

青少年读点国粹知识

茶艺知识

夏阳◎编



新疆美术摄影出版社

青少年读点国粹知识

茶艺知识

夏阳◎编



新疆美术摄影出版社

图书在版编目(CIP)数据

茶艺知识 / 夏阳编. -- 乌鲁木齐: 新疆美术摄影出版社, 2014.12
(青少年读点国粹知识)
ISBN 978-7-5469-3727-4

I. ①茶… II. ①夏… III. ①茶叶 - 文化 - 中国 - 青少年读物 IV. ①TS971-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 283955 号



选题策划: 于文胜

责任复审: 吴晓霞

责任编辑: 李贵春

责任决审: 于文胜

责任校对: 李贵春

责任印制: 刘伟煜

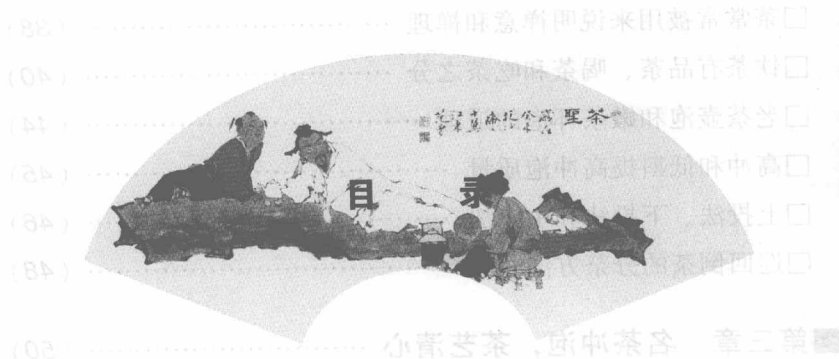
封面设计: 党 红



- 丛 书 名 青少年读点国粹知识
书 名 茶艺知识
编 者 夏 阳
出 版 新疆美术摄影出版社
地 址 乌鲁木齐市经济技术开发区科技园路 5 号(邮编 830026)
发 行 全国新华书店
网 购 当当网、京东商城、亚马逊、淘宝网、天猫、读读网、淘宝网·新疆旅游书店
制 版 新疆读读精品网络出版有限公司数字印务中心
印 刷 新疆新华华龙印务有限责任公司
开 本 787 mm × 1 092 mm 1 / 16
印 张 10
字 数 97 千字
版 次 2015 年 4 月第 1 版
印 次 2015 年 4 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5469-3727-4
定 价 19.80 元

网络出版 读读精品出版网(www.dudu-book365.com)

网络书店 淘宝网·新疆旅游书店(<http://shop67841187.taobao.com>)



■第一章 茶史演变，历久弥香 (1)

- 中国是茶的故乡，为天下先 (1)
- 茶兴于唐代，盛于宋代 (4)
- 唐代民间流行的煎茶 (6)
- 古代烹茶方式“唐煮宋点” (7)
- 分茶逐渐演变成为一种游戏 (10)
- 宋代斗茶，品评茶叶优劣 (13)
- 茶树栽培的历史很悠久 (18)
- 古代茶税与榷茶制度 (21)
- 茶马互市持续了千余年 (22)
- 唐蕃古道与茶马古道 (24)
- 神奇的茶叶传播到世界各地 (26)

■第二章 中华茶道，生活美学 (32)

- 饮茶体现着中国式的生活美学 (32)
- 茶味至清，体现人生境界 (34)
- 茶禅一味，僧人尚茶的风气 (35)





- ☐ 茶常常被用来说明禅意和禅理 (38)
- ☐ 饮茶有品茶、喝茶和吃茶之分 (40)
- ☐ 老茶壶泡和嫩茶杯泡的道理 (44)
- ☐ 高冲和低斟提高冲泡质量 (45)
- ☐ 上投法、下投法和中投法 (46)
- ☐ 巡回倒茶的分茶方法 (48)

■ 第三章 名茶冲泡，茶艺清心 (50)

- ☐ 绿茶的饮用方法多种多样 (50)
- ☐ 龙井茶的泡饮讲究幽雅 (54)
- ☐ 红茶调饮最讨人喜爱 (57)
- ☐ 乌龙茶的冲泡方法讲究多 (59)
- ☐ 黄茶泡饮时香气清幽 (65)
- ☐ 白茶泡饮时滋味醇和 (67)
- ☐ 黑茶普洱讲究韵味和陈香 (69)
- ☐ 花茶融茶之味、花之香于一体 (70)

■ 第四章 品评茶茗，茶艺精境 (74)

- ☐ 品茶观形，使人获得美感 (74)
- ☐ 品茶观色，给人以美的享受 (75)
- ☐ 品茶赏姿，映掩在杯水之中 (77)
- ☐ 品茶闻香，使人心旷神怡 (78)
- ☐ 品茶尝味，体会茶汤真味 (79)
- ☐ 把品茶环境当作一门艺术 (80)
- ☐ 茶馆布置，展示审美情趣 (85)



■第五章 文人茶情，寄情生活 (88)

- 《茶经》首开古代茶书之先河 (88)
- 文人以茶抒情，用茶寄情 (91)
- 饮茶与喝酒吟诗相映成趣 (94)
- 蔡襄亲笔誊写《茶录》 (97)
- 朱权写作《茶谱》传诸后世 (99)
- 嗜茶文人陆延灿和《续茶经》 (100)
- 烹茶一泓美泉，松风自煎 (101)
- 竹下品茗，进行心灵交流 (106)
- 许多名人用茶取名作号 (110)

■第六章 饮茶之礼，茶香怡人 (115)

- 客来敬茶讲究文明礼貌 (115)
- 客来敬茶讲究泡茶的技艺 (118)
- 泡茶待客讲究恰到好处 (119)
- 中国人送茶敬客的做法 (120)
- 摆器示意多用盖碗饮茶 (121)
- 屈指叩桌以示行礼之举 (123)
- 以茶代酒有优待之意 (124)
- 捂碗谢茶更富有人情味 (125)
- 茶分三等，按身份施茶 (126)
- 浅茶满酒，七分茶三分情 (127)

■第七章 饮茶习俗，丰富多彩 (129)

- 中国人饮茶习俗的演变 (129)
- 茶与婚姻的关系十分密切 (132)





□以茶为聘寄托着人们的祝愿	(134)
□沿袭民间传说祭天祀神	(141)
□岁时茶祭意在寻求吉利	(144)
□以茶为宴,演绎出茶话会	(145)
□茶话会叙谊谈心,联络感情	(148)
□施茶会,流行于江南农村	(149)
□坐茶馆,是人们生活的需要	(150)



中国是茶的故乡，为天下先

中国是茶的故乡，种茶、制茶、饮茶均为天下先。茶的发现和利用在中国已有四五千年历史了，从最初的生煮羹饮到晾干收藏，从单一的绿茶到六大茶种齐头并进。中国茶兴盛于唐（618 ~ 907）宋（960 ~ 1279），绵延至当代，或清或酽、似苦实甘的茶香，穿越漫长的历史，回荡至今。茶更以其独特的魅力，突破了地域和风俗的局限，传播到世界的各个角落。

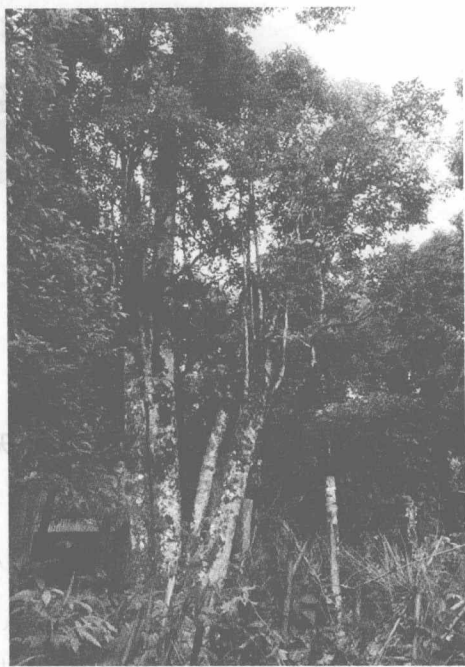
饮茶始于中国。茶叶冲以煮沸的清水，顺乎自然，清饮雅尝，寻求茶的固有之味，重在意境，这是茶的中式品茶的特点。同样质量的茶叶，如用水不同、茶具不同或冲泡技术不一，泡出的茶汤会有不同的效果。我国自古以来就十分讲究茶的冲泡，积累了丰富的经验。泡好茶，要了解各类茶叶的特点，掌握纯熟的冲泡技术，使茶叶的固有品质能充分地表现出来。

中国茶因其制作工艺的不同，分为绿茶、红茶、乌龙茶、黑茶、黄茶和白茶六大类。有人说，绿茶代表了江南的文人气，清



涩淡远；红茶颇具闺秀气，温婉安娴，静气十足；乌龙茶好比修行者的执著，热忱持久；黑茶象征着长者的智慧，历久弥香，回味无穷……

对于茶确切起源的描述，已经湮灭在文献和传说中。大致可以确定的是，茶的发源地在中国的西南部，云南等地现在还能找到上千年的野生大茶树。相传最早发现茶的功用的人是神农氏——中国民间传说将他奉为农业和医药的发明者。远古时代，人们对植物并没有多少了解，为了验证哪些植物能吃，哪些不能吃，神农亲自品尝各种植物，了解它们的食用性和药用价值，所幸



△野生大茶树

神农有一个透明的肚子，吃下植物后，可以观察到植物在肚皮内引起的反应，这就是著名的“神农尝百草”的故事。有一天，神农跋涉了很久，感到又渴又累，在一棵树下生火烧水。偶然间，头上几枚树叶飘落到锅中，神农饮后，觉得回味无穷，全身的疲乏荡然无存，从而把整锅水一饮而尽。另一种说法与此略有出入，但更加神奇：神农一天内就品尝了 72 种不同的有毒植物，奄奄一息地躺在地上。这时候，他发现身边有几枚树上掉落的叶子，散发出阵阵清香。一半出于好奇，一半出于习惯，神农把树叶放在嘴里咀嚼，很快就感到神清气爽，身体也舒服多了，于是他摘来好多这种树叶吃下去，身上的毒性竟完全化解掉了。这两个故事





的共同点就是，茶叶引起了神农的兴趣，吸引他对茶的性状做了进一步研究。假托神农之名所著的中国古代医书《神农本草》里面说：“茶味苦，饮之使人益思、少卧、轻身、明目”。这也是最早记录茶的药用功效的典籍。



△神农

到了周朝（公元前 11 世纪中期 ~ 公元前 256 年），茶提神醒脑的功用逐渐超越了它的药用价值。为了便于保存，人们开始把茶叶晒干，饮用的时候放入锅内煮成羹汤。当时周朝的国君习惯喝这种羹饮茶，但由于味道苦涩，茶并未作为饮料流传开来。

汉朝（公元前 206 年 ~ 公元 220 年）的时候，采集和加工野生茶叶的方法进一步完善，茶喝起来清爽怡人，受到了贵族阶层的青睐，饮茶之风首先在贵族中传播开来。

在接下来的魏晋南北朝时期（220 ~ 589），门阀士族阶层大兴玄学，清谈风起，他们更喜欢茶的清爽，而不是酒的沉醉，茶取代酒成为他们会谈雅集时的饮品。虽说都是饮品，茶和酒的关系却很微妙——喝酒最好热闹，饮茶则喜静，两者有很大的不同，但茶能解酒，和酒又是最好的搭档。另一方面，为了节制贵族间争奇斗富的奢侈风气，统治者也提倡喝茶、吃清淡的食品。佛教自东汉中期由丝绸之路传入中国后，成为这一时期中国的思想文化主流。茶能让人避免“昏沉掉举”，受到僧人的推崇。与此同时，社会上广为流传着的道教神仙思想，则相信喝茶能帮助人涤烦全



真、长生不老、羽化成仙。可以说，佛教和道教的兴盛对茶的推广功不可没。在这个中国历史上长达 300 多年的动荡年代中，整个国家长期处于分裂和战乱中，一个政权兴起，很快又被另一个政权取代，人员大范围流动，也是中国历史上重要的民族交流融合期。随着这种交流和融合，原本只限于西南巴蜀之地的茶事流布到了长江下游地区和西北一带，饮茶之风深入到各阶层人们的日常生活中。



茶兴于唐代，盛于宋代

历史上有“茶兴于唐，盛于宋”的说法。唐朝人为了去掉茶的青草腥气发明了“蒸青法”，将采摘后的茶叶熏蒸后碾碎，制成饼茶，焙干封存。茶在唐代以前有很多写法，有一种是将“茶”字去掉一横，就成了沿用至今的汉字“荼”。细看“荼”的字形，底部是“木”，上面是草字头，“人”位居中间，微妙地暗示出人与自然的和谐关系。

唐代出现了真正意义的饮茶场所——茶室，大一些的城市都有卖茶的店铺，店里茶叶堆积如山，代客煎茶。歌咏茶的诗文也大量涌现，卢仝、白居易等一大批诗人都写过关于茶的作品。另外，唐代还诞生了中国乃至世界上第一部关于茶的理论专著——《茶经》。这本书全面总结了茶的药理、采摘、制造、煮茶、器具等方面的茶知识，是当时关于茶文化的集大成者。《茶经》的作者陆羽（约 733~804）因此被后人尊称为“茶圣”。随着国内饮茶风尚由南向北的普及，中国茶文化也开始了向周边国家和地区传播的历程。这一时期，茶还是中外贸易中最受欢迎的中国货，沿着



人们惯常所说的丝绸之路，通过陆路向西传到中亚、西亚，向东通过陆路和海路传向东亚的朝鲜和日本、东南亚、南亚，形成了一条条茶叶贸易之路。日本来华僧人将茶叶带回本国，为了运输的方便，将茶叶制成茶砖，饮用的时候就掰下一块，这和中国西部牧区所用的“茶砖”是一样的，可见人类的智慧是相通的。

宋代是茶的黄金时期，茶馆业十分兴盛。关于茶的理论著作有书法家蔡襄（1012 ~ 1067）的《茶录》和宋徽宗赵佶（1101 ~ 1125 在位）的《大观茶论》。明朝（1368 ~ 1644）时，遭受过蒙元破坏的茶文化全面复兴。明朝的开国皇帝朱元璋（1368 ~ 1398 在位）把团茶改为叶茶，茶饮习惯为之大变，而且这一改



△陆羽

变持续至今。随着对茶的了解日益深入，人们不仅仅满足于摘取野生茶叶，而是开辟茶园，种植茶树。茶的加工制作也逐渐成熟，并且因为加工方式的不同产生了六大茶类。茶也不再被当做食物或药物来服用，饮茶多了几分精神内涵，由此升发出浓厚的文化意味。



唐代民间流行的煎茶

煎茶究竟出自何时，难以指实。北宋的苏氏兄弟说煎茶之法，始自他们的家乡西蜀。苏轼《试院煎茶》诗中说：

君不见昔时李生好客手自煎，贵从活火发新泉；

又不见今时潞公煎茶学西蜀，定州花瓷琢红玉。

苏辙有歌和之曰：

年来病懒百不堪，未废饮食求芳甘。

煎茶旧法出西蜀，水声火候犹能谙。

不过唐代饮的是饼茶，根据唐代陆羽《茶经》记载：煎茶时，先要炙茶、碾茶、罗茶，尔后才煮茶调味。唐人曹邕《故人寄茶》诗中有“开时微月上，碾处乱泉声。”徐夔《尚书惠腊面茶》诗中的“金槽和碾沉香末”。李群玉的《龙山人惠石碾方及团茶》诗中的“碾成黄金粉，轻嫩如松花”等，写的就是煎茶时碾茶的情景。

至于如何煎茶，根据陆羽《茶经》所述，在煎煮饮茶时，先要将饼茶碾碎，就得烤茶，即用高温“持以逼火”，并经常翻动，“屡其翻正”，否则会“炎凉不均”，烤到饼茶呈“虾蟆背”状时为适度。烤好的茶要趁热包好，以免香气散失，至饼茶冷却再研成细末。

煮茶需用风炉和釜作烧水器具，以木炭和硬柴作燃料，再加鲜活的山水煎煮。煮茶时，当烧到水有“鱼目”气泡，“微有声”，即“一沸”时，加适量的盐调味，并除去浮在表面状似“黑云母”的水膜，否则“饮之则其味不正”。接着，继续烧到水边缘有气泡，“如涌泉连珠”，即“二沸”时，先在釜中舀出一瓢水，再用





△苏辙

竹夹在沸水中边搅边投入碾好的茶末。如此烧到釜中的茶汤气泡如“腾波鼓浪”，即“三沸”时，加进“二沸”时舀出的那瓢水，使沸腾暂时停止，以“育其华”。

这样茶汤就算煎好了。同时，主张饮茶要趁热连饮，因为，“重浊凝其下，精华浮其上”，茶一旦冷了，“则精英随气而竭，饮啜不消亦然矣”。

唐代的煎茶，是茶的早期品饮艺术，此法至唐代陆羽亲自总结实践，已经成熟定型了。所以，唐代赵璘的《因语录》中说陆羽“始创煎茶法”，也就不足为奇了。

如今，煎茶法已基本不复存在，但煎茶之法人们还可以从哈萨克族调制的奶茶、蒙古族煎制的咸奶茶中找到它的踪影。



古代烹茶方式“唐煮宋点”

古代烹茶方式，有“唐煮宋点”之说，即唐人品茶以煮茶为主，而到宋代时，茶的品饮技艺，已由唐代的煮茶发展为点茶。点茶是一项技艺性很强的沏茶方式。在点茶过程中，茶汤浮面出



现的变幻，又使点茶派生出一种游戏，古人称之为分茶，亦称茶百戏，实是一种沏茶游戏。所以点茶与分茶（茶百戏），可以说是一根藤上的两个瓜，是相互联系在一起的。

点茶的要求很严，技术性也很强，所以古人有“三不点”之说，即点茶时，泉水不甘不点，茶具不洁不点，客人不雅不点。宋代胡仔《苕溪渔隐丛话》载：“六一居士（欧阳修）《尝新茶诗》云：‘泉甘器洁天色好，坐中拣择客亦佳。’东坡守维扬，于石塔寺试茶，诗云：‘禅窗丽午景，蜀井出冰雪。坐客皆可入，鼎器于自洁’。正谓谚云三不点也。”

至于点茶技艺要求很高，苏东坡有诗云：“道人晓出南屏山，来试点茶三昧手。”

说北宋杭州南屏山净慈寺中，高僧谦师妙于茶事，品茶技艺高超，达到得之于心，应之于手，非言传可以学到者。因此，人称谦师为“点茶三昧手”。

北宋史学家刘贡父也有赠谦师诗一首，曰：“泻汤点茶三昧手，觅句还窥诗一斑。”明代韩奕亦有诗曰：“欲试点茶三昧手，上山亲汲云间泉。”表明点茶比唐人的煮茶更加讲究技艺。虽然宋代品茶方式也有采用煮茶的，但凡“茶之侍者，皆点啜之”。这种技艺高超的点茶方式，是宋代品茶大成的集中表现。

点茶时，先要选好茶饼的质量，要求“色莹澈而不驳，质缜绎而不浮，举之凝结，碾之则铿然，可验其为精品也”。也就是说，要求饼茶的外层色泽光莹而不驳杂，质地紧实，重实干燥。点茶前，先要炙茶，再碾茶过罗（筛），取其细末，再候汤（选水和烧水），尔后将细末入茶盏调成膏。同时，用瓶煮水使沸，把茶盏温热，认为“盏唯热，则茶发立耐久”。调好茶膏后，就是“点茶”和“击沸”。

所谓点茶，就是把茶瓶里的沸水注入茶盏。点水时，要喷泻而



△张世卿墓点茶图

人，水量适中，不能断续。点沸，就是用特别的茶筴，形似小扫把，边转动茶筴，边搅拌茶汤，使盏中泛起“汤花”。如此不断地运筴、击沸、泛花，使点茶进入美妙境地，时人称此情此景为“战雪涛”。这是因为宋人崇尚茶汤白色，所以“战雪涛”其实就是通过点茶和击沸，使茶汤面上浮起一层白色浪花。凡盏内茶汤表层白色有光泽，且均匀一致，而汤色保持时间久者，当为“上品”；若汤花隐散，茶盏内出现“水痕”的为“下品”。

据蔡襄《茶录·点茶》载：“钞茶一钱七，先注汤，调令极匀；又添注入，环回击沸，汤上盏可四分则止。”按晚唐称量1钱约4克计，则点茶的用茶量约为7克。点茶的茶器有茶焙、茶笼、砧椎、茶铃、茶碾、茶罗、茶盏、茶匙、汤瓶等，在整个点茶过程中，其中候汤最难，据罗大经《鹤林玉露》载：“汤欲嫩，而不



欲老。”“盖汤嫩，则茶味甘，老则过苦矣！”而最为关键的则是点茶。据宋徽宗赵佶《大观茶论》载，点茶要做到：“量茶受汤，调如融胶”，点茶之色，以纯白为上；追求茶的真香、本味，不掺任何杂质；注重点茶的动作优美，协调一致。但凡精于点茶者，称之为“善点茶”或“点茶三昧手”。



分茶逐渐演变成为一种游戏

分茶，在唐及唐以前，原本是一种烹茶时的待客之礼。到了宋代时，斗茶大行。斗茶融入了分茶技艺，使茶汤表面变幻出各种纹饰，于是又出现了一种点茶游戏，这就是分茶，又称茶百戏。茶百戏的影响，几乎波及全国，而且还影响到东邻日本等国，可谓影响深远，名声远播。



△斗茶与分茶

分茶一词，最先见于唐代韩翃《为田神玉谢茶表》：“吴主礼