

茶路无尽

体味茶山游学，详解天下名茶
静清和 著



茶路无尽

体味茶山游学，详解天下名茶
静静和 著



图书在版编目 (CIP) 数据

茶路无尽 / 静清和著. —北京: 九州出版社,
2016. 3

ISBN 978-7-5108-4282-5

I. ①茶… II. ①静… III. ①茶叶—文化—中国—文集 IV. ①TS971-53

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第059807号

茶路无尽

作 者 静清和 著
出版发行 九州出版社
地 址 北京市西城区阜外大街甲35号 (100037)
发行电话 (010) 68992190/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 小森印刷 (北京) 有限公司
开 本 700毫米×970毫米 16开
印 张 19
字 数 300千字
版 次 2016年5月第1版
印 次 2016年5月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5108-4282-5
定 价 48.00元

★ 版权所有 侵权必究 ★

自序



去年的初秋，编辑于善伟先生，鼓励我把数十年的茶山之行、问茶经验和心得体会，付诸笔墨，与爱茶的朋友分享，我愉快地答应下来。因为，此前出版的《茶味初见》，是一本引导大家顺应自然，深层次地鉴别茶、健康喝茶的专业茶书。在饮茶的同时，让大家去领略蕴含在二十四节气中的茶与茶汤之美。《茶席窥美》是一本深入探讨习茶、泡茶、知味、择器、鉴水、尚美、格物的茶席设计与茶道美学的专著，科学地指导爱茶人如何运用人体工学，更合理、更健康、更风雅地去泡好一杯茶。

在写完两本专著之后，我发现茶的知识构架还不完整，还缺少一本详解六大茶类的书籍。如果能结合茶山游学，用一个理科生的思维和视角，把六大茶类的本质与茶类起源的相互影响，认真地交代清楚，那么，从《茶味初见》、《茶席窥美》到《茶路无尽》，我的个人茶书三部曲，算是趋于完美了。仔细梳理出的茶

的知识体系，以及对茶的整体地深刻认知，也算基本建立，让知识不再碎片化。

尽管勤奋地在学在写，也恐慌自己的才疏学浅。于是，重走茶区，遍访茶农、茶人，严谨考证茶史、茶叶制作工艺、技术传承、茶树品种等等，力求从可靠文献和证据链中，得出每一个所要表达的结论；让自己的每一个观点，得到可靠的技术支持与正确的理论支持，尽可能地让每一张图片与文字对应，可赏可读，以图释文。这些看似不起眼的要求和细节，给本书的写作，增加了诸多难度和挑战。为此，我只能事必躬亲，多少个假日与夜晚，行色匆匆，穿行在茶区与家往返的问茶路上，以至于我们家丫头取笑我说：“你问茶累积的机票和车票的厚度，早已超过了新书的页码。”这点我必须承认，笨鸟先飞，勤能补拙嘛！

风霜雪雨，一路问茶，一路采访，力争在当天晚上，整理完一天的笔记，趁热打铁，草就该书每一章节的文稿。恩施的那个雨夜，记得在宾馆，灯下孤影，我用随身带的茶具，泡一壶“红袖添香”，插一枝半开的素心蜡梅，写下了“恩施玉露承唐韵”一章，花香浮动，茶润诗心，茶与花，都是旅途中最温馨的慰藉与陪伴。辛勤耕耘的每一个夜晚，虽苦犹甜，至今历历在目。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。茶山迢迢，茶路孤独，但我深知，“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。要真正做到知行合一，就必须风雨兼程，付出辛苦。最能激励我的，是小时候父亲对我的谆谆告诫：“书到用时方恨少，事非经过不知难。”书能医我愚，苦可砺我心，梅花之清香，不也是来自于苦寒吗？

茶路漫漫，漫漫茶路。学无止境，我在路上，心永在茶路之上。

静清和

2016年2月28日

写于静清和茶斋

总 论	茶里幽物知多少	002
	殊途同归说茶陈	010

绿茶篇	绿茶汤清因芽贵	024
	碧螺峰下明前春	034
	西湖龙井豆花香	044
	竹下忘言对紫笋	054
	高氨低酚安吉白	064
	恩施玉露承唐韵	070
	猴魁瓜片与松萝	080

黄茶篇	黄茶堆闷滋味醇	090
	君山银针金镶玉	094
	茶中故旧是蒙山	102



白茶篇

白茶清凉不揉炒 | 110 |

政和大白醇厚佳 | 118 |

福鼎白茶毫密布 | 124 |

乌龙茶篇

乌龙三红七分绿 | 132 |

武夷岩茶别有韵 | 140 |

墨绿观音重似铁 | 152 |

凤凰单丛数乌崇 | 162 |

台岛乌龙有古风 | 170 |

红茶篇

红茶醉人浓强鲜 | 180 |

正山小种桂圆汤 | 190 |



黑茶篇

祁门红茶群芳最 | 202 |

滇红湖红竞生辉 | 212 |

黑茶边销后发酵 | 220 |

普洱性醇味最酽 | 226 |

冷观普洱生与熟 | 234 |

安化黑茶花色多 | 242 |

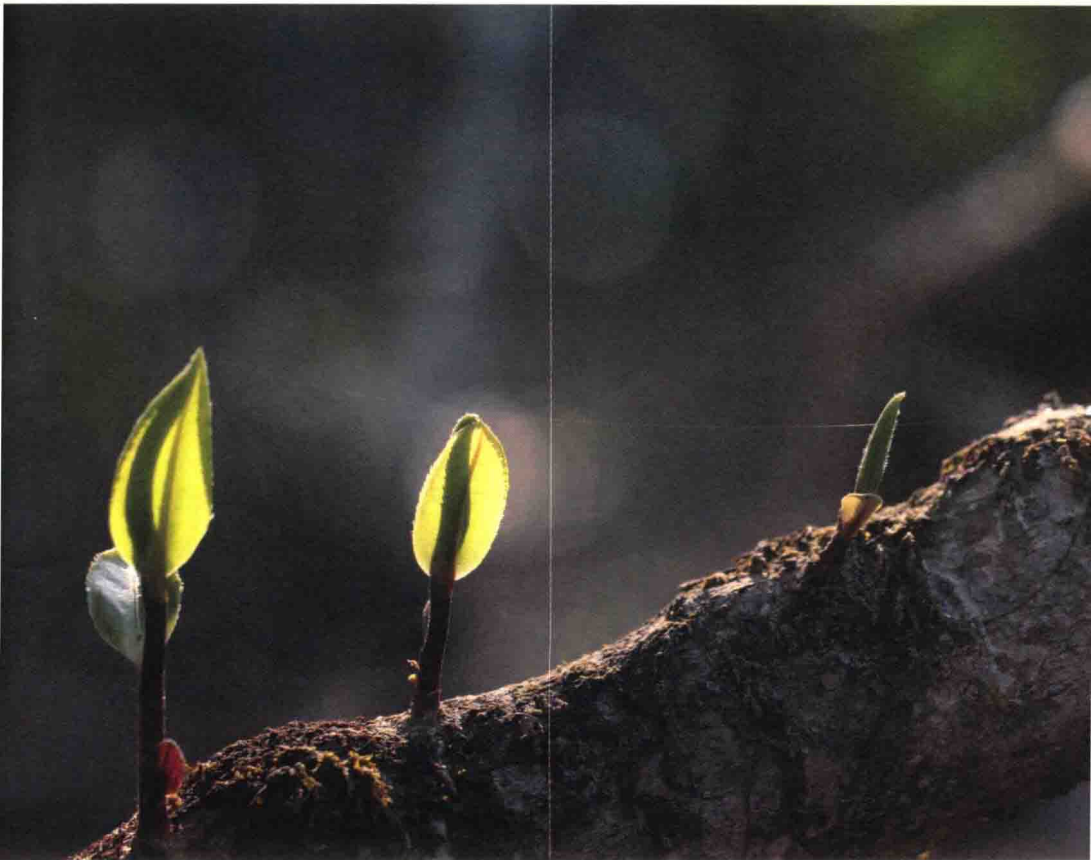
六堡独具槟榔香 | 252 |

芦溪安茶陈作药 | 262 |

藏茶又分南与西 | 276 |

花茶篇

茉莉理气散郁结 | 284 |



总 论



茶里幽物 知多少

“啜苦咽甘，茶也。”这是茶圣陆羽对茶的最早定义。茶之所以能啜苦咽甘，从本质上讲，就是因为茶里蕴含着一种特有的物质，它的名字叫茶多酚。茶汤的回甘，通常是以茶汤的苦涩滋味作为前奏的，它是茶多酚和蛋白质耦合的结果，微苦弥散，清甜即来，滋味变得深长。

茶中除了涩苦的茶多酚，还含有水分、生物碱、氨基酸、酶、糖类、芳香物质、色素、有机酸、类脂、维生素以及其他微量元素等等。

在茶的鲜叶中，茶多酚的干物质含量，一般在18%~36%。茶多酚不是一种物质，它是茶叶内多种酚类物质的简称。茶多酚主

要由以下四类物质组成：儿茶素、黄酮类、花色素和酚酸类。茶多酚含量的多少，与茶树品种、季节、芽叶老嫩、地理纬度、海拔高度以及茶的加工方式等因素有关。通常，大叶种比小叶种的茶多酚含量高，嫩叶比老叶含量高，春季低于夏、秋季，海拔越高、发酵程度越重，茶多酚的含量则会越低。但是，茶中所含的茶多酚，并非越多越好，茶多酚的含量越高，茶就会越苦涩，对胃肠的刺激也会加重。其保健作用，体现在不同人群可以承受的适当阈值内，否则，过犹不及。

002

儿茶素是组成茶多酚的主要物质，约占多酚类总量的70%~80%，它是影响茶汤苦涩滋味的重要物质，也是“茶为万病之药”的首要保健物质。对于发酵茶类，氧化的主要是苦涩味较重的酯型儿茶素，其氧化产物为茶黄素和茶红素，二者共同作用，致使茶汤的色泽亮丽，滋味醇和。茶多酚中的黄酮类，又叫花黄素，它是绿茶汤色的重要组成部分，与苦涩的花青素一样，属于水溶性色素。

003

茶叶中的生物碱，主要包括咖啡碱、可可碱、茶碱等八种。其中，含量最多的是咖啡碱，约占茶叶干物质的2%~5%。其次，是含量很低的可可碱和茶碱等。故咖啡碱，有时会作为生物碱的代称。茶里的咖啡碱，与咖啡里的咖啡碱，结构并不相同，二者均会对人类的胃肠形成刺激。茶的苦寒性与清热解毒的药效，主要体现在生物碱的含量上。咖啡碱在生长旺盛的嫩叶中，含量较高，一般是以新梢的第二叶含量最高，其次，是第一叶和第三叶，在老叶和梗茎中含量较低，这就是六安瓜片为什么会选择第



从老卷绿叶，枝枝相接连。
曝成仙人掌，以拍洪崖肩。



先春抽出黄金芽。

004

005

二片嫩叶，来制作味厚绿茶的原因，也是红茶和乌龙茶的茶青，要求具备一定成熟度的主要原因。

另外，茶树的品种、季节、遮荫、施肥等因素，会影响到茶树的氮代谢，以及咖啡碱含量的高低。高温杀青、干燥、焙火等工序，都会降低茶中咖啡碱的含量。一般来讲，夏茶比春茶含量高，遮荫的茶园和大叶种茶树，咖啡碱的含量均会较高。

咖啡碱是茶汤苦味的主要来源，易溶于热水，与茶汤中的茶黄素、茶红素复合，构成茶汤的鲜爽滋味，同时，也会降低自身对茶汤带来的苦味。茶被饮用后，咖啡碱会在4~6个小时内，以

尿酸的形式完全排出体外。咖啡碱虽然有兴奋神经的作用，令人少睡，但是，对于敏感人群，只要在睡眠前的6个小时内不饮茶或少饮茶，就不会对睡眠产生太大的影响。

茶叶中的蛋白质含量虽然较高，但是，绝大部分会在加工过程中，由于热力的作用，发生凝固变性，只有1%左右的蛋白质进入茶汤，一鳞半爪，却举足轻重。它对茶汤的滋味和粘稠度，有深刻的增益作用。皎然的“采得金芽爨金鼎”，以及卢仝的“先春抽出黄金芽”，阐述的即是叶色嫩绿、叶质柔软的、蛋白质含量较高的茶青，这是制作好茶必需的基本条件。

茶氨酸是茶树中特有的游离氨基酸，它不参与蛋白质的合成，在茶树的嫩叶及嫩茎中含量最多，尤其是嫩梗中的茶氨酸含量，甚至比芽叶高出1~3倍。茶氨酸是茶汤中鲜与甜的重要调味剂，对茶叶的条索、香气和滋味的形成，影响巨大。茶叶的悦志、涤烦及华佗所论的“久食益意思”，指的就是茶氨酸的安神作用。它与咖啡碱的兴奋作用，构成阴阳和矛盾的两个方面，可有效抑制咖啡碱的活跃程度。茶氨酸，只能在茶树的根系中合成，阳崖阴林的良好生态，使茶氨酸向儿茶素的转化受到抑制，由此产生的高氨低酚，对茶叶品质的提高，产生着重要作用。刘禹锡有诗：“阳崖阴岭各殊气，未若竹下莓苔地。”事实证明，有竹林萦绕、林间苔藓斑驳的茶园，所产的干茶品质最好。其原因为，湿润的地气，漫射光的存在，可促进茶氨酸的合成，这也是“茶者，南方之嘉木也”的地理依据。



露苔地、烂石间，竹林茶最佳。

006

007

茶叶中的糖类，包含单糖、寡糖、多糖及少量其他糖类。单糖和双糖，是可溶性糖的主要成分。可溶性糖，是茶汤滋味和工艺香气的来源之一，其甜味，对茶的苦涩滋味，有掩盖和协调作用。水溶性果胶素的高低，能够有效改善茶汤的粘稠度，明显提高干茶条索的紧结度和油润度。在黑茶的陈化过程中，其耐泡度和甘甜度的提高，与不溶于水的多糖、降解为可溶性的糖类密切相关。黑茶的“发金花”现象，多出现在5~6级毛茶的成熟叶片或老叶中。较嫩茶叶的多糖含量低，故很难发花。

茶叶中的香气物质，约占干物质总量的0.02%，却是“枝枝叶叶尽芬芳”的基础。成品茶中的愉悦袭人香气，一部分来源于鲜

叶天成，一部分来自于加工环节。茶中的芳香物质，具有挥发性或不稳定性，随着岁月的流逝，会逐渐挥发、氧化和分解，香气会逐渐减弱，乃至弥散。此去经年，朱颜辞镜，岁月摧茶，曾经迷人的花香或果香，最终会香消梦断，可能会仅余各茶类所共有的腐熟的木质香。不仅如此，茶氨酸、咖啡碱及茶多酚等内含物质，都会随之降解与减少。因此，茶叶作为饮品，一定具有一个最佳的、合理的黄金品饮时期，那些无时间局限的，所谓的“越陈越香”，则是一个容易被戳穿的、过于功利化的商业假命题。佳茗品饮当其时，不能“兰蕙芬芳总负伊”。

一款好茶，不唯有紧结油润的外形，油亮清透的汤色，细幽绵长的清香、花香、果香和沉香，更要有细腻醇厚的滋味。好茶的

山野里的野生茶。

