



Caminada per la rodalia de Sant Llorenç de Morunys

TEXT I IMATGES: Francesc Caralt Rafecas

Responsabilitat i precaució amb les plantes

Us convidem a una passejada per la Vall de Lord, al Solsonès. Concretament, la ruta que us proposem transcorre per la rodalia de Sant Llorenç de Morunys, endinsant-se a l'interior del terme municipal de Guixers. Es tracta d'un trajecte curt i fàcilment accessible, en el qual trobem força diversitat vegetal. Cal dir que en aquest article no es presenta la relació exhaustiva de les plantes

que s'hi poden trobar, sinó que s'ha fet una selecció d'aquelles que s'han considerat més interessants. També és important destacar que moltes de les espècies citades es poden trobar en diversos trams d'aquesta ruta i que s'ha optat per anomenar-les una sola vegada, ubicant-les en el tram que s'ha considerat més adient. Esperem que us animeu a fer la ruta i sobretot que la gaudiu.



La Vall de Lord.



Situat a la zona muntanyosa de la comarca del Solsonès i formant part ja del Pirineu, concretament al bell mig de la Vall de Lord, hi trobem el municipi de Sant Llorenç de Morunys. Amb poc menys de mil habitants, Sant Llorenç esdevé un atractiu turístic tant per la bellesa dels seus paisatges com per la rellevància dels monuments històrics i artístics que s'hi poden trobar. L'afluència de visitants es reparteix durant tot l'any; a l'estiu és freqüentat pels estiuèjants, a la tardor pels caçadors de bolets i a l'hivern pels esquiadors, perquè entre les serralades que l'envolten hi ha la del Port del Comte, on es troben les conegudes pistes d'esquí, a part de les serralades del Verd i de Busa.

Aquest municipi compta amb una història mil·lenària, estretament vinculada amb les lluites territorials de diversos comtes i, sobretot, a la vida i trajectòria del monestir de Sant Llorenç, que és considerat l'embrió de l'actual població. L'origen d'aquest monestir es troba en una comunitat de clergues regulars que, cap a l'any 885, habitava aquest indret; també es podria associar a aquesta data el naixement del municipi, tot i que no fou fins l'any 992 que rebé el nom de Sant Llorenç de Morunys, essent anomenat fins aleshores Sant Llorenç de Lord.

Aquest llarg bagatge històric ha deixat nombroses empremtes culturals i arquitectòniques en el municipi. Entre moltes d'altres, citarem un parell d'exemples que, probablement, constitueixen els referents més emblemàtics dels que podríem parlar. En primer lloc, l'antiga vila d'estructura medieval (de planta irregularment pentagonal), juntament amb les restes de les antigues muralles que la protegien, i que constitueix l'actual nucli antic del municipi. I, en segon lloc i com no podria ser d'altra

manera, l'església romànica de Sant Llorenç, construïda el segle XI en l'antic monestir del qual sorgí la població i que està declarada bé cultural d'interès nacional. Dins l'església, s'hi pot veure el retaule barroc de la Mare de Déu dels Colls, obra de l'escultor Josep Pujol Juhí (1734-1809), que és considerada una de les obres més paradigmàtiques del barroc català (tot i que fou tallada en un moment en què ja predominava el corrent artístic neoclàssic); també en són referents el retaule gòtic de l'Esperit Sant, l'altar major i l'orgue renaixentista.

Enmig d'aquest context històric, cultural i natural, us proposem un passeig curt i sense dificultats, en què s'hi pot trobar una gran varietat d'espècies vegetals. La ruta neix a la rodalia de Sant Llorenç de Morunys, concretament al camí asfaltat que es troba just abans de la tanca d'entrada del Càmping Morunys, a la dreta. Seguint aquest camí, no trigarem a endinsar-nos en el terme municipal de Guixers, bàsicament perquè el terme de Sant Llorenç aviat és acabat; cal dir que és el més petit de la comarca del Solsonès (4,3 km²).

En el primer tram de la nostra caminada (del punt d'inici al punt C, vegeu el mapa), a banda i banda del camí hi trobem camps de pastura. Sovint conreats amb farratge (normalment userda -*Medicago sativa*-) sense massa miraments, afavorint així l'aparició espontània d'altres espècies herbàcies que complementen, de forma natural, l'aportació farratgera. Per aquest motiu, periòdicament, s'hi poden veure vaques i/o cavalls alimentant-se'n. Tant els marges d'aquests camps com els mateixos camps de pastura ens ofereixen aquí bona diversitat de plantes pertanyents a la família de les compostes, entre les quals sempre crida l'atenció la inflorescència porpra-rosada, capcota (nutant) i al-



Sant Llorenç de Morunys.



hora espectacular de *Carduus nutans*; sense desmerèixer altres compostes de capítol punxant que també s'hi poden trobar, com l'arrencapets (*Centaurea scabiosa*), imponent per la grandària dels seus capítols i la coloració púrpura de les flors que els formen. O bé *Centaurea aspera*, a la qual s'han atribuït propietats lleugerament hipoglucemiants, per les quals s'ha guanyat el nom popular d'herba del sucre. Per no parlar de l'araneós card fuell (*Carthamus lanatus*), en què els capítols semblen enteranyinats a causa de la llarga i fina pilositat que s'hi enreda. Però, en el tram, també hi trobem compostes amb capítols de bràctees no espinescents, com per exemple l'esperrallac (*Santolina chamaecyparissus*), una planta de port herbaci amb propietats medicinals d'ampli espectre, similars a les de la camamilla (*Matricaria recutita*), que sol ser fàcil de reconèixer per la multitud de capítols discoidals terminals, densament replets de flors grogues, i per les seves fulles estretes, pràcticament linears i finament dividides. O, per esmentar un segon exemple, l'altimira (*Artemisia vulgaris*), una planta que, dins d'aquesta família, sorprèn per la minúscula mida dels seus capítols agrupats en panícula i que ha estat utilitzada, tradicionalment, com a digestiu, en trastorns gastrointestinals, per a l'oxiürosi¹ i en el cas de regles irregulars; també per a les varius i, fins i tot, per als estats de nerviosisme.

En un ambient com aquest no hi poden faltar les gramínies; per esmentar-ne algunes podem desta-

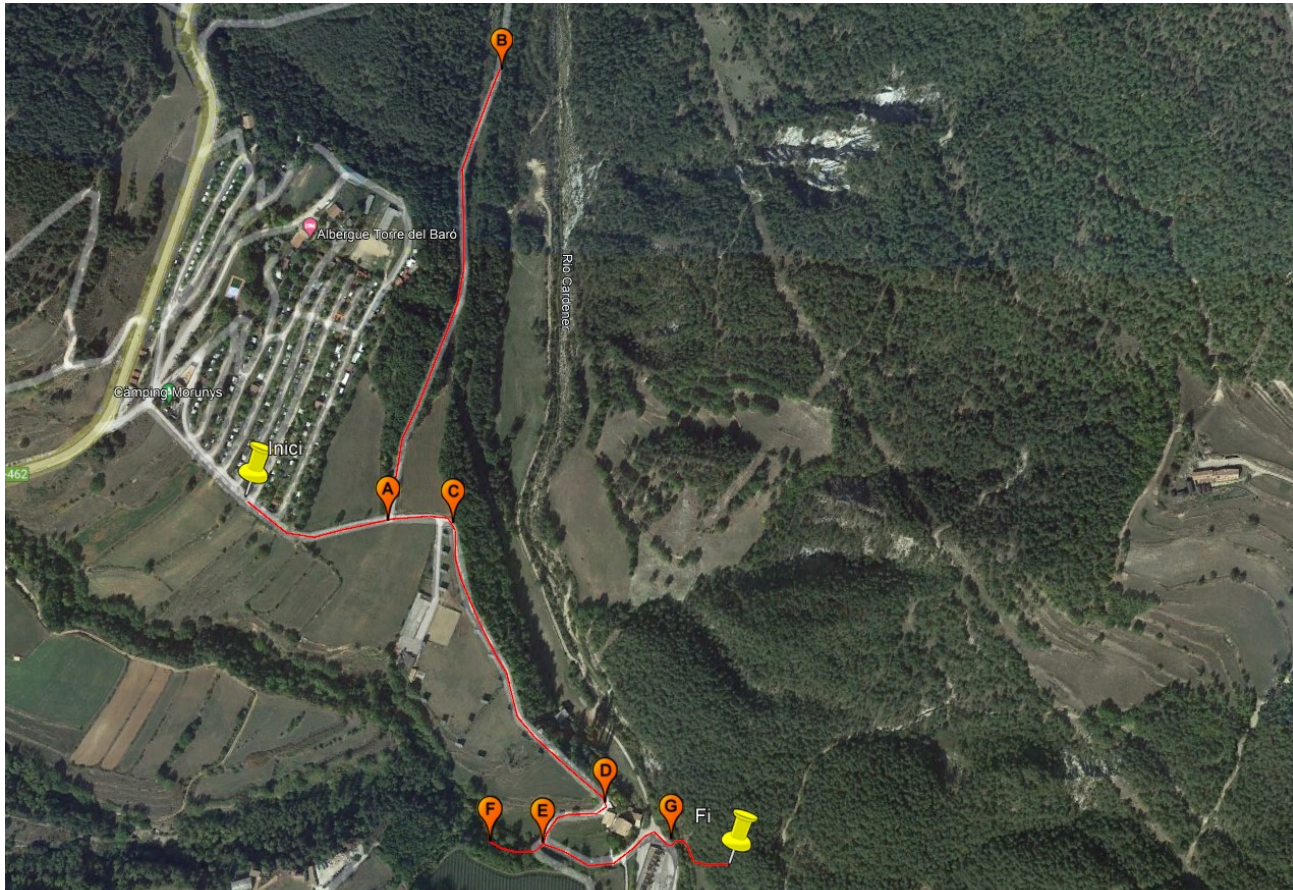


Carduus nutans.

¹L'oxiürosi, també anomenada enterobiasi, és una infestació per nematodes (cucs) paràsits de l'espècie *Enterobius vermicularis*. L'ésser humà és l'únic hoste d'aquest paràsit que, especialment, infesta nens menors de dotze anys. La infestació es produeix principalment a la part inferior de l'intestí i les femelles, a la nit, migren cap a l'exterior de l'anus (a la regió perianal) per dipositar-hi els ous. La substància enganxosa (gelatinosa) en la qual dipositen els ous, juntament amb el moviment de la femella, provoca el prurit anal característic que, val a dir, és molt molest.

car *Melica ciliata*, el fenàs de marge (*Brachypodium phoenicoides*), el pèl de bou (*Poa annua*), *Festuca arundinacea*, la panissola verda (*Setaria viridis*) i també hi podem trobar alguns peus de cua de rata (*Phleum phleoides*). Alhora, en aquest tram, s'hi veu representada la família de les rosàcies, gràcies als espinosos aranyoners (*Prunus spinosa*), arbustos molt abundants per aquestes contrades, i preciosos quan es tenyeixen de blanc a l'època de floració. Un altre arbust destacable de la mateixa família, i freqüent de trobar-hi, és el cirerer de guineu (*Prunus mahaleb*) que, per la seva resistència al fred i la sequera, ha estat usat com a peu d'empelt per a alguns arbres fruiters pertanyents a les rosàcies (especialment per al cirerer - *Prunus avium* -). Pertanyents a aquesta mateix tàxon, hi trobem, alhora, plantes de port herbaci, de les quals n'esmentarem un parell d'exemples. L'agrimònia (*Agrimonia eupatoria*) que, per les seves propietats astringents, antioxidants i antiinflamatòries, ha estat utilitzada per fer gargarismes en casos d'inflamacions de la mucosa orofaríngia i per ajudar en la cicatrització de ferides. I la pimpinella (*Sanguisorba minor*), les fulles de la qual es poden afegir a l'amanida pel seu gust de cogombre, i que sorprèn per la inflorescència compacta, en forma de glomèrul ovoide, que fa dubtar de la pertinença d'aquesta espècie a l'esmentada família.

Arrelat en el marge del mateix camí, hi podem trobar un petit noguer (*Juglans regia*) i, prop d'ell, enmig d'una de les parcel·les de pastura, se n'hi veu un altre, gran i longeu, que presenta una majestuosa capçada de grans dimensions. És interessant fer incís en el fet que el fruit del noguer, la nou, no té res a veure amb el tipus de fruit que botànicament es coneix amb el nom de nou (que correspondria al fruit de l'avellaner, del faig o del castanyer, per posar alguns exemples). Morfològicament, la mal anomenada "nou" del noguer s'assembla al fruit de tipus drupa, però existeixen dues peculiaritats que el diferencien prou d'aquest com per anomenar-lo de manera diferent tot i ser considerat un fruit drupaci, rebent així el terme botànic de trima: per una banda l'epicarpi i mesocarpi, quan es deshidraten a la maturitat, s'esberlen alliberant l'endocarpi (que és la "nou", amb closca, que es ven com a fruita



Mapa de la ruta per la rodalia de Sant Llorenç de Morunys.

seca), i per l'altra el fruit es forma, com és lògic, a partir de l'ovari però, en aquest cas, també amb la participació del tàlem.

Enmig del tram en què ara som, val la pena agafar aire, aixecar el cap i dirigir la vista cap al poble. La vista des d'aquí és simplement meravellosa. Sant Llorenç fa gala d'una línia urbanística molt ben cuidada i, com si es tractés d'un quadre, es presenta immers en l'agrest paisatge on és dolçament bressolat per la serralades que l'envolten. Tot plegat, una visió bucòlica que aparenta, ben bé, un d'aquells poblets encisadors de pessebre.

Un cop recreada la mirada en aquest paisatge gairebé idíl·lic i continuant amb el nostre passeig, és interessant destacar que podem trobar fàcilment, en aquest tram, la corretjola comuna (*Convolvulus arvensis*), una convolvulàcia típica d'aquests hàbitats, però que val la pena esmentar per marcar la diferència amb el també present fajol bord (*Fallopia convolvulus*). Tot i presentar un port molt semblant a la corretjola, aquesta planta pertany a la família de les poligonàcies, la qual cosa es fa palesa, a part

òbviament de la inflorescència, si observem la presència d'òcrea² en els seus nusos.

Abans de continuar avançant en el nostre recorregut, val la pena mencionar algunes plantes més, no pas totes, que podem trobar en aquest tram. El sarronet de pastor (*Capsella bursa-pastoris*), crucífera tradicionalment feta servir per reduir el sagnat menstrual excessiu (en dones amb cicles mensuals regulars). *Echium vulgare*, boraginàcia amb la corolla en forma de boca i de la qual en sobresurt un llarg estil, culminat amb un estigma bifid, recordant la boca i llengua d'una serp; d'aquí el seu nom comú, viperina ("viborera" en castellà). La carabassina (*Bryonia cretica*), una cucurbitàcia considerada tota ella tòxica, especialment l'arrel i els fruits (baies), tot i que els brotets joves (tendres) poden ser comestibles. La barbata safranera (*Tragopogon crocifolius*), una composta acolorida, amb la base i l'àpex de les lígules de color groc i la part mitja tenyida d'un marró vermellós, proporcionant així un contrast de bellesa inusual. La lleterola d'hort (*Euphorbia helioscopia*), una de les euforbiàcies conegudes com a llete-

²S'anomena òcrea l'estructura membranosa que envolta la tija i procedeix de la soldadura de les estípules. És característica de les plantes de la família de les poligonàcies.

reses o lleteroles, caracteritzada per la seva inflorescència terminal (pleocasi) distribuïda radialment i suportada sobre cinc radis molt aparents. La pastanaga borda (*Daucus carota* subsp. *carota*), de la qual no deixa de sorprendre mai la flor negra que sovint apareix enmig de les innumerables corol·les blanques que formen la umbel·la composta. L'orenga (*Origanum vulgare*), una labiada que, com tots sabem, és àmpliament utilitzada com a espècie culinària. El borrisol (*Stellaria media*), pertanyent a la família de les cariofil·làcies i tradicionalment emprada com a farratge per a gallines i conills. I, finalment, una altra planta del mateix gènere, la rèvola (*Stellaria holostea*). Ambdues *Stellaria* tenen les flors de color blanc; això no obstant, la primera presenta la secció de la tija circular, mentre que *S. holostea* la té quadrangular. Els pètals de les flors d'ambdues espècies són vistosos i fortament lobulats, però mentre que en el cas de la rèvola la incisió que separa els lòbuls arriba pràcticament a la meitat de la longitud del limbe, en el cas del borrisol aquesta incisió gairebé recorre la longitud total del pètal, donant la sensació que de cada pètal se'n generen dos.

Aproximadament cap a la meitat d'aquest tram (punt A del mapa), agafarem el trencall de l'esquerra per seguir uns metres en el camí que ens portaria a Cal Mosqueta (tram d'A a B, en el mapa), una antiga serradora en la qual es construí un allotjament rural. En aquest punt, on les cobertes arbòries no interfereixen, és aconsellable aixecar el cap i dedicar uns instants a mirar a cel obert. Si estem de sort, la visió clara i neta que es pot gaudir des d'aquí ens permetrà veure alguna de les bandades de voltors (*Gyps fulvus*) que sovint sobrevolen la zona

i que, de ben segur, ens farà reflexionar sobre la vulnerabilitat de la vida i els equilibris dels ecosistemes. O, qui sap, potser podrem arribar a veure algun dels altres rapinyaires que sovint planen, elegantment i en espiral, gràcies als corrents tèrmics ascendents, alhora que inspeccionen els camps a la recerca de preses.

Esperant haver vist alguna d'aquestes aus impressionants, toca ja baixar la mirada i agafar el trencall, deixant el recorregut principal de la ruta al



Sanguinyol (*Cornus sanguinea*).

qual retornarem, aviat, sobre els nostres mateixos passos. Al principi d'aquest camí, a la dreta, una estacada mallada protegint un camp de pomeres (*Malus domestica*) ens crida l'atenció. Fa goig fer-hi una ullada per adonar-nos com, a finals de juliol i principis d'agost, les pomes, fins aleshores verdes, trenquen el color, envermellint-se. Just a la vora d'aquest cultiu, però ja en el camí, agrada veure-hi una població considerable de crespinel·l groc (*Sedum acre*) que, un cop florida, sorprèn per la catifa de flors d'un groc intens que presenta. Uns metres més endavant ens endinsem en l'ombra fresca i atapeïda d'una roureda (*Quercus pubescens*) en què s'hi alterna pi roig (*Pinus sylvestris*). En el sotabosc d'aquesta comunitat, i especialment vorejant el camí, hi trobem arbustos com ara el cirerer de guineu, del qual ja hem parlat, el tortelatge (*Viburnum lantana*), una adoxàcia amb inflorescències de flor blanca semblants a umbel·les (en realitat cimes corimbiformes) que, per aquesta similitud, fàcilment ens erràriem ubicant-la en la família de les umbel·líferes. El ginebró (*Juniperus communis*), els gàbuls del qual tenen propietats diürètiques, antisèptiques urinàries i



Crespinel·l groc (*Sedum acre*).



Astragalus glycyphyllos.

antioxidants, i, també el sanguinyol (*Cornus sanguinea*), els fruits del qual, drupes de color negre-blavós a la maduresa, s'han usat tradicionalment com a antidiabètiques i hipolipemiantes, mentre que a les fulles se'ls ha atribuït propietats febrífugues i analgèsiques.

Com és lògic, les plantes de port herbaci també hi són presents aquí, tot i que la densitat de la coberta arbòria no els dona gaires oportunitats. Una de les que viu bé en aquest ambient és *Astragalus glycyphyllos* que destaca pel seu port reptant, per la seva mida (el més gran d'aquest gènere a casa nostra) i per les seves inflorescències grogues en raïm pedunculat. Una mica més endavant, on la densitat de la bosquina es relaxa, desapareixen els roures i s'hi troben alguns herbassars (on hi predominen les gramínies com les que s'han comentat) en clarianes, entre pins i a la vora del camí. Allí, on la radiació del sol és més present, hi podem trobar altres plantes herbàcies i arbustives com la repalassa borda (*Verbascum nigrum*), pertanyent a la família de les escrofulariàcies i que rep el seu epítet específic (*nigrum*) per la tonalitat verd fort de l'anvers foliar. *Lapsana communis*, que tot i ser una de tantes compostes de color groc, és fàcilment reconeixible per la seva mida i esveltesa, ja que les seves tiges, d'entrenusos llargs i fins a 125 cm d'alçada, conclouen amb àmplies i laxes inflorescències en panícula corimbosa. Gràcies a les seves propietats antisèptiques i antiinflamatòries, antigament havia estat usada per tractar les clivelles i llaguetes que durant la lactància es produïen en els mugrons, d'aquí que tradicionalment se la conegui amb el nom d'herba de les mamelles. *Ligustrum vulgare*, una oleàcia coneguda amb el nom comú d'olivereta, que destaca per les seves inflorescències en panícula, terminals, denses i erectes que ressalten pel seu blanc intens



Escanyaboc (*Carthamus carduncellus*).

durant l'antesi. La xicoira (*Cichorium intybus*), una composta l'arrel de la qual ha estat usada tradicionalment per al tractament de la simptomatologia digestiva lleu. El marxívol (*Helleborus foetidus*), ranunculàcia, d'inflorescència verdosa, considerada tòxica tota ella, especialment el rizoma. El tàrrec de prat (*Salvia pratensis*), labiada de la qual en destaca especialment la seva bellesa en floració, moment en què desenvolupa unes llargues inflorescències terminals segmentades per verticil-lastres florals (espicastres) amb corol·les de tonalitat blau intens. El lloretet (*Daphne laureola*), timeleàcia que tradicionalment ha estat emprada per combatre l'estrenyiment i de la qual se'n desaconsella l'ús per la seva toxicitat generalitzada. L'escanyaboc (*Carthamus carduncellus*),



Maleïda (*Linum suffruticosum*).

un card (família de les compostes) de mida petita, inflorescència conspícua i lígules blaves. L'angelina (*Teucrium pyrenaicum*), labiada de port sovint procumbent, de tija llargament pilosa i amb la corol·la blanca o grogosa i unilabiada, com és propi de les plantes pertanyents als gènere *Teucrium*. La trepedella borda (*Onobrychis supina*), lleguminosa de fulles compostes i inflorescències en raïm llarg i dens,



Angelina (*Teucrium pyrenaicum*).



Blada (*Acer opalus*).

llargament pedunculat, replet de flors de corol·la rosada. La maleïda (*Linum suffruticosum*), una bonica linàcia, més aviat petita, que delecta la vista amb les seves flors de pètals blancs i unglà violàcia. Finalment, cal destacar que en el sotabosc de zones de pi roig, i tocant pràcticament al camí, hi trobem la falguera *Pteridium aquilinum*, la part aèria de la qual (les frondes) mor en l'estació més desfavorable, regenerant-se quan les condicions climàtiques són més propícies.

Refet ja el camí en direcció contrària i havent retornat al trajecte principal de la ruta, ara és l'hora d'emprendre el tram de baixada, que transcorre paral·lel al riu Cardener (tram des del punt C al D del mapa), la qual cosa queda palesa per l'omnipresent brogit del corrent d'aigua mentre anem observant la vegetació. A la part esquerra del tram, una densa massa bosquina establerta sobre un

pendent d'acusat desnivell que acaba a la riba del riu, conté a més dels roures i pins rojos ja comentats altres arbres com l'avellaner (*Corylus avellana*), una betulàcia el fruit de la qual (l'avellana) és rica en àcids grassos insaturats i conseqüentment contribueix a la salut cardiovascular. També hi podem trobar l'auró blanc (*Acer campestre*) i la blada (*Acer opalus*); ambdues sapindàcies fructifiquen en disàmara (fruit esquizocàrpic format per dues sàmares), essent fàcilment diferenciables per la forma de la fulla (lòbuls força menys incisos en el cas de la blada) i també per l'angle d'obertura de les dues sàmares que formen el fruit; en el cas de l'auró blanc les sàmares pràcticament estan alineades, formant un angle d'aproximadament 180°, mentre que en el cas de la blada les dues sàmares formen un angle força més agut, tot i que no arriben a ser mai gairebé paral·leles (angle molt agut), com succeiria en el cas de l'auró negre (*Acer monspessulanum*), el qual no és present en aquesta ruta.

Prestant atenció al sotabosc que limita amb el camí, a part d'alguns arbustos ja comentats, hi podem trobar també el boix (*Buxus sempervirens*), el qual per aquestes contrades no es veu afectat, almenys de moment, per la plaga que representa la papallona del boix (*Cydalima perspectalis*) i que, en diversos llocs de Catalunya, està suposant una seriosa amenaça per a la supervivència de l'espècie. També hi podem trobar la coronil·la boscana (*Hippocrepis emerus*), una lleguminosa de flor groga, fàcilment identificable per presentar l'ungla de l'estendard (pètal superior) molt més llarga del que seria normal en una corol·la papilionada. I també hi és freqüent el lligabosc etrusc (*Lonicera etrusca*), una caprifoliàcia autòctona, enfiladissa, que es caracteritza pel fet de



Card d'erigó (*Echinops sphaerocephalus*).



Pericó (*Hypericum perforatum*).

presentar dues bràctees soldades a la base d'una inflorescència clarament pedunculada (a diferència de *L. implexa* - no present en aquesta ruta -, la inflorescència de la qual és sèssil).

Pel que fa a l'estrat herbaci, i també a la vora del camí on tenen la llum suficient per créixer, hi trobem, entre d'altres, el card d'eriçó (*Echinops sphaerocephalus*), una composta amb grans inflorescències esfèriques i terminals formades sorprenentment, i com és propi d'aquest gènere, per estrets capítols uniflors. La blenera (*Verbascum lychnitis*), que juntament amb *V. nigrum* (comentat al tram anterior) i d'altres plantes del gènere *Verbascum*, han estat denominades herbes bleneres perquè, pel seu alt contingut en mucilags, antigament servien per fer els blens dels llums d'oli. La cerverina (*Catananche caerulea*), composta caracteritzada, sens dubte, per les bràctees totalment escarioses dels seus capítols flo-

ral. L'herba blava (*Polygala calcarea*), una poligalàcia amb propietats mucolítiques, expectorants i anti-tussives, que destaca pel color blau intens de les seves flors, d'aquí el seu nom comú. El pericó (*Hypericum perforatum*), una hipericàcia de la qual últimament se'n ressalten les seves propietats antidepressives i que, pel seu eficaç efecte antiinflamatori, ha estat usada i encara s'usa per a l'elaboració d'olis de cop. I la flor de la fam (*Potentilla neumanniana*), en les tiges d'aquesta rosàcia s'hi observen pèls patents, que destaquen per ser més llargs que el diàmetre de la mateixa tija.

A l'altra vora del camí, al peu d'un marge de pedra que delimita els terrenys d'una granja i de camps de pastura, hi trobem, entre d'altres plantes que ja hem anat comentant, l'escabiosa blanca (*Cephalaria leucantha*), una caprifoliàcia similar a l'escabiosa (*Scabiosa atropurpurea*) però amb els capítols constituïts per flors de corol·la blanca. També hi podem trobar el traspic perfoliat (*Noctaea perfoliata*), una crucífera de silícula angustisepta, similar a la del sarronet de pastor (*Capsella bursa-pastoris*), però amb les fulles de la roseta basal pràcticament enteres, en comparació amb les pinnatipartides del sarronet de pastor. En acabat el marge, una tanca de filat el substitueix; darrere d'ella, s'hi troba una petita bassa amb aigua corrent que proporciona la humitat necessària perquè hi visquin el capferrat (*Cirsium monspessulanum*) i la menta blanca (*Mentha longifolia*). La primera d'elles pertanyent a la família de les compostes i la segona a la de les labiades. Final-



Capferrat (*Cirsium monspessulanum*).

ment, cal destacar que, entre les pedres de les parets del marge esmentat, és relativament fàcil identificar-hi les frondes de la falguereta de cingle (*Asplenium fontanum*).



Àrnica (*Pentanema salicina*).

Al final de la baixada i en el tram següent de la ruta (del punt D al E del mapa), l'hàbitat i la flora és similar a la del primer tram del transsecte. Això no obstant, en la zona de transició, val la pena mencionar com a novetat *Mantisalca salmantica*, una composta de mida considerable i port lax, que ha estat tradicionalment emprada per a l'elaboració d'escombres casolanes, d'aquí que també rebí els noms populars d'herba escombrera o raspallera. A tocar d'ella, és fàcil observar-hi una població de *Pentanema salicinum*, aquesta és una composta amb capítols de lígules primes i grogues, que s'ha emprat en locions d'ús extern com a antiinflamatòria i antiàlgica, coneguda per aquesta virtut amb el nom comú d'àrnica (per similitud amb les propietats d'*Arnica montana*).

Aquest és, sens dubte, un dels indrets que més m'agrada de la ruta. I és que si feu la passejada de bon matí i procureu sortir amb cautela de la zona de transició, avançareu per una baixada amb alguns oms (*Ulmus minor*) i des d'on podreu gaudir, si teniu sort, de la visió d'un grupet de cabirols (*Capreolus capreolus*) que sovint hi pastura. És increïble, un cop s'adonen de la nostra presència, la longitud dels salts que són capaços de fer i la rapidesa amb què s'escapen. Arribant a pla i situats ja a tocar del camp de pastura, hi podem identificar tres gramínies més: la civada borda (*Avenula pubescens*), el dàctil (*Dactylis glomerata*) i la cua de guilla (*Bromus hordeaceus*), que acompanyen altres plantes de port herbaci, com ara el panical comú (*Eryngium campestris*), una umbel·lífera l'arrel de la qual té propietats diürètiques, expectorants i sudorífiques. La milfulles (*Achillea millefolium*), una composta de capítols petits, amb flors blanques, que ha estat àmpliament usada com a planta remeiera, tant per via tòpica com per via interna, per les seves múltiples propietats. Finalment, el card d'ase (*Cirsium vulgare*), un card (família de les compostes) de capítols araneosos i color·les purpúries que destaca per la seva alçada (pot superar el metre i mig), i es caracteritza per la llarga decurrència de les seves fulles.

Al final d'aquest tram i havent arribat ja al punt E del mapa, agafarem el trencall que ens porta cap al punt F, definint així un apèndix a la ruta que, tot i marxar del trajecte principal, val la pena fer-lo perquè ens endinsem en un petit sotabosc força humit i ombrívol. Just al seu inici hi trobem dos o tres peus de pomera borda (*Malus sylvestris*) i un d'arç blanc (*Crataegus monogyna*) que sorprèn, aquest últim, pel seu port ben bé arbori. Ambdues espècies pertanyen a la família de les rosàcies. Les pomes de la pomera borda, considerades el fruit originari del pecat en collir-lo Eva per oferir-lo a Adam, antigament es consumien; són realment beneficioses per la seva aportació vitamínica i mineral, així com pel seu alt poder antioxidant, a més de contribuir a una bona salut gastrointestinal, gràcies a la fibra que contenen. Pel que fa a l'arç blanc, cal dir que se li han demostrat propietats reguladores de la pressió arterial, per la qual cosa sol ser un bon aliat en patologies de naturalesa cardiovascular.

Es genera, a partir d'aquí, un discret microclima en el qual s'hi fan algunes espècies que no trobem més, al llarg d'aquesta ruta. Com ara l'herba de Sant Benet (*Geum urbanum*), una rosàcia de port her-



Arç blanc (*Crataegus monogyna*).

baci i flor groga que, en contenir una alta concentració en tanins, ha estat emprada tradicionalment com a hemostàtica i antidiarreaica. *Chelidonium majus* (herba d'orenetes), papaveràcia, també de flor groga, rica en alcaloides que li proporcionen una acció antiespasmòdica intestinal, de les vies biliars i de l'arbre respiratori (laringoespasmes i broncoespasmes). *Crepis setosa*, una composta d'inflorescències corimboses i flors grogues, que presenta pilositat força llarga i patent gairebé per tota la planta, d'aquí el seu epítet específic (setosa). *Hepatica nobilis*, una bonica ranunculàcia que des de l'antiguitat, per les seves fulles trilobulades i, seguint la teoria de les signatures, ha estat usada com a estimulants del funcionament hepàtic i com a hepatoprotectora; d'aquí que, popularment, sigui coneguda amb el nom d'herba fetgera. Per acabar, cal destacar-hi la presència d'una gramínia més, *Melica uniflora*.

Sortint de la petita massa bosquina i retornant al trajecte principal de la ruta, ens disposem a emprendre el penúltim tram de la ruta (des del punt E al G del mapa). A l'inici d'aquest, observarem fàcilment un esbarzerar que recorre el lateral dret del camí. Una vora en la qual, d'alguna manera, sovint s'hi acanala aigua i en què hi podem trobar primer el romegueró (*Rubus caesius*) i, més endavant, l'esbarzer comú o romeguera (*Rubus ulmifolius*), ambdues rosàcies fàcilment diferenciables si ens fixem en les fulles; la segona presenta fulles compostes de cinc folíols (llevat les fulles superiors, que en poden tenir tres) amb el revers blanc-grisós, mentre que les

fulles del romegueró es componen sempre de tres folíols amb el revers de color verd. Podríem dir que aquest és un tram pedagògic, des d'un punt de vista botànic, perquè, a més de permetre'ns comparar les diferències morfològiques entre aquests dos esbarzers, en pocs metres acumula tres espècies del gènere *Campanula*; no cal ni dir que aquest gènere deu el seu nom a la forma de campana de les flors de les espècies que classifica. Hi trobem: la campaneta blava (*Campanula persicifolia*), la campaneta de bosc (*Campanula trachelium*) i la campaneta repunxiforme (*Campanula rapunculoides*). De les tres, la campaneta blava es diferencia clarament per les seves fulles llargues i estretes (estretament oblanceolades). Les altres dues presenten fulles força més amples i les podem distingir perquè la campaneta repunxiforme fa inflorescències unilaterals, amb les flors pèndules i els lòbuls dels calzes reflexos, a diferència de les inflorescències de la campaneta de bosc, que no són pas unilaterals, presenten les flors patents i els lòbuls dels calzes, val a dir que amb pilositat hispida, són erectes. També al llarg d'aquesta vora del camí hi trobem nombrosos peus d'herba d'all (*Alliaria petiolata*), una crucífera alta (pot arribar a un metre d'alçada) que fa olor d'all, d'aquí el seu nom comú i el nom del gènere. Junt amb l'herba d'all, també s'hi troba *Urtica dioica* (ortiga gran), una urticàcia força abundant, típica de llocs humits, la fulla de la qual té propietats diürètiques i lleugerament hipoglucemiants; l'arrel, a més de propietats diürètiques, també en té d'antiinflamatòries (amb



acció específica sobre el teixit prostàtic). Igualment, en aquest tram, s'hi compta un parell de gramínies més de les comentades fins ara, el gramet de bosc (*Poa nemoralis*) i el fenàs de bosc (*Brachypodium sylvaticum*).

Gairebé al principi de l'altra vora del mateix tram, sobta trobar-hi una mota de clavell de pastor (*Dianthus hyssopifolius*), una cariofil·làcia inconfusible per la bellesa dels seus pètals laciniats que es tenyeixen d'un color rosa més aviat clar. I, un altre cop, la pedagogia d'aquest tram es posa de manifest incloent, pràcticament juntes, dues ranunculàcies del gènere *Clematis* per tal de poder-les comparar; l'herba bormera (*C. recta*) i la vidalba (*C. vitalba*). La primera destaca, tal com indica el seu nom científic, per les seves tiges rectes i erectes, mentre que la segona les té volubles i enfiladisses. També les podem diferenciar tallant un trosset de tija i observant-ne la secció; *C. recta* té la tija fistulosa i *C. vitalba* la té plena. Ambdues presenten fulles pinnaticompostes, la qual cosa les diferencia, clarament, de *C. flammula* (no present a la ruta) que les té bipinnaticompostes.

Acabant aquest tram, ens situem en un gran eixamplament del camí, i enmig d'una petita construcció humana per a l'encanalament d'aigua (que ja no es fa servir), hi trobem la canabassa (*Eupatorium cannabinum*). Aquesta és una composta que disposa els seus estrets capítols en corimbe, i que rep l'epítet específic *cannabinum* per la similitud de la seva fulla amb la del cànem. Aquí també hi trobem el saüquer (*Sambucus nigra*), una adoxàcia d'inflorescències corimbiformes denses, formades de flors blanques i que tradicionalment ha estat utilitzada pel tractament del refredats i simptomatologia gripal. I, prop del saüquer, la matajaia (*Epilobium hirsutum*), una onagràcia visiblement tomentosa que, d'entre altres propietats, s'ha comprovat que és útil per a l'alleujament de la simptomatologia urinària associada a la hiperplàsia benigna de pròstata. Així arribem, en aquest punt del nostre recorregut, a la riba del riu Cardener. A uns metres del riu, en una vora de vegetació més o menys densa, s'hi pot trobar, entre d'altres espècies, el donzell bord (*Artemisia verlotiorum*), una composta molt semblant a *A. vulgaris* i que se'n diferencia perquè els segments de les seves fulles superiors són més llargs i estrets, perquè és estolonífera i perquè les bràctees involucrals dels seus capítols són glabrescents (l'altimira les té piloses i no és estolonífera). Si ens atensem a la riba i hi passem una mica, molt probablement observarem un parell d'orquidiàcies que hi solen

créixer i que, ben segur, delectaran la nostra vista si tenim la sort de veure-les florides: *Epipactis palustris* i *Dactylorhiza maculata*. També és fàcil que hi trobem l'herba prima (*Asperula cynanchica*), una rubiàcia que amb les seves tiges extremament fines, i port molt lax, fa justícia a com la tradició popular l'ha batejada; a aquesta planta, tradicionalment, se li han atribuït propietats diürètiques, antisèptiques urinàries, digestives i hepatoprotectors. Més fàcilment encara, hi podem observar la pota de cavall (*Tussilago farfara*), una composta, de port herbaci i capítols grocs, que tradicionalment ha estat considerada



Campaneta blava (*Campanula persicifolia*).

una de les millors antitussives, bàsicament, per l'activitat emol·lient dels seus mucíl·lags sobre la mucosa orofaríngia. Finalment, cal destacar un parell d'espècies de port arbori: la sarga (*Salix elaeagnos* subsp. *angustifolia*), les tiges vermelloses de la qual han estat usades en cistelleria de manera similar a



com es fa amb la vimetera (*Salix viminalis*), i el freixe de fulla gran (*Fraxinus excelsior*), que, pel fet de tenir les gemmes de color negrós, es diferencia clarament del freixe de fulla estreta (*Fraxinus angustifolia*), que les presenta brunes.

Mentre busquem les orquídiades esmentades ens adonarem que, si seguim el trajecte principal de la nostra ruta, trobem un petit pont de fusta que ens permetrà passar a l'altra banda de la riba (punt G del mapa). Cal dir que el pont no està en bon estat, té algunes travesses trencades i trontolla considerablement en traspasar-lo, indicadors ambdós que l'estructura no és prou estable (fa temps que s'hauria d'haver reformat). S'hi pot passar amb compte, però és més segur descalçar-se i traspasar el riu caminant, gaudint de la frescor de l'aigua en els turmells. Sigui com sigui, un cop traspassat el riu, som ja en l'últim tram del trajecte que plegats hem emprats. En aquest, la majoria de les espècies que anem trobant ja les hem comentat, però n'hi apareixen algunes de noves. En el camp que podem trobar a la dreta, s'hi compten innumerables escarabats (*Dipsacus fullonum*), una caprifoliàcia de gran mida, típica dels llocs humits, que crida sempre l'atenció pels seus grans capítols ovoïdo-oblongs, replets de flors violàcies i ultrapassats per algunes de les llargues bràctees que el sustenten. També aquí cal destacar la presència de l'herba de Sant Roc (*Pulicaria dysenterica*), una composta de capítol groc, radiant i de fulles sèssils, típica de llocs humits, que havia estat usada per combatre la diarrea i la disenteria, d'aquí el seu epítet específic. En el mateix camí, val la pena fer incís en alguns peus de l'anomenada campanes (*Campanula glomerata*), una campanulàcia que, a diferència de les tres espècies del mateix gènere que hem vist en el tram anterior, té les flors sèssils (o gairebé) agrupades en inflorescències glomerulars a l'àpex de les tiges, d'aquí el seu epítet específic (*glomerata*). També és interessant destacar certa abundància de caps de burro (*Centaurea jacea*), una composta de capítol rosado-purpuri que destaca per les bràctees, de color daurat i marge escariós, que conformen un involucre allargat d'una bellesa característica.

Acabant de pujar el pendent suau d'aquest camí, arribem ja al final de la ruta (punt "Fi" del mapa). Aquí ens situem en una mena de petit torrent que ben segur desaigua durant els episodis plujosos, tot i que sembla de petit cabal. Aquest potser és el lloc més bonic del nostre trajecte, perquè s'hi

defineix una clariana que enllaça amb una avellaneda. En la franja intermèdia entre ambdues, on l'ombra i la claror semblen competir en desigualtat de condicions a diferents hores del dia, hi trobem una població, val a dir que impressionant, d'herba melsera (*Lysimachia ephemenum*). Aquesta és una primulàcia que destaca per la seva mida (fins a un metre i mig d'alçada) i pels seus llargs raïms terminals (de fins a 30 cm) que s'erigeixen fent gala d'innombrables flors blanques. Realment és preciós veure aquesta multitud de peus florits, més o menys alhora, emparats per l'avellaneda de fons i contrastat, tot plegat, amb la tonalitat purpúria dels capítols dels capferrats i amb les pinzellades grogues que les herbes de Sant Roc destrament hi tracen.

Tot gaudint d'aquest espectacle per als nostres sentits, concloem aquest agradable passeig per la ruta que a l'inici us proposàvem. Us convidem a fer-la realitat.

Francesc Caralt Rafecas, president de Flora Catalana.
Més...

BIBLIOGRAFIA

Vallès, J., Bonet, M. A., Veny, J., Julià, M. A., Vigo, J. & Villalonga, J. C. 2014. Noms de plantes. Corpus de fitonímia catalana. Ed. TERMCAT. 1a edició.

Bolòs, O. de, Vigo, J., Masalles, R. M. & Ninot, J. M. 2005. Flora Manual dels Països Catalans. Ed. Pòrtic, Barcelona. 3a edició.

Flora Catalana: <https://floracatalana.cat/>

Flora iberica: <https://www.floraiberica.es/>

<https://www.monestirs.cat/monst/solso/cso14moru.htm>

<https://www.catalunya.com/sant-llorenc-de-morunys-2-1-251930?language=es>

<https://turismesolsones.com/es/punt/sant-llorenc-morunys/>

<https://www.asturnatura.com/>

<https://www.fitoterapia.net>.