

無患子的果實是祖母時代的洗潔劑。



月桃的葉片最常用來包裝粽子。



羅氏鹽膚木為熱帶二期林的先驅樹種。

知本樂山生態步道 常見的民俗植物

攝影·文／曾文田



單花蟛蜞菊為道路邊坡水土保持良好植栽。

台東知本溫泉風景區內泓泉大飯店後方的樂山生態休閒步道，非常適宜作為休閒、養身、生態觀察的森林浴活動。沿途林木扶疏，鳥語啁啾，彩蝶飛舞，如再細心觀察，步道兩旁的林木矮叢，有不少是老祖母時代日常使用的植物，即所謂的「民俗植物」，經飯店規劃整理，並賦予「活」力後，已成為一條兼具觀蝶、賞鳥、森林浴、民俗植物等，富有「知性」、「感性」、「靈性」的多功能步道。

此一步道，草木植栽十分豐富，可供經濟、教學等利用者，有羅氏鹽膚木、單花蟛蜞菊、姑婆芋、筆筒樹、腎蕨、無患子、青箱、糙葉榕、咬人狗、昭和草、構樹、蚌蘭、血桐、野牡丹、月桃、稜果榕、山棕、紫花霍香薊、颱風草、各種蕨類等。



姑婆芋的葉片是最原始且環保的包裝材料。

■羅氏鹽膚木（俗名：鹽埔仔）

羅氏鹽膚木的外表類似香椿，為熱帶二期林的先驅樹種。中藥上有名的「五倍子」（又名「沒食子」），是蟲癭產卵在羅氏鹽膚木枝條上，促使組織細胞異常分裂，所形成的分枝狀物。五倍子含五倍子鞣酸，加上明礬之類的金屬鹽，可和蘇木之類的染料起媒染劑作用，以染製衣物，古代使用頗為廣泛。果實頂生成穗，果核外佈有薄鹽，食之酸鹹止渴。羅氏鹽膚木的木炭粉，是早期魯凱族獵槍火藥

粉的材料。

■單花蟛蜞菊（俗名：天蓬草舅）

單花蟛蜞菊因頭花常單生於莖頂，因而得名。為匍匐性多年生草本植物，莖橫臥地面，自節部生根，全株具硬毛。頭花黃色，單生於莖頂，在全台海濱沙地均有分佈，為道路邊坡水土保持良好植栽。

■稜果榕（俗名：無花果）

屬於榕樹類的一員，全株具白色乳汁，花朵隱藏在壺狀花托內，頂端

有孔可讓寄生蜂類進出產卵，特稱「隱頭花序」。隱花果外有明顯的稜狀突起，故名「稜果榕」，為熱帶低海拔地區的指標植物。

■紫花霍香薷

原產於南美洲，由日人引進台灣，栽培作為觀賞花卉，後來逸出花園，到各處適生，成為常見的雜草，喜生長在較潮濕且肥沃的土壤上，可以指示土壤狀況或其他氣候因子，故又稱為「指標植物」。

■姑婆芋

在山林中隨處可見的姑婆芋，為多年生肉質草本植物，早年大型葉片常被用作為包裝材料，包裹魚、肉皆可；在野外遇雨時，還可當作小雨傘遮雨。姑婆芋之根莖粗大，為芋頭的5~10倍，具有毒性，但山豬卻視之為佳餚。

■咬人狗

在台灣的热帶林植物中，有一些奇特的植物，其中以「咬人狗」最為出名。咬人狗因葉片的表面細胞凸出成腺毛，在腺毛內貯有類似蟻酸的有機酸，頂端膨大處之細胞壁極薄，只要稍微碰觸，即破裂釋出酸液，若不小心觸到其葉片，即能蝕入皮膚，讓人燒熱疼痛難當，稱之為「咬人狗」，極為貼切傳神。在魯凱族原住民的男子成年禮中，有由長老持咬人狗枝葉，拍打青少年臀部的習俗。

■構樹（俗名：鹿仔樹）

構樹又稱「楮」，在古書中提

及：「皮斑者為楮，皮白者為構」，全株都有用途，中國早將其列為經濟樹種。構樹的枝葉，為鹿隻的食料，民間稱為「鹿仔樹」；樹皮為著名之高級製紙原料，古代之「楮紙」，即為宣紙；乳汁樹液可作為糊

料，乾燥加工後可製成金漆；木材質地輕軟，可作為箱板或薪炭。

■筆筒樹（俗名：蛇木）

培養蘭花的人，稱筆筒樹為「蛇木」。其直立樹幹外層厚實的黑色部份，是由不定根（氣生根）纏繞而成，為雨林的指標植物，表示潮濕的氣候。

筆筒樹的株幹直立，高可達10公尺，幹頂幼嫩芽及葉軸佈滿黃褐色鱗片，具有二回羽狀複葉，叢生於幹頂，葉柄粗大，脫落後，會在株幹上留下葉痕。筆筒樹幹頂彎捲的幼嫩芽，是一種野外求生野菜。

■腎蕨（俗名：金雞蛋）

球狀塊莖似腎形，可能因此而得名。球狀塊莖有貯水的功能，並富含澱粉，民間稱為「金雞蛋」，鄉間小孩常採取當野果吃食，亦可刮除外皮後炒食；羽狀葉片挺挺翠綠，裂片革質有光澤，是作為插花

的最佳材料。

■月桃（俗名：粽葉、硬桃）

是閩南民間最常用來包裝粽子的材料，原住民小米祭典中的小米糕「阿拜」，即以月桃的葉片包裹。月桃的花期在每年5-6月，經開花後

之植物纖維較成熟，其莖皮可以用來編製草蓆或手提袋、籃子等。

■無患子（俗名：黃目子）

在台灣的山林中，有不少天然的清潔劑，常用者如無患子，其成熟果實的果肉含有豐富之皂鹼成份，以木錘敲打後，即可直接置於衣物上加水搓揉，泡沫量很多，去汙效果不錯，是一種最原始、環保的清潔劑。在排灣族各部落中，都有男巫與女巫，後者職掌部落農事、生命、治病、祖靈等祭儀之法事，其中在治病法事進行時，女巫會以無患子種子做成的神珠，在葫蘆上旋轉問卜。

■青葙（俗名：野雞冠）

是很鄉土的景觀、綠肥等多用途植物，有紅葉、綠葉兩種，花型呈火燄狀，花期長達4-6個月，其幼嫩莖葉、幼苗可作為野外求生的野菜，既可炒食，也可煮湯或煮粥食用；青葙也是一種藥用植物，具有祛風熱、清肝火、明目降壓、強精益腦的功效。



筆筒樹的幼嫩芽是一種野外求生野菜。



昭和草為最常見的野菜。



野牡丹的樹型與花朵皆美麗



稜果榕為熱帶低海拔地區的指標植物。



山棕也是掃把的素材。



蚌蘭是常用的藥用植物與野菜。



糙葉榕的枝葉為先民所用的洗潔刷子。