



CHAFENG XILIE

我的第一本 泡茶专书

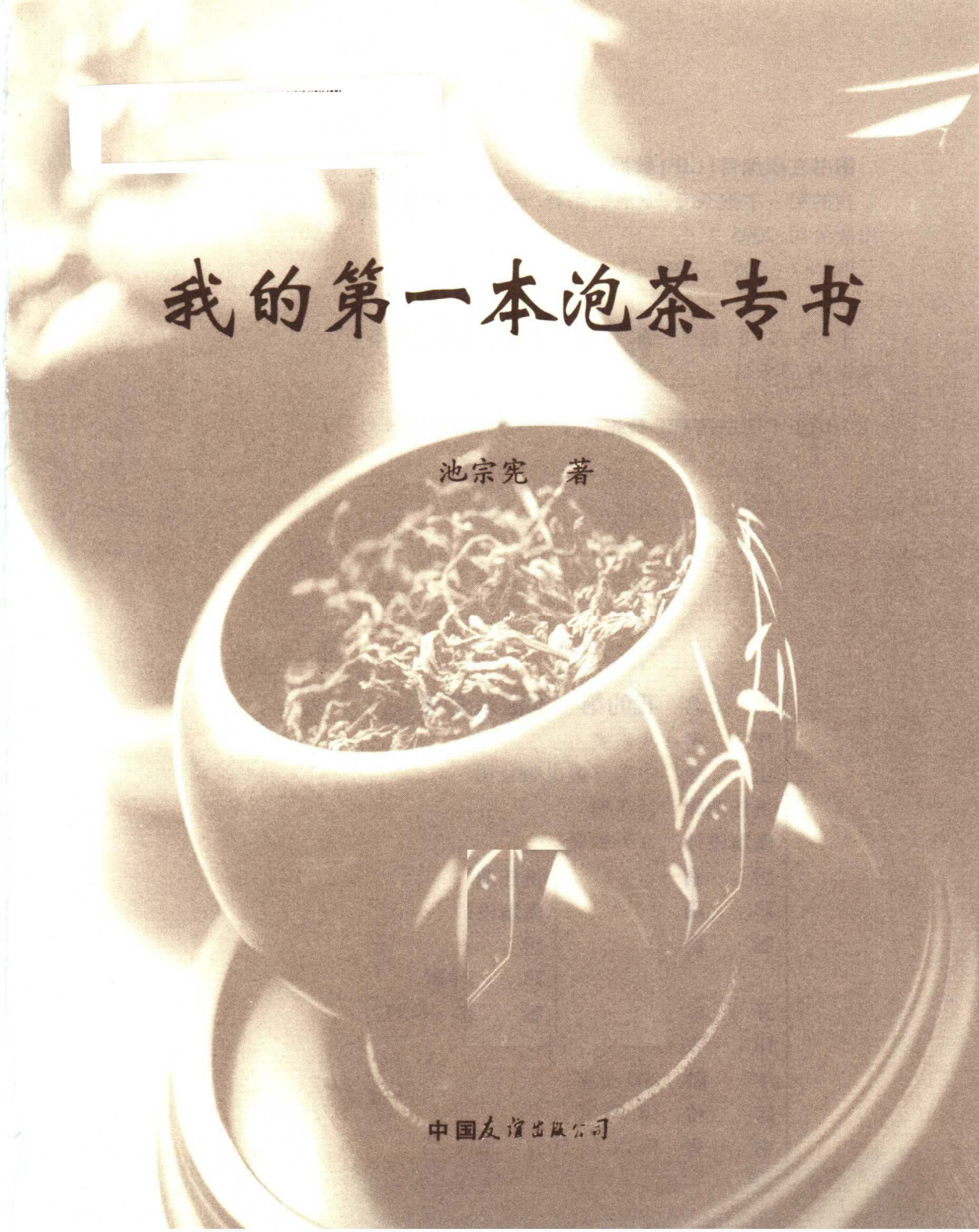
池宗宪◆著

本书讲的不是大道理，却是实践经验。

由细微的小地方下手，去找寻品茗乾坤的究竟，去发掘茶趣所在！
解构茶不是要看茶的化学元素，而是要揭开你的舌头与茶的结缘点，
而是要你打开味蕾，去迎接茶带来的香、甜、韵！
听茶，用心用情，不是悬浮飘渺，而是落入凡间，用泡茶的行动，
用我的实践经验，方便你“听有茶”！



中国友谊出版公司



我的第一本泡茶专书

池宗宪 著

中国友谊出版公司

图书在版编目(CIP)数据

我的第一本泡茶专书/池宗宪著. —北京:中国友谊
出版公司,2005.2

ISBN 7-5057-2046-5

I. 我... II. 池... III. ①茶-文化②品茶-基本
知识 IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 004538 号

书 名	我的第一本泡茶专书
作 者	池宗宪
出 版	中国友谊出版公司
责任编辑	杨凯喻
策划设计	九天翰墨
经 销	新华书店
印 刷	山东人民印刷厂
版 次	2005 年 3 月第 1 版 2005 年 3 月第 1 次印刷
开 本	889 毫米×1194 毫米 1/24
印 张	7
字 数	200 千字
定 价	18.00 元
书 号	ISBN 7-5057-2046-5



“茶风”宣言

总策划 池宗宪

品茶可以是件轻松平凡的事，也可以用心喝出清香和品味。

品茶要得好滋味，贵在好茶、好水之外，还要有一颗对茶的好心情，才能凝精聚神细细地由茶的实体抽离出意象，才能穿透茶的种植、制作工序找到滋味与内涵！

那么，深深解构茶的每一细节，便可成茶痴的基石，可惜的是，短缺了一份深入浅出对茶的认识与解析，就少了一份对茶集合天时、地利、人和多元变化的了解，就无法明了品茶原来潜藏了这许多婀娜多姿的面貌！

“茶风系列”是以一份尊敬茶的心情编写筹划的！是用最浅显的文字记述茶在多元变动因素中如何脱颖而出，并期待带给华人品饮艺术的一份清香！“茶风系列”包含以下三方面：

一、茶叶。一种茶叶一世情，每一种茶叶都有着她自己曲折离奇的身世故事，我们依序将“铁观音”、“普洱茶”、“武夷茶”等风行华人世界的名茶予以系统介绍，为每一种茶写传，写出她们的一世传奇！

二、茶与生活。将水煮开，置茶入壶，注汤入壶，将茶汤





入杯……这一道泡茶程序看似简单却蕴涵了如何取水、浇水、置茶的量、冲水的急慢多寡等等，都在细微中引动着茶香和滋味。

三、茶器。佳茗必有好器相配，才能相得益彰。中国历代经典茶器中，有不少出自名窑，她们或在宫廷之内、或在文人雅士之间流传把玩，亦成为今人收藏主题。本系列将以中国茶器为经，以时代为纬，系统地探究每一时代品茗风格与茶器的一段不解之缘。

茶是国饮，茶香飘扬千年，你我在茶里乾坤中，有没有找到柔鲜？有没有喝了口茶而能品出她一身风情？且让“茶风系列”伴你在茶文中看得到茶的香味。



听 茶

《我的第一本泡茶专书》，是我用长达20年的品茗经验所萃取出来的专书！

“泡好茶”看起来严肃，却又十分轻松！我常用如此心态面对。

如何在茶的国度里找到严肃和轻松两端的协调对位，正是本书的精髓所在！

中国人爱茶，讲到茶谁也不让谁，泡茶一个比一个厉害，都说自己最好。茶艺出现各门各派，像极了江湖传奇中的各拥山头，各领风骚！

“文章、风水、茶”三种不同领域，共有一结论，即“自古无定论”。我在本书中推翻这种不负责任的说法，我以为茶是可以解构的，可以分析的！

解构茶不是要看茶的化学元素，而是要揭开你的舌头与茶的结缘点，是要你打开味蕾，去迎接茶带来的香、甜、韵！

泡好茶还要掌握关键点：水。如何找到好水？如何应用自来水的存放，以方便听闻茶与水的和鸣乐章。

煮水这件事很重要，却常常被忽略！我归结出煮水妙法，



要让古人说的“水一沸，泡得茶真味”重登茶趣的舞台。

好山好水 and 好茶的搭配关系始终如一，可是你不可忽略，轻发酵、中发酵、重发酵的不同，或是绿茶、青茶、黑茶，这些茶都会交织穿引出不同的茶汤滋味。

你曾仔细发想过茶茶相扣，一招半式用到底，就会卷入茶的迷雾，听闻不到茶的真滋味，就不知道如何好好用茶器去驾驭茶，去泡出她的真滋味。

众茶友拥戴的宜兴紫砂壶真的利茶？买了一屋子的茶壶等增值以外，你不拿来泡茶，还在等什么？当水沸了，你提水注入宜兴壶体时，可曾想过那瞬间与片刻就成了泡好茶的关键？

本书讲的不是大道理，确是实战经验。由细微的小地方下手，去找寻品茗乾坤的究竟，去发现茶趣所在。就如同前面所说的，水在壶里要停留多久才是最佳时机？

所谓时机，就是发自内心的投入。我认为用壶、用盖杯都可以泡出好茶；我认为用矿泉水、井水、自来水通通可以泡出好茶。答案就在本书里。

听茶的意思是，茶是用喝的，不是用听的，不是听别人说好就是好。

听茶，是用心去聆听茶内心深处所要散发的清香与甘韵。

听茶，是用情去感受水火交融的一段款款动人的衷曲。

听茶，用心用情，不是悬浮缥缈，而是落入凡间，用泡茶的行动，用我的实战经验，方便你“听有茶”。



目 录

PART I

第一章 怎样泡好茶..... (3)

第一节 你喜欢茶吗? (4)

第二节 你准备好了吗? (11)

第三节 内心的茶结 (15)

第四节 老人茶 (19)

第二章 与茶叶对话 (29)

第一节 茶名千百种 (30)

第二节 中国六大茶类 (33)

第三节 台湾茶 (42)

第三章 水是茶之母 (51)



第一节	水的分级	(52)
第二节	挑战味蕾	(55)
第三节	改良水质	(59)
第四节	真假矿泉水	(62)
第四章 如何煮水		(65)
第一节	煮水的器具	(66)
第二节	煮水的程度	(68)
第三节	老水与嫩水	(72)
第四节	火器共生	(75)
第五章 好茶四大护法		(79)
第一节	色香双绝	(80)
第二节	味韵缠绵	(83)
第三节	清洗茶具	(87)
第六章 教我如何不想她——宜兴壶		(89)
第一节	买壶增值	(90)
第二节	土好发茶	(92)
第三节	挚爱泥料	(95)
第四节	烧结温度	(99)



第七章 泡茶秘法 (103)

第一节 忠于原味 (104)

第二节 玩美汤味 (108)

第三节 本土壶 (111)

第四节 怎样泡大壶茶 (114)

PART II 泡茶实战手册

第八章 乌龙茶摆尾 (119)

第九章 绿茶的泡法 (125)

第十章 铁观音泡法 (129)

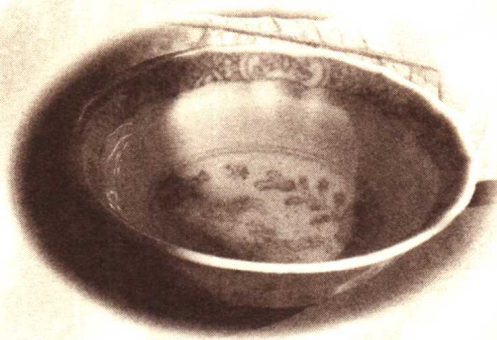
第十一章 武夷茶泡法 (135)

第十二章 红茶的泡法 (141)

第十三章 普洱茶的泡法 (145)

PART III 结语

PART I



第一章

怎样泡好茶？





第一节 你喜欢茶吗？

下列十个问题，可作为你對自己的一种检验。

对了，答案就在文后，这款问题可以增趣味、长智慧，回答完后再看下面几张图，你可以一眼说出他们的名字吗？

· 入门学测——你问你答：

一、泡茶用的水一定要烧沸到一百摄氏度吗？

二、将茶叶放入壶内，可不可以用手触摸？

三、泡茶用壶，得先将壶温热才可以吗？

四、茶杯洗干净，再用不喝的第一泡茶温杯，对吗？

五、第一泡茶汤喝还是不喝？

六、喝茶人爱说的杯面香、入口香是什么意思？茶也有花香？

七、不同的茶一定要用不同的壶，有何根据？

八、泡茶用多少茶量，才泡得好茶？

九、浸泡茶的时间和茶汤滋味互动，最佳情况是什么？

十、茶喝多了也会醉吗？



答案：

一、水烧开到一百摄氏度是一定要的。

二、手不干净、有异味肯定不行；要是你想温柔对待茶，干净的手温暖的心，抚摸一包茶，贴心泡饮之，也行！

三、温壶，可以除掉壶的异味，尤其是浸泡隔夜茶的茶壶，势必波及新茶滋味。

四、没错！主张第一泡茶不饮，理由是茶汤不干净，结果将不喝的茶汤拿来温杯，留下不洁茶汤在杯底，接饮第二杯，如是矛盾，应改。

五、用茶袋泡茶，第一泡不喝，还喝什么？用散茶泡饮才有这问题。我的经验是将第一泡茶产生的白沫去除，就可以安心喝。焙茶时百度高温已具备杀菌功能。

六、别以为爱茶人舞文弄墨，杯面之香确实存在，持杯细闻，茶香扑鼻，入口后，茶汤和舌接触之时，味蕾便跳动起来，茶汤送入喉咙又出现回甘的滋味，这就是好茶滋味，甘醇无穷。不同的人对闻香的领略程度不尽相同。有人说花香，有人说奶香，没个准，倒是西方品饮项目中的红酒，确实规范出了标准用语。

七、使用陶土茶罐，陶土毛细孔会吸收茶油，残留在壶器表或留存在壶器内部，不同茶种气味互相抢夺、波及茶汤；使用瓷器、银器则没这个问题！

八、茶袋的量固定，不用操心；散茶用量，就要费心思，三人品茶，用壶为度，几克茶量为标准，可以按自己口味轻重，机动调整。品茶是生活艺



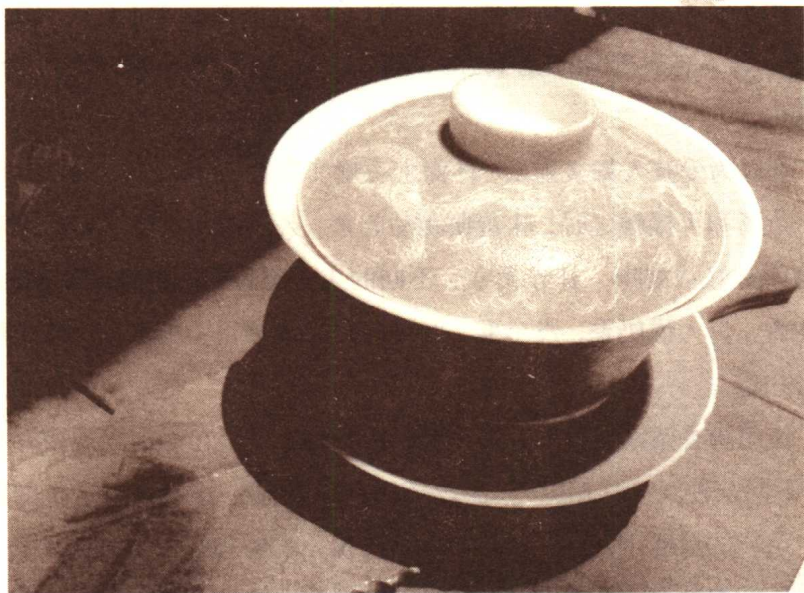
术，少了些框架，多了些巧思，泡茶用量存乎一心。

九、茶在壶里与水亲密接触，几秒或几分以后倒出来的茶汤滋味最佳，初学者用沙漏计时太紧张，用了计时器听到“哗”声才倒茶，太过公式化。提醒一下：不是每泡茶喝起来都一样才是好滋味，你和茶友品出乐趣才是好滋味。

十、醉茶，因为胃里喝进了太多单宁酸(茶碱)。空腹饮茶，同一时间喝进太多茶，容易醉茶，这时会头晕，手心会冒冷汗，吃颗糖果即可消除症状。

●识“图”老马

图一 盖杯的用途？



好茶器会带来好茶汤



图二 紫砂壶的产地？



图三 长形茶杯的用途？

