

<<绿色黄金-茶叶的故事>>

图书基本信息

书名：<<绿色黄金-茶叶的故事>>

13位ISBN编号：9787810368865

10位ISBN编号：7810368869

出版时间：2006-12

出版时间：汕头大学出版社

作者：(英)艾瑞丝·麦克法兰,(英)艾伦·麦克法兰

页数：278

字数：173000

译者：杨淑玲,沈桂凤

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<绿色黄金-茶叶的故事>>

### 内容概要

茶叶最非凡的事实，便是成为世界上最重要且最有医学疗效的物质。

一片茶叶内含有超过500种以上的化学成分，在许多方面改变了人类的身体与心灵。假如全球茶树遭到真菌侵袭而枯萎，假如住在中国、日本、印度和东南亚的人们，亦即全世界2/3的人口，霎时间失去茶水，死亡率将急遽升高，很多城市会瓦解，婴儿大量死亡，这将是一场浩劫。

<<绿色黄金-茶叶的故事>>

作者简介

艾瑞丝·麦克法兰，一位阿萨姆地区茶叶经营者的妻子，在阿萨姆地区的茶园居住长达20年，学会了阿萨姆语，并曾经撰写印度和阿萨姆的历史。

## <<绿色黄金-茶叶的故事>>

### 书籍目录

导读中文版序序言谢辞第一章 艾瑞丝·麦克法兰的回忆录PART 1 着迷 第二章 上瘾的故事 第三章 琼浆玉液的泡沫 第四章 茶来到西方PART 2 被奴役的人群 第五章 着迷 第六章 代替中国茶 第七章 绿色黄金 第八章 1839-1880年阿萨姆的茶狂热 第九章 茶叶帝国 第十章 茶叶的工业化 第十一章 茶叶劳工PART 3 被体现的魔力 第十二章 今天的茶工业 第十三章 茶、身体与心灵 第十四章 有魔力的水

## &lt;&lt;绿色黄金-茶叶的故事&gt;&gt;

## 章节摘录

正当越来越多的茶为了广大的中国市场而产制出来时，茶也向外迁移传播。对中国人来说，最深远的意义是茶传到了中亚高地邻近的游牧民族，流传的范围从西藏地区到西伯利亚。

这些人住在有着寒冷冬天、强劲北风的地区，这样的天气对人体有极有限的考验。他们几世纪以来都喝水和牛奶，而现在发现这种中国人愿意卖给他们，用以交换游牧产品的奇怪叶子，和他们的牛奶与牛油混合后，给予他们额外的精神活力和保护，以抵御高地严峻的气候。

大规模的茶砖贸易沿着丝绸之路及许多其他的交通路径发展。纵横交错的贸易路线：从中国西南到西伯利亚，从中国远至中东的伊斯兰文明。因为地面是崎岖不平的，因此大多数时候这样到高海拔地区的买卖是由人背上去的。约到12世纪，茶砖普及到无所不在，不可或缺的程度甚至取代了中国许多地方的货币。这个茶货币制度非常完美、贴切地表现出金钱的核心功能：计算价值的单位、交换的媒介与财富的累积和储存。

它很轻，可以做成规格化的茶砖，而且很有价值。茶还有一点优于银币和纸钞的是，如果有需要的话，可以拿来食用或饮用。和丝绸的价值相同，茶成为来自草原的武装骑士想从中国取得的少数物资之一。

除了茶叶优于货币的所有优点之外，威廉·H·乌克斯(Wil-liam H.Ukers)又再加上一个：在中国，以茶当作钱的历史几乎就跟茶本身一样古老，中国人比西方人还早开始使用纸钞，但对于身处远方内陆，大部分是从事游牧、逐水草而居的人群来说，纸钞对商业上的交易来说没有太大用处，其他种类的货币，依照神秘主义者的价值，也同样没有太大用途。但茶叶压缩成茶砖，就可以当作钱，用来作为消费物资，或作进一步的以物易物。不像钱的价值会随着远离它的发行点和流通后而降低，茶砖钱的价值反而因它被带远离中国的产茶区而上扬。

第一块茶砖钱是以牛力压制而成，现今已由机器压制取代，做出花岗岩般坚硬的茶砖。即使时至今日，茶砖仍然在中亚一些游牧地区当成货币使用。

少数地区的营养补给品有很多的记载描述了包括西藏等高原地区，人们如何准备喝茶，这显示出茶的重要性和它如何和其他食物混合食用。20世纪30年代，乌克斯写道：“蒙古人和其他鞑靼(Tartar)部族加热草原碱水、盐和脂肪，烹调出一种以磨碎茶砖做成的汤，然后过滤并混以牛奶、牛油和烤过的餐食。有时也和米、姜混合着吃。

”他评论：“煮沸和搅拌过的奶油茶是藏人的支柱，没有藏人一天喝的杯数会低于15、20杯，有些人甚至喝到七八十杯。

”下面这段来自19世纪初叶到西藏的旅行家，威廉·摩尔克洛夫特(William Moorcroft)的描述，提供了更详细的报导：“早餐时每个人喝约5至10杯茶，每杯大约是200毫升；当最后一杯喝到一半时，他会把剩下的部分混合足够的大麦片，做成糊状物般……到中餐时，负担得起的人会再喝茶，搭配麦饼、麦片糊、面粉、牛油、糖，做成热食。

”柯隆尼欧·劳伦斯·韦戴尔(Colonel Laurence Waddell)在他的著作《拉萨及其神秘事》(Lhasa and its Mysteries, 1905)也点出了这饮料的重要性。他描述藏人喝茶：“作为一种整天饮用的饮料，它是一满杯的热牛油茶，其实更像汤……无可否认，它是有益身体的，不只因为它是寒冷天气里令人振奋的热饮，更因为它克服了这个地区水源供给受污染，饮用未经煮沸过的水所可能带来的危险。

”就营养素供给方面来说，茶饮也很重要，特别是在这个地区人们准备和消费茶的方式，茶含有维生素、镁、钾和其他在滤泡茶的过程中损失或减少的营养素。再者，当茶叶混合了凝结的牛奶和蔬菜，增加了蔬菜的营养价值，帮助维生素C的吸收。的确，茶叶成为这个干燥贫瘠之地，弥补绿色蔬菜不足的补充物。

美国历史学家，S·韦尔斯·威廉斯(S.Wells Williams)针对此点，有另外的补充：值得注

## &lt;&lt;绿色黄金-茶叶的故事&gt;&gt;

意的是，茶成分里还有和其他食用植物相同的麸质(也称为谷蛋白或面筋)。这占了叶子重量的1/4，但为了提取出茶叶最好的部分，会带出适当的烹调方法，我们必须设法做到一种食用叶子的典范。

面筋的营养特质为茶砖在亚洲高原普遍使用提供了解释。

古伯察(旅行中国的伟大旅行家)说他在缺乏更好东西的情况下喝了这饮料，无法适应，但他的骆驼领队一天常喝20至40杯。

最后，茶有一项众所周知的益处——它是极端气候里的保护，尤其是在寒冷气候里。爱斯基摩人接触了茶之后，就变成茶的热爱者；游牧的牧人，尽管他们有厚重的羊毛裘，还是从这茶和牛油的混合物获益不少。

茶在日本有宗教的助力。15世纪，茶饮已对世界上很多地区的人口有深远的影响，广大的区域里——从南方的缅甸北部到北方的西伯利亚，从东方的中国海岸到西方的东俄罗斯——人们都喝茶。

但在日本，茶对文化和经济有最深刻的影响。

茶可能是在公元593年引介到日本，8世纪和9世纪，茶叶和茶树的进口增长，这是中国文化影响日本文化最强的一波浪潮，就像在中国，茶树在寺院里栽种着，当作有疗效的药草，治疗疾病并帮助僧侣在冥想时警觉、清醒，但这时它的使用和影响只局限在庭院和僧侣圈里。

它看来并没有遵照中国的发展路径成为全国性的饮料。

12世纪晚期，佛教几个改革的派别成长，禅宗和其他几个佛教改革派的变异兴盛，僧侣们实行极端形式的解脱和冥想，1191年，荣西禅师(1141-1215)从中国返回日本，带回临济宗和磨成粉的茶，荣西禅师详细说明了茶应该如何栽种、摘取、准备和饮用，以发挥其最大的功效。

“荣西禅师也教日本人关于中国人喝茶的方式：清晨在露珠尚未出现前摘取茶叶，放在纸上以微温慢慢烘烤，这样才不会烧焦，然后放在以竹叶制成塞子的壶里保存。

”茶很快就融入精心制作的饮茶仪式里，并对日本文化生活有很大的影响。

荣西禅师写了一本书，称为《吃茶养生记》或《论茶疗效影响》，在书中，他强而有力地阐述了茶对许多疾病的治疗效果。

“茶是保持健康最好的药，是长寿的秘密，在山坡上的茶从叶子上吐出嫩芽，就像土地的精神生生不息。

现在，就像“五脏的健康因五脏个别喜欢的五味而加强……而人们会吸收刺激感官的辣、酸、甜、咸，但味道不太好的苦味，却无法被人体摄取利用。

”荣西禅师写道：“这就是为什么日本人心脏不好和寿命短的原因。

我们很幸运能向大陆上的人们学习，我们一定要吸收茶的苦味，使我们的心脏健康。

”

## <<绿色黄金-茶叶的故事>>

### 媒体关注与评论

作者艾伦和艾瑞丝·麦克法兰是英国国饮——“茶”的最佳诠释者。

——《文学书评》(Literary Review) 这本书的精彩只能用我手中这杯茶来描述。

——《伦敦金融时报》(Financial Times) 最富于阅读乐趣的一本书。

——《最佳英国人》(Best of British) 一本丰富的茶叶历史专书。

——《今日历史》(History Today) 全书都是生动丰富的描写，本书描绘茶对人类文明和社会的贡献，茶的过去和现在，是一本绝佳的好书。

——《好书导读》(Good Book Guide)

<<绿色黄金-茶叶的故事>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>