

佳美生活400样



大柠檬书房
——天然柠檬·自然书香——

J I A M E I S H E N G H U O

清心泡壶中国茶

大众品茶 400题

说茶、品茗、“茶”事百科

说茶、品茗、茶韵，了解茶文化
购茶、贮茶、茶忌，熟悉茶品性
茶食、茶疗、药茶，享受茶益处

舒岚 编著

中医古籍出版社

佳美生活400样

大众品茶 400题

舒岚 编著



中医古籍出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

佳美生活 400 样 / 苏冠群, 等编著. —北京: 中医古籍出版社, 2005.10

ISBN 7-80174-350-4

I. 佳… II. 苏… III. 生活—保健—问答
IV. R212-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 101369 号

佳美生活 400 样
大众品茶 400 题

舒岚 编著

中医古籍出版社

(北京东直门内北新仓 18 号 邮编: 100700)

新华书店经销

北京小红门印刷厂印刷

2006 年 1 月第一版 2006 年 1 月第一次印刷

开本: 880×1230 1/32 印张: 12 彩插: 8

字 数 200 千字

ISBN 7-80174-350-4/R·349

全套定价: 95.40 元 (本册: 15.90 元)

精彩推介

修身养性的茶道之美·中国茶的百例经典

本书从茶的历史开始，介绍茶的分布与种类，

以及茶艺、茶道、茶与身心保健；从说、品、

购、贮茶到茶韵、茶益、茶疗、茶忌和药茶

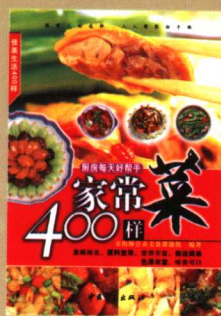
的各种知识都详细讲述。全书把所有内容分为100个可供人们

方便查询阅读的题目，让人们全面了解茶的功效与文化。



销售热线：13910968988

亲情推荐“享生堂”书系



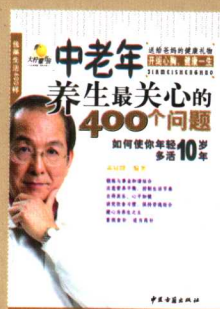
定价：15.90元



定价：18.80元



定价：15.90元



定价：15.90元



定价：15.90元

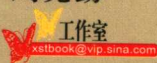


定价：15.90元

策 划：菅 波

责任编辑：刘克勤

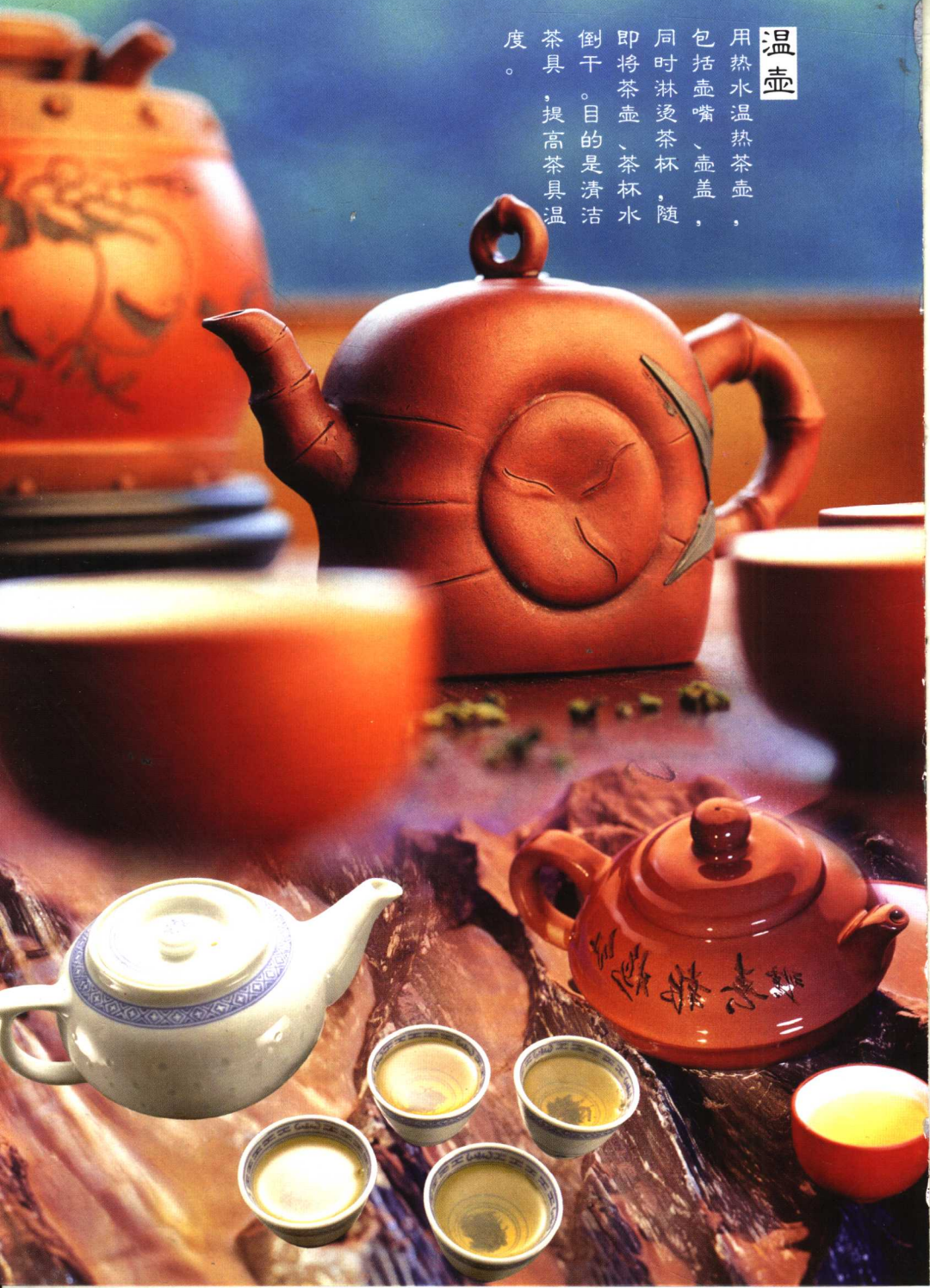
装帧设计：工作室





温壶

用热水温热茶壶，
包括壶嘴、壶盖，
同时淋烫茶杯，随
即将茶壶、茶杯水
倒干。目的是清洁
茶具，提高茶具温
度。



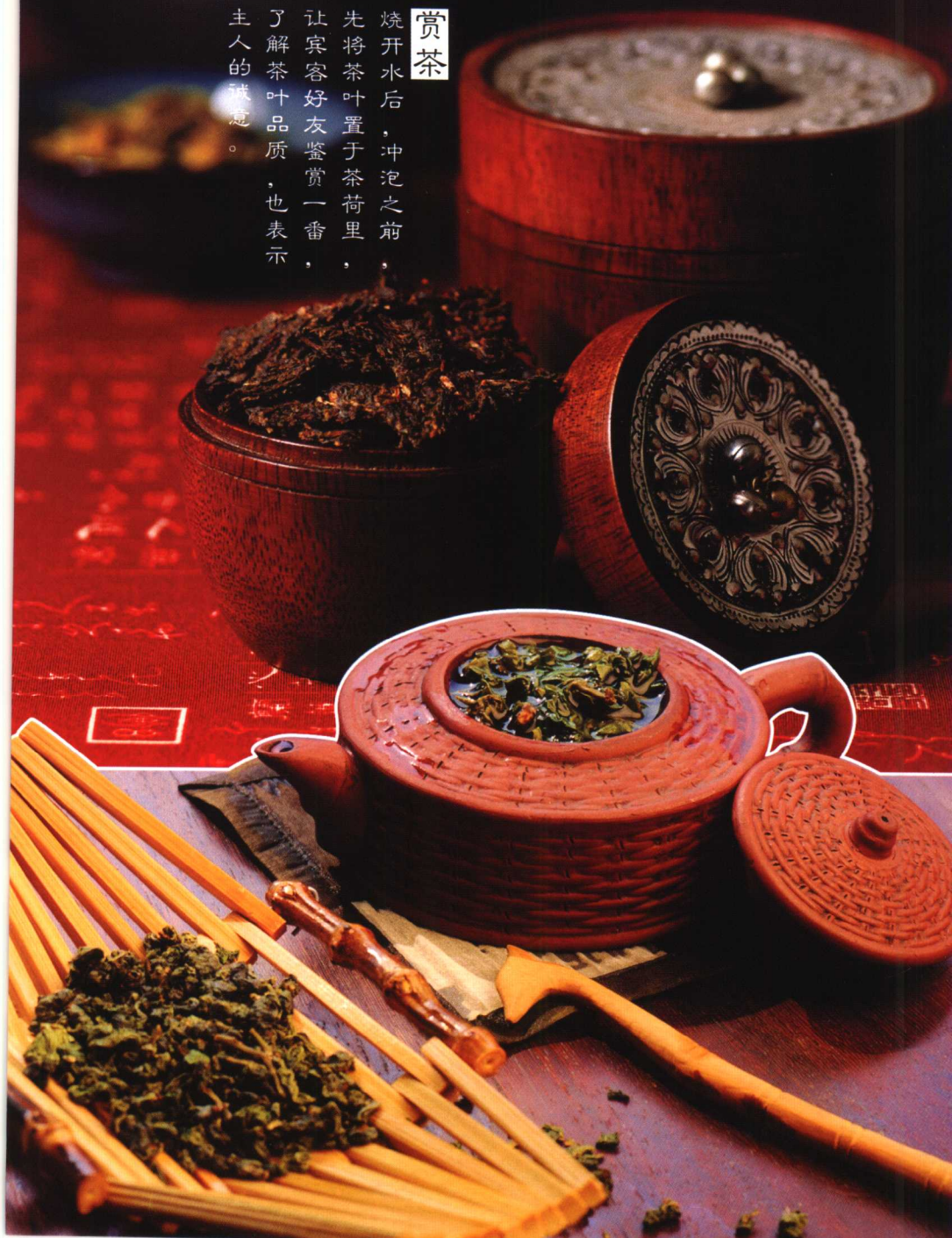
置茶

将适量的茶放入茶壶。茶叶的用量要适当，置茶时最好用茶匙掏茶。用手抓茶，容易让茶叶吸收到手中的湿气及杂味，影响茶叶品质，而且也不雅观。



赏茶

烧开水后，冲泡之前，
先将茶叶置于茶荷里，
让宾客好友鉴赏一番，
了解茶叶品质，也表示
主人的诚意。





冲泡

即按照茶与水的比例，将适温的热水冲入壶中，通常以九分满为宜，一般而言，按照茶叶的香气滋味和营养成分来说，以三次冲泡为限。



温润
即置完茶后，注入开水，随即
将茶汤倒到茶海或茶船、杯中。这
只适用于发酵较重的茶，如铁观
音、乌龙茶等，轻发酵的茶就不
需要温润，如绿茶、包种茶等。



品茶

是一种高雅的活动，
是一种中华民族的传统
文化，即使是在家
品茶，也要遵循“静、
慢、小、少”四诀，才
能品出味道，品出情
调。



茶

源于中国，传播于世界。茶文化是在漫长的历史岁月中形成的。茶文化是中华民族五千年文化史的精华部分，并为世界茶文化的引导与发

展起到了重要作用。





1 说茶——中华国饮

001 茶圣与茶学百科全书	1
002 《茶经》是多学科的经典巨著	2
003 《茶经》为茶学和茶业经济的发展做出了卓越贡献	3
004 日本的“茶道”源于中国	4
005 中国茶香飘遍全世界	5
006 从品茶可以看出人的品格	5
007 中国茶道精神内涵厚重,博大精深	7
008 中国茶的精髓就是一个“真”字	7
009 茶艺是中国茶文化的一大支柱	8
010 茶艺和茶道的关系	8
011 茶艺倡导“天人合一”的观点	9
012 茶文化是中华民族文化的结晶	9
013 茶文化具有丰富的物质和精神内涵	10
014 中国茶艺是茶文化的助推器	10
015 品茶是一种独特的美育方式	11
016 茶是人类精神品性的象征	11
017 直观茶名的文化内涵与欣赏	12
018 艺术茶名的文化内涵与欣赏	13
019 茶的外形审美意境	13
020 中国茶艺追求自然状态的外部环境	14
021 品茶需要讲究内部环境的美感	14
022 品茶可以抚慰人的心灵	15
023 独自品茶是人与大自然的情感交流	15
024 对品是知己的最佳交流方式	16
025 多人品茶的意境是“众饮得慧”	16



026	品茶最能抒发人的丰富情感	16
027	品茶从唐宋时期就逐渐进入艺术的境界	17
028	茶是古代诗词的重要载体和题材	17
029	宋代文学家苏东坡把茶叶誉为心中佳丽	18
030	唐代诗人杜荀鹤以品茶放牧心灵	18
031	郭沫若为新茶题诗	19
032	茶在我国小说中有大量描写和赞誉	19
033	《金瓶梅》作者提倡戒酒饮茶	20
034	茶的种植和炮制成为我国民间歌舞的重要创作源泉	20
035	茶是我国戏剧的重要渊源	21
036	古代帝王与茶也有不解之缘	21
037	我国已故领导人爱茶,更关心茶业发展	22
038	近年来掀起新一轮饮茶高潮	22



评茶

名茶溯源

039	我国茶树分布居世界之首	24
040	我国茶叶生产的世界之最	25
041	江南茶区是我国主要茶叶产区	25
042	西南茶区是世界茶树原产地的中心	26
043	华南茶区茶树资源丰富,驰名全球	26
044	江北茶区是重要绿茶产地之一	27
045	中华名茶享誉世界	27
046	自古名茶出高山、名山	28
047	茶叶的科学分类和商业分类	29
048	绿茶是我国历史最悠久,品种最多,产量最高,消费面 最广的一种茶类	29
049	绿茶生产工艺的四大类别	30

050	炒青绿茶是我国绿茶中的大宗产品	30
051	烘青绿茶中名茶倍出	30
052	晒青绿茶以云南、四川、陕西为主要产区	31
053	蒸青绿茶是我国最古老的一种茶类	31
054	二美三名四绝的西湖龙井茶	32
055	龙井茶 18 棵始祖茶树的传说	32
056	龙井茶曾被乾隆皇帝封为御茶	33
057	西湖龙井茶无味之味的品质境界	34
058	一嫩三鲜的全国名茶碧螺春	34
059	周恩来总理以碧螺春招待外国客人	35
060	碧螺春的优美传说	35
061	全国名茶庐山云雾	36
062	庐山云雾茶的品质来自神奇的大自然	36
063	庐山云雾茶曾是国家招待外宾的高级用茶	37
064	庐山云雾茶的由来有着优美传说	38
065	我国十大传统名茶六安瓜片	38
066	六安瓜片源于金寨县的齐云山	39
067	六安瓜片戏弄袁世凯	39
068	六安瓜片由来的美丽传说	40
069	全国名茶太平猴魁	41
070	太平猴魁由来的美丽传说	41
071	全国名茶信阳毛尖	42
072	信阳毛尖的品质是天地人的杰作	42
073	全国名茶婺源茗眉	43
074	婺源茗眉历史悠久名扬四海	43
075	全国名茶古丈毛尖	44
076	全国名茶南京雨花	44
077	我国十大传统名茶都匀毛尖	45



078	全国名茶惠明茶	45
079	全国十大传统名茶黄山毛峰	46
080	黄山毛峰的品质源于得天独厚的自然条件	46
081	黄山毛峰与黄山山泉的优美传说	47
082	全国名茶径山茶	47
083	全国名茶南糯白毫	48
084	全国名茶覃塘毛尖	48
085	历史名茶仙人掌茶	48
086	珠茶是我国最早出口商品之一	49
087	红茶是世界上消费量最大的一种茶类	49
088	世界三大高香红茶	50
089	我国的三类红茶	50
090	被誉为“茶中皇后”的正山小种红茶	51
091	小种红茶的优良品质取决于特殊工艺	51
092	我国十大传统名茶祁门红茶	52
093	祁门红茶由来的传说	52
094	全国名茶滇红	53
095	滇红名茶耐泡又耐贮藏	53
096	工夫茶的后起之秀“川红”	53
097	适宜加工袋泡茶的红碎茶	54
098	茶中之王乌龙茶	54
099	天、地、人的完美结合造就了乌龙茶的色、形、味	55
100	乌龙茶的制造工艺是劳动者智慧的结晶	55
101	乌龙茶由来的传说	56
102	乌龙茶的名字据说来自“黑蛇茶”	56
103	台湾圣茶冻顶乌龙茶	56
104	极品乌龙茶铁观音	57
105	铁观音茶由来的传说	57