

轻松生活

轻松

茶艺

全书



茶的实用小百科·精美简明的茶工具书·泡茶饮茶涤荡心灵浮尘

编著 李洪
摄影 张旭明 王绎东

中国轻工业出版社



茶叶

专业式通俗·茶典式严谨·茶类六加一，八十八种名茶尽在掌握

茶具

眼界高于一切，五大类三十二种，市场上最前端最时尚最合用的茶具一

泡茶

会泡这十五种茶，其他茶叶全搞定。跟着图片和DVD一步步学泡茶

轻松生活

茶艺

轻

松

全书

茶的实用小百科 · 精美简明的茶工具书 · 泡茶饮茶涤荡心灵浮尘

编著

李洪

摄影

张旭明

王缉东

中国轻工业出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

轻松茶艺全书 / 李洪编著; 张旭明, 王缉东摄影. —北京: 中国轻工业出版社, 2010.8

(轻松生活)

ISBN 978-7-5019-7690-4

I. ①轻… II. ①李…②张…③王… III. ①茶-文化 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第107632号



责任编辑: 李 梅 责任终审: 孟寿萱 装帧设计: 北京水长流文化发展有限公司
策划编辑: 李 梅 责任校对: 晋 洁 责任监印: 张 可

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京国彩印刷有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2010年8月第1版第1次印刷

开 本: 720×1000 1/16 印张: 11.25

字 数: 252千字

书 号: ISBN 978-7-5019-7690-4

定价: 39.90元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

081002S1X101ZBW



编辑前言

泡壶茶，闲下来

坐在茶桌旁，自己泡壶茶，偷得浮生半日闲，顺便慰劳亲人或朋友，何等的奢侈，何等满足。

大多数爱茶之人都喜欢自己泡茶，并乐此不疲。喜欢和别人聊茶叶，为了一些好奇置身于喝茶的闲适时光中。于是又有了一包茶叶，一把壶，一个朋友，一段故事。

钱并不能让人闲下来，因为钱没有够。茶却能让人闲下来。一坐到茶桌旁，不由你不闲下来、静下来。古人说茶能清心神、涤欲念，至少在喝茶的那段时间里可以。

古人有的是时间，泡茶喝茶是至清、至雅的闲情。在现下时间就是金钱的浮躁年代，泡茶饮茶更是高雅难得，因为在快的年代里舍得慢下来、闲下来，泡在茶水里，是件难以寻常的事情。

一次在马连道茶叶一条街享受快乐，听人说：“喝茶怀古，想心事喝咖啡去好了！”说得没错。一怀古，上下五千年，全在静静的一壶茶的时光里。

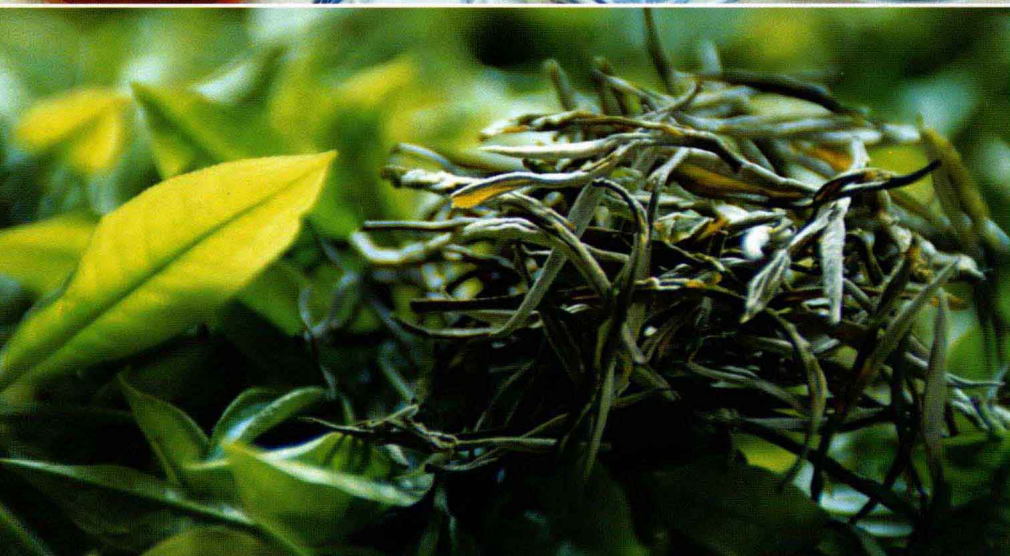
来吧，泡壶茶，让我们闲下来。

茶之境○

茂林修竹，流水潺潺，池边林下，野寺山观
接近自然，随遇而安，宁静淡泊，绵绵悠长
山清幽，泉清冷，茶清淡，人清谈







茶之趣○

净几明窗，一轴画、一囊琴、一只鹤、一瓯茶、一炉香、一部法帖
小园幽径，几丛花、几群鸟、几区亭、几拳石、几泄水、几片闲云
器洁，境幽，茶清，人静



PART 1 轻松鉴茶

▶ 11

一 中国茶叶产区 and 茶叶分类 ▶ 12

1. 中国茶区 ▶ 12

西南茶区 / 江北茶区 / 江南茶区 / 华南茶区

2. 茶叶分类 ▶ 16

(1) 茶叶的多种分类法 ▶ 16

(2) 轻松掌握——茶类“6+1” ▶ 17

二 鉴茶五要素 ▶ 18

1. 茶的外形 ▶ 18

2. 茶的汤色 ▶ 20

3. 茶的叶底 ▶ 21

4. 茶的香气 ▶ 22

5. 茶的滋味 ▶ 22

三 名品茶叶识别与鉴赏 ▶ 23

(一) 绿茶篇 ▶ 23

1. 绿茶的工艺 ▶ 23

2. 绿茶的分类 ▶ 23

(1) 蒸青绿茶 ▶ 24

(2) 炒青绿茶 ▶ 24

(3) 烘青绿茶 ▶ 25

(4) 晒青绿茶 ▶ 25

3. 名优绿茶鉴赏 ▶ 26

*龙井 ▶ 26

*碧螺春 ▶ 27

黄山毛峰 ▶ 28

六安瓜片 ▶ 28

松萝茶 ▶ 29

竹叶青 ▶ 29

蒙顶甘露 ▶ 29

*太平猴魁 ▶ 30

安吉白茶 ▶ 30

信阳毛尖 ▶ 32

婺源茗眉 ▶ 32

*婺源绿茶 ▶ 32

高桥银峰 ▶ 33

石门银峰 ▶ 33

黄金茶 ▶ 33

恩施玉露 ▶ 34

日照绿茶 ▶ 34

崂山绿茶 ▶ 34

汉中仙毫 ▶ 35

紫阳毛尖 ▶ 35

西乡炒青绿茶 ▶ 35

都匀毛尖 ▶ 36

湄潭雀舌 ▶ 36

绿雪芽 ▶ 36

滇青绿茶 ▶ 37

茉莉银针 ▶ 37

茉莉龙珠 ▶ 37

*碧潭飘雪 ▶ 38

抹茶 ▶ 38

玄米茶 ▶ 38

(二) 红茶篇 ▶ 39

1. 红茶的工艺 ▶ 39

2. 红茶的分类 ▶ 39

(1) 小种红茶 ▶ 39

(2) 工夫红茶 ▶ 39

(3) 红碎茶 ▶ 40

3. 名优红茶鉴赏 ▶ 40

正山小种 ▶ 40

祁门红茶 ▶ 40

祁红工夫 ▶ 41

滇红金芽 ▶ 41

*滇红工夫 ▶ 41

政和工夫 ▶ 42

坦洋工夫 ▶ 42

白琳工夫 ▶ 42

英德红茶 ▶ 43

宜兴红茶 ▶ 43

四川红茶 ▶ 43

荔枝红茶 ▶ 44

玫瑰红茶 ▶ 44

桂花红茶 ▶ 44

CTC红碎茶 ▶ 45

阿萨姆红茶 ▶ 45

斯里兰卡红茶 ▶ 45

(三) 青茶 (乌龙茶) 篇 ▶ 46

1. 青茶的工艺 ▶ 46

2. 青茶的分类 ▶ 46

(1) 闽北青茶 ▶ 46

(2) 闽南青茶 ▶ 46

(3) 广东青茶 ▶ 46

(4) 台湾青茶 ▶ 46

3. 名优青茶鉴赏 ▶ 47

*铁观音 ▶ 47

炭焙铁观音 ▶ 48

冰鲜铁观音 ▶ 48

黄金桂 ▶ 48

本山 ▶ 49

毛蟹 ▶ 49

武夷肉桂 ▶ 49

*大红袍 ▶ 50

水金龟 ▶ 50

铁罗汉 ▶ 50

白鸡冠 ▶ 52

武夷水仙 ▶ 52

永春佛手 ▶ 52

漳平水仙饼茶 ▶ 53

*凤凰单丛 ▶ 53

岭头单丛 ▶ 54

桂花乌龙 ▶ 54

炭焙乌龙 ▶ 54

*冻顶乌龙 ▶ 55

人参乌龙 ▶ 55

阿里山乌龙 ▶ 56

白毫乌龙 ▶ 56

金萱乌龙 ▶ 56

(四) 黑茶篇 ▶ 57

1. 黑茶的工艺 ▶ 57

2. 黑茶的分类 ▶ 57

(1) 云南黑茶 ▶ 57

(2) 广西黑茶 ▶ 57

(3) 湖南、湖北黑茶 ▶ 57

(4) 四川黑茶 ▶ 57

3. 名优黑茶鉴赏 ▶ 58

宫廷普洱 ▶ 58

*普洱茶散茶 ▶ 58

- 自然发酵普洱茶 ▶ 58
 人工发酵普洱茶 ▶ 59
 普洱茶 ▶ 59 螃蟹脚 ▶ 59
 菊花普洱茶 ▶ 60 *茯砖茶 ▶ 60
 千两茶 ▶ 60 青砖 ▶ 61
 安茶 ▶ 61 六堡茶 ▶ 61

(五) 黄茶篇 ▶ 62

1. 黄茶的工艺 ▶ 62
2. 黄茶的分类 ▶ 62
 - (1) 黄芽茶 ▶ 62
 - (2) 黄小茶 ▶ 62
 - (3) 黄大茶 ▶ 62
3. 名优黄茶鉴赏 ▶ 63

君山银针 ▶ 63 蒙顶黄芽 ▶ 63
 霍山黄芽 ▶ 63

(六) 白茶篇 ▶ 64

1. 白茶的工艺 ▶ 64
2. 白茶的分类 ▶ 64
 - (1) 白芽茶 ▶ 64
 - (2) 白叶茶 ▶ 64
3. 名优白茶鉴赏 ▶ 64

白毫银针 ▶ 64 白牡丹 ▶ 65
 寿眉 ▶ 65 新工艺白茶 ▶ 65

四 茶叶的选购和贮藏 ▶ 66

1. 新茶上市时间 ▶ 66
2. 选购茶叶备忘录 ▶ 66
 - (1) 选择卖场 ▶ 66
 - (2) 认证与标志 ▶ 67
 - (3) 价位 ▶ 67
 - (4) 数量 ▶ 67
 - (5) 包装 ▶ 67
3. 茶叶的存放 ▶ 68
 - (1) 影响茶叶品质的因素 ▶ 68

温度 / 湿度 / 氧气 / 光线 / 异味
 - (2) 家庭茶叶贮藏方法 ▶ 69

冷藏法 / 生石灰贮藏法 / 抽真空法 / 放置除氧剂 / 常温存放
 - (3) 茶叶容器的选择 ▶ 70
 - (4) 存茶特别备忘 ▶ 70
4. 变质茶叶的鉴别 ▶ 70

PART 2 轻松泡茶 ▶ 71

一 泡茶的细节 ▶ 72

(一) 准备的细节 ▶ 72

1. 体态 ▶ 72
2. 双手 ▶ 72
3. 服饰 ▶ 72
4. 环境 ▶ 73
5. 音乐 ▶ 73
6. 饮茶者留意 ▶ 73

(二) 泡茶过程中的细节 ▶ 74

1. 茶具的准备与摆放 ▶ 74
2. 茶叶的取放 ▶ 75
3. 持壶 ▶ 75

标准持壶 / 双手持壶 / 勾手持壶 / 侧把壶持壶 / 单手持提梁壶 / 双手持提梁壶
4. 持杯 ▶ 76
5. 茶巾的折叠和使用 ▶ 76

茶巾的折叠 / 茶巾的使用
6. 温具 ▶ 78

温烫玻璃杯 / 温烫盖碗 / 温烫品杯 / 温烫茶壶、滤网和公道杯
7. 闻香 ▶ 80
8. 辅助茶具的使用 ▶ 81

茶匙 / 茶则 / 茶漏 / 茶夹 / 茶针 / 茶道六用组具 (筒) / 盖置 / 茶荷 / 滤网和滤网架 / 茶刀 / 养壶笔
9. 其他 ▶ 83

冲水、高冲水 / 低斟茶与浅茶满酒 / 润茶 / 分茶 / 叩指谢茶

二 轻松泡茶 ▶ 86

杯泡法和壶泡法 / 清饮和调饮

(一) 冲泡绿茶 ▶ 87

要点 / 准备

1. 冲泡碧螺春 ▶ 88
2. 冲泡西湖龙井 ▶ 90
3. 冲泡太平猴魁 ▶ 92
4. 冲泡婺源绿茶 ▶ 94
5. 絮语清清绿茶 ▶ 96

（二）冲泡红茶 ▶ 97

要点 / 准备

1. 冲泡滇红 ▶ 98
2. 冲泡奶茶 ▶ 100
3. 温暖浓情话红茶 ▶ 102

（三）冲泡青茶 ▶ 103

要点 / 准备

1. 冲泡凤凰单丛 ▶ 104
2. 冲泡大红袍 ▶ 106
3. 冲泡铁观音 ▶ 109
4. 冲泡冻顶乌龙 ▶ 112
5. 青茶的工夫与神韵 ▶ 116

（四）冲泡黑茶 ▶ 117

要点 / 准备

1. 冲泡普洱茶熟茶 ▶ 118
2. 冲泡普洱茶生茶 ▶ 120
3. 煮饮茯砖茶 ▶ 122
4. 调饮黑茶 ▶ 124
5. 以陈为贵健康“黑” ▶ 124

（五）冲泡花茶 ▶ 125

要点 / 准备 / 关于“花茶”

1. 冲泡碧潭飘雪 ▶ 126
2. 冲泡造型花茶 ▶ 128
3. 花茶絮语 ▶ 130
4. 美丽花草 ▶ 130

三 泡茶的其他问题 ▶ 132

1. 泡茶用水 ▶ 132

古人论水 / 现在泡茶用水 / 用经过处理的自来水泡茶

2. 活水还需活火煎 ▶ 133
3. 其他 ▶ 134

如何选择壶泡还是杯泡 / 茶叶冲泡前都要润茶吗 / 润茶能洗去农药残留吗 / 普洱茶汤面上的白色雾气是好茶的标志吗 / 生活中要注意哪些饮茶禁忌

PART 3 轻松选茶具 ▶ 135

一 时尚茶具，思古情怀 ▶ 136

青花茶具 ▶ 137

仿汝窑青瓷和龙泉窑青瓷茶具 ▶ 138

白瓷茶具 ▶ 140

玻璃茶具 ▶ 141

紫砂茶具 ▶ 142

陶艺茶具及辅助用具 ▶ 143

二 茶具分类 ▶ 145

1. 茶具材质的分类 ▶ 145
2. 茶具功能的分类 ▶ 145

三 细说茶具 ▶ 146

1. 煮水具 ▶ 146

2. 饮具 ▶ 148

茶壶 / 茶杯 / 盖碗

3. 贮具 ▶ 154

茶仓 / 公道杯 / 茶具架 / 茶具柜 / 水方（贮水罐）

4. 洁具 ▶ 158

茶巾 / 茶盘 / 壶承 / 水盂 / 废茶桶

5. 辅具 ▶ 164

茶道六用 / 滤网和滤网架 / 茶荷 / 壶垫和杯托 / 杯垫 / 壶套和杯套 / 盖置 / 茶宠 / 养壶笔 / 茶刀 / 茶炭

四 茶具的细节——搭配、选购和使用 ▶ 171

（一）茶具的搭配细节 ▶ 171

1. 茶台与环境相合 ▶ 171
2. 按泡茶习惯选配茶具 ▶ 172
3. 常规茶类与茶具的搭配 ▶ 172
4. 茶具间协调 ▶ 172
5. 视人数选用合适容积的壶具、公道杯 ▶ 173
6. 辅助茶具与主要泡饮器具搭配 ▶ 173
7. 办公室泡茶器具 ▶ 174
8. 茶宠添趣 ▶ 174

（二）茶具的选购和使用细节 ▶ 175

1. 紫砂壶的选购 ▶ 175
2. 紫砂壶的使用和养护 ▶ 175
3. 开片茶杯的使用和养护 ▶ 176
4. 铸铁壶选购和使用 ▶ 177
5. 盖碗的选购和使用 ▶ 177
6. 茶叶罐使用注意 ▶ 178
7. 随手泡使用注意 ▶ 178
8. 公道杯的选购与使用 ▶ 178
9. 茶盘（壶承）的选购和使用 ▶ 178
10. 茶具材质的要求 ▶ 179

鸣谢 ▶ 180

参考书目 ▶ 180

注：目录中加*标志的茶为后文有冲泡步骤的茶种

PART

I

轻松鉴茶





中国茶叶产区和茶叶分类

世界上饮茶的人越来越多，冰红茶、冰绿茶、菊花茶、乌龙茶等含茶饮料正在替代碳酸饮品，成为21世纪的主流健康饮品。

中国是茶的故乡，是世界茶树的起源地，茶资源丰富，全国20个省（区）产茶，各个产区都有著名的茶叶出产，茶鲜叶经过不同的工艺加工制成了品种繁多、风味各异的茶叶。

1. 中国茶区

中国是世界上最早种茶、制茶和利用茶的国家，我们的祖先发现和利用茶叶至少已有5000多年。中国是茶的故乡，许多学者通过对史料的研究和对中国野生大茶树的考察研究，认定中国云南西南地区是世界茶树的发源地。

早在唐代，茶区的概念就已经出现了，陆羽在其著作《茶经·八之出》里详细记述了唐朝开元年间中国产茶区分布的情况。当时中国分15个道，有8个道43个州郡产茶，即为八个

山地茶园





茶区。宋代，茶区一再扩大，产量提高。元、明、清时期，茶叶产区又大大扩展，到了鸦片战争、民国时期，由于战乱，产茶区逐渐缩小。新中国成立以后，中国的茶叶生产有了新的发展，产茶区恢复并扩大，至今全国有20个省（区、直辖市）共计1000多个县市产茶。

唐代开元年间的八大茶区和现在的四大茶区

时 期	行政区域和产茶区	唐代八大茶区	
唐代（开元年间）	唐代中国行政区域划分为15个道，其中8个道43个州郡产茶	唐代茶区地名称谓	与之对应的现在地名称谓
		唐代八个茶区：山南道、淮南道、浙西道、剑南道、浙东道、黔中道、江西道、岭南道	即现在的川、鄂、湘、赣、皖、苏、浙、闽、粤、桂、黔、陕、豫等13个省（共240多个县市）
中华人民共和国	中国行政区域划分为34个省（自治区、直辖市和特别行政区），有20个省（区）产茶	现在四大茶区	
		现在四大茶区：西南、江南、华南、江北四大茶区，地跨20个省（区），即：云、贵、川、渝、藏、陕、豫、甘、鲁、鄂、湘、赣、浙、苏、皖、闽、粤、桂、琼、台，共计1000多个县市	

新中国产茶区划分为四大茶区

■西南茶区

西南茶区是茶树的原产地，种茶和饮茶历史悠久，茶树资源丰富，茶树种类繁多，是一个高原茶区，包括云南、贵州、重庆、四川，以及湖南的湘西、湖北的鄂西南、广西的北部和西藏东南等地区，主要产黑茶（其中有著名的普洱茶）、绿茶、红茶等。

西南茶区名茶

云南省的普洱茶、滇红、南糯白毫等；贵州省的都匀毛尖、遵义毛峰、湄江翠片等；四川省的蒙顶甘露、峨眉竹叶青、蒙顶黄芽等；以及重庆的沱茶、西藏的珠峰圣茶、广西的凌云白毫、湖北省的恩施玉露、湖南省湘西的古丈毛尖等。



本书内容的阅读，请配合观看专用配赠DVD光盘《轻松茶艺》。光盘时长50分钟，分“泡茶篇”“茶叶篇”“茶具篇”“赏艺篇”四部分，作为本书的动态补充，介绍了泡茶、茶叶、茶具、茶艺表演等相关内容。

■江北茶区

江|北|茶|区|名|茶

陕西省的午子仙毫、紫阳毛尖等；河南省的信阳毛尖等；安徽省的六安瓜片、舒城兰花等；甘肃省的碧口龙井等；山东省的日照雪青等。

江北茶区是中国四大茶区中最北部的一个茶区，位于长江以北，秦岭淮河以南，以及山东沂河以东部分地区，适宜灌木型中小叶茶树的种植，包括陕西、河南、安徽的皖北、江苏的苏北、甘肃的陇南、山东等地区。本茶区主要产绿茶。

■江南茶区

江南茶区是中国名茶最多的茶区，也是历史最悠久的茶区之一。茶区地域辽阔，是灌木型茶树及小乔木型茶树最适宜生长的区域，本茶区包括长江中下游以南的浙江、湖南、湖北、江西、江苏的苏南、安徽的皖南、福建的闽北及上海地区等，是绿茶的主产区。除绿茶外，还出产红茶和乌龙茶。

江|南|茶|区|名|茶

浙江省的龙井茶、安吉白茶等；湖南省的君山银针、高桥银峰等；湖北省的鄂南剑春等；江西省的庐山云雾、婺源茗眉等；江苏省的碧螺春、南京雨花茶等；安徽省的黄山毛峰、太平猴魁等；福建省的武夷岩茶、正山小种红茶、白毫银针等。

■华南茶区

华|南|茶|区|名|茶

福建的铁观音、黄金桂等；广东的英德红茶、凤凰水仙等；广西壮族自治区的六堡茶等；海南省的白沙绿茶等；台湾省的冻顶乌龙、白毫乌龙等。

华南茶区是中国四大茶区中最南部的茶区，是乔木型或小乔木型茶树适合生长的茶区之一，包括南岭以南的福建闽南、广东、广西、海南以及台湾省等地区，是乌龙茶的主产区。主要出产青茶（也称乌龙茶）、红茶、绿茶等。

2. 茶叶分类

(1) 茶叶的多种分类法

中国茶自古至今有多种不同的分类方法。比如唐代陆羽把茶大致分为粗茶、散茶、末茶、饼茶；元代分芽茶和叶茶。现在中国茶品种更加繁多，茶叶可以依据多种方法进行分类，平时我们就能接触到这些分类方法，如按茶叶的加工工艺、产地、采制季节、茶叶的级别、外形、销路等不同进行分类。

茶的分类方法

加工工艺分类	按照茶叶加工工艺不同，茶叶中的内含成分茶多酚氧化程度不同，品质也不同，把茶叶分为绿茶、红茶、青茶、黄茶、白茶、黑茶六大茶类。这也是传统的茶叶分类
产地分类	我国有20个省、区产茶，可将不同省、区所产的茶叶分为浙茶、闽茶、台茶、滇茶、赣茶、徽茶等，如普洱茶、滇红工夫等属于滇茶，铁观音、黄金桂、肉桂等属于闽茶
产茶时令分类	按季节不同可将茶叶划分为春茶、夏茶、暑茶、秋茶、冬茶。春茶在清明前采摘的为明前茶、谷雨前采摘的为雨前茶，绿茶中以明前茶品质最好，数量少，价最高
质量级别分类	茶叶不同，级别也不同，一般分为特级、一级、二级、三级、四级、五级等，有的特级茶还细分为特一、特二、特三等，普洱散茶分为特级、一级、二级至十级，共11个级别，级别不同，品质各有差异，一般级别会印在相应的茶叶外包装上，方便消费者辨别
外形分类	茶叶外形差别较明显，有针形茶，如安化松针等；扁形茶，如龙井茶、千岛玉叶等；曲螺形茶，如碧螺春、蒙顶甘露等；片形茶，如六安瓜片等；兰花形茶，如舒城兰花、太平猴魁等；单芽形茶，如蒙顶黄芽等；直条形茶，如南京雨花茶等；曲条形茶，如婺源茗眉、径山茶等；珠形茶，如平水珠茶等
销路分类	一般分为外销茶、内销茶、边销茶和侨销茶
加工程度分类	分为初制茶，也称毛茶；精制茶，即商品茶、成品茶；深加工茶，如速溶红茶、茶多酚提取物等
发酵程度分类	分为不发酵茶，如绿茶；轻发酵茶，如黄茶、白茶；半发酵茶，如青茶；全发酵茶，如红茶；后发酵茶，如普洱茶
创造时间分类	分为历史名茶和现代名茶等，历史名茶如顾渚紫笋、仙人掌茶等；现代名茶，如高桥银峰、南京雨花茶等