، ۱۳۸۵: ۹۶-۴۱). بنابراین قابل قبول نیست که در کشوری همچون ایران، دانش بومی گونه‌های گیاهی و ارزشمند آن‌ها که سال‌ها از آن در خوراک، طب سنتی و صنعت استفاده می‌شده است، مورد ارزیابی قرار نگرفته و ثبت نگردد. اگر ممیزی اراضی و معدن یابی و شناسایی کانی‌ها و ارزیابی و بهره‌گیری از منابع معدنی، جزئی از فعالیت‌های روزمره دولت‌ها و بخش خصوصی در کشور است، پس باید به همین شکل دانش بومی گونه‌های گیاهی ارزشمند و بعضاً منحصر به فرد آن نیز مورد بررسی و مطالعه قرار گیرد، در غیر این صورت، بخش بسیار مهمی از میراث معنوی و طبیعی کشور که نسل‌های آینده به طور مستقیم یا غیرمستقیم به آن‌ها وابسته‌اند نادیده گرفته شده و به دست فراموشی سپرده خواهد شد.

منابع

- بلوکباشی، علی. (۱۳۸۸)، *در فرهنگ خود زیستن و به فرهنگ‌های دیگر نگرستن*، تهران: نشر گل‌آذین.
- پویان، محسن. (۱۳۹۱)، *دانشنامه فرهنگ و تمدن خراسان جنوبی، گیاهان دارویی خراسان جنوبی*، تهران، فکر بکر.
- جانب‌اللهی، محمد سعید. (۱۳۸۵)، *خوراک‌های آئینی و سفره‌های نذری در: چهل گفتار در مردم‌شناسی میبد*، تهران: گنجینه هنر.
- حداد عادل، غلامعلی. (۱۳۸۲)، *درآمدی بر واژه‌گزینی مردمی. نامه فرهنگستان، فرهنگستان زبان و ادب فارسی*.
- روح‌الامینی، محمود. (۱۳۷۷)، *روش تحقیق در مدیریت با رویکرد (پیمایشی)*، نشر فوزان.
- غفاری، یعقوب. (۱۳۹۱)، *طب سنتی و تاریخچه طب جدید در استان کهگیلویه و بویر احمد*، اصفهان: انتشارات نقش مانا.
- فرهادی، مرتضی. (۱۳۸۶)، *واره، درآمدی بر مردم‌شناسی و جامعه‌شناسی تعاون*، تهران: شرکت سهامی انتشار.
- گوهریان، پریا. (۱۳۸۸)، *سفره‌های آسمانی: سفره‌های نذری ایرانیان*، همدان: هانی.
- میرزا قاجار، نادر. (۱۳۸۶)، *خوراک‌های ایرانی*، به کوشش احمد مجاهد، تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
- اهوازی، مریم؛ اکبرزاده، محمد؛ خلیقی سیگارودی، فرحناز و کهندل، اصغر. (۱۳۹۱)، «معرفی گیاهان دارویی پرمصرف در طب سنتی منطقه شرق مازندران»، *فصلنامه گیاهان دارویی*، سال چهارم شماره ۴۴: ۱۷۵-۱۶۴.
- ایزدی جیران، اصغر. (۱۳۹۲)، «چشیدن مناسک: مردم‌نگاری حسی غذای نذری در تهران»، *پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران*، سال سوم شماره ۲: ۲۵-۴۵.
- بازگیر، احمد؛ نمیرانیان، منوچهر و عواطفی همت، محمد. (۱۳۹۴)، «گیاه مردم‌نگاری برودار در منطقه کاکاشرف شهرستان خرم‌آباد»، *دو فصلنامه دانش‌های بومی ایران*، سال دوم شماره ۳: ۱۷۹-۲۲۲.
- چهارسوقی امین، حامد و غیاثوند، فرهاد. (۱۳۸۴)، «فناوری بومی راهبردی مناسب برای پایداری نظام‌های کشاورزی»، *جهاد*، شماره ۲۶۹: ۷۹-۸۶.

دانش بومی جوامع محلی پیرامون گیاهان خوراکی ... ۸۷

- حاجی علی محمدی، هما؛ تقوی شیرازی، مریم و قربانی، عبدالباسط. (۱۳۸۵)، «اطلس مردم گیاه‌درمانی ایران»، *فصلنامه علوم اجتماعی*، شماره ۳۵، ۳۴: ۱۷۶-۱۹۸.
- حیدری، قدرت اله و سعیدی گراغانی، حمیدرضا. (۱۳۹۳)، «بررسی دانش بومی خبرگان عشایر نیمه کوچنده البرز شمالی (مطالعه موردی: مراتع بیلاقی دامنه جنوبی کوه دماوند)»، *فصلنامه علمی-پژوهشی تحقیقات مرتع و بیابان ایران*، شماره ۲۲: ۲۱۹-۲۲۹.
- دولتخواهی، مهدی و نبی پور، ایرج. (۱۳۹۲)، «بررسی اتنوبوتانی گیاهان دارویی حوزه آبریز شمال شرقی خلیج فارس»، *فصلنامه گیاهان دارویی*، سال دوم ۲ شماره ۵۰: ۱۲۹-۱۴۳.
- دیفرخش، سیده معصومه؛ بارانی، حسین و پوررضایی، جواد. (۱۳۹۳)، «قوم گیاه‌شناسی گیاهان غیر علوفه‌ای منطقه دلی کما (دره‌ای کوهستانی در زاگرس مرکزی)»، *فصلنامه علوم اجتماعی*، شماره ۶۷: ۱۵۳-۲۰۷.
- ذوالفقاری، بهزاد؛ صادقی، مسعود؛ تیری، ایمان و یوسف علی تبار، مقداد. (۱۳۹۱)، «جمع‌آوری، شناسایی و بررسی مصارف سنتی منتخبی از گیاهان شهر بابل». *مجله طب سنتی اسلام و ایران*، شماره ۱: ۱۱۳-۱۲۲.
- زیرایی، محمدعلی؛ ارشدی، سمیرا؛ دولتخواهی، مهدی؛ دارابی، ح و نبی پور، ایرج. (۱۳۹۴). «اتنوفارماکولوژی گیاهان دارویی جلگه دشتستان در منطقه زیرراه (توز) استان بوشهر»، *دوماهنامه طب جنوب*، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بوشهر، شماره ۴: ۸۲۷-۸۴۴.
- سجادی، سید ابراهیم؛ بتولی، حسین و قنبری، علی. (۱۳۹۰)، «جمع‌آوری و بررسی مصارف سنتی منتخبی از گیاهان شهرستان کاشان». *مجله طب سنتی اسلام و ایران*، شماره ۲۹: ۳۶-۲۹.
- سعادت پور، مسلم؛ بارانی، حسین؛ عابدی سروسستانی، احمد و فروزه، محمدرحیم. (۱۳۹۶)، «بررسی اتنوبوتانی گیاهان دارویی ساجسرود (استان زنجان)». *فصلنامه گیاهان دارویی*، شماره ۳: ۱۸۵-۱۹۳.
- شیبانی، سیمین. (۱۳۸۱)، «سفره ایرانی»، *ایران‌شناسی*، سال چهاردهم شماره ۵۶: ۸۳۵-۸۴۹.
- صادقلو، طاهره و عزیزی دمیرچیلو، عبدالله. (۱۳۹۴)، «ارزیابی میزان تأثیرگذاری دانش بومی بر پایداری توسعه کشاورزی (مطالعه موردی، روستاهای دهستان گوگ تپه شهرستان بيله سوار)»، *پژوهش‌های روستایی*، شماره ۲: ۳۸۹-۴۱۰.

۸۸ دو فصلنامه دانش‌های بومی ایران، سال پنجم، شماره ۹، بهار و تابستان ۱۳۹۷

- صادقی، امیر و هاشمی، ابراهیم، (۱۳۸۸)، «تحلیل مردم‌شناختی خوراک در هورامان»، *انسان‌شناسی و فرهنگ*، سال هفتم شماره ۱: ۱-۳۱.
- صفوی، کوروش. (۱۳۸۲)، «بحثی درباره‌ی طرح‌واره‌های تصویری از دیدگاه معنی‌شناسی شناختی». *فصلنامه‌ی نامه فرهنگستان*، شماره ۲۱: ۸۵-۶۵.
- علوی زاده، سید امیرمحمد؛ میرلطفی، محمود رضا؛ ملانوروزی، معصومه و حسینی، نسیم. (۱۳۹۴)، «ارزیابی تأثیر شبکه‌های مجازی اجتماعی بر بهبود عملکرد تولید کشاورزان (مطالعه موردی: بخش زبرخان شهرستان نیشابور)»، *فصلنامه علمی- پژوهشی برنامه‌ریزی فضایی (جغرافیا)*، سال پنجم شماره ۴: ۳۹-۵۶.
- علیزاده اقدم، محمدباقر. (۱۳۹۱)، «تحلیل جامعه‌شناختی سبک غذایی شهروندان تبریزی»، *رفاه اجتماعی*، شماره ۴۴: ۲۸۵-۳۲۰.
- غفاری، یعقوب. (۱۳۹۳)، «معرفی گیاهان خودروی خوراکی کهگیلویه و بویراحمد»، *فصلنامه علوم اجتماعی*، ۶۷.
- فروزه، محمدرحیم؛ حشمتی، غلامعلی و بارانی، حسین. (۱۳۹۶)، «دانش سنتی بهره‌برداری از گیاهان خودرو در تهیه‌ی خوراک (نمونه‌ی موردی: عشایر مرتع دیلگان)». *دو فصلنامه دانش‌های بومی ایران*، شماره ۵، ۷۳-۱۲۳.
- فرهادی، کاوه و سالمی قمصری، مرتضی. (۱۳۹۳)، «مدیریت دانش نگهداری خوراک در ایران. مورد مطالعه: طبقه‌بندی سنتی خوراک»، *دو فصلنامه دانش‌های بومی ایران*، شماره ۱: ۲۰۳-۲۲۸.
- فرهادی، مرتضی. (۱۳۹۳)، «مردم‌نگاری دانش‌ها و فناوری‌های سنتی: "نان شب" مردم‌نگاران ایران». *دو فصلنامه دانش‌های بومی ایران*، شماره ۲: ۱-۴۹.
- فرهادی، مرتضی. (۱۳۹۲)، «گلخوشناسی گونه‌ای گل حسرت جوگاسم (جی غال اسمک، پیشوک، پیغوک)»، *فصلنامه علوم اجتماعی*، شماره ۶۳: ۱-۲۳.
- فرهادی، مرتضی. (۱۳۸۵)، «گیاه مردم‌نگاری با چکیده و نمونه‌هایی از گیاه مردم‌نگاری گیاهان خودروی کمره». *فصلنامه علوم اجتماعی*، شماره ۳۴، ۳۵: ۴۱-۹۶.
- فلاحی، حمیدرضا؛ علمی، سعید؛ بهدانی، محمدعلی و اقحوانی شجری، مهسا. (۱۳۹۴)، «ارزیابی دانش بومی و نوین زراعت زعفران (مطالعه‌ی موردی: سرایان)»، *مجله پژوهش‌های زعفران*، سال سوم شماره ۱: ۳۱-۵۰.

دانش بومی جوامع محلی پیرامون گیاهان خوراکی ... ۸۹

- مرادی نژاد، شاهین و وزیر پور، منصوره. (۱۳۹۱)، «اتنوبوتانی گیاهان دارویی توسط مردم مبارکه اصفهان»، *داروهای گیاهی*، شماره ۲: ۱۲۹-۱۱۱.
- مقصودی، منیژه و پارسا پژوه، سپیده. (۱۳۹۰)، «گیاه قوم‌شناسی منطقه پس قلعه در شمال شهر تهران»، *پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران*، شماره ۲: ۱۶۱-۱۳۷.
- موسوی گرما رودی، علی. (۱۳۵۱)، «نگاهی به شیوه‌های پختن نان در روستاهای استان فارس»، *مجله هنر و مردم*، شماره ۱۱۸: ۲۴-۲۷.
- میردیلمی، سیده زهره؛ حشمتی، غلامعلی و بارانی، حسین. (۱۳۹۳)، «مطالعه اتنوبوتانی و اتنواکولوژی گونه‌های دارویی کچیک (مطالعه موردی مراتع کچیک در شمال شرق استان گلستان)»، *دو فصلنامه دانش‌های بومی ایران*، شماره ۲.
- نفیسی، نهال. (۱۳۹۰)، «مردم‌نگاری و نیم‌قرن تغییر و تحول در فرهنگ حرفه‌ای انسان‌شناسی»، *مجله پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران*، شماره ۱: ۶۱-۷۸.
- وکیلان، سید احمد. (۱۳۸۵)، «گزارش همایش سفره‌های نذری»، *فرهنگ مردم*، شماره ۱۹ و ۲۰: ۶-۵.
- هزارجریبی، جعفر و صفری شالی، رضا. (۱۳۹۴)، «کاربست نظریه بنیانی در شناخت دانش بومی»، *دو فصلنامه دانش‌های بومی ایران*، شماره ۳: ۳۷-۶۵.
- کوسه غراوی، یازمراذ؛ شهرکی، محمدرضا؛ عابدی سروستانی، احمد و بهمنش، بهاره. (۱۳۹۳)، *دومین همایش ملی کاربرد گیاهان دارویی در سبک زندگی و طب سنتی*، وزارت علوم تحقیقات فناوری دانشگاه تربیت مدرس.
- گنجعلی، علیرضا و خاک سفیدی، علی. (۱۳۹۳)، مقاله اتنوبوتانی برخی از گونه‌های گیاهان دارویی منطقه سیستان، *دومین همایش ملی گیاهان دارویی و کشاورزی پایدار*.
- حسینی، مروارید. (۱۳۹۷)، بررسی دانش بومی مهم‌ترین گونه‌های علوفه‌ای و غیر علوفه‌ای منطقه زیرخان (استان خراسان رضوی)، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته مرتعداری*، دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان.
- دیفرخش، سیده معصومه. (۱۳۹۱)، بررسی دانش بومی مهم‌ترین گونه‌های غیر علوفه‌ای منطقه دلی کما، استان کهگیلویه و بویراحمد. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته مرتعداری*، دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان.

– فروزه، محمدرحیم؛ حشمتی، غلامعلی و بارانی، حسین. (۱۳۹۳). بررسی اتنوبوتانی و پیش‌بینی زیستگاه مطلوب برخی از گونه‌های مهم مرتعی (مطالعه موردی: مرتع دیلگان، استان کهگیلویه و بویر احمد) *رساله دکتری* رشته مدیریت مرتع، دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان.

– میردیلمی، زهره. (۱۳۹۰). بررسی اکولوژی، اتنوبوتانی و اتنوفارماکولوژی مهم‌ترین گونه‌های دارویی حوزه کیچک، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد* رشته مدیریت مرتع، دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان.

- Alavi Zade, Amir Mohammad, Mir Lotfi, Mahmoud Reza, Norouzi, M, Hosseini, Nasibe. (2015). "The effect of virtual social networking on the improvement of farming productivity (Case study: Zebarkhan in Neishabour)", *Journal of Spatial Planning*, 4(5): 39-56. (Persian).
- Grenier, Louise. (1998). *Working with indigenous knowledge*. Canada: IDRC.
- Johnson, Mark. (1987). *The Body in the Mind: The Bodily Basis of Meaning, Imagination and Reason*. Chicago: University of Chicago Press.
- Ahmadian-Attari, Mohammad Mahdi., Monsef Esfahani, H. R., Amin, Golam Reza., Fazeli Rohola., Jamalifar, H., Kamalinia, Golnaz., Khanlarbeik, M., Ashtiani, H., Farsam, Hasan. (2009). "The Ethnopharmacological Study on Antibacterial Activity of some Selected Plants Used in Iranian Traditional Medicine". *Journal of Medicinal Plants*, 8: 50-57.
- Dugen, Yunus., Baslar, Suleyman., Mert, Hasan, Ay, Gungor. (2004). "The Use of Wild Edible Plants in Western and Central Anatolia (Turkey)". *Economic Botany*, 58: 684-690.
- Kunwar, Ripu, and Bussmann, Rainer.W. (2008). "Ethnobotany in the Nepal Himalaya". *Journal of Ethnobotany and Ethnomedicine*. 24: 24-52.
- Parveen, Bu., Upadhyay, Bhuraneshwar, and Kumar, Ashwani. (2007). "Traditional uses of medicinal plants among the rural communities of Churu District in the Thar Desert, India". *Journal of Ethnopharmacology*. 113: 387-399.
- Qureshi, Rizwana, and Ghufraan, Muhammad. Asad. (2007). "Indigenous knowledge of selected medicinal wild plants of district attock, punjab, Pakistan". *Pakistan Journal of Botany*. 7: 2291-2299.

دانش بومی جوامع محلی پیرامون گیاهان خوراکی ... ۹۱

تصاویر گیاهان مورد استفاده در غذاهای سنتی

عکاس: مروارید سادات حسینی، تاریخ عکس برداری: بهار و تابستان ۹۷



(۱) *Echinophora platyloba* DC (خارمَشک) (۲) *Eryngium carlinae* F. Delaroche (خار بُلغوری)



(۳) *Portulaca oleracea* L. (خَلْفَه) (۴) *Heracleum persicum* Desf. ex Fisch (کَمبیل)



(۵) *Rhus coriaria* L. (سَمَاق) (۶) *Allium oschaninii* O. Fedtsc (پیاز کوهی)



(۷) *Lepidium draba* L. (بلقست) (۸) *Conringia orientalis* (L.) Dumort (لین چغکی)



(۹) *Erysimum repandum* L. (توربی) (۱۰) *Sisymbrium loeselii* L. (پشتنی اسبی)



(۱۱) *Chenopodium album* L. (سلمه) (۱۲) *Prangos latiloba* Korovin (قشنیز کوهی)



۱۳) لاله‌کچی. *Papaver rhoeas* L.



۱۴) میمیزی. *Convolvulus arvensis* L.



۱۶) فرز. *Polygonum aviculare* L.



۱۵) بیروم (*Achillea santolinoides* subsp. *Wilhelmsii*)



۱۸) مولکی. *Vicia sepium* L.



۱۷) هندوانه کور. *Capparis spinosa* L.



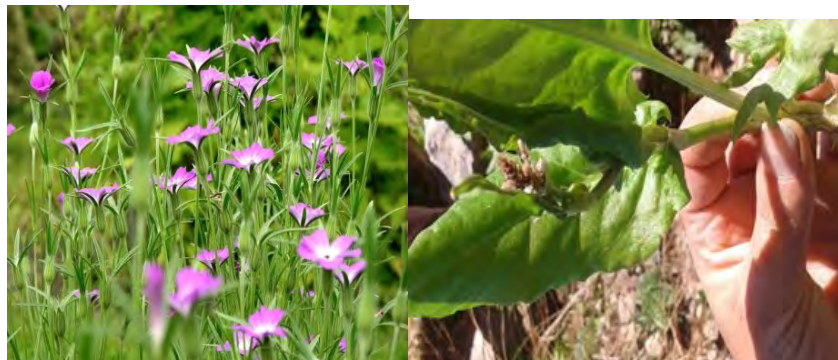
۱۹) (آجار) *Allium xiphopetalum* Aitch & Baker (۲۰) (علف ادیگی) *Ranunculus arvensis* L.



۲۱) (مشویی) *Bunium chaerophylloides* (Regel) (۲۲) (نون کلاغ) *Malva neglecta* Wallr.



۲۳) (علف گربه) *Diplotaxis tenuifolia* (L.) DC (غغرو) (۲۴) *Rheum ribes* L.



(۲۵) سفید گندمک. (*Agrostemma githago* L.) (۲۶) سیخ تروش (*Rumex chalepensis* Mill)



(۲۷) پونه کوهی. (*Mentha longifolia* L.) (۲۸) علف مصطفی (*Sanguisorba minor* Scop)



(۲۹) پونه. (*Mentha pulegium* L.) (۳۰) گزگری (*Urtica dioica* L.)



(۳۱) سیرشک (*Eremurus stenophyllus* (Boiss. & Buhse) (۳۲) غنّه (*Gundelia tournefortii* L.)



(۳۳) لین کفتری (*Lepyrodiclis stellarioides* Fisch) (۳۴) مِلر (*Allium ampeloprasum* L.)