

# OS SENTIDOS DO CHÁ

por Nathalia Leter

*“Uma grande jornada começa com o primeiro passo”*

Laozi.

Por que falar em “sentidos do chá”? A palavra *sentido* tem muitos sentidos... Pode remeter-se a significado, ou seja, atributos e valores; mas também se refere aos órgão perceptivos – os sentidos corporais; por fim tem a ver com vetor, trajetória e direção. É sob esses três aspectos da palavra “sentido” que experimentaremos o encontro com o chá.

## EDUCAÇÃO SENSORIAL

O estudo do chá é, essencialmente, empírico. Ou seja, é mediante a experiência por contato direto entre nosso corpo e o chá que procuramos conhecê-lo, empregando para isso todos os sentidos físicos: visão, audição, tato, paladar e olfato participam dessa operação. Põe em ação, se quisermos, também outras qualidades de sentidos que nossa ciência ainda não estudou, não alcançou. E o desenvolvimento dessas habilidades sensoriais nos leva a uma maior aptidão para perceber amplamente as nuances e particularidades de cada chá. Percepção esta que se estende para outros aspectos da vida, no discernimento de como as coisas ao redor nos afetam e modificam em variados graus.

## A JORNADA DAS FOLHAS

Aqui vamos tratar da diáspora do chá pelo mundo, desde sua descoberta na região sudoeste da China até atingir mais de 60 países atualmente produtores, estudando a História da conquista da *Camellia sinensis* à posição de segunda bebida mais consumida pelo ser humano, depois da água. Também estudaremos o trajeto das folhas desde o jardim até a taça que aquece nosso espírito: as mãos, as máquinas, as etapas e os procedimentos envolvidos na produção das seis famílias de chá e suas miríades de derivados (blends, aromatizados, indústria farmacêutica e de cosméticos etc).

## SIGNIFICADOS CULTURAIS & ESPIRITUAIS

Em todas as culturas que abraçaram o chá ele esteve associado ao convívio social. O momento do chá como uma situação disparadora dos encontros, dos diálogos, da diplomacia. De modos diversos, segundo as peculiaridades culturais de cada lugar, o ritual do chá impregnou-se dos protocolos sociais que o tornariam também um meio de educar comportamentos, transmitir os códigos de

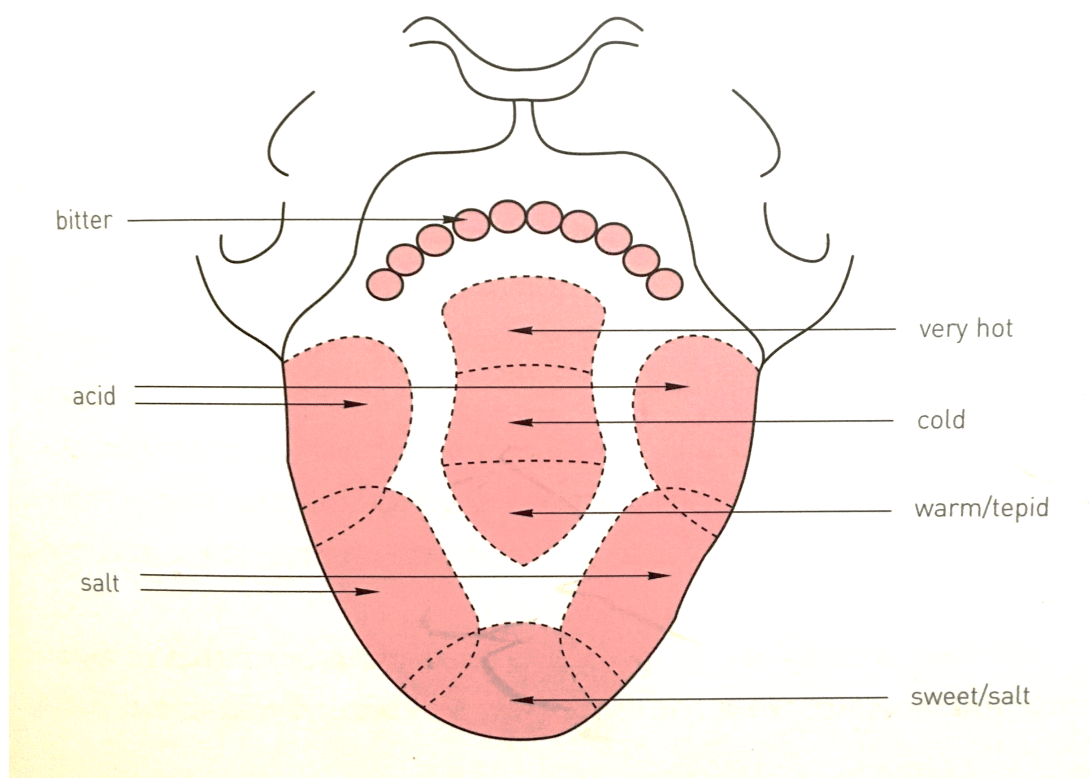
participação (incluindo-se aí toda uma visão de mundo, ordenação de papéis, limites, hierarquias e atribuições de valor), formação da conduta moral. No Reino Unido, o sentido é claramente de reforço dos valores culturais que fazem os britânicos sentirem-se britânicos – com toda a carga antropocêntrica, ainda um tanto imperialista e em larga medida afetiva que o Five O’Clock atualmente comporta. Já as metáforas orientais (sobretudo japonesas) relacionadas ao chá buscam transmitir ensinamentos sobre a transitoriedades das formas, a compreensão da impermanência da vida, o cultivo da “inação” (Wu Wei) e da resiliência perante os altos e baixos do viver. A composição química (e filosófico-poética) do chá permitiria acessar um estado de maior abertura e disponibilidade para o outro, para experiências existenciais mais profundas, para a escuta do silêncio interno. As disciplinas orientais milenares referem-se a certas práticas espirituais como “caminhos”. Os caminhos são modos de realizar determinadas ações com vistas a alcançar, por força da repetição consciente e sensível, o estado de atenção plena que permite a superação da técnica até torna-la espontânea e fluida – eis o que se chama de *não intencional*. Diz-se que é um caminho pois afinal não há um lugar a se chegar, nem metas a cumprir. Há apenas uma noção de sentido, de direção: é sempre um "regressar". Retornar às origens, à simplicidade da unidade que enlaça e contém a infinita multiplicidade. O homem cria essas técnicas - como as lutas marciais, os arranjos florais, o arco-e-flecha ou o chá - para que elas sirvam de caminho e o reconduzam de volta à natureza. As cerimônias de chá orientais teriam esse propósito de nos permitir restabelecer a singela e dinâmica harmonia entre nossa vida e a existência. Entendida desse modo, para os orientais, a cerimônia do chá é uma “arte”. Para os povos nômades e pastores, das montanhas e dos desertos, o chá é um comungar com o coletivo, fortalecendo os elos sociais que garantem a cooperação no funcionamento do viver. E talvez este seja o sentido fundamental e implícito em todos os rituais anteriormente citados. O de reforçar as ligações simbólicas e afetivas que dão sustentação ao coletivo e tornam a vida social possível.

O chá, como experiência de sentido, é um caminho para algo além...  
Não um "além" no sentido transcendental, mas além do que os filtros da nossa percepção cotidiana nos permitem ver e sentir do universo que nos cerca.

Se eu pudesse sintetizar num único sentido todos os sentidos do chá, resumiria da seguinte forma: trata-se de um ritual que visa ao cultivo da sensibilidade estética a serviço do embelezamento e enriquecimento das formas do viver. Portanto, uma prática de cultivo de si com fundamento ético, ecológico. Cultivamos a escuta corporal para captar a dança da vida, sincronizando nosso movimento com o fluxo dos acontecimentos. Perceber como a vida atravessa este corpo e diluir, por alguns instantes, a fronteira eu-mundo para intensificar a percepção de que somos parte da biosfera.

A arte do chá é para além do “chá em si” – assim como a arte da espada é não-espada e assim por diante – pois não se trata especificamente *do que eu faço*, mas sim de *como eu faço*. Estamos falando de modos, portanto de caminhos. Podemos praticar o chá sem, no entanto, estarmos bebendo o chá. O que é praticar o chá sem o chá? É tornar-se como uma pequena xícara, uma concavidade com a face sempre aberta para o infinito. Esvaziar-se para receber mais da vida. Deixar ir para tornar a se preencher incessantemente. “Beber o chá” é nutrir-se da fonte que sustenta o universo e sentir nossas raízes mergulhadas no fundo absoluto que permeia a existência.

## A Fisiologia do Gosto



*Trinta raios convergem para o eixo de uma roda  
Mas é o vazio no centro que a permite rodar.*

*Molda-se o barro para fazer um vaso  
Mas é do vazio em seu interior que fazemos uso.*

*Uma casa é feita com portas e janelas  
Mas é o vazio do espaço que nos permite habitá-lo.*

*Assim, o Ser faz-se acessível para que do Não-Ser façamos utilidade.*

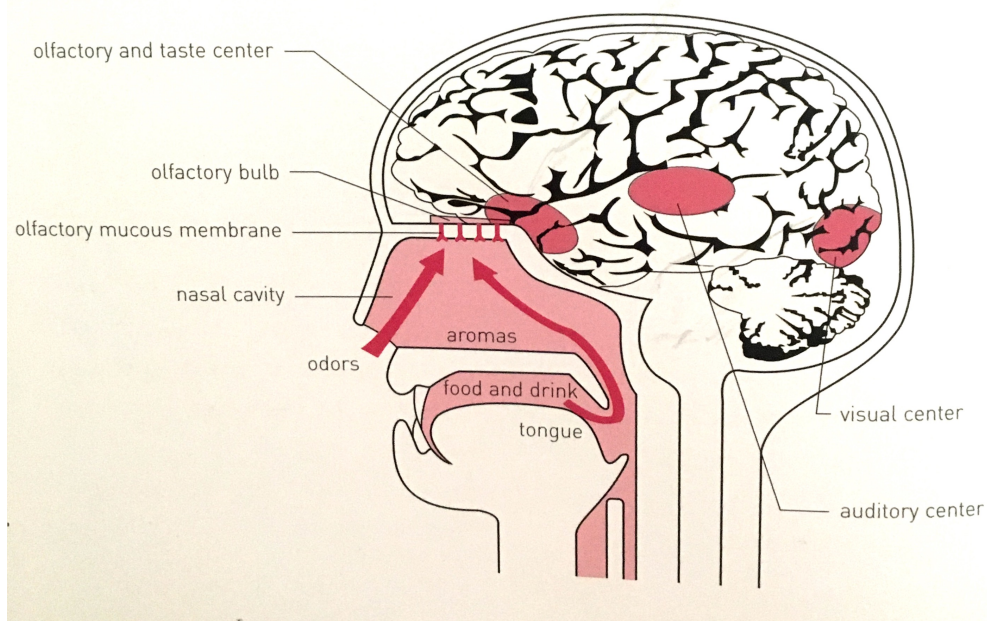
Laozi – Dao De Jing.

## A EDUCAÇÃO SENSORIAL

como capturar o passarinho da experiência... [e como deixa-lo ir]

No começo, há o começar... Como e por onde eu começo? Primeiro fundando a presença no acontecimento: sintonizar o corpo no espaço, captando o ambiente interno e o ambiente externo. Proponho iniciarmos com a semente de chá na palma da mão... Na ausência dela, podemos experimentar isso com qualquer semente. Pois o que desejamos é entrar em contato com um objeto que carrega em si a promessa de um porvir. A semente é um núcleo de forças em potencial à espera de viver um “despertar” pelo encontro com a água e a terra... E, mais adiante, o ar e a luz. Essa introdução não tem apenas o intuito de ser poética, mas de tornar visível – sensível – uma experiência que convoca todos os extratos cerebrais que constituem nossa espécie... desde as origens da vida, do encontro entre as forças fundamentais que engendram uma nova existência à possibilidade de construirmos pensamentos, ideias, linguagem. Todo esse extenso e complexo percurso evolutivo está presente no corpo, como camadas de história biológica e antropológica. Portanto, ao tomar contato com a semente, acessamos – por um esforço intencional de associação – o começo da vida, onde a força pulsa adormecida. E o que ganhamos com esse exercício? Maior amplitude cognitiva, aumento e sensibilização da percepção para discernir e captar nuances.

O ato de ingerir um alimento ou bebida agrega uma sucessão de pequenos e mínimos eventos internos, numa complexa orquestração de todos sinais e inputs advindos de nosso aparato sensorial em articulação com o repertório de memórias preexistentes. Quando falamos em memória, é importante considerar que também incluímos aí todo mapeamento herdado da espécie: conteúdos arcaicos que se encontram armazenados em funções e comportamentos fundamentais que estão na base de nossos instintos humanos. Como por exemplo, a associação entre a cor vermelha e o sabor



doce, ou a rejeição do sabor amargo por relaciona-lo a algo venenoso e assim por diante. Entender sobre nossas condições de percepção e absorção nos ajuda a compreender como podemos ganhar maior aderência sensorial (capacidade de distinguir e expressar nuances) à experiência de degustar um chá.

Por ativar o olfato e o paladar, sentidos mais arraigados em nossos instintos, experiência de degustar alimentos e bebidas pode mobilizar lugares muito profundos de nossa memória. Na famosa passagem sobre as madeleines, no primeiro volume da obra *Em Busca do Tempo Perdido*, Proust dilata e narra, com notável riqueza de detalhes, todos os desdobramentos perceptivos disparados pelo gosto do biscoito embebido num chá da Índia ou infusão de tília. O autor descreve todo o esforço empregado na tentativa de localizar e resgatar de sua memória a imagem lá do passado que correspondia àquele sabor. Mas, mais do que isso, o narrador reconhece que aquela alegria causada pela madeleine não era própria do passado que ela lhe trouxera à tona – as lembranças de sua infância em Combray – mas de um lugar que parece se descolar do tempo... Uma alegria gerada pela sensação de que houve um real *deslocamento* interior que, algum evento importante que me convoca e altera os parâmetros de percepção. Acende nosso olhar, desperta nosso interesse e nos engaja com o acontecimento. Isso é o que chamo de “fundar a presença no acontecimento”.

Gostaria então de desmontar o mito da análise sensorial para acessarmos a técnica por um viés mais integrativo. Certa vez, realizei um treinamento com a equipe de um importante restaurante carioca, onde foi possível realizar uma interessante investigação. Propus a experiência da degustação vendada, orientando os participantes para que buscassem um lugar – real ou imaginário – que lhes transmitissem a sensação de saciedade e repouso. A proposta era que buscassem na memória ou no devaneio um *ambiente confiável* onde eles se sentissem “fortes, potentes, capazes de”.

Foi só depois dessa prática meditativa, em que percebemos maior abertura e disponibilidade dos corpos para a degustação, foi que servi os dois chás – um dos quais era um Darjeeling de Segunda Colheita. Mas, em lugar de solicitar aos participantes que prestassem atenção no “bouquet aromático” do chá, apenas pedi que sorvessem o momento e deixassem vir as imagens e sensações disparadas pelo paladar em contato com o chá. Quando terminou, eles removeram as vendas e um silêncio intenso e profundo se fez na sala onde todos estávamos – eu, os sócios do restaurante, gerências, maitres, sommelier e barista etc. Perguntei: “E então... O que lhes aconteceu?”

A essa pergunta começaram a surgir depoimentos de infância, tais como a memória da cidade natal no interior do Ceará, vendo a mãe secar cascas de laranja no telhado sob o sol do sertão para fazer

“infusão”. Certamente, um relato como esse é infinitamente mais rico em substratos e coloraturas subjetivas do que apenas afirmar que o “chá tem notas cítricas” – que de fato, correspondiam ao aroma daquele Darjeeling. Como atingir os fins sem sacrificar os meios que nos podem ajudar a recuperar conteúdos e paisagens de grande valor afetivo? Postulo uma prática de educação sensorial a serviço do enriquecimento interior, e não da adequação à linguagem fria e utilitária do mercado.

Portanto, para adicionar alguns layers a essa experiência de avaliar chás, vamos considerar cada gesto de atenção como parte de um ritual onde o corpo inteiro é que está sendo convocado a se engajar com essa aproximação: contato visual, contato olfativo, contato dos dedos com as folhas secas e úmidas, contato com a língua, com as mucosas da boca, com o véu palatino (região retronasal) e finalmente com a garganta (aftertaste). Explorar todos os sentidos como funções táteis, em outras palavras: desenvolvendo a percepção háptica. Um olhar que transita entre efeitos que se mostram na *superfície das coisas...* Emanações do chá que “tocam” nossos sentidos, revelando-nos suas possíveis imagens.

No mundo atual, vivemos imersos em um oceano de imagens que nos oferecem representações das coisas em escalas variadas. Eu, pessoalmente, nunca vi (nem a olhos nus, nem por microscópio) a cadeia de moléculas que forma o composto da cafeína. Jamais pude acessar visualmente como se dão os efeitos da cafeína combinada aos taninos, uma vez na minha corrente sanguínea... Não posso “ver” meu sistema nervoso reagindo à L-Teanina com aumento dos níveis de serotonina, dopamina, endorfina, GABA etc. Aliás, jamais sequer tive a chance de ver uma molécula dessas substâncias a olho nu. Também não tive a chance de ver com meus próprios olhos as galáxias e nebulosas que o Hubble nos fotografou do espaço. Nunca pude sair da Terra para contemplá-la de fora.

De modo que nossa linguagem carrega conhecimentos e noções que nossos sentidos apenas puderam acessar por meio de outros instrumentos. Isso deve ser atentamente compreendido, pois temos a tendência a confiar sempre mais nos aparelhos de que nos servimos para nos revelar imagens do universo, do que em nossa própria corpo, como lugar vivo e sensível às forças e imagens de fora que incidem em nós – e essa não é uma frase retórica, mas um fato biológico. Somos parte da biosfera e modelamos os ambientes na mesma medida em que somos modelados pelo mundo de fora. Os instrumentos e métodos científicos têm seu lugar e sua função na preservação da vida, mas não deveriam comprometer nosso interesse em desenvolver nossas capacidades perceptivas por meio da experiência direta. A pretensa “objetividade científica” nos faz desconfiar do que nosso *corpo pode* captar e “ler” do mundo que nos cerca sem a mediação de

equipamentos e dispositivos. O corpo é fonte, modelo e referência para todas as máquinas que um dia imaginamos e inventamos... Que isso não seja esquecido.

Queremos, portanto, reativar essa potência sensorial do corpo, adiando por alguns momentos sua tendência a produzir associações e respostas motoras. Nosso intuito é desarticular o modo automático de reagir aos efeitos que as coisas causam em nós, para nos permitir apenas percebê-las produzindo imagens *em nós*. Cultivar a escuta para essas imagens que despontam e ecoam das profundezas de nosso eu-corpo com um sabor de renovação que pode nos causar espanto e mudar nossos parâmetros de percepção.

Numa boa proposta de exercício para desenvolver essa aptidão corporal, por meio da aproximação aos chás, podemos experimentar nos entregar a alguns goles de um Qimen Mao Feng (chá preto chinês) e sentir um pouco o que ele tem a nos dizer. Instantes depois, podemos “anunciar” o Darjeeling 2nd Flush ao nosso espírito levando a taça suavemente às narinas... Só isso. E vejamos como se dá esse encontro de aromas no fundo da garganta. O que um tem a nos dizer sobre o outro? Se reconheço um diálogo entre os aromas dos dois chás, isso me permite perceber claramente os contornos entre um e outro. Num primeiro momento, a impressão que saltará às nossas papilas dirá respeito às diferenças. A aproximação de dois elementos semelhantes parece ativar nossa inteligência corporal que se põe no encalço de discernir e discriminar. Por vezes, quando estou provando um segundo exemplar numa rodada de degustação, revela-se alguma nota aromática que ficou do chá anterior e que me havia escapado.

Numa outra proposta de prática gustativa, experimentemos provar dois chás que apresentam muitas semelhanças – como, por exemplo, um Shui Xian e um Da Hong Pao, dois oolongs rochosos chineses de Wuyi, província de Fujian – convocando a percepção para captar as mínimas diferenças entre as variedades (nuances aromáticas, de textura, intensidade e duração do aftertaste etc). É interessante observar como a percepção de uma distinção nos causa uma espécie de alegria íntima: a alegria infantil de uma descoberta. Quando adultos, a percepção de algo novo sobre o mundo – o captar de uma nuance – possivelmente tenha o poder de nos devolver àquele corpo macio de quando éramos criança e tateávamos os contornos do mundo com inocência, entrega e desejo.

O processo de aprendizagem é um contínuo e infinito desdobrar da realidade em suas particularidades e nuances; é também uma “reedição” constante da realidade, segundo nossas condições de percepção. O corpo muda a cada segundo, a cada respiração, cada pulsação. Temos a ilusão de que estamos parados, mas na verdade tudo está em fluxo. Trazendo toda essa conversa

para o nosso estudo, poderia dizer que, se nos propusermos um caminho de prática sensorial que partisse de uma experiência horizontal com chás muito diferentes entre si (como exemplares provenientes de diferentes famílias e origens) em direção a degustações mais verticais (juntando chás de uma mesma região e mesmo tipo, por exemplo) desenvolveremos progressivamente nosso discernimento, indo das características mais profundas e marcantes até as mínimas nuances que podemos captar quando comparamos exemplares muito similares.

Essa trajetória nos permitirá desenvolver o interesse corporal pela singularidade – e as mensagens – de cada chá que provamos. Malgrado nossa linguagem classificatória e nossos esquemas de simplificação do nosso tema de estudo, é fundamental lembrar que estamos falando de processos vivos e que, da mesma maneira como não se pode cruzar duas vezes o mesmo rio, também jamais provamos duas vezes o mesmo chá. Eis, talvez, uma possível leitura do sentido profundo e eterno da expressão “Ichigo-ichie”, que sintetiza o espírito da cerimônia do chá japonesa e quer literalmente dizer “uma vez, um encontro”.

