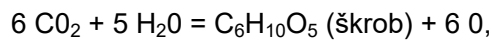


TROJČLENNÁ ROSTLINA JAKO VÝŽIVNÁ SUBSTANCE

Rostlina se vyvíjí bipolárně. Zdroj svého růstu má uprostřed v podobě asimilace. Z polarity světla a temnoty se klene oblouk barev a z polarity kosmu a Země, ze světla, vzduchu a vody, se vytváří v zeleném listu škrob. Tento prafenomén tvorby škrobu se mi vybavil - pokud zde smím uvést něco osobního - na jedné cestě do Austrálie, když loď proplouvala monzunem. Ten bouřlivě vál za jasného slunečného dne a loď byla záhy obklopena závoji vodní tříště, kterou prosvítalo slunce. Celé okolí se proměnilo v barevnou schránku. Ačkoli patří tento fenomén v podstatě k všedním věcem - neboť duha či fenomény u vodopádu nebo fontány jsou zrovna tak výsledkem spolupůsobení světla, vzduchu a vody - byl přece tento zážitek v dalekém oceánu ve své úchvatné kráse natolik velkolepý, že na něj duše naladěná k vnímání reagovala poznáním: světlo, vzduch a voda způsobují duhu. Světlo, vzduch (kysličník uhličitý) a voda jsou však také živly podílející se na tvorbě škrobu. Že máme u tvorby škrobu co dělat s těžkým vzduchem (kysličník uhličitý), způsobuje v souvislosti s životními procesy rostliny to, že asimilace nejenže zůstává barevným dramatem, ale že postupuje až do hmotného zhutnění škrobové substance. Vzorec tvorby škrobu, který se uvádí ve fyziologii rostlin



je velmi zajímavý pro chemika, o pravých pochodech však přitom vůbec nevypovídá. Jestliže člověk jednou pochopil, že panská substance škrobu je zhutnělou duhou, pak se mu rost-

lina stane blízkou, jeho duše se jí cítí oslovována, cítí, že k ní patří.

Tato škrobová substance, která se tvoří prostřednictvím slunečního světla v zeleném listu, podléhá v dalším průběhu rostlinného růstu několikanásobným proměnám. Sluneční teplo a síly rozvinuté, přicházející z okolí, vyvíjejí list vzhůru ke květu a zjemňují škrob na cukr. Cukr a škrob jsou příbuzné substance. Chemik je obě označuje za uhlovodany, přesto je však cukr oproti škrobu uhlovodan rozvolněný a vytříbený. Chemik řekne, že škrob je polymerizovaný cukr, čímž ale není vyjádřeno nic jiného, než že škrob a cukr patří do stejné kategorie chemických substancí, kdy je škrob hutnějším a cukr uvolněnějším stadiem.

Počínaje květem prochází rostlina ve své látkovosti velkými proměnami. Substancialita květu je stále lehčí a jemnější. Cukr přechází do barev (glykosidy), tvoří se vonné látky a rostlina se rozplývá v záři barev, pylu a vůni ven do kosmu. Jakoby odpovědí z kosmu se nám zdá být druhá vlna zhutňování, která má za následek tvorbu plodu a semene.

V *Nauce o substancích* jsou mnohotvárné proměny při tvorbě plodu a semen a vzniku oleje a bílkoviny podrobně popsány. V těchto souvislostech bychom pouze zdůraznili skutečnost, že uvolňováním ze škrobu prostřednictvím kosmického tepla vzniká tato mnohotvárnost látkových proměn. V horní části rostliny tedy máme pól látkové proměny.

Jinak je tomu, budeme-li rostlinu sledovat směrem dolů ke kořeni. Všimneme si přitom zhutňování substancí. Utvářející síly země vtahují panenskou substanci škrobu do zhutnění celulózy. Chemik nazývá i ji uhlovodanem, je to však uhlovodan ještě hutnější než škrob. Tato celulóza proto tvoří kostru celé rostliny, v oblasti kořene a případně už i ve stonku pak dokonce dřevnatí. V kořeni rostliny tedy vidíme působit pól tvaru.

Tento vývoj směřující od středu ke dvěma pólům nám ukáže rostlinu jako trojčlennou: Tvůrčí zdroj uprostřed, skele- totvorný pól tvaru v kořeni a pól látkové proměny v oblasti květu a plodu.

Budeme-li tyto utvářející síly sledovat v člověku, dospějeme k podobné trojčlennosti. V lidské hlavě poznáváme pól tvaru. Žádná jiná část lidského těla není tak markantně a individuálně utvářená a zároveň tak zkosnatělá jako lebka. Z hlavy vyzařují tvarující impulsy celým tělem, kdy podstatnou roli hraje také mozek se svými nervovými svazky procházejícími celým organismem. Ví se, že končetina, jejíž nervové svazky jsou přetnuté, zakrní. Přitom je jasné, že se přitom nemůže jednat o nedostatečnou výživu končetiny v materiálním smyslu; jsou to mnohem spíše chybějící tvarové impulsy, co vyvolá atrofii končetiny, a ona chybějící působení nervového systému, jež byla popsána v kapitole o kosmické výživě.

V bříše máme naopak pól látkové proměny, v pravém slova smyslu „látkovou výměnu“. Tak jako u květu rostliny probíhají v jeho konfrontaci s kosmem proměny substancí, tak dochází v lidské látkové výměně v konfrontaci přijatého potravního proudu s mikrokosmem k proměně substancí až ke tvorbě krve. To vše se uskutečňuje v teple, a sice v *teple světa a mikro- kosmického* původu u člověk ve *vlastním teple* krve *makro- kosmického* původu u rostliny. Tak máme i u člověka polaritu tvaru a látky, jen naopak než u rostliny. To je pochopitelné, neboť člověk neroste jako rostlina zdola nahoru, nýbrž shora dolů. Již v děloze je lidské embryo v podstatě hlavou, na níž se ostatní části rodícího se člověka zdají být pouhými přívěsky. A i nově narozené dítě má v poměru k dospělým dosud značně velikou hlavu! V dalším průběhu života hlava nijak významně neroste. Zůstává v podstatě taková, jak je založena. Naproti tomu trup a končetiny rostou ve srovnání s hlavou vskutku významně. Tak je obraz člověka rostoucího shora dolů oprávněný.

Střed člověka, dýchání a krevní oběh, odpovídá zelenému

listovému středu, ovšem s tím rozdílem, že lidský střed se svými rytmickými funkcemi má mnohem obsáhlejší poslání než list. Jeho poslání je především udržovat rovnováhu mezi pólem tvaru a pólem látky, a tím také rozhoduje o zdraví a nemoci.

Je-li horní pól v rovnováze s dolním, je člověk zdravý. Je-li zde ale mezi horním a dolním pólem nerovnováha, která už nemůže být rytmickou povahou středu vyrovnávána, pak je člověk nemocný. Být nemocný je vždy důsledkem nerovnováhy a každá léčba musí směřovat k tomu, aby byla rovnováha sil obnovena. To se může dít různými způsoby: Buď posílením přirozeného léčitele v člověku, rytmické soustavy, nebo nastolením rovnováhy jako na váhách, kde je rovnováhy dosahováno pokládáním závaží, zde ve formě specificky působících léků nebo dietetických opatření.

Jestliže např. pól tvaru do té míry převáží, že prolomí rytmickou soustavu a dá své aktivitě zasahovat do látkové výměny, pak člověk onemocní, a sice se jedná o velikou skupinu sklerotických nemocí, přes dnu, revmatismus, tvorbu kamínek až po sklerózu. Takoví lidé jsou většinou hubení, intelektuální a nervózní. Kam je nyní třeba položit závaží, aby byla opět nastolena rovnováha? Musí být posílen pól látkové výměny, aby smyslově nervový pól, který převažuje, byl odkázán zpět do svých mezí. Když odhlédneme od medikamentózních opatření, dosáhne se toho dietetický tím, že člověk ve výživě aktivuje ty utvářející síly, které jsou příbuzné látkové výměně, a proto ji podněcují. A to jsou horní části rostliny, především plody, čerstvé ovoce a květy. O kuchyňské úpravě květů bude ještě zmínka později.

(



Obrázek 20

Vztah utvářejících sil rostliny ke stejným silám člověka

Nastan[^]-li opačný případ, kdy látková výměna proniká nahoru do smyslově nervové soustavy, pak je člověk také nemocný. Jedná se potom o velkou skupinu zánětlivých onemocnění, která je vyvolávána touto nerovnováhou. Tak není např. migréna nic jiného než pronikání zaživacích procesů do hlavy, čímž se metabolické teplo dostává do oblasti, kde by měl panovat chlad. Takto vyvolané záněty mohou dospět až k podráždění mozkových blan a k meningitickým stavům. Také furunkulózy a záněty všeho druhu patří do této oblasti. Tuto nerovnováhu se pokusíme vyrovnat posílením smyslově nervového pólu. To se může dít dietetický tak, že ve výživě budeme klást důraz na ty utvářející síly, jež jsou příbuzné smyslově nervovému pólu, to je kořenovou zeleninu, bulevniny, černý kořen, ředkvičku, ředkev, celer atd.

)

Právě tak jako můžeme podnitit smyslově nervový pól kořenovou stravou a pól látkové výměny stravou plodovou a květovou, tak je možné i posílení rytmické soustavy listovou zeleninou. V dietě pacientů s plicními onemocněními nebo s jinak poškozeným rytmickým ústrojím by neměly chybět čerstvé saláty, špenát, šťovík a jiná listová zelenina.

Podnícení a posílení rytmické soustavy však není prospěšné jen této soustavě samotné. Protože v ní můžeme spatřovat i přirozeného léčitele, který sám o sobě svými rytmickými funkcemi vyrovnává a harmonizuje nerovnováhu, je listová zelenina - dietetický viděno - v zásadě zdravou stravou.

Obecně popsané přiřazení trojčlenné rostliny k trojčlennému člověku si můžeme znázornit ještě zřetelněji, uvědomíme-li si přirozené gesto, s nímž člověk k rostlině s její členitou podobou přistupuje. Pozorujme člověka, který do ruky vezme okvětní plátek; nebude ho svírat mezi prsty, ale nechá ho spočinout na dlani; většinou svou dlaň ještě poněkud pozvedne do výše, aby vyhověl lehkosti květu, a dokonce se tento člověk, když okvětní plátek pozoruje, usmívá. Květ se vyjevuje v křehké vůni; podstata proudí kolem nás a my si ji uvědomíme, když se vytratí. Takové pozorování nám také poskytne jasnou náповědu o působení toho, co má květový charakter. Podstata květu žije ve všem cukerném, tam, kde se hmota působením tepla kosmu rozpouští, ba přímo éterizuje, a tak působí i v člověku tam, kde v jeho vlastních tepelných procesech v látkové výměně jsou substance otevírány pro působení sil osobnosti. Květy pozvedají látkovou výměnu z tíže, ulehčují převedení výživných substancí do oblasti vlastního životního těla. To, co má v přírodě charakter květů, vzniklo také tím, že čistě vegetativní procesy ustávají a začínají procesy odbourávání. Proto také v člověku podporují vyměšování, přivádějí tepelné procesy k periférii a *uvolňují nahromadění tepla*, jak

to můžeme pozorovat u horečnatých stavů. Květy podněcují především ledviny, jež také působí jako květ, který se stal orgánem. Květ promlouvá k našemu vědomí jasněji než list, září nám vstříc a vyvolává v nás pocit tepla.

Zcela jinak je tomu u toho, co má charakter čistě listový. Vezměme si zelený list, pozorujme, jak je zcela klidnou plochou, jak je v jeho podobě milion obměn jednoho jednoduchého kruhového tvaru, tvaru kapky; působí-li více vodnatý princip, zůstává okrouhlý, jako klidná vodní plocha; působí-li více světlo se svou tříštící se smyslovostí, stává se kopinatým, zoubkatým, ba docela zpeřeným.

Ponoří-li se člověk do všeobecné zeleně přírody, vlnícího se moře listů v protikladu ke všemu zemsky minerálnímu, pak je jeho první reakcí, že začne zhluboka *dýchat*. Tyto síly dýchání, které také prožíváme, vstoupíme-li do lesa a pocítíme dýchající svět listů, tyto síly jsou podníceny také v organismu, jestliže požijeme listovou část rostliny. Stromy jsou *plícemi* Země a šumění lesa je jejím dechem.

Podíváme-li se nyní na kořen, nalezneme zde mineralizující procesy, které na rozdíl od prchavé tvorby květů vytvářejí *trvalé tvary*. Kořeny jsou výrazem procesů, jež dospěly k relativnímu klidu. Učiníme-li tentýž experiment, jako jsme ho dělali při pozorování květu, abychom zachytili vnitřní gesto, pak můžeme sledovat, jak člověk studující kořen vraští čelo, mračí se, obrací onu věc ze všech stran, skoro jako kdysi Hamlet lebku. Člověk cítí nutkání vybádat, co tento vytvarovaný kousek obsahuje, neboť svou sílu ukrývá nehlouběji v substanci. Kořen rostliny svádí vždy také k tomu, je-li jen trošku silnější, abychom si v něm představovali určitou fyziognomii nebo ji do něj při hře dokonce vyřezali. Kořen srovnáváme s *hlavou*. Tak také působí kořeny na nervově smyslové ústrojí, na tvorbu *mozku*. List a květ působí více dynamicky, kořen kromě toho

+

prostřednictvím substance, takže má u něj již větší význam, abychom brali ohled na látky, které se v něm nalézají.

Chceme-li nyní porozumět plodu, musíme si uvědomit následující věc: Plod nevzniká v přímém pokračování květového procesu, nýbrž je takříkajíc upékán ve zpětném záření z kosmu. Světlo a teplo světa plod formují a dávají mu dozrát. Máme nyní před sebou jinou substanci než ve zbývajících rostlině. Paralelu k tomuto nádhernému obrácení z dematerializace květu k tvorbě substance plodu najdeme také v člověku. Přijaté substance potravy nepřecházejí v lidskou substanci přímo, ale rozplynou se nejprve do krve; na druhé straně je nemateriální, vstupující branami smyslů - v terminologii duchovní vědy bývá nazýváno „éternými utvářejícími silami“ - zhuťováno na tělesnou substanci. Tvorba lidské substance, odehrávající se v krvi, je komplikovanou souhrou pozemských a kosmických sil a z tvorby plodu si o tom můžeme udělat představu; na rostlinném stupni ukazuje totéž dvojitě gesto. Působení plodu jako diety tedy přesahuje vlastní oblast střevního trávení a sahá do oblasti cirkulace šťáv. Stravou bohatou na plody je krvetvorba a tvorba substance v krvi podněcována tak, že fyzické tělo zůstává v nejširším slova smyslu „tekuté“ a také přístupné pro kosmické síly.

Můžeme pak učinit další krok a říci: Dužnina plodu se má k semeni jako krevní oběh k srdci. Zralý plod je prostoupen rozprostřenými silami světla a tepla, ale také vydělen z kosmu uzavírajícími obaly, jejichž koncentrující síly utváření vedou v konečném důsledku k tvorbě jádra.

Zde v semeni jsou stlačené všechny síly: světlo a teplo do semenných olejů a škrobových substancí, chemismus a utvářející síly v bílkovině a solích. Posledně jmenované síly převažují a dávají vzniknout tvaru, který bývá často shodný s tvarem malého kamínku. Tento proces se dá naprosto přirovnat

:

k tvorbě srdce z krevního oběhu; vždyť srdce se také tvoří z krevního oběhu jako kapka, do které je vkládána substance. Síly, jež jsou v člověku podnětem ke koncentraci od sféry k orgánu, jsou tytéž síly, jež vedou v přírodě k tvorbě semene. Obecně tedy semena prohřívají a sytí, působí jadrně¹, aby-
chom použili výraz, jehož niterné opodstatnění jasně vyplývá z těchto souvislostí. Šťavnaté plody působí naproti tomu chladivě, prozařují a podněcují krevní oběh.

Shrneme-li to, můžeme načrtnout následující obraz:

kořen	nervově smyslová soustava	mozek
list	rytmická soustava	plíce
květ	Látková výměna, vyměšování	ledviny
plod	oběhová soustava	krev
semeno	tvorba orgánů	srdce

Takovýto způsob pozorování vede k niternějšímu poznání kvalit potravin. Abychom mohli v jednotlivém případě něco posoudit, musíme se učit láskyplně číst přírodní procesy, neboť zde jsme se mohli věnovat zprvu jen obecnému popisu.

Každá rostlina metamorfuje a přesouvá své listové, květové a kořenové procesy tím nejrozmanitějším způsobem, a proto je opět třeba brát v rámci každé oblasti jednotlivě ohled na nejrůznější nuance, třebaže to, co jsme si právě popsali, zůstává zcela platné.

Rudolf

Hauschka

¹ v něm. orig *herzhaft*, tj. doslova srdnatě - pozn. překl.