

说茶系列



中华饮茶之风始于巴蜀，盛在江南，然而，作为一种文化，它深受诞生于齐鲁大地的儒家思想的浸润。

一杯茶，品人生沉浮  
平常心，造万千世界

南国嘉木◎主编

# 茶道

人生

雪夜清甘涨井泉  
——毫无复矣心事  
陆游

自携茶灶就烹煎  
不枉人间住百年



说茶系列·

# 茶道人生

南国嘉木 主编



中国市场出版社

图书在版编目 ( C I P ) 数据

茶道人生/南国嘉木主编. —北京: 中国市场出版社,

2006.6

ISBN 7-5092-0037-7

I. 茶... II. 南... III. 茶—文化—世界

IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 ( 2006 ) 第 039967 号

---

书 名: 茶道人生

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 12 印张 102 千字

版 本: 2006 年 6 月第 1 版

印 次: 2006 年 6 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-5092-0037-7/TS·4

定 价: 29.80 元

---

# 前 言

茶道是以艺术品茶招待宾客的一整套礼节或仪式。

茶道是有关修身养性、观摩学习的礼仪，也是进行社会交际的一种特有的风俗。最早在唐人封演撰写的《封氏闻见记》中就有关于茶道的记载：“……茶道大行，王公朝士无不饮者。”

茶道除讲究独特的品饮方法外，还蕴含茶“礼”，强调以茶来修“德”。故饮茶者也应是“精行俭德”之人，要“自修内省”，在自然中培育文明。千百年来，中国的文人士大夫们有意识地把品茶作为一种能显示高雅涵养、寄托情感、表现自我的艺术活动来刻意追求、创造和欣赏，是集儒、佛、道与民风、民俗于一炉的中华文化。

茶道原本指“茶之道”，是茶文化中的核心，是茶文化的上层领域及目的。但今天的茶道已演变成以茶修德前提下讲究泡茶方式、品茶艺术的代名词和以茶待客的一整套礼仪。

# 目 录

## 第一部分 中国茶道

### 茶叶的分类 2

- 1 按发酵程度不同分类/3
- 2 按茶色不同分类/4
- 3 按季节分类/6
- 4 按生长环境分类/8

### 茶叶的鉴别 12

- 1 鉴别干茶的方法/13
- 2 茶汤评茶/17

### 茶叶的选购 19

- 1 十大名茶的真假识别/20
- 2 如何选购红、绿茶/25
- 3 区分春、夏、秋茶/27
- 4 买茶之去处/28

### 茶叶的保存 32

- 1 家庭保存茶叶的储藏方式/33
- 2 家庭保存茶叶的注意事项/36
- 3 影响茶叶变质的环境因素/37
- 4 茶叶长期贮存后的处理方法/38

### 茶与具的完美结合 39

- 1 茶具的选择/40
- 2 茶具大观/44

### 茶与水的合鸣 54

- 1 名泉/55
- 2 其他用水/74
- 3 泡茶用水的选择/81

## 第二部分 外国经典茶道

### 精致的日本茶道 86

- 1 日本茶道发展史/87
- 2 中、日茶文化交流/111
- 3 现代日本茶道的表演/112
- 4 现代日本茶道精神/116

### 韩国茶文化 118

- 1 韩国茶道发展史/119
- 2 现当代中、韩茶文化交流/127

### 英式茶道的韵味 129

- 1 英国人喜欢喝的茶/130
- 2 英国人喝茶的历史/131
- 3 茶饮法/134
- 4 美丽的茶具/135
- 5 享用美味红茶/140
- 6 英式下午茶/142

### 其他国家的独特茶俗 152

- 1 阿根廷的马黛茶/153
- 2 美国人喝茶/156
- 3 加拿大茶饮/158
- 4 摩洛哥人喝茶/160
- 5 德国人喝茶/163
- 6 法国茶饮/165
- 7 毛里塔尼亚茶饮/167
- 8 巴基斯坦茶饮/170
- 9 土耳其人喝茶/172
- 10 印度人喝茶/174
- 11 俄罗斯人喝茶/176
- 12 伊拉克人喝茶/178
- 13 保加利亚的“摇头茶”/179
- 14 阿拉伯半岛上的敬茶习俗/179
- 15 斯里兰卡茶饮/180
- 16 澳大利亚和新西兰茶饮/182
- 17 西北非一些国家的茶俗/184
- 18 其他地区的饮茶习俗/185

# 第一部分

## 中国茶道



茶叶的分类

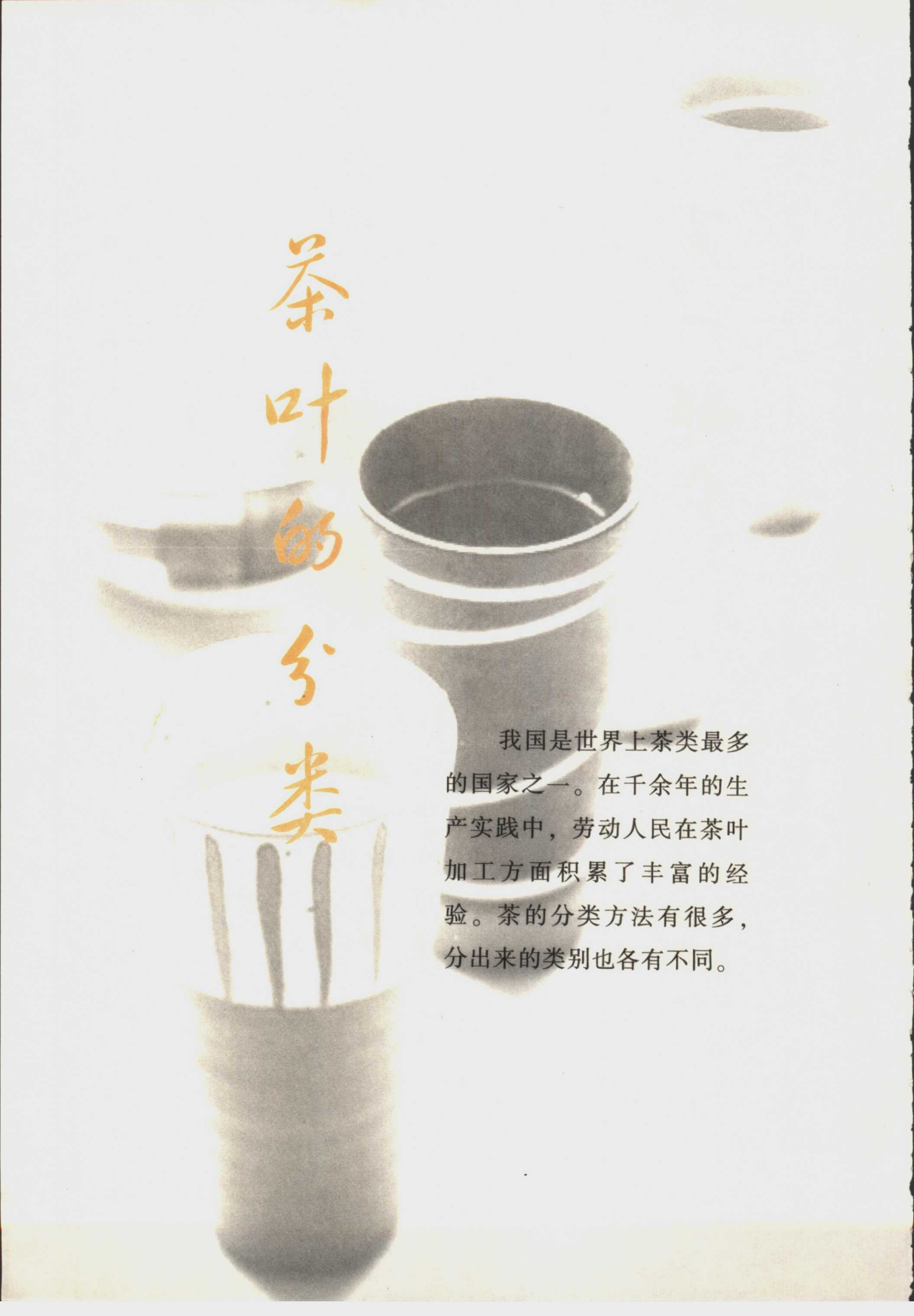
茶叶的鉴别

茶叶的选购

茶叶的保存

茶与具的完美结合

茶与水的合鸣

The background of the page features a soft-focus photograph of a traditional tea ceremony. In the center, a dark, cylindrical tea pot (hayan) is partially filled with tea. To its left, a white ceramic bowl (chawan) is visible. In the foreground, a white ceramic cup (chawan) is filled with tea, and several tea utensils (chopsticks, tongs, etc.) are visible inside it. The overall lighting is warm and diffused, creating a serene and elegant atmosphere.

# 茶叶的分类

我国是世界上茶类最多的国家之一。在千余年的生产实践中，劳动人民在茶叶加工方面积累了丰富的经验。茶的分类方法有很多，分出来的类别也各有不同。

# 1 按发酵程度不同分类

茶叶发酵程度的轻重不是绝对的，有小幅度的误差。绿茶为不发酵的茶（发酵度为零），黄茶为微发酵的茶（发酵度为10%~20%），白茶为轻度发酵的茶（发酵度为20%~30%），青茶为半发酵的茶（发酵度为30%~60%），红茶为全发酵的茶（发酵度为80%~90%），黑茶为后发酵的茶（发酵度为100%）。

国际上较为通用的分类法是按不发酵茶、半发酵茶、全发酵茶来作简单分类。



▲ 不发酵绿茶（恩施玉露）



▲ 半发酵茶（铁观音）



▲ 全发酵茶（宁红工夫）

▼ 国际上通用的分类法

|      |    |          |         |
|------|----|----------|---------|
| 不发酵茶 | 绿茶 | 发酵度 0%   | 龙井、碧螺春等 |
| 半发酵茶 | 青茶 | 发酵度 15%  | 青茶      |
|      |    | 发酵度 20%  | 茉莉花茶    |
|      |    | 发酵度 30%  | 冻顶茶     |
|      |    | 发酵度 40%  | 铁观音     |
|      |    | 发酵度 70%  | 白毫乌龙    |
| 全发酵茶 | 红茶 | 发酵度 100% | 红茶      |

## 2 按茶色不同分类

中国茶叶被分为基本茶类和再加工茶类。其中，基本茶类按茶色的不同分为绿茶、黄茶、黑茶、白茶、青茶、红茶；而用前面所说的6种基本茶类作原料进行再加工以后的产品统称为再加工茶类，主要有花茶、紧压茶、萃取茶、果味茶、药用保健茶和含茶饮料等。

| 中国茶叶分类表（再加工茶类） |                    |
|----------------|--------------------|
| 花茶             | 玫瑰花茶、珠兰花茶、茉莉花茶、桂花茶 |
| 紧压茶            | 黑砖、方茶、茯砖、饼茶        |
| 萃取茶            | 速溶茶、浓缩茶、罐装茶        |
| 果味茶            | 荔枝红茶、柠檬红茶、猕猴桃茶     |
| 药用保健茶          | 减肥茶、杜仲茶、降脂茶        |
| 含茶饮料           | 茶可乐、茶汽水            |

▲ 再加工茶叶分类表

中国茶叶分类表（基本茶类）

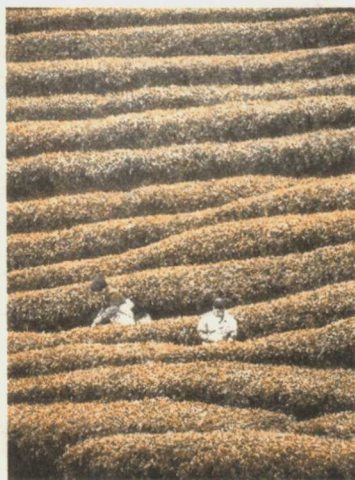
|    |       |      |                 |
|----|-------|------|-----------------|
| 绿茶 | 蒸青绿茶  |      | 煎茶、玉露等          |
|    | 晒青绿茶  |      | 滇青、川青、陕青等       |
|    | 炒青绿茶  | 眉 茶  | 炒青、特珍、珍眉、凤眉、秀眉等 |
|    |       | 珠 茶  | 珠茶、雨珍、秀眉等       |
|    |       | 细嫩绿茶 | 龙井、大方、碧螺春、雨花茶等  |
|    | 烘青绿茶  | 普通烘青 | 闽烘青、浙烘青、徽烘青等    |
|    |       | 细嫩烘青 | 黄山毛峰、太平猴魁、华顶云雾等 |
| 白茶 | 白 芽 茶 |      | 白豪银针等           |
|    | 白 叶 芽 |      | 白牡丹、贡眉等         |
| 黄茶 | 黄 芽 茶 |      | 君山银针、蒙顶黄芽等      |
|    | 黄 小 芽 |      | 北港毛尖、沩山毛尖、温州黄汤等 |
|    | 黄 大 芽 |      | 霍山黄大茶、广东大叶青等    |
| 青茶 | 闽北乌龙  |      | 武夷岩茶、水仙、大红袍、肉桂等 |
|    | 闽南乌龙  |      | 铁观音、奇兰、黄金桂等     |
|    | 广东乌龙  |      | 凤凰单枞、凤凰水仙、岭头单枞等 |
|    | 台湾乌龙  |      | 冻顶乌龙、包种、乌龙等     |
| 红茶 | 小种红茶  |      | 正山小种、烟小种等       |
|    | 工夫红茶  |      | 滇红、祁红、川红、闽红等    |
|    | 红 碎 茶 |      | 叶茶、碎茶、片茶、末茶等    |
| 黑茶 | 湖南黑茶  |      | 安化黑茶等           |
|    | 湖北老青茶 |      |                 |
|    | 四川边茶  |      | 南路边茶、西路边茶等      |
|    | 滇桂黑茶  |      | 普洱茶、六堡茶等        |

▲ 茶叶基本分类表

### 3 按季节分类

按季节分类，茶叶可分为春茶、夏茶、秋茶和冬茶。

春茶是指每年3月下旬至5月中旬之前采制的茶叶。春季温度适中，雨量充沛，再加上茶树经过了冬季的休养生息，使得春季茶芽肥硕、色泽翠绿、叶质柔软。春茶还含有丰富的维生素，特别是氨基酸，使春茶不但滋味鲜活、香气宜人，还富有保健作用。



采春茶的人

夏茶



夏茶是指5月底至8月底采制的茶叶。夏季天气炎热，茶树新梢芽叶生长迅速，茶汤的浸出物含有相对较多的氨基酸等成分，使得夏茶茶汤滋味和香气都不如春茶强烈。由于夏茶种带苦涩味的花青素、咖啡因、茶多酚的含量比春茶多，不但使夏茶芽叶色泽增加，而且滋味也较为苦涩。



▲ 秋茶飘香

秋茶就是8月底以后采制的茶叶。秋季气候条件介于春、夏之间，茶树经春、夏两季生长，新梢芽内含的氨基酸等物质相对较少，叶片大小不一，叶底发脆，叶色发黄，滋味和香气显得比较平和。



冬茶大约在10月下旬开始采制，是在秋茶采完、气候逐渐转冷后生长出的茶叶。因为冬茶新梢芽生长缓慢，内含物质逐渐增加，所以滋味醇厚，香气浓烈。

◀ 台湾茶农采冬茶

## 4 按生长环境分类

按茶叶的生长环境来分类，可将茶叶分为平地茶和高山茶两种，另外也有人在此种分类中加入了丘陵茶。

平地茶芽叶较小，叶底坚薄，叶面平展，叶色黄绿欠光润。加工后的平地茶茶叶条索较细瘦，骨身轻，香气低，滋味淡。



▲ 平地茶园



▲ 滇南平地茶园

▼ 江浙平地茶园



高山茶的生长环境适合茶树喜温、喜湿、耐阴的习性，因此有高山出好茶的说法。海拔高度造就了高山环境的独特特点，其独特的气温、降雨量、湿度、土壤对茶树以及茶芽的生长都提供了得天独厚的条件。



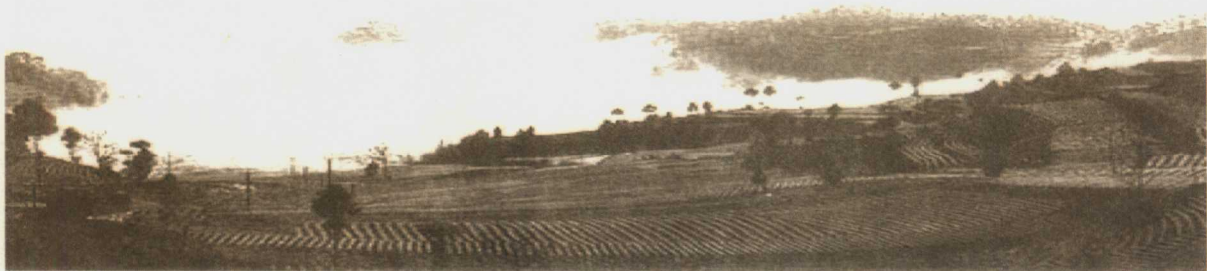
▲ 台湾龙眼村高山茶茶区

▼ 高山茶茶叶



高山茶新梢肥壮，色泽翠绿，茸毛多，节间长，鲜嫩度好，由此加工而成的茶叶往往具有特殊的花香，而且香气高，滋味浓，耐冲泡，且条索肥硕、紧结，白毫显露。

高山茶与平地茶相比，芽叶更为肥硕，颜色更绿，茸毛也较多。



▲ 云雾缭绕的贵州高原山地茶园

▼ 四川丘陵茶区



▲ 四川高山茶茶区

▲ 山青水秀的浙江丘陵茶园





▲ 高山乌龙茶



台湾阿里山高山茶茶区



台湾天池高山茶茶園



台湾杉林溪高山茶茶区

