**Wędrując wokół Komańczy. Zbieramy zioła łąkowe i leśne.**

Wędrówkę zaczynamy a parkingu koło odbudowanej po pożarze cerkwi prawosławnej (49.33959123603094,22.05613195896149) Korzystamy z wyznakowanej niebieskimi znakami ścieżki przyrodniczo –historycznej. Początkowo idziemy łąką położoną w dolinie potoku Barbarka (dawniej Komaniecki potok) na jej południowym stoku, ciągnącą się ponad linią zabudowań do granicy lasu. Stromość zbocza, południowa wystawa i cienka warstwa gleby na wychodzących tu i ówdzie na powierzchnię piaskowcach cergowskich dały warunki do wytworzenia się murawy kserotermicznej. Rosną tu np. pięciornik omszony (Potentilla pusilla), ukwap dwupienny (Antenaria dioica), koniczyna pogięta (Trifolium medium), koniczyna pagórkowata (Trifolium montanum), szałwia okręgowa (Salvia verticiliata), goryczka krzyżowa (Gentiana cruciata), pierwiosnek lekarski a także ciekawy gatunek , który występuje tylko w tym jednym miejscu w Polsce, przetacznik goryczkowaty(Veronica gentianoides). Jest to ciekawy kenofit, roślina zawleczona przez człowieka ale już trwale zadomowiona. Jej naturalne stanowiska są na Kaukazie, Turcji i Krymie. Została po raz pierwszy odnotowany w Komańczy w 1968 roku Pozostaje sprawą otwartą, czy zawleczono ją „z ogródków” czy przybył z podróżującymi starym traktem. Natomiast na pewno warto odwiedzić to miejsce w maju, żeby zobaczyć kwitnące przetaczniki. Z roślin zielarskich, na które warto zwrócić uwagę mamy tu także mniszek lekarski ,macierzankę zwyczajną), lebiodkę pospolitą, oman wielki, żywokost lekarski ,przywrotnik pasterski, centurię pospolitą dziurawiec.

Część ścieżki wytyczona jest wzdłuż bardzo starych , liczących sobie nawet kilkaset lat dróg. Na takich miejscach powstają tak zwane naturalne ogródki karpackie, czyli zbiorowiska roślinne związane ze skarpami, dawnymi miedzami, drogami. W takich miejscach na stosunkowo małej przestrzeni .występują różne warunki siedliskowe, zależne od ekspozycji, uwodnienia, zasobności gleby. Daje to warunki do życia rozmaitym roślinom o różnych wymaganiach, z których wiele to zioła. Znajdziemy tam dziką różę , kalinę koralową ,śliwę tarninę (Prunus spinosa), rzepik pospolity (Agrimonia eupatoria ), poziomki (Fragaria sp.), czarny bez, podbiał, krwawnik pospolity.

Inną atrakcją tej łąki jest możliwość zobaczenia przynajmniej trzech gatunków storczyków. Rośnie tu storczyk męski (Orchis mascula), gółka długoostrogowa( Gymnadenia conopsea) i listera jajowata (Listera ovata). Oprócz storczyków ciekawym, nieczęstym gatunkiem jest ciemiężyk biało kwiatowy (Vincetoxicum hirundinaria), który także pojawił się jakiś czas temu na tej kserotermie.

Na skraju lasu znajduje się platforma widokowa i można podziwiać panoramę Komańczy.

Dalej ścieżka poprowadzi przez las bukowy a także przez bardzo ciekaw las jodłowy tak zwany przerębowy, czyli różnowiekowy i wielopiętrowy, gdzie rosną jodły w każdym przedziale wiekowym i zachodzi naturalne odnawianie się drzewostanu. Jest to las gospodarczy ale pozyskanie prowadzi się wycinając pojedyncze drzewa tak aby zróżnicowana struktura została zachowana. Wędrując przez leśny odcinek ścieżki mamy duże szanse znaleźć czartawę pospolitą ,szałwię lepką, czyściec leśny a w którymś z cieków lub obniżeń terenu śledziennicę skrętolistną). Na łące śródleśnej zobaczymy wiele pięknych i ciekawych roślin jak np. kuklik zwisły , kozłek całolistny , fiolek leśny , knieć błotną a także dąbrówkę rozłogową . Zanim dojdziemy do budynków Klasztory Zgromadzenia Sióstr Najświętszej Rodziny z Nazaretu miniemy jeszcze zbiorowisko ziołorośli, powstałych na zasilanych przez potok rozlewiskach. Rośnie tam wiele gatunków okazałych bylin , które pojawiają się stopniowo w zależności od pory roku. Wiosna dominują lepiężniki , ale zakwita też podbiał, później pojawia się mięta długolistna,kozłek lekarski , ostrożeń warzywny wiązówka błotna(Filipendula ulmria), świerząbek orzęsiony(Chaerophylum hirsutum), bniec czerwony(Malandrium rubrum vel Silene dioica), starzec jajowaty(Senecio nemorensis), podagrycznik pospolity(Aegopodium podagraria).

Spacer, który zajmie około 1.5 -2 godzin można zakończyć na parkingu poniżej Klasztoru (49.3462792, 22.0806184). Warto zauważyć, że ścieżka styka się z Głównym Czerwonym Szlakiem Beskidzkim, więc łatwo przedłużyć wędrówkę.

Kontynuując wędrówkę wytyczoną niebieskimi znakami ścieżką można okrążyć Komańczę. Można też, po przejściu przed drogę, kontynuować wędrówkę czerwonym szlakiem na południe i dostać się w ten sposób do doliny Osławy. Dolinę tą można przemierzać wzdłuż rzeki kierując się na północ (do Rzepedzi) albo na południe do (Smolnika).