

普洱茶

茶艺茶道师培训教材

云南普洱茶文化研究会 编
思茅财经学校



云南出版集团公司
云南美术出版社

《普洱茶茶艺茶道师培训教材》编辑委员会

编委会主任：高旭升 沈培平

主 编：朱飞云

副 主 编：黎素梅 柳 斌 关鼎禄 寸 强 叶世锦

执 行 主 编：李文秋 梁继红

编委会委员：黄桂枢 何仕华 周德光 杨柳霞 杨红荣 张富春

执 笔：刀 剑 文 鲋 张莉莉 冯其芳 向 红

统 稿：李文秋

编 辑：毕登程 何为强

审 稿 专 家：欧阳长贵 白应华 肖时英 任海涛



序 一

丹 增

《普洱茶茶艺茶道师培训教材》一书,终于编撰完成了。这是一件喜事,一件盛事。

教育是一个国家、民族的基石。基于此,这部教材的编写,是发展社会主义特色经济的一个大胆举措。茶城建设不仅要使古老的普洱茶广为天下知,还要进一步让世界了解普洱茶,认识普洱茶,品饮普洱茶。就这一点来讲,《普洱茶茶艺茶道师培训教材》的编写,是及时和实用的。

这部教材的问世,不啻为一部推动器,它将更快捷、更全面地把普洱茶文化推向前进。作为一个商品,如果不注入文化的、历史的蕴含,那么,这个商品就很难持续其生命力,甚至可能将由兴向衰转变。因为,没有文化、历史底蕴的一切物品,是没有生命力的。《普洱茶茶艺茶道师培训教材》恰恰抓住了这一重要的内涵。

孔圣人三千弟子弘扬了儒家文化,那么,我们是不是可以这样讲:《普洱茶茶艺茶道师培训教材》同样也会形成数千数万茶艺茶道师合力弘扬茶文化的可观局面。

本教材从普洱茶是怎么来的,云南大叶茶栽培与种植、普洱茶的加工、茶文化的含义,到普洱茶的功效和普洱茶的品鉴等等,做了精心梳理。有了这样一个梳理,茶就不再是一个单纯的饮料商品,人们可以通过品饮普洱茶,在闲适中潜移默化地、多角度地品味一种民族文化、民族心理和民族风情。

普洱茶的故乡流传着这样一句民歌:“喝了普洱茶,脚下生风走天涯。喝了普洱茶,交得朋友遍天下。”从这几句歌词来看,是一种浪漫也是一种雅趣。这是一种胸襟,一种广纳百川的胸襟。任山有多高,任路有多远,走出去才能看到一个天,才能交天下朋友。这部教材所要做的也正是基于这一点。

在市场经济下,任何一个好的地方特产,除了要有好的、厚实的文化内涵,更要有科学有序的推介意识。从教材第四章第四节“普洱茶文化交流”一节中,可以清楚地看到这种科学有序的推介轨迹。从 1993 年开始,在普洱茶的故乡思茅举办“中国

普洱茶国际学术研讨会”到如今的瑞贡晋京,再到打造中国茶城大品牌“世界茶源、天下普洱、中国茶城”这是一步步地提升。

显然,在这个提升的过程中,作为普洱茶故乡的思茅各族人民自身也发生了一种境界上的变化和提高。正如该书关于茶道中表述的那样,“道”是指宇宙万物的本体和事物的规律,但这个道在茶里,除了包含技艺与技术外,兼而注重艺术、道德、哲学、宗教等各个方面。从这个层面上讲,茶就不单纯只是随手抓一把茶,冲上开水,一喝了之的事。它更注意饮茶者在与人交往中的礼仪,在修身养性中追求个人的思想与精神的和谐提升。

总之,《普洱茶茶艺茶道师培训教材》对于打造云南文化大省,推出云南地方特色文化和特色经济是一个贡献,非常重要。我们要适应新的形势,针对经济建设和文化建设的实际需要,统一规划,不断完善教材内容,在教学实践中努力把普洱茶这一饮誉世界的名茶推介得更好。

2006年9月30日



序 二

孔垂柱

云南普洱茶源远流长,早可溯及东汉时期,至迟唐代就有贸易。南宋李石的《续博物志》记载:“西藩之用普茶,已自唐朝。”如今,普洱茶已成为支撑产地经济的重要产业之一,并正在走俏全国,扬帆海外。

缘何普洱茶历经沧桑不衰,传承千年更盛,自有其穿凿时空的独特魅力。其一,作为保健饮品,健康时尚,老少咸宜,为饮者日常生活所必需。其二,作为生物资源,价值较高,市场广阔,为茶农衣食和地方经济所依赖。其三,作为交往媒介,纯朴自然,平实高雅,为人际间情感沟通所推崇。其四,作为文化基质,清逸陈韵,顺柔醇美,为富裕和谐盛世所流行。

归根结底,普洱茶产业的繁衍与崛起,在于随着经济的发展、社会的进步和人民物质文化生活水平的提高,人们对个中健康价值的认知、经济价值的认可和民族文化内涵的认同。正是基于这样的情势,改革开放以来,特别是经过近几年各级政府的大力培植和精心呵护,普洱茶在“揉捻”、“蒸压”与“定型”中,古朴形象更加丰满,醇和气质更加迷人,产业也从分散经营走向集群发展。当然,进一步把普洱茶产业做强做大做优,同样有赖让普洱茶的功能作用为社会普遍认识,需要将普洱茶深厚的民族文化积淀充分发掘出来,使之形成一种无形的强大推动力量。

在新的发展阶段,以科学发展观为指导,顺应普洱茶产销两旺的良好趋势,瞄准普洱茶市场方兴未艾的灿烂前景,以人为本,茶艺为媒,通过培养茶艺茶道队伍,推介普洱茶产品,弘扬普洱茶文化,打响普洱茶品牌,不仅仅是普洱茶自身提质增效、发展壮大的一个带根本性的战略之举,而且对于发挥得天独厚的“云茶”资源优势、促进绿色经济强省建设,对于展示瑰丽多姿的民族茶饮习俗、促进民族文化大省建设,对于树立和谐云南的良好开放形象、促进经济社会加快发展,也应当成为普洱茶茶艺茶道事业的目标追求。

愿思茅市组织编写的这本普洱茶茶艺茶道师培训教材，催生出大批茶艺茶道人才，以对普洱茶文化的热忱与执着，在“茶马古道”的薪尽火传中，融古贯今、博采众长、探索前行，引领“云茶”问鼎茶业，沿着通往南亚、东南亚的国际大通道，实现前人未曾实现的梦想。

2006年8月10日于昆明



前言

云南的思茅、景洪、临沧是世界茶树起源的中心地带,是普洱茶的原产地和集散地,历史悠久。源远流长的普洱茶文化,自1993年4月以来逐渐得以弘扬,正如中国农业科学院茶叶研究所原所长、研究员,中国国际茶文化研究会程启坤副会长所说:“普洱茶虽然是一个历史名茶,但过去的知名度并没有今天这么大。自从茶文化热的掀起,1993年4月首届中国普洱茶国际学术研讨会暨首届中国普洱茶叶节隆重举办,从这以后,普洱茶的知名度越来越大了,普洱茶的产量和销售量也越来越大了,随之席卷全国乃至全球的普洱茶热也就发生了。”

十三年来,思茅市先后举办了七届中国普洱茶节、三届中国普洱茶国际学术研讨会暨中国古茶树遗产保护研讨会,两届普洱茶交易会,在全国第一次率先编辑出版了《普洱茶茶艺茶道文化研究》、《中国普洱茶诗词楹联集》,普洱茶文化的内涵丰富了,普洱茶文化的领域宽阔了,普洱茶文化为普洱茶全面提升了经济价值、物质价值、文化价值、品饮价值、收藏价值、健康价值、社会价值和精神价值,而成为当今“茶为国饮,普茶当先”的社会新时尚,普洱茶热从普洱茶原产地,享誉到全国和全球,形势喜人。

如今,普洱茶从产区到云南省,乃至北京、上海、广州、深圳、港澳台地区和东南亚、东北亚,爱普洱茶的人越来越多起来了,各地的普洱茶庄茶号也同样倍增,普洱茶树茶馆多起来了,普洱茶收藏品饮热起来了,普洱茶高雅时尚的身价显现出来了。在这个为健康长寿和陶冶情操而寻觅的潮流中,有的想买茶的人为如何选购好普洱茶而左右无主见;有的想饮好茶的人为怎样品饮好普洱茶而摸不着头绪;有的想收藏普洱茶的人不知其收藏鉴赏方法……他们在等待知识,他们在待候茶艺。随着我国“茶为国饮”热潮的掀起,市场经济在不断发展,人民群众物质文化生活的不断提高,人们都希望更多地了解普洱茶知识,普洱茶历史、普洱茶文化。

为满足广大人民群众的这种物质文化需求,思茅市委、市政府、市委宣传部在“世界茶源、天下普洱、中国茶城”建设中,决定开办“普洱茶茶艺茶道师培训班”,由思茅市云南普洱茶文化研究会、思茅市财经学校编辑一本《普洱茶茶艺茶道师培训教材》,分期分批地培训万名普洱茶艺师,为弘扬普洱茶文化,宣传普洱茶知识,振兴

普洱茶产业,打造好“天下普洱”而努力,这是一件利在当代,功在千秋的大好事,值得称赞和弘扬。

这本教材从强化培养茶艺师的茶文化素质着眼,力图提高茶艺师的普洱茶基础知识、茶文化素养和普洱茶冲泡操作技能、品饮鉴赏能力,从掌握其实用技艺出发,编者根据有关史料和前人、今人的研究论著成果,梳理归纳,编写出了这本教材。其内容有普洱茶的由来、普洱茶栽培与种植、普洱茶加工、普洱茶文化、普洱茶药用功效、普洱茶品鉴、普洱茶选购与收藏、普洱茶贸易及茶馆经营、普洱茶冲泡技艺、普洱茶茶艺茶道礼仪与职业道德等十章,较为概括地阐述了普洱茶与茶文化的内容和实质及其对两个文明建设所起的作用和意义。使学员通过学习与培训,不仅能够有助于通过鉴定考核,而且能够有针对性地系统学习,真正掌握普洱茶茶艺师职业的实用知识技术与操作技能,从而实现学员会做什么,学成后的茶艺师能示范、宣传、体现给品饮者和观众什么,能冲好一壶茶,品好健康茶,讲好文化茶,众夸普洱茶。

这本教材的每一章后面都有“思考练习”题,为的是检验检查学习效果,使培训者能够巩固提高所学知识和技能。望学员们加以注意,自觉做好习题,以利加深理解,巩固学习成绩。这本教材适用于普洱茶茶艺师职业培训和职业资格鉴定考核,同时也可满足喜欢普洱茶及其文化的人们了解普洱茶知识、普洱茶文化的需要。



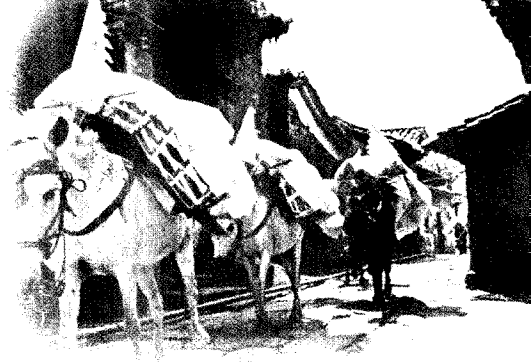
目 录

序 一	丹 增(1)
序 二	孔垂柱(3)
前 言	(5)
第一章 普洱茶由来	(2)
第一节 普洱茶区概述	(2)
第二节 茶树起源	(5)
第三节 普洱茶历史与现状	(9)
第二章 普洱茶栽培与种植	(12)
第一节 生态条件	(12)
第二节 良种繁殖	(15)



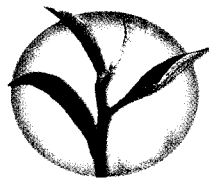
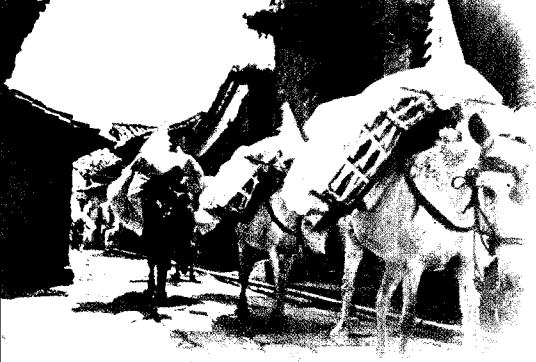
目 录

第三节 种植技术	(16)
第四节 茶园管理	(18)
第三章 普洱茶加工	(22)
第一节 鲜叶采摘	(22)
第二节 加工方法	(25)
第四章 普洱茶文化	(31)
第一节 普洱茶文化含义	(31)
第二节 文献记载的普洱茶	(34)
第三节 普洱茶诗词民谣、普洱府赋	(41)
第四节 普洱茶文化交流	(50)
第五章 普洱茶功效	(61)
第一节 古代论述	(61)
第二节 现代医学研究成果	(63)
第三节 普洱茶功效	(66)
第六章 普洱茶品鉴	(70)
第一节 外形	(71)



目 录

第二节 香 气	(75)
第三节 汤 色	(76)
第四节 滋 味	(78)
第五节 叶 底	(80)
第七章 普洱茶选购和收藏	(84)
第一节 基本知识	(85)
第二节 选购方法	(88)
第三节 普洱茶投资与收藏	(89)
第八章 普洱茶贸易及茶馆经营	(93)
第一节 普洱茶贸易	(93)
第二节 普洱茶茶馆经营	(100)
第九章 普洱茶冲泡技艺	(109)
第一节 冲泡环节	(109)
第二节 冲泡程序及方法	(114)
第三节 冲泡技法	(119)
第四节 普洱茶区世居少数民族饮茶习俗	(122)



目 录

第十章 普洱茶茶艺茶道礼仪与职业道德	(130)
第一节 普洱茶茶艺茶道礼仪	(130)
第二节 普洱茶茶艺茶道师职业道德	(136)
主要参考文献	(140)
后 记	(141)

普洱茶由来





第一章 普洱茶由来

教学要求：

- 1.了解普洱茶区的概况；
- 2.了解普洱茶的定义；
- 3.了解普洱茶的历史、发展现状及远景。

第一节 普洱茶区概述

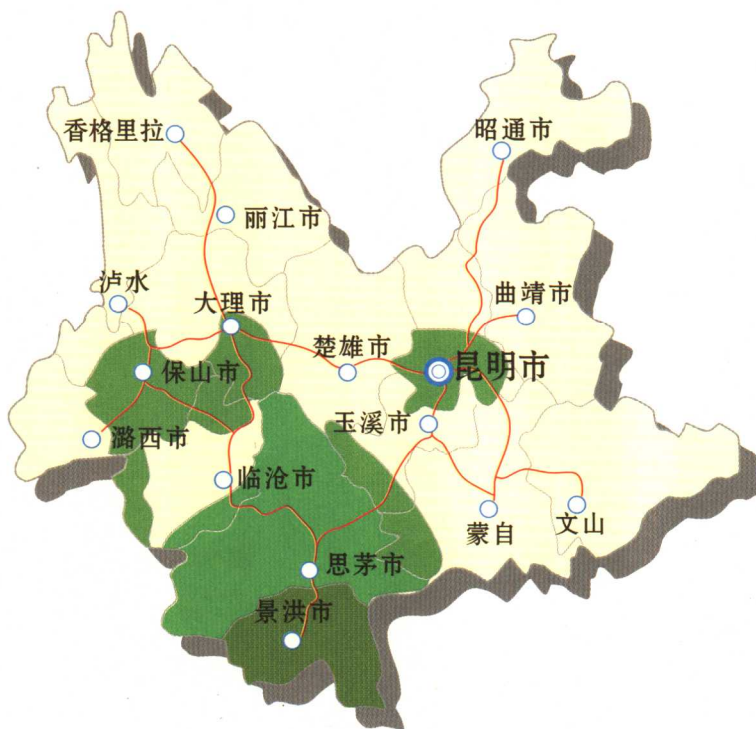


图 1-1-1 普洱茶主要茶区



一、普洱茶的定义

普洱茶是以原普洱府所属地区及其周边地区为原产地,以云南大叶种茶晒青毛茶为原料,经过后发酵(包括自然后发酵和人工后发酵)加工成的符合普洱茶标准的散茶和紧压茶的总称。这个定义包括四个方面的条件:一是原产地原普洱府所属地区;二是加工原料是云南大叶种晒青毛茶;三是加工工艺是独特的后发酵工艺,包括自然后发酵工艺和人工渥堆后发酵工艺;四是理化指标必须符合 2006 年颁布的普洱茶标准。

此定义表明,普洱茶既包括历史上云南大叶种晒青毛茶及制成品经自然发酵而来的普洱茶(存放也是一种加工方式),也包括现今人工发酵和自然发酵的普洱茶。

云南大叶种茶属性物质重,粗加工的晒青毛茶苦涩浓烈,发酵陈化后,其浓烈性味得以收敛,杂味散失,转为醇厚甘滑。普洱茶品性温和,既不似绿茶清寒,又不似红茶浓烈,独具陈香、醇厚、甘滑的风韵。自然发酵的普洱茶加工制成后,须存放三年或者更长的时间。普洱茶随着时间的推移,自然和缓发酵,达一定年份后内香凝聚,活力愈加充沛。云南大叶种茶在自然进化中找到了自己的归宿,通过后发酵发挥了其独特的价值。

普洱茶是普洱府原辖区及周边地区各族人民对茶叶界的重大贡献。普洱茶因普洱府而得名,普洱府因普洱茶而名扬天下。普洱茶以其肥厚的芽条、独特的工艺、香醇的滋味、神奇的保健功能震惊了世界茶叶界,深得世界各国人民的喜爱。近年来,大家竞相品鉴、收藏,普洱茶迎来新的发展契机,更加风靡一时,并以“有生命的古董”雄踞高端消费市场。

二、普洱茶茶区

关于普洱茶产地和区域范围,近年来一直是茶界和热衷于普洱茶的人士所关注的热点。古代形成的普洱茶产地,对今天普洱茶发展的影响将沿袭下去,是普洱茶发展中的重要组成部分。近代和现代的普洱茶产地,则是普洱茶发展的完善和补充。有一点必须清楚,就是普洱茶的原料必须是云南大叶种制成的晒青毛茶,茶树生长的环境在海拔 1500 米以上的高山为佳。而不同历史时期普洱茶的区域分布、野生大茶树的分布和适制普洱茶的茶树品种特性都将直接影响着普洱茶今后的发展。

原普洱府辖区具有茶树原产地的三要素:一是有茶树的原始型生理特征;二是有古木兰和茶树的垂直演化系统;三是有第三纪木兰植物群地理分布区系。专家指出,茶树

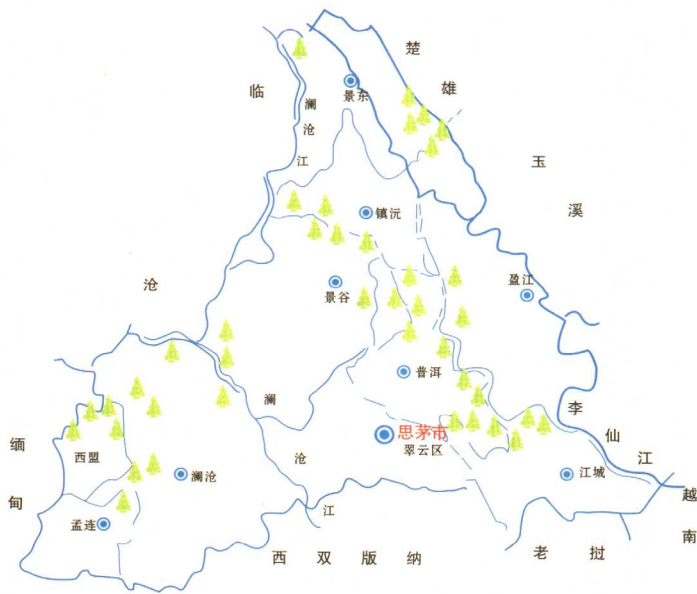


图 1-1-2 思茅古茶树分布



原产地必定有原始野生大茶树,而有原始型野生大茶树的地方因无古木兰和茶树的垂直演化系统,不一定是茶叶的原产地,后者是植物自然迁徙和其他传播媒介支配而成的。现有的科学资料证明,原普洱府辖区包括思茅市、西双版纳州和临沧部分县区是茶树起源的摇篮,这里有第三纪景谷宽叶木兰(新种)茶树始祖化石,有众多的野生型、过渡型、栽培型古茶树“活化石”物证,从古到今形成了遗传生物链。这些地方是世界茶树原产地的中心地带,也是普洱茶的主要产区,

随着普洱茶的发展,茶区不断扩大,由主产区向周边地区延伸。

(一)古普洱茶区

古普洱茶区主要地域分布是在今天的思茅和西双版纳一带,两地山水相连,位于东经 $99^{\circ}01' \sim 102^{\circ}19'$ 、北纬 $20^{\circ}08' \sim 24^{\circ}50'$ 之间,大部分县(市)处在北回归线(北纬 $23^{\circ}26'$ 线)以南,属热带北缘及亚热带地区,日照充足,年平均气温在 $18^{\circ}\text{C} \sim 20^{\circ}\text{C}$ 之间,年平均降水量在 1500 毫米左右,平均湿度在 80% 以上,具有温热湿润的气候特征。区域内有哀牢山、无量山等高大山系及澜沧江、李仙江等江河水系,全境海拔在 300 米~3400 米之间,山地面积占 95% 以上。由于独特地保留了热带雨林、季雨林和受季风影响的湿润亚热带常绿阔叶林,成



图 1-1-3 普洱古茶区

为地球上北回归线附近稀有的一片绿洲。同时,其独特的自然条件和优越的生态环境使其成为世界茶树原产地的中心地带。普洱茶正是在这种适于云南大叶种茶树生长的环境条件下得以产生。

历史上的普洱茶产地,以“六大茶山”最负盛名。“古六大茶山”系指勐腊境内的曼洒、易武、曼砖、依邦、革登及景洪境内的攸乐。而勐海的南糯山茶山和思茅市澜沧江境内的芒景、景迈茶山种茶历史也在千年以上。南糯茶山的当地傣尼人 57 代之前就已存在,而芒景、景迈茶山的历史据

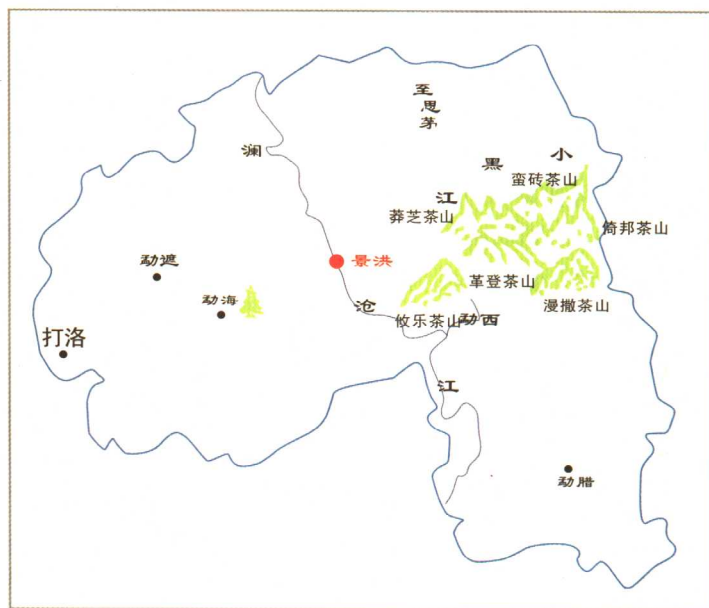


图 1-1-4 六大茶山



当地缅甸佛塔石碑傣文记载已有 1300 多年。

唐代樊绰所著《蛮书》卷七中说“茶出银生城界诸山”。按今天的地理行政区划,“银生城界诸山”包括有古茶树的景东、镇沅、景谷、普洱、澜沧、勐腊、景洪、勐海一带。清代光绪年间《普洱府志》载“普洱古属银生府,则西蕃之用普茶已自唐时”。这时银生城界附近的景东、镇沅、景谷等地,亦是种茶民族布朗族先民和哈尼族先民居住的老茶区。

到了清代,普洱茶达到全盛时期。勐腊、景洪境内的六大茶山已发展成为“周八百里,入山作茶者数十万人”的空前规模,成为普洱茶的原料中心。

(二)近代普洱茶区

明清以后,普洱茶产地随着其生产繁荣而不断地扩大,除西双版纳、思茅两地(州)外,临沧、大理、昆明等地也相继成为普洱茶的产地。其中,临沧、凤庆一带于明万历五年(公元 1577 年)从普洱传入茶籽发展普洱茶。大理古时就是滇南普洱茶销往西藏的中转站和集散地,而就普洱茶的产生而言,普洱茶的产区是从普洱府当时的管辖区域辐散开来的,其范围是今天的思茅市:普洱、景东、景谷、镇沅、江城、孟连;西双版纳州:勐腊、勐海、景洪;临沧市:凤庆、临翔区、云县、耿马、双江;红河州:红河、元阳、绿春;大理市:南涧、下关。

(三)现代普洱茶区

普洱茶是历史名茶,它具有强烈的地域性、工艺性特点。从普洱茶的发展来看,原普洱府辖区是普洱茶原产地中心,1973 年以后,生产地扩大到昆明、大理、临沧、保山、红河、德宏。这时的普洱茶商品性更强,并有了统一的云南省地方标准。现代普洱茶区涉及 10 个地州,45 个县,主产区包括以下县(市):昆明、宜良、大理、下关、南涧、临沧、凤庆、云县、双江、镇康、耿马、沧源、保山、潞西、梁河、元江、绿春、金平、思茅、景谷、景东、镇沅、普洱、江城、孟连、勐海、景洪、勐腊。

第二节 茶树起源

一、古生物地理气候为茶树起源提供了天然条件

大约在 1.8 亿年前,中生代侏罗纪云南这块大陆就已露出海平面,滨临暖海,地貌起伏不大,当时还处于蕨类植物和裸子植物阶段,被子植物尚未出现。到 1 亿年前的中生代后期至 7 千万年前的新生代第三纪,许多被子植物开始在这里诞生、繁衍、生息、进化,出现了花果,许多山茶科近缘植物也在这里繁衍生长,为茶树物种的孕育和形成创造了条件。大约在 5 千万年前至 2 千 5 百万年前第三纪中新世出现了喜马拉雅山造山运动,青藏高原隆起,云南横断山脉出现,成为高原。由于北半球遭到第四纪冰川的四次冰川袭击,中纬度消失了喜温喜热的第三纪原始植物区系,而云南南部和西南部未遭到冰川的袭击,保留了许多第三纪遗存的植物,如滇南木莲、树蕨、鸡毛松、苏铁、古莲等。起源于第三纪早期的山茶科植物繁衍、生息、进化、兴盛起来。世界山茶科植物共有 23 属,749 种,而中国就有 15 属 398 种,占 54.5%,并集中分布在云贵高原,尤以云南居多。其中山茶族种数共 240 个,我国就占有 210 个,占 87.5%。在山茶族中,山茶属种共 220 个,我国有 190 个,云南就有 55 个,且独有种 30 个,以滇南、滇西南居多,茶树近缘植物