

UNA DESCRIPCIÓ DE LES NOSTRES PLANTES

Aquest treball que aquí encetem està realitzat en forma de fitxes herborístiques, amb descripció botànica de la planta, de les propietats que li són reconegudes i també aquelles que hom li atribueix popularment. Hem volgut lligar aquests aspectes perquè pensem que, al costat del rigor científic, hi ha d'haver també les dades que ens proporciona la nostra pròpia experiència popular, arribada moltes vegades per transmissió oral, en forma de dites, refranys, llegendes, etc. que val la pena de divulgar.

La naturalesa de la tasca que ens proposem ja fa veure, doncs, que aquestes col·laboracions, que aniran tenint continuïtat en el futur, no són, ni molt menys, una cosa ja arrodonida i acabada, sinó que haurien de ser completades i enriquides per tots aquells lectors riberencs, estudiosos de la nostra natura, que vulguin ajudar-nos amb les seves indicacions i formar part, també, d'aquest grup de treball que molt aviat volem que comenci a funcionar dins al Centre d'Estudis.

Per raons d'espai, hem seleccionat en aquesta ocasió només unes quantes fitxes de les que ja tenim elaborades: són les que a continuació podeu observar:

PONIOL

Nom científic: *Satureja fruticosa*

sinonímia: Cat.: poniol, poliol blanc. Cast.: ajedrea blanca (variants: paniol).

El poniol té una soca lleunyosa de la qual surten brots quadradets i prims, d'un o dos pams d'alçada, coberts per les quatre cares d'un borriçol blanc i molt petit. Les fulles són ovalades enfrontades, les que són prop de la soca són més grans i les que neixen entre les flors, més petites. Les flors són petites i formen un ramet a l'axil·la de les fulles superiors. Floreix a partir de Sant Pere fins ben entrat el mes d'octubre. Es cria a les clivelles de les roques calcàries del litoral i fins a les muntanyes de l'interior de Catalunya.

Virtuts: És força estimada com a estomacal i digestiva; es prenen tisanes, generalment després de les menjades i sobretot quan sembla que no s'ha paït bé el menjar. També és usual prendre plats de sopes escaldades amb poniol per a l'estómac i el mal de ventre. Algun autor ha dit: «La planta dona una infusió excitant i digestiva, massa poc coneguda».



RUDA

Nom científic: *Ruta chalepensis*

finonímia: Cat.: ruda. Cast.: ruda. (També anomenada en alguns indrets, herba de bruixa).

És una mata que viu uns quants anys, la soca es torna llenyosa i totes les primaveres treu uns nous brots, tendres i rectes, que aconseguen de dos a quatre pams d'alçada; les fulles són verdes i molt dividides. Les flors formen ramets terminals, la del mig té cinc pètals, les altres en tenen quatre i són de color groc.

El fruit és una càpsula arrodonida amb cinc lòbuls la del mig, i quatre les restants. Floreix a la primavera i l'estiu. Es cria a les proximitats dels horts, es recullen les parts florides al començar a obrir-se.

Virtuts: La més important és la que ve donada per l'acció de la rutina, que augmenta la resistència dels capilar sanguinis, evitant les hemorràgies. L'ús popular més important és la seva capacitat per provocar la menstruació; a aquesta virtut es deu el refrany: «Si la dona sabés les virtuts de la ruda, aniria a buscar-la a la lluna».

La dosi emprada ha d'ésser petita, ja que la planta és tòxica en grans quantitats i pot, fins i tot, causar la mort.

També actua sobre les fibres musculars uterines i, com a conseqüència, pot provocar avortaments. Popularment s'ha emprat com a avortiva en el bestiar, amb l'herba bullida. Algunes persones l'empren també per rentar els ulls i llagues. Ovidi i altres autors clàssics compartien l'opinió que la ruda pot fer la vista més penetrant. Altres expliquen que la presència d'aquesta planta allunya els rèptils, possiblement a causa de la seva forta olor característica.

A la comarca, a Vinebre diuen que serveix per a desembruixar-se, fregant-se-la per tot el cos. A Ascó no se sap: la contalla ens diu que, una vegada, les bruixes reunides al pla de Vallxiqué ballaven i cantaven tot dient:

«Si la volguéssiu saber,
la virtut que té la ruda...»

i una dona que les espiava els va preguntar quina virtut tenia. Llavors elles, amb burla li respongueren:

«D'haver callat, xafardera,
prou que l'hauries sabuda».



SAJOLIDA

Nom científic: *Satureja montana*

sinonímia: Cat.: sadurija, saldoriya, sajurida, sajulida, herba de les olives. Cast.: Ajedrea montesina, jedrea, hisopillo. A la Ribera, en algun poble també en diuen sedolitja.

És una mateta d'un a dos pams d'alçada amb rames fortes, aspra al tacte, llenyosa a la base, té moltes fulles enfrontades, estretes i agudes, amb vores senceres. Les flors surten a les axil·les de les fulles superiors i són blanques o rosades. Floréix a l'estiu i a la tardor, a partir del juliol. Es cria en llocs pedregosos i en terrenys calcaris de gran part del país.

Virtuts: És estimulante, tònica i aperitiva, es pren en forma de tisanes, una culleradeta de cafè de fulles en una tassa d'aigua bullint després de les menjades, per facilitar la digestió.

Com a aperitiu es prenen les olives amanides amb sajolida.

Usada per combatre un bon seguit de malalties, des de les angines, bronquitis, etc., fins a la impotència i frigidesa.

És curiós comprovar que, essent com diuen una planta estimulante, alguns autors, lligant l'etimologia del nom científic llatí amb la figura mitològica dels sàtirs, li atribueixen propietats afrodisíaqües.



TE DE ROCA

Nom científic: *Jasonia flutinoso*

sinonímia: Cat.: te de roca, te roquer. Cast.: té de roca o simplement te.

El te de roca forma una petita soca llenyosa que es va desenvolupant d'any en any sense estirar-se i així surten d'ella uns rebrots viscosos d'un a dos pams d'alçada, generalment de color rogenc i coberts de pèl; les fulles són lanceolades, de vores senceres i cobertes també de pèl per tots dos costats. Les flors se situen a l'extrem dels brots, normalment més d'una en cada un, són petites i de color groc. Floreix a partir de juny fins a l'agost. Es cria a les esclotxes de les roques calcàries de la major part de les muntanyes de Catalunya.

Virtuts: És una espècie d'ús eminentment popular, sobretot a Catalunya i a l'Aragó. S'utilitza com a estomacal i contra les indisposicions de ventre, es pren amb infusió, generalment, amb una rameta per tassa ja n'hi ha prou. És millor recollir-la abans que les flors s'obrin del tot.



TIMÓ

Nom científic: *Thymus vulgaris*

sinonímia: Cat.: timó, timonet, farigola, frígola. Cast.: tomillo. A Ribarroja també és conegut com a timó blanc.

És una mata llenyosa d'un pam o una mica més d'alçada, molt poblada de fulles entre ovalades i lanceolades que semblen més estretes perquè a la nostra comarca molt sovint la sequera fa que s'enrotllin cap al revers; les flors són rosades o blanques, floreix a la primavera, a partir del mes de març. Es cria en llocs exposats al sol i en terres calcàries i argiloses.

Es recull tota la planta, millor quan es troba florida.

Virtuts: S'utilitza per estimular la circulació capil·lar, té propietats antisèptiques i antiespasmòdiques i actua sobre l'aparell respiratori, modificant les secrecions i moderant els espasmes. Es pren en infusió com a tònica digestiva i, en alguns casos, contra alguns paràsits intestinals, com a estimulants de la gana i per facilitar la digestió.

L'ús popular més freqüent és com a antisèptic, per rentar ferides i en casos d'infeccions buccals. També és força usual en les nostres contrades prendre un plat de sopes de pa escaldades amb timó, per a temperar l'estómac. Hi ha gent que prefereix collir el timó el dia de Dijous Sant perquè, segons es diu les flors no cauen. La sopa de pa, escaldada amb aigua de farigola collida el Dijous Sant, cura del mal de ventre.

Terra de farigola,
terra de poc pa...

Una infusió de timó es pren com a substituïts agradable del te o del cafè i són nombroses les malalties que ajuda a combatre.



HERBA CONTRA SANG

Nom científic: *Sideritis ilicifolia* (var. *hirsuta*)

sinonímia: Cat.: herba contra sang, herba de la feridura, herba de Sant Antoni. Cast.: sidefita, garranchuela.

És una mata d'un a dos pams d'alçada molt peluda; les fulles són oposades i dentades, es diferencia d'altres *sideritis* perquè a la corol·la els dos llavis superiors són més llargs que els inferiors i són blancs, en canvi els segons són de color groc. Floreix a la primavera i estiu, a partir del mes de maig. Es cria en llocs erms, en colls pedregosos, principalment en terrenys calcaris.

Virtuts: És vulnerària, és a dir, contribueix a la cicatrització de les ferides i a guarir contusions; en alguns indrets s'empra també com a digestiva. L'ús popular més conegut és com a hipotensora, o sigui, per «rebaixar la sang», com es diu habitualment. A Cardó i altres indrets de la nostra comarca hom l'anomena herba de la pulmonia, i la fem servir per guarir aquesta malaltia amb infusions.



HERBA QUEIXALERA

Nom científic: *Hyoscyamus albus*

sinonímia: Cat.: jusquiám blanc, herba queixalera, herba de la Mare de Déu, queixals de vella.

Planta de la família de les solanàcies, amb fulles amples i de textura pil·losa i flors de color groc clar acampanades. Fruit arrodonit, que es conserva un cop sec dintre del calze de la planta. Viu en murs, llocs enrunats, etc., i rebrota cada any.

Planta especialment peril·losa, ha estat usada per les seves propietats al·lucinògenes. Hom diu que les bruixes en feien pòcimes i la creença popular a la comarca diu que és tan forta que, si hom fa migdiada al seu costat, ja no s'aixeca.

Virtuts: per tal de guarir el mal de queixal i atesa la seva peril·lositat, cal procedir amb molta cura. En primer lloc, es tiren les llavors sobre les brases; tot seguit, en un pot es recull el fum que puja. Escaldar aigua bullida i tirar-la al tupí, el vapor que desprèn amb el baf que vagi a la galta, tancant els ulls perquè poden resultar perjudicats. Així és com mata els cucs dels queixals (segons la creença popular entre nosaltres).



M. Teresa Pinyol

BIBLIOGRAFIA BÀSICA

* FOLCH i GUILLÉN, R.: *La vegetació als Països Catalans*. Ketres editora. Barcelona, 1981.

* FONT i QUER, P. *Plantas medicinales. El Dióscorides renovado*. Ed. Labor. Barcelona, 1961.

* FONT i QUER, P. *Flórula de Cardó*. Barcelona, 1950.

GOMIS i MESTRE, C. *Dites i tradicions populars...* C.C.C., Editorial Montblanc-Martín, Barcelona, 1983.

MASCLANS i GIRVÉS, F. *Els noms de les plantes als PP.CC.* Ed. Montblanc-Martín. Barcelona-Granollers, 1981.

Nota: Les il·lustracions de les diverses plantes que apareixen al treball pertanyen a Eugeni Sierra i Ràfols, extretes dels llibres que a la Bibliografia figuren amb un (*).