茶道分为四个部分

# 追茶：关于茶的历史，传播

茶者，南方之嘉木也。一尺、二尺乃至数十尺。其树如瓜芦，叶如栀子，花如白蔷薇，实如栟榈，蒂如丁香，根如胡桃。其字，或从草，或从木，或草木并。其名，一曰茶，二曰槚，三曰蔎，四曰茗，五曰荈。

其中分为3个部分：

## 1）“茶”字流变史：

简介：中国是茶的祖国，中国人最先发现和利用茶。世界各种语言中的“茶”，均从中国对外贸易港口所在第广东、福建一些地区“茶”的方言音译转变而来。在中国古代，表示茶的字有多个，“其字，或从草，或从木，或草木并。其名，一曰茶，二曰槚，三曰设，四曰茗，五曰荈。”(《茶经·一之源》)“茶”字是由“茶”字直接演变而来的，所以，在“茶”字形成之前，茶、槚、设、茗、荈都曾用来表示茶。

### 1.1**“荼”**

#### **1.1.1荼的含义：**

**苦菜**

《尔雅·释草第十三》，“荼，苦菜”。苦菜为田野自生之多年生草本，菊科。《诗经·国风·邶国之谷风》有“谁谓荼苦，其甘如荠”，《诗经·国风豳国之七月》有“采荼樗薪”，《诗经·大雅·绵》有“堇荼如饴”，一般都认为上述诗中之“荼”是指苦菜。三国吴国陆玑《毛诗草木鸟兽鱼疏》记苦菜的特征是：生长在山田或沼泽中，经霜之后味甜而脆。明朝李时珍《本草纲目》卷二十七“苦菜“条记：初春时生苗，茎中空，折断时会流出白汁，开黄花和野菊相似，其种子附生白毛，能随风飘扬。苦菜是荼的本义，其味苦，经霜后味转甜，故有“其甘如荠”、“堇茶如饴”。

**茅秀**

东汉郑玄《周官》注云：“荼，茅秀”，茅秀是芽草类种子上所附生的白芒。《诗经·国风·郑国之出其东门》有“有女如茶”，成语有“如火如荼”，上述之荼一般认为是指白色的茅秀。茅秀是荼的引伸义，因苦菜的种子附生白芒，进而由苦菜白芒引伸为茅草之“茅秀”。

茶具苦涩味，所以，便用同样具有苦味的荼(苦菜)来借指茶。

**其他**

由“茅秀”进一步引伸为“芦苇花”，还有解释为“紫蓼”、“陆秽”的。

#### **1.1.2 荼何时被用来借指茶**

《尔雅·释木第十四》，“槚，苦荼”。槚从木，当为木本，则苦荼亦为木本，由此知苦荼非从草的苦菜而是从木的茶。《尔雅》一书，非一人一时所作，最后成书于西汉，乃西汉以前古书训诂之总汇，由《尔雅》最后成书于西汉，可以确定以菜代茶不会晚于西汉。

西汉王褒《僮约》中有“烹茶尽具”、“武阳买茶”，一般认为这里的“荼”指茶。因为，如果是田野里常见的普通苦菜，就没有必要到很远的外地武阳去买。王褒《僮约》定于西汉宣帝神爵三年(公元前59年)，荼借指茶当在公元前59年之前。

#### 1.1.3荼是唐前茶的主要称谓

陆羽在《茶经》“七之事”章，辑录了中唐以前几乎全部的茶资料，经统计，荼(含苦荼)25则，荼茗3则，荼荈4则，茗11则，槚2则，荈诧3则，设1则。荼、苦荼、荼茗、荼荈共32则，约占总茶事的70%。槚、设都是偶见，茗、荈也较茶为少见。况茗是荼芽，荈是荼老叶，荼、茗、荈，其实是一。由此看来，荼是中唐以前对茶的最主要称谓。

### 1.2 茶的其他称谓

#### **1.2.1槚**

槚，又作榎。《说文解字》：“槚，楸也。”“楸，梓也。”按照《说文》，槚即楸即梓。《埤雅》：“楸梧早晚，故楸谓之秋。楸，美木也。”则楸早在早秋落叶，故音秋，是一种质地美好的树木。《通志》：“梓与楸相似。”《韵会》：“楸与梓本同末异。“陆玑《毛诗草木鸟兽鱼疏》：“楸之疏理白色而生子者为梓。“《埤雅》：“梓为百木长，故呼梓为木王。“综上所述，槚(榎)为楸、梓一类树木，且楸、梓是美木、木王。”槚，苦茶(《尔雅》)。槚为楸、梓之类如何借指茶？《说文解字》：“槚，楸也，从木、贾声。”而贾有“假”、“古”两种读音，“古”与“茶”、“苦茶”音近，因茶为木本而非草本，遂用槚(音古)来借指茶。槚作楸、梓时则音“假”因《尔雅》最后成书于西汉，则槚借指茶不晚于西汉。但槚作茶不常见，仅《尔雅》和南朝宋人王微《杂诗》两见。

#### **1.2.2茗**

茗，古通萌。《说文解字》：“萌，草木芽也，从草明声。”“芽，萌也，从草牙声。”，茗、萌本义是指草木的嫩芽。茶树的嫩芽当然可称茶茗。后来茗、萌、芽分工，以茗专指茶(茶)嫩芽，所以，徐铉校定《说文解字》时补：“茗，茶芽也。从草名声。”茗何时由草木之芽演变而专指茶芽？旧题汉东方朔著，晋张华注《神异记》载：“余姚人虞洪入山采茗”，晋郭璞《尔雅》“槚，苦茶”注云：“早取为茶，晚取为茗，或一曰荈，蜀人名之苦茶。”唐前饮茶往往是生煮羹饮，因此，年初正、二月采的是上年生的老叶，三、四月采的才是当年的新茶，所以晚采的反面是“茗”。以茗专指茶芽，当在汉晋之时。茗由专指茶芽进一步又泛指茶，沿用至尽。

#### **1.2.3荈**

《茶经》“五之煮”载：“其味甘，槚也；不甘而苦，荈也；啜苦咽甘，茶也。”陆德明《经典释文·尔雅音义》：“荈、荼、茗，其实一也。”《魏王花木志》：“荼，叶似栀子，可煮为饮。其老叶谓之荈，嫩叶谓之茗。”南朝梁人顾野王《玉篇》：“荈，尺\*切，茶叶老者。“综上所述，荈是指粗老茶叶，因而苦涩味较重，所以《茶经》称“不甘而苦，荈也。”《茶经》“七之事”引司马相如《凡将篇》中有“荈诧“。司马相如是西汉著名文学家，其与哲学家、文学家杨雄及文学家王褒都是四川人，而四川是中国最早饮茶的地区，“武阳买茶”的武阳就是现今四川彭山。荈不像、槚、荼等字是借指茶，只有茶一种含义，所以，《凡将篇》中的“荈“指茶是可能的。荈为茶的可靠记载见于《三国志·吴书·韦曜传》：“曜饮酒不过二升，皓初礼异，密赐荼荈以代酒”，荼荈代酒，荈应是茶饮料。晋杜育作《荈赋》，五代宋初人陶谷《清异录》中有“荈茗部”。“荈”字除指茶外没有其他意义，可能是在“茶”字出现之前的茶的专有名字，但南北朝后就很少使用了。

#### **1.2.4设**

《说文解字》：“设，香草也，从草设声。”段玉裁注云：“香草当作草香。”设本义是指香草或草香。因茶具香味，故用设借指茶。西汉杨雄《方言论》：“蜀西南人谓茶曰设。”但以设指茶仅蜀西南这样用，应属方言用法，古籍仅此一见。

### 1.3 茶字的出现及其由来

在荼、槚、茗、荈、设五种茶的称谓中，以荼为最普遍，流传最广。但“荼”字多义，容易引起误解。“荼”是形声字，从草余声，草字头是义符，说明它是草本。但从《尔雅》起，已发现茶是木本，用荼指茶名实不符，故借用“槚”，但槚本指楸、梓之类树木，借为茶也会引起误解。所以，在“槚，苦荼”的基础上，造一“搽”字，从木茶声，以代替原先的槚、荼字。另一方面，仍用“荼”字，改读“加、诧”音。陆德明《经典释文》云：“荼，埤苍作搽。”《埤苍》乃三国魏张揖所著文字训诂书，“搽”字至迟出现在三国初年。南朝梁代顾野王《玉篇》“廿部”第一百六十二，“荼，杜胡切。……又除加切。”隋陆德明《经典释文·尔雅音义下·释木第十四》：“荼，音徒，下同。埤苍作搽。按：今蜀人以作饮，音直加反，茗之类。“初加切，直加切，音茶。“荼“读茶音约始于南北朝时期。“荼“(音徒)形改音未改，“荼”(音茶)音改形未改，所以，荼在读音上及荼在书写上还会引起误解，于是进一步出现既改形又改音的“茶”(音茶)和“搽”。隋陆法言《广韵》“下平声，莫霞麻第九；荼，春藏叶可以为饮，巴南人曰葭荼。”“茶，俗”。“茶”字列入“麻韵”，下平声，当读“茶”，非读“徒”。“茶”字由“荼“字减去一画，仍从草，不含造字法，但它比“荼“书写简单，所以，所以“荼“的俗字，首先使用于民间。“荼”(音茶)和“茶”大约都起始于陈隋之际。《茶经》注云：“从草当作茶，其字出《开元文字音义》。”《茶经》原注者认为“茶”字首见《开元文字音义》。《开元文字音义》系唐玄宗李隆基御撰的一部分，已失传。尽管《广韵》、《开元文字音义》收有“茶”字，但在正式场合，仍用“搽”(音茶)。初唐苏恭等撰的《唐本草》和盛唐陈藏器撰《本草拾遗》，都用“搽”而未用“茶”。直到陆羽著《茶经》之后，“茶”字才逐渐流传开来。

## 2）茶文化形成简史

### 2.1三国以前的茶文化启蒙

　　很多书籍把茶的发现时间定为公元前2737-2697年，其历史可推到三皇五帝。东汉华佗《食经》中：“苦茶久食，益意思”记录了茶的医学价值。西汉以将茶的产地县命名为“荼陵”，即湖南的茶陵。到三国魏代《广雅》中已最早记载了饼茶的制法和饮用：荆巴间采叶作饼，叶老者饼成，以米膏出之。茶以物质形式出现而渗透至其他人文科学而形成茶文化。

### 2.2****晋代、南北朝茶文化的萌芽****

　　随着文人饮茶之兴起，有关茶的诗词歌赋日渐问世，茶已经脱离作为一般形态的饮食走入文化圈，起着一定的精神、社会作用。

### ****2.3唐代茶文化的形成****

　　780年陆羽著《茶经》，是唐代茶文化形成的标志。其概括了茶的自然和人文科学双重内容，探讨了饮茶艺术，把儒、道、佛三教融入饮茶中，首创中国茶道精神。以后又出现大量茶书、茶诗，有《茶述》、《煎茶水记》、《采茶记》、《十六汤品》等。唐代茶文化的形成与禅教的兴起有关，因茶有提神益思，生精止渴功能，故寺庙崇尚饮茶，在寺院周围植茶树，制定茶礼、设茶堂、选茶头，专呈茶事活动。在唐代形成的中国茶道分宫廷茶道、寺院茶礼、文人茶道。

### ****2.4宋代茶文化的兴盛****

　　宋代茶业已有很大发展，推动了茶叶文化的发展，在文人中出现了专业品茶社团，有官员组成的“汤社”、佛教徒的“千人社”等。宋太祖赵匡胤是位嗜茶之士，在宫庭中设立茶事机关，宫廷用茶已分等级。茶仪已成礼制，赐茶已成皇帝笼络大臣、眷怀亲族的重要手段，还赐给国外使节。至于下层社会，茶文化更是生机活泼，有人迁徙，邻里要“献茶”、有客来，要敬“元宝茶”，定婚时要“下茶”，结婚时要“定茶”，同房时要“合茶”。民间斗茶风起，带来了采制烹点的一系列变化。

### ****2.5明、清茶文化的普及****

　　此时已出现蒸青、炒青、烘青等各茶类，茶的饮用已改成“撮泡法”，明代不少文人雅士留有传世之作，如唐伯虎的《烹茶画卷》、《品茶图》，文徵明的《惠山茶会记》、《陆羽烹茶图》、《品茶图》等。茶类的增多，泡茶的技艺有别，茶具的款式、质地、花纹千姿百态。到清朝茶叶出口已成一种正式行业，茶书、茶事、茶诗不计其数。

### **2.6现代茶文化的发展**

　　新中国成立后，我国茶叶从1949的年产7500T发展到1998年的60余万T。茶物质财富的大量增加为我国茶文化的发展提供了坚实的基础，1982年，在杭州成立了第一个以宏扬茶文化为宗旨的社会团体--“茶人之家”，1983年湖北成立“陆羽茶文化研究会”，1990年“中国茶人联谊会”在北京成立，1993年“中国国际茶文化研究会”在湖洲成立，1991年中国茶叶博物馆在杭州西湖乡正式开放。1998年中国国际和平茶文化交流馆建成。随着茶文化的兴起，各地茶艺馆越办越多。国际茶文化研讨会已开到第五界，吸引了日、韩、美、斯及港台地区纷纷参加。各省各市及主产茶县份份主办“茶叶节”，如福建武夷市的岩茶节、云南的普洱茶节，浙江新昌、泰顺、湖北英山、河南信阳的茶叶节不胜枚举。都以茶为载体，促进全面的经济贸易发展。

## 3）茶的传播

简介：中国是茶树的原产地，然而，中国在茶业上对人类的贡献，主要在于最早发现并利用茶这种植物，并把它发展形成为我国和东方乃至整个世界的一种灿烂独特的茶文化。

　　中国茶业，最初兴于巴蜀，其后向东部和南部逐次传播开来，以致遍及全国。到了唐代，又传至日本和朝鲜，16世纪后被西方引进。所以，茶的传播史，分为国内及国外两条线路。

### 3.1茶在国内的传播

　　茶树是中国南方的一种“嘉木”，所以，中国的茶业，最初孕育、发生和发展于南方。

**（1）先秦两汉：巴蜀是中国茶业的摇篮**

　　顾炎武曾经指出，“自秦人取蜀而后，始有茗饮之事”，即认为中国的饮茶，是秦统一巴蜀之后才慢慢传播开来，也就是说，中国和世界的茶叶文化，最初是在巴蜀发展为业的。这一说法，已为现在绝大多数学者认同。

　　巴蜀产茶，据文字记载和考证，至少可追溯到战国时期，此时巴蜀已形成一定规模的茶区，并以茶为贡品之一。

　　关于巴蜀茶业在我国早期茶业史上的突出地位，直到西汉成帝时王褒的《童约》，才始见诸记载，内有“烹荼尽具”及“武阳买茶”两句。前者反映成都一带，西汉时不仅饮茶成风，而且出现了专门用具；从后一句可以看出，茶叶已经商品化，出现了如“武阳”一类的茶叶市场。

　　西汉时，成都不但已形成为我国茶叶的一个消费中心，由后来的文献记载看，很可能也已形成了最早的茶叶集散中心。不仅仅是在秦之前，秦汉乃至西晋，巴蜀仍是我国茶叶生产和技术的重要中心。

**（2）三国西晋：长江中游或华中地区成为茶业中心**

    秦汉时期，茶业随巴蜀与各地经济文化而传播。首先向东部、南部传播，如湖南茶陵的命名，就是一个左证。茶陵是西汉时设的一个县，以其地出茶而名。茶陵邻近江西、广东边界，表明西汉时期茶的生产已经传到了湘、粤、赣毗邻地区。

    三国、西晋阶段，随荆楚茶业和茶叶文化在全国传播的日益发展，也由于地理上的有利条件和较好的经济文化水平，长江中游或华中地区，在中国茶文化传播上的地位，逐渐取代巴蜀而明显重要起来。三国时，孙吴据有东南半壁江山，这一地区，也是这时我国茶业传播和发展的主要区域。此时，南方栽种茶树的规模和范围有很大的发展，而茶的饮用，也流传到了北方高门豪族。西晋时长江中游茶业的发展，还可从西晋时期《荆州土记》得到左证。其载曰“武陵七县通出茶，最好”，说明荆汉地区茶业的明显发展，巴蜀独冠全国的优势，似已不复存在。

**（3）东晋南朝：长江下游和东南沿海茶业的发展**

　　西晋南渡之后，北方豪门过江侨居，建康（南京）成为我国南方的政治中心。这一时期，由于上层社会崇茶之风盛行，使得南方尤其是江东饮茶和茶叶文化有了较大的发展，也进一步促进了我国茶业向东南推进。这一时期，我国东南植茶，由浙西进而扩展到了现今温州、宁波沿海一线。不仅如此，如《桐君录》所载，“西阳、武昌、晋陵皆出好茗”，晋陵即常州，其茶出宜兴。表明东晋和南朝时，长江下游宜兴一带的茶业，也著名起来。

　　三国两晋之后，茶业重心东移的趋势，更加明显化了。

**（4）唐代：长江中下游地区成为中国茶叶生产和技术中心**

　　如前所言，六朝以前，茶在南方的生产和饮用，已有一定发展，但北方饮者还不多。及至唐朝中期后，如《膳夫经手录》所载“今关西、山东，闾阎村落皆吃之，累日不食犹得，不得一日无茶”。中原和西北少数民族地区，都嗜茶成俗，于是南方茶的生产，随之空前蓬勃发展了起来。尤其是与北方交通便利的江南、淮南茶区，茶的生产更是得到了格外发展。

　　唐代中叶后，长江中下游茶区，不仅茶产量大幅度提高，就是制茶技术，也达到了当时的最高水平。这种高水准的结果，就是湖州紫笋和常州阳羡茶成为了贡茶。茶叶生产和技术的中心，正式转移到了长江中游和下游。

　　江南茶叶生产，集一时之盛。当时史料记载，安徽祁门周围，千里之内，各地种茶，山无遗土，业于茶者七八。现在赣东北、浙西和皖南一带，在唐代时，其茶业确实有一个特大的发展。同时由于贡茶设置在江南，大大促进了江南制茶技术的提高，也带动了全国各茶区的生产和发展。

　　由《茶经》和唐代其它文献记载来看，这时期茶叶产区已遍及今之四川、陕西、湖北、云南、广西、贵州、湖南、广东、福建、江西、浙江、江苏、安徽、河南等十四个省区，几乎达到了与我国近代茶区约略相当的局面。

**（5）宋代：茶业重心由东向南移**



　　从五代和宋朝初年起，全国气候由暖转寒，致使中国南方南部的茶业，较北部更加迅速发展了起来，并逐渐取代长江中下游茶区，成为宋朝茶业的重心。主要表现在贡茶从顾渚紫笋改为福建建安茶，唐时还不曾形成气候的闵南和岭南一带的茶业，明显地活跃和发展起来。

　　宋朝茶业重心南移的主要原因是气候的变化，江南早春茶树因气温降低，发芽推迟，不能保证茶叶在清明前贡到京都。福建气候较暖，如欧阳修所说“建安三千里，京师三月尝新茶”。作为贡茶，建安茶的采制，必然精益求精，名声也愈来愈大，成为中国团茶、饼茶制作的主要技术中心，带动了闵南和岭南茶区的崛起和发展。

　　由此可见，到了宋代，茶已传播到全国各地。宋朝的茶区，基本上已与现代茶区范围相符。明清以后，只是茶叶制法和各茶类兴衰的演变问题了。

### 3.2茶在国外的传播

当今世界广泛流传的种茶、制茶和饮茶习俗，都是由我国向外传播出去的。据推测，中国茶叶传播到国外，已有二千多年的历史。

　　约于公元五世纪南北朝时，我国的茶叶就开始陆续输出至东南亚邻国及亚洲其他地区。

公元805、806年，日本最澄、海空禅师来我国留学，归国时携回茶籽试种；宋代的荣西禅师又从我国传入茶籽种植。日本茶业继承我国古代蒸青原理制作的碧绿溢翠的茶，别具风味。

十世纪时，蒙古商队来华从事贸易时，将中国砖茶从中国经西伯利亚带至中亚以远。

十五世纪初，葡萄牙商船来中国进行通商贸易，茶叶对西方的贸易开始出现。

而荷兰人约在公元1610年左右将茶叶带至了西欧，1650年后传至东欧，再传至俄、法等国。十七世纪时传至美洲。

印度尼西亚于1684年开始传入我国茶籽试种，以后又引入中国、日本茶种及阿萨姆种试种。历经坎坷，直至19世纪后叶开始有明显成效。第二次世界大战后，加速了茶的恢复与发展，并在国际市场居一席之地。

十八世纪初，品饮红茶逐渐在英国流行，甚至成为一种表示高雅的行为，茶叶成了英国上层社会人士用于相互馈赠的一种高级礼品。

1780年印度于由英属东印度公司传入我国茶籽种植。至19世纪后叶已是“印度茶之名，充噪于世”。今日的印度是世界上茶的生产、出口、消费大国。

17世纪开始斯里兰卡于从我国传入茶籽试种，复于1780年试种，1824年以后又多次引入中国、印度茶种扩种和聘请技术人员。所产红茶质量优异，为世界茶创汇大国。

1880年，我国出口至英国的茶叶多达145万担，占中国茶叶出口量的百分之六十到七十。

1833年，在帝俄时代从我国传入茶籽试种，1848年又从我国输入茶籽种植于黑海岸。1893年聘请中国茶师刘峻周并带领一批技术工人赴格鲁吉亚传授种茶、制茶技术。

1888年土耳其从日本传入茶籽试种，1937年又从格鲁吉亚引入茶籽种植。

1903年肯尼亚首次从印度传入茶种，1920年进入商业性开发种茶，规模经营则是1963年独立以后。

1924年南美的阿根延由我国传入茶籽种植于北部地区，并相继扩种。以后旅居的日本与苏联侨民也辟建茶园。50年代以后茶园面积与产量不断提高，成为南美主要的茶生产、出口国。

20世纪20年代几内亚共和国开始茶的试种。1962年我国派遣专家赴几内亚考察与种茶，并帮助设计与建设规模为100公顷茶园的玛桑达茶场及相应的机械化制茶厂。

1958年巴基斯坦开始试种茶，但未形成生产规模。1982年，我国派遣专家赴巴基斯坦伊斯兰共和国进行合作。

20世纪50年代阿富汗共和国试种茶。1968年，应阿富汗政府邀请，我国派遣专家引入中国群体品种，成活率90%以上。

1962年我国派遣茶专家赴位于撒哈拉沙漠边缘的马里共和国，通过艰辛的引种实验，取得了成功。1965年应该国总统的请求，我国政府分批派遣了茶农场专家帮助考察设计与建设附有的自流灌溉设施的锡加索茶农场和经过热源改革具有国际水平的年产100吨的绿茶厂。此项目农业部认定为我国援助亚非拉及南太平洋地区一百多个农业工程项目中最成功的三个项目之一。

20世纪60年代玻利维亚共和国最初从秘鲁引进茶种试种。70年代台湾农业技术团赴玻考察设计与投资，开始规模种植茶园。1987年应玻政府请求，我国派遣茶专家赴玻，帮助建设200公顷的茶场及相应的机械化制茶厂。

1983年，我国向朝鲜民主共和国提供茶种试种，并在黄海南道临近的西海岸的登岩里成功种植。位于朝鲜半岛南部的韩国，种茶起源可以追溯到9世纪20年代，经过千年沧桑，至今茶叶生产初具规模。

目前，我国茶叶已行销世界五大洲上百个国家和地区，世界上有50多个国家引种了中国的茶籽、茶树，茶园面积247万多公顷，有160多个国家和地区的人民有饮茶习俗，饮茶人口20多亿。。中国近年来的茶叶年产量达286多万吨，其中三分之一以上用于出口。

　　茶叶诞生于中国。而今日世界各地都在饮用的茶叶是通过怎样的图径传播的呢？想了解“茶叶之路”一般人们是通过查阅各国的文献，按年代和区域，绘制出一幅茶叶传播之图，来解明它的传播之径的。

茶叶的发祥地位于中国的云南省，但茶叶之路却是通过广东和福建这两个城市传播于世界的。当时，广东一带的人把茶念为“CHA”；而福建一带的人又把茶念为“TE”。广东的“CHA”经陆地传到东欧；而福建的“TE”是经海路传到西欧的。请参见下图。



由陆地传播的“CHA之路”

广东 cha

北京 cha

日本 cha

蒙古 chai

西藏 ja

伊朗 cha

土耳其 chay

希腊 te-ai

阿拉伯 chay

俄国 chai

波兰 chai

葡萄牙 cha

(注:后面的为茶在当地的读音)



由海上传播的“TE之路”

福建 te

马来 the

斯里兰卡 they

南印度 tey

荷兰 thee

英国 tea

德国 tee

法国 the

意大利 te

西班牙 te

丹麦 te

芬兰 tee

(注:后面的为茶在当地的读音)

# 说茶：关于茶的品种以及产地

茶有千万状，卤莽而言，如胡人靴者，蹙缩然；犎牛臆者，廉襜然；浮云出山者，轮然；轻飙拂水也。

简介：茶叶在我国主要分为六大类，即红茶、绿茶、青茶（也叫乌龙）、黄茶、白茶、

黑茶。中国是世界茶叶的故乡，种茶、制茶、饮茶有着悠久的历史。中国又是一个幅员辽阔、民族众多的国家，生活在这个大家庭中各族人民有着各种不同的饮茶习俗，真可谓“历史久远茶故乡，绚丽多姿茶文化。

## 绿茶：

绿茶，又称不发酵茶。以适宜茶树新梢为原料，经杀青、揉捻、干燥等典型工艺过程制成的茶叶。其干茶色泽和冲泡后的茶汤、叶底以绿色为主调，故名。

　　绿茶的特性，较多的保留了鲜叶内的天然物质。其中茶多酚咖啡碱保留鲜叶的85%以上，叶绿素保留50%左右，维生素损失也较少，从而形成了绿茶“清汤绿叶，滋味收敛性强”的特点。最科学研究结果表明，绿茶中保留的天然物质成分，对防衰老、防癌、抗癌、杀菌、消炎等均有特殊效果，为其他茶类所不及。

　　中国绿茶中，名品最多，不但香高味长，品质优异，且造型独特，具有较高的艺术欣赏价值，绿茶按其干燥和杀青方法的不同，一般分为炒青、烘青、晒青和蒸青绿茶。

　　炒青绿茶：由于在干燥过程中受到机械或手工操力的作用不同，成茶形成了长条形、圆珠形、扇平形、针形、螺形等不同的形状，故又分为长炒青、圆炒青、扁炒青等等。长炒青精制后称眉茶，成品的花色有珍眉、贡熙、雨茶、针眉、秀眉等，各具不同的品质特征。如：

　　珍眉：条索细紧挺直或其形如仕女之秀眉，色泽绿润起霜，香气高鲜，滋味浓爽，汤色、叶底绿微黄明亮；

　　贡熙：是长炒青中的圆形茶，精制后称贡熙。外形颗粒近似珠茶，圆叶底尚嫩匀；

　　雨茶：原系由珠茶中分离出来的长形茶，现在雨茶大部分从眉茶中获取，外形条索细短、尚紧，色泽绿匀，香气纯正，滋味尚浓，汤色黄绿，叶底尚嫩匀；

　　圆炒青：外形颗粒圆紧，因产地和采制方法不同，又分为平炒青、泉岗辉白和涌溪火青等。

　　平炒青：产于浙江嵊县、新昌、上虞等县。因历史上毛茶集中绍兴平水镇精制和集散，成品茶外形细圆紧结似珍珠，故称“平水珠茶”或称平绿，毛茶则称平炒青；

　　扁炒青：因产地和制法不同，主要分为龙井、旗枪、大方三种。

　　龙井：产于杭州市西湖区，又称西湖龙井。鲜叶采摘细嫩，要求芽叶均匀成朵，高级龙井做工特别精细，具有“色绿、香郁。味甘、形美”的品质特征。

　　旗枪：产于杭州龙井茶区四周及毗邻的余杭、富阳、肖山等县。

　　大方：产于安徽省歙县和浙江临安、淳安毗邻地区，以歙县老竹大方最为著名。

　　在炒青绿茶中，因其制茶方法不同，又有称为特种炒青绿茶，为了保持叶形完整，最后工序常进行烘干。其茶品有洞庭碧螺春、南京雨花茶。金奖惠明、高桥银峰、韶山韶峰、安化松针。古丈毛尖、江华毛尖、大庸毛尖、信阳毛尖、桂平西山茶、庐山云雾等等。在此只简述二品，如洞庭碧螺春：产于江苏吴县太湖的洞庭山川碧螺峰的品质最佳。外形条索纤细、匀整，卷曲似螺，白毫显露，色泽银绿隐翠光润；内质清香持久，汤色嫩绿清澈，滋味清鲜回甜；叶底幼嫩柔匀明亮。金奖惠明：产于浙江云和县。曾于1915年巴拿马万国博览会上获金质奖章而得名，外形条索细紧匀整，苗秀有峰毫，色泽绿润；内质香高而持久，有花果香，汤色清澈明亮，滋味甘醇爽口，叶底嫩绿明亮。

　　烘青绿茶：是用烘笼进行烘干的，烘青毛茶经再加工精制后大部分作熏制花茶的茶坯，香气一般不及炒青高，少数烘青名茶品质特优。以其外形亦可分为条形茶、尖形茶、片形茶、针形茶等。条形烘青，全国主要产茶区都有生产；尖形、片形茶主要产于安徽、浙江等省市。其中特种烘青，主要有黄山毛峰、太平猴魁、六安瓜片、敬亭绿雪、天山绿茶、顾诸紫笋。江山绿牡丹、峨眉毛峰、金水翠峰、峡州碧峰、南糯白毫等。如黄山毛峰：产于安徽软县黄山。外形细嫩稍卷曲，芽肥壮、匀整，有锋毫，形似“雀舌”，色泽金黄油润，俗称象牙色，香气清鲜高长，汤色杏黄清澈明亮，滋味醇厚鲜爽回甘，叶底芽叶成朵，厚实鲜艳。

　　晒青绿茶：是用日光进行晒于的。主要分布在湖南、湖北。广东。广西、四川，云南、贵州等省有少量生产。晒青绿茶以云南大叶种的品质最好，称为“滇青”；其他如川青、黔青、桂青、鄂青等品质各有千秋，但不及滇青。

　　蒸青绿茶：以蒸汽杀青是我国古代的杀青方法。唐朝时传至日本，相沿至今；而我国则自明代起即改为锅炒杀青。蒸青是利用蒸汽量来破坏鲜叶中酶活性，形成千茶色泽深绿，茶汤浅绿和茶底青绿的：‘三绿”的品质特征，但香气较闷带青气，涩味也较重，不及锅炒杀青绿茶那样鲜爽。由于对外贸易的需要，我国从80年代中期以来，也生产少量蒸青绿茶。主要品种有恩施玉露，产于湖北恩施；中国煎茶，产于浙江。福建和安徽三省。

　　绿茶是历史最早的茶类。古代人类采集野生茶树芽叶晒于收藏，可以看作是广义上的绿茶加工的开始，距今至少有三千多年。但真正意义上的绿茶加工，是从公元8世纪发明蒸青制法开始，到12世纪又发明炒青制法，绿茶加工技术已比较成熟，一直沿用至今，并不断完善。

　　绿茶为我国产量最大的茶类，产区分布于各产茶省、市、自治区。其中以浙江、安徽、江西三省产量最高，质量最优，是我国绿茶生产的主要基地。在国际市场上，我国绿茶占国际贸易量的70％以上。行销区遍及北非、西非各国及法、美、阿富汗等50多个国家和地区。在国际市场上绿茶销量占内销总量的1／3以上。同时，绿茶又是生产花茶的主要原料。

　　各类绿茶名：西湖龙井；惠明茶；洞庭碧螺春；顾渚紫茶；午子仙毫；黄山毛峰；信阳毛尖；平水珠茶；宝洪茶；上饶白眉；径山茶；峨眉竹叶青；南安石亭绿；仰天雪绿；蒙顶茶；涌溪火青；仙人掌茶；天山绿茶；永川秀芽；休宁松萝；恩施玉露；都匀毛尖；鸠坑毛尖；桂平西山茶；老竹大方；泉岗辉白；眉茶；安吉白片；南京雨花茶；敬亭绿雪；天尊贡芽；滩茶；双龙银针；太平猴魁；源茗茶；峡州碧峰；秦巴雾毫；开化龙须；庐山云雾；安化松针；日铸雪芽；紫阳毛尖；江山绿牡丹；六安瓜片；高桥银峰；云峰与蟠毫；汉水银梭；云南白毫；遵义毛峰；九华毛峰；五盖山米茶；井岗翠绿；韶峰；古劳茶；舒城兰花；州碧云；小布岩茶；华顶云雾；南山白毛芽；天柱剑毫；黄竹白毫；麻姑茶；车云山毛尖；桂林毛尖；建德苞茶；瑞州黄檗茶；双桥毛尖；覃塘毛尖；东湖银毫；江华毛尖；龙舞茶；龟山岩绿；无锡毫茶；桂东玲珑茶；天目青顶；新江羽绒茶；金水翠峰；金坛雀舌；古丈毛尖；双井绿；周打铁茶；文君嫩绿；前峰雪莲；狮口银芽；雁荡毛峰；九龙茶；峨眉毛峰；南山寿眉；湘波绿；晒青；山岩翠绿；蒙顶甘露；瑞草魁；河西圆茶；普陀佛茶；雪峰毛尖；青城雪芽；宝顶绿茶；隆中茶；松阳银猴；龙岩斜背茶；梅龙茶；兰溪毛峰；官庄毛尖；云海白毫；莲心茶；金山翠芽；峨蕊；牛抵茶；化佛茶；贵定云雾茶；天池茗毫；通天岩茶；凌云白茶；蒸青煎茶；云林茶；盘安云峰；绿春玛玉茶；东白春芽；太白顶芽；千岛玉叶；清溪玉芽；攒林茶；仙居碧绿；七境堂绿茶；南岳云雾茶；大关翠华茶；湄江翠片；翠螺；窝坑茶；余姚瀑布茶；苍山雪绿；象棋云雾；花果山云雾茶；水仙茸勾茶；遂昌银猴；墨江云针。

## 青茶：

**乌龙茶，亦称青茶、半发酵茶**，以本茶的创始人而得名。是我国几大茶类中，独具鲜明特色的茶叶品类。

    乌龙茶的产生，还有些传奇的色彩，据《福建之茶》、《福建茶叶民间传说》载清朝雍正年间，在福建省安溪县西坪乡南岩村里有一个茶农，也是打猎能手，姓苏名龙，因他长得黝黑健壮，乡亲们都叫他“乌龙”。一年春天，乌龙腰挂茶篓，身背猎枪上山采茶，采到中午，一头山獐突然从身边溜过，乌龙举枪射击但负伤的山獐拼命逃向山林中，乌龙也随后紧追不舍，终于捕获了猎物，当把山獐背到家时已是掌灯时分，乌龙和全家人忙于宰杀、品尝野味，已将制茶的事全然忘记了。翌日清晨全家人才忙着炒制昨天采回的“茶青”。没有想到放置了一夜的鲜叶，已镶上了红边了，并散发出阵阵清香，当茶叶制好时，滋味格外清香浓厚，全无往日的苦涩之味，并经心琢磨与反复试验，经过萎雕、摇青、半发酵、烘焙等工序，终于制出了品质优异的茶类新品----乌龙茶。安溪也遂之成了乌龙茶的著名茶乡了。

　　乌龙茶综合了绿茶和红茶的制法，其品质介于绿茶和红茶之间，既有红茶浓鲜味，又有绿茶清芬香并有“绿叶红镶边”的美誉。品尝后齿颊留香，回味甘鲜。乌龙茶的药理作用，突出表现在分解脂肪、减肥健美等方面。在日本被称之为“美容茶”、“健美茶”。

　　形成乌龙茶的优异品质，首先是选择优良品种茶树鲜叶作原料，严格掌握采摘标准；其次是极其精细的制作工艺。乌龙茶因其做青的方式不同，分为“跳动做青”、“摇动做青”、“做手做青”三个亚类。商业上习惯根据其产区不同分为：闽北乌龙、闽南乌龙、广东乌龙、台湾乌龙等亚类。乌龙茶为我国特有的茶类，主要产于福建的闽北、闽南及广东、台湾三个省。近年来四川、湖南等省也有少量生产。

　　乌龙是茶由宋代贡茶龙团、凤饼演变而来，创制于1725年(清雍正年间)前后。据福建《安溪县志》记载：“安溪人于清雍正三年首先发明乌龙茶做法，以后传入闽北和台湾。”另据史料考证，1862年福州即设有经营乌龙茶的茶栈，1866年台湾乌龙茶开始外销。现在乌龙茶除了内销广东、福建等省外，主要出口日本、东南亚和港澳地区。

**各类乌龙茶名**：武夷岩茶；武夷肉桂；闽北水仙；铁观音；白毛猴；八角亭龙须茶；黄金桂；永春佛手；安溪色种；凤凰水仙；台湾乌龙；台湾包种；大红袍；铁罗汉；白冠鸡；水金龟。

## 黄茶：

黄茶的品质特点是“黄叶黄汤”。这种黄色是制茶过程中进行闷堆渥黄的结果。黄茶分为黄芽茶、黄小茶和黄大茶三类。黄茶芽叶细嫩，显毫，香味鲜醇。由于品种的不同，在茶片选择、加工工艺上有相当大的区别．比如，湖南省岳阳洞庭湖君山的“君山银针”茶，采用的全是肥壮的芽头，制茶工艺精细，分杀青、摊放、初烘、复摊、初包、复烘、再摊放、复包、干燥、分级等十道工序。加工后的“君山银针”茶外表披毛，色泽金黄光亮。

　　黄茶具有“黄叶黄汤”的特色，属于轻发酵茶。这种黄色主要是制茶过程中进行渥堆闷黄的结果。黄茶可分为黄大茶、黄小茶和黄芽茶三类。

　　黄大茶：著名的品种有安徽的霍山黄大茶、广东的大叶青等。

　　黄小茶：著名的品种有湖南宁乡的沩山毛尖、湖南岳阳的北港毛尖、湖北的远安鹿苑、浙江的平阳黄汤等。

　　黄芽茶：著名的品种有湖南岳阳的君山银针、四川名山的蒙顶黄芽、安徽霍山的霍山黄芽、浙江德清的莫干黄芽等。

**各类黄茶名**：君山银针；蒙顶黄芽；北港毛尖；鹿苑毛尖；霍山黄芽；沩江白毛尖；温州黄汤；皖西黄大茶；广东大叶青；海马宫茶。

## 红茶：

红茶，以适宜制作本品的茶树新芽叶为原料，经萎调、揉捻(切）、发酵、干燥等典型工艺过程精制而成。因其干茶色泽和冲泡的茶汤以红色为主调，故名。

　　红茶开始创制时称为“乌茶”。红茶在加工过程中发生了以茶多酚酶促氧化为中心的化学反应，鲜叶中的化学成分变化较大，茶多酚减少90％以上，产生了茶黄素、茶红素等新的成分。香气物质从鲜叶中的50多种，增至300多种，一部分咖啡碱。儿茶素和茶黄素络合成滋味鲜美的络合物①，从而形成了红茶、红汤、红叶和香甜味醇的品质特征。

**小种红茶**：开创了中国红茶的纪元。起源16世纪。最早为武夷山一带发明的小种红茶。1610年荷兰商人第一次运销欧洲的红茶就是福建省崇安县星村生产的小种红茶（今称之为“正山小种”）。至18世纪中叶，又从小种红茶演变为工夫红茶。从19世纪80年代起，我国红茶特别是工夫红茶，在国际市场上曾占统治地位。小种红茶是福建省的特产，有正山小种和外山小种之分。正山小种产于崇安县星村乡桐木关一带，也称“桐木关小种”或“星村”小种。政和、但洋、古田。沙县及江西铅山等地所产的仿照正山品质的小种红茶，统称“外山小种”或“人工小种”。在小种红茶中，唯正山小种百年不衰，主要是因其产自武夷高山地区，崇安县星村和桐木关一带，地处武夷山脉之北段，海拔1000～1500米，冬暖夏凉，年均气温18C，年降雨量2000毫米左右，春夏之间终日云雾燎绕，茶园土质肥沃，茶树生长繁茂，叶质肥厚，持嫩性好，成茶品质特别优异。

**工夫红茶**：是我国特有的红茶品种，也是我国传统出口商品。当前我国十九个省产茶（包括试种地区新疆、西藏），其中有十二个省先后生产工夫红茶。我国工夫红茶品类多、产地广。按地区命名的有滇红工夫、祁门工夫、浮梁工夫、宁红工夫、湘江工夫、闽红工夫（含但洋工夫、白琳工夫、政和工夫）、越红工夫、台湾工夫、江苏工夫及粤红工夫等。按品种又分为大叶工夫和小叶工夫。大叶工夫茶是以乔木或半乔木茶树鲜叶制成；小叶工夫茶是以灌木型小叶种茶树鲜叶为原料制成的工夫茶。

**红碎茶**：我国红碎茶生产较晚，始于本世纪的50年代后期。近年来产量不断增加，质量也不断提高。红碎茶的制法分为传统制法和非传统制法两类。传统红碎茶：以传统揉捻机自然产生的红碎茶滋味浓，但产量较低。非传统制法的红碎茶：分为转子红碎茶（国外称洛托凡（Ro tO va ne〕红碎茶）；C.T.C红茶和L.T.P（劳瑞制茶机）红碎茶。如以C.T.C揉切机生产红碎茶，彻底改变了传统的揉切方法。萎雕叶通过两个不锈钢滚轴间隙的时间不到一秒钟就达到了破坏细胞的目的，同时使叶子全部轧碎衣颗粒状。发酵均匀而迅速，所以必须及时进行烘干，才能达到汤味浓强鲜的品质特征。以不同机械设备制成的红碎茶，尽管在其品质上差异悬殊，但其总的品质特征，共分为四个花色。

    叶茶：传统红碎茶的一种花色，条索紧结匀齐，色泽乌润，内质香气芬芳，汤色红亮，滋味醇厚，叶底红亮多嫩茎；

    碎茶：外形颗粒重实匀齐，色泽乌润或泛棕，内质香气馥郁，汤色红艳，滋味浓强鲜爽，叶底红匀；

    片茶：外形全部为木耳形的屑片或皱折角片，色泽乌褐，内质香气尚纯，汤色尚红，滋味尚浓略涩，叶底红匀；

    未茶：外形全部为砂粒状未，色泽乌黑或灰褐，内质汤色深暗，香低味粗涩，叶底暗红。红碎茶产区主要是云南、广东、海南、广红茶为我国第二大茶类，出口量占我国茶叶总产量的50％左右，客户遍布60多个国家和地区。其中销量最多的是埃及、苏丹。黎巴嫩、叙利亚、伊拉克、巴基斯但、英国及爱尔兰、加拿大、智从德国、荷兰及东欧各国。

**各类红茶名**：祁门功夫；湖红功夫；滇红功夫；功夫红茶；宁红功夫；宜红功夫；越红功夫；川红功夫；政和功夫；闽红功夫；坦洋功夫；白琳功夫。

## 白茶：

白茶，顾名思义，这种茶是白色的，一般地区不多见。白茶是我国的特产，产于福建省的福鼎、政和、松溪和建阳等县，台湾省也有少量生产。白茶生产已有200年左右的历史，最早是由福鼎县首创的。该县有一种优良品种的茶树——福鼎大白茶，茶芽叶上披满白茸毛，是制茶的上好原料，最初用这种茶片生产出白茶。茶色为什么是白色？这是由于人们采摘了细嫩、叶背多白茸毛的芽叶，加工时不炒不揉，晒干或用文火烘干，使白茸毛在茶的外表完整地保留下来，这就是它呈白色的缘故。

　　白茶最主要的特点是毫色银白，素有“绿妆素裹”之美感，且芽头肥壮，汤色黄亮，滋味鲜醇，叶底嫩匀。冲泡后品尝，滋昧鲜醇可口，还能起药理作用。中医药理证明，白茶性清凉，具有退热降火之功效，海外侨胞往往将银针茶视为不可多得的珍品。白茶的主要品种有银针、白牡丹、贡眉、寿眉等。尤其是白毫银针，全是披满白色茸毛的芽尖，形状挺直如针，在众多的茶叶中，它是外形最优美者之一，令人喜爱。汤色浅黄，鲜醇爽口，饮后令人回味无穷。

**各类白茶名**：银针白毫；白牡丹；贡眉；白牡丹；寿眉等。

## 黑茶：

由于原料粗老，黑茶加工制造过程中一般堆积发酵时间较长，因为叶色多呈暗谒色，故称黑茶。

此茶主要供一些少数民族饮用，藏族、蒙古族和维吾尔族群众喜好饮黑茶，是日常生活中的必需品。在加工工艺上，黑茶也有自己独特的工艺。黑茶产区广阔，品种花色很多，有湖南黑茶加工的黑砖、花砖、茯砖，湖北老青茶加工的青砖茶、广西六堡茶、四川的西路边茶、云南的紧茶、扁茶、方茶和圆茶等。

**各类黑茶名**：湘尖、湖南黑茶；老青茶；四川边茶；六堡散茶；普洱茶、黑砖茶、获砖茶、康砖子等。

## 各产茶省主要名茶品目

安徽省：

红茶有祁门的祁红；绿茶有休宁、歙县的屯绿，黄山的黄山毛峰、黄山银钩，六安的瓜片、齐山名片，太平的太平猴魁，休宁的休宁松萝，泾县的涌溪火青、泾县特尖，青阳的黄石溪毛峰，歙县的老竹大方、绿牡丹，宣城的敬亭绿绿雪、天湖凤片、高峰去雾茶，金寒的齐山翠眉、齐山毛尖，舒城的兰花茶，桐城的天鹅香 、桐城小花，九华山的闵园毛峰，绩溪的金山时茶，休宁的白岳黄芽、 洲茶，潜山的天柱剑毫，岳西的翠兰，宁国的黄花云尖，霍山的翠芽，庐江的白云春毫等；黄茶有皖西黄大黄等。

浙江省：

绿茶有杭州的西湖龙井、莲芯、雀舌、莫干黄芽，天台的华顶云雾，嵊县的前岗白、平水珠茶，兰溪的毛峰，建德的苞茶，长兴的顾渚紫笋，景宁的金奖惠明茶，乐清的雁荡毛峰，天目山的天目青顶，普沱的佛茶，淳安的大方、千岛玉叶、鸠坑毛尖，象山的珠山茶，东阳的东白春芽、太白顶芽，桐庐的天尊贡芽，余姚的瀑布茶、仙，绍兴的日铸雪芽，安吉的白片，金华的双龙银针，婺州举岩、翠峰，开化的龙顶，嘉兴的家园香 ，临海的云峰、蟠毫，余杭的径山茶，遂日报银猴，盘安的云峰，江山的绿牡丹，松阳的银猴，仙居的碧绿，泰顺的香菇寮白毫，富阳的岩顶，浦江的春毫，宁海的望府银毫，诸暨的西施银芽等。黄茶有温州黄汤。红茶有杭州的九曲红梅。

江西省：

绿茶有庐山的庐山云雾，遂川的狗牯脑茶，婺源的眉、大鄣山云雾茶、珊厚香茶、灵岩剑峰、梨园茶、天舍厅峰，井岗翠绿，上饶的仙台大白、白眉，南城的麻姑茶，修水的双井绿、眉峰云雾、凤凰舌茶，临川的竹叶青，宁都的小布岩茶、翠微金精茶、太沽白毫，安远的和雾茶，兴国的均福云雾茶，南昌的梁渡银针、白虎银毫、前岭银毫，吉安的龙舞茶，上犹的梅岭毛尖，永新的崖雾茶，铅山的苦甘香，遂川的羽绒茶、圣绿，定南的天花茶，丰城的罗峰茶、周打铁茶，高安的瑞州黄檗茶，永修的攒林茶，金溪的云林茶，安远的九龙茶，宜丰的黄檗茶，泰和蜀口茶，南康的窝坑茶，石城的通天岩茶，吉水的黄狮茶，玉山的三清云雾等。红茶有修水的宁红。

四川省：

绿茶有名山的蒙顶茶、蒙山甘露、蒙山春露、万春银叶、玉叶长春，雅安的峨眉毛峰、金尖茶、雨城银芽、雨城云雾、雨城露芽，灌县的青城雪芽，永川的秀芽，邛崃的文君绿茶，峨眉山的峨芯、竹叶青，雷波的黄郎毛尖，达县的三清碧兰，乐山的沫若香、重庆的巴山银芽、缙云毛峰、大足松 等。红茶有宜宾的早白尖工夫红茶，南川的大叶红碎茶。紧压茶有重庆沱茶。

江苏省：

绿茶有宜兴的阳羡雪芽、荆溪云片，南京的雨花茶，无锡的二泉银毫、无锡毫茶，溧阳的南山寿眉、前峰雪莲，江宁的翠螺、梅花茶，苏州的碧螺春，金坛的誉舌、茅麓翠峰、茅山青峰，连云港的花果山云雾茶，镇江的金山翠芽等。

湖北省：

绿茶有恩族的玉露，宜昌的邓村绿茶、峡州碧峰、金岗银针，随州的车云山毛尖、棋盘山毛尖、云雾毛尖，当阳的仙人掌茶，大梧的双桥毛尖，红安的天台翠峰，竹溪的毛峰，宜都的熊洞云雾，鹤峰的容美茶，武昌的龙泉茶、剑毫，咸宁的剑春茶、莲台龙井、白云银毫、翠蕊，保康的九皇云雾，蒲圻的松峰茶，隆中的隆中茶，英山的长冲茶，麻城的龟山岩绿，松滋的碧涧茶，兴山的高岗毛尖，保康的银芽等。

湖南省：

绿茶有长沙的高桥银峰、湘波绿、河西园茶、东湖银毫、岳麓毛尖，郴县的五盖山米茶、郴州碧云，江华的毛尖，桂东的玲珑茶，宜章的骑田银毫，永兴的黄竹白毫，石太的毛尖、狮口银芽，大庸的毛尖、青岩翠、龙虾茶，沅陵的碣滩茶、官庄毛尖，岳阳的洞庭春、君山毛尖，石门的牛抵茶，临湘的白石毛尖，安化的安化松针，衡山的南岳云雾茶、岳北大白，韶山的韶峰，桃江的雪峰毛尖，保靖的保靖岗针，慈利的甑山银毫，零陵的凤岭容诸笋茶，华容的终南毛尖，新华的月芽茶等。

福建省：

乌龙茶有崇安武夷山的武夷岩茶，包括武夷水仙、大红袍、肉桂等，安溪的铁观音、黄金桂、色种等，崇安、建瓯的龙须茶，永春的佛手，诏安的八仙茶等。绿茶有南安的石亭绿，罗源的七境堂绿茶，龙岩的斜背茶，宁德的天山绿茶，福鼎的莲心茶等。白茶有政和、福鼎的白毫银针、白牡丹，福安的雪芽等。花茶有神州的茉莉花茶，还有茉莉银毫、茉莉春风、茉莉雀舌毫等。红茶有福鼎的白琳工夫，福安的坦洋工夫，崇安的正山小种等。

云南省：

红茶有凤庆、勐海的滇红工夫红茶、云南红碎茶。黑茶有西双版纳、思茅的普洱茶。紧压茶有下关的云南沱茶。绿茶有勐海的南糯白毫、云海白毫、竹筒香茶，宜良的宝洪茶，大理的苍山雪绿，黑江的云针，绿春的玛玉茶，牟定的化佛茶，大关的翠华茶等。

广东省：

乌龙茶有潮州的凤凰单枞、凤凰乌龙、凤凰水仙，还有岭头单枞、石古坪乌龙、大叶奇兰等。红茶有英德红茶、荔枝红茶、玫瑰红茶等。绿茶有高鹤的古劳茶、信宜的合箩茶等。

海南省：

南海、通什、岭头等的海南红茶。

广西壮族自治区：

绿茶有桂平的西山茶，横县的南山白毛茶，凌云的凌云白毫，贺县的开山白毫，昭平的象横云雾，桂林的毛尖，贵港的覃塘毛尖等。花茶有桂北的桂花茶。红茶有广西红碎茶，黑茶有苍梧六堡茶。

河南省：

绿茶有信阳的信阳毛尖，固始的仰天雪绿，桐柏的太白银毫等。

山东省：

绿茶有日照的雪青、冰绿等。

贵州省：

绿茶有贵定的贵定云雾，都匀的都云毛尖，湄潭的湄江翠片、遵义毛峰，大方的海马宫茶，贵阳的羊艾毛峰，平坝的云针绿茶等。

陕西省：

绿茶有西乡的午子仙毫，南郑的汉水银梭，镇巴的秦巴雾毫，紫阳的紫阳毛尖、紫阳翠峰，平利的八仙云雾等。

台湾省：

乌龙茶有南投的冻顶乌龙，台北、花莲的包种茶等。

## 各地风俗：

**擂茶。**顾名思义，就是把茶和一些配料放进擂钵里擂碎冲沸水而成擂茶。不过，擂茶有几种，如福建西北部民间的擂茶是用茶叶和适量的乏麻置于特制的陶罐中，用茶木棍研成细末后加滚开水而成；广东的揭阳、普宁等地聚居的客家人所喝的客家擂茶，是把茶叶放进牙钵（为吃擂茶而特制的瓷器）擂成粉未后，加上捣碎的熟花主、芝麻后加上一点盐和香菜，用滚烫的开水冲泡而成而成；湖南的桃花源一带有喝秦人擂茶的特殊习俗。是把茶叶、生姜、生米放到碾钵里擂碎，然后冲上沸水饮用。若能再放点乏麻、细盐进去则滋味更为清香可口。喝秦人擂茅一要趁热，二要慢咽，只有这样才会有“九曲回肠，心旷神怡”之感。

**龙虎斗茶。**云南西北部深山老林里的兄弟民族，喜欢用开水把茶叶在瓦罐里熬的浓浓的，而后把茶水冲放到事先装有酒的杯子里与酒调和，有时还加上一个辣子，当地人称它为“龙虎斗茶”。喝一杯龙虎斗茶以后，全身便会热乎乎的，睡前喝一杯，醒来会精神抖擞，浑身有力。

**竹筒茶。**将清毛茶放入特制的竹筒内，在火塘中便烤边捣压，直到竹筒内的茶叶装满并烤干，就剖开竹筒取出茶叶用开水冲泡饮用。竹筒茶既有浓郁的茶香，有有清花的竹香。云南西双版纳的傣族同胞喜欢饮这种茶。

**锅帽茶。**在锣锅内放入茶叶和几块燃着的木炭，用双手端紧锣锅上下抖动几次，使茶叶和木炭不停地均匀翻滚，等到有屡屡青烟冒出和闻到浓郁的茶香味时，便把茶叶和木炭一起倒出，用筷子快速地把木炭拣出去，再把茶叶倒回锣锅内加水煮几分钟就可以了。布朗族同胞喜欢饮锅帽茶。

**盖碗茶。**在有盖的碗里同时放入茶叶、碎核桃仁、桂圆肉、红枣、冰糖等等，然后冲如沸水盖好盖子。来客泡盖碗茶一般要在吃饭之前，倒茶是要当面将碗盖揭开，并用双受托碗捧送，以表示对客人的尊敬。沏盖碗茶是回族同胞的饮茶习俗。

**婆婆茶：**新婚苗族妇女常以婆婆茶招待客人。婆婆茶的作法是：平时将要将去可的南瓜子和葵花子、晒干切细的香樟树叶尖以及切成细丝的嫩腌生姜放在一起搅拌均匀，储存在容器内备用。要喝茶时，就取一些放入杯中，再以煮好的茶汤冲泡，边饮边用茶匙舀食，这种茶就叫做婆婆茶。

**虫茶。**它是一种制法奇特、极富民族习俗的特产茶。虫茶是把采摘的茶树鲜叶和部分香树叶混合放在竹篓或大木桶里，浇上淘米水，让其自然发酵。数天后便散发出一种特有的氮气味，这种气味会招引“化香夜蛾”的昆虫成群来此安家落户，生育繁衍。它的幼虫特别喜食腐烂的茶叶和香树叶，并排出一粒粒比菜籽还小的虫屎。把这种虫屎收集起来晒干便是虫茶。饮用虫茶时要先在杯中倒入开水，后放入适量虫茶，盖好杯盖。虫茶粒先漂浮在水面，待其缓缓下沉到杯底并开始溶化时即可饮用。虫茶泡出的汤清香宜人，沁人心肺。饮之令人顿感心旷神怡。湖南城步苗族目治县五岭山区的苗族同胞尤爱饮虫茶，所以虫茶又叫城步虫茶，它是一种速溶性饮料。

**腌茶。**即把新茶叶放在大缸里，撒上适量的盐，然后用石块压紧盖好，经过数月后（一般是三个月）再拿出来饮用。此茶香气和滋昧都别有风味，由于像腌白菜一样，所以叫腌茶。部分彝族同胞爱喝。

**砂罐茶。**把冲洗干净的小砂罐置于火塘旁烘烤，等砂罐烤温热了，再把茶叶放进去，手握砂罐在火上慢慢摇晃，等砂罐内的茶叶散友出悦鼻的馨香时，便可将滚开水冲进砂罐里，盖上罐盖，闷上三分多钟，砂罐茶便沏成了。我国三峡一带的老百姓醉心于砂罐茶，他们觉得只有喝这种茶才够味才过瘾，喝后五脏六腑都熨贴，无比畅快。

**三道茶。**分三次用不同的配料泡茶，风味各异，概括为头苦二甜三回味，头道茶为苦茶，把茶叶放入小陶罐中用小火烤至微黄并有清香味时，再向茶罐内冲入沸水，泡成浓酽的茶汁倒人杯中饮用，此茶味浓且苦，故称苦茶。第二道茶为甜茶，它是和茶叶嫩芽和核桃仁、烤乳扇、冰糖蜜饯或者蜂蜜等用沸热的开水冲泡而成。此茶甜滋滋的，故称甜茶。第三道茶为回味茶，它是用茶叶嫩叶加生姜片、花椒、桂皮末、红糖等用滚烫的开水冲泡而成。此茶麻、辣、甜、苦各味皆有，饮之使人回味，故称回味茶。云南大理的白族同胞爱饮三道茶，并用三道茶待客。三道茶喻示着人生有苦有甜，苦尽甜来，令人回味无穷。小小三道茶折射出白族同胞对人生哲理的悟性。

**土锅茶。**用土锅或主罐烧水，待水烧开时再把新鲜的茶叶直接放入土锅内或土罐内，并继续加水烧，直至烧到茶汤很浓时为止。哈尼族同胞爱饮这种茶，并称它为“土锅茶”。

**酥油茶。**藏族同胞特别爱饮酥油茶。酥油茶的一般做法是将茶叶捣碎，在锅中熬煮后，用竹筛滤出茶渣，将茶汁倒入预先放有酥油和食盐的桶内，用打茶工具在桶内不停地搅伴，使酥油充分而均匀溶于茶汁中，然后装入壶内放在微火上以便随时趁热取饮。较高档的酥油茶还得加上事先就炒熟的碎花生米、核桃仁或者糖和鸡蛋。酥油茶既可单独诙用也可在吃糌粑或麦丐粑时饮用。

**雷响茶。**是酥油茶的一种，所不同的是把钻有小孔的鹅卵召烧红，放进装有酥油与茶汁的桶里，桶内茶汁便噼噼吧吧作晌，晌声过后立即用劲上下抽打，以增强茶汤的浓度及香气和滋味。

**盐奶茶。**将青砖茶敲碎，取50克左右的茶叶放到能装四、五斤水的铜壶或铁祸内，用沸水冲沏后再在微火上煮沸几分钟或直接用冷水煮开，等汤色浓后掺入一、二勺奶和一些盐即成盛奶茶。蒙古族和藏族牧民爱喝盐奶茶。他们每天旱晨煮一大壶置于微火上，趁热边喝盐奶茶边吃炒米和酪蛋子，一直到吃饱为止。

**铁板茶。**先把茶叶放在簿铁板或瓦片上面烘烤，待闻到茶香味时再倒入事先已准备好的锅子里熬煮几分抑。这种茶色如琥珀，昧酽香高。由于在铁板上烘烤，所以叫铁板茶。佤族同胞爱饮铁板茶。

**功夫茶。**广东潮州和汕头一带盛行功夫茶。饮功夫茶一般以3人为宜，比较考究的是选用宜兴产的小陶壶和白瓷上釉茶杯，这种茶杯口径只有银元大小，如同小酒杯。小陶壶（罐）里装入乌龙茶和水，放在小炭炉或小酒精炉上煮。茶煮好后拿起茶壶在摆成品字形的三个瓷杯上面作圆周运动（当地俗称为“关公巡城”）依次斟满每一个小杯，此时就可以捧起香气四溢的小茶杯慢慢吊尝。饮茶时不能一杯斟满再斟一杯，而要按杯的多少来回轮流顺序斟。因此功夫茶除了泡制要功夫外，饮茶也需要费功夫。无怪乎人们说，没有功夫就莫饮功夫茶。

**寄生茶。**广西梧州出产一种用老龄茶树的根、茎、叶制而成的茶叫寄生茶。这神茶得用水煮四、五十分中后加糖才可饮用，如能加点鸡蛋花则更好。

**罐罐茶。**将砖茶敲碎成块，取几小块和水一道置于小罐内放在火上熬煮，直到罐内茶汤熬得恨浓很浓，只剩下一、二口时停止加热，稍凉后一饮而尽。甘肃省的一些老年人就爱喝这种罐罐茶。

**打油茶。**贵州的布依族，广西的侗族、苗族同胞都爱喝打油茶。不过，们们的做法略有不同。步依族的打油茶做法是，先把黄豆、玉米、糯米等用油炒熟混合放在茶碗里，然后用油把茶叶炒香后放入少量的姜、葱、盐和水煮，直到沸腾为止，去渣后倒入茶碗里拌匀即成打油茶。布依族同胞有“早茶一盅，一天威风；午茶一盅，劳动轻松；晚茶一盅，全身疏通；一天三翌，雷打不动”之说。而广西侗旅、苗族同胞的打油茶做法是，把事先煮熟晒干的糯米（又称阴米）下油锅爆炒好倒进茶碗里，再向碗里放一些熟芝麻、油炸花生米、葱等配料，然后将茶叶、油放入锅内爆炒并不停地用锅铲轻轻敲打，最后加水煮沸，虑出茶渣，把热茶汤冲入茶碗内即成打油茶。侗族有首民谣说：早上喝碗油茶汤，不用医生开药方；晚上喝碗油茶汤，一天劳累全扫光；三天个喝油茶汤，鸡鸭鱼肉也不香”。可见他们对打油茶的酷爱程度。

**盐巴茶。**将茶饼放入特制的小瓦罐里用火烤香后加水和少量盐炖几分钟，炖出的浓茶汤稍加稀释就可饮用。同时要及时将瓦罐加满水继续炖，直至茶叶消失为止。我国纳西族，傈傈同胞普遍爱引盐巴茶。

# 品茶：关于茶道 包括茶艺、茶礼、茶境、修道

华之薄者曰沫，厚者曰饽，轻细者曰花，花，如枣花漂漂然于环池之上；又如。回潭曲渚青萍之始生；又如晴天爽朗，有浮云鳞然。其沫者，若绿钱浮于水湄；又如菊英堕于樽俎之中。

简介：以茶可行道，以茶可雅志。-唐代刘贞亮饮茶十德

茶道是以修行悟道为宗旨的饮茶艺术，是饮茶之道和饮茶修道的统一。茶道包括茶艺、茶礼、茶境、修道四大要素。所谓茶艺是指备器、选水、取火、候汤、习茶的一套技艺；所谓茶礼，是指茶事活动中的礼仪、法则；所谓茶境，是指茶事活动的场所、环境、所谓修道，是指通过茶事活动来怡情修性、悟道体道。

## **一 、唐宋时期──煎茶道**

　　煎茶法不知起于何时，陆羽《茶经》始有详细记载。《茶经》初稿成于[唐代]宗永泰元年（公元765年），又经修订，于德宗建中元年（公元780年）定稿。《茶经》问世，标志着中国茶道的诞生。其后，斐汶撰《茶述》，张又新撰《煎茶水记》，温庭筠撰《采茶录》，皎然、卢仝作茶歌，推波助澜，使中国煎茶道日益成熟。

**（一） 煎茶道茶艺**

　　煎茶道茶艺有备器、选水、取火、候汤、习茶五大环节。

　　1.备器

　《茶经》"四之器"章列茶器二十四事，即风炉（含灰承）、[上竹下吕]、炭挝、火[上竹下夹]、[钅复]、交床、夹纸囊、碾拂末、罗、合、则、水方、漉水囊、瓢、竹[上竹下夹]、鹾簋揭、碗、熟、盂、畚、札、涤方、滓方、巾、具列，另有的统贮茶器的都篮。

　　2.选水

　《茶经》"五之煮"云："其水，用山水上，江水中，井水下。""其山水，拣乳泉、石池漫流者上。""其江水，取去人远者。井，取汲多者。"陆羽晚年撰《水品》（一说《泉品》）一书。张又新于公元825元年前后撰《煎茶水记》，书中引刘件刍评判天下之水等，陆羽评判天下之水二十等。讲究水品，是中国茶道的特点。

　　3.取火

　《茶经》"五之煮"云："其火，用炭，次用劲薪。其炭曾经燔炙为膻腻所及，及膏木、败器不用之。"温庭筠撰于公元860年前后的《采茶录》"辨"条载："李约，[氵开]公子也。一生不近粉黛，性辨茶。尝日：'茶须缓火炙，活火煎'。活火谓炭之有焰者，当使汤无妄沸，庶可养茶。"

　　4.候汤

　《茶经》"五之煮"云："其沸，如鱼目，微有声为一沸，缘边如涌泉连珠为二沸，腾波鼓浪为三沸，已上水老不可食。"候汤是煎茶的关键。

　　5.习茶

　　习茶包括藏茶、炙茶、碾茶、罗茶、煎茶、酌茶、品茶等。 撰于八世纪末的《封氏闻见记》卷六饮茶条载："楚人陆鸿渐为茶论，说茶之功效，并煎茶炙茶之法，造茶具二十四事，以都统笼贮之。元近倾慕，好事者家藏一副。有常伯熊者，又因鸿渐之论广润色之，于量茶道大行，王公朝士无不饮者，御史大夫李季聊宜慰江南，至临淮县馆，或言伯熊善饮茶者，李公请为之。伯熊著黄被衫乌纱帽，手执茶器，口通茶名，区分指点，左右刮目。……"常伯熊，生平事迹不祥，约为陆羽同时人。他对《茶经》进行了润色，娴熟茶艺，是煎茶道的开拓者之一。

　　陆羽、常伯熊而外，皎然、斐汶、张又新、刘禹锡、白居易、李约、卢仝、钱起、杜牧、温庭筠、皮日休、陆伟蒙、齐己等人对煎茶道茶艺均有贡献。

**（二） 茶礼**

　　《茶经》"五之煮"云："夫珍鲜馥烈者，其碗数三，次之者，碗数五。若坐客数至五，行三碗。至七，行五碗。若六人已下，不约碗数，但阙一人，而已其隽永补所阙人。"一次煎茶少则三碗，多不过五碗。客人五位，则行三碗茶，客人七位，则行五碗茶，缺两碗，则以最先舀出的"隽永"来补。若客四人，行三碗，客六人，行大碗，所缺一碗以"隽永"补。若八人以上则两炉，三炉同时煮，再以人数多少来确定酌分碗数。

**（三）茶境**

　　《茶经"九之略"章有"若松间石上可坐"，"若瞰泉临涧"，"若援[上艹下三个田字]跻岩，引[纟亘]入洞"，则饮茶活动可在松间石上，泉边涧侧，甚至山洞中。"十之图"章又载："用绢素或四幅或六幅分布写之，陈诸座隅。则茶之源、之具、之造、之器、之煮、之饮、之事、之出、之略目击而存，于是《茶经》之始终备焉。"室内饮茶，则在四壁陈挂写有《茶经》内容的挂轴，开后世悬挂书画条幅的先河。

　　吕温《三月三日花宴》序云："三月三日，上已禊饮之日，诸子议以茶酌而代焉。乃拨花砌，爰诞阴，清风逐人，日色留兴。卧借青霭，坐攀花枝，闻莺近席羽未飞，红蕊拂衣而不散。……"莺飞花拂，清风丽日，环境清幽。

钱起《与赵莒茶宴》诗云："竹下忘言对紫茶，全胜羽客醉流霞。尘习洗尽兴难尽，一树蝉声片影斜。"翠竹摇曳，树影横斜，环境清雅。

　　[唐代]茶道，对环境的选择重在自然，多选在林间石上、泉边溪畔、竹树之下清静、幽雅的自然环境中。或在道观僧寮、书院会馆、厅堂书斋，四壁常悬挂条幅。

**（四）修道**

　　《茶经》"一之源"载："茶之为物，味至寒，为饮最宜。精行俭德之人，若热渴凝闷、脑疼目涩、四肢烦、百节不舒聊四五啜，与醍醐甘露抗衡也。"饮茶利于"精行俭德"，使人强身健体。

　　《茶经》"四之器"，其风炉的设计就应用了儒家的《易经》的"八卦"和阴阳家的"五行"思想。风炉上铸有"坎上巽下离于中"，"体均五行去百疾"的字样。[钅复]的设计为："方其耳，以正令也；广其缘，以务远也；长其脐，以守中也。"正令、务远、守中，反映了儒家的"中正"的思想。

　　《茶经》不仅阐发饮茶的养生功用，已将饮茶提升到精神文化层次，旨在培养俭德、正令、务远、守中。 　　诗僧皎然，年长陆羽，与陆羽结成忘年交。皎然精于茶道，作茶诗二十多首。其《饮茶歌诮崔石使君》诗有："一饮涤昏寐，情思朗爽满天地；再饮清我神，忽如飞雨洒轻尘；三饮便得道，何须苦心破烦恼。……熟知茶道全尔真，唯有丹丘得如此。"皎然首标"茶道"，在茶文化史上功并陆羽。他认为饮茶不仅能涤昏、清神、更是修道的门径，三饮便可得道全真。

　　玉川子卢仝《走笔谢孟谏议寄新茶》诗中写道："一碗喉吻润，两碗破孤闷。三碗搜枯肠，唯有文字五千卷。四碗发清汗，平生不平事，尽问毛孔散。五碗肌骨清，六碗通仙灵。七碗吃不得也，唯觉两腋习习清风生。""文字五千卷"，是指老子五千言《道德经》。三碗茶，唯存道德，此与皎然"三饮便得道"义同。四碗茶，是非恩怨烟消云散。五碗肌骨清，六碗通仙灵，七碗羽化登仙。"七碗茶"流传千古，卢仝也因此与陆羽齐名。

　　钱起《与赵莒茶宴》诗写主客相对饮茶，言忘而道存，洗尽尘心，远胜炼丹服药。

　　斐汶《茶述》记："茶，起于[东晋]，盛于今朝。其性精清，其味淡洁，其用涤烦，其功效和。参百品而不混，越众饮而独高。"茶，性清味淡，涤烦致和，和而不同，品格独高。

　　中唐以降，已经认识到茶的清、淡的品性和涤烦、致和、全真的功用。饮茶能使人养生、怡情、修性、得道，甚至能羽化登仙。陆羽《茶经》，斐汶《茶述》，皎然"三饮"，卢仝"七碗"，高扬茶道精神，把饮茶从目常物质生活提升到精神文化层次。

　　综上所述，八世纪下半叶，值中唐时期，煎茶茶艺完备，以茶修道思想确立，注重对饮茶环境的具备初步的饮茶礼仪，这标志着中国茶道的正式形成。陆羽不仅是煎茶道的创始人，也是中国茶道的奠基人。煎茶道是中国最先形成的茶道形式，鼎盛于中、晚唐、经[五代]、[北宋]，至[南宋]而亡，历时约五百年。

## **二、 宋明时期──点茶道**

　　点茶法约始于唐末，从[五代]到[北宋]，越来越盛行。十一世纪中叶，蔡襄著《茶录》二篇，上篇论茶，色、香、味、藏茶、炙茶、碾茶、罗茶、候汤、①盏、点茶，下篇论茶器、茶焙、茶笼、砧椎、茶钤、茶碾、茶罗、茶盏、茶匙、汤瓶。蔡襄是[北宋]著名的书法家，同时又是文学家、茶叶专家、荔枝专家、其《茶录》奠定了点茶茶艺的基础。

　　十二世纪初，宋徽宗赵佶著《大观茶论》二十篇：地产、天时、采择、蒸压、制造、鉴辨、白茶、罗碾、盏、筅、[缶并]、杓、水、点、味、香、色、藏焙、品名、包焙。赵佶是杰出的艺术家，书画、诗文皆佳，且精于茶道。点茶道蕴酿于唐末[五代]，至[北宋]后期而成熟。 　　①：左旁"火"；右旁：上三个"力"，下"月"。

**（一）点茶道茶艺**

　　点茶道茶艺包括备器、选水、取火、候汤、习茶五大环节。

    1.备器

　《茶录》、《茶论》、《茶谱》等书对点茶用器都有记录。宋元之际的审安老人作《茶具图赞》，对点茶道主要的十二件茶器列出名、字、号，并附图及赞。归纳起来点茶道的主要茶器有：茶炉、汤瓶、砧椎、茶钤、茶碾、茶磨、茶罗、茶匙、茶筅、茶盏等。

    2.选水

　　[宋代]选水承继唐人观点，以山水上、江水中、井水下。但《大观茶论》"水"篇却认为"水以清轻甘洁为美，轻甘乃水之自然，独为难得。古人品水，虽日中泠、惠山为上，然人相去之远近，似不常得，但当取山泉之清洁者。其次，则井水之常汲者为可用。若江河之水，则鱼鳖之腥、泥泞之汗，虽轻甘无取。"宋徽宗主张水以清轻甘活好，以山水、井水为用，反对用江河水。

    3.取火

　　[宋代]取火基本同于唐人。

    4.候汤

　　蔡襄《茶录》"候汤"条载："候汤最难，未熟则沫浮，过熟则茶沉。前世谓之蟹眼者，过熟汤也。沉瓶中煮之不可辨，故曰候汤最难。"蔡襄认为蟹眼汤已是过熟，且煮水用汤瓶，气泡难辨，故候汤最难。赵佶《大观茶论》"水"条记："凡用汤以鱼目蟹眼连绎进跃为度，过老则以少新水投之，就火顷刻而后用。"赵佶认为水烧至鱼目蟹眼连绎进跃为度。蔡襄认为蟹眼已过熟，而赵佶认为鱼目蟹眼连绎进跃为度。汤的老嫩视茶而论，茶嫩则以蔡说为是，茶老则以赵说为是。

   5.习茶

　 点茶道习茶程序主要有：藏茶、洗茶、炙茶、碾茶、磨茶、罗茶、①盏、点茶（调膏、击拂）、品茶等。

　　蔡襄、赵佶、朱权、钱椿年、顾元庆、屠隆、张谦德而外，丁谓、范仲淹、梅尧臣、欧阳修、林通、苏轼、黄庭坚、陆游等人对点茶艺都有所贡献。苏轼的《叶嘉传》，明写人，暗写茶，文中暗含点茶法。

   （二）茶礼

　　朱权《茶谱》载："童子捧献于前，主起举瓯奉客日：为君以泻清臆。客起接，举瓯日：非此不足以破孤闷。乃复坐。饮毕，童子接瓯而退。话久情长，礼陈再三。"朱权点茶道注重主、客间的端、接、饮、叙礼仪，且礼陈再三，颇为严肃。

   （三）茶境

　　点茶道对饮茶环境的选择与煎茶道相同，大致要求自然、幽静、清静。令诗有"果肯同尝竹林下"，苏轼诗有"一瓯林下记相逢"，陆游诗有"自挈风炉竹下来"，"旋置风炉清樾下。"朱权《茶谱》则记："或会于泉石之间，或处于松竹之下，或对皓月清风，或坐明窗静牖。"

   （四）修道

　 《大观茶论》载："至若茶之有物，擅瓯闽之秀气，钟山川之灵禀。祛襟涤滞、致清导和，则非庸人孺子可得而知矣：冲淡闲洁、韵高致静，则百遑遽之时可得而好尚之。""缙绅之士，韦布之流，沐浴膏泽，薰陶德化，盛以雅尚相推，从事茗饮。"茶，祛襟涤滞，致清导和，冲淡闲洁，韵高致静，士庶率以薰陶德化。

　　审安老人作《茶具图赞》列"茶具十二先生姓名字号"，附图及赞语。以朝迕职官命名茶县，赋予了茶具的文化内涵，而赞语更反映出儒、道两家待人接物、为人处世之理。木侍制《砧椎》赞有"上应列宿，万民以济，禀性刚直。"金法槽（茶碾）赞有"柔亦不茹，刚亦不吐，圆机运用，一皆有法。"石转运（茶磨）赞有"抱坚质，怀直心。啖嚅英华，周行不怠。"胡员外（茶瓢）赞有"周旋中规而不逾其问，动静有常而性苦其卓。"罗枢密（罗合）赞有"凡事不密则害成，今高者抑之，下者扬之。"宗从事（茶帚）赞有"孔门子弟，当洒扫应付。"陶宝文（茶盏）赞有"虚已待物，不饰外貌。"汤提点（汤瓶）赞有"养浩然之气，发沸腾之声，以执中之能，辅成汤之德。"竺副帅（茶筅）赞有"子之清节，独以身试，非临难不顾者畴见多。"

　　朱权《茶谱》序日："予尝举白眼而望青天，汲清泉而烹活火。自谓与天语以扩心志之大，符水火以副内炼之功。得非游心于茶灶，又将有裨于修养之道矣，其惟清哉！"又日："茶之为物，可以助诗兴而云顿色，可以伏睡魔而天地忘形，可以倍清淡而万象惊寒。……乃与客清谈款话，探虚玄而参造化，清心神而出尘表。……卢仝吃七碗，老苏不禁三碗，予以一瓯，足可通仙灵矣。"活火烹清泉，以副内炼之功。助诗兴，倍清淡。探虚玄大道，参天地造化，清心出尘，一瓯通仙。

　　赵佶、朱权贵为帝王，亲撰茶书，倡导茶道。宋明茶人进一步完善了[唐代]茶人的饮茶修道思想，赋予了茶清、和、淡、洁、韵、静的品性。

　　综上所述，点茶道蕴酿于唐末[五代]，至十一世纪中叶[北宋]时期发展成熟。点茶道鼎盛于[北宋]后期至[明代]前期，亡于[明代]后期，历时约六百年。

## **三、明清时期──泡茶道**

　　泡茶法大约始中唐，[南宋]末至[明代]初年，泡茶多用于末茶。明初以后，泡茶用叶茶，流风至今。

　　十六世纪末的[明代]后期，张源著《茶录》，其书有藏茶、火候、汤辨、泡法、投茶、饮茶、品泉、贮水、茶具、茶道等篇；许次纾著《茶疏》，其书有择水、贮水、舀水、煮水器、火候、烹点、汤候、瓯注、荡涤、饮啜、论客、茶所、洗茶、饮时、宜辍、不宜用、不宜近、良友、出游、权宜、宜节等篇。《茶录》和《茶疏》，共同奠定了泡茶道的基础。十七世纪初，程用宾撰《茶录》，罗廪撰《茶解》。十七世纪中期，冯可宾撰《岕茶笺》。十七世纪后期，[清代]冒襄撰《岕茶汇钞》。这些茶书进一步补充、发展、完善了泡茶道。

**（一）泡茶道茶艺**

　　泡茶道茶艺包括备器、选水、取火、候汤、习茶五大环节。

　　1.备器

　　泡茶道茶艺的主要器具有茶炉、汤壶（茶铫）、茶壶、茶盏（杯）等。

　　2.选水

　　[明清]茶人对水的讲究比[唐宋]有过之而无不及。明代，田艺衡撰《煮泉小品》，徐献忠撰《水品》，专书论水。明清茶书中，也多有择水、贮水、品泉、养水的内容。

　　3.取火

　　张源《茶录》"火候"条载："烹茶要旨，火候为先。炉火通红，茶瓢始上。扇起要轻疾，待有声稍稍重疾，新文武之候也。

　　4.候汤

　　《茶录》"汤辨"条载："汤有三大辨十五辨。一日形辨，二日声辨，三日气辨。形为内辨，声为外辨，气为捷辨。如虾眼、蟹眼、鱼眼、连珠皆为萌汤，直至涌沸如腾波鼓浪，水气全消，方是纯熟；如初声、转声、振声、骤声、皆为萌汤，直至无声，方是纯熟；如气浮一缕、二缕、三四缕，及缕乱不分，氤氲乱绕，皆是萌汤，直至气直冲贵，方是纯熟。"又"汤用老嫩"条称："今时制茶，不假罗磨，全具元体，此汤须纯熟，元神始发。"

　　5.习茶

　　（1）壶泡法

　　据《茶录》、《茶疏》、《茶解》等书，壶泡法的一般程序有：藏茶、洗茶、浴壶、泡茶（投茶、注汤）、涤盏、酾茶、品茶。

　　（2）撮泡法

　　陈师撰于十六世纪末的《茶考》记："杭俗烹茶用细茗置茶瓯，以沸汤点之，名为撮泡。"撮泡法简便，主要有涤盏、投茶、注汤、品茶。

　　（3）工夫茶

　　工夫茶形成于[清代]，流行于广东、福建和台湾地区，是用小茶壶泡青茶（乌龙茶），主要程序有浴壶、投茶、出浴、淋壶、烫杯、酾茶、品茶等，又进一步争解为孟臣沐霖、马龙入宫、悬壶高中、春风拂面、重洗仙颜、若琛出浴、游山玩水、关公巡城、韩信点兵、鉴赏三色、喜闻幽香、品啜甘露、领悟神韵。

　　对泡茶道茶艺有贡献的，除张源、许次纾、程用宾、罗廪、冯可宾、冒襄外，还有陈继舒儒、徐渭、陆树声、张大复、周高起、张岱、袁枚、屠本俊、闻龙等人。

**（二）茶礼**

　　　中国茶道注重自然，不拘礼法，茶书对此多有省略。

**（三）茶境**

　　十六世纪后期，陆树声撰《茶寮记》，其"煎茶七类"篇"茶候"条有"凉台静室、曲几明窗、僧寮道院、松风竹月"等。徐渭也撰有《煎茶七类》，内容与陆树声所撰相同。《徐文长秘集》又有"品茶宜精舍、宜云林、宜寒宵兀坐、宜松风下、宜花鸟间、宜清流白云、宜绿鲜苍苔、宜素手汲泉、宜红装扫雪、宜船头吹火、宜竹里瓢烟。"

　　许次纾《茶疏》"饮时"条有"明窗净几、风日晴和、轻阴微雨、小桥画舫、茂林修竹、课花责鸟、荷亭避暑、小院焚香、清幽寺院、名泉怪地石"等二十四宜。又"茶所"条记："小斋之外，别置茶寮。高燥明爽，勿令闭寒。壁边列置两炉，炉以小雪洞覆之，止开一面，用省灰尘脱散。寮前置一几，以顿茶注、茶盂、为临时供具。别置一几，以顿他器。旁列一架，巾[巾兑]悬之。……"

　　　屠隆《茶说》"茶寮"条记："构一斗室，相傍书斋，内设茶具，教一童子专主茶设，以供长日清谈，寒宵兀坐。幽人首务，不可少废者。"张谦德《茶经》中也有"茶寮中当别贮净炭听用"、"茶炉用铜铸，如古鼎形，……置茶寮中乃不俗。"

　　[明清]茶人品茗修道环境尤其讲究，设计了专门供茶道用的茶室──茶寮，使茶事活动有了固定的场所。茶寮的发明、设计、是明清茶人对茶道的一大贡献。

**（四）修道**

　　[明清]茶人继承了[唐宋]茶人的饮茶修道思想，创新不多。

　　综上所述，泡茶道蕴酿于[元代]至[明代]前期，正式形成了十六世纪末叶的[明代]后期，鼎盛于[明代]后期至[清代]前中期，绵延至今。

**四 总说**

　　中国茶道成于唐，继于宋，盛于明。

　　中国茶道形成于八世中叶的中唐时期，陆羽为中国茶道的奠基人和煎茶道的创始人。煎茶道的代表人物有陆羽、常伯熊、皎然、卢仝、白居易、皮日休、陆龟蒙、齐已等。[唐代]茶人对茶道的主要贡献在于完善了煎茶茶艺，确立了饮茶修道的思想。煎茶道鼎盛于中晚唐，历[五代]、[北宋]、[南宋]末而亡，历时约五百年。

　　点茶道形成于十一世纪中叶的[北宋]中后期，代表人物是蔡襄、赵佶、梅尧臣、苏轼、黄庭坚、陆游、审安老人、朱权、钱椿年、顾元庆、屠隆、张谦德等。[宋代]茶人承先启后，创立了点茶茶艺，发展了饮茶修道的思想。点茶道鼎盛于[北宋]中后期至[明代]初期，至[明代]末期而亡，历时约六百年。

　　泡茶道形成于十六世纪末的[明代]后期，代表人物有张源、许次纾、程用宾、罗廪、冯可宾、冒襄、陈继儒、徐渭、田艺衡、徐献忠、张大复、张岱、袁枚等人。[明清]茶人对茶道的贡献其一在于创立了泡茶茶艺，且有撮泡、壶泡和工夫茶三种形式；其二在于为茶道设计了专用的茶室──茶寮。泡茶道鼎盛于明朝后期至[清代]前中期，衰于近代，复兴于二十世纪后期。

　　中国先后产生了煎茶道、点茶道、泡茶道。煎茶道、点茶道在中国本土早已消亡，唯有泡茶道尚存一线生机。[唐宋]元[明清]，中国的煎茶道、点茶道、泡茶道先后传入日本，经日本茶人的重新改易，发扬光大，形成了日本的"抹茶道"、"煎茶道"。茶道发源于中国，光大于日本。

四、茶艺

# 饮茶：关于生活中的茶百科

茶之为用，味至寒，为饮最宜。精行俭德之人，若热渴、凝闷、脑疼、目涩、四肢烦、百节不舒，聊四五啜，与醍醐、甘露抗衡也。采不时，造不精，杂以卉莽，饮之成疾。茶为累也，亦犹人参。

其主页：自从我们的祖先发现和饮用茶叶以来，饮茶方法经历了一个漫长的发展变化过程。在中国古代，茶叶最初作为药用，是采摘生叶煎服。以后，发展为以茶当菜，煮作羹饮，或与其他食物调剂饮用，到了明代，才发展成为我们现在常用的茶叶冲泡饮用的方法，同时，由于中国地域辽阔，茶类众多，风俗习惯不一，形成了各自不同的饮茶方法。而在这里，我们解决一些生活中的关于茶的小问题。

内包含6个小部分：

## 绿茶：

1）绿茶饮用方法：绿茶在中国南方地区非常流行，是人们普遍爱饮的茶类，其饮法也随不同茶品、不同地区而异。

高级绿茶（包括各种名茶），一般习惯于用透明的玻璃杯冲泡，以显示出茶叶的品质特色，便于观赏。普通的眉茶、珠茶，往往采用瓷质茶杯冲泡。瓷杯保温性能强于玻璃杯，使茶叶中的有效成分容易浸出，可以得到比较浓厚的茶汤。低级茶叶及绿茶末，又多用壶饮法，以便于茶汤与茶渣分离，饮用方便。

江浙一带，人们大多喜欢龙井、碧螺春等名茶和高级眉茶。饮用时，十分讲究茶具的洁净和用水的质量

2）有时冲泡绿茶会出现白色沉淀是茶叶有问题吗？

在冲泡绿茶时出现白色沉淀现象主要是水的问题，这证明你用的水是硬水，即水中含钙和镁的化合物质过多。这种白色沉淀物质的主要成分是草酸钙。因为茶叶中有较高含量的草酸，可与水中的钙离子结合成难溶于水的草酸钙，以至产生沉淀，与茶叶的质量是无关的。

## 红茶：

1）红茶饮用方法：从使用的茶具来分，大体可分为两种：一种是杯饮法，一种是壶饮法。一般说，各类功夫红茶、小种红茶、袋泡红茶和速溶红茶等，大多采用杯饮法；各类红碎茶及红茶片、红茶末等，为使冲泡过的茶叶与茶汤分离，便于饮用，习惯采用壶饮法。

从茶汤中是否添加其他调味品来划分，又可分为「清饮法」和「调饮法」两种。我国绝大部份地方饮红茶采用「请饮法」，不在茶中加添其他的调料。但在广东，有些地方要在红茶里加牛奶和糖，使营养更丰富，味道更好。在中国西藏、内蒙古，这种饮法更为普遍，称之为酥油茶和奶茶。通常的饮法是：

先将茶叶放入预先烫热的茶壶中，冲入沸水浸泡约五分忡，然后把茶汤倒入茶杯中，冲入适量的糖、牛奶和乳酪。在茶壶中泡过一次的茶渣，一般弃去不再用。

2）红茶在冷却后表面会有浑浊

德信红茶在放冷后表面都会有浑浊，红茶的这种在冷却后产生的浑浊在学术上叫"冷后浑"，这种浑浊物主要是咖啡硷和茶黄素、茶红素结合复合物所至。茶汤正常的"冷后浑"现象，一般是茶叶品质好的表象，这可作为一种选择红茶的方法。

## 花茶：

1）花茶饮用方法：花茶，大多是选用芳香浓郁的鲜花和经过精工细制的绿茶窨制而成，茶引花香。花茶中以茉莉花茶为多，也受人们的喜爱。泡饮花茶多用瓷杯，取一撮花茶置乾杯内，用沸水冲泡，加盖四五分钟后即可品饮。如饮茶人数较多，往往采用壶饮法，即将适量的花茶置于壶内，冲泡四五分钟后，倾入茶杯或茶碗中饮用。

花茶的饮法，与普通绿茶相仿，但需特别注意防止香气的散失，使用的茶具、茶水要洁净无异味，好选用白瓷有盖茶杯，以衬托花茶固有的汤色，保持花茶的芳香。

2）花茶有什么特殊的功能吗

花茶有多种它们的功能不能一概而论，它们各有各的特点和功能：

茉莉花茶 理气开郁，辟秽和中功效。饮之倍觉神清气爽，被誉为花茶之冠。

玫瑰花茶 香气浓郁清和，柔肝醒胃。是理气解忧之首选饮品，且玫瑰花寓意爱心，

可作上佳礼品

玉兰花茶 香气香浓持久，有和气、消痰、益肺等功效，辅以蜂蜜冲饮，风味尤佳

信桂花乌龙 具有醒脾开胃，清齿利咽的功效，而且桂花含有十余种香气成分，是别

具风味的化香茶。

菊花茶 菊花具有清热解毒，清肝明目，生津止渴等特点，是清除烦热的上佳解暑

饮品

## 茶具：

1）用什么样的茶具泡茶好？

现在通用的茶具有瓷器、陶器（主要是紫砂器）、玻璃、塑料。在冲泡德信红茶和德信乌龙时我会选用陶器，因为从品茶的角度来看，以瓷器和陶器好，其保温性好，沏茶能获得较好的色香味，且造型美观，具有艺术欣赏价值。但冲泡德信绿茶特别是德信碧螺春和德信银针时我一般用玻璃茶具，玻璃茶具可见杯中轻雾漂渺、澄清碧绿及朵朵茶芽之美态。至于搪瓷、塑料茶具，虽有轻便、耐用之优点，但一般为了解渴而临时使用。

2）茶叶存放久了会对茶叶的质量产生影响吗？

影响茶叶品质的因素主要有温度、光线、湿度。如果存放方法得当，降低或消除这些因素，则茶叶可长时间保质。而如果存放不当则茶叶化学成分变化明显，主要有以下几个方面：出现陈味；汤色变褐、暗；滋味的浓度、收敛性和鲜爽度下降.

## 水：

1）水质对泡茶有影响吗？

水的种类很多，性质是不同的，各种水因所含溶解物质的不同，对泡出茶汤品质的影响也不同。德信茶具有天然、纯正的特点，如果用水不当会给你带来很多喝茶的遗憾。陆羽的《茶经》中说："其水用山水上，江水中，井水下。其山水，拣乳泉，石池，漫流者上，其涌湍激勿食之。···其江水取去人远者，井取汲多者。"这说明用泉水泡茶好，泉水要慢慢流出，而且含钙和镁化合物少的是好的泉水。江水泡茶一般是不理想的，井水又不如江水。至于雨水，一般比较纯。但下雨的时间不同，水质也不同，秋雨为上，梅雨次之，雷雨最差。

2）水的温度和泡茶时间怎样才算好呢？

泡茶水温的掌握，主要看泡饮什么茶而定。德信绿茶，特别是各种芽叶细嫩的，如德信银针和德信毛尖不能用 100℃的沸水冲泡，一般 80℃为宜。泡饮各种德信花茶、红茶则用 100℃沸水冲泡为宜。

## 健康：

1）用茶水服药到底好不好：能否用茶水服药，不能一概而论，在多数情况下，不主张用茶水服药，尤其是硫酸亚铁、碳酸亚铁、枸橼酸、铁胺等含铁剂和氢氧化铝等含铝剂的西药，遇到茶汤中的多酚类物质与金属离子结合而沉淀，会降低或失去药效。此外，茶叶中含有咖啡因（亦称"咖啡硷"）具有兴奋作用，因此服用镇静、催眠、镇咳类药物时，也不宜用茶水送服、避免药性冲突降低药效。服用制剂，如蛋白、淀粉时，也不宜饮茶，茶叶中的多酚类可与结合，降低的活性。某些生物硷制剂以及阿托品、阿司匹林等药物，也不宜用茶水送服。服用痢特灵、甲基，少量饮茶可引起失眠，大量饮茶可使血压升高。一般认为，服药后 2 小时内停止饮茶。 然而，服用维生素类药物、兴奋剂、利尿剂、降血脂、降血糖、升白类药物时，一般可用茶水送服。例如，服用维生素C后饮茶，德信绿茶中含有丰富的儿茶素，可以帮助维生素C在人体内的吸收和积累。而且茶叶本身具有兴奋、利尿、降血脂、降血糖、升白等功能，服用这类药物时，茶水有增效作用

2）什么时候饮茶对身体有益？

早上一杯茶可以帮助醒脑提神，工作间饮茶可消除疲劳，增强活力，提高思维判断能力，一边抽烟一边饮茶可减轻烟油和尼古丁的毒害，看电视时喝点茶，可以帮助恢复视力，并可解除微弱辐射的危害。如上种种，适宜的饮茶时间是因人、因环境、因工作条件而有差异的，不一定在某个特定时间喝茶才有益的。以解渴为目的的饮茶，更有随意性，渴了就可喝。