



读一本茶书，品一缕茶香。
游一个地方，享一种生活。

人间天堂，龙井飘香——浙江杭州
雾锁径山，茶香千年——浙江余杭
牡丹花笑金钿动，传奏湖州紫笋来——浙江湖州
安吉茶香隽秀，青山绿水长流——浙江安吉
八百里太湖水，满口香碧螺春——江苏太湖
黄山景美，片片茶香——安徽黄山
七碗清风自六安——安徽六安
祁门红，群芳最——安徽祁门
不识庐山真面目，云雾茶香自留人——江西庐山
婺源仙乡灵秀地，茗眉好茶常留香——江西婺源
十里秀水钓鱼台，手捧双井读黄庭——江西修水双井
琴里知闻唯渌水，茶中故旧是蒙山——四川蒙山
闽北灵秀地，安溪铁观音——福建泉州
绿叶披红袍，茶中状元郎——福建武夷山
幽幽往事，闽北茶香——福建建阳
精试百余载，凝香一壶春——福建政和、坦洋
千年茶马古道，百世普洱茶流芳——云南普洱
临湖不饮湖，爱汲柳家井——湖南君山
好山好水凤凰茶——广东潮州
北文山，南冻顶——台湾

品鉴中国名茶

品茶地图

戴玄/编著



中国轻工业出版社 | 全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

品茶地图：品鉴中国名茶 / 戴玄编著. —北京：中国轻工业出版社，2013.3

ISBN 978-7-5019-9158-7

I. ①品… II. ①戴… III. ①茶叶-文化-中国 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第016556号



责任编辑：张 弘

策划编辑：张 弘

封面设计：逗号张文化创意

责任终审：张乃柬

版式设计：逗号张文化创意

责任监印：马金路

出版发行：中国轻工业出版社（北京东长安街6号，邮编：100740）

印 刷：北京画中画印刷有限公司

经 销：各地新华书店

版 次：2013年3月第1版第1次印刷

开 本：889×1194 1/20 印张：8

字 数：200千字

书 号：ISBN 978-7-5019-9158-7 定价：39.80元

邮购电话：010-65241695 传真：85111730

发行电话：010-85119835 85119793 传真：65128352

网址：<http://www.chlip.com.cn>

E-mail：club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

110741S1X101ZBW



读一本茶书，品一缕茶香。
游一个地方，享一种生活。

人间天堂，龙井飘香——浙江杭州
雾锁径山，茶香千年——浙江余杭
牡丹花笑金钿动，传奏湖州紫笋来——浙江湖州
安吉茶香隽秀，青山绿水长流——浙江安吉
八百里太湖水，满口香碧螺春——江苏太湖
黄山景美，片片茶香——安徽黄山
七碗清风自六安——安徽六安
祁门红，群芳最——安徽祁门
不识庐山真面目，云雾茶香自留人——江西庐山
婺源仙乡灵秀地，茗局好茶常留香——江西婺源
十里秀水钓鱼台，手捧双井读黄庭——江西修水双井
琴里知闻唯渌水，茶中故旧是蒙山——四川蒙山
闽北灵秀地，安溪铁观音——福建泉州
绿叶披红袍，茶中状元郎——福建武夷山
幽幽往事，闽北茶香——福建建阳
精试百余载，凝香一壶春——福建政和、坦洋
千年茶马古道，百世普洱流芳——云南普洱
临湖不饮湖，爱汲柳家井——湖南君山
好山好水凤凰茶——广东潮州
北文山 南冻顶——台湾

品鉴中国名茶

品茶地图

戴玄 编著



中国轻工业出版社 | 全国百佳图书出版单位



你是否曾陶醉在
“院外风荷西子笑，明前龙井女儿红”
的意境中久久不能自拔？
又是否知道
“琴里知闻唯淥水，茶中故旧是蒙山”
“牡丹花笑金钿动，传奏湖州紫笋来”
的诗句描述的是哪款名茶？

品茶不只是会品饮茶，
还要能识茶、泡茶，
当然再了解一些名茶历史，
学一点有趣的名茶故事，
再会诵读几首古茶诗，
这样方称得上是会喝茶了。

本书精选了十三个省区的三十余种国人最爱的名茶，
介绍了各类名茶的辨识、品饮以及冲泡方法，
更让你不用出门便可在文字间漫步的同时，
感受到茶国风姿，
在缕缕茶香中走完一段中国名茶之旅。

上架建议：茶文化

ISBN 978-7-5019-9158-7



9 787501 991587 >

定价：39.80 元

中国茶地图



中国轻工业出版社

前言

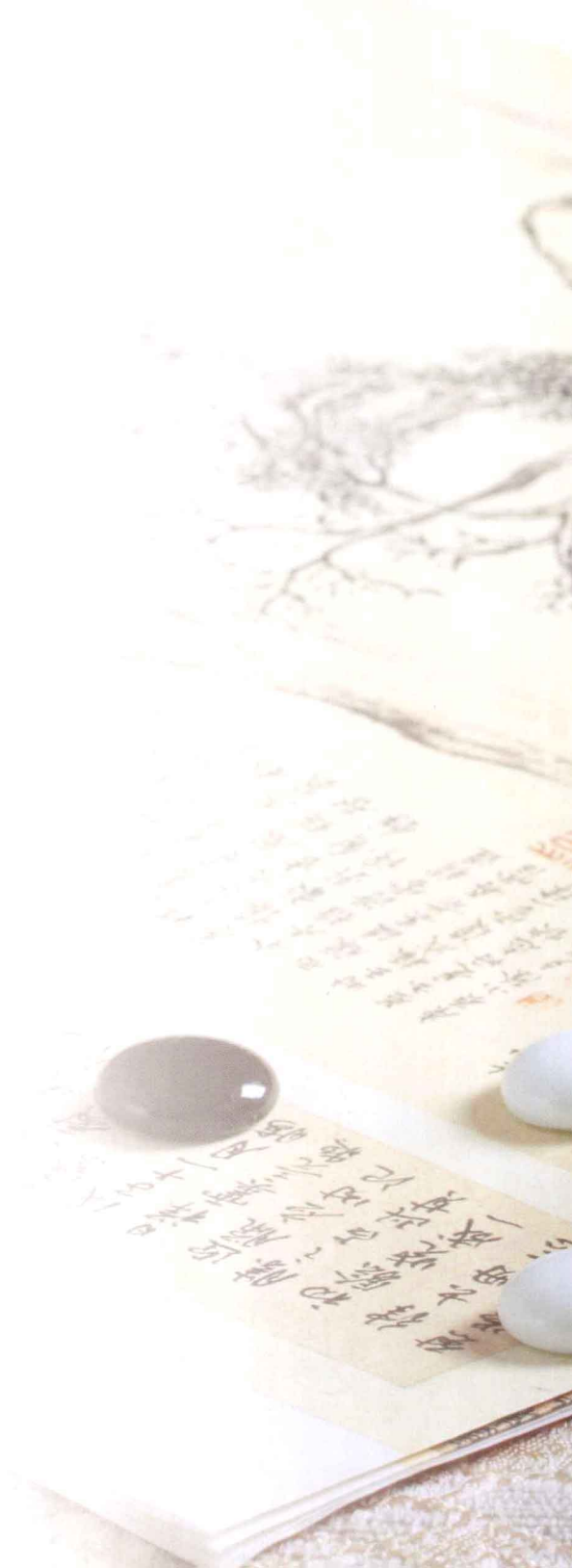
茶是一种情调，
是开门七件事中平淡优雅的情调，
是琴棋书画中诗意的情调。
茶无处不在、渗透生活的每一个角落。

而品茶，
品的不只是茶的滋味，
更是在修炼清净平和的心境。
净化身心，涤荡浮躁，
沉淀下来的是稳重，是沉思。

一只晶莹透明的玻璃杯中，
一撮清香盈鼻的茶叶，
在水注下翻腾，
浮起的沉下，沉下的又努力浮起，
渐渐恢复生机，
变成一簇簇嫩芽，
齐刷刷地立在杯底。

一如生活，
当渐知柴米油盐的艰辛，
饱尝人生百味后，
尚能幽静闲雅地一品清茶，
一烹一品间，
那浓郁鲜醇、齿颊留芳的茶汤
瞬间将疲惫的心灵涤瑕荡秽了一回。
这，大概就是咖啡再怎么研究得精深，
人们也只把它作为一种饮料，
而茶却能被赋予更多含义之所在吧。

很多时候，
茶的好处并不在口鼻之间，
而在心念之间。





名茶
品鑑中國

茶地圖



约会中国茶	11
南方有嘉木	12
人在草木间	13
方寸细品茶文化	14
茶道千言化零落	16
国茶游走海内外	17

绿茶

清汤绿叶，益寿益美	19
西湖龙井	20
径山茶	24
顾渚紫笋	28
安吉白茶	32
洞庭碧螺春	34
黄山毛峰	38
太平猴魁	42
六安瓜片	44
庐山云雾	46
婺源茗眉	50
双井绿	54
蒙顶甘露	56
信阳毛尖	60
冲泡绿茶	64



乌龙茶

美丽和健康的妙药	67
铁观音	68
黄金桂	72
大红袍	74
武夷肉桂	78
闽北水仙	80
凤凰单枞	82
冻顶乌龙	86
文山包种	90
冲泡乌龙茶	92

黑茶

可以喝的古董	97
普洱茶	98
六堡茶	104
湖南黑茶	106
冲泡普洱茶	110

红茶

养生、养心两不误	113
祁门红茶	114
宜红	118
滇红	120
正山小种	124
政和工夫	126
坦洋工夫	128
冲泡红茶	130

黄茶

黄汤黄叶满口香	133
君山银针	134
霍山黄芽	138
冲泡黄茶	140

白茶

绿装素裹，解毒防暑	143
白毫银针	144
白牡丹	147
冲泡白茶	148

花茶

珠联璧合花与茶	151
茉莉花茶	152
冲泡花茶	154

附录 中国名茶地图	156
-----------	-----





品茶地圖

名茶
品鉴中国



品茶地

名茶
品鉴中国

约会中国茶



上品茶叶，其中蕴含的不仅仅是天地日月之精华，更重要的是中华民族五千年的历史和文化内涵，如果没有后者，茶仅仅是解渴的饮料而已。习茶、赏茶，必须先从了解茶文化开始。



南方有嘉木

“茶者，南方之嘉木也。”这是后人奉为茶文化圣经——《茶经》中的第一句，也是我们数千年茶话的起始点。是的，中国是世界上最早发现茶树和利用茶树的国家，从古至今，茶树的栽培已有几千年的历史。

【茶树起源】

茶起源于何时？按植物分类学的方法，可以追根溯源，先找到茶树的亲缘。据研究，茶树所属的被子植物，起源于中生代的早期；双手叶植物的繁盛时期，都是在中生代的中期；而山茶科植物化石的出现，又是在中生代末期白垩纪地层中；在山茶科里，山茶属是比较原始的一个种群，它发生在中生代的末期至新生代的早期；而茶树在山茶界中又是比较原始的一个种。所以，据植物学家分析，茶树起源至今已有 6000 万年至 7000 万年的历史了。

【高山云雾出好茶】

自古以来，名茶就与名山大川有着不解之缘。高山云雾出好茶，早就为人们所接受。在海拔 800~1200 米的山地，云雾多、漫射光多、湿度大、昼夜温差大，正好满足了茶树生长发育对环境条件的要求。

茶树是喜荫植物，“茶宜高山之阴，而喜日阳之早”概括了茶树对环境的要求，明确指出优质茶叶产于向阳山坡有树木荫蔽的生态环境。因为茶树起源于我国西南地区亚热带雨林之中，在人工栽培之前，它和热带森林植物共生，被高大树木所荫蔽，在漫射光多的条件下生长发育，形成了喜温、喜湿、耐荫的生活习性。

人在草木间

茶字的字形是“草木之中有一人”，即人在自然之中。“人非有品不能闲”，只有有品之人，才能释放身心，融入自然。

【茶字的由来】

在古代史料中，茶的名称很多。公元前2世纪，西汉司马相如的《凡将篇》中提到的“蔎诧”就是茶；西汉末年，在扬雄的《方言》中，称茶为“蔎”；在《神农本草经》中，称之为“荼草”或“选”；东晋裴渊的《广州记》中称之为“皋芦”；南朝宋山谦之的《吴兴记》中称为“蔎”；此外，还有“诧”、“𣎵”、“茗”、“荼”等称谓，均认为是茶之异名同义字。唐代陆羽在《茶经》中，也提到“其名，一曰茶，二曰𣎵，三曰蔎，四曰茗，五曰蔎”。当时在这五种茶的称谓中，以茶用得最多，流传最广。

由于茶事的发展，指茶的“荼”字使用越来越多，就有了区分的必要，于是从一字多义的“荼”字中，衍生出“茶”字。陆羽在写《茶经》时，将“荼”字减少一划，改写为“茶”。从此，在古今茶学书中，茶字的形、音、义也就固定下来了。

【茶秘密的发现者】

陆羽之后，才有茶字，也才有茶学。茶就是“人在草木间”。草木如诗，美人如织，在中国人的观念里，天人合一就是自然之道。茶来自草木，因人而获得独特价值。确切地说，茶是因为陆羽而摆脱自然束缚获得解放，一举成为华夏的饮食和精神缩影的。



方寸细品茶文化

从神农尝百草发现茶到现在，已有数千年光阴。茶经历了由野生到种植，由药用到饮用，由帝王权贵视作珍品宫廷饮用，到僧侣、道士清修的心仪之物，到文人墨客作为时尚饮品，最后普及到民间成为大众的喜爱。茶不仅仅作为一种日常生活不可或缺的饮料，更作为一种生活文化，从遥远的神话传说走进了寻常百姓家。

【一个神话】

说起中国茶的历史，可以追溯到远古的神话时代。相传神农为了天下众生遍尝百草，其中固然有一些可口的植物、有可充饥解饿的粮食，也有很多是有毒的植物。一天，神农尝了一种毒草后身体终于承受不住，百毒齐发，晕倒在山脚下，等到他悠悠醒转，发现身边有一棵小树，翠绿的叶子带着淡淡的清香，神农不禁采下一片放入口中咀嚼起来，立刻芳香满口，身体的不适也消失得无影无踪。后来，神农把这棵小树移植到人类的聚居地，这棵树，就是茶树。

【三国以前的茶文化启蒙】

很多书籍把茶的发现时间定为公元前两千多年，其历史可推到三皇五帝。东汉华佗《食经》中记载：“苦茶久食，益意思”。记录了茶的医学价值。西汉已将茶的产地县命名为“荼陵”，即湖南的茶陵。到三国魏代《广雅》中最早记载了饼茶的制法和饮用：荆巴间采叶作饼，叶老者饼成，以米膏出之。茶以物质形式出现并渗透至其他人文科学中而形成茶文化。

【两晋南北朝茶文化的萌芽】

这个时期随着文人饮茶之兴起，有关茶的诗词歌赋日渐问世，茶已经脱离作为一般形态的饮食，而走入文化圈，起着一定的精神、社会作用。

【唐代茶文化的形成】

陆羽所著《茶经》，是唐代茶文化形成的标志。其概括了茶的自然和人文科学双重内容，探讨了饮茶艺术，把儒、道、佛三教融入饮茶中，首创中国



茶道精神。以后又出现大量茶书、茶诗，有《茶述》、《煎茶水记》、《采茶记》、《十六汤品》等。唐代茶文化的形成与佛教的兴起有关，因茶有提神益思、生津止渴功能，故僧侣崇尚饮茶，在寺院周围植茶树，制定茶礼、设茶堂、选茶头，专呈茶事活动。在唐代形成的中国茶道分宫廷茶道、寺院茶礼、文人茶道。

【宋代茶文化的兴盛】

中国茶业“兴于唐，盛于宋”。唐代的茶文化是由文人雅士、隐士僧人来引导潮流，而宋代茶文化则已走向社会。与此同时，宫廷之中亦兴起了茶风。太祖赵匡胤有嗜茶之好，徽宗赵佶著有《大观茶论》。茶进入宫廷后也就蒙上了皇家之气。

宋代茶业已有很大发展，宋太祖赵匡胤是位嗜茶之士，在宫廷中设立茶事机关，宫廷用茶已分等级。茶仪已成礼制，赐茶已成为皇帝笼络大臣、眷怀亲族的重要手段，还恩赐国外使节。至于下层社会，茶文化更是生机活泼，有人迁徙，邻里要“献茶”；

有客来，要敬“元宝茶”；订婚时要“下茶”，结婚时要“定茶”，同房时要“合茶”。

茶文化在民间广泛兴起，不仅有宫廷“仪茶”、贵族“礼茶”、士大夫“玩茶”，亦有市民“斗茶”。赵孟頫仿刘松年《茗园赌市图》作《斗茶图》，细腻地刻画了几个市井斗茶者的形态。文学史上唐诗宋词并称，有这样一种说法：唐诗伴随着酒而发，宋词品味着茶而成。

【明、清茶文化的普及】

此时已出现蒸青、炒青、烘青等各茶类，茶的饮用已改成“撮泡法”，明代不少文人雅士留有传世之作，如唐伯虎的《烹茶画卷》、《事茗图》，文征明的《惠山茶会记》、《陆羽烹茶图》、《品茶图》等。此时期，茶类增多，泡茶技艺有别，茶具的款式、质地、花纹千姿百态。到清朝，茶叶出口已成一种正式行业，茶书、茶事、茶诗不计其数。