

普洱茶原产云南省，古今中外享有盛名。
它是用西双版纳地区仅有的滇青毛茶为原料，经再加工而制成的。

品茶系列

走出茶马古道的

普洱茶



普洱茶生产历史悠久，据南宋李石《续博物志》记载：「西藩之用普茶，已自唐朝。」西藩指居住在康藏地区的兄弟民族，普茶就是普洱茶，可见早在唐代就有普洱茶的贸易了。

茶之世界，其乐无穷

清代赵学敏《本草纲目拾遗》写道：「普洱茶出云南普洱府。」普洱府即现在的普洱县，是滇南的重镇，周围各地所产茶叶运至普洱府集中加工，再运销康藏各地，普洱茶因此得名。现在，云南西双版纳、思茅等地仍盛产普洱茶。

南国嘉木◎编著



走出茶马古道的

普洱茶

南国嘉木 编著



中国市场出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

走出茶马古道的普洱茶/南国嘉木编著. —北京: 中国
市场出版社, 2006.9

ISBN 7-5092-0103-9

I. 走... II. 南... III. 茶—简介—云南省
IV. TS272.5

* 中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 110827 号

书 名: 走出茶马古道的普洱茶

作 者: 南国嘉木

责任编辑: 王 群

出版发行: 中国市场出版社

地 址: 北京市西城区月坛北小街 2 号院 3 号楼 (100837)

电 话: 编辑部 (010) 68034118 读者服务部 (010) 68022950

发行部 (010) 68021338 68020340 68053489

68024335 68033577 68033539

经 销: 新华书店

印 刷: 北京市顺义向阳胶印厂印刷 (邮编: 101300)

规 格: 787×1092 毫米 1/16 10 印张 110 千字

版 本: 2006 年 10 月第 1 版

印 次: 2006 年 10 月第 1 次印刷

书 号: ISBN7-5092-0103-9/TS·10

定 价: 29.80 元



中国的茶文化有着源远流长的历史，是人类文明的宝贵财富。出产于云南的普洱茶是我国历史上最悠久的传统名茶，它愈陈愈香的特性有别于其他茶类，也是其古董价值的体现。

普洱茶具有独特的陈香，滋味醇厚甘甜，饮后令人心旷神怡。普洱茶不仅以品质称奇，而且还以功效取胜。近年来，人们的生活水平虽然日渐提高，但是糖尿病、高血脂、高血压等疾病却成为高发病，健康成为了人们关注的新话题。因此，具有显著的减肥、去脂和消食健胃等功效的普洱茶吸引了人们的广泛注意。

近年来，普洱茶不仅在国内畅销，美名更是远及海外。可以说，普洱茶不仅仅是一种饮品，更是一种文化。

本书编著者以将普洱茶的知识普及到大众为目的，用六个章节来全面介绍普洱茶的历史、制作工艺、品类、功效、选购及普洱茶茶艺的演示。全书语言通俗易懂，图文并茂，无论是品茶的老手还是初识普洱者，都能在书中觅得一方乐趣的天地。

走出茶马古道的普洱茶

丛书策划：红狐图书工作室

版式设计：南国嘉木

图片摄影：胡言

编 著：南国嘉木

中国是茶叶的故乡，茶文化源远流长，从古至今，
有许多名人与茶结缘，不仅写有许多对茶吟咏称道
的诗章，还留下不少煮茶品茗的趣事逸闻。

鸣 谢

在本书出版过程中，以下单位为我们提供了极大的帮助，在此一并表示感谢！

云南勐海——马帮兄弟：黎丽、黎珊、黎武

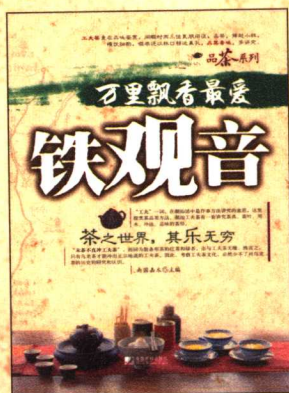
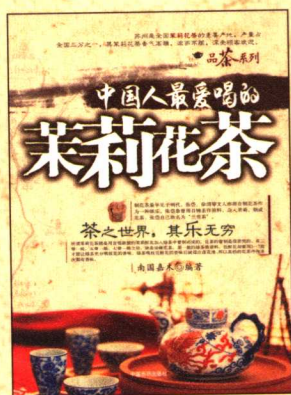
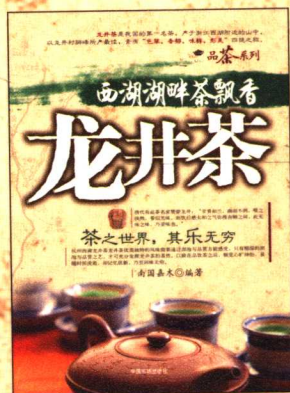
地址：北京马连道茶城1楼7排16号

电话：010-83646080 13811717129

云南敬昌号茶庄：张映仙

地址：北京马连道西里2号

电话：010-63427116 13911774375



责任编辑/王 群
封面设计/纸衣裳书装·孙希前
13911246075

目 录

壹 时光行走在茶马古道上

马背上行走，茶香飘古道 / 2 茶马古道上的足迹 / 5
时光见证马背上的普洱茶 / 10

贰 普洱茶的制作

六大茶山 / 22 制作普洱茶的茶树类型 / 31
适合制作普洱茶的茶树品种 / 34 普洱茶的制作加工 / 40

叁 精品普洱茶

饼茶 / 50

敬昌圆茶 / 50 同庆号圆茶 / 52 同兴号圆茶 / 55
福元昌圆茶 / 57 同昌号圆茶 / 59 鸿泰昌号圆茶 / 62
鼎兴号圆茶 / 64 红印圆茶 / 67 绿印圆茶 / 70 黄印圆茶 / 75

紧茶 / 77

勐景紧茶 / 77 鼎兴紧茶 / 78 班禅紧茶 / 79

砖茶 / 81

文革砖茶 / 81 勐海 7562 砖茶 / 82 可以兴砖茶 / 84

沱茶 / 85

红印沱茶 / 85 银毫沱茶 / 86



目 录

散茶 / 87

勐海现代女儿茶 / 87

金瓜圆形茶 / 88

金瓜贡茶 / 88

肆 普洱茶的选与藏

选购普洱茶的注意事项 / 92

普洱茶鉴赏 / 100

普洱茶存放技巧 / 106

收藏普洱茶 / 108

伍 普洱茶的冲泡

普洱茶的冲泡方式 / 112

冲泡普洱茶的准备事项 / 114

冲泡陈年普洱茶 / 122

冲泡近年普洱茶 / 125

紫砂壶冲泡熟普洱茶 / 126

盖碗冲泡生普洱茶 / 132

陆 走出茶马古道的普洱茶

现代普洱茶的发展 / 138

普洱茶改变了现代人的饮茶习惯 / 141

在香港热销的普洱茶 / 143

酷爱收藏普洱茶的台湾人 / 145

街边的普洱茶古董店 / 148

马帮兄弟在北京 / 151





马背上行走，茶香飘古道

茶马古道上的足迹

时光见证马背上的普洱茶

壹

时光行走
在

茶马古道
上



马背上行走， 茶香飘古道

千年古道 —— 茶马古道

茶马古道是与“丝绸之路”齐名天下，连接四川、西藏、云南直到东南亚的千年古道。这条古道从四川的雅安出发，经飞仙关，过始阳，走天全，出禁门关，翻二郎山，过泸定，至康定，达西藏，最后进入尼泊尔境内。茶马古道是我国西南地区一条经济、文化交流的贸易通道，在古代地区贸易与文化交流融合中扮演着重要的角色。尽管茶马古道的历史地位不容替代，但是比起丝绸之路来，茶马古道的名气就小了很多，正因为此，让更多的人了解茶马古道的历史来源就显得尤为重要。

古时，中原一带的茶叶市场被江苏、安徽等地的茶商霸占，而南方沿海一带有福建茶，四川和云南虽位于我国的边陲，却也是我国茶叶的主产区，所出产的茶叶除满足自身需求外，还承载着向西藏销售茶叶的重任。

与川蜀地区唇齿相依的藏族同胞对于茶叶非常喜欢，他们有一句俗语说“加察热，加霞热，加梭热”，翻译成汉语意思就

是“茶是血，茶是肉，茶是生命”，由此可见藏族人嗜茶如命的天性。可是，从地理环境来看，藏区酷寒的高原气候根本不适宜茶树的生长，所以所有的茶叶消费就只能依靠川、滇的茶叶供给。

西藏出产的良驹以及各种名贵的药材是川、滇的商人们非常钟意的交换品，于是，川、滇的茶叶便与西藏的马匹和药材交换易货。要将川、滇的茶叶运往西藏，需要翻山越水，路途十分艰险，因此，商人们的所有货物都由马匹运载，并连接成马帮，以保证安全。茶来马往，茶马互市诞生了。随着时间流逝，伟大的茶马古道就这样被人们走了出来。

现有的文献和历史文献资料证明，茶马古道应始于汉、兴于唐。唐代作家李肇在《国史补》中就有文字记载：唐朝使者常鲁公出使吐蕃，常在帐篷中烹茶，吐蕃赞普见后问道：“此为何物？”常答：“此为解渴去烦之物，名‘茶’。”赞普细察，笑曰：“吾亦存焉。”遂令从人取出大筐，常观，果为茶耳，皆为徽、闽、川之良物，然赞普不能用。后，常示之，且言其妙。至此，赞普饮之，藏胞亦然。这段记载说明在唐时的吐蕃除了极少数位居高层的人外，普通人不可能知道茶是如何饮用的。茶马互市的兴起，促进了藏汉经济的交往。唐朝在许多地方都设置



古时在茶马古道上交易的人们



“茶马司”，用以结善并控制西北各少数民族。当时，朝廷将茶叶的销售分为官茶和商茶两种：官茶，由政府机构采购并进行交易；商茶，由茶商向户部纳税交易。

从宋、元、明、清开始，朝廷多次大规模开通川藏古道，把茶叶更多地输进了藏区。宋朝时，因北方边疆战事不断，辽、金、西夏等游牧部落的侵扰，战事和运输需要大量的马匹，宋王朝便把“茶马互市”的重点从西北转移到西南。四川的黎州（汉源）、雅州（雅安）便成了“茶马互市”的重要市场；明、清两代大体沿袭旧制，只是到了清代晚期才将茶叶向民间开放。清朝后期，清政府被迫签订不平等条约后，云南的昆明等地被迫开放为通商口岸。随着铁路的修筑，铁路经营权等落入外国人手中，逐渐改变了云南的运输及经济贸易，古老的以人和马队为主的运输方式日益衰败。



抗日战争时期，滇缅公路被日寇截断，在沿海地区沦陷后，茶马古道就是当时国内唯一的陆路国际通道。

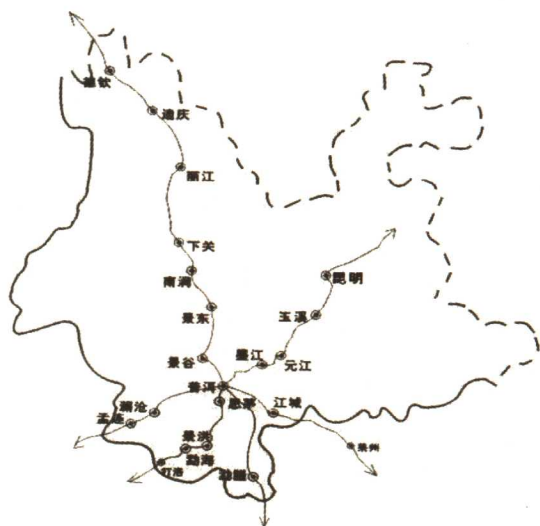
古时在茶马古道上交易的人们

现在，数千公里的古道被现代化公路取代或是隔断，但任凭时光变迁，茶马古道在路途中留下的马蹄足印和人们对古道的深情亦不会被岁月冲蚀。

茶马古道上的足迹

茶马古道线路

茶马古道包括四川、云南、西藏三大区域，延伸到广西、贵州、湖南等省区，并直接抵达印度、尼泊尔、锡金、不丹和东南亚的缅甸、越南、老挝、泰国等国家。作为一条商品交换的重要运输通道，茶马古道有两条主要干线：滇藏线和川藏线。兴盛之时，古道更是扩展至印度、越南、缅甸等地，可与“丝绸之路”相媲美。



茶马古道

滇藏线

从云南省的西双版纳、思茅等地出发，经大理、丽江、香格里拉、迪庆、德钦，到西藏的芒康、昌都、波密、拉萨，而后再经藏南的泽当及后藏的江孜、亚东，然后出境。

川藏线

从四川省的雅安出发，经泸定、康定、巴塘、昌都至拉萨，再经日喀则出境到尼泊尔、缅甸、印度。



古道上的印迹

天全

天全是茶叶的盛产区，由于地理位置特殊，与藏区康巴相邻，因而“茶马互市”交易更盛。过天全县城，出禁门，便是二郎山系。这是茶马古道的必经之地，相对于年代更为古老，被历代官府称为“官道”的经荣经、泥头、磨西至泸定、康定的“大路”，此路俗称“小路”，所背之茶亦称“小路茶”。无论“大路”、“小路”都要路经此地，都要翻越 3200 多米的马鞍山和 5000 多米的二郎山，因而二郎山南麓山脚有地名曰“两路”。

陡险的地势使骡马难以通行，只有人的手脚并用，才能攀援通行。所以，各地古道中从天全禁门关至康巴路段有一处独有的奇观，就是人力背茶。背夫们一行十人、八人，从茶商的库房里领取茶包，再一同背往指定的地方。

康定



康定风光，马帮走过的路

茶马古道的总行程在万里以上，是世界上通行里程最长的古代商路，沿途的每站都可以作为终点或者是起点，而当时最大的

贸易中转站便要属四川的康定了。

从雅安、名山、荥经、天全、泸定等地到藏汉商贸重镇康定，从康定又分南北两线分别到达青海玉树、昌都，再经西藏芒康、察雅、江达等地直至拉萨，这就是历史上的茶马古道，是我国历史最为悠久、运输茶叶最多及汉藏民族文化、经济往来最为重要的通道。

西来的马帮到达康定，就要在这里转换运输工具或者就地进行茶马贸易。公元 1696 年，清康熙帝批准了在康定进行茶马互市贸易的请求，从此康定成为了内地与西藏地区之间主要的商业中心。中国的丝绸、茶叶等商品经过康定运往西方，而南亚、欧洲、美洲的商品也从这里销往中国内地。

丽江

马帮曾经驻足停留、进行商品集散 的驿站，成为了后来的城镇。今天的云南丽江古城就是迄今为止茶马古道上保存最为完好的古城，被誉为“活着的茶马重镇”。丽江曾是滇西最著名的商贸中心，也是滇西北的政治、经济重镇。丽江古城以四方街为代表的大研镇已经有 800 年的历史了，是一个以纳西族居民为主的古老城镇。丽江民居土木建构的瓦房古香古色，以古朴的艺术风格闻名于世。



马帮行走在丽江



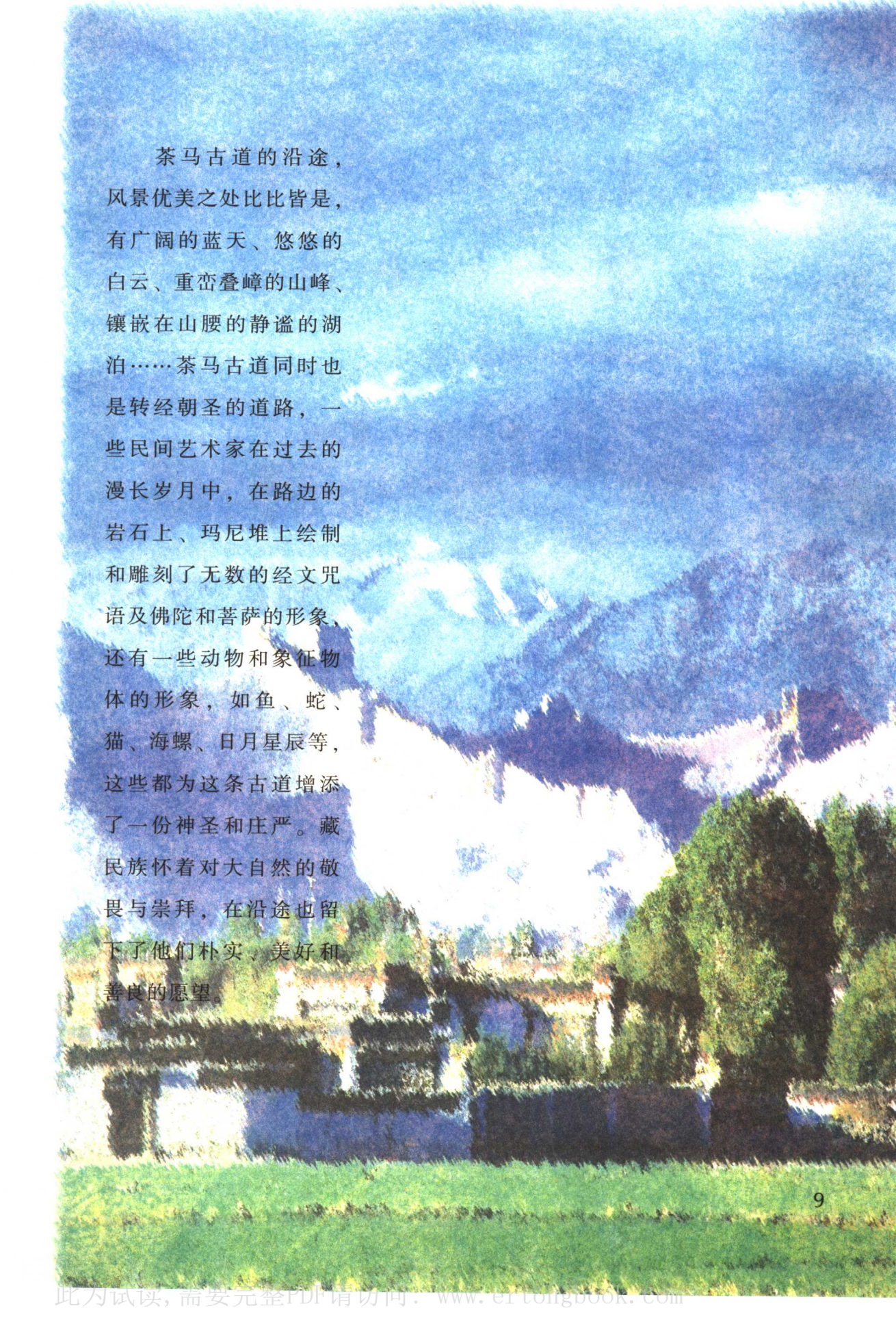
茶马古道 —— 穿行于时间的道路



茶马古道入藏风光

茶马古道是一条充满了艰险的征途。西南地区山高水急，于是马帮成了唯一适用的运输方式，人与马结伴而行，不分昼夜，越过一座座山头，经过一个个村庄，在这条人力与马力踩踏出来的道路上，人与马之间也结成了浓厚的情意，成就了一个个跋山涉水的美好传说。

古道是走出来的，这一走就是几千年。在几千年漫长的岁月中，它历经风雨，铸就了历史和文明。随着现代化交通手段的日益发达，茶马古道已被 214 国道、317 国道、318 国道所代替，然而在人们的心中，永远有着一一条可以与“丝绸之路”相媲美的茶马古道。虽然说现代文明替代了它，但它不是消失，更不是灭亡，它承载着人类历史上一段美好的过去，是人类向前发展史上一座闪耀着光彩的里程碑，而铸成这座里程碑的是源自于人类的坚忍不拔和自强不息。



茶马古道的沿途，
风景优美之处比比皆是，
有广阔的蓝天、悠悠的
白云、重峦叠嶂的山峰、
镶嵌在山腰的静谧的湖
泊……茶马古道同时也是
转经朝圣的道路，一些
民间艺术家在过去的漫
长岁月中，在路边的岩
石上、玛尼堆上绘制和
雕刻了无数的经文咒语
及佛陀和菩萨的形象，
还有一些动物和象征物
体的形象，如鱼、蛇、
猫、海螺、日月星辰等，
这些都为这条古道增添
了一份神圣和庄严。藏
民族怀着对大自然的敬
畏与崇拜，在沿途也留
下了他们朴实、美好和
善良的愿望。