

Histórias e estórias do chá

*Chá é bebida preciosa para promover saúde e prevenir contra as doenças actualmente mais nefastas para as populações ocidentalizadas: doenças sofidas, incapacitantes, mortíferas e dispendiosas.

É de interesse conhecer quanto o chá faz bem. É importante que continue a ser bebido liberalmente onde é de uso, e que pare a sé-lo onde perdeu popularidade, nomeadamente em Portugal.

Também importa que molde um estilo de vida saudável que crie bem-estar, dê prazer, ajude a meditar, abra caminhos para encantos e alegrias, estimule convivências. Pois o chá ultrapassa em muito a condição preciosa de ser bom para a saúde.

Atentem neste texto:

"Senhor! Deleitai-vos com este licor; que vosso boca lhe sinta o paladar, que vosso nariz aprecie seu odor, que vosso olhar lhe goze à cor. Dedicai-lhe algum do vosso tempo porque mais forte vos sentireis, vivo, experto, gracioso e sábio".

Este texto, do final do século XVI português, pode parecer simplesmente um louvor arcaico ao referido licor, que é o chá. Mas, na verdade, é um texto publicitário cheio de intenções. O chá era então considerado sobretudo como bebida medicinal; quem o comercializava começava a sentir a necessidade de alargar o mercado conquistando todos, incluindo obviamente os saudáveis, para os encantos pessoais da bebida e para os benefícios mentais decorrentes de seu uso regular.

* O chá deve ser originário do Oriente longínquo; admite-se que do Sudeste da China.

É possível referir o seu conhecimento mais antigo ao 3º milénio A.C., ao período Shen-nung; são informações desenvolvidas acerca da planta espontânea, seu habitat e sua utilidade.

2
 Os primeiros estudiosos, de quem colhemos os saberes mais antigos conhecidos, são os tuiístas. Esses monges das montanhas, infatigáveis andarilhos atentos por ermos montanhosos, interessam-se muito pela identificação e pelo conhecimento de plantas, cogumelos e líquenes.

E à esses exploradores que também devemos a difusão do chá para fora da região de origem, já desde o sexto século A.C.

Como? Os tuiístas eram procurados por nobres, poderosos e idealistas que desejavam receber orientação espiritual e compartilhar por algum tempo da vida ascética. Ao regressarem do retiro, traziam chá para conforto do espírito e estímulo do corpo e deixavam-no a conhecer à sua vida social.

Os budistas, já espalhados por toda a China no final do Sec. I, no princípio também procuraram os tuiístas nas mais remotas longuras para com eles iniciarem a sua vida espiritual. Conheceram a bebida, suas virtudes e deleites, e difundiram-na pelas comunidades em que depois se integraram.

Os budistas reconhecem quanto o chá é bom para o vigor do espírito e compreendem a importância de atribuir-lhe a descoberta.

Assim se comprehende que tenham feito correr a lenda mais famosa sobre chá e a tenham situado por altura de Buda vivo, entre 566 e 486 A.C.:

"Um príncipe faustoso abandona prazeres e bens terrenos para se recolher distante do mundo, à procura da suprema iluminação. E, para compensar anos perdidos, promete nunca mais dormir para dispor de tempo para libertar o espírito de todas as limitações. De verdade, passados anos, adormeceu tão decepcionado acidou que, tocado por grande tristeza, logo ali cortou as pálpebras, para que nunca mais pudesse tapar seus olhos, e jogou-as à terra.

Anos depois retorna ao local do sono imfausto; onde as pálpebras arrancadas tocaram a terra floresciam

dois grandes arbustos nunca antes vistos ; colheu duas folhas, autenticamente duas pálpebras, e acolheu-as ao seu pote de água quente. Maravilha ! Ao beber dessa água perfumada e colhida sentiu-se vigilante como nunca, revigorado e mais em paz".

Ao longo dos primeiros séculos da nossa era, quando já aristocratas e religiosos apreciam e veneram a grande bebida, os mercadores difundem-na nos seus comércios e espalham-na pelas suas rotas ; é tanto o êxito que o chá se torna desejado por todas as classes sociais.

* A mais antiga descrição comprehensiva escrita sobre chá é um verbete extenso do Wmá encyclopédie publicada em 350 AC.

Ao longo do século seguinte, vários escritores tratam da sua utilidade em remédios, comidas e bebidas. A fama do chá aumenta sempre ; o reconhecimento das boas qualidades atrai estudiosos e conquista cada vez mais apreciadores. Cerca de 215 AC entra na corte do primeiro imperador Quin ; não pode subir mais alto no seu mundo.

Este primeiro imperador estabelece seu poder muito acima de reis e reizinhos que condiziam partes do actual território chinês. É homem de pensamento e grande apreciador de chá ; precisa de justificar o seu gosto e de o nobilitar.

De facto, é por essa altura que se difunde em força uma outra lenda sobre o aparecimento fabuloso do chá. "Um antigo monarca Sheni-nung, mais de 2500 anos antes, costumava retirar-se para meditação e repouso nas montanhas de Leste, para gozar a paz de escorridos bosques de arvoredo estranho. Eis que um dia, pela tarde, a brisa fez cair algumas folhas para a olá onde aquecia sua água de beber. Quanto excelente era a infusão ; quão surpreendentemente bons seus efeitos."

* Su-yu (703-804 da nossa era), sábio que virá a ser imortalizado como "deus (quimque) do chá" publica um

extenso tratado sobre chá, em 780, quando o imperador da dinastia Tangue (618-917) atinge o auge.⁴

A obra assume muita importância. Sem retirar valor medicinal à bebida, abre-lhe caminho para novos desempenhos hedonistas e comportamentais: edifica os alicerces para uma "cultura do chá". Ganhá numerosos e muito diversificados apreciadores e encoraja novas formas de convivência e a expansão para o Tibete e resto da China.

O primeiro imposto sobre a produção de chá é de 793, aproveitando o grande salto de consumo que se segue à publicação de Su-yu. Provavelmente não é um acto de ganância imperial quando gasta fortunas com uma corte luxuosa. Imperador e seus ministros são confucionistas e desejam deliberadamente arruinar os taustas, os grandes cultivadores; de facto, estes vão destruir muitas culturas até ao primeiro ano do sec. IX.

O chá só chegará ao Japão mais tarde, cerca de 1250, por accés de Eisai, monge budista que o conheceu no Sudeste chinês, e que sobre ele escreveu uma obra de revisão sobre benefícios gerais e estímulo à meditação, em particular, e na qual deu relevo à colheita e preparação da bebida e aos comportamentos a respeitar enquanto se bebe. Essa obra lanca os alicerces para a complicada e tradicionalista cerimónia nipónica do chá.

Com a dinastia Song (960-1279) a cerâmica aprima-se e satisfaçõa todas as crenças necessidades para preparar e servir chá.

Bebêr chá ganha cada vez mais requinte entre apreciadores iniciados, ao mesmo tempo que se espalha de terra em terra e de região em região, e salta escadões sociais. Deinde o sec XIII o chá é, de facto, a bebida nacional.

Entre chinésses, ainda hoje, beber chá continua a ser celebração cuidada, poética e convivial. Em relações à cerimónia japonesa, é mais livre, menos codificada. Mas exige obrigatoriamente seis condições: Boa companhia em

enquadramento belo, água muito pura e folhas de qualidade, serviço sóbrio e limpo.

* Produção e comercialização ocupam muita gente e ganham relevo económico. Chá chinês chega aos tântaros; os turcos pagam - no muito bem. Dois séculos mais tarde chega à Europa, primeiro, por mão dos portugueses (1565?), depois, dos neerlandeses (a partir de 1610) e ingleses (só após 1680). No entanto, já passado o sec. XVII que se difunde pela Indonésia, até tão perto da China.

Entre falantes de mandarim - aristocratas, letrados, militares, a corte e habitantes do centro e Norte chineses - arbusto e bebida designam-se por chá (com a fonética própria do ch português arcaico = tch'). Fazem assim os portugueses, Russo, japonês e persa.

Em cantorês, língua falada nos portos do Sul da China, e a mais comum entre chineses do Pacífico, chá designa-se por tu (n té). Assim param a numerosos idiomas.

O chá só alcança a Índia no sec. XIX, depois de ter reconhecido e domesticado uma variedade nativa da *Camellia sinensis*, dita assâmica porque espontânea na região de Assam.

É essa nova estirpe de chá, mais resistente e transversal, e variedades híbridas criadas pelo homem, que não provam Ceilão e África Oriental, e, já no sec. XX, América do Sul, Austrália e U.R.S.S.

* Esta difusão desigual, e tão diferenciada no tempo, justifica-se pelo facto da variedade *sinensis* (*chinesa*) da *Camellia sinensis* adaptar-se mal a outros solos e climas.

Após o achamento da variedade assâmica, foi possível adaptar o cultivo do chá a novas regiões geográficas onde essa estirpe, e numerosos híbridos desenvolvidos conforme as necessidades, se provaram excelentemente.

Os famosos chás Dajerling, que medram na meia-



encosta do Himalaia, resultam do cruzamento entre um híbrido, denominado *irrawadiensis*, e a variedade anâmica. No entanto, o híbrido final não é o mesmo para todos os "jardins de ché", o que leva a uma perniciosa competição pela excelência. Mas todos vencem: os *Darjeeling* estão para os outros chás como o champagne para qualquer espumante.

Variedades modernas, e boas regiões favoráveis ao cultivo, permitiram um imenso salto produtivo e a conquista de centenas de milhões de novos bebedores.

O consumo de chá tem crescido sempre, embora com irregularidades. Saiba-se que, desde 1980, têm subido 4% a 6% ao ano, o que é notável que aconteça com a bebida mais procurada no Mundo inteiro. Sobe mais nos países em desenvolvimento, nomeadamente na própria China, países muçulmanos e África Oriental.

Em finais do século XX, por ordem decrescente, a produção era máxima na Índia (810 mil toneladas) e a seguir, na China (630), Ceylão (280), Indonésia (150) e Tailândia (140). Total asiático: 2,5 milhões de toneladas anuais.

No seu conjunto, África produzia cerca de 500 mil toneladas (Quénia, 221 mil; Sudão, 168 mil)

A ex-U.R.S.S., 120 mil; América, 70 mil; Oceania, 10 mil. Europa, algumas toneladas nos Açores, com produção a crescer.

* O salto do chá chinês para este outro extremo do Mundo antigo deu-se por obra dos portugueses. Chega como bebida benéfica, elixir de longa vida, licor capaz de dar forças ao corpo, 'aguçar a inteligência' e fortalecer a vontade.

Frei Gaspar da Cruz descreve o chá por volta de 1560, quando das missas inaugurais dos portugueses à China, época em que a medicina chinesa lhe atribuía as seguintes virtudes terapêuticas: Ajudar a digestão, descongestionar

a vesícula biliar, aliviar cólicas, curar enjoos e certas dores de cabeça, aguçar a inteligência, fortalecer a vontade, arrivar a memória, extenuar a fadiga, combater o sono e alongar a vida. É bem possível que todas estas virtudes sejam reais. Improváveis são: "Limpar o sangue" (?), "fortalecer o coração" (?) e estimular o desempenho sexual.

Nesses longínquos meados do sec. XVI, é mercadoria de contrabando comerciada a preço elevado. São precisas duas ou três dezenas de anos para lhe ser reconhecido o estatuto de mercadoria comum, na frota das Índias, de parceria com especiarias, louças e pedras.

Quando a fama de bebida miraculosa já não bastava para angariar novos bebedores, tanto eram eles, foi necessário procurar outros apelos ao consumo. (Sem quererem beliscar a sua aceitação para conferir saúde e bem-estar, os negociantes de chá não invocam as prazeres conferidos por odor, paladar, digestão tranquila, convívio e socio-entilo. O anúncio apresentado aí dirige-se a um novo bebedor que ele próprio cria.)

* Catarina de Bragança, filha de D. João IV, casou-se com Carlos II, em 1662; leva consigo muita chácqua quinada aos ingleses, como Bombaim, e a útil prática de bebericar chá ao longo do dia e de o beber plenamente a meio da tarde.

→ A esta jovem princesa, acha cada a episódios de hipoglicemia e hipertensão, seu médico havia aconselhado a merendar a meio da manhã e da tarde e a beber chá ao longo do dia, até ao momento derradeiro da colacão vespertino. Com tais cuidados muito bem se mantinha a ponto da debilidade adolescente se ter transformado em forte determinação adulta. A verdade é que, sem filhos e sempre católica, estere associada ao governo de seu marido, até este falecer em 1685, e depois ao de seu cunhado, Jaime II, só regressando a Portugal em 1693.

É em seus apontos que nasce o chá das cinco que virá a ser adoptado nas Ilhas Britânicas como prática de

bom tom até se transformar em "necessidade".

O Museu Nacional do Azulejo guarda dois azulejos representando o casal real de 1662, provavelmente de Delft.

Entretanto, desde muito antes, 1610, já os neerlandeses desembarcavam todos os anos, o carregamento de chá do barco da Companhia das Índias Ocidentais, rendiam-no nas suas províncias e até onde chegava o seu comércio.

Em franca, em 1635, abre as portas mais do que uma "casa de chá"; é muitas vinhetas abertas para fazer negócios, dar mas visitas e cavaguear.

* As "casas de chá", tanto na China, desde o sec. X, como na Europa, desde o sec. XVII, e as cerimónias do chá no Japão, China, Coreia e todo o Oriente correspondem a novas razões para desejar a bebida: Aumentam ao aproveitamento do valor medicinal a aceitação de que é desejável e lícito fruir o prazer de a beber e de, enquanto se saboreia, conviver deleitadamente com família, amigos, tertúlias e companheiros de ocasião, e desenvolver a arte de conversar e de analisar o que interessa. "Beber chá estimula a argúcia e a opinião dialética".

Entre muçulmanos mediterrâneos e do médio-oriental, e entre europeus, o apreço pelo chá conjuga o gosto da bebida com a socialização estimulada pelos beber lento em conjunto.

No entanto, recordemo-lo, os portugueses trazem o chá porque faz bem; porque talvez chegue a ser milagroso. Os neerlandeses vendem-no como remédio misterioso que junta à sua eficácia a vantagem de ser muito saboroso.

* Chegamos ao nosso tempo tão preocupado com a saúde, tão medrosos da doença, tão suspeitos da rehice. E tão beneficiado pelas possibilidades da investigação.

Por que não estudam aquele fabuloso elixir da vida longa? Em variados tons, os investigadores identi-

ficam razões e quantificam as comprovadas virtudes do chá.
De facto, está hoje provado que é saborosíssima poção de
saúde.

Fecha-se um ciclo de dois milénios e meio iniciado
pelos monges das mûrcias e completado pelos investigadores
da actividade antioxidante.

Outro ciclo se entrelacea com este de fazer bem:
Iniciado com Lu-yu, e ainda com muito caminho para ser
percorrido, é o de saborear e cheirar, gozar e repousar com
uma bebida que faz tanto bem e que pode proporcionar
superior prazer.

Para os chineses, para ser delectável, o chá deve
apresentar-se amargo como a vida, forte como o amor,
doce como a morte. Para os europeus basta vir a propósito.

O pessimismo de entre as duas grandes guerras
— o que sabe bem faz mal — nem se aplica aos chás
nem aos apreciadores.

Tradicional

Texto fixado a partir da
comunicação proferida em 2001.10.26
no 1º Seminário Nacional Chá & Saúde,
em Lisboa

6

Consumo

>4% do azeite da China (63-67%)

Whey protein para todos
e África Oriental

7

Produção

muitos tipos

India 810	Quênia 220	ex USA 120
China 630	Sudão 170	Austrália 70
Cártago 280	Malaui 300	Brasil 10
Dinamarca 150		
Tunísia 140		"Preço: 2 produtor"
Azores 2,5		

8

O salto de China para o Brasil

9

feitiço para a Cruz deu-se 1560 virtude das espécies chás
 3 dezenas de anos para passar a ser medicina aceita, "leste".
 "bebida miraculosa" já marcou mais o américa

pag 6

pag 1

10

Catânia 1562 Catão II Jaime II volta p 1693

chá de S é uma coca; comum popular e de maior tarde

Ao lado de chá nos P. Barcos - France (com no Chile)

"Beber chá estimula a ação e a operação dialética"
 receptividade

11

Nova Famp: o chá faz bem - a corrida do "chá verde"

chá verde	0,77
sun de ameixa petis	0,70
chá preto	0,52
sun d maçã	
vinh. tinto	
sun de ameixa	
sun d um branco	
vinh. branco	0,35

elmo
cabral

capacidade antioxidante
relativamente à vit. C e vit E

chá V. 3.78
chá P. 3.45

12

cafféine teoflavina

efeito lage

anexo

manganês, flufen (27 mgs)
 chás metan: 68 mg/mg (L. sinensis)
 chás vit. E: 1,9 a 4,8% vit E
 mas nenhuma catavina, jn outros

13

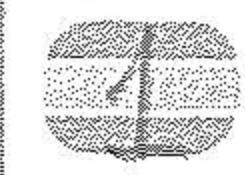
Variedades

orange pekoe / pekoe / pekoe seccao / p. pu-erh / seccao / gunpow

folhas inteiros, partidas, mit partidas (sem sementes), folhas

fertilizadas, aromatizadas

vit. E (sem sementes de folha) pekoe (partidas)



1º conhecimento e origem



Sudeste da China, 3º milénio AC, Shen-nung, taustas

2. Desenvolvimento e espalhamento

6º sec AC taustas, hordeos, budistas emergentes. Grande lembrete: inicio norte esse: mercadores, espalhamento por espaço, gastos e classes

3. 1º grande desenv.: verbete extenso de encadernado de 350 AC

2º sec. AC varin escrita q aparece herboristas e teósofos entre meados do 1º imp. Qin (215 AC). O máximo. Lemb. do impedito

Lu-yu (733-804) deus do chá: grande tratado (780) no explendor Tangue (618-917)
início da cultura do chá → tributo e tributo Chino

1º importo 793 sobre consumo conto confucionista tenta arruinar Tauritos

O primo de Louç Song (960-1279) (e arruina) repõe

Japão ± 1250 Eisai

Chá: celebrações, amizade, poética, convivial (mais livre e menos codificado)

6 condições: boa companhia, belo empadramento do que é Japonês

afins muito puro, folhas de prod. fed.
servir sítio e limpo

Expansão ché-chinesa

Tartaros, turcos, mongóis. Europa (séc. 1565) neerlandeses (1610)

ingleses (séc. 1680)

mandarin chae

xvii Indonésia

cantonez tea

outros chás

variedades amazónicas, Índicas (mais resistentes e adaptadas a solos ácidos)

séc XIX Índia, Ceilão, Af. Britânia

XX Américas do Sul, URSS, Austrália

Dagerling

irravai-deus e outros híbridos