



药茶同源，并非虚指

无论如何，这些禅诗与茶，亦是在当时起着精神疗伤的作用。

□主笔 | 姜浩峰

“**神**农尝百草，日遇七十二毒，得茶而解之……”

近些年，记者采访各路茶人，几乎众口一词地说出这句话，并有人仔细解释“茶”为何就是“茶”。

唐代卢仝在《七碗茶歌》中如此写道：“一碗喉吻润，二碗破孤闷，三碗搜枯肠，惟有文字五千卷。四碗发轻汗，平生不平事，尽向毛孔

散。五碗肌骨清，六碗通仙灵，七碗吃不得也，唯觉两腋习习清风生。”本质上说，这不仅仅是一种饮茶的经验与推崇，更是解析出茶与水结合之后，所产生的养生与药用价值。中医讲究“通则不痛”。茶饮下肚，加大了人体循环的力度，扶正祛邪，是药之妙。

在上海市茶叶学会副理事长，

上图：茶本是入药之物。

上海中医药大学研究员、教授施毅看来，中国不仅仅是茶的祖国。“茶作为日常饮品已是人们的共识，但作为防病治病的药品可不是众所皆知的，更让人意外的是它作为药品竟然是出现在食品之前。”2022年5月21日国际茶日到来之际，施毅曾做过一档“专家说茶”节目，不仅向公众进一步证实药茶同源并非