



TEA NAPTÁR



AJÁNLOTT TEÁK
AZ ÉV BIZONYOS NAPJAIRA

A close-up photograph of a tea plant branch with several bright green, serrated leaves. The leaves are arranged along a thin stem, and the background is a soft, out-of-focus green. The lighting is natural, highlighting the texture and color of the foliage.

TEA FOGYASZTÁS ÉV SZERINTI ÜTEMEZÉSE

Az ókori kínaiak létrehoztak egy naptárat, többek között azért, mert tökéletesíteni szerették volna tea fogyasztási szokásikat. Ez a naptár a csillagászati dátumok alapján rendezi az éveket, a hónapokat és napokat.

Ezt a naptárat Kínában nem csak a teázás szempontjából fontos. Mind a mai napig használják és ehhez igazítják a fontos eseményeket, például a hagyományos kínai ünnepek dátumát, illetve útmutatást ad az embereknek, hogy hogyan válasszák meg az esküvő, vagy temetés, vagy akár egy vállalkozás indításának legkedvezőbb napját.

Az ókori kínaiak szerint nem csupán 4 évszakunk van, szerintük 24 különböző évszakot kell megkülönböztetnünk.

A kínai farmerek és gazdák mind a mai napig ezt a fajta naptárat veszik alapul gazdálkodás közben.

Ezen kívül a kínai orvoslásban is figyelembe veszik a 24 évszakot, a megfelelő gyógyszerek megtalálásáért, hogy minél hatékonyabban őrizték meg egészségünket.

Nézzük, hogy ez a különleges naptár milyen teák elfogyasztását ajánlja a különböző évszakokban.

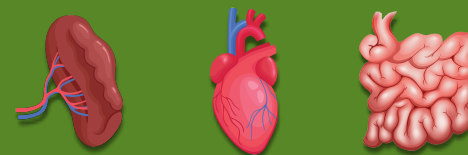
A TAVASZI TEA RÜGYEK
A LEGÉRTÉKESEBBEK!

TAVASZ



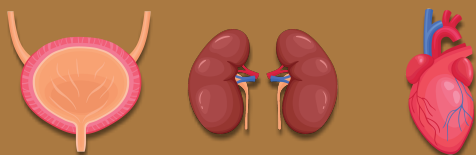
Február 3-5. - Puer / Sárga tea
Február 18-20. - Puer / Sárga tea
Március 5-7. - Puer / Sárga tea
Március 20-22. - Puer / Sárga tea
Április 4-6. - Fekete / Oolong tea
Április 19-21. - Fekete / Oolong tea

NYÁR



Május 5-7. - Fekete / Oolong tea
Május 20-22. - Fekete / Oolong tea
Június 5-7. - Zöld tea
Június 21-22. - Zöld tea
Július 6-8. - Zöld tea
Július 22-24. - Zöld tea

ŐSZ



Aug. 7-9. - Herba / Puer tea
Aug. 22-24. - Herba / Puer tea
Szept. 7-9. - Herba / Puer tea
Szept. 22-24. - Herba / Puer tea
Október 8-9. - Zöld tea
Október 23-24. - Zöld tea

TÉL



Nov. 7-8. - Fehér tea
Nov. 22-23. - Fehér tea
Dec. 6-8. - Fehér tea
Dec. 21-23. - Fehér tea
Január 5-7. - Fehér tea
Január 20-21. - Fehér tea

FEBRUÁR 3-5. (立春)

A tavasz első napja

A tavasz első napján nem csak a májnak, de a tüdőnek is szüksége van a plusz energiára.

A tüdő a Fém eleméhez tartozik, amit a Föld elem teáival lehet támogatni.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Puer tea
Sárga tea

MÁRCIUS 20-22. (春分)

A tavaszi napéjegyenlőség

Pontosan ezeken a napokon egyenlőek a nappalok és éjszakák hossza. Ekkor nagyon fontos a Fém elemeink megerősítése, amihez főleg a Puer teák fogyasztása az ideális.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Puer tea (!)
Sárga tea

FEBRUÁR 18-20. (雨水)

Eső víz

Ezekben a napokban kezd nagyobb mennyiségű eső hullani ebben az évszakban.

A tüdő számára fontos, hogy ezekben a napokban plusz támogatást kapjon.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Puer tea
Sárga tea

ÁPRILIS 4-6. (清明)

Qing Ming

Ez az időszak inkább napos lesz, mint esős, ami a növények növekedését segíti elő. Ezeken a napokon a gyomrunkat kell támogatnunk a Tűz elem teáival.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Fekete tea
Oolong tea

MÁRCIUS 5-7. (惊蛰)

Rovarok ébredése

A tavaszi mennydörgések időszaka ez, amikor a hibernált állapotban lévő élőlények ébredezni kezdenek.

Ebben az időszakban a vastagbelünket kell táplálnunk.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Puer tea
Sárga tea

ÁPRILIS 19-21. (谷雨)

Gabona eső

Ebben az időszakban az eső a gabonaszemek növekedését segíti. Nagyon fontos a gyomrunk számára is a segítség, így a kézműves teák közül a Yunnan fekete tea ideális lehet.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Fekete tea (!)
Oolong tea

MÁJUS 5-7. (立夏)

A nyár első napja

A nyár kezdetének napja, amikor lépünknek van szükséges a támogató teára, ami egy Tűz elemű tea kell legyen.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Fekete tea
Oolong tea

JÚNIUS 21-22. (夏至)

A nyári napforduló

Az igazán meleg idő eljövételének kezdete.

Ebben az időszakban egy Fa elemű Zöld teával kell tovább erősíteni a szívünket.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Zöld tea

MÁJUS 20-22. (小滿)

A teljes szemek

A gabonaszemek ekkor igazán nagyra nőnek. Ebben az időszakban szintén a lépet kell segítsük, egy Tűz elemű teával.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Fekete tea
Oolong tea

JÚLIUS 6-8. (小暑)

Enyhe hőség

Az időjárás egyre jobb lesz, a hőmérséklet szépen emelkedik, egyre melegebb lesz.

Ezekben a napokban a vékonybél szorul egy kis segítségre. Szintén egy Fa elemű Zöld tea jól tehet.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Zöld tea

JÚNIUS 5-7. (芒种)

Gabonaszemet a fülbe

Érdekes kifejezés, ami annyit takar, hogy ebben az időben érik be a legtöbb búzanövény.

Ekkor a szívet kell táplálnunk egy Fa elemű teával.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Zöld tea

JÚLIUS 22-24. (大暑)

A nagy meleg

Az év legforróbb időszaka köszönt be ezekben a napokban. A vékonybél tápanyagellátását kell segítenünk egy Fa elemű frissítő Zöld teával.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Zöld tea

AUGUSZTUS 7-9. (秋分)

Az ősz első napja

A kínai naptárunk szerint ezek az ősz első napjai, amikor ismét változás áll be a természetben. Ebben az időszakban a húgyhólyagunkat kell táplálni.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Herba teák
Puer tea

SZEPTEMBER 22-24. (秋分)

Az őszi napéjegylenlőség

Ekkor jön el a tökéletes őszi harmónia ideje, mikor a nappalok és éjszakák pontosan ugyanolyan hosszúak. Ekkor a vesénket segítsük az alábbi teák egyikével.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Herba teák
Puer tea

AUGUSZTUS 22-24. (处暑)

A hőség határa

Ezekben a napokban a nyári hőség megszűnik és kezd lehűlni a hőmérséklet. Húgyhólyagunkat még egy kicsit támogatnunk kell a Fém, vagy Föld elemű teákkal.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Herba teák
Puer tea

OKTÓBER 8-9. (寒露)

Hideg harmat

Innentől kezdve a harmat és a víz egyre hidegebbé válik, elkezdődik a víz jéggé válása. A szívünket megviselheti a dolog, ezért segítsük Fa elemű teákkal.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Zöld tea

SZEPTEMBER 7-9. (白露)

Fehér harmat

Ettől a naptól kezdve egyre hűvösebbek lesznek a napok. A vese számára szükség lesz egy kis plusz támogatásra, így ezekben a napokban mindenképp segítsük.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Herba teák
Puer tea

OKTÓBER 23-24. (霜降)

A fagy eljövetele

Az időjárás egyre fagyosabbá válik. A szívnek fel kell készülnie a hideg időjárásra, ezért, mint Tűz elemű szerv, a szívnek Fa elemű teára van szüksége.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Zöld tea

NOVEMBER 7-8. (立冬)

A tél első napja

Megkezdődik a téli szezon. Ez az első napja ennek az évszaknak. Ekkor a hármas melegítő szerveknek van szüksége támogatásra, így a téli időszak Víz elemű teáira lesz szükségünk, amik a Fehér teák.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Fehér tea

DECEMBER 21-23. (冬至)

A téli napforduló

A hideg időjárás és hőmérséklet innentől kezdve állandóvá válik. Erősítsük meg epehólyagunkat, és mivel a Fa elemet a Víz elem támogatja, továbbra is a Fehér teák nyújthatnak segítséget.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Fehér tea

NOVEMBER 22-23. (小雪)

Kis hó

A havazás kezdetének időszaka, amikor a hármas melegítő szerveink további támogatást igényelnek. Ezek a szervek összeségében a Fa elemhez tartoznak, így a Víz elemű teákhoz kell fordulnunk.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Fehér tea

JANUÁR 5-7. (小寒)

Kisebb hideg

Ez az időszak nem a nagy hidegé, inkább a fagyos időjárás napjai. Az epehólyagunk után a májunkra is érdemes figyelniük, hiszen ők kéz a kézben járnak. Támogassuk továbbra is őket!

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Fehér tea

DECEMBER 6-8. (大雪)

Nagy hó

Elkezdődik az erősebb havazási időszak. Ekkor az epehólyagunkra kell nagyon vigyázni, az erős hidegben szüksége lesz a plusz támogatásra, így továbbra is a Víz elemű teák fogyasztása javasolt, amik a Fehér teák.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Fehér tea

JANUÁR 20-21. (大寒)

Nagy hideg

Az év leghidegebb napjai érkeznek ebben az időszakban. A tél megszokott Víz elemű teáival, a Fehér teákkal támogassuk további hasznos tápanyagokkal szerveinket, ekkor elsősorban a májunkat.

Ajánlott teák ezeken a napokon:

Fehér tea



2021. Ynfoo Online Kft. - Minden jog fenntartva!

www.5elemteai.hu