

饮茶,注重一个“品”字。品茶亦如品诗,真正的妙处,是说不出的。自斟自饮,可以消除疲劳、涤烦益思、振奋精神,也可以细啜慢饮,达到美的享受使精神世界升华到高尚的艺术境界。“竹荫遮几琴易韵,茶烟透窗魂生香”,一盏青茗,一首好诗,都会让人沉吟良久。

自上期品茗会客厅邀请了各方人士探讨禅茶、瑜伽合一这个话题以来,不断有读者打进电话,希望能有更多精彩的内容奉献给大家。现代社会无论是做人、经商,还是品茗静修,用“一念心”来对待生活吧,您会得到更多的快乐……



一念心 —— 永恒茶飘香 —— 高地春天的茶文化之旅

在舒展身躯,时装店里各式韩式、日式女装。茶、美容、时装虽属商业不同业态,但这是成功人士,特别是时尚女士同一追求,祝榆勤将它们巧妙地组合在一起。

聊到茶馆装修风格,祝榆勤说她就追求纯正的东南亚风格。盘发、身穿半搭肩泰式服装的迎宾,芭蕉、橡树布满厅廊,连电梯都充满热带雨林风情。她专门从泰国买了张茶馆专用桌回来,现在茶馆里所有的桌子都是那张桌子的仿制。藤椅、茶具、靠垫等所有摆设,都是从东南亚以及云南选购而来。好一派“竹雨松风蕉叶影,茶烟琴韵读书声”的意境,让人在喧嚣的闹市中得到那份悠扬与宁静。

祝榆勤说,“这就是高地春天的定位”。她要让杭州人在谈天的时候,如果不想去咖啡馆,那就考虑来高地春天。“甚至我还会给每一位配备宽带上网,我相信在这里,商务需求是一定存在的……”

为做出最好的广式点心,她专门跑去广州,请来了曾为宋祖英等众多名人做过广式点心、有8年从业经验的点心师傅主理厨房。

这个月去高地春天的顾客可能会发现,这家茶室的水果盘变了,色泽鲜艳时令水果从原先被方形黑木容器所包围,变成被一只鱼形白瓷盘托就,盘边放着只竹编小花篮,篮上也还盛着时鲜水果,配着色泽鲜艳的水果,让人感觉眼前一亮。“是不是感觉很清爽,夏天了水果盘换成白色,让顾客有种清爽的感觉”,祝榆勤用女人特有的细腻,提供给顾客的不仅是要精致的食品、精致的服务,更要给予精致的环境和享受。

一念心——茶人吉祥

毛利率12%!这是高地春天6月8日正式营业以来第一个月的经营成绩。这意味着首月没有没有赢利,这可能是文人经商的可爱之处,永远是品质优先,而不是成本优先。当她把这个很不理想的营利数据告诉先生时,这位有文人、茶人之誉的先生只说了充满禅意的三个字:一念心。自开始做这个茶馆,他已多次对妻子说了这三个字,意思很明白,就这么做下去,把艰苦的历程当作是一次次快乐的历程,用永不改变的“一念心”付诸于她的顾客和事业!

有了这颗永恒“一念心”,祝榆勤对茶及茶文化有了更新、更深的认识。

“从现在开始,我要把精力放在做透做深杭州茶文化上。”连续考察过杭州众多茶馆后,祝榆勤发现一个现象,“杭州茶馆竞争不是茶本身的竞争,大家都是在争谁家茶餐做得好”,本末倒置了。对此,祝榆勤觉得是种变异,在她看来,茶馆茶馆,主业还是应该做“茶”,对一家茶馆的好坏评价也取决于这家茶馆泡出来的茶水是否到位。于是,高地春天了做了一次对于杭州茶馆文化进行探索的事情,组织顾客到富春江畔“摘茶、喝茶、谈茶”,进行一次茶文化旅游,让顾客亲眼看到高地春天茶馆里泡的茶叶生长在哪里?怎么炒出来的?每种茶叶的背后有什么故事?

这是高地春天走茶文化的第一步,“今后,我们还将组织茶客去白茶故乡安吉、去武夷山、去云南考察……”,祝榆勤说。

“在耐克成为知名品牌之前,运动鞋只是人们生活中一种廉价的生活用品,耐克的出现改变了这种情况,只有特殊阶层的人们才能穿上耐克品牌的鞋子,它也成为具有文化价值的商品。在霍华德所著的《星巴克——一杯咖啡中所含的成功神话》一书中,耐克和星巴克虽然都投资于利润较小的市场,却把自己的产品提升为世界性的文化产品,这就是他们的成功之处。”

祝榆勤意味深长地说了这段话。她应该读懂了“星巴克”,她应该读懂了茶文化……

走出高地春天,心中有一种感动。小而言之,高地春天是为了圆一个江南女子的茶楼梦;大而言之,高地春天是为了发扬中华民族悠远深厚的茶文化。亲手打造高地春天的祝榆勤,正是一位传承茶文化的使者!

我也一念心地祝福:茶人吉祥!

文/溪溪

定座电话: 85390059

中北桥边天籁假日酒店三楼

凭本期品茗版面前往高地春天消费可抵10元茶资

与世界上许多美好事物的境界一样,好的茶香,在于可表述与不可表述之间。清雅者胜于浓郁者,无相者胜于有相者。其美好、高贵真是妙不可言。

“高地春天”是一个精致典雅的所在,更有人形容它为“高侣仙境”;其主人祝榆勤是一位细致、美丽的女性,不仅深谙经营之道,更擅长以文养茶,为一方文人雅士所赞赏。自然,这足以成为探访高地春天的理由。

高地春天——春天的高山茶

把茶馆命名为“高地春天”,因为凡茶,均以长于深山高地者为佳木,采于万物复苏的早春新叶为佳茗。“高地春天”就是春天的高山茶——这是我们茶馆高品质的基本定位。有过新闻从业经历的祝榆勤如此表述。

于是,“高品位”渗透于茶馆的每个细节。

遥望杭州大厦,背靠西湖文化广场,中北桥边天籁假日酒店三楼1800平方米的场地,“高地春天”就扎根在这寸土寸金的地方,头年的租金及装修就花费300多万元。

在茶馆同一楼面的对面,是家静博士美容馆,旁边还有瑜伽馆和时装店,瑜伽馆里幽幽的灯光下一些女士

将心注入——把心交给每一杯茶

祝榆勤最近在看一本书,是星巴克创始人霍华德·舒尔茨写的《将心注入》,书里说:做企业关键是人心。我把心交给每一杯咖啡,还有星巴克的伙伴们。当顾客感受到这些时,他们会给予相应的回报。

对于祝榆勤来说,她想把心交给每一杯茶,每一份茶点。她相信,顾客肯定会感受得到,她肯定会得到回报。商务套餐在山地春天居然是一份份小炒的,而不是事先配好的大盘菜。“因为要好吃!”祝榆勤强调说。

每天10点半、12点半和15点半,来喝68元套餐的顾客,不仅能免费享受一份价值28元/位的商务套餐,还可以享受“送餐服务”,忙于谈话的客商们可按一按桌子上的小铃铛,身边即可便会传来“这是刚制好的西米露,您需要来点尝尝吗?”之类亲切的送餐问候语和及时的服务;天气转热,上餐巾的工序也变成两道,先上湿巾,给顾客擦擦汗,再上纸巾;为防止蚊蝇,给洗手间旁的垃圾桶配上了个古色古香的尖盖子……

认识茶多酚(九)

——茶多酚清热降火及润肺作用

浙江大学茶学系博士 王岳飞

漱3分钟10ml复方茶多酚含漱液。结果明显推迟或减轻了放射性口腔炎的发生;使用0.2%茶多酚漱口液刷牙,可以使健康受试者菌斑指数和牙龈指数明显下降。

☆用一定比例的复方茶多酚漱口液对小儿牙龈炎患者治疗效果显著,并对常见的口腔的厌氧菌和需氧菌具有良好的抗菌和杀菌作用。

2、茶多酚对口腔咽喉致病菌的抑制作用

茶多酚对食物病原菌有广谱抑制作用,可有效的抑制或者杀灭多种口腔和咽喉致病菌,有利于口腔保健和防止咽喉感染。茶多酚对伤寒杆菌、副伤寒杆菌、金黄色溶血葡萄球菌、链球菌、痢疾杆菌等病原菌有明显的抑制作用,其中抗葡萄球菌、链球菌作用优于磺胺噻唑,对痢疾杆菌、宋氏痢疾杆菌、副伤寒杆菌及大肠杆菌的效果比黄芩素强3~15倍。

3、茶多酚可以减缓香烟对人体的毒害

流行病学调查表明,在各种癌症死亡中,约30%是由吸烟引起的,80%的肺癌死亡和50~70%的口腔癌死亡与吸烟有关。而吸烟者发生局部心肌缺血心脏病的危险在各国均有发现,且与吸烟数量

成正比。吸烟可以引起肺病、心脏病和癌症,这与吸烟者体内抗氧化剂水平降低有关。

茶多酚对吸烟引起细胞损伤具有保护作用。茶多酚可以清除过量的自由基,防止吸烟过程产生的自由基对细胞的毒害,还可补充吸烟造成体内抗氧化剂的损失,恢复吸烟破坏的体内氧化还原的平衡,避免疾病的发生。人们可以通过口服茶多酚达到减轻香烟对健康的危害,若在香烟过滤咀和香烟本体中加入茶多酚,以清除烟气中的自由基,生产低自由基、低毒的香烟还是可能的。

茶多酚还具有抑制口臭的效果。以茶多酚为主要功效成分进行开发口腔咽喉类药品和保健食品,具有广阔的发展前景。

教 授 答 疑

陈宗懋院士在《青青茶水送健康》中提到,美国纽约州立大学报道,因茶叶中的儿茶素类化合物具有防癌效果,他们将2克绿茶或者红茶放在口中咀嚼2~5分钟,在一个小时内,口腔中仍含有高浓度的儿茶素类化合物。陈院士认为,可以采用将绿茶或者红茶放在口中咀嚼5分钟,使儿茶素和茶黄素在口中缓缓释出,以用于预防口腔癌和龋齿。杨贤强教授说,茶多酚片将吃茶变成了现实,比如嚼茶叶更方便、更显著。我们现已开发出了一种新的茶多酚制剂,已经取得清咽保健食品的证书,为咽喉疾病患者和吸烟者又增加了一种新的保健食品。

茶多酚科普知识问答(单选\多选不限)

茶多酚可以防治哪些口腔类炎症:()

A.口腔溃疡 B.牙周炎 C.牙龈出血 D.口臭

茶多酚抗菌葡萄球菌、链球菌作用效果比黄芩素强()倍?

A.2倍 B.3~15倍 C.20倍

茶多酚对吸烟引起细胞损伤具有保护作用表现在()?

A.清除自由基对细胞的危害
B.补充吸烟造成体内抗氧化剂的损失
C.恢复吸烟破坏的体内氧化还原的平衡

活动参与事项

1. 本次知识问答活动分十次进行(每周一次),请妥善收集好您的每一期答卷,凡10期问题全部答对者,每人可获得一份精美的奖品,我们还将从中抽取20名幸运读者,给予价值400元的奖品一份。

2. 本期为第9期问答,答卷投寄及发奖方式,待第10期答卷见报时公布。

茶的清咽润喉及润肺作用很早就有记载,唐《新修本草》记有茶“味甘,苦,微寒,无毒。主痔疮,利小便,去痰、热、温……”。明李时珍认为茶“最能降火”,而“火为百病,火降则上清矣”。《中国药学大辞典》也称茶可“清热降火”。另外,《岭南杂记》还有茶可“利咽喉之疾”的记载。

炎炎夏季,不少人会受牙痛、咽喉痛的困扰,从中医角度讲是内热虚火上升的原因。现在研究表明,作为茶叶之中精华的茶多酚可以预防和治疗口腔咽喉炎症,对口腔咽喉致病菌具有抑菌和抗病毒作用,并且可以减缓香烟对人体的毒害,是茶清咽润喉及润肺作用最主要的功效成分。

1、茶多酚预防和治疗口腔咽喉炎症

茶多酚能增强血管韧性抑制致炎物质的释放,具有显著的抗炎作用,可以预防和治疗各种炎症,在咽喉疾病方面可以防治口腔类炎症作用。在我国很早以前就有用茶叶来防治口腔类炎症的方剂,如有防治口腔溃疡、口疮、口腔发炎、牙周炎或牙龈出血、舌痛、口臭等茶疗单方。国外早期也有研究报道,饮茶可以降低人和实验动物牙菌斑的发生。1996年我国市场上已经有含茶的防龋除臭的牙膏,口香糖和喷雾剂等口腔防护用品出售,这些产品的主要功效成分就是茶多酚。

近年来,茶多酚在预防和治疗放射性口腔炎、龋齿、牙周病和牙龈炎方面取得新的研究进展:
☆让接受放疗的鼻咽癌病人每日3次餐后含