

# Cesta čaju

# do sveta

Podľa legendy čaj objavil už v roku 2737 pred naším letopočtom čínsky vládca Šen-nung vlastne náhodou. Keď oddychoval pod čajovníkom, do nádoby s vriacou vodou mu napadali listy. Tekutina s vylúhovanými listami mala nielen príjemnú vôňu, ale vládcu aj osviežila. O tom, ako sa dostal čaj do celého sveta či o nových trendoch v jeho pestovaní, hovoríme s Alenkou a Vladimírom Ondejčíkovcami, majiteľmi vychýrenej Čajovne dobrých ľudí v Nitre.



■ RNDr. Alenka Ondejčíková a RNDr. Vladimír Ondejčík.



■ Kráľ čaju, 1 700 rokov starý čajovník, rastie v subtropickej džungli na hraniciach Číny a Mjanmarska.

■ Hmly a dážď čaju prospievajú.

## ■ Čo o vzniku čaju prezrádzajú skúmania odborníkov?

**A. Ondejčíková:** Ešte zaujímavejšia ako staré legendy bola skutočnosť. V páse subtropickej džungle, ktorá sa tiahne od Mekongu po Brahmaputru, rástli a stále rastú divoké čajovníky. Vysoké štíhle stromy s belostnou kôrou. Na našich potulkách za prvopočiatkami čaju sme navštívili oblasť Xishuangbanna na juhu čínskej provincie Yunnan. Tu malé horské etniká, najmä Bulangovia, ešte pred počiatkom nášho letopočtu ako prví na svete začali zberať čajové listy a vysádzať čajovníky k svojim príbytkom. Čaj fermentovali a liečili ním všetky možné neduhy. Neskôr začali s čajom obchodovať, lisovali ho do hutných tvarov, aby sa dal lepšie naložiť na chrbty koní, ktoré ho niesli po starej konskej ceste do vzdialených oblastí, najmä do Tibetu. Tak sa čaj dostal do pohybu. Rozšíril sa po celej Číne. S obľubou čaju sa vytvorila špecifická čajová kultúra, ktorá svojou kultivovanosťou inšpirovala nielen čínskych filozofov, umelcov a šľachtu, ale zmenila vnímanie tohto jednoduchého nápoja aj u iných národov.

## ■ Ktoré krajiny po Číne začali s jeho pestovaním?

**V. Ondejčík:** Vďaka budhistickým mníchom, ktorí bez čaju nemohli byť, sa čajové lístky dostali cez Kóreu do Japonska. Čaj bol mimoriadne zaujímavým artiklom

aj pre portugalských a neskôr pre holandských a anglických obchodníkov, ktorí ho nakladali na svoje lode a oboplávajúc Afriku privádzali na náš kontinent. Začiatkom 17. storočia čaj uchvátil Európu a postupne aj zvyšok sveta.

## ■ Pestuje sa aj tam, kde ho pôvodne začali pestovať horskí Bulangovia?

**V. Ondejčík:** Ešte pred pár rokmi, keď sme ich mali možnosť navštíviť, žili v izolovaných dedinách na vrcholoch hôr a hovorili vlastným jazykom. Ženy chodili vo vyšívaných krojoch. Večer sa umývali v potoku a malí chlapi sa vzdelávali v budhistickom kláštore nad dedinou. Pestovali čaj. Boli jednoduchí, pekní a šťastní. Pri príbytkoch z bambusu rástli stáročné čajovníky, ktoré tam vysadili ich predkovia.

Dnešní Bulangovia zberajú čajové listy podobne ako ich prapredkovia na počiatku histórie. Lisujú ich vlastnou váhou pod okrúhlymi kameňmi. Čajové „koláče“ sušia a balia do ryžového papiera, aby sa dostali k milovníkom naozaj dobrého čaju. Napríklad i k nám, na Slovensko. Vlastne sa tak veľa nezmenilo... Teda, ak sa k horským dedinám už nevybudovali asfaltové cesty. Lebo s nimi prichádza globalizácia a jej nástup je rýchly.

## ■ Vy ste otvorili už v roku 1990 1. profesionálne čajové a bonsajové centrum Bonsai Slovakia - Čajovňa dobrých ľudí. Čo vás k tomu viedlo?



■ Jarné slávnosti čaju a čajové rituály detí (Kórea).



■ Manželia Ondejčíkovci s majstrom Tsuenom, potomkom strážcov mosta v Uji, a majiteľom najstaršej čajovne Japonska.

**A. Ondejčíková:** Ako prvé sme objavili čaro bonsajistiky. Zavanul k nám duch Ázie. Zbierali sme semenka a z nich sme úspešne pestovali stromčeky v malých miskách. V tých časoch sme obaja mali prácu, o akej sme vždy snívali. Manžel učil na gymnáziu talentované deti matematiku a ja som pracovala ako biologička vo vede. No zachytila nás nová doba, chuť a možnosť podnikat'. Mohli sme sa naplno venovať zaujímavým veciam, ktoré robili náš život krajším a šťastnejším. Zdravším. A tak sme investovali z nášho skromného rodinného rozpočtu, zmenili sme naše povolania a otvorili sme prvý obchodík s bonsajmi a čajom.

■ **Ponúkať kvalitné čaje, znamená mať dobré kontakty. Ako sa vám ich darilo a dodnes darí nadväzovať?**

**V. Ondejčík:** Aby sme boli dobrí v tom, čo sme chceli robiť, začali sme intenzívne cestovať. V časoch bez internetu to bolo nutné. Všetko sme objavovali a spoznávali na vlastnej koži. Otváral sa pred nami nový neznámy vesmír, hľadali sme v ňom inšpirácie a súvislosti.

Dôležité bolo, že sme mali odvahu oslovovať tých najvýznamnejších odborníkov svetových mien. Vychádzali nám v ústrety, pretože ich nadchýnal náš entuziazmus. Doma sme o našich výskumných cestách veľa písali a rozprávali. Celých 20 rokov sme každoročne organizovali medzinárodné výstavy bonsajov a čaju a na oplátku sme majstrov zo sveta pozývali k nám do Nitry. Bolo to zaujímavé, pestré, vzrušujúce. Ľudia sa tu stretávali vďaka voni čaju a krásy bonsajov.

■ **Na webovej stránke Čajovne dobrých ľudí ([www.e-tea.eu](http://www.e-tea.eu)) sú v ponuke stovky rôznych čajov, ktoré dovážate z desiatok krajín sveta. Vydali ste tiež viacero publikácií o čaji, organizujete kurzy pre jednotlivcov i čajovne, vo svojej ponuke máte široký sortiment výrobkov na prípravu a podávanie čaju... Aký teda je čajový svet 21. storočia?**

**V. Ondejčík:** Svet čaju je veľmi pestrý a v súčasnosti sa navyše prudko vyvíja. Kvantitatívne i kvalitatívne. Exponenciálne. Podielajú sa na tom vedci i producenti čaju. Profesionálni čajoví majstri, ale aj nároční konzumenti a zanietení amatérski nadšenci. Vďaka ľahkej internetovej dostupnosti informácií sa zrazu všetko rýchlo mení. Začalo sa veľa experimentovať. Hľadajú sa progresívne technológie spracovania čaju. Šľachtia sa nové odrody čajovníkov, ale výskumníci sa vracajú aj späť do džungle k pôvodným divkým čajovým stromom. Pretože práve tie vynikajú výrazne pozitívnym účinkom na zdravie človeka. A to dnešné ľudstvo veľmi potrebuje.

■ **Čo konkrétne vás v oblasti ponuky čajov zaujalo?**

**A. Ondejčíková:** Nás napríklad fascinuje nový trend - vedecké čaje. Je úžasné, že napríklad zelený japonský čaj s vysokou hladinou antioxidantov - Katea alebo japonské čaje typu Kate-benifuki dokážu výrazne a rýchle stlmiť prejavy alergií a rôznych podráždení organizmu. Prvý raz sme sa s vedeckými čajmi stretli pred rokmi na svetovom kongrese v japonskej Šizuoke a začali sme ich voziť na Slovensko. Pomohli už mnohým ľuďom, ktorí trpeli

alergiami. Vedci sa zamerali na čajovníky blízke tým divkým naozaj správne. Majú vysoký obsah metylovaných katechínov a ďalších významných látok, ktoré zaradujeme medzi známe antioxidanty. Pri našich cestách kamkoľvek vždy máme v príručnom batôžku takýto čaj ako prvú pomoc.

■ **A ďalšie novinky vo svete čaju?**

**A. Ondejčíková:** Napríklad ďalším zaujímavým trendom sú čaje typu GABA. Je to skratka z anglického názvu kyseliny gama-aminomaslovej, ktorá v ľudskom organizme funguje ako neurotransmitter. Je potrebná pre činnosť mozgu i správny prenos vzruchov neurónmi. Ak jej máme málo, zabúdame, rýchlejšie starneme, trasú sa nám ruky, bolí hlava. Japonskí vedci skúmali spracovanie čerstvo nazbieraných listov čaju v anaeróbných podmienkach, teda bez prístupu vzduchu, a výsledky boli pozoruhodné. Čaje typu GABA sú veľmi príjemné a účinné.

■ **Kde vidíte perspektívy využitia čaju v budúcnosti?**

**V. Ondejčík:** Staré, divoko rastúce čajovníky zo subtropických džunglí, v ktorých sa začala púť čaju do príbytkov človeka, sú veľkou výzvou i príslubom nielen pre čajový, ale i farmaceutický priemysel. Čaj je zvláštny nápoj. Jednoduchý a nevtieravý. Vlastne si naň človek musí najprv trochu zvyknúť, prijať jeho charakter. No ak ho vpustíme do života, zmení nám ho. Čaj už po stáročia inšpiruje, provokuje, lieči telo i dušu človeka. A my veríme, že tomu tak ešte dlho bude.

(RAB)

(Foto: Alenka a Vladimír Ondejčíkovci.)

# Pestovanie a príprava čaju



V súčasnosti je čaj obľúbeným nápojom na všetkých kontinentoch sveta. Hoci ponuka čajov je veľmi široká, základom sú listy stále toho istého druhu rastliny – čajovníka (*Camellia sinensis*). Kým na plantážach udržiavajú kríky tak, aby mali výšku okolo jedného metra, vo voľnej prírode môže čajovník dorásť až do výšky 30 metrov. Čajovník sa pestuje v subtropickom až tropickom pásme, dobré podmienky má v monzúnovom podnebí.

Čajové listy sa zberajú viackrát do roka alebo priebežne počas celého roka a kvalitnejšie čaje sa vyrábajú len z mladých lístkov, alebo len z vrchných dvoch lístkov alebo z pupeňa.

K najväčším producentom čaju patria Čína, India, Irán, Japonsko, Srí Lanka... No pestujú ho aj v Austrálii, Keni či Argentíne.

## Ako sa čaj vyrába?

Veľmi zjednodušené vysvetlenie výroby čaju znie: Po zbere sa čajové lístky nechajú

zavädnúť, potom sa zvinú, rolujú, prechádzajú rôznym časom oxidácie zodpovedným za zmenu ich farby (zelené nie a biele čaje sú prirodzene mierne oxidované). Následne sa sušia a prípadne ďalej spracúvajú. Rozdiel medzi druhmi čajov je teda v stupni oxidácie. Tradične sa za základné druhy čaju považujú čaje zelené, biele, čierne, žlté, oolongy (zoxidované sú len čiastočne), pu'rh čaje a najnovšie aj vedecké čaje. No milovníci čaju poznajú aj čaje dymové, kvitnúce, korenisté, voňavé či ovocné a pod.

Chuť čaju ovplyvňuje (podobne ako pri víne) veľa faktorov – od oblasti pestovania, jej nadmorskej výšky, od kvality pôdy cez spôsob zberu až po správne skladovanie a prípravu. Tá mnohým laikom pripomína tajomnú a zložitú alchýmiu. K základným pravidlám patrí, že sypaný čaj sa zalieva horúcou vodou. Jej teplota závisí od stupňa oxidácie, čím nižšia (alebo žiadna), tým by mala byť aj nižšia teplota vody. Napríklad zelený čaj sa zalieva vodou s teplotou okolo

75 stupňov Celzia a nemal by sa dlho lúhovať, lebo bude trpký. Čaj oolong sa môže zalievať už vodou s teplotou 85 – 95 stupňov Celzia a čierny čaj sa zalieva vriacou vodou. Dôležitú úlohu zohráva dĺžka lúhovania – závisí od druhu čaju, obdobia zberu atď.

## Rozdiely v čajových kultúrach

Čaj má svoje miesto v tradíciách mnohých národov, spája sa s rôznymi rituálmi a oslavami. Napríklad japonský čajový obrad čanoju je založený na presných pomalých pohyboch, pričom každá fáza prípravy nápoja má svoj dôvod. Cieľom je priniesť harmóniu, pokoj, údajne dosiahnuť až osvetlenie. Hoci čanoju má korene v dávnej minulosti, dodnes sa vyučuje aj mimo hraníc Japonska.

Na prípravu čajov sa používajú špeciálne pomôcky, nádoby, kanvice a šálky. Rovnako existuje aj mnoho spôsobov podávania čaju a prísad na jeho ochutenie. V Indii sa napríklad pije osladený čaj so zázvorom, s kardamómom a so škoricou. Briti pijú čaj s mliekom, na severe Nemecka so smotanou. K ďalším ochucovadlám patrí cukor, citrón, med, džem, ba aj ovocná zaváraniina. V Mongolsku už od dávnej minulosti varia čaj s vodou, so soľou a s jačím, ťavím alebo ovčím liekom. Podobne ho pripravujú aj v Tibete.

Kým niektorí ľudia si zvyknú vypíť šálku čaju na raňajky, napr. Turci vypijú počas dňa aj desať šálok silného sladkého čierneho čaju. Do Maroka sa síce čaj dostal až v 19. storočí, no tzv. maghrebský čaj, známy aj ako čaj Tuarégov (zelený, zmiešaný s cukrom a mäťou), je dnes rozšírený aj v Tunisku, Alžírsku a ďalších krajinách Afriky.

V Anglicku sa tiež v 19. storočí vo vyššej spoločnosti začal piť čaj namiesto olovranu a podávať k nemu drobné cukrovinky. A „Čaj o piatej“ sa tam v mnohých domácnostiach servíruje dodnes.

(ZDENKA RABAYOVÁ)

(Foto: Alenka a Vladimír Ondejčíkovi)



■ Pri vstupe do kvalitných čajových fabrik, je nutné podstúpiť veľmi prísnu očistu a dezinfekciu.



■ Medzinárodná odborná degustácia čajov v Číne.