Женьшень

http://ecosystema.ru/08nature/fruits/040.htm?ysclid=l735lu7vz0868784218 .

Происхождение названия. Женьшень в переводе с китайского означает "человек-корень". Латинское название рода Panax происходит от имени Панацеи - "всеисцеляющей" дочери бога-врача Асклепия.

Описание растения. Многолетнее травянистое растение с одиночным стеблем, высотой до 60 см. Реже встречаются растения с 2-5 стеблями.



Характерной особенностью женьшеня является его корень. Он стержневой, веретенообразный, ветвящийся, длина корня до 25 см, толщина 0,7-2,5 см, с 2-5 крупными разветвлениями (реже без них), продольно- или спирально-морщинистый, хрупкий, на изломе ровный. "Тело" корня утолщённое, почти цилиндрическое, вверху с ясно выраженными кольцевыми утолщениями.

. Наверху образует "головку", представляющую собой расширенный остаток стебля и верхушечную почку (иногда 2 или 3 почки). В верхней части также имеется суженное поперечно-морщинистое корневище - "шейка". От "шейки" иногда отходят один или несколько придаточных корней. "Шейка" и "головка" могут отсутствовать. Цвет корней снаружи и на разрезе желтовато-белый, на свежем изломе - белый.

Характерной особенностью женьшеня является его корень. Он стержневой, веретенообразный, ветвящийся, длина корня до 25 см, толщина 0,7-2,5 см, с 2-5 крупными разветвлениями (реже без них), продольно- или спирально-морщинистый, хрупкий, на изломе ровный. "Тело" корня утолщённое, почти цилиндрическое, вверху с ясно выраженными кольцевыми утолщениями. Наверху образует "головку", представляющую собой расширенный остаток стебля и верхушечную почку (иногда 2 или 3 почки). В верхней части также имеется суженное поперечно-морщинистое корневище - "шейка". От "шейки" иногда отходят один или несколько придаточных корней. "Шейка" и "головка" могут отсутствовать. Цвет корней снаружи и на разрезе желтовато-белый, на свежем изломе - белый.

Листья пальчато-сложные, на длинных черешках, образуют мутовку (розетку) на вершине стебля.

Цветки мелкие, белого или розового цвета, зеленоватые, отдалённо напоминающие звёздочки, самоопыляющиеся, ароматные, собраны по 8-10 в простой зонтик на цветочной стрелке, начинающейся в центре листовой мутовки.

Описание плодов. Плоды растения ярко-красного цвета, мясистые, с 1-3 семенами. Плоды женьшеня обыкновенного созревают в августе-сентябре. Мякоть плодов ядовита.

Распространение (ареал). Женьшень обыкновенный произрастает почти исключительно в пределах Российской Федерации, на Дальнем Востоке России - на юге Хабаровского края и в Приморском крае. Очень редко это растение может быть встречено в небольшом горном районе на севере Корейского полуострова и в трёх провинциях Северо-Восточного Китая.

Женьшень широко вошёл в культуру. Культивируемый женьшень носит название «инсам» от корейского названия женьшеня. Корея - первая страна, наладившая массовое выращивание женьшеня. Женьшень культивируется также в России (Приморский край), Северной и Южной Корее, Китае, Японии, США, Канаде, Вьетнаме. В Китае различают 15 сортов женьшеня. Основным производителем культивированного женьшеня является Южная Корея, далее следуют Австралия и США.

Местообитания. Женьшень обыкновенный связан с кедрово-широколиственными, реже широколиственными лесами Дальнего Востока, где встречается в ассоциации с корейским кедром, орехом маньчжурским, липой амурской, маакией и другими широколиственными видами, иногда елью и пихтой на высотах до 700 м над уровнем моря. Занимает, в основном, западные макросклоны. Может расти в дубовых и грабовых комплексах. Растение глухих лесов, женьшень крайне теневынослив и тенелюбив, не выносит прямых солнечных лучей.

Охранный статус. Женьшень обыкновенный занесен в Красную Книгу России.




Другой вид женьшеня - Panax zingiberensis, произрастающий в китайской провинции Юньнань, занесён в Международную красную книгу. Другие виды также охраняются на региональных уровнях, так как неконтролируемое использование грозит их исчезновением.

Химический состав. Женьшень содержит тритерпеновые сапонины - панаксозиды, следы эфирного масла, жирное масло, смолы, пектиновые вещества, а также крахмал, ферменты, витамины группы В, микроэлементы, жирные кислоты, макроэлементы и другие биологически активные вещества.

Корень женьшеня содержит:

- *сапонины: гинзенозиды (панаксозиды) - тритерпеновые гликозиды; генины этих гликозидов относятся к тетрациклическим тритерпенам даммаранового ряда - протопанаксатриолу и протопанаксадиолу;*
- *ксатриолы - группа гликозидов, агликоном в которой служит олеаноловая кислота;*
- *биологически активные полиацетилены: фалькаринол, фалькаринтриол, панаксинол (содержание в порошке красного женьшеня 250 мкг/г), панаксидол (содержание 297 мкг/г), панакситриол (содержание 320 мкг/г), гептадека-1-ен-4,6-дин-3,9-диол;*

- *пептиды - низкомолекулярные N-глутамил олигопептиды, состоящие из нескольких остатков аминокислот;*
- *полисахариды (содержание водорастворимых полисахаридов доходит до 38,7 %, щелочерастворимых - около 7,8-10 %) и эфирные масла (до 80 % эфирных масел - сесквитерпены, из которых наибольшая доля (до 5-6 %) - фарнезол);*
- *витамины (C, группы B: пантотеновая, никотиновая, фолиевая кислоты), слизи, смолы, пектин, аминокислоты, эфирное масло;*
- *макроэлементы: калий, кальций, фосфор, магний;*
- *микроэлементы: железо, медь, кобальт, марганец, молибден, цинк, хром, титан;*

Изучение распределения в корнях женьшеня пяти микроэлементов (меди, железа, молибдена, марганца и цинка) показало явное повышение их содержания к концу вегетационного периода.

Пищевые свойства. Все органы женьшеня в непереработанном виде несъедобны, а его ягоды (не считая семян) - ядовиты.

Лекарственные свойства. Женьшень - хорошо известное лекарственное растение. В основном он используется как адаптоген и в качестве общетонизирующего средства. В Корее и Китае корень женьшеня также используют в приготовлении пищи. Традиционная китайская медицина утверждает, что препараты женьшеня продлевают жизнь и молодость. Фармакологическая активность обусловлена содержанием сапониновых гликозидов-гинсенозидов (панаксозиды A и B, панаквилон, панаксин), эфирных и жирных масел, стеролов, пептидов, витаминов и минералов.

Женьшень обыкновенный обладает кардиотоническим, кровоостанавливающим и гипогликемическим свойствами. Корень женьшеня обыкновенного используют как тонизирующее, стимулирующее и адаптогенное средство, повышающее общую сопротивляемость организма к заболеваниям. Женьшень обыкновенный стимулирует деятельность органов внутренней секреции, а также повышает устойчивость организма к инфекциям и ионизирующему излучению. По классификации АТХ относится к общетонизирующим препаратам (группа A13A).

В медицинских целях применяют корень женьшеня обыкновенного (Radix Ginseng). Применяют также корни женьшеня пятилистного (Panax quinquefolium) и женьшеня ползучего (Panax repens). Это собранные осенью, не ранее чем на пятом году жизни растения, освобождённые от надземных частей и тщательно очищенные от земли, но не отмытые водой свежие или

высушенные корни культивируемого женьшеня. Дикорастущий женьшень собирают в весьма ограниченных количествах. Срок хранения сырья 5 лет.

Во второй половине XX века биотехнологическими методами из клеточной культуры тканей корня женьшеня удалось in vitro получить биомассу, близкую по составу, органолептическим и фармакологическим свойствам к природному сырью. Это сделало женьшень более доступным для медицины и косметики.

Корни женьшеня выпускаются в основном в следующих формах:

- *растительное сырьё - пластины прямоугольной или треугольной формы в сечении, длиной до 10 см, шириной 0,2-1,8 см, толщиной 0,2-0,8 см, имеются кусочки тонких нитевидных корешков. Цвет желтовато-белый, запах специфический, вкус сладкий и жгучий, затем горьковатый;*
- *настойка, чай, безалкогольный напиток;*
- *капсулы, таблетки;*
- *красный женьшень - консервированные, готовые к употреблению корни, завёрнутые в бумагу и уложенные в деревянную коробку, запаянную в жестяную банку. Красным его называют из-за цвета и способа подготовки;*
- *экстракт красного женьшеня - густая вязкая жидкость тёмного цвета;*
- *корни женьшеня - готовые к употреблению корни женьшеня, обработанные паром;*
- *молотый корень - порошок из измельчённых корней женьшеня.*

Противопоказания, предупреждения. Все органы женьшеня (корни, листья, цветки, стебли) нельзя употреблять в пищу в свежем виде. Мякоть плодов женьшеня ядовита. Препараты женьшеня противопоказаны при наличии гиперчувствительности к их компонентам, при артериальной гипертензии, повышенной возбудимости, бессоннице, кровоточивости, лихорадочном синдроме на фоне острых инфекционных заболеваний. Ограничением для применения также является детский возраст, беременность, период лактации. В перечисленных случаях необходима консультация врача. Исключение составляет женьшень, обработанный с использованием низкотемпературной технологии (28°С) - он оказывает мягкое, но широкое воздействие на организм, и практически не имеет противопоказаний

Выращивание. Условия средней полосы подойдут для выращивания женьшеня - он не очень прихотлив. В условиях огорода ему достаточно будет своевременного увлажнения почвы, хорошего дренажа, защиты от прямых сол-

нечных лучей с помощью специальных конструкций-решеток. Если Вы располагаете большим участком земли и подыскиваете подходящее место для выращивания женьшеня, обратите внимание, быть может где-то на участке растут дикие яблони, папоротник или копытень. Именно эти места будут идеальными для выращивания женьшеня.

Тип почвы не является решающим в успехе выращивания женьшеня, хотя все же песчаные суглинки с pH от 5,0 до 6,0 являются предпочтительными. Куда важнее влажность почвы, за которой нужно постоянно следить. После того, как Вы подобрали перспективный участок для выращивания, необходимо подготовить грядки. Если Вы будете выращивать культуру на подворье, необходимо будет заготовить лесную землю из смешанного леса. Можно немного смешать ее с древесной трухой и листовым перегноем. Если же вы выращиваете женьшень в лесу - проредите немного подлесок и взрыхлите почву, чтобы воздух циркулировал и в почве, и на поверхности. Ширина грядки не должна превышать 130 см - так Вам будет удобнее ухаживать за растениями. Глубина подходящей почвы - не менее 20 см. Желательно устроить слегка наклонные грядки, имитирующие северо-восточные склоны, на которых так любит расти женьшень. Уклон будет способствовать натуральному дренажу.

Женьшень очень сильно истощает почву, поэтому повторно его можно высаживать не ранее, чем через десять лет. Так как он очень тенелюбивое растение, то все плантации должны быть накрыты навесами, которые пропускают не больше 20-30 процентов солнечных лучей. Выращивают растение до четырёх- или шестилетнего возраста, так как именно в 6 лет количество сапонинов достигает максимума. Затем женьшень сортируют по нескольким критериям, среди которых вес и размер корня, наличие или отсутствие отверстий, вид на просвет и даже на схожесть с фигуркой человека. По традиции различают четыре уровня качества женьшеня: «небесный» (англ. heaven), «земной» (англ. earth), «хороший» (англ. good) и «резанный» (англ. cut). Отбор в ту или иную группу происходит по многим параметрам, например, «небесный» корень должен весить не менее 68 граммов, не иметь отверстий, быть похожим на человека, на просвет прозрачным и т. д. Стоимость корня очень сильно различается в зависимости от его класса: чем ближе к «небесному», тем дороже.

Женьшень можно выращивать из семян или из корней. Корни женьшеня, пригодные к посадке, должны быть плотными, не мягкими. Высаживать женьшень можно осенью или ранней весной. Семена погружаем на глубину до 1,5 см, корни - на 4 см. Расстояние между будущими растениями должно быть не менее 20-25 см. Если не планируете долго заниматься выращиванием женьшеня, то можете делать расстояние меньшим, так как за пару лет

растения не успеют настолько разрастись. Если Вы сделали грядку с уклоном, высаживайте растение рядами не сверху вниз, а поперек грядок.

Заготовка и стратификации семян женьшеня. Семена собирают осенью, когда ягоды созревают. Семена растения начинают давать только с третьего года. Здоровое растение на пятый год дает не менее 15 ягод, каждая из которых содержит два семени. Вы должны хранить ягоды в прохладном влажном месте, защищенном от солнца, и подальше от грызунов. Можно хранить ягоды в открытых ящиках в сарае. Сантиметровый слой ягод выкладывается на 3-х сантиметровый слой мелкого песка. Примерно через 6 недель ягоды раскроются и выпустят семена. До тех пор, ягоды сохранят семена влажными. Как только ягоды раскроются, семена начнут высыхать и терять свою жизнеспособность.

Семена женьшеня прорастают в апреле или начале мая, примерно через 18 месяцев после посадки в начале осени. На протяжении первого года жизни женьшень видом немного напоминает землянику. Чаще всего он имеет три листочка. После первого мороза, листья желтеют и отмирают. Корни зимуют под землей. На второй год растение выпускает один кластер из пяти листов или два зубца с тремя-пятью листочками на каждом. В последующие годы, сверху появляется еще два - четыре зубца, с тремя-пятью листочками на каждой веточке. В возрасте трех лет, растение может давать от 15 до 40 ягод в год.

Удобрения для женьшеня. Гниющие опавшие листья - это, конечно, оптимальное натуральное органическое удобрение для женьшеня. А вот навоз и химические удобрения с одной стороны подстегивают рост, а с другой увеличивают восприимчивость женьшеня к болезням. Поэтому, если вы не уверены, требуются ли почве дополнительные удобрения кроме листвы, не пользуйтесь ими, либо используйте с осторожностью и в малых количествах.

Мульчирование почвы является обязательным для выращивания лесных культур, подобных женьшеню, так как мульча удерживает влагу в жаркую, сухую погоду. Адекватное затемнение и хорошее мульчирование освободят вас от дополнительного полива, при условии, конечно, что Вы проживаете не в засушливом районе. Мульчирование также поможет в борьбе с сорняками и уменьшении эрозии. В средней полосе рекомендуется осенью покрывать землю 5 см мульчи или 2 см опилок. В более северных регионах покрытие мульчей должно доходить до 8-10 см на зиму. Это необходимая мера для защиты от мороза. Этот толстый слой должен быть частично удален весной, чтобы не мешать появлению молодых побегов. Опавшие листья - это отличная мульча, но, кора/смесь опилок дуба или тополя наилучшим образом способ-

ствуют здоровому росту женьшеня. Многие садоводы также используют сено или солому - но это не оптимальный вариант.

Забота о растущем женьшене. Женьшень требует меньше ухода, чем многие другие культуры. В первый год растения особенно уязвимы, поэтому за ними нужно внимательно следить и тщательно пропалывать. При условии не слишком густой посадки, взрослые растения довольно устойчивы и их нужно пропалывать лишь время от времени. Самое страшное, что может случится - гибель нескольких побегов. Такое бывает. Не волнуйтесь, растения появятся весной следующего года, так как корни погибают редко. Если Ваш женьшень слишком густо посажен, то Вам придется проверять даже взрослые растения каждый день, чтобы быстро удалять больные побеги, прежде чем болезнь распространится на близрастущие. Наиболее часто женьшень страдает от альтернариоза и фитофтороза. Рекомендуется проводить еженедельные профилактические опрыскивания листьев женьшеня фунгицидами.

Чтобы избежать болезней без использования фунгицидов нужно: сажать растения редко, обеспечить хорошую циркуляцию воздуха, осенью убирать отмершие побеги, осенью убирать старую мульчу и заменять на новую.

Борьба с вредителями женьшеня. Женьшень может пострадать под воздействием насекомых и грызунов. Еще один враг - слизни и улитки, которые могут уничтожить листья женьшеня очень быстро при влажной погоде. Поэтому, если несколько дней подряд моросит дождь, Вы должны проверить, нет ли слизней на листьях, и, если есть, избавиться от них. Если вы выращиваете женьшень в лесу, то не стоит бояться таких животных, как кроты, полевки, землеройки, белки, бурундуки, зайцы. В рационе этих животных корень женьшеня отнюдь не считается деликатесом, в отличие от ягод, которые нужно сорвать, как только они достигли спелости.

Корень может утроиться в размерах в течение первых вегетационных периодов, однако темпы роста затем замедляются. Сырой корень выглядит как маленькая грязно-белая искорёженная морковка с тяжкой судьбой. На вкус женьшень такой же как на вид. По корню женьшеня можно вычислить, сколько лет росло растение. Отмирая, ростки оставляют рубец на корне. Эти возрастные шрамы и указывают на возраст женьшеня.

Обычно первый урожай женьшеня собирают на четвертый год роста растения. Как правило, после этого времени масса корней увеличивается на четверть ежегодно. То есть, повременив, Вы получите на 25% больше урожая. Когда Вы выкапываете свой урожай, будьте осторожны, чтобы не повредить корни. После выкапывания смойте грязь с корней и просушите. Расте-

ние можно размножать корнями, высаживая по одному корешку сразу после того, как выкопали.

Высушите корни женьшеня в хорошо проветриваемом помещении при температуре не менее 15°С, не превышающей 30°С. Разложите корни на решетку и переворачивайте раз в день. По мере высыхания убирайте корешки. Маленьким корешкам достаточно дня, чтобы высохнуть, а большим понадобиться несколько недель. Следите, чтобы не появилась плесень. Если это все же случилось - просушите женьшень под солнцем в течение нескольких часов. Корни считаются достаточно просушенными, когда при сгибании ломаются с характерным треском. Готовый урожай должен хранится в сухом, хорошо проветриваемом помещении, подальше от грызунов.

Способы приготовления (рецепты). Женьшень нужно употреблять грамотно, не допуская передозировки. Пищевая (профилактическая, оздоровительная) разовая доза женьшеня - 0,02 г сухого (0,08 г сырого) корня (настойки не более 25 капель, не более половины пипетки объёмом 1 мл). Лечебная доза - 0,2 г сухого (0,8 г сырого) корня. Лечебные дозы употреблять по назначению врача. Для детей дозу обязательно согласовать с врачом: в восточной медицине разовая доза - одна капля на год возраста ребенка (но не более 5 капель), пить с молоком. 15 граммов сухого измельчённого корня женьшеня хватит одному взрослому человеку на год.

Настойка из сухих корней. Целые корни весом 40-50 г залить холодной кипяченой сладкой водой на 3-4 часа, порезать, опустить в 500 мл 40° алкоголя и настаивать 17-20 суток в темном месте. Принимать один раз в день за полчаса до еды по 10 мл, не запивая водой. Выпитое количество алкоголя доливать в течение 2 недель. Курс лечения 90 дней с двумя перерывами по 10 дней. Такой курс лечения можно повторить только через год.

Настойка из свежего корня. Свежий корень должен быть использован в течение 5 дней. Для приготовления настойки корень промывают холодной водой, просушивают, измельчают, заливают водкой из расчета 100 г корня на 1 л 40° алкоголя, настаивают в течение 3-4 недель, периодически взбалтывая. Готовую настойку фильтруют. В профилактических целях 15-20 капель настойки принимают 3 раза в день за 20-30 минут до еды.

Настойка из сырого и высушенного корня. Сырой корень мелко режут поперек волокон, помещают в банку или бутылку желательно из темного стекла и заливают водкой, в весовом соотношении 1:10 (сухой корень в соотношении 1:40), плотно закрывают и хранят в темном шкафу при комнатной температуре, ежедневно хотя бы один раз встряхивая содержимое. Через 21-25 дней настойка готова, её осторожно процеживают через марлю в другую по-

суду с надежной пробкой. Оставшийся корень повторно залить водкой только уже в соотношении 1:5 (для сухого 1:20). Через 25 дней будет готов вторичный настой. Процедить, первый и второй настой смешать. Оставшиеся корни можно съесть маленькими дольками. В настойку рекомендуется добавить мед в соотношении 1:10. Не допускать хранения малого количества настойки в большой ёмкости, переливайте настойку в посуду с малым объёмом. Добавление настоек женьшеня в напитки и продукты питания придаёт им новые лечебно-профилактические свойства. Так, например, в 0,5 л бутылку водки (коньяка, вина, пива) можно добавить одну чайную ложку настойки и пить как обычно.

Китайская пропись. Данное средство изготавливается на основе спиртовой настойки корня женьшеня. Последнюю смешивают с сахаром и держат в полости рта до полного растворения сахара. Препарат принимают за 20-30 минут до еды, не запивая водой. Прием "китайской прописи" проводится по следующей схеме: в первый день принимают 1 каплю, а в последующие их количество увеличивается на одну в день. Когда число капель достигает значение возраста человека, их количество уменьшают на одну в день. По завершении курса лечения делают перерыв на 1 месяц, после чего лечение продолжают по той же схеме. "Китайская пропись" отличается от других препаратов из корня женьшеня тем, что ее всасывание происходит в полости рта, в результате чего целебные вещества не попадают в желудок и не подвергаются действию кислоты желудочного сока, а поступают непосредственно в кровь.

Медово-женьшеневое желе. Для приготовления желе измельченный сухой корень женьшеня смешивают с медом (50 г корня на 700 г меда) и настаивают в течение 10 дней. Препарат принимают по 0,5 чайной ложки 3 раза в день за 20-30 минут до еды. Курс - 2 месяца.

Женьшеневая паста. Для приготовления пасты корень женьшеня измельчают, заливают горячей водой (2 столовые ложки измельченного корня на 2-3 столовые ложки воды), оставляют на 2-3 часа, затем, помешивая, нагревают на водяной бане до 60-70°С и остужают до 40°С. готовую пасту используют для лечения кожных заболеваний, а также в косметических целях.

Отвар корней. Для приготовления отвара 2-3 столовые ложки измельченного корня женьшеня заливают 1-2 стаканами холодной воды, кипятят на слабом огне в течение 3-5 минут, затем процеживают и остужают до 37-40°С.

Чай из корней. Для приготовления чая порошок из сухого корня женьшеня заливают кипящей водой в соотношении 1:10, настаивают в течение 10 ми-

нут, затем процеживают. Чай пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день за 20 минут до еды в течение 30 дней. После 30-дневного перерыва курс профилактического лечения повторяют.

Чёрный чай с женьшенем. Состав: чай черный байховый 1 сорт 1000 г, корень женьшеня сухой в порошке 2,2 г. Перед употреблением тщательно перемешать. Чай заваривают по вкусу.

Простокваша с женьшенем. Для приготовления данного препарата, популярного в Китае, в горячем кипяченом молоке разводят 1 чайную ложку медового экстракта женьшеня, остужают смесь до 38-40°С и добавляют кисломолочную закваску. После получения простокваши смесь взбалтывают. Препарат принимают по 250 мл 2 раза в день за 30 минут до еды.

Женьшень с виноградным соком. Для приготовления препарата 1 столовую ложку измельченного свежего корня женьшеня смешивают с 2 столовыми ложками виноградного сока. Доза приема зависит от характера заболевания.

Женьшеневый пчелиный мёд. Срезанные листья женьшеня хорошо промывают и сушат. Закладывают в эмалированную посуду из расчета 25 г сухого листа (или 30 г измельчённого сухого корня женьшеня) на 2 л воды и доводят до кипения. Отвар настаивают 24 ч. Затем на малом огне растворяют в этом настое 4 кг меда, не поднимая при этом температуру выше 70 градусов. Когда образовавшийся сироп остынет до 20 градусов, его наливают в заранее приготовленные кормушки и дают пчелам для переработки. Обычно средняя пчелосемья перерабатывает за ночь 3 кг сиропа. Откачивают такой мёд не позднее, чем на третий день, чтобы успеть до его кристаллизации, сразу расфасовывают в стеклянную посуду и герметично закупоривают.

Водный настой. Готовят из порошка в соотношении 1:100, который заваривают кипятком, настаивают и принимают по одной чайной ложке за 20 минут до еды 2-3 раза в день. Срок хранения 1 сутки.

Другие сходные и родственные виды. Род Panax включает 12 видов, произрастающих в Азии и Северной Америке. В целом, род имеет разорванный ареал, основная часть которого находится на востоке Азии (Дальний Восток, Китай, Тибет, Алтай), а один вид (женьшень пятилистный) произрастает на востоке Северной Америки. Ареал женьшеня вьетнамского охватывает Центральный горный район Вьетнама.

Легенды о женьшене

Благодарим сайт: https://vortexflowers.net/legendyi-o-tsvetah/legendyi-o-zhenshene/?ysclid=l736507tye807275075

За представленные интересные материалы.

Самым дорогим считался и поныне считается в Китае женьшень, найденный в Уссурийской тайге в 1905 году на юге Приморья. По предположениям, этот корень прожил в земле двести лет. Он весил шестьсот граммов и был продан в Шанхае за пять тысяч долларов. Полгода за ним охотились десятки торговцев, которые, не задумываясь, охотно удвоили бы цену за этот редчайший экземпляр.


2

Восточная медицина, тысячелетиями практикуя женьшень, приписывает ему всеисцеляющую магическую силу. На протяжении многих веков в Китае, Корее, Японии, Индокитае и Таджикистане считается, что препараты из корня женьшеня способны вселять в человека силу и бодрость, продлевать молодость и жизнь. В «Каноне врачебной науки» выдающегося таджикского ученого десятого века Абу-Али Ибн Сины (Авиценны) встречается описание лекарственных свойств женьшеня. Однако это была только первая попытка дать характеристику загадочному растению.
В Россию женьшень попал в 1678 году, его привез ботаник Н. Г. Спафарий, который опубликовал и подробное описание этого растения. А научное название панакс дал ему шведский ученый Карл Линней (от греческих слов „пан“ — „все“ и »акос" — «исцеляющий»). Однако и тогдашняя российская медицина долго не признавала женьшеня, пока не убедилась, что он является уникальным средством для сохранения здоровья.



Царь лесных зверей — тигр, царь морских зверей — дракон, а царь лесных растений — панцуй», — говорится в древнем восточном изречении . Магический корень жизни имеет многочисленные ласкательные названия. Его зовут и «божественной травой», и «даром бессмертия», и «солью земли», и «чудом мира», и все эти названия говорят о его целебности.

В легенде о женьшене говорится :
«Давным-давно, никто не помнит когда, жили по соседству два древних китайских рода Си Лянцзи и Лян Сеэр.
В роду Си Лянцзи славился бесстрашный воин по имени Женьшень. Он был храбрым и добрым, защищал слабых, помогал бедным. Эти душевные качества перешли к нему от предков, которые вели свой род от царя лесных зверей — тигра. Воин Сон тихо — представитель рода Лян Сеэр в отличие от Женьшеня был коварным, злым, жестоким и грубым, но зато был красив и статен.
Воины часто встречались, и, может быть, их качества доброты и зла никогда бы не проявились, но на страну напало страшное чудовище — желтый дракон. Все мужчины поднялись на борьбу с чудовищем, и только Сон тихо перешел в стан врага и стал верным помощником желтого дракона.
Отчаянно дрался с драконом Женьшень. Чудище изрыгало на героя пламя, царапало его когтями, но выстоял Женьшень. И не только выстоял, но и поверг врага на землю.
А предателя Сон Шихо взял в плен и привязал к скале, чтобы судить судом народа.
Пленного Сон Шихо увидела сестра Женьшеня красавица Лиу Ла и с первого взгляда полюбила. Ночью она перерезала канат, связывающий пленника, помогла обмануть бдительную стражу и ускакала с Сон тихо в глухую ночь.
Женьшень бросился в погоню за беглецами. Все ближе и ближе цокот копыт

его коня. Лиу Ла в испуге спряталась за скалу, а воины, спешившись, начали поединок. Долго дрались они, и наконец Женьшень изловчился для нанесения врагу смертельного удара. Лиу Ла в ужасе вскрикнула. Женьшень вздрогнул, оглянулся и тут же получил предательский удар в спину. Сон тихо был готов торжествовать победу, но, смертельно раненный, Женьшень выпрямился и по самую рукоять вонзил меч в грудь изменника. Поняла Лиу Ла свою ошибку и горько оплакивала смерть брата. А утром на месте его захоронения повстречала невиданное ранее растение, которое в честь защитника китайцы назвали женьшенем...

В другой легенде говорится, будто женьшень рождается от молнии. Если молния ударит в чистую зеркальную воду горного источника, то источник уйдет под землю и на его месте вырастет корень жизни, который таит в себе силу небесного огня.
Говорят, что в одну из ночей во время своего цветения этот корень светится необыкновенным огнем, и если в эту ночь его выкопать, то такой светящийся корень способен не только излечить человека, но и воскресить мертвого. Однако заполучить светящийся панцуй очень трудно, так как его стерегут дракон и тигр. И нужно обладать неимоверной храбростью, чтобы приблизиться к корню.

Легенд о дикорастущем корне такое множество, что, собранные воедино, они могли бы составить отдельную книгу.
Медленно накапливает силу женьшень, и чем старше корень, тем выше ему цена. Корневщик, обнаружив драгоценную находку, прежде чем завернуть ее во влажный мох и бережно уложить в берестяной короб, непременно сосчитает поперечные морщинки на верхушке корня: сколько морщинок — столько корню лет. А морщинки образуются от удивительной способности корня самостоятельно зарываться в землю, чтобы уберечься от холодов. За лето он подрастает, а перед зимой, когда стебель и листья отомрут, как бы сжимается и втягивается в почву: так появляется поперечная морщинка — годичный след.
Сейчас женьшень разводится во многих странах. Сразу после Великой Отечественной войны на Дальнем Востоке был создан специальный комитет по изучению женьшеня, который возглавил известный фармаколог профессор Н. В. Лазарев. В Уссурийской тайге у предгорья Лефу расположено селение Виноградовка. Неподалеку от села на склоне сопки в излучине реки разбита плантация из многих тысяч корней женьшеня. Здесь в 1973 году находилось единственное в стране отделение специализированного совхоза «Женьшень». Не одно десятилетие по инициативе доктора биологических наук А. А. Малышева велись опыты по выращиванию женьшеня на Кавказе, в Тибердинском государственном заповеднике. На высоте около полутора тысяч мет-

ров над уровнем моря, у верхнего предела буковых лесов, на самых высоких в мире плантациях капризный корень нашел себе подходящие условия. Успешно велись работы по выращиванию женьшеня и в Толчинском районе Витебской области бывшей Белорусской ССР.



5

На Востоке женьшень называют солью земли или духом земли, чудом природы, даром богов, божественной травой, однако чаще всего – корнем жизни. В Китае женьшень могут называть «корень-молния».

Говорят, что в Китае жил женьшень – корень, обладающий могущественной силой превращения в животных и человека. Люди в то время еще не знали о его существовании. Но великий пророк и философ Лао Цзы обнаружил его целебную силу и выдал людям его приметы. Спасаясь от беспокойства, женьшень бежал на север, но не смог скрыться и здесь. Другой ученый, Лао-Хань-Ван, при помощи своих целебных трав снова открыл его местонахождение. И вновь не удалось женьшеню спрятаться от людей.

Есть еще одна легенда будто в Китае жил наполовину человек, наполовину растение, звали его Жень Шень. Мог он превращаться то в животное, то в растение, то в человека.
Был он всегда добр. Люди приметили, что живет он, но не стареет. Испол-

нилось человеку 100 лет и спросили его о том, как ему удалось дожить до стольких лет и сохранить молодость души и тела. «Я брат всему живому и всем помогаю», — таков был ответ. Не поняли его люди и стали преследовать. Жень Шень обратился к матери — тайге с просьбой помочь ему. Мать-тайга поняла своего сына и укрыла его от людской зависти, а в лесной чаще появился растение с корнем необычайной целебной силы. Но и там нашли его люди...