

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه گیلویه و بویراحمد

یعقوب غفاری*

تاریخ دریافت: ۹۳/۶/۲۰

تاریخ پذیرش: ۹۳/۹/۱۷

مقدمه

کوه گیلویه و بویراحمد همان گونه که از نامش پیدا است منطقه‌ای است کوهستانی زیرا ۸۵ درصد آن را کوه‌ها تشکیل می‌دهند شاید این استان را به همین جهت از قدیم کوه گیلویه نامیده‌اند. کوه‌های متعدد و سر به فلک کشیده آن برخلاف مشکلاتی که در روزگار گذشته برای مهاجمین به این دیار داشته‌اند، برای بومیان و ساکنین آن همچون مادری مهربان و دلسوز بوده‌اند که با داشتن چشمه‌های فراوان و جنگل‌های انبوه و حیات وحش غنی، بزرگترین نقش را در زندگی مردم بومی ایفا کرده‌اند. همین ویژگی‌ها سبب شده بود که بزرگترین سیلی را همین مردم به صورت اسکندر مقدونی بزنند و محمود افغان را ناکام و سرافکننده به دیار خود پس‌بشانند. این سرزمین در تمام فصول سال دارای آنچنان نعمت‌های طبیعی بود که ساکنین آن گدایی را ننگین‌ترین کار می‌دانستند و احدی از آنها اقدام به چنین کاری نمی‌کرد به

* پژوهشگر حوزه دانش بومی.

علاوه در فرهنگ عامه آنان شعر و یا ضرب‌المثلی که حاکی از غم و اندوه باشد چندان به نظر نمی‌آید و برخلاف مردم دشت‌نشین کشور که معمولاً ابیاتی حزنی و غمناک دارند اشعار آنها تا اواخر دوره قاجار، رزمی و شاد بوده است. به نظر نگارنده مناعت طبع و روحیه مبارزه جویی و سلحشوری گذشته آنان در اثر محیط طبیعی ارزشمند آنها یعنی کوه‌ها، چشمه‌ها، جنگل‌ها و حیات وحش بسیار غنی آن بوده است. همان‌گونه که قبلاً اشاره شد این استان از رشته کوه‌های متعددی تشکیل گردیده است و دارای متجاوز از ۷۵ قله بزرگ و کوچک می‌باشد که مرتفع‌ترین آنها قله دنا به ارتفاع ۴۴۵۹ متر به نام قله قاش مستان و کم ارتفاع‌ترین آن قله بهرام بیگی به ارتفاع ۲۵۲۹ متر می‌باشد.

غذاهای سنتی مردم بومی استان کوه‌گیلویه و بویراحمد

با کمی دقت در نوع غذاهای سنتی مردم بومی کوه‌گیلویه و بویراحمد در می‌یابیم که مواد خوراکی آنها در فصول گوناگون و حتی ماه‌های سال تغییر می‌کرد. زیرا عمده‌ترین مواد خوراکی آنان، تولیدات دامی، میوه درختان جنگلی، گیاهان خودروی خوراکی، گوشت جانوران حلال گوشت وحشی و مقداری حبوبات و غلات بود.

نکته دیگر این که، اهالی می‌کوشیدند که از غذاهای سرد و شب مانده استفاده نکنند و هر روز برای همان روز، غذا می‌پختند و اگر مقداری از غذاهای تهیه شده برای شام اضافه بر مصرف بود، آن را در ظرفی می‌ریختند و افسون می‌کردند و یک عدد ذغال روی آن می‌گذاشتند تا به پندار خود، اجنه و شیاطین در آن تصرف نکنند. در مورد نان هم، هر روز برای همان روز نان می‌پختند. یعنی همواره غذای تازه و گرم مصرف می‌کردند. غذای مردم بومی استان تا قبل از اسکان خانوارها در شهرها و شهرک‌های کم جمعیت و روستاهای فعلی، شامل: حبوبات، غلات، دانه و میوه گیاهان خودرو و بویژه بلوط بود. علاوه بر این قسمت عمده‌ای از غذای آنان را فرآورده‌های دامی که خود تولید

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۷۵

می‌کردند تشکیل می‌داد. همان گونه که زندگی خود را با طبیعت تطبیق می‌دادند و در فصول سرد سال در قشلاق و در فصول گرم در بیلاق می‌زیستند، مواد غذایی آنان در فصول و ماه‌های گوناگون متفاوت و به شرح زیر بود:

از اول اسفند که موقع زاد و ولد دام‌ها و در نتیجه تولید شیر بود، بیشتر از تولیدات دامی مانند: گوشت، شیر، ماست، کره، دوغ و روغن استفاده می‌کردند و از فروردین به بعد، استفاده از گیاهان خودروی گرمسیری بعنوان سبزی و غذا شروع می‌شد که تا آخر اردیبهشت که به بیلاق کوچ می‌کردند ادامه داشت. در خرداد ماه که در بیلاق بودند باز هم علاوه بر فرآورده‌های دامی، از گیاهان خودروی سردسیری تغذیه می‌کردند.^۱

از تیر ماه تا شهریور هر سال، علاوه بر تولیدات دامی از غلات مانند گندم و ذرت و حبوبات (عدس و ماش) که فقط به اندازه مصرف خودشان کشت می‌کردند، شکم خود را سیر نگه می‌داشتند و از شهریور ماه به بعد که شیر دام‌ها کاهش می‌یافت میوه و دانه‌های خوراکی سردسیری آماده بهره‌برداری می‌شدند، قسمت عمده خوراکشان را دانه و میوه گیاهان خودرو، بویژه بلوط تشکیل می‌داد.

اغلب خانواده‌ها با آرد بلوط نان تهیه می‌کردند. در فصل زمستان که دام‌ها لاغر و صاحبان آنها نیز تکیده می‌شدند، از مواد غذایی مختصری مانند: برنج، آرد و حبوبات استفاده بخور و نمیری می‌کردند، اما در آغاز بهار که دام‌ها می‌زاییدند و پستان آنها پرشیر می‌شد و گیاهان خودروی خوراکی می‌رویدند، هم دام‌ها چاق می‌شدند و هم صاحبان آنها تقریباً به اندازه کافی شکمشان سیر می‌شد.

در همین موقع عید نوروز فرا می‌رسید و همه خانواده‌ها، غذای گرمی که اغلب پلو با گوشت و یا بدون گوشت بود آماده می‌کردند و آن را با کره و روغن حیوانی می‌خوردند و به گفته خودشان، شب عید را همگی بهترین شام را می‌پختند و مصرف می‌کردند، چاله گرم‌کنون «اجاق گرم‌کنان» می‌نامیدند.

۱- برای آگاهی از نوع و طرز استفاده از گیاهان خودرو و خوراکی استان به کتاب پوشش گیاهی کوه‌گیلویه و بویراحمد، چاپ داریوش یاسوج، ۱۳۵۶ به قلم نگارنده مراجعه شود.

علاوه بر استفاده‌ای که به‌عنوان غذا از گیاهان خودروی منطقه می‌کردند، شکار حیوانات حلال گوشت وحشی مانند: بز، میش، کبک، تیهو، دراج، کبوتر و... توسط بزرگسالان و انواع پرندگان کوچک که توسط پسران ۱۲ تا ۱۶ ساله شکار می‌شد، قسمت عمده‌ای از خوراک آنان را تشکیل می‌داد. نکته بسیار مهم این بود که بز و میش کوهی و کبک، همانند عشایر کوچ‌رو که بهار و تابستان را در ییلاق و پائیز و زمستان را در قشلاق بسر می‌بردند، با مهاجرت همزمان اهالی به سردسیر و گرمسیر، همواره در دسترس شکارچیان بودند. با این وجود شکارچیان هیچگاه بیش از نیاز روزانه خود شکار نمی‌کردند و شکارچیان حرفه‌ای از شکار حیوانات آبستن و حیواناتی که نوزاد آنها به سن بلوغ نرسیده بود خود داری می‌کردند.

حیوان شکار شده، بین تمام خانواده‌های یک مال که معمولاً از ۳ تا ۱۱ خانوار تشکیل می‌گردید رایگان تقسیم می‌شد. تفنگ شکارچیان گلوله زنی، ته‌پر و یا دهن‌پر بود. تفنگ‌های دهن‌پر و باروت و گلوله آنها توسط صاحبان تفنگ ساخته و آماده می‌شد و شکارچی در میان یک گله شکار، فقط یک رأس آن را هدف می‌گرفت و هدف فقط سیرکردن روزانه شکم اعضا خانوار بود اما رؤسای ایلات، هنگامی که مهمانانی از شهر می‌داشتند بطور خیلی بی‌رویه و حریصانه به شکار حیوانات می‌پرداختند و این عمل را هم برای خود افتخار می‌دانستند و هم بدین وسیله قدرت خود را به رخ مهمان می‌کشیدند. فیلم این نوع شکار کردن‌ها، موجود است. یکی از دلایل وارد شدن صدمه شدید به حیات وحش، اینگونه شکار کردن‌های تفننی بوده است. ناگفته نماند که هنگام پیروزی انقلاب ۲۲ بهمن ۱۳۵۷ خورشیدی، که سلاح‌های گرم فراوانی در دسترس مردم ایران بویژه اهالی روستاها و عشایر قرار گرفت، بیشترین آسیب به حیوانات حفاظت شده در نقاط گوناگون کشور وارد گردید که جبران آن تا سال‌ها طول خواهد کشید.

معرفی گیاهان خودروی خوراکی

در این مقاله به بررسی گیاهانی که جنبه خوراکی برای مردم این منطقه دارند و یا جنبه خوراکی بودن آنها بیشتر از جنبه دارویی و از سایر خصوصیات آنها بارزتر است، پرداخته می‌شود. لازم به ذکر است که اطلاعات مربوط به گیاهان خودروی استان از طریق پرسش از مردم بومی و با استفاده از منابع محدودی که وجود داشتند، تهیه گردیده و به علت محدودیت در منابع علمی گیاه‌شناسی در استان و به عبارت دیگر عدم بررسی این گیاهان خداداده توسط کارشناسان کشاورزی این منطقه، بسیاری از آنها فقط با نام محلی معرفی شده و فاقد نام علمی و فارسی می‌باشند. نکته دیگر این که همان گونه که در بالا ذکر گردید از آنجا که منطقه دارای دو نوع آب و هوا می‌باشد و برخی از گیاهان در ماه‌های فروردین و اردیبهشت یا هنوز سبز نشده‌اند و یا این که فصل برداشت آنها به اتمام رسیده است؛ موفق به عکسبرداری از همه آنها نگردیدیم که امید است در مقالات آینده این کمبودها رفع گردد.



تصویر ۱- نقشه سردسیر و گرمسیر استان کهگیلویه و بویراحمد



تصویر ۲ - نمایی از جنگل‌های بلوط منطقه

نام محلی: انگچ (angeč)، نام فارسی: انچوچک، نام علمی: (Pyrus) (باقری)،
۱۳۷۳: ۳۱۴).

نوعی گلابی وحشی است که میوه آن گرد و از گلابی کوچکتر است. پوست میوه آن گوشتی و خوراکی و شیرین است و دانه آن را با نمک بو داده یا در زبان محلی "سوره" ^۱ می‌کنند و به عنوان "انچوچک" در شهرهای اطراف می‌فروشند و در عشایر نیز نیز به نام "تخم انگچ" مصرف می‌شود. در فصل تابستان روی برگ‌های این گیاه شیره‌ای

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۷۹

دیده می‌شود که به آن در زبان محلی "عسلوک" ^۱ می‌گویند. عشایر این شیره را پخته و شیرۀ قرمز رنگی شبیه رب انار از آن بدست می‌آورند. (غفاری، ۱۳۵۵: ۸۷-۸۶). محل رویش این درخت بیشتر کوه‌های برف‌گیر منطقه از جمله "مورگاه" و "ماه پرویز" و "وزگ" می‌باشد. (باقری، ۱۳۷۳: ۳۱۴) (تصویر ۳).



تصویر ۳ - نمایی از درخت انگج

نام محلی: اوریشم (owrišom)، نام فارسی: آویشن، نام علمی: (Thymus spp) (مظفریان، ۱۳۷۳: ۱۴۷).

این گیاه مربوط به دو ناحیه سردسیری و گرمسیری کهگیلویه و بویر احمد می‌باشد. آویشن گرمسیری مخصوص نقاط گرمسیری و کوهستانی است و دم کرده آن را برای معالجه دل‌درد بکار می‌برند. این نوع آویشن در کوه‌های گرمسیری مانند "کوه پهن"، "کوه سیاه"، "کوه سرخ" و "کوه دین" فراوان است. آویشن سردسیری خود بر دو نوع است که یکی آویشن گاوی یا "موری"^۱ است که دم کرده برگ آن برای علاج دل‌درد انسان و حیوان مصرف می‌شود و خشک شده آن را نیز در ماست می‌ریزند. نوع دیگر آویشن "کرو"^۲ است که کوبیده برگ آن را در آش ماست می‌ریزند. از این نوع آویشن به عنوان ادویه نیز استفاده می‌شود (غفاری، ۱۳۵۵: ۱۰-۹).

نام محلی: ارزن (arzen)، نام فارسی: ارژن، نام علمی: (Amygdalus) (باقری، ۱۳۷۳: ۳۱۴).

محل رویش این درخت نقاط معتدل و سردسیر استان از جمله کوه‌های "پازنان"، "سیاه کوه"، "ارژن دان"، "گردنه باباحسن"، "کوه سیوک"، "کولی کش"، "تنگ کناره"، "دره گرم"، "چشمه بلوطک" و "سمرون" می‌باشد (باقری، ۱۳۷۳: ۳۱۵-۳۱۴). میوه این گیاه شبیه بادام تلخ می‌باشد و به مصرف غذای انسان می‌رسد. مغز شیرین شده آن را با کشمش، گندم برشته و کلخنگ مخلوط کرده و بعنوان آجیل مصرف می‌نمایند. این گیاه برای درمان بیماریهایی چون سودا و زخم‌های عفونی و عمیق انسان و حیوان و مداوای پیشاب گرفتگی نیز بکار می‌رود (غفاری، ۱۳۵۵: ۱۱). (تصویر ۴)

1. mowri
2. kerru



تصویر ۴ - شاخه میوه دار درخت ارژن

نام محلی: اووندول (owvandul)

این گیاه قبل از سایر گیاهان سردسیری و در جنگل‌های مناطق کوهستانی و سردسیر و در اطراف یاسوج می‌روید. ساقه جوان و سبز آن که شیرین مزه است بطور خام مورد تغذیه مردم قرار می‌گیرد. از این گیاه حیواناتی چون بز، پازن، قوچ و میش نیز استفاده می‌کنند (غفاری، ۱۳۷۳: ۱۳).

نام محلی: باوینه (bāvina)، نام فارسی: بابونه، نام علمی: (*Anthemis spp*)، (مظفریان، ۱۳۷۳: ۱۴۷).

این گیاه مخصوص نقاط گرمسیری کهگیلویه و بویراحمد است و در "باشت" فراوان می‌روید و اهالی آن را برای خوش طعم کردن پلو مصرف می‌نمایند، عطر بسیار مطبوعی دارد. دم کرده آن برای معالجه سینه درد نیز مفید است. این گیاه در سبزی پلو و صابون سازی به علت عطر آن مصرف می‌شود (غفاری، ۱۳۵۵: ۱۴-۱۳). در حال حاضر این گیاه در آغاز فصل بهار توسط خانوارهای کم درآمد جمع‌آوری و در شهر "دوگنبدان" و "دهدشت" به فروش می‌رسد.

نام محلی: بلی (bali)، نام فارسی: بلوط، نام علمی: (*Quercus brantii*) (باقری، ۱۳۷۳: ۳۱۵).

۸۰٪ از جنگل‌های استان کهگیلویه و بویراحمد درختان بلوط می‌باشد، به همین دلیل تا پنج دهه قبل غذای عمده و یومیه مردم ایلات نان بلوط بوده است. محل رویش این درخت بیشتر در دشتها و دامنه کوه‌های سردسیر و گرمسیر می‌باشد. از پوست میوه بلوط اهالی برای چرم سازی و پودر بچه استفاده می‌کردند و در هنگام زایمان غیرعادی به حیوان زائو آب پوست بلوط می‌خوراندند و از مغز پوسیده درخت بلوط، برای برافروختن آتش با سنگ آتش زنه و قطعه‌ای فلز بجای کبریت استفاده می‌شد. این گیاه یکی از منابع اصلی جهت مصارف گوناگون دارویی، غذایی، صنعتی به طور مستقیم و یا غیر مستقیم، محصولات فرعی جنگل‌ها و مراتع بوده است. عشایر و روستاییانی که در فصل بیلاق در مناطق کوهستانی مستقر هستند، سالانه میوه‌های بلوط را جمع‌آوری و برای ذخیره زمستانی نگهداری می‌کنند (باقری، ۱۳۷۳: ۳۲۵-۳۲۴). در مورد این گیاه مردم محلی اشعار زیادی سروده‌اند که در اینجا دو بیت آن از نظر خوانندگان می‌گذرد:

و بلی و نونه بلی مه تو دوس لرونی

va bali va nunē bali mah to dus lerruni

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۸۳

کرله و دورله و دین خت ای دونی
korala vo dovarala va dinē xot idowni
ای بلوط، ای نان بلوط مگر تو دوست لرها هستی که پسران و دختران را دنبال
خودت می‌دوانی؟

شا بلیطم بگره کر بلم بزایه
Šā balitom begarē korbalom bezāyē
کلگ و دویی بخرم وایم ورایه
Kalgo duyi bexarom vāyam varāyē
درخت بلوطم میوه بگیرد، بز گوش سیاهم بزاید نان بلوط و دوغی بخورم، آرزویم
برآورده شود. (تصویر ۵)



تصویر ۵ - برگ درخت بلوط

نام محلی: بایم (bāyom)، نام فارسی: بادام کوهی، نام علمی: (*Amygdalus scoparia*)
 برای استفاده از میوه تلخ این گیاه ابتدا مغز آن را از هسته جدا می‌کنند و مغز را دو بار در آب جوش می‌پزند تا مزه تلخ آن خارج شده و شیرین گردد، سپس به آن زردچوبه می‌زنند و آن را به تنهایی و یا با دانه برشته گندم و کشمش مخلوط کرده و به عنوان آجیل مصرف می‌کنند. گاهی هم با آن آشی تهیه می‌کنند که به آن "شله مجکی" ^۱ می‌گویند. تا چند سال پیشتر منطقه وسیع و تپه‌های گچی واقع در جنوب شهرستان گچساران پوشیده از این گیاه بود اما به تدریج مردم آنها را از ریشه‌کنند و به عنوان هیزم و زغال به شهرهای اطراف فروختند. در حال حاضر، منطقه "چیتاب" در شهرستان بویراحمد و "آب ریگون" در شهرستان گچساران و تپه‌های گچی واقع در جنوب شهرستان کهگیلویه و بویراحمد گرمسیر مانند "دیل"، "آرو"، "اسپر" و دامنه "کوه پهن" پوشیده از این گیاه می‌باشد. از این گیاه صمغی ترشح می‌شود که ضد کرم می‌باشد و ساقه‌های باریک و دراز و مقاوم آن برای بافتن سبد مورد استفاده قرار می‌گرفتند. دود دادن مشکهایی که برای نگهداری آب، دوغ، کره و غیره بکار می‌رفتند بوسیله این گیاه انجام می‌شد تا هم مقاومت آنها بیشتر و هم دارای بوی مطبوع بشوند. (تصویر ۶)

نام محلی: بن (ban)، نام فارسی: بنه، نام علمی: (*Pistacia atlantica*)، (مظفریان، ۱۳۷۳: ۱۴۶).

این درخت شبیه درخت پسته معمولی و ارتفاع آن به ۴ تا ۵ متر می‌رسد. پوست و مغز دانه آن خوراکی است و از میوه نارس آن ترشی تهیه می‌کنند. از صمغ آن نیز در صنعت آدامس سازی استفاده می‌نمایند. در روستای "دیل" کهگیلویه بوسیله دست آس مخصوص، مغز آن را به طور کامل از هسته جدا کرده و به فروش می‌رسانند. این گیاه جز گیاهان دانه روغنی به شمار می‌رود. محل رویش آن ارتفاعات "وزگ"، "خهکلون"



تصویر ۶ - شکوفه درخت بادام کوهی

"بابامیدان"، "آب نهر" و "آب ریگون" می‌باشد. (باقری، ۱۳۷۳: ۳۱۵-۳۱۴). صمغ این درخت در این منطقه "بریزه"^۱ نامیده می‌شود. در سال‌های اخیر افرادی از استان‌های ایلام و کردستان در فصل بهار و تابستان به منطقه می‌آمدند و مبادرت به جمع آوری سقز می‌نمودند. این عمل با زدن ضربه تیشه بر روی ساقه‌های درختان مسن و با کندن قسمتی از پوست درخت بنه صورت می‌گرفت. بدین ترتیب شیره حاصل از سقز در داخل خاک‌های رس کاسه مانندی که قبلاً به منظور جمع آوری سقز در محل زخم تیشه‌ها کار گذاشته می‌شد، جمع شده، سپس به بازار عرضه می‌گردید. بهره برداری‌های بیش از حد

متعارف و با اهداف سودجویانه تاکنون باعث خشک شدن تعداد قابل توجهی از این درختان در منطقه گردیده است (باقری، ۱۳۷۳: ۳۳۶-۳۳۵). (تصویر ۷)



تصویر ۷ - شکوفه درخت بنه

نام محلی: باده (bādah)

این گیاه که محل رویش آن کوه "دنا" است، گیاهی معطر و از خانواده "سگ شیر" است که می‌توان از آن عطر گرفت و مردم محلی پودر آن را روی دوغ ریخته و مصرف می‌نمایند. اهالی در مورد این گیاه شعر نیز سروده‌اند: (غفاری، ۱۳۶۲: ۲۵)

باده و برف و چویل، دینشت و درمه

bādavo barfo čavil , dineŠto darama

همه شون جمع و ابیدن بردنه دلبرمه

hamaŠun jam vābiden bordenē delbarema

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۸۷

باده و برف و چویل، دینشت و درمنه همگی آنها با هم جمع شدند و دلبرم را بردند.

باده نه باد اوشنا، شالا کر نیاره

bādana bād owšānā , Šālā kor nayārē

بیوه ساری بکشه سره خم و راره

bivah sāri bekešē , sara xom varārē

باده را باد تکان داد، امیدوارم که پسر بدنیا نیاوردمانند زنان بیوه مجبور شود به سراغم بیاید.

نام محلی: بیلهر (bilhar)، نام علمی: (Dorema aucheri)، (مظفریان، ۱۳۷۳: ۱۴۸).
این گیاه در آغاز فصل بهار در مناطق کوهستانی سردسیر و برف‌گیر مانند کوه "پازنان"، "سیاه کوه" و "گردنه باباحسن" می‌روید. ساقه تازه و سبز آن بندبند و توپیر است. خام آن تلخ مزه است و بطور خام یا پخته مصرف می‌شود. هرگاه ساقه آن را که در حدود ۱ متر است و "نریک" نام دارد، زیر آتش بپزند، شیره تلخ مزه آن خارج می‌شود، سپس آن را با ماست به عنوان "ریچال" ^۲ مصرف کرده یا این که آن را ترشی می‌اندازند. خشک شده ساقه و برگ این گیاه به مصرف تغذیه دام‌ها می‌رسد (غفاری، ۱۳۵۵: ۲۶). (تصویر ۸)

نام محلی: بکلو (bakalu)، نام فارسی: بولاغ اوتی

این گیاه آبزی در کنار و داخل چشمه‌های گرمسیر و سردسیر کهگیلویه و بویراحمد می‌روید. اهالی آن را به عنوان سبزی خام مصرف می‌کنند. پخته آن را هم در آش ماست و هم به صورت ریچال مصرف می‌نمایند. این گیاه که سرشار از ویتامین

1. narik

۲- مخلوط پخته هر نوع گیاه را با ماست ریچال می‌نامند.

است، برای دفع سنگ کلیه و مثانه و معالجه دندان درد بکار می‌رود (غفاری، ۱۳۵۵: ۲۷).

(تصویر ۹)



تصویر ۸ - بیلهر



تصویر ۹ - بکلو

نام محلی: پیدن کهی (pidene kehi)، نام فارسی: پونه کوهی، نام علمی:

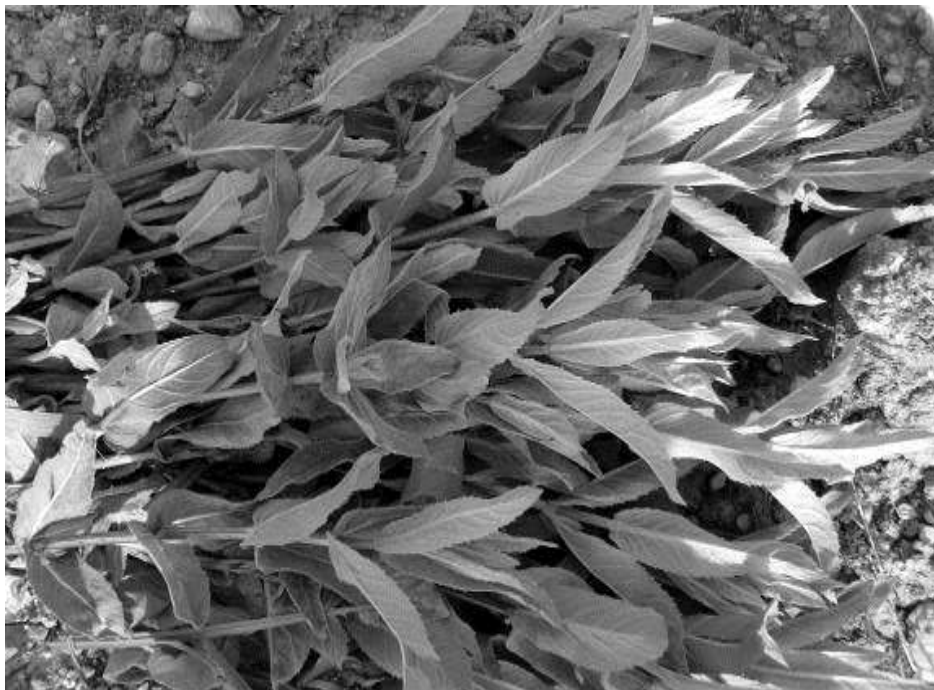
(Mentha)

این گیاه در تپه‌های برف‌گیر از جمله اطراف سد خاکی "تنگ شاهزاده قاسم" می‌روید و دارای ۲۵ سانتیمتر ارتفاع و برگ‌های کوچک می‌باشد. همچنین گیاهی است بسیار معطر و اگر مقداری از آن را در ظرفی بریزند و سپس آن را تخلیه نمایند آن ظرف تا مدت‌ها بوی معطری خواهد داد. اهالی آن را به صورت پودر در می‌آورند و روی دوغ می‌پاشند و مصرف می‌نمایند. دم کرده آن را برای مداوای دل‌درد مصرف می‌کنند. (تصویر ۱۰)



تصویر ۱۰ - پونه کوهی

نام محلی: پیدن (piden)، نام فارسی: پونه، نام علمی: (*Mentha pulegium*)
این گیاه شبیه نعناع ولی برگ آن باریکتر از نعناع و خاکستری رنگ است و بسیار
معطر می‌باشد. این گیاه در کنار چشمه‌ها می‌روید و مردم محلی برگ آن را خشک کرده
و می‌کوبند و در آتش ماست و دوغ بکار می‌برند (غفاری، ۱۳۵۷: ۲۸). (تصویر ۱۱)



تصویر ۱۱ - پونه

نام محلی: پیاز کهی (piyāzē kehi)، نام فارسی: پیاز کوهی، نام علمی: (Allium scorodopasum)

این گیاه که در سردسیر کهگیلویه و بویراحمد می‌روید، در کوه "دنا" و "تنگ تامرادی" فراوان است. گیاهی است شبیه پیاز معمولی که مانند پیاز نیز به مصرف مردم می‌رسد (غفاری، ۱۳۵۵: ۲۹). (تصویر ۱۲)



تصویر ۱۲ - پیاز کوهی

نام محلی: پرموسیر، موسیر (par musir , musir)، نام فارسی: موسیر، نام علمی: (Allium)

محل رویش آن منطقه سردسیر کهگیلویه و بویراحمد است. این گیاه دارای ریشه غده‌ای است که آن را با دوغ یا آب می‌پزند و نمک زده سپس خشک می‌نمایند و در تمام سال به مصرف می‌رسانند. از این گیاه برای تهیه ترشی استفاده می‌شود و از برگ آن نیز که پرموسیر خوانده می‌شود، در پلو استفاده می‌کنند (غفاری، ۱۳۵۵: ۲۹-۳۰). (تصاویر ۱۳ و ۱۴)

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۹۳



تصویر ۱۳ - موسیر



تصویر ۱۴ - پسرک پرموسیر فروش

نام محلی: تنگس (tenges)، نام فارسی: ارژن، نام علمی: (Amygdalus)، (باقری، ۱۳۷۳: ۳۱۴).

این درخت نوعی ارژن است که درخت و میوه آن از ارژن کوچکتر است اما صمغ ندارد. در گرمسیر و بیشتر تپه‌های سنگی می‌روید و زودتر از تمام درختان گل می‌دهد. میوه آن را در آب نمک می‌خوابانند تا شور مزه شود و سپس آن را مصرف می‌کنند. محل رویش آن بیشتر "سقاوه" و "آب سفید" واقع در کیلومتر ۴۵ جاده یاسوج به "بابامیدان" می‌باشد (غفاری، ۱۳۵۵: ۱۲-۱۱). در این زمینه شعری نیز سروده‌اند:

تنگس ای درو، درو، بایم خینه خواره

tenges ey doru , doru , bāyom xinaxārē

تا نشکفه بن و بلی کس نگه بهاره

tā naŠokofē bano bali kas nago bohārē

درخت تنگس دروغگوی دروغگو، درخت بادام خونخوار است تا درخت بنه و

بلوط شکوفه ندهد کسی نمی‌گوید بهار است. (تصویر ۱۵)



معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۹۵

تصویر ۱۵ - میوه شور شده تنگس

نام محلی: توله (tulah)، نام فارسی: پنیرک، نام علمی: (*Malva sylvestris*)،
(مظفریان، ۱۳۷۳: ۱۴۸).

در کهگیلویه و بویراحمد این گیاه برای معالجه گرمی و تبرید بدن بکار می‌رود. ساقه و برگ آن را پخته و ریچال می‌کنند یا در آش ماست می‌ریزند یا این که آن را خشک کرده و در پلو بکار می‌برند. نوع سردسیری این گیاه به علت نامرغوب بودن مصرف نمی‌شود (غفاری، ۱۳۵۵: ۳۱-۳۲). (تصویر ۱۶)



تصویر ۱۶ - پنیرک

نام محلی: (terešuk) ترشوک، نام فارسی: ترشک، نام علمی: (Oxalis corniculata)

این گیاه در کنار چشمه‌های مناطق سردسیر و گرمسیر می‌روید و گیاهی است پر شاخ و برگ که هر برگ آن دارای سه یا چهار برگچه می‌باشد. در این منطقه از ترشک در آش ماست استفاده می‌شود. به علت طعم ترش و شیرین آن بصورت خام هم استفاده می‌شود (غفاری، ۱۳۵۵: ۳۲). (تصویر ۱۷)



تصویر ۱۷ - ترشک

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۹۷

نام محلی: تی دره، تی تره (tiderrah , titerrah)، نام فارسی: تمشک، نام علمی: (Rubus)، (قهرمان، ۲۵۳۷: ۱۶۹).

بوته تمشک در کنار رودخانه‌ها و در گرمسیر و سردسیر کهگیلویه و بویراحمد و در "تنگ گنجه‌ای" و "آبشار یاسوج" فراوان می‌روید و از آن برای حصار باغها استفاده می‌شود. میوه آن نیز به مصرف رسیده و از آن مربا نیز تهیه می‌گردد (غفاری، ۱۳۵۵: ۳۳).
(تصویر ۱۸)



تصویر ۱۸ - تمشک

نام محلی: تگ (teg)، نام فارسی: محلب یا آلبالوی وحشی، نام علمی: (*Prunus mahaleb*)
این گیاه در سردسیر کهگیلویه و بویراحمد و در "تنگ کناره" و "گرگو" می‌روید.
میوه آن قرمز روشن و تیره می‌باشد و دانه آن از آلبالو کوچکتر است. پوست شاخه و
ساقه تگ کاملاً قرمز و با دوام و براق است و از آن "خلال"^۱ جهت اتصال قطعات
چادر سیاه به یکدیگر استفاده می‌کردند (غفاری، ۱۳۵۵: ۳۴-۳۳). (تصویر ۱۹)



تصویر ۱۹ - آلبالوی وحشی

۱- چوب نازکی است به اندازه قلم خودکار که با آن قسمتهای مختلف چادر سیاه را به هم متصل می‌کنند.

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۹۹

نام محلی: جاشیر خرا (جاشیر خوراکی) (*jāširē xarā*)، نام فارسی: جاشیر، نام علمی: (*Prangos*)

محل رویش این گیاه نقاط سردسیر و برف‌گیر استان از جمله مناطق اطراف "سی سخت" و "مارگون" می‌باشد. این گیاه را با روغن سرخ می‌کنند و بعنوان خورش مصرف می‌نمایند. در حال حاضر آن را در شهرهای استان می‌فروشند. (تصویر ۲۰)



تصویر ۲۰ - جاشیر خوراکی

نام محلی: چوک (*čowk*)، نام فارسی: کاکوتی، نام علمی: (*Ziziphora tenuir*)، (مظفریان، ۱۳۷۳: ۱۴۷).

این گیاه از خانواده گلپر می‌باشد و بسیار معطر و خوشبوست و در نقاط سردسیر و برف‌گیر کهگیلویه و بویراحمد در تپه‌ها و دامنه‌ها و نواحی ییلاقی سردسیر و در کوه "

"دنا" می‌روید. مردم منطقه ساقه و برگ این گیاه را خشک کرده و به صورت پودر در می‌آورند و آن را روی دوغ یا ماست می‌پاشند و به مصرف می‌رسانند (غفاری، ۱۳۵۵: ۴۱). (تصویر ۲۱)



تصویر ۲۱ - چوک

نام محلی: چال چالک (čāl čālak)

این گیاه شبیه ترشک است و مصرف غذایی دارد. محل رویش آن مناطق گرمسیر استان می‌باشد. اهالی معتقدند که اگر زن حامله این گیاه را با گیاهی دیگر به نام "بادآورد" بخورد، فرزند پسر می‌زاید. شعری نیز دربارهٔ این مسئله سروده‌اند:

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۱۰۱

چال چالک و باد آورد *čāl čālako bādāvord*

دور خردش کر آورد *dovar xardeš kor āvord*

خانم آبستن چال چالک و باد آورد را خورد و پسری به دنیا آورد (غفاری، ۱۳۶۲:

۴۲-۴۱).

نام محلی: خاری (*xāri*)

برگ‌های خاری شبیه "درمنه ترکی" است. ساقه آن بلند و گل‌های چتری آن در انتهای ساقه قرار دارند. این گیاه بسیار خوشبوست و بز و میش کوهی نیز از آن تغذیه می‌کنند، گل آن را کوبیده و در موقع تبدیل کره به روغن مقداری در آن می‌ریزند که معطر شود. گرد آن را برای معطر کردن کباب و شله ماشکی^۱ مصرف می‌کنند. این گیاه در نقاط سردسیر و برف‌گیر کهگیلویه و بویراحمد مخصوصاً کوه "دنا" فراوان است. از عطر آن در صنعت نیز استفاده می‌شود (غفاری، ۱۳۶۲: ۴۵).

نام محلی: خارسه (*xārseh*)، نام فارسی: آرتیشو، نام علمی: (*Onopordon*)،

(قهرمان، ۲۵۳۷: شماره انتشار ۲۱۱).

این گیاه دارای برگ‌های پهن و خاکستری رنگ و طول ساقه آن در حدود ۱/۵ تا ۲ متر است. کودکان پوست ساقه جوان آن را کنده و بطور خام مصرف می‌کنند. از این گیاه حیوانات نیز تغذیه می‌کنند. محل رویش آن مناطق گرمسیری منطقه است (غفاری، ۱۳۵۵: ۴۶). (تصویر ۲۲)

۱- غذایی محلی است که با ماش و برنج درست می‌کنند.



تصویر ۲۲ - آرتیشو

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۱۰۳

نام محلی: خاروزه، خارخنکلو (xārouzah , xār xangelu)
این گیاه در گرمسیر می‌روید و در طیبی به آن " خارخارو " می‌گویند. ساقهٔ جوان این گیاه را پوست می‌کنند و خام مصرف می‌کنند. از این گیاه حیوانات نیز تغذیه می‌کنند (غفاری، ۱۳۵۵: ۴۷-۴۶).

نام محلی: خرگریو (xargeriv)
خرگریو دارای برگ‌های بلند و سه پهلو می‌باشد و در کوه‌های سردسیر می‌روید، تازه و خشک شده آن را در آش ماست می‌ریزند. این گیاه بسیار بوی تندی دارد و خام آن قابل مصرف نیست و در شکم گاز فراوان و بدبو ایجاد می‌کند (غفاری، ۱۳۵۵: ۴۷).
(تصویر ۲۳)



تصویر ۲۳ - خرگریو

نام محلی: خاراشتر (xarostor)، نام فارسی: خارشتر، نام علمی: (Alhagi camelurum)، (مظفریان، ۱۳۷۳: ۱۴۷).

خارشتر دو نوع است: نوع دیم که به مصرف خوراک شتر و حیوانات دیگر می‌رسد و نوع آبی که هم به مصرف خوراک دام می‌رسد و هم آن را می‌پزند و می‌خورند و یا در آش ماست می‌ریزند. محل رویش نوع آبی در کنار نهرها و چشمه‌ها می‌باشد (غفاری، ۱۳۵۵: ۴۷). (تصویر ۲۴)



تصویر ۲۴ - خاراشتر

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۱۰۵

نام محلی: ریواس (rivās)، نام فارسی: ریواس، نام علمی: (Rheum ribes)،
(مظفریان، ۱۳۷۳: ۱۴۸).

این گیاه در کوه‌های سردسیر کهگیلویه و بویراحمد از جمله "گردنه ماه پرویز"،
کوه دنا"، "کوه تامر" و مسیر جاده یاسوج به "سپیدان" فراوان می‌روید. مزه این گیاه
ترش است و دمبرگ‌های ترش و نرم آن به صورت خام به مصرف خوراک انسان
می‌رسد (غفاری، ۱۳۵۵: ۵۱). (تصویر ۲۵)



تصویر ۲۵ - ریواس

نام محلی: رملک (ramalek)

این درخت در نقاط گرمسیر کهگیلویه و بویراحمد از جمله اطراف "تل بابونه چرام" و در صحراها و تپه‌ها و دامنه کوه‌ها می‌روید و دارای تیغهای فراوان است. برگ آن شبیه درخت کنار و خاکستری رنگ است، میوه گرد آن کمی از میوه کنار کوچکتر است، ریشه آن خیلی عمیق است، رنگ میوه اش در آغاز سبز و پس از رسیدن قرمز می‌شود. دارای هسته‌ای بزرگ است که درون آن مغز دو لپه‌ای وجود دارد، پوست میوه اش ترش و شیرین است، به صورت تازه و یا در آبگوشت مصرف می‌شود. همچنین از آن رب هم تهیه می‌کنند (غفاری، ۱۳۵۵: ۵۲).

نام محلی: زرشک (zerešk)، نام فارسی: زرشک، نام علمی: (Berberisvulagris)

این درخت در نقاط سردسیر کهگیلویه و بویراحمد از جمله در کنار چشمه‌های "تنگ سرخ" فراوان است. تیغهای بلند و فراوان دارد و از میوه آن در تهیه پلو و آبگوشت استفاده می‌شود. خام آن نیز مصرف می‌شود. پوست زیرین ساقه زرشک را که زرد رنگ است و به آن رنده می‌گویند، خشک کرده و خرد می‌کنند و در پارچه نازک بسته و می‌خیسانند. سپس آب آن را گرفته و در چشم مبتلا به درد می‌چکانند تا بهبود یابد (غفاری، ۱۳۵۵: ۵۴-۵۳).

نام محلی: زون گوری (zoun guvari)، نام فارسی: گل گاوزبان، نام علمی:

(Anchuca)، (قهرمان، ۲۵۳۷: شماره انتشار ۱۸۷).

گیاهی است خودرو و دارای خارهای نازک و برگ‌های پهن که در نواحی معتدله می‌روید. گل‌های آبی رنگ و دسته دسته اش سر هر شاخه در می‌آید. گل گاوزبان تقریباً تمام مدت سال را گل می‌دهد. گل و برگ آن دارای نیترات دوسود است و به همین جهت برای خنکی و تبرید در طب بکار برده می‌شود. در کهگیلویه از خام و پخته گل آن

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۱۰۷

استفاده می‌شود. دم کرده گل آن برای رفع سرماخوردگی مفید است. این گیاه در بیشتر مناطق سردسیر و گرمسیر کهگیلویه می‌روید (غفاری، ۱۳۵۵: ۵۴).

نام محلی: زول (zul)

ساقه این گیاه به ارتفاع ۵۰ سانتیمتر می‌رسد و برگ‌های آن دارای تیغ است. اهالی منطقه ساقه جوان آن را که مزه‌ای شیرین دارد، پوست کنده و به صورت تازه مصرف می‌کنند. این گیاه در کوه‌های سردسیر منطقه فراوان است. نوع دیگر آن که کلفت تر از زول معمولی است، زول خری (زول الاغی) نامیده می‌شود که به مصرف خوراک الاغ می‌رسد و مردم از آن تغذیه نمی‌کنند (غفاری، ۱۳۵۵: ۵۶-۵۷). (تصویر ۲۶)



تصویر ۲۶ - زول

نام محلی: سماغ (somāq)، نام فارسی: سماق، نام علمی: (*Rhus coriaria*)
این درخت در مناطق کوهستانی و جنگلی سردسیر از جمله در "تنگ برا" واقع در شهرستان بویراحمد فراوان است و در مناطق بین یاسوج و اردکان فارس نیز دیده می‌شود. از دانه‌های آن که شبیه خوشه انگور است، استفاده می‌شود. اهالی دانه‌های عدسی شکل آن را کوبیده و مصرف می‌کنند. هسته آن نیز چندان محکم نیست (غفاری، ۱۳۵۵: ۵۷).

نام محلی: سیب کهی (کوهی) (*sibē kehi*)، نام فارسی: سیب وحشی
این درخت نوعی سیب خودرو و از تیره گل سرخ می‌باشد که میوه آن کمی تلخ و کوچک و نامرغوب است و به مصرف خوراک مردم می‌رسد. محل رویش آن کوهستانهای سردسیر و کنار چشمه‌ها و در منطقه "گرگو" و "کت سراب" بویراحمد است (غفاری، ۱۳۵۵: ۵۸).

نام محلی: سیسه (*sisah*)، نام فارسی: زالزالک، نام علمی: (*Crataegus aronia*)
درختی است تیغ دار با برگ‌های کنگره دار و میوه‌های گرد، زرد و شیرین و در نقاط معتدل سردسیر کهگیلویه و بویراحمد خصوصاً کوه‌های اطراف یاسوج دیده می‌شود (غفاری، ۱۳۵۵: ۵۹-۵۸). در آغاز فصل پاییز زنان و مردان روستایی به مقدار زیاد آن را در کنار پیاده رو خیابان‌های شهرهای استان به معرض فروش می‌گذارند.

نام محلی: سیسه سهرو (*sisah sohru*)، نام علمی: (*Crataegus*)، (قهرمان، ۲۵۳۷: شماره انتشار ۱۶۸).

این درخت که نوعی زالزالک است، در دره‌ها و در کنار چشمه‌های منطقه سردسیر می‌روید و میوه آن قرمز تیره و شیرین مزه است و مسهلی قوی به شمار می‌رود. به این

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۱۰۹

درخت " کلک اویبی " ^۱ (کیالک آبی) نیز می‌گویند که در منطقه طیبی آن را " ددوبره " ^۲ می‌نامند. محل رویش این گیاه بیشتر " تنگ سرخ " و اطراف " یاسوج " است (غفاری، ۱۳۵۵: ۵۹).

نام محلی: سوزناک (suzanāk)

این گیاه در گرمسیر می‌روید و عیناً شبیه شاتره است ولی مزه آن تند می‌باشد و به همین جهت به آن سوزناک می‌گویند. مردم آن را به صورت خام مصرف می‌کنند (غفاری، ۱۳۵۵: ۶۰).

نام محلی: سیرجیکه (sir jikah)، نام فارسی: والک، نام علمی: (Allium

(latifolium)

والک گیاهی است شبیه به سیر و پیاز که در اراضی شنی و کوهستانی و مراتع گرمسیر و سردسیر می‌روید و مردم برگ آن را در آش و پلو ریخته یا به صورت خام و به عنوان سبزی به مصرف می‌رسانند (غفاری، ۱۳۵۵: ۶۱-۶۰).

نام محلی: سوزه، گدگد (sowzah , godgod)

این گیاه در گرمسیر و سردسیر استان می‌روید و اهالی بویراحمد به آن " گدگد " می‌گویند. از این گیاه برای معالجه بیماری سودا استفاده می‌شود. برای این منظور یا آب گیاه را گرفته به بدن بیمار می‌مالند و یا این که مستقیماً گیاه را به خورد بیمار می‌دهند (غفاری، ۱۳۵۵: ۶۱). این گیاه را هم به صورت خام و هم پخته مصرف می‌کنند.

-
1. kelek owyi
 2. dedubarah

نام محلی: قاچ (qāč)، نام فارسی: قارچ

قارچ در نقاط سردسیر و گرمسیر کهگیلویه و بویراحمد می‌روید و انواع گوناگون دارد که شامل: "قارچ برنجی"، "قارچ گردی گی" ^۱ (قلوه گاوی)، "قارچ تس خری" و "قارچ خرا" (خوراکی) است. قارچ خوراکی در نزدیکی ریشه گیاهان سردسیری مانند جاشیر و بیلهر و همچنین در زیر درختان بلوط در گرمسیر و سردسیر می‌روید و به مصرف خوراک مردم می‌رسد. محل رویش قارچ خرا، کوه‌ها و جنگل‌های سردسیر و قارچ قلوه‌ای در دشتهای سردسیر و گرمسیر است (غفاری، ۱۳۵۵: ۶۶-۶۵). در اوایل فصل بهار در پیاده رو خیابان‌های شهرها و در کنار جاده‌های استان، شاهد عرضه مقدار زیاد آن توسط زنان و مردان روستایی و کم درآمد هستیم. (تصویر ۲۷)



تصویر ۲۷ - قارچ خوراکی

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۱۱۱

نام محلی: کلخنگ (kalaxong)، نام فارسی: پسته وحشی، نام علمی: (Pistacia)
این درخت که نوعی پسته وحشی است دارای برگ‌های پهن تر از بن ولی دانه اش کوچکتر و پوست هسته اش بسیار نازک و شکننده است بهمین جهت آن را به عنوان آجیل مصرف می‌کنند. از پوست دانه و مغز آن که دارای روغن می‌باشد نیز استفاده می‌شود. از صمغ آن نیز به عنوان آدامس استفاده می‌شود. محل رویش این گیاه مناطق سردسیر و گرمسیر "خان احمد باشت" و "امامزاده جعفر" است (غفاری، ۱۳۵۵: ۲۳-۲۲).

نام محلی: کنار (kenār)، نام فارسی: کنار، نام علمی: (Ziziphus spina-christi)،
(مظفریان، ۱۳۷۳: ۱۴۸).

درختی است دارای برگ‌های دراز اندام نوک تیز، گل‌های ریز و میوه هسته دار که برای ازدیاد آن هسته آن را می‌کارند. این گیاه در قسمت‌های گرمسیری کهگیلویه و بویراحمد فراوان است. از چوب آن مردم محل برای ساختن ابزارهای چوبی استفاده می‌کنند. همچنین میوه آن را خورده و برای شستشوی سر از برگ سبز آن مانند سدر استفاده می‌کنند (غفاری، ۱۳۵۵: ۶۸-۶۷).

نام محلی: کلوس (kalows)، نام فارسی: کرفس آبی یا کرفس وحشی، نام علمی:
(Apium graveolens)

گیاهی است خودرو و بویی کمی تندتر از بوی جعفری دارد. این گیاه در کنار بعضی از چشمه‌های کهگیلویه و بویراحمد می‌روید. مردم ساقه و برگ آن را یا به صورت خام مصرف می‌کنند یا این که آن را پخته و سپس با دوغ یا ماست مخلوط کرده و می‌خورند. نوع دیمی آن که خیلی پربرگ است در منطقه سردسیر "بهمئی" که هم مرز با استان چهارمحال و بختیاری می‌باشد به مقدار زیاد می‌روید و توسط اهالی جمع آوری و به فروش می‌رسد (غفاری، ۱۳۵۵: ۶۹).

نام محلی: کاشنی (kāšni)، نام فارسی: کاسنی، نام علمی: (*Cichorium intybus*).
(مظفریان، ۱۳۷۳: ۱۴۷).

این گیاه عموماً دارای گل‌های آبی و گاهی نیز قرمز رنگ است و جز سبزیجات به حساب می‌آید و دارای دو قسم خودرو و باغی است. این گیاه در سردسیر و گرمسیر کهگیلویه به وفور می‌روید. کاسنی را در این منطقه پخته و با آب، شیرین کرده و سپس آن را مخلوط کرده و به نام ریچال مصرف می‌کنند. آب آن را صبح ناشتا برای تنظیم کار دستگاه گوارش نیز مصرف می‌کنند (غفاری، ۱۳۵۵: ۷۰). (تصویر ۲۸)



تصویر ۲۸ - کاسنی

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۱۱۳

نام محلی: کره تل، بلر (kara tol , belar)، نام فارسی: انجیر وحشی، نام علمی: *Ficus carica*، (مظفریان، ۱۳۷۳: ۱۴۸).

این درخت در کوه‌ها و جنگل‌های سردسیر و گرمسیر از جمله کیلومتر ۵۰ جاده یاسوج به بابامیدان می‌روید. مردم این منطقه از میوه رسیده آن که از انجیر معمولی کوچکتر اما شیرین تر است، تغذیه می‌کنند و میوه نارش آن را با روغن سرخ کرده و می‌خورند.

نام محلی: کنگر (kangar)، نام فارسی: کنگر، نام علمی: *Gundelia sp*)
این گیاه در گرمسیر و سردسیر استان خصوصاً در مسیر "تپه تلویزیون" (کوه پازنان) و "باغچه جلیل" می‌روید (باقری، ۱۳۷۳: ۳۱۷). کنگر سردسیری خوشمزه تر و مرغوب تر از نوع گرمسیری آن است. قبل از تخم دادن ساقه، "گپه"^۱ جوان آن را که هنوز از زمین خارج نشده است، بطور خام یا پخته در پلو یا ماست به صورت ریچال مصرف می‌کنند. ساقه و برگ رسیده و رشد کرده این گیاه بهترین غذای دام‌ها پس از جاشیر و کالو به شمار می‌رود. دانه‌های مخروطی شکل کنگر که "کلاریک"^۲ نام دارد، بهترین آجیل بچه‌ها و چوپانان منطقه است (غفاری، ۱۳۵۵: ۷۱-۷۲). (تصاویر ۲۹ و ۳۰)

نام محلی: کارده (kārdah)

این گیاه در کوه‌های سردسیر و گرمسیر کهگیلویه و در اطراف شهر یاسوج می‌روید و دارای برگ‌های پهن و ضخیم است. اگر به صورت تازه مصرف شود، دهان و زبان را خراش داده و زخم می‌کند. آن را در آش ماست می‌ریزند یا این که با آن "آش کارده" درست می‌کنند که حالت مسهل دارد. خرسها هنگامی که برگ سبز این گیاه را می‌خورند دچار سوزش دهان شده و در حال عصبانیت نعره می‌زنند، به همین جهت به آن "علف خرس" هم می‌گویند (غفاری، ۱۳۵۵: ۷۲-۷۳). (تصویر ۳۱)

۱- وسط کنگر که به مصرف می‌رسد را گویند.



تصویر ۲۹ - کنگر



تصویر ۳۰ - ساقه زیر زمینی کنگر



تصویر ۳۱ - کارده

نام محلی: گندل (gandal)، نام فارسی: گل گنده
این گیاه در مناطق سردسیر استان می‌روید. از برگ‌های بوته این گیاه ریچال تهیه می‌شود و به مصرف غذای روزانه مردم می‌رسد، همچنین زنان باردار با آن حلوایی تهیه کرده و می‌خورند تا فربه شوند. این گیاه همچنین به مصرف غذای حیوانات هم می‌رسد (غفاری، ۱۳۵۵: ۷۷).

نام محلی: گندغروسی (gond qurosi)

این گیاه در کوه‌های سردسیر بویژه "گردنه ماه پرویز" می‌روید. میوه آن که به اندازه دانه بلوط و شبیه تخم خروس می‌باشد، آبدار و شیرین مزه و برای رفع تشنگی بسیار مفید است. میوه آن را مردم و خصوصاً کودکان عشایر مصرف می‌نمایند (غفاری، ۱۳۵۵: ۸۰). (تصویر ۳۲)



تصویر ۳۲ - گندغروسی

نام محلی: گرگزوک (gazgazuk)، نام فارسی: گزنه، نام علمی: (*Utrica dioica*)

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۱۱۷

گزنه که در گرمسیر کهگیلویه و بویراحمد زیر درختان رملک و کنار می‌روید، دارای برگ‌های پهن دندانه دارِ پرمو است که چون به برگ آن دست بزنند موهای آن پوست را می‌سوزاند. اهالی این استان ساقه و برگ آن را پخته و مانند اسفناج می‌خورند. همچنین بوته جوان آن را می‌توان بجای علوفه به حیوانات داد (غفاری، ۱۳۵۵: ۸۳-۸۲).

نام محلی: گلویی (goluyi)، نام فارسی: گلابی وحشی، نام علمی: (*Pyrus glabra*)
این درخت انواع و اقسام دارد. نوعی که در این منطقه می‌روید "حرمو" نام دارد که میوه آن از گلابی معمولی شیرین تر و کوچکتر است. دانه گلابی وحشی و حرمو را در این منطقه با نمک بو داده و به عنوان آجیل مصرف می‌کنند (غفاری، ۱۳۵۵: ۸۶). محل رویش این درخت در "باهی"، "وزگ" و مسیر "مارگون" است (باقری، ۱۳۷۳: ۳۱۵).

نام محلی: لیزک، بن سهر (lizak , bunsahr)
این گیاه که دارای برگ‌های دراز و معطر است در کوه‌ها و جنگل‌های منطقه برف‌گیر و سردسیر در سایه درختان کوهستانی در آغاز فصل بهار می‌روید. این گیاه به صورت خام و خشک شده در شیربرنج و پلو استفاده می‌شود (غفاری، ۱۳۵۵: ۹۰). در حال حاضر برای خانوارهای کم درآمد روستایی استان، منبع درآمد خوبی می‌باشد و در آغاز فصل بهار به مقدار زیاد برای فروش عرضه می‌شود. (تصویر ۳۳)



تصویر ۳۳ - لیزک

نام محلی: لپو (lopo)

این گیاه در کوه‌های سردسیر کهگیلویه و بویراحمد در فصل بهار می‌روید و دارای برگ‌های نسبتاً پهن و بلند است. آن را به صورت خام یا خشک شده در آش ماست یا پلو استفاده می‌کنند (غفاری، ۱۳۵۵: ۹۰). (تصویر ۳۴)



تصویر ۳۴ - لپو

نام محلی: مورد (murd)، نام فارسی: مورد، نام علمی: (*Myrtus communis*)،
(مظفریان، ۱۳۷۳: ۱۴۸).

مورد در گرمسیر و نقاط معتدل کهگیلویه و بویراحمد بخصوص "چرام"،
باشت"، "مورگه" و "آب اسپید" می‌روید و میوه سیاه و قرمز آن مصرف خوراکی دارد.
همچنین برگ آن را پخته و آبش را برای تنظیم دستگاه گوارش مصرف می‌کنند. دانه
مورد نیز برای علاج اسهال مفید است (غفاری، ۱۳۵۵: ۹۱-۹۰).

نام محلی: ملیر (melir)

گیاهی است بوته‌ای شکل و شبیه پیاز که در مراتع گرمسیر استان می‌روید. ساقه این گیاه را پخته و مصرف می‌کنند و یا این که آن را به صورت خام یا خشک شده در آش ماست بکار می‌برند. همچنین این گیاه به جهت این که تولید گرما در بدن می‌نماید، مصرف دارویی نیز دارد (غفاری، ۱۳۵۵: ۹۳).

نتیجه گیری

ایلات کهگیلویه و بویراحمد بواسطه کوهستانی بودن منطقه و نبودن راه‌های ارتباطی ماشین رو، در گذشته‌ای نه چندان دور، نظام خاص اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی خود را تا اندازه‌ای حفظ کرده بودند ولی اکنون با حل شدن در زندگی روزمره شهرنشینی، بسیاری از مشکلات این نوع زندگی نیز وارد این جامعه که هنوز تا اندازه‌ای بافت عشایری خود را دارا می‌باشد، گردیده است.

این استان همان گونه که در مقدمه نیز اشاره شد مقام اول را در پوشش گیاهی ایران داراست ولی به علت بهره‌برداری‌های بی رویه، شخم مناطق با شیب زیاد و تخریب مراتع و جنگل‌ها، بسیاری از گیاهان با ارزش یا از بین رفته‌اند یا رو به نابودی نهاده‌اند؛ همچنین جمع‌آوری گونه‌های گیاهی که در گذشته به صورت خودمصرفی و در مقیاس کم صورت می‌گرفت، امروزه با توجه به نیاز دامداران و فقر بسیاری از مردم خصوصاً در روستاها، حالتی تجاری به خود گرفته و عده‌ای سودجو از طریق پرداخت اجرت و اجیر کردن کارگران روزمزد اقدام به جمع‌آوری گونه‌های دارویی و غذایی شناخته شده جهت ارائه به بازار مصرف می‌نمایند و در فصل رویش این گیاهان در بازارهای استان گروهی از مردم روستایی به کار فروش این گیاهان خداداده می‌پردازند. (تصاویر ۳۵ و ۳۶) بدین ترتیب برخی از گیاهان با ارزش مانند آویشن، بیلهر، کارده و... در اثر بهره‌برداری‌های بی رویه در معرض نابودی قرار گرفته‌اند. جا دارد مسئولین استان خصوصاً سازمان حفاظت محیط

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۱۲۱

زیست به بررسی وضعیت موجود به شکل اساسی پردازند زیرا به عنوان مثال، هم اکنون بسیاری از نقاطی که منطقه رویش کنگر بوده است، به علت چیدن بی رویه این گیاه فاقد کنگر می باشد و روند رو به رشد این مشکل در سال های آتی بسیاری از مشکلات را برای منطقه بویژه دامداران در پی خواهد داشت.



تصویر ۳۵- مردان در حال فروش گیاهان خودروی خوراکی



تصویر ۳۶ - زنان در حال فروش گیاهان خودروی خوراکی

منابع

- باقری، محمدرضا. (۱۳۷۳)، "علل تخریب مراتع استان کهگیلویه و بویراحمد و پیشنهاداتی برای احیا و اصلاح آن"، *مجموعه مقالات کنفرانس رشد و توسعه استان کهگیلویه و بویراحمد*، معاونت ترویج و مشارکت مردمی، شهریور ماه.
- غفاری، یعقوب. (۱۳۵۵)، *پوشش گیاهی کوه گیلویه و بویراحمد*، چاپ داریوش یاسوج، ناشر مؤلف، چاپ اول.

معرفی گیاهان خودروی خوراکی کوه ... ۱۲۳

- غفاری، یعقوب (۱۳۶۲)، *نمونه‌ای از اشعار محلی کوه‌گیلویه و بویراحمد*، چاپ امیر یاسوج، ناشر مؤلف، چاپ اول.
- غفاری، یعقوب. (۱۳۷۳)، "جنگل‌ها، مراتع و توسعه"، *مجموعه مقالات کنفرانس رشد و توسعه استان کهگیلویه و بویراحمد*، معاونت ترویج و مشارکت مردمی، شهریور ماه.
- قهرمان، احمد. (۲۵۳۷)، "فلور ایران"، انتشارات انجمن ملی حفاظت منابع طبیعی و محیط انسانی، جلد اول.
- مظفریان، ولی الله. (۱۳۷۳)، "پوشش گیاهی و پراکنش آن در استان کهگیلویه و بویراحمد"، *مجموعه مقالات کنفرانس رشد و توسعه استان کهگیلویه و بویراحمد*، معاونت ترویج و مشارکت مردمی، شهریور ماه.
- موسویان، شاهرخ. (۱۳۸۰)، *که دنا*، انتشارات، نقش جهان تهران، چاپ اول.
- نیک‌اقبالیان سیسختی. (۱۳۸۸)، *زواره، دنا نام‌ها یادها*، ناشر چویل یاسوج، چاپ اول.