

品茶杂记

刘师源
编著



赠送精美
竹制茶席



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>



[历史 · 趣闻 · 图鉴]

電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京 · BEIJING



未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

品茶杂记 / 刘师源编著. -- 北京：电子工业出版社，2012.7
ISBN 978-7-121-16995-3

I. ①品… II. ①刘… III. ①品茶—通俗读物 IV. ①TS971-49
中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第093952号

责任编辑：于 兰

文字编辑：刘兆忱

印 刷： 中国电影出版社印刷厂
装 订：

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱

邮编：100036

开 本：889×1194 1/20

印张：10

字数：220千字

印 次：2012年7月第1次印刷

定 价：49.00元

凡购买电子工业出版社图书有缺陷问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至zltz@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

前言

PREFACE

如果说喝茶是一种社会现象，那么与茶相关的商业氛围可谓非常深厚。经过几百年的延续和发展，“喝茶好”的口碑现象越来越明显，从电视、广播到网络，到处都能见到茶，就连吃宵夜时点份啤酒烤串，老板都要问一声“要不要茶水”。

早年听人说过，喝茶好，于是喝了不少。之后发现，也就这么回事，体重该多少还是多少，感冒发烧一样没错过，偶尔还听说一起喝茶的朋友轻微“三高”。后来因工作繁忙，体质变差了很多，喝茶逐渐成了业余爱好，而研究茶却成了必修课，每月乐此不疲，喝了不少好茶，也听了不少茶叶背后的故事。从龙井的43号到十年陈普，多数也只是听听而已。直到有一天，谈到“酱油稀了就是醋”才恍然大悟，原来我喝的都是“酱油”，浓是浓了，一点茶味都没有。于是添购两件茶器，钻研了几个月，终于有些起色，开始慢慢体会茶的各个层次和口感。同时，对东印度公司时期的茶叶外销产生了浓厚兴趣，只是苦于语言不通，对非英语资料只能“望洋兴叹”。

再往后，和茶友交流时得知了另一种泡法，类似潮州泡，只是时间更短，置茶量也和平日不同，使得茶技又有了进步。除了陈普，绿茶、红茶、乌龙茶的泡茶手法也因此改变，茶汤基本从“酱油”变成了“醋”，也使我对茶的认识，更上了一层楼。再往后几年，从单纯的喝茶转向茶行业，愈发感觉茶深似海，不懂而擅入者，万难全身而退。随着普洱茶和乌龙茶的价格波动，喝茶的、不喝茶的都进了茶人圈，不懂行的迟到早退，懂行的盆满钵满，在凯恩斯市场理论叠加之后，颇有些中考高考的架势，着实难倒了不少人。

因此，在本书的写作过程中，不仅参考了当前市场的茶品波动，还参照了各类茶品的习茶难易，按照茶叶发展过程，以绿茶、红茶为基础，重点介绍了目前比较流行的乌龙茶和黑茶，对其分



类、品种、泡法分别进行了介绍。同时，在本书末尾加入了最近几年较大型的茶企介绍，使各地区读者能够就近买到正品茶。如果您刚开始喝茶，建议先读第九章和第一章，然后顺次阅读，这样能够形成直观印象，对如何泡茶、如何选茶有较清晰的认识。

最后要说的是，作者才疏学浅，挂一漏万、紫粉不辨在所难免，如蒙读者不吝赐教，实是作者三生之幸，恳请读者诸君多加指正。

辛卯年八月初二于北京香山

CONTENTS

目录

第一篇 品茗识香

第1章 天工清远

1.1 茶史	003
1.2 六大类茶	004
1.3 选水储茶	005
1.4 茶道先贤	006
1.5 新人饮茶 常见十问	011

第2章 绿茶

2.1 龙井	015
2.1.1 西湖龙井	015
2.1.2 大佛龙井	017
2.2 六安瓜片	018

2.3 黄山毛峰	020
2.4 洞庭碧螺春	021
2.5 太平猴魁	023
2.6 信阳毛尖	025
2.7 滇绿	027
2.8 茉莉花茶	028
2.9 都匀毛尖	031
2.10 竹叶青	032
2.11 金奖惠明	034

第3章 红茶

3.1 祁门红茶	037
3.2 滇红	039
3.3 武夷红茶	041
3.3.1 正山小种	041
3.3.2 金骏眉	044
3.4 闽红工夫	045
3.4.1 政和工夫	045
3.4.2 坦洋工夫	046
3.4.3 白琳工夫	048





第4章 黑茶

4.1 古六大茶山.....	051
4.1.1 革登山	051
4.1.2 倚邦山	052
4.1.3 蛮砖山	053
4.1.4 莽枝山	053
4.1.5 易武山	054
4.1.6 攸乐山	055
4.2 新六大茶山.....	056
4.2.1 南糯山	056
4.2.2 南峇山	057
4.2.3 勐宋山	057
4.2.4 景迈山	058
4.2.5 布朗山	059
4.2.6 巴达山	061
4.3 云南普洱茶.....	062
4.3.1 紧压茶	065
4.3.2 生茶和熟茶	071
4.4 湖南黑茶	080
4.4.1 十两茶, 百两茶和千两茶	080
4.4.2 黑砖茶	082
4.4.3 花砖茶	083

4.3.4 茯砖茶	084
4.5 广西六堡茶.....	086

第5章 白茶

5.1 白牡丹.....	089
5.2 安吉白茶	091

第6章 青茶

6.1 四大产区	094
6.2 闽北乌龙茶.....	095
6.2.1 大红袍	096
6.2.2 水仙	098
6.2.3 肉桂	100
6.2.4 白鸡冠	101
6.2.5 铁罗汉	103
6.2.6 半天妖	105
6.2.7 水金龟	106
6.3 闽南乌龙茶.....	108
6.3.1 铁观音	109
6.3.2 黄金桂	112





6.3.3 毛蟹	114
6.3.4 本山	116
6.3.5 佛手	117
6.3.6 奇兰	119
6.3.7 丹桂	120
6.3.8 大叶乌龙	122
6.4 其他产区乌龙茶	124
6.4.1 凤凰单丛	125
6.4.2 台湾乌龙茶	127

第7章 黄茶

7.1 霍山黄芽	131
7.2 君山银针	133

第二篇 大壶小鲜

第8章 北饮雅器

8.1 壶饮	137
8.2 盖碗饮	139
8.3 飘逸杯	142
8.4 煮茶	144

第9章 南饮佳茗

9.1 西湖龙井	147
9.2 六安瓜片	148
9.3 黄山毛峰	149
9.4 洞庭碧螺春	150
9.5 太平猴魁	151
9.6 正山金骏眉	152
9.7 祁门红茶	153
9.8 普洱熟茶	154
9.9 普洱生茶	155
9.10 铁观音	156
9.11 凤凰单枞	157
9.12 武夷岩茶	158

第10章 轻身养颜

10.1 美容养颜花草茶	160
10.1.1 荷叶茶	160
10.1.2 玫瑰花茶	161
10.1.3 菊花茶	162
10.1.4 薰衣草茶	163





10.1.5 柠檬茶	164
10.1.6 金盏花茶	165
10.1.7 薄荷茶	166
10.1.8 洛神花茶	166
10.2 药食同源养生茶	167
10.2.1 水果茶	168
10.2.2 枸杞茶	169
10.2.3 姜茶	170
10.2.4 参茶	171
10.2.5 山楂茶	171
10.2.6 牛蒡茶	172
10.2.7 大麦茶	173
10.2.8 红枣茶	174
10.2.9 玄米茶	175

第11章 茶里茶外

11.1 茶的有益成分	177
11.1.1 茶多酚和儿茶素	177
11.1.2 茶碱和咖啡因	178
11.1.3 类黄酮类物质	178
11.1.4 维生素和矿物质	178
11.1.5 氟化物	179

11.2 各地传统习俗和饮茶习惯	179
11.2.1 川藏煮茶	179
11.2.2 北方酥油茶	180
11.2.3 白族三道茶	181
11.2.4 西北三炮台	181
11.2.5 老北京盖碗茶	182
11.2.6 西南土罐茶	182
11.2.7 英式下午茶	183
11.3 常用冲调茶品	183
11.3.1 珍珠奶茶	183
11.3.2 陈皮普洱茶	184
11.3.3 菊花普洱茶	184
11.3.4 柠檬红茶	184
11.3.5 伯爵红茶	185
11.3.6 水果红茶	185
11.3.7 龙井八宝茶	185
11.3.8 香槟乌龙茶	186
11.4 老字号茶店和常见茶叶品牌简介	186
11.4.1 老字号简介	186
11.4.2 常见茶叶品牌	187

参考资料	192
------------	-----





第一篇 品茗识香

第1章 天工清远 第2章 绿茶 第3章 红茶 第4章 黑茶
第5章 白茶 第6章 青茶 第7章 黄茶



第1章 天工清远

茶和咖啡、可可并称为世界三大饮料，是我国最受欢迎的饮品。从巴蜀地区沿江而下，渐于南北，随着历史上各个朝代的兴衰而演变，虽饱经沧桑而历久弥新，是以饮茶非为清心，清心而饮茶矣。

1.1 茶史

据陆羽《茶经》记载，最早有关茶的传说，是关于炎帝神农氏，其后为“鲁周公旦，齐相晏婴”，至汉朝则载“仙人丹丘子，黄山君，司马文园令相如，扬执戟雄”。最早的茶叶，是作为药用，采摘后嚼食；至西周，有南方小国采茶进献的记载；至东周，宰相晏婴有“晏子相景公，食脱粟之饭，炙三弋五卵茗菜而已”的记载；至汉晋，开始逐渐作为饮料饮用。此外在陆羽之前的饮茶方法，多以姜桂等作料一同煮制，而后分而饮之。

1 唐代伊始

唐代开始，虽然部分偏远地区和少数民族仍然煮制姜桂茶汤，但陆羽所坚持的，以茶之本味为主的煎茶方法已经开始逐渐盛行。也正是从这时开始，早期文献中代表茶的“荼”字，开始逐渐变为“茶”字。

盛唐时期，饮茶之风盛行，上至达官显贵，下至布衣百姓，都开始关注茶叶的发展，对茶叶的产地、制作方法、品饮方式、茶器选择和用水等相关问题的研究也越来越多，逐渐形成了茶道的雏形。除了后世茶人，晚唐时期，日本所派的“遣唐使”和相关人员也受到影响，将饮茶之道带回日本，日本茶道也因此开始发展。

2 宋元至明

北宋时期，贡茶逐渐发展，茶器以饮茶杯、大型茶壶等器皿为主，丁谓、蔡襄等茶官开始制作小龙团进贡，一时身价倍增，精品小龙团可遇而不可求。民间饮茶之风也渐盛，迎客嫁娶，都能见到茶的身影，“斗茶”也成为了当时盛行的娱乐活动。至南宋时期，除了龙团凤饼等紧压茶，还出现了少数散茶品种。

元朝茶叶的发展，仍然依照唐宋的习惯。直至明朝开国，明太祖下诏以散茶进贡，茶叶才开始进一步发展，炒青茶逐渐趋于主流，还出现了红茶。虽然明朝提倡散茶，但紧压茶因其运输方便，易保存等特点，在一些地区仍有出售。



随着茶品由紧压茶逐渐变为叶茶，原本用来碾磨茶饼的工具逐渐退出历史舞台，取而代之的是以紫砂壶为代表的各类中小型茶壶，以及各大名窑瓷器。同一时期，茶叶逐渐被欧洲上流社会所认知，并开始通过海路和丝绸之路少量向欧洲运输。

3 清至近代

从清代开始，各地名茶大量涌现，紫砂壶、盖碗等茶器更加精美，各地的绿茶、红茶、黑茶、白茶、黄茶、乌龙茶等各类茶品的制作工艺趋于成熟，名茶辈出，形成了之后茶叶发展的基本格局。

小贴士

受郑和下西洋及欧洲大航海时代的影响，全球航路逐渐形成，荷兰、西班牙、葡萄牙、英国等国家的商队经常路过东南沿海，收购大量红茶、乌龙茶和上等瓷器，欧洲由此迎来了大量消费茶叶的时代。

1.2 六大类茶

至现代，茶叶分类更细，制作工艺更精，龙井、茉莉花茶、铁观音、大红袍、普洱茶、高端红茶等各类茶品均有发展，瓷器、紫砂壶、手工玻璃茶器等各类茶器也发展的更加精致，逐渐形成了我国独有的现代茶道文化。

目前我国的茶叶可分为六种，即绿茶、红茶、乌龙茶、黑茶、白茶和黄茶。

- 绿茶即为采摘后直接制作的不发酵茶，按照制作工艺不同，分为蒸青绿茶、炒青绿茶、烘青绿茶、晒青绿茶等。其中炒青绿茶以龙井为代表，烘青绿茶以黄山地区所产毛峰、瓜片为代表，晒青绿茶以云南所产大叶种晒青绿茶为代表。
- 红茶是经过完整发酵过程的全发酵茶，分为“叶茶”和“碎茶”两种，虽然外形不同，但在相关标准的指导下，红碎茶也有很好的品质，其代表茶品为祁门红茶、滇红、正山小种等。
- 乌龙茶，即半发酵茶，是通过控制其发酵过程，得到不同感官品质特征的茶品，笼统一

点说，轻发酵更偏向于花香，重发酵更偏向于熟果香，其代表茶品为铁观音、大红袍、单丛等。

- 黑茶，多产于云贵川等地区，一般经过一定时间的存放后，才能达到合适的品饮期，代表茶品为黑砖茶、普洱熟茶等。
- 白茶是发酵极轻微的一种茶品，多产于福建省，另有产于浙江安吉的白茶，属于特殊品种，以绿茶工艺加工，汤色清澈透明。
- 黄茶，工艺与绿茶类似，只是在最后干燥时加入“焖黄”工艺，得到汤黄叶黄的茶品，代表茶品为君山银针。

除了以上分类之外，按照茶品外形不同，还可以分为散茶、紧压茶；按照包装不同，可以分为散泡茶、饼装茶和袋泡茶；按照加工次序，可以分为初制茶和再加工茶等。

1.3 选水储茶

茶叶的储存和用水，从古至今经历了几个阶段。首先是宋代的紧压茶，然后是锡罐，以及用底部装有石灰的陶瓷茶罐保存。至近代，则开始使用暖瓶、冰箱等设备，一般情况下，绿茶、黄茶、白茶、红茶，都适合少量购买，冷藏保存；轻发酵和轻至中发酵的铁观音，可冷冻保存；足火和碳焙的乌龙茶，只需低温避光，原袋保存；各类黑茶，包括普洱生茶和熟茶，由于需要后发酵，只需控制温度湿度，使其不发霉变质即可。

目前常见的包装材料，散茶多使用符合国家标准的单层或多层复合的聚合物材料包装，或以各类纸品包装。

各类散茶，一般适合少量购买，快速消费，多用西湖龙井等传统绿茶和乌龙茶的白纸或牛皮纸来包装，各类普洱，则多用棉纸和蜡纸包装，这样相对更环保，也更利于后期转化。但此类包装对于绿茶等茶品来讲，不利于长期存储，一般都需要放入冷柜低温存放。如果条件允许，可以采用锡罐保存茶叶，同样的常温条件下，锡罐的保存效果相对更好。

小贴士

家庭买茶，一般以少买、勤买为主，无论何种茶叶，都应尽量低温避光，防潮防水，以防其变质。包装和容器，也应以玻璃、陶瓷、锡罐和环保无异味的器皿或包装袋为主，尽量不要选择工业样品袋或塑料味很重的包装。

在我国，茶道发展的早期，很注重用水，唐代《茶经》“五之煮”即有论述：“其水，用山水上，江水中，井水下。”更早的《蒹赋》中，还有“水则岷方之注，挹彼清流”等方法。即使现在来说，也以高山所产泉水为上。城市里，则多用矿泉水或瓶装水泡茶，若用自来水，则可将其放入大陶缸中静置一两天，而后取上层清水泡茶，口感相对更好，俗称“养水”。

历史上较为有名的泉水，包括浙江茶区的虎跑泉、无锡茶区的惠山泉、北京玉泉山的玉泉等，按照明代《茶疏》的说法，“精茗蕴香，借水而发，无水不可与论茶也。”因此无论何种好茶，都需要以好水相配，才能得到更好的品饮感受。同时，如果茶品一般，而用水较好，则能够对该茶的整体品质有一定程度的提升，反之亦然。

1.4 茶道先贤

随着茶叶的发展，我国历史上不同时期相继出现了不少对后世影响较大的茶人，包括制作龙团凤饼的蔡襄，写作第一部茶叶专著的陆羽，以及隋唐、宋元、明清时期各国往来的使节，对茶的应用和推广，起到了极大的推动作用。

1 王褒

王褒，字子渊，汉宣帝时期任职于朝野，虽生卒年不详，但其人在茶史上的地位却不容小觑。王褒是当时的宫廷作家，因其辞精赋美而被皇帝赏识，得以入朝。他最著名的文章，当属《圣主得贤臣颂》。但让王褒得以名留茶史的，却是他在四川一带时，因助人而留下的《僮约》一文，其成文时

间，比陆羽的《茶经》还早了几百年。

此文作于汉神爵三年，即公元前五十九年。时王褒入川为官，遇一户主仆因生活琐事纷扰，仆大欺主，仆人就是否应替主沽酒一事大吵不已，王褒路过，见状义愤难平，遂向主人买此仆，仆人不服，要求将平日事务记于纸上，于是王褒提笔成文，约定大小事务百余件，分年月，日日必行，仆人只听得后悔不已，羞愧难当。文中不仅约定了仆人应做的各项事务，也约定了仆人的工钱和奖惩措施，尤以“烹茶尽具，已而盖藏”、“牵犬贩鹅，武阳买茶”两句为最，不仅说明了当时有“茶”，而且说明了有“烹茶”一事，还需“盖藏”。同时，也说明了“武阳”地区为当时的茶叶集市，除了富商大贾，作为当时的朝廷命官，王褒也对该地区有所知晓。

在目前关于东西汉时期茶叶的发展资料中，此文由于记录较为详实，内容充分，时间较早，除了具有历史价值，对于研究当时“茶”在日常生活中的地位，也有着非常深远的意义。



2 杜毓

汉后有晋，两晋茶史上较为有名的茶人，当属西晋惠帝、司空刘琨、张孟阳、杜毓等人，而其中为后人所熟知的，则为杜毓。杜毓，字方叔，襄城邓陵人，是晋司马懿下属文官杜袭之孙，时小有才名，起初和潘岳、陆机、左思、刘琨等西晋著名诗人交往甚密，时称“二十四友”，后入朝，逐渐升迁，至晋永兴中拜汝南太守，永嘉中官拜右将军，后任职国子祭酒。相对于杜毓为晋朝政治上所作的贡献，其人在茶史上的贡献，是更加有目共睹的，成名作品《荈赋》虽篇幅较小，却将当时有关茶的主要事项基本囊括，并且比较全面地记述了当时社会对茶的认识。

据文中所载，当时的茶，主产于山区，种植面积较大。初秋农闲时，当地人结伴出游，同时外出采茶制茶；用水当选择清澈活水，茶器选用当时东隅所产之陶，茶汤将成时，去沫取汤，并效仿《公刘》，以匏为器饮之，有解除疲倦之功效。

杜毓虽有才名，但当时的史书中却记载甚少，只有后世陆羽所著《茶经》中才对其有几处提及，据茶经的“四之器”所载：“晋杜毓《荈赋》所谓‘器择陶拣，出自东瓯’。”“五之煮”文中注解：“《荈赋》所谓‘水则岷方之注，挹彼清流。’”“七之事”中提及：“晋：……杜

舍人毓……”能在《茶经》中留有多处记载，可见杜毓其人在茶事上的造诣，也可见其人在茶史上的影响。

3 陆羽

陆羽，字鸿渐，唐代茶人，虽没有王褒所处时代之早，又比不得杜毓所记茶文之专，更无法和晏婴、司马迁、华佗等人相提并论，但其所著《茶经》一书，却为当时茶书精化，集当时各家之大成，是世界上第一部有关茶叶的专著，对后世各类与茶有关的事项都有较大的影响。据清人陆廷灿在《补茶经》中所言，“《茶经》之后又《茶记》及《茶谱》、《茶录》、《茶论》、《茶疏》、《茶解》等书，不可枚举”，但都不及《茶经》全面，而且部分茶书，由于历史原因，早已无从查考。

据《茶经》记载，陆羽年幼貌丑，三岁被寺僧收养，入寺习禅，而后专经儒。而立之年后隐居，经常和当时的茶叶大家皎然、朱放等人饮茶论茶。三人均著有茶书，但只有《茶经》传世最广。

《茶经》一书，共分十章，分别记述了茶的起源、制作工具、工艺、器皿、煮制方法、品饮、典故、产地、注意事项和茶图等内容。除了记录作者所处年代对茶叶的认识之外，还收集了之前各代，从三皇五帝到东西汉、两晋、南北朝等各个时期的茶人和茶事，以及各朝名家对茶叶的态度和观点。对于后世茶书和茶人，有着无以替代的参考价值，同时，书中所载的部分茶品，在之后的朝代更迭中，也曾作为贡茶使用。书中所载的饮茶方法，对亚洲各地区的茶道发展，也起到了至关重要的作用。

4 卢仝

卢仝入世晚于陆羽，乃是“唐初四杰”卢照邻的后人，自号玉川子，与当时的诗词大家韩愈、贾岛、孟郊等人关系密切，常以文会友，被韩愈称为“茶仙”。卢仝早年家贫，唯存图书满架，幸其儿时好学，博览群书。长大后朝廷下诏，赐其谏议大夫，被其回绝。由于其文章精美，敢于言辞，受到部分朝野人士看重，据传当年，一次月食后，卢仝挥笔写下《月食诗》，文中涉及当时朝政，虽得时任河南令的韩愈的大加赞赏，却引起了他人的不满。

卢仝除了诗文精美，还嗜茶成癖，曾作《走笔谢孟谏议新茶》一诗，深受历代茶人看重。其中一段，还被民间单独称为“七碗茶诗”，名气之大，甚至远超其诗的本名。原文为“一碗喉吻润，两碗破孤闷。三碗搜枯肠，唯有文字五千卷。四碗发轻汗，平生不平事，尽向毛孔散。五碗肌骨清，六碗