

RUJIAAGUJIN
HAKIAZHI

——ZHONGGUO SHAOSHU MINZU JI
KEJIA CHAWENHUA



入乡随俗茶先知

——中国少数民族及客家茶文化

杨江帆 等 编著



厦门大学出版社
XIAMEN UNIVERSITY PRESS

入乡随俗茶先知

——中国少数民族及客家茶文化

编著者：

杨江帆 徐会春 林心放

林更生 颜禧强 郑乃辉

叶乃兴 傅天龙 杨 巍



厦门大学出版社

XIAMEN UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

入乡随俗茶先知:中国少数民族及客家茶文化/杨江帆等编著. —厦门:厦门大学出版社,2008. 8

ISBN 978-7-5615-3062-7

I. 入… II. 杨… III. ①少数民族-茶-文化-中国②客家-茶-文化 IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 116782 号

厦门大学出版社出版发行

(地址:厦门大学 邮编:361005)

<http://www.xmupress.com>

xmup@public.xm.fj.cn

厦门昕嘉莹印刷有限公司印刷

2008年8月第1版 2008年8月第1次印刷

开本:787×960 1/16 印张:21.25

插页:2 字数:390千字

定价:30.00元

本书如有印装质量问题请直接寄承印厂调换

武夷学院

福建农林大学

北京大学茶文化经济研究所

研究项目



序 言

多数读者可能与我一样，一提起茶首先联想到的是文人墨客、高山流水、品茗论壶、宁静淡泊等诸多风雅的意境，认为茶延传的是一种精神上的陶冶与享受。以为它似一道心灵鸡汤，能使心灵在喧闹的都市里即刻安静下来；能使华丽的生活洗去铅华亮出本色；让肉体凡身涤尽世俗的尘埃，放飞灵魂穿行在庸常生活之上。其实茶未必都高居生活的上空，似仙风道骨飘浮世外，也像我们的邻家小妹，清丽可人，被人追捧；也像街道里唱戏的大妈大嫂，涂脂抹粉，风韵犹存；还可以似盐似油烹任出一道道美味佳肴……一句话它也可以与我们的日常物质生活水乳交融。

你看看在少数民族的风俗里有多少你我猜想不到的茶礼、茶饮，演绎出不同于汉民族的茶文化精神，点染着少数民族异域生活的风情万种。“三茶”、“六礼”、“婚宴传茶”、“闹棚茶”、“喜茶”、“姑娘茶”、“万花茶”等等隆重的茶礼，不知蕴含了多少深厚的待客之礼，装载着姑娘小伙多少的爱慕之情。只闻古人曾以茶为食，未曾想到少数民族至今还保留着纯朴如初的食茶传统，“腌茶”、“凉拌茶”、“酸茶”、“盐巴茶”、“油盐茶”、“打油茶”、“罐罐茶”、“竹筒茶”、“菜包茶”等等都是少数民族珍贵的食品。光听这些名字就会勾勒出你的欲望，想身临其境品尝一番。汉族的茶礼和饮茶风俗已是琳琅满目，但若与少数民族的相比则像山水国画，色彩淡远而呈现一番意境。

中国茶，家族庞大，遍布神州大地，虽同根同祖，各地饮茶风俗却不尽相同，各具自我情愫与文化底蕴。北方草原天高云阔一马平川，飞鞭游牧的蒙古民族，喜欢把砖茶熬成茶汤，然后加上新鲜牛奶或羊奶、食盐，或再加一点小米粥当主食畅饮，尽显蒙古人的粗狂豪迈之风。与他们临近的回族朋友喜欢的却是盖碗茶，不仅要把茶香缕缕咽下，还要在茶中放入杏仁干或桂圆、冰糖，制成甜美的营养品，以示茶之珍贵。生活在珠穆朗玛峰怀里的藏族人民喜欢喝香喷喷的酥油茶，酥油、食盐、茶制成的酥油茶是他们高原生活的维他命，以保生命的动脉条条畅通。蝴蝶泉边的白族人用陶制的瓦罐烤茶，先把绿叶烤黄后再冲沸水饮用，可谓“苦尽甘来”。侗族人饮茶像“梳妆打扮”，茶油拌茶叶再抹糯米，先在锅里让糯米炒黄了脸，渗入清水煎熬；冲茶时再妆上炒米花、花生仁、核桃仁、黄豆、蒜叶、肉末，秀色可餐。最新奇的要数苗族人，喜欢饮虫茶。其制作特别之处是，先采

集化香树或野山楂的叶片，浇上淘米水，发酵，招引化香夜蛾等鳞翅目昆虫来产卵，待孵化出的幼虫蚕食掉叶子，排泄出外形很像“珠茶”的虫屎后，将他们晒干过筛留虫屎慢用。因此，“虫茶”是“非茶之茶”，却很是名贵，冲泡起来茶味芬芳，功效不同一般。

总之，汉民族饮茶更讲究在轻饮慢啜中感悟清、静、和、美等茶之神道，从色、香、味、形中欣赏一种韵味、一种境界、一种人生；而在少数民族的三茶六礼、豪情纵饮中，不仅让我们感受到对生活放声高歌的热爱、对宾客情浓于茶的古道热肠；还让我们沐浴在世俗的尘光中，以茶为媒，同自然、人类心意相通；在五花八门的茶风习礼中体会到人生的百味。少数民族的饮茶风俗礼仪要是一一道来，起码也要说上一千零一夜，好在我们手上有了这本书，闲暇之余，倚在窗前灯下便可思接四方，神游在茶花飞舞之乡，尽享各少数民族茶文化之精神大餐。当你阅毕此书，一定会让你感叹道：正因为有了 55 个少数民族丰富多彩的茶风茶礼，才有了中华茶宴的“满汉全席”！

叶青写于丁亥岁末

目 录

序 言

第一篇 中国少数民族及其茶文化 (1)

第一章 中国的民族 (3)

一、世界的民族 (3)

二、中国的民族 (3)

三、众多的中国少数民族 (4)

第二章 中国少数民族茶文化 (7)

一、中国少数民族文化 (7)

二、中国少数民族喝的茶 (7)

三、中国少数民族茶文化及其贡献 (13)

第二篇 中国少数民族(按民族拼音顺序 A—D)阿昌族、白族、 保安族、布朗族、布依族、朝鲜族、达斡尔族、傣族、 德昂族、东乡族、侗族及独龙族茶文化 (23)

第一章 阿昌族及其茶文化 (25)

一、阿昌族概说 (25)

二、阿昌族茶文化习俗 (25)

三、阿昌族茶饮茶文化 (26)

第二章 白族及其茶文化 (28)

一、白族概说 (28)

二、白族茶文化习俗 (28)

三、白族茶饮茶文化 (30)

第三章 保安族及其茶文化 (34)

一、保安族概说 (34)

二、保安族茶文化习俗 (34)

三、保安族茶饮茶文化 (36)

第四章 布朗族及其茶文化 (37)

一、布朗族概说·····	(37)
二、布朗族茶文化习俗·····	(37)
三、布朗族茶饮茶文化·····	(40)
第五章 布依族及其茶文化 ·····	(43)
一、布依族概说·····	(43)
二、布依族茶文化习俗·····	(44)
三、布依族茶饮茶文化·····	(45)
第六章 朝鲜族及其茶文化 ·····	(47)
一、朝鲜族概说·····	(47)
二、朝鲜族茶文化习俗·····	(48)
三、朝鲜族茶饮茶文化·····	(48)
第七章 达斡尔族及其茶文化 ·····	(50)
一、达斡尔族概说·····	(50)
二、达斡尔族茶文化习俗·····	(50)
三、斡尔族茶饮茶文化·····	(51)
第八章 傣族及其茶文化 ·····	(53)
一、傣族概说·····	(53)
二、傣族茶文化习俗·····	(53)
三、傣族茶饮茶文化·····	(55)
第九章 德昂族及其茶文化 ·····	(57)
一、德昂族概说·····	(57)
二、德昂族茶文化习俗·····	(57)
三、德昂族茶饮茶文化·····	(62)
第十章 东乡族及其茶文化 ·····	(64)
一、东乡族概说·····	(64)
二、东乡族茶文化习俗·····	(64)
三、东乡族茶饮茶文化·····	(66)
第十一章 侗族及其茶文化 ·····	(69)
一、侗族概说·····	(69)
二、侗族茶文化习俗·····	(69)
三、侗族茶饮茶文化·····	(73)
第十二章 独龙族及其茶文化 ·····	(78)
一、独龙族概说·····	(78)
二、独龙族茶文化习俗·····	(78)

三、独龙族茶饮茶文化·····	(80)
第三篇 中国少数民族(按民族拼音顺序 E—J)俄罗斯族、 鄂伦春族、鄂温克族、高山族、哈尼族、哈萨克族、 赫哲族、回族、基诺族、京族及景颇族茶文化 ·····	(83)
第一章 俄罗斯族及其茶文化 ·····	(85)
一、俄罗斯族概说·····	(85)
二、俄罗斯族茶文化·····	(85)
三、俄罗斯族茶饮茶文化·····	(86)
第二章 鄂伦春族及其茶文化 ·····	(88)
一、鄂伦春族概说·····	(88)
二、鄂伦春族茶文化习俗·····	(88)
三、鄂伦春族茶饮茶文化·····	(89)
第三章 鄂温克族及其茶文化 ·····	(91)
一、鄂温克族概说·····	(91)
二、鄂温克族茶文化习俗·····	(91)
三、鄂温克族茶饮茶文化·····	(92)
第四章 高山族及其茶文化 ·····	(95)
一、高山族概说·····	(95)
二、高山族茶文化习俗·····	(95)
三、高山族茶饮茶文化·····	(97)
第五章 哈尼族及其茶文化 ·····	(99)
一、哈尼族概说·····	(99)
二、哈尼族茶文化习俗 ·····	(100)
三、哈尼族茶饮茶文化 ·····	(101)
第六章 哈萨克族及其茶文化 ·····	(105)
一、哈萨克族概说 ·····	(105)
二、哈萨克族茶文化习俗 ·····	(106)
三、哈萨克族茶饮茶文化 ·····	(107)
第七章 赫哲族及其茶文化 ·····	(109)
一、赫哲族概说 ·····	(109)
二、赫哲族茶文化习俗 ·····	(110)
三、赫哲族茶饮茶文化 ·····	(110)
第八章 回族及其茶文化 ·····	(112)

一、回族概说	(112)
二、回族茶文化习俗	(113)
三、回族茶饮茶文化	(115)
第九章 基诺族及其茶文化	(122)
一、基诺族概说	(122)
二、基诺族茶文化习俗	(123)
三、基诺族茶饮茶文化	(124)
第十章 京族及其茶文化	(126)
一、京族概说	(126)
二、京族茶文化习俗	(126)
三、京族茶饮茶文化	(127)
第十一章 景颇族及其茶文化	(129)
一、景颇族概况	(129)
二、景颇族茶文化习俗	(129)
三、景颇族茶饮茶文化	(130)
第四篇 中国少数民族(按民族拼音顺序 K—M)柯尔克孜族、 拉祜族、黎族、傈僳族、珞巴族、满族、毛南族、 门巴族、蒙古族、苗族及仡佬族茶文化	(133)
第一章 柯尔克孜族及其茶文化	(135)
一、柯尔克孜族概说	(135)
二、柯尔克孜族茶文化习俗	(135)
三、柯尔克孜族茶饮茶文化	(136)
第二章 拉祜族及其茶文化	(138)
一、拉祜族概说	(138)
二、拉祜族茶文化习俗	(138)
三、拉祜族茶饮茶文化	(140)
第三章 黎族及其茶文化	(142)
一、黎族概说	(142)
二、黎族茶文化习俗	(143)
三、黎族茶饮茶文化	(143)
第四章 傈僳族及其茶文化	(145)
一、傈僳族概说	(145)
二、傈僳族茶文化习俗	(145)

三、傈僳族茶饮茶文化	(146)
第五章 珞巴族及其茶文化	(149)
一、珞巴族概说	(149)
二、珞巴族茶文化习俗	(149)
三、珞巴族茶饮茶文化	(150)
第六章 满族及其茶文化	(152)
一、满族概说	(152)
二、满族茶文化习俗	(153)
三、满族茶饮茶文化	(154)
第七章 毛南族及其茶文化	(157)
一、毛南族概说	(157)
二、毛南族茶文化习俗	(158)
三、毛南族茶饮茶文化	(158)
第八章 门巴族及其茶文化	(160)
一、门巴族概说	(160)
二、门巴族茶文化习俗	(161)
三、门巴族茶饮茶文化	(161)
第九章 蒙古族及其茶文化	(163)
一、蒙古族概说	(163)
二、蒙古族茶文化习俗	(164)
三、蒙古族茶饮茶文化	(165)
第十章 苗族及其茶文化	(170)
一、苗族概说	(170)
二、苗族茶文化习俗	(171)
三、苗族茶饮茶文化	(172)
第十一章 仡佬族及其茶文化	(176)
一、仡佬族概说	(176)
二、仡佬族茶文化习俗	(176)
三、仡佬族茶饮茶文化	(177)
第五篇 中国少数民族(按民族拼音顺序 N—T)纳西族、 怒族、普米族、羌族、撒拉族、畲族、水族、塔吉克族、 塔塔尔族、土家族及土族茶文化	(179)
第一章 纳西族及其茶文化	(181)

一、纳西族概说	(181)
二、纳西族茶文化习俗	(181)
三、纳西族茶饮茶文化	(182)
第二章 怒族及其茶文化	(185)
一、怒族概说	(185)
二、怒族茶文化习俗	(185)
三、怒族茶饮茶文化	(186)
第三章 普米族及其茶文化	(188)
一、普米族概说	(188)
二、普米族茶文化习俗	(189)
三、普米族茶饮茶文化	(190)
第四章 羌族及其茶文化	(192)
一、羌族概说	(192)
二、羌族茶文化习俗	(193)
三、羌族茶饮茶文化	(193)
第五章 撒拉族及其茶文化	(196)
一、撒拉族概说	(196)
二、撒拉族茶文化习俗	(196)
三、撒拉族茶饮茶文化	(197)
第六章 畲族及其茶文化	(200)
一、畲族概说	(200)
二、畲族茶文化习俗	(201)
三、畲族茶饮茶文化	(206)
第七章 水族及其茶文化	(209)
一、水族概说	(209)
二、水族茶文化习俗	(209)
三、水族茶饮茶文化	(210)
第八章 塔吉克族及其茶文化	(211)
一、塔吉克族概说	(211)
二、塔吉克族茶文化习俗	(211)
三、塔吉克族茶饮茶文化	(212)
第九章 塔塔尔族及其茶文化	(213)
一、塔塔尔族概说	(213)
二、塔塔尔族茶文化习俗	(213)

三、塔塔尔族茶饮茶文化	(214)
第十章 土家族及其茶文化	(215)
一、土家族概说	(215)
二、土家族茶文化习俗	(215)
三、土家族茶饮茶文化	(219)
第十一章 土族及其茶文化	(223)
一、土族概说	(223)
二、土族茶文化习俗	(224)
三、土族茶饮茶文化	(224)
第六篇 中国少数民族(按民族拼音顺序 W—Z)佤族、 维吾尔族、乌兹别克族、锡伯族、瑶族、彝族、 仡佬族、裕固族、藏族及壮族茶文化	(227)
第一章 佤族及其茶文化	(229)
一、佤族概说	(229)
二、佤族茶文化习俗	(229)
三、佤族茶饮茶文化	(230)
第二章 维吾尔族及其茶文化	(232)
一、维吾尔族概说	(232)
二、维吾尔族茶文化习俗	(232)
三、维吾尔族茶饮茶文化	(234)
第三章 乌兹别克族及其茶文化	(237)
一、乌兹别克族概说	(237)
二、乌兹别克族茶文化习俗	(237)
三、乌兹别克族茶饮茶文化	(238)
第四章 锡伯族及其茶文化	(240)
一、锡伯族概说	(240)
二、锡伯族茶文化习俗	(240)
三、锡伯族茶饮茶文化	(241)
第五章 瑶族及其茶文化	(242)
一、瑶族概说	(242)
二、瑶族茶文化习俗	(242)
三、瑶族茶饮茶文化	(244)
第六章 彝族及其茶文化	(249)

一、彝族概说	(249)
二、彝族茶文化习俗	(250)
三、彝族茶饮茶文化	(252)
第七章 仡佬族及其茶文化	(255)
一、仡佬族概说	(255)
二、仡佬族茶文化习俗	(255)
三、仡佬族茶饮茶文化	(256)
第八章 裕固族及其茶文化	(259)
一、裕固族概说	(259)
二、裕固族茶文化习俗	(259)
三、裕固族茶饮茶文化	(261)
第九章 藏族及其茶文化	(264)
一、藏族概说	(264)
二、藏族茶文化习俗	(265)
三、藏族茶饮茶文化	(269)
第十章 壮族及其茶文化	(277)
一、壮族概说	(277)
二、壮族茶文化习俗	(278)
三、壮族茶饮茶文化	(279)
第七篇 中国客家及其茶文化	(283)
第一章 中国的客家	(285)
一、中国客家的由来	(285)
二、中国客家的自然环境	(286)
三、中国客家文化与茶	(287)
四、中国客家喝的茶	(288)
五、中国客家茶分类	(291)
第二章 中国客家民俗茶饮茶文化	(293)
一、中国客家擂茶文化	(293)
二、中国客家食闹房擂茶文化	(298)
三、中国客家送茶料茶文化	(298)
四、中国客家西岩茶文化	(299)
五、中国客家酸柑茶文化	(299)
第三章 中国客家公益答礼茶文化	(300)

一、中国客家茶亭茶文化	(300)
二、中国客家廊桥茶文化	(301)
三、中国客家答礼茶文化	(304)
四、中国客家施茶茶文化	(307)
五、祈求平安	(310)
第四章 中国客家非物质文化遗产茶文化	(311)
一、中国客家非物质遗产故事茶文化	(311)
二、中国客家非物质遗产歌曲茶文化	(313)
三、中国客家非物质遗产舞蹈茶文化	(314)
四、中国客家非物质遗产戏剧茶文化	(315)
第五章 中国客家非茶之茶文化	(316)
一、中国客家萝卜苗茶文化	(316)
二、中国客家绞股蓝茶文化	(316)
三、中国客家藤茶文化	(317)
后 记	(319)
参考文献	(321)



第一篇

中国少数民族及其茶文化



