



主
编
高
小
黔



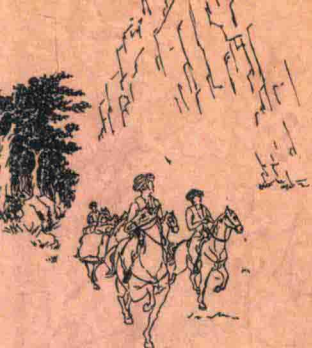
茶

艺
基
础

知
识
与
服
务

中国原子能出版社





茶

艺基础

知识与服务

主审 苟勇
主编 高小黔

中国原子能出版社



图书在版编目(CIP)数据

茶艺基础知识与服务/高小黔主编. —北京:
中国原子能出版社, 2015. 1
ISBN 978 - 7 - 5022 - 6462 - 8

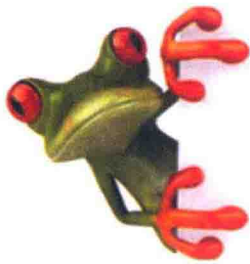
I. ①茶… II. ①高… III. ①茶叶 - 文化 - 中国
IV. ①TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 286601 号

茶艺基础知识与服务

出版发行	中国原子能出版社(北京市海淀区阜成路 43 号 100048)
责任编辑	窦思佳
印刷	北京天宇万达印刷有限公司
经销	全国新华书店
开本	210mm × 1000mm
印张	7.5
字数	178 千字
版本	2015 年 1 月第 1 版 2015 年 1 月第 1 次印刷
书号	ISBN 978 - 7 - 5022 - 6462 - 8
定价	29.80 元

版权所有 侵权必究 网址:<http://www.aep.com.cn>



前言

中国是世界上最早发现和利用茶叶的国家,是茶文化的发祥地。茶文化的内涵十分丰富,涉及科技教育、文化艺术、医学保健、历史考古、经济贸易、餐饮旅游等学科与行业。如今饮茶风尚遍及全球,为全世界人民所喜爱。在中国,茶既是日常生活的必需品,又是精神文明的媒介物。人们视茶为生活的享受、健身的饮料、友谊的纽带。

随着中国经济、文化的繁荣,人们生活质量的提高,茶文化在中国各地掀起了热潮,茶艺馆、茶座蓬勃出现在中国的大江南北。现代科学技术的发展,使得茶叶对人体健康的奇特功效与茶叶的文化价值进一步被阐明和发现。茶在人们生活中的地位,更为世人所注目。在忙碌的工作中人们更加注重健康的饮食,追求高

品质的生活内容,茶成为了人们生活中不可缺少的饮品。

继承并发扬中国传统的茶文化,需要新时代青年人掌握丰富的茶文化知识。人们渴望更多地懂得中国民族传统的茶文化,社会也需要大量符合规范的茶艺服务人员。对于爱茶的人来说,只懂得如何泡好茶是远远不够的,要使自己成为全面了解茶文化的茶人,使泡茶成为一门具有审美价值的艺术,为中国茶文化传播及发扬光大做出贡献,就需要扩大知识面,提高自己的茶艺技能。

本书分为六个单元,包括绿茶的沏泡与服务、乌龙茶的沏泡与服务、红茶的沏泡与服务、花茶的沏泡与服务、黄茶的沏泡与服务、白茶的沏泡与服务。本书以单元任务为引领,通过设置学习导航、文化链接等,激发读者的学习兴趣;借助技能训练、操作评价等,帮助读者掌握并进一步巩固所学知识。本书从形式到内容、从茶艺到文化、从茶艺到茶道,深入浅出,细细道来,图文并茂,直观易懂。

本书可作为中等职业学校酒店服务与管理专业的教材,也可供相关岗位培训以及对茶文化、茶艺有兴趣的读者参考使用,还可作为“茶艺师”考核的辅导教材。本书在编写过程中,参阅了大量的书籍和资料,在此对被参考和借鉴书籍、资料的作者深表谢意。由于编者水平有限,时间仓促,不足之处在所难免,敬请广大读者批评指正,提出宝贵意见和建议。

编者

2015年1月



目录

Contents

单元一 绿茶的沏泡与服务

- 任务一 西湖龙井/2
- 任务二 洞庭碧螺春/15
- 任务三 信阳毛尖/25

单元二 乌龙茶的沏泡与服务

- 任务一 安溪铁观音/36
- 任务二 武夷大红袍/46

单元三 红茶的沏泡与服务

- 任务一 祁门红茶/52
- 任务二 滇红工夫茶/60

单元四 花茶的沏泡与服务

- 任务一 茉莉花茶/66
- 任务二 菊花茶/76

单元五 黄茶的沏泡与服务

- 任务一 君山银针/86
- 任务二 霍山黄芽/94

单元六 白茶的沏泡与服务

- 任务一 白毫银针/102
- 任务二 白牡丹茶/108

参考文献

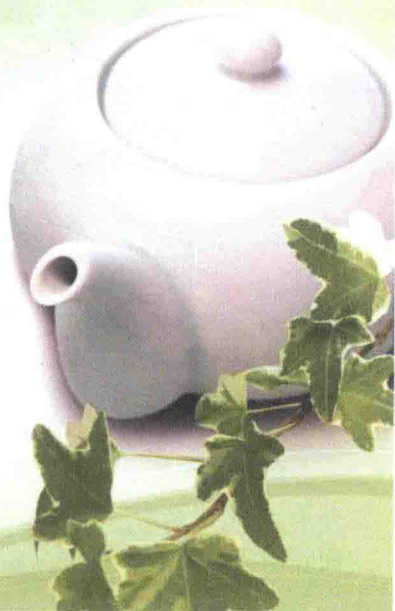
单元一

绿茶的沏泡与服务

绿茶在色、香、味上,讲求嫩绿明亮、清香、醇爽。在六大茶类中,绿茶的冲泡,看似简单,其实极考工夫。因绿茶不经发酵,保持茶叶本身的鲜嫩,冲泡时略有偏差,易使茶叶泡老闷熟,茶汤黯淡香气钝浊。此外,又因绿茶品种最丰富,每种茶由于形状、紧结程度和鲜叶老嫩程度不同,冲泡的水温,时间和方法都有差异,所以没有多次的实践,恐怕难以泡好一杯绿茶。

❖ 学习目标

- ☞ 了解西湖龙井的沏泡与服务。
- ☞ 了解洞庭碧螺春的沏泡与服务。
- ☞ 了解信阳毛尖的沏泡与服务。





任务一 西湖龙井

引例

一天,一对外国老年夫妇游览完浙江杭州西湖后,来到附近的茶馆,想品尝此地的绿茶,因此我们推荐了西湖龙井。



沏泡技艺

西湖龙井的茶具主要有:玻璃杯、茶荷、水方、随手泡、“茶艺”六君子、储茶器、方巾等。

1. 点香——焚香静心

俗话说:“泡茶可修身养性,品茶如品味人生。”古今品茶都讲究首先要平生静气。“焚香静心”即通过点燃一枝香来营造一个祥和肃穆的气氛,并达到驱除妄念、心静气和的目的。



2. 赏茶——初识仙姿

西湖龙井外形扁平光滑,享有色绿、香郁、味醇、形美“四绝”之盛誉。优质龙井茶,通常以清明前采制的为最好,称为明前茶;谷雨前采制的稍逊,称为雨前茶,而谷雨之后的就非上品了。明人田艺衡曾有“烹煎黄金芽,不取谷雨后”之语。



(赏茶——开启茶样罐，端于客人前，双手奉上，稍欠身，供客人观赏闻香)



3. 赏泉——再赏甘露

“龙井茶、虎跑水”为杭州西湖双绝，冲泡龙井茶必用虎跑水，如此才能茶水交融，相得益彰。虎跑泉的泉水是从砂岩、石英砂中渗出，流量为43.2~86.4立方米/日。现在将硬币轻轻置于盛满虎跑泉水的赏泉杯中，铝制树叶置于水上而不沉，水面高于杯口而不外溢，表明该水水分子密度高、表面张力大，碳酸钙含量低。请来宾品尝这甘露清冽的佳泉。



4. 洗杯——洗涤凡尘

茶是至清至洁、天涵地育的灵物，泡茶要求所用的器皿也必须至清至洁。“洗涤凡尘”，即用开水再烫洗一遍本来就干净的玻璃杯，做到茶杯冰清玉洁，一尘不



染。冲泡高档绿茶要用透明无花的玻璃杯,以便更好地欣赏茶叶在水中上下翻飞、翩翩起舞的仙姿,观赏碧绿的汤色、细嫩的茸毫,领略清新的茶香。冲泡龙井茶更是如此。现在,将水注入将用的玻璃杯,一来清洁杯子,二来为杯子增温。茶是圣洁之物,泡茶人要有一颗圣洁之心。



5. 凉汤——玉壶太和

西湖龙井属于芽茶类,因为茶芽细嫩,若用滚烫的开水直接冲泡,会破坏茶芽中的维生素并造成熟汤失味,所以在冲泡高级龙井茶时,只宜用 80°C 左右的开水。“玉壶太和”即把开水壶中的水预先倒入瓷壶养一会儿,使水温降至 80°C 左右,用这样的水泡茶不温不火,恰到好处,泡出的茶色香味俱佳。



6. 投茶——清宫佳人

苏东坡有诗云：“戏作小诗君勿笑，从来佳茗似佳人。”他把优质茶比喻成让人一见倾心的绝代佳人。“清宫佳人”就是用茶匙把茶叶投入冰清玉洁的玻璃杯中。“茶滋于水，水籍于器。”茶与水的比例适宜，冲泡出来的茶才能不失茶性，并充分展示茶的特色。一般来说，茶叶与水的比例为1:50，即100毫升容量的杯子放入2克茶叶。现将茶叶从茶罐中轻轻取出，每杯用茶2~3克。置茶要心态平静，茶叶勿掉在杯外。敬茶惜查茶，是茶人应有的修养。（投茶——将原先倒置的茶杯翻转，使其口沿向上，一字摆开。然后，将茶罐打开，用茶匙将所需茶叶拨入茶荷，并将茶叶一一拨入茶杯中待泡）



7. 润茶——甘露润心

好的龙井茶外观嫩如莲心，清代乾隆皇帝把茶叶称为“润心莲”。润心莲即在开泡前先向杯中注入少许热水，起到润茶的作用。采用“回旋斟水法”向杯中注入少许，以1/4杯为宜，温润的目的是浸润茶芽，使干茶吸水舒展，为将要进行的冲泡打好基础。（浸润泡——向杯中倾入适当温度的开水，用水量为杯容量的1/4~1/5。放下水壶，提杯向逆时针方向转动数圈，目的在于使茶浸润，吸水膨胀，便于内含物质浸出。时间掌握在1分钟以内）



8. 冲水——凤凰点头

冲泡龙井茶时也讲究高冲水,在冲水时水壶有节奏地三起三落,好比是凤凰在向嘉宾们三点头致意。温润的茶芽已经散发出一缕清香,这时高提水壶,让水直泻而下,接着利用手腕的力量,上下提拉注水,反复三次,让茶叶在水中翻动。这一冲泡手法,雅称凤凰三点头。凤凰三点头不仅为了泡茶本身的需要,为了显示冲泡者的姿态优美,更是中国传统礼仪的体现。三点头像是对客人鞠躬行礼,是对客人表示敬意,同时也表达了对茶的敬意。(冲泡——提壶冲水入杯,通常用凤凰三点头法冲泡,杯至茶杯总容量的七成满为止,这种冲泡方法叫中投法。但对一些外形紧结重实的细嫩名优绿茶,诸如蒙顶甘露、庐山云雾等可采用上投法冲泡。即杯中先冲上七分满的水,再取茶投入,茶叶就会徐徐下沉,逐渐舒展)



9. 奉茶——观音捧瓶

客来敬茶是中国的传统习俗,也是茶人所遵从的茶训。将精心泡制的清茶与新朋老友共赏,别有一番情趣。让我们共同领略这大自然赐予的绿色精灵。佛教故事传说观音菩萨常捧着一个白玉净瓶,净瓶中的甘露可消灾除病,救苦救难。茶艺小姐把好的茶敬奉给客人,我们称之为“观音捧玉瓶”,意在祝福好人一生平安。(奉茶——要面带微笑,双手欠身奉茶。茶杯摆放的位置,以方便客人取饮为原则。茶放好后,应向客人伸手掌示意,说声“请品茶!”)



10. 赏茶——春波展旗

这道程序是龙井茶艺的特色程序。杯中的热水如春波荡漾,在热水的浸泡下,茶芽慢慢地舒展开来,尖尖的叶芽如枪,展开的叶片如旗。一芽一叶的称为“旗枪”,一芽二叶的称为“雀舌”,直直的茶芽称为“针”,弯曲的茶芽称为“眉”。在品龙井茶之前,先观察在清碧澄净的茶水中,千姿百态的茶芽在玻璃杯中随波晃动,好像有生命的绿精灵在舞蹈,十分生动有趣。





11. 闻茶——辨香识韵

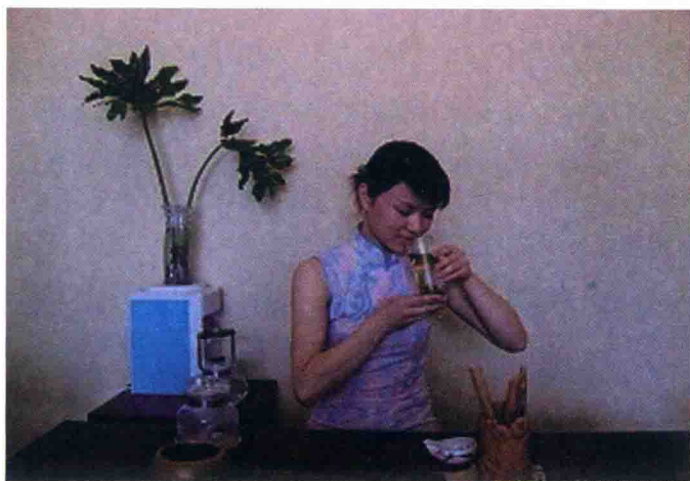
品龙井茶要一看、二闻、三品味,在欣赏了“春波展旗枪”之后,要闻一闻茶香。龙井茶与花茶和乌龙茶不同,它的香气更加清幽淡雅,必须用心灵去感悟,才能够闻得到龙井茶那种春天的气息,以及清纯悠远、难以言传的生命之香。

评定一杯茶的优劣,必须从色、形、香、味入手。龙井是茶中珍品,素有“色绿、香郁、味甘、形美”四绝佳茗之称。其色澄清碧绿,其形一旗一枪,交错相映,上下沉浮。通常采摘茶叶时,只采嫩芽称“莲心”;一芽一叶,叶似旗、芽似枪,则称为“旗枪”;一芽两叶,叶形卷曲,形似雀舌,故称“雀舌”。闻其香,则是香气清新醇厚,无浓冽之感,细品慢啜,体会齿颊留芳、甘泽润喉的感觉。



12. 品茶——淡中品味

龙井茶的茶汤清纯甘鲜,淡而有味,它虽然不像红茶那样浓艳醇厚,也不像乌龙茶那样醉人,但是只要你用心去品,就一定能从淡淡的龙井茶汤中品出天地间至清、至醇、至真、至美的韵味来。龙井茶大多冲泡三次,第二泡的色香味最佳。因此当客人杯中茶水见少时,要及时添注热水。龙井茶初品时会感清淡,需细细体会,慢慢领悟。正如清代茶人陆次云所说:“龙井茶,真者甘香如兰,幽而不冽,啜之淡然,似乎无味,饮过之后,觉有一种太和之气,弥沦于齿颊之间,此无味之味乃至味也。为益于人不浅,故能疗疾,其贵如珍,不可多得也。”品尝龙井茶,像是观赏一件艺术品。透过玻璃杯看着上下沉浮的茶叶,看着青绿的清汤,娇嫩的茶芽,龙井茶仿佛是一曲春天的歌、一幅春天的画、一首春天的诗。让人置身在一派浓浓的春色里,生机盎然,心旷神怡。



13. 谢茶——有缘再聚

品茶有三乐。一曰“独品得神”，一个人面对青山绿水或置身于高雅的茶室，通过品茗，心驰寰宇，神交自然，物我两忘，此一乐也。二曰“对品得趣”，即两个知心的朋友相对品茗，或无须多言即心有灵犀一点通，或推心置腹倾诉衷肠，此亦一乐也。三曰“众品得慧”，孔子曾说：“三人行，必有我师矣。”众人相聚品茶，相互沟通，相互启迪，可以学到很多书本中学不到的知识，这同样是一大乐事。在品了头道茶之后，请嘉宾自己泡茶，以便通过亲自实践，从茶事活动中去感受修身养性、品味人生的无穷乐趣。鲁迅先生说过：“有好茶喝，会喝好茶，是一种清福。”今天我们在此共饮清茶也是一种缘分，“一杯春露暂留客，两腋清风几欲仙”，愿有缘再次相聚，谢谢大家。





相关



1. 西湖龙井概述

西湖龙井是汉族传统名茶,属于绿茶中的一种,中国十大名茶之一。采用产于浙江省杭州市西湖龙井村周围群山之中的“龙井群体种”“龙井长叶种”和后来培育的“龙井43号”茶树品种制作,故名“西湖龙井”。具有1200多年历史,明代列为上品,清顺治列为贡品。清乾隆游览杭州西湖时,盛赞西湖龙井,并把狮峰山下胡公庙前的十八棵茶树封为“御茶”。

2. 西湖龙井的特征

西湖龙井外形扁平挺秀,色泽绿翠,内质清香味醇,泡在杯中,芽叶色绿。春茶中的特级西湖龙井外形扁平光滑,苗锋尖削,芽长于叶,色泽嫩绿,体表无茸毛;汤色嫩绿(黄)明亮;清香或嫩栗香,但有部分茶带高火香;滋味清爽或浓醇;叶底嫩绿,尚完整。

3. 西湖龙井的分级

西湖龙井按鲜叶品质可分为五级:特级、一级、二级、三级、四级(见表1-1)。

表1-1 西湖龙井的分级情况

等 级	要 求
特 级	一芽一叶初展,芽叶夹角度小,芽长于叶,芽叶匀齐肥壮,芽叶长度不超过2.5厘米
一 级	一芽一叶至一芽二叶初展,以一芽一叶为主,一芽二叶初展在10%以下,芽稍长于叶,芽叶完整、匀净,芽叶长度不超过3厘米
二 级	一芽一叶至一芽二叶,一芽二叶在30%以下,芽与叶长度基本相等,芽叶完整,芽叶长度不超过3.5厘米
三 级	一芽二叶至一芽三叶初展,以一芽二叶为主,一芽三叶不超过30%,叶长于芽,芽叶完整,芽叶长度不超过4厘米
四 级	一芽二叶至一芽三叶,一芽三叶不超过50%,叶长于芽,有部分嫩的对夹叶,长度不超过4.5厘米

4. 西湖龙井的功效

(1) 消臭、助消化

口臭是食物残渣在酶的作用下形成甲基硫醇化合物产生臭味。西湖龙井茶汤可抑制这种酶的活性,起到消除口臭的作用,更能刺激分泌更多的消化液,有助于



淀粉、蛋白质和脂肪的分解,帮助消化。

(2) 减肥养颜

西湖龙井中的咖啡因、肌醇、叶酸、泛酸和芳香类物质等多种化合物,能调节脂肪代谢。茶多酚和维生素 C 能降低胆固醇和血脂,所以饮龙井茶可减肥,不过冷饮会适得其反。

(3) 延缓衰老

西湖龙井中的茶多酚可以有效清除多余的自由基,防止脂肪酸的过氧化。

(4) 消除疲劳

西湖龙井中的咖啡因能兴奋中枢神经系统,帮助人们振奋精神、增进思维、消除疲劳、提高工作效率。

(5) 防龋齿

西湖龙井中含有氟,氟离子与牙齿的钙质有很大的亲和力,能变成一种较为难溶于酸的“氟磷灰石”,就像给牙齿加上一个保护层,提高了牙齿防酸抗龋能力。

(6) 抑制癌细胞

西湖龙井中含有 15% 左右的儿茶素,而儿茶素的抗氧化力是维生素 C 的 40 ~ 100 倍,能够抑制血管老化,从而净化血液。

(7) 利尿

西湖龙井茶叶中的咖啡因和茶碱具有利尿作用,可用于治疗水肿、水滞瘤。

(8) 强心解痉

西湖龙井茶叶中的咖啡因还具有强心、解痉、松弛平滑肌的功效,能解除支气管痉挛,促进血液循环,是治疗支气管哮喘、止咳化痰、心肌梗死的良好辅助药物。

(9) 抑制动脉硬化

西湖龙井茶叶中的茶多酚和维生素 C 都有活血化瘀防止动脉硬化的作用。

(10) 治夜盲症,抗眼干燥症

西湖龙井中含有一定量的维生素 A,龙井茶明目的功效与维生素 A 有很大的关系。

(11) 抗菌、抑菌

西湖龙井中的茶多酚和鞣酸作用于细菌,能凝固细菌的蛋白质,将细菌杀死。皮肤生疮、溃烂流脓,外伤破了皮,用浓茶冲洗患处,有消炎杀菌作用。口腔发炎、溃烂、咽喉肿痛,用茶叶来治疗,也有一定的疗效。



文化链接

龙井茶与虎跑泉

传说乾隆皇帝下江南时，来到杭州龙井狮峰山下，看乡女采茶，以示体察民情。这天，乾隆皇帝看见几个乡女正在十多棵绿荫荫的茶蓬前采茶，心中一乐，也学着采了起来。刚采了一把，忽然大监来报：“太后有病，请皇上急速回京。”乾隆皇帝听说太后娘娘有病，随手将一把茶叶向袋内一放，日夜兼程赶回京城。其实太后只因山珍海味吃多了，一时肝火上升，双眼红肿，胃里不适，并没有大病。此时见皇儿来到，只觉一股清香传来，便问带来什么好东西。皇帝也觉得奇怪，哪来的清香呢？他随手一摸，啊，原来是杭州龙井狮峰山的一把茶叶，几天过后已经干了，浓郁的香气就是它散出来了。太后便想尝尝茶叶的味道，宫女将茶泡好，茶送到太后面前，果然清香扑鼻，太后喝了一口，双眼顿时舒适多了，喝完了茶，红肿消了，胃不胀了。太后高兴地说：“杭州龙井的茶叶，真是灵丹妙药。”乾隆皇帝见太后这么高兴，立即传令下去，将杭州龙井狮峰山下胡公庙前那十八棵茶树封为御茶，每年采摘新茶，专门进贡太后。至今，杭州龙井村胡公庙前还保存着这十八棵御茶，到杭州的旅游者中有不少还专程去察访一番，拍照留念。

龙井茶、虎跑泉素称“杭州双绝”。虎跑泉是怎样来的呢？据说很早以前有兄弟二人，名叫大虎和二虎。有一年二人来到杭州，想安家住在现在虎跑的小寺院里。老和尚告诉他俩，这里吃水困难，要翻几道岭去挑水，兄弟俩说，只要能住，挑水的事我们包了，于是老和尚收留了兄弟俩。有一年夏天，天旱无雨，小溪也干涸了，吃水更困难了。一天，兄弟俩想起流浪过的南岳衡山的“童子泉”，如能将童子泉移来杭州就好了。兄弟俩决定要去衡山移来童子泉，一路奔波，到衡山脚下时就都昏倒了，时逢狂风暴雨发作。风停雨住过后，他俩醒来，只见眼前站着一位手拿柳枝的小孩，这是管“童子泉”的小仙人。小仙人听了他俩的诉说后用柳枝一指，水洒在他俩身上，霎时，兄弟二人变成两只斑斓猛虎，小仙人跃上虎背。老虎仰天长啸一声，带着小仙人直奔杭州而去。老和尚和村民们夜里做了一个梦，梦见大虎、二虎变成两只猛虎，把“童子泉”移到了杭州，天亮就有泉水了。第二天，天空霞光万丈，两只猛虎从天而降，猛虎在寺院旁的竹园里，前爪刨地，不一会儿就刨了一个深坑，突然狂风暴雨大作，雨停后，只见深坑里涌出一股清泉，大家明白了，肯定是大虎和二虎给他们带来的泉水。为了纪念大虎和二虎给他们带来了泉水，大