

KOŘENÍ

Měrou, jakou se lidská duše v průběhu vývoje lidstva zmocňovala fyzického těla a prožívala ho v jeho vnitřní členitosti, objevují se ve výživě přísady, kterým říkáme koření. V Egyptě to byli jen faraóni, kteří požívali kořeněné pokrmy, později to byly zejména královské dvory a v době rozkvětu Řecka a Říma můžeme hovořit o obecném, avšak nepřilíš silném požívání koření. Rozvíjí se obchod s kořením, který však byl zvláště vybudován teprve Araby. Ve středověku bylo koření vysoce cenné. Pepř například hrál téměř tutéž roli jako zlato, sloužil jako platidlo; na hranicích se platilo pepřové clo a knížata a králové se vzájemně obdarovávali pepřem.

Ve středověku se lidský rozum začíná orientovat na smyslový svět. Lze si představit, že tento proces procitání ve smyslových orgánech a s tím spojená snaha o ostřejší, diferencovanější a plnokrevnější zmocňování se světa je doprovázená pěstováním kultury koření. Všude, kde bylo pěstováno rozvíjení bdělého vědomí ve smyslu diferencování v pojmovém životě, nalézáme koření; každý klášter, každý knížecí dvůr soutěžil v umění, jak nakládat s kořením. Měl-li člověk vyzkoumat zákony smyslového světa, přejít od snivého pojmání k bdělému pozorování, pak to muselo být nejprve tělesně připraveno a podpořeno.

Koření, budeme-li je podrobně studovat, stojí uprostřed mezi potravinou a lékem. Není už potravou k výstavbě v tom smyslu jako bílkoviny, tuk a uhlovodany; není však na druhé straně ještě ani specifickým lékem. Nejlépe je asi charakterizujeme, řekneme-li, že nejbliže má koření k soli; sůl totiž reprezentuje kořenivou sílu obecně jako určitý druh pratypru kořenivého působení. Z výkladu o soli jsme poznali její hezkou vlastnost, že

sama nechutná, vše ostatní však činí chutným. Tak je sůl základem všeho chutnání, a tím se dostáváme k základnímu charakteru všeho koření: má co do činění s chutnáním.

Bývá to obecně považováno za neumění, když se v nějakém pokrmu určité koření příliš dere do popředí. Dobrá kuchyně bude vždy usilovat o to, aby byl pokrm okořeněn tak, že jeho základní charakter zůstane zachován, přidaným kořením se však rozezná v určitém zbarvení. V kuchyni tak bude muset být v zásobě stále víc a víc koření a bude uměním hospodyňky, aby toto koření navzájem sladila tak, že vznikne aromatická symfonie. Potrava a koření společně tvoří totalitu.

Z toho všeho vyplývá, jak moc koření souvisí s rozvíjením vědomí, s rozvíjením vědomí nejen při kuchyňské úpravě, ale především u toho, kdo je požívá. Vždyť proces vědomí začíná už při přivonění k pokrmu a jeho ochutnání, a čím jemněji a povzbudivěji se chuť cítí být oslovena, s tím větším zájmem je pokrm sledován v proudu zažívání. Vidíme, jak zde až do fyziologických pochodů působí proces procitání a jak je správné koření prospěšné zažívání tím, že se ho individualita živěji účastní.

U zažívání soli bylo popisováno, jak sůl, je-li správným způsobem zažívána, přivádí ve vzestupném proudu výživy myšlenkový život přes tepelné stavy až nahoru do mozku. Probouzející síly soli požíváme s kořením pokrmů. To, co v podobě koření vyvolává společně se solí symfonii chuti, pochází převážně z takových rostlin, které v celé své bytosti reprezentují rozplývání, to znamená mineralizování, stávání se solí ve smyslu stávání se popelem, jak to bylo popisováno u rostlin pyskatých. Tyto aromatické rostliny dávají své aromatické podstatě rozplynout se do tepla kosmu a touto cestou také podporují v zažívání ty procesy, které přes tepelné stavy vedou k procesům vědomí ve smyslově nervové soustavě. Ba lze dokonce říci, že všechny

společně, soli příbuzné, jsou stupni metamorfózy k moudrosti soli. Vedou síly jáské ústrojnosti hlouběji do substance, rozohňují tím látkovou výměnu, takže se člověk stává ve volní sféře bdělejším. Je to předstupněm k poslání současnosti, aby tato vůle byla nyní vyslána nahoru do myšlenek, a tím aby bylo ve svobodě nalezeno spojení s moudrými myšlenkami kosmickými.

Je zbytečné zmiňovat se o tom, že při posuzování koření se musíme naprosto distancovat od kalorického hodnocení. Hodnota koření spočívá v imponderabilních, nicméně prožitelných skutečnostech. Koření tvoří ducha stravy. Stará se o souzvuk chuťových komponent a dává pokrmu individuální ráz. Potravina a koření jsou jedním celkem, proto také patří kořenky do kuchyně a nikoli na stůl. Individuální dokořenění je jistě občas příjemné, avšak jednota pokrmu a koření musí začínat již při procesu vaření, přísady bez vzájemného vztahu jinak jen zlobí kultivovanou chuť.

Budeme-li studovat fyziologii chuti, ukáže se jako první ta skutečnost, že chuťové vjemy jsou lokalizovány na okraji jazyka, od špičky až k jeho kořeni. Můžeme je, budeme-li vycházet od špičky jazyka, identifikovat v této stupnici chutí: Mezi dvěma polaritami „sladký“ (špička jazyka) a „hořký“ (kořen jazyka) se nacházejí chuťové kvality „tučný“, „kyselý“, „ostrý“, „trpký“ a „slaný“ (Dieffenbach). Získáváme tak sedmidílné chuťové spektrum, do něhož lze různá koření nenásilně začlenit:

sladký: med, cukr, zralé plody.

tučný: ořechy, olivy, mandle.

kyselý: nezralé plody (kapary), citron, ocet, šťovík.

ostrý: pepř, paprika, cibulová zelenina, křen, hořčice.

trpký: petrželka, majoránka, šalvěj, tymián, rozmarýn.

slaný: sůl, kmín, saturejka, libeček.

hořký: skořice, pelyněk, kořen hořce atd.

Podíváme-li se na toto spektrum, zjistíme, že ho lze bez problémů začlenit do trojčlenné rostliny. Kvality od „sladké“ k „ostré“ pocházejí z oblasti květové a plodové, „trpká“ z listů a „slané hořká“ z kůry a kořenů. Samozřejmě, že existují také výjimky, vždyť rostlina také přesouvá vegetační procesy od květu ke kořeni a naopak, ale pak má taková výjimka zvláštní půvab, ba takřka terapeutický charakter, jako ostré kořeny nebo hořké plody.

Antické lékařství od Hippokrata až k Paracelsovi chápalo pod „humores“ působení čtvero šťáv v lidském organismu, které byly nazývány: černá a žlutá žluč, sliz a krev. Toto staré nazírání spojovalo s představou různě smíchaných tělesných šťáv, ukazujících vždy charakter převážně jedné z uvedených tekutin, také představu čtyř temperamentů. Podle toho, jak jsou šťávy smíchány, tzn. podle toho, jaký ho prostupuje temperament ve starém aristotelickém smyslu, zemská tíže nebo vodní lenivost, vzdušná lehkost nebo oheň, podle toho je temperament tělesně určen. V černé žluči působí temnota a tíže zemního živlu, melancholická nálada, ve slizu produkuje vodnatá podstata flegma, ve žluté žluči je oheň zdrojem cholera a v krvi způsobuje hopsavá lehkost vzdušného živlu temperament sangvinický. Dnes můžeme podle novější duchovně vědecké nauky o člověku postihnout touto charakteristikou také čtyři bytostné články člověka a přiřadit je k oněm temperamentům. Tím se pak dostáváme do stavu, kdy můžeme z dietetického hlediska poskytovat racionální pokyny k vyrovnaní jednostranného založení temperamentu.

Ve fyzickém těle zajatý melancholik bude pro vyrovnaní potřebovat cholera kořeni pepř, papriku, curry, hořčici a ředkev. Jak moc je to v dnešní době pocíťováno jako potřeba, vyplývá ze skutečnosti, že v Německu se za rok zkonsumuje dvacet milionů kg hořčice, což znamená asi 700 g na hlavu.

Horkokrevný choleric by se měl naproti tomu palčivému koření vyhýbat a měl by obrátit svou pozornost na melancholika mezi kořeními. Potřebuje pevnou, formující, mineralizující kořenovou sílu, která zkrátí sulfurický oheň jeho látkové výměny. To jsou ony hořko-slané kořeny a kůry. Flegmatik polapený ve svých životních procesech, tzn. ve svém životním těle, by si měl nechat dát křídla sangviniky mezi kořeními nebo se nechat podnítit choleric. Cibuli, česneku a miřkovitým rostlinám by se v jeho dietě měla dávat přednost vedle ostřejšího koření. Zrovna tak by musel sangvinik, který se snadno rozprskne a rozptýlí ve svém duševním těle, používat ve své kořenné dietě flegmatiky jako ořechy, olivy a mandle. Také libeček, který je hlavní součástí maği, působí zde uklidnění a zpevnění. Rostlinná strava vůbec udrží zaživací síly sangvinika v koncentrující námaze, což bude mít blahodárné účinky také na schopnost duchovní koncentrace.

Eminentně důležitou oblastí při používání koření je vědomá úprava pokrmů v dobách hladomoru, kdy se jedná o to, aby kvantita byla nahrazena kvalitou. Koření aktivuje veškerý lidský organismus. Slouží asimilačním i transsubstanciačním procesům, vystupňováním vnitřní aktivity podporuje trávicí činnost, díky čemuž jsou potraviny lépe využívány.

Nehledě na to nám však poznání kvalit koření dává možnost, abychom podnícením čtyř bílkovinatých orgánových soustav srdce, jater, plic a ledvin podporovali originární výstavbu lidské substance. V dosavadních úvahách jsme viděli, jak tyto čtyři orgánové soustavy souvisí s bytostnými články člověka a jak na druhou stranu koření představuje podnět v této silové souvislosti.

Je velmi zajímavé studovat pro ilustraci toho, co bylo uvedeno, fenomén, který je v dnešní fyziologii označován jako takzvaná zaživací leukocytóza. Zjistilo se, že po požití jídla

dochází ke zmnožení bílých krvinek (leukocyty). Nejprve se předpokládalo, že tyto leukocyty vytvářejí jistý druh obrany organismu před vnikajícími cizími látkami potravy. Novější výzkumy však ukázaly, že tato leukocytóza nastává již tak brzy, že na reakci na živiny, které krev přijala, nelze pomyslet. Ba bylo dokonce zjištěno, že ke zmnožení bílých krvinek dochází ještě dříve, než je jídlo požit, což tedy neznamená nic jiného, než že leukocyty jsou výrazem žádosti, kterou označujeme jako chuť k jídlu. Je jasné, že tato žádost jídla, tato chuť k jídlu sídlí v duši a bílé krvinky že tak jsou fyziologickým výrazem duševního těla. Jejich zmnožení dokládá aktivizování duševního těla s jeho účastí na látkové výměně. Stejně tak musíme považovat červené krvinky za fyziologický výraz Já a lymfocyty za výraz těla životního. To všechno se odehrává ve sráživém krevním séru, tomto fyziologickém výrazu fyzického těla. Bude úkolem budoucího výzkumu, aby tyto souvislosti vědecky prokázal jemnějšími, biologickými metodami a aby vyhodnocením krevního obrazu podle těchto hledisek dospěl ke zcela novým poznatkům. Působení koření na bytostné články, temperament a orgánové soustavy může představovat jedno odvětví těchto výzkumů.

Rudolf Hauschka

fyzické tělo	melancholik	sérum	země	plíce
životní tělo	flegmatik	lymfocyty	voda	játra
duševní tělo	sangvinik	leukocyty	vzduch	ledviny
Já	cholerik	erytrocyty	oheň	srdce