



家庭生活宝典
JIA TING SHENG HUO BAO DIAN

最新版

系统 全面 科学 实用

茶者，南方之嘉木也，一尺二尺，乃至数十尺。其巴山峡川有两人合抱者，伐而掇之，其树如瓜芦，叶如梔子，花如白蔷薇，实如栟榈，叶如丁香，根如胡桃。

茶经

CHAJING

秋石/主编

养生健体 修身养性

色淡香长品自仙，露芽新掇亲手煎；
一壶沁入诗脾后，梦醒甘回两颊涎。
——清·赵恒《拭蒙茶诗》



中国戏剧出版社

茶经

最新版

秋石 / 主编

CHAJING



图书在版编目 (CIP) 数据

家庭生活宝典 / 秋石主编. —北京: 中国戏剧出版. 2006. 12

ISBN 978-7-104-02481-1

I. 家… II. 秋… III. 家庭—生活—知识 IV. TS976.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第140618号

茶经

责任编辑: 赵 莹

责任出版: 冯志强

出版发行: 中国戏剧出版社

社 址: 北京市海淀区紫竹院路116号嘉豪国际中心A座10层

邮政编码: 100097

电 话: 58930242 (发行部)

传 真: 58930242 (发行部)

电子邮箱: fxb@xj.sina.net (发行部)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京海德伟业印务有限公司

开 本: 880mm×1230mm 32开

印 张: 300

字 数: 6720千字

版 次: 2007年1月北京第1版 2010年1月北京第1版第2次印刷

书 号: ISBN 978-7-104-02481-1

定 价: 576.00元 (全20册)

版权所有 违者必究

前 言

我国是饮茶文化的发祥地,有着千年的茶文化历史,茶文化之所以源远流长,被世界各国所接受是因为它既能养生健体,又能修身养性。

为了发扬和传承我国的茶文化艺术,我们应发展和改良茶艺技术。开发茶的更多的经济效益,使之更好的服务于人民。

本书全面系统地介绍了茶文化艺术的方方面面,帮助大家更多的了解茶、品味茶。

CONTENTS

目录

第一部分 茶的分类

一、红茶	1	
1. 小种红茶	1	
2. 工夫红茶	1	
3. 红碎茶	3	
二、绿茶	3	
1. 炒青	4	经
2. 烘青	5	
3. 晒青	9	
4. 蒸青茶	9	
三、白茶	9	
1. 白毫银针	9	
2. 白牡丹	10	
四、黄茶	10	
1. 君山银针	10	
2. 蒙顶黄芽	10	
3. 霍山黄芽	11	



4. 温州黄汤茶	11
5. 莫干黄芽茶	11
五、黑茶	11
1. 苍梧六堡茶	11
2. 普洱茶	12
3. 沱茶	12
六、乌龙茶	12
1. 福建乌龙	13
2. 广东乌龙	14
3. 台湾乌龙	14
七、再加工茶	15
1. 花茶	15
2. 紧压茶	16
3. 萃取茶	17

第二部分 细数名茶

一、西湖龙井茶	18
二、君山银针	18
三、黄山毛峰	19
四、六安瓜片	19
五、敬亭绿雪	19
六、金奖惠明茶	20



七、太平猴魁	20
八、龙井茶	20
1. 龙井茶的产地	21
2. 龙井茶的品质特征	21
九、洞庭碧螺春	21
十、安溪铁观音	22
十一、武夷大红袍	22
十二、君山银针	23
十三、冻顶乌龙	23
十四、沱茶	24
十五、武夷四大名茶	25
1. 大红袍	25
2. 铁罗汉	25
3. 白鸡冠	25
4. 水金龟	25
5. 武夷岩茶	26
十六、婺源茗眉	26
十七、婺源墨菊	26
十八、小布岩茶	27
十九、小种红茶	27
二十、白琳工夫茶	28
二十一、宣红工夫茶	28
二十二、滇红工夫茶	28

茶

经



二十三、祁红	29
二十四、蒙顶茶	30
二十五、边茶	31
二十六、功夫茶	33
二十七、易贡茶	34
二十八、武陵剑兰茶	34
二十九、太极翠螺	35
三十、珠茶	35
三十一、惠明茶	36
三十二、开化龙顶	36
三十三、宁红工夫茶	36
三十四、西湖龙井	37
三十五、柚茶	38
三十六、滇茶	38
三十七、福建茉莉花茶	39
三十八、云南普洱茶	39
三十九、刺五加茶	40
四十、虫屎茶	41
四十一、湖南临武油茶	41
四十二、河南名茶	42
四十三、龙潭龙泉茶	43
四十四、蒙古族“咸奶茶”	43



四十五、油茶	44
四十六、普陀山云雾佛茶	45
四十七、雁荡山云雾茶	45
四十八、庐山云雾茶	46
四十九、南岳云雾茶	46
五十、敬亭绿雪	47
五十一、屯溪绿茶	48
五十二、信阳毛尖	48
五十三、诸暨绿剑茶	49
五十四、径山茶	50
五十五、宝洪茶	51
五十六、安化松针	52
五十七、都匀毛尖	53
1. 杀青	54
2. 揉捻	54
3. 搓团提毫	54



茶

经



第三部分 茶的泡法

一、冲泡器具	55
1. 主茶具	56
2. 辅助用品	59
3. 备水器	60



二、冲泡程序与手法 61

1. 基本姿势 61
2. 礼仪动作 62
3. 提壶手法 63
4. 握杯手法 64
5. 翻杯手法 65
6. 温具手法 65
7. 置茶手法 67
8. 冲泡手法 68
9. 茶巾折叠法 69

三、绿茶冲泡技艺 69

1. 浸润冲泡法 69
2. 传统壶泡法 71

四、乌龙茶冲泡技艺 74

1. 壶杯泡法 74
2. 盖碗泡法 76
3. 壶盅双杯法 79

五、花茶盖碗冲泡法 82

1. 备具 82
2. 布具 82
3. 备水 82
4. 温盖碗 82
5. 置茶 83
6. 冲泡 83



7. 示饮	84
8. 奉茶	84
9. 品饮	84
10. 续水	85
11. 净具	85
六、冰茶冲泡技艺	85
1. 浓缩冰茶制作法	85
2. 冰茶快速制法	87
七、泡茶技术三要素	88
1. 茶叶用量	88
2. 泡茶水温	89
3. 冲泡时间和次数	89
八、泡茶过程优雅艺术	89
1. 高山流水,春风拂面	90
2. 祥龙行雨,凤凰点头	90
3. 鉴赏汤色,喜闻高香	90
九、中国传统冲泡茶技法	90
1. 特色	90
2. 冲泡步骤	91
十、漂亮的冲泡技法	92
1. 取用器物手法	92
2. 提壶手法	92
3. 握杯手法	93



茶

经





4. 翻杯手法	93
5. 温具手法	93
6. 温盅及滤网法	93
7. 温杯法	94
8. 温盖碗法	94

第四部分 茶的鉴别与选购

一、西湖龙井的特征	96
二、浙江龙井的特征	96
三、鉴别茶叶的方法	96

茶

四、鉴别茶叶的标准	97
-----------------	----

经

1. 条索	97
2. 嫩度	97
3. 整碎	97
4. 净度	97



五、品茶的标准	98
---------------	----

1. 闻香气	98
2. 看汤色	98
3. 尝滋味	98
4. 看叶底	98

六、春茶质量最佳	99
----------------	----

七、不同季节茶的鉴别	100
------------------	-----

1. 干看	100
2. 开汤审评	100



八、新旧茶的鉴别方法	101
1. 色香味	101
2. 含水量	101
九、茉莉花茶的鉴别	102
十、茶的优劣鉴别	102
1. 外形	102
2. 闻茶香	103
3. 用冲泡法辨认	103
4. 用咀嚼、灼烧法鉴别	104
十一、怎样购买茶叶	104
十二、居家贮茶的方法	105
1. 茶叶盛器应密闭	105
2. 茶叶盛器应放在避光处	105
3. 茶叶盛器应放在干燥处	105
4. 茶叶盛器别放高温处	106
5. 盛器宜干净无异味	106
十三、评茶的用具	106
1. 审评盘	106
2. 审评杯	106
3. 审评碗	107
4. 叶底盘	107
十四、评茶程序	107
1. 扦样	108
2. 把盘	108



3. 干评	108
4. 开汤审评	108
十五、真、假茶的鉴别	110
十六、窈花茶与拌花茶的鉴别	110
十七、高山茶与平地茶的鉴别	111
十八、普洱茶的选购	111
十九、好茶的标准	112
1. 水质	112
2. 水温	113
3. 茶量	113
4. 浸泡时间	114
二十、绿茶的鉴别	114

茶

经

第五部分 茶的品法



一、铁观音的品法	117
1. “思其美”	117
2. “演过程”	117
3. “表其义”	117
4. “闻其香”	117
5. “品其味”	118
6. “会真韵”	118
二、古人饮茶品法	118
1. 唐代	119



2. 宋代	120
三、紧压茶的饮法	120
四、品茶的意境联想	121
五、茶水热饮为佳	121
六、酷暑也要饮热茶	122
七、四季饮茶的区别	122
1. 春季	122
2. 夏季	123
3. 秋季	123
4. 冬季	123
八、女性各生理期饮茶	123
九、老年人的饮茶方法	124

茶

第六部分 茶与民俗

经

一、潮人饮茶礼俗	126
二、泡茶饮茶的礼仪	127
1. 鞠躬礼	127
2. 伸掌礼	128
3. 捧取法	128
4. 端取法	128
5. 提壶法	128
三、巴基斯坦茶俗	128
四、日本人的茶俗	129
1. 迎客	129

2. 鞠躬	129
3. 烧茶	129
4. 沏茶	130
5. 敬茶	130

五、饮茶礼节	130
--------------	-----

六、白族的待客茶礼	131
-----------------	-----

七、三茶之礼	131
--------------	-----

八、茶道礼法	132
--------------	-----

1. 容貌	132
2. 姿态	133
3. 风度	135
4. 礼节	135

九、闽粤茶礼	137
--------------	-----

1. 客来敬茶	137
2. 斟七分茶	137
3. 摆三杯茶	137
4. 叩指谢茶	138
5. 以礼品茶	138
6. 结婚拜茶	138
7. 拜年赠茶	138

十、茶与婚嫁习俗	138
----------------	-----

1. 未婚少女茶规	139
2. 三茶	139
3. 食茶	139
4. 茶礼	140

5. 蒙古族订婚五道礼	140
6. 撒拉族以茶订婚	140
7. 总茶	140
8. 拿茶	141
9. 吃喜茶	141
10. 送茶包	141
11. 侗族坐夜打油茶	141
12. 吃细茶	142
13. 献茶示情	142
14. 蜂蜜芝麻茶	142
15. 佤族订婚礼茶	142
16. 德昂族以茶求婚	143
17. 白族彩礼茶	143
18. 新婚请茶	143
19. 新婚三道茶	143
20. 苏州跳板茶	144
21. 婺源新娘茶	144
22. 烧新茶	144
23. 腌茶酒	144
24. 腌菜茶	145
25. 送喜茶钱	145
26. 新婚交杯茶	145
27. 新婚合杯茶	145
28. 新婚抬茶	145
29. 闹花夜	146
30. 陪嫁茶树	146
31. 红糖油茶	146
32. 云南白族婚俗茶饮	146



茶

经

