

中華普洱茶

文化
百科

国家职业资格培训读物

张明春
蒋文中 编著

云南出版集团公司
云南科技出版社



中華普洱茶

文化
百科

国家职业资格培训读物

张明春
蒋文中 编著



云南出版集团公司
云南科技出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中华普洱茶文化百科 / 张明春, 蒋文中编著. -- 昆明: 云南科技出版社, 2011.1
ISBN 978-7-5416-4431-3

I. ①中… II. ①张… ②蒋… III. ①茶—文化—云南省 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第007052号

责任编辑: 吴 涯 和智军 龙 飞

整体设计: 张 萌

责任印制: 翟 苑

责任校对: 叶水金

出版发行: 云南出版集团公司

云南科技出版社出版发行

社 址: 昆明市环城西路609号云南新闻出版大楼

邮 编: 650034

印 刷: 昆明卓林包装印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 787 × 1092 1/24

印 张: 13.5

字 数: 300千字

版 次: 2011年1月第1版 2011年1月第1次印刷

定 价: 98.00元



序

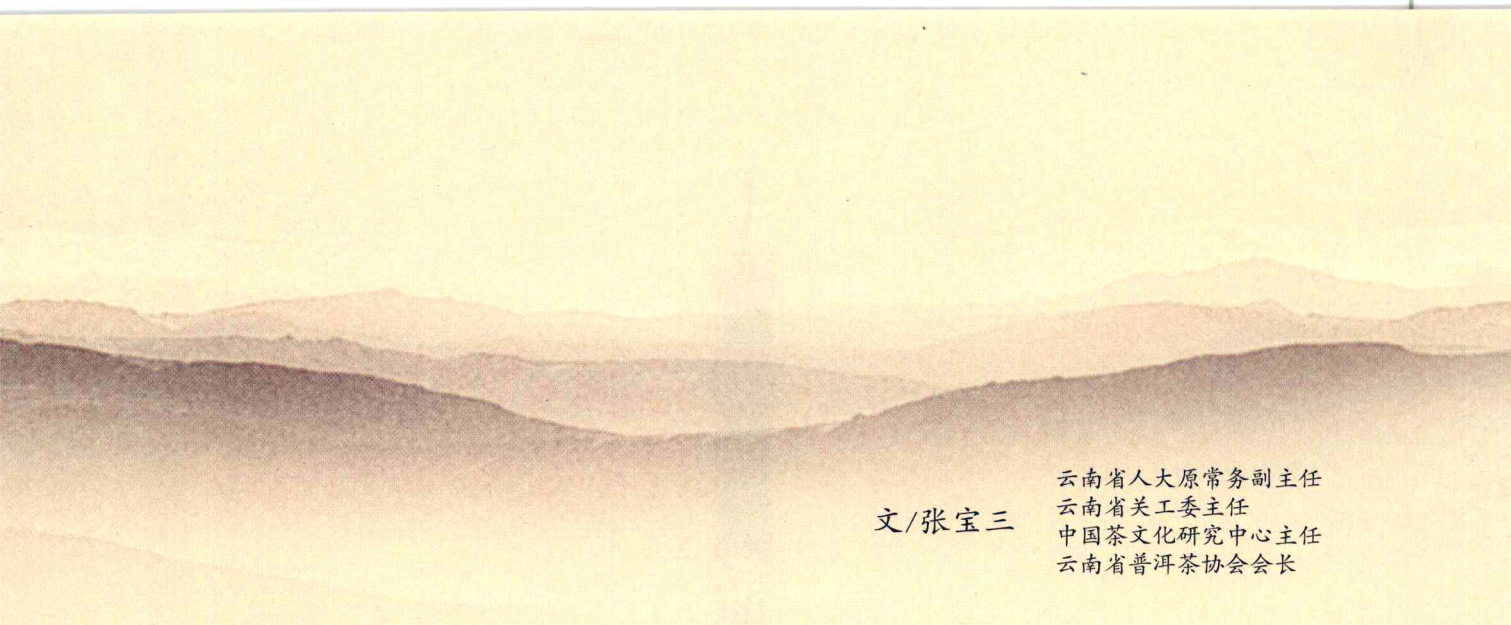
“言为心声，书为心画。书是人类进步的阶梯，读一本好书，就是和高尚的人谈话”。特别是茶书，它是茶历史文化的结晶，是茶人、茶友的精神食粮和营养品。

“茶为佳饮，茶为世饮，茶为国礼”这已成为不争的事实，而且被越来越多的有识之士认同，事实已经证明这一理念的适应性、广泛性和正确性。饮茶无疑是人们高品质休闲的一种方式，也是精神文化的一种层次需求。饮茶既是一种物质享受，也是一种文化熏陶，更是一种艺术的鉴赏与感染，因为茶道博大精深，茶艺宽广厚实，给人以物质的汲取，精神的补充，灵魂的陶冶，心性的砥砺，使人感到愉悦、淡泊和宁静，从而达到旷世、致远的精神境界。人们常说“境由心造”，品茗的环境，品茗的氛围，品茗的茶友，品茗的韵味，无不彰显着平和、静雅的气质与“和、静、德、怡、真”的茶道精神。我国先秦思想家墨子说过：“食必常饱，然后求美；衣必常暖，然后求丽；居必常安，然后求乐。”生活不仅是物质的，也是精神的，精神享受是比物质更高一级的享受。随着我国经济社会的快速发

展，人民物质、精神生活的迅速提高，对精神文化生活的需求，也提出了更高的标准。这就要求茶文化不再是一般品质、品位的“大路货”而必须具有较高层次的文化意韵和内涵。也就是要有与经济社会发展相适应的茶文化。

中国是世界茶叶生产大国，有悠久的历史。从茶的起源：“发与神农，始于商周，产于西汉，传于三国，兴于唐宋，继于元朝，盛于明清，臻于现代”来看，茶是人类绿色、健康的最佳饮品，名列世界三大饮料之首。中国是世界茶树的原产地，云南是茶树的原产地中心。人类从发现到利用茶树已有五六千年的历史，后来才逐渐传播到世界各地，被人们称为是中国对世界文明做出的第五大贡献。茶知识，茶文化也作为中国特有的文化而风靡全球。艺术是心灵的载体，文化是灵魂的桥梁。文化是一定社会政治、经济的反应，同时又作用和影响其政治、经济，茶文化象征着茶产业的兴废。

《中华普洱茶文化百科》的出版发行在文化界是一件大好事。在茶界来说，是作者对社会的付出与奉献，茶人、茶友、茶业都会喜欢。早



文/张宝三

云南省人大原常务副主任
云南省关工委主任
中国茶文化研究中心主任
云南省普洱茶协会会长

在2008年12月，作者张明春先生就提出“茶为佳饮，茶为世饮——从茶为国饮走向茶为世饮”的新理念，它不但拓展了茶人的视野，而且也为中国茶产业走向国际大市场打开了桎梏，铺筑了通道，是一篇有社会影响的好文章。它从立论到论证，观点新颖，视野开阔，资料翔实，说服力强，见解独到。此文已收录到本书中，很值得一览。美好的东西人人喜欢，丑陋的东西个个厌弃。惜美弃丑，喜善憎恶，这是人之本性。只有美饮、美食、美味、美物、美景、美人、美事、追捧者才会众多。茶，首先是佳饮，才能最终成为世界各族人民的共同饮料；书，必须是好书，才能吸引众多的读者；理，必须是真理，才能使人心服口服。

“它山之石，可以攻玉。”借鉴别人科学的理论，丰富自己的知识，参考别人正确的观点，端正自己的言行，岂不是一件事半功倍的快乐事。只有善于学习，才能不断完善自己。只有站在巨人的肩膀上，才能比巨人看得更远。

中国茶文化是中华民族文化的精粹，是中国国学的重要组成部分。中华文化悠悠五千年，深邃且广大，各类经典著作数不胜数，其最重要的

是贯穿于内的传统精神：这种深厚的精神内蕴，历经千年风霜的磨砺，不仅见证过民族的鼎盛，也经受过民族的苦难。千百年来风雨共济，使得中华民族的精神意志、道德理想、价值伦常、行为举止、风格气质都独具魅力，深深地植根于炎黄子孙的骨髓之中。茶文化精神是国学精神的发展与延伸。国学教我们上下和谐，平等博爱；己所不欲，勿施于人；道法自然，天人合一；富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈等等。传承和弘扬中华民族的这些精神，能增强我们民族的认同感、自豪感和凝聚力，它是中华民族屹立于世界东方的基石。学习和领悟中华民族文化精髓，借鉴贤哲智慧，知晓学而时习之，明白有所为有所不为，懂得知己知彼，学会尊重自然，注重和谐发展，关爱民生大计才是传承中华民族优秀传统文化的根本。

“不畏浮云遮望眼，只缘身在最高层。”这是宋代王安石的著名诗句。我们只有高屋建瓴，站在延绵茶山的巅峰，才能俯视四野绿水青山，聆听茶乡莽莽林海波涛……露出笑靥，闻到茶香！



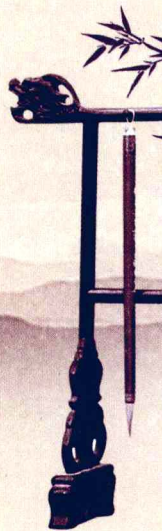
前言

致远者，非天涯，而在思想；至久者，非天地，而在于恒；至高者，非雄财，而在品德！时光飞逝中，《中华普洱茶文化百科》在读者的好评和热销中不知不觉已走过了四年。

四年来，作为作者，我们的生活也许有改变，也许还是一杯清茶品人生，清静和谐人世间。但探中华茶之道，扬普洱茶之光始终不敢懈怠。边喝普洱茶、边写书的生活很好，喝下的是一种心境，记录的却是无尽的深思。茶是一种情调，一种欲语还休的沉默；一种欲笑还颦的忧伤。茶是一种生活，还是一种经济，故普洱茶还

是逃不开市场的牵累。在该书再版的时候，我们还是说，二十世纪科学技术对人类做出的重要贡献之一，是将人类从繁重的体力劳动中解放出来，人们可以更充分地去体验生活的真谛了。当很多人衣食富足后，方始发现，精神文化需求开始胜过对物质的需求。文化在今天变得如此之重要，以致我们的生活方式、生命状态及生存质量均受着文化的主宰和制约。精神的享受比物质更高并且是无止境的，因为这是人类对自我实现和发展的永恒的追求。

饮茶无疑是人们高品质的休闲方式，是人类与文化密切相关的特有精神



需求。在这个飞速发展的时代里，对茶文化不断提高的需求也在成倍地增加，如何进一步满足和引领大众消费者向着更高的方向的发展，无疑是本书再版所必须面对的。把普洱茶博大精深的文化内涵更好地挖掘出来、将理论与实践相结合，进一步让读者既全面系统准确地掌握普洱茶的科学知识，又充分领略其深刻的文化精髓，同时补充修正第一版的不足便是本书再版之必要。

本书在编写过程中坚持理论与实践相结合的原则，既侧重于理论上学术上的研究，又能结合实例拓展理论知识。以此为茶业从业人员和广大普洱茶爱好者提供一本可参考学习的好书。相信通过本书，能与广大爱茶人，在隽永陈香的普洱茶中，共同分享普洱茶及其文化的博大与深厚，

一道去探寻普洱茶的文化之光，让普洱茶从历史的岁月里走出来展现它的当代价值。

本书信息量大，涉及内容多，难免还有学界尚在研究争议的问题，但通过该书历经四年的品评与畅销，证明是经得起推敲的，如有不足仍乞望读者提出宝贵意见。

本书在初版、再版过程中，得到云南科技出版社王超超社长、孙琳副社长、吴涯老师及和智军老师的大力支持，参阅了很多资料和其他学者的研究成果，在此向这些辛勤耕耘的学者们致以衷心的感谢，向关心和热爱普洱茶的读者表示深深的感谢。

张明春 蒋文中

2010年12月于昆明

提 要



本书从绪论、物态文化、精神文化、民族文化、历史文化、茶马古道、科学饮茶、茶食茶点、茶艺师说茶、普洱茶经营与发展思考等茶文化的九个方面继续对茶科学和普洱茶的基本知识进行全面、系统的阐述。

在物态文化篇中内容涉及普洱茶的源流、分类、特点和地位；普洱茶的科学研究、栽培加工制作；茶叶品质鉴别、鉴赏和选购；茶叶贮藏和保管、普洱茶药用和保健功能。

在精神文化篇中内容涉及普洱茶的冲泡技巧、冲泡方式和冲泡步骤、普洱茶的品饮艺术、普洱茶茶艺、茶道。

在民族文化篇中内容涉及普洱茶与云南民族文化、云南民族文化对普洱茶茶艺、茶道、茶礼

茶俗的影响及云南各民族不同的茶文化。

在历史文化篇中内容涉及普洱茶历史源流与发展、六大茶山历史文化探源、武侯兴茶与早期云南民族种茶的发展、古茶贸易与普洱茶文化的传播及贡茶等。

在茶马古道文化编中内容涉及普洱茶区古道、滇藏茶马古道、古镇等。

在科学饮茶、茶食篇中内容涉及科学饮茶常识、饮茶小百科、饮茶禁忌、茶食茶点等。

在茶人茶艺说茶篇中内容涉及岁月普洱茶经典名茶、民族文化经典普洱茶和人文经典普洱茶等。

普洱茶经营与发展思考篇中内容涉及本书作者等近几年对普洱茶研究的成果等。

目录CONTENTS

序

前言

提要

绪论

- 002: (一) 茶与中华民族文化
- 005: (二) 中华茶文化学
- 007: (三) 普洱茶文化研究

物质文化篇

- 019: (一) 普洱茶的源流、分类、特点和地位
- 039: (二) 普洱茶的科学研究
- 058: (三) 普洱茶的生长环境、
栽培采摘和加工制作

074: (四) 普洱茶品质鉴别

094: (五) 普洱茶的鉴品和选购

102: (六) 茶叶贮藏和保管

107: (七) 普洱茶药用和保健功能

精神文化篇

- 120: (一) 普洱茶的冲泡技巧
- 136: (二) 普洱茶的品饮艺术
- 153: (三) 普洱茶茶艺和茶道

民族文化篇

- 172: (一) 民族茶俗文化
- 179: (二) 云南民族文化中的普洱茶



历史文化篇

- 194: (一) 普洱茶历史文化
198: (二) 六大茶山历史文化及古茶资源
219: (三) 世界遗产
——大地史诗茶马古道

科学饮茶/茶食篇

- 238: (一) 科学饮茶
244: (二) 饮茶禁忌
248: (三) 茶食、茶点

茶人/茶艺师说茶篇

- 262: (一) 岁月普洱经典名茶
272: (二) 民族文化经典普洱茶
275: (三) 人文经典普洱茶

普洱茶经营与发展思考

- 278: 普洱茶的今天和明天
280: 普洱茶走进大观园
286: 品味普洱, 结缘仙仙
288: 普洱茶本身不是“神话”
290: 普洱茶: 毁誉中的反思
292: 再论普洱茶文化内涵与品牌价值构建
296: 普洱茶的“护身符”
——中国普洱茶地理标志证明商标
298: 证明商标: 构建普洱茶的品牌的链接
300: 茶为佳饮 茶为世饮
——从茶为国饮走向茶为世饮
304: 从法国葡萄酒看云南普洱茶发展之路
306: 葳盛铸品牌, 十年磨一剑

参考资料

绪 论



一、茶与中华民族文化

（一）中国的茶

中国是世界茶树的原产地和茶文化的发祥地。

茶在中国，从传说中早在四、五千年前的神农时代开始，直至今今天，经历了药用、食用和饮用的发展阶段，成为了最具中国特色“药食同源”、“饮食同宗”的餐饮文化和中华民族优秀发明创造和文化代表。唐代茶圣陆羽的《茶经》是中国，也是世界第一部茶业科学专著，它记述了茶的起源、品质、种植方法、产地、采制、烹饮及器具等。

我国各族人民，在几千年对茶的认识中，对茶的药用、食用和饮用方面进行了深入的认识和应用，积累了极为丰富的知识，尤其在饮用方面成了中华民族不可替代的国饮，并在对外传播中成为与咖啡、可可并称的世界三大饮料。

茶在中华民族生活中从早期药用、食用、饮用，到唐代煎茶、宋代点茶和现代泡饮的茶艺、茶道，几千年的深厚积淀，使中国的茶文化十分博大精深，成为了中华民族文化的重要组成部分，并在世界上产生较大的影响。



（二）中华民族茶文化

中华民族文化是中国文化的核心，是中国茶文化的灵魂。

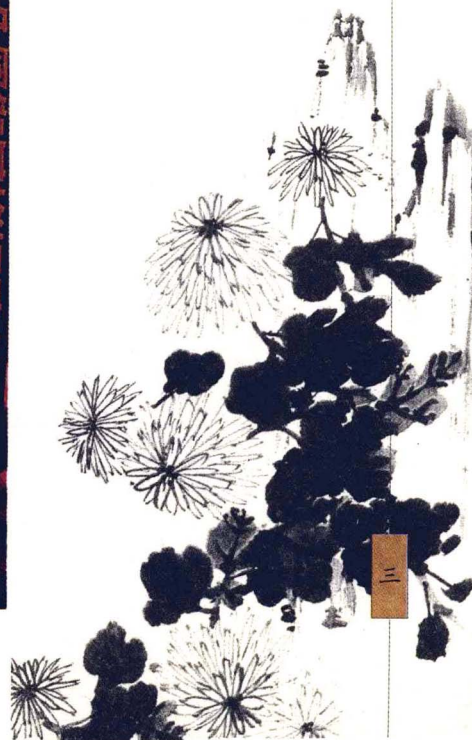
中国地大物博、民族众多。茶始终是各民族生活中必不可少的组成部分，因而在茶文化上也是异态纷呈，仅以茶字而言，就有多种称呼，对同一称呼又有多种写法。在古代史料中，有关茶的名称很多，如：瓜芦木、皋芦、皋茶、茗。《神农本草》最早记有“得荼而解毒”之说。“荼”，又称“苦荼”，为茶的古字。唐以前，“荼”字一般都写成“荼”。至公元7世纪中唐后，随饮茶的普及，荼的音、形、义趋于统一，“荼”字代替“荼”字。后来，又因陆羽《茶经》的广为流传，“茶”的字形进一步得到确立，直至今日。

中国文化，是和中国的各民族精神、民族性

格的养成、民族的文化特征相一致的。同样茶文化只是中华民族精神与中国文化精神的组成部分之一，同时又是这一大背景下的分支。离开了中国历史，民族文化便失去了其文化的根本。

作为以茶为契机的综合文化体系，茶文化是以一定的环境氛围为基础，以种茶、采茶、制茶，吃茶、品茶、置茶、烹茶、饮茶为核心，以语言、动作、器具、装饰为体现，以饮茶过程中的思想和精神为内涵的，是一定社会的整套礼仪和个人修养的全面体现，是有关修身养性、学习礼仪和进行交际的综合文化活动的特有风俗。

茶文化具有一定的时代性和民族性，涉及艺术、道德、哲学、宗教以及文化的各个方面。如唐代陆羽强调“精行俭德”的人文精神，注重烹瀹条件和方法，追求恬静舒适的雅趣；佛教茶礼讲求清寂，品茶与修禅相结合；宫廷茶道则富丽



多彩，政治色彩尤为鲜明等。因此中国茶文化呈现多元化走向，极具深刻的内涵，且不同时代又有不同文化特征。

仅以中国茶文化中的核心茶道为例，唐代茶道以文人为主体的茶道更系统化，有炙茶、碾茶、罗茶、候汤、熅盏、点茶等基本程序，追求的是借茶励志的操守和淡泊清尚的风度。宫廷茶道突出茶叶精美、茶艺精湛、礼仪繁缛、等级鲜明等特点，以教化民风为目的，致清导和为宗旨。民间还有以争香斗味为特色的斗茶和“使汤纹水脉为物象者”的分茶。明代改革传统茶道，“取烹茶之法，末茶之具，崇新改易，自成一家”。朱权晚年崇尚道家思想，认为茶发“自然之性”，饮者要“清心神”“参造化”“通仙灵”，追求回归自然的境界。明清随紫砂茶具兴起，饮茶法由煮向冲泡发展，茶道程序由繁转为简单，但茶道仍追求用水、茶具、茶叶俱佳。

中国茶道是产生于特定时代的综合性文化，带有东方民族的浪漫生活气息和艺术情调，追求清雅，向往和谐；既包含着儒家的治世机缘，又体现着佛家的淡泊节操，洋溢着道家的浪漫理想，借品茗倡导清和、俭约、廉洁、求真、求美的高雅精神。





二、中华茶文化学

（一）中华茶文化的概念和研究对象

对茶文化的感悟不在于品饮多少好茶，在于对茶的理解并不仅停留在感性上，而是对其有着深刻的理性认识，也就是对茶文化的精神有着充分的认识。

文化，是指人类社会历史实践过程中所创造的物质财富和精神财富的总和。同样，茶文化是指整个茶叶发展历程中有关的物质和精神财富的总和。

从文化学的研究看，文化可分为物态文化、精神文化两大部分。

物态文化是人类的物质生产活动及产品的总和，是可触知的具有物质实体的文化事物。同时还包括人类在社会实践中组建的各种社会行为规范的制度文化。

精神文化是人类在社会实践和意识活动中孕育出来的价值观念、审美情趣、思维方式等主观因素，相当于通常所说的社会意识形态等概念上的心态文化。还包括人际交往中约定俗成的以礼俗、民俗、风俗等形态表现出来的行为模式，即行为文化等。

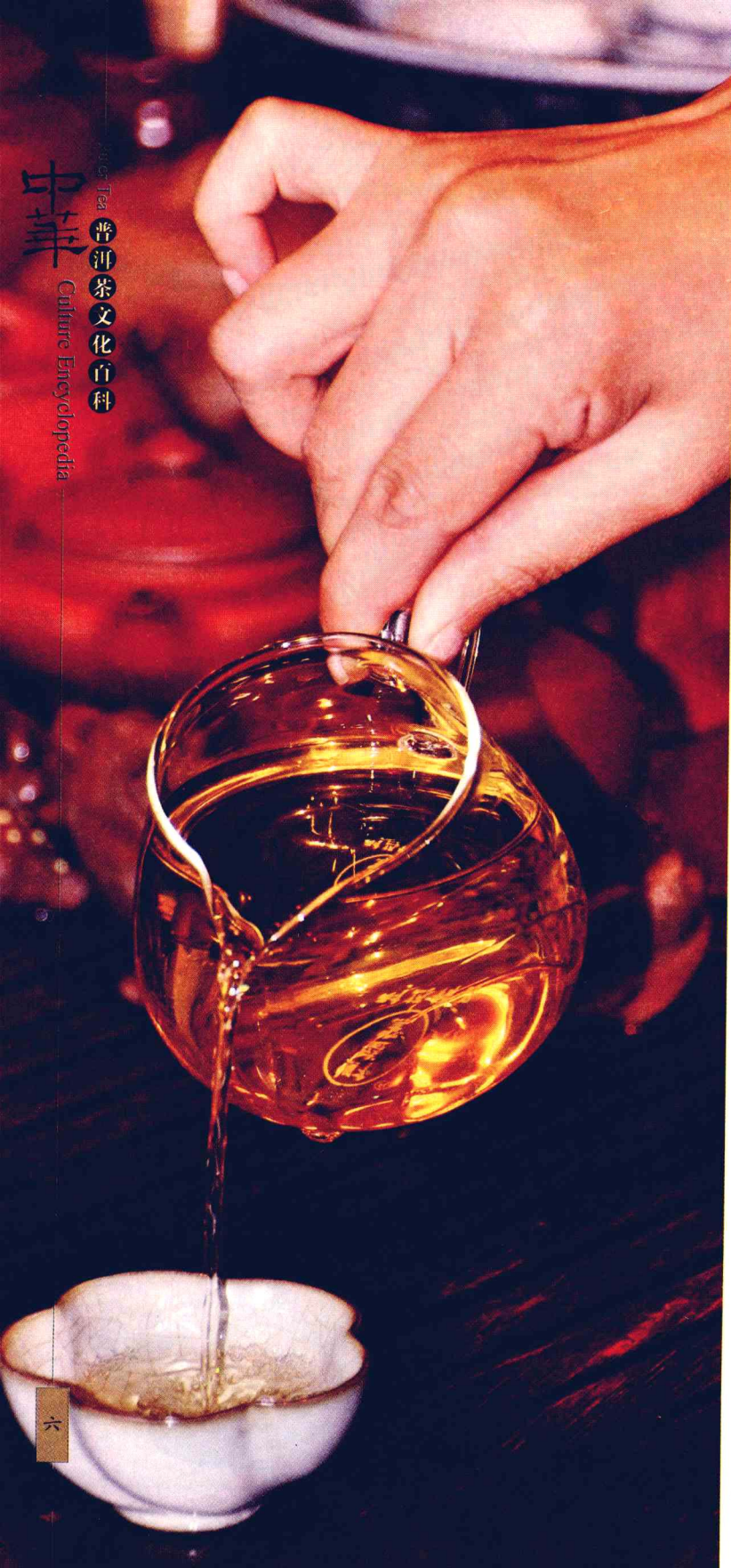
同样，茶文化研究对象也同样包括茶文化的物态文化、精神文化两大层次。

（二）茶文化的研究内容

中华茶文化博大精深，值得研究的内容十分广泛。

茶文化的研究内容在物态文化上可表现为主要研究茶叶生产的总和，包括茶树的栽培、茶叶的采摘、制造、加工、保存、化学成分及药理研究等，





也包括饮茶时所使用的茶叶、水、茶具、饮茶环境等建筑装饰物。在制度文化可表现为主要研究人们在从事茶叶生产和消费过程中所形成的社会行为规范。如随着茶叶生产的发展，历代都有不同的管理措施，称之为茶政，包括纳贡、税收、专卖、内销、外贸等。

茶文化的研究内容在精神文化上可表现为主要研究人们在茶叶生产和消费过程中约定俗成的行为模式，通常以茶礼、茶俗以及茶艺等形式表现出来的行为文化特征。如宋代诗人杜耒“寒夜客来茶当酒”的名句，说明客来敬茶是我国的传统礼节。千里寄茶表示对亲人的怀念。民间旧时行聘以茶为礼，称茶礼。古时谚语曰“一女不吃两家茶”即女家受了“茶礼”便不能再接受别家聘礼。还有以茶敬佛，以茶祭祀等等。至于各地、各民族的饮茶习俗更是异彩纷呈，各种饮茶方法和茶艺程式也如百花齐放，数不胜数。

在精神文化中的心态文化方面可表现为主要研究人们在应用茶叶的过程中所孕育出来的价值观念、审美情趣、思维方式等主观因素。如人们在饮茶中追求的审美情趣，在茶艺操作过程中所追求的意境和韵味，以及由此产生的丰富联想；反映茶叶生产、茶区生活、饮茶情趣的文艺作品；将饮茶与人生处世哲学相结合，上升至哲理高度，形成茶艺、茶德、茶道等等。这是茶文化的最高层次，也是茶文化的核心部分。



三、普洱茶文化研究

（一）普洱茶文化的研究对象和内容

普洱茶作为中国悠久的历史名茶，其文化同样博大精深，既同属中国茶文化的重要组成部分，又有着自己独特的地方民族文化特点，成为中国茶文化中一朵耀眼奇葩。

首先，对普洱茶文化的研究，必须将它放在中华民族茶文化的前提和背景中，系统地加以对比研究和分析，才能在茶文化的普遍性中找出其特殊性，才能准确而全面地找出普洱茶独特的深刻文化内涵。

其次，普洱茶作为中国茶文化的重要组成部分，有着自己独特的地方民族文化特点，无论在历史文化、传播和贸易文化、交通运输文化、饮茶文化、茶礼茶艺茶俗中都有着民族文化的深刻烙印，因此从某种意义上说，普洱茶文化也即云南民族茶文化，只有将普洱茶文化放在云南特定的民族文化背景中去研究，才能使普洱茶从自然的历史中走出来并充分展现出其文化的真实性，而这正是本书的研究及观点所在。

基于上述思考，在这里我们将对普洱茶的“物态文化”、“精神文化”（包括“历史文化”、“民族文化”、“传播和贸易文化”、“茶马古道文化”）等各文化层面等进行系统研究和阐述，虽分八个篇章，但是它们又不是完全脱离的文化，而是结合在一起的。不管是普洱茶茶道也好，茶艺也好，茶礼也好，茶俗也好，都是在茶叶应用的过程中体现出来的。离开普洱茶，也就不存在什么普洱茶文化。

本书将理论与实践相结合，通过全面、系统地对普洱茶茶文化研究，对广大品茗者和茶业工作者有所帮助，在茶香的天空里共同领略中国茶的博大，云南普洱茶的深厚，一道去探寻普洱茶科学的理性之光，让普洱茶从历史的岁月里走出来展现它的真实性更是我们共同追求的目标，同时也是本书所要努力奉献的。

