

中國茶文化經典

中國茶典

茶文化與養生保健

【全圖解】



葉嘉飄香
典存人間

中國茶文化經典

中國茶典

茶文化與養生保健

【全圖解】



【第七篇】

名茶鉴赏



第一章 河南名茶

一、大别山：信阳毛尖

“信阳毛尖”是河南的名茶，产于河南省南部大别山区的信阳县，历史和大别山一样古老，有200多年的历史。茶园主要分布在车云山、天云山、集云山、震雷山、云雾山、黑龙潭等群山的峡谷之间。这里地势高峻，一般高达800米以上，群峦叠翠，溪流纵横，云雾缭绕。还有豫南第一泉“黑龙潭”和“白龙潭”，景色优美。优越的自然条件，滋生润育了

柔嫩的茶芽，为制作风格独特的茶叶提供了天然条件。

“信阳毛尖”的外形细、圆、紧、直、多白毫；内质清香，汤色绿，味道浓。吃口很好，胜过很多江南名茶。1915年“信阳毛尖”在巴拿马万国博览会上获名茶优质奖状；1959年被列为我国十大名茶之一；1982年再次被评为国家部级优质名茶。目前销往国内20个省区以及美国、德国、日本、新加坡、马来西亚等10余个国家。



◎信阳毛尖茶汤



◎信阳毛尖

第二章 湖北名茶

一、宜昌：宜昌红茶、峡州碧峰、邓村绿茶

“宜昌红茶”产于鄂西山区宜昌、恩施两地区，邻近的湘西石门、慈利、桑植等县也有部分生产。鄂西山区乃神农架一带，气候温和，雨量充沛，山林茂密，河流纵横，土壤大部属微酸性黄红壤土，适宜茶树生长。

湖北宜昌地区是我国古老茶区之一。被誉为“茶仙”，尊为“茶圣”的陆羽，青年时期曾去宜昌考察，后在世界第一部茶叶专著《茶经》中把该地区的茶叶列为山南茶之首。宋代文学家欧

阳修在宜昌任县令时曾写下“春秋楚目西偏境，陆羽茶经第一州”的诗句，对陆羽高度评价宜昌茶表示赞同。

“宜昌红茶”问世于19世纪中叶，距今已有百余年历史。该茶外形条索紧细有金毫，色泽乌润，香甜纯高长，味醇厚鲜爽，汤色红亮，叶底红亮柔软，茶汤稍冷即有“冷后浑”现象产生，是我国著名的工夫红茶之一。

“峡州碧峰”产于宜昌县境内长江西陵峡两岸的半高山茶区。因这里唐代时为峡州属地因而得名“峡州碧峰”。茶区气候温和，山水秀丽，岗岭起伏，为



◎恩施玉露

茶树生长发育创造了良好的生态条件。

“峡州碧峰”的外形条索紧秀显毫，色泽翠绿；香气高长；汤色黄绿；滋味鲜爽；叶底嫩绿。

宜昌县邓村乡是湖北省著名茶乡，距举世瞩目的三峡大坝坝址仅23千米，邓村茶叶就生长在海拔800米的山坡上，这里海拔高，昼夜温差大，加之长江及其水系的水文气象效应，山中云雾较多，雨量充沛，土壤肥沃，具有生长优质茶叶的优越生态环境，因此邓村茶叶品质十分优良，氨基酸含量达到5.76%，茶多酚、氨基酸比例恰当，是生产名优茶的最适基地。

“邓村绿茶”的外形条索紧结重实，色泽绿润，内质栗香悠



◎邓村绿茶茶汤

第三章 湖南名茶

一、安化：安化松针

巍巍雪峰山，横亘在湖南的中西部地区；滔滔资江水，蜿蜒流入洞庭，安化县坐落在一片诗情画意中。

据记载，安化县境内的云台山、鞭蓉山，自宋代开始，茶树已经是“山崖水畔，不种自生”

了。当地所制“云台云雾”和“芙蓉青茶”两茶，曾被列为贡品。但几经历变，采制方法业已失传。1959年，安化茶叶试验场派出科技人员和工人，分赴云台山和芙蓉山，挖掘名茶遗产，并吸收国内外名茶采制特点，经过四年的努力，终于创制出我国特种绿茶中针形绿茶的代表“安化



◎安化松针



◎安化松针茶汤

松针”。

“安化松针”条索长直、圆浑、紧细，形状好似松针，翠绿匀整，白毫显露；香气浓厚，滋味甘醇，茶汤清澈明亮，叶底匀嫩。

二、长沙：岳麓毛尖、高桥银峰

长沙景色秀丽，山、水、洲、城融为一体。城内岳麓山青



◎高桥银峰茶汤

翠如屏，湘江逶迤而过，橘子洲静卧江心温泉，是度假疗养的好地方；城外大围山森林公园林幽水秀；宁乡灰汤温泉与西藏羊八井、台湾北投温泉齐名于世。此外，湘瓷、湘菜、湘绣还会让您领略浓郁的湖南地方特色。当然茶叶也是长沙的一项特产。

“岳麓毛尖”产于湖南省长沙市市郊的岳麓山。这里产茶历史悠久，明清年间，岳麓山是著名的茶和水的产供之地。岳麓山的茶，白鹤泉的水，都是当时有名的贡品。

“岳麓毛尖”的外形条索紧结、整齐，白毫显露，深绿油润、香气清高持久；汤色浅绿微黄，清澈明亮，滋味甘醇；叶底

肥壮、匀嫩。

“高桥银峰”产于湖南长沙东郊玉皇峰下的高桥，这里山丘叠翠，河湖掩映，云雾缭绕，景色优美。当地的茶园，采用科学管理培育，并有丰富多彩的茶树良种，芽叶壮实，内含丰富的营养物质。

“高桥银峰”的外形条索紧细微卷曲，匀净，满披茸毛，色泽翠绿；嫩香持久；汤色清亮；滋味鲜醇；叶底嫩绿明亮。

1964年，郭沫若先生品尝“高桥银峰”后，赞不绝口，旋即赋诗一首赞美“高桥银峰”可与著名绿茶“紫笋”、“双井”媲美；饮后令人精神兴奋，明目醒脑，心旷神怡，春意盎然。

三、张家界：碣滩茶

武陵源，被国内外游客誉为“人间仙境，世外桃源”、“扩大的盆景，缩小的仙境”、

“山的代表、山的典型、山的精灵”、“天下第一奇山”。1992年12月武陵源被联合国教科文组织接纳为世界自然遗产保护对象，并被列入《世界自然遗产名录》。武陵源风景区面积369平方公里，由张家界国家森林公园、天子山自然保护区、索溪峪自然保护区和杨家界景区四大部分组成。

整个武陵源风景区中最早被发现的是张家界，它也是最为著名的风景区。1982年经国务院批准，张家界被命名为中国第一个“国家森林公园”。张家界国家森林公园内森林覆盖率达97.7%，景区内奇峰3000多座，似人似物，神形兼备，或细密，或粗犷，或诡秘，或奇绝；威猛中又带妖媚，浑朴中略带狂狷，危岩绝壁，雍容大气，张家界也因此而被誉为“峰三千，水八百”、“天下第一奇山”。张家界集山奇、水奇、云奇、石



◎高桥银峰原植物



◎高桥银峰原植物

奇、植物奇与动物奇“六奇”于一体，纳南北风光，兼诸山之美，是大自然的迷宫，也是天然的泼墨山水。

“碣滩茶”产于湖南省西部武陵山区沅水江畔的沅陵碣滩山区。这里山峰重叠，绿荫覆盖，一年四季云雾缥缈，茶树芽头肥壮，叶质嫩柔，茸毛甚多。

“碣滩茶”的历史悠久，距今至少已有1300多年。关于“碣滩茶”还有一个传说：唐高宗第八个儿子李旦，被武则天贬至辰州（即今沅陵）后，流落在胡家坪胡员外家当佣人，并与员

外之女胡凤姣相爱。高宗退位以后，李旦回朝当了皇帝，就是后来的唐睿宗。李旦称帝后不久，就派人接胡凤姣进京。官船由辰州东下，途至碣滩，胡凤姣品尝到“碣滩茶”，感觉甜醇爽口，非常喜欢，便带回朝廷，赐文武百官品饮，皆赞不绝口。此后，朝廷将“碣滩茶”列为贡品，每年派人督制。此茶后来流传到日本。1973年，日本首相田中角荣访华时，特向周恩来总理问及此茶，自此“碣滩茶”有了进一步的恢复和发展。

“碣滩茶”的外表条索细



◎碣滩茶茶汤

小知识点

茶僧——皎然

皎然，俗姓谢，字清昼，湖州（今浙江吴兴）人，南朝谢灵运十世孙。生卒年不详，活动于上元、贞元年间，是唐代著名的诗僧。他擅长烹茶，作有茶诗多篇，且与陆羽交往甚密，多有诗文酬赠唱和。他不仅是诗僧，而且是个茶僧。佛教禅宗提倡以坐禅方式彻悟自己的心性，禅宗寺院非常重视饮茶。皎然喜好饮茶，将饮茶的好处说得更神，他有一首《饮茶歌送郑容》，诗云：丹丘羽人轻玉食，采茶饮之生羽翼。名藏仙府世莫知，骨化云官人不识。云山童子调金铛，楚人茶经虚得名。霜天半夜芳草折，烂漫细花吸又生。常说此茶祛我疾，使人胸中荡忧栗。日上香炉情未毕，乱踏虎溪云，高歌送君出。

皎然在诗中建议禁市饮茶，认为茶不但可以祛疾除病，涤荡心中忧患，并且可以踏云而去，羽化升天。他的《饮茶歌诮崔石使君》，赞赏剡溪茶（产于浙江嵊县）的清郁隽永的香气，生动描绘了一饮、再饮、三饮的感受，与卢仝的《茶歌》有异曲同工之妙：越人遗我剡溪茗，采得金芽爨金鼎。素瓷雪色飘沫香，何似诸仙琼蕊浆。一饮涤昏寐，情思爽朗满天地。再饮清我神，忽如风雨洒轻尘。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。

皎然现存诗篇中的名作《寻陆鸿渐不遇》，诗云：移家虽带郭，野径入桑麻。近种篱边菊，秋来未著花。扣门无犬吠，欲去问西家。报道山中去，归时每日斜。陆羽的隐士风韵与诗人的敬慕之情，跃然纸上。

紧，圆曲，色泽绿润，匀净多亮；香气嫩香、持久；汤色绿亮明净，滋味醇爽、回甘；叶底嫩绿、整齐、明亮。

四、沅陵：官庄毛尖

“官庄毛尖”产于湖南省沅陵县官庄区的介亭、黄金坪一带。沅陵官庄，是我国古代从东向西进入大西南的重要驿站。官庄前面的辰龙关地势险峻，为历代兵家必争之地，素有“湘西门户”和“南天锁钥”之称。这里群山重叠，万峰插天，峭壁数里，谷径幽回。终年云雾飘渺，土质肥沃，阳光被雾气所阻，形成了有利于茶树生长的漫射光，茶树壮健，芽叶肥壮，为“官庄毛尖”提供了优良的鲜叶原料。

官庄产茶历史悠久。产于官庄的“介亭毛尖”唐代开始盛

◎官庄毛尖原植物





◎碣滩茶原植物

行，清乾隆时期作为“贡品”。相传1927年“湘西王”的参谋龚石如，在官庄开了一个“西南茶叶店”，他召集各地著名茶艺师，改革制茶工艺，将晒青改为烘青，使茶叶品质有了较大提高。在包装上，也进行了改进，采用特制的小木盒包装，规格多样，有一两、二两、三两、四两、一斤等，木盒精美，小巧玲珑，携带方便，因而“官庄毛尖”爱好者甚多，销售甚广。

现在，“官庄毛尖”又由烘青改为半烘半炒，不但内质仍甚高雅，而且外形更为优美。此茶饮后，使人有“汤嫩水青花不散，口甘呻爽味偏长”之感。

五、衡山：南岳云雾茶

“南岳云雾茶”顾名思义，产于南岳衡山。衡山巍峨秀丽，共有72座山峰，逶迤绵延400余

千米。主峰祝融峰海拔1290米，登上主峰极目远眺，北面是烟波浩渺、若隐若现的洞庭湖，南面为奔腾起伏、如幛如屏的翠峰，东面为宛如玉带、飘然北去的湘江，西面则是云雾缭绕、时隐时现的雪峰山。从祝融峰下行，但见梯级茶行，蜿蜒曲折。

衡山古木参天，翠竹灌林，山巅峪谷四季云雾缭绕，茶树生长茂盛。这里所产的“南岳云雾茶”造型优美，香味浓郁甘醇，久负盛名，在唐代，就被列为“贡品”。

相传，唐代天宝年间，任南岳庙掌教的江苏清晏禅师，见有一条大白蛇，将茶籽埋到庙的旁边，从此之后南岳便产茶了。一天，一股清泉从石窟进出，人们称它为“珍珠泉”，清晏禅师用珍珠泉的水冲泡茶叶，茶叶的色香味更好。还传说，浙江杭州的虎跑水，是唐朝宪宗时，有一位

高僧向南岳借去的，当时所借的是这里的“童子泉”。

六、湘潭：韶峰茶

一位游览韶山的人曾写下这样的诗篇：“万国五洲瞻旧宅，韶山松竹四时春。果然一派农家景，为有开天辟地人。”“韶峰茶”，就产于这个“松竹四时春”的湖南湘潭县的韶山区。

革命伟人毛泽东诞生在这里。如果有机会到毛泽东故居韶山参观，在品尝毛家菜的时候，



◎君山银针茶汤

一定要喝上一杯“韶峰茶”。这里的韶山冲，群山环抱，耸翠的韶峰山是衡岳七十二峰之一，整个山峰，峭立峻秀，松柏成林。著名的韶山河，穿山而过，风景非常壮观，是产茶的好地方。

“韶峰茶”于1968年由韶山茶场创制。几十年来，采制技术不断改进，产品品质进一步得到了提高。

“韶峰茶”具有条索圆紧、肥壮、锋苗挺秀、银毫显露、色泽翠绿光润等特点。内质清香芳郁；汤色清澈；叶底匀嫩，芽叶成朵。

七、洞庭湖：君山银针

美丽富饶的洞庭湖区，位于长江中游以南、湖南省北部。以洞庭湖为中心，包括岳阳、华容、临湘等12个县。湖区内有很

多名胜古迹，如岳阳楼、桃花源、君山等。其中，君山又被称为洞庭山。李白曾这样赞美它：“淡扫明湖开玉镜，丹青画出是君山。”君山上有很多神话传说，如湘妃竹和柳毅传书的故事。这里有龙涎井、柳毅井、飞来钟和用秦始皇的御玺盖的“封山”印。

白银盘裹的“君山银针”，就产于君山上。由未展开的肥嫩芽头制成，芽头肥壮挺直、匀齐，满披茸毛，色泽金黄光亮，香气清鲜。君山海拔90米，四周白浪滔天，烟波飘渺，山上土壤深厚、肥沃，气候湿润，云雾缭绕，自然环境非常适宜茶树生长。

君山茶历史悠久，据考证，唐代时就已出名，文成公主出嫁西藏时就选带了君山茶。南北朝梁武帝时期君山茶被列为贡品。

“君山银针”属轻发酵茶，



◎君山银针茶叶



◎南岳云雾茶

做工精细讲究，是黄茶中的珍品。采摘时要求雨天不采、紫色芽不采、露水芽不采、开口芽不采、空心芽不采、冻伤芽不采、过长过短芽不采、虫伤芽不采、瘦弱芽不采，一共有“九不采”。其汤色红润，散发淡淡幽香。“君山银针”风格独特，产量稀少，为我国十大名茶之一。

◎君山银针原植物



第四章 广东名茶

一、潮州：凤凰水仙

潮州拥有启闭式桥梁文济桥；被专家们誉为国内罕见的宋代民居建筑许驸马府；全国历史最长的纪念韩愈的祠宇韩文公之祠；木雕艺术堪称一绝的“己略黄公祠”；周总理办过公的涵碧楼等珍贵的文物遗产。以潮州音乐、潮州方言、潮州大锣鼓、潮州工艺、潮剧、潮州菜和潮州工夫茶等为代表的潮州文化，更是异彩纷呈，名传遐迩。

“凤凰水仙”产于潮安县凤凰山区，该区海拔在1100米以

上，山区气候温和，雨量充沛，土层深厚，云雾弥漫，日照短而漫射光充足，昼夜温差比较大，很适宜种茶。

“凤凰水仙”的叶型比较大，叶面平展，前端多突尖，叶尖下垂犹如鸟嘴，因此当地称为“鸟嘴茶”。春茶在清明前后到立夏间采制；夏茶在立夏后至小暑间采制，秋茶在立秋至霜降间采制；立冬至小雪间采到的称“雪片”。

南宋末年，宋帝赵焘南下潮汕，路经凤凰山区乌岽山时，突然感到口渴，侍从便采下一种



◎凤凰水仙原植物



◎凤凰水仙茶汤

叶尖似鸟嘴的树叶加以烹制，宋帝喝了之后，止咳生津，立马见效，从此这种树被广为栽种，人们称之为“宋种”。

近年来，“凤凰水仙”茶系品类日趋繁富，质量不断提高，名茶迭出，令人目不暇接：“凤凰单枞”、“群体单丛”、“白叶单枞”、“黄金桂”、“黄枝香”、“奇兰”、“蓬莱茗”、“八仙”……



◎凤凰水仙茶叶

兴安灵渠；天下一绝龙脊梯田；融雄、奇、险、秀于一体的资源八角寨；有惊无险的山水画廊资江；奇异多姿的平乐榕津千年古榕林等，还有丰富多彩、各具特色的桂北少数民族风情。

“桂林毛尖”产于桂林尧山地带，是广西名茶的新秀，20世纪80年代由广西桂林茶叶研究所创制而成。“毛尖”茶区属丘陵山区，海拔约300米，园内渠流纵横，气候温和，年均无霜期长达309天，春茶期间雨水较多，雾较浓，非常有利茶树生长。

“桂林毛尖”选用从福建引种的“福云六号”和“福鼎种”



◎西山茶生境图



◎桂林毛尖原植物

◎桂林毛尖原植物

等良种的芽叶为原料。清明前后开采，采摘标准为一芽一叶初展。该茶加工方法类同高级烘青茶。

“桂林毛尖”的品质特点是条索紧细，白毫显露，色泽翠绿，香气清高持久，滋味醇和鲜爽，汤色碧绿清澈，叶底嫩绿明亮。



三、昭平：象棋云雾

最近，一支考察队在广西昭平县文竹镇临江冲发现一片保存完好的原始森林。该林区约70平方公里、林区森林覆盖率在95%以上，森林种类以亚热带常绿阔叶林为主，其中包括野杉、楠木等珍贵树种。同时，林区内还生长着猴子、乌龟、白鹇等众多珍稀、濒危动物，且奇峰怪石林立，飞瀑流泉到处可见，景色十分优美。离这片原始森林的不远的象棋山，奇异的地形蕴涵出一种好茶——“象棋云雾”。象棋山古木参天，奇峰叠嶂，云海雾涛，百卉溢香，奇草遍地，雨量充沛，气候温和，土层深厚，土壤肥沃，茶树就分布在700米左右



◎西山茶生境图

的山坡上。

“象棋云雾”的条索紧细微曲，色泽翠绿油润，香高馥郁，伴有蜜糖花香，滋味鲜爽回甘，汤色嫩绿清澈，叶底嫩绿明亮。饮之齿颊留芳，沁人心脾，解暑消炎，强身健体，益寿延年，具有高山云雾茶的特色。

小知识

醉翁——欧阳修

欧阳修（1007—1072），字永叔，号醉翁，晚号六一居士，吉州永丰（今属江西）人。北宋著名政治家、文学家，唐宋八大家之一。欧阳修论茶的诗文不多，却都很精彩。比如，他尤其推崇修水的双井茶，有《双井茶》诗，详细叙述了双井茶的品质特征以及茶与人品的关系：西江水清江石老，石上生茶如凤爪。穷腊不寒春气早，双井芽生先百草。白毛囊以红碧纱，十斤茶养一两芽。宝云日铸非不精，争新弃旧世人情。群不见，建溪龙凤团，不改旧时香味色。

欧阳修对蔡襄创制的小龙团茶非常关注，他在给蔡襄《茶录》作的后序中提及当时的人们对小龙团茶的重视，成了后人研究宋代贡茶的珍贵资料。“茶为物之至精，而小团又其精者，录序所谓上品龙茶是也。盖自君谔始造而岁供焉。仁宗尤所珍异，虽辅相之臣，未尝辄赐。惟南郊大礼致斋之夕，中书枢密院各四人共赐一饼，官人翦为龙凤花草贴其上，两府八家分割以归，不敢碾试，相家藏以为宝，时有佳客，出而传玩尔。至嘉祐七年，亲享明堂，斋夕，始人赐一饼，余亦忝预，至今藏之”。

《大明水记》是欧阳修论述烹茶之水的专文。他在文中对唐代陆羽《茶经》和张又新《煎茶水记》的对比和批判，体现出了作为一个学者独立思考，不随人后的学术作风。

第六章 江苏名茶

一、苏州东山：碧螺春

“碧螺春”是我国名茶的珍品，以“四绝”，即形美、色艳、香浓、味醇闻名中外。

“碧螺春”始于何时以及名称的由来，说法大致有三种。据清代《野史大观》记载：

“洞庭东山碧螺峰石壁，产野茶数千株，土人称曰：‘吓煞人香’。”康熙年间已有官员向朝廷进贡此茶，因为名称不雅，才改为“碧螺春”。

又据相传，明朝期间，宰相王鏊，是东后山陆巷人，“碧螺春”名称系他所题。又据《随见录》载：“洞庭山有茶，微似芥而细，味甚甘香，俗称‘吓杀人’，产碧螺峰者尤佳，名‘碧螺春’。”如此记载为实，则“碧螺春”茶应始于明朝，在乾隆下江南之前就已很出名了。

也有人认为：“碧螺春”是因色泽碧绿，形状卷曲如螺，采于早春而得名。

但不管“碧螺春”的名称由



◎碧螺春茶汤



◎碧螺茶汤



◎碧螺春茶叶



◎碧螺春原植物