

茶马古道

普洱香

郭豫斌◎编著

捧一杯香茶 闻一段岁月

读懂普洱 专业收藏



茶马古道 普洱香

郭豫斌◎编著

中国人民大学出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

茶马古道普洱香/郭豫斌编著. —北京: 中国人民大学出版社, 2014.5
ISBN 978-7-300-19219-2

I. ①茶… II. ①郭… III. ①普洱茶—基本知识 IV. ①TS272.5

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第081973号

茶马古道普洱香

郭豫斌 编著

chama gudao puerxiang

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街31号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511398 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.trent.com> (人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 北京易丰印捷科技股份有限公司

规 格 170mm×240mm 16开本

版 次 2014年6月第1版

印 张 10.5 插页 1

印 次 2014年6月第1次印刷

字 数 160 000

定 价 49.00元

版权所有 侵权必究 印装差错 负责调换

目 录



寻根溯源篇

普洱茶之源——彩云之南茶故乡

普洱名茶天下闻.....	2
名茶产地细探寻.....	5
诸葛兴茶成美谈.....	6
茶树茶祖茶崇拜.....	9
西双版纳原生地.....	10
六大茶山四产区.....	12
古往今来话普洱.....	20

普洱茶之路——茶马古道路途遥

茶马古道遗茶香.....	23
以茶易马贸易兴.....	25
马帮铃响运茶来.....	28
雪域高原有藏茶.....	29

普洱茶之贡——普洱名茶有殊荣

美丽传说出云南.....	33
名贵国礼声名远.....	36

普洱茶之文——美好艺文新品读

普洱茶记细细读.....	38
不妨吟诵普洱诗.....	40
普洱茶联细细品.....	42
普洱茶文翔实记.....	43
悠悠茶歌君且听.....	45



功效制作篇

普洱茶之功——效能显著价更高

一克普洱胜万金.....	48
品饮普洱利养生.....	50
神效显著普洱茶.....	52
名茶海外新探索.....	55

普洱茶之制——精制细作出佳品

普洱佳品见功夫.....	57
云南新鲜大叶茶.....	61
采摘鲜叶正当时.....	62
杀青萎凋和渥堆.....	63
生茶熟茶看陈化.....	64
紧压干燥好包装.....	65

普洱茶之质——品质质量细探寻

微生物影响品质.....	67
长途贩运增品质.....	69
干湿温度定品质.....	69
慧眼独具评茶品.....	70
优质茶品有指标.....	71

普洱茶之类——品种繁多惹人迷

普洱茶树品类多.....	72
普洱茶类有分别.....	74
普洱名品传四方.....	78



冲饮茶食篇

普洱茶之品——冲泡艺术显神采

做好准备好泡茶.....	86
冲泡步骤有章循.....	89
要点原则记心中.....	93
熟悉茶性见本真.....	95

普洱茶之饮——多种方式可随意

自然品饮情无限.....	98
调饮另品普洱味.....	100
何不喝壶减肥茶.....	101

普洱茶之膳——茶食养生福随身

普洱茶食味更多.....	102
普洱奶茶最宜人.....	103
普洱茶点是新创.....	104
普洱入膳新口味.....	105
顺性品饮显快乐.....	106



艺韵茶道篇

普洱茶之道——茶味蕴涵悟真境

进入门径到佳境.....	110
茶德茶品茶原则.....	112
普洱茶趣在其中.....	113

普洱茶之韵——民族风情茶文化

普洱茶俗现民风.....	114
茶艺蕴涵真性情.....	117
茶艺走进新时代.....	119



观赏鉴藏篇

普洱茶之鉴——品饮名茶有神韵

鉴赏术语要了解.....	122
新鲜情味更久远.....	126
滋味丰富更隽永.....	127
茶香飘逸赋灵性.....	128
自然妙韵在其中.....	129

普洱茶之辨——品鉴形色见本真

品鉴形色见本真.....	131
细心鉴别紧压茶.....	133
生茶熟茶可辨识.....	134
普洱黑茶不等同.....	135
干仓湿仓不一样.....	136
辨出新老普洱茶.....	138
开汤鉴茶要细心.....	139
四大要诀谨记取.....	140
六不政策不能丢.....	142
年代鉴别识包装.....	144
品级标准细掂量.....	145

普洱茶之购——货真价实是根本

慧眼独具观闻看.....	148
挑选陈茶别盲信.....	150
普洱市场需规范.....	151
眼见为实喝了准.....	153

普洱茶之藏——藏茶胜似藏玉石

环境各异相应藏.....	154
走出误区有商机.....	157
收藏需是知茶人.....	159

寻根溯源篇



普洱茶之源——彩云之南茶故乡

普洱名茶天下闻

神秘的马帮、壮丽的风光、丰富的民族风情，使位于西南边陲的茶马古道显得多姿多彩，而享誉海内外的普洱茶正是经由这条茶马古道传扬世界。

现在人们所说的普洱茶，其准确的定义就是产地在云南思茅、普洱、西双版纳、临沧等地所出产的一种大叶种茶。当地百姓将鲜茶叶采摘下来以后，再进行发酵加工，通过渥堆、陈放，然后包装为成品茶叶，进入市场，进行销售和交易。

在历史上，普洱茶的兴盛时期是在唐代。人们从一些史书的记载中知道，云南南部的银生府，是最主要的普洱茶茶叶产地，当时，银生府管辖着普洱府，因此，滇南之茶在普洱府集散，进入销售渠道，然后运输到国内外，进入广大品茶客的手中。

众所周知，普洱茶有古茶、老茶、新茶等各种类别。

这里所说的古茶，指的是将百年野



云南勐海县境内不仅有勐遮、勐混、勐海、勐阿等平坦无垠、美丽富饶的坝子，更有延绵不断的崇山峻岭。山山有树，沟沟有水，座座茶山，点缀其间。最为引人注目的是境内有着树龄百年以上的古茶树4.6万亩，是先民们留给子孙后代的一笔厚重而珍贵的财富。

生乔木古茶树上采摘的茶叶进行加工制作的普洱茶。而老茶的定义，就指的是树龄30年以上的乔木型茶树上采摘的茶叶。至于新茶，则是在灌木型的茶树上采摘的，出产新茶的茶树基本上是人工种植的。在云南，茶园星罗棋布，人们将茶树从野生状态逐渐驯化转变到人工种植的品种，先后经过了2100多年的时间，因此使茶性茶品得到了全面的改善。

在彩云之南，有着潮湿的环境，丰沛的雨水，四季温和的气候，再加上养分充足的高山土壤，这些都是得天独厚的自然条件，造成了普洱茶与众不同的优异品质。因此，普洱茶更显得营养丰富。

根据柴萼写作于1925年的《梵天庐丛录》中的记载，“普洱茶，性温味香，治百病，蒸制以竹箬成团裹，价等兼金”。从严格意义上来说，历史上将西双版纳生产的大叶种茶制成的青毛茶，以及将这些青毛茶进行压制的紧压茶，都称为普洱茶，如普洱方茶、普洱沱茶、七子饼茶、藏销紧压茶、圆茶、竹筒茶、拼装散茶，都是古往今来品茶人最喜爱的品种。

随着历史的发展和岁月的变迁，普洱茶的品种更加繁多，品质也更为完善，经过不断地丰富和改善，普洱茶系列更为全面。一直以来，普洱茶受到人们的喜爱，它的价值，除了它的滋味和香气等独特的茶性特征外，更多地体现在药物功效以及保健功能上。



普洱茶是一种后发酵茶，在微生物参与发酵的过程中，茶多酚、咖啡碱等成分的含量大大降低，因此普洱茶冲泡出来看着很浓，但喝了却不会影响人的睡眠。普洱茶的确具有很多保健功效，比如降血脂、降血压等，尽管绿茶、红茶也有这些功效，但普洱茶功效更加显著。

现在，云南的普洱茶主要出产于西双版纳的勐海县。特别一提的是，云南南糯山出产的茶叶，是普洱茶的最上品，有着非常优异的品质特征。普洱茶的外形条索粗壮肥大，有着乌润或褐红的色泽，这种色泽类似于人们所说的猪肝色，有着醇厚回甘的滋味，并且散发着别具一格的陈香之气。

清代阮福的《普洱茶记》中这样说，普洱茶“二月间采蕊极细而白，谓之毛尖，以作贡；采而蒸之，揉为团饼，其叶之少放而犹嫩者，名芽茶；采于三四月者，名小满茶；采于六七月者，名谷花茶；大而圆者，名紧团茶；小而圆者，名女儿茶。女儿茶为妇女所采，于雨前得之，即四两重团茶也”。由此可知，普洱茶在历史上即分为散茶

即毛尖、粗叶和紧压茶即芽茶、女儿茶两大类。由于流传久远，品赏，收藏者众多，加之近代制茶工艺的发展变化，普洱茶的分类已渐趋复杂。

自古以来，普洱茶的功效一直为人看重，并且被人津津乐道。逮至现代，科学昌明，制作采摘技术的改善，普洱茶的神效更为明显，再加上经过国内外专家以及医疗机构的临床试验，从生物学和医学等各方面加以全面的佐证。普洱茶的保健和营养等功效更为世人所知：它能降低血脂、减肥、抑菌、助消化、暖胃、生津、止渴、醒酒解毒，这些功效是普洱茶诸多功效中最为突出的地方。

由此，现在中国大陆民众以及港澳台同胞和海外的侨胞，甚至是国际友人，都将普洱茶的饮用当作人生的一大乐事，把普洱茶当作一种保健养生的妙品。在日本普洱茶被冠以“减肥茶”、“窈窕茶”、“美容茶”、“益寿茶”等美称。近些年来，国际上也在关注着普洱茶。韩国、日本等许多医学机构加大对普洱茶的研究，加拿大、澳大利亚、美国等都出版了关于普洱茶的书籍。中国的茶类众多，各有千秋。但是，自古以来就是一个地方的主体经济支柱，甚至城市以茶叶命名的，只有一个普洱，这就是普洱茶的辉煌。



南糯山，系傣语地名，“南”即水，“糯”即竹笋，是哈尼族集居地。南糯山海拔1400米，山高谷深，植被茂密，常年云雾笼罩，是个神秘的雾区。南糯山具有适宜大叶种茶树生长的最佳生态环境，由于雾日多，茶山常笼罩于云雾之中，故所产茶叶品质极佳，具有“香气高，苦味淡，甜味重”的特点。古茶区内，生长着两棵树龄800多年的栽培型古茶树，见证了南糯山先民悠久的植茶、制茶、用茶历史。

名茶产地细探寻

普洱茶产制历史悠久，是云南传统名茶，也是中国名茶。其历史可上溯至汉末三国时期，人们称茶为“武侯遗种”。其贸易始于唐、闻名于宋，极盛于清。普洱茶在唐代已成为重要商品；明代“士庶所用皆普茶”，少数民族“不可一日无茶”；清代入贡朝廷，声名鹊起，成为国茶名品。

一方水土养育一方人，一方水土自然也养育一方茶。假如有人这样问，普洱茶的产地在哪里？假如你脱口而出，它的产地是在普洱，那么你就大错特错了，其实这是一种误解，普洱县实际上

不是普洱茶的真正的原产地。

只要你在地图上搜寻，就可以见到云南的昌宁县以南，那里有着一片相当广大的地域；只要你顺着澜沧江前行，就可以见到澜沧江向南而流，凤庆、临沧、双江、永德、勐海、思茅、景洪等地区，都分布在江水的东西两岸，那是一片乐土，是出产普洱茶的圣地，那是一种古朴而原始的风味，如茶香一样弥漫开来。彩云之南出普洱，得其天时地利与人和。

不过，在这里再特别一提的是，在巴乌和葫芦丝音乐缭绕的云南的西双版纳一带，才是普洱茶更为著名的原产地，这里出产的普洱茶品质更好，也更



澜沧江中下游两岸，重峦叠障，峰谷连绵，云蒸霞蔚，气象万千。这片天赐的灵境，是被称为“茶中之茶”、“万茶之王”的普洱茶优生地。天赐嘉树，地灵茶杰，一山一世界，一树一好茶。澜沧江自北向南进入西双版纳，又微微东向出境，形成了同样著名的湄公河。

为著名，品种也更众多。

在这里要说的是，云南的普洱县原本就不生产普洱茶，从古代开始，一直都是普洱茶的集散中心，也就是一个批发的市场，这是普洱茶经营的第一站。在这里，普洱茶被驮在马背上，经过茶马古道，走向云南的山外世界。

正因为普洱茶是在普洱这个地方走向全国，流播海外的，所以，人们才冠以普洱茶这个名号。

诸葛兴茶成美谈

在彩云之南的云南，世界茶源、中国茶城、普洱茶都，都是热门话题，说到普洱茶的起源，人们还是要关注一下普洱府的思茅。

地处滇南西部的思茅，有着秀丽的自然风光，无论是在大街小巷，还是在山间林中，无不洋溢着浓厚的与普洱茶密切相关的历史文化气息。

在思茅城，许多街道的名字都是以中国名茶命名的。在这里，茶室和茶楼星罗棋布，洋溢着悠悠的茶香，爱茶之人在这里得到了茶文化的熏陶和慰藉。

在中国历史上，有一条神秘的古道，其源头在思茅，向南延伸到东南亚，向北直达昆明，入昆后可快马直上北京，往西蜿蜒直上青藏高原，具有1800年的历史沧桑……

思茅民间流传着一个由来已久的民间传说，从一个侧面揭示了普洱茶的来历，那就是“武侯遗种”。当人们在思茅城中行走，可以看见诸葛亮兴茶的纪



历史古城思茅在宋代大理时为“思摩部”，元代称“思么”，明代叫“思毛”，清雍正十三年，设立“思茅厅”，隶属普洱府，1913年废厅，改“思茅县”。1914年至1926年为普洱道署驻地，1955年起为思茅专区驻地。1993年改为县级市，2007年思茅市更名普洱市。

念雕塑，这座雕像是当地百姓对诸葛亮在思茅兴茶历史遗事的一种追忆和感念。

“武侯遗种”这个故事，同样也可以在留传至今的地方志和史书中看到记载。新近在缅甸掸邦木埂布朗族聚居区发现的一本名叫《布朗族志》的布朗族经书中，留下了不少有关“孔明兴茶”的文字记载，印证了历史上诸葛孔明的南征大军的确到达过思茅一带。

在思茅，普遍流传着这样的传说，诸葛亮在征剿“南蛮”的时候，进入思茅以及附近的地带，面对着眼前景美丽明媚的自然风光，诸葛亮思念起家乡的竹篱茅庐来，因此就将这里命名为“思



图为老照片中的思茅旧街景。

茅”。但是历史上的思茅，处于瘴疠蛮荒之地，湿热的气候环境，再加上部下士兵们不服水土，还有千里征战的疲惫劳顿，因此一场疫病在军中渐渐地蔓延



图为清末思茅老街道。

和传染开来，兵力面临着削弱衰败的危险。但是，诸葛亮的军队很快得到了当地百姓的疗救，士兵的身体得到很快的康复，军事实力也才得以恢复和保持。

思茅当地百姓煮茶为药的传统，让诸葛亮感慨不已。他在班师回朝的时候，谢绝了当地土著馈赠的贵重礼品，仅仅选取了一些当地出产的普洱茶带回蜀地，在以后的征战生涯中，这种茶叶被他当作一种神药看待。在离开思茅的时候，他鼓励和支持当地的百姓大力栽种制作普洱茶，由此普洱茶生产在思茅开始兴盛起来，渐被外人所知。

西双版纳当地少数民族民间故事中有很多关于诸葛亮的传说，他们奉孔明为茶祖，尊称他为“阿公”，主要原因是诸葛亮南征后，采取怀柔政策，促使当地少数民族在客观上发展了生产力，受到了人们的尊敬和怀念，自然而然形成了人类文化学说的“英雄崇拜”现象，诸葛亮的形象也在口传文学的演变中逐渐被神化；随着时间的推移，当时蜀汉政权管辖地区的少数民族不断地迁徙，就把诸葛亮神话般的传说带到今天的版纳地区，诸葛亮兴茶的传说渐渐家喻户晓起来了。

在思茅当地，据说每年农历七月二十三日，就是诸葛亮的诞辰，这里的各族居民纷纷举行大规模的集会，祭祀缅怀诸葛亮的功绩。他们有的聚集在一起赏月品茶，有的一起燃放孔明灯，在诸葛亮的

雕像前面，吹奏神圣而庄严的道家洞经音乐，来表达感念孔明兴茶的真切情怀。



图为矗立于普洱市思茅区振兴南路的“孔明兴茶”雕塑。



南糯山的这棵栽培型茶树王，树龄已经超过了800年，树高5.5米，树幅10米，主杆圆周1.4米，形状奇特，茶素含量达30%，比一般栽培型茶树含量高，直至现在茶树仍四季郁郁葱葱。

茶树茶祖茶崇拜

到了彩云之南，可以喝普洱茶，也可以瞻仰茶树王。

云南有三棵古茶树，是闻名中外的“世界古茶树王”，这三棵古茶树是云南茶叶的“活化石”。

在云南勐海南糯山，就有其中的一棵古茶树，据说已经生长了800余年，它是当地的百姓人工栽培的，时隔千年，依然保持着旺盛的生命力。在勐海巴达，也有一棵生活了1700多年的野生古茶树。另外一棵古茶树，是在云南临沧的邦崄，也生长了1000余年，它属于野生型与栽培型中间的一种过渡型古茶树，这棵古茶树，人们可以在《思茅志稿》中找到一些记载。

云南有六大普洱茶的古茶山，其中有一处叫作革登山，山上也生长着高大的茶树王，在当地，一些土著茶农在采茶前，都要来到茶树之下，对它顶礼膜拜，虔诚祭祀。

在思茅，祭祀茶祖的习俗由来已久，现在当地在举行普洱茶节的时候，将祭祀茶祖当成了一场重头戏，在富有浓厚地方特色的庄重、古朴、悠远的高古礼乐中，先由100人执幡旗，侍立茶树的两旁，然后是彝族、傣族、拉祜族、哈尼族、佤族民众组成600人的祭祀队伍，一共分成五组，向茶祖和茶王虔诚



1938年，南糯山建立了云南第一家茶厂，标志着茶叶工业化时代在云南的发轫。然而，真正震惊了世界的是，这里发现了世界上最古老的人类栽培型茶树，即南糯山老茶树群，树龄均在几百年以上。

地献上供品及吉祥物，紧接着，由过山号牛角号队和开道舞队，还有一些火枪队侍卫者，一起簇拥在茶祖神灵的周围，一时间，香火缭绕，枪炮齐鸣，鼓乐喧天。

在祭祀过茶祖之后，人们的手中相互传递具有神圣色彩的普洱茶茶叶，感受到茶神的恩泽，然后将它放到巨大的茶壶里，冲泡成甘甜的茶汁，让每个来宾和民众畅饮品尝，人们兴高采烈，尽情地享受彩云之南这方自然水土伟大的恩赐。

西双版纳原生地

前面说过，云南的西双版纳，是普洱茶真正的原产地，历史上有许多珍贵的茶树品种，就是在西双版纳遗留了下来。

从茶树王的发现中，人们可以断定，西双版纳是中国最早的茶叶产区之一。据当地的文献资料记载，最早在西双版纳种植茶树的历史，可以追溯到濮人身上。居住在澜沧江沿岸一带的古代濮人，是今天布朗族、佤族、德昂族的先民。“普”也是“濮”



明代在划分十二版纳时，将江内的六大茶山合为一个版纳，称茶山版纳。版纳州现有古茶园80000多亩，分布于100多个村寨之中，居住的民族主要有汉、彝、基诺、布朗、傣、哈尼、拉祜等族。版纳州古茶树树龄从100年到1700年不等，大多数在200~500年之间。



西双版纳大叶茶属云南大叶茶群体类型之一，是我国最优良的地方茶树品种，每年2月中旬即可开采直至11月中上旬，芽叶肥壮，茸毛多，叶面隆起，叶片肥厚，叶质柔软，持嫩性强，内含物质丰富，制普洱茶汤色红浓，香气具有独特陈香，滋味醇和回甜，叶底褐红色，名重天下。