

โสม : รากบัวบกาศรรย

สมชาย พูลพิพัฒน¹

ตั้งแต่สมัยดึกดำบรรพ์ ภูเขาที่เต็มไปด้วยป่าทึบอันยากที่มนุษย์จะเข้าไปถึงได้ มีชนกลุ่มหนึ่งที่พยายามจะค้นหาโสมภูเขา ซึ่งเชื่อว่าเมื่อได้ทานโสมภูเขาแล้วจะมีอายุยืนนานอย่างมหัศจรรย์อันเป็นความปรารถนาอันยิ่งใหญ่ของมวลมนุษยชาติตลอดเวลา และชนกลุ่มนี้ถูกขนานนามว่า "ชิมมานี"

สำหรับพวกชิมมานีที่ค้นหาโสมภูเขานั้นจะมีลักษณะที่จะต้องปฏิบัติอย่างเคร่งครัดคือ ก่อนที่จะทำการค้นหาโสมภูเขา ชาวชิมมานีจะต้องทำร่างกายและจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์โดยชำระล้างร่างกายด้วยน้ำสะอาด งดเว้นการหลับนอนกับภรรยา ไม่ทานอาหารที่เป็นเนื้อสัตว์และ



¹ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาประวัติศาสตร์และศิลปะ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

ปรุ้งด้วยไฟ ห้ามมองดูสิ่งที่ไม่เป็นมงคล อย่างเช่น แคร่สำหรับทามศพไปฝัง หรือซากสัตว์ เป็นต้น

นอกจากนี้ยังต้องถือเป็นความลับห้ามบอกแก่ภรรยา และภรรยาก็ไม่ควรซักถามเกี่ยวกับวันเดินทางออกไปหา โสมภูเขาโดยเด็ดขาด เมื่อเตรียมพร้อมทุกอย่างเรียบร้อยแล้ว ชาวซิมมานีจะมารวมชุมนุมกัน ณ บริเวณศาลเจ้าซึ่งมีต้นไม้ใหญ่หรือก้อนหินใหญ่ๆ อันเชื่อว่าน่าจะมี เทวดาสีงสถิตย์อยู่ และทำการเซ่นไหว้เพื่อสวดมนต์ขอพร ในการที่จะค้นหาโสมภูเขา

หลังจากที่มีการเตรียมตัวอย่างเคร่งครัดดังกล่าวมาแล้ว พวกเขาจะเดินทางเข้าสู่ภูเขาอันเต็มไปด้วยป่าทึบ ตลอดเวลาของการเดินทางจะไม่มี การสนทนาหรือพูดคุยกันโดยเด็ดขาด และหากคนใดพบโสมภูเขา ก็จะตะโกนขึ้นดังๆ 3 ครั้ง ด้วยคำว่า "ซิมบัสตา" อันมีความหมายว่า "เราพบแล้วโสมภูเขา" แล้วพากันเดินทางกลับ

ปัจจุบัน โสมเกาหลีได้มีการขยายพันธุ์กันอย่างแพร่หลาย ที่นิยมทำก็คือ นำเมล็ดหรือพันธุ์โสมมาเพาะลงในภาชนะที่เตรียมไว้สำหรับวิธีการเพาะปลูกโสมของเกาหลี นั้น เริ่มต้นด้วยการหว่านเมล็ดพันธุ์โสมลงในแปลงเพาะ หลังจากหว่านเมล็ดพันธุ์โสมได้ 3 ปี โสมจะออกดอกประมาณกลางเดือนพฤษภาคม และออกผลเป็นสีแดงในราวปลายเดือนกันยายน ต่อจากนั้นจะเป็นการเก็บผลของ

ก่อนที่จะทำการค้นหาโสมภูเขา ชาวซิมมานีจะต้องทำร่างกายและจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ โดยชำระล้างร่างกายด้วยน้ำสะอาด งดเว้นการหลับนอนกับภรรยา ไม่ทานอาหารที่เป็นเนื้อสัตว์และปรุ้งด้วยไฟ ห้ามมองดูสิ่งที่ไม่เป็นมงคล

โสมโดยการตัดผิวและเนื้อออกให้หมด นำมาล้างด้วยน้ำสะอาดให้เหลือแต่เมล็ดพันธุ์ และนำเมล็ดพันธุ์ไปเพาะชำหรือขยายพันธุ์ลงในบ่อซีเมนต์หรือหม้อดินเผาขนาดใหญ่ ซึ่งภายในบรรจุทราย ในปีต่อมาราวเดือนพฤษภาคมเมื่อกล้าพันธุ์โสมแข็งแรงขึ้น ต้องทำการย้ายกล้าพันธุ์โสมไปปลูกในแปลงเพาะเมล็ดที่ได้เตรียมไว้แล้ว จากนั้นนำไปหมักมาคลุมบางๆ ปล่อยให้พันธุ์โสมเจริญเติบโตในแปลงนั้นจนกระทั่งพันธุ์สุกหนาว พอถึงเดือนเมษายนของปีต่อไป จะทำการขุดหน่อโสมในแปลงเพาะพันธุ์ โดยคัดเลือกเฉพาะหน่อที่สมบูรณ์และลำต้นตรงๆ ไปปลูกยังบริเวณแปลงเพาะปลูกซึ่งมีเนื้อที่กว้างใหญ่

ความสำเร็จในการเพาะปลูกโสม ขึ้นอยู่กับความ



สมบูรณ์ของหน่อโสม และถึงแม้ว่าหน่อโสมจะสมบูรณ์เพียงใดก็ตามต้องขึ้นอยู่กับคุณภาพของดินที่เพาะปลูกด้วย เพราะฉะนั้นในการเพาะปลูกจึงต้องพิจารณาถึงบริเวณที่จะปลูกโสมเป็นประการสำคัญอีกประการหนึ่ง

ตามปกติโสมจะเจริญเติบโตในแปลงเพาะพันธุ์ราวๆ 16-17 เดือน และเติบโตในบริเวณเพาะปลูกกว้างๆ อีก 4-6 ปี บริเวณที่ใช้ในการเพาะปลูกโสมแล้ว จะต้องทิ้งระยะเพาะปลูกสัก 6-8 ปี จึงจะทำการปลูกใหม่ได้ ระยะเวลาที่ทิ้งไว้ควรปลูกพืชทดแทน ทั้งนี้เพื่อปรับสภาพดินให้มีความสมบูรณ์ดั้งเดิม อนึ่ง โสมจะเจริญเติบโตได้ดีในสภาพภูมิอากาศเย็น ซึ่งมีอุณหภูมิประมาณ 0°C-10°C และมีปริมาณน้ำฝน 700-2,000 มิลลิเมตร หลังจากที่ทำวนเมล็ดพันธุ์โสมได้ 4-6 ปีแล้ว จึงจะเก็บโสมได้

เรื่องของโสมเป็นที่ยอมรับและเชื่อถือกันมาช้านานแล้วว่า โสมเป็นยาบำรุงร่างกายให้แข็งแรง และในทางการแพทย์ของจีนนิยมใช้โสมรักษาโรคต่างๆ ในปัจจุบันโสมเป็นที่ยอมรับในวงการแพทย์แผนใหม่ มีสรรพคุณอย่างมหัศจรรย์ และได้มีการผลิตโสมในรูปแบบต่างๆ ซึ่งยังคงไว้ซึ่งคุณภาพอันมหัศจรรย์เหมือนเดิมคือ

1. ชาโสมสำเร็จรูป ให้ความสะดวกมากที่สุดในการรับประทาน
2. โสมสกัดเข้มข้น
3. โสมอบแห้ง บดละเอียด มีรสชาติหอมตามธรรมชาติ
4. โสมแคปซูล สะดวกต่อการพกพา และการรับประทาน
5. โสมชนิดอัดเม็ด โดยมีส่วนผสมของวิตามินหรือน้ำผึ้ง เพื่อให้มีสรรพคุณสูงขึ้น

ประเทศเกาหลีเป็นประเทศที่ได้ชื่อว่ามีโสมดีที่สุด และได้ทำการศึกษา ค้นคว้า ทดลอง วิจัยเรื่องโสมมาโดยตลอดอย่างจริงจังเพื่อประโยชน์ต่อสุขภาพของมวลมนุษยชาติ หลังจากที่มีการสัมมนาเรื่องสรรพคุณของโสมนานาชาติที่กรุงโซล ประเทศเกาหลี ในปี 1974 อันประกอบด้วย นักวิชาการ นักเคมี นายแพทย์ และนักหนังสือพิมพ์ที่มีชื่อเสียงจากนานาชาติในครั้งนั้น ทำให้โสมเกาหลีมีชื่อเสียงโด่งดังยิ่งขึ้นนักวิชาการจากนานาชาติหลายท่านต่างประจักษ์ว่า โสมเกาหลีมีสรรพคุณในทางรักษาโรคต่างๆ เช่น โรคโลหิตจาง มะเร็ง เบาหวาน และโรคหัวใจ เป็นต้น

