凤凰养生茶 强身精神爽

2014-7-5

当今，喜欢喝茶的人越来越多。大街上，小巷中，茶室鳞次栉比。以茶会友，喝茶叙旧，品茶中放松身心，享受清静。品茶能静心静神，有助于陶冶情操，去除杂念。

许多人还注重“茶艺”。茶，就是科学泡茶，科学饮茶，使人们充分吸收茶叶的营养物质达到强身健体。艺，就是把泡茶、饮茶艺术化，使人轻松愉快，达到精神上的养生。

有这么一家小小的茶室，是享受和施展茶艺的好去处。这里定期或不定期地邀友相聚，以茶会友，品味养生茶，让独特的茶艺洗涤友人身心的污垢，享受养生茶的能量，感受茶能量沁入肺腑的愉悦。

进入茶室，人们找好位置静静地坐下来，就不再喧哗了，而且将进茶室前的一切家庭琐事，工作烦恼，身体上的病痛，企业中或单位里的纠结等所带来的忧愁、烦恼、痛苦统统暂时抛开，就这么静静地全身心放松地坐着。

这时，茶艺姐会以她独特的方式开始泡茶。先清理水，然后泡茶。泡完茶，她会给每位友人沏茶，当每个人端着热气腾腾的养生茶时，茶艺姐会告诉大家，不要急着饮热茶，也不需要用嘴去吹凉，而是双手将热茶捧到鼻子底下，深深地吸一口茶的热气，然后将这口热气慢慢地通过到鼻腔，喉咙，再送到肺、胃及人体的五脏六腑，就这样不断地吸一口，再吸一口，将茶的热气散布到全身的所有部位；同时，意想体内的病气、浊气，以及精神上的郁闷之气往下排，通过足底涌泉穴排出体外，这是饮茶的第一步。第二步才开始真正饮茶；茶艺姐会告诉大家，不要大口地喝茶，而是要品茶，就是轻轻地呷一小口茶含在口中。这时，茶艺姐会教您一个方法，让口中的金津玉液溢出来，与养生茶融合在一起，然后再慢慢咽下，送达全身；就这样一小口一小口慢慢地将茶喝完，尽情地享受着茶的能量。第三步是分享养生茶的能量作用；奇怪的是，有的人说茶水是甜滋滋的，有人说是苦味的，有的人说是中药味，有的人感觉茶中有一股淡淡的清香味。同样的茶水，却能品出不同的茶味道；但共同的是，喝了茶以后，人人感觉轻松、舒适、精神好。有的人刚进茶室时身上有病痛，喝了茶后，疼痛顿时烟消云散了，大家非常开心。

茶艺姐说：“不同的人，品出不同的茶味，说明不同的人身体上有不同的毛病，或者有不同的需求。比如你肝火较旺，喝进是苦味的茶，会给你祛火平肝；喝了中药味的茶，可能会给你消炎，止痛，消除病痛，调理身体。喝了香甜的茶，可能会帮助你消除郁闷之气，使你神清气爽。”

有些人来时是忧心忡忡，回家时却是满脸生辉，有说有笑……

有的人还舍不得将茶喝完，要带回去让家人分享。大家对能量养生茶都钟爱有加！有一位6岁的小女孩，是茶室的常客，每次都会跟着爸爸妈妈到茶室来喝茶。她说：“茶艺阿姨调的茶最好喝，是冰糖加白糖，我很喜欢喝。”喝完茶后，大人们在尽情分享喝茶效应时，她却舒心地静静地睡着了。

下面是几位友人喝了凤凰养生茶的效应分享：

晓萍：5月2日那天，刚到茶室时，肚子里象有股气一样，还有针刺痛感；喝茶后，感觉腹中有一股黑气顺时针往下旋转着转下去，转下去，肚子就舒服了，不痛了。经常来喝茶后，原来肠胃不好的毛病也消失了，晚上睡眠质量也提高了。所以，虽然家住得较远，都坚持每次必到。有时，时间太晚了，公交车停开了，就坐出租车回家，虽然多花了点钱，可心里还是美滋滋的，因为得到了健康。

燕骅：平时，胃经常会反酸，还是比较严重的那种。经常到茶室喝凤凰养生茶之后，胃基本上不反酸了。相信继续下去，反酸的毛病会彻底消失。

有趣的是，我们在茶室喝养生茶，除了可以强化自身的能量外，而且还可以将茶的能量，远距离地输送给远方的亲朋好友。一天，我远在江苏老家的妹妹打电话来，告知妹夫患髋关节肿瘤，骨头已坏死，经手术后，一直低烧不退。那天晚上，我要去喝茶，就告诉妹妹，晚上七点半至八点半之间，叫妹夫在家里坐着，我在茶室喝茶时，将养生茶的正能量传递给妹夫。妹妹和妹夫照做了，真奇怪，妹夫坐着时，感觉一股冷风从两腿往外抽，真的接到正能量了。以后，我每次出来喝茶，都告诉妹夫，在家里接正能量信息，叫他自己希望自己的腿早日康复。几次以后，妹夫的低烧退了，验血的一些指标趋于正常了，妹妹非常高兴。

小孙女发低烧，我就把带回家的养生茶里加点开水，喂她喝。小孙女一喝，说是有药的味道，还说苦，不

肯喝，我耐心地劝她慢慢喝，喝下去不久就退烧了。还有一次，小孙女吃了两支棒冰，呕吐了好几次，饭也不肯吃了。我也将带回家的养生茶加了热开水让她喝，喝了两次，就不呕吐了。晚上她就喊肚子饿，要吃饭了。还有一次，我老公突然拉肚子，一天拉了好几次，我也将养生茶加开水让他喝，他也说有中药味，喝了两次就好了。我们一家大小都体验到了凤凰养生茶的效应。

海冰：平时很喜欢喝养生茶，喝后人感觉轻松舒服。特别是有一次，喝了茶之后，自我感觉体内有一条柳丝样的东西转出来。后来，人感觉特轻松特愉悦。

静玫：平时患有关节炎，手臂、肩膀、膝盖等关节经常会痛。在茶室，喝养生茶的同时，当即手心脚心就会有汗水冒出来，可能是身上的湿气被排出来了。每次喝了茶后，人感觉特别轻松。有一次，来的时候人非常疲软，喝了茶，立马舒服了，有精神了。

舒馨：有一次来茶室的时候，发着低烧的身体极不舒服，全身软软绵绵的无力气，耷拉着一张脸不想说话。无奈之下与茶艺姐说自己的头又痛又重，好像被乌云盖着。喝完茶后，额头冒出了汗珠，全身发烫，感觉每个毛孔都开了。过后，人就舒服了，低烧也退了，脸色当即红润起来；人顿时绽开了笑脸，说“这真是凤凰养生茶给我增添了能量。”

艾萍：平时，每次喝养生茶都感觉特高兴，因为喝了人舒服，精神倍儿好。有一次感觉非常明显，喝茶就像是喝王母娘娘蟠桃会上的琼浆一样，像甘露一样滋润全身的细胞，舒服极了。我看大家喝完茶都会带点回家给家人品尝。于是，有一次，我也带着一小杯茶回家让儿子喝。平时，儿子从来不喝茶的，那天晚上他喝了第一口就说：“妈妈，茶真好喝。”我说：“那好吧，就都给你喝好了。”儿子看看茶水不多，舍不得全部喝完，只喝了一半。结果，当天晚上精神好得睡不着觉了，到了凌晨三点才睡着。早上起来就把茶全喝完了。还问我说：“是不是到茶室喝茶，想喝多少就能给多少茶水的。”他还嫌茶太少呢。他说喝养生茶的感觉，是口感滋润，心情随之变得舒畅、愉悦。现在我去茶室喝茶又多了一个任务：带点养生茶回家给儿子喝。

水是生命之源，凤凰养生茶是滋润生命的甘泉，所以喝了凤凰养生茶后都有不同的受益；凤凰养生茶艺，是大同师尊教的，他会将一些您意想不到的茶艺方法，来调配养生茶。如果您看了这篇文，那要经常来凤凰园网站看看，或许您能从中得到身心康复的收获……

品凤凰养生茶，要学会敬水、爱水、节水，珍惜每一滴生命之水！

（中国）春桃