Živý chlieb

V priebehu vývoja človeka na Zemi prebieha vývoj ľudského vedomia. V sledovateľných dobách sa dá vypozorovať súvislosť vývoja vedomia so spôsobom stravovania. Predovšetkým je táto súvislosť výrazne viditeľná na spôsobe spracovania obilia pre výživu človeka. Píše o tom Rudolf Hauschka v knihe „Človek a výživa" (s.237).

V súčasnosti sa vývoj človeka a jeho vedomia orientuje predovšetkým na vývoj myslenia a na prenikanie k tvorivým kozmickým myšlienkam. To je príčina, prečo sa dnes začína na mnohých miestach Európy piecť opäť nový druh chleba – medo-soľný chlieb, ktorý pôvodne inicioval Rudolf Steiner. Vývin vedomia ide opäť ruka v ruke s vyvinutím nového spôsobu spracovania obilia.

Angelus Silesius: "Ajhľa, neživí nás chlieb. To, čo v chlebe nás nasycuje, je večný boží duch, slovo premenené."



Pri kysnutí nového chleba prebieha proces mliečneho kvasenia, ktorý je neporovnateľne zdravší a prospešnejší pre človeka, než doteraz bežný chlieb nakysnutý pomocou alkoholového kvasenia. Píše o tom Heinz Grill v brožúre „Štyri étery v chlebe". Vysvetľuje tam tiež, že „musíme tento proces mliečneho kvasenia hodnotiť ako dôležitý pochod, lebo je zodpovedný na

látkovej úrovni za to, že chlieb sa napokon stáva tým, čo rozvíja správnu premenu a správne pretváranie, ktoré vrýva svoju miernu silu štruktúry blízku ľudskej podstate".

Nový medo-soľný chlieb znamená vyšší stupeň potravy a podporuje inkarnačný proces človeka. Jeho pečenie je vyslovene jednoduché. O tom, ako je možné, že iba použitím medu a soli, týchto dvoch protikladných látok, vytvárajúcich medzi sebou silové pole, aj o potrebnej kvalite surovín a o podmienkach prípravy cesta, píše R. Hauschka.

Napätie medzi polaritami kvetnej, nebesko-slnečnej sladkosti medu a kryštalickej, tvrdej, zemskej soli stimuluje aktivitu prirodzene prítomných činiteľov v múke, vo vzduchu a v mede (rôzne fermenty, kvasnice, baktérie...). V tejto atmosfére vznikne spontánne kvasenie bez pridania akéhokoľvek doplnkového hnacieho prostriedku. Medo-soľný chlieb má svojskú vôňu a chuť vďaka prepracovaniu múky špecifickou fermentáciou.

Na prípravu cesta používame špaldu z ekologického pestovania, med od vlastných včiel chovaných čo možno najprirodzenejšie a na pečenie používame elektrickú rúru. Celá práca sa dá poňať ako meditácia.

Informácie o najbližšom seminári s pečením chleba tu: KLIK



Brožúra - Štyri étery v chlebe

Aké suroviny potrebujeme?

Ako urobiť cesto?

Ako piecť?

O výžive < suroviny príprava cesta pečenie meditácia

V štúdiu jogy Narajana sme vyvinuli **nový recept** , ktorý zodpovedá podmienke, aby podporoval duchovnú individuáciu súčasného moderného človeka v jeho začlenení do sociálnej sféry.