

# 中国茶经

彩色图鉴

CHINA TEA  
COLOR PICTURE  
GUIDE

裴华◎主编

山西出版传媒集团  
山西科学技术出版社

你与“品茶达人”只有一本书的距离



# 中国茶经彩色图鉴

ZHONG GUO CHA JING CAI SE

裴华 主编



中国出版传媒集团

中国科学技术出版社



## 图书在版编目 (CIP) 数据

中国茶经彩色图鉴 / 裴华主编. —— 太原 : 山西科学技术出版社, 2016. 8

ISBN 978 - 7 - 5377 - 5386 - 9

I. ①中… II. ①裴… III. ①茶文化 - 中国 - 图解 IV. ①TS971 - 64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 161093 号

---

## 中国茶经彩色图鉴

---

出 版 人: 张金柱

主 编: 裴 华

责任编辑: 宋 伟

责任发行: 阎文凯

封面设计: 杨宇光

---

出版发行: 山西出版传媒集团·山西科学技术出版社

地址: 太原市建设南路 21 号 邮编: 030012

编辑部电话: 0351 - 4922134 0351 - 4922063

发行电话: 0351 - 4922121

经 销: 各地新华书店

印 刷: 山西人民印刷有限责任公司

网 址: [www.sxkjscbs.com](http://www.sxkjscbs.com)

微 信: sxkjcbbs

---

开 本: 787mm × 1092mm 1/16 印张: 25

字 数: 737 千字

版 次: 2016 年 8 月第 1 版 2016 年 8 月山西第 1 次印刷

印 数: 1 - 2400 册

---

书 号: 978 - 7 - 5377 - 5386 - 9

定 价: 88.00 元

---

本社常年法律顾问: 王葆柯

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与发行部联系调换。

# 编委会

主 编 裴 华

副主编 谢 宇 刘亚飞 向 云 赵丽娟

编 委 谢 宇 吴 晋 杨冬华 冷艳燕 吕凤涛

魏献波 王 俊 王丽梅 徐 伟 许仁倩

晏 丽 于承良 于亚南 张 娇 张 淼

郑立山 邹德剑 邹锦江 陈 宏 汪建林

刘鸿涛 卢立东 黄静华 刘超英 刘亚辉

袁 玫 张 军 董 萍 鞠玲霞 吕秀芳

叶 红 刘迎春 杨 涛 段洪刚 蒋思琪

刘瑞祥 李世杰 郑小玲 马 楠

美术设计 天宇工作室 (xywenhua@aliyun.com)

图文制作 李建军

法律顾问 北京中银律师事务所 李永兰律师



# Preface 前言

茶，源于中国，是东方文化中的重要组成部分之一。自发现至今，已有数千年的历史。在这期间，茶作为一种饮料，并成为举国之饮，早已为人们所熟知；作为一种延年益寿、防病治病的药物，也早已应用在医学临床实践。

茶可以作为饮料是中国人的一项重大发现。它的利用历史和药用植物一样久远。茶的开发和利用，经历了由食用到药用，再到饮用的几个不同阶段。成书于东汉时期的《神农本草经》中记有“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶而解之”的说法。在5000多年前，民间传说有位最早发明农业、医药，被后人称为“神农氏”的人，为了解除民众的病痛，遍尝百草，寻找能治病的植物。有一次，他先后尝了72种毒草，毒气聚腹，五脏若焚，四肢麻木，便躺倒在一棵树下。忽然，一阵凉风吹过，一片树叶落入口中，清香甜醇，他的精神为之一振，便将树上嫩枝叶采下再咀嚼，毒气遂退去，全身舒适轻松。神农氏认定此种树叶为治病良药，并称它为“茶”，即今天的茶。从此，茶就在世间代代相传。据说茶由药用发展为药饮并用，也是神农经过多次品饮，反复检查，才认定并传于后世。

茶香，宁静却可以致远，茶人，淡泊却可以明志。在时空转移的变换中，那散发着的和品饮着的是中国古老的文化。

现代社会生活节奏快，生活压力大，人们身心疲倦而无从释放，而古代文人雅士也有时代的困境和生活的压力，但他们却能从容淡泊，是如何做到的呢？其实放慢你的脚步，品一杯茶，就能品饮出高雅，感悟到生命的本质。

本书介绍了茶的起源和历史，阐述了绿茶、红茶、乌龙茶、白茶、黄茶、黑茶、花茶七类茶的特点及冲泡技巧，描述了我国各地名茶的生长环境、发展历史及特点，漫谈了茶具的起源、发展、保养以及各种材质茶具的鉴赏。还有精彩绝伦的茶艺表演，带你走进茶艺的精彩世界。对于茶叶的选购和贮藏、茶与健康、

茶与文学艺术等也做了简单介绍。

人们爱茶，不仅仅是因为茶能解渴，更因为喝茶是一种享受。一个人休闲在家，泡一杯茶，读书看报，感觉神清气爽，气定神闲；与亲人一起促膝品茗，谈笑风生，其乐融融；坐在茶楼，和好友共饮一壶好茶，谈天说地，道古论今，惬意无比。

这些年来，饮茶更成为一种时尚，都市里的茶肆林立，被视为中产阶层的“小资”们交往的主要场所。在饮茶之余常常谈到有关茶的话题，如有关茶的传说、茶的来历、饮茶养生等等。

每个人都有自己喜欢喝的茶，对于爱茶人来说，识茶、鉴茶、泡茶、品茶是喝茶时不可或缺的乐趣。希望此书能和你一起走进茶的清香世界，尽享茶给你带来的乐趣。

本书语言通俗，图片清晰，集趣味性、知识性、文化性于一体。饱览此书，犹如畅游浩瀚的中华茶文化长河，不亦乐乎！

本书在编辑过程中得到了很多人的关心和指导，在此表示诚挚的感谢。由于编者的水平有限，编写时间比较匆忙，如有不足或错漏之处，敬请谅解。

编者





# CONTENTS 目录

## PART1

### 话茶：中国茶文化概述

第一章 茶起源于华夏大地·····	2
一、“神树”茶的发现·····	2
二、茶字的演变和形成·····	6
三、中国的茶区和茶叶分类·····	7
四、茶饮之风的形成·····	10
第二章 认识茶文化·····	15
一、中国茶文化的萌芽·····	15
二、古代饮茶法的流变·····	16
三、中国茶文化的内核·····	20
四、五花八门的茶俗·····	24
五、茶与少数民族生活·····	29
六、茶与茶政·····	30
七、茶的养生文化·····	31
八、茶与茶具·····	34
九、茶文化与地名、出版、农药、洗涤·····	35

## PART2

### 传播：中国茶文化走向世界

第一章 中国茶叶对外贸易的运输路线·····	38
一、茶叶迈出国门历史综述·····	38
二、丝绸之路与茶叶贸易·····	39
三、茶马古道与茶叶贸易·····	41
四、茶叶之路与茶叶贸易·····	42
五、海上茶路与茶叶贸易·····	46

<b>第二章 中国茶扎根在世界各地</b> .....	47
一、中国茶传向朝鲜、日本 .....	47
二、中国茶两宋时期传向南亚诸国 .....	50
三、亚洲茶文化圈体系的形成 .....	52
四、日本茶道形成四阶段 .....	53
五、中日两国茶文化的比较 .....	59
六、朝鲜茶礼与中国儒家礼制 .....	62
七、欧洲人的饮茶习俗 .....	63
八、苏联的三种饮茶习俗 .....	66
九、美洲、非洲国家的饮茶习俗 .....	67

## PART3

# 茶艺：茶与人合一的至高境界

<b>第一章 茶艺：人之美</b> .....	70
一、仪表美 .....	70
二、风度美 .....	71
三、语言美 .....	73
四、心灵美 .....	75
<b>第二章 茶艺：茶之美</b> .....	78
一、茶叶的名字美 .....	78
二、茶叶的外形美 .....	78
三、茶汤的色泽美 .....	79
四、茶汤的香气动人 .....	80
五、茶入口的味道美妙 .....	81
<b>第三章 茶艺：水之美</b> .....	83
一、美水标准 .....	83
二、泡茶用水的分类 .....	84
三、古代名人眼中的水美 .....	86
<b>第四章 茶艺：器之美</b> .....	90
一、茶具的造型美观 .....	90
二、茶具的选用和搭配传递美感 .....	93
<b>第五章 茶艺：境之美</b> .....	94
一、环境美 .....	94
二、艺境美 .....	96
三、人境美 .....	96



四、心境美 .....	98
<b>第六章 茶艺：艺之美</b> .....	<b>99</b>
一、茶艺程序编排的内涵美 .....	99
二、茶艺表演的动作美和神韵美 .....	100
<b>第七章 品茶艺术鉴赏</b> .....	<b>102</b>
一、品饮四要义 .....	102
二、各类茶的品饮要求 .....	110
<b>第八章 茶艺师的礼仪要求</b> .....	<b>112</b>
一、仪容仪态 与茶具、环境相匹配 .....	112
二、行为举止 走、站、坐有规矩 .....	113
三、言语谈吐 亲切大方且得体 .....	115
<b>第九章 各类茶的茶艺鉴赏</b> .....	<b>116</b>
一、祁门工夫红茶茶艺 .....	116
二、台式乌龙茶茶艺 .....	117
三、绿茶茶艺 .....	118
四、禅茶茶艺 .....	123

## PART4

# 名茶：遇水即见真味

<b>第一章 江苏名茶</b> .....	<b>130</b>
一、碧螺春 形状卷曲如螺色碧绿 .....	130
二、雨花茶 茶芽入水个个直立 .....	131
三、无锡毫茶 色泽灰中透翠条索肥 .....	132
四、雀舌茶 形似雀舌汤色亮 .....	133
五、花果山云雾茶 汤色绿中透着清澈 .....	133
六、阳羡紫笋 鲜芽色紫形如春笋 .....	134
<b>第二章 安徽名茶</b> .....	<b>136</b>
一、黄山毛峰 形似雀舌汤味厚 .....	136
二、太平猴魁 两头尖不散不翘不卷边 .....	137
三、九华毛峰 色泽绿润微泛黄 .....	139
四、祁门红茶 色泽乌黑射“宝光” .....	140
五、顶谷大方、绿牡丹 产于歙县山水间 .....	141
六、涌溪火青 形若珠粒入杯有声 .....	142
七、天柱剑毫 浑身白毫最特色 .....	143
八、舒城兰花、岳西翠兰 出于舒城山川中 .....	144

九、宣城敬亭绿雪 形似雀舌露白毫 .....	145
十、六安瓜片 只舍叶片无茶梗、芽尖 .....	146
十一、松萝茶 色绿香高味道浓 .....	148
<b>第三章 浙江名茶</b> .....	<b>149</b>
一、西湖龙井 泡水散发豆香气最独特 .....	149
二、顾渚紫笋 鲜叶幼嫩比肩碧螺春 .....	151
三、天目青顶 条索紧结芽毫露 .....	152
四、安吉白片 外形扁平挺直翠色隐 .....	153
五、鸠坑毛尖、兰溪毛峰、千岛玉叶、清溪玉芽 千岛湖“四宝” .....	154
六、建德苞茶 一芽一叶气质殊 .....	156
七、江山绿牡丹 外形条直似花瓣 .....	157
八、开化龙顶 身披银毫伴有幽兰香 .....	158
九、婺州举岩、双龙银针 产自金华山地区 .....	159
十、仙居碧绿 条索紧直香持久 .....	160
十一、华顶云雾 外形紧曲汤色绿明 .....	160
十二、雁荡毛峰 茶汤浅绿明亮味道醇 .....	161
十三、珠茶、日铸雪芽 出于绍兴史悠长 .....	162
十四、普陀佛茶 与洞庭“碧螺春”争胜 .....	164
十五、香菇寮白毫 一芽一叶香味浓 .....	164
十六、乌牛早茶 外形光滑体肥嫩 .....	165
十七、惠明茶 茶中珍品甲天下 .....	166
<b>第四章 湖南名茶</b> .....	<b>167</b>
一、安化松针 条索长直浑圆像松针 .....	167
二、岳麓毛尖、高桥银峰 来自长沙大山里的茶芽 .....	167
三、碣滩茶 嫩香持久汤色明 .....	169
四、官庄毛尖 汤嫩水清回味悠长 .....	170
五、南岳云雾茶 香味浓郁味甘醇 .....	171
六、韶峰茶 条索肥壮汤色清 .....	171
七、君山银针 汤色红润芽头肥 .....	172
<b>第五章 湖北名茶</b> .....	<b>173</b>
一、宜昌红茶、峡州碧峰、邓村绿茶 宜昌“三宝” .....	173
二、隆中茶 茶汤清澈香气久 .....	174
三、恩施玉露 色绿贵如玉 .....	174
<b>第六章 江西名茶</b> .....	<b>176</b>
一、婺源茗眉 外形弯曲似蛾眉 .....	176
二、云林茶 入水透出春兰香 .....	176
三、通天岩茶 色泽润绿银毫显 .....	177
四、上饶白眉 银毫披身似裹雪 .....	177

五、庐山云雾 茶芽隐绿气芬芳 .....	178
六、双井绿、宁红工夫茶 产于修水县的两种香茗 .....	179
七、井冈翠绿 茶芽遇水如天女散花 .....	180
<b>第七章 河南名茶</b> .....	<b>182</b>
信阳毛尖 外形细圆紧直多白毫 .....	182
<b>第八章 福建名茶</b> .....	<b>183</b>
一、铁观音、黄旦 安溪山水孕育 .....	183
二、大红袍 茶叶冲水后红绿相间 .....	184
三、天山绿茶 集“三绿”于一身 .....	186
<b>第九章 广西名茶</b> .....	<b>187</b>
一、西山茶 形似龙卷味甘爽 .....	187
二、桂林毛尖 香气清高味道醇 .....	188
三、象棋云雾 色泽翠绿油润 .....	189
<b>第十章 广东名茶</b> .....	<b>190</b>
凤凰水仙 叶尖下垂如鸟嘴 .....	190
<b>第十一章 四川名茶</b> .....	<b>191</b>
一、竹叶青、峨眉蕊 “普贤道场”峨眉山出品 .....	191
二、峨眉毛峰 汤色黄中夹绿驰名海内外 .....	193
三、蒙顶甘露 外形紧卷香气浓 .....	193
四、青城雪芽 芽叶壮丽耐冲泡 .....	194
五、文君嫩绿 古代爱情传说涨身价 .....	195
<b>第十二章 云南名茶</b> .....	<b>197</b>
一、普洱茶 滋味醇厚药效高 .....	197
二、云海白毫 茶汤甘美如饴 .....	197
三、南糯白毫 品后齿颊留香 .....	198
四、滇红工夫茶 条索肥硕生金毫 .....	198
五、化佛茶 冷热闻香香不同 .....	199
六、苍山雪绿 色泽墨绿油润 .....	199
<b>第十三章 贵州名茶</b> .....	<b>200</b>
一、都匀毛尖 “三绿透三黄”是个性 .....	200
二、遵义毛峰 汤色碧绿味鲜醇 .....	201
三、湄江翠片 形如瓜子沁鼻香 .....	201
四、贵定云雾 形似鱼钩身段美 .....	202
<b>第十四章 台湾名茶</b> .....	<b>203</b>
冻顶乌龙 半球外形飘出焦糖香 .....	203



## PART5

### 茶道：解读中国茶文化的核心

第一章 中国茶道的“七义一心” .....	206
一、何为“七义” .....	206
二、“一心”指什么 .....	216
第二章 中国茶道的真善美 .....	218
一、生命之美的延伸 .....	218
二、茶道即人道 .....	218
三、天人合一 .....	219
四、中国茶道的俭德思想 .....	222
五、中国茶道的修养方法 .....	222
六、中国茶道的养生观念 .....	224
七、中国茶道的人际关系内涵 .....	226

## PART6

### 选藏：挑选和存放茶叶有技巧

第一章 茶叶选购是门大学问 .....	228
一、六大类茶的特点 .....	228
二、再加工茶的特点 .....	231
三、评价好茶的标准 .....	231
四、购茶前需要考虑的要素 .....	233
五、选购茶叶的方法 .....	235
六、茶叶品质的鉴别 .....	236
第二章 茶叶保存窍门多 .....	247
一、茶叶存放变质的五种因素 .....	247
二、影响茶叶品质的四个外界条件 .....	248
三、茶叶的包装 .....	250
四、茶叶的贮存 .....	251

## PART7

### 泡茶：茶叶的冲泡技艺

第一章 沏茶使用的器具 .....	256
一、器具的分类 .....	256

二、茶具的选配、清洁及保养 .....	258
三、选件好茶壶从何处入手 .....	261

<b>第二章 茶叶的冲泡</b> .....	<b>263</b>
一、泡茶要素 .....	263
二、泡茶用水的选择 .....	267
三、泡茶的一般程序 .....	270
四、各类茶叶的冲泡技巧 .....	271

## PART8

# 茶具：激活茶叶灵性的载体

<b>第一章 中国茶具发展概述</b> .....	<b>280</b>
一、茶具承载着人文情怀 .....	280
二、茶具是社会发展的缩影 .....	287
三、专用茶具的确立 .....	290
<b>第二章 茶具的历史演变</b> .....	<b>293</b>
一、唐代茶具特点 .....	293
二、两宋茶具特点 .....	305
三、元代茶具特点 .....	312
四、明代茶具特点 .....	314
五、清代茶具特点 .....	319
<b>第三章 古代名窑茶具的艺术特色</b> .....	<b>322</b>
一、古代茶具瓷为首 .....	322
二、长沙窑茶具 开创釉下彩先河 .....	328
三、越窑茶具 秘色瓷备受推崇 .....	329
四、两宋官窑茶具 烧制极精专供皇室 .....	329
五、建窑茶具 以烧制黑釉茶盏闻名 .....	330
六、德清窑茶具 烧制黑釉茶具技术精湛 .....	331
七、钧窑茶具 茶具釉色绚丽多变 .....	331
八、定窑茶具 白瓷彰显清逸典雅 .....	332
九、汝窑茶具 天青釉色最独到 .....	333
十、耀州窑茶具 精巧玲珑赛过金器玉雕 .....	334
十一、哥窑茶具 “紫口铁足”独成一派 .....	335
十二、德化窑茶具 “象牙白”享誉欧洲 .....	336
十三、邢窑茶具 质地细腻洁白如雪 .....	336
十四、龙泉窑茶具 器形雅釉色丰厚 .....	337
十五、吉州窑茶具 “剪纸漏花”名噪天下 .....	338

十六、湘阴窑茶具 多施半釉 .....	339
十七、景德镇窑茶具 青花瓷冠绝古今 .....	340
十八、宜兴窑茶具 紫砂传美名 .....	340
<b>第四章 茶具的功能分类</b> .....	<b>342</b>
一、主茶具 .....	342
二、辅助用具 .....	345
三、备水器具 .....	348
四、备茶器具 .....	349
五、盛运器具 .....	349
六、泡茶席 .....	350
七、茶室用具 .....	350
<b>第五章 茶具的材质分类</b> .....	<b>351</b>
一、金属茶具 .....	351
二、瓷器茶具 .....	352
三、紫砂茶具 .....	361
四、琉璃茶具 .....	364
五、搪瓷茶具 .....	364
六、竹木茶具 .....	365
七、漆器茶具 .....	366
八、木鱼石茶具 .....	367
<b>第六章 茶具的日常保养</b> .....	<b>368</b>
一、紫砂茶具的保养十点 .....	368
二、红木茶具的保养要求 .....	369
三、木鱼石茶具的保养方法 .....	370

## PART9

# 保健：香茗常啜最养人

<b>第一章 茶为什么养人</b> .....	<b>372</b>
一、茶叶含有哪些营养成分 .....	372
二、饮茶的八大养生功效 .....	376
三、如何喝茶才科学 .....	379
<b>第二章 11款保健治病药茶</b> .....	<b>384</b>





PART  
1

# 话茶： 中国茶文化概述



# 第一章 茶起源于华夏大地

## 一、“神树”茶的发现

茶树这种植物在地球上已经有数千万年的历史，然而茶叶被人们发现和利用，只不过是四五千年以前的事。在原始社会时期，没有发明文字，人类活动和经验只能依靠口和耳代代相传。我国最早的字书《尔雅·释木》（成书于秦汉年间，约公元前200）中就有“檟，苦茶”之说。经考证，“茶”即是现今“茶”的古名字。东晋常璩所撰《华阳国志》一书多处谈到茶事，如《华阳国志·巴志》中记述：“周武王伐纣，实得巴蜀之师，著乎《尚书》……丹、漆、茶、蜜……皆纳贡之。”周武王率领南方八国伐纣是在公元前1066年，这说明早在3000多年以前，巴蜀一带已用当地所产茶叶作贡品了。用文字记录人类活动，往往滞后于事实本身很长一段时间，因此可以推断，早在3000多年前，我国云贵高原的川、滇、黔相邻地带已经开始了茶叶的栽培和加工。迄今为止，世界上还未见有国家比我国更早发现和记载茶，我国是最早种植和饮用茶的国家。



雪夜访普图

公元前1066年，这说明早在3000多年以前，巴蜀一带已用当地所产茶叶作贡品了。用文字记录人类活动，往往滞后于事实本身很长一段时间，因此可以推断，早在3000多年前，我国云贵高原的川、滇、黔相邻地带已经开始了茶叶的栽培和加工。迄今为止，世界上还未见有国家比我国更早发现和记载茶，我国是最早种植和饮用茶的国家。

### 1. 茶原产自中国西南部

自古以来，许多书籍记载了我国西南地区有大茶树。唐代陆羽《茶经》中称：“茶者，南方之嘉木也，一尺，二尺乃至数十尺。其巴山峡川有两人合抱者，伐而掇之。”宋代太平兴国年间的《太平寰宇记》中说：“泸州（今四川南部）有茶树，夷人常携瓢攀登采茶。”北宋沈括





紫砂壶及小瓷杯

《梦溪笔谈·杂志二》中曾谈到“建茶皆乔木”。明代《云南大理府志》中记载：“点苍山……产茶，树高一丈。”解放后，考察发现的大茶树就更多了。据统计，在云、贵、川等省的200多处都有大茶树，甚至有的地区是成片分布的，如云南省思茅地区镇源县千家寨的古茶林群落，面积达数千亩之多。云南省勐海巴达大黑山有一棵大茶树，树高达32.12米，胸围2.9米，树龄估计在1700年以上，是迄今发现的树龄最老的野生茶树。位于勐海县南糯山麓，被称为“茶树王”



茶具组合（一套）