

生活茶馆系列

# 家庭

茶亦醉人何必酒  
书能香我不需花

# 茶艺

## 一本



YZLI0890166761

国家高级茶艺师、资深评茶员

张雪楠 编著



随书附赠  
高级茶艺师表演  
传统茶艺 DVD

中国纺织出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭茶艺一本通 / 张雪楠编著. —北京: 中国纺织出版社, 2012.1  
(生活茶馆系列)

ISBN 978-7-5064-8051-2

I. ①家… II. ①张… III. ①茶—文化—中国—通俗  
读物 IV. ①TS971-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第238547号

---

责任编辑: 胡敏      责任印制: 刘强

---

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街6号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010-64168110 传真: 010-64168231

http: //www.c-textilep. com

E-mail: faxing@c-textilep. com

北京昊天国彩印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2012年1月第1版第1次印刷

开本: 710 × 1000 1 / 16 印张: 16

字数: 150千字 定价: 49.80元(附光盘1张)

---

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

生活茶馆系列

# 家庭

茶亦醉人何必酒  
书能香我不需花

# 茶艺

## 一本



YZLI0890166761

国家高级茶艺师、资深评茶员

张雪楠 编著



随书附赠  
高级茶艺师表演  
传统茶艺 DVD

中国纺织出版社



## 茶艺之本：识茶

10 万余文字，600 余幅精美图片，60 余种中国名茶鉴赏要点，名茶产地、历史、传说、制作工艺、养生功效……

## 茶艺之形：冲泡

7 大类茶，10 余种名茶分类图解的冲泡步骤，让您在短时间内便能了解不同茶类的冲泡技巧、品饮方法以及相应的品茶器具。

## 茶艺之韵：文化

什么是关公巡城、什么是韩信点兵、茶马古道是怎么形成的？与朋友聚会、喝茶聊天时，说出这些典故，可收获不少钦佩的目光。本书还介绍了包括茶礼、茶俗、茶史、茶诗等多方面的知识，让您在最短时间内成为知识渊博的“茶博士”。

## 专家演绎

随书还附赠由国家高级茶艺师张雪楠亲身示范的传统茶艺表演光盘，配合书里专业的冲泡技巧，对书中内容作了完美的动态补充。

上架建议：生活健康 / 茶文化类

ISBN 978-7-5064-8051-2



9 787506 480512 >

定价：49.8 元

(附赠 DVD 光盘一张)

此为试读，需要完整PDF请访问：[www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)

张雪楠 编著



YZLI0890166761

参编人员:

|     |     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|-----|
| 邵光远 | 安杰  | 聂晓燕 | 仇春英 | 吴卫花 |
| 戴玄  | 宋欣  | 孙亮  | 李卫平 | 刘菊华 |
| 陈维维 | 颜欢  | 袁芳  | 马玉凤 | 万邵玲 |
| 姜舒文 | 万辉  | 鄢阳  | 鄢木良 | 周民  |
| 肖文静 | 张仕敏 | 卫昱锋 | 刘晓珍 | 朱力新 |
| 李亚超 | 林连春 | 姜二丹 | 王晓彩 | 肖文龙 |
| 陈静  | 李廷安 | 杨芳  | 杨正东 | 袁光海 |
| 余步峰 | 魏倩倩 | 戴华强 | 王涵  | 赵玉海 |
| 杨萍  | 闻世恩 | 胡香玉 | 张岑  | 彭茵  |
| 刘宁  | 王光明 | 李文霞 | 张志海 | 盘静  |



中国纺织出版社



## 前言

源远流长的中华五千年灿烂文明，人们最常提到的是四大发明，它们的确对人类文明有着不可替代的贡献。其实，中华民族还有另一大发明，其价值同样不可或缺，那就是茶。

茶在我们的生活中，可以说无所不在。有中国人落脚的地方，就会有饮茶的习惯；你可能会在南方小城一条安静的老街中，看见三三两两的老者，悠闲地围坐在一个拳头大小的茶壶旁，人手一杯，边谈边饮。你也可能在大都会繁忙的街道上，看见挂有茶字招牌的茶艺馆，迎面一阵天然的茶香扑鼻而来。

茶艺，在当下人们的生活中已经成为了一种时尚，但其实更是传统的回归。

茶是中国人日常生活中不可缺少的一部分，是开门七件事中的一件事情，饮茶习惯在中国人身上已有上千年历史。

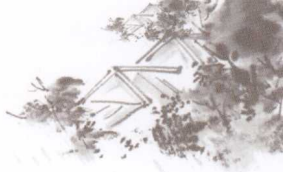
于茶，你可以“一饮涤昏寐，情思爽朗满天地；再饮清我神，忽如飞雨洒轻尘；三饮便得道，何须苦心破烦恼。”更能“洗尽古今人不倦，将至醉后岂堪夸”，在“忙里偷闲、苦中作乐”中享受一点美与和谐，在刹那间体会永久。若真爱茶，喝的就不仅是茶本身，还是一颗心，一片闲情，一种生活。







# 目录



## 上篇

### 茶艺，升华了的艺术.....13

### 茶艺四要.....14

#### 鉴茶.....14

鉴为饮之首.....14

茶叶用量是关键.....16

评茶常用语.....18

#### 选水.....22

古人论水.....22

现代人的泡茶用水.....23

#### 用器.....24

把杯玩盏看古今.....24

精致茶具助茶韵.....26

茶人的紫砂情缘.....48

带着茶具去旅行.....52

#### 水温.....54

初火青烟煮新茶.....54

科学煮水增茶香.....56

### 学习专业的冲泡方法.....58

#### 基本姿势.....58

#### 茶艺礼仪.....59

#### 泡茶基本手法.....60

#### 从新手到高手的泡茶细节.....63

### 茶有千味，适口者珍.....66

## 中篇

### 品味中国名茶.....69

### 绿茶茶艺.....70

#### 品鉴要点.....70

#### 名茶冲泡与品鉴.....72

西湖龙井.....72

洞庭碧螺春.....78

黄山毛峰.....84

太平猴魁.....88

六安瓜片.....90

庐山云雾.....92

信阳毛尖.....96

婺源绿茶.....98

狗牯脑.....99

蒙顶甘露.....100

峨眉竹叶青.....101

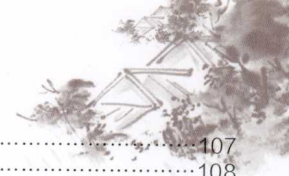
径山茶.....102

安吉白茶.....104

顾渚紫笋.....105

开化龙顶.....106





|              |            |
|--------------|------------|
| 绿扬春          | 107        |
| 南京雨花茶        | 108        |
| 都匀毛尖         | 109        |
| 恩施玉露         | 110        |
| 老竹大方         | 111        |
| <b>乌龙茶茶艺</b> | <b>112</b> |
| 品鉴要点         | 112        |
| 名茶冲泡与品鉴      | 114        |
| 安溪铁观音        | 114        |
| 冻顶乌龙         | 120        |
| 武夷大红袍        | 126        |
| 武夷肉桂         | 132        |
| 闽北水仙         | 134        |
| 武夷铁罗汉        | 136        |
| 白鸡冠          | 137        |
| 水金龟          | 138        |
| 永春佛手         | 140        |
| 黄金桂          | 141        |
| 凤凰单枞         | 142        |
| 文山包种         | 143        |
| 白毫乌龙         | 144        |
| <b>黑茶茶艺</b>  | <b>146</b> |
| 品鉴要点         | 146        |
| 名茶冲泡与品鉴      | 148        |
| 普洱熟饼茶        | 148        |
| 普洱生饼茶        | 154        |
| 湖南黑茶         | 158        |
| 六堡茶          | 159        |
| 四川边茶         | 159        |
| <b>红茶茶艺</b>  | <b>160</b> |
| 品鉴要点         | 160        |
| 名茶冲泡与品鉴      | 162        |
| 祁门红茶         | 162        |
| 正山小种         | 166        |
| 滇红           | 168        |
| 金骏眉          | 168        |
| 政和工夫         | 169        |
| 坦洋工夫         | 169        |
| C.T.C红碎茶     | 170        |
| 九曲红梅         | 173        |
| <b>黄茶茶艺</b>  | <b>174</b> |
| 品鉴要点         | 174        |
| 名茶冲泡与品鉴      | 176        |
| 君山银针         | 176        |
| 霍山黄芽         | 180        |
| 蒙顶黄芽         | 181        |
| <b>白茶茶艺</b>  | <b>182</b> |
| 品鉴要点         | 182        |
| 名茶冲泡与品鉴      | 184        |
| 白毫银针         | 184        |



|                |     |
|----------------|-----|
| 花茶茶艺           | 188 |
| 品鉴要点           | 188 |
| 名茶冲泡与品鉴        | 190 |
| 茉莉花茶           | 190 |
| 花草茶            | 196 |
| 造型花茶           | 200 |
| 打造属于自己的家庭茶室    | 202 |
| 下篇             |     |
| 茶艺百科知识         | 205 |
| 茶事知多少          | 206 |
| 茶树：南方有嘉木       | 206 |
| 茶史：一杯清茶五千年     | 208 |
| 茶圣：陆羽与茶经       | 210 |
| 茶诗：品茶吟唱赏茶诗     | 212 |
| 茶画：妙解琴棋书画茶     | 214 |
| 茶歌：东山西山采茶忙     | 217 |
| 茶人：生活艺术家       | 218 |
| 茶俗：千里不同风，百里不同俗 | 220 |
| 茶与健康           | 222 |
| 茶之功效           | 222 |
| 茶叶的保健功效        | 222 |
| 茶叶中的营养成分       | 224 |
| 喝对茶 更健康        | 226 |
| 乐饮四季茶          | 228 |
| 日常饮茶常见误区       | 230 |
| 饮茶不宜时          | 232 |
| 选茶与存茶          | 234 |
| 选茶             | 234 |
| 存茶             | 236 |
| 中国四大茶产区        | 238 |
| 一壶茗香遍天下        | 240 |
| 茶叶妙用多          | 242 |
| 中国名茶录          | 244 |
| 附录             | 246 |
| 茶叶分布地区         | 246 |
| 对症养生茶饮         | 248 |





# 上篇

茶艺，

升华了的艺术

总会有人问：什么是茶艺？  
最简单的答案是：茶艺就是把品  
茶升华为艺术化的行为。喝茶也  
能成为艺术？是的，喝茶当然是一  
门艺术。





## 茶艺四要

茶艺，是一种综合性的生活艺术，是茶的文化，也是一种人生艺术。“茶”字与“艺”字的有机结合，从字面到含义，都颇为不俗，即使我们可能不清楚其准确含义，但也会觉得优雅动听，这也是“茶艺”二字有生命力的原因。

### 鉴茶

会喝茶，不等于会鉴赏茶，而会鉴赏茶才能喝到好茶，方能探知其佳妙处。

#### 鉴为饮之首

要想会鉴茶，好好欣赏到茶的全貌，便要学会看、闻、品以及回味。

##### 看

先看茶叶的外形。即观察茶叶的形状，看茶叶是否匀整、多毫。好茶的茶芽细嫩、匀整度好，同时茶叶表面会披满白毫。再看茶汤的色泽，即观察茶汤是否清澈明亮。茶汤的颜色会因为加工过程的不同而有差异，但不论是什么颜色，好茶的茶汤必须清澈，有一定的亮度，且汤色要明亮清晰。品质不好的茶叶，茶汤颜色暗淡、混浊不清。

最后看叶底，即观察冲泡后展开的叶片或叶芽是否细嫩、匀齐、完整，有无花杂、焦斑、红筋、红梗等现象，如果是乌龙茶还要看是否“绿叶红镶边”。

#### 茶事历历

鉴赏茶叶的质量首先看它是否干燥。品质好的茶叶含水量低，如果用手指轻掐一下茶叶就碎，并且手指皮肤有轻微刺痛的感觉，就说明茶叶的干燥度良好。反之，如不易压碎，就说明茶叶已经受潮变软，喝的时候口感较差，茶香也不会浓郁。

## 闻

### 干闻

细闻干茶的香味，辨别有无陈味、霉味和吸附了其他的异味。

### 热闻

热闻是指茶泡开后趁热闻茶的香味。好的茶叶香味纯正，沁人心脾。

### 冷闻

冷闻是指等温度降低后再闻杯盖或杯底留香，这时可闻到在高温时因茶叶芳香物大量挥发而掩盖了的其他气味。通过冷闻辨别茶叶是非常有效的。

## 品

### 品火功

第一品是品火功，即品茶叶加工过程中的火候是老火、足火还是生青，是否有晒味。

### 品滋味

第二品是品滋味，让茶汤在口腔内流动，与舌根、舌面、舌侧、舌端的味蕾充分接触，看茶味是浓烈、鲜爽、甜爽、醇厚、醇和还是苦涩、淡薄或生涩。

### 品韵味

清代袁枚曾讲：“品茶应含英咀华，并徐徐体贴之。”意思就是将茶汤含在口中，慢慢咀嚼，细细品味，感受茶汤过喉时的爽滑。只有带着对茶的深厚感情去品茶，才能品到好茶的“香、清、甘、活”，以及它妙不可言的韵味。

## 回味

回味是指品茶后的感觉。品到好茶后，一是舌根回味甘甜，满口生津；二是齿颊回味甘醇，留香时间长；三是喉底回味甘爽，气脉畅通，五脏六腑如得滋润，使人心旷神怡，飘然欲仙。

