

池宗宪 著

我的第一本 泡茶专书

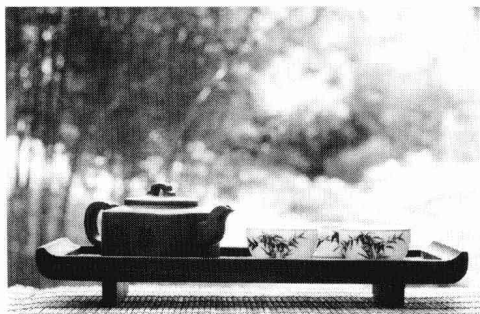


茶风系列
CHAFENG XILIE

茶
色明、香清、味甘、韵回
与水互动
与壶共生



译林出版社



我的第一本 泡茶专书

池宗宪 著

 译林出版社

图书在版编目(CIP)数据

我的第一本泡茶专书 / 池宗宪著. —南京: 译林出版社,
2012.1

ISBN 978-7-5447-2402-9

I. ①我… II. ①池… III. ①茶—文化—中国
IV. ① TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 214041 号

书 名 我的第一本泡茶专书

作 者 池宗宪

责任编辑 王振华

特约编辑 冯旭梅

出版发行 凤凰出版传媒集团

凤凰出版传媒股份有限公司

译林出版社

集团地址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009

集团网址 <http://www.ppm.cn>

出版社地址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009

电子信箱 yilin@yilin.com

出版社网址 <http://www.yilin.com>

经 销 凤凰出版传媒股份有限公司

印 刷 山东临沂新华印刷物流集团有限责任公司

开 本 710×1000毫米 1/16

印 张 9.75

字 数 131千字

版 次 2012年1月第1版 2012年1月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5447-2402-9

定 价 20.00 元

译林版图书若有印装错误可向承印厂调换



“茶风”宣言

品茶要得好滋味，除却好茶、好水，更需一颗敬茶之心，方得清香盈齿，方能细细品尝，体味其中意象，穿透茶的制作工序，得窥茶之韵味内涵。

深入挖掘茶的所有细节，乃“痴”之基石。若缺乏对茶集天时、地利、人和等多元变化因素于一体的了解，则无法领悟品茶之中潜藏的艺术。

在筹划编写“茶风系列”的过程中，我们始终本着一份敬茶之心，试图用最浅显的文字呈现茶之文化——从不同角度介绍茶，描述茶的形成过程，并解析其中各种影响因素。期待本套丛书能呈给读者一卷品饮艺术的清香。“茶风系列”包含三个子系列：

一、茶叶。每种茶叶都有她曲折离奇的身世，有她自己的生命故事。我们依序对“铁观音”、“普洱茶”、“武夷茶”等名茶进行系统介绍，愿为每一种茶立传，谱写她们的一世传奇。

二、茶与生活。将水煮沸，置茶入壶，注汤入壶，斟茶汤入杯……这一道道泡茶工序看似简单，却蕴含了多方面的细节考量——如何取水、浇水，置茶时的量，加水时的急慢多寡等，皆影响着茶的香气与滋味。

三、茶器。佳茗需得良器相配，方能相得益彰。历代经典茶



器或出自名窑，或藏于宫廷，或于文人雅士间流传把玩，亦是今人收藏的主题。这一系列以茶器为经，以时代为纬，系统地探究不同时代中品茗与茶器的不解之缘。

茶乃国饮，香飘千年。你我能否在饮茶时品出她一身风情，能否在茶之乾坤寻到一缕柔鲜？且让“茶风系列”与你作伴，共同追寻茶之香、茶之味与茶之韵。



听 茶

《我的第一本泡茶专书》，是我从长达20年的品茗经验中萃取出来的专书！

“泡好茶”看起来严肃，其实却又十分轻松！我一直都是这样认为的。

如何在茶的国度里找到严肃和轻松两极的协调对位，正是本书的精髓所在！

中国人爱茶，讲到茶谁也不让谁，泡茶一个比一个厉害，都说自己最好。茶艺出现各门各派，像极了江湖传奇中的各拥山头，各领风骚！

“文章、风水、茶”三种不同的领域，有一个共同的结论，即“自古无定论”。我将在本书中推翻这种不负责任的说法，我以为茶是可以解构的，可以分析的！

解构茶不是要看茶的化学元素，而是要你打开味蕾，去迎接茶带来的香、甜、韵！

泡好茶还要掌握关键点：水。如何找到好水？如何利用自来水的不同存放方式，来泡不同类型、不同味道的茶？

煮水这件事很重要，却常常被忽略！我归结出煮水妙法，要让古人说的“水一沸，泡得茶真味”重登茶趣的舞台。

好山、好水和好茶的搭配关系始终如一，可是你不可忽略，轻发酵、中发酵、重发酵会导致茶味的不同，或是绿茶、青茶、黑茶，这



些茶会交织穿引出不同的茶汤滋味。

若只是用固定的泡法，一招半式用到底，就会卷入茶的迷雾，得不到茶的真味，就不知道如何好好用茶器去驾驭茶，去泡出她的真滋味。

众茶友拥戴的宜兴紫砂壶真的利于泡茶？买了一屋子的茶壶，除了等增值以外，你不拿来泡茶，还等什么呢？当水沸了，你提水注入宜兴壶体时，可曾想过那瞬间就成了泡好茶的关键？

本书讲的不是大道理，而是实践经验。从细微的地方下手，一探品茗乾坤的究竟，去发现茶趣所在。

就如同前面所说的，水在壶里要停留多久才是最佳时机？

好时机来自全身心的投入。我认为用壶、用盖杯都可以泡出好茶；用矿泉水、井水、自来水通通可以泡出好茶。如何泡？答案就在本书里。

听茶，是用心去聆听茶内心深处所要散发的清香与甘韵。

听茶，用心用情，不是悬浮缥缈，而是落入凡间，用泡茶的行动，用我的实践经验，聆听茶之韵、茶之情。



目 录

第一部分 泡茶入门知识

第一章 怎样泡好茶.....	3
第一节 你喜欢茶吗	4
第二节 你准备好了吗	11
第三节 内心的“茶结”	15
第四节 老人茶	19
第二章 与茶叶对话.....	25
第一节 茶名千百种	26
第二节 中国六大茶类	29
第三节 台湾茶	37
第三章 水是茶之母.....	45
第一节 水的分级	46
第二节 挑战味蕾	49
第三节 改良水质	53
第四节 真假矿泉水	55
第四章 如何煮水.....	57
第一节 煮水的器具	58



第二节 煮水的程度	60
第三节 老水与嫩水	64
第四节 火器共生	66
 第五章 好茶好在哪儿.....	69
第一节 色香双绝	70
第二节 味韵缠绵	73
第三节 好茶还需好护法	77
 第六章 教我如何不想她——宜兴壶.....	79
第一节 买壶增值	80
第二节 土好发茶	82
第三节 挚爱泥料	85
第四节 烧结温度	89
 第七章 泡茶秘法.....	93
第一节 忠于原味	94
第二节 完美汤味	98
第三节 本土壶	100
第四节 怎样泡大壶茶	103

第二部分 泡茶实战手册

第八章 乌龙茶摆尾.....	109
 第九章 绿茶的泡法.....	115



第十章 铁观音的泡法·····	119
-----------------	-----

第十一章 武夷茶的泡法·····	125
------------------	-----

第十二章 红茶的泡法·····	131
-----------------	-----

第十三章 普洱茶的泡法·····	135
------------------	-----

结 语·····	143
----------	-----

第一部分

泡茶入门知识



第一章

怎样泡好茶





第一节 你喜欢茶吗

下列十个问题，可作为你對自己的一种检验。

这些问题可以让你了解一些泡茶、品茶的常识，答案就在文后。

入门测试——我问你答

- 一、泡茶用的水一定要烧到100℃吗？
- 二、将茶叶放入壶内时，可不可以用手触摸？
- 三、用壶泡茶前，得先将壶温热才可以吗？
- 四、茶杯洗干净，用第一泡茶温杯，对吗？
- 五、第一泡茶汤喝还是不喝？
- 六、喝茶人爱说的“杯面香”、“入口香”是什么意思？茶也有花香？
- 七、不同的茶一定要用不同的壶，有何根据？
- 八、泡茶用多少茶量，才泡得好茶？
- 九、茶泡多久，茶汤滋味最好？
- 十、茶喝多了也会醉吗？



答案

一、水烧到100℃是必须的。

二、手不干净、有异味肯定不行；要是你想温柔地对待茶，干净的手、温暖的心，抚摸一包茶，贴心冲泡，也行！

三、温壶，可以除掉壶的异味，尤其是浸泡过隔夜茶的茶壶，势必影响新茶滋味。

四、错！主张第一泡茶不饮，理由是茶汤不干净，结果将不喝的茶汤拿来温杯，留下不洁茶汤在杯底，接饮第二杯，这是矛盾的，所以不可取。

五、用茶袋泡茶的话，第一泡不喝，还喝什么呢？泡散茶的话，我的经验是将第一泡茶产生的白沫去除，就可以安心喝。焙茶时100℃高温已具备杀菌功能。

六、别以为爱茶人舞文弄墨，杯面之香确实存在。持杯细闻，茶香扑鼻，入口后，茶汤和舌接触之时，味蕾便跳动起来。茶汤送入喉咙又出现回甘，这就是好茶滋味，甘醇无穷。不同的人对香的定义不尽相同。有人说花香，有人说奶香，没个准，倒是西方品饮项目中的红酒，规范了用语。

七、使用陶土茶罐，陶土毛细孔会吸收茶油，使其残留在壶器表或留存在壶器内部，导致不同茶种气味互相抢夺，波及茶汤；使用瓷器、银器则没这个问题！

八、茶袋的量固定，不用操心；散茶用量，就要费心思。三人品茶，用壶为度，几克茶量为标准，可以按自己口味轻重，机动调整。品茶是生活艺术，少了些框架，多了些巧思，泡茶用量存乎一心。

九、茶在壶里与水亲密接触，几秒或几分以后倒出来的茶汤滋味最佳，初学者用沙漏计时太紧张，用了计时器听到“哗”声才倒茶，太过公式化。提醒一下：不是每泡茶喝起来都一样才是好滋味，你和茶友品出乐趣才是好滋味。

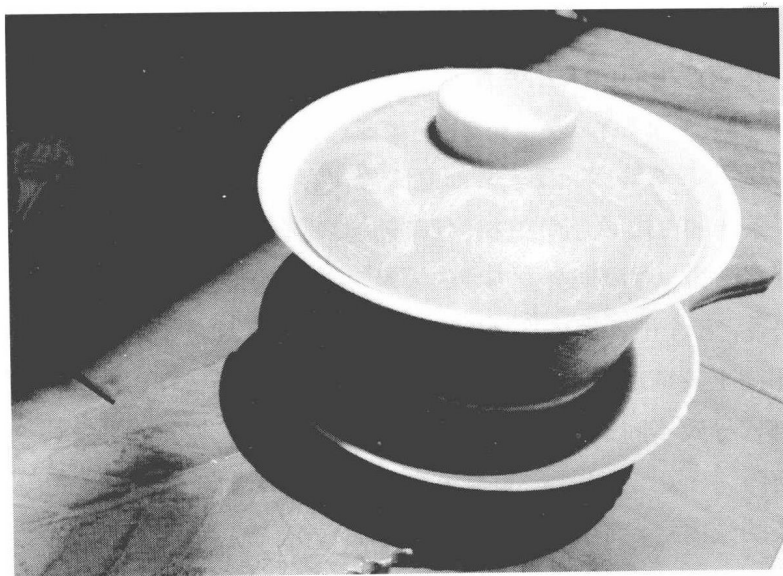


十、醉茶，是因为胃里喝进了太多单宁酸（茶碱）。空腹饮茶，同一时间喝进太多茶，容易醉茶。这时会头晕，手心会冒冷汗，吃颗糖果即可消除症状。

识“图”老马

看下面的几幅图，你能一下子说出答案吗？

图一 盖杯的用途？





图二 紫砂壶的产地?



图三 长形茶杯的用途?

