

# 《《中国茶与茶疗》》

## 图书基本信息

书名：《《中国茶与茶疗》》

13位ISBN编号：9787511729207

出版时间：2016-3

作者：余悦著

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《《中国茶与茶疗》》

## 内容概要

中国俗语讲，开门七件事——柴米油盐酱醋茶。茶作为一种带有鲜明东方文化印记的饮品，在人们的日常生活中有着举足轻重的地位。《中国茶与茶疗》系统介绍了中国茶叶的种类、产地、选购、贮藏和饮用方法，对茶文化和茶疗历史进行了深入解读，认为在现代医疗科技发达的今天，茶依然有其不可替代的作用，从而成为人们生活中不可或缺的一部分，并结合现代科研成果，整理出大量经过检验的茶疗方剂和茶食配方，既能起到保健、抗衰老及美容瘦身之功效，又可成为个人食谱上的健康美味。

# 《《中国茶与茶疗》》

## 作者简介

余悦，民俗学家、茶文化研究专家。1952年2月生于江西武宁，祖籍江西新建。现任江西发展战略研究所所长，《江西社会科学》杂志社社长，兼任茶艺研究专业委员会主任、中国国际茶文化研究会常务理事、副秘书长及美国国际茶业科学文化研究会常务理事等职。在民俗文化、茶文化和宋代文化研究方面多次获全国、省、地区成果奖。出版《茶路历程：中国茶文化流变简史》《中国茶的外传与外国茶事》《中国茶韵》等专著，主编《中华茶文化》《中国茶叶艺文》《茶文化博览》等丛书及《中华当代茶界茶人辞典》，并受国家劳动和社会保障部委托，担任《茶艺师国家职业标准》总主笔，主编培训教材《茶艺师》。多次应邀参加国际学术交流，现正主持由中国和日本联合进行的茶文化研究课题。

## 书籍目录

- 引言众里寻他千百度
- 中国茶与茶疗解读
- 第一章茶类多彩名品飘香
- 中国茶叶概况
- 一中国茶的类别与特性
- 二中国茶区与名茶
- 三茶的选购与贮藏
- 第二章茶中圣物万病之药
- 中国茶疗概况
- 一悠远历史的传承
- 二当代科学的闪光
- 三别样多姿的特点与方法
- 第三章饮茶科学点点滴滴
- 茶疗与科学饮茶
- 一茶的保健之功
- 二茶中的保健成分
- 三科学饮茶之要求
- 第四章茶疗药方惠泽众生
- 茶疗内外科验方
- 一治内科病之茶疗方
- 二治外科病之茶疗方
- 三治癌症之茶疗方
- 第五章疗疾茶药与人实多
- 茶疗专科验方
- 一治五官、皮肤科病之茶疗方
- 二治妇科病之茶疗方
- 三治儿科病之茶疗方
- 第六章养生之道岂可少茶
- 茶疗养生实用方
- 一茶中保健疗方
- 二茶中抗老疗方
- 三茶中美容瘦身疗方
- 第七章茶疗食疗强强联手
- 茶之“药食同源”
- 一中国食疗之原则
- 二中国茶菜与茶宴
- 三日常茶点与茶食
- 结语怡情养性太和之境
- 后记茗香留韵添长寿

# 《《中国茶与茶疗》》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)