

# 茶艺全书

蓝歌◎著

零

起

点



一茶一世界，做一个懂茶的人；一壶一人生，做一个爱生活的人

从 喝 茶 到 懂 茶

简洁易懂

详尽实用

内容完备



从入门到精通

购茶

鉴茶

品茶



从新手到高手

爱茶

懂茶

识茶



开明出版社

零

起

点

# 茶艺全书

从

喝

茶

到

懂

茶



蓝歌  
◎  
著



开明出版社

图书在版编目 ( CIP ) 数据

零起点茶艺全书 : 从喝茶到懂茶 / 蓝歌著 . —北京 : 开明出版社 ,  
2018.9

ISBN 978-7-5131-3913-7

I . ①零… II . ①蓝… III . ①茶艺—中国 IV . ①TS971.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字 ( 2018 ) 第 137006 号

责任编辑: 卓玥

零起点茶艺全书 : 从喝茶到懂茶

作 者: 蓝歌著

出 版: 开明出版社

( 北京海淀区西三环北路 25 号 邮编 100089 )

印 刷: 三河市明华印务有限公司

开 本: 710 × 1000 1/16

印 张: 16

字 数: 215 千字

版 次: 2018 年 9 月第 1 版

印 次: 2018 年 9 月第 1 次印刷

定 价: 68.00 元


印刷、装订质量问题, 出版社负责调换。联系电话: (010) 88817647



## 前言

中国是茶的故乡，是制茶、品茶技术的发源地，距今已有几千年的历史。自神农氏尝百草发现茶的妙用起，茶历经数千载，见证了历代的更迭，历史的兴衰，拥有了深邃的底蕴和内涵。作为人们日常解渴不可或缺饮品的茶，逐渐包含了各地人们的风俗习性、思维情感。什么情况饮什么样的茶，什么茶是好茶，红茶、绿茶、黄茶有什么不同，红茶该怎样冲泡，绿茶该用什么茶具，普洱茶怎样鉴别，等等，渐成爱茶人士的兴趣、谈资。品茗逐渐成为一门艺术。古代文人的七件宝“琴棋书画诗酒茶”，更是将茶与艺术门类并列。唐朝茶圣陆羽在此基础上，著就《茶经》一书，奠定茶艺基础，到明代散茶普及出现泡饮法，延续至今出现了更多的茶类和品茗技术，技巧越来越成熟，手法越来越优雅。

随着社会发展，中国茶艺逐渐深入社会各阶层，皇家有“贡茶”形成了宫廷茶艺；文人墨客作诗颂茶有文人茶艺；佛家参茶有寺院茶艺；老百姓品茶有茶馆，形成民俗茶艺。



中国茶艺随茶叶走出国门，走向世界，闻名于世。

本书用言简意赅、通俗易懂的文字，为读者从茶的起源、四大产茶区、茶具的选择、择水的重要性、茶礼的基本姿势等方面给予了详细的介绍，使读者能对茶叶有初步的了解；重点阐述了中国名茶及不同的冲泡方式和鉴别方法，使读者别具慧眼识别真假优劣茶叶；配以精美的图片进行解说，力求直观呈现；并有茶博士对古今文人轶事、茶的保健功能、饮茶的禁忌人群、传说故事等茶文化的延伸，使本书别具趣味性。

本书内容完备、详尽实用、简洁易懂，帮助读者零起点从喝茶到懂茶，从入门到精通，做一个品茗达人。茫茫人海中，本书抛砖引玉，希望使读者能在浮躁、焦虑的生活中有一处静谧之地，取香茗、择好水、备好器、泡好茶、品尝之，达到恬淡清静、陶冶情操、修养身心的目的。如此足矣！



# 目录

## 上篇

### 初品茶滋味，人在草木中

#### 第一章

#### 喝茶亦寻根源：南方有嘉木

- 012 茶的发现：神农尝百草的传说
- 015 茶的故乡：茶树与茶区
- 019 陆羽《茶经》：茶叶百科全书
- 022 茶风兴盛：从汉唐到明清

#### 第二章

#### 一杯香茗：肌骨清，通仙灵

- 028 观茶色：茶叶六色各不同
- 035 嗅茶香：一呼一吸得茶香
- 038 品茶味：静心品得真滋味
- 041 赏茶形：百态千姿以悦目

#### 第三章

#### 器具予茶增色：有茶与友同饮

- 046 茶 壶
- 047 煮水器
- 048 茶 杯

049	茶 盘
050	茶道六用
050	过滤网和滤网架
051	壶 承
052	盖 置
052	杯 垫
052	闻香杯
053	茶 荷
053	盖 碗
054	茶 刀
055	茶 海
055	废水桶
056	养壶笔
056	茶 巾
057	茶 宠
057	茶具的材质



## 中篇

## 再品茶滋味，杯里藏乾坤

### 第四章 雅事自古始：类以色分

- 066 绿茶：绿叶清汤，百茶之首
- 073 红茶：香气扑鼻的红色调
- 079 青茶：绿叶红边，青褐如铁
- 084 黑茶：其色如铁，芳香异常
- 089 黄茶：妙手偶得，黄叶黄汤
- 093 白茶：绿叶裹素，别有情趣
- 097 再加工茶：花香茶香，相得益彰

### 第五章 道茶珍品，谓名茶之名

- 102 绿 茶
- 102 西湖龙井：名茶之首
- 108 洞庭碧螺春：茶香百里醉
- 112 信阳毛尖：绿茶之王
- 119 黄山毛峰：名山出名茶
- 123 六安瓜片：陆羽旧经遗上品
- 127 庐山云雾茶：初由鸟雀衔种而来
- 131 青 茶
- 131 武夷大红袍：岩韵生香，茶中状元
- 136 安溪铁观音：好喝不好栽

- 141 武夷肉桂：味似桂皮香
- 145 冻顶乌龙：台湾南冻顶
- 148 凤凰单丛：来自潮汕屋脊
- 153 红 茶
- 153 正山小种：红茶鼻祖
- 157 祁门红茶：清誉高香
- 161 滇红：独特的大叶种红茶
- 165 炎陵红茶：红茶的后起之秀
- 170 黑 茶
- 170 安化黑茶：有烟香味的茶
- 174 六堡茶：嘉庆年间的名茶
- 178 黄 茶
- 178 君山银针：形细如针的“金镶玉”
- 182 蒙顶黄芽：始于西汉的贡茶



186	白 茶
186	贡眉：又称寿眉白茶
189	白毫银针：满披白毫，如银似雪
193	再加工茶
193	茉莉花茶：人间第一香
197	菊花茶：傲立寒秋的“延寿客”
200	金银花茶：江南地方，以此代茶

## 下篇

## 三品茶滋味，壶中日月长

### 第六章

### 水为茶之母：好茶亦须好水

206	精茶须真水：何谓宜茶之水
210	好茶不易得，美泉亦难求
213	高山好茶，借水而发

### 第七章

### 泡茶雅事：无规矩不成技艺

218	功夫茶与茶功夫：泡茶基本功
220	投茶有讲究：浓淡适宜
223	过犹不及，时间有考量
225	水有三沸：活水仍须活火烹

228 列杯分茗：茶器与茶席摆设

## 第八章 茶事难分内外，品茗处处讲究

232 道平常：细茶粗吃，粗茶细喝

235 遇访客：酒满敬人，茶满欺人

238 俗事缠身，闲来一壶饮

240 旅途漫漫，常伴一杯茶

## 第九章 品茗守礼：修身亦修心

244 品茗礼节愉悦身心

250 茶德与操守融为一体，相得益彰

252 茶礼风俗：凸显民族特色



零

起

点

茶艺全书

从

喝

茶

到

懂

茶



蓝歌  
著




开明出版社



## 前言

中国是茶的故乡，是制茶、品茶技术的发源地，距今已有几千年的历史。自神农氏尝百草发现茶的妙用起，茶历经数千载，见证了历代的更迭，历史的兴衰，拥有了深邃的底蕴和内涵。作为人们日常解渴不可或缺饮品的茶，逐渐包含了各地人们的风俗习性、思维情感。什么情况饮什么样的茶，什么茶是好茶，红茶、绿茶、黄茶有什么不同，红茶该怎样冲泡，绿茶该用什么茶具，普洱茶怎样鉴别，等等，渐成爱茶人士的爱好、谈资。品茗逐渐成为一门艺术。古代文人的七件宝“琴棋书画诗酒茶”，更是将茶与艺术门类并列。唐朝茶圣陆羽在此基础上，著就《茶经》一书，奠定茶艺基础，到明代散茶普及出现泡饮法，延续至今出现了更多的茶类和品茗技术，技巧越来越成熟，手法越来越优雅。

随着社会发展，中国茶艺逐渐深入社会各阶层，皇家有“贡茶”形成了宫廷茶艺；文人墨客作诗颂茶有文人茶艺；佛家参茶有寺院茶艺；老百姓品茶有茶馆，形成民俗茶艺。



中国茶艺随茶叶走出国门，走向世界，闻名于世。

本书用言简意赅、通俗易懂的文字，为读者从茶的起源、四大产茶区、茶具的选择、择水的重要性、茶礼的基本姿势等方面给予了详细的介绍，使读者能对茶叶有初步的了解；重点阐述了中国名茶及不同的冲泡方式和鉴别方法，使读者别具慧眼识别真假优劣茶叶；配以精美的图片进行解说，力求直观呈现；并有茶博士对古今文人轶事、茶的保健功能、饮茶的禁忌人群、传说故事等茶文化的延伸，使本书别具趣味性。

本书内容完备、详尽实用、简洁易懂，帮助读者零起点从喝茶到懂茶，从入门到精通，做一个品茗达人。茫茫人海中，本书抛砖引玉，希望使读者能在浮躁、焦虑的生活中有一处静谧之地，取香茗、择好水、备好器、泡好茶、品尝之，达到恬淡清静、陶冶情操、修养身心的目的。如此足矣！



# 目录

## 上篇

### 初品茶滋味，人在草木中

#### 第一章

#### 喝茶亦寻根源：南方有嘉木

- 012 茶的发现：神农尝百草的传说
- 015 茶的故乡：茶树与茶区
- 019 陆羽《茶经》：茶叶百科全书
- 022 茶风兴盛：从汉唐到明清

#### 第二章

#### 一杯香茗：肌骨清，通仙灵

- 028 观茶色：茶叶六色各不同
- 035 嗅茶香：一呼一吸得茶香
- 038 品茶味：静心品得真滋味
- 041 赏茶形：百态千姿以悦目

#### 第三章

#### 器具予茶增色：有茶与友同饮

- 046 茶 壶
- 047 煮水器
- 048 茶 杯

049	茶 盘
050	茶道六用
050	过滤网和滤网架
051	壶 承
052	盖 置
052	杯 垫
052	闻香杯
053	茶 荷
053	盖 碗
054	茶 刀
055	茶 海
055	废水桶
056	养壶笔
056	茶 巾
057	茶 宠
057	茶具的材质

第四章 雅事自古始：类以色分

- 066 绿茶：绿叶清汤，百茶之首
- 073 红茶：香气扑鼻的红色调
- 079 青茶：绿叶红边，青褐如铁
- 084 黑茶：其色如铁，芳香异常
- 089 黄茶：妙手偶得，黄叶黄汤
- 093 白茶：绿叶裹素，别有情趣
- 097 再加工茶：花香茶香，相得益彰

第五章 道茶珍品，谓名茶之名

- 102 绿 茶
- 102 西湖龙井：名茶之首
- 108 洞庭碧螺春：茶香百里醉
- 112 信阳毛尖：绿茶之王
- 119 黄山毛峰：名山出名茶
- 123 六安瓜片：陆羽旧经遗上品
- 127 庐山云雾茶：初由鸟雀衔种而来
- 131 青 茶
- 131 武夷大红袍：岩韵生香，茶中状元
- 136 安溪铁观音：好喝不好栽