

茶艺

张莉颖 编著

基础

CHA YI
JI CHU



上海文化出版社

CHA
II



山
木
出
山
木
出
山
木
出

山
木
出

图书在版编目(CIP)数据

茶艺基础:识茶、鉴茶、泡茶/张莉颖编著. —上海:

上海文化出版社,2009

ISBN 978 - 7 - 80740 - 392 - 0

I. 茶… II. 张… III. 茶 - 文化 - 中国 IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 007908 号

责任编辑

赵志勤

装帧设计

汤 靖

书名

茶艺基础——识茶、鉴茶、泡茶

出版、发行

上海文化出版社

地址:上海绍兴路 74 号

电子信箱:csbcm@public1.sta.net.cn

网址:www.sbcm.com

印刷

上海市印刷十厂有限公司

开本

787 × 1092 1/18

印张

7 $\frac{1}{3}$

图文

132 面

版次

2009 年 5 月第 1 版 2009 年 5 月第 1 次印刷

印数

1 - 4,210 册

国际书号

ISBN 978 - 7 - 80740 - 392 - 0/TS·393

定价

39.80 元

告读者 本书如有质量问题请联系印刷厂质量科

T: 021 - 65418000

张莉颖
编著

茶艺基础

上海文化出版社



茶艺基础

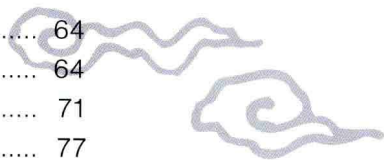
序.....	4
【壹】茶艺的概念.....	5
【贰】茶的基础知识.....	10
茶树生长区域与茶树品种.....	12
茶树生长土壤与茶叶品质的关系.....	13
茶树生长温度、湿度与茶叶品质的关系.....	14
茶树生长光照与茶叶品质的关系.....	15
影响茶叶品质的内含物质.....	16
什么是有机茶.....	18
什么是无公害茶.....	19
茶叶的分类及品质特征.....	19
绿茶	
红茶	
乌龙茶	
白茶	
黄茶	
黑茶	
茶叶审评的相关知识.....	30
茶叶的贮藏和包装.....	35
【叁】饮茶与健康.....	38
茶叶内含成分.....	39
茶的保健功能与疗效.....	42
【肆】泡制美味茶汤.....	46
茶与水的关系.....	47
茶具的选配.....	51



把握好煮水的火候	58
合理掌握泡茶水温	60
茶叶用量与泡茶水量的比例	61
茶叶内含物质对茶汤的影响	62

【伍】茶的冲泡技艺

绿茶冲泡技艺	64
玻璃杯冲泡法	64
盖碗冲泡法	71
大宗绿茶的冲泡要领	77
碧螺春的冲泡要领	79
乌龙茶冲泡技艺	81
现代小壶冲泡法	84
台式小壶冲泡法	91
传统紫砂小壶泡茶法	100
红茶冲泡技艺	105
盖碗冲泡法	106
瓷壶冲泡法	108
调味红茶冲泡法	111
普洱茶冲泡技艺	112
泡茶法	113
煮茶法	117
白茶冲泡技艺	118
盖碗冲泡法	118
瓷壶冲泡法	121
其他茶冲泡技艺	125
工艺茶及其冲泡	125
袋泡茶及其冲泡	128



序

中国是茶的故乡，也是茶文化的发祥地，茶艺、茶道古已有之。唐代封演《封氏闻见记》记载：“楚人陆鸿渐为茶论，说茶之功，并煎茶、炙茶之法，造茶具二十四事……有常伯熊者，又因鸿渐之论广润色之，于是茶道大行。”文中提到的常伯熊，是中国茶文化史上第一位见之于文献的茶道艺术表演家。自唐宋以降，饮茶之风盛行，从宫廷到民间，茶艺、茶道大行。中国茶文化的影响力遍及日本、朝鲜半岛、东南亚，更远至英国、西班牙、荷兰、葡萄牙等国。鸦片战争以后，中国国力式微，民生凋敝，国人对于茶文化、茶艺、茶道日见疏远。新中国成立以后，特别是改革开放以来，中国的经济迅速发展，人民的生活水平日益提高，茶文化活动蓬勃兴起，茶艺这一独特的茶文化表现形式，更是受到民众的普遍关注和欢迎。

茶艺，通俗地说，就是泡茶的技艺和品茶的艺术。本书作者张莉颖女士是精于此道的行家里手。张莉颖女士系中国国际茶文化研究会副秘书长、学术委员会秘书，她同时又执教于浙江林学院，为林学院茶文化学院的副教授，是一位从事茶文化工作的专家。

张莉颖女士早岁从事旅游工作，上世纪80年代东渡日本，在镰仓、静冈专门研修茶文化，潜心研习茶道茶艺。学成回国后，正值国内改革开放，张莉颖女士心无旁骛，一心专注于茶文化工作。

茶艺，看似简单，实为大有学问。张莉颖女士的新著《茶艺基础》，遵循选茶、择水、配具、冲泡、品饮、感悟这一茶艺程序，系统地讲述了绿茶、乌龙茶、红茶、普洱茶、白茶以及其他茶的冲泡技艺和品饮艺术，从形式到内容、从技艺到文化、从茶艺到茶道，深入浅出，细细道来，图文并茂，直观易懂。

张莉颖女士称得上是一位十分敬业、勤于思考、笔耕不辍的人。经过长期的理论研修和茶艺实践，她在许多国际茶文化会议上带领学生进行茶艺示范，得到了日本、韩国等国际茶艺师友人的交口称赞。我相信，她在本书中展示的各式冲泡方法都是行之有效、品之味美的。

本书是值得茶艺从业人员、茶艺爱好者、茶文化爱好者、茶馆经营者学习、欣赏、借鉴、收藏的好书。

杨招棣

（著名历史学家，中国国际茶文化研究会顾问、西泠印社顾问）

茶
艺
的
概
念



「壹」茶艺的概念

中国有句俗语：“开门七件事，柴、米、油、盐、酱、醋、茶。”茶是中国人生活中的必需品，因此与普通老百姓生活关系密切，人们喝茶讲究的是自然，在意的是心情，追求的是境界，并不注重形式。

但是自古以来，茶人们以茶会友，在品茶论道过程中，文人以茶激发文思，道家以茶修心养性，佛家以茶解睡坐禅，并且通过品茗

修身养性、陶冶情操，物质与精神的结合使人们得到了美的享受和情趣的陶冶。

“茶道”这个词最早大概出现在中国的唐代。唐代僧人皎然在《饮茶歌·诮崔石使君》^①诗中曰：“熟知茶道全尔真，唯有丹丘得如此。”同时代的封演在《封氏闻见记·饮茶》中亦有“因鸿渐之论，广润色之，于是茶道大行，王公朝士，无不饮者”的记述。

“茶艺”这个词大约于20世纪90年代初在中国内地开始流行起来。上世纪70年代末，中国改革开放，中国内地与日本、韩国等国家及中国港、澳、台等地区的茶道、茶艺团体有了广泛的交流，特别是台湾省的具有观赏性的茶艺表演，在全国各大茶事活动中频频亮相，引起了全国茶界的热切关注；“茶艺”这个名词以及茶艺这种表演形式，逐渐被传播到了全国各地茶界企事业单位和茶文化爱好者中间。各地



◇中国茶艺精彩纷呈

^①《饮茶歌·诮崔石使君》：一饮涤昏寐，情思爽朗满天地。再饮清我神，忽如飞雨洒轻尘。三饮便得道，何须苦心破烦恼……孰知茶道全尔真，唯有丹丘得如此。





◇开化县文化馆开化龙顶茶艺表演

茶界纷纷组建了茶艺表演队，结合本地茶文化习俗的特点，在传统的基础上模仿并创编出了风格各异茶艺表演，如：杭州西湖龙井茶艺、福建安溪铁观音茶艺等等。由此，中国的茶艺及其表演精彩纷呈，有自创型的，有模仿型的，有模仿加自创型的，也有传统和宗教型的；茶艺表演过程也从简约至程式化，形式多样，其内涵却包罗万象，丰富多彩。

茶艺表演队一般是为茶企业、茶文化团体和各类文化经贸活动服务。因此，茶艺表演在茶叶冲

泡程序的编排和演示上，则根据各个活动的要求，更注重艺术渲染、茶具选配、服装服饰、音乐背景、场景气氛，以及茶席布置等，要求茶艺表演具有艺术效果，具有一定的观赏性。

那么什么是茶艺？从狭义上讲，茶艺是一种泡茶和品茗艺术，是人们在泡茶、喝茶的过程中，经过长期的实践，总结、摸索出来的一套泡茶技艺；从广义上讲，茶艺是指人类在社会发展过程中，通过茶所创造出来的物质财富和精神财富的总和，是人们将泡茶、喝茶行

概念





◇明代丁云鹏《玉川煮茶图》

为与琴棋书画、文学艺术相结合所形成的从物质到精神全面满足的一种仪式。

唐代的刘贞亮在“饮茶十德”^①中把饮茶和养生之术、修身之道结合起来，正所谓“以茶可行道，以茶可雅心”。因此，茶艺（茶道）赋予人们的是一种由感官享受进而升华为精神的享受；讲究茶艺是人们追求生活品位的体现，这与国家经济的繁荣、社会秩序的稳定和人民生活水平的提高有着密切的关系。我们所说的茶艺，也是从早期的大碗茶、大壶茶和老人茶时代以及广东、福建等工夫茶中衍生出来的一种全新的品茗文化。

中国茶艺大致可分为“表演型

茶艺”和“生活型茶艺”两种表现形式。

我国是一个多民族的国家，共有56个兄弟民族，由于地理环境、历史文化和生活习俗的差异，每个民族的饮茶风俗也各不相同。因此，中国茶艺必然会呈现出多元化的形式和特征。如：民俗茶艺表演取材于中国各民族的民风民俗，经过艺术提炼和加工的茶艺表演有云南的“白族三道茶”、湖南的“擂茶”、藏族的“酥油茶”、浙江的“青豆茶”等；以历史背景为主题的仿古茶艺，取材于历史上的茶礼和茶事活动，经过艺术提炼和加工的茶艺表演有“唐代茶礼”、“宋代斗茶”、“清宫茶礼”等；以宗教背景为主题的茶艺表演有“禅茶道”、“佛教茶礼”；以茶类茶名为主题并在科学基础上进行艺术加工的茶艺表演，典型的有“龙井茶茶艺”、“花茶茶艺”、“红茶茶艺”、“普洱茶茶艺”等。

^①饮茶十德：以茶散郁气，以茶驱睡气，以茶养生气，以茶除病气，以茶利礼仁，以茶表敬意，以茶尝滋味，以茶养身体，以茶可行道，以茶可雅志。

在日常生活中，我们以茶会友、以茶待客，这时我们讲究茶汤的质量，要求冲泡出来的茶汤色、香、味俱佳。然而，中国茶的品种最多、形态最丰富，要真正掌握好泡茶的艺术，并不是十分简单。首先要了解每种茶的特性；第二要懂得选配茶器具，要善于选用水；第三要控制好泡茶用的水温；第四要掌握好茶与水的比例、茶叶浸润的时间。更重要的是，要用心来泡茶，用流畅、自然、娴熟的手法冲泡，这样我们在享受茶汤的同时，还得到了精神的享受。

总之，中国茶艺植根于民间，通过文人雅士、僧侣和茶人们的沏茶和品茶而得到提炼和升华。中



◇湖南·擂茶

国茶艺穿越历史走到今天，经过了五千余年文明的洗礼，她凝聚着历代茶人、各民族茶人的智慧和匠心，不断被赋予新的含义，使中国茶艺文化出现了丰富多彩、形式多样的多元化形态。



◇白族·三道茶



茶
的
基
础
知
识



[茶]

「貳」茶的基础知识

茶树是一种多年生木本常绿植物，茶叶是采摘其幼嫩新梢加工而成的，其鲜叶中含有多种营养物质和保健物质。茶树在植物分类上属被子植物门、双子叶植物纲、原始花被亚纲、山茶目、山茶科、山茶属。根据植物科学家研究，茶树所属的被子植物门，起源于距今约一亿年以前的晚白垩纪。1994年，湖南农业大学陈兴琰据有关资料分析后认为，最早出现的被子植物是木兰目，经过五桠果目演化成山茶目，而茶树是由山茶目的山茶科山茶属演化而来。山茶目植物的起源时间大约在距今6000万~7000万年之间的始新世代和古新世代，山茶属植物则可能在距今4000万年的渐新世代，也就是说在人类起源前数千万年就已经有了茶树。

关于茶树的原产地，至今仍是国内外植物学界有争议的学术问题之一。近代一些学者有不同的意见，多数主张中国是茶树的原产地，但也有主张印度是茶树



◇南糯山大茶树

的原产地，原因是1838年英国驻印度的前殖民主义者、英军少校勃鲁士（R. Bruce）在伦敦印发了一本小册子，列举他在印度阿萨姆发现了野生茶树，而在当时中国还没有发现野生大茶树的报道；另外，还有主张东南亚是茶树的原产地，因

11

茶的

基础

知识





为缅甸东部、泰国北部、越南、中国云南和印度阿萨姆这一区域内的自然条件都非常适宜茶树生长和繁衍，这就自然会形成茶树起源中心说。

我国有十个省、市、自治区的198处发现野生大茶树。在云南、四川、重庆和贵州等地的深山中，至今还保留着许多著名的野生大茶树，这些茶树的树龄据考察都在千年以上。1981年在龙陵县发现了一株树干直径达123厘米的大茶树；1983年在云南省镇沅千家寨的原始森林中还发现了野生大茶树群落，其中一棵古茶树已有二千多年树龄，树干直径达120厘米，树高25.6米；2002年又在双江县勐库大雪山发现了野生大茶树群落……这些野生大茶树群落的发现，为证

明中国是茶的故乡提供了最直接的物证。

中国是世界上最早利用和栽培茶树的国家，也是最早确立“茶”字读音、字形和字义的国家。现今世界各国的“茶”字和“茶”的译音均源于中国，如：英语中的茶为“Tea”，这是粤语茶字的发音。又如：法语中的茶为“Thè”，德语中的茶字为“Thee”或“Tee”，西班牙语中的茶作“Cha”，这些字的发音都是译自于我国各地茶字的发音。以上事例也从另一个侧面说明了中国是茶树原产地。

茶树生长区域与茶树品种

茶树在生长过程中不断地与周围环境进行物质和能量的交换，既受环境的制约，也影响着周围的环

◇ 浙江开化县生态茶园

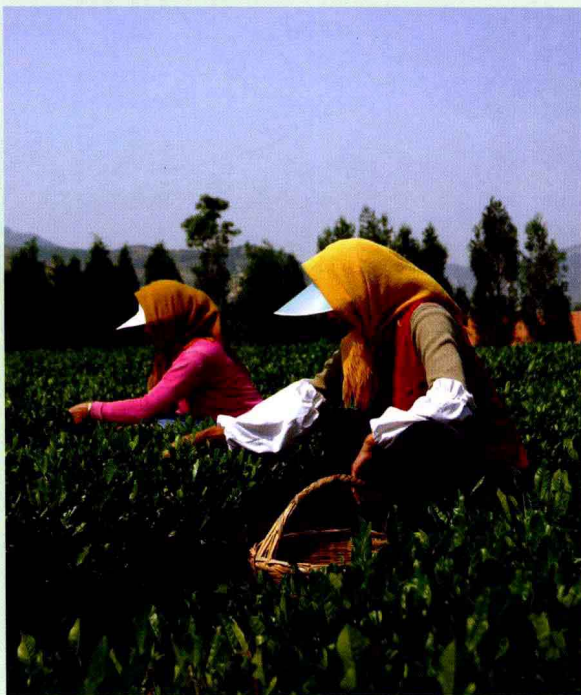


境。因此，选择适合茶树生长的自然环境，是保证茶树质量的关键，同时也影响着周围环境。

适宜茶树生长的主要区域是在亚热带和热带温暖湿润的地区。茶树生长地区的纬度与茶叶品质有较大关系，在南纬 45° 与北纬 38° 之间都可以种植茶树。茶叶科学家发现，北纬 30° 是地球上一条奇特的地质带，是优质绿茶产区最集中的地方，而中国的名优绿茶大部分都分布在 30° 左右的地质带上，从南纬 18° 的海南三亚到北纬 37° 的山东青岛、崂山，有21个省市自治区产茶，其中包括浙江、安徽、江西、福建、江苏、上海、广东、广西、湖南、湖北、重庆、四川、贵州、云南、海南、山东、河南、陕西、甘肃、西藏、台湾。

我国北自山东，南到海南的各省、区，均适合茶树的种植。高纬度地区适合种植中、小叶种茶树，低纬度地区适合种植大叶种茶树。高纬度光照较少的地区（如中国北方），其茶树合成氨基酸较多，比较适合制作绿茶；低纬度光照较多的地区（如中国的云南、海南等地），其茶树合成茶多酚物质较多，比较适合制作红茶。

同样，由于海拔高度的不同，



◇山东莒县茶园

如高山与平地，茶树生长环境也有区别。海拔较高的茶园多云雾、多漫射光，茶树合成氨基酸较多，有利于提高绿茶的品质。因此，名优绿茶一般都产自海拔较高的高山上。

茶树生长土壤与茶叶品质的关系

茶树是一种喜酸性土壤的植物，江南山地红黄土壤一般呈酸性，适宜种植茶树。但种植茶树的土壤要适度耕作，要求在土质疏松、土层深厚、有机质含量丰





◇ 山东崂山茶园



富、排水、透气和保水性良好的酸性土壤中生长，土壤酸碱度以pH值^①4.5~5.5为最佳。种植茶树的土壤如果严重板结，则会导致茶树营养吸收不良，降低茶叶的品质。

总之，土壤与茶叶品质关系十分密切，适宜茶树生长的土壤质地，一般以透气性和保水性都较好的砂壤土为好，黏性土较差；适宜于茶树生长的土壤厚度不得低于60

厘米；土壤的养分状况也是决定茶树生长的重要条件。以上要素都与茶叶品质的优劣有着重要的关系。

茶树生长温度、湿度与茶叶品质的关系

茶树是一种喜温暖、湿润的植物，最适合茶树生长的气候温度在18℃~28℃之间。在茶树生长的最佳温度范围内，茶树不仅芽叶生长旺盛，而且茶叶品质较好。

不同品种的茶树，对于温度的适应性有所差别。一般说来，小叶种茶树的抗寒性和抗旱性要比大叶种茶树强。同一个茶叶品种如绿茶，形成春茶和夏茶品质差异的主要原因是温度。因为，茶树在生长过程中温度相对较低时，有利于茶叶中氨基酸和蛋白质的形成和积累，但糖类的形成却较少，而氨基酸含量高是保证绿茶品质的重要因素。到了炎夏，当空气温度超过35℃时，茶树的生理活动受到抑制，茶叶的内含物质分解转化，此时无论是做绿茶还是红茶，品质都欠佳。

干旱的气候也会影响茶树生

^①pH是拉丁语“Pondus hydrogenii”一词的缩写（Pondus=压强、压力，Hydrogenium=氢），亦称氢离子浓度指数，是溶液中氢离子活度的一种标度，也就是通常意义上溶液酸碱程度的衡量标准。pH值越趋向于0表示溶液酸性越强，反之，越趋向于14表示溶液碱性越强，pH=7的溶液为中性溶液。