

鉴茶 学泡茶 赏茶

得鉴茶之能

学泡茶之技

享赏茶之悦



陈书谦◎主编

中国国际茶文化研究会常务理事

中国茶叶流通协会理事

吴觉农茶学思想研究会理事

雅安市茶业协会副会长

鉴赏轻图典



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

鉴赏轻图典

鉴以原泡茶赏茶

陈书谦◎主编

茶文化研究会文化研究会常务理事

茶协合理惠惠协会理事

思想研究会究念想研究会理事

研究会副会长协会副会长

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

鉴茶·泡茶·赏茶 / 陈书谦主编. —北京:电子工业出版社, 2012. 2
(鉴赏轻图典)

ISBN 978-7-121-15497-3

I. ①鉴… II. ①陈… III. ①茶—文化—中国—图集 IV. ①TS971-64
中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第264433号

责任编辑：周 林

印 刷： 中国电影出版社印刷厂
装 订：

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开 本：889×1194 1/20 印张：8 字数：208千字

印 次：2012年2月第1次印刷

定 价：39.80元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件到dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

前言



据唐代陆羽的《茶经》记载：“茶之为饮，发乎神农氏。”也就是说，早在四千多年前，中华民族的先祖就已经开始将茶作为饮品了。尽管神农氏发明茶饮也许仅仅是一个传说，但是中国人饮茶的历史源远流长却是不争的事实，至少在两千多年前的秦汉时期，茶就已经成了中国人日常生活当中重要的一部分。

中国是茶的故乡，在与茶打交道的漫长历史中，形成了一套丰富而独特的茶文化。而今，饮茶对中国人来讲，无论是在物质生活方面，还是在精神生活方面，都有着密不可分的关系，饮茶不仅成为中国人的一项生活习俗，而且也已经深深地融入了中国人的精神气质当中。因此，了解一定的茶文化对于每一个中国人，特别是对追求更为丰富的生活意趣和更为深层次的精神享受的人士而言，也就可以说是一件顺理成章的事情了。

中华茶文化博大精深、底蕴深厚，鉴茶、泡茶和赏茶是其中的几个方面，本书即以此入手，伴随大家步入中华茶文化的门径，开始这一充满新鲜和惊喜的迷人的茶文化之旅。



目录

绪论

茶的起源 / 10

中国是茶的故乡 / 11

中国是茶树的原产地 / 11

中国西南地区是茶树的摇篮 / 12

中国当代茶叶产区 / 12

悠久的茶文化 / 14

中国茶饮的发展史 / 14

茶马古道 / 15



第一章 鉴茶 香叶嫩芽洁性涤尘

 茶的分类 / 18

七大茶系 / 19

 绿茶 / 20

绿茶概说 / 20

西湖龙井

从来佳茗似佳人 / 22

洞庭碧螺春

碧螺春香百里醉 / 24

黄山毛峰

自古名山产名茶 / 26

太平猴魁

猴魁两头尖，不散不翘不卷边 / 28

蒙顶甘露

扬子江心水，蒙山顶上茶 / 30

安吉白片

来自安吉的仙草茶 / 31



六安瓜片

七碗清风自六安 / 32

南京雨花茶

借问王孙草，何时泛碗花 / 33

竹叶青

雪芽近自峨眉得，不减红囊顾渚春 / 34

信阳毛尖

淮南茶，信阳第一 / 35

红茶 / 36

红茶概说 / 36

正山小种

小种红茶唯正山 / 38

祁门红茶

祁红特绝群芳最，清誉高香不二门 / 40

滇红工夫

香高味浓，独树一帜 / 42

川红工夫

后起之秀赛祁红 / 43

宁红工夫

茶盖中华，价甲天下 / 44

宜红工夫

春秋楚目西偏境，陆羽茶经第一州 / 45

政和工夫

闽红工夫之上品 / 46

坦洋工夫

精试百余载，凝香一壶春 / 47

宜兴红茶

紫砂故乡的工夫茶 / 48

黄金白露

川红工夫的珍品 / 49

乌龙茶 / 50

乌龙茶概说 / 50

安溪铁观音

舌根未通天真味，鼻管先通圣妙香 / 52

冻顶乌龙

台湾乌龙之圣品 / 54

武夷大红袍

岩茶之王属红袍 / 56

武夷肉桂

奇种天然真味好，木瓜微酳桂微辛 / 58

闽北水仙

果奇香为诸茶冠 / 59

凤凰单枞

凤凰水仙之上品 / 60

黄金桂

未尝清甘味，先闻透天香 / 61

永春佛手

源自望仙山的神药茶 / 62

阿里山乌龙

台湾高山茶中的极品 / 63

白茶 / 64

白茶概说 / 64

白毫银针

现代白茶之始祖 / 66

白牡丹

佳茗亦国色 / 68

贡眉

港澳地区的畅销白茶 / 69

黄茶 / 70

黄茶概说 / 70

君山银针

试把雀泉烹雀舌，烹来长似君山色 / 72

霍山黄芽

千年古茶有新生 / 74

蒙顶黄芽

蜀土称茶圣，蒙山味独珍 / 75

黑茶 / 76

黑茶概说 / 76

普洱生茶

休道灵芝草，何如普洱茶 / 78

普洱熟茶

能喝的古董 / 80

普洱沱茶

似窝头的紧压茶 / 81

雅安藏茶

历史最悠久的黑茶 / 82

湖南黑茶

古丝绸路上的神秘之茶 / 83

花茶 / 84

花茶概说 / 84

茉莉花茶

花茶之魁首 / 86

桂花茶

金秋时节桂花香 / 88

金银花茶

保健花茶之新秀 / 89

茶叶的选购 / 90

真茶与假茶 / 90

新茶与陈茶 / 91

高山茶与平地茶 / 92

窈花茶与拌花茶 / 93

春茶、夏茶和秋茶 / 93

茶叶的保存 / 94

保存茶叶的注意事项 / 94

茶叶的保存方法 / 95

茶叶的成分和保健功效 / 96

第二章 泡茶 小阁香泉烹佳茗

器具篇 / 100

茶盘 / 100

茶叶罐 / 100

煮水器 / 101

茶壶 / 101

盖碗 / 102

品茗杯 / 102

闻香杯 / 103

公道杯 / 103





过滤网和滤网架 / 104

茶巾 / 104

杯垫 / 105

盖置 / 105

茶荷 / 106

水盂 / 106

养壶笔 / 107

普洱茶针 / 107

茶道六用 / 108

茶宠 / 109

宜兴紫砂壶 / 110

紫砂壶的材质和产地 / 110

紫砂壶的历史 / 111

紫砂壶的特色 / 111

紫砂壶的款式 / 112

紫砂壶的选购 / 113

购买紫砂壶需要防“三伪” / 115

紫砂壶的使用 / 116

紫砂壶的保养 / 117

美水篇 / 118

好水的标准 / 118

用水的选择和讲究 / 119

泡法篇 / 121

泡茶三要素 / 121

玻璃杯冲泡碧螺春 / 126

瓷壶冲泡祁门红茶 / 128

盖碗冲泡大红袍 / 130

玻璃杯冲泡白毫银针 / 132

玻璃杯冲泡君山银针 / 134

紫砂壶冲泡普洱熟茶 / 136

盖碗冲泡茉莉花茶 / 138





第三章 赏茶

阶前坐看云起云落

品茶香，知茶味 / 142

三看——色 / 142

三闻——香 / 142

三品——味 / 142

三回味——韵 / 142

品茗是一种意境 / 143

清静 / 143

禅定 / 143

挚友 / 144

在品茗中了解茶人茶事 / 145

陆羽和《茶经》 / 145

孙皓以茶代酒 / 147

《红楼梦》中的茶事 / 148

苏轼与茶 / 149

清心悠然悟茶道 / 150

中国茶道 / 150

日本茶道 / 152

世界其他国家茶俗 / 154

英国的下午茶 / 154

俄罗斯的茶炊 / 154

美国的冰茶、鸡尾酒茶和袋泡茶 / 155

印度的拉茶和煮茶 / 155

中国民族茶俗 / 156

蒙古族的咸奶茶 / 156

藏族的酥油茶 / 156

维吾尔族的奶茶与香茶 / 157

傣族、拉祜族的竹筒香茶 / 157

白族的三道茶 / 159

苗族、侗族的油茶 / 159



绪论



茶的起源

有关茶的起源，通常说源于中国第一部药学著作《神农本草经》：“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶而解之。”其中的“茶”，指的就是茶。这里说明了两个问题：其一，神农氏最早发现了茶；其二，茶具有解毒的药用价值。

其后，陆羽在《茶经》中沿袭了这种说法：“茶之为饮，发乎神农氏。”不过，我们知道，神农氏生活在距今四千多年前的上古时期，那时没有文字记载，当年的事迹大都属于传说，很多属于后人的附会，因此茶未必就是神农氏最早发现的。

事实上，有关中国人饮茶的历史究竟起源于何时，人们有着不同的观点。除了茶起源于神农时期这种说法之外，还有起源于西周时期和秦汉时期等说法。《华阳国志·巴志》记载：“周武王伐纣，实得巴蜀之师，茶蜜皆纳贡之。”这说明，在商朝末期和西周初期，巴蜀地区就已经产茶了。《华阳国志》中甚至还记载了有关西周时期人工栽培茶树的内容。而在长沙马王堆西汉墓葬中出土的简册当中，则发现了当时直接的有关茶的记载。据此推算，最晚在西汉时期，中国人已经开始饮茶，而且，当时饮茶已经在社会上形成了一种风气。



中国是茶的故乡

中国是茶树的原产地

中国是茶树的原产地，是茶文化的发源地。

与现今茶树以人工栽培为主的情况不同，最初的茶树都是野生的，而中国就是野生大茶树发现得最早和最多的国家。早在三国时期的《吴普本草》中就记载：“南方有瓜芦木亦似茗，至苦涩，取为屑茶饮，亦可通夜不眠。”这里的“瓜芦木”，指的就是野生大茶树。这说明，中国在一千七百多年前就已经存在野生大茶树了。

中国野生大茶树的分布非常广泛，据不完全

统计，在10个省区的198处地点都发现了野生大茶树，尤其以云南省南部与西南部、四川省南部和贵州省分布最为密集。

另外，中国野生大茶树的树体之大，在世界上也是罕见的。例如在云南省，树干直径在100厘米以上的野生大茶树就有十多株，其中普洱地区的龙潭大茶树高18.5米，基部干径达143.5厘米，而景东县的石门大茶树基部干径为83.4厘米，树高则达到了25米，堪称世界之最。



中国西南地区是茶树的摇篮

据文献记载，茶树诞生于中国西南地区。明末清初的著名学者顾炎武在《日知录》中说：“自秦人取蜀而后，始有饮茗之事。”这就是说，在战国时期秦国攻取蜀国之后，中原地区才有了饮茶的事情。显然，这说明了茶发源于蜀地，也就是现在的四川。

另外，也有人认为茶树最早出现在云南的西双版纳，因为西双版纳的地理条件极为适合茶树的生长。

事实上，很难具体地确定茶树起源于中国的哪个省份、哪个地点，但基本可以认定的是，世界上最古老的茶树就是在中国西南地区孕育而生的，随后又以此为中心向其他地区扩散。

当前，全世界的山茶科植物共有23属，380余种，我国有15属，260余种，其中的大部分都位于四川、云南和贵州一带，这也说明，中国西南地区是茶树的摇篮。



中国当代茶叶产区

中国当代有四大茶叶产区：西南茶区、华南茶区、江南茶区和江北茶区。

江北茶区

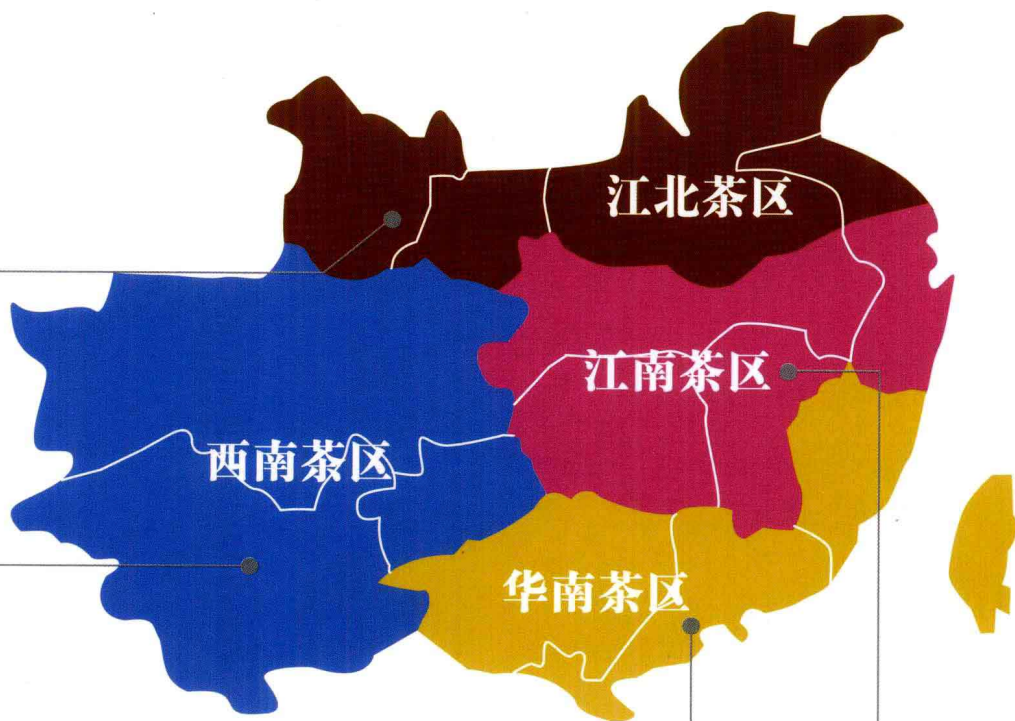
位于长江中下游地区的北部，包括湖北和安徽以及江苏三省的北部、河南南部和山东东南部等地区。这是中国最北部的茶叶产区，这个产区的茶树主要是灌木型中叶种和小叶种，生产的茶叶类别主要是绿茶。

西南茶区

包括四川、重庆、云南、贵州和西藏东南部，这是中国最为古老的茶叶产区。西南茶区茶树品种丰富，灌木型、小乔木型、乔木型皆有，生产的茶叶类别主要是绿茶、黄茶、黑茶和红茶。

华南茶区

包括福建和广东两省的中南部、云南南部、广西南部、台湾和海南。这一地区因为有着充沛的降水量，茶树品种非常丰富。华南茶区所生产的茶叶类别主要是红茶、乌龙茶、白茶、黑茶和花茶。



江南茶区

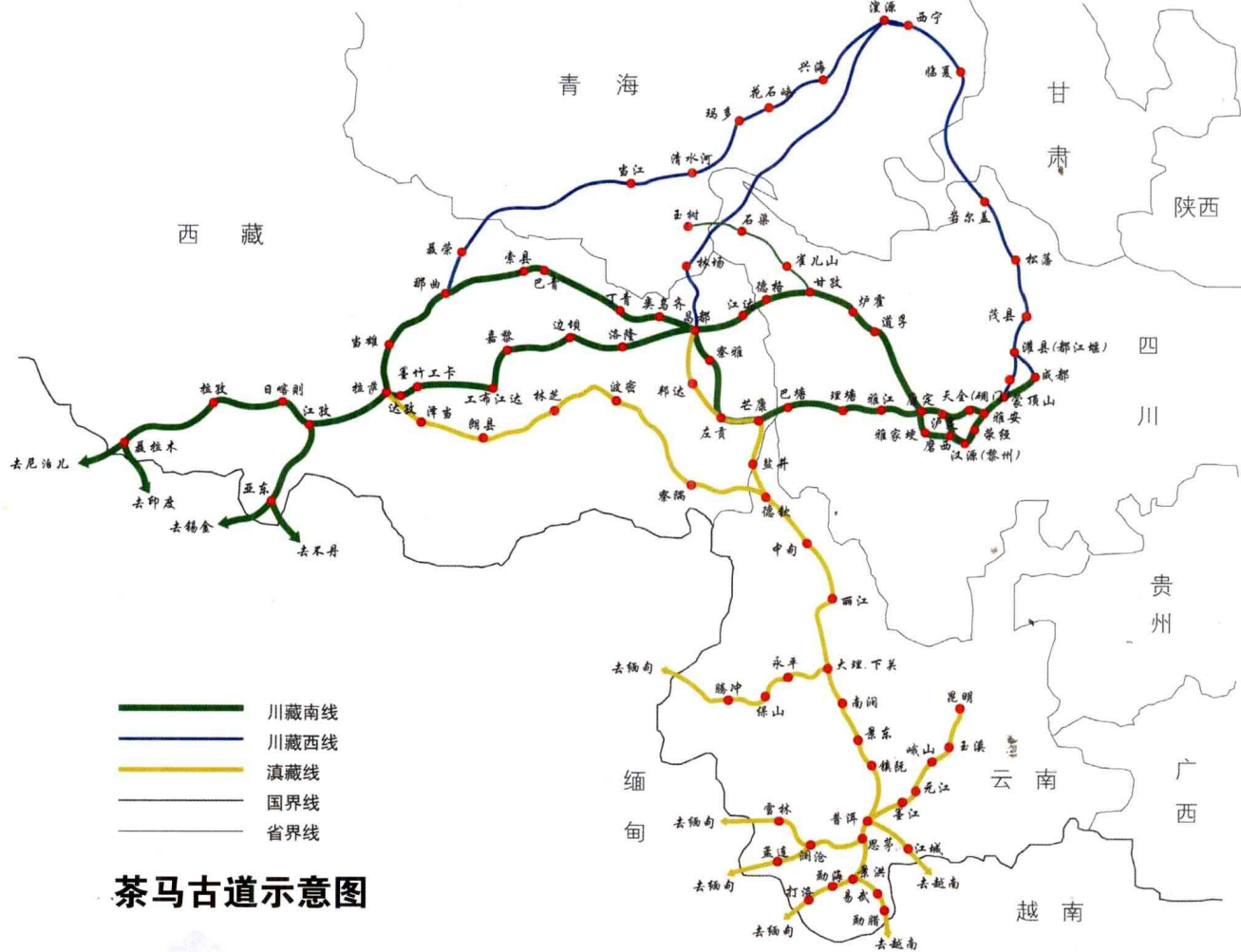
位于长江中下游地区的南部，包括福建中北部、两广北部、湖北和安徽以及江苏三省的南部、湖南、浙江和江西。江南茶区的茶树主要是灌木型中叶种和小叶种，生产的茶叶类别主要是绿茶、乌龙茶、黄茶和花茶。特别值得一提的是，江南茶区是中国当代出产名茶种类最多的地区，如世界知名的西湖龙井、洞庭碧螺春等名茶都出产自江南茶区。



悠久的茶文化

中国茶饮的发展史

上古时代	“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶（茶）而解之。”如果这一记载是真实的，那么中国人用茶的历史可以上溯到四千多年前的上古时期。不过，那时的茶是作为药物来使用的
商周时代	据《华阳国志》记载，周武王伐纣的时候，巴蜀地区曾将茶作为贡品献给武王。另据《晏子春秋》记载，齐相晏婴会用茶叶来煮粥和做菜吃。这表明，在春秋时期，茶叶虽然已经成为食品，但是还没有成为一种单独的饮品
秦汉时代	西汉的《僮约》中有关于“烹茶尽具”和“武阳买茶”的记述，这表明，在当时一些官宦人家里，茶叶已经成为一种日常饮品，而且当时也已经出现了买卖茶叶的现象，茶叶生产已经走上了商品化的道路
魏晋南北朝时代	《三国志》中有关于吴国皇帝孙皓“密赐茶荈以代酒”的记载。很多其他史料也反映出，在这一时期，饮茶已经成为全社会的一种普遍的风习，特别是在南方，饮茶之风尤盛
隋唐时代	这一时期，以昌盛的国力为基础，茶业得到了极大的发展，各种名茶不断涌现，并且出现了第一部茶学专著——陆羽的《茶经》。与此同时，中国茶文化也传播到了国外
宋元时代	茶业进一步向前发展，新出现了末茶、散茶和窰制花茶等新的品类。这一时期还出现了一部皇帝撰写的茶书——宋徽宗赵佶的《大观茶论》。到了元朝，中国还发明了机械制茶方法，使得制茶效率大为提高
明清时代	这一时期，茶的形态由以团茶为主转变为以散茶为主，饮茶方式也由煮茶转变为泡茶。除传统的绿茶外，红茶、白茶、黑茶、黄茶、乌龙茶等新的品种也都相继出现。明清时代，茶叶还成为中国对外贸易中地位举足轻重的出口商品，为中国换得了巨额的白银收入



茶马古道示意图

茶马古道

茶马古道的历史

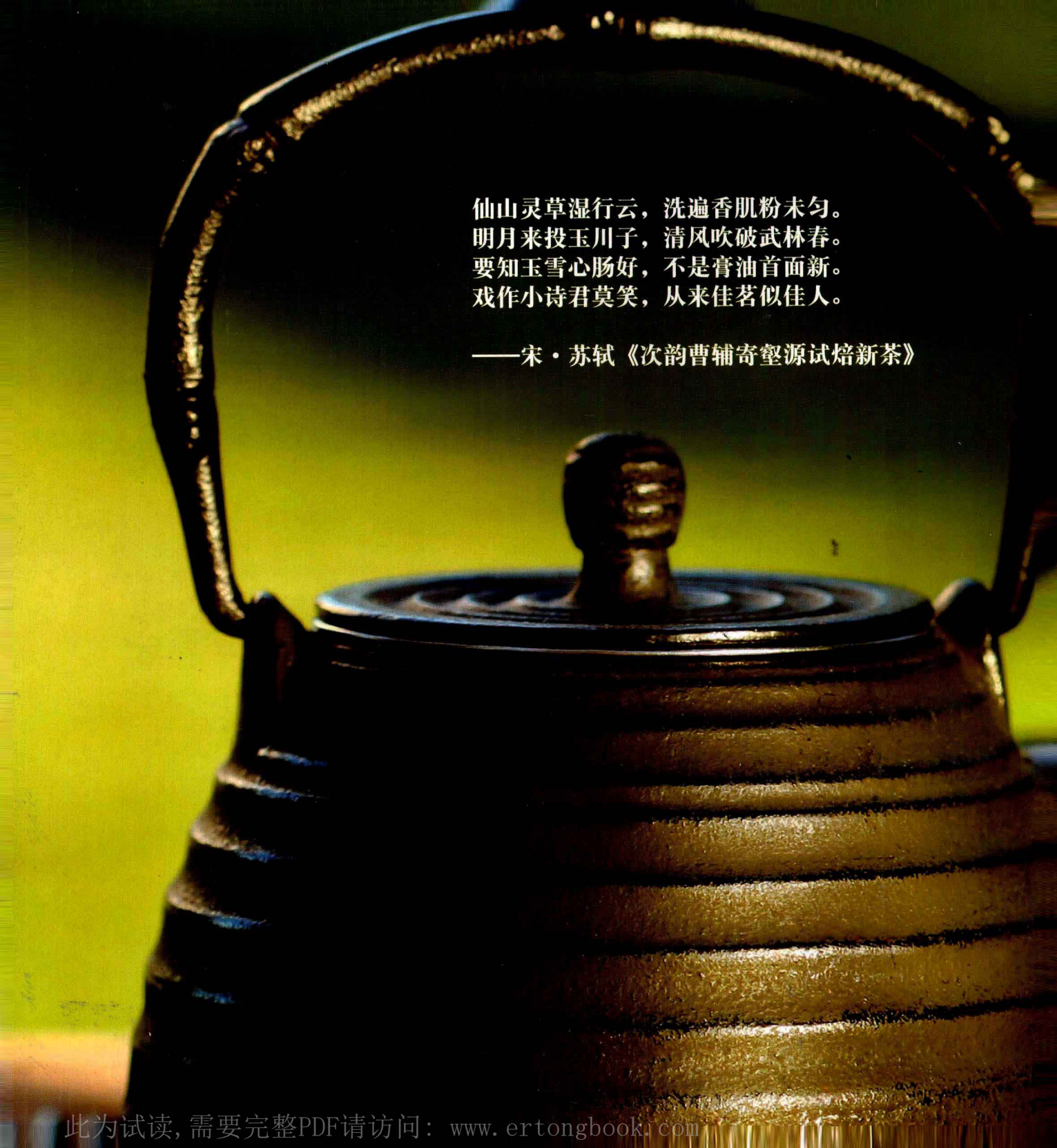
茶马古道起源于古代茶马互市、茶马贸易。内地汉族人民用茶叶、布匹等商品来交换边疆少数民族同胞的马匹、特产等商品，久而久之，就形成了较为固定的贸易通道，也就是所谓的茶马古道。

茶马古道在南北朝时已经初步形成，发展完善则是在唐代，此后一直到民国时期，茶马古道是中国西南地区各民族之间以及中外之间的一条非常繁荣的商道。

茶马古道的线路

茶马古道并非只有一条单一的线路，而是方向明确的一个交通网络，其中最主要的是青藏线、川藏线和滇藏线这三条线路。这些线路向东、向北连接着中国内地，向西、向南则通往印度、尼泊尔、缅甸等国家。

在茶马古道上，形成了一系列的贸易枢纽，例如拉萨、昌都、康定、雅安、大理、丽江、中甸、德钦等，这些城镇的发展和驰名，都与茶马古道有着极为密切的关联。



仙山灵草湿行云，洗遍香肌粉末匀。
明月来投玉川子，清风吹破武林春。
要知玉雪心肠好，不是膏油首面新。
戏作小诗君莫笑，从来佳茗似佳人。

——宋·苏轼《次韵曹辅寄壑源试焙新茶》