



DÁVID SOBOŇ

ČAJ

ILUSTROVANÉ DEJINY
ŠÁLKA ZA ŠÁLKOU



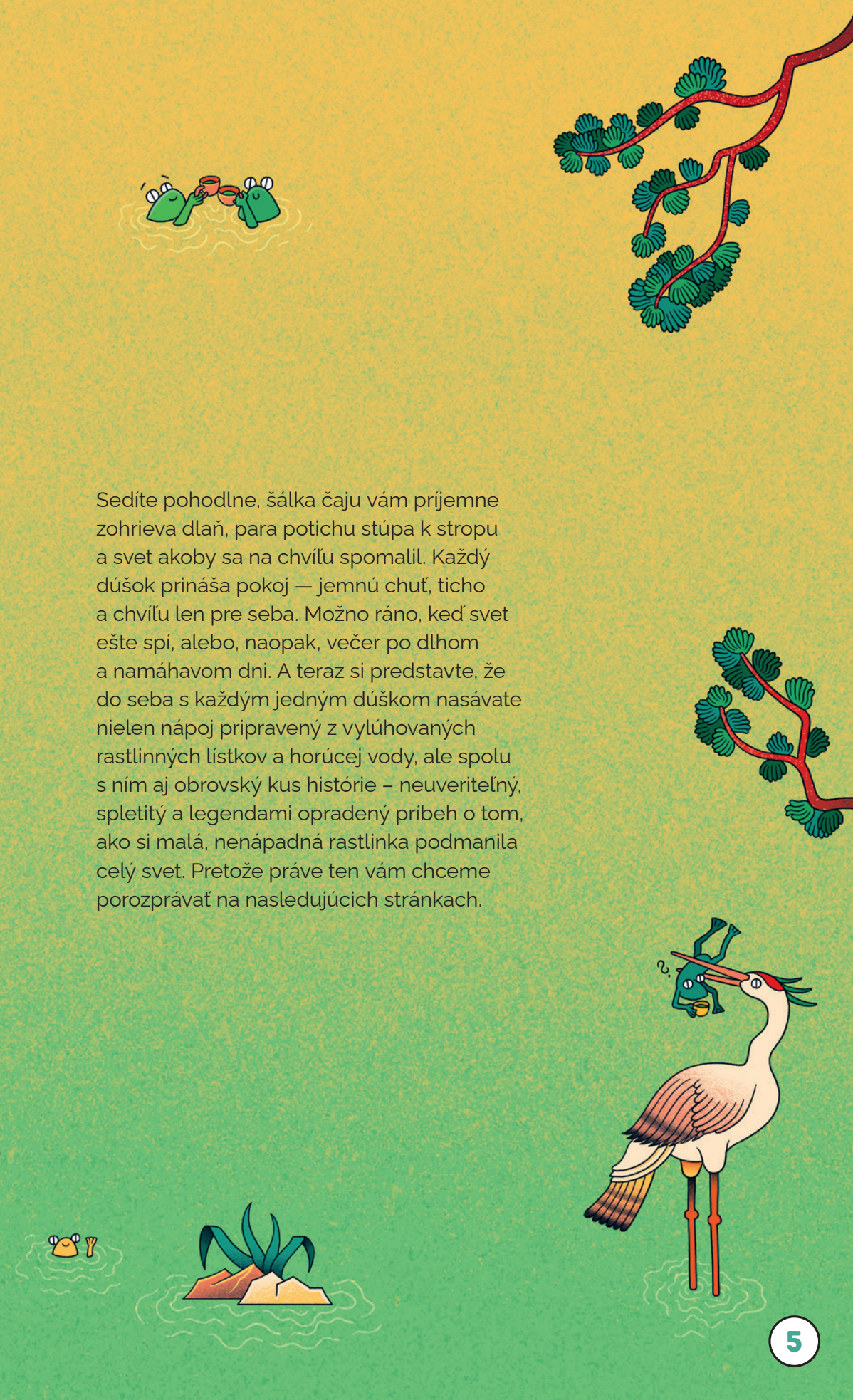
Ilustrácie © Dávid Soboň, 2025
Text © Dávid Soboň, 2025
Slovak version © Monokel, s. r. o., 2025

Všetky práva vyhradené

MONOKEL



Sedíte pohodlne, šálka čaju vám príjemne zohrieva dľaň, para potichu stúpa k stropu a svet akoby sa na chvíľu spomalil. Každý dúšok prináša pokoj — jemnú chuť, ticho a chvíľu len pre seba. Možno ráno, keď svet ešte spí, alebo, naopak, večer po dlhom a namáhavom dni. A teraz si predstavte, že do seba s každým jedným dúškom nasávate nielen nápoj pripravený z vylúhovaných rastlinných lístkov a horúcej vody, ale spolu s ním aj obrovský kus histórie – neuveriteľný, spleťitý a legendami opradený príbeh o tom, ako si malá, nenápadná rastlinka podmanila celý svet. Pretože práve ten vám chceme porozprávať na nasledujúcich stránkach.



ČAJ A NEČAJ



Čaj je hneď po vode najviac konzumovaným nápojom na svete. Čajom však trochu voľne označujeme široké spektrum teplých aj studených nápojov z najrôznejších bylín, kvetov, listov, koreňov rastlín aj kôry a korenín. V pravom zmysle slova je však čaj iba jeden. A hoci poznáme viacero druhov – od zeleného a čierneho až po tmavý pu-erh, všetky pochádzajú z listov jednej a tej istej rastlinky, čajovníka. Rôзня sa len spôsobom, akým je čajový lístok po odtrhnutí spracovaný.

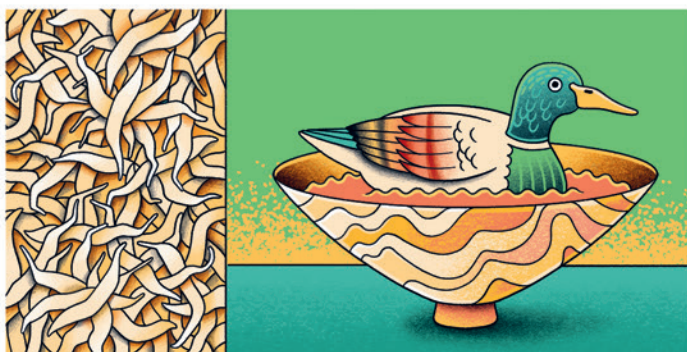
Zelený čaj

Čerstvo natrhané čajové lístky sa krátko zohrejú na panvici alebo naparia, aby sa zabránilo ich zhnednutiu. Zostávajú tak sýtozelené a svieže. Potom sa zrolujú do rôznych tvarov – guľôčok, ihličiek, špirálok či plochých „palacínok“ – a nakoniec sa usušia horúcim vzduchom alebo v peci.



Čierny čaj

Čerstvé lístky sa nechajú pár hodín oddýchnuť na vzduchu, aby zmäkli a stratili časť vody. Následne sa stláčajú alebo rolujú, čím sa uvoľnia aromatické látky a oleje a nechajú sa odstáť niekoľko hodín v chladnej miestnosti. V procese, ktorý sa volá oxidácia, ich vzduch zmení zo zelených na hnedé. Platí, že čím dlhšie lístky oxidujú, tým tmavší a výraznejší je čaj. V poslednom kroku sa oxidácia zahriatím zastaví a lístky sa vysušia.



Biely čaj

Najjemnejšie mladé lístky pokryté drobnými bielymi chlpkami sa rozprestrú na suchom, slnečnom mieste a nechajú sa prirodzene vysušiť. Nenaparujú sa, nepražia ani neoxidujú. Zostávajú vo svojej prirodzenej podobe, plné jemných chutí a vôní.

Žltý čaj

Žltý čaj sa pripravuje podobne ako zelený, ale má malý tajomný krok navyše. Čerstvo natrhané lístky sa najprv nechajú povädnúť a potom sa rýchlo zohrejú, aby zostali svieže. Potom prichádza „žltnutie“ – lístky sa zabalia do látky alebo papiera a nechajú sa chvíľu odpočívať, kým sa jemne nezahrejú vlastnou parou. Tento krok im dodá jemnú, sladkastú chuť a zlatistú farbu. Nakoniec sa lístky dosušia a zozbiera sa voňavý, vzácny žltý čaj.



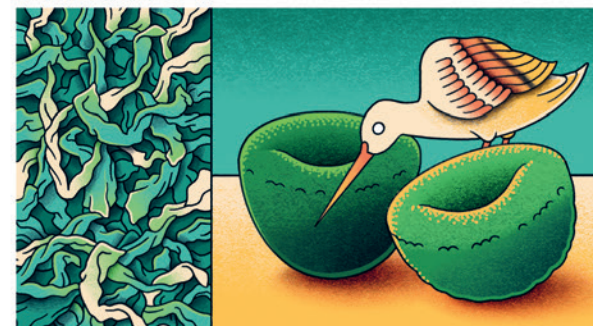
Sheng pu-erh

Lístky sa chvíľu sušia na slnku a následne sa kvôli zastaveniu oxidácie opečú. Potom sa ručne alebo mechanicky zrolujú a ďalej sušia. V poslednom kroku sa čajové lístky vylisujú do koláčikov a nechajú sa zrieť na suchom a bezpečnom mieste aj niekoľko rokov.



Shou pu-erh

Prvotný postup je rovnaký ako pri sheng pu-erh, no po vysušení sa lístky navlhčia, nahnú na veľkú kopu a nechajú niekoľko týždňov fermentovať pôsobením priateľských baktérií. Potom sa lisujú do tvarov tanierov, tehličiek či hříbkov.



Čaj oolong

Lístky sa sušia, rolujú a stáčajú na uvoľnenie arómy, štiav a olejov. Následne sa nechajú kontrolovane oxidovať a potom sa tento proces preruší opečením na panvici. Lístky sa opakovane rolujú a nechávajú odpočívať. V poslednom kroku sa lístky zrolujú do finálneho tvaru a vysušia.

Rôznymi spracovateľskými postupmi sa z jednej rastliny rodí pestrá paleta tvarov, chutí a vôní. Ešte pestrejší je však príbeh o tom, ako sa k nám táto nenápadná rastlinka dostala z ďalekých hôr jednej mocnej, starobylej ríše.



ČINA



NAJSTARŠIE LEGENDY



Božský oráč

Pribeh čaju sa začína v starovekej Číne. Podľa jednej z legiend objavil čaj tretí z bájných čínskych cisárov Shen-nung, známy ako Božský oráč. Ten naučil Číňanov obrábať pôdu, sadiť rastliny a rozoznávať liečivé byliny.



Shen-nung mal jednu zvláštnosť – priehľadné telo, vďaka ktorému mohol priamo na sebe pozorovať liečivé aj škodlivé účinky rôznych bylín. Všimol si napríklad, že prevarená voda má pre organizmus priaznivejšie účinky ako voda, ktorá varom neprejde a môže obsahovať škodlivé látky a baktérie.

Raz sa Shen-nung vybral na prechádzku do lesa. Keď si na oheň postavil kotlík, aby si prevaril vodu, jemný vánok mu doň nafúkal zopár listov z neďalekého stromu. Skôr ako ich stihol vybrať, sa voda sfarbila príjemným odtieňom hnedej. Shen-nung ako zvedavý botanik a vedec vodu s vylúhovanými lístkami ochutnal. Jej jemnú chuť a delikátnu vôňu si hneď zamiloval. Nápoj, ktorý v sebe skrýval aj neobyčajné medicínske účinky, nazval Ch'a a pripravoval si ho vždy, keď chcel počas svojich lekárskeho výskumov zbaviť telo toxínov a jedu.



Čaj a viečka Bódhidharmu

Podľa neskoršej legendy objavil čaj dvadsiaty ôsmy patriarcha indickej dhjánovej školy, ktorý doputoval do Číny okolo roku 520. Bódhidharma sa usadil v jaskynnom chráme na okraji mesta Nanking, kde v hlbokom zamyslení hľadal cestu k osvieteniu. Na tomto mieste meditoval otočený k stene dlhých deväť rokov. Napokon však aj jeho,

skúseného mnicha, premohla únava. Toto zlyhanie ho tak rozhnevalo, že si odtrhol viečka, aby už nikdy nezaspal. Na mieste, kam viečka zahodil, vyrástli zázračné kríky čajovníka, ktorý telu dodával energiu a posilnenie pri dlhých meditáciách. Preto je čaj tak úzko spojený s meditáciou a zenovým budhizmom.



DRUHY ČAJOVNÍKA



Camellia sinensis

Poznáme dva hlavné druhy čajovníka – *Camellia sinensis* a *Camellia sinensis assamica*. Druh *sinensis* je menší krík s malými lístkami nazývanými „xiao zhong“. Pestuje sa väčšinou v úhladných záhonoch vo výške maximálne jedného metra, aby bol ľahký prístup k najcennejším čerstvým zeleným lístkom.



Assamica

Oba druhy čajovníka sú si veľmi podobné spôsobom využitia, pestovania aj chute. Napriek tomu sú medzi nimi drobné rozdiely. *Assamica* má radšej teplejšie tropické oblasti. Je vyššieho vzrastu s dlhšími, väčšími listami. V posledných rokoch sa podarilo rozoznať aj ďalšie odrody čajovníka ako *dehong*, *taliensis*, *formosensis* a ďalšie.



Domov čajových lístkov

Pôvodným domovom čajovníka sú vlhké a teplé oblasti juhovýchodnej Ázie, kde sa dajú dodnes nájsť divo rastúce čajovníky, niektoré z nich staré aj niekoľko tisíc rokov.



Ľudia kmeňa Hmong

Už naši dávni predkovia si všimli povzbudzujúce účinky čajovníka. V najstarších dobách sa na prípravu čaju používali čerstvo odtrhnuté lístky. Tie sa rozdrvili v mažiari a zaliali horúcou vodou. Podobným spôsobom si dodnes pripravujú čaj ľudia z národa Hmong, ktorí žijú na miestach, kde čajovník prirodzene rastie od nepamäti. Mnohí z nich si čajové kríky pestovali vo vlastných záhradách, aby mali kedykoľvek prístup k čerstvým lístkom. Do nápoja si okrem čaju pridávali aj rôzne iné bylinky a korenia. Čajové lístky si našli cestu aj do mnohých receptov, napríklad ako prísada do ryže.

