

谈茶论道的实用经典

闻香识好茶

泡茶有道

慢生活工坊 / 编著

茶之为用，
味至寒，
为饮，
最宜精行俭德之人。

闻香识好茶



之

泡茶有道

慢生活工坊 / 编著



浙江摄影出版社

责任编辑：张 宇
装帧设计：慢生活工坊
责任校对：王 莉
责任印制：朱圣学

图书在版编目（C I P）数据

泡茶有道 / 慢生活工坊编著. — 杭州：浙江摄影出版社，2015.1
（闻香识好茶）
ISBN 978-7-5514-0889-9

I. ①泡… II. ①慢… III. ①茶叶—文化—中国
IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第309320号

闻香识好茶：泡茶有道

慢生活工坊 编著

全国百佳图书出版单位

浙江摄影出版社出版发行

地址：杭州市体育场路347号

邮编：310006

网址：www.photo.zjcb.com

经销：全国新华书店

制版：杭州真凯文化艺术有限公司

印刷：浙江海虹彩色印务有限公司

开本：710×1000 1/16

印张：10

2015年1月第1版 2015年1月第1次印刷

ISBN 978-7-5514-0889-9

定价：36.00元

前言

PREFACE

“茶亦醉人何必酒，书能香我无须花。”茶作为国饮，越来越受到消费者的喜爱，随着生活品质的提高，对于茶的需求不再是口腹之欲，而是上升到精神层面的需求。茶文化图书能够满足消费者这一需求，以文字为消费者充电。

“闻香识好茶”系列图书，用专业的文字和精美的图片让读者知茶、爱茶，同时意在弘扬中国茶文化，让读者更牢固地掌握习茶这项中华传统艺术。

《泡茶有道》一书以介绍泡茶知识为主，涉及中华茶艺基础知识、茶席的设计、茶艺的礼仪、习茶的技艺、泡茶实例和少数民族茶艺等，知识面广泛，为读者详细介绍习茶的动作规范和注意事项。

茶正慢慢走进每个人的日常生活，无论是普通的亲友聚会，还是重大的社交场合，都会与茶近距离接触。学会泡好茶，你不仅会让亲友、同事、上司刮目相看，更能修身养性、陶冶情操。

《泡茶有道》一书针对性、实用性都很强，内容丰富，对读者起到循序渐进的知识拓展作用，是一本不可多得的茶之书。

慢生活工坊

目录

CONTENTS

第一章

中华茶艺基础知识

茶艺的概念

2

古代茶艺

2

现代茶艺

2

茶艺与茶道、泡茶的关系

3

茶艺与茶道的关系

3

茶艺与泡茶的关系

3

茶艺的分类

4

根据习茶法分类

4

根据饮用方法分类

5

根据主泡茶具分类

5

根据茶艺表现形式分类

6

根据所饮茶叶分类

7

根据茶事活动分类

7

第二章

茶席设计

茶席的概念及作用

10

茶席的概念

10

茶席的作用

10

茶席的环境布置

11

茶具的组合

11

铺垫的概念

12

铺垫的作用

12

铺垫的类型

13

铺垫的色彩

15

铺垫的方法

16

插花

17

插花的类型

17

插花的基本原则

20

挂画

21

焚香

22

焚香的历史

22

香炉的种类

22

香料的种类

22

香品的样式

23

音乐

23

茶席设计实例

24

第三章

茶艺礼仪

茶艺礼节

30

鞠躬礼

30

伸掌礼

31

叩指礼

32

奉茶礼

32

寓意礼

33

少数民族茶礼及茶忌

34

茶艺仪容

35

得体的着装

35

整齐的发型

35

适当的修饰

36

优美的手型

36

姣好的面容

36

茶艺仪态

37

静态茶艺活动中的姿势——站姿

37

静态茶艺活动中的姿势——坐姿

38

静态茶艺活动中的姿势——跪姿

40

表情

40

动态茶艺活动中的姿势——蹲姿

41

动态茶艺活动中的姿势——转身

41

动态茶艺活动中的姿势——走姿

41

动态茶艺活动中的姿势——入座

42

动态茶艺活动中的姿势——递物和接物

42

第四章 习茶技艺

基本手法 44

持壶	44
持杯——品茗杯	45
持杯——闻香杯	45
持盅	46
持盖碗	46
茶艺六君子的使用——茶针	47
茶艺六君子的使用——茶匙	47
茶艺六君子的使用——茶夹	47
茶艺六君子的使用——茶则	48
茶艺六君子的使用——茶漏、箸匙筒	48
温具——茶壶	48
温具——盖碗	49
温具——茶盅、滤网	52
温具——玻璃杯	52
温具——闻香杯	53
温具——品茗杯	53
茶巾的叠法	54
茶巾的用法	55
注水法	56
轮杯	57
取茶	58
闻香	60
养壶	61

基本流程 62

赏茶	62
投茶	63
冲泡	63
斟茶	68
奉茶、续茶	69
品茶	71

第五章 泡茶茶艺实例

玻璃杯泡茶法 74

玻璃杯冲泡太平猴魁	75
玻璃杯冲泡竹叶青	76
玻璃杯冲泡金坛雀舌	77
玻璃杯冲泡君山银针	78
玻璃杯冲泡白毫银针	79

玻璃壶泡茶法 80

玻璃壶冲泡六安瓜片	81
玻璃壶冲泡安吉白茶	82
玻璃壶冲泡信阳毛尖	83

盖碗泡茶法 84

盖碗冲泡碧螺春	85
盖碗冲泡霍山黄芽	86
盖碗冲泡北港毛尖	87

碗杯泡茶法 88

碗杯冲泡武夷肉桂	89
碗杯冲泡金骏眉	91

碗盅单杯泡茶法 93

碗盅单杯冲泡川红	94
碗盅单杯冲泡黄金桂	96
碗盅单杯冲泡金萱乌龙	98
碗盅单杯冲泡东方美人	100

碗盅双杯泡茶法 102

碗盅双杯冲泡铁观音	103
碗盅双杯冲泡冻顶乌龙	106

目录

CONTENTS

壶杯泡茶法 109

壶杯冲泡祁红	110
壶杯冲泡凤凰单枞	112
壶杯冲泡涌溪火青	114
壶杯冲泡天尖茶	115

壶盅单杯泡茶法 117

壶盅单杯冲泡正山小种	118
壶盅单杯冲泡大红袍	120
壶盅单杯冲泡普洱茶	122

壶盅双杯泡茶法 124

壶盅双杯冲泡毛蟹	125
壶盅双杯冲泡水仙	128

飘逸杯泡茶法 131

飘逸杯冲泡黄山毛峰	132
飘逸杯冲泡安化黑茶	134

调饮茶艺 136

奶茶调饮	137
柠檬红茶调饮	139
配料茶调饮	141



第六章

少数民族茶艺

白族三道茶 144

瑶族、壮族咸油茶 145

哈尼族土锅茶 146

昆明九道茶 147

藏族酥油茶 148

蒙古族咸奶茶 149

侗族、瑶族打油茶 150

擂茶 151

维吾尔族香茶 152

回族、苗族罐罐茶 153

布朗族青竹茶 154



A dark, atmospheric photograph of a tea ceremony. In the foreground, three rustic, dark-colored ceramic cups with horizontal ridges are arranged on a light-colored bamboo mat. The cups are filled with a dark liquid, likely tea. In the background, a dark, textured object, possibly a tea caddy or a small pot, is visible. The lighting is warm and focused on the cups, creating a sense of depth and texture.

闻香识好茶：泡茶有道

第一章

中华茶艺基础知识

茶艺的概念

早在唐代，陆羽就在《茶经》中对茶艺进行了系统的阐述，“茶”与“艺”两字开始发生联系。到了宋代，“艺”开始同煮茶、饮茶相结合。20 世纪 30 年代，“茶艺”一词在台湾出现。

古代茶艺

在古代，唐代陆羽的《茶经》，宋代蔡襄的《茶录》、赵佶的《大观茶论》，明代张源的《茶录》等，均对中国茶艺进行了阐述，但“茶艺”一词并未出现。

唐代诗僧皎然在《饮茶歌诮崔石使君》中写道：“一饮涤昏寐，情来朗爽满天地。再饮清我神，忽如飞雨洒轻尘。三饮便得道，何须苦心破烦恼。此物清高世莫知，世人饮酒多自欺。愁看毕卓瓮间夜，笑向陶潜篱下时。崔侯啜之意不已，狂歌一曲惊人耳。孰知茶道全尔真，唯有丹丘得如此。”可见古时的茶道多为“饮茶之道”和“饮茶修道”的结合，将个人的修行建立于饮茶艺术上，“饮茶之道”也就具有“饮茶之艺”之意，即道不离艺，艺不离道。

明代张源在《茶录》末尾的“茶道”篇中说道：“造时精，藏时燥，泡时洁。精、燥、洁，茶道尽矣。”其“茶道”即有“茶之艺”的意味。

现代茶艺

现代“茶艺”一词最早出现在台湾，但那时“茶艺”和“茶道”为同义词，与现在茶艺的定义有较大区别。

台湾中华茶文化学会理事长范增平对茶艺进行了广义和狭义的概括。广义的茶艺是指研究茶叶的生产、制造、经营、饮用的方法和探讨茶业原理、原则；狭义的茶艺是指研究如何泡好一壶茶的技艺和如何享受一杯茶的艺术。广义茶艺的概念范围广大，几乎囊括了茶文化和整个茶学。

茶人丁以寿认为：茶艺，是指备器、择水、取火、候汤、习茶的一套技艺。

综合上述茶人对于茶艺的界定，回归通俗，茶艺简单来说就是饮茶的艺术，是带有艺术色彩的饮茶，是日常饮茶的艺术化。

茶艺与茶道、泡茶的关系

茶道在于修身、修行、参悟大道，茶艺在于艺，是将日常生活中的泡茶艺术化，而泡茶是以日用生活为目的的，三者既有内在的联系，又有所区别。

茶艺与茶道的关系

中国茶道博大精深，既包含了儒家克明峻德、格物致知、穷通兼达的思想，也包含了道家天人合一、宁静致远的理念，同时又有佛家的茶禅一味、普爱万物的真知。茶道集中了儒、释、道三家的思想。

中国茶艺升华了各个民族的饮茶习俗，融入中国古典美学，将习茶艺术化。

茶艺是茶道的基础，任何茶道都是建立在茶艺的基础上，脱离了茶艺，茶道是不存在的。现在所认同的茶道包括茶艺、茶礼、茶境和茶修四大要素，茶艺是茶道的必要条件。

茶艺可以脱离茶道而独立存在，重在“艺”，是一门习茶的艺术；茶道重在“道”，旨在通过茶艺来修身养性，参悟大道。

在茶道养生过程中，须勤于习茶，通过茶事活动中的泡茶、品茶过程感受茶艺之美，在美的享受中实现对身心的滋养和对心灵的升华。

茶艺与泡茶的关系

泡茶以日用生活为目的，解决口腹之欲；茶艺源于生活而高于生活，建立在泡茶的基础上，以文化艺术为目的。

茶艺的分类

我国地域辽阔，民族众多，饮茶的历史悠久，各地的茶风、茶俗、茶艺繁花似锦。对于茶艺的分类，目前尚无统一的标准，一般可采取以人为主体的分类、以茶为主体的分类或以表现形式的不同来分类。

根据习茶法分类



煮茶茶艺



煎茶茶艺



点茶茶艺



泡茶茶艺

煮茶茶艺

煮茶茶艺是指将茶煮来喝的一门艺术，在唐宋时期尤为兴盛。唐代陆羽在《茶经·五之煮》中阐述了煮茶的详细过程，在总结前人饮茶经验的基础上提出了煮茶理论，大大推动了唐代茶文化的形成和发展。

唐代盛行的煮茶，主要是将茶叶碾成茶末，制成茶团，饮用时将其捣碎，加入姜、盐等调料一同煮饮。

煎茶茶艺

煎茶在陆羽《茶经》中始有记载，但具体起源于何时无从得知。在《茶经》之后又有张又新《煎茶水记》、温庭筠《采茶录》和皎然、卢仝作茶歌，说明中国煎茶茶艺日益成熟。

煎茶茶艺主要包括备器、选水、取火、候汤和习茶五大环节。煎茶茶艺消亡于南宋中期。

点茶茶艺

宋代的点茶是在唐代煎茶的基础上发展而来的。点茶即将少量茶末置于茶盏中，注入少量水调匀，再根据所放茶末的多少来加开水，一般边注入开水，边用茶筴击拂，趁热饮用。由于所用茶叶的品质和制作工艺会有不同，加之不同的点茶者操作也会有不同的效果，技巧性很强，所以当时盛行“斗茶”之风。

泡茶茶艺

从清代到现代，泡茶为民间所广泛使用，我们现在所说的茶艺多为泡茶茶艺。

泡茶茶艺对泡茶水温、时间、次数、茶叶用量、所用茶具要求较为严格，形成了一套系统的茶饮艺术。

根据饮用方法分类

清饮泡茶茶艺

清饮法是指在泡茶的过程中不调加任何佐料。清饮泡茶茶艺即清饮泡茶的艺术，是目前最常见的一种习茶艺。

调饮泡茶茶艺

调饮法是指在泡茶的过程中调加佐料。调饮泡茶茶艺主要存在于少数民族茶俗和国外茶艺当中，包括调饮煮茶茶艺和调饮泡茶茶艺。调饮泡茶茶艺的命名主要根据所选用佐料而定，比如牛奶红茶茶艺、果汁红茶茶艺等。



柠檬红茶调饮

根据主泡茶具分类

壶泡茶艺

壶泡茶艺是指用茶壶泡茶，泡好后分斟入茶盅或茶杯中的冲泡方法。根据泡茶器皿的不同，壶泡茶艺又可分为壶盅双杯茶艺、壶盅单杯茶艺、碗盅单杯茶艺、碗盅双杯茶艺等。

撮泡茶艺

撮泡茶艺是指用茶杯、盖碗冲泡茶叶后直接饮用的冲泡方法。目前主要有玻璃杯泡茶艺、盖碗泡茶艺。



玻璃杯泡茶艺



壶泡茶艺



盖碗泡茶艺

根据茶艺表现形式分类

舞台表演型茶艺

舞台表演型茶艺是指由一个或几个茶艺师在舞台上表演茶艺，台下观众欣赏。这种茶艺形式适合大型的茶室聚会，在普及茶文化、推广和提高泡茶技艺方面均有很大的帮助。



舞台表演型茶艺

企业营销型茶艺

企业营销型茶艺是指通过茶艺师泡茶来向顾客介绍茶叶、茶具的过程，深受茶庄、茶馆、茶叶专卖店的欢迎。

这种茶艺形式要求茶艺师具有一定的消费心理学和市场营销学知识，在茶艺表演的过程中，不仅能充分展示茶产品的内质，还要讲解冲泡用茶的商品魅力，激发顾客的购买欲望。

个人修身养性型茶艺

随着人们对于茶艺的研究越来越深入、对健康的要求日益强烈，个人修身养性型茶艺被越来越多的茶人选用。

这种形式的茶艺符合陆羽关于“茶性俭”的论述，并不用于表演或营销。

生活待客型茶艺

生活待客型茶艺是指一个主泡同客人围桌而坐，由主泡讲解，客人一同参与赏茶、择水、

闻香和品茗的过程，在场的每一个人都能充分领略茶的色、香、味以及泡茶过程所带来的美的享受。

生活待客型茶艺适用于一般的家庭活动和朋友聚会，政府机关、企事业单位小型聚会也可选用这一茶艺形式。

根据所饮茶叶分类

根据所饮茶叶进行分类，可分为绿茶茶艺、红茶茶艺、青茶茶艺等。根据上述所用主泡茶具分出壶泡茶艺、盖碗泡茶艺和玻璃杯泡茶艺，又可分为绿茶壶泡茶艺、绿茶盖碗泡茶艺、绿茶玻璃杯泡茶艺、红茶壶泡茶艺、红茶盖碗泡茶艺等。

根据茶事活动分类

宫廷茶艺

宫廷茶艺是指古代帝王为敬神、祭祖或宴请群臣而进行的茶艺活动。如唐代的清明茶宴、唐德宗皇帝的东亭茶宴、宋代皇帝的游观赐茶等，大多场面恢宏、气氛庄严，带有很浓的政治色彩。

宗教茶艺

宗教茶艺主要流行于寺庙茶事当中，流传较广的有禅茶茶艺、佛茶茶艺、太极茶艺等。这种茶艺的参与者多为僧侣和信徒。

民俗茶艺

千里不同茶风，百里不同茶俗，我国各个民族各有不同的饮茶习俗。各民族在长期的茶事实践中创造出了风格独特的民俗茶艺，如蒙古族的奶茶、白族的三道茶、畲族的宝塔茶、土家族的擂茶、维吾尔族的香茶等，表现形式各有不同，清饮和调饮均有。

文人雅士茶艺

古代的文人雅士大多喜好品茗斗茶，于是形成了特有的茶艺，如唐代吕温笔下的三月三茶宴、白居易笔下的湖州茶山境会等。文人雅士在品茗斗茶的过程中吟诗、作画、抚琴、赏花等，怡情悦心、修身养性。



闻香识好茶：清

第二章

茶席设计



茶席的概念及作用

品茗的过程是一个享受的过程，从茶器的选择到茶席的设计，或简约潇洒、或华丽隆重、或简单朴素，体现出高雅的情调，丰富了现代人的生活。

茶席的概念

茶席是茶艺表现的场所。狭义的茶席是指专为泡茶、品茶和奉茶而设的茶桌或地面布置；广义的茶席除了用于泡茶、品茶、奉茶的茶桌或地面外，还包括茶桌所在的整个房间，有挂画、焚香、音乐等衬托茶艺和增强茶艺表现力的辅助用品。

总体来说，茶席指的是在特定的茶室空间中，以茶具为主体，同时结合其他艺术形式（如焚香、挂画、音乐）共同完成的茶道艺术的整体。好的茶席不仅设计美观，也有很强的实用功能。

茶席的作用

狭义的茶席指的是泡茶、品茶和奉茶的桌椅或地面，要将这三个事项体现出来，就必须要有泡茶的地方和客人就座的地方，茶席最大的作用就是为茶事提供大环境。

茶席的另一个作用是体现主人的修养情趣或茶事的主题。茶席的主人可以通过茶席的布置设计，将心中的想法呈现出来，让客人感知。



茶席