

读图时代  
茶说典藏

# 中国茶艺

桃子 编著

茶艺是茶文化的重要组成部分，是随着中国人对茶的接受和喜爱而逐渐形成的。茶艺和中国人的饮茶习惯息息相关，人们对泡茶方式的处理、茶汤的要求、茶具的欣赏、品茶的感受、茶席的设计等都是茶艺的组成部分。如今，能够体现品茗意境的茶艺活动和随时的茶席设计，已然成为人们远离喧嚣、放松身心的重要休闲方式，也越来越受到人们的关注和喜爱。

全国百佳图书出版单位  
时代出版传媒股份有限公司  
黄山书社

读图时代  
茶说典藏

ZHONGGUO CHAYI

# 中国茶艺

◎ 桃子  
编著

全国百佳图书出版单位  
时代出版传媒股份有限公司  
黄山书社

## 图书在版编目(CIP)数据

中国茶艺 / 桃子编著. -- 合肥 : 黄山书社,  
2014.10  
(茶说典藏)  
ISBN 978-7-5461-4753-6

I. ①中… II. ①桃… III. ①茶叶—文化—中国  
IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第232983号

出品人 任耕耘  
总策划 任耕耘 蒋一谈  
内容总监 毛白鸽  
编辑统筹 高杨 王新  
责任编辑 张月阳  
图文编辑 袁凯鹏  
美术编辑 李娜  
图片统筹 DuToTime  
出版发行 时代出版传媒股份有限公司 (<http://www.press-mart.com>)  
黄山书社 (<http://www.hspress.cn>)  
地址邮编 安徽省合肥市蜀山区翡翠路1118号出版传媒广场7层 230071  
印刷 安徽联众印刷有限公司  
版次 2015年1月第1版  
印次 2015年1月第1次印刷  
开本 710mm×875mm 1/16  
字数 130千  
印张 10  
书号 ISBN 978-7-5461-4753-6  
定价 98.00元

服务热线 0551—63533706

销售热线 0551—63533761

官方直营书店 (<http://hssbook.taobao.com>)

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题,  
请与印制科联系。

联系电话: 0551—63533725

---

# 序

茶，起源于中国，从最初的药用、食用发展到如今的饮用，并由此诞生了悠久而灿烂的中国茶文化。而茶艺便属于茶文化的一部分，这是随着中国人对茶的接受和喜爱而逐渐形成的。

茶艺，即泡茶的技艺和品茶的艺术，其中泡茶的技艺是茶艺的主体。茶艺和中国人的饮茶习惯息息相关，人们对泡茶方式的处理、对茶汤的要求、对茶具的欣赏、对品茶的感受、对茶席的设计等都是茶艺的组成部分。如今，能够体现品茗意境的茶艺活动和茶席设计，已然成为人们远离喧嚣、放松身心的重要休闲方式，也越来越受到人们的关注和喜爱。

为了能够让读者对中国茶艺有所了解，本书对中国的饮茶历史与文化、茶艺前的准备、茶艺的礼仪、泡茶技艺，以及茶席设计等方面进行了介绍，希望读者能够从中有所获益。

---



# 中国茶艺 | 目录

## 第一章 概述：饮茶历史与文化

饮茶历史 /2

茶人 /20

茶诗 /26

茶画 /38



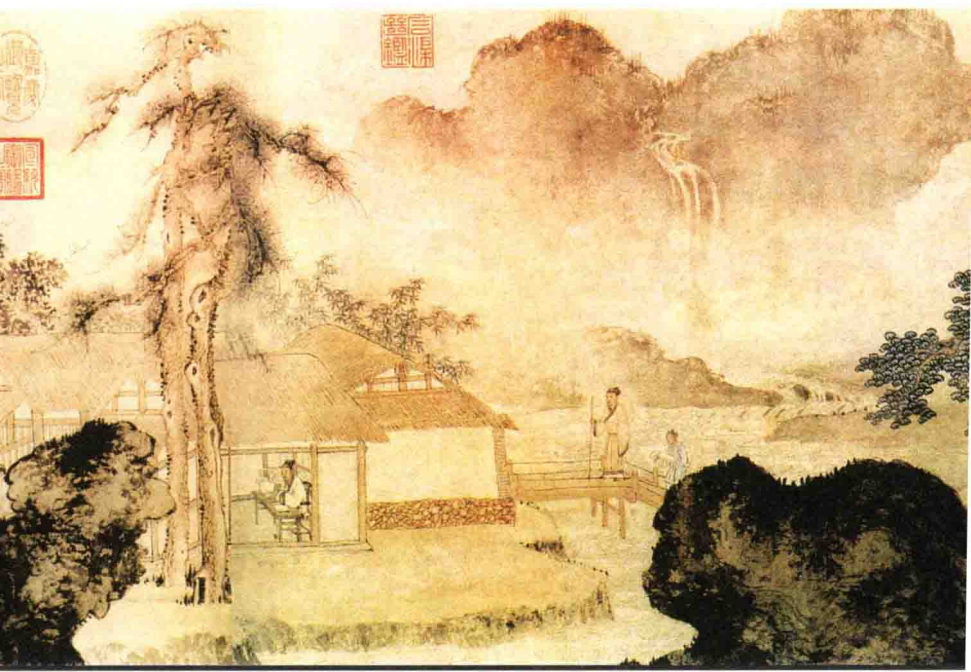
## 第二章 茶艺前的准备

茶艺之“茶” /44

选茶 /58

择水 /69

备具 /78



### 第三章 茶艺的礼仪

茶艺仪态 /88

茶艺手势 /93

### 第四章 泡茶茶艺

泡茶的注意事项 /102

玻璃杯泡法茶艺 /108

盖碗泡法茶艺 /116

壶泡法茶艺 /120

### 第五章 茶席设计

茶席的构成因素 /128

茶席设计的方法 /146



# 第一章 概述：饮茶历史与文化

中国是茶的原产地，也是制茶技术的发源地，茶在中国有着深厚的文化根基，并有着悠久的历史 and 灿烂的文化。



## 饮茶历史

中国是最早发现茶和利用茶的国家。有关茶的历史可追溯到距今5000多年的神农氏时期。据《神农本草经》记载：“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶而解之。”其中的“茶”即为茶。《茶经》中 also 说：“茶之为饮，发乎神农氏，闻于鲁周公。”



◎ 《神农本草经》书影  
《神农本草经》是现存最早的中医学著作。

春秋战国时期（前 770—前 221），除了饮茶以外，人们用茶的鲜叶做菜，如《晏子春秋》记载有“食脱粟之饭，炙三七五卵，茗茶而已”，这表明茶叶已经作为菜肴汤料供人食用，这是“吃茶”的开始，也是茶艺文化的启蒙。秦朝（前 221—前 206）统一天下，促进了全国各地经济、文化的交流，饮食市场逐渐形成，这些都为茶文化及茶艺的大发展创造了有利的条件。

## 茶的异名

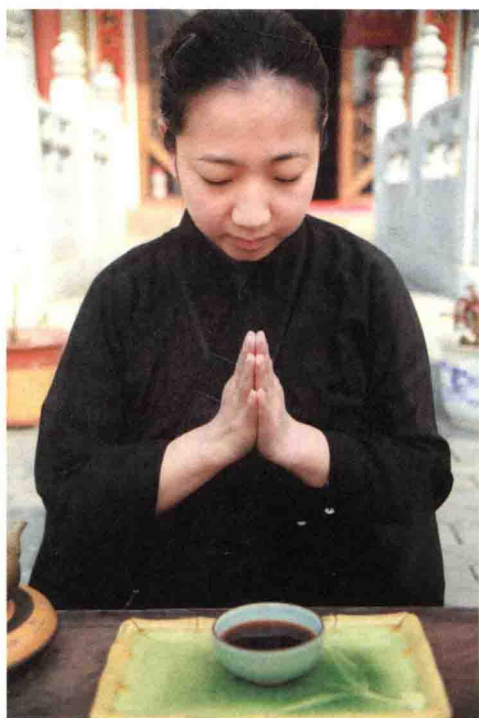
在古代史料中，茶的名称有很多：约成书于秦汉之间的《尔雅》称茶为“荼”；西汉司马相如的《凡将篇》称茶为“蔎诧”；西汉末年扬雄的《方言》称茶为“蔎”；约成书于汉朝的《神农本草经》称茶为“茶草”或“选”；东汉的《桐君录》称茶为“瓜芦木”；南朝宋山谦之的《吴兴记》称茶为“蔎”；东晋裴渊的《广州记》称茶为“皋芦”；唐代陆羽在《茶经》中提到“其名，一曰茶，二曰檟，三曰蔎，四曰茗，五曰蔎”。其中，用得最多、最普遍的是“茶”字，但由于茶事的发展，“茶”字使用越来越多，为了有所区别，于是把一字多义的“茶”字演变为“荼”字，如陆羽在写《茶经》时，将“茶”字改写为“荼”。从此，在古今茶学书中，茶字的形、音、义就固定下来了。



◎ 茶，古称“荼”

西汉时（前 206—公元 25），饮茶已成为当时上层社会日常生活的一部分。据西汉王褒所著《僮约》记载，当时士人间有“客来烹茶”的习俗。这一时期，四川巴蜀地区不仅有了茶叶的买卖活动，还有了一定规模的饮茶活动，连茶具也已经开始成形。当时的饮茶方式是将茶叶制作成饼状，冲饮前先将茶叶炙烤至微焦，然后碾成细末状冲泡，还要加入葱姜调味，这是中国最早的茶艺形式，也是后世烤茶、碾茶这两个团饼茶茶艺的基本形式。自汉武帝“罢黜百家，独尊儒术”以来，儒家思想成为主流思想。儒家崇尚中庸之道，中庸之道亦被看成我国人民崇尚的思想，它反映了我国人民对和谐、平衡以及友好精神的认识与追求。而茶正是一种中正平和之物，通过煮茶品茗能平和人的心情，使人在世俗中以茶礼仁，以茶静心，更可以使人自省，可以养廉、修身、修德。于是，儒家的人格思想极大地融入到了茶文化中。

魏晋南北朝时期（220—589），饮茶之风传播到长江中下游地区，成为日常饮料。茶由巴蜀向中原广大地区传播，茶叶生产区域不断扩大，



◎ 禅茶一味

饮茶从上层社会逐渐向民间发展。“客来烹茶”的习俗，到魏晋南北朝时已成为普遍的礼仪。这一时期茶文学初步兴起，产生了《苻赋》等名篇。此时期还是中国道教和佛教蓬勃发展的阶段。道教追求长生不老，在饮食上追求清淡，茶不仅清淡，而且有一定的药效，自然成为道教所推崇的饮品。另外，中国茶文化强调“自然”和“天人合一”，这与道家“清静无为、道法自然”的思想相契合，于是两者有了很好的融合。佛教传入中国后，僧侣们常常要打坐参禅，时间一久便容易瞌睡，于是就经常饮茶以提神醒脑。饮茶除了提神醒脑、破解枯寂，还和佛家倡导的内心平静、意念集中、修身养性的精神不谋而合。于是，佛门弟子争相饮茶，并以茶供佛，以茶示礼，把禅宗哲学思想融入宗教茶事之中，最终形成了禅茶。

唐代（618—907）时，佛教盛行，僧人以饮茶可修身养性之名，开始在寺院中种茶。世俗社会也因“尚佛”思想而效仿僧人饮茶，于是茶更广泛地进入人们的生活之中，不仅成为上层社会交际活动中的必备饮



◎ 唐代鎏金银茶碾

茶碾是用来碾茶的工具，通常先把炙烤过的饼茶碾成末，再用细罗筛茶，取细末。



◎ 唐代鎏金银茶罗

此茶罗由盖、罗、屉、罗架、器座组成，茶罗的匣体内有置于罗架上的筛罗，罗下是盛茶末的屉子。



◎ 《萧翼赚兰亭图》阎立本（唐）

绢本

横 65 厘米 纵 28 厘米

辽宁省博物馆藏

品，也成为平民日常生活中的必需品，并出现了“举国之饮”“比屋皆饮”的饮茶盛况。紧接着，茶会、茶宴等活动开始兴起，茶场、茶馆等场所开始出现。另外，唐代以前的饮茶是一种或药饮或解渴式的粗放饮法，而到了唐代，则为细煎慢吸式的品饮，还出现了一种重要的泡茶方式——煎茶法。煎茶法流行于中晚唐时期，衰于南宋中期。陆羽在《茶经》中详细记载了这种泡茶方式。煎茶法所用茶主要为饼茶，即把采摘的茶叶经过蒸、捣、拍、焙、穿、封六道工序后制成茶饼团，煮茶时将饼团碾成碎末。陆羽在介绍煎茶法时，对饼茶煎煮的方法进行了规范，其步骤包括炙茶、碾末、煮水、煎茶、酌茶等。

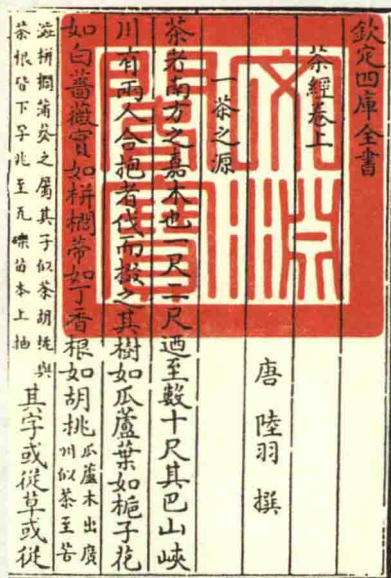
宋代（960—1279）是中国历史上茶文化大发展的一个重要阶段，也是中国传统茶艺的大发展时期，人们对茶叶的制作精良程度要求极高。这一时期茶叶生产由饼茶发展到团茶，贡茶“龙凤团茶”的创制更将茶叶加工技术推向极致，还带来了茶具、茶艺的全面革新。宋代团茶的主要饮用方式是点茶法，其与唐代烹茶最大的不同是，不再将茶投入水中煮，而是将沸水冲入盛放茶叶的盏里。其过程分为六步，分别是炙茶、碾末、罗茶、候汤、烫盏、点茶。其中的炙茶、碾末两步和煎茶的方法基本相同，都是将饼茶烘干碾碎备用。罗茶与唐代的煎茶也大体相同，只是宋代的筛罗更细，过罗的茶末也更为精细。候汤，即煮水，宋代煮

## 《茶经》

《茶经》为唐代茶圣陆羽所著，不但是世界上第一部研究茶和茶文化的专著，还是第一本全面论述茶艺的书籍，对研究饮茶艺术具有弥足珍贵的作用。《茶经》中对唐之前有关茶的各方面知识作了完整的总结，并将茶事升格为一种文化，这可看作是中国茶文化的起点，也是研究中国茶艺的起点。

《茶经》分上、中、下三卷，共十篇。一之源，介绍了茶的性状、生长环境和茶的效用。二之具，介绍了采茶和制茶用的工具及使用方法。三之造，介绍了蒸青绿茶的采制、加工、分类及鉴别方法。四之器，详细叙述了28种煮茶和饮茶用具的名称、形状、用材、规格、制作方法、用途以及器具对茶汤品质的影响等，还论述了各地茶具的好坏及使用规则。五之煮，重点介绍了烤茶的方法、泡茶用水和煮茶火候以及煮沸程度和方法对茶汤色、香、味的影响。六之饮，重点介绍了从采摘到饮用的整个过程以及注意事项。七之事，是整

部《茶经》中篇幅最长的一篇，以人物为线索，介绍了我国数千年的茶事活动。八之出，主要介绍茶的产地。九之略，说的是茶具、茶器和制茶、煮茶的简略情况。十之图，是把以上九篇内容做成挂图挂在墙上。《茶经》中的四、五、六、九篇是直接和茶艺有关的部分。可见，在唐代，茶艺就已经形成了一套完整的体系。



◎ 陆羽《茶经》书影

水时使用的是瓶。烫盏，即将茶盏用开水冲涤令其温热，这样有助于透发茶香。

点茶是最为关键、最具技艺的一步，即把煮好的少量沸水冲入装有茶末的茶碗中，用茶筴调拌，将之调和成膏状，然后加水，用茶筴在茶盏中反复用力击打，使茶水内产生汤花，直至茶盏周边没有水痕为止。

在点茶法的基础上，还出现了斗茶的游戏。

击拂是斗茶过程中的一个关键环节，即在点汤的同时用茶筴旋转击打和拂动茶盏中的茶汤，使之泛起汤花。茶筴运用得好，汤面能幻化出各种物象，而且不会留下水痕。



◎ 南宋窑黑釉白彩碗



◎ 《斗茶图》刘松年（宋）  
绢本 立轴 设色  
纵 57 厘米 横 60.3 厘米  
台北故宫博物院藏

斗茶，又称“茗战”，是对茶质优劣进行品评的一种技艺与风俗，这种独特的方式是中国古代品茶艺术的集中体现。评判斗茶胜负有两大标准，一要看汤色，二要看汤花。宋人认为茶白为贵，通过观汤色能反映出茶的采制技艺的高低。汤色纯白表明所采摘的茶为嫩芽，制作也恰到好处。汤花的色泽要鲜白，而且汤花持续时间要长。此外，宋人也很

## 宋代茶盖

宋代茶盖分黑釉、酱釉、青釉、青白釉四种，以黑釉最为流行。黑釉呈滴珠状，有乌黑、蓝黑、酱黑、灰黑等多种色泽，釉面纹理呈结晶状，变化万千，有兔纹盖、油滴盖、曜变盖、鹧鸪斑等种类。兔纹，又称为“兔毫”，是黑釉茶盖中出土最多的一种，其盖身内外带结晶的细长兔毛状纹，每条细纹均闪银花色。油滴盖是黑釉茶盖中的珍品，其釉面密布着具有金属光泽的小圆点，形似油滴，故此得名。在黑色釉面上呈银白色晶斑者称“银油滴”，呈赭黄色晶斑者称“金油滴”。曜变盖是黑釉茶盖中极为珍贵的品种，外形端庄，盖内外壁黑釉上散布浓淡不一、大小不等的琉璃色斑点，光照之下，釉斑会折射出晕状光斑。鹧鸪斑是黑釉茶盖中极为罕见而珍贵的品种，因有鹧鸪斑点的花纹而得名。



◎ 宋代兔纹黑釉茶盖

重视水品，认为水的好坏、煎水的老与嫩均能直接影响斗茶的胜负。有记载曰：“苏木翁与蔡君谟斗茶，蔡茶精，用惠山泉，苏茶劣，改用竹沥水，遂能取胜。”可见，择水对斗茶胜负的作用不容忽视。斗茶用的是饼茶，以建安北苑所出的白茶最好。斗茶的用具主要是瓶、筩和盏。茶瓶用来煮水和注汤，宋时的茶瓶细颈鼓腹，单柄长流。筩为击拂用具，多以老竹制成。盏为茶杯，当时人们推崇用建州出产的黑釉盏，因为这种盏口大，盏壁斜直，形似斗笠，易于容纳汤花。

元代的饮茶方式主要承袭于宋代，但由于蒙古游牧民族具有粗犷豪放的性格和肉食乳饮的生活习惯，不可能对繁复精致的茶艺产生持久的兴趣，故元代没有茶叶专著，与茶相关的记述仅见于《农桑辑要》、王祯《农书》、鲁明善《农桑衣食撮要》等著作的只言片语中。元代的饮茶大约有以下四类：一是文人清饮：采茶后杀青、研磨，但不压做成饼，而是直接储存，饮用方式为点茶法，与宋代点饮法区别不大；第二种为撮泡法，采摘茶叶嫩芽，去青气后拿来煮饮，近似于茶叶原始形态的食用功能；第三种是调配茶或加料茶，即在晒青毛茶中加入胡桃、芝麻、杏、栗子等干果一起食用；第四种是腊茶，即宋代的贡茶——团茶，但当时数量已大减，主要供应当时的宫廷。元代的饮茶风尚也是饼、散并行，重散轻饼，具有过渡性的特点，如王祯在《农书》中记载：“茶之用有三：曰茗茶，曰末茶，曰蜡茶。”此外，在当时虽然还有点茶法，但泡茶法已经较为普遍，因而影响了元代茶具的风格，此时的茶具以瓷器为主，尤其是白瓷茶具具有不凡的艺术成就，带有一种崇尚自然、返



◎ 元代卵白釉堆花加彩茶碗