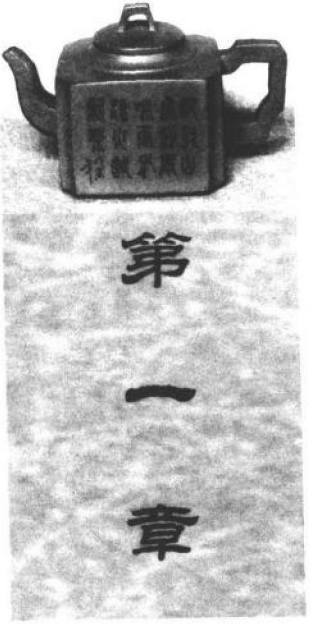


第一章

千里之行茶饮路

中国茶饮历史

点击查看茶叶产品排行榜

中国饮茶历史是一部厚重的书。翻开这部书，每个跳跃的字符都闪烁着华夏子孙智慧的光芒，每一页都凝聚着中华民族深厚的文化墨彩。中国饮茶历史又是一条悠长的河，在中华大地上无声地流淌了数千年，承载着中国广大劳动人民对真、善、美的追求，对美好生活的向往和希望。让我们重拾这段历史，一起来回顾饮茶在中国的起源和发展。

一、神农初识仙灵草

中国是茶的原产地，也是最早开始人工种植茶的国家。中国人开始认识茶，可以追溯到原始社会时期。战国时代的医书《神农本草》中记载有“：神农尝百草之滋味，水泉之甘苦，令民知所避就。”又《本草衍义》“：神农尝百草，一日遇七十二毒，得荼而解之。”其中的“荼”字就是现在“茶”字的前身。

神农氏是中国上古时代一位被神化了的人物形象，与伏羲氏、燧人氏并称为三皇。传说他不仅是中国农业、医药和其他许多事物的发明者，也是中国茶叶利用的创始人。神农氏不仅教老百姓农业知识，还教会老百

点击查看茶叶产品排行榜

姓识别可食用的植物和药物。神农氏采摘草木的果实，尝其汁液,中毒 70 多次,都是用‘茶’解的毒。可以说，是他最早认识了茶，并以茶为药，发现了茶的药用功能。

有关神农氏,《庄子》一书中有‘神农之世,卧则居居,起则于于,民知其母,不知其父’的记载,一些史书中也有神农氏即炎帝的说法。可见，神农以茶解毒的传说应发生在夏商之间母系氏族社会向父系氏族社会转变时期,距今有 5000 多年的历史。因此，如果以神农氏为中国使用茶叶的鼻祖，那么中国人使用茶叶的历史已经有 5000 多年了。

先秦文献当中最早出现茶的记载是中国的第一部诗歌总集《诗经》。《诗经》中与茶有关的篇章有七篇,如出现了“谁谓荼苦,其甘如荠”“采荼薪樗,食我农夫”“予手拮据,予所捋荼”“周原膴膴,堇荼如饴”“荼蓼朽止,黍稷茂止”“出其闉阇,有女如荼”“民之贪乱,宁为荼毒”等诗句。当时茶不念“茶”,而称“荼”。从公元前 4 世纪到公元 6 世纪，茶的同义字中，出现了槚、檟、蔎、茗、荈、水厄等。陆羽在《茶经》中说‘草木并作荼,其字出《尔雅》。”《尔雅·释木篇》中有‘槚,苦荼也。”《说文解字》中有‘荼,苦荼也。从艸余声,同部切。臣铉等曰：‘此即今之荼字。’茗,荼芽也,从艸名声,莫迥切。’杨雄《方言》中有‘蜀西南人谓荼曰蔎。’郭璞注《尔雅》中‘树小如栀子,冬生叶,可煮作羹饮。今呼早采者为荼,晚取者为茗。一名荈,蜀人名之苦荼。’东晋左思《娇女诗》中有‘心为荼荈剧,吹嘘对鼎铛’的诗句。“荼”字写为“茶”的用法一直延续到七世纪以后，唐代长孙无忌等人详注

点击查看茶叶产品排行榜

《唐本草》时“茶”字始减一画而成“茶”字。至陆羽著《茶经》时,就只用“茶”字了。

陆羽是我国第一个探讨饮茶起源的人,他在《茶经》中指出“茶之为饮,发乎神农氏,闻于鲁周公。”陆羽根据神农以茶解毒的传说，提出神农氏是我国第一个饮茶者。关于神农以茶解毒的传说，据陈宗懋先生主编的《中国茶叶大辞典》,有三种说法：

第一种是：神农为研究百草特性和功能，在采集过程中,必亲自尝嚼,以辨其味,以明其效。一次,他吃下了有毒植物,感到头昏眼花,口干舌麻,全身乏力,于是躺卧在大树下休息。一阵风过，树上落下片片绿叶，神农信手放入口中咀嚼,感到味虽苦涩,但舌根生津,麻木渐消,头脑清醒。于是采集回家研究,果有解毒功效,因而定名为“茶”。

第二种是：神农常将采集的草药亲自煎熬为人治病。一日,正准备煎药之时,忽有树叶落入锅中,但见汤色渐黄,清香散发。掬水饮之,其味略苦,回味甘甜。当时神农正肚痛腹泻，于是趁热喝了两大碗。说也奇怪，肚子不痛了，泻也止住，且精神振奋。从而发现茶有解渴、止泻、解毒、提神等作用。

第三种是：神农得天独厚，生来有一个水晶般透明的肚子，什么东西在肚子里活动都能看得一清二楚。有一次神农发现肚子不舒服，肠胃中出现块块黑斑，同时舌麻口干，胸闷气急，他就把一种开白花的常绿树树叶咀嚼吞食,忽觉叶汁在肚子里上下游动,所到之处,黑斑顿消，人也舒服起来。这种树叶汁水，像巡逻兵一样在

点击查看茶叶产品排行榜

肚子里查来查去，直到把“黑斑”消灭光。神农意识到，这些黑斑、舌麻等就是中毒的表现，而这种树叶有解毒的特效，因此形象地把它叫做“查”，之后逐渐演变为“茶”字。

这些传说不仅寄托了人们对神农的崇敬和怀念之情，也反映了当时食药同源的滥觞。

虽然以神话传说为依据，很难使人信服，但这些传说至少反映了一点，就是茶叶最初是以其对人体的医疗效用而被人类应用的。原始社会时期，自然条件恶劣，人类生产力水平低下,为了适应环境,生存下去,人类不得不与大自然做斗争。在与自然抗争的过程中，人类发现了茶的药用价值，并加以利用，这是完全可能的。无论神农氏是否真有其人还是仅为经过后人加工塑造出的形象，茶最初作为药用的功用已得到了后人的肯定。此后,西汉司马相如《凡将篇》中将茶列为药物。《神农食经》中有‘茶茗久服,令人有力悦志’之说。明朝顾元庆《茶谱》亦有‘隋文帝病脑痛,僧人告以茗作药,服之果效”的记载。可见茶的药用功效一直延续为后人所利用。

我们已经知道了茶早期作为药物的使用，除此之外，实际上茶叶最初还被用作祭祀物品。赵和涛认为，从神农时代到春秋前，这一段时期，人们大都把茶叶作为祭品。由于时代的久远，我们没有充足的史料可证明这一点，但仍可从一些零星片断的文献记录中推断出茶叶作为祭祀功用的可能。上古人民把茶当作解毒的良药，茶叶是他们日常生活之中不可缺少的物品。据东晋

点击查看茶叶产品排行榜

常璩《华阳国志·巴志》所说：

> 武夫既克殷，以其宗姬于巴，爵之以子。古者，远国虽大，爵不过子。故吴、楚及巴皆曰子。其地东至鱼腹，西至楚道，北接汉中，南极黔涪。上植五谷，牲具六畜。桑、蚕、麻、纻、鱼、盐、铜、铁、丹漆、茶、蜜、灵龟、巨犀、山鸡、白雉、黄润鲜粉，皆贡纳之。
>
> 涪陵郡，巴之南鄙……无蚕桑，少文学，惟出茶、丹漆、蜜蜡。

可见西周初年时茶已用作贡品，人们视茶为珍贵稀有之物。那么在此之前，把茶作为用来祭天、祭神、祭祖的祭品也是合乎情理的。随着古代文献的进一步发掘、整理，相信将有更多的可靠的资料能够证明这一点。

茶叶的功用并非如此简单，除了作为药用、祭祀之物之外，古代人民又进一步把茶作为佐餐的菜肴。这又要从神农氏说起。据朱自振先生考证：神农是被辱称为“三苗”、“九黎”的一个生活在南方的氏族或部落，最早可能生活于川东和鄂西山区，他们就在这一带，首先发现了茶的药用，进一步又把茶作为采食对象。后来，分散到四川更广的地区生活的后裔，在茶的食用基础上，首先发明了茶的饮用。陆羽《茶经》中也记载：“巴山，峡川有两人合抱者，伐而掇之。”陆羽所处年代是唐朝中期，可见，唐中期时四川地域生长有两人合抱的野生茶树。而这种茶树能长成两人合抱这么巨大，大概需要千

点击查看茶叶产品排行榜

年以上的时间，由此可推测这些大茶树生长在战国之前。四川乃天府之国，气候温和，土地肥沃，既适合人类生存也适合茶树生长，生长成如此巨大的茶树是很有能的。

巴蜀地区是产茶和饮茶之源这一点可以从众多史料中找到依据。战国时期的《桐君采药录》中记载“：巴东别有真茗茶，煎饮令人不眠……又南方有瓜芦木，亦似茗，至苦涩，取为屑茶饮，亦可通夜不眠。”明代顾炎武《日知录》“：秦人取蜀，始知茗饮事。”现代人陈学良在《茶话》中指出“：饮茶起源于西南地区。在秦以前，主要是四川一带产茶和饮茶。”

另一种说法则更为普遍，神农氏为我国北方人氏，他在山东半岛教民耒耜，传授医疗知识，发现了茶，并且是最早饮茶的人。这与竺可桢先生的研究和有关考古资料相符。据竺可桢先生研究，四五千年以前，黄河中下游地区的气候温暖湿润，适合茶树生长，很可能生长过茶树，而神农正处于那个时代。不过，即使我国北方最初生长过茶并且曾食用过茶，由于气温骤然变寒，茶在还未发展为饮料之前就很快绝迹了。

我们无意探究神农氏是否确有其人以及他究竟为何方人氏，但有一点可以肯定，四五千年前的黄河中下游地区与巴蜀地区都是我国茶树原始分布区。茶在南方的发展较之于北方要幸运得多。今天，大多数学者都接受了巴蜀开饮茶风气之先河这一说。而且关于当时饮茶的功用，也肯定了至少在西周之后，茶不仅作为药用、祭品，而且已开始成为饮料，以后又作为菜食。《晏

点击查看茶叶产品排行榜

子春秋》云“:婴相齐景公,食脱粟之饭,炙三弋五卵茗菜而已。’晏子就将茶作为下饭的菜食用。《尔雅》中陆玑诗疏云“:椒,蜀人作荼,吴人作茗,皆合煮其叶以为食。”邢昺疏“:郭云:‘ 树小如栀子,冬生叶,可煮作羹饮。’’,古人将茶叶摘下煮作羹饮而食确有其事，只不过，由于在陆羽写《茶经》之前没有详尽、专门的记过茶的文献,我们对唐之前古人如何饮茶、食茶的具体情况缺乏了解，只能从有限的文献中找到零星的记录，并且这些零星的记录仅能从侧面反映出当时古人用茶的情况。三国时期魏国的张揖在《广雅》中记载“:荆巴间采茶作饼,叶老者,饼成,以米膏出之。欲煮茗饮,先炙令赤色,捣末,置瓷器中,以汤浇复之,用葱、姜、橘子芼之。其饮醒酒,令人不眠。 ”湖北与四川交界一带地方，采茶叶做成茶饼，叶老的，就用米汤处理方能做成茶饼。想煮茶喝时，先烤茶至赤黑色,再捣成末,放在瓷器中,加入沸水,又用葱、姜、桔子作配料。喝了这种茶可以醒酒,使人不想睡觉。

《广雅》中提到用葱、姜、橘子等作料与茶一起烹煮，在其他材料中也能看到类似做法。宋朝《太平御览》中载有刘琨给其侄的一封信,是这样写的“:前得安州早茶二斤,姜一片,桂一斤,皆所须也。吾体中烦闷,恒假真茶,当可信致之也。’其中也提到茶与姜、桂一起煮后饮用。从这两则材料中记载的煮茶的方法可见唐朝以前古人用茶的情况,即将茶的叶子与其他如姜、桂、葱等作料混在一起，煮熟后饮用或者食用。这种煮茶方法一直延续到唐朝，唐人在此基础上又有所改进。

点击查看茶叶产品排行榜

至少，现在我们对唐朝以前古人的饮茶方法有了些许了解。中国人很早就认识并且利用茶，这些都反映在许多古代文献与歌赋当中。人们以茶祭祀、药用并且“浑以烹之”来解渴、佐餐。饮茶起源于巴蜀一带，秦统一天下后，促进了四川与外界的经济交流，茶叶的运输以及加工、种植方法渐渐向东部和南部传播开来，饮茶风尚也逐渐向外传播。从此，茶成为我国各族人民普遍喜爱的饮料。

中国的饮茶，在秦统一巴蜀之前，就已经在巴蜀兴起了。这一点我们在前文就论述过。巴蜀的茶事可以上溯到西周初年，《华阳国志·巴志》中云“：武王既克殷，以其宗姬于巴，爵之以子……丹、漆、茶、蜜……皆纳贡之。”材料中记载了西周初年，巴蜀向周朝进贡的物品，其中就有茶。又云“：其果实之珍者，树有荔支，蔓有辛蒟，园有芳蒻香茗，给客橙葵。”明确指出，所进贡的茶叶是“园有芳蒻香茗”，即在园子里人工种植的茶，而不是采之野生。这说明，当时已有人工植茶，西周初年，茶事在巴蜀已发展到一定阶段。

巴蜀的地理范围较大，居住的民族除巴人和蜀人之外，还有濮、苴、共、奴等许多其他少数民族。只不过，巴族、蜀族是其中分布较广、人口较多的两个大族。在夏商和西周时，这些民族还停留在原始氏族阶段，直到春秋、战国期间，在中原文化的影响下，他们才由原始走向文明。但是在中原人看来，这些民族或地区，仍然属于“南夷”的未开化区。《汉书·地理志》称“：巴、蜀、广汉本南夷，秦并以为郡。”可见，巴蜀归属于华夏，是在秦统一

点击查看茶叶产品排行榜

和设置郡县以后的事情。秦统一天下后，巴蜀与中原经济、文化交流日广，茶叶的饮用和生产随之也传到了与之毗邻的湘、粤、赣等地，并进而发展至全国范围，成为中国的国饮。

秦汉至西晋这一阶段，巴蜀茶事进一步发展，达到繁盛时期。明代杨慎《郡国外夷考》中就有："《汉志》葭萌，蜀郡名。萌音芒，方言，蜀人谓茶曰葭萌，盖以茶氏郡也。"葭萌本是地名，蜀人称茶为葭萌，因为葭萌郡是当时的产茶郡。可见，汉时蜀地已有固定的茶叶产地。生产供应是应消费的需求而产生的。既然如此，汉时巴蜀必定已具有对茶叶的消费需求。这在西汉成帝时王褒《僮约》中就有所反映：

> 蜀郡王子渊，以事到煎上寡杨惠舍。惠有夫时奴名便了，子渊倩奴行酤酒。便了拽大杖上夫冢岭："大夫买便了时但要守家，不要为他人男子酤酒。"子渊大怒曰："奴宁欲卖耶？"惠曰："奴大忤人，人无欲者。"子渊即决买卷云云。奴复曰："欲使皆上卷，不上卷便了不能为也。"子渊曰诺。卷文曰：神爵三年正月十五日，资中男子王子渊，从成都安志里女子杨惠买亡夫时户下髯奴便了，决买万五千，奴当从百役使，不得有二言。晨起早扫，食了洗涤……烹茶尽具，铺已盖藏……武阳买茶，杨氏担荷。

点击查看茶叶产品排行榜

《僮约》中有“脍鱼鳖,烹茶尽具,”“武阳买荼,杨氏担荷”两句。“脍鱼鳖,烹茶尽具”反映了当时成都一带,饮茶已成风尚，在地主富裕人家，饮茶使用专门的用具。“武阳买荼,杨氏担荷”则反映成都附近,由于茶的消费和贸易需要,茶叶已经商品化,还出现了如“武阳”一类的茶叶市场。三国时魏朝张揖《广雅》中也记载“荆巴间采叶作饼,叶老者,饼成以米膏出之。欲煮茗饮,先炙令赤色,捣末,置瓷器中,以汤浇覆之,用葱、姜、桔子芼之。其饮醒酒,令人不眠。”这里所记载的饮茶方式与唐陆羽在《茶经》中记载的唐代的饮茶法式相似。由此可见，唐代饮茶法早在汉时就初具雏形，是中华饮茶的先声。

汉朝巴蜀不但出现了茶叶产地，形成了初具规模的茶叶市场，而且巴蜀饮茶成风，制茶方法和饮茶习惯初步形成。到了西晋，茶事在巴蜀继续发展，孙楚的《出歌》(公元 231—293 年)诗云“茱萸出芳树颠,鲤鱼出洛水泉。白盐出河东,美豉出鲁渊。姜、桂、荼出巴蜀,椒、桔、木兰出高山。蓼苏出沟通渠,精稗出中田。”诗中说茱萸果长在芳香树的枝梢上，好的鲤鱼出自洛水的源头 雪白的盐产在山西,味美的豆豉出在山东 姜、桂、荼出自四川,椒、桔、木兰长在高山上 蓼草和紫苏长在沟渠边上,精米出自良田之中。《出歌》正介绍了四川出产茶的盛况。更重要的是，成都在当时的地位已不仅囿于茶叶消费中心，甚至已成为我国最早的茶叶集散中心。张孟阳《登成都楼》诗中对此有所反映,原诗如下：

点击查看茶叶产品排行榜

借问扬子舍，想见长卿庐。
程卓累千金，骄侈拟五侯。
门有连骑客，翠带腰吴钩。
鼎时随时进，百和妙且殊。
披林采秋桔，临江钓春鱼。
黑子过龙醢，果馔逾蟹蝑。
芳茶冠六清，溢味播九区。
人生苟安乐，兹士聊可娱。

这首诗上阕写成都的飞宇层楼、物饶民丰和高甍长衢的城市境况；下阕借蜀郡汉代巨富程、卓二家的奢华生活，来极言成都茶叶的名声遐迩。其中的“芳茶冠六清，溢味播九区”两句多少能说明成都茶叶集散中心的地位。

明末清初的顾炎武在《日知录》中写道“秦人取蜀，始知茗饮事。”指出饮茶风俗是在秦吞并巴、蜀之后，随着巴蜀地区与中原地区的经济文化交流日益加强而从四川传出。在此之前，巴蜀与中原远隔千山万水，种茶、饮茶的习俗只局限在四川一带。秦汉之后，巴蜀饮茶风俗沿长江流域逐渐向外传播，首先在与之毗邻的湖南、广东、江西一带蔓延开来。据《汉书·地理志》载，西汉时现在的湖南就有“茶陵”的地名，也就是现在的“茶陵”。《史记》中有“炎帝葬于茶山之野”的记载。据嘉庆《茶陵州志》考证，茶山就是茶陵与江西吉安永新相界的“景阳山”，因“茶水源出此”和“林谷间多生茶茗故名。”据此而知，茶陵一带在西汉时期就产茶。能证明巴蜀茶俗向南

点击查看茶叶产品排行榜

方传播的另一茶事资料是《三国志·吴志·韦曜传》“孙皓每飨宴,坐席无不悉以七升为限,虽不尽入口,皆浇灌取尽。曜饮酒不过二升，皓初礼异，密赐茶荈以代酒。”孙皓每宴会臣下时,都要强迫大家喝酒,能喝与否,都以七升为限，喝不够数的也要浇灌喝够。韦曜的酒量不过二升,孙皓特别宽免他,密赐以茶,允许他以茶代酒。这则材料也从另一方面说明东吴孙权时代，饮茶仍然还是王公贵族的一种消遣，民间可能很少饮用。

巴蜀茶风的对外传播也包括向北方的传播，但由于受地理条件的限制，西汉时，茶是作为四川的特产通过进贡的渠道才传到了当时的京城长安即现在的西安。那时，茶同样也只是供上层社会享用的珍稀品。《汉书·赵飞燕别传》中有记载“成帝崩后,后一夕寝中惊啼甚久。侍者呼问,方觉,乃言曰 吾梦中见帝,帝赐吾坐,命进茶,左右奏帝云,向者侍帝不谨,不含啜此茶。”长安宫廷及官宦人家虽已知饮茶，但茶事也仅囿于这一小小范围之内了。这种情况一直延续到西晋永嘉之乱后，晋室南渡，东晋、南朝建康成为我国南方的政治中心。北方的皇族、贵族、世家纷纷过江南迁,在江南一带侨居。由于上层社会对饮茶的崇尚，饮茶之风在长江下游和东南沿海也发展起来。

南方特别是江东各地日常生活中愈来愈时尚饮茶。有些西晋时的世族大家在流亡江南之后鉴于失国的教训,一改过去奢华之风,倡导以俭朴为荣。《晋书·桓温列传》载“桓温为扬州牧,性俭,每宴饮,惟下七枰茶果而已。”桓温做扬州首官时,提倡节俭的生活方式,每次

点击查看茶叶产品排行榜

宴会只设七盘果品，招待客人喝茶而已。东晋时人们开始以茶待客，而且敬茶渐渐发展而成一种普遍的待客礼仪。刘宋《世说新语·纰漏第三十四》“：任瞻，字育长，少时有令名，自过江失志。既下饮，问人云：‘此为茶，为茗？’觉人有怪色，乃自申明云：‘向问饮为热为冷耳’。”任瞻，少年时有好名声，自到长江北面后不得志。一次作客饮茶时，向人问道：这是茶还是茗？察觉人家有奇怪的脸色，于是自言自语说：我是问是饮热的还是冷的？江南一带“坐客竟下饮”的待客礼仪由此而形成。

另外，西晋王浮著《神异记》中载：

> 余姚人虞洪入山采茗，遇一道士，牵三青牛，引洪至瀑布山曰“：吾，丹丘子也。闻子善具饮，常思见惠。山中有大茗可以相给。祈子他日有瓯牺之余，乞相遗也”。因立奠祀。后常令家人入山，获大茗焉。

余姚人虞洪到山里采茶，遇见一个道士，牵着三头青牛，引着虞洪到瀑布山，说道“：我是丹丘子，听说你擅长茶饮，常想得到你的惠赠。山里有大茶树，可以相送给你。日后你做的盆杓器具有多的，请送给一点。”于是，虞洪回到家里，设盆杓器具奠祀仙人。后常叫家中人去山里，果然得到了大茶树。

战国的《桐君采药录》：

点击查看茶叶产品排行榜

西阳、武昌、庐江、晋陵好茗，皆东人作清茗。茗有饽，饮之宜人。凡可饮之物，皆多取其叶。天门冬、拔葜取根，皆宜人。又巴东别有真茗茶，煎饮令人不眠。俗中多煮檀叶并大皂李作茶，并冷。又南方有瓜芦木，亦似茗，至苦涩，取为屑茶饮，亦可通夜不眠。煮盐人但资此饮，而交、广最重，客来先设，乃加以香芼辈。

湖北黄冈、武昌、安徽庐江，江苏武进等地的人喜欢喝茶，都是东道主人备好茶请客。茶汤有饽，喝了对人有好处。凡是可以作饮料的植物，多半是取其叶，但天门冬、拔葜则挖其根煎煮，都是对人体有益的。又巴东县有“真香茗”茶，煮了喝使人清醒不想睡觉。民间有用檀叶和大皂李煮汤放冷后当茶喝。另外，南方有一种瓜芦木，也像茶树，味道很苦涩，采来制成末，当茶煮了喝，也可以使人通宵不睡。煮盐的人，多半靠这种饮料来振作精神。交州和广州人最重视这种茶。客人来时，先用此茶款待，并加上一些芳香的配料。

另外，山谦之《吴兴记》：“乌程县西二十里有温泉山，出御荈。”乌程县西二十里的温山，出产“贡茶”。《永嘉图经》：“永嘉县东三百里有白茶山。”以上四则材料中的余姚也就是今浙江余姚，西阳武昌是今湖北黄冈、武昌，庐江是今安徽舒城，晋陵是今江苏常州，乌程县即今浙江湖州市，永嘉县是今浙江温州市。由此可见东晋时期我国饮茶风俗经由长江流域进一步向东南推进。巴蜀是茶叶生产和茶文化的摇篮，而长江以南地区在魏晋

点击查看茶叶产品排行榜

南北朝时期后来者居上，逐渐成为最重要的茶叶生产基地和茶叶消费区域。

二、唐宋相继煎点茶

六朝以来，饮茶之风在南方兴起，社会上饮茶的人渐渐多起来，唐统一后更是如此。由于国家的高度统一,南北交通的沟通,贸易的发展,饮茶风尚很快从产茶的南方扩展到不产茶的北方以及西北边远地区。杨华的《膳夫经手录》中载“:今关西、山东、闾阎村落皆吃之,累日不食犹得,不得一日无茶。”《封氏闻见记》亦有‘古人亦饮茶耳，但不如今人溺之甚；穷日尽夜，殆成风俗,始自着地,流于塞外。’据此,饮茶之风在中国国内普遍展开。中国的饮茶自‘神农尝百草,日遇七十二毒,得荼而解之”后三千余年，迄至唐代才有真正的大发展。更确切地说，是在唐中期以后，茶事活动才达到空前规模。唐人陆羽《茶经》中云“:茶之为饮,发乎神农氏,闻于鲁周公。齐有晏婴,汉有杨雄、司马相如,吴有韦曜,晋有刘琨、张载、远祖纳、谢安、左思之徒,皆饮焉。滂时浸俗,盛于国朝。”国朝’即指唐朝。《茶经》成书于唐德宗建中元年,即公元 780 年，属唐朝中期。而且《膳夫经手录》中亦载“:茶,古不闻食之,近晋、宋以降,吴人采其叶煮,是为茗粥。至开元、天宝之间,稍稍有茶,至德、大历遂多,建中以后盛矣。”《膳夫经手录》成书于唐宣宗大中十年,所记载的内容大都耳闻目睹,较为可靠。总之,茶

点击查看茶叶产品排行榜

兴于唐中期这一说法已为后世接受。

自唐开元年间起,唐人上自天子,下迄黎民,几乎所有人都不同程度地饮茶。专门采造宫廷用茶的贡焙也是在这一时期设立的。大历五年（公元 770 年),唐代宗李豫以义兴“岁造数多”,始设焙顾渚;“命长兴均贡”。据《元和郡县图志》记载:宜兴、长兴的贡茶,到贞元以后;“每岁以进奉顾山紫笋茶,役工三万人,累日方毕”。卢仝《走笔谢孟谏议寄新茶》(又名《七碗茶歌》)中亦有“天子须尝阳羡茶,百草不敢先开花”的诗句。其中的阳羡茶指与湖州毗邻的常州紫笋。宋代蔡宽夫《诗话》中亦有:“湖州紫笋茶出顾渚,学常湖二郡之间,以其萌茁紫而似笋者也。每岁入贡,以清明日到,先荐宗庙,后赐近臣。”除湖、常两州之外,同时课征的还有全国其他地区的名茶。唐朝宫廷的茶叶消费量之巨当可见之。唐诗中形象地描述大明宫中皇帝、后妃、宫女们嗜茶的诗句不胜枚举:“大内隔重墙,多闻乐未央,灯明宫树色,茶煮禁泉香。”(子兰《夜饮》)“闲朝向晚出帘栊,茗宴东亭四望通”(鲍君徽《东亭茶宴》)等等,表现了后宫之中的尚茶风俗。尤其是张文规《湖州贡焙新茶》诗曰:“风辇寻春半醉回,仙娥进水御帘开;牡丹花笑金钿动,传奏吴兴紫笋来。”大明宫中上下在贡茶进到时的欢欣雀跃的情景仿佛就在眼前。

风动于上而波动于下，皇室的嗜茶导致王公贵族们争相仿效。唐文宗宰相李德裕嗜茶，不远数千里运惠山泉水饮茶，兵部员外郎李约“性惟嗜茶”。值得一提的是，当时的文人亦与茶结缘甚深。当时活跃于文坛的诗

点击查看茶叶产品排行榜

人、画家、书法家、音乐家中都有嗜茶者，如白居易、颜真卿、柳宗元、刘禹锡、皮日休、陆龟蒙等人。这些文人雅士们不仅品茶评水，甚至参与培植名茶，还吟茶诗，作茶画，著茶书。他们以茶会友，辟茶室，办茶宴，成为唐代茶饮的一道独特、亮丽的风景线。

唐中期饮茶风气的形成不是一朝一夕的。正如我们前文所述，唐朝以前，我国已经有了 3000 多年饮茶的历史。六朝时，不但具有固定的茶叶生产基地和茶叶集散地，还具有范围广阔的茶叶消费区域。尽管那时茶叶生产仍以采制野生茶为主，技术比较落后，规模也不大，但在长期的生产实践中，已经积累了不少采茶、制茶的经验。更重要的是，人们在长期的饮茶过程中已经对茶叶有了一定的了解，并逐渐喜爱上这种饮料。及至唐代，随着经济的普遍繁荣，茶的生产有了进一步的发展，种植面积扩大，品种增加，品质明显提高，所有这些都为唐中期饮茶风气的形成奠定了坚实的基础。

唐代饮茶风气的形成还与唐代社会状况有密切的关系。唐王朝是我国封建社会中期极为鼎盛的时代，其时国家空前统一，交通发达。国家的统一结束了之前分裂割据的局面，加强了南方与北方、边疆与内地的联系，使南北方之间经常性的经济文化交流成为可能。同时唐代的交通也十分发达，据《通典·食货考》：

> 东至宋、汴，西至岐州，夹路列店肆，待客酒馔丰溢。每店皆有驴，凭客乘，倏忽数十里，谓之驴驿。南诣荆、襄，北至太原、范阳，西至

点击查看茶叶产品排行榜

蜀川、凉府，皆有店肆，以待商旅。远适数千里，不持寸刃。

如此发达的交通以及南北统一的大背景，使南茶北运成为可能，饮茶风俗继续扩大。

茶叶是一种社会消费品，茶叶的消费状况与人们的生活水平有直接的关系。而唐朝国力强盛，经济富足。太宗时期的‘贞观之治’以及玄宗的‘开元盛世’使‘家给户足,无人窳苦,四夷来同,海内晏然。’(《通典》)经济的崛起，人们生活水平的普遍提高，为饮茶提供了物质保障。

唐王朝中外交往繁荣，社会风气开放。这种开放型的风气使唐朝不仅能继承六朝文化的优良传统，又敢于突破这些传统，同时不断采撷国内外各民族文化的精华。所以说唐王朝的文化独具开创性，使饮茶风俗在唐朝发展到新的阶段。对佛教的吸收以及道教在中国的发展正是唐朝兼容并蓄各种文化的表现。

佛教自天竺传来后，历经汉、魏、南北朝而流传甚广,又经隋文帝大力提倡,到唐朝时发展到顶峰,其结果是中国化的佛教禅宗的兴起。禅宗的兴盛使饮茶习惯在上至皇族世家，下至士大夫文人百姓中风行。僧尼在学佛时,尤其是在‘坐禅’时,很少吃饭和睡眠,故常依赖于茶叶。《封氏闻见记》中云“:开元中,泰山灵岩寺有降魔师大兴禅教。学禅务于不寝，又不夕食，皆许其饮茶。人自怀挟,到外煮饮。从此转相仿效,遂成风俗。”

唐朝王室自称是道教教主老子李耳的后裔，有意识

点击查看茶叶产品排行榜

地对道教予以扶持，使道教在一个时期内得以大兴。道士、女冠在修炼时,须清心寡欲,聚精会神。为了达到提神、解乏、保健的目的,常常在道观中饮茶。这也对饮茶风气产生了一定影响。

据竺可桢《中国近五千年来气候变迁的初步研究》，唐代是近五千年中最温暖的时期。温暖的气候十分有利于茶树的生长，使江淮之间也有了种植茶树的可能。我们在探讨唐朝饮茶风气形成原因时也应该考虑到温暖气候对茶叶生产和饮茶风气的形成所造成的有利影响。

除了以上所举原因，唐代之所以能够在全国范围内形成浓厚的饮茶风气，还与陆羽等人的大力提倡有极为密切的关系。陆羽之前，虽然饮茶已从南方传入北方，社会上饮茶的人越来越多，但是还没有一本专门介绍茶叶的书，人们对茶叶的历史和现状缺乏应有的了解，许多人不知道茶叶的性能和饮用方法，至于茶树的栽培和茶叶的制作工艺，知道的人就更少了。鉴于此，陆羽写成《茶经》一部,第一次较全面地总结了唐代以前有关茶叶诸方面的经验，推动了茶叶生产和茶学的发展。陆羽在《茶经》中大力提倡饮茶，如果没有陆羽的大力倡导，唐代饮茶风气的形成恐怕就没有如此迅速。正如《封氏闻见记》中所说"因鸿渐之论,广润色之,于是茶道大兴。"陆羽《茶经》记录了茶的饮用历史,是唐朝以及唐以前有关茶事的总结。从《茶经》中我们可以了解唐朝人的饮茶习惯。

《茶经》中对种茶、采茶、茶具的选择、煮茶的火候、

点击查看茶叶产品排行榜

用水以及如何品饮都有详细的论述。唐人饮茶已开始注重品饮艺术，这与唐之前的茶主要作为药用或者是粗放型的解渴的饮用形式相比，是一个质变的过程。唐朝是从以茶为药，以茶为羹到茶之为品饮的发展过程，而这个过程的里程碑就是《茶经》。

唐人饮茶讲究鉴茗、品水、观火、辨器。在饮茶方式上，唐朝中叶盛行煎茶。陆羽在《茶经》中力倡煎饮法，对煎茶方法作了详细的叙述。唐代的茶有粗茶、散茶、末茶、饼茶四种形式。煎茶法用的茶是饼茶。饼茶须经炙、碾、罗三道工序，将饼茶加工成细末状颗粒的茶末，再进行煎茶。先将茶饼复烘干燥，谓之“炙茶”。炙烤茶饼，注意不要在通风的地方或用余火烤，因为风吹，使火焰骤急，飘忽不定，致使冷热不能均匀。要靠近火烤，同时不断地翻动，等到茶叶被烤出像蛤蟆背一样的疙瘩时，然后离火五寸继续烤。正如刘兼在《从弟舍人惠茶》诗中所云“龟背起纹轻炙处，云头翻液乍烹时。”如果卷曲的茶饼又伸展开来，则按开始烤茶的方法再烤。待到茶饼变软或透发出香气时趁热放在纸袋子里，以免茶叶的香气散失。等到茶叶冷了，再取出打碎，碾成粉末状。好的茶末像细米粒，不好的像菱角。唐李群玉《茶诗》中就有“碾成黄金粉，轻嫩如松花”的诗句。

碾成的茶末还要经过罗的细筛，罗下的茶即成为待烹的茶末，存放在茶盒里备用，所谓“贮之玉盒拌饼”（唐卢仝《茶诗》）。

另外，烤茶的燃料，用炭最好，其次是用火力猛的木柴，如桑、槐、桐、栎等类的木柴。像烤过肉、染有膻味和

点击查看茶叶产品排行榜

油腻的木炭,或是含有油脂的木柴,如柏、桂、桧之类和朽坏了的木器，都不可用来烤茶。烧水用的燃料也是如此。木炭要用炭挝打碎，再投入风炉烧水。

煎茶包括烧水与煮茶。先将水放入“鍑”中烧开。“鍑”是两侧有方形耳的大口锅。水的选择，以山水最好,其次是江河的水,井水最差。《荈赋》中云“:水则岷方之注,挹彼清流。”意思是说,水要取与江河之源相通的，汲取其最清洁的部分。

煮茶分为三个阶段,即“三沸”,当水煮到出现鱼眼大小的气泡,并微有沸声时,是第一沸,这时根据水的多少加入适量盐调味，尝尝水味，把尝剩余的倒掉。不要因为味淡而多加盐。当锅边缘连珠般的水泡向上冒涌时,是第二沸,舀出一瓢开水,用竹夹在“鍑”中搅动形成水涡,使水沸度均匀,用量茶小勺“则”量取茶末,投入水涡中心,再加搅动。过一会儿,水面波浪翻腾着,溅出许多沫子，也就是第三沸时，将原先舀出的一瓢水倒回去，使开水停沸，生成茶沫。此时，要把泡沫上形似黑云母的一层水膜去掉，因为它的味道不正。而且“三沸”之后，不宜接着煮，因为水已煮老，不能再饮用。茶性“俭”,所以煮茶之水不能多加,否则味道就淡薄。

陆羽认为茶汤的精华是茶汤上面的“沫饽”。薄的叫“沫”,厚的叫“饽”,细而轻的叫“花”。“花”就像枣花在圆形水池上面浮动，又像曲折的潭水和凸出的小洲间新生长的青萍,又像晴朗天空中鱼鳞状的浮云。“沫”就像浮在水边的绿钱，又像散在杯盘里的菊花瓣。“饽”，是指煮茶的渣滓，水一沸腾，就有很多白色泡沫重叠积

点击查看茶叶产品排行榜

聚于水面,一片纯白状如积雪。古人以‘沫饽’多为胜。

然后开始‘酌茶”,即用瓢向茶盏分茶,其基本要领是使各碗沫饽均匀。从锅中舀出的第一碗茶汤叫“隽永”,隽味永长的意思,也指‘最好的东西”。舀出放在“熟盂”里面，以备止沸和育华的时候用。如果煮水一升,酌量情况,可分作五碗,每碗的沫饽要均匀。要想喝到鲜香、味浓的茶,除‘隽永’外,一锅煮出的头三碗最好，较次一等的最多煮到第五碗。若有数位客人，则五人可分酌 3 碗,7 人可分酌 5 碗,6 人则按 5 人计,不要计较碗数上是否差了一个人的,只要用‘隽永’补给喝不足的人。若人多到 10 人，就应煮两炉。

饮茶要趁热，将鲜白的茶沫、咸香的茶汤和嫩柔的茶末一起喝下去。茶汤热时，重浊的物质凝结下沉，精华则浮在上面。如果冷了，精华就随热气散发掉。没有喝完的茶，精华也会散发掉。

煎茶法起源于何时何地，史无确记。西晋郭义恭撰《广志》,已有‘膏煎之’语,到中晚唐以后已广为流行。唐代封演《封氏闻见记·饮茶》“:自邹、齐、沧、棣,渐至邑,城市多开店铺,煎茶卖之。”五代孟贯《赠栖隐洞谭先生》诗云“:石泉春酿酒,松火夜煎茶。”煎茶法有多种形式,宋代苏辙在《和子瞻煎茶》诗中述及三种:一种是‘相传煎茶只煎水,茶性仍存偏有味’的西蜀法;一种是‘北方茗饮无不有,盐酪椒姜夸满口’的北方法;一种是‘铜铛得火蚯蚓叫，匙脚旋转秋萤光”的诗人自制法。煎茶法完全脱离了古人的以茶为药、为羹,开始讲究茶艺,追求品茶时宁静、悠闲的心情与意境，使饮茶具备了更多

点击查看茶叶产品排行榜

的精神内涵，这证明了茶的品饮艺术在唐朝的确立。

唐代茶的饮法除煎茶法外，同时还有痷茶、煮茶等。《茶经·六之饮》中曰："乃斫、乃熬、乃炀、乃舂，贮于瓶缶之中，以汤沃焉，谓之痷。"将茶叶先砍碎，再煎熬，烤干，舂捣，然后放在瓶子或细口瓦器之中，灌上沸水浸泡后饮用的，称为痷茶。"痷"（音 yan 淹）字原义为半卧半起的疾病，称"痷茶"，是"夹生茶"的意思。痷茶法在唐代不仅在民间流传，在宫廷中也用此法饮茶。唐代佚名的《宫乐图》就描绘了宫廷中用痷茶法冲饮的画面。

唐代另一种饮茶法是唐以前就盛行的煮茶法，即"用葱、姜、枣、桔皮、茱萸、薄荷等，煮之百沸，或扬令滑，或煮去沫。"（《茶经·六之饮》）这种把葱、姜、枣、桔皮、薄荷等物与茶放在一起充分煮沸，或者扬扬使汤更加沸腾，以求汤滑；或者煮去茶"沫"的方法在唐代已经过时，陆羽就认为这种方法所煮出的茶"斯沟渠间弃水耳，而习俗不已"，就如同应倒在沟里的废水一样不堪饮用，但世人一向的习惯就是这样的。现代民间喜爱的"打油茶"、"擂茶"等，被认为是原始"煮茶"的遗风。

唐代饮茶发展到品饮这一高度，其重要标志就是讲究茶学技艺，这最早反映在陆羽的《茶经》中。《茶经·六之饮》中提出："茶有九难，一曰造，二曰别，三曰器，四曰火，五曰水，六曰炙，七曰末，八曰煮，九曰饮。"并且具体地给予论述：阴天采摘茶叶，晚上烘焙，不能算会制作茶的；用口尝味道，用鼻嗅香气，这不能算会鉴别茶；有膻味的锅炉，有腥气的瓦盆不能用作煮茶、饮茶的器具；有油脂的柴和烤过肉的炭，不能用来烘茶、煮茶；急流的水

点击查看茶叶产品排行榜

和淤积的水,不能汲来煮茶 焘烤得外面熟而里面生,不能算是烤好了茶；碧绿色的茶叶细粉和淡青色的茶叶尘灰混在一起,算不得是茶末 煮茶时操作不熟练,仓促地的搅动茶汤，不能算会煮茶；只是夏天喝茶而冬天不喝，不能算懂得饮茶。陆羽在这里所指出的“九难”实际指茶学技艺九种。他不仅谈到九件茶事难以掌握，更着重指出要避免各种不当的处理，这说明茶叶虽是日常饮品，但要精通其艺也绝非易事。

总之，唐代中期的饮茶习俗蔚然成风，是我国饮茶历史上的鼎盛时期。唐代饮茶开品饮艺术的先河。陆羽写出了《茶经》,创制了二十四器,还将饮茶分为赏茶、鉴水、列具、烹煮、品饮等若干环节,每个环节都使人在饮茶过程中置身于美的境界之中。这就把茶饮的方法程序化了，并辅以美学思想，从而形成优美的意境和韵律，将饮茶上升到艺术的高度。

继唐代的辉煌之后，中国茶饮经历了五代十国的纷争割据,政局动荡,未衰反盛,依然延续下来,至宋代更为盛行。中国茶史上历来就有‘茶兴于唐,盛于宋’的说法。首先，宋代制茶工艺就有了新的突破，福建建安北苑出产的龙凤茶名冠天下。这种模压成龙形或凤形的专用贡茶又称“龙团凤饼”。贡茶的发展与宫廷中嗜茶风气是分不开的。宋朝皇帝徽宗赵佶甚至御笔亲书了一部《大观茶论》,流传后世。与宫廷饮茶相适应的是当时市民饮茶之风。宋代饮茶已在社会各个阶层中普及，包括下层平民。李觏《盱江记》载“茶非古也,源于江左,流于天下,浸淫于近代,君子小人靡不嗜也,富贵贫

点击查看茶叶产品排行榜

贱无不用也”。宋代，茶不仅成为人们日常生活中不可或缺的物品，是“开门七件事”之一，而且饮茶的风俗深入到民间生活的各个方面。开封、临安两都茶肆、茶坊林立，客来敬茶的礼俗也已广为流传。总之，宋代饮茶风习已经“飞入寻常百姓家”。

宋代饮茶之风炽盛，风行评比调茶技术和茶质优劣的“斗茶”，亦称“茗战”。我国斗茶始于唐而盛于宋，随着贡茶的兴起应运而生。在由于产贡茶而闻名于世的唐代建州茶乡，新茶制成后，茶农们为了评比新茶品序而进行比赛活动。这种活动后来传播开来，时间也不再限于采制新茶之时，参加者也不限于茶农，目的也不限于评比茶叶的品第，而更重视评比斗茶者点汤、击拂技艺的高低。

宋代斗茶选用的茶以建茶（福建建安所产）中的白茶为最佳，一般是加工精细的饼茶。宋徽宗赵佶在《大观茶论》中总结了鉴别茶饼的方法，一是以色辨，要求茶饼“色莹彻而不驳”；二是以质辨，要求茶饼“缜绎而不浮”，“举之凝结”，即要求茶饼质地缜密而不松散，拿在手里有一定分量；三是以声辨，要求茶饼“碾之则铿然”。总之茶饼要坚密、干燥、纯净。然后经碾茶、过罗、置于盏中、加注沸水、用茶筅搅动等程序，直到茶汤表面浮起一层白色泡沫。

斗茶既为“斗”，就一定要决出胜负，那么宋人斗茶决定胜负的标准是什么呢？蔡襄在《茶录》中指出：“视其面色鲜白，著盏无水痕为绝佳。建安斗试，以水痕先者为负，耐久者为胜。”这就是说，决定胜负的因素有二：

点击查看茶叶产品排行榜

一是“汤色”,二是“汤花”,最后综合评定味、香、色。“汤色”指茶汤的颜色,当时的标准是以纯白如乳为上,其他色泽则等而下之。汤色是制茶技艺的反映，如果色纯白,表明茶质鲜嫩,制作精良 如果色偏青,则表明蒸时火候不足；色泛灰则是蒸时过了火候；色泛黄则是茶叶采制不及时；色泛红则是烘焙时火候太过。民间一般将汤色纯白如乳的叫“冷面粥”,因为这种汤色的茶汤会像白米粥一样冷却后稍有凝结，所以茶面通常又叫“粥面”。“汤花”是指汤面泛起的泡沫。汤花的色泽和汤色的要求是一致的。汤花泛起后，如果茶末研碾细腻，点汤、搅动都恰到好处,汤花匀细,就可紧咬盏沿,而且久聚不散,这种效果叫做“咬盏”。汤花散退较快的叫“云脚涣散”。汤花散退后，茶盏内沿与汤相接的地方就会露出“水痕”,宋人称之为“水脚”。汤花散退较早,先出现水痕的为负。苏轼诗云“:沙溪北苑强分别,水脚一线谁争先？”就是指这种情况。最后，斗茶者还要品评茶汤,茶汤要味、香、色三者俱佳,才能算是最后获胜。不过斗茶决胜负不限一次，如果共斗三次，则以二胜为最后胜利。

蔡襄《茶录》云“:建安所造者绀黑,纹如兔毫,其坯微厚,熁之久。热难冷,最为要用。出他出处者,或薄或色紫,皆不及也。其青百盏,斗试家自不用。”斗茶所用的茶盏以建安产的兔毫盏为佳。建安建窑以出产黑釉瓷闻名，黑釉瓷釉色黑如漆，莹润闪光，条纹细密如丝。因其结晶所显斑点、纹理各异，故可分兔毫釉、油滴釉、曜变釉、鹧鸪斑釉、鳝皮釉等品种，兔毫盏为其中珍品，

点击查看茶叶产品排行榜

因纹理细密,状如兔毫得名。大口小底,形似漏斗,造型凝重,古朴厚实。因其黑,而衬出茶汤之色白,且可清楚看出‘咬盏’及‘水痕’的情况。因其厚实,预热之,则热难冷,易使茶香散发,所以斗茶者偏青睐兔毫盏。

宋代斗茶之风普及民间，不仅帝王将相，达官显贵，骚人墨客，连市井细民，浮浪哥儿也喜斗茶。宋徽宗赵佶在《大观茶论》中云“:天下之士励志清白,竞为闲暇修索之玩,莫不碎玉锵金,啜英咀华,校箧笥之精,争鉴裁之妙，虽否士于此时，不以蓄茶为羞，可谓盛世之清尚也。”他还经常在宫中召集群臣斗茶,直至将他们全部斗倒为止。南宋刘松年绘《斗茶图卷》,真实生动地描绘了民间斗茶的情景：四个茶贩在买卖之余，巧遇或相约在一起,在树阴之下,各自拿出绝活,斗试较量,个个神态专注，动作自如。北宋政治家和文学家范仲淹的朋友章岷热衷‘斗茶”,范仲淹写下了脍炙人口的《和章岷斗茶歌》,其中有一段这样写道：

北苑将期献天子，林下雄豪先斗美。
屈原试与招魂魄，刘伶却得闻雷霆。
鼎磨云外首山铜，瓶携江上中泠水。
黄金碾畔绿尘飞，碧玉瓯中翠涛起。
斗茶味兮轻醍醐，斗茶香兮薄兰芷。
其间品第胡能欺，十目视而十手指。
胜若登仙不可攀，输同降将无穷耻。
吁嗟天产石上英，论功不愧阶前蓂。
众人之浊我可清，千日之醉我可醒。

点击查看茶叶产品排行榜

屈原试与招魂魄，刘伶却得闻雷霆。
卢仝敢不歌，陆羽须作经。
森然万象中，焉知无茶星。
商山丈人休茹芝，首阳先生休采薇。
长安酒价减百万，成都药市无光辉。
不如仙山一啜好，泠然便欲乘风飞。
君莫羡花间女郎只斗草，赢得珠玑满斗归。

诗中展现了当时宋人斗茶的盛况，斗茶包括斗味和斗香，因为在众目睽睽之下进行，故对茶的品第高低评价是公正的。胜者很得意，有如登临仙境，而败者则感到有如降将般羞耻。这首诗写法夸张，与卢仝的《走笔谢孟谏议寄新茶》诗齐名。

与斗茶同时，宋代流行一种泡茶游戏——分茶。分茶又称茶百戏，始于宋初，帝王与庶民皆玩。玩时“碾茶为末，注之以汤，以筅击拂”，使茶乳变幻成图形或字迹。北宋陶谷《荈茗录》：“近世有下汤运匕别施妙诀，使汤纹水脉成物象者，禽兽、虫鱼、花草之属，纤巧如画，但须臾即就散灭。此茶之变也，时人谓之茶百戏。”茶汤在泛出汤花时，汤花在转瞬间就消失殆尽，要使汤花在这极短的时间之内显现出奇幻莫测的物象，需要高超的技艺。以上所说的“以筅击拂”法本就难以掌握，还有一种“茶匠神通之艺”则更是技高一筹。此法只需单手提壶，将沸水由上而下注入放好茶末的茶盏之中，茶面立即现出奇丽的图形或文字。杨万里《澹庵座上观显上人分茶》一诗对此有形象的描述：

点击查看茶叶产品排行榜

分茶何似煎茶好，煎茶不似分茶巧。
蒸水老禅弄泉手，隆兴元春新玉爪。
二者相遭免瓯面，怪怪奇奇真善幻。
纷如擘絮行太空，影落寒江能万变。
银瓶首下仍尻高，注汤作字势嫖姚。
不须更师屋漏法，只问此瓶当响答。
紫薇仙人乌角巾，唤我起看清风生。
京尘满袖思一洗，病眼生花得再明。
汉鼎难调要公理，策勋茗碗非公事。
不如回施马寒儒，归续《茶经》传衲子。

分茶法今已失传，我们只能从古代文献记载当中去感受这种高超的技趣了。

宋代的饮茶方法在唐代陆羽的基础上又迈进了一步，迅速发展了合于时代且最为高雅的点茶法。苏东坡有诗云“：道人晓出南山屏，来试点茶三味乎”，反映点茶在宋时的风行。点茶法比唐代煎茶法更讲究，包括炙茶、碾罗、候汤、熁盏、点茶等一套程序。

宋代点茶用饼茶。饼茶也需炙烤加工后使用，炙茶的过程与煎茶相同，也是用炭火烤干水气。然后将茶饼碾碎成粉末，再用茶罗筛过。茶粉越细越好，所以要求茶罗十分细密；“罗细则茶浮，粗则下沉”。候汤则是掌握点茶用水的沸滚程度，是点茶成败的关键。蔡襄在《茶录》中明确说明“：候汤最难，未熟则沫浮，过熟则茶沉。”要掌握水沸的程度，冲点出色味俱佳的茶汤，只能凭点茶人个人的经验来掌握。南宋罗大经在《鹤林玉

点击查看茶叶产品排行榜

露》中就谈到他的朋友李南金提出点茶要在水刚过二沸，而三沸刚开始时最好。罗大经自己则认为点茶应该用“嫩”的沸水，主张在水沸后将汤瓶拿离炉火，稍等片刻，待水完全停止沸腾之后再冲泡茶粉。因为“汤嫩则茶味甘，老则过苦矣”。这样才能使“汤适中而茶味甘”。另外，唐人煎茶时所用的“鍑”在宋人煮水时被体积较小的茶瓶代替，“瓶要小者易候汤。又点茶注汤有准，黄金为上。人间以银铁或瓷石为之。”（蔡襄《茶录·论茶器》）

在点茶之前，还要用沸水冲洗杯盏，预热饮具。蔡襄称之为“熁盏”：“凡欲点茶，先须熁盏令热，冷则茶不浮”。

点茶尤为不易。先要将适量茶粉放入茶盏，点泡一些沸水，将茶粉调和成清状，然后再添加沸水，边添边用茶匙击沸。点泡后，如果茶汤的颜色呈乳白色，茶汤表面泛起的“汤花”能较长时间凝住杯盏内壁不动，才算点泡出一杯好茶。蔡襄《茶录》：“茶少汤多，则云脚散，汤少茶多，则粥面聚。钞茶一钱七，先注汤调令极匀，又添注入，环迴击拂。汤上盏，可四分则上。视其面色鲜白，著盏无水痕为绝佳。”点茶的要点为：“量茶受汤，调如融胶。”（赵佶《大观茶论》）。并且追求茶的真香、真味，不掺任何杂质，十分注重点茶过程中的动作优美协调。点茶以茶粉作为原料，再用沸水点冲，所以人们饮用时要连茶粉带水一起喝下。宋代胡仔《苕溪渔隐丛话》前集卷四十六引《学术新编》：“茶之佳品，皆点啜之，其煎啜之者，皆常品也。”较之于唐代煎茶，宋人更喜爱典雅精致的点茶艺术。结果发展到从城市到乡村，皇帝贵族、文人、僧侣、百姓无不点茶。南宋理宗开庆元年又经日本僧人南浦昭明传至

点击查看茶叶产品排行榜

日本，后经日本茶道创始人千利修改造而成日本茶道。

三、明清瀹饮为朱权

历史是延续的，中国茶饮在经历了唐宋的高峰阶段之后，又迎来了另一个高潮。明清时期无论是茶叶的生产和消费还是茶的品饮技术都发生了巨大变革，达到新的高度，在中国茶饮史上留下了灿烂辉煌的一页。处于这两个高峰之间的元朝，在我国茶饮史上起了承上启下的作用。

元代作为从宋代到明代的过渡期，虽然历史较短，但是在饮茶法上却进一步走向成熟，可以说这一时期是中国茶饮方式走向转变的一个重要阶段。自蒙古族入主中原后，蒙古人对茶的接触机会也多了起来。受中原饮茶之风的影响，饮茶的习惯首先被蒙古上层统治者接受。关于元朝皇帝饮茶的史实在《饮膳正要》和《元史》等史籍当中都有明确记载。元代著名诗人马祖常在《和王左司竹枝词十首》中写到道："太官汤羊庆肥腻，玉瓯初进江南茶。"就是描写皇帝以饮茶来助消化的事。此外，《元史》中载："常湖等处茶园都提举司，秩正四品，掌常湖二路茶园户二户三千有奇，采摘茶芽，以贡内府"；"建宁北宛武夷茶场提领所，提领一员，受宣徽院劄，掌岁贡质茶芽。"可见当时朝廷中就设有专门机构来掌管宫廷中茶叶的供应。"上而王公贵人之所尚，下而小夫贱隶之所不可缺，诚民生日用之所资，国家课利之一助也。"（元《王桢农

点击查看茶叶产品排行榜

书》）元代饮茶风俗逐渐深入到普通市民的生活当中，成为“民生日用之所资”。元代反映市民生活的杂剧、话本小说之中也有不少描写民间饮茶的内容：马致远的杂剧《吕洞宾三醉岳阳楼》中描写了一对夫妻开茶坊的故事，《清平山堂话本·快嘴李翠莲记》中也有一段李翠莲向公婆奉茶的描述。这些都是元代茶饮在民间普及的反映，是元代民间生活生动活泼的风俗画卷。

元代除了继续饼茶的生产和使用之外，散茶也渐渐在茶叶消费中占有了一席之地。饼茶的使用主要在宫廷和贵族世家之中，散茶的消费则主要在民间。元人耶律楚材有一首《西域从王君玉乞茶》诗,诗云“:积年不啜建溪茶，心窍黄尘塞五车。碧玉瓯中思雪浪，黄金碾畔忆雷芽。卢仝七碗诗难得，谂老三瓯梦亦赊。敢乞君侯分数饼，暂放清兴绕烟霞。”耶律楚材是元代贤相，又是一位饱读诗书的文人。作者多年不曾饮到好茶而思茶心切进而向朋友乞茶，表现了他的爱茶、嗜茶，这里的茶就是饼茶。至于散茶,蔡廷秀《茶灶石》诗云“:仙人应爱武夷茶,旋汲新泉煮嫩芽。”李廉享《土锉茶烟》诗“:汲水煮春芽,清烟半如灭。”杨维桢《煮茶梦记》一文有‘铁龙道人卧石床,移二更”;“命小芸童汲白莲泉,燃槁湘竹，授以凌青芽以饮供。”不过，散茶在饮用时，元人仍承袭了唐宋的习惯而把散茶碾成粉末状。《王桢农书》中云：“凡茗煎得者择嫩芽，先以汤泡去熏气，以汤煎饮之，今南方多效此。然末子茶尤妙，先焙芽令燥，入磨细碾，以供点试。”

元代茶叶的饮用方法大多还是沿用唐宋的煎点法。

点击查看茶叶产品排行榜

用茶末与水同煎的“煎茶”法尤其在文人、艺术家中流行。元代诗人谢宗可的《雪煎茶》就描述了以雪水煎茶的情形“:夜扫寒英煮绿尘,松风入鼎更清新。月团影落银河水，云脚香融玉树春。陆井有泉应近俗，陶家无酒未为贫。诗脾夺尽丰年瑞,分伏蓬莱顶上人。”另一位诗人洪希文则在其《煮土茶歌》中也反映了煎点茶在当时的盛行“:论茶自古称壑源,品茶无出中泠水。莆中苦茶出土产，乡味自汲井水煎。器新火活清味永，且从平地休登仙。王侯第宅斗绝品，揣分不到山翁前。临风一啜心自省,此意莫与他人传。”内蒙古赤峰元宝山元墓的壁画上出现了石臼、茶盏、茶罐、汤瓶、茶瓶、茶筅等茶具，以及向茶盏中注入沸水的动作，表现了点茶的情景。在《王桢农书》中对点茶作了详细要求“:凡点,汤多茶少则云脚散，汤少茶多则粥面聚。钞茶一钱七，先注汤调极匀,又添注如入。迴环击拂,视其色鲜白,著盏无水痕为度。其茶既甘而滑。”除了继承前人的饮茶方式外,元代的饮茶也出现了一些新的趋势。

唐之前至唐宋时期人们饮茶时加入葱、姜、盐等香料、调料与茶混煮的习惯,到了元代逐渐被人们摒弃,而代之以更为简单的“清饮”方式。也就是说元人已开始普遍仅用茶叶或茶末煎煮饮茶，不加或少加香料调料。元代忽思慧在《饮膳正要》中记载了“清茶”的煎法“:先用水滚过,漉净,下茶芽,少时煎成。”倪瓒在《云林堂饮食制度集》中对煎茶法的描述也说明了这一点“:用银茶铫煮水,候蟹眼劲,以别器贮茶,倾铫内汤少许,浸茶后,急用盖盖之。俟浸茶湿透,再以铫置火上,候汤有声,即

点击查看茶叶产品排行榜

下所浸茶,少顷便取起,又少顷再置火上,才略沸,便啜之,极妙。”这种简便、纯粹的“清饮”方式被越来越多的人接受，加上后来的沸水冲泡法，到了明代，就形成了“泡茶”这种饮茶方式,沿用至今。实际上,早在元代就出现了用沸水直接冲泡的“建汤”,据《饮膳正要》中载：“玉磨末茶一匙,入碗内研匀,百沸汤点之。”只不过是用茶末而非今日我们常用的焙干的茶叶。

尽管元代立国时期短暂，但在中国茶饮史上仍是个不可忽视的阶段。这一时期在饮茶方式上的改变与革新为明清时期茶文化发展的再创高峰打下了重要基础。

饮茶风尚发展到明代，发生了具有划时代意义的变革。随着茶叶加工方法的简化，茶的品饮方式也走向简单化。宋元时期“全民皆斗”的斗茶之风已衰退,穷工极至的饼茶被散茶所代替。盛行了几个世纪的唐宋煎点茶也变革成了用沸水冲泡的瀹饮法。明代饮茶方式发生了如此巨大变革与大环境的变化有直接关系。明太祖朱元璋下令贡茶改制就是其中之一。

明洪武二十四年九月十六日，明太祖朱元璋下诏废团(饼)茶,改贡叶茶;“庚子诏。建宁岁贡上供茶,听茶户采进，有司勿与。敕天下产茶去处，岁贡皆有定额。而建宁茶品为上，其所进者必碾而揉之。压以银板，大小龙团。上以重劳民力，罢造龙团，惟采茶芽以进。其品有四,日探春、先春、次春、紫笋。置茶户五百。免其徭役。俾专事采植。既而有司恐其后时，常遣人督之，茶户畏其逼迫,往往纳赂,上闻之,故有是命。”《明太祖

点击查看茶叶产品排行榜

实录》卷二一二）

明太祖朱元璋“罢造龙团，惟采茶芽”是体察民情，从减轻茶农负担来考虑的，但却对元朝以来“重散略饼”的趋势起了推波助澜的作用，促进了散茶生产技术的发展。从饼茶生产向散茶生产的转型是茶品生产工艺的由繁到简的过程，随着这种转型之后而来的则是茶饮方式的简约化。

最早提倡饮茶方式从简，并且在实际操作上改革了传统的茶具和茶艺的是明朝的宁王朱权。他在《茶谱》一书中明确提出“：予故取烹茶之法，末茶之具，崇新改易，自成一家，为云海餐霞服日之士，共乐斯事也。”朱权的‘崇新改易’主要体现在对于点茶、煎汤的具体要求比起宋人繁琐的程序来更简单更容易掌握。

朱权的煎汤法要求“用炭之有焰者”即活火来煎汤。并且须经‘三沸’”‘当使汤无妄沸，初始鱼眼散布，中如泉涌连珠，终则腾波鼓浪，水气全消’之后才算煎好。这些前人都已作要求，但宋朝尤以‘候汤最难’，极其讲究。较之，朱权的煎汤法就易掌握。

《茶谱》中对点茶的描述仅寥寥数句“：凡欲点茶，先须熁盏。盏冷则茶沉，茶少则云脚散，汤多则粥面聚。以一匕投盏内，先注汤少许调匀，旋添入，环回击拂。汤上盏可七分则止，着盏无水痕为妙。”这些要求与宋人要求大同小异，又不似宋人那样十分重视点茶效果。

朱权烹茶使用的器具也简易了许多，除保留了一些必不可少的，如茶炉、茶磨、茶碾、茶架、茶匙、茶筅、茶瓶之外，他还自创了‘茶灶’一具。他在《茶谱》中写道“：古

点击查看茶叶产品排行榜

无此制,予于林下置之,烧成瓦器如灶样”;“每令饮灶以供茶,其清致倍宜。”虽有所增创,比之陆羽的“二十四器”以及宋人的茶器,还是大大减少了。此外,古人对于茶具多崇尚金银制品，朱权却追求自然、简朴，偏爱石、竹、椰壳等自然之物。如“茶架,今人多用木,雕镂藻饰,尚于华丽。予制以斑竹紫竹,最清。”又如“茶匙要用击拂有力,古人以黄金为上,今人以银铜为之。竹者轻,予尝以椰壳为之,最佳。”

这种不尚雕琢，清雅自然的风格还体现在他对于茶的要求上“然天地生物,各遂其意,莫若叶茶,烹而啜之，以遂其自然之性也。”他对前人煎点饼茶不以为然,认为其“杂以诸香,饰以金彩,不无夺其真味。”只有“味清甘而香,久而回味,能爽神者”的叶茶为最。朱权是提倡清饮的,这与他追求茶的“自然之性”是相符的。

由朱权倡导的简约的饮茶风气影响后人而形成了瀹饮法。瀹饮法逐渐取代了煎点法的主导地位，成为中国人至今都普遍使用的饮茶方法。“瀹”有“浸、渍”的意思。瀹饮法，即以沸水直接冲泡叶茶的方法。我们曾经提到过元代已经出现了用沸水冲泡末茶的“建汤”。明人陈师在《茶考》一书中也提到明朝南方地区以沸水冲泡末茶的饮法“杭俗烹茶,用细茗置茶瓯,以沸汤点之,名为撮泡。”这种方法“北客多哂之,予亦不满,”况杂以他果”。这种方法显然并未普及，但却开沸水冲泡之先河,为以后形成的饮茶史上的巨大变革之一“瀹饮法”奠定了基础。

明朝前期煎点法仍是主流，直到明末清初瀹饮法才

点击查看茶叶产品排行榜

成为品饮的主要方式。明人张源的《茶录》、冯可宾的《茶笺》对瀹饮法的描述与现代饮茶法几无差异。瀹饮已无须经过以往的炙茶、碾茶、罗茶三道工序，只要干燥的叶茶即可。首先要用上品泉水洗涤茶具，务鲜务洁。然后以热水洗涤茶叶，水不可滚，滚则一涤无余味矣。以竹筋夹茶于涤器中，反复涤荡，去尘土黄叶老梗净，以手搦干置涤器内盖定，少刻开视，色青香烈，急取沸水泼之。候汤仍是重点。张源认为古人讲究烹茶用嫩汤是因为古人制茶需碾、需磨、需罗，最后制成颗粒极细的茶粉，"见汤而茶神便浮"，因而用嫩而不用老。今人用叶茶，"全具元体，此汤须纯熟，元神始发也"。所以现在"汤须五沸，茶奏三奇。"这种沸水冲泡散茶的饮用方法还促进了我国茶叶生产技术的进步，散茶的品种迅速增多，除绿茶外，红茶、乌龙茶、花茶、黑茶等茶类也出现并发展起来。

辨别汤是否"纯熟"有三种方法。第一种方法是从外观上辨别，如果汤中只冒出如"虾眼、蟹眼、鱼眼、连珠"般大小的气泡，此时仅是初沸，直到汤中沸如"腾波鼓浪"，水气全消的时候才是真正的"纯熟"。第二种方法从水的响声来辨别，如"初声、转声、振声、骤声"皆为初沸，到水没有响声时才是"纯熟"。第三种方法则从水的冒气情况辨别，如"气浮一缕、二缕、三四缕，及缕乱不分，氤氲乱绕"则都是水刚开的样子，要"气直冲贯"方是"纯熟"。探汤纯熟，便取起。先注少许壶中，祛荡冷气，倾出，然后投茶。投茶有序，先茶后汤，称为下投；汤半下茶，复以汤满，称为中投；先汤后茶，称为上投。春秋

点击查看茶叶产品排行榜

季宜中投，夏季宜上投，冬季宜下投。投茶多寡宜酌，茶多则味苦香沉，水多则色清气寡。

茶汤应香、色、味俱全。味以甘润为上，苦涩为下。茶自有真香，有真色，有真味，一经点染，便失其真，如在水中加碱，茶汤中加作料或果子之类，都会使茶汤失其真味。

随着冲泡散茶的兴起，茶具中出现了茶壶，且以窑器为上，锡次之。茶壶以小为贵。每一客，壶一把，任其自斟自酌，方为得趣。壶小则香不涣散，味不耽搁。况茶中香味，不先不后，只有一时。太早则未足，太迟则已过。窑器中又以宜兴紫砂为最，古朴雅致的紫砂茶具由于瀹饮法的兴盛而发展起来。同时由于瀹饮对茶汤色、香、味的追求，刺激了白瓷以及青花瓷的发展。

瀹饮法“洗茶候汤择器，皆各有法”。只要懂得茶中趣理，具体程序不像前人煎茶、点茶那样严格，给人留下自我发挥的空间，因而“简便异常，大趣悉备，可谓尽茶之真味矣。”明人沈德符在《野获编补遗》中高度评价了瀹饮法：

> 按茶加香物，捣为细饼，已失真味。宋时又有宫中绣茶之制，尤为水厄中第一厄。今人惟取初萌之精者，汲泉置鼎，一瀹便啜，遂开千古茗饮之宗。乃不知我太祖实首辟此法，真所谓圣人先得我心也。陆鸿渐有灵，必颡首服；蔡君谟在地下，亦咋舌退矣。

称瀹饮法“开千古茗饮之宗”一点也不为过，明清以来，这种品饮方式广泛深入到社会各个阶层，植根于广大平民百姓之中，成为整个社会的生活艺术。

点击查看茶叶产品排行榜

茶饮之花开千树

茶饮功能与类型

点击查看茶叶产品排行榜

点击查看茶叶产品排行榜

中国茶饮浩瀚深远的历史使人不得不为之折服，人们由最初的利用茶的药用功效到对饮茶修身养性的追求，茶饮的功能层层显现出来。然而，更让人叹为观止的是中国茶饮在这条长达几千年的历史长河中，逐渐积淀下来的异彩纷呈的内容与形式，并且无论是这些饮茶的内容还是饮茶的形式当中都渗透着中华民族的优良传统。那些独具特色的民族风情、多彩多姿的地方特色以及气象万千的时代风貌都以不同的形式表现在茶饮的不同类型当中，同时又成就了中国茶饮的多种形式与种类。

一、修身养性志趣高

中国人的饮茶，实际上存在着三个层次：一是解决生理需要的‘牛饮”,二是科学合理的‘饮茶”,第三才是讲究艺术的“品茗”。这三个层次的关系是层层递进的，科学合理的‘饮茶’高于解决生理需要的‘牛饮”,而讲究艺术的‘品茗’高于科学合理的‘饮茶”。在人们的生活中，这三个层次缺一不可。我们也可把这三个层次当作茶饮的类型。同一个人，在不同场合出于不同的需要，

点击查看茶叶产品排行榜

对这三种类型的要求会时有不同。可见，在日常生活中，这三个层次作为饮茶的不同类型是并存的。

饮茶能生津解渴，这是有科学根据的。茶叶中的有机酸和维生素 C 可促进唾液分泌，多酚化合物、氨基酸、游离糖和皂苷化合物能与口腔中的唾液产生反应，使口腔湿润，产生清凉、止渴的效果。唐代陈藏器曾在《本草拾遗》中介绍茶的作用："止渴除役，贵哉茶也。"其实古人已不单单把茶作为解渴的饮料了，他们已认识到茶的"除役"功用，实际上茶叶最初就是以其药用功效被人们发现和利用的。古人对茶效的认识，在历代古籍中都有记载。东汉神医华佗在《食论》中写道："苦茶久饮，益意思。"《茶经》中也有："茶之为用，味寒，为饮，最宜精行俭德之人，苦热渴、凝闷、脑疼、目涩、四肢烦、百节不舒、聊四五啜，与醒醐甘露衡也。"宋代吴淑在《茶赋》中亦说："涤芳茗之用，益饮食之所资。"明代顾元庆在《茶谱》中写道："人饮真茶能止渴、消食除痰、少睡、利尿、明目益思、除烦去腻，人固不可一日无茶。"清代黄宫绣在《本草求真》中更记："茶禀天地至清之气，得春露以培，生意充足，纤芥滓秽不受，味甘气寒，故能人肺清痰利水，入心清热解毒，是以垢腻能降，炙灼拿解，凡一切食积不化，头目不清，痰涎不消，二便不利，消渴不止，及一切吐血、便血等服之皆能有效，但热服则宜，冷服聚痰，多服少睡，久服瘦人。空心饮茶能人肾削火，复于脾胃生寒，万不宜服。"由此可见，人们不仅认识到饮茶的益处，也看到了不当饮茶的害处。

除了利用茶叶的治病功效，古人还以饮茶来养生延

点击查看茶叶产品排行榜

年。《旧唐书》中集中了这样一个故事:大中三年,有一智僧,年130岁,仍身体健康,精力充沛,宣宗得知,便命人叫他人宫。宣宗问其养生之道,僧答曰:“臣少贱,素不知药性,惟嗜茶,凡履至处,惟茶是求,或饮百碗不厌。”清朝乾隆皇帝为中国历史上执政时间最长的皇帝,他一生好茶,到他85岁那年,他想退位不当皇帝了。大臣们纷纷劝他说:“皇上不能退位,国不可一日无君。”乾隆帝亦幽默地说:“君不可一日无茶。”乾隆的高寿与他的嗜茶不能说没有关系。

古人对茶叶功效的认识是凭他们自身的实践经验总结出来的,而现代人利用科学技术以及现代医学的成果研究茶的科学功用,使茶的作用全面显现出来。现代科学研究表明,茶中所含的化学成分绝大多数对人体既有营养价值,又有药用价值,既可饮用,又可治病。

茶叶中含有丰富的营养物质,主要是维生素和矿物质。茶叶中维生素A含量很高,可以同菠萝、胡萝卜相比,特别是绿茶,高达16%。而茶叶中的维生素B能够全部溶解于茶汤中,饮茶可全部被人体吸收。每天只要坚持饮用半两茶叶,获取的维生素C基本上可满足人体需要。除了维生素外,茶叶中的矿物质一半以上可溶于热水,被人吸收利用。此外,夏天人体出汗多,易引起缺钾,喝茶是补充钾的最理想的办法。

茶叶中所含的成分不少,如嘌呤类生物碱、茶多酚、脂多糖、芳香化学物等构成了茶的药用价值。

茶所具有的提思助神、消除疲劳作用是由于茶中的咖啡碱可以刺激中殊神经系统,解除大脑受抑制的状

点击查看茶叶产品排行榜

态，起到强化思维活动的作用。人体肌肉和脑细胞在代谢过程中产生的乳酸，可引起疲劳，当它在人体过量存在时，会引起肌肉酸疼硬化。饮茶可使体内乳酸迅速排出体外，起到消除疲劳的作用。

茶叶中的咖啡碱、茶碱、可可碱可通过抑制肾小管的再吸收，使尿中的钠和氯离子含量增加；同时兴奋中枢神经，直接舒张肾血管，增加肾脏的血流量，从而增加肾小球的滤过率，所以饮茶具有利尿作用。

我国研究人员发现，用 1 克茶沏泡两次，每次以 150 毫升水冲饮，就有阻断致癌物亚硝基化合物在体内形成的作用。如果用 3～5 克茶冲饮，就能完全阻断亚硝基化合物在体内产生。因此茶具有抗癌作用，茶中的抗癌物质主要有茶多酚、维生素 C 和维生素 E 等。

茶的消暑解热作用是众所周知的，明代李时珍在《本草纲目》中写道："茶苦，阴中之阴，沉也，降也，最能降火，火为百病，火降则上清矣。"传统医学理论认为体质阴虚即有热，常饮绿茶，有清热消暑之功效。其机理在于茶叶中的咖啡碱、多酚类化合物、芳香物质和维生素 C 的综合作用。芳香物质在挥发过程中可能带走部分热量，起到调节体温的作用；而咖啡碱有利尿作用，通过尿液的排出使体温下降。

饮茶还具有防辐射的作用。茶叶中的儿茶素可吸收放射性物质，阻止其在体内扩散。多酚化合物、维生素 C、维生素 E 以及脂多糖可清除因辐射产生的大量自由基，降低自由基引起的过氧化物毒害。1945 年 8 月 5 日和 9 日，美国对日本广岛、长崎进行了原子弹袭击，造

点击查看茶叶产品排行榜

成共 20 余万人死亡，而两市人口总数不过 40 余万。后来的调查研究人员发现，凡有长期饮茶习惯的人，所受到的放射性伤害较轻，存活率较高。所以人们把茶称作“原子时代的饮料”。饮绿茶可改善癌症患者由于辐射治疗引起的白血球下降现象。茶叶中的脂多糖对人体血液中白细胞数量的减少具有明显的疗效。

此外，连续观看四五个小时的电视，受到电视屏幕长时间的辐射，人的视力下降，而彩色电视机还会大量消耗人眼中的视紫质，引起暗适应能力下降。茶叶中含有的胡萝卜素在人体内可转化为维生素 A，具有维持上皮组织正常功能的作用，并在视网膜内与蛋白质合成视紫红质，增强视网膜的感光性。茶叶中的维生素 B_1 和维生素 B_2 都是维持视网膜正常功能必不可少的成分。所以，长时间看电视的人常喝茶有保护视力的作用。

从 19 世纪 80 年代开始，日本曾三次掀起乌龙茶热。第一次乌龙茶热兴起于 1973 年，当时中日邦交已正常化，喝中国乌龙茶成了一种时髦。第二次高潮兴起于 1981 年，当时有位青年女歌星在电视上说“我是喝乌龙茶才长得这样苗条的。”一句话触动了那些为发胖而苦恼的妇女，她们纷纷购买乌龙茶。第三次是近几年，日本大量生产加工罐装乌龙茶。

茶叶确实有减肥消脂的作用。饮茶能降低血液中的三酰甘油和对人体有害的低密度脂蛋白和超低密度脂蛋白的含量，提高对人体有益的高密度胆固醇（HDL）的含量，增加粪便中胆固醇和脂质的排泄量，起到消脂的作用。咖啡碱与磷酸、戊糖等物质形成的核苷酸，对

点击查看茶叶产品排行榜

脂肪具有很强的分解作用。而且咖啡碱具有兴奋中枢神经的功能，能提高胃酸和消化液的分泌量，增强肠胃对脂肪的吸收和消化。儿茶素类化合物也可促进人体脂肪的分解，降低固醇和中性脂肪在血液和肝脏中的积累。尤其是乌龙茶和普洱茶，被认为是减肥的良药，所以法国人称普洱茶为“刮油茶”、“消瘦茶”。

由于缺乏维生素 C 而引起的坏血症，可以用饮茶来预防和治疗。其机理是茶叶中的多酚类化合物具有抗氧化和与金属产生整合的作用，可防止体内维生素的破坏。第二次世界大战后期，日本对外侵略不断升级，国内经济每况愈下。驻守北方岛屿的日军第九十一团，因给养供应不足，士兵不断因缺乏维生素 C 而得坏血症死亡。当时，有人发现饮用粗制茶叶可治维生素 C 缺乏症。于是，九十一团团长将一批粗茶用战斗机空运回岛，分给官兵饮用，终于制止坏血症的蔓延。所以，他们把这种粗制茶称为“救命茶”。然而“救命茶”却改变不了法西斯军国主义必然走向灭亡的命运。

欧洲人认为“欧洲若无茶，必饮酒死”，茶的醒酒作用是由于茶叶中的咖啡碱和多酚类化合物对大脑皮质有兴奋作用，能与酒精引起的抑制过程相对抗。茶叶中丰富的维生素 C 是人体肝脏分解酒精时所必需的能源。

茶叶中所含的多酚类物质绝大多数都具有药效作用，它对大肠杆菌、葡萄球菌、肺炎球菌、霍乱菌、伤寒菌的生长繁殖有抑制作用。有人把茶叶捣烂，加上少许食盐外敷于疖痛和用茶水冲洗疮口就是这个道理。这是

点击查看茶叶产品排行榜

茶叶的杀菌消炎和收敛作用。因茶多酚能把蛋白质凝固起来，细菌的身体都是由蛋白质构成的，茶多酚与细菌结合，蛋白质即凝固变性，细菌即死亡。茶多酚还能凝固水中的悬浮物并使之沉淀,防止霍乱、伤寒、赤白痢等传染病。茶多酚还能同乙醇、烟碱起作用，因此有解酒、解烟等功效。茶中的硅酸能增加白血球，提高抗病能力。一般而言，花茶、绿茶的抗菌效能大于红茶。乌龙茶为半发酵茶，其抗菌能力介于绿茶和红茶之间。

此外茶的保健作用还有杀菌止痢、防龋齿、抗血小板凝集、抗动脉粥样硬化、抗过敏、抗毒素、抗氧化、抗病毒、抗溃疡、抗糖尿病、保护肝脏、降血压、治疗便秘、消除口臭、解毒、增加免疫能力等作用。

我们若从不同的茶类所含的营养成分和药效成分来看,绿茶尤其是高档绿茶,维生素 C 和茶多酚的含量比红茶高得多。在从对疾病的疗效来看，无论从抑菌、防衰老、抗辐射、防治血管硬化、降血脂等,也是绿茶的疗效高，因此从保健的角度可以肯定喝绿茶比喝红茶好。花茶多以绿茶窨制，因此也具有绿茶的同等效力。但是红茶的茶性平缓温和，有较好的和胃作用，适宜于某些胃病患者饮用。红茶比绿茶含有更多的咖啡碱，提神利尿的功效更为显著。茶叶中的咖啡碱由于和其他化学成分同时并存，所以没有单纯饮用咖啡碱那样的副作用。但是饮茶过量会使人过于兴奋，因此饮茶宜适量。那么适量的标准是多少呢？这要根据各人的具体情况来定，不可能绝对统一。一般说健康的成年人，平时又有饮茶的习惯，一天饮用 10 ~ 15 克茶叶,即三至五

点击查看茶叶产品排行榜

杯茶水为宜 对于重体力劳动者,食量大而消耗又多,尤其是从事高温作业的人，一天饮茶 20 克左右也是适宜的 至于那些以牛羊肉为主食,或是食肉量较多,则多饮一些茶更有利于帮助消化，有利于防止脂肪和胆固醇的过多积累；对于身体虚弱且有一定程度神经衰弱的人，宜少饮茶为好,以每天饮用 3～5 克为宜,尤其在空腹和夜间不宜饮茶；孕妇要少饮茶，以免茶叶中的咖啡碱对胎儿产生过分的刺激；服用某些中药的同时，不宜饮茶，以防产生不良作用；儿童每天可以饮用少量（3～5 克）的茶叶，以有利于补偿维生素和其他营养物质（罗庆芳《中国茶典》）。

我国是茶叶的起源地，也是世界上最早利用茶叶的国家。茶之为用,经历了蔬食、药疗、汤饮几个阶段,而茶作为单纯饮料，自当在蔬食、药疗之后。“茶之为饮，发乎神农氏，闻于鲁周公。”可见中国饮茶传统之悠久。唐代陆羽著《茶经》,这本世界上第一部茶的专著,使饮茶学问有了系统的理论，使东方独特的茶文化得以形成。在这之前,人们发现、应用、种植茶,无论作食用、药用、饮用,都只能说是一种自然属性的利用,直到西晋隋唐以后，饮茶从普通百姓家进入上流社会，特别是走人文化人群,僧、道、清谈家且不论,一般文人也都酷爱茶，并把茶作为赞颂、吟咏的对象。这时期，饮茶已被看做高雅的精神享受和陶冶高尚情操、表达志向的手段。特别是到了唐代,国家富强,天下安宁,造就了许多文化大发展的条件。唐代饮茶，首先由王室、僧侣、文人提倡，这和一般百姓的饮茶解渴不同。僧人用茶来参禅，文人

点击查看茶叶产品排行榜

用以激发文思，贵族王室以其消闲享受。饮茶意义发生了重大转变，即从自然功能转向精神和社会功能。这就逐渐形成了中国灿烂的茶文化。唐皎然和尚在《饮茶歌》中写道“：一饮涤昏寐，情思爽朗满天地。再饮清我神，忽如飞雨洒轻尘。三饮便得道，何须苦心破烦恼。”在这里，诗人将品茗的静谧心情与自省精神境界比做参禅悟道。

唐代陆羽主张的以茶修德，得到广泛的肯定。韦应物有诗云“：性洁不可污，为饮涤尘烦。此物信灵味，本自出山原。聊因理郡余，章尔植荒园。喜随众草长，得与幽人言。”这首诗说茶是性情高洁的植物，不得有半点玷污。饮茶可以涤荡尘世烦恼，通达灵性。这山中精英，虽与众草共生，仍保持高洁本性，只与高贤雅士共语。这显然是借茶言志。明人陆树声论茶之人品时说：“煎茶非浪漫，要需其人与茶品相得，故其法得传于高流隐逸，有云霞泉石磊块胸次间者。”这的确论及到了中国茶道的精神要旨。

中国人重德，道家讲道德，佛家讲功德，儒家讲品德，茶道的要旨在于以茶修德。唐代的茶道思想，可以说是集儒、道、佛诸家精神，并以儒家思想为核心的思想。这也就是唐代茶道的基本思想。我们知道，所谓道，实际上指的就是事物的本源和发展规律。而饮茶之道，则指的就是饮茶过程中所贯彻的精神。所以，历代的茶道大家，都是很有头脑的思想家。

唐代的茶道受儒家和谐、中庸的思想影响，唐代宦官刘贞亮论茶有“十德”，除自然功能外，强调要以茶利

点击查看茶叶产品排行榜

礼仁,以茶表敬意,以茶可行道,以茶可雅志。这比日本茶道的“和、敬、清、寂”,内容更广泛。中国茶道还引入了佛宗道家的“内省”思想。卢仝在七碗诗中强调饮茶过程中消解胸中块垒,激发自己抱负,净化自己灵魂,直至羽化登仙。这虽有浪漫之嫌，但饮茶自修内省的思想却十分明显。唐代茶道还强调修身、雅志，坚持鼎壶装天下;“长其齐以守中”;“方其年以气正”,这正是中国茶道积极向上的表现。

茶文化、茶道、茶艺、茶德都是历史的产物。随着社会的发展,其内涵和外延,都将发生大的变化。今天,为了弘扬中华茶文化，提倡高尚的茶风茶德，是其主要任务之一。近年来，茶学界的一些专家学者，参照日本茶道的四规“:和、敬、清、寂”,韩国茶礼的“和、敬、俭、真”或“清、敬、和、乐”,提出中国茶德的明确概念。

著名茶叶专家庄晚芳教授在《茶文化浅说》一文中,明确提出中国茶德应是“:廉、美、和、敬”。他将之释为:“廉俭育德,美真康乐,和诚处世,敬爱为人。”并进一步解释道“:清茶一杯,推行清廉,勤俭育德。以茶敬客,以茶代酒,减少洋饮,节约外汇;清茶一杯,名品为主,共尝美味,共闻清香,共叙友情,康乐长寿;清茶一杯,德重茶礼,和诚相处,搞好人际关系;清茶一杯,敬人爱民,助人为乐,器净水甘。”

中国农科院茶叶研究所的茶叶专家程启坤、姚国坤研究员在《从传统茶风俗说中国茶德》一文中，也提出“理、敬、清、融”为中国茶德的内容,并解释为“:理者,品茶论理,理智和气之意;敬者,客来敬客,以茶示礼之意;

点击查看茶叶产品排行榜

清者,廉洁清白,清心健身之意 融者,祥和融洽,和睦友谊之意。”(罗庆芳《中国茶典》)

“饮茶本身是一门艺术”。冲泡一杯名茶,当你揭开杯盖时,只觉得幽香阵阵 定睛一看,茶汤碧绿清亮 呷一小口,清香浓郁,润滑甘香,清鲜爽口,口舌生津 如果啜饮品味,慢啜细品,你会觉得幽香醉人,浓香扑鼻,香冲脑门,肺腑空灵,六腑芬芳,回肠荡气,沁人心脾 细细品味,一股浓郁、清香、鲜爽、回甘之味便应运而生,生津止渴,消乏解疲,称心惬意 若再慢慢回味,香高持久,齿颊留香,茶香犹存,余韵绕梁,甘甜凉爽,物我融会,徐徐呼出，只觉得有一种太和之气从胸中冉冉升起，使人耳目一新,赏心悦目,别有雅兴,情趣盎然,浮想联翩,心旷神怡,飘然欲仙,进入一种道家所说的“忘我境界”。此刻感情升华,心灵净化,荣辱皆忘,修身养性,陶冶情操,使人精神焕发，催人奋发向上，给人以启迪和做人的哲理。如果是围炉夜话,赏月品茗,一盏香茗在手,更能引起许多遐想,悲欢哀乐,缕缕情怀,款款心曲,文情诗韵,思维情愫,缕缕情趣,如潺潺春水,汩汩清溪,在相互慰藉中分忧解愁。

手捧一杯雾气萦绕、清香四溢的佳茗，透过那清澈碧亮的茶汤,可以看到洁白晶莹的杯底,如“沸泉明瓷雪花飘”的景观，多么引人入胜！正是“素瓷雪色飘沫香,何似诸仙琼蕊浆”。如果您是用洁净的玻璃杯冲泡毛尖类名茶，当沸水冲入后，起初你可欣赏到芽尖骤浮水面,形似宝剑倒挂,刀枪林立,如凌波仙子,朵朵茶芽玉立其间;而后茶芽徐徐下降,如游鱼浮沉,沉浮有序 如仙女

点击查看茶叶产品排行榜

散花,翩翩起舞,水乳交融,茶芽交错,上下交辉,相映成趣,芽影水光,浑然一体 当茶芽沉于杯底,呈清汤绿叶,如堆绿叠翠,栩栩如生,赏心悦目,犹如碧玉翡翠,宛如蓓蕾初绽,形如春兰初放,状如春笋出土,翠竹争阳,朝气蓬勃,色彩绚丽,奇花争艳,蔚为奇观,呈现出一幅瑰丽多姿的画面，构成了诗情画意的景观。

如果您用的是紫砂茶壶泡名茶，当您揭开壶盖，茶香伴随着水气袅袅上升，缕缕清香扑鼻而来，茶香、果香、毫香阵阵飘逸,馥郁芬芳,清香四溢,幽香醉人,如新荷临风,香远溢清 如空谷幽兰,浓郁深长 如熟栗飘香,清鲜隽永 如熟透了的苹果,甜香馥郁 如大自然飘动花香,纯洁自然,高雅脱俗,幽意深长,回味无穷,正如元代诗人刘秉忠所吟：“铁色皱皮带老霜，含英咀美人诗肠；舌根未尝天真味,鼻观先闻圣妙香。”

若是客人来访或忙里偷闲，或是工作之余，或是节假日,与二三知己,或邀集一班好友,或与家人,围坐在一起，以茶代酒，泡上一壶好茶，品评茶叶的色香味形，眼观蟠龙戏水，鼻闻若兰似果的幽香，口尝润喉清腑的龙井，揣摩精致典雅的茶具，望青山绿水，听鸟啼蝉鸣。此时，茶香在口情满怀，或谈论人生，或关心国家大事，或交流信息,或赋诗题联,或泼墨作画,如梅尧臣诗中所吟“:语温茶暖胜似家,窗明几净质无华 无言相对坐易好，有客常来谈更佳。汤嫩水清花不散，舌甘神爽味更长。’正是 茶里乾坤大,壶中日月长。

我国古建筑园林专家陈从周教授认为“:饮茶,中国人称之为品茗,重在品字 日本人称茶道,贵在道字。这

点击查看茶叶产品排行榜

是真正的东方文化,饮茶是一种高度文化的表现。’他还说“:我是一个爱茶如命的人,品茗被认为是生活中的快事,没有它,恐怕如今一个字也留不在人间。’英国女作家韩素音写道“:我爱喝茶,茶是我每日必备的饮料,像所有的中国人一样，我从早到晚，几乎每时每刻都离不开茶…… 茶香如此优雅，给人以无上的愉快；橙黄色的茶水,映衬在精美的杯盏中,固然令人悦目,然而品饮中的妙趣更是如此……茶是独一无二的文明饮料，是礼貌精神纯洁的化身 我还要说,如果没有杯茶在手,我就无法感受生活。人不可无食,但我尤爱饮茶。’法国大文豪巴尔扎克赞美茶叶像“ 精细如拉塔亚的烟丝，色黄如威尼斯金子,未曾品饮即已幽香四溢。’难怪伟大科学家爱因斯坦组织的奥林比亚科学院，每晚例会都要给每人泡上一杯茶，以边饮茶边休息、边学习边议论的方式研讨科学,被人们称为‘ 茶杯精神 ”。我国不少军事家在深算熟谋战略之际,边饮茶边对弈,看似清雅闲逸,实则运筹帷幄。著名作家姚雪垠写道：“ 我端起杯子，喝了半口,含在口中,暂不咽下,顿觉满口清香而微带苦涩,使我口舌生津，精神一爽……我在品味后咽下这半口茶，放好杯子,于是新的一天的工作开始了。’当代著名女作家宗璞写道“:只要有一盏浓茶,便又抖擞起来,所以我对茶常有从功利出发的感激之情。 ” 难怪我国著名茶学专家、全国政协常委、侨联副主陈彬藩深有体会地写下“:茶水润笔,文思如泉 ’的佳句。周作人先生说道“:我的所谓喝茶,即是在喝清茶,在赏鉴其色与香与味,意未必在止渴,自然更不在果腹。’台湾茶艺专家范增平先生说“:享

点击查看茶叶产品排行榜

受一杯茶，不仅在感官上享受到茶的好滋味，无形中在精神上也给家人温暖与和乐。”以上根据《农业考古·中国茶文化专号》第 10 期陈杖洲《饮茶品茶是一种美的享受》）

近代后期诗书画家张大千先生一生能诗赋，善书画；既有兴高谈，又善品茗。大千先生毕生喜欢品饮茶，他平日喝清茶或其他上等好茶，但是最爱喝的是铁观音、祁门工夫红茶和乌龙茶等。

张大千先生一生嗜茶如命，他宁可一日不吃饭，不可一日不饮茶。据身边的人士透露，他每天生活内容就是“摆龙门阵”、品茗、作画、游花园。依此年复一年，日复一日，自然成了他一生中的生活习惯。大千先生平日有早餐需饮茶和下午必喝茶的嗜好。虽然长期旅居异国他乡，但他自始至终保留着中国人的传统生活情调。他的早餐吃的并不是营养丰富的牛奶面包，一般食用的都是油条、烧饼和小笼包，还有红豆松糕和烧卖之类的中国传统风味小吃，每次早餐吃点心时，一定要泡上一杯上等好茶，边吃点心边品茗。下午一般以饮茶为主，点心并不重要，只要有杯好茶，大千先生就心满意足了，茶无疑增加了大千先生赋诗作画的雅兴。

不仅如此，张大千居士的生活非常有规律，就他饮茶品茗来说有三讲究，一讲究泡茶用的茶具，他平日都用扁平的紫砂壶泡茶，喝茶则用的是陶土制的棕色茶托，竹绿色小茶碗，喝清茶时一般用白色的杯子，以便欣赏茶色。二讲究泡茶用水，他泡茶用的水一般要用过滤的山泉溪水沏茶畅饮，不要其他水泡茶。三讲究冲泡茶

点击查看茶叶产品排行榜

叶的方法，为了去掉茶叶表面灰尘，一般将第一道冲泡的茶水倒掉不要，第二道冲泡的茶水再依次倒入茶杯中,第一杯要少,第二杯略多,第三杯稍多,以此类推,最后一杯由少渐多倒回来，力求使每杯茶的分量和浓度均匀。这些规矩或操作程序都绝对不能颠倒搞乱，若违背其中一项规矩的话，那一定会扫他的茶兴，甚至还会影响先生的赋诗、书画的精神情趣。

张大千先生在饮茶品茗时往往是诗兴大发，精神振奋,令后人难以忘怀的诗句有‘客去茶香留舌本,睡余书味在心中”。可见大千先生茶兴中的茶香与书味是相通的。茶扑鼻芬香,鲜醇爽口,口齿留香,沁人心脾,有平矜释躁之功效。以茶敬客,茶香味浓,促膝相谈,和谐欢愉,情趣高雅,侃侃而谈,换来欢声笑语,那些忧愁、猜忌和疑虑都会烟消云散。

张大千先生一生以茶助兴，诗画连篇。他如此讲究品茗饮茶、赋诗作画，留给我们不可多得的精神财富(《农业考古·中国茶文化专号》第22期王宏树《大千品茗三讲究》)。

清人郑清之诗曰“:一杯春露暂留客,两腋春风几欲仙”。茶被推崇为‘陶冶情操,修身养性”之物。饮茶文化不仅是东方文化的精粹，它还是世界文化宝库中一朵奇葩。

点击查看茶叶产品排行榜

二、众说纷纭话类型

自我们的祖先发现并利用茶叶以来，中国人的饮茶经历了一个漫长的发展变化过程。从早期的蒸青团茶到现代的炒青和发酵散茶；从原始的土陶茶具到现代的陶器和紫砂茶具；从煎点茶到直接冲泡茶叶，在这个漫长的发展、变化过程中，形成了丰富而又有各具特色的饮茶类型。根据不同时代、不同民族、不同地区所用的茶类、茶具的不同，以及是否增加配料等饮茶的各个角度、各个方面来分，中国茶饮的类型可谓是千种风情、万般姿态。

贯穿着几千年的中国茶饮之路上，群星闪烁，异彩纷呈，不同的时代风貌带给我们的每一份感受都是不同的。从历史的角度来看，中国茶饮经历了漫长的发展、变化时期，不同的阶段，饮茶的方法、特点都不相同，大致可分为唐代茶饮、宋代茶饮、明代茶饮、清代茶饮几种。唐朝时期，茶叶多加工成饼茶，饮用时加调味的配料烹煮成茶汤。随着贡茶的兴起，贡焙产茶声名远扬，成为早期的名茶，如吴兴紫笋茶等。陆羽《茶经》的问世为饮茶开辟了一条新的道路，唐人对茶的质量、茶具、用水、烹煮环境以及烹煮方法越来越讲究，饮茶方法有较大改进。唐代饮茶不仅在宫廷风行，在民间也很普遍。宋代饮茶也以团茶、饼茶为主，饮时碾碎烹煮，有加调味品，也有不加的。同时，出现了蒸青法制成的散茶。人

点击查看茶叶产品排行榜

们饮茶时，开始注重茶叶原有的色、香、味。斗茶盛行，斗茶中获优胜的茶成为名茶。明代以后，制茶工艺革新,团、饼茶被散茶代替,饮茶方法也改为泡饮法,饮茶的方式更讲究。清代时，无论是茶叶、茶具还是茶的冲泡方法大多已和现代相似。六大茶类已初具雏形。当时，我国已成为世界上最大的茶叶出口国。

我国这一民族众多的国家，不同的民族，饮茶风俗、风格不尽相同是自然的事情。汉民族与少数民族之间的差异较大，各少数民族也有独具特色的饮茶方式。根据这一点，饮茶又可分为汉族茶饮以及少数民族茶饮。少数民族茶饮又可细分为藏族、侗族、白族、土家族、苗族、佤族、蒙古族、维吾尔族、回族等不同少数民族茶饮。

现在人们普遍认为汉族饮茶以清饮为主，少数民族多为调饮，其实，汉族人的饮茶中也有为数不少的调饮方式。这与汉族聚居的各个地区的饮茶风俗相异有关。我国南方人与北方人喝茶就大不相同，区域的不同所导致的饮茶差异有其历史的原因，也有自然环境、地理条件的原因。据此，从不同地区的饮茶习俗来分，可大致分为北京茶饮、黑龙江茶饮、浙江茶饮、四川茶饮以及广东茶饮等。

此外，茶饮类型还可根据所用茶的不同来分，如绿茶茶饮、红茶茶饮、白茶茶饮、黄茶茶饮、乌龙茶茶饮、花茶茶饮等。

根据沏茶用具的不同也可分为紫砂茶饮、瓷茶饮、玻璃茶饮等。

根据煮茶或泡茶时是否加入调料可分为调饮法与

点击查看茶叶产品排行榜

清饮法。

总的来说，饮茶的分类不应拘泥于某单一的特点而应多方面、全方位的展示我国茶饮的内容、风格和特色。这样才能显示出我国茶饮文化的博大精深及其深厚的内涵，才能使人们更全面、更深刻地认识、了解中国的饮茶文化。

以上从不同角度、不同方面对中国茶饮进行了了分类，实际上概述了中国茶饮的主要内容，不能不说中国茶饮是包罗万象的，它几乎包容了我们整个历史。同时，它又是精深的，其中凝结着中国人几千年来的智慧、汗水与心血。让我们看看历代能工巧匠制造出来的工艺精美而又经济科学的精美茶具吧，看看经历了无数次体验与尝试而逐步完善的制茶工艺吧，看看古代文人们在品茶中追求的精神境界以及他们用灵魂与真心体悟出来的品茶意境吧。中国茶饮的纷繁复杂的类型就是在这些智慧、汗水与心血中积淀而成的。

总之，我国的茶饮类型可分为两大系统，一为清饮，一为调饮。

在中国茶饮的分类中，一般人们总会产生一种误解，就是认为只有清饮法才讲究品茗艺术。其实，作为两大品饮系统之一的调饮法，也有各自不同的品茗要求、方式方法、规则程序，同样也是别具一格的品茗艺术。(余悦《茶路历程——中国茶文化流变简史》）调饮法即混饮法，在茶汤中添加其他物品，如盐、糖、奶、葱、桔皮、薄荷、桂圆、红枣等。调饮添加之物，全凭各人的口味爱好，没有特别的规定，现代人甚至在茶中加酒、水

点击查看茶叶产品排行榜

果汁或冰块冷饮，这种想加什么就加什么的饮茶方法自明朝开始逐渐销声匿迹。人们普遍使用清饮法饮茶，清饮法的普及给人造成一种错觉，调饮似乎已经退出历史舞台，完全从人们的生活当中消失了，其实不然，调饮仍然存在，而且在国外，调饮法一直处于主导地位，是人们日常饮茶的主要方法。即使在国内，近几年来调饮方式也逐渐流行起来，加上与新产品、新技术的结合，调饮的形式也日趋多样化。新型的调饮方式尤其受年轻人的喜爱。

调饮法自明朝开始分解之前，一直是中国人饮茶的主要方式，早在茶之为品饮之前，古人以茶为药和羹的时候，人们就将茶叶与其他食物相佐而食，张辑《广雅》说："荆巴间采叶作饼，叶老者。饼成米膏出之。欲煮茗饮，先炙令赤色，捣末置瓷器中，以汤浇覆之，用葱、姜、桔子芼之。"芼"，《礼记》注为"菜酿"，即"菜羹"。

古人将葱、姜、桔子与茶共煮成羹的习惯到茶成为饮料时还保留着，也许是因为人们在羹饮的过程中，发现这些食物作料能有效地抑制茶叶的苦味和涩味吧。

唐代是茶饮发展的一个高峰，那时饮茶风习已深入民间，而民间饮茶普遍使用茶与其他食物混饮的方法。陆羽在《茶经》中强烈地排斥这种方法，他说："或用葱、姜、枣、桔皮、茱萸、薄荷之属，煮之百沸，或扬令滑，或煮去沫，斯沟渠间弃水耳，而习俗不已。"陆羽将这种与葱、姜、枣、桔皮、茱萸、薄荷等共煮出来的茶比做"沟渠间弃水"在措词上可能过于偏激。但并不是毫无道理，陆羽认为与葱、姜这些作料共煮会使茶失其真性、真味，这样

点击查看茶叶产品排行榜

的茶已没有饮用的价值，陆羽所倡导的真性、真味是受他本人至情、至性的性格品质影响的事实上，陆羽并没有完全摒弃食物作料，他在《茶经·五之煮》中写道“：初沸,则水合量调之以盐味,谓弃其啜余,无乃鹹鹹而钟其一味乎？”意思是视水的多少，加适量的盐，以调和口味。取少许试味后，把剩水倒掉。不要让水太咸，否则就只有咸这样一种味道了。可见陆羽强调在茶中适当加盐调味，是本着不破坏茶之真味这一基础的。他反对因为茶的味淡而过分加盐，还是以茶的本味为主的。

唐代在茶中加其他作料的使用相当广泛，和一些史料是不谋而合的。《唐本草》说“：茶作饮,加茱萸、葱、姜等良。”唐诗人薛能的和茶诗云“：盐损添常戒,姜宜著更夸。”后人谓薛能诗“：若用姜、盐、信佳也！”甚至在少数民族的地区，也可以觅得作料的踪影。唐樊绰《蛮书》说“：茶出银生城界诸山,散收,无采造法。蒙舍蛮以椒、姜、桂和烹而饮之。”银生城即今云南景东县,为唐时南昭国重镇。唐德宗李适就很喜欢喝加味茶，煎茶时，常在茶汤中放上苏椒之类以及奶酥和盐等的作料。他的大臣李泌作诗说他煎的茶是“添苏散出琉璃眼”。“琉璃眼”是指苏椒漂浮在茶汤的表面上的情景。事实上，唐德宗这种爱好并不算是特殊,直到今天,西藏、蒙古等边疆地区的民族，还在喝类似唐德宗所喝的酥油茶呢。

随着时代的发展，和撮泡茶的兴起，加料也在不断增多和完善，并在宋元时节得到较全面的总结。诚如宋代苏辙所认为：南方正时兴斗茶品茗，倡及清饮的同时，加料在我国的北方颇为风行“：北方俚人茗饮无不有,盐

点击查看茶叶产品排行榜

酪椒姜夸满口。”如以枸杞入茶谓枸杞茶；上等紫笋茶和炒米共同研磨成玉磨茶；杞菊茶是枸杞、茶芽和野菊花滚沸汤调成；擂茶则可以随意加生栗子片、松子仁、胡桃仁，和今日擂茶相去不远。苏轼有诗云：“柘罗铜碾弃不用，脂麻白土倾盆研。”老妻稚子不知爱，一半已入姜盐煎。”脂麻即芝麻，白土疑为干面。明朱权在记叙擂茶时曾说：“如无油饼，斟酌以干面代之。”陆游也说过：“建茶旧杂以米粉。”元代倪元镇素好饮茶，他在惠山时用核桃肉、松子仁和真粉一起制成小块，如石状，饮茶时置中，名曰清泉白石茶，可谓别开生面。南宋袁文在《瓮牖闲评》中极力称道加芝麻的好处：“以茶芽盏许，入少脂麻沙盆中烂研，量水多少煮之，其味极甘腴可爱。”

宋朝是一个注重生活情趣的朝代。当时的人很喜欢喝茶，而他们所喝的茶也多半是加了各种调味品的加料茶。在《水浒传》里，我们可以看宋朝人所喝的形形色色的茶水。甚至连宋朝民间进贡给皇室饮用的茶里头，都要加添龙脑香（亦称“龙涎香”）来增添香味。宋朝大文人蔡襄所写的《茶泉》中就表示，茶的本身就具有香味，不过进贡给朝廷的茶还应该用适度的龙脑香添加进去，来帮助香味的散发。蔡襄对茶是非常有研究的，但他仍然不敢贸然取消进贡茶中所添加的龙脑香。由此可见，在宋朝，加味茶是多么普遍，多么受人欢迎了。

宋朝用来进贡朝廷的加味茶，是沿袭三国时代湖北、四川等地的人制造饼茶方式，把茶叶研碎捣成膏，加上龙脑香粉末之后，用模子压制成圆饼状，也就是当地人所称的“团茶”。蔡襄在《造茶》诗中写到：“糜玉寸阴

点击查看茶叶产品排行榜

间，抟专金新范里。规呈月正圆，势动龙初起。出焙香花全，争夸火候是。”就是说把蒸过的茶叶捣碎成糜玉，然后把它放进圆形的有“龙”（凤）的花纹图案的模子里加压成团茶，再放到茶焙中烘干。这种团茶称为“龙团”和“凤饼”，由于火候掌握得好，所以造出来的龙团茶色香味俱佳。诗人黄庭坚在《谢刘景文送团茶》诗中亦说：“刘候惠我大玄璧，上有雌雄双凤迹……自裁半璧煮琼糜……个中渴羌饱汤饼，鸡苏胡麻煮同吃。”其意说，刘景文送给诗人像黑玉璧一样的大茶饼，上面还有双凤图像。他裁下半个茶饼煮成玉一样的茶粥，用生姜、鸡苏、胡麻和茶一道煮着喝。在当时，这种加了龙脑香以供皇室之用的团茶，大约每个茶饼重量是 2 两，所使用的茶叶完全采用产于福建北部建安附近的凤凰山麓，称为建安茶。当时，1 斤建安团茶的价钱高达 2 两金子。而宋朝人还有黄金易得，茶饼难求的叹息，由此可见，这种贡茶的名贵程度了。

但是这种添加作料的饮茶方法，到了明末就慢慢地从汉族饮茶的行列中隐退，代之以重品的清饮。从而逐渐只保留在少数民族的饮茶风习中了。明代张宣说：“唐宋以前皆用姜也。有友人尝为余言，楚之长沙诸郡，今茶犹用盐姜，乃为敬客。岂亦古人遗俗耶。”到了清代，就更觉“今江右及楚人尚有姜煎茶者，虽云古风，终觉未典。”

至于以奶入茶，成为别有风味的奶茶，则可溯源到唐代。唐德宗李适饮茶惯于以奶相加。因此有书云：“皇孙奉节王煎茶加酥、椒之类。求泌作诗。泌云：‘旋

点击查看茶叶产品排行榜

沫翻成碧玉池，添酥散作琉璃眼。'' ,奉节王即唐德宗李适,泌为大臣李泌。酥即酥油,是牛羊乳制成的食品,琉璃眼是指在奶茶中上下翻滚的颗粒状的花椒。唐人“饮茶尚杂以苏(酥)椒之类”,且无南北之分,而宋时就只行于北方。元代北方民族的入侵，又给中原饮茶风俗增添了新的内容。如‘金字未茶两匙头,入酥油同搅’而成的“酥签”;‘玉磨未茶三匙头,面酥油同搅成膏,沸汤点之”的兰膏茶,都已成为少数民族‘宁可一日无油盐,不可一日无此君”的生活必需品了。现代科学证明，茶中加奶不仅柔和滋味，增加液体的浓度，并且能使奶中的干酪质和茶叶中的多酚类物质作用，变成不溶性物质，失去敛性，消除对口腔黏膜的损害，使之直至进入小肠才恢复本性，从而利于吸收。这又是我们中国人对丰富茶类所做的一大贡献。

盛绳祖说“番民多食糌粑、牛羊肉、奶子、奶渣等物，其性燥，而茶所急需，故不拘贵贱，饮皆以茶为主。其茶熬极红,入酥油、盐搅之,饮茶食糌粑。’由而可见，清代以奶入茶已完全成熟,并由此引出另一种‘食糌粑”的新的食物型作料。糌粑是藏族人民以青稞，豆类等炒熟磨制而成的一种类似炒面的食物，在饮茶中它并不直接加入茶中，而是另置一边，边饮茶边吃的一种食物型作料。其实早在晋朝，吴兴太守陆纳款待谢安时就有‘纳所设惟茶果而已’之说,可见 1700 年前就有茶果并食的饮茶习俗了。宋朝蔡襄在《茶录》中有这样的记载：“烹点之际,又杂以珍果香草。’后人解释‘珍果’时说：“古者烹茶必有点,无论其为茶,为撮茶,必择一二佳果

点击查看茶叶产品排行榜

点之，谓之点茶。点茶者，必于茶器正中处，故又谓之点心……岭南人往往用糖梅，吾越则好用红姜片子，他如莲榛仁，无所不可……渐至盛筵贵客，缀绿攒红，以为之饰。一茶之值，乃至数金，谓之高茶，可观而不可食”，把茶食铺张得如此豪华，着实令人瞠目。小说《金瓶梅》中食物型作料罗列得相当丰富，有：八宝青豆、胡桃松子、木樨青豆、咸樱桃、蜜饯金橙等等。元时其品种发展得更加可观，睢玄明有一首《耍孩儿·访咏西湖》曲云“：百十等异名按酒，数千般官样茶食。”说的是官家中有成千上百种可用以佐茶的食物，此类被当时南方人称为“消闲果儿”的小食物，还有“核桃、榛子、瓜仁、枣仁、榄仁、栗子、鸡头、银杏、山药、笋干”等，它们滋味各异，风格千秋，不失为佐茶的美味小吃。《清稗类钞》录汇了我国清代一些佐茶风习，不妨一览：“长沙凡饮茶者，以小碟置盐姜、菜菔各一、二片，以饷客……又有以盐姜豆子，芝麻置于中者，曰芝麻豆子茶……镇江啜茶，肴以猪豕……先数日渍以盐，使其味略咸，色白如水晶，切之成块，于茗饮时佐之，甚可口……扬州人好品茶，例有干丝以佐饮，亦可充饥。干丝者，缕切豆腐干以为丝，煮之，加虾米于中，调以酱油、麻油也……江宁茶叶则有云雾龙井，下逮珠兰、木樨之类，随客所饮，亦间佐以酱干、生瓜子、小果碟、酥烧饼、春卷、水晶糕花、猪肉烧卖、饺儿、糖油馒首。”凡若此类“，种种糕粢饼饵，皆名之为茶食”，它们大多数无非是点心而已，并无止渴之本意。今天的广东早茶——“一盅两件”，就是这种古老风习的缩影：一盅茶二道点心。茶有红、绿、乌龙、六堡、香片，随好而

点击查看茶叶产品排行榜

饮，点心有干蒸烧卖、叉烧包、水晶包、虾饺、小笼包、猪肠粉、油条等几十种，林林总总，呈现出一派现代食物型茶叶作料的生机勃勃地景象。

一般来说，茶叶作料按其食用方式可以归纳为食物型和加香型两种。前者是可以和茶共食的食物，如盐、姜、葱、芝麻、花生等；后者仅以气味入茶，在其雏形时，原体往往和茶相混，随着工艺日臻完善，近几十年来其原体很少有入茶的，如茉莉花、栀子花、桂花、麝香等等。

以上是对食物型加料的介绍，接下来谈谈加香型饮茶。

罗禀在《茶解》中说："茶性淫。"这是指茶叶(干茶)有很强地吸附异味的能力，而且不会轻易释放掉异味。加香型茶叶作料，正是利用茶叶的这一特性，而开辟出来的饮茶新天地，今天统称为花茶。

加香型茶叶作料相对来说出现较晚，它纯系文人逸士们在闲情雅趣中偶然获得。但至迟在唐代已经可见端倪，陆羽在《茶经》中说的"习俗不已"的饮茶风情中，就有"葱、姜、枣、桔皮、茱萸、薄荷"之说。桔，属芸香科，果皮有浓郁刺激性辛香；茱萸，亦属芸香科植物，有浓烈香气，古代风俗中有佩其香囊以去邪避恶之说；薄荷，唇科植物；有强烈清凉芬芳，它们都可以入药。这三种芳香作料，尤其是桔皮的添加(而不是三国《广雅》中所加的桔子），说明唐人已经有意识地从掩饰粗老茶叶苦涩的羹饮中解脱出来，逐渐自觉地人工添加天然芳香性物质以佐茶了。这和明代顾元庆用橙皮切丝制造橙茶有异曲同工之妙；这和现代摩洛哥人饮茶加薄荷是何等相

点击查看茶叶产品排行榜

似；这又和我国江浙一带农村饮茶加桔皮又是如出一辙。唐代大诗人李商隐有《义山杂纂》一书，其中就有“花下啜茶”,由此又可见唐人确实是已经相当注意茶与花香很容易结合这一客观事实了。

宋人则不大注重这些,后人评之云:“‘对花啜茶’,唐人谓之‘煞风景’,宋人则不然,张功甫‘梅花宜称’有扫雪烹茶一条,陆放翁诗云:‘花坞茶新满市香’,盖以此为韵事矣。”从目前资料来看,北宋时节还没有直接以鲜花入茶的记载，而只是引他香来增益茶香的。因此可以说北宋还没有完全现代意义上的花茶。蔡襄在《茶录》中说:“茶有真香,而入贡者微以龙脑和膏,欲助其香。”庄季裕也说:“入香龙茶,每百斤不过用脑子一钱。”龙脑或脑子，又名阿丰香，是龙涎香的别称。它是生活在海中抹香鲸肠胃病态的分泌物,类似结石,香味浓烈,是极其名贵的香料。也有杂以“香草”,或“药材甘香者”,或佐以“麝香”的。杨彦龄说:“越人或以沸汤沃麝,乘热涤瓶,涪干以贮茶牙,密封之。伪称‘日铸’,开瓶麝气袭人。”日铸茶产于浙江绍兴，宋时曾被推为“江南第一”。但时人认为诸香入茶,影响茶的真味,有妨品饮,所以一般并不提倡。

可是唐人加茱萸、薄荷，北宋人杂以香料的做法已经启发了后来的南宋人。南宋施岳《茉莉词》说:“玩芳味,春焙旋熏,贮浓韵,水沈频。”说明南宋时茉莉花已经焙干待用了，很可能就用于熏制花茶上。施岳生于吴,卒于杭州,从其生活经历的地区来说,正是我国当今花茶的主要产区。从而显示了我国纯粹的加香型茶叶

点击查看茶叶产品排行榜

作料，最初可能发源在苏杭一带，也并非没有这种可能，只是其时尚不普遍罢了。

元末明初的加香茶,仍以‘龙脑片’,‘麝香’,‘梅花片脑’入茶。但已有把野菊花和茶芽同研细末，滚沸汤调服的记载。《云林遗事》曾说元代倪云林是制作花茶的能手“:就池沼中,早饭前,日初出时,择取莲花蕊略破者,以手指拨开入,茶满其中,用麻丝缚扎定,经一宿,明早莲花摘之，取茶纸包晒，如此三次，锡罐盛，扎口收藏。”我们不难看出，它已经具备了花茶窨制的三窨规范。可是，它还是属于文人逸士在闲情中的把玩，并没有实际的生产意义。

明代中叶，茶叶的加香型作料已相当完备，并发展成为一种新的茶类。薰花茶，花茶的正式名称也相继问世,窨制的方法也呈多种多样,《薰花茶法》说“:百花有香者皆可。当花盛开时,以纸糊竹笼两隔,上层置茶,下层置花,宜密封固,经宿开,换旧花,如此数日,其茶自有香味可爱。”据记载,几乎所有人们喜爱,又无碍饮茶的,香气浓郁，沁人心脾的香花都已成为茶叶的加香型作料。用花的种类也比现在多,有莲花、桂花、玫瑰、蔷薇、兰蕙、木香、茉莉、菊花、珠兰、玳玳、玉兰、桔花、梅花等几十种，形成了风格各异，浓香馥郁的各种花茶。制作工艺也日臻完善“;摘其半含半放蕊之香气全者”;“量其茶叶多少摘花为茶，花多则太香，而脱茶韵；花少则不香,而不尽美”;“三停茶一停花始称”;“一层茶,一层花”;“去旧花,换新花,如此三度”;“投间至满,纸若执固,或入锅重汤煮之,取出待冷,用纸封裹”。至此,大自

点击查看茶叶产品排行榜

然赐予人类的花香，已经作为茶叶的又一作料被人们广泛采用，成为今天“琼浆初举欲沾口，茶兼花香味更强”的一个新茶类，使茶叶饮料的百花园中又添一朵独具特色的奇葩。

古代人在茶叶中加入其他的配料，其目的是要增加茶的香味，另一方面是借助茶来治疗疾病，从中寻求更简便、实用的保健方法，辅其延年益寿之良方。在我国古书中，有关茶疗论著浩如烟海，五花八门。大辞赋家司马相如的《凡将篇》,是一本教人识字的教育字书,他把意义同属一大类的字排在起。当时他把茶（书中叫“诧”)和贝母、桔粳、茱萸、芍药、莞椒放在一起,这些都是中草药。李时珍在《本草纲目》中,列出多种以茶和其他中草药配合而成的医方。如茶和茱萸、葱、姜一块煎服可以帮助消化、理气顺食 茶和醋一块煎服,可以治中暑和痢疾 茶和芎、葱一块煎服可治头痛。明末清初，民族英雄郑成功,为收复台湾,屯兵福建闽南,由于闽地气候炎热,山地雾瘴终年,瘟疫不断,南下将士一时适应不了该地区水土气候环境，众多的士兵中了痢疾，发冷发热不止,军中有一位闽籍军医,即命全军将士,用本地产的茶叶和姜、蔗糖配调用水煎熬,充当茶水给士兵饮用,很快治愈了病疾。从药理说，茶助阴，姜助阳，蔗糖能解毒,并能消暑散瘀,且一寒一热,调平阴阳,不问赤白冷热,用之皆宜,谓之“姜茶饮方”,此配方至今一直被闽、粤、台人所沿用。从以上所举，可以清楚看到古人对加料茶伴饮的目的，也是加料茶流行不衰的原因之一。(以上内容根据《农业考古·中国茶文化专号》第 6 期周

点击查看茶叶产品排行榜

树斌《茶叶作料竟委》）

调饮在现代品饮系统中仍占有一席之地，在汉族的各地区,调饮风格不尽相同,而在少数民族生活中,调饮更是饮茶方式的主流。以下会一一介绍，现不多述。

至于清饮法，在第一章中已有详细的论述，这里也不多谈。

三、茶艺风韵漫古今

把饮茶作为一种艺术享受，这就达到了饮茶的较高层次“艺术品茗”阶段。艺术品茗讲究精茶、真水、活火、妙器、闲情,它包括了选茶、泡茶、敬茶、品茶等一系列茶事活动中的技艺，是一种在现实生活中的品饮艺术。茶艺，即泡茶与饮茶技艺，可分为具有商业性质的茶艺、表演性质的茶艺以及单纯地个人喝好一杯茶三类。具有商业性质的茶艺是指以推销茶叶、茶具等为目的的一系列茶事活动，虽然称之为茶艺有些牵强，但是它包括了赏茶、鉴水、泡茶、敬茶、品茶等技艺,因此也列为茶艺的一种，这种茶艺通常在商业场所如茶馆、茶楼中表演。

表演性质的茶艺是指由茶艺表演者在舞台上演示泡茶技艺，观众在台下饮赏。表演性质的茶艺丰富多样,有各式的民俗茶艺,有还原历史的宫廷茶艺、文士茶艺、还有宗教茶艺等。就表演内容来分，民俗茶艺基本按照各民族品茶习俗的原样来表演，艺术加工成分相对

点击查看茶叶产品排行榜

较少，而宫廷茶艺、文士茶艺还有宗教茶艺等是根据历史资料典籍加工创造出来的，其中艺术加工成分较多。在表演型茶艺中有些甚至完全是后人加工创造出来的供饮赏的品饮艺术。

我国是一个多民族国家，在具体的茶饮选择方面，各个民族有不同的选择，因而产生了各民族不同的饮茶习俗，甚至在汉族内部各个地区的饮茶特征也不相同，自古称作“百里不同俗”,如回族的“盖碗茶”、佤族的“烧茶”、傣族的“竹筒茶”以及白族的“三道茶”等等。

以文人雅士为主,追求“精俭清和”精神的文人茶艺是文人的品茗艺术，流行于江南文人雅士聚集地区，始于唐代陆羽、卢仝、皎然等,后经宋代梅尧臣、苏轼、黄庭坚、明代朱权、文征明、唐伯虎及清代周高起、李渔、张潮等文人倡导，日臻完善。文人茶艺对茶叶、茶具、用水、火候、品茗环境及参与人员都有严格要求。一般选用汤味淡雅,制工精良的阳羡茶、顾渚茶,并喜用宜兴紫砂壶泡茶,景德镇瓯饮茶，惠山竹炉生火烧水和汴梁（开封）产的锡铫煮水，用无锡惠山泉煮茶。饮茶讲究汤候，要控制好茶量与温度。在室内品茗,以书、花、香、石、文具为摆设。在室外品茗也以同样器物，并多选清雅场所。同饮茶友,须人品高雅,有较好修养。诗词歌赋、琴棋书画、清言对话，是文人茶艺的主要活动内容。

现在的文士茶艺是在历代文人雅士饮茶习惯的基础上经后人加工整理而成立的。文士茶艺具有深厚的文化内涵。历代文人雅士喜爱将清谈、赏花、玩月、抚琴、吟诗、联句相结合,更多的注重茶之“品”而非以解渴

点击查看茶叶产品排行榜

为目的。他们在品茶时讲究环境静雅、茶具之清雅，更讲究饮茶艺境，以怡情养性为目的，因而反不注重茶、水、火、具，更注重同饮之人，文士茶艺对现代茶艺的影响较大，特别是宋代的文士茶。

以寺庙僧侣为主，特重“静省序净”的禅宗文化思想的禅师茶艺是佛门的品茗艺术。在寺院僧侣中流行。始于六朝释法瑶，后经唐代降魔师、皎然、百丈、赵州等禅师推崇发展，禅师茶艺自成一体。茶有提神效果，泰山降魔师首先倡导“以茶禅定”。皎然深通禅礼，精于文墨，又兼掌寺院事务，认为禅与茶十分相通，主张寺院栽茶制茶，并以茶代酒，使茶渐入禅宗精神领域。后经唐代中叶百丈海撰写“百丈清规”，将茶融入禅宗礼法。代宗年间高僧赵州从谂，倡导“以茶悟道”。前后 200 年间，经几代禅师努力，禅师茶艺才趋完善，得以在寺院广泛流行。禅师茶艺一般选用寺院自制茗茶和泉水，按照佛教教理选用茶具，安排茶室摆设，赋予象征意义。如茶勺五寸，表示点茶供养五方圣凡；茶扇十骨，以表十界；茶器不求豪华贵重，只讲圆虚清净，因此要底部鼓起，重心平稳，以求安全。即使大茶会，也强调平等如一，将茶汤一次点好，再用小勺分盛小碗，分送宾客，共享同一茶汤。茶室如禅室，力求简朴，有祖师真容、茶、花、香、画即可。禅师茶艺讲究僧侣们身体力行，自己种茶、制茶、煮茶，以茶供佛，以茶待客，以茶修行，即物求道，不离物言道。

近几年来，宗教茶艺越来越吸引人们的目光。禅茶茶艺、三清茶艺、观音茶艺、太极茶艺等这些宗教茶艺是

点击查看茶叶产品排行榜

佛教、道教与茶结合的结果，随着茶内涵中人文因素的日益增多，茶的自然属性被寓于人文因素之中，成为修道、修身的载体。僧人，道士以饮茶修行，从而形成了独特的宗教茶道。宗教茶艺的形成与自古我国佛道与茶结缘甚深是密切相关的，宗教茶艺气氛庄严肃穆，礼仪特殊，茶具古朴典雅，以“天人合一”“茶禅一味”为宗旨，讲究修养心性，以茶释道。

以帝王权臣为主，宣扬“雍容华贵”、君临天下的茶文化观念的宫廷茶艺是宫廷品茗艺术，为君王、权臣享用。重排场，讲气势，选用高价绝品茶叶，金银精制茶器，珍傲天下的名泉，捏拿得宜的汤候，雄豪富丽的茶室，以显示豪奢气派。1987 年陕西省扶风县法门寺出土的茶具，包括银质金花茶碾子等，为唐代宫廷茶具代表。宫廷茶艺常用于朝廷各种礼仪，如清明节敬神祭祖，款待群臣以及喜庆宴等。

现在的宫廷茶艺是根据史料记载加工创造出来的，以还原古代宫廷中饮茶为目的茶艺。宫廷茶艺气氛庄严、礼仪繁琐、茶具及其精美豪华。比如唐代宫廷茶艺表演中的茶具就以法门寺出土的金银质茶具为模型，表演者身着唐朝宫廷服饰，在倪裳羽衣曲中表演。

以富商巨贾为主，注重“奢豪富裕”，对茶叶品类等级要求严格，而文化要求不高的工夫茶艺，源于清代富豪人家，后成为汉族民间传统茶艺。流行于广东潮汕和福建漳州、泉州等地，又传到香港特区、台湾省和东南亚。因饮此茶时要下功夫精心选购茶具；冲泡茶时，要下功夫精心操作；喝茶时要有闲工夫徐徐品饮，不能性

点击查看茶叶产品排行榜

急猛喝,故名“工夫茶”。茶具一般为宜兴紫砂陶壶,小巧玲珑，古朴典雅，有些名贵茶壶还包金包银，镂刻花纹，杯用白瓷上釉制成，洁白透明。泡茶前先用沸水烫壶烫杯，再把茶叶装入壶中约七成满。冲茶讲究技巧，有“烫杯净杯”、“高冲”、“低斟”、“括沫”、“淋盖”、“澄清”等各要领。品茶时不能一饮而尽，应拿起茶盏，先闻其香，后品其味。茶要先敬客人、尊长，一般每壶冲三杯，如在座三人以上，其他人须待下轮。一般泡上三四轮再加茶叶，或者倒掉更换，重新再泡。循环往复，尽兴方休。

以江湖豪士为主,倡导“豪侠忠义”之精神的江湖茶艺是江湖人士的品茗程式，是秘密社会和江湖人士所进行的茶艺活动。相传始于明末清初。郑成功收复台湾，军师陈永华成立天地会，组织反清复明活动，台湾与厦门联络频繁，帮会人员使用一定暗语互通信息，并在茶会中运用“茶碗阵”进行交谈,以确定彼此身份,此为江湖茶艺雏形。茶碗阵本不算茶艺，但由于使用者长期操作,动作熟练,日积月累,形成了娴熟的饮茶程式。一个完整的“茶碗阵”,包括图像、阵式(分布阵和破阵)及饮茶诗(又称谣诀)等,采用非语言直说的方式,以象征手法的秘密符号暗传帮派的内部信息（如访友、求援、争斗、和解、斗法等）。

此外,还有以儿童为主,培养儿童“天真纯雅”之天性的儿童茶艺;以平民百姓为主,偏于“伦序和畅”,以人伦之间秩序井然，和乐畅顺为宗旨的平民茶艺。

各类茶艺因参与人员、情操观念和客观条件的差

点击查看茶叶产品排行榜

异，对茶叶要求、茶具选择、环境布置、茶点选用都各具特色。

每种茶艺追求的风格和表现形式，均与其代表的社会阶层文化观念相融通。

当然，茶艺的分类也是多样的，我们还可根据不同的茶类把它分为绿茶茶艺、红茶茶艺、乌龙茶茶艺或普洱茶艺、宁红茶艺等；也可根据地区的不同来分，如武夷茶艺、安溪茶艺等。

实际上，在每一种茶艺表演中都是各类茶艺的综合，如安溪茶艺中亦有乌龙茶艺，宁红茶艺中有乡俗茶艺、富贵茶艺等。

以下试举安溪茶艺、宁红茶艺、三清茶艺以及“无我茶会”为例。

安溪是乌龙茶的故乡，是我国最大的乌龙茶主产区和中国名茶之乡，产茶和饮茶已有千年以上的悠久历史。在安溪，不但有独到之处的乌龙茶采制技艺，而且十分讲究品茶艺术。品饮乌龙茶，茶叶选用铁观音、黄金桂等名茶；茶水选用山泉水、井水和甘净的溪水；茶具选用独特的“茶房四宝”，即潮汕炉、玉书碗、孟臣罐和若琛瓯；冲泡品尝更有技巧所在。“谁人寻得观音韵，不愧是个品茶人”。品饮安溪茶，别有一番滋味在心头。

安溪茶艺的总体要求具有安溪茶乡的独特风格，融传统茶艺与现代茶艺风韵为一体，加以艺术润饰，使人们在品茶过程中，加深了解沏茶艺术，并得到美的享受。

茶艺厅布局为古朴典雅的优美环境。背景悬挂“安溪茶艺”金色篆字和沏茶图案周围悬挂条幅书画。厅中

点击查看茶叶产品排行榜

设置小型表演台，台上排列屏风、长案桌，桌上有香炉、烛架。台中为茶艺表演区，台前置长方形沏茶桌。台左为音乐演奏池,台右为演说员席位,台下为宾客茶座。

茶艺小姐八人，头饰圆髻插花、身着旗袍。

表演道具有香炉一个，香一束，烛架一，红烛一对；茶房四宝各九件,茶罐、小茶斗、小茶耙、小竹夹各九件，漆盘八块、托盘九块 提水壶两个 长案桌一块,沏茶桌一块,长方形沏茶桌一排 后幕一条,屏风一座。

表演开始,丝竹共鸣,乐队演奏南曲‘梅花操”,让品茶者在格调高雅、旋律优美的古乐声中进入品茶意境。

茶艺小姐在主沏茶手带领下缓步出场。

主沏茶手手捧茶罐，副手手执红烛，其他小姐端盘呈上茶房四宝各一件,列队绕场半周,分左右两排。

主沏茶手手举香柱，面对观众，仰天礼拜后插进香炉。

主手、副手走至台中,众小姐排成八字形,面向观众礼拜。

主手、副手走近茶艺桌,主手端庄平坐,副手站在主手右侧，众小姐分立两旁。

烹煮泉水,副手将泉水倒入壶中,传递给主手烹煮。

沐霖瓯杯，主手开始烫洗盖瓯和茶杯，用竹夹子把茶杯按序排入茶盘。

观音入轿，主手打开茶罐，用茶耙把茶叶慢慢耙入茶斗。

观音入宫,将茶斗按在瓯沿，用茶耙把茶叶慢慢地送入盖瓯中。

点击查看茶叶产品排行榜

悬壶高冲,高提水壶,冲入盖瓯。

春风拂面，用瓯盖轻轻刮去漂浮在上层的白泡沫，并用手冲去,使茶叶清新洁净。

三龙护鼎,用拇指、中指夹紧瓯沿,食指按住盖心。

游山玩水，提起盖瓯在托盘边缘旋转一周，刮去瓯底的水珠。

关公巡城,端起盖瓯 ,按序低斟入杯。

韩信点兵,把瓯 中的甘露点斟入杯。

敬奉香茗，主手把茶盘传递给副手，敬献给品茗嘉宾。

鉴赏汤色，主手端起香茗，聚精会神地观赏汤色。

细闻幽香,茶杯举至鼻端,慢慢地由远而近,由近而远,来回细闻。

品啜甘露，把茶杯从鼻端慢慢移到嘴唇，细寻韵味(以上内容根据《农业考古·中国茶文化专号》第 10 期李波韵、蔡建明《安溪茶艺》)。

中国宁红茶产生于 1821 年，即中国清代的道光元年。早在 19 世纪中期，宁红茶就已蜚声俄国、印度、美国、加拿大、日本、香港等国家和地区,成为世界红茶类中的品种。1985 年，宁红工夫茶获中国国家银质奖；1988 年，获中国食品博览会奖;1991 年,宁红保健茶获第二十五届奥运会中国体育代表团专门保健品特别奖。几年来,宁红茶先后获得省、市、国家奖励 20 余次。宁红茶的声誉正在世界五大洲扬播！

随着茶叶的发展，宁红茶形成了它独具特色的冲泡技艺,如太子茶、礼宾茶、乡俗茶等。

点击查看茶叶产品排行榜

太子茶

太子茶分为七道程序，分别是：焚香净室、摆盏净杯、明珠入宫、玉泉催花、云腴献主、评点江山。

第一道程序，焚香净室。品茶之前要清除浊气，使空气变得清新。这样品茶，当然高雅无比；另一层意思是，茶是神农所赐。传说“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶而解之”。因而品茶时要特别恭敬。三个香炉，排成‘品’字形，意思是‘福、禄、寿’三星高照。

第二道程序，超尘脱俗。通俗地说，就是洗尘静心，以求进入另一种精神境界。洗尘静心是为使品茶进入意念中的超凡脱俗的精神境界。

第三道程序，摆盏净杯。这是一套古典式玉器，名叫“云腴玉壶”。传说宋代有名大诗人、大书法家黄庭坚，与佛教宗派黄龙宗发源地——黄龙寺的慧南禅师相交甚密。他俩经常在黄龙寺研讨茶艺。某日，吕洞宾托梦给慧南禅师，说取灵源之石凿壶煎茶，饮之则神力无边。于是，慧南与黄庭坚请来工匠，精雕细刻了这样一种石壶，称之为‘云腴玉壶’。‘云腴’是指肥大的云，黄庭坚用‘云腴’比做家乡双井的茶叶，他有诗句‘我家江南摘云腴，落碓霏霏雪不知’。净杯要求将水均匀地从茶杯上洗过，而且要无处不到，这种洗法叫‘流云拂月’。然后，摆成‘孔雀开屏’的形状，排在最前头的是‘孔雀头’，这就是太子茶的茶杯。其余的则是诸位大臣们的了。

第四道程序，明珠入宫。‘明珠’是指太子茶；‘入宫’是将茶叶放入杯中。这‘明珠’可来之不易，它是农历谷雨前晴天的早晨，太阳尚未出山的时候，由尚未出

点击查看茶叶产品排行榜

嫁的村姑采摘而来的带露茶叶。只能采摘一芽一叶，称之为“一枪一旗”。“枪”指芽，“旗”指叶。解去“红纱”，取出“明珠”，叫做“仙女卸妆”。放茶叶到杯中叫“孔雀点头”。宫女只能用拇指和食指摄着茶叶，其余三个指头张开成孔雀形。

第五道程序，玉泉催花。“玉泉”是指开水。这种水，要求“活泉”，就是奔流的泉水。煮水要求二沸；一沸“蟹眼”，二沸“鱼眼”，切忌三沸“龙眼”，这是黄庭坚煮茶时根据水泡大小而命名的。这“催花”就是泡上开水。开水要从杯的旁边均匀地慢慢地围绕“明珠”而筛。然后，对着“明珠”将水冲下去，这就是所谓的“游龙戏珠”。最后加盖。

第六道程序，云腴献主。这时候，宫女们轻轻地揭开茶杯盖子。奇迹发生了，“明珠”居然变成了一朵盛开的花。这时，细观茶水，呈金红色，称之为“金汤”。只要您用嘴轻轻地一吹，茶水立即掀起一层微波，金鳞片片，璀璨夺目。

第七道程序，评点江山。即品茶。“评茶”是品，“江山”分别是指水和茶质。

礼宾茶

礼宾茶是在舒适典雅的内厅里进行的。这种茶道由煮水备器、荡尘制娘、溶糖和茶、敬客宴宾等四道程序组成。

第一道程序，煮水备器。水和茶具都要事先准备好。茶要经过严格的清洗，接着是准备好茶叶和糖。茶

点击查看茶叶产品排行榜

叶采用的是宁红金毫。宁红金毫在全国红茶类中以其茶形秀丽、毫锋显露，颜色红艳、香味经久、汤色红亮清澈，茶味鲜爽纯正而在世界红茶类中享有很高声誉。

第二道程序，荡尘制娘。将适量的宁红金毫放入壶中，再加入少量的水，均匀地慢慢地顺一个方向荡涤。这种洗涤茶叶的方法叫做“游山玩水”。之后，筛去洗茶叶的水，再往壶中注入开水。水，以“活泉为上，井水次之”。烧水要急火猛烧，翻滚为宜。有人把这种急火烧水，形容为“火烧赤壁”；又把水的急翻滚，形容为“哪吒闹海”。开水注入壶时，要一鼓作气地冲下去，这种冲泡法叫做“飞瀑泻潭”。然后，盖上壶盖。这就是泡制“茶娘”。

第三道程序，溶糖和茶。取少量的白糖放入茶杯之中，白糖不宜多，多则伤味。然后，冲入开水，用以溶解白糖。至于加哪种配料，各个国家和地区的客人要求就不一致了，有的喜欢加牛奶，有的喜欢加果汁。我国的西藏则喜欢加酥油，成为有名的酥油茶。“宁红金毫”经过这一段时间的泡制呢，变成了“茶娘”，在白糖水里，简直是大边飘来一朵朵红云，慢慢地散开，有如白雪红云。真是杯中乾坤，气象万千。

茶泡制成了，最后，敬客宴宾。敬茶是有主次和老少之分的。在陌生的宾客面前敬茶，各位宾客的身份如何，是不便于打听的。怎样做到主次分明呢？这就是凭敬茶小姐的眼力了。聪明、伶俐的小姐，凭着她们“眼观六路，耳听八方”的经验，往往能一眼认准宾客中谁是首席贵宾之后即按年龄大小分次敬茶。

点击查看茶叶产品排行榜

乡俗茶

有的地方把它称之为“火炉茶”。这种茶起源于唐代，是由茶叶、菊花从药用过渡到饮用时期开始的。饮用这种茶的地点，随着农时季节的变化而变化。一般来说，寒冷的季节在火炉旁；春秋季节，在农家的厅堂里；夏天,则在阴凉的小院子内。

这种民间茶,由看坐、升火、洗碗、拈碗、上茶、接碗八道程序组成。

茶乡的人把茶与人生所有的活动紧密地联系在一起。供神敬祖、婚丧喜庆、敬老尊贤、交朋结友、和解是非等等，无处不是以茶当先。茶乡的人又特别好客，不论生客、熟客、只要您到了他的家门口,主家总是热情相迎、待之以茶。所以,这种茶通常又叫“待客茶”。客来了，第一道程序是看坐。主人乃至小孩总是主动热情地将客人请到屋里，把最好的座位让给客人。客人坐下来之后，通常是由家庭的长者陪坐聊天。

这时候的家庭主妇则忙上了，这就是第二道程序，升火。主妇的热情不仅表现于言语，更体现于细微的动作。她不管火炉的火是否旺盛仍然要用火钳架好木柴，然后用竹制的吹火筒将火吹旺。之后，又将悬挂在房梁上的推筒钩松动，将茶壶挪到火苗上。这几个动作被戏称为“铁将军挂帅,祝(竹)小姐助阵,梁上君子帮忙,闹翻一城兵”。这一系列动作，处处体现出主妇所代表的这个家庭的热情好客。她想尽快地将水烧开，好让客人早一点喝上她泡的菊花茶。

第三道程序是净手，主妇因为动用过火钳之类的物

点击查看茶叶产品排行榜

品，所以要将手洗干净。主妇不管多忙，这道程序是不可避免的。这不仅是讲卫生，而且是讲礼貌。否则，客人会认为是对自己的不恭敬。

第四道程序是洗碗。洗碗分为一洗二清。先用水将碗洗好。随之，再用清水清一次。农妇干活是利索的。所以，将洗碗说成是“车碗”，又叫“水打筒车”。意思是，碗在农妇手里象筒车一样地转。这一洗一清是8只碗。如果客人少于8人呢？也要洗8只碗，俗话说“要喝满盘茶”。当然，客人多于8人时，则可以按实际人数洗碗了。主妇将洗好的碗，摆在圆形茶盘里，于是开始了下一道程序，拈碗。

拈碗是主妇把事前准备好的泡茶作料分拣到茶碗之中。这些作料有：茶叶、菊花、芝麻、豆子、花生米、萝卜丁、姜丝、苍芎、花椒、食盐等，称之为“十样锦”。菊花、萝卜、生姜、苍芎、产生于秋末冬初。每逢这个季节，主妇要腌制好一年的作料。拈碗，看来简单，做来不易。8个茶碗，每碗10个动作，这就是80个动作。这80个动作被称为“点尽曹营将，数清魏国兵”。作料，一般都是事先准备的，但也有的山区不一样。芝麻、豆子，到客人来了才临时炒。这种风俗是主妇的“格外加劲”。主妇用铁勺先炒豆子，三翻四转，等到豆子的腰部开了口子，就算熟了。主妇将它说成是“开口笑”，表示对客人到来的热情，接着呢，利用铁勺的余热炒芝麻。这芝麻一放进有余热的铁勺里，就蹦蹦跳跳。主妇说，这里“跳财招福”，说是对客人到来的欢迎。经过这一系列准备动作之后，水壶里的水也就开了。

点击查看茶叶产品排行榜

接下来就是泡茶了，这是乡俗茶的第六道程序。用壶通常称为“溪壶”,因为泡茶用的水,大多是山溪水,铜质的壶，装上山溪水，烧开以后特别的甘甜。用这种水泡茶，自然是其味无穷。现在，主妇泡茶了。这种泡茶的方法很特别，先提着壶跑圈筛水，这要求“水不断线，碗不断芡”。意思是说，跑圈筛水，碗碗要筛到，而且不能漏水到茶盘里，这叫做“风调雨顺”。接着，主妇猛地高高举起茶壶，逐碗逐碗地冲泡。这一功夫可不简单，开水从壶嘴里冲出，有“一泻千里”之势。这壶筛水的动作,叫“吉星高照”当开水冲到碗里,五颜六色的作料立刻翻腾起来，又出现了“翻江倒海”之状。随之，主妇用筷子在碗中旋动，使食盐溶解，菊花张开，各种味道调和。这叫做“五谷丰登”。这时候呀“十样锦”在杯中千姿百态，五彩缤纷。主妇将筷子一停，碗中便“风平浪静”了,这叫“国泰民安”。这时,芝麻、菊花浮在水面,其他作料沉于碗底。这碗茶,竟是“上不见水,下不见底”。奇哉，妙哉！这就是修水的菊花茶。

第七道程序，上茶。主妇端着茶盘，递到客人面前。客人呢，躬身从盘中用双手取茶，然后坐下。上茶与接茶时要彬彬有礼。尤其是男女之间，要做到“手不相碰，目不相视”。上茶时，也是要分主次和长幼的。最后的一碗才是主人自己的。这叫做“先宾后主”。这种乡俗茶以热情、礼貌贯穿于始终。客人接到茶之后，要稍停片刻，不能马上就喝，这也是喝茶的礼节之一。先用嘴将浮在水面上的芝麻、菊花吹到一旁，然后慢慢地喝。当您喝完了水，就剩下作料了。怎么吃到那丰富多彩、

点击查看茶叶产品排行榜

沉在碗底的作料呢？过去的文人雅士，往往用银制的签子，边掏边吃。现代人喝茶的方法可就爽快多了，索性用巴掌对着碗口一拍，那沉在碗底的作料立刻就被吸到碗口，然后顺势倒入口中。或者，留下少量的水，螺旋式的地荡起作料，在恰到好处之时，倾入口中。茶叶可别吐掉了，要一起吃，这样喝这种茶才会更有味，修水人叫“吃茶”。

第八道程序，接碗。客人喝完了茶，主妇托着圆盘按上茶的顺序或先左后右的顺序将客人的茶碗接回盘中。这时候，客人往往要说一声“谢谢茶”。（以上内容根据《农业考古·中国茶文化专号》第10期陈盛文《中国宁红茶道表演解说词》）。

宋朝宫廷茶之一的“三清茶”，史载是当年南宋高宗赵构皇帝在临安恩赐大臣的。史料记载极为简略，但宋园茶艺馆经过反复研究，认为是时尊奉道教的宋高宗以茶加梅花、松子、佛手这三样清品赐予大臣，自有其宗教和政治意义。如从传统文化和科学饮茶角度来发掘，内涵更为丰富。梅花寓一种精神，又因其五瓣象征五福；松柏冬夏常青，凌寒不凋，寓意长寿；佛手谐音福寿。这三者都是古代文化中的吉祥物，三者同时又都可入药，有滋补壮体的作用。因此，用“三清茶”敬奉宾客，既赋予其积极的新意义，又寄托了人们对健康、富裕、美好生活的向往。“三性”也同时统一于这一艺术的再创造之中。清茶一杯，也能使人们达到清廉、育德、和诚相处、清心自悦的境界。

宋园茶艺馆推出的“三清茶”，源于古代而出于现

点击查看茶叶产品排行榜

代,既保留古风,又揉进现代意识 既反应了品茗者的闲情逸致感，又体现了现代人的节奏明快感，是现代茶艺中的精品。

近年来,来自我国宝岛台湾的‘无我茶会’也值得一提。“无我茶会”是一种茶会形式,与一般茶艺的最大区别是“:为别人泡茶,别人为你泡茶”这种朴素的泡茶方式,注入了中国传统文化中最具哲理的‘无我’精神。

“无我茶会”是人人自备茶具、茶叶,围成一圈,如果事先约定泡四杯茶，则三杯奉给左边的三位茶侣，最后的一杯留给自己。四杯茶到齐后自行品饮。喝完后，泡第二轮,将茶汤置于茶盅内,将茶盘捧出去奉茶,亦是左边的三位与自己的一杯。如此奉完事先约定的泡数，将茶具收拾妥当，结束茶会。

座位由抽签决定，目的在于无尊卑之分，奉茶给左边的人，自己喝的却是来自右边的茶，提醒人们不要有报偿之心。茶会进行间，大家依靠事先约定的速度行事,没有人指挥,奉茶喝茶间也不准讲话,因为只有在静寂的气氛下,才容易体会到茶的美,感受自己的存在,以及人际间、人物间、人地间的互动关系。

茶会举办前,应有一份‘公告事项’发给参加者,说明座位的分配方式与时间的安排。茶会举办前需要安排说明与会演练的时间，让第一次参加的人充分了解茶会进行的方式与精神所在。

座位可使用桌椅或席地而坐。无我茶会的茶具是使用旅行用简便茶具，如泡四杯茶，将一壶两杯用套巾包成一包，另一盅两杯再包成一包，茶叶可事先放在壶

点击查看茶叶产品排行榜

中，另备一只旅行用热水瓶装适量热水，还需要奉茶盘一个。无我茶会使用简便泡茶法，泡茶时直接冲水，适当时间后将茶汤倒入盅中，用茶盅分茶入杯。第二轮以后奉茶盘出去奉茶,不温壶,不烫杯。

“无我茶会”以平民化的泡茶方式,赢得了民众的青睐，以亲切却又精深的哲理使人们在这一活动中获得了主动，寻找到了自我，寻找到了人的价值。

“无我茶会”的生活化，给它的推广带来了极大空间，这也是茶会富有生命力的重要原因。在山野，在公园,在家居,在佛堂,在广场“无我茶会”不拘泥于场地，随时可以进行。在其他社会活动中“无我茶会”都能与之融洽，相得益彰。

“无我茶会”在进行中摒弃交谈,保持安静,企图制造的就是一种参禅的氛围。泡茶，为的不是自己，而是为他人泡茶。这种茶会方式正是中国禅宗中自我解脱方式的写照,通过忘掉自我,而获得心灵中的满足,但茶会的全过程并不是一种消极否定的运动，其中有着非常积极肯定的东西。就是在这“无我”的境地中,茶带来的美感,无尊卑之分的满足感,无好恶之分,非报偿心的淡泊感，无一不给泡茶者带来文化——心理上的享受,而这正是处于当代社会中的民众所最需要的。

“无我茶会”的参与过程实际是一个“悟道”过程。表面看来,茶会选择的地点、时间、人员等等,全无“参禅”、“悟道”的气氛,在很多人们的概念中“参禅”、“悟道”总是与青灯古佛,晨钟暮鼓联系在一起的。其实,中国禅宗的“无我”与“悟道”正如前述,与印度佛教有很大

点击查看茶叶产品排行榜

区别，不是通过禁欲、苦心、坐禅、念佛求解脱，只要求将禅渗透到日常生活中去，以随缘任运的态度对待。这不由使我们想到《五灯会元》卷中的一则故事：一次，众僧请百丈涅众僧请百丈涅槃和尚说法，百丈谓众曰："汝等与我开田，我与汝说大义。"众僧依百丈和尚的话种完田后，再请百丈和尚说法时，百丈却一语不发，乃对众僧们"展双手，众罔措"。众僧所以失措，在于对百丈伸展双手不得其解。实际这并无神秘，在百丈看来，一切明明白白摆在面前，只要吃饭穿衣，耕地种田，便是说法，便是解脱。现实生活就是理想世界，理想世界要在现实生活中去寻找，并非离开现实生活另有什么理想世界，解脱也只能在现实生活中去寻找。"无我茶会"的成功之处，正在于创立者巧妙地将禅融入茶中，且不留斧凿痕迹，更无说教之谦，它通过"得意忘言"、"坐忘"、"心斋"、"为他人泡茶"，为民众创造了一个现实生活中的理想世界。（《农业考古·中国茶文化专号》第11期曹进、赵燕《茶艺的使命与"无我茶会"》）

表演性质的茶艺以舞台上的表演为主，台下观众中只有少数幸运的贵宾才能品到茶，大多数人只能观赏而不能真正的品到茶，但这类表演有利于推广茶的品饮艺术，让更多人了解如何喝茶，如何喝好茶。从某种意义上讲，表演性质的茶艺为茶艺的最高境界——喝好一杯茶奠定了基础。

点击查看茶叶产品排行榜

第三章

万般之始惟有境

——品茗环境

点击查看茶叶产品排行榜

点击查看茶叶产品排行榜

茶道是以中国古文化为背景的。历代茶人名家都很强调人与自然的统一，即老庄道家的哲学思想所主张的“天人合一”。“天”代表着大自然，以及自然规律，在一定程度上反映古人对自然规律宿命观的认同，使生命的节律与大自然运作契合，以表达对自然美的爱慕和追求。因此，古人常把大自然中的山水景物当作感情的载体，寄情于自然的情景交融，顺应于人与自然的和谐，环境也就成为品茶的重要条件。

一、境之为先古人说

饮茶上升到品的高度，也就是艺术审美的境界，人们对品茶的诸多要素的要求也就讲究起来，如茶叶的色、香、味；沏茶用水的品质；茶具的适用与否以及品茗的环境等。从古至今，文人雅士们都十分注意品茶的整体协调美观，即对品茗环境的要求。品茗环境，也就是品茶的场所。人们认为：只有在优美、洁雅、幽静的环境当中，才能真正地体味茶性，从而进入心旷神怡的品茶境界中。那么古人是如何看待品茗环境的呢？

历代茶书中有关品茶环境的论述并不多见，尤其在

点击查看茶叶产品排行榜

明代以前，茶人们更多地将精力放在植茶、造茶、茶品、水品、茶具等方面的研究上，而似乎忽略了对品茶场所的要求。然而，情况并非如此，我们仔细翻一翻茶圣陆羽的鸿篇巨著《茶经》就可得知古人将品茶环境置于何等重要的地位。

《茶经》,中国第一部茶事专著,是陆羽一生从事茶事活动的经验总结。全书共分十个部分，分别是一之源，阐述茶的起源；二之具，介绍茶叶的采制工具；三之造,介绍茶叶的采制工序;四之器,介绍煮茶、饮茶用具；五之煮,论述烤茶、用水与煮茶;六之饮,即饮茶事宜;七之事，列举与茶事有关的人或事；八之出，介绍茶叶产地：九之略，有关饮茶简便从事的要求；十之图，写出茶之张挂。《新唐书·陆羽传》中道“:羽嗜茶,著经三编,言茶之原、之法、之具尤备,天下益知饮茶矣。”陆羽终被后世尊称为茶圣，他的功绩在于，他向天下推广了饮茶，使“茶道”大兴,从宫廷到寺观,从朝臣到百姓,特别是文人学子、名僧们，无不以饮茶为乐，以饮茶为雅，以饮茶来健身、以饮茶来修性。

“一之源”中陆羽写道“:茶之为用,味至寒,为饮,最宜精行俭德之人。”陆羽在这里提出了“精行俭德”四字，就是对饮茶之人养身修性的要求。我们再联系他在“六之饮”里的一段话“:至若救渴,饮之以浆;蠲忧忿,饮之以酒;荡昏寐,饮之以茶。”茶之功用所以区别于水和酒，就是因为饮水只能解渴，喝酒是为了消愁解闷，而饮茶不仅能够解渴、消愁，还能提神解困，甚至振奋精神。相反，饮水、喝酒却不能提神，不能修性育德。陆羽认为品

点击查看茶叶产品排行榜

茶不仅是一种怡神快意的生活享受还是人们修身养性的途径。这些观点无疑奠定了中国茶道理论的基础。

.《茶经》作为第一部系统介绍茶学的专著,对当时以及后世的中外茶文化的发展产生了深远的影响，具有划时代的意义。所以,日本森本司朗在《茶史漫话》中,充满激情地评论《茶经》道:“在这本百科全书式的项目纷陈之中，可称为人生指南的思想脉络贯穿全书……是茶的精神,是俭的美德,是穷苦人自主独立,自力更生,刻苦奋斗的生活规范。”

然而,通篇阅读《茶经》全文,陆羽并没有专门对品茶的环境加以论述，这是不是说陆羽对此并无意识，或根本不以为然呢 当然不是,让我们仔细地品读《茶经·九之略》吧。从字里行间中可以窥见陆羽环境论之一二，陆羽认为在一定的情况下饮茶，有时受条件的限制，饮茶的器具可以从简。

> 其造具，若方春禁火之时，于野寺山园。丛手而掇,乃蒸、乃舂、乃炀,复以火干之,则又棨、扑、焙、贯、棚、穿、育等七事皆废。其煮器，若松间石上可坐，则具列废。

在郊外的寺庙或山野中,不光是诸如棨、扑、焙等制茶工具可省,仅用手采摘茶叶,就地蒸、捣、烘烤干燥茶叶即可。如果用干透的木柴直接在有三只脚的大口锅下烧火,“则风炉、灰承、炭棰、火筴、交床等废”。如果是在欣赏泉水或居高临下观看涧中溪流，则“水方、涤方、

点击查看茶叶产品排行榜

漉水囊废”。如果是五人以下出游，用茶也很精细且可以玩味的，则“罗(箩)废”。如果是攀藤附葛，登上很险的山崖，或者沿着粗大的绳索进入山洞中饮茶，那么事先在山口外就要烤好茶叶，将之捣碎成末。用纸包好或用盒子装贮，则“碾、拂末等废”。只要用一个“筥”来盛装瓢、碗、夹、札、熟盂、盐盒就可以了，连“都篮”也可不要。

从以上陆羽的论述，我们可以看出，所谓的在一定情况下可以简便从事，是指处在山野丛林之中，由于环境条件所限，茶具可尽量简省。换句话说，陆羽一向重视的饮茶器具可受饮茶的环境的制约，随着环境的变化而变化，所以陆羽说“：但城邑之中，王公之门，二十四器阙一，则茶废矣。”而在城市中生活的如王公贵族一般的非常讲究的人家，饮茶的二十四种器具中缺少任何一种，就算不上品茶了。饮茶所处环境的不同，或在山野丛林或在家中，直接导致了对饮茶器具的要求的变化，可见陆羽并非不考虑饮茶的环境，实际上陆羽以饮茶环境为先，而茶品、茶具、水品的论述都是在此基础之上的。

唐宋茶诗中丰富的品茗环境描写也表现了唐人宋人的饮茶环境意识。杜甫的五律《重过何氏五首（之三）》诗曰“：落日平台上，春风啜茗时。石阑斜点笔，桐叶坐题诗。翡翠鸣衣桁，蜻蜓立钓丝。自逢今日兴，来往亦无期。”诗中写的是春日的傍晚，作者在何氏山林的平台上饮茶，兴之所至，便倚着石阑在桐叶上题诗咏怀。身旁的环境是翡翠鸟与蜻蜓做伴。在清新宁静的自然

点击查看茶叶产品排行榜

环境中饮茶吟诗，这首诗整个给人的感觉犹如一幅色调雅致的“饮茶题诗图”。

“素沙见底空无色，青石潜流暗有声。微渡竹风涵淅沥，细浮松月透轻明。桂凝秋露添灵液，茗折香芽泛玉英。因是梵宫连洞府，浴池今化醴泉清。”这是唐代李绅作的一首七律《别石泉》。该诗极赞惠山石泉水，这从其小序中可看出，惠山泉水“在惠山寺松竹之下，甘爽，乃人间灵液。清澄鉴肌骨，含漱开神滤，茶得此水，皆尽芳味。”然而诗正文中却全然以景释物，无议论及评判石泉水之词，全篇皆栩栩如生的景物环境描写，反而使效果更加强烈。其中“素沙”指水中的白沙，说明水的清澈。“潜流”指潜伏在地面下流动的水，表明是活水。“渐沥”，指微风吹动竹叶发出的声音。“灵液”即泉水。“玉英”则为煎茶时茶汤泛起的饽沫，如洁白如玉的花一样美好。在清澈见底的泉水边，伴着汩汩的潜流，淅沥的竹声，松月倒映，丹桂凝露，煎茶烹茗，诗意在阵阵茶香中盎然显现，不由得让人神往。

宋人对品茗环境的讲究也颇具特色，试看宋朝李南金所作《茶声》一诗：“砌虫唧唧万蝉催，忽有千车捆载来。听得松风并涧水，急呼缥色绿瓷杯。”煎茶时沸水所发出的声音本已使人觉得悦耳快意了，而作者仍觉得不够，身处流水边，松涧中，作者把听到的唧唧的如蝉鸣的虫声、独轮小车发出的吱吱嘎嘎的声音、风吹松林发出的松涛声以及溪涧中的流水声与煎茶水声相融，形成了独具意趣的“茶声”，宋人开始在幽境中寻觅闲适、灵动的乐趣了。

点击查看茶叶产品排行榜

然而，宋人对品茗环境的论述终究较少，这多少与宋人风迷斗茶有关。宋代斗茶蔚然成风，朝野上下没有不斗茶的。而斗茶场所一般是市井闹市，人多喧杂，便不用谈什么环境的雅静了。

虽说金元时期的茶事活动一直处于低谷，但茶学并没有停止其向前发展的脚步，元人饮茶同样也十分注重环境的选择。元代倪瓒曾绘有一幅“茶屋图”，该图虽已不再能见，但从其所存题诗上仍可窥其风致，诗曰：“龙门秋月影，茶屋白云泉。不与世人赏，瑶草自年年。上有天池水，松风舞沦漪。何当蹑飞凫，去采池中莲。”根据诗中的描述，“茶屋图”上有白云泉、天池、瑶草、青松，还有池中的莲花，景致怡人，是为烹茗之所也。钱杜撰写《松壶画赘》时，卷上著录此画，并称其“极淋漓酣适之致，观者如入龙藏中斗奇宝也。”

陆羽之后的茶学家们对饮茶环境的认识日益深入，尤其是到了明代，人们对环境愈加重视，茶书中亦开始专门阐述饮茶环境。明代，这一被当时人称为“天崩地解”、“纲纪凌夷”的时代，由于承平日久，生产力持续稳定地发展，物力渐舒，城市也日趋繁华。受这一时期政治、经济及社会思潮的影响，明代的文人、士大夫及隐逸等逐渐开始在品茶当中追求一种幽雅的饮茶情趣，这是在唐陆羽的借对品茶人品“精行俭德”的要求所提倡的修身养性说之上的一个提高。宋徽宗在《大观茶论》中记载当时的饮茶：

点击查看茶叶产品排行榜

今百废俱兴,海内晏然,垂拱密勿,幸致无为 缙绅之士,韦布之流,沐浴膏泽,熏陶德化,盛以雅尚相推，从事茗饮……而天下之士，励志清白,竞为闲暇修索之玩,莫不碎玉锵金,啜英咀华,较筐篋之精,争鉴裁之别,虽下士于此时，不以蓄茶为羞，可谓盛世之清尚也。

品茶是宋人的一种‘清尚”,而明人则进一步在这种“清尚’中追求幽雅。他们将品茶与吟诗、泼墨、弦歌舞曲等各类艺术品鉴联系在一起，赋予品茶更多的艺术审美内涵。让我们看看明人冯可宾的《岕茶笺》中所列举的饮茶宜忌等事项吧。饮茶宜‘无事、佳客、幽坐、吟咏、挥翰、徜徉、睡起、宿醒、清供、精舍、会心、赏鉴、文僮”,饮茶禁忌则是‘不如法、恶具、主客不韻、冠裳苛礼、荤肴杂陈、忙冗、壁间案头多恶趣。’看来,饮茶应在清闲无事或佳客来访时,独自幽坐之时,吟咏诗文之时,挥笔抒怀之时,独自在室内徘徊之时,恹睡初起之时,酒醉未醒之时，山家清供之时，与僧清谈之时，或是在心情疏朗之时，在品鉴赏玩之时，在与书童闲谈之时。如果不遵循既定的规矩或茶具不适宜、主人与客人之间的情趣不同，在必须穿戴官服且礼仪严格的场合、在堆满荤腥的案头、在公务繁忙的时候、墙壁案头有败人兴致的东西时，这些情况都不宜饮茶。基于这种饮茶风尚，明人注重雅致、意趣的品茗环境也就不足为奇了。

在诸多明代环境论中，许次纾的观点是较有代表性的一个,他在《茶疏》中谈到饮茶时必须：

点击查看茶叶产品排行榜

心手闲适、披咏疲倦、意绪纷乱、听歌拍曲、歌罢曲终、杜门避事、鼓琴看画、夜深共语、明窗净几、洞房阿阁、宾主疑狎、佳客小姬、访友初归、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、酒阑人散、儿辈斋馆、清幽寺观、名泉怪石。

其中风日晴和、轻阴微雨、小桥画舫、茂林修竹、课花责鸟、名泉怪石等都是品茶时所处的自然环境。明窗净几、小院焚香等则是人文环境。其他还有饮茶时的心境,如心手闲适、披咏疲倦、意绪纷乱等。而且要有佳客小姬相伴，听歌拍曲、鼓琴看画。可见明人力求在幽雅的饮茶环境中追求的是一种心的宁静与性灵。

许次纾还强调饮茶不宜近‘阴室、厨房、市喧、小儿啼、野性人、童奴相鬨、酷热斋舍。”

综观上述这些对饮茶环境的论述，我们可将之归纳为清、幽、静、雅四字,而且在其他明代茶人的著作中也反映出与之类似的观点。如徐文长在《徐文长秘集》中的品茶十二宜:宜精舍、宜云林、宜永昼清淡、宜寒宵兀坐、宜松月下、宜花鸟间、宜清流白云、宜绿藓苍台、宜素手汲泉、宜红妆扫雪、宜船头吹火、宜竹里飘烟。字里行间显露的都是飘逸闲适、清幽淡雅的意境。在精致的茶室中或在幽疏林中与友人雅士们日间清淡之时，寒夜独坐之时,松间明月下、花香鸟语间、清流旁、浮云下、水边鲜绿的苔藓映入眼帘，或在船头吹火烹茶，或是竹林里飘起淡淡的炊烟，置身这种环境之下，以清静闲适的心

点击查看茶叶产品排行榜

情来品茶,伴着淡淡茶香来品悟人生、感观世界,才能达到真悟及永恒的境界。

明代陈继儒所作四言诗《试茶》也表现了作者特意营造饮茶环境的举动。作者到野外煮茶、饮茶，有意寻找一个“绮阴攒盖”的场所来试茶。全诗如下：“绮阴攒盖,灵草试旗。竹炉幽讨,松风怒飞。水交以淡,茗战而肥。绿香满路,永日忘归。”绮阴攒盖”大意指华丽的树阴下，作者特选这种幽静深远，古风犹存的场地来烹茶，自有其深意。置身在古木参天的林中，在树阴底下用竹炉煎茶,燃起松枝,火势很旺。煮茶的水味清淡爽口,斗茶的茶芽肥壮翠绿。回家的路上闻到从绿色的茶树上散发出来的清香，觉得轻松悠逸，惬意忘归。可见陈继儒应是深得前人烹茶选境之意的。

除了在野外林中、云下松边的意境之外，古人还尤钟水上船中夜色之下的景致。明人袁中道曾作诗一首：“酒是惠山泉，茶是惠山水。山色平拖蓝，春月更和美。画船开两轩，月色入船里。对月举酒杯，侍儿亦可喜。如此好景光,端无复睡理。”(《惠山夜坐》)诗人在和美的春月下,画船中,饮惠山泉水烹制的茶水,目之所及是蔚蓝的山色,明媚的月色,面对这“如此好景光”,睡意顿失,情趣盎然。

清、幽、静、雅四字中,文人雅士们对“静”的追求,有其极深的思想渊源，与老庄之学的“虚静”说不无关系。

老子说：“致虚极,守静笃。万物并作,吾以观复。夫物芸芸,各复其根。归根曰静,静曰复命。”(《老子》十六章）老子主张回归心灵的宁静清明，克制私欲的膨胀，

点击查看茶叶产品排行榜

使人的生活和社会发展都恢复到淳朴健康的状态。庄子也认为“夫虚静恬淡寂漠无为者,天地之本,而道德之至。”(《庄子·天道》)将‘静’视为宇宙天地间万事万物存在的基本法则和人格修养的极致。庄子还认为有了虚静的心灵，人才有可能把握自己在宇宙间的位置，他说“以虚静推于天地,通于万物,此谓之天乐。”(《庄子·天道》) 便是希望人们以虚静澄澈的精神作为安身立命之本,顺应自然,融涵万物,这才能达到‘天乐’的境界,亦即他曾说过的‘天地与我并生,而万物与我为一”(《齐物论》)的永恒境界。

嵇康宣称“夫气静神虚者,心不存于矜尚”(《释私论》),并以其作为‘越名教而任自然’的思想基础。隐逸诗人陶渊明自述称“闲静少言,不慕荣利”(《五柳先生传》),在他看来只有在宁静的田园生活里才能找到精神的最终归宿。山水诗人王维表白“吾生好清静,蔬食去情尘”(《戏赠张五弟湮三首》之三),因此他最倾心于‘谷静秋泉响,岩深青霭残”(《东溪玩月》)的自然风光。白居易的座右铭是“修外以及内,静养和与真”(《续座右铭》),心境的宁静,使他在人生的挫折困顿中得到精神的寄托。苏东坡论证：“夫人之动，以静为主。神以静舍,心以静充,志以静宁,虑以静明。其静有道 得已则静,逐物则动。”(《江子静字序》)他在静中寻求的是独立的人格自尊。可见,这种追求‘清静’的思想对我国传统的民族心理结构的影响极其深远。

“静”的思想的产生是人生理想与现实状况发生矛盾冲突之后的产物。它把生活中的悲怆与痛苦化解为

点击查看茶叶产品排行榜

恬淡超然的人生取向，成为一种韧性的生命力和精神支柱，从而超越了功名利禄等外物的诱惑及生活中的坎坷蹉跎，以豁达坦然的心灵对待人生。“静”的思想体现了封建专制重压下人们的生活智慧，它一代代积淀下来，并渗透到传统文化的宇宙观，政治观、人生观、艺术观、养生观、宗教观等各个领域。正如李大钊先生曾经指出的那样，中国文化的特质就在于它“全为静的”。

我国饮茶习俗起于汉魏，盛兴于唐朝，由一般品饮进入艺术的境界。在这个过程中，人们逐渐领悟到了茶须静品和品茶能致人宁静的道理。所谓茶须静品本质上正是崇尚清静这样一种文化精神的外在映现。在这方面古人颇有论述，如苏东坡曾经称赞《品茶要录》的作者黄儒说“：非至静无求，虚中不留，乌能察物之情如此其详哉！”（《书黄道辅〈品茶要录〉后》）

这就表明品茶者先应摒弃外物的干扰，保持恬静宽松的心态，方可在饮茶中领略到淡雅温馨的情趣、品味出人生的意义。宋徽宗《大观茶论·序》也指出“：茶之为物……冲淡闲洁，韵高致静，则非遑遽之时，可得而好尚矣。”意思说饮茶切忌鲁莽慌乱，心绪不定，否则便不会体验茶中蕴含的“韵高致静”的精妙之处，而须举止宽缓闲雅，态度冲淡安详，于是茶的清香就会引导人的性情进入一个清静安适、恬淡平和的境界（《农业考古·中国茶文化专号》第6期王建《静 茶文化的精神》）。

可以说，明代茶学发展的一大贡献就是对品茶环境论的突破与完善。在明人的努力下，品茶达到了精神审美享受的最高峰，人们进而在品茶过程中探求人生的真

点击查看茶叶产品排行榜

谛，渗入哲学的思考。这些都与品茶环境的讲究无不相关。而清代茶学正是延续着明人的足迹走下来的。试看清人杜濬作的《北山啜茗》诗中对饮茶的描写“雪罢寒星出，山泉夜煮冰。高窗斟苦茗，远壑见孤灯。拾级瓢常润，归房杖可凭。下方钟鼓发，残月又东升”。雪夜寒星下，诗人凭窗饮茶，远处山壑中一盏孤灯在一片黑暗中闪烁。更鼓钟声在深夜中敲响，东边一轮残月挂在冬夜的空中。诗中表现的寒夜之景、孤寂之情，让人回味无穷。

清人亦用茶来屏障尘世，保持身心的清静。阮元曾作《正月二十日学海堂茶隐》来显示自己的清廉之风。作为一位爱茶人同时又历任巡抚、总督等官职，阮元在其任职期间，每逢生日，便停止办公一天，邀请亲朋好友，特选在山间或竹林等幽静的场所，饮茶吟诗，痛快地闲游一日，所以称为“茶隐”，即隐之于茶。他的这首诗是这样写的“又向山堂自煮茶，木棉花下见桃花。地偏心远聊为隐，海阔天空不受遮。儒士有林真古茂，文人同苑最清华。六班千片新芽绿，可是春前白傅家。”阮元在东园竹林山堂下煮茶以避客，堂外植木棉花10余棵，与堂中的数百余株桃花交相辉映。在此环境中避世烹茗独显作者质洁清高的志趣，为后世广为称颂。

二、竹雨松风山水间

茶性本自然，茶本是大自然之子，禀赋自然山川之

点击查看茶叶产品排行榜

灵性，所以宋徽宗说得好“至若茶之为物，钟山川灵禀”（《大观茶论》）。在大自然的气息中，在青山绿水的交相辉映中品茶，更能品出茶之真味、更能体悟超凡脱俗的意境，更能净化人的心灵、高扬人的品格。这是由茶的自然属性决定的，茶之灵性、茶之魅力、茶之精髓，在大自然的怀抱中才能得到最充分的抒发和释放。

因此，唐宋时期，古人饮茶常置身于大自然的山水之间，在如画的山水中品茶，追求那种超凡脱俗的野趣。唐代刘言史曾与孟郊到洛北作“野外之饮”，并作诗曰，“粉细越笋芽，野煮寒溪滨。恐乖灵草性，觞事皆手亲。敲石取鲜火，撇泉避腥鳞。荧荧爨风铛，拾得坠巢薪。洁色既爽别，浮氲亦殷勤。以兹委曲静，求得正味真。宛如摘山时，自啜指下春，湘瓷泛轻花，涤尽昏渴神。此游惬醒趣，可以话高人。”他们随身携带着越州茶叶，在野外溪边亲自动手煮茗，敲石取火，撇泉取水，捡掉在地上的鸟窝当柴火，在煎茶煮茗的过程中享受大自然的滋润，深感惬意，甚至有与世外“高人”心灵相通的神致。茶的至灵至性就是在这种意境中被人们体悟而深深地打动人心。

唐代大诗人白居易于会昌五年（公元 845 年）邀请九位七八十岁的老人饮茶赏景，作诗云“山茗煮时秋雾碧，玉杯斟处彩霞鲜。临阶花笑如歌妓，傍竹松声当管弦。虽未学穷生死诀，人间岂不是神仙。”（《洛中九老会》）这里描写的是一种怎样的品茶场景啊，人们在彩霞、鲜花、篁竹以及松林的摇动声中品茶，难怪白居易称之“人间岂不是神仙”。在此神仙境界中品啜一杯茶，世

点击查看茶叶产品排行榜

俗的烦恼与忧愁都烟消云散，生命由此而变得更纯净而美好。

唐代品茶高手宰相李德裕，虽然身居高位，享尽荣华富贵，但是他品茶时仍追求自然朴实的阳光灿烂以及温醇和缓的潺潺溪流“谷中春日暖，渐忆掇茶英。欲及清明日，能销醉客醒。松花飘鼎冷，兰气入瓯轻。饮罢闲无事，扪萝溪上行。”（《忆茗诗》）看来在富丽堂皇的楼台殿阁之中饮茶还是不如在朴素淡雅的山水之间当中得以进入品茶的真正境界。

明代嗜茶的皇帝朱权又是如何看待品茗环境的呢？他在《茶谱》中写道：

> 凡鸾俦鹤侣，骚人羽客，皆能志绝尘境，栖神物外，不伍于世流，不污于时俗，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。乃与客清谈款话，探虚玄而参造化，清心神而出尘表。命一童子设香案携茶炉于前，一童子出茶具，以瓢汲清泉注于瓶而炊之。然后碾茶为末，置于磨令细，以罗罗之。候汤将如蟹眼，量客众寡，投数匕入于巨瓯，候茶出相宜，以茶筅搀令沫不浮，乃成云头雨脚。分于啜瓯，置之竹架。童子捧献于前。主起，举瓯奉客曰“为君以泻清臆。”客起接，举瓯曰：“此非不足以破孤闷。”乃复坐。饮毕，童子接瓯而退。话久情长，礼陈再三，遂出琴棋。故山谷曰：“金谷看花莫漫煎”是也。卢仝吃七

点击查看茶叶产品排行榜

碗，老苏不禁三碗，予以一瓯，足可通仙灵矣。使二老有知，亦为之大笑。其他闻之，莫不谓之迂阔。

“泉石之间”、“松竹之下”、“皓月清风”，看来明代的皇帝，既使身处富丽堂皇的宫殿之中，亦深为清幽自然的山水环境陶醉。

中国历代文人喜好山水，这与中国传统的老庄思想、禅宗以及隐士文化有着相当密切的关系。

“自然”是老庄哲学特有的范畴。其所谓“自然”，不是近代所谓与人类社会相对而言的自然界，而是一种状态，即非人为，本来如此的，天然而然的。“真”，是道家特有的哲学范畴。老子把“真”视为道的精髓、修身的极志。《庄子》对“真”有一个界定：“真者，精诚之至也……真者，所以受于天也，自然不可易也。故圣人法天贵真，不拘于俗。愚者反此，不能法天，而恤于人；不知贵真，禄禄而受变于俗，故不足。”（《渔父》）这就是说：“真”是一种至淳至诚的精神境界，这境界是受之于天的，性分之内的，自然而然的。不受礼教约束的，没有世俗伪饰的，保持其天性的人，就是“真人”。

所以说庄子哲学突出了个体存在，他关心的不是伦理、政治问题，而是个体存在的生命与精神问题。他突出地要树立的一种理想人格的本质特征是要把一切为仁为义为善为名为利等等所奴役所支配所束缚的“假我”、“非我”统统舍弃掉。只有“吾丧我”，才能达到或取得“真我”。这种“真我”与自然融合为一体，即自然（李

点击查看茶叶产品排行榜

泽厚《中国古代思想论》)。

魏晋玄学即是在老庄思想的基础上形成的，以后又吸收了佛学的成分。玄学中崇尚自然的思想进一步确立了以“自然”与“真”为上的审美理想。文人们意表自然，同时又借山水风景形成象喻，或借着参悟山水风景印证老庄思想，形成了独特的理趣，人与自然的关系在不知不觉中更近了一步。

此外，以悟道为修行方式的禅宗在中国的形成与文人喜好山水也有着血肉渊源。“悟道”即用种种形象直觉的方式表达和传递那些被认为本不可表达和传递的东西。禅宗的悟道不是思辨的推理认识，而是个体的直觉体验。禅宗的“顿悟”,是对时间的某种神秘领悟,即所谓“永恒在瞬刻”或“瞬刻即可永恒”这一直觉的领悟。而禅宗的“悟”所追求的淡远心境和瞬刻永恒,经常假借大自然来使人感受或领悟。在欣赏大自然风景时，人不仅感到大自然与自己合为一体，甚至似乎理解了整个宇宙的某种合目的性的存在，产生了一种非常高级的审美感受(李泽厚)。

古代的僧人们以茶悟道,追求“茶禅一味”的境界也注重与大自然山水同在。唐代僧灵一作有《与元居士青山潭饮茶》一诗,诗曰:“野泉烟火白云间,坐饮香茶爱此山。岩下维舟不忍去,青溪流水暮潺潺。”诗中写作者与元居士划船来到青山潭,在青溪流水边,白云间,取野泉煎茶、饮茶,边啜边观赏山水美景。到日暮还舍不得乘舟归去。字里行间透露出闲适之趣，山水之乐。

与僧人们相似的是道士们也将饮茶视为修身养性

点击查看茶叶产品排行榜

的途径，同样追求幽雅清静的品茗环境。唐代著名诗人温庭筠的《西陵道士茶歌》描述了西陵道士煎茶、饮茶的情景。诗为“乳窦溅溅通石脉，绿尘愁草春江色。涧花入井水味香，山月当人松影直。仙翁白扇霜鸟翎，佛坛夜读《黄庭经》。疏香皓齿有余味，更觉鹤心通沓冥。”在月下松间，石畔泉边，道士汲水烹茗，生炉煎水。松树在月光下的倒影与人影相映，道士品着香茶，诵读着《黄庭经》，在茶香中回味经书的意旨，感觉仿佛与天地相通。

除儒释道外，隐士文化也与文人亲近自然山水相关。隐士文化是以隐逸遁世的生活模式、归返自然的生命意识、随运委化的人生哲学、无为自适的价值观念、清简玄远的审美标准为主要内涵的（章尚正《中国山水文学研究》）。魏晋之后，隐逸之风弥漫朝野，再加上道教佛教的空前流行，诱导士子遁入宗教之门，形成了天下士僧共隐共游的新风尚。他们一改先秦两汉隐士的生活方式，不再“躬耕渔樵，岩栖穴住”，而是热衷于游赏山水以悟道。当时名士所钟情的“良辰、美景、赏心、乐事”都以自然美为对象，山水自然不仅成为他们审美的对象还是他们的生活必须，精神的寄托。

实际上老庄、禅宗以及隐逸的思想都是相通的，文人在自然山水间以茶为媒对人生、对世界产生感悟，情感、心境趋向宁静、淡雅，达到天人合一的境界。大自然的朴实、纯挚使置身于其中，品啜香茗的人们真正地体会到庄子的“真我”、禅的“瞬刻永恒”以及隐逸的返璞归真。在茶与自然的结合中，人们忘怀得失，摆脱世俗的干扰，真正获得生命的力量与生活的乐趣。

点击查看茶叶产品排行榜

明代晚期，由于特定的社会历史背景，文人们更倾向老庄、禅宗以及隐逸思想，以追求的舒放和生活的乐趣为目标。所以，文人们着意在幽雅的山水胜境中品茶休闲，享受淡泊宁静而又高洁雅致的生活意趣。这也是之所以明代茶书中出现了如此丰富细致的对品茗环境刻画的原因。如屠隆在《考槃余事》中就写道“：茶之为饮，最宜精行修道之人，兼以白石清泉，烹煮如法，不时废而或兴，能熟习而得味，神触心醉，觉与醍醐甘露抗衡，斯言赏鉴者矣。”饮茶最适合那些修道之人，在大自然的白石清泉边烹茶，只要烹煮得法，体悟茶之真味，那种神触心醉的感觉就像饮了醍醐甘露一般。看来，若非处于有着白石清泉的自然环境中，未必能体会到如此心旷神怡的感觉。环境在品茶过程中所起的作用是其他品茶要素所不可比拟的。

明代其他茶书中亦有不少对山水风光追求的描写。如许次纾《茶疏》中有诸如“风日晴和、轻阴微雨、小桥画舫、茂林修竹、名泉怪石”等“宜饮”的描写。陆树声的《煎茶七类》中有“煎茶非浪漫，要须人品与茶相得。故其法往往传于高流隐逸有烟霞泉石磊块胸次者”，“茶候，凉台净室，曲几明窗，僧寮道院，松风竹月。晏坐行吟，清谈把卷。”明人对饮茶人品的要求也上升到“高流隐逸者”，而且须具有“烟霞泉石磊块胸次”。这胸中有“烟霞泉石”者至少应该是一个热爱大自然，亲近自然山水之人。至于“松风竹月、晏做行吟、清谈把卷”的意境就更不必多说了，陆树声亦为钟情于山水性灵的茶人之一。此外，冯可宾的饮茶十三宜以及徐渭的《徐文长秘

点击查看茶叶产品排行榜

集》中都有不少有关饮茶山水环境的描述。

明人的不少游记中也记载了不少在山水揽胜中寻求品茶幽雅之趣的内容。如晚明茶人吴从光的《茶说》，他谈到了自己品茶的体会，亦十分别致，他认为人生在世的‘赏心事’莫过于‘弄风研露，轻舟飞阁。山雨来，溪云升。美人分香，高士访竹。鸟幽啼，花冷笑。钓徒带烟水相邀，老衲问偈，奚奴弄柔翰。试茗，扫落叶，趺坐，散坐，展古迹，调鹦鹉。乘其兴之所适，无使神情太枯”。无论是重钓问偈还是弄翰试茗，在轻风云露，浮云溪雨、鸟啼花飞之季，吴从光追求的正是大多数晚明文人崇尚的闲适、享受、超脱的生活情趣。在山水间烹茗自娱是他们抒发自我，抚慰心灵的手段。

文人酷爱山水，往往借山水风景喻人。大自然风光无限，花鸟草虫，浮云流水、绿树青山、月影林疏等都是文人借喻的对象。我们总结文人们对品茗环境的论述，发现他们尤爱与松竹相伴，对啜品茗，不能不说这与松竹本身所包含的文化底蕴有直接的联系。

白居易把竹比做君子；苏东坡在肉与竹不可兼得的情况下，宁愿舍肉而取竹 郑板桥更是爱竹而画竹，他高度赞扬竹的品性“竹之体，瘦劲孤高，枝枝傲雪，节节干宵，有似乎士君子豪气凌云，不为俗屈”“瘦劲孤高，是其神也，豪气凌云，是其生也，依于石而囿于石，是其节也 落于色相而不滞于梗概，是其品也。”如此爱竹之人，同时也是一爱茶人。他曾在《题画》中写道“：茅屋一间，新篁数竿，雪白纸窗，微浸绿色。此时独坐其中，一盏雨前茶，一方端砚石，一张宣州纸，几笔折枝花，朋友来，风

点击查看茶叶产品排行榜

声竹响,愈喧愈静。’新竹、笔砚、纸墨、香茗、朋友,称其为深谙生活乐趣的怪才，郑板桥当之无愧。傲雪凌霜的松树也是茶人的最爱，古人常以松树比喻高洁之士挺拔傲岸的人格和坚贞不屈的情操。按照中国茶道的君子比德的审美观点，历代茶诗中的品茗环境描写以松竹最多。如唐王维有‘茶香绕竹丛”,宋张来有‘蓬山点茶竹阴下”,明高启有‘竹间风吹煮茗香”,唐王建有‘煮茶傍寒松”,宋林逋有‘清话几时搔首后,原和松色劝三巡”,元代倪云林有‘两株松下煮春茶”,明代沈周有‘细吟满啜长松下’的诗句。

最后让我们读一读唐代著名诗人“大历十才子”之一的钱起与友人欢度茶宴之后写下的《与赵莒茶宴》诗，“竹下忘言对紫茶，全胜羽客醉流霞。尘心洗尽兴难尽，一树蝉声片影斜。’诗人用白描的手法,写在翠竹之下饮紫笋茶，茶的味道比流霞仙酒还好。饮过之后，已浑然忘我,世俗之念全消,而饮茶的兴致却更浓了,直到夕阳西下才兴尽而散。这又是一幅生动的雅境啜茗图，除了令人神往的竹境之外，诗人还以蝉为意象，使全诗所烘托的闲雅志趣愈加强烈。正如我们所知，蝉与竹一样是古人用以象征峻洁高志的意象之一。蝉与竹、松等这些自然之物构成的自然意境是多少文人穷其一生追求的目标，人们试图在自然山水的幽静清雅中拂去心灵的尘上,舍弃一切尘世的浮华,与清风明月、浮云流水、静野幽林相伴，求得心的净化与升华。

当今，在现代化的都市发展越来越快的今天，现代人突然发现自己离大自然的距离越来越远。而快节奏

点击查看茶叶产品排行榜

的生活更使我们失去了许多闲适、雅致的生活情趣，更不用说在青山绿水间品啜佳茗了。在城市的日益扩张的机器声中，大片土地上立起了一幢幢高楼大厦，人们生活在钢筋混凝土的建筑中，有一天忽然从梦中惊醒，纷纷复归自然。亲近自然已成为现代人生活的时尚，近几年来，旅游业悄然兴起，保护自然环境也逐渐为社会所重视，相信在不久的将来，像古人那样在清风、明月、篁竹、松林、鲜花、芳草、朝霞、鸟鸣的自然景物中品茗会友，感悟人生亦能成真。

三、茶馆茶室情亦浓

晚明的文人、士大夫、隐逸等除了在山水揽胜中寻求超凡脱俗的品茶意境外，还着意在居家庭院中布置幽雅的环境，营建日常生活中的世外桃源。比如有些茶文化专家们提倡在家中构建幽雅的精舍供品茗之用。

徐渭在《徐文长秘集》中谈品茶，首先就指出“品茶宜精舍”；冯可宾《岕茶笺》的饮茶十三宜也即“精舍”。许次纾在《茶疏》着不仅描述了得趣于自然山水的饮茶，还为大家构建了“茶所”，即“小斋之外，别置茶寮，高燥明爽，勿令闭塞。壁边列置两炉，炉以小雪洞覆之，止开一面，用省灰尘腾散。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，巾帨悬之。见用之时，即置房中，斟酌之后，旋加以盖。毋受尘污，使损水力。炭宜远置，勿令近炉，尤宜多办，宿干易炽。

点击查看茶叶产品排行榜

炉少去壁,灰宜频扫,总之以慎火防爇,以为最急。”许次纾的‘茶所’中烹茶、饮茶用具摆放井然有序,洁净清爽,朴素自然，与明代另一品茶高手陆树声的风格截然不同。退官隐居的陆树声在他的《茶寮记》中描述了他对茶寮的构建：“园居敞小寮开啸轩埤垣之西，中设茶灶，凡瓢汲、罂注、濯拂之具咸庀，择一人稍通茗事者从之，一人佐炊汲。客至，则茶烟隐隐竹外，其禅客过从余者，每与余相对结跏趺坐,啜茗汁,举无生活。”这种与禅相通的品茶意境表现了陆树声的超脱尘世之外的归隐情趣。

唐朝已有茶室，或称茶寮，是古人读书、品茶的小屋、小室。寺院中也有这种品茶的小斋。相传唐宣宗时洛阳一和尚“惟嗜茶,凡履处惟茶是求,或过百碗,不以为厌”。他平日煎茶、饮茶的小室就是‘茶寮’,也许正是由于嗜茶的生活习惯使他活到 130 岁高龄。

明代的茶室已成为品茶的专室，构建布局一般幽雅清寂，是文人雅士们品茗作诗、与友人聚谈的场所。明人文震亨在《长物志》卷一中有专门描述“构一斗室,相傍山斋,内设茶具,教一童专主茶役,以供长日清淡,寒宵兀坐,幽人首务,不可少废者。”

焚香品茗也是古人追求的一种品茗意境。在雅致的精舍里,轻烟袅袅之下,一杯清茶可使烦乱、索然的心绪得到平复,令人心胸开朗。许次纾在《茶疏》中有‘小院焚香’之说。陈继儒在《小窗幽记》亦有‘独坐丹房,潇然无事,烹茶一壶,烧香一柱,看达磨面壁图,垂帘少顿,不觉心静神清’的叙述。对于焚香所营造的幽雅谐趣的

点击查看茶叶产品排行榜

环境,以文震亨的《长物志》描写得最生动详细:“香,茗之用，其利最溥。物外高隐，坐语道德，可以清心悦神；初阳薄暝,兴味萧骚,可以畅怀舒啸;靖窗拓帖,挥麈闲吟,篝灯夜读,可远辟睡魔;青衣红袖,密语谈私,可以助情热意;坐雨闭空,饭余散步,可以遣寂除烦;醉筵醒客，夜雨蓬窗,长啸空楼,冰弦戛指,可以佐欢解渴。品之最优者以沉香、茗茶为首,第焚煮有法,必贞无韵士,乃能究心耳。”(卷十二“香茗”条)

看来，以香伴茗不仅为茶室中饮茶增添了幽雅的情趣，使饮者的心情平静、清醒，更重要的是文人们安逸、满足的生活体现。

文人们孜孜以求的幽雅境界，还以客人的多少为准。明文人强调客少则幽。张源说：“饮茶以客少为贵，客众则喧,喧则雅趣乏矣。独啜曰神,二客曰胜,三四曰趣,五六曰泛,七八曰施。”(《茶录》)。而徐渭则独钟“寒宵兀坐”的感受。一人独坐，自省自悟，品出茶的真性，体会人生百味，达到天地人相通的境界。与情趣相投的好友相对品茗，畅谈天下之事，得到身心的愉悦与放松。三人行,必有我师,品茗谈天中交换信息,有所进益。

现代茶室有两种，一种是对外营业的经营型茶室，一种是家庭中自设的茶室。

据童启庆《习茶》,经营型茶室的选址一般有以下数类：

一是选在风景名胜区，山水俱佳，为品茗增色。在现代，几乎全国各个风景名胜区皆设有茶室，风格各异。游客在一路饱览大好风光之余，正是舟车劳顿之际，可

点击查看茶叶产品排行榜

于绿荫掩映中的茶室小坐片刻，泡一壶当地出产的名茶,慢慢品饮。凭窗而坐,远眺则湖光山色尽收眼底,近观则佳木扶疏、鸟语花香。杭州西湖以秀丽名扬天下，茶室成为点缀其间的小景，幽趣盎然。如在龙井、虎跑、云栖等茶室中,品饮虎跑水所泡的龙井茶,举目四望,林壑优美,令人俗念全消。

二是选在市井中心、河埠码头等交通集散之地。因为此地是人来客往之地，在此处设立茶室可以使人们在忙于生计之间得以休闲片刻，或为过往旅客在候车候船以及旅途中转之际提供歇脚小憩，同时由于市中心商业繁盛,交通便利,因此也适合从事洽谈生意、进行各种社交活动。在古时候，茶坊设在闹市的比风景区的要多。宋代画家张择端所作《清明上河图》中,描绘了汴京城里的繁华景致,但见人来人往,好不热闹,茶楼茶坊比比皆是，人们有的独坐喝茶，有的逗鸟闲聊，有的围聚听书，点评古事,茶博士点茶,老板立在房檐下招呼客人,无一不栩栩如生。明清时代流传下来的大量话本小说，写到市井茶坊的更是不计其数，插图中亦多茶坊的描绘。最有名的当属《水浒传》中王婆开的茶坊。近些年来,由于大规模的旧城改造,租金、水电、人工等费用看涨,大都市市区中心的茶室大多式微，广东、四川以及香港等地虽设茶楼，实际上具有饭店性质，以茶作为餐前开胃饮品而已。但是，随着人们物质生活水平的不断提高，精神上追求更高层次的享受，一批一批本着推广茶艺宗旨的高水准、高品位的茶艺馆应运而生。

三是选在小镇的生活中心。在每个中国人的乡土

点击查看茶叶产品排行榜

情结中，故乡总是与路口的那株歪脖老树、后院的井台、杨二嫂式的豆腐店和大街的小茶馆紧密相连。试想一个没有小茶馆的小镇是多么枯燥乏味，仿佛没有了生活重心。老汉们泡茶围坐,抽着水烟,下着棋,浓郁的乡土气息令人难以忘怀。

经营型茶室的建筑和装饰可根据周围环境，由建筑设计师和茶艺师共同讨论，可有各具风格的特色。但从茶室功能上要求而言，其建筑应包括主体建筑和附属设施两部分。主体建筑应包括品茶室、茶水房和茶点房；附属设施为小型仓库、管理人员及服务人员工作室（包括更衣、化妆)、卫生间等。

茶室的设计视茶室大小而异，一般的有大型茶室和小型茶室之分。大型茶室的设计一般为：

品茶室：可由大厅和小室构成。茶艺馆在大厅中必须设置茶艺表演台，小室中不设表演台而采用桌上服务表演。视房屋的结构，可分设散座、厅座、卡座及房座(包厢),或选设其中一二种,合理布局。

散座：在大堂内摆放圆桌或方桌，每张桌视其大小配 48 把椅子。桌子之间的间距为两张椅子的侧面宽度加上通道 60 厘米的宽度,使客人进出自由,无拥挤不堪的感觉。

厅座：在一间厅内摆放数张桌子，距离同上。厅四壁饰以书画条幅，四角放置四时鲜花或绿色植物，并赋以厅名。最好能布置出各个厅室的自我风格，配以相应的饮茶风俗，令人有身临其境之感。

卡座 类似西式的咖啡座。每个卡座设一张小型长

点击查看茶叶产品排行榜

方桌，两边各设长形高背椅，以椅背作为座与座之间的间隔。每一卡座可坐四人，两两相对，品茶聊天。墙面以壁灯、壁挂等作为装饰。

房座：用多种材料将较大的空间隔成一间间较小的房间,房内只设 12 套桌椅,四壁装饰精美,又相对封闭，可供洽谈生意或亲友相聚。一般需预先订座，由专职的服务人员帮助布置和服务，房门可悬挂提示牌，以免他人打扰。

茶水房 应分隔为内外两间,外间为供应间,墙上开一大窗,面对茶室,置放茶叶柜、茶具柜、电子消毒柜、冰箱等。里间安装煮水器(如小型锅炉、电热开水箱、电茶壶)、热水瓶柜、水槽、自来水龙头、净水器、贮水缸、洗涤工作台、晾具架及晾具盘。

茶点房 亦分隔成内外两间,外间为供应间,面向品茶室，放置干燥型及冷藏保鲜型两种食品柜和茶点盘、碗、筷、匙等用具柜。里间为特色茶点制作工场或热点制作处。如不供应此类茶点，可以简略，只需设立水槽、自来水龙头、洗涤工作台、晾具架及晾具盘即可。

小型茶室的设计为：

品茶室 可在一室中混设散座、卡座和茶艺表演台，注意适度、合理利用空间,不能毫无章法,乱摆一气,讲究错落有致，各有其长。

开水房及茶点房：在品茶室中设柜台替之，保持清洁整齐即可。

除茶室的设计外，茶室的布置亦十分重要，一般有如下几种：

点击查看茶叶产品排行榜

1. 中国古典式

室内家具均选用明式桌椅，材料为红木、花梨等高档木料,镶嵌大理石、螺钿者更佳(资金有限者可用仿红木）。壁架可以采用空心雕刻或立体浮雕。用中国书画为壁饰，并辅以插花、盆景等各种摆设。如杭州中国茶叶博物馆的仿明茶室，是传统居家的客堂形式。正对大门以板壁隔开内外两堂，壁正中悬挂画轴，两侧为一副对联。壁下摆长形茶几，上置大型花瓶等饰物。长茶几正中前设八仙桌（或四仙桌），桌两侧各安太师椅一把。整个结构古朴严谨，充满大家气派。又如上海汪怡记茶艺馆的大厅茶室，雕花槅扇内是茶艺表演台，大厅内设镶大理石桌面的红木桌椅。壁架上陈列了茶样罐和茶壶具，壁上悬挂各种字画。还如杭州墅园茶艺馆的大厅,正中用红木贝雕屏风装饰,一侧设古筝演奏台,大厅内散放桌椅；房厅正中放置红木圆桌和八把红木靠背椅，壁龛上摆置各种饰物。

2. 中国乡土式

这一款茶室的布置着重在渲染山野之趣，所以室内家具多用木、竹、藤制成,式样简朴而不粗俗,不施漆或只施以清漆。壁上一般不用多余饰物，为衬托气氛，墙上可以挂一些蓑衣、箬帽、渔具或玉米棒、红干辣椒串、宝葫芦等点缀，让人仿佛置身于山间野外、渔村水乡。如杭州太极茶艺馆内景，依次可见为茶艺表演台、木制桌椅、壁灯和吧台。又如四川成都的一些茶馆，馆内皆为竹制桌椅,梁上悬挂小钩,供茶客挂鸟笼,边逗鸟边喝茶。

点击查看茶叶产品排行榜

另外，我国是一个多民族国家，各少数民族有着自己独特的民族文化与饮食习惯，饮茶也有自己的特色。可以借鉴其风俗习惯，运用到茶室布置上来，让客人们在品茶之余，享受强烈的民族风情。

3. 欧式与和式

这一款茶室的布置是仿国外茶室的装饰，营造一份异国情调。欧式茶室以卡座设置居多，是最普遍的一种。另外，广泛流行于都市中的音乐茶座，大体也属此种。和式茶室指日本的茶室布置，即室内铺榻榻米，客人脱鞋于门廊,换拖鞋入内,席地而坐,整体布置极其简洁明快,或悬一画,或插一花,如杭州中国茶叶博物馆中的和式茶室。

如今，一般家庭中饮茶，多在家中静谧的一角摆上一个茶几,几把座椅,再备上干净的茶具,就可烹茗待客了。倘若有条件,当然也可以另辟茶室,专供饮茶,茶室的布置可根据主人的爱好挂上字画，或摆放鲜花、盆景等装饰之物，主要以干净、整洁雅致为准。茶本是自然之物，朴素简约才是它自然的风范，所以茶室的装饰也不宜太讲究,太豪华,还记得刘禹锡的《陋室铭》吗,即使是在突然无雕饰的陋室，同样能得到闲逸、舒适的生活乐趣。品茶也是如此，在质朴无华、自然天成的环境中以淡泊宁静的心态去品一杯茶，会感到世间万物皆在其中，达到心灵的提炼与人格的澡雪。

除了在家中饮茶外，现代人还常常与亲朋好友邀在茶艺馆中欢聚品茗。茶艺馆是现代茶馆的称谓，是大众化的品饮活动场所。人们在茶艺馆中品茗休闲、沟通信

点击查看茶叶产品排行榜

息、联络感情，享受都市生活中难得的宁静。

其实，茶馆早在南北朝时期就已初具雏形。当时品茗清谈之风盛行，逐渐产生了一种供人们喝茶的茶寮，既可喝茶，又可供来往客商住宿。唐代的茶馆被称为“茗铺”，《封氏闻见记》中记载“城市多开茗铺，煮茶卖之……”这是卖煎茶的店铺，投钱即可提供茶饮。茶馆发展到宋代，随着茶事的发展兴盛起来，以卖茶水为生的茶坊十分普遍。北宋都城开封皇宫附近的朱雀门外街巷南面的道路东西两旁“皆居门或茶坊，街心市井，至夜尤盛。”《摭青杂记》中也载“京师樊楼畔有一小茶肆甚潇洒清洁，皆一品器皿，椅桌皆济楚，故卖茶极盛。”

南宋都城杭州的茶肆更是随处可见。《梦粱录》（卷16茶肆条）中这样描述当时杭州的茶肆：“今杭城茶肆亦如此，插四时花，挂名人画，装点门面。”又有“今之茶肆，列花架，安顿奇松异桧等物于其上，装饰店面。”可见宋时的茶馆已讲究装饰环境了。《鸡肋编》中也有“尝泊严州城下，有茶肆……其门户金漆雅洁。”宋时的茶馆装饰是他们的经营策略之一，为了招徕顾客，但同时的确美化了饮茶环境，增添了饮茶乐趣。

茶馆之名始称于张岱的《陶庵梦忆》，清代亦沿用。明清茶馆更是遍及城乡，然而晚清时期，茶馆开始衰落，甚至成为抽大烟、赌博的场所，解放后，茶馆几乎在城市中绝迹，只在乡村还留有茶馆遗风。20世纪70年代中期台湾岛上掀起一股思乡旧风，茶艺馆在岛上悄然兴起，直至20世纪90年代初又传入大陆，近年来，茶馆重现全国各大城市，并迅速发展了起来。尤其是茶艺馆，

点击查看茶叶产品排行榜

在茶艺馆内休闲品茗已成为现代的时尚。

现代茶馆作为大众化的饮茶场所，人们在其中品茗时，不仅要品其茶，还要品其境。一般茶艺馆中都装饰有名家的书画作品、四时花草水榭山石，以及配有音乐、曲艺、戏剧演出、茶艺表演等。品赏者置身于这种浓厚的文化氛围中，既享受茶的美味、香味带给人味觉、嗅觉的快感，又能在各种娱乐形式中形成视觉与听觉的美感，充分地体会品茗以及生活的乐趣。

茶馆的装饰环境以雅为主，无论是装潢、照明还是所挂的字画、摆放的雕刻、瓷、陶器无不突出一“雅”字。现代茶馆的装潢线条简洁、色彩明快。室内照明亦与建筑结构和室外环境、布置相协调，勾勒出美好和谐的光环境。有些茶馆内的灯具都是中国传统造型，走廊、围栏则是古朴的木质雕刻，桌椅由红豆杉树桩做成，充满返朴归真的意趣。名人字画多为以茶为主题的茶诗、茶画、茶词，有的以联楹或扇面形式挂在墙壁上。木雕、石刻多是明清古董，陶瓷则为景德镇精制瓷器以及宜兴紫砂壶。在现代茶馆所营造的品茗氛围中，既能从中寻找到古典小说散文韵味，又能享受现代文明带给我们的生活乐趣，真是融诗情画意与现代技术于一体，让人回味无穷。

现代茶艺馆的格式多为厅堂式、庭院式以及唐式。厅堂式以传统家居厅堂为模式，摆设红木家具，张挂名人字画、陈列古董及工艺品。庭院式则有亭台楼阁、鹅卵石小径、小桥、流水、假山、长廊、拱门等，是中国园林式的布置，给人“庭有山林趣，胸无尘俗里”的感觉。唐

点击查看茶叶产品排行榜

式也可以说是日本式，以榻榻米铺地，室内只备有矮矮的茶桌,客人可席地而坐。或以竹帘、屏风、矮墙等为间隙。

现在全国各地的茶艺馆不少，各有各的特色。台湾有“紫藤庐”、香港有“雅博”、北京有“五福”、杭州有“茶人之家”、上海有“宋园”等等,都为客人提供了安详、平和、轻松、优雅的品茶氛围,使人在其中乐而忘返。

位于上海市的宋园茶艺馆坐落在繁忙的交通干道共和新路旁，但它建起有着伏龙墙、飞檐翘角的仿唐建筑，给人另一番情趣。沿石阶步入门厅，拾梯而上二楼，转过蜿蜒的卵石小路,穿洞门而过,眼前豁然开朗：一个可容 300 多人的大厅堂展现在眼前，四厢均为通顶落地木雕排窗,朱红色的木柱,朱红的窗棂,几十张仿红木八仙桌及数百中式直背靠椅，整齐地布满了大厅。耳畔传来轻轻的丝竹之声,须仔细分辨才知是“渔舟唱晚”。伫立在门厅花架边的迎宾小姐轻声曼语邀客入座，散坐在厅内的客人被这氛围感染了，说话也是轻轻的。这一切更增添了几分静谧。南墙沿挑出的是三楼的骑楼式包厢。客人在这里饮茶，二楼的茶道表演尽收眼底。推窗扶栏，树木参天，满目葱绿。宋园茶艺馆凭借倚靠公园绿地的优势，给客人营造了一个幽雅清静的环境。

调饮茶是宋园茶艺馆的一大特色。目前已开发定型的有五珍茶、三清茶和双菊茶。五珍茶以馆用茶“巴山银毫”为基础,添以适当比例的枸儿、葡萄干、吉梅和红枣。“三清茶”则是在茶中加入松仁、梅花和佛手。双菊茶则配以上等的福建墨菊与杭州白贡菊。这几种调

点击查看茶叶产品排行榜

饮茶都有明目、清火、调理内腑的功能。馆中的陈列室与卖品部，几乎包罗了全国各地知名品种茶。因此，客人可在这里品尝全国各地的茶叶。

老舍茶馆是以人民艺术家老舍先生之名命名的一家京味儿十足的茶馆。1988 年兴建，位于北京前门西侧蓝色琉璃瓦飞檐的“大碗茶”商业大楼三楼。正门前，有一座老舍先生的半身铜像“老舍先生”以幽默的目光迎接着前来品茗的宾客。门楣上书有“北京大碗茶”五字的金漆匾额，落着老舍夫人胡絜青题写的“集老舍书印”的边款。走进大厅，使人感到一派既古朴典雅，又清新蓬勃的气氛。厅内宫灯高照，名人书画琳琅满目。中央池座里摆着数十张乌漆铮亮的仿古梨木八仙桌，上首是一座小巧玲珑，故宫漱芳斋风格的小戏台，下首棱花木门，虚掩着几间雅座，左边明亮的高台上是一溜可以眺望天安门的廊座，右边柜台前悬挂着老式茶叶店的幌子，柜台里陈设着几把龙头大铜壶和一排青花瓷大茶缸。这里供应全国各地名茶，如龙井、毛尖、毛峰、瓜片、珠兰、云雾、碧螺春、铁观音和茉莉香片等，应有尽有，堪称集中国名茶于一室。

如果你要到新疆去，千万不要忘记造访新疆的“红茶坊”。“红茶坊”的景，“红茶坊”的静，给人以美的享受。进入茶坊，首先迎接你的是几位盈盈少女，穿着打扮素雅大方，恬淡古朴。步入茶坊，悠扬悦耳的古曲仿佛从渺渺的空间细细而又轻轻地飘来，使你烦躁驿动的心情立刻平静下来。茶坊四周的墙壁上挂着几幅名人题赠的字画及主人与国际友人在茶坊的合影照片，十几

点击查看茶叶产品排行榜

盏宫灯和红灯笼摇来摆去，暗淡柔和的灯光让你感觉一种惬意,一种放松,一种忘我……

青藤阁是沪上首家全自助茶艺馆。走进大堂，绿树林阴，卵石覆地，木栅花窗，阁楼回廊。加上藤制桌椅，古乐雅音，无不渗透出古朴典雅的江南庭院风韵，使人油然产生回归自然、心旷神怡的感觉。宾客们可以在大厅里围桌而坐，品茗赏艺，也可以在包厢中与好友相约彻夜长聊，青藤阁是休闲会友的好去处。

青藤阁茶居的特色主要表现在幽、雅、廉、真四个方面。幽,就是悠然安逸。古代贾岛的‘对雨思君子,尝茶近竹幽’,强调的是一个‘幽’字。现代港人卢柏棠所写的《清茶集》中写道‘:在喧嚣的俗世中,找着一片绿意,寻回半点清幽。’也是强调一个‘幽’。青藤阁就是追求这种意境。当您走进青藤阁，首先映入眼帘的是三棵气势非凡的大榕树，枝干沧桑，叶若华盖，在大厅里一坐，恍惚置身于林木之间，使人感到一股浓浓的回归自然的野趣。环顾四周,卵石覆地,阁楼回廊,藤制桌椅,木栅花窗，又无不渗透出古朴典雅的江南民俗风韵。青藤阁设有各类大小包厢，供你自由选择。一树浓荫，一杯清茶,一桌友人,这对于久住都市的人们来说,在此品茶聊天宛如投身自然。雅，就是雅致，文化气息浓厚。这是杭州休闲茶的一个重要特色。踏入青藤阁，你会感到文化气息扑面而来,琴棋书画,泼墨丹青,古乐雅音加上茶艺小姐的茶道演绎，营造出酽酽中华茶文化的远古情怀，足以使现代人品味流连…

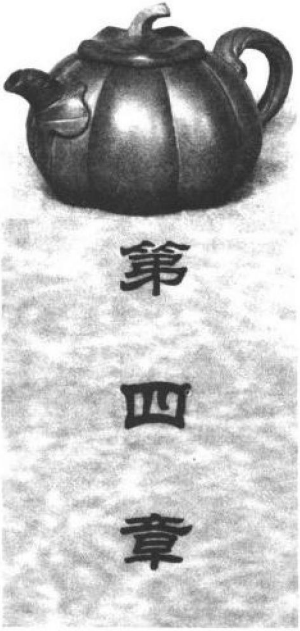
坐落在河北邢台古清风楼前仿古街上的三剑茶艺

点击查看茶叶产品排行榜

馆，在建筑群落中所透出的深沉令人陶醉。尤其是在明月当空的夜晚，清风明月相对，仿佛也置身于悠远的历史长河中，架起跨越时空的隧道，实现着今人与古人的对话。茶艺馆内装饰虽不奢华，但别致而高雅；虽在方寸之中,但独特的设计,使人陡生曲径通幽之感;古韵悠扬，再加上廊回路转中书画和古色古香的瓷器恰到好处的装点，让人产生无限的惬意和无以名状的美感。

现代茶室、茶艺馆都十分注重品茗环境，他们有的在乡村野趣上大做文章；有的在古风典雅上下了不少功夫；有的内部装修颇具现代意识；有的与西方文化相结合。在时代风貌日新月异的今天，茶艺馆的环境意识也不断出新，新景象、新特色层出不穷，与时代步伐并进。

点击查看茶叶产品排行榜



备茶选器细酝酿

——冲泡之前

点击查看茶叶产品排行榜

点击查看茶叶产品排行榜

我国古代茶学家们除了注重品饮环境之外，对茶类、茶具、烹茶用水的选择都有独到的见解，已经形成了一套理论。这为我们研究饮茶文化的发展以及饮茶方法提供了许多便利。在讲究科学饮茶的同时，不妨参考一下古人之论，我们可以从中发现不少相通之处。对于选茶、选器、选水这些冲泡之前的准备工作，不但讲求科学，同时也是艺术的品鉴与欣赏，是博大中华文化的表现。

一、六大茶类争斗妍

中国茶种类繁多，各类茶的制法、特性各有不同，因而冲泡方法也各异。我国产茶、制茶的历史悠久，茶叶生长在中国国土上的历史至少也有七八千万年了。从发现和利用茶叶的神农到西周初年茶叶进入种植园；从原始人咀嚼鲜叶到制作干茶；从唐代的蒸青团饼到宋代穷极奢华的龙凤团茶；从元代的蒸青叶茶到明代的炒青散茶，中国茶叶的类型不断地演进变化。随着炒青技术的日趋成熟和完善，绿茶成为我国历史上产量和品种最多的茶类。在长期的制茶实践过程中，人们又创造出各

点击查看茶叶产品排行榜

种不同的加工制作工艺，茶叶种类也从不发酵发展到半发酵再到全发酵。最终形成了中国传统的六种茶类——绿茶、红茶、乌龙茶、白茶、黄茶、黑茶。

早在陆羽之前，人们就因为茶叶的采摘受季节的限制，且不便保存，无法运输而将茶叶采下后晒干或者是烘干保存。到了唐代，陆羽在《茶经》中总结了种茶、制茶的方法："其地，上者生烂石，中者生砾壤，下者生黄土。"陆羽认为，种茶的土地，以间杂有烂石的地方为最好，沙质的土壤就差些，而黄土地种出来的茶的品质最差。他又说："野者上，园者次。阳崖阴林，紫者上，绿者次；笋者上，芽者次；叶卷上，叶舒次；阴山坡谷者，不堪采掇，性凝滞，结瘕疾。"意思是说茶在山野自生的为最好，采用人工种植的就较差；生长在向阳山崖并有林木遮阴的茶树，芽叶呈紫色的为好，绿色的则较差；形如春笋的最好，短小的芽则差；叶卷裹未展开的最好，叶舒展的则差。背阴山坡谷地的茶树，不值得采摘，因而性质凝滞，饮后易引起腹中凝结成或聚或散的硬块那样的毛病。陆羽对制茶法也有论述，要"蒸之、捣之、拍之、焙之、封之、茶之干矣。"采摘下的茶叶要蒸熟、捣碎、拍打成形、焙干、穿起、封装保存，制茶的工序便结束了。这里所说的是饼茶的制作工序，属于蒸青的不发酵茶。对于饼茶，陆羽提出了评鉴的标准：

> 茶有千万状，卤莽而言，如胡人靴者，蹙缩然；牛臆者，廉襜然；浮云出山者，轮囷然；轻飙拂水者。涵澹然，有如陶家之子，罗膏土以水

点击查看茶叶产品排行榜

澄泚之；又如新治地者，遇暴雨流潦之所经。此皆茶之精腴。有如竹箨者，枝干坚实，艰于蒸捣，故其形簏石然，有如霜荷者，茎叶凋沮，易其状貌，故厥状委萃然；此皆茶之瘠老者也。

陆羽从茶的形状来评判茶的优劣：像靴子那样皱缩、像野牛当胸肩肉那样有褶皱、像浮云出山那样弯曲多变、像轻风拂水激起微波、像陶器膏面般光滑润泽和像新开土地经暴雨径流过的都属精美的茶。而那些像竹皮笋壳,枝梗坚硬,难以蒸捣,茶面像箩筛以及像霜荷一样，状貌全变，形状萎缩衰败的都属粗老茶、劣质茶。

陆羽倡导的粗疏质朴的饼茶发展到宋代，制作更加严格精致，不过仍未超出唐代饼茶的制作方法，龙凤团茶在宋代盛极一时。茶叶生产发展到元末，由于散茶的兴起蒸青团茶逐渐淘汰，蒸青叶茶进一步发展。而明朝人更认识到茶叶经过蒸压成型,茶的色、香、味、形都会受到损害，于是明人改用炒青法，最大限度地激发茶叶的香味。其实唐代就出现了炒青制作法。刘禹锡在《西山兰若试茶歌》中有“自傍芳丛摘鹰嘴，斯须炒成满室香”之句。不过从唐代制茶工艺的总体情况看，那时的炒青法尚处于萌芽阶段，直到明代才日臻完善。明朝罗廪在他的《茶解》中详细地记述了炒茶法的制作工序：

炒茶，铛宜热；焙，铛宜温。凡炒器可一握,候铛微炙手,置茶铛中,札札有声,急手炒匀,出之箕上薄摊,用扇扇冷,略加揉挼,再略

点击查看茶叶产品排行榜

炒。入文火铛焙干，色如翡翠。若出铛不扇，不免变色。

茶叶新鲜，膏液具足。初用武火急炒，以发其香。然火也不宜太热。

最忌炒制半干，不于铛中焙燥，而厚罨笼内，慢火烘炙。

茶炒熟后，必须揉挼。揉挼觔则脂膏溶液，少许入汤，味无不全。

铛不嫌热，摩擦光净，反觉滑脱。若新铛则铁气暴烈，茶易焦黑。又若年久锈蚀之铛，即加磋磨，亦不堪用。

炒茶用手，不惟匀适，亦足验铛之冷热。

薪用巨干，初不易燃，既不易熄。难于调适。易燃易熄，无逾松丝。冬日藏积，临时取用。

茶叶不大苦涩，惟梗苦涩而黄，且带草气。去其梗。则味自清澈。此松萝、天池法也。余谓及时急采急焙，即连梗亦不甚为害。大都头茶可连梗，入夏便须择去。

由此可见，炒青法大体须经过高温杀青、揉捻、复炒、烘焙至干等工序，这已和现代炒青绿茶制法基本一致。

明代炒青制法盛行的同时，蒸青制法并未完全消失，仍可觅其踪迹，最突出的就是产于浙江长兴的岕茶制法。岕茶是施行于明朝的一种极品茶，此茶的制作只

点击查看茶叶产品排行榜

能使用蒸青法“缘其摘迟,枝叶微老,炒不能软,徒枯碎耳。”(冒襄《岕茶汇钞》)岕茶亦于明朝消亡,不见其踪。

炒青之盛行不衰缘于人们对茶的独特滋味与芳香的追求，而茶的加工发酵工艺则是人们对这种追求坚持不懈的结果。在不发酵的绿茶占统治地位几百年之后，人们开始采取适当的加工制作工艺，又生产出半发酵和全发酵的茶。这种对茶叶的不同程度的加工使茶叶内含物质产生不同的变化,因而茶性、茶味各异,可满足不同层次、不同地域人们的品饮需要。随着不发酵、半发酵、全发酵技术的发展,我国的茶品日益繁多,逐渐形成了绿茶、红茶、乌龙茶、白茶、黄茶、黑茶六大茶类。

绿茶,又称“不发酵茶”,指制作时不经发酵,干叶、汤色、茶底均为绿色的茶。绿茶是我国历史上最早出现的茶类，制作工序包括杀青、揉捻或不揉捻、干燥而成。根据杀青方式和最终干燥方式的不同，分为炒青绿茶、烘青绿茶、晒青绿茶和蒸青绿茶四类。

炒青绿茶是用锅炒的方式进行干燥而制成的绿茶。这种茶清汤绿叶，有锅炒的清香或熟粟香。根据制造方法和原料嫩度的不同,又分为长炒青、圆炒青、细嫩炒青三类。

长炒青，顾名思义，即长条形炒青绿茶。一级长炒青条索细紧显锋苗，色泽绿润，香气鲜润高爽，滋味鲜醇，汤色青绿明亮。经精致加工后的长炒青产品统称眉茶，因其外形长条略弯似眉而得名。主产于浙江、安徽、江西，其他产茶区也有生产。始创于 1958 年的婺源茗眉，为婺绿之冠，属眉茶中之极品。婺源茗眉的主要原

点击查看茶叶产品排行榜

料是全国推广的婺源上梅洲良种，这种茶叶嫩绿、芽头肥壮、茸毛密布、清香扑鼻，含有较多对人体有益的茶叶有效成分。用这种原料做成的眉茶，色泽翠绿油嫩，条索紧直，清秀如眉，白毫显露。初闻其香如嫩蚕豆，细嗅又似苹果香，滋味醇和，浓郁甜爽，饮后回味无穷，搏得了国内外消费者的喜爱而名扬四海。

长炒青的代表品种除产于江西婺源县的“婺绿炒青”之外，还有产于安徽休宁、屯溪等地的“屯绿炒青”、安徽舒城的“舒绿炒青”、浙江杭州地区的“杭绿炒青”、淳安的“遂绿炒青”、温州的“温绿炒青”、江西省上饶地区的“饶绿炒青”、湖南省的“湘绿炒青”、河南省的“豫绿炒青”、贵州省的“黔绿炒青”等。其中江西“婺绿”1915年获巴拿马万国博览会金奖。

圆炒青，亦称圆茶，外形呈细圆颗粒状，主要品种有“珠茶”、“泉岗辉白”、“涌溪火青”等。其中“珠茶”产量最多。

珠茶又称“平水珠茶”、“平炒青”。外形浑圆似珍珠，色泽绿润，身骨重实。历史上集中在浙江绍兴平水镇加工。珠茶主产于浙江省嵊州、新昌、上虞、奉化、东阳、余姚、鄞县等地，台湾也有少量生产。

浙江嵊县的泉岗辉白外形似圆非圆，盘花卷曲，呈颗粒状，绿中辉白，是有名的内销茶。安徽泾县的涌溪火青外形颗粒腰圆，紧结重实，色泽墨绿油嫩，白毫隐伏，滋味醇厚，与西湖龙井、黄山毛峰齐名，有名茶“三姐妹”之称。

细嫩炒青由细嫩茶叶加工而成，多属历史名茶，如

点击查看茶叶产品排行榜

西湖龙井、洞庭碧螺春、六安瓜片、老竹大方、安化松针、信阳毛尖等。外形有扁平、尖削、圆条、直针、卷曲、平片等多种。由于采摘细嫩、加工精巧，茶叶冲泡后，多数芽叶成朵，清汤绿叶，香郁味鲜醇、浓而不苦，回味甘甜。其中种类多，分布密度大的地区是安徽、浙江、江西、江苏、湖南、四川等省。

西湖龙井茶产于浙江杭州西湖西南龙井村四周的秀山峻峰，并因此而得名。西湖龙井茶以“色绿、香郁、味醇、形美”四绝著称。明代高濂在《遵生八笺》中写道：“如杭之龙泓茶，真者天池不能及也，山中仅有一二家炒法甚精。”据说乾隆皇帝下江南时，曾到狮峰下胡公庙品饮龙井茶，饮后赞不绝口，并将庙前十八棵茶树，封为“御茶”。西湖龙井茶以细嫩的一芽一二叶为原料，经摊放、青锅、摊凉和辉锅制成。其中的一芽一叶者，称“旗枪”，叶为旗，芽为枪。一芽二叶者，形如雀舌，故称“雀舌”。龙井茶色泽翠绿，扁平光滑，形似“碗钉”。芽叶均匀成朵，不带夹蒂、碎片，小巧玲珑。汤色碧绿明亮，清香，滋味甘醇。历史上因产地和炒制技术的不同，有狮（狮峰）、龙（龙井）、云（五云山）、虎（虎跑）、梅（梅家坞）等类别，其中以狮峰龙井为最佳。解放后归并为“狮”、“龙”、“梅”三个品类，世人誉之为龙井之巅。龙井茶所含的氨基酸、儿茶素、叶绿素、维生素 C 等化学成分比其他茶叶多，营养丰富，对人体健康十分有益。

洞庭碧螺春亦称“吓煞人香”，产于江苏苏州吴县洞庭东西山一带。清代王应奎《柳南续笔》中有：“洞庭东山碧螺峰石壁，产野茶数株，每岁土人持竹筐采归……

点击查看茶叶产品排行榜

历数十年如是，未见其异也。其茶异香，土人呼吓煞人香。”清康熙三十八年帝驾幸太湖，抚臣宋荦购此茶以进，上以其名不雅，题之曰“碧螺春”。自此，地方大吏每年必采办此茶进贡。每年春分至谷雨时节，采摘于一芽一叶初展之时。条索纤细，卷曲成螺，茸毫密披，银绿隐翠，清香文雅，滋味鲜醇，汤绿清明，叶底柔嫩，素有一嫩三鲜，即色鲜、香鲜、味鲜之称。

此外，六安瓜片主产于安徽六安、金寨、霍山三市县响洪甸水库周围。以金寨县齐头山的质量最优，称“齐山名片”。六安瓜片呈瓜子形单片状，白然伸展，叶绿微翘，色泽宝绿艳丽，大小匀整，不含芽尖茶梗，清香高爽，滋味鲜醇。产于安徽歙县东北部昱岭关一带的老竹大方茶，条索扁平匀齐，挺秀光滑，汤色清澈微黄，香气高长，有板栗香。河南信阳西南山一带的信阳毛尖亦驰名中外。信阳毛尖外形如针，其条索细圆光直多白毫。江西庐山的庐山云雾条索圆直、芽长毫多，有豆花香。江西遂川汤湖乡狗牯脑山产的狗牯脑茶形似狗头。其条索秀丽，紧细弯曲，芽端微勾，白毫显露。泡后茶叶速沉，液面无泡，清凉可口，回味甘甜。

烘青绿茶即以烘焙方式进行干燥制成的绿茶。其外形不如炒青茶光滑紧结，但一般条索完整，常显峰苗，细嫩者白毫显露，色泽绿润。根据原料的老嫩和制作工艺的不同可分为普通烘青和细嫩烘青。

普通烘青的用叶仅是一般鲜叶。这种茶直接饮用者不多，通常用作花茶的茶坯，窨制成后即烘青花茶。

细嫩烘青以细嫩芽叶为原料精工制成。条索紧细

点击查看茶叶产品排行榜

卷曲,白毫显露,色绿香高,味鲜醇,芽叶完整。名茶有：黄山毛峰、太平猴魁、敬亭绿雪、华顶云雾、雁荡毛峰、高桥银峰、仰天雪绿等。

产于安徽黄山市黄山风景区的黄山毛峰以其白毫披身，芽尖似峰而得名。特级黄山毛峰堪称中国毛峰之极品,形似雀舌,匀齐壮实,峰显毫露,色如象牙,鱼叶金黄,清香高长,汤色清澈,滋味鲜浓、醇厚、甘甜,叶底嫩黄,肥壮成朵。其中‘鱼叶金黄’和‘色如象牙’是特级黄山毛峰外形与其他毛峰不同的两大明显特征。

同样为烘青绿茶中的极品茶还有产于黄山市黄山区(原太平县)的太平猴魁。太平猴魁有猴魁、魁尖、尖茶三个品类，其中猴魁为上品。猴魁平扁挺直、二叶抱芽、自然舒展、白毫隐伏,有‘猴魁两头尖,不散不翘不卷边”之称。叶色苍绿匀润，叶脉绿中隐红，俗称“红丝线”,花香高爽,滋味甘醇,香味有独特的‘猴韵”。

敬亭绿雪也是细嫩烘青中的一种，主产于安徽宣州敬亭山。形似雀舌,色泽翠绿,身披白毫,清香鲜长,滋味醇爽。

鲜叶经杀青、揉捻后利用日光晒干的绿茶即晒青绿茶,主要品类有‘滇青”、‘陕青”、‘川青”、‘黔青”、‘桂青”等。晒青绿茶大部分用作制造紧压茶的原料，如湖北的老青茶是制造‘青砖’的原料,云南、四川的晒青茶是加工‘沱茶”、‘饼茶”、‘康砖’的原料。

蒸青绿茶是以高温蒸汽杀青的，是中国古代最早制成的茶类,有‘色绿、汤绿、叶绿’的三绿特点(指比炒青、烘青更绿）。主要品类有煎茶、恩施玉露、阳羡雪芽等。

点击查看茶叶产品排行榜

煎茶茶条紧直略扁,品质特点是香清、味醇、三绿。湖北恩施的‘恩施玉露’则条索紧圆光滑,纤细挺直如针。江苏宜兴的阳羡雪芽条索亦纤细挺秀，色泽绿润，白毫显露,香清味浓。

红茶,亦称‘全发酵茶”,始源于福建崇安(今武夷山市),是世界上产量和消费量最大的茶叶,经萎凋、揉捻、发酵、干燥制成。与绿茶相比，红茶对鲜叶的处理不是杀青而是萎凋，并且揉捻后需进行发酵，发酵使茶树鲜叶内含的无色多酚类物质在多酚氧化酶的催化作用下，与空气中的氧气产生氧化反映，形成红色的氧化聚合产物——红茶色素。这种红茶色素一部分能溶于水，冲泡后就形成红色茶汤;一部分不溶于水,积累在叶片上,使叶底呈红色。因此红茶的茶叶、汤色都呈红色，这与绿茶的绿汤绿叶大相径庭，其关键原因就是制茶过程中的发酵工序。红茶根据制造方法的不同分为小种红茶、工夫红茶和红碎茶。

小种红茶的工艺特点是须用松烟熏制。据其不同产地,又分为桐栎小种、正山小种、星村小种、人工小种。其中以正山小种品质为上,条索肥厚,色泽乌润,茶汤红浓,香高而长,带松烟香,味醇厚具桂圆汤味。

工夫红茶因制工精细而得名，是由小种红茶演变而来的,亦称‘条红茶”。其条索紧结,细长弯曲,叶形完整,上有白毫,叶底鲜红带黄,汤色浅而明亮,滋味醇和。工夫红茶的名品有祁门红茶，滇红等。

安徽祁门等地出产的‘祁红’是工夫红茶中的珍品，外销世界各国，享有很高的国际声誉。祁门红茶条索紧

点击查看茶叶产品排行榜

细苗秀,香气清鲜持久,滋味浓醇鲜爽,浓郁的玫瑰香是其特有的品质风格。

云南工夫红茶即“滇红”,亦深受国内外消费者的喜爱。它的特点是条索紧直肥硕,色泽油润,金毫显露,苗峰秀丽，汤色红艳透明，滋味醇厚回甜，香气馥郁持久，叶底红匀明亮。

除此之外,福建的“闽红”、江西的“宁红”、湖北的“宣红”、湖南的“湖红”、四川的“川红”、广东的“粤红”、浙江的“越红”、江苏的“苏红”等都是品质优良的工夫红茶。

红碎茶与众不同之处在于鲜叶经萎凋、揉捻后，需用机器切碎,再经发酵、烘干而成,因而呈小颗粒状,又称“分级红茶”、“红细茶”。经精制加工后,根据茶条、形态分类,产生叶茶、碎茶、片茶、末茶四类成品花色。由于红碎茶的细碎外形，冲泡时茶汁易浸出，故宜加工成袋泡茶。将一杯量的茶叶装在专用滤纸袋中，饮用时连袋冲泡，冲泡后可将装有茶渣的滤纸袋丢弃。而且便于加奶加糖,饮用方便、卫生。这种袋泡茶在印度、斯里兰卡、肯尼亚等国产量较大，中国 1957 年以后才开始试制,1964 年以后才较大量地生产，因此称之为红茶中的后起之秀。红碎茶香高，滋味浓强鲜爽，汤色红艳明亮。

乌龙茶,别名“青茶”、“半发酵茶”。一般需经过晒青和烘青,使鲜叶失去水分,呈萎软状。再凉青,使鲜叶中的水分重新分布，变得稍硬。又经摇青，将茶叶放入竹筛来回筛动,摩擦叶子边缘,使茶多酚氧化变红,起到一个发酵作用。然后进行锅炒杀青、揉捻、烘干而成。

点击查看茶叶产品排行榜

乌龙茶的发酵程度不及红茶，叶片仅部分变红，只能说是半发酵。乌龙茶的制法兼具红茶和绿茶的特点，即要半发酵又锅炒杀青，这使得它既有绿茶鲜浓之风味，又具红茶甜醇之特色。乌龙茶色泽青褐，冲泡后，叶片上有红有绿,通常为绿叶红镶边。汤色黄亮,滋味浓醇,有浓郁的花香和果香。因产地、品种、品质上的差异,有闽北乌龙茶、闽南乌龙茶、广东乌龙茶和台湾乌龙茶之分。

闽北乌龙茶主产于福建北部武夷山一带，包括的品类有武夷岩茶、闽北水仙、闽北乌龙。

福建武夷山方圆 60 平方公里，平均海拔 650 米,有 36 峰,99 名岩,岩岩有茶,茶以岩名,岩以茶显,武夷岩茶因此得名。武夷岩茶习惯上称“奇种”，有单丛奇种、名丛奇种之分。其中大红袍、铁罗汉、白鸡冠、水金龟称“四大名丛”,是岩茶中的珍贵稀品。其他如十里春、金钥匙、不知春、吊金钟、瓜子金、金柳条等都是普通名丛。单丛奇种有奇兰、乌龙、铁观音、梅占、肉桂、雪梨、桃仁、毛猴等。武夷岩茶因产茶地点环境不同，品质也有差异。产于武夷山岩中心地带者称“正岩茶”，品质最优；产于岩山边缘地带者称‘半岩茶’,品质次之。沿崇溪、九曲溪、黄柏溪两岸所产称‘溪茶’,品质又逊。优质岩茶香气馥郁胜似兰花而深沉持久，浓饮不苦不涩，味浓醇清恬,有‘石骨花香’之誉,称为岩韵,多次冲泡,余韵犹存。

武夷岩茶中的珍品大红袍生长在武夷山九龙窠高岩峭壁之上，因嫩梢芽叶呈紫红色而似红袍得名。条紧,色泽绿褐鲜润,汤色橙黄,叶底红绿相间,香气馥郁具幽兰之胜。耐冲泡，久泡仍有花香余韵。产量极少，

点击查看茶叶产品排行榜

多用于馈奉以及老茶庄作为标榜店誉之用。

闽北水仙，产于福建建瓯、建阳、武夷山等地。其特点是不包揉或轻包揉，鲜叶原料成熟度较高，香气浓郁、醇厚甘甜、无苦涩味。闽北乌龙也产于建瓯、建阳等地，鲜叶经单独加工而成，条索紧细重实，叶端曲虬，色泽乌润。

乌龙茶的另一品类闽南乌龙茶产于福建南部安溪、永春、南安、同安等地，主要品种有铁观音、黄金桂、闽南水仙、永春佛手，以及闽南色种。

原产于福建安溪西坪乡的铁观音茶已有200多年的历史了，是乌龙茶中的极品之一，在闽粤一带和东南亚各地华侨中享有很高的声誉。其特点是：条索卷曲，肥壮圆结，砂绿翠润，红点明显，叶底呈绸面光泽，香气浓郁，有特殊品种香，称为"铁观音韵"，味醇厚甘鲜。

闽南乌龙茶的又一名品黄金桂，又称"透天香"、"黄金贵"，产于福建安溪虎邱乡(一说罗岩乡)。因其冲泡时香高冲天，又因该茶曾在东南亚各国大受欢迎，供不应求，卖价高似黄金，故名。条索紧细卷曲，油润金黄，香高长，味柔美，具桂花香，汤色金黄明亮，滋味清醇鲜爽，饮后齿颊留香，多次冲泡有余香。

广东乌龙茶产于广东东部地区，制法与武夷岩茶类似，商品花色分为凤凰水仙、色种、铁观音、乌龙四类。其中以潮州地区所产凤凰单丛和凤凰水仙声誉最高。

台湾乌龙茶产于台湾，发酵程度有轻有重。发酵重者近似红茶，汤色黄亮泛红；发酵轻者近似绿茶，汤色绿黄。著名的台湾乌龙茶有冻顶茶、文山包种、木栅铁观

点击查看茶叶产品排行榜

音、南港包种、石门铁观音、白毫乌龙、竹山乌龙、梅山茶、玉山茶等。

白茶，是一种轻微发酵的茶，表面满披白色茸毛。由宋代绿茶三色细芽、银丝水芽演变而来。明代田艺蘅在《煮茶小品》中记载有类似白茶的制法：“茶者以火作者为次，生晒者为上，亦近自然，且断烟火气耳……生晒者瀹之瓯中，则旗枪舒畅，清翠鲜明，大为可爱。”现代白茶制作一般只有萎凋、干燥（晒干或烘干）两道工序。由于未经揉捻，且选用茶叶多以白茸毛的茶树品种为原料，白茸毛得以完整保存，所以白茶呈白色外貌。冲泡后，芽叶完整舒展，香味醇和，但汤色较浅。白茶主要产于福建福鼎、建阳、政和、松溪等地，包括“白芽茶”、“白叶茶”两类。

“白芽茶”采摘大白茶或其他茸毛特多品种的肥壮芽头制成，典型品种是“银针白毫”。银针白毫产于福建福鼎、政和，因单芽遍披银白色茸毛、状似银针而得名。银针制作不经揉捻，故冲泡时茶汁不易浸出。一般 3 克银针冲入 200 毫升沸水，静置 5 分钟后，部分茶芽始从水面陆续沉落杯底，约十分钟后，茶汤泛黄即可饮用。福鼎银针色白，富光泽，汤色浅杏黄，味清鲜爽口。政和银针汤味醇厚香气清芬。

较之白芽茶，白叶茶仅用芽叶多的品种制成，采摘一芽二三叶或单片叶。外形松散，叶背银白，汤色浅黄澄明，主要品类有白牡丹、贡眉等。白牡丹因绿叶夹银白色毫芽，形似花朵，冲泡后绿叶托着嫩芽，宛若蓓蕾初开的白色牡丹而得名。形态自然，呈深灰绿或暗青苔

点击查看茶叶产品排行榜

色,遍布白色茸毛。汤色杏黄或橙黄,叶底浅青灰色,香气清,味鲜醇。

白茶味温性凉，具有退热降火之功，健胃提神之效，夏天酷暑饮用尤宜。

黄茶，制作工艺与绿茶相似，但在揉捻前或揉捻后，或在初干前或初干后进行闷黄，从而形成黄汤黄叶。成品黄茶多数芽叶细嫩，色泽金黄，油嫩有光。汤色橙黄，清澈明亮,香气清高,叶底嫩黄,十分可人,黄茶的滋味独特,浓而不涩,醇而可口,有圆滑醇爽之感。黄茶主产于四川、安徽、湖南、浙江、广东、湖北等省。根据其所用鲜叶原料的嫩度和大小分黄芽茶、黄小茶和黄大茶三类。

黄芽茶以单芽或一芽一叶为原料制成。单芽挺直，冲泡后每颗芽尖均朝上直立悬浮于杯中，十分美观。主要品类有君山银针、蒙顶黄芽和霍山黄芽。

君山银针产于湖南岳阳洞庭湖君山岛。针形、芽头白毫满披,底色金黄鲜亮,有‘金镶玉”之美称。冲泡时，开始芽头冲向水面，悬空挂立，徐徐下降于杯底如金枪林立，又似群笋出土，间或有的芽头从杯底又升至水面，有起有落的，十分悦目。有的芽头包芽之叶略有张口，其间夹有一晶莹气泡,恰似‘雀舌含珠”,汤色杏黄明净，香气清鲜，滋味甜和鲜爽。

产于四川名山蒙山区域的蒙顶黄芽采摘色黄绿而肥壮的单芽而制成,形状扁直,芽匀整齐,鲜嫩显毫。汤色黄绿明亮，甘香浓郁。宋代文彦博有“旧谱最称蒙顶味，露芽云叶胜醍醐”之句，极赞蒙顶茶之风味。

点击查看茶叶产品排行榜

黄小茶以一二叶的细嫩芽叶制成，主要品类有湖南的“沩山毛尖”、“北港毛尖”、湖北的“远安鹿苑”、浙江的“温州黄汤”等。

黄大茶以一芽二三叶至四五叶为原料制成。主要品类有安徽的“霍山黄大茶”、广东的“广东大叶青”等。

黑茶，由于所选用的原料粗老，在制造过程中堆积发酵时间较长，所以成品茶色呈油黑或黑褐色。其制造工序为杀青、揉捻、渥唯、干燥。外形粗大，色泽黑褐，粗老气味较重。通常作为紧压茶的原料，供边疆少数民族饮用，又有“边销茶”之称。主要有湖南黑茶、湖北老青茶、四川黑茶和滇桂黑茶。其中以滇桂黑茶中的云南普洱茶最为有名。

云南普洱茶是产于云南思茅、西双版纳和昆明、宜良的条形黑茶。历史上的普洱茶，泛指原思茅区生产的，集中于普洱府所在地销售的，以云南大叶种茶为原料制成的晒青毛茶，以及用其压制成的紧压茶。据清代张泓《滇南新语》载：“普茶珍品，则有毛尖、芽茶、女儿之号。”其中的“女儿茶”就是《红楼梦》第六十三回中袭人、晴雯给宝玉沏的女儿茶。普洱茶汤色红浓明亮，香气独特，叶底褐红色，滋味醇厚回甜。普洱散茶条索粗壮肥大完整，色泽褐红，或带有灰白色。经蒸压塑形的普洱沱茶、普洱砖茶、七子饼茶等各种紧压茶则外形端正，匀整，松紧适度。其中普洱沱茶外形呈碗状，砖茶呈长方形砖块状，七子饼茶形似圆月。普洱茶茶性温和，可解渴提神，经常饮用，亦有降脂、减肥、防治高血压的作用。

上述六大基本茶类是根据不同的加工方法来区分

点击查看茶叶产品排行榜

的，都属于初加工茶。如果对这些初加工茶进行再加工,则可制成再加工茶。再加工茶包括花茶、紧压茶、药用保健茶、添香茶、果味茶、含茶饮料等。

花茶是用茶叶和香花进行拼和窨制，使茶叶吸收花香而制成的香茶。花茶既保持茶叶原有的醇浓茶味，又有清新馥郁的花香，因而独具风味。现代花茶因窨制的香花不同,主要有茉莉花茶、玫瑰花茶、白兰花茶、珠兰花茶、玳玳花茶、金银花茶、柚子花茶、桂花茶等。其中玫瑰花茶的著名品种有广东的‘玫瑰红茶’、福建的‘玫瑰绿茶’和浙江的‘玫瑰九曲红茶’。金银花茶以白金银花香味最好。因金银花具有清凉解毒功效，所以宜于夏季饮用。桂花茶中金桂和银桂花香浓郁，丹桂和四季桂花香淡雅。桂花茶的著名品种有桂林的‘桂花烘青’、安溪的‘桂花乌龙’、重庆的‘桂花红茶’。

紧压茶以散茶为原料，蒸热变软后趁热压制而成一定形状。唐宋时的团饼茶也就是紧压茶。根据原料茶类不同,紧压茶可分为绿茶紧压茶、红茶紧压茶、乌龙茶紧压茶和黑茶紧压茶。紧压茶是重要的边销茶，主销西藏、青海、新疆、甘肃、内蒙古等地。

紧压茶中的一种广南女儿茶亦称‘竹筒茶’、‘姑娘茶’,是产于云南广南的绿茶紧压茶,有二百多年的产制历史。因用壮家姑娘采摘的特别细嫩的芽叶制作，青年男女在‘花街’对歌时作为送礼佳品,故名。广南女儿茶以一级青毛茶为原料，放入饭甑内,饭甑底层放浸透的糯米，中间铺一层纱布隔离，上层为毛茶，下层为糯米，蒸至茶叶软化，充分吸收糯米香气后倒出，立即装入事

点击查看茶叶产品排行榜

先准备好的竹筒内,逐层压紧,筒口垫一层单纸,再用清洁的新土封紧筒口，烘至竹筒由青绿色变为焦黄色，再剖开竹筒即成。茶呈深褐色圆柱状，汤色黄绿明亮，香气清醇独特,滋味鲜爽甘醇,耐泡,回味深长。

速溶茶是 20 世纪 40 年代才发展起来的新茶类，用成品茶或半成品茶经萃取、浓缩、干燥而制成。呈颗粒状或粉末状，能在热水或冷水中快速溶解，便于在茶中加奶、糖、果汁等调饮。

此外药用保健茶用茶叶和某些中草药或食品拼和调配后制成，具有防病治病功效。种类繁多，功能也各异,有袋泡茶型、速溶茶型、浓缩茶口服液型和饮料型多种形态。

添香茶与花茶不同，是在茶叶中加入天然香料制成。果味茶则是加入果汁，使茶既有茶味，又有果味。果味茶的主要品种有荔枝红茶、柠檬红茶、猕猴桃茶、橘汁茶、椰汁茶、山楂茶等。近年来流行的含茶饮料也是一种再加工茶，将茶叶中提取出的茶汁与各种饮料基质拼和调配后制成。品种繁多，风味各异。主要品种有茶可乐、茶乐、茶露、茶叶汽水、茶叶冰淇淋、茶叶棒冰、茶酒、奶茶等。

要泡出好茶，茶叶的选择至关重要。选茶时首先要了解各类茶叶的特点以及部分名茶的品质特性。根据这些特点、特性,鉴别茶叶的色、香、味、形四个方面来鉴别茶叶。不同的茶类，对于这四个方面，有不同的具体要求。一般来说,绿茶以翠绿为上,枯黄为次;红茶以乌润为好,暗红则差;花茶以纯绿无光者为优,灰绿有光者

点击查看茶叶产品排行榜

为劣。香味的要求，首先要无异味。绿茶宜清香，而不能青涩；红茶香甜而非酸馊；花茶则应茶之清香与花之芬苦兼具，只有花郁茶香才是佳品。绿茶，品时舌根先有苦涩感，细品又觉浓醇爽口，则为上等绿茶。如果淡而无味，且涩口、麻舌，则为老粗茶。优质红茶要求滋味浓厚、强烈、鲜爽。滋味平和、粗淡者为劣质红茶。茶叶的外形，各种茶的要求也不同。如眉茶要求条索紧结、齐一，形似娥眉；珠茶要求颗粒圆、紧、匀；龙井茶要求光、扁、平、直，形似碗钉；工夫红茶要求条索紧秀；红碎茶要求颗粒紧细、划一。总的来说，如果条索松散、叶脉突出，叶表粗糙，身骨轻飘、片移，圆形茶颗粒松泡、大小不一，这样的茶都不是好茶。此外，查看茶叶冲泡后的叶底，也是评鉴茶叶品质的有效方法。

以上是针对各类茶叶的一些具体的鉴别方法。概括来说，茶叶的香味要纯正，不能杂有异味。茶叶的粗细与色泽要均匀一致，片末碎茶要少。茶叶应干燥爽洁，不掺有任何杂质，更为重要的是，要避免使用陈茶。饮茶贵新。茶叶贮放时间过长，在空气中的湿气、氧气和光线作用下，茶叶中的醛类、酯类、酸类、维生素遭到破坏，变质为氧化物。茶叶条索松散，色泽灰暗，香沉味晦，茶汤混浊泛黄。所以，自古人们饮茶都讲究“抢新”、“尝新”，尤其是对于一些名茶和高档绿茶。不过，也有一些种类的茶存放越久，品质越佳。如西湖龙井茶存放一两个月后，色泽更美，香气愈纯正。武夷岩茶久贮不变，滋味香气仍馥郁醇厚。广西六堡茶、云南普洱茶、湖南黑毛茶、湖北茯砖茶也能长久贮藏，品质更高。

点击查看茶叶产品排行榜

二、兔毫紫砂竞风流

要泡好一壶茶，使茶的固有品质能够充分地显现出来，除了了解各类茶叶的特点之外，还需懂得选择合适的茶具。中国茶具的出现和发展，经历了一个从无到有,从共用到专一,从粗陋到精巧的过程。

茶具的产生与发展和饮茶的发展是密不可分的。从茶被人们认识到利用以来，很长一段时间里，人们对茶的使用都处在药用和羹食的阶段。这种状态根本不可能产生饮茶的器具。只有在茶的功用发展到作为饮料时，茶具才逐渐出现在人们的生活里。所以说，茶具是‘茶之为饮’的结果。

但是，在饮茶开始之初，人们对茶作为饮料或作为食物的区分并不是很清楚，再加上物资的匮乏，所以茶器与食器甚至酒器混用是十分自然的现象。当时的史料记载中并无有关饮茶器具的内容似乎说明了这一点，与食、酒的混用使茶具无法成为人们专门记述的对象。那么，古代从何时开始出现专门的饮茶器具？

有些学者认为西汉王褒《僮约》中记载了中国最早的茶具。《僮约》中的‘烹茶尽具’解释为‘煮茶和清洁茶具”。此外，一些出土文物也证明汉代茶具已问世。20世纪七八十年代，在浙江上虞出土了东汉的碗、杯、壶、盏等瓷器,在江西南昌、浙江湖州还出土了东汉陶炉、贮茶瓷罐等。这些都可以视为我国最早茶具的实物证据。

点击查看茶叶产品排行榜

到了西晋,杜育在《荈赋》中载“:器泽陶简,出自东隅。酌之以匏,取式公刘。”左思在《娇女诗》中也有“:心为茶荈剧,吹嘘对鼎 铛。”其中的陶器和舀水的匏,以及鼎铛都是茶具，而且可以看出当时的茶具已法相初具。

唐代是饮茶史上的里程碑，标志着过去单纯的以解渴为目的的饮茶向讲究品饮艺术的饮茶的转变。将饮茶提高到艺术的高度，也使人们对茶具的要求更高、更全面。伴随着品饮艺术的崛起，茶具史上也产生了一次划时代的变革。陆羽是这场变革的完成者，在其代表作《茶经》里他第一次完整而系统地介绍了茶具。

《茶经》全文近 8000 字，全篇字字珠玑，真可谓惜墨如金。而作者却不惜笔墨,在《茶经·四之器》里用洋洋数千言详细地记述了饮茶器具，并将其分为 8 大类 24 种共 29 件。其中生火用具有：

风炉与灰承，风炉用铜或铁铸成，形状像古代的鼎。炉壁厚三分，炉口边缘宽九分，比炉壁多出的六分向内，其下虚空，涂以泥土。炉有 3 只脚，其上写有 21 个古字。一只脚上写着“坎上巽下离于中”，一只脚上写着“体均五行去百疾”,一只脚上写着‘圣唐灭胡明年铸”。3 只脚之间开设 3 个孔洞，底下的一个孔洞是作为通风漏灰用的,其上写有 6 个古字。一个孔洞上写‘伊公”二字,一个孔洞上写‘羹陆”二字,另一个孔洞上写‘氏茶”二字,即所谓‘伊公羹,陆氏茶。”炉上设置支锅用的垛，垛之间分成三格,一个格有‘翟”,翟为火鸟,画一卦符叫做‘离”;另一格有‘彪”,彪为风兽,也画一卦符叫做“巽”;再一格有‘鱼”,鱼是水中动物,代表水,也画一卦

点击查看茶叶产品排行榜

符叫做‘坎”。巽属风，离属火，坎属水，风能兴火，火能熟水，故设上述三种卦符。炉子外面可装饰以莲花、垂蔓植物、流水和文字之类图形。炉子也可用锻铁制作，或者用泥土来做。其灰承是一个铁盘子，有三只脚。

筥，用竹篾编织成的。高一尺二寸，径宽七寸，或用木料做一个像筥形的木架，用藤子编织出六出圆眼状花纹，底盖合拢像竹箱，盖口锁边有装饰。

炭挝，用铁做成的六棱形铁棒，长一尺，头小，中间较粗。手拿的细头系上一个小镮作为装饰，就像现在河陇一带军人所拿的木棒一样，或作鎚状，或作斧状，随各人的便。

火筴，又叫做火筷，常用的为圆形，而且直长一尺三寸，顶平截，没有葱台勾鏁等附属物，用铁或熟铜制作。

煮茶用具有：

鍑，用生铁铸造。现在有专门以做这种锅为职业的。内模用土，外模用沙。土细，锅的内面就较光滑，容易磨光和洗刷；沙粗，锅的外面就粗，便于吸收火焰的热力。锅的“耳”作成方形，取其方正端庄之义；锅边宽一些，取其伸展广阔之义；锅脐做长一点，取其长久居中之义。锅脐长了，水在当中沸腾。水在当中沸腾，茶沫就容易扬起，茶沫易扬起，茶汤的味道就醇正。洪州用瓷做锅，莱州用石做锅。瓷锅和石锅都属雅器，但质地不坚固，难以持久。用银做锅最清洁，但过于奢侈和华丽。若要经久耐用，终归是铁锅好。

交床，用‘十’字交叉做成的锅架，挖空中间，用来放锅。

点击查看茶叶产品排行榜

烤茶、碾茶、量茶用具有：

夹，用小青竹做成，长一尺二寸，使一头的一寸处有竹节，节外另一头剖开作为烤茶用。小青竹的竹汁润在火上，借竹子的香洁气味以增进茶的滋味。这种情形，不在山林中不易做到。或以精铁熟铜之类材料制作夹子，以取其经久耐用的长处。

纸囊，用又白又厚实的剡溪所产生的藤纸缝起来的双层纸袋，用来贮藏烤好的茶，使茶的香气不致散失。

碾与拂末，碾是用桔木做的，其次用梨、桑、桐、柘等木料制作。使其内圆而外方，内圆有利于运转，外方能防止它倾倒。碾的里面恰好容纳碾砣。木碾砣的形状就像没有辐的车轮，当中有一个轴，轴长九寸，宽一寸七分。碾砣的直径为三寸八分，当中厚一寸，边厚半寸。轴的中间方形，轴柄圆形。拂末是用鸟类的羽毛制作的。

罗与盒，罗筛下的茶末用盒盖贮放，把‘则’放在盒中。罗用剖开的大竹片弯曲呈圆形，以纱绢做罗衣。盒用竹节制做，或用杉木片弯曲呈圆形做成，并涂上漆。高三寸，盖一寸，底二寸，口径四寸。

则，是一种量器。用海贝、蛤蜊之类或用铜铁竹制的匙。一般煮一升水，加入一平方寸的茶末。喜欢喝淡茶的人，减少一点，而爱喝浓茶的人，酌量增加一些。则，就是量、度和准绳的意思，所以称之为则。

盛水、滤水、搅水、取水用具有：

水方，用椆、槐、楸、梓等类木板拼合而成，里面及外缝要上漆，能盛水一斗。

点击查看茶叶产品排行榜

漉水囊，滤水用。一般使用的漉水囊，外框是用生铜铸成的，粘水湿后没有青苔、污物和腥涩气味，若用熟铜则多生青苔、污物，用铁则多腥涩气味。居隐山林的人有的也用竹木制作。而竹木制作的，不能经久耐用，不便涉远旅行，所以都用生铜制作。囊用青竹篾编织后卷拢来，用碧色的丝绢缝好，并缀上细翠钿，又做绿色的油绢袋把漉水囊装在里面。漉水囊直径为五寸，柄一寸五分。

瓢，又叫牺杓，是用剖开的葫芦作成，或用木头剜成。晋朝杜毓所著《荈赋》中说："酌之以匏"。匏就是瓢，口宽，胫把处薄，柄短。"牺"就是木勺子，现在常用的是用梨木制作的，用来舀水。

竹筴，用桃、柳、蒲葵木制作，或用柿心木来做。长一尺，两头用银包裹起来。搅水工具。

熟盂，是用来盛装沸水的，或用瓷做，或用沙做，容量两升。

盐具有：

鹾　　簋或揭，鹾簋用瓷做成，圆径四寸，盒状。有的为瓶状，或为罍状，装盐用。揭，用竹片制成，长四寸一分，宽九分。

饮茶用具有：

碗，以越州出产的为好，鼎州、婺州、岳州、寿州、洪州等出产的差一些。

札，用棕榈皮捆札茱萸木条而成。或用截短的竹子捆起来，形状像一支巨大的笔，供调汤用。

清洁用具有：

点击查看茶叶产品排行榜

涤方，是贮积涤洗水的。用楸木板拼合制成，制法和水方一样,能容水八升。

滓方，用来集贮渣滓的。制法同涤方一样，容积五升 。

巾,是用粗绸做的,长二尺,用两条交替使用,以供洗擦各种器具。

陈藏用具有：

畚,用白蒲编织而成,可以装 10 个碗。也可用筥来代替,里面的纸衬用剡溪产的纸夹层缝起来,成方形,也能装 10 个碗。

具列，或作成床，或作成架。全是用木材或竹子制成。有的也用木材效法竹子的样子，把木架上的横杠漆上黄黑相间的颜色。具列长三尺,宽二尺,高六寸,用来收敛和陈列各种器具。

都篮，因放置各种器具而得名。里面用竹篾织成三角形方眼,外面用较宽的双篾作经线,细的单篾编织,交替压着双经线织成方眼，使都篮形状玲珑美观。篮高一尺五寸,长二尺四寸,宽二尺。篮底宽一尺,高二寸。

陆羽这套茶具,古朴典雅,雅而不侈,坚固耐用,充分体现了陆羽提倡的简约茶风。唐封演的《封氏闻见记》载,这套茶具在当时备受欢迎“远近倾慕,好事者家藏一副。”

陆羽在《茶经》中赞誉的越窑是我国古代著名的青瓷窑。秦汉以前，古人所用的器皿多为陶制品。汉以后，才出现瓷器。东汉晚期，瓷器的烧造技术进一步发展，成熟的青瓷在浙江东部地区烧制出来。这一时期生

点击查看茶叶产品排行榜

产出大量的瓷器制品。至唐代，茶文化的兴盛又带动了瓷器生产的发展，瓷制茶具也大量生产出来。越窑是当时享有盛名的瓷窑之一。越窑分布在浙江上虞、余姚一带。自汉代越窑开始烧造原始瓷器，到南朝时，已烧出了成熟的青瓷。那时越窑生产出来的器型仅有碗、壶、罐、谷仓、托盏等。唐代和五代时期是越窑的繁盛时期。中唐以后，越窑青瓷成为中国南方瓷器的代表，与北方的刑窑白瓷形成“南青北白”的局面。越窑生产出来的青瓷，胎体轻薄，釉色青中闪黄，有青玉的质感。陆羽在《茶经》中写道：

> 碗，越州上，鼎州次，婺州次；岳州上，寿州、洪州次。或者以邢州处越州上，殊为不然。若邢瓷类银，越瓷类玉，邢不如越一也；若邢瓷类雪，则越瓷类冰，邢不越二也；邢瓷白而茶色丹，越瓷青而茶色绿，邢不如越三也……越州瓷、岳瓷皆青，青则益茶，茶作红白之色。邢州瓷白，茶色红；寿州瓷黄，茶色紫；洪州瓷褐，茶色黑；悉不宜茶。

陆羽将当时七处瓷窑生产的茶碗作比较，认为越瓷第一，因为越瓷“类玉”“类冰”，且“色青宜茶”，宜衬托茶色。唐代越窑生产出来的青瓷器型增多，有碗、盘、洗、盏、罐、釜、瓶、执壶、灯等多种。而且唐代越瓷以素面为主，只有少量划花装饰。

晚唐至五代时期，越窑地位愈高。除供应民间外，

点击查看茶叶产品排行榜

还为宫廷烧制贡瓷。烧制出的最佳制品称“秘色瓷”，胎体薄，胎质细腻，造型规整，釉色青黄如湖绿色。五代钱氏吴越国宫廷垄断了越窑的部分产区，越窑成为我国最早的官窑。五代时的越瓷走出了唐代以素面为主的局面，除刻划、堆贴花纹以外，还出现了釉下褐色彩绘，至北宋则出现了丰富的刻划花，且瓷器的器型和纹饰大都受金银器制作工艺的影响。北宋中期以后，江南人口剧增，农业生产进一步发展，大量山林、土地开发，使制瓷原料和燃料陷入了紧张状态。再加上建窑的崛起,受之影响，越窑逐渐衰落，南宋后就完全停烧了，一代名窑就此终结。

除越窑外，唐代还有六大名窑：

邢窑，窑址在今河北邢台。以烧白瓷著称，其瓷器胎薄，玉璧底，色泽纯洁，造型轻巧精美，已达到现代瓷的标准,陆羽在《茶经》中称之“类银”“类雪”。

岳州窑,窑址分布在湖南湘阴的窑头山、白骨塔、窑滑里一带。所制瓷器釉色青黄、胎骨灰白，主要产品有盘、碗、壶、罐、瓶等。岳州窑创烧于中唐,衰亡在五代。

鼎州窑，位于陕西铜川黄堡镇。唐代生产青瓷，兼烧黑釉瓷器、唐三彩。

婺州窑,创烧于三国,盛于唐宋。唐宋时期,位于现在的金华、兰溪、义乌、东阳、永康、武义、衢县、江山一带。婺州窑生产的产品在品种和造型方面与瓯窑、越窑相似，不同之处在于胎色呈深灰或紫色，釉色青黄或泛紫，釉中现奶白色星点。

寿州窑，窑址分布在安徽淮南市的上窑镇、李嘴子、

点击查看茶叶产品排行榜

三座窑、徐家吁、费郢子和李家嘴子一带。创烧于隋代，繁盛于初唐和中唐，衰亡于唐末。主要产品有碗、盏、杯、钵、注子、枕、玩具等。产品胎体厚重，胎质粗松，釉下施用化妆土，釉色以黄为主。其著名的产品有“鳝鱼黄”。

洪州窑，位于江西丰城曲江乡境内。创烧于南朝，盛于隋至中唐，晚唐停烧。唐代大量生产茶碾轮和盘心圈状凸起的茶盏托。釉色可分为青绿、黄褐和酱褐，装饰手法有点饰褐彩印花、堆贴、提塑。

谈到唐代茶具，不能不提到宫廷茶具。唐宫廷中饮茶成风，皇帝、后妃、宫女们都嗜茶。宫廷中饮茶必有其礼仪及专用的器具，但是由于有关的史料极为有限，我们对宫廷饮茶几乎一无所知。直到 1987 年 4 月，陕西省扶风县法门寺秘藏地宫打开，从中出土了一套唐代宫廷所用茶具，唐宫廷饮茶的面貌才初露端倪。这套茶具是我国目前出土的最完整的一套茶具。

根据茶具本身的錾文以及同时出土的《物帐碑》的记载，这套茶具约于咸通九年左右制成，有‘茶槽子碾子茶罗子匙子一副七事共八十两。’除这些金银器外，还有玻璃茶碗、盏子以及盐台、洁器等。具体如下：金银丝结条笼子，由金银丝编织而成。桶形，带盖，有手提梁，底有四足。

鎏金镂空鸿雁球路纹银笼子，通体镂空，圆形，带隆面盖，有手提梁，底有四短足。笼身饰有飞鸿雁鸟。底边刻有铭文‘桂管臣李杆进’字样。

这两只笼子的用途一说为烘焙茶饼的炙茶工具，一

点击查看茶叶产品排行榜

说为盛放饼茶的贮茶器具，目前尚无定论。

一双鎏金银火筯，炙茶的工具，用来夹住茶饼在火上翻烤。

鎏金鸿雁流云银茶碾子，由鎏金壶门座茶碾槽架和鎏金团花银轴两件组成。碾槽呈半月形，上有盖板，可抽拉。不用时，拉上盖板以保证槽内清洁。银轴由执手和圆饼组成,饼面刻有‘五哥’字样。“五哥”即懿宗的第五个儿子李俨，也就是后来的唐僖宗。

鎏金仙人驾鹤纹登门座茶罗子，由罗箱、罗盖、罗筛、茶屉、器座五部分组成。罗面料为细纱。

鎏金银龟盒，形为一只昂首曲尾蜷足的银龟。龟背为盖,龟身及四足皆空。

鎏金双狮纹菱弧形圈足银盒，呈菱弧状，饰有双狮。

这两只银盒是用来贮装碾碎的茶末的，尤以银龟盒造型极为逼真。

鎏金人物画银坛子,共一对,圆筒状,上有盖,下有高脚束腰座。

鎏金摩羯纹银盐台,由盖、台盘、三足架组成。

以上两器都是贮盐器。

此外,还有烘燃具 壶门高足圈座银风炉、量取茶末的鎏金飞鸿纹银则、点茶击拂的鎏金流云纹长柄勺、一双夹取炭火的银火筴、点茶用的秘色瓷碗、琉璃质饮具茶盏茶托以及丝绸质清洁用具食帛、揩齿布、折皂手巾等。

法门寺出土的这套茶具造型精美绝伦，艺术水准高超，反映了唐代茶具的辉煌历史，对研究唐代宫廷饮茶

点击查看茶叶产品排行榜

具有极为重要的意义。

不过，我们要认识到，唐宫廷茶具限于其使用范围的狭小，并不能代表茶具的整体风貌。总的来说，唐代茶具的源起和趋势都是质朴自然的。进入宋代，茶具则走向崇尚金银以及穷极精巧的讲究。

宋人奢华的茶风不仅表现在对茶饼的要求上，而且对茶具也讲究以金银制品为上。宋人蔡囊在其《茶录·论茶器》中列举的茶具有：茶焙、茶笼、砧椎、茶铃、茶碾、茶罗、茶盏、茶匙、汤瓶。其中要求金银质的就有：椎、茶铃、茶碾、茶匙和汤瓶。

砧椎　砧椎盖以砧茶，砧以木为之，椎或金或铁，取于便用。

茶钤　茶钤屈金铁为之，用以炙茶。

茶碾　茶碾以银或铁为之。黄金性柔，铜及喻石皆能生鉎，不入用。

茶匙　茶匙要重。击拂有力，黄金为上。人间以银铁为之。竹者轻，建茶不取。

汤瓶　瓶要小者易候汤。又点茶注汤有准，黄金为上。人间以银铁或瓷石为之。

这种对茶具的要求还反映在其他茶著当中，宋徽宗赵佶的《大观茶论》中也写道："碾以银为上，熟铁次之"，"瓶宜金银"。相较于蔡囊与赵佶，宋人不乏有走向极端者。周密在《癸辛杂记》中记载："长沙茶具，精妙甲天下，每副用白金三百星，或五百星，凡茶之具悉备，外则

点击查看茶叶产品排行榜

以大缕银合贮之。越南仲丞相帅潭曰，尝以黄金千两为之,以进上方。’以白金三百星造出的茶具足以称作富丽堂皇了，更不用说以一千两黄金造就的茶具。

宋人对茶具的过分讲究不仅表现为崇金尚银，对饮茶用的茶盏也极推名贵的建盏。

建盏是福建建安出产的黑釉瓷制。大口小底，形似漏斗。因其釉面结晶所显斑点、纹理各异，可分为兔毫盏、油滴盏、曜变盏等。兔毫盏釉面上呈现两个白毫般亮点；曜变盏釉面有大小斑点相串，阳光下呈现彩色斑点；油滴盏釉面隐有银色小圆点，犹如水面油滴。建盏器底多刻有‘供御’、‘进盏’字样,专供宫廷斗茶、饮茶之用,可见‘建盏’属名贵茶器,其中又以兔毫盏为珍品。

当然，宋人推崇建盏与斗茶之风炽盛是分不开的。宋人斗茶,十分注重对茶色的要求,茶色以纯白为上,青白、灰白、黄白为次。建盏釉色黑如漆,莹润闪光,条纹细密如丝。使用建盏斗茶便于观汤色，看水痕，因此深受斗茶者欢迎。建盏造型凝重，古朴厚实，是文人笔下极力赞美之物，尤其是兔毫盏。

宋代，除独领风骚的建窑外，全国著名的窑口还有五处,即官窑、哥窑、定窑、汝窑和钧窑,这五大名窑生产的茶具，擎起了当时全国的半壁江山。

官窑位列五大名窑之首，由官府置窑烧造瓷器而得名，宋代有北宋河南开封官窑和南宋浙江杭州官窑之别，此处所指的是南宋杭州官窑。南宋官窑继承和发展了唐代越窑青瓷茶具的优良传统，结合宋代艺术饮茶风行的现状,在‘青’和‘润’上大做文章,产品由原来的薄

点击查看茶叶产品排行榜

釉青瓷发展为厚釉青瓷,而且胎体绵薄,造型端庄,釉色晶莹，纹样雅丽。有的坯胎厚度仅为釉层厚度的三分之一，在装饰上一改前朝在产品上刻花、印花或彩绘的烦琐格调,创造性地运用‘开片’和‘紫口铁足’等艺术手段,独创了碎纹艺术釉。尤其是‘紫口铁足’瓷器,在国内外享有极高的声誉。但是，随着南宋王朝的覆灭，南宋官窑窑场被毁，身怀绝技的工匠纷纷流离失所，烧造的技艺也随之失传。

哥窑位于浙江西南部龙泉县境内，是龙泉窑的重要组成部分。相传宋时龙泉有‘均善治瓷器’的章生一、章生二兄弟俩，他们继承了越窑的传统，又不断吸收官窑的先进技术，烧造的瓷器在釉色和造型上都有极高的造诣,有‘青瓷之花’的美称,因而窑以人名,分别被称为“哥窑”和‘弟窑”,其中哥窑名列五大名窑之一,弟窑也享有极高的声誉。

哥窑创烧于五代，盛于南宋，以专烧青瓷而闻名。产品胎薄质坚,坯胎有黑、深灰、浅灰及土黄多种,黑灰胎有‘铁骨’之称 釉层饱满,色泽静穆,有粉青、翠青、灰青及炒米黄等色，以灰青为主，粉青最为名贵。以纹片为装饰，大纹片呈黑色，小纹片呈黄色，纹片形状多样，大小相同者,称为‘文武片”有细眼状者称‘鱼子纹”似冰裂状的称‘白圾碎”。还有蟹爪纹、鳝鱼纹、牛毛纹等多种。这种因釉原料在烧造过程中收缩系数不同而形成的纹形,自然美观,深受人们的欢迎,因此成为一种别具风格的装饰艺术。哥窑瓷的另外一个特点就是器脚露胎,胎骨如铁,口部釉隐现紫色,因而享有‘紫口铁脚”

点击查看茶叶产品排行榜

的美称。明人曹昭在《格古要论》中评价哥窑产品“：哥窑，色青，浓淡不一，亦有铁足紫口，色好者类董窑。”

至于与其有密切联系的弟窑瓷，也因造型优美，胎骨厚实，釉色青翠，光润纯洁而著称于世，釉色以粉青、梅子青为最佳，其‘釉色如玉’的上佳效果，至今仍是独一无二的。

定窑窑址在今河北曲阳涧磁村、燕川村，因古代属定州管辖，故名。定窑创烧于唐，以烧造白釉瓷为主，兼烧黑、酱、绿釉等瓷器。定窑的发展，到北宋时达到极盛。据《格古要论》记载“：古定器，土脉细色白，宋宣和政和间最好曰北定，有紫定色紫，黑定色如漆，南渡后所烧曰南定，昌南(即今景德镇)仿造者曰粉定……北定其质极薄，其体极轻。有光素、刻花、划花、印花诸种……其研细处，几疑非人间所有。”

定窑采用一种特殊覆烧技术来烧造瓷器，产品胎薄釉润，造型优美，花纹繁复，器皿装饰多用刻花、印花的手法。北宋后期，定窑还曾为官府烧造瓷器，器具底部常常刻有‘官’或‘新官’等款识。定窑产品以罐、瓶、盆者居多，到元朝初期，定窑全面停烧。

汝窑窑址在今河南宝丰境内，原系烧制印花、刻花青瓷的民窑，到了北宋晚期，朝廷令汝窑烧制供御青瓷，史称‘官窑汝瓷’。而在河南临汝民间烧制印花青瓷，则称“临汝窑”。临汝窑的烧造历史相对较短，成就不高。相反，官汝窑却取得了相当大的成绩，它的造型规整，大不盈尺，以不加装饰纹样为重，却以釉色釉质见长，其釉色呈淡天青色，被瓷界称为‘葱绿色’。

点击查看茶叶产品排行榜

钧窑是是北宋晚期著名的青瓷窑场，窑址在今河南禹县西乡神垕镇，因为古属钧州，故名。在烧造技术上，利用氧化铜、氧化铁呈色各异的原理，烧成了蓝中带红或蓝中带紫的色釉，改变了单色瓷的历史，这是陶瓷史上的一个大突破。其釉色细润，胎骨灰色，以色彩斑斓的釉色代替了原先的花纹装饰，是青釉瓷器的别格。《格古要论》形容其釉彩说“：钧窑有朱砂红，葱翠青(又名鹦哥绿)，荔皮紫者，红如胭脂，青若葱翠，紫若墨黑。”钧瓷器皿底部刻有数目字者为宫廷内府专用。钧瓷最主要的特征是在釉面常常出现不规则流动状的细线，称为‘蚯蚓走泥纹”。

钧窑在元代又有进一步发展，不仅产量增大，而且声名也有所提高，名窑如景德镇者都出产过仿制品。据《饮流斋说》说记载“：元代钧窑，作天蓝色者与宋钧大致相同，然亦有别也。元瓷之釉厚而垂，宋钧釉厚而匀；元瓷之紫成物形，宋钧之紫弥漫全体；元素之釉浓处或起条文，浅处仍现水浪纹，宋钧则浓淡深浅皆浑然一律。”

除上述五大名窑外，宋代的窑口还有许多，其中较著名的有耀州窑、古州窑、磁州窑和董窑。

宋代前期，宋人饮用茶类和饮茶方法基本与唐代相同，所用茶具也相差无几。及至点斗流行，宋人在继承原有茶具的同时，根据需要又创制了茶笼，又称竹帚。

茶筅是点茶工具，明代朱权《茶谱》“：截竹为之，广赣制作最佳。”点茶时，先将茶盏霑热，加茶末于盏中，然后注水，用茶筅在盏中用力搅拌，使茶末和水分充分混合成乳状茶汁，汤面产生极小的白色泡沫，宛如白花布

点击查看茶叶产品排行榜

满盏面“白花”咬盏而久久不散。茶筅的功用是从茶匙发展而来的，是饮用末茶的专门工具，改用散茶后即被淘汰，而日本仍习惯用末茶，所以在日本，茶筅仍沿用至今。

宋代审安老人将当时饮茶用具简化为 12 种，并将其拟人化，称“十二先生”，赐予姓，按当时的官制冠以职称。他用白描的手法将这些茶具画出，注有“赞”。这“十二先生”分别是：韦鸿胪（茶笼）、木待制（臼、槌、杵）、金法曹（茶碾）、石转运（茶磨）、胡员外（瓢）、罗枢密（罗合）、宗从事（茶帚）、漆雕秘阁（茶托）、陶宝文（茶碗）、汤提点（汤瓶）、竺副帅（茶筅）、司职方（茶巾）。这套茶具为宋代茶具形制，其中的茶碾、茶磨、罗合等是宋代制饼茶用具，至明代，条形散茶兴起，遂消亡。

此消彼长，以直接冲泡的散茶代替饼茶所导致的结果是茶的陈藏用具地位突显。明人开始注重茶叶的收藏，明程用宾在《茶录》中写道：“制成，盛以旧竹木器，覆藏三日，俾四未老死之胜。再复举微火于锅炒极干，撤冷，筛去茶末，入新坛中。干箬衬实，取相宜也。而以纸包所筛茶末塞其口，以花笋箨重纸封固，火煨新砖，冷定压之。置于燥密之处，勿令露风临日，近火犯湿。”

罗廪在《茶解》中亦有：“藏茶宜燥又宜凉。湿则味变香失，热则味苦而色黄。蔡君谟云：‘茶喜温。’此语有疵。大都藏茶宜高楼，宜大瓮，包口用青箬，瓮宜覆，不宜仰。覆则诸气不入。晴燥天，以小瓶分贮。又贮茶之器，必始终贮茶，不得移为他用。小瓶不宜多用青箬，箬气盛亦能夺茶香。”

点击查看茶叶产品排行榜

此外,张源在《茶录》、许次纾在《茶疏》、冯可宾在《茶笺》中都强调了为保持茶香、茶色的藏茶法，可谓众口一词。张谦德在《茶经·论器》中也介绍了若干藏陈用具：

> 茶焙　茶焙编竹为之。裹以箬叶，盖其上以收火也，隔其中以有客也。纳火其下，去茶尺许，常温温然，所以养茶色香味也。
>
> 茶笼　茶不入焙者，宜密封裹，以箬笼盛之。置高处，不近湿气。
>
> 纸囊　纸囊用剡溪藤纸白厚者夹缝之,以贮所炙茶，使不泄其香也。

这些藏茶陈茶的用具,皆为瓷质、竹质之物,平淡自然,朴实无华,与宋代茶具相比,风格截然相反,反映了明代崇尚自然，返朴归真的茶风。散茶的应用，用沸水直接冲泡的方法，这些都使明代茶具走向简化。然而简化并不是单一的,去粗取精、删繁就简、合理创制是明代茶具发展的特点。

明张谦德的《茶经·论器》中列举出当时的茶具9种:茶焙、茶笼、汤钵、茶壶、茶盏、纸囊、茶洗、茶瓶、茶炉。其中的茶壶、茶洗就为新增之物。

茶壶作为茶具之一，在明朝之前就有。唐宋时期茶壶被称为“注子”或“执壶”。只不过当时的茶壶是用作盛水、煮水之器，与明朝用作泡茶实有区别。关于茶壶，张谦德以为“茶性狭,壶过大则香不聚,容一两升足矣。

点击查看茶叶产品排行榜

官哥、宣定为上,黄金白银次之,铜锡者斗试家自不用。”冯可宾则论述得更详细，他在《岕茶笺》中写道“：茶壶，窑器为上，锡次之。或问茶壶毕竟宜大宜小，茶壶以小为贵。每一客，壶一把，任其自斟自饮，方为得趣。何也？壶小则香不涣散，味不耽搁。况茶中香味，不先不后,只有一时,太早则未足,太迟则已过。的见得恰好一泻而尽,化而截自。存乎其人,施于他茶,亦无不可。’可见，明人对茶壶是尚小不尚大。

茶洗的出现缘于明人饮茶过程中新增的一项内容，洗茶。散茶在制作过程中，不可避免地会沾染一些杂质。明代钱椿年《茶谱》明确地说“：洗茶,凡烹茶,先以热汤洗茶叶,去其尘垢、冷气,烹之则类。’茶洗多为陶器,状如碗或盂,分上下两层,上层底部有孔,放入茶叶后用水淋洗,尘垢从孔中流出,浮尘尽除。

明代茶具的另一个重大变化则是对黑盏的废弃。随着斗茶的销声匿迹，黑盏逐渐走向没落。明人又根据自己的饮茶观念以及饮茶方法,推出了‘莹白如玉’的白茶盏。古人择器对于是否宜茶色总是十分重视，明人选择白色茶盏的缘由也即在此，皆因明代饮用炒青绿茶，绿茶汤色‘以青翠为胜”,用洁白如玉的茶盏来衬托青绿的茶色,更加显得清新脱俗,雅趣怡然。屠隆在《茶说》中有“：宣庙时有茶盏,料精式雅,质厚难冷,莹白如玉,可试茶色,最为重要。蔡君谟取建盏,其色绀黑,似不宜用。’张源则更为直接“：盏以雪白者为上,蓝白者不损茶色次之。”

除弃黑崇白之外，明人还对茶盏加以改进，给茶盏

点击查看茶叶产品排行榜

加盖,茶盏从此定型为今天的一盏、一托、一盖的形式。

明代茶具总体表现为自然朴实、清新雅致，又回归到陆羽所倡导的简约之道上，步上了茶具发展的正轨。

在明代茶具中最引人注目的是江苏宜兴紫砂茶具，其中又以紫砂茶壶最显。

宜兴出产紫泥，紫泥色泽紫红、质地细腻，可塑性强，透气性好。用宜兴紫泥烧制出来的茶具具有良好的透气性能,泡茶不走味,贮茶不变色,盛暑不易馊,为宜兴特产。宜兴市鼎蜀镇羊角山古龙窑遗址发掘出的紫陶残片表明，紫砂茶具兴干北宋。宋时的紫砂具有胎质较粗,造型多为传统实用器皿,而且体型大,制作也不及后代精细。明清时期为紫砂茶具制作的兴旺期。壶小壁厚、保温聚香的紫砂壶与明人倡导的瀹饮法相得益彰，因而受茶人欢迎是不足为奇。此外，明永乐帝下旨造大批僧帽壶的举动也推动了紫砂茶具的发展。宜兴紫砂茶具的产品有茶杯、茶壶、茶托等。

宜兴紫砂的诞生,据周高起《阳羡茗壶系》载:“僧闲静有致,习与陶缸瓮者处,抟其细土,加以澄练,捏筑为胎 规而圆之,刳使中空,踵傅口柄盖的,附陶穴烧成,人遂传用。”原来是宜兴金沙寺中一“闲静有致”的和尚常与陶工们往来,利用陶工们丢弃的陶土,挑拣出细的,再加以淘洗,捏成胎,制成壶状烧制而成。此后,人们纷纷仿制，紫砂壶遂流传开来。

真正使紫砂壶名垂千古的是明代供春，第一位紫砂壶名家。供春是正德年间学使吴化的书僮，在陪伴主人在金沙寺读书期间，向寺里僧人学得制作紫砂壶的技

点击查看茶叶产品排行榜

艺。供春做壶“淘细土抟坯，茶匙穴中，指拣内外，指螺文隐起可按，胎必累按，故腹半尚现节腠，视以辨真。今传世者，粟色暗暗如古金铁，敦庞周正，允称神明垂则矣。”(周高起《阳羡茗壶系》)供春制作的茶壶色幽暗呈粟色，好似古金铁铸就，造型敦厚周正，尤为珍贵。由于年代的久远，供春壶传世品已极罕见。现藏于中国历史博物馆的“供春款树瘿壶”,被认为是供春之作。

供春之后,明代同为制壶名家的有董翰、赵梁、袁锡、时朋,号称为“四名家”。四人均为制壶高手,作品罕见，制作出的茶壶款式各异而被冠以“方非一式，圆不一相。”同时代的李茂林发明了“匣钵”法。将壶坯放入匣钵内烧制，使壶坯不染灰泪，烧出的壶表面洁净，无油泪釉斑，色泽均匀一致。这种方法至今仍在使用。

“四名家”后继有人,号称“壶家妙手称三大”的时大彬、李大仲芳、徐大友泉随后名声鹊起。特别是时大彬，影响最为深远。时大彬制的壶小巧玲珑、质朴古雅、色泽如栗。最值得称道的是，他制的砂壶，壶盖与壶身吻合十分紧密，只要把壶盖合上，稍稍旋动，然后提起，就能吸住全壶。相传，时大彬所制的“六合一家”壶，可分为底、盖、前、后、左、右六片,合在一起后注入茶水,茶水滴毫不会泄漏。这种神奇高超的技艺，前无古人后无来者，堪称一绝。

紫砂在明代异军突起，迅速成为茶具中新贵，至清代则达到巅峰状态。清代紫砂名匠辈出，最著名的当属陈鸣远、陈曼生、杨彭年等人。

陈鸣远,制壶技艺全面,擅制各式壶。其壶款式、色

点击查看茶叶产品排行榜

泽精美，尤其是他创作的瓜果壶。传世款式有“梅干壶”、“梨皮方壶”、“南瓜壶”等。其代表作有“四足方壶”等。陈鸣远开创了紫砂壶式的自然型风格，把树桩梅花枝花卉等搬到紫砂壶上，使紫砂壶充满自然意趣，从此单纯的几何型类紫砂壶走向没落。

陈曼生，以书法、篆刻著名，本非陶业中人。嘉庆二十一年去江苏溧阳做地方官时，与宜兴紫砂壶名家杨彭年结识。杨彭年与其弟宝年、妹凤年同为制壶高手，所制壶精工，被人推为“当世杰作”。由陈曼生设计，杨彭年制作，再由陈曼生镌刻书画，题铭的作品，世称“曼生壶”。陈曼生所题壶铭，注意与壶形切合，有独到之处。“曼生壶”造型简洁朴素，取材寓意深刻，铭文意境高远，书法配合得当，融砂壶、诗文、书画于一体，将紫砂艺术导入新的天地。传世之作有“梅雪壶”、“套环钮壶”、“半瓢壶”等。

紫砂工艺在清代形成了不同的风格和流派，但总体工艺趋精细。近、现代，又有顾景舟、蒋蓉等人承前启后，使紫砂壶的制作又有新的发展。现在，紫砂茶具已成为人们的日常用品和珍贵的收藏品。

明清时期，惟一能与紫砂茶具比拼高低、分庭抗礼的就属瓷茶具了。这一时期，“景瓷”一直与“宜陶”并称，“景瓷”即江西景德镇生产的瓷器。

景德镇生产的瓷器主要是青白釉瓷器。景德镇制瓷业虽历史悠久，相传南朝已开始烧制青瓷，但直到宋代，景德镇瓷业烧造技术才日趋成熟，进入真正的发展阶段。及至明代，恰逢明人崇尚白盏，于是景德镇瓷业

点击查看茶叶产品排行榜

真正适应了时代的需要，而攀向历史的顶峰。明代景德镇的瓷器产品几乎占领了全国的主要市场，成为全国的瓷业中心。

景瓷的主要器形有碗、盘、碟、杯、盏托、炉等。装饰以颗花和印花为主，釉色青白，莹缜温润。景德镇生产的白瓷“薄如纸，白如玉，声如磬，明如镜”，以此泡茶，愈显汤色青翠，味甘香浓。白瓷中又以永乐甜白最负盛名。甜白之名，因胎薄釉莹，给人恬静、甜润的感觉。又可称“填白”，由于在这种白瓷上可以填补上彩色再烧制成彩瓷。按制瓷工艺分，景瓷可分为釉下彩、釉上彩、斗彩和颜色釉四大类。

釉下彩，指将五彩纹样绘于瓷器胚胎上，施以白色透明釉或者青釉，入窑经高温一次烧成。瓷质莹润洁白，色调对比鲜明，纹饰秀丽雅致。青花瓷即釉下彩。青花瓷是景德镇四大传统名瓷之首，具白瓷之美，又具钴蓝之雅。

釉上彩，在已烧成的瓷器釉面上用彩料绘饰，再经低温烧制而成。其颜色鲜艳效果高于釉下彩，但不耐磨。

斗彩，用釉下青花和釉上彩色相结合，拼斗成图案。

颜色釉，景德镇四大名瓷之一。用铁、铜、钴、锰等氧化物，配制不同的色彩，施于泥坯或瓷坯之表层，经高温或低温焙烧而成。其品种中以“祭红釉”为珍品。

祭红釉，创制于明永乐至宣德年间。色剂为含氧化铜的原料。釉色浓艳深沉，红不刺目、鲜而不过，华而不艳、丽而不浮，红中微紫。该釉呈色不稳定，古人不惜把

点击查看茶叶产品排行榜

珊瑚、玛瑙、玉石、珍珠甚至黄金等珍贵原料投入烧成，故产品十分名贵。由于明清皇帝常用它作祭器，故名“祭红”。

清代瓷茶具继续稳步发展，这种发展体现在造型、釉彩、纹样、型制及装饰风格等各方面。尤为突出的是清代五彩瓷在技术是取得了历史性的突破，成功地创制出珐琅彩、粉彩这两种釉上彩。雍正时的珐琅彩，胎质洁白,通体透亮,纯乎见釉,不见胎骨,制作工艺极为精巧。粉彩，景德镇四大传统名瓷之一，画面线条纤细秀丽,形象生动逼真,色彩滋润柔和,富有立体感。粉彩在国内外享有盛誉,法国称之为“玫瑰族瓷器”,新加坡称之为“东方艺术明珠”。

从茶具种类来看，清代茶具大都沿用明代茶具，惟有品种门类更加全面。出现了福州脱胎漆茶具、四川竹编茶具，又从国外引进了铜茶具。清茶具基本继承了明朝的自然朴素,清丽淡雅的风格,但色彩更加绚丽、品种更全面、工艺更精良。

近、现代,茶具的门类和品种、造型和装饰、材料和工艺均有新的发展。仅就茶具的质地而言，就多达十多种。有陶茶具、瓷茶具、玉石茶具、石茶具、漆器茶具、竹木茶具、果壳茶具、金银茶具、锡茶具、镶锡茶具、铜茶具、景泰蓝茶具、不锈钢茶具、玻璃茶具、搪瓷茶具、塑料茶具等。

陶茶具,以黏土烧制而成。《茶经》中记载的陶茶具有熟盂等。北宋时，江苏宜兴用紫泥烧制成紫砂陶器，使陶茶具的发展走向高峰，紫砂茶具成为中国茶具的主

点击查看茶叶产品排行榜

要品种之一。除江苏宜兴外,浙江的嵊州、长兴,河北的唐山等地均盛产陶茶具。

瓷茶具,用长石、高岭土、石英为原料烧制而成。质地坚硬致密，表面光洁，吸水率低。薄者可呈半透明状，敲击时声音清脆响亮。以景德镇出产的产品最为著名。后起的唐山瓷、醴陵瓷也由粗瓷进入细瓷生产，质量大大提高,品种增多,极大地丰富了中国的瓷茶具。

玉石茶具，由玉石雕制而成。唐代即出现，大都为皇室贵族所有。当代中国仍然生产玉茶具，河北生产的黄玉盖碗茶具,通身透黄,光洁柔润,纹理清晰。

石茶具，以石制成。选料精制，经人工精雕细刻琢，磨光等多道工序完成。产品以小型茶具为主。据原料的不同,有大理石茶具、磐石茶具、木鱼石茶具等。质地厚实沉重,保温性能良好,且石料具天然纹理、色泽光润华丽，有较高的艺术欣赏价值。产地有安徽、山东、云南、上海等地。

漆器茶具，以竹木或其他木材雕制，并上漆制成。历史悠久,工艺有精有细,既生产民用粗放型器具,又能制作出工艺奇巧，镶镂精细的产品。明时大彬制作的“紫砂胎剔红山水人物执壶”,在紫砂壶上髹以朱漆,达到漆与紫砂合一的境界。清乾隆年间福州名匠沈绍安创制脱胎漆工艺,所制茶具乌黑清润轻巧,成为中国‘三宝’之一。

竹木茶具，用竹或木制成。轻便实用，取材简易。近现代工艺日趋精湛。四川产细竹丝包裹的细白瓷茶具、海南文昌产梨花木茶具皆外形精美，雕刻细腻。竹

点击查看茶叶产品排行榜

木茶具在少数民族地区仍占主导地位，云南哈尼族、傣族、藏族、蒙古族、布朗族多使用竹木茶具。

果壳茶具，用葫芦、椰子等果壳雕琢而成。早在陆羽时期，就用葫芦制瓢，至今沿用。椰壳茶具主要为工艺品。

金银茶具，以金银制成。金银耐磨蚀，延展性强，具有美丽的色彩和光泽，制作精致，价值昂贵，多为帝王富贵之家使用，非寻常百姓能及。

锡茶具，以高纯精锡制成，密封性能好，延展性强，所制茶具多为贮茶罐。

镶锡茶具，用高纯度的熔锡模铸雏形，经人工精磨细雕，包装在紫砂茶具或瓷茶具外表上。锡浮雕图案多为松竹梅花、飞禽走兽，锡的金属光泽与深色的陶坯或瓷坯形成鲜明的对比，使整个工艺品富有民族特色。镶锡茶具是山东烟台特产。此外，江苏也有少量生产。

铜茶具，铜制。我国古代很少使用，因其易生锈，损茶味。清代由外国传入，多为白铜。云南撒尼族煮“铜壶茶”就使用铜茶具。

景泰蓝茶具，以铜胎，通过掐丝、点蓝、烧蓝、磨光、镀金等工序制成。因用蓝色珐琅烧，且流行于明代景泰年间，故名景泰蓝，是北京的特种工艺。茶具多为盖碗、盏托等。内壁光洁，外壁花纹繁缛，蓝光闪烁，显得雍容华贵，气派非凡。

不锈钢茶具，用不锈钢制成。能抗腐蚀，不透气，传热快。外表光洁明亮，造型富有现代感。产品有盖茶缸、行军壶、双层保温杯等。

点击查看茶叶产品排行榜

玻璃茶具，玻璃制。其最大特点即透明，可透过玻璃直视杯中汤色、茶底，尤其适合冲饮绿茶。缺点是易碎易裂，不过由于现代科学技术的发展，通过对普通玻璃的热处理,改变其分子的排列,已经能制成有弹性、耐冲击、热稳定性好的钢化玻璃。

搪瓷茶具,用石英、长石、硝石、碳酸钠烧制成的法琅涂在铁皮坯上，烧制而成。产品大多数为有盖的杯。

塑料茶具，用塑料压制而成。色彩鲜艳，形式多样，轻便，耐磨。但不透气，易影响茶质。以儿童用具为多。

现代家庭所用茶具以紫砂、陶瓷、玻璃为主。这几种茶具各有特色，可根据冲泡茶叶的品质特性适当地选择合适的茶具。如果饮用的是高档茶或绿茶、白茶、黄茶、花茶等，一般可选择玻璃茶具。这些茶叶多条索纤细,柔嫩,身披白毫,一芽一叶或一芽二叶。选用透明的玻璃茶具，则可透过杯壁观赏到茶芽缓缓舒展的过程，集观赏与品啜于一身，充分领悟茶的品饮艺术。而香高味浓的乌龙茶则适宜选用紫砂茶具。小巧玲珑的紫砂壶最能保持茶之真香、真味，让人享尽乌龙之神韵。瓷质茶具适合冲泡香气高的茶品，因其质地坚硬密度大。

选择了适当的茶具后，还要注意保证茶具的清洁。因‘茶性淫”,极易吸收其他物质的味道,如果茶具上有杂质或污垢，被茶叶吸收，会影响茶的真香原味。只有清洁的茶具才能冲泡出芬芳甘醇的好茶。所以泡茶前洁具是冲泡前必做的程序，泡茶后，也要记得将茶具冲洗干净。此外，在使用紫砂茶具时，还要注意紫砂具有很强的吸附性，能吸收茶香。如果冲泡茶类过于繁杂，

点击查看茶叶产品排行榜

不同茶的香味互相影响。也会使茶失其本香。因此尽量一种茶使用固定的茶具也十分重要。

三、品水扫炉试晓烹

“茶滋于水,水藉于器”,要泡一杯好茶,有名茶、美器仍不够，好茶还需用好水来泡。茶与水的关系，最基本的就是相生相荣。有水才有所谓品饮意义的茶，离开了水，茶叶根本显示不出它的作用和价值。选水对于品茶的重要性,历来就为人们所认识。陆羽在《茶经》中虽没有明确地提到在品饮过程中选水是如何的至关重要，却用自己的行动来证明了这一点。陆羽遍访名山大川，寻找适宜泡茶的好水，最终根据多年的体验以及研究总结出“:其水用山水上,江水中,井水下。”陆羽的这一结论成为历代茶人论水的参照，影响颇久远。同属唐代的苏廙在《十六汤品》中关于煮茶选水就说得十分明确了：“汤者茶之司命,若名茶而滥汤,则与凡味同调矣。”水对于茶之关键，即使有名茶却无好水，茶味也只能普通而已,因而水质直接影响茶质。明代张源在《茶录》中也有“茶者水之神,水者茶之体,非真水莫显其神,非精曷窥其体。”清张大复《梅花草堂笔记》“:茶性发于水,八分之茶与十分之水,茶亦十分;八分之水,试十分之,茶只八分。”

唐朝张又新所著《煎茶水记》是一本专门论述茶与水关系的书,其中记载了陆羽鉴别扬子江上南零水的故事。

点击查看茶叶产品排行榜

代宗朝李季卿刺湖州，至维扬，逢陆处士鸿渐，李素熟陆名，有倾盖之欢，因之赴郡，泊扬子驿。将食，李曰："陆君善于茶，盖天下闻名矣。况扬子南零水又殊绝，今者二妙千载一遇，何旷之乎！"命军士谨信者，执瓶操舟，深诣南零。陆利器以俟之。俄水至，陆以杓扬其水曰："江则江矣，非南零者，似临岸之水。"使曰："某櫂舟深入，见者累百，敢虚给乎？"陆不言，既而倾诸盆，至半，陆遽止之，又以杓扬之曰："自此南零者矣。"使蹶然大骇伏罪曰："某自南零斋至岸，舟荡覆半，惧其勘，挹岸水增之。处士之鉴，神鉴也，其敢隐焉。"李与宾从数十人皆大骇愕。

混合在一起的长江水与南零水，陆羽竟能辨别出来，这种出神入化的鉴水能力，今天我们只能采取姑且听之的态度，但至少能说明古人对饮茶用水的讲究。

品茶如何选水？陆羽说："其水用山水上，江水中，井水下；其山水拣乳泉石池慢流者上。其瀑涌湍漱，勿食之，久食，令人有颈疾。又多别流于山谷者，澄浸不泄，自火天至霜郊以前，或潜龙蓄毒于其间。饮者可决之，以流其恶，使新泉涓涓然，酌之。其江水，取去人远者。井，取汲多者。"

陆羽对择水的论述，在今天看来仍有一些可取之处。陆羽认为水以山上最好，山水又以从岩洞上石钟乳上滴下的，在石池里经过砂石过滤漫流出的泉水为最

点击查看茶叶产品排行榜

好。那些山谷间的看起来还清但不流动的水，自初夏到霜降，可能会含有毒质。江河里的水，要从远离人居住处取用，井水则要从天天汲水的井中取用。综观这些叙述，我们可以看出，陆羽提倡以流动的未被污染的水或经过滤清的水为煮茶之水。至于他所说的长期饮用激荡翻腾的水会使人生颈疾以及“潜龙蓄毒”之说皆叙述得含糊不清，使人不敢妄下断言。

陆羽还说“夫茶烹，于所产处，无不佳也。盖水土之宜，水功其半，然善烹洁器，全其功也。”所以，选择产茶之地的水来烹茶往往有事半功倍的效果，这也是择水的要点之一。

陆羽还根据亲身之体味，对所经历的天下各水的等次进行了评定。所列二十处分二十等：庐山康王谷水帘水为第一，无锡县惠山寺石泉水为第二，[illegible]州兰溪石上水第三，峡州扇子山虾蟆口水第四，苏州虎丘寺石泉水第五，庐山招贤寺下方桥潭水第六，扬子江南零水第七，洪州西山西东瀑布水第八，唐州柏[illegible]县淮水源第九，庐州龙池山岭水第十，丹阳县观音寺水第十一，扬州大明寺水第十二，汗江金州上游中零水第十三，归州玉虚洞下香溪水第十四，商州武关西洛水第十五，吴松江水第十六，天台山西南峰千丈瀑布水第十七，郴州园泉水第十八，桐庐严陵滩水第十九，雪水第二十。

这二十处水大部分皆被后人肯定，至今仍是天下闻名的宜茶好水。然天下好水众多，陆羽凭个人的力量不可能一一品尝，未免有疏漏的地方。而且各人品评标准不一，以及本身的学识，修养程度和时代的差异，因此对

点击查看茶叶产品排行榜

水的品评次第难免有分歧。唐宪宗朝刑部侍郎，比陆羽迟生 22 年的洛州广平人刘伯刍所评判的列次与陆羽就颇为不同 扬子江南零水第一,无锡惠山泉水第二,苏州虎丘寺泉水第三，丹阳县观音寺水第四，扬州大明寺水第五,吴松江水第六,淮水最下。

刘伯刍将陆羽列第七的扬子江南零水排第一，应该有自己的理由。相较之下，陆羽所评显得更全面，除泉水、江水、井水之外,他还将雪水也列入煮茶之水的行列当中，为后人用雨水等天降之水烹茶开了先河。

在陆羽的基础上，后代的茶学家又根据自己的体验有所拓展,既为茶学家又为艺术家的宋徽宗赵佶说“:水以清轻甘洁为美，轻甘乃水之自然，独为难得。古人品水,虽曰中泠惠山为上,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,泥泞之汙,虽轻甘无取。’赵佶的观点与陆羽大同小异，对水的品质，他更具体地指出以“清轻甘洁为美”。与陆羽稍有不同的是,他对江水的评价甚低,因其有“鱼鳖之腥,泥泞之汙”,所以“虽轻甘无取”。讲究水之“清轻甘洁”,一直是人们评水的标准,及至各人要求又各有差别。对水之讲究,首推《红楼梦》中的妙玉。妙玉在《红楼梦》第四十一回“贾宝玉评茶栊翠庵”里,为贾母泡老君眉时用的是“旧年蠲的雨水”,为宝、黛、钗三人烹“体己茶”用的是五年前在玄墓蟠香寺收的梅花上的雪水。这梅花雪水“统共得了那一鬼脸青的花瓮一瓮，总也舍不得吃，埋在地下，今年夏天才开了，我只吃过一回，这是第二回了。隔年蠲的雨水那有

点击查看茶叶产品排行榜

这样轻浮,如何吃得。”可见,不管是旧年蠲的雨水还是五年前的雪水都以口感轻甘取胜，连用水最为考究的妙玉也是以此作为衡量水品的标准。

明代对水的选择范围更宽更广，明人将水分为天泉、地泉,并对诸如雨水、雪水等天泉的品饮特点作了详细的论述。陆羽以雪水为第二十等，并强调“用雪不可太冷”为早期的零星记录,直到宋代,有关这方面的记载也仅只言片语。南宋赵西鹄于《调燮类编》中载“：雪水甘寒，收藏能解天行时疫一切热毒，烹茶最佳。或疑太冷,实不然也。”

明代屠隆对此类水的认识则要丰富得多“：天泉,秋水为上,梅水次之。秋水白而洌,梅水白而甘,甘则茶味稍夺,洌则茶味独全,故秋水较差胜之。春冬二水,春胜于冬，皆以和风甘雨得天地之正施者为妙。惟夏月暴雨不宜,或因风雷所致,实天地之流怒也,龙行之水,暴而淫者，旱而冻者，腥而墨者，皆不可食。雪为五谷之精，取以煎茶,幽人情况。”（《茶说》）

屠隆对四季雨水的评价以秋水为上，春次之，春胜于冬,夏雨最次。此外,他还有“灵水”、“丹泉”一说,独具一格。“灵水”即“上天自降之泽。如上池、天酒、甜雪、香雨之类。世或希觏,人亦罕识,乃仙饮也。”“丹泉”乃“名山大川,仙翁修炼之处,水中有丹,其味异常,能延年却病,尤不易得。凡不净之器,甚不可汲。”这种含丹的泉水十分罕见。“新安黄山东峰下有珠砂泉，可点茗，春色微红，此自然之丹液也。临沅廖氏家世寿后掘井入石得丹砂数十淘。而西湖葛洪井有石瓮，掏出丹砂数枚

点击查看茶叶产品排行榜

如欠实,啖之无味,弃之,有施渔翁者,拾一粒食之,寿一百六岁。”

灵水、丹泉皆可望而不可及，惟地泉自古即是人们认识、品评的对象。明代茶学家对地泉水品又有独到的见解。将泉与山联系起来十分有新意。如高濂《遵生八笺》中说“:山厚者泉厚,山奇者泉奇,山清者泉清,山幽者泉幽,皆佳品也;不厚则薄,不奇则蠢,不清则浊,不幽则喧,必无用矣。”高濂将山的厚、奇、清、幽的特点与山泉联系在一起，以此来品评泉水的优劣，颇与众不同。张源在《茶录》中也谈到“:山顶泉清而轻,山下泉清而重,石中泉清而甘,砂中泉清而洌,土中泉清而厚;流动者良于安静，负阴者胜于向阳；山削者泉寡，山秀者有神；真源无味，真水无香，流于黄石为佳，泻出青石无用。”张源的说法与高濂如出一辙,两者都跳出了陆羽的论述，为后人开辟了一条新路。

明代茶学家在论水方面的另一个进步就是对品茶用水的贮藏进行了专门的论述。许次纾在《茶疏》中阐释得尤为清楚“:甘泉旋汲,用水则良。丙舍在城,夫岂易得！理宜多汲，贮大瓮中。但忌新器，为其火气未退，易于败水，亦易生虫。久用则善，最嫌他用。水性忌木，松杉为甚。木桶贮水，其害滋甚，挈瓶为佳耳。贮水瓮口,厚箬泥固,用时旋开。泉水不易,以梅雨水代之。”屠隆《茶录》中亦有‘养水,取白石子瓮中,能养其味,亦可澄水不淆。”古人一般用石翁挈瓶贮水,而且忌用新器和木质器皿，贮器一定要密封严实。经过茶学家们的不断总结，实践证明这些做法的确行之有效。

点击查看茶叶产品排行榜

古人论水，大多根据自己的亲身体验、观察和研究，虽不乏有主观的推测、判断，但也具有一定的科学性。例如古人不推崇用井水烹茶，这一点，用现代科学的眼光来看，井水虽为地下水，在地层渗透的过程中，溶解了较多的矿物质，含盐量较大。而且井水大多是浅层地下水，水源易被污染，因此井水不适用于烹茶。屠隆在《茶说》中解释为："井水，脉暗而性滞，味戒而色浊，有妨茗气。试煎茶一瓯，隔宿观之则结浮腻一层，他水则无此，其明验也。"这与现代研究多少有相似之处，所以古人"井水取汲多者"，"水不问江井，要之贵活"，因为活水水源清洁卫生。

又如古人崇尚的"乳泉"，即岩洞中钟乳石上滴下的水。现在我们知道这种水含有较多的二氧化碳，因而口感清新爽口。

近代科学认为人们泡茶用的水通常分为硬水和软水两种。硬水指每公斤水中钙、镁离子含量超过 8 毫克的水，软水则不到 8 毫克。用硬水泡茶，如果水的硬度太高，茶汤颜色会变暗，使茶失其本味，轻则毫无甘爽之味，重则又苦又涩，完全不能饮用。所以硬水不宜用来泡茶。大多数硬水中的钙、镁成分，在经过高温煮沸之后，能够分解沉淀，在容器内壁上形成水垢。水中的钙、镁离子大量减少，硬水也就变成了软水了。这种硬水是暂时性硬水，大自然中的硬水大多数为暂时性硬水，因此只要将水煮沸，仍能用来泡茶。

软水是理想的泡茶用水，用这种水来泡茶，茶汤清澈明亮，香气高爽馥郁，滋味醇正甘洌。但是大自然中

点击查看茶叶产品排行榜

的软水只有雨水、露水、雪水等此类天落水。这种水本来就不多，在加上由于工业的发展，大气污染程度日益严重，天落水也难得干净、纯洁如以前了，如酸雨等情况。当然，蒸馏水也是软水，但收集获取十分不易，因而也不普遍。所以，人们日常生活普遍使用的沏茶用水还是硬水，如江水、河水、湖水、泉水、井水、溪水等。

由于水质的不同，泡茶一般以泉水为最好，其次是溪水，天落水，再次是江水、河水、湖水等。现在我们一般不会直接饮用江水、河水，而是饮用经过了消毒、杀菌等加工处理后的自来水。自来水在加工处理过程中会加氯以达到漂白杀毒消菌的目的。用这种含氯的水来泡茶，对茶的色、香、味都有影响。如何解决这个问题？根据氯气易挥发的特点，可以将自来水放在水缸 24 小时左右，待氯气挥发完后，再用来煮沸泡茶。或者煮水时多煮一段时间，让氯气随蒸汽蒸发后再泡茶。自来水经这样的处理后，也变成了宜茶的好水，也能泡出好茶。

现代科学要求，沏茶的好水，首先要无毒或不超过有毒的标准；其次，无污染或不超过污染的规定；第三，要有有利于溶解茶叶的有益成分。茶叶本身中就有许多能够溶解于水的有机物如茶多酚、咖啡碱、蛋白质、氨基酸、果胶质糖类、色素、维生素和芳香物质等。这些物质是构成茶叶香味的主要成分。泡茶时，茶叶中的这些物质能够溶解于水中的多少取决于泡茶用的水质以及水中所含多种成分与茶所含有机物质的融合产生的化学反应。因此水质以及水中含有的有利于溶解茶叶的有益成分的多少是决定泡茶效果的关键。只有干净、卫

点击查看茶叶产品排行榜

生、无毒、无污染、水质良好、溶茶效果好的水才能泡出既有益于身体健康又色、香、味俱全的好茶。

古人为了品饮名茶，不辞辛劳，走遍祖国千山万水寻访‘甘泉活水”，并以此为乐。陆羽‘不羡黄金罍，不羡白玉杯，不羡入朝省，不羡慕入台”，却‘千羡万羡西江水，曾向竟陵城下来。’在山水、江水、河水、湖水中又独以泉水为上佳。泉水是地下水的天然露头，通常在山区的坡麓、沟谷中出现。泉水之所以适宜泡茶，是因为泉水在涌出地面之前，作为地下水在流经地层的过程中被岩沙层反复地过滤，杂质被清除，因而十分洁净清爽。再加上泉水涌出地面之后，吸收了空气中的氧份而增加了溶解氧，在水中的二氧化碳的作用下，溶解了纳、钾、钙等矿物质，水质更加纯净，因而分外清澈甘美，自然成了宜茶的好水。

我国地域广袤，幅员辽阔，名泉数以千计，现从中择取一二以飨读者：

庐山康王谷水帘水，即谷帘泉。位于江西省庐山南麓石镜峰下的康王谷中，该泉主要发源于庐山汉阳峰。瀑布被岩石所阻，水流激怒喷涌，被迫分成数不清的如丝般细流纷纷落下，如一幅玉制的门帘高挂在山谷中，故名。经陆羽评定，谷帘泉被列为天下第一泉。后人对此尤有疑惑。因陆羽《茶经》言“：瀑涌湍漱，勿食之”，今谷帘水泻激郁湍急，为何陆羽将它列第一？其实，陆羽所谓谷帘泉，不是指直接从瀑布流下的水而指泻下后经过跌宕、石沙过滤、沉淀后的康王谷中各段宕中、涧溪上所流的泉水。谷帘泉经陆羽的品评后，名声大振，声誉

点击查看茶叶产品排行榜

倍增，吸引了历代文人墨客到此游览、品鉴，留下了不少咏谷帘泉的诗文。宋乾道六年（公元 1170 年），大诗人陆游赴四川僰州就任途中，曾上庐山观景，他亲临谷帘泉品水，得出了与陆羽一致的结论。在《入蜀记》中，写谷帘泉“甘腴清冷，备具众美”，“前辈斥水品以为不可信，水品固不必尽当，然谷帘卓然，非惠山所及，则亦不可诬也。”宋著名诗人王禹偁在考究了谷帘泉水之后，在《谷帘泉序》中写道“：其味不败，取茶煮之，浮云散雪之状，与井泉绝殊。”清人笪重光也写了谷帘泉“：谁说银河水作帘？金轮峰下影长悬。和烟笼月时开卷，带雨迎风有正偏。海燕春寒归复去，石萝秋老断还牵。游人莫羡康王谷，陆羽《茶经》久失传。”

无锡县惠山寺石泉水，即惠山泉又叫陆子泉。位于江苏无锡锡惠公园内。相传为唐朝无锡县令敬澄于大历元年至是十二年（公元 766—777 年）所开凿。惠山旧名慧山，因西域僧人慧照曾居此山，故名。慧山多清泉，历史上有“九龙十三泉”之说。陆羽实地察看了惠山各处泉水，逐一品尝。当饮到惠山寺石泉的时候，顿觉泉水清洌甘美，用以烹茶，香浓味美，遂评为天下第二泉。后又被唐刘伯刍、张又新评为天下第二泉。因此以“天下第二泉”闻名于世。惠山泉有上、中、下三池，下池在“漪澜堂”前，中池方形，水味涩；上池圆形，水味甘。泉水自泉壁石雕的“螭首”中流出，泉畔建有“二泉亭”，亭内有元代著名书法家赵孟頫所书的“天下第二泉”五个大字。惠山泉是通过岩层裂隙过滤的流动地下水，味干质轻。唐武宗时的宰相李德裕嗜茶，独爱惠山泉水泡的

点击查看茶叶产品排行榜

茶。曾令地方官吏用坛封装惠山泉水驰马行千里路将水运至长安，供茶煎茶所用。因此唐朝诗人皮日休将此举与杨贵妃驿递荔枝相提并论，以诗讥讽封建达官贵人们不惜劳民伤财，耗费人力物力来满足自己的私欲。诗云“丞相长思煮茗时，郡侯催发只嫌迟。吴关去国三千里，莫笑杨妃爱荔枝。”惠山泉还得到宋代著名文人苏轼的认可。苏轼曾两次游无锡，品惠山泉，留下了“独携天上小团月，来试人间第二泉”的诗句。明文征明在《是夜酌泉试宜兴吴大本所寄茶》中写了用惠山泉烹煮宜兴茶的景况“醉思雪乱不能眠，活火沙瓶夜自煎。白绢旋开阳羡月，竹符新调惠山泉。地炉残雪贫陶谷，破屋清风病玉川。莫道年来尘满腹，小窗寒起已醒然。”宋徽宗时，惠山泉水被列为宫廷贡品。

宁州兰溪石上水，即兰溪泉，位于宁水兰溪地区溪潭坳河滨，陆羽评定为“天下第三泉”。为一瓮状石穴，口小内大，深二尺许。泉水纯净透明，甘洌可口。泡茶则香郁、色艳、味醇，而且茶水不生泡沫，茶壶、茶杯、等长用不生茶垢，茶味甘醇而微辛，有提神醒脑之效。清初江汉名士顾景星有《寻第三泉》诗“分茶陆处石，戴笠老坡仙。荒草迷前路，名山付后贤。苣兰空碛里，烟雨大江边。谁道寒瓮失？廉泉在目前。”诗中写了陆羽评次，苏轼冒雨戴笠来寻访此泉之事。

峡州扇子山下虾蟆口水，位于长江三峡西陵峡东段灯影峡南岸的扇子峰麓。扇子峰麓临江之处有一石灰岩溶洞，临洞口有一大石赫然挺出呈椭圆形，状似蛤蟆，名“蛤蟆石”，又名“蛤蟆碚”。泉水即出自蛤蟆石之上，

点击查看茶叶产品排行榜

直泻而下,倾注于蛤蟆的脊背和吻鼻之间,漱玉喷珠,状如水帘。水质洁净，甘凉醇厚。陆羽赞之“泄水独清冷”,评为天下第四泉。陆游在《入蜀记》中云“:登蛤蟆碚,《水品》所载第四泉也。”并咏之曰“:不肯爬沙挂树边，朵颐千古向崖前。巴东峡里最初峡，天下泉水第四泉。啮雪饮水宜换骨，掬球弄月可忘年。清游自笑何曾足,叠鼓咚咚又介船。”苏轼也留下了“岂惟煮茶好,酿酒应无敌”(《蛤蟆背》)的诗句来赞蛤蟆泉。欧阳修亦有“石溜吐阴崖,泉声满空谷。”(《蛤蟆碚》)

苏州虎丘寺石泉水，陆游所评第五泉，刘伯刍评为第三泉，位于苏州虎丘山下虎丘寺，是该寺寺边铁花秀崖壁，即铁华崖壁流出来的泉水。此崖因剑池边的石壁皆为赭色，纹理天然，秀如铁花而得名。该寺的另一名胜剑池影响甚大，超过了第五泉，所以历来游客都注重游览剑池，而忽略了第五泉。

庐山招贤寺下方桥潭水，即招隐泉，位于庐山石人峰麓栖贤寺。因招隐了晚年隐居在浙江苕溪的陆羽，故又称“陆羽泉”。水质洁净,四季恒温,流量稳定。用该泉水烹煮庐山云雾茶，汤色碧亮，鲜爽怡神，香馨持久，陆羽评为天下第六泉。清代武宁人罗运崃咏之：“初识人间第六泉，谁将杯水倚崖穿。涓流不塞微秭穴，一勺长泓万古天。幽谷月明春脉脉，荒台客立意绵绵。红亭新盎邻佳句,琴志同忘世外年。”(《第六泉》)栖贤寺已于清末的战火中损毁殆尽,但宋代镌刻的“天下第六泉”五个大字犹存。

扬子江南零水,即中泠泉,也称“中零泉”,意为大江

点击查看茶叶产品排行榜

中心处的一股凉泉。位于江苏镇江西北金山下，该泉原在长江中心旋涡处，后长江主河道发生迁移，中泠泉便与陆地相连而脱离江水。江岸沙涨，泉没沙中。该泉由南泠、中泠、北泠三眼泉水组成，其中以中泠泉眼涌水最多，故以中泠泉为统称。泉水甘洌醇厚，煎茶点茗尤佳。水的内聚力与表面张力均大，泉水可高出杯口而不溢出。唐代刘伯刍将其评为天下第一泉，陆羽则将其列为天下第七泉。诗人陆游游览此泉时，留下诗句："铜瓶愁汲中濡水，不见茶山九十翁"。中濡水即中泠泉。诗人为何要发愁呢？因为古时，中泠泉位于"金山之西，石弹山下，当波涛最险处"。(《金山志》)而且汲水时间只能在子午二辰时（即上午 11 时至下午 1 时，晚上 23 时至凌晨 1 时）。取水的器皿必须是带盖的铜瓶或铜葫芦。用绳子将铜瓶放入泉中，绳子要有一定的长度，迅速拉开盖子，方能取到真正的泉水。取水之难当可见之，难怪诗人为此发愁。清人张潮的《虞初新志》中有一篇《中泠泉记》，生动地记述了作者汲取中泠泉的过程，现在摘录如下，让我们从中领略古时中泠泉之险异奇绝：

> 中泠，伯刍所谓第一泉也。昔人游金山，吸中泠，胸腋皆有仙气，其味知者乎！庚辰春正月，予将有澄江(今云南澄江县)之行。初四日，自真州(今江苏仪征)抵润州，舟中望金山，波心一峰，突兀云表，飞阁流丹，夕阳映紫，踌躇不肯舣岸，但不知中泠一勺，清澈何所耳？
>
> 次日，觅小舟，破浪登山。周石廊一匝，听涛

点击查看茶叶产品排行榜

声噌吰，激石哮吼。迤逦从石磴至第二层，穿茶肆中，数折，得见世所谓中泠者，瓦亭复井，石龙蟠井栏，鳞甲飞动。寺僧争汲井水入肆。是日也，吴人谓钱神诞，争诣寺中为寿，摩肩连衽，不下数万人，茶坊满，不纳客，凡三住，得伺便饮数瓯。细啜之，味与江水无异，予心窃疑之。默然起，履巉陟险，穷尽金山之胜。力疲小憩，仰观石上，苍苔剥杀虫剂中，依稀数行，磨刷认之，乃知古人所品，别在郭璞墓间，其法于子、午二辰，用铜瓶长绠入石窟中，寻若干尺，始得真泉。若深浅先后，少不如法，即非中泠正味。不禁爽然汗下浃背，然亦无从得铜瓶长绠如古人法，而吸之、而饮之也。

郭公爪发，故在山足西南隅洪涛巨浪中，乱石峋嶙，森森若奇鬼异兽，去金山数武。徘徊踯躅，空复望洋，盖杳乎不可即矣。

日暮归舟，悒怏若有所失，自恨不逮古人，佛印谈禅，东坡解带，尔时酒瓮茶铛，皆挟中泠香气，奈何不获亲见之也！

越数日，舟自澄江还。同舟憨道人者，有物藏破衲中，琅琅有声，索视之，则水葫芦也，朱中黄外，径五寸许，高不盈尺，傍三耳，铜钮连环，亘丈余，三分入环，耳中一缕，勾盖上铜圈，上下随机转动，铜丸一枚，系葫芦傍，其一绾盖上。怪问之，秘不告人。良久，谓余曰："能从我乎？愿分中泠一斛。"予跃然起，拱手敬谢。遂别诸子，从

点击查看茶叶产品排行榜

道人上夜行船。

两日，抵润州，则谯鼓鸣矣。是夕，上元节。雨后，迟月不出，然天光初霁，不甚晦冥。鼓三下，小舟直向郭墓。石峻水怒，舟不得泊，携手彳亍，蹑江心石。五六步，石窍洞洞然。道人曰：“此中泠泉窑也。”取葫芦横侧，下约丈许，道人发绠上机，则铜丸中镇，葫芦仰盛。又发第二机，则盖下复之，笋阖若胶漆之不可解。乃徐徐收铜绠，启视之，水盎然满。

亟旋舟就岸，烹以瓦铛，须臾沸起，就道人瘿瓢微吸之，便觉清香一片从齿颊间沁人心胃。二三盏后，则熏风满两腋，顿觉尘襟涤尽，乃喟然曰：“水哉！水哉！古人诚不我欺也！嗟乎，天地之灵秀，有所聚，必有所藏，乃至拔而为山，穴而为泉。山不徒山，而峙于江心；泉不徒泉，而巽乎江水。层叠之下，而成令屠狗卖浆、菜傭伧父，皆得领兹山，味兹泉，则人人皆有仙气矣。今古以来，真才埋没，赝争传，独中泠泉也乎哉！”

次日辰刻，道人别去，予亦发棹渡江。而邻舟一贵介，方狐裘箕踞，令俊童敲火，煮井上‘中泠’朱熟也。

道人姓张，其先盖蜀人云。

南宋文天祥咏之曰：“扬子江心第一泉，南金来北铸文渊。男儿斩却楼兰首，闲品茶经拜羽仙。”现在中泠泉已完全落出地面，周围砌成石栏，中砌方池，泉水自

点击查看茶叶产品排行榜

底涌出。清代书法家王仁堪所题“天下第一泉”五个大字刻在石栏上。

玉泉，位于北京玉泉山西南麓。玉泉水在奥陶系石灰岩缝隙之中，喷涌而出，晶莹如玉，故名玉泉。主泉口大石上镌刻有“玉泉”二字，水从石上漫过。金章宗列此泉入“燕山八景”之一，名曰“玉泉垂虹”。后大石碎化，风景不再，清乾隆时改“垂虹”为“趵突”，立《御制玉泉山天下第一泉记》碑于其旁。泉水极甘洌，用以沏茶，色香味俱佳。明清两代，均为宫廷用水水源，被乾隆帝命名为“天下第一泉”。据说乾隆为了验证该泉水质，特制一银斗，来量取全国各地的名泉水。测量的结果，玉泉水比济南珍珠泉、长江中泠泉、无锡惠山泉、杭州虎跑泉的泉水都要轻。玉泉山六峰连缀，随地皆泉，附近还有迸珠泉、裂锦泉、试墨泉、珠宝泉等泉水露出，构成玉泉山泉群。

虎跑泉，位于杭州西湖西南隅虎跑寺内。明张岱《西湖梦寻》中说：“虎跑寺本名定慧寺，唐元和十四年（公元819年）性空师所建……今人皆以泉名其寺云。先是性空师为蒲坂卢氏子，得法于百丈海，来游此山，乐其灵气郁盘，栖禅其中，苦于无水，意欲他徙，梦神人语曰‘师毋患水，南岳有童子泉，当遣二虎驱来。翌日果见二虎跑地出泉，清香甘洌，大师遂留。’故命名此泉为‘虎刨泉’，后觉拗口，改‘虎跑泉’。虎跑泉水出自石英砂岩裂隙，水质纯净，清洌透澈又滋味甘醇。经科学检测，泉水的总矿化度仅有0.02～0.15克／升，含有对人体有益的矿物质成分，为矿泉水。所以用虎跑泉煎水效果奇佳，尤其用来冲泡西湖龙井茶，色绿味醇，名茶与名水相

点击查看茶叶产品排行榜

得益彰，被誉为杭州“双绝”。清乾隆帝游江南之时，取虎跑泉水泡茶后，称其为“天下第三泉”。苏轼《虎跑泉》诗云：“亭亭石榻东峰上，此老初来百神仰。虎移泉眼趋行脚，龙作浪花供抚掌。至今游人灌濯罢，卧听空阶环玦响。故知此老如此泉，莫作人间去来想。”袁宏道亦作《虎跑泉》诗，云：“竹林松涧静无声尘，僧老当知寺亦贫。饥鸟共分香积米，枯枝常足道人薪。碑头字识开山偈，炉里灰寒护法神。汲取清泉三四盏，芽茶烹得与尝新。”

龙井泉，位于杭州南高峰与天马山之间的龙泓涧上游分水岭附近，亦称“龙泓泉”、“龙湫原”。据明田汝成《西湖览志》记载，曾在龙井泉口发现一片“投书简”，上刻有东吴赤乌年间向“水府龙神”祈雨的文告，因此，至少在三国时期，龙井泉就已被发现了。龙井泉水四时不绝，大旱不涸，古人以为此水与大海相通，有神龙盘踞，所以名之为龙井。龙井泉附近盛产龙井茶，用龙井泉水冲泡龙井茶，有茉莉花的清香和橄榄余味，可与虎跑泉水泡龙井茶媲美。明代陆次云《湖壖杂记》中说：“龙井泉，从龙中泻出，水在池内，其气恬然。若游人注视久之，忽而波澜涌起。”明文人袁宏道《龙井》文中亦云：“龙井泉即甘澄，石复秀润。流淙从石涧中出，泠泠可爱……余尝与石篑、道元、子公汲泉烹茶于此。”清代舒位作《龙井》诗赞曰：“珍珠一斛买倾城，未抵卢仝七碗情。禅榻茶烟何处扬，在山泉水本来清。碧波桥下春如泻，药王船来酒共倾。抛得杭州未能去，枯肠怅触井眉名。”

文学泉，位于湖北天门城关左护城河畔，亦称“陆子井”、“陆羽茶泉”。陆羽少时学习茶事，在此取水品茶。

点击查看茶叶产品排行榜

后因唐德宗李适曾下诏拜他为‘太子文学”,不就,人称“陆文学”,所以名此泉为‘文学泉”。泉水晶莹澄静,东暖夏凉。泉水入杯,高出杯沿却不溢。泡茶茶香高久,提神醒脑。《天门县志》载,该泉为晋代和尚支遁居住在龙盖寺时所掘，后湮灭。清乾隆三十三年（公元 1768 年)天大旱,当地农民挖掘荷池时掘出一断碑,上有‘文学’字迹，遂得以恢复。今泉修复于 1957 年，井上卧有一块八角形巨石,石上凿有三个圆眼,构成品茶的‘品’字,所以此泉又称‘三眼井”。泉畔修陆羽亭,亭内立有石碑,主碑正面镌刻‘文学泉’三个大字,背面镌刻‘品茶真迹’四个大字。

卢仝泉，位于河南济源市郊西北“通济桥”下游 300 米处,又叫玉川泉。泉旁立一石碑,刻有‘唐贤卢仝泉石”字样。相传,此泉是唐代卢仝汲水烹茶处,卢仝自号玉川子,故名。卢仝爱茶成癖,他的《七碗茶歌》即作于卢仝泉。《七碗茶歌》千百年来传唱不休,至今闻名,卢仝也成为与茶圣陆羽齐名的‘茶仙”,又称‘亚圣”。卢仝泉水源至今滚滚上涌,,清澈透明,温醇可口,常饮有益健康。

济南七十二泉，位于山东济南市老城区，泉眼众多，涌流不竭。金代立‘名泉碑”,列七十二泉,济南因有‘泉城”之名。可划分为珍珠泉、黑虎泉、趵突泉、玉龙潭四大泉群，以趵突泉最为有名。

趵突泉，位于济南西门桥南。泉有三眼，终年喷涌不止。清刘鹗《老残游记》载“:三股大泉,从地底冒出，翻上水面有二三尺高。据土人云：‘当年冒起有五六尺高。’’,趵突泉水清冽甘美,水质优良,用于烹茗尤佳。相传乾隆品尝到济南趵突泉水后，评价它为“天下第一

点击查看茶叶产品排行榜

泉”,并将北京玉泉山的玉泉改名为“玉泉趵突”。

陆游泉亦称“陆游井”、“陆游潭”。位于湖北西陵峡下牢溪畔。泉水自岩壁石罅中流出，注入一正方形石坑中。清澈见底，夏日不涸，冬日不冰，常盈不溢。宋乾道六年(公元1170年),陆游入川途中游此,取水煎茶品味，极为赞美,并题诗于峭壁“:汲取满瓶半白乳,分流触石珮声长。囊中日铸传天下，不是名泉不合尝。”泉侧有三游洞,以唐代白居易、元稹、白行简三人同游此洞而得名。

马跑泉亦称“马刨泉”。位于湖北江陵城西北八岭山南端。清道光二十六年(公元1846年)在泉旁立石碑,碑文大意：刘备被曹操围困于当阳，关羽引师急救，行至此地,烈日暴晒,人困马乏,寸步难移。赤兔马以蹄刨石,石开泉涌，人马得救，赶赴当阳，救援取胜。由此而得名。泉眼如马蹄,久旱不竭,泉水清洌,用以泡茶味道甘美。

卓刀泉位于湖北武昌东湖南侧的伏虎山凹关庙中。此泉井口呈球台形，周围以三层条石垫砌。泉深10米，水色清澈，冬暖夏冽，味甘如醴。因泉而建卓刀庙，泉在庙院正中央，寺僧以此水泡茶待客。

白沙井位于湖南长沙回龙山下。湖南民谣“常德德山山有德，长沙沙水水无沙”，即盛赞白沙井之句。以洁净透明、甘洌不竭而被誉为长沙第一井。《湘城访古录》中载“:其泉清香甘美,夏凉冬温。煮为茗,芳洁不变。”毛泽东《水调歌头·游泳》中“才饮长沙水”句即指此。

柳毅井位于湖南岳阳君山龙口。清《巴陵县志》载，柳毅井地处山麓裂隙，集涓成流，泉水百年不涸，水质清澈洁净，甘洌醇厚。君山盛产银针茶，多以柳毅泉水冲

点击查看茶叶产品排行榜

泡 。

灵源泉亦称“灵水”。位于广西武鸣。是大型喀斯特暗河的出口。水出洞口处汇成一湖潭，称灵源湖。水从湖的南出口流入武鸣河，泉水清澈见底。湖北岸有一巨石，形如螃蟹山，上刻“灵源”二字。以灵源泉水煎茶可称上品。清代太守韩章曾吟灵源泉，诗曰：“为爱清莹水一泓，龙门石穴日渊通。青黄树拖围六幕，红紫石文瀑锦丛。心眼顿开诸累尽，须眉毕鉴百私空。若教陆羽逢兹会，应注《茶经》上品中。”

乳泉在海南儋州。《大清一统志·广东·琼州府》中记载：“在儋州城南，苏轼《乳泉赋》：‘吾谪居儋耳，卜筑城南，邻于司命之宫，百井皆盐，而醪醴钟乳独发于宫中，给吾饮食酒茗之用，益沛然而无穷。’《通志》：‘乳泉井在州东南朝天宫，即旧天庆观。’’，儋耳，古郡名。乳泉四季不竭，水质甘洌醇厚，宜沏茶。

玉液泉位于四川峨眉山大峨寺神水阁前。源于石壁之中，清洁异常，喝之涤肠净胃，如饮琼浆玉液，故名。古人视之为神水，并造“神水阁”以祀。神水遇旱不涸，终年不竭，水味甘醇而浓，寺僧以此水煮茶待客，被誉为“峨眉第一泉”。

烹茗井位于杭州灵隐韬光寺内。白居易任杭州刺史时，与韬光禅师结为诗友。白居易曾备好茶饭，写诗邀韬光进城，诗云：“清茶除黄叶，红姜带紫芽。命师相伴食，斋罢一瓯茶。”韬光婉辞，回诗中有“城市不堪飞锡去”等句。飞锡，僧家语，指外行远游。韬光厌烦市井的喧闹，自称“山僧野性好林泉”。白居易遂亲至寺内，两

点击查看茶叶产品排行榜

人汲水烹茗，吟诗论文。当年白居易与韬光汲水烹茗之处,谓之烹茗井。

参寥泉位于杭州孤山旧智果寺内。泉出石缝间，水质甘洌，宜煮茗，以宋代寺僧参寥子之名命。明代画家沈周《参寥泉》诗有‘看碑言旧梦,托绠忆新茶’句。苏东坡与参寥子交往甚密,作《参寥泉铭并序》,有‘舍下旧有泉,出石间,是月又凿石得泉,加洌。参寥子撷新茶,钻火煮泉而瀹之’之句。

黄山温泉亦称“朱砂泉”。位于安徽黄山紫云峰和朱砂峰二谷间的中段地带。黄山以奇松、怪石、云海、温泉“四绝”而名扬天下。黄山温泉水清澈如镜，晶莹可掬，甘芳可口，被誉为独具风味的优良矿泉水，汲以煎茶,妙味绝殊。据《图经》载“:黄山旧名黟山,东峰下有朱砂汤,泉可点茗,茶色微红,此自然之丹液也!”黄山温泉为众多名士称颂。李白 54 岁游黄山,赋《送温处士归黄山白鹅峰旧居》“:黄山四千仞,三十二莲峰。”归休白鹅岭,渴饮丹砂井(即黄山温泉)。”明代徐霞客于 1616 年初春考察黄山后,写游记“:汤深三尺,时凝寒未解,而汤气郁然,水泡池底汩汩起,气本香洌。”当代文豪郭沫若游黄山温泉后留下“尚有温泉足比华清池”的赞语。1979 年 7 月中旬,邓小平视察黄山,为黄山温泉题下‘天下名泉”四字。

点击查看茶叶产品排行榜

慢品细啜真天味

——冲泡与品茗

点击查看茶叶产品排行榜

点击查看茶叶产品排行榜

饮茶是一种高度文化的表现，当你揭开杯盖时，觉得幽香阵阵,茶汤碧绿清亮,细细品味,一股浓郁、清香、鲜爽、回甘之味便应运而生,生津止渴,消乏解疲,称心惬意。除了要会品，饮茶中也有一定的礼仪习俗，这些不同的礼俗、风俗是我国丰富民俗文化的表现，与茶的冲泡方法、品茗讲究融合在一起，才形成了完整的品茗艺术。

一、凤凰点头泡香茶

掌握茶的冲泡技艺与懂得如何选择茶叶、茶具、水品同样重要。即使已经具备了名茶、美具、好水,但不懂得茶的冲泡技术，还是不能泡出一杯好茶，掌握茶的冲泡技艺,除了对茶的冲泡手法、冲泡程序要了解外,还要懂得掌握茶叶的投放量，泡茶所需要的温度以及时间。不同的茶类，对这些的要求都不同。

一般来说,冲泡红、绿茶所需的茶叶是较少的,每杯只需投放 2～3 克的干茶叶,加入 150～200 毫升的沸水即可。而冲泡乌龙茶所需的投放量则达到茶壶容量的 1/2～2/3之多,是各类茶叶中用量最多的。当然,泡茶时

点击查看茶叶产品排行榜

茶叶的投放量多少还要根据茶具的大小以及饮者自身的习惯而定。

绿茶一般属芽茶类，芽叶细嫩，特别是高档绿茶和名茶,如果用 100℃高温的沸水冲泡，很容易把茶叶烫熟，以至茶叶中的维生素 C被破坏，茶汤变黄，茶味变苦。所以冲泡高档绿茶和名茶，一般以温度在 80℃左右的水冲泡为宜,这样冲泡出来的茶,汤色鲜绿明亮,味爽香浓，茶叶中的维生素 C 也能较完好地保留。

而对于芽叶较粗老的中低档绿茶则要用 95℃～100℃的高温沸水冲泡。否则，茶叶中的有效成分不容易浸出,茶味淡薄。

红茶是全发酵茶，所以要用高温沸水冲泡，以充分发挥茶叶的特性。

乌龙茶以及普洱茶和沱茶，茶叶较粗老，再加上每次冲泡时茶量较多，必须用 100℃的高温沸水冲泡才能使茶叶充分发挥其品质特性。乌龙茶一般采用工夫茶冲泡法。工夫茶以温高为特点，为了使热量不散失，要用开水烫罐淋杯，罐外追热。整个冲泡过程都温高水烫，这样在蒸气腾腾中乌龙茶独特的香质以及甘醇的滋味才得以显现。

至于泡茶所需要的时间长短以及冲泡的次数也要依据茶叶的种类、水温、茶量和饮茶习惯来决定,并没有什么统一的标准。水温高,则冲泡时间宜短;水温低,茶量少，冲泡时间就要较长。冲泡时间的长短也可以根据饮者自身口味对茶汤浓度要求来定。一杯放入 2～3 克红、绿干茶,加沸水 100～200 毫升冲泡,盖上盖 4～5 分

点击查看茶叶产品排行榜

钟后即可饮用。这种方法必须要掌握好水温以及加水量。水温过高,则茶“熟”太低,则冲泡效果不佳。水量太多,没有及时喝完,以至浸泡时间过长,茶汤变冷,不仅茶的色、香、味受影响，还会使茶叶中的有害物质泡出,有害健康。

鉴于这些不易掌握的特点，可采用改良法冲泡。将适量茶叶放入杯中后，先倒少量开水，水量以浸没茶叶为度。加盖 3 分钟左右，再加入开水达七八分满，这时即可趁热饮用。喝到杯中还剩余 1/3 左右的时候,可再加入开水，再饮。连续冲泡三次效果最佳。此法可使水温不至于太高,也不过低,又使茶汤浓度均匀,适合日常采用冲泡红茶和绿茶。此外,红、绿碎茶的冲泡,以一次最佳。因为碎茶颗粒细小、揉捻充分,冲泡一次 3～5 分钟后,茶中的有效成分大部分已浸出,一次足矣。

乌龙茶则可冲泡多次。要注意的是，冲泡乌龙茶从第二泡开始要逐渐增加冲泡的时间。一般第一泡 1 分钟即可，第二泡则要 1 分钟 15 秒,第三泡 1 分钟 40 秒，第四泡 2 分钟……如此逐渐增加冲泡时间，越后时间越长，茶汤浓度才能比较均匀。

以下再分别介绍各类茶的具体冲泡方法。

高档绿茶的冲泡法：

赏茶 包括观色、赏形、闻香。从锡茶叶罐中取出茶叶放在白色瓷质的赏茶盘中。白色瓷质的赏茶盘可更加衬托出茶叶的翠绿色，显现出茶叶的形状。

备具 高档绿茶和名绿茶,一般用玻璃杯冲泡,茶叶的本色以及邢态得以显现，便于观赏。

点击查看茶叶产品排行榜

洁具：用沸水烫洗一遍准备好的干净的玻璃杯。既可使茶杯一尘不染，同时又起到温杯的作用。温杯后，水倒出。

置茶：用茶匙把 2～3 克的茶叶投放到玻璃杯中。投放秩序有三：上投法、中投法、下投法。上投法即先在杯中注入开水，然后再投入适量的茶叶。中投法是先在杯中注入 1/3 的水，再投入适量的茶叶，再加水。下投法也就是先投茶后加水的方法。夏季冲泡特别细嫩的绿茶可采用上投法；条索松展的名茶如黄山毛峰、六安瓜片等适合中投法；秋冬季冲泡圆炒青绿茶可用下投法。

冲泡：先将水沿杯子周边旋转注入，水量以没过茶叶为度。稍候片刻，待被水浸湿的茶叶逐渐舒展开来，并散发出茶香时，将水高冲入杯，并在冲水时以手腕抖动，使水壶有节奏地三起三落，犹如凤凰在向观众再三点头致意，这叫"凤凰三点头"。这一举动使茶叶在水流的冲击下上下翻滚，茶叶中的有效成分迅速溢出，注水量为 100 毫升。

敬茶：把冲泡好的茶端至客人面前，双手奉上请客人饮用。客人也要礼貌地表示谢意。

品饮：要一看、二闻、三品味。先欣赏茶汤的颜色，叶底的形态，再闻一闻茶香，然后趁热品饮。品时，应一小口一小口慢慢地品味，让茶汤与味蕾充分接触，才能品出绿茶的清淡幽雅。

再斟：第一泡茶还剩 1/3 左右茶汤时，可再斟入开水，冲泡第二杯茶。第二泡茶的有效成分已完全浸出

点击查看茶叶产品排行榜

香浓味甘，要充分体味，才能品出绿茶的至甘至醇。第三次冲泡,香逝味淡,则不可再冲了。

中档绿茶通常用瓷质茶杯冲泡。瓷茶杯的保温性能比玻璃茶杯强，对于较粗老的茶叶，持久的高温能使茶叶中的有效成分更容易浸出，从而得到滋味浓厚的茶汤。一般使用的瓷茶杯为盖碗或盖杯。每杯干茶叶 2～3 克，注水量 200 毫升。可用中投法或下投法，高冲入杯以“风凰三点头”法冲泡。冲泡后，迅速盖上杯盖。3～5 分钟后，揭开杯盖观茶色，闻茶香，（可闻杯中之香,也可闻杯盖上的香味。)然后可以品啜。

低档绿茶多用壶饮法，能方便地将茶汤与茶渣分离。茶壶一般用紫砂壶或瓷壶。同样要洁具，茶壶与茶杯都要冲洗。将适量茶叶投入茶壶中（茶量依据茶壶大小决定),用‘凤凰三点头’法将开水高冲入壶。盖好壶盖,3～5 分钟后将茶壶中的茶汤倒入茶杯中。

冲泡绿茶，以两到三次为宜，最多不能超过三次。经科学测定,第一次冲泡,绿茶中含有的维生素、氨基酸和多种无机物浸出率为 80%,第二次 95%,可见大部分的营养物质在头两次冲泡中就已浸出，因此第一泡绿茶质量最佳。

绿茶除了以上饮用法还可用作薄荷茶。即饮用绿茶时，将几片新鲜薄荷放入茶汤中，加入冰糖饮用。薄荷的清凉味与茶、糖混合在一起，别有一番风味。这种薄荷茶是西北非各国家普遍爱好饮用的茶。

红茶冲泡法：

饮红茶既可用开水冲泡也可放入壶内煎煮后饮用。

点击查看茶叶产品排行榜

开水冲泡法又可分为杯泡法和壶泡法。用杯泡法饮红茶一般使用白色盖碗瓷杯。冲泡过程如下：

温杯 用开水温烫茶杯,随后将温杯水倒出。

置茶 用茶匙将 2～3 克茶叶放入杯中。

冲泡 将 100℃沸水高冲入杯中，加盖闷泡 3 分钟。

品饮 揭盖,先闻杯盖上的“盖面香”,再闻杯中的茶香。闻香后观汤色,然后趁热品饮。品饮时,要缓啜细品认真体味茶的芳香甘醇。

一般来说，条索紧结的工夫红茶、小种红茶等适宜用杯泡法。此外袋泡红茶、速溶红茶也可用杯泡法。

饮用红茶，可在茶汤中添加一些调味品如糖、牛奶、柠檬、蜂蜜、咖啡等,一般用白瓷茶壶冲泡。在壶内放适量红茶,加 100℃开水冲泡，盖上盖 5 分钟后倒入茶杯中。再根据自己的爱好往茶杯中的茶汤里加糖、牛奶等调味品。

当然,用壶泡法也可不加任何调味品,即也可以“清饮”。中国人大多采用清饮法喝红茶，只有在广东的少数地区流行加糖、牛奶之类的调味品，目的是为了增加茶的营养价值。相比之下，调饮法在欧美国家更为普遍。

其实，调饮法的形成并不拘于壶泡法，即使是杯泡，也可再往茶汤中加调料。而且在我国少数民族地区还流行着一种将红茶放入铜壶中煎煮的煮饮法。在铜壶中放入适量红茶,加水煎煮,煮沸后,再从铜壶中倒入杯内,加糖、牛奶等饮用。

在美国和拉丁美洲，人们还有在夏天饮用冰茶的爱

点击查看茶叶产品排行榜

好，冰茶是以速溶红茶为原料冲泡而成的。在茶壶中放入速溶红茶，用温开水冲泡。将泡好的茶汁倒入有冰块的玻璃杯中，再加入蜂蜜、柠檬等调味品制成的冰茶既甜又酸又涩，是夏季消暑除热的清凉饮料。

俄罗斯人也喜爱喝红茶，柠檬红茶、糖茶是他们的最爱。用铜壶将茶水煮开后，趁热加糖、蜂蜜、柠檬等，并趁热饮用是较普通的饮法。他们还有一种饮法，将糖粒放在嘴里，喝一杯红茶，便把一颗糖连同茶水一起吞下。

乌龙冲泡法：

乌龙茶的冲泡方法比较讲究，通常被称为“工夫茶”。因饮茶时要下工夫精心选购茶具、冲泡时要下工夫操作、喝茶时要有闲工夫细细品饮，故名工夫茶。工夫茶冲泡方法在广东潮汕和福建漳州、泉州等地区非常流行。选茶一般要选用武夷岩茶和安溪铁观音等上品乌龙茶。茶具要配套。一套工夫茶专用器具众多，大致分煮水、冲泡、品茗三大类。煮水用具有风炉、火炭、风扇、水壶等。风炉一般称汕头风炉，在现代生活中，一般家庭都已改用方便清洁的电炉，风炉、火炭、风扇已不多见。煮水用的水壶的俗称为玉书(茶)碾，能容水 200毫升，大约四两。闽南、粤东和台湾省人对陶瓷质水壶的通称为“碾”，以广东潮安产最为著名。“玉书”两字的来源有二：一是有人认为是这种水壶的设计制造者的名字；二是因为壶出水时宛如玉液输出，故称“玉输”，但“输”字不吉利，因改之“玉书”。工夫茶的冲泡用具主要有茶壶、茶船和茶盘。茶壶为宜兴紫砂壶，叫“孟臣壶”。

点击查看茶叶产品排行榜

明代惠孟臣制,壶底刻有‘孟臣’铭记,传世甚少,现今所用大多为仿制品。孟臣壶最大的特点是“壶小如香橼”,即小巧玲珑,只能容水 5 毫升,约 1 两。茶船和茶盘是用来盛冲泡时流出来的热水的，同时对茶壶茶杯起保温和保护作用,比一般的茶托要大得多,在台湾称‘茶池”。品茗用具则主要是若琛杯。若琛杯，相传为清代江西景德镇烧瓷名匠若琛所制，为白色翻口小杯，与小巧的紫砂壶十分相配。现代人更追求杯与壶在色调上的协调，将白色的若琛杯制成与紫砂壶同样的颜色。为了观赏汤色，又在杯中涂了一层白釉，与白色杯效果相差无几。在演变过程中,工夫茶具逐渐简化为四件:孟臣壶、若琛杯、玉书碨、汕头风炉(电炉),亦称‘烹茶四宝”。冲泡方法如下：

备茶：冲泡工夫茶之前，先要煮水。在等候水煮沸期间可将一应茶具取出放好。

洁具:水初沸后,用沸水浇烫茶壶、茶杯,其目的是为了清洁茶具并提高茶具的温度，为下一步的冲泡做准备。温壶又叫‘孟臣霖淋”,不光要往壶内注入沸水，还要浇淋壶身，这样才能使壶体充分受热，温壶彻底。烫盏也有讲究。茶杯要排放在茶船中,依次注满沸水后,先将一只杯子的水倒出,然后以中指托住杯底，用拇指来转动杯子 360 度,使杯沿在盛满沸水的杯子中完全烫洗，既消了毒又烫了杯。其余各杯以此法依次烫好备用。

投茶：用茶则取茶叶放入茶壶中，茶叶放置量大约以占壶的 2/3 为标准。放入茶壶之前，可先观赏乌龙

点击查看茶叶产品排行榜

茶干茶叶的色泽、形状,闻其香味。投茶也有一定的顺序，先用茶针分开茶的粗叶、细叶以及碎叶。先放茶末、碎叶,再投粗叶在其上,最后将较匀称的叶子放在最上面。这样做是为了防止茶的碎末或粗条将茶壶嘴堵塞，使茶汤不能畅流。

洗壶：将沸水沿壶口边缘缓缓注入壶中，这一泡的目的仅在于冲洗掉茶叶表面沾染的杂质混土以及农药的残余物。这种环行注水的方式能避免冲破“茶胆”,又能充分使茶叶得到浸渍。这第一泡茶汤既不能饮用,应迅速倒出,以免茶中的有效物质被浸出太多。

冲泡：乌龙茶的冲泡也讲究高冲入壶，让水流从高处沿壶口边冲入，而不能直冲入壶心。注水还要注意要一气呵成而不能断断续续。这样壶中的茶叶才能在直冲入水流的冲激下上下不停地翻滚，茶中的有效物质被冲出，茶香被激发。水注到刚溢出壶口为止,用壶盖在壶口平刮几下,刮去壶口的一层浮沫,此为‘春风拂面”。再盖上壶盖,仍将开水浇淋壶的外部，内外加温，更有利于茶香的散发。接着要静候几分钟，待茶汤泡好。对泡茶时间长短的掌握是决定能否泡出一壶好茶的关键。如果泡的时间过长,则‘熟汤失味”,茶味苦涩且失去了茶叶的本香。如果泡的时间太短，则茶色浅味薄，香气淡寡。一般来说,要根据茶的品种、多少以及个人习惯或当日的气温等多方面因素来决定，泡茶时间从 10 秒到 3 分钟不等。

点击查看茶叶产品排行榜

斟茶：先用右手食指轻按壶顶盖珠，拇指与中指提紧壶把，将壶提起，沿茶船四边运行一周，这叫“游山玩水”。目的是为了避免壶底的水滴落到杯中，这样壶底的水会先落到茶船里。斟茶时要注意低斟，壶不要太高，壶要低行，茶香才不易散失。先从左至右在每个茶杯中注入三成茶，再从右至左在每个茶杯中注入二成，如此重复，直到每个茶杯中已有七成茶，这叫“关公巡城”。最后，将壶中剩下的茶均匀地滴入每一个杯中滴尽为止，这叫“韩信点兵”。“关公巡城”、“韩信点兵”能使每个茶杯中的茶汤分量、浓度、香味、色泽均匀，是公平科学的斟茶法。

品茶：品茶之前，先要观赏茶色，再闻香。闻香应由远及近，再由近及远来回几次，使香味具有层次感，如香风阵阵吹来。乌龙茶香浓郁持久，还带有花果的甜香气。闻香后，要趁热品茶，闻香与品茶时，应用拇指、食指扶杯，用中指托住杯底，这种姿势叫“三龙护鼎”。以三根手指为三龙，茶杯为鼎。如此端杯既稳当又雅观。品茶要分三品，即分三口品完。初品不要立刻将茶汤咽下，而应使茶汤在口中翻滚流动，使茶汤与舌上的味蕾充分接触，以得到满口生香，回味悠长之感。

再斟：斟第二道茶。之前仍要烫盏，将杯子用开水烫后再斟茶，以免杯凉而影响茶的色香味。以后再斟，同样如此。

点击查看茶叶产品排行榜

再品、三品：品第二道乌龙茶，主要是品茶汤的滋味。一般前二道茶，茶中仍有苦涩味而第三道则开始回甘。第三道茶之后，再喝一口白开水，这时可感到满口生津、回味甘甜，无比舒畅，真是“此时无茶胜有茶”。好的乌龙茶七泡有余香，九泡仍不失茶之真味，不信可以亲自试一试。

20 世纪 80 年代以后，在潮州、闽南工夫茶的基础上，台湾地区进行了一系列的改革，形成了独具特色的台式乌龙茶。台式乌龙茶与潮州工夫茶的最主要的区别在于茶具上的改革。台式乌龙茶在原有工夫茶的基础上为了更好地欣赏茶的色泽与香味，增加了闻香杯与每个若琛杯配套使用。闻香杯杯体又细又高，将茶汤散发出来的香气笼住，使香味更浓烈，更容易让人闻到。除了闻香杯之外，台式乌龙茶还发明了茶盅，即公道杯。用茶壶泡好茶之后，在斟入若琛杯之前，将茶壶中的茶汤先注入公道杯，再从公道杯中将茶汤倒入各若琛杯中。这样能使倒入每一杯中的茶汤浓度均匀，体现出公平合理的茶道精神。如果用茶壶直接将茶汤倒入若琛杯中后倒出来的茶汤由于在茶壶中浸泡的时间较长，相对来说比先倒出来的茶汤要浓，这样对饮用先斟出的茶汤的客人不公平。闻香杯与公道杯的发明，使工夫茶的冲泡过程有了一定的改变。

备具：将茶具摆放好，茶壶与公道杯并列放置在茶船之上，闻香杯与若琛杯一一对应并列而立。

洁具：将开水注满茶壶，再将茶壶中的沸水倒入公道杯。将公道杯中的热水倒入闻香杯中，用茶夹夹住闻

点击查看茶叶产品排行榜

香杯,旋转 360 度，再把闻香杯里的水倒入若琛杯。同样用茶夹夹注若琛杯，旋转 360 度,再把杯中水倒入茶船。

置茶 用茶则取茶,可先观赏片刻再投入茶壶中。

洗茶 将沸水注入茶壶中,冲满后盖上茶盖,淋去溢出的浮沫。

冲泡：将沸水高冲入壶，使茶叶在壶中上下翻滚。静候 1 分钟后，将茶汤注入公道杯中。趁茶壶犹烫，再次冲入开水泡茶。

分茶：将公道杯中的茶汤均匀注入各闻香杯中。各闻香杯都斟满后，把若琛杯倒扣过来，盖在闻香杯上。接着再依次把扣合的杯子翻转过来，以若琛杯在下，闻香杯在上。

品茶 用左手端住若琛杯,右手将闻香杯慢慢提起,茶汤留在若琛杯内。先闻一闻闻香杯的杯底留香，再观赏若琛杯中的茶色，然后趁热品茶。

乌龙茶的冲泡，在第一泡后要逐渐增加冲泡的时间，使茶的有效物质完全浸出。

花茶冲泡法：

花茶的冲泡方法与绿茶差不多，不同的地方主要在于花茶更注重保持茶的外形完好以及防止香气的散发。因此冲泡花茶适合用有盖的茶具，以白瓷盖碗或白瓷有盖茶杯为佳。瓷质有盖茶具密度大，保温性能良好，能有效地保持茶的芳香。特别是盖碗的碗口较大，能清楚地观察到茶形。花茶、冲泡过程如下：

洁具：花茶以独具花之芳香为特色，因此保有其真香是

点击查看茶叶产品排行榜

冲泡的重中之重。使用的茶具，甚至冲泡用水都要洁净无味,以免损害了原有的香味。其次,洁具与温具是同步进行的，事先冲烫茶具使其具有一定的温度,能使茶香更快地被激发。冲烫盖碗,要先向碗中注入约三成沸水然后双手托住盖碗，往顺时针方向旋转碗身，使碗内的水从下到上旋至碗口，让碗内壁充分被水清洗。第二步，清洗碗盖。将碗盖垂直放入碗中，在碗中将碗盖旋转一周,使碗盖全部被水浸洗。第三步,用碗中热水淋洗碗托。

置茶 用茶则将 2～3 克茶叶放入碗中，同时可赏茶。

冲泡 将 90℃沸水高冲入盖碗，到七成满为止。盖上盖闷泡 2 分钟。

品茶 用左手托起碗托,右手轻轻将碗盖掀开一条缝,先深闻缝隙间香味，再揭开碗盖闻其上“盖面香”。闻香先要闻香气是否鲜灵,二要闻是否浓郁,三要闻是否纯净。闻香后,可观汤色,并趁热品茶。品茶要细品缓啜,使茶汤在口中稍作停留,让茶汤与舌根、舌尖、舌面、舌侧的味蕾充分接触,才能精确地品出茶韵。品茶时用左手托杯，右手将盖碗的前沿下压，后沿翘起，从开缝中品茶。

花茶亦可用茶壶冲泡，茶壶一般为白瓷茶壶，茶叶则为普通茶叶。冲泡方法与杯泡法相同。壶泡法多用于农村。农村家庭人口较多，又可多次冲泡，早上泡一壶花茶,全家可以喝上一天,非常方便卫生。

此外，白茶与黄茶的冲泡方法与绿茶大同小异，为

点击查看茶叶产品排行榜

避免重复，不作过多赘述。由于黑茶主要用来作为紧压茶的原料，其饮用方法与其他茶类大为不同。黑茶和紧压茶是我国边疆少数民族的饮用茶。他们的饮用方法一般是煮饮：先将块状的紧压茶捣碎，再放入锅中用水煮，边煮边搅拌均匀。藏族同胞喜爱在煮好的茶汁中加入酥油和盐，做成酥油茶饮用。蒙古族和维吾尔族则爱在滤掉茶渣的茶汁中掺入牛奶和食盐饮用，即咸甜可口的奶茶。黑茶和紧压茶的这些饮用方法都是调饮法，当然也可以在煮好茶汁后不加任何调料就饮用，这样可以真正地品味到黑茶独特的醇厚滋味。

绿茶、白茶、黄茶因其性凉清热，适宜在夏天饮用，花茶适宜在春天饮用，红茶宜在冬天饮用，乌龙茶则四季皆宜。饮茶有益健康但饮茶时仍要适度适量，以下列举一些注意事项：

1. 饮茶不宜过浓。茶叶中的不少成分人体吸收过多，对身体有害。浓茶对人体神经刺激性过强，会使人神经功能失调。通常每次冲泡，茶叶量不宜多于 5克，用水量不宜多于 100毫升。

2. 饮茶不宜空腹。空腹饮茶会增加饥饿程度，严重的情况会引起心慌、头晕、恶心等症状，俗称“茶醉”。如果发生“茶醉”，可以食用糖水、糖果缓解。

3. 不宜以茶水服药。茶叶中的化学成分与药中的化学成分发生化学反应可能产生不良后果。

4. 胃痛不宜饮茶。茶叶中的碱性物质与胃酸中和，会使胃痛加剧。

5. 饮茶不宜在睡前。由于茶中咖啡碱能使人精

点击查看茶叶产品排行榜

亢奋，睡前大量饮茶会导致失眠。当然，这种情况因人而异。各人精神状态、体质的不同，对喝茶的反应也不一。一般淡茶对人体的影响持续 2～3 小时，浓茶 4～5 小时。每个人可根据自身状态以及需要来掌握饮茶的时间。

6.饮茶不宜饮隔夜茶。茶放置一夜后，茶中的二级胺增多，对人体有害。而且夏天茶汤易馊，喝了也不利于健康。

7.忌饮霉变的茶叶。发霉变质的茶叶对健康有害,不能喝。

8. 饮茶不宜饭后。饮茶使胃酸减少，不利于消化食物。饭后一小时后再饮茶较好。

9. 饮茶不宜冷。喝冷茶，滞寒，聚痰。茶宜温饮或热饮。

添加茶的泡法：

准备好茶水之后，如果再加入各种调味料，则称这种茶为添加茶，下面再介绍几种添加茶的泡法。

1. 牛奶红茶及柠檬红茶制作法

备具：茶样罐、茶匙、茶巾盘、赏茶盘、有柄杯、托、匙、奶缸、糖缸(带夹)、柠檬切片盘(带夹)、茶壶、有胆滤壶(杯)或冲泡器、盖置。

赏茶：开启茶样罐，用茶匙拨出少许茶样于赏茶盘中欣赏。

置茶：双手捧取茶样罐，开盖用茶匙将红碎茶拨入滤胆中,茶量 8 克。

冲泡：右手提开水壶，左手用茶巾托住壶底，用巡回手法

点击查看茶叶产品排行榜

冲入 90～95℃开水 400 毫升。冲水后静置约 2 分钟 。

倒茶 右手提起滤壶,左手持茶巾托壶底,两手做相反方向旋转数次，使茶中内含物加速溶于开水中。

分茶 右手拇指和食指握茶杯柄,左手搭在杯柄对侧,这时双手都是手背朝上,同时转动手腕,将扑放的杯子由内向外翻身,杯口朝上。右手握壶把,左手拿茶巾托住壶底，将茶水倒入杯内六七成。

添加：右手提奶缸将牛奶倒入茶杯中二成，加方糖果 1～2 块加入茶杯中，然后夹取柠檬片（预先在圆片半径处切刀）骑放在杯沿上。

品尝 用右手取茶匙搅动茶水,逆时针方向搅动数下,使茶与添加物均匀，然后提起茶匙在杯内壁上停放一下,使匙中茶汤滴入杯中,取出茶匙仍放在杯柄一侧。右手拇指与食指端起茶杯，先闻香，观色，再啜饮。

2. 果汁(晶)茶制作

备具 茶样罐、茶匙、茶巾盘、赏茶盘、有柄杯、托、匙、浓果汁缸或果晶缸、茶壶、有胆虑壶(杯)或冲泡器、盖置。

赏茶：开启茶样罐，用茶匙拨出少许茶样于赏茶盘中欣赏 。

置茶：双手捧取茶样罐，开盖用茶匙将红碎茶拨入滤胆中,茶量 8 克。

冲泡 右手提开水壶,左手用茶巾托住壶底,用巡回手法冲入 90～95℃开水 400 毫升。冲水后静置约 2 分钟.

点击查看茶叶产品排行榜

倒茶 右手提起滤壶,左手持茶巾托壶底,两手做相反方向旋转数次，使茶中内含物加速溶于开水中。

分茶 右手拇指和食指握茶杯柄,左手搭在杯柄对侧,这时双手都是手背朝上，同时转动手腕，将扑放的杯子由内向外翻身，杯口朝上。右手握壶把，左手拿茶巾托住壶底，将茶水倒入杯内六七成。

添加：在茶杯中加入浓果汁或几匙果晶即可。

品尝 用右手取茶匙搅动茶水,逆时针方向搅动数下,使茶与添加物均匀，然后提起茶匙在杯内壁上停放一下，使匙中茶汤滴入杯中，取出茶匙仍放在杯柄一侧。右手拇指与食指端起茶杯，先闻香，观色，再啜饮。

3. 姜盐绿茶制作

备具 茶样罐、茶匙、茶巾盘、赏茶盘、有柄杯、托、匙、姜盐缸、茶壶、有胆滤壶(杯)或冲泡器、盖置。姜盐可自制,将生姜洗净,晾干表面水分,磨出汁液,用纱布虑出姜汁，加入精盐，用电吹风吹干，放在电磨机中磨成细粉。

赏茶：开启茶样罐，用茶匙拨出少许茶样于赏茶盘中欣赏 。

置茶：双手捧取茶样罐，开盖用茶匙将绿碎茶拨入滤胆中,茶量 8 克。

冲泡 右手提开水壶,左手用茶巾托住壶底,用巡回手法冲入 80℃开水 400 毫升。冲水后静置约 2 分钟。

倒茶 右手提起滤壶,左手持茶巾托壶底,两手作相反方向旋转数次，使茶中内含物加速溶于开水中。

点击查看茶叶产品排行榜

分茶 右手拇指和食指握茶杯柄,左手搭在杯柄对侧,这时双手都是手背朝上,同时转动手腕,将扑放的杯子由内向外翻身,杯口朝上。右手握壶把,左手拿茶巾托住壶底，将茶水倒入杯内六七成。

添加：左手打开姜盐缸盖子，右手取匙舀少量姜盐加入茶中。勿过量，宁淡勿咸。

品尝 用右手取茶匙搅动茶水,逆时针方向搅动数下,使茶与添加物均匀，然后提起茶匙在杯内壁上停放一下,使匙中茶汤滴入杯中,取出茶匙仍放在杯柄一侧。右手拇指与食指端起茶杯，先闻香，观色，再啜饮。

配料茶制法：

配料茶种类很多，可用各种干果、果仁以及可食用中药，更增加茶的保健和滋补功能。

备具：盖碗、配料缸(带匙)、茶样罐、插茶匙及箸的箸筒、茶巾盘、赏茶盘、开水壶。

赏茶：开启茶样罐，用茶匙拨出少许茶样于赏茶盘中欣赏。

置茶及配料 双手捧取茶样罐,左手拿罐,右手开盖置茶巾上，取茶匙将茶放入无盖的盖碗中，每碗置茶样 2克,从配料缸中取配料(如烘青豆、盐渍陈皮和炒紫苏子配绿茶;桂圆肉、葡萄干、红枣、冰糖或方糖配红茶;杭白菊和枸杞子配绿茶,金银花和陈皮配绿茶等等),一并加入茶中。

冲泡：绿茶用 80℃开水,红茶用 90～95℃开水,先回转冲泡茶与配料至浸没,即用“凤凰三点头”冲水至

点击查看茶叶产品排行榜

翻口沿下。

搅拌 右手背朝上,用拇、食、中三指取箸,交放给左手(手心向上)拇、食、中三指控住筷,右手翻转(手心向上),再用指拿箸(平常吃饭的拿法)沿碗壁逆时针搅动数下，依次进行。搅拌毕，复又如备具时一样将箸搁在箸架上，然后在碗中放入茶匙一只（杞菊茶及银桔茶不食,不需加匙)。

品尝：先闻香、观色，然后边喝茶边用匙吃可食用的配料。青豆茶也可不用匙，靠敲打碗边和碗口，使茶叶和配料移碗边而食用。

冰茶制作法：

备具 玻璃有柄杯、碟、匙,冰块缸(带夹)、糖缸(带夹)、茶样罐、冷却壶、胆滤壶、开水壶、茶巾盘(内放茶巾)、茶匙等。

置茶 双手捧取茶样罐,开盖,用茶匙将绿碎茶(或红碎茶)放入滤胆中,茶量 8 克。

冲泡 右手提开水壶,冲入 60℃开水 400 毫米,静置 2～3 分钟。

倒茶 右手提起滤壶,左手持茶巾托壶底,两手作相反方向旋转数次，使茶中内含物加速溶于开水中。将滤壶中茶倒入冷却壶（内预先放入约 100 毫升水的冰块)。

冷却：右手握壶把，左手托壶底，双手作相反方向旋转，使茶水和冰晃动，加速冰块的溶化，并使茶汤浓度均匀。

分茶：将左侧大茶盘端至中间横放，将有柄茶杯翻至杯

点击查看茶叶产品排行榜

口朝上(动作同牛奶红茶制作法),夹取冰块放入杯中,每杯两块,约 20 毫升水量，右手提冷却壶将茶水倒入杯中至七成满。

品尝:用右手取茶匙搅动茶水,逆时针方向搅动数下,使茶与添加物均匀，然后提起茶匙在杯内壁上停放一下,使匙中茶汤滴入杯中,取出茶匙仍放在杯柄一侧。右手拇指与食指端起茶杯，先闻香，观色，再啜饮。

以上所介绍的几种主要泡茶方法是最基本的动作，但是泡茶过程也可进行表演，可由一人表演，也可由数人合作，相互动作均可根据音乐节奏，快慢一致。可站立表演，亦可席地表演。总之，要经过自我风格的调节，才能各具特色，不流于俗套。另外，在每一种茶奉茶之后，均可奉上相配的茶食，也可预先在桌上放好各种茶食,由宾客随意食用。(童启庆《习茶》)

二、礼仪之邦习品茗

中国是礼仪之邦，饮茶作为人们生活中的一项重要内容,自然也讲究礼仪。“客来敬茶”便是我国人民待客的传统礼节。无论是贫穷或富贵之家，无论来客身份高贵或低贱，客人来到主人都要捧上一杯清茶以表示欢迎。《红楼梦》第三十三回官宦世家贾府的荣国府贾政接待忠、顺王府客人时,“彼此见了礼,归坐献茶”。第十三回,宁国府贾珍接待太监戴权也是“让坐,到逗峰轩献

点击查看茶叶产品排行榜

茶。”宁荣二府为国公后裔,世袭爵位,是地位显赫的大户人家，客来都是以茶待客。小户人家的花家也是如此,第十九回,宝玉到袭人家探望袭人,花兄母“忙倒好茶”招待贵客。此外,《金瓶梅》中描写市井商贾之家西门庆家中的客来敬茶有一百多处。如新升本处的都监荆千户荆忠来访，西门庆忙使平安儿到后面要茶(《金瓶梅》二十二回）。花子虚之妻李瓶儿在未嫁西门庆之前派丫环给西门庆家送椒盐金瓶和玉簪花，西门庆的内当家吴月娘给待了茶(第十四回)。寻常百姓家如此,寺庙中僧人亦以茶待客。《西游记》第十六回“那老僧也只当一句风话,便不介意,也不再问,只叫献茶。有一个幸童,拿出一个羊脂玉的盘儿,有三个法蓝镶金的茶钟又一童,提一把白铜壶儿,斟了三杯香茶,真个是色欺榴蕊艳,味胜桔花香……”

客来敬茶这一传统礼节在我国人民长期的饮茶过程中逐渐形成，约定俗成。早在魏晋南北朝时期，以茶待客的习俗就以出现。《晋中兴书》载吴太守陆纳接待侍卫谢安“所设惟茶果而已”。《晋书》载扬州牧桓温，“性俭,每宴饮,惟下七奠拌茶果而已。”晋司徒长史王濛好饮茶,人至辄命饮之。士大夫皆患之,每欲往候,必云今日有水厄。”(《世说新语》)王濛以茶待客,但是客人对这一礼节并不习惯“皆患之”,可能是因为当时的茶味苦涩,难以下咽,这一礼俗应刚在士大夫阶层兴起,并未普及。而至唐宋时期，以茶待客的礼仪便成了好客的中国人迎客、敬客、待客的普遍习俗。唐代诗人陆士修在与颜真卿、僧皎然等人月夜啜茶联句中有“:泛花邀坐

点击查看茶叶产品排行榜

客,代饮引情言’的诗句。宋代朱彧《萍州可谈》有“:今世俗,客至则啜茶……此俗遍天下。”此后,这一礼俗沿用至今。

客来敬茶由来已久。在茶被古人认识并利用之后，古人认为茶是上天的恩赐，对茶极其敬重，并用茶来表达对上天、祖先的敬意，这首先就表现在祭祀上。梁朝肖子显在《南齐书》中记载了南朝齐世祖武皇帝的遗诏，其中说“:我灵上慎勿以牲为祭。惟设饼、茶饮、干饭、酒脯而已。”事实上在南朝之前人们已用茶叶作为膜拜神祇，供奉祖先的供品。解放前武夷山茶叶工人在制作加工完成名茶‘大红袍’后会在佛像前泡放几杯茶,烧香祝敬(据庄芳《‘客来敬茶’的由来和演变》)。从对神祇、祖先的表达敬意到日常生活中对来客表示恭敬，其中也包含了人们对茶的敬仰之情。以受人崇敬的圣洁之物‘茶’来敬客,体现了中国人热忱好客、真挚淳朴的传统美德。

唐代，以茶宴请、款待宾客的茶宴被视为清雅风流的待客方式。文人士大夫们更是热衷于此，唐代钱起的《与赵莒茶宴》生动地记录了茶宴的实况“:竹下忘言对紫金，全胜羽客嘴流霞。尘心洗尽心难尽，一树蝉声片影斜。”唐李嘉祐亦有《秋晚招隐寺东峰茶宴送内弟阎伯均归江州》诗“:幸有香茶留稚子,不堪秋风送王孙。”

宋代茶宴更加盛行，佛教的寺院中僧侣们也集中在一起饮茶，称之为茶宴。众僧们一边品茗，一边谈论佛法，并逐渐形成了严肃的礼仪。宋代寺院饮茶之会最为有名的是‘径山茶宴’。佛教僧侣们围坐在一起,按照程

点击查看茶叶产品排行榜

序和教仪,依次献茶、闻香、观色、尝味、瀹茶、叙谊。由住持法师亲自调沏香茗佛茶，再命近侍一一敬奉给众僧。僧客们接茶后，先开盖闻香，再举碗观色然后开始品茗。茶过三巡,便品评茶香、茶色,称赞主人品行。最后,众僧论佛颂经,谈事叙谊。

南宋时，径山寺禅院茶宴仪式被日本僧侣带回日本,以后逐渐演变成为日本的‘茶道”。

饮茶在魏晋南北朝时期，至少在江淮以南寺庙中已成风尚。唐开元年间，禅教大兴，学禅时不能睡，不能食,惟可饮茶。僧人们便借饮茶来提神、果腹,茶被看做是与禅相通之物。饮茶时注重的是平心静气地品味，而参禅则要凝神虚气地体味。这种认识使佛教禅宗的饮茶风尚更加深入发展下来。在名寺大庙中，设有专门的茶寮、茶宅,许多名山宝刹都开辟茶园,种植茶树。寺院饮茶之会除茶宴外，还出现了茶会。一年一度大请职期间的茶会尤其值得一提。寺院中的各职事每年更换一次，在新的西序职事僧确定后，住持要设茶会请新旧西序职事僧与会，对卸任的职事僧以往的辛勤工作表示感谢，并希望能与新职事僧合作愉快。最后还要“鸣鼓讲茶礼”。第二天早晨，住持要写好茶状请新首座饮茶。新首座接到茶状后，先拜请住持，再由住持亲自送其上座，并为之执盏点茶。首座次日在获得住持批准后，写茶状邀请寺内其他职事僧及众僧饮茶。茶状交给茶头张贴在僧堂之前，挂起点茶牌。新首座也要亲自为众僧一一执壶点茶。之后，西序诸头首下茶状请住持茶。再后,两序职事还要互相请茶,联络感情,希望日后能通力

点击查看茶叶产品排行榜

合作。

到了宋代,饮茶成了禅寺的‘和尚家风”。《五灯会元》卷九资福如宝禅师条下载：“问：如何是和尚家风？师曰‘饭后三碗茶。’宋代道原《景德佳灯录》卷二六记载“：晨起洗手面盥漱了吃茶,吃茶了佛前礼拜,归下去打睡了,起来洗手面盥漱了吃茶,吃茶了东事西事,上堂吃饭了盥漱,盥漱了吃茶,吃茶了东事西事。’饮茶已成为寺院中僧侣们生活中不可缺少的内容，更成为禅寺的制度之一。寺院中设有专供众僧品茶论道的‘茶堂”,有“茶头’专事烧水煮茶。在寺院法堂西北角专置一鼓,按时敲击通知众僧饮茶。宋代林逋《西湖春日》诗中描述了这一情景“：春烟寺院敲茶鼓,夕照楼台卓酒旗。’同朝代的陈造在《县西》一诗中亦出现了茶鼓“：茶鼓适敲灵鹫院,夕阳欲压赭圻城。”

寺院的以茶待客礼仪颇有讲究，对身份不同的客人,待客的茶也有档次高低之分。据《蛮瓯志》记载的有关觉林院的日常饮茶和待客方法“：待客以惊雷筴(中等茶)、自奉以萱带草(下等茶)、供佛以紫茸香(上等茶)。盖最上以供佛,而最下以自奉也。’普通宾客到寺院,一般由知客迎进客堂，敬以普通的茶。如果客人有施舍，才进一步请入茶堂品茶。只有地位非同一般或是寺院的大施主来访才能由知客引入方丈，住持亲自陪同饮用寺院中最好的茶。关于寺院中按照来客身份敬不同的茶的习俗，有一个有趣的传说。相传苏东坡（一说郑板桥）某日游山玩水之后来到一座寺院中小憩，寺院知客见他衣着朴素,貌不惊人,以为他是普通的香客,便冷淡

点击查看茶叶产品排行榜

地说“坐。”对一边的小和尚道“茶。”二人随便寒暄了几句,知客顿觉来客谈吐不凡,非等闲人士,忙起身将苏东坡领入茶堂,说“请坐”。并吩咐小和尚说“敬茶”。待到后来得知来人竟是苏东坡时，知客赶紧将他引入方丈,极恭敬地招呼“请上坐”。命小和尚曰“敬香茶”。并趁机向苏东坡求墨，苏东坡思索片刻，挥毫写就一副对联：

坐,请坐,请上坐；
茶,敬茶,敬香茶。

和尚当即面带愧色，羞愧难当。

有关茶禅一味，《五灯会元》卷四载有这么一个故事：一人新到赵州禅院，赵州从谂禅师问：“曾到此间么？”答“曾到。”师曰“吃茶去！”又问一僧,答曰“不曾到。”师又曰“吃茶去！”后院主问“为什么到云‘吃茶去’,不曾到也云‘吃茶去’！”师唤院主,院主应诺,师仍云“吃茶去！”“禅茶一味”意指禅味与茶味是同一种兴味,禅与茶是二位一体,水乳交融的。赵州和尚所云“吃茶去”,即是对“禅茶一味”的深刻认识,意在消除学禅之人的妄想念头。后来，丛林中多沿用赵州的方法打念头,除妄想。到了今天,“吃茶去”已发展成为中国人客来敬茶的惯用语。客来时,一句“吃茶去”,邀请来客共啜佳茗，同叙友情。“吃茶去”也是现代人约友上茶馆,吃早茶的惯用语。朋友相聚,相约茶馆、茶楼“吃茶去”,以成为现代人的风尚。

点击查看茶叶产品排行榜

中国人招待客人饮茶时，还有许多传统礼俗。比如，用壶口与壶柄前后相对的壶给客人斟茶。如以壶柄向客，则表示以客为尊；如以壶口向客，则表示以客为卑。《礼记·少仪》曰“尊壶者，面其鼻。”其中的“鼻”即“柄”，把壶柄朝向客人是敬客之意，因此，客来敬茶时不能以壶口对客。

无论古代还是现代，“以茶代酒”这一习俗仍屡见不鲜。三国时吴国的末代皇帝孙皓，每次举行宴会时，都规定每人至少要喝酒七升。韦曜的酒量很少，才不过二升。孙皓照顾他，暗中赐以茶汤来代替酒，这是“以茶代酒”说最早见之于史书。后来，“以茶代酒”逐渐蔚然成风。宋代杜耒一首《寒夜》诗使“以茶代酒”习俗颇具风雅情致。诗曰“寒夜客来茶当酒，竹炉汤沸水初红。寻常一样窗前月，才有梅花便不同。”

不仅如此，古人的“赠泉烹茗”礼俗更是独具风雅。古代文人雅士往往互相赠送烹茶的泉水品茶，借以寄托彼此的友情。宋代曾幾诗云“锡谷寒泉双玉瓶，故人捐惠意非轻。疾风骤雨汤作声，淡月疏星茗事成。”曾幾用友人相赠的天下第二泉惠山泉水烹茶，被友人的深情厚谊所打动。著名诗人陆游曾经获取中泠泉水寄赠曾文清公，作诗云“铜瓶愁汲中泠水，不见茶山九十翁。”

民间饮茶礼俗还有一种谢茶礼，又称屈指代跪，发源于广东。广东人在贵客到来，主人给客人倒茶时，客人为了向主人表达谢意，要用手指在茶几上轻敲几下。如果客人只身前来，就用中指敲；如果夫妻二人同时做客，就要用食指和中指一起敲 如果全家一起去做客，就

点击查看茶叶产品排行榜

由其中的长者用五个手指同时敲。传说这个风俗来源于乾隆帝下江南时的一个故事。相传清代乾隆帝下江南微服私访之际曾在广州一茶馆内稍作停留。乾隆帝一边品茶，一边与身旁的臣僚们侃侃而谈。一时兴起，竟忘了身份，抓起茶壶就给大臣们斟茶。乾隆帝这一举动,一时让大臣们诚惶诚恐,因为按照皇朝礼仪,皇上赐物，臣属必须下跪接受。如果此时下跪行礼，必然会暴露身份，不下跪又犯了欺君之罪。就在他们不知所措之时，一大臣突然急中生智，伸出食指和中指弯曲成跪状，在桌面上轻叩数下以代下跪之礼，群臣见状纷纷仿效。发展至今，已不再拘泥于严格的礼节程序，仅稍作示意即可。此礼在广东、港澳以及东南亚华侨中十分流行。

由于时代的变迁，各地风俗习惯的不同，客来敬茶的形式与方法也各有差异。湖北益阳人民自古就有用三道茶待客的习俗。每当贵客登门，主人就热情地端出一个长方形木制茶盘，上面放着几小盅茶水，来至客人面前，向每人敬茶。客人接过茶盅后必须一饮而尽，主人端着茶盘站在旁边等候。茶饮完后，客人用双手将茶盅送回茶盘上。主人端出的茶，夏季一般为凉茶，冬季为热茶。这第一道茶意在为客人洗尘。

第二道茶，主人躬身敬请客人至厢房，让至八仙桌旁坐定。桌上摆放着一些土特产茶点，如红色的盐姜、可口的糖醋藕片、焦香的炒花生、巧果片、南瓜子等。主人双手端着茶盘入内。茶盘内放着几只金边花瓷小茶碗。每只碗内有三只煮熟了的去壳整鸡蛋，几粒荔枝肉或泡圆肉，用红糖水冲泡。这第二道茶，主人不站在一

点击查看茶叶产品排行榜

旁等候,由客人们慢慢地一边吃茶,一边吃茶点。

当大部分客人吃完第二道茶时，主人端上第三道茶。第三道是奶汁般的擂茶。先依次给每位客人献上一碗，谁先喝完还想再喝，主人会立即和他们添上。如果客人不想再喝，主人也不会勉强。这时，主人与客人可亲切的聊天,联络感情。

这三道敬茶方式只有贵客上门时才用，是待客的最隆重礼节。俗语说“五里一音,十里一俗”,位于湖北大别山南的英山，敬茶待客的礼俗又不尽相同。好客的英山人民待客用自产的新茶，以腌桂花冲泡，十分清香可口。客来时要一边向客人打招呼，一边奉茶。如果是重要的场合，敬茶礼节更为讲究。茶叶要新茶、细茶。茶具要小,不能用粗瓷大碗“酒满为敬,茶满欺客”,因此茶水只能占茶碗容量的三分之二。敬茶是要双手捧茶，同时要注意右手近碗口，左手近碗底以让出客人接碗的位置。客人要讲礼。除年龄大的长辈外，须站起用双手接茶，而且应从奉茶者所留的位置上接茶。如果客人伸开五指卡住碗口接茶，或一只手从碗底接茶或一只手从上，一只手从下接茶都是对主人大大的不恭。

湖北大冶地区的敬茶礼俗也较独特。大冶人接待客人,倒茶只倒七分满,怕把客人烫伤。正月初一,亲朋好友上门,主人用糖茶招待,晚辈则要手提茶壶,带上糖茶、点心向长辈拜年。

江西人待客亦用茶，江西的客来敬茶真诚纯朴，情深意长。主人用双手敬茶，客人用双手接茶，并向主人致谢。斟茶时不宜过满，否则是对客人的不尊重。添茶

点击查看茶叶产品排行榜

时,主人要一手提壶,一手摁住壶盖。客人要有礼貌,不管是否口渴，都要喝一点。在主人添茶时，客人要用食指和中指轻叩桌面以示感谢。如果不想再喝，就合上杯盖。在告辞之前，要先把杯中的茶喝完，表示对茶的赞赏。

江西贵溪人称喝茶叫“吃茶”。客至后,主人先端上半碗白开水供客人漱口用。接着主人摆上各种茶果，如干红薯片,花生、豆子、各类菜干等。茶果上齐后,主人才将碗中的白开水倒掉，换上滚热的茶，这才是真正的“吃茶”。如果不上茶果,仅以茶水待客,是对客人的极不尊敬。

江西的许多其他地方款待朋友、亲戚，上门首先奉上一杯清茶祝福对方，然后一碗糖水或盐水煮鸡蛋、一碗长寿面等。

苏州、常熟一带,客人上门,“无茶不成礼”,茶是必不可少的接待之礼，客人坐定后，主人再根据来客的年龄、性别、习惯来敬茶。一般年老的客人敬红茶，俗称“浓茶”。年轻的客人敬绿茶,俗称“淡茶”。女客则敬茉莉花茶或玳玳花茶,俗称“香茶”。如果客人自己讲明喜欢饮什么茶，主人也就遵照客人的意思敬茶，敬茶也要双手捧杯,接茶亦如此,倒茶或者冲茶,在茶杯或茶壶内倒至七成即可,忌满茶或满壶,这叫“茶七酒八”。

湖南湘阴县的敬茶之礼亦十分讲究，要先敬客人，后敬家人；先敬长辈，后送晚辈；先敬丈夫，后送子女。这一地区人民所喝的茶叫姜盐豆子茶，当地人也以这种茶待客。客人刚至，一杯姜盐豆子茶便送到客人手中。

点击查看茶叶产品排行榜

主人和客人边喝茶，边谈天。当客人杯中的茶水渐少，杯底露出一层姜茸和泡涨了的黄豆时，主人立刻边筛动茶罐边往客人杯中又斟上满满一杯，直至客人觉得不能再饮了，便以手掌轻拍杯口向主人示意，这时可将杯底的姜茸黄豆送入口中吃掉。

在云南昆明书香门第之间流传着一种待客礼仪，迎客茶。亦称昆明九道茶，分为品茶、净具、投茶、冲泡、论茶、匀茶、斟茶、敬茶、饮茶九道程序。讲究这种礼仪的一般是有较高文化素养的家庭。家中布置古朴雅致。壁上挂有名人字画，庭内栽种四季花草。客人至，待客坐定，主人取出家中珍藏的名茶，如南糯白毫、苍山雪绿等。放置茶几上，请客人选择。然后主人用温水冲洗茶壶、茶杯等茶具。接着将客人所选的茶叶投入紫砂壶内，再注入半壶初沸泉水冲泡。盖上盖约 5 分钟，再注开水入壶至壶满。主人斟茶时要从左到右分两次倒入茶杯，并双手举杯献给客人。茶过三巡，主人再请来客欣赏花草字画，直到主客都尽兴才散。

朱国桢《涌幢小品》卷十三中记载了一个小典故，告诉我们撤茶的由来。昌邑人王琎于洪武初年担任宁波知府，他生活俭朴，为官正直、清廉。厨房为他精心制作的大鱼大肉，他不吃，命人用土埋掉，因此得了一个“埋羹太守”的称号。有一官中同僚来拜见他，他以茶相待。座间交谈片刻后，得知来人竟是为某做说客，当即大呼“撤茶”。来人满面羞惭，只好匆匆离去。王琎又得一“撤茶太守”的称号，后来人们以“撤茶”作为逐客的表示。

点击查看茶叶产品排行榜

以茶逐客的方式还有“端茶送客”。这是明清时期在官场间盛行的一种陋俗。尤其是上司召见下属，大官接见小官,有时一言不合,话不投机或者正事已谈完,主人无意再留来客，但客人尚无告辞之意，主人便双手端起茶杯,堂下侍从见状立即齐呼‘送客”,客人不得不起身告辞。不仅在官场中，后来明清士绅家族也渐沾染这一陋习，清代以后此习才慢慢消除。

三、饮茶风俗总相别

擂茶,又名‘三生汤”。主要流行于我国南方客家人聚居地。客家人作为我国汉族的一支重要的民系，分布在我国湖南、湖北、江西、福建、广西、四川、贵州等地,人口总数已达 7000 多万。擂茶是客家人的传统饮茶习俗,由茶叶、生姜、生米仁为主要原料研磨配制后,加水烹煮而成,所以又名‘三生汤”。不仅味浓色佳,而且能提神祛腻、清心明目、健脾养胃、滋补益寿。擂茶对客家人来说既是解渴的饮料，又是健身的良药。

客家的先民原来都住在文化先进和经济发达的中原地区。自秦汉后,由于战乱、饥荒等诸多原因,被迫不断地迁徙到现在的居住地。客家人居住的闽、粤、赣边区等地‘地最广,大山长谷,荒翳险阻。”(《虔州学记》王安石)恶劣的地理条件,使客家人与外界接触极少,过着自给自足的生活。客家人的生活习俗在这种相对封闭的自然环境中代代相传，其中就包括了擂茶。资料表明

点击查看茶叶产品排行榜

闽、粤、赣边区地处深山，为荒服之地，瘴疠流行。为了生存，客家人以饮用擂茶与风湿瘴疠相抗衡，因为擂茶中的生姜、茶叶成分具有驱湿祛寒、清热解毒等功效。这也是客家人能长期坚持不断饮用擂茶的原因。擂茶这种古老的饮茶风俗才得以保留至现在。

客家分布区域很广，根据他们所处地区的不同，可将擂茶分为桃江擂茶、桃花源擂茶、安化擂茶、临川擂茶、将乐擂茶等。各种擂茶除“三生”原料外，其他作料都各不相同，有加花生的，玉米的，还有白糖或食盐的，下面分别介绍。

桃江擂茶，湖南桃江人饮用的饮料。桃江人喝擂茶的风俗由来已久。说到桃江擂茶，传说在很久以前的一个夏天，烈日炎炎，久旱无雨，连桃花溪水也快干涸了，旱灾使村民们颗粒无收，而且由于酷热无水，病毒传播，许多村民都得了病，浑身长满疱疮，最后溃烂而死。有一天，一位拄着拐杖的银须老者路过此地，见路边凉亭内躺着一位中年男子，双目紧闭，疱疮满身，流脓不止。老者当即解开随身所带包袱，取出一个有内齿的瓦钵，又从包袱内抓出一把茶叶、芝麻、花生仁放入瓦钵，用拐杖擂磨。擂磨成糊状，又请旁人舀来桃花溪水，倒入钵内。钵内之水顷刻变成乳白色。老者将钵中一半的水洒在病人浑身的疱疮上，将另一半缓缓喂给病人服食。过了一会儿，病人就清醒过来，甚至可以坐起。可是那位老者已消失得无影无踪，只留下那个瓦钵包袱，还有一根刻有“太白金星”四个字的拐杖。包袱内装满了芝麻、花生、绿豆、生姜和茶叶。后来村民们仿效老者的方

点击查看茶叶产品排行榜

法，擂出了洁白如乳汁的擂茶，患病的人喝了擂茶后都恢复了。擂茶在当地迅速传开，每当盛夏酷暑之际，村民们就把花生、芝麻、绿豆和茶叶混合在一起擂成糊状，用凉开水冲泡着喝，再也不担心生疱疮了。这种风俗沿袭至今，不仅成了日常饮料，还是桃江人民待客的佳品。

桃花源擂茶，流行于湖南常德桃花源一带。当地人民喜欢把生姜、生米、生茶叶放入擂钵内，用芳香的山楂木杖来擂茶。将钵内物擂碎后，倒入开水调匀，就做成了桃花源擂茶。桃花源地区与桃江地区相距不远，所饮的擂茶也十分相似。差别仅在于桃花源擂茶为咸饮，桃江擂茶为甜饮。桃花源擂茶色泽黄白，清凉解渴，是夏日消暑的极佳饮品。关于桃花源擂茶的起源，相传为东汉“马援凿石室以安民，民间献擂茶以报德”。东汉建武中“玉溪蛮”叛乱，东汉伏波将军马援率兵追击叛军至桃花源。时值七月酷暑，马援的士兵不堪炎热，多患疫疾，根本不能行军打仗，马援自己也患病，因此全军被困在桃花源。为了不使困军惊扰当地来百姓，也为了躲避夏日炎热的天气，马援下令在山崖下开凿石室，作为军队驻扎之所。他的治军严明感动了当地民众。一天，一白发老妪挑着一担黄白色的茶汤来到军营，禀报送来了治疗瘟疫的汤药。马援将信将疑地问“是什么汤药？”老妪回禀“是祖传秘方五味汤。”马援听后，拿起一碗喝了一口，感觉滋味甜美，清凉爽口，遂一饮而尽。顿觉香入肺腑，口舌生津，畅快无比。连喝三大碗，全身大汗淋漓，四肢舒畅，往日的病痛顿觉消退了不少。马援大喜，当即命老妪传授制汤药的秘方在军营中使用。患病的

点击查看茶叶产品排行榜

士兵喝了此汤后，数日便恢复如初，甚至一些人原来就患有的风湿、痢疾、唠咳、肠胃病也奇迹般地治愈了。军队战斗力得以恢复，马援重整旗鼓，终于歼灭了叛军。

“五味汤”也就是擂茶，它之所以改名为“擂茶”，相传也是出自马援之口。原来，马援在制五味汤时，发现在石钵、陶罐等器皿中捣碎汤药原料十分吃力，就命人将石钵内壁凿出纹齿，使更容易捣成碎粒。并形象地称之为“擂茶”。马援为了感谢老百姓的帮助，下令把军中所带的盐巴分发给老百姓，还将盐巴放入擂茶中增加其味。民间传说马援还为擂茶添加了炒制的豆类和芝麻做作料，使汤色金黄，香味更浓。

安化擂茶，湖南安化饮茶习俗。所谓“百里不同风，千里不同俗”，有时即使“出门三五里”也“各处一乡风”。安化县与桃江和桃花源近在咫尺，但是擂茶的制作方法与风味上却迥然不同。安化擂茶的制作方法稍显复杂。原料有：花生米、绿豆、黄豆、玉米、南瓜子、大米、茶叶。制作时要先把这些全部炒熟，再放入擂钵，加入生姜、胡椒、盐巴等作料，用擂棒捣成粉状。用铁锅烧好一锅水，将捣成粉状的配料徐徐倒入锅中，边煮边搅拌均匀，片刻后熬成糊状，不能过稀也不能过稠，直到嘴喝得动为止。

安化擂茶，香中带咸，稀中有硬，每碗中有喝的，有嚼的，可当粥食，经饱耐饿。每当有客人来访，主人便操起竹筒子或木勺子，给客人盛上一大碗。如果客人不再想喝，就让碗中茶保持满状，直到告辞时，再一饮而尽。喝安化擂茶，主人一般会准备茶点，通常是花生、红薯

点击查看茶叶产品排行榜

片、辣椒萝卜条、南瓜子、盐姜、巧果片等，分别用八只小花碟盛着摆在八仙桌上，取‘桌摆八，有财发’之意。

安化人天天喝擂茶，把擂茶充当午餐。平时将炒熟捣碎的配料用瓷坛盛好备用，喝时只要烧开水，倒入配料，加入盐巴与胡椒粉熬成糊状就可以了。

临川擂茶，相传南宋时，临川地区瘟疫流行，为了抵抗疫疾，出于保健的目的，人们把茶叶、芝麻、胡椒、糯米、食盐拌在一起置于擂钵中用木棒捣碎。再将捣碎成糊状的配料放入锅中熬煮，水开即可饮用。饮用一段时间以后，患病的村民逐渐好传，瘟疫也渐消。此后，这种饮法沿袭下来，成为传统风俗，在当时流传甚广。至今，每当亲友来访，主人都会亲手制作擂茶招待客人。逢年过节，婚嫁添丁，孩子满月或过生日等喜庆日子，也都制作擂茶。擂茶成为祝福美满、吉祥如意的象征。

将乐擂茶，福建省将乐县饮茶习俗。制作时，将绿茶、白芝麻、花生仁等置于擂钵中，手握擂棍在钵中来回旋转，使研成碎泥状。再用捞瓢捞起，放在白纱布上过滤，片刻后将滤过的碎泥状配料倒进瓷壶中，往壶内注入滚沸开水，盖上壶盖闷 3～5 分钟就做成了茶汁似乳、香浓味甘的擂茶。制成后要趁热饮用，令人口舌生津、心爽神清。夏季在配料中加入一些淡竹叶和金银花，可清热解暑，秋冬季加入陈皮等中草药可祛寒暖胃。

民间关于将乐擂茶有个伍道婆的故事：将乐古时有一座叫‘长长观’的道观，道观的道长是一位是一位姓伍的道婆。长长观后面生长着一片茂密的箬竹林。箬竹长得太盛，长长的竹鞭甚至长到道观里来了。伍道婆就

点击查看茶叶产品排行榜

叫人把芝麻,撒上去,用来沤烂竹鞭。谁知,几年后,竹鞭是沤烂了，但是芝麻却长满了道观四周。有一年，将乐发生了旱灾，饿死了很多人，伍道婆一心想救助灾民，但是苦于观中亦无余粮，只有该年收获的几筐芝麻，而几筐芝麻又是远远不够的。最终，她还是利用有限的资源做了些力所能及的事，每天抓一些芝麻，再加上一点茶叶,一起放入擂钵内研磨,直到成为细末状,然后用沸水冲泡成十几缸的黄白色的茶水，供应给灾民。虽不能充饥，但也能解渴，总比白开水强。灾民们纷纷来饮。奇怪的是饮后顿觉神清气爽，有些中了暑的灾民竟然恢复了健康。旱灾过去后，这种芝麻茶水却保留下来，人们一直饮用到今天，逐渐演变成将乐擂茶。

擂茶是我国绚丽多姿的茶文化百花园中的一朵奇葩，是我国古代饮茶风俗习惯的延续，今天我称它为古代文明的活化石。

位于江西北部的修水县是名茶之乡，出产的名茶有宁红茶、双井茶等。双井茶久负盛名，宋代文豪欧阳修曾写诗赞之曰：“西江水清江石老，石上生茶如凤爪”，“长安富贵王侯家,一啜犹须三日夸。”而修水籍诗人、书法家黄庭坚更赞双井茶“万里名茶动京关”。汤色如琥珀的宁红茶同样蜚声海内外，道光年间俄国皇太子品啜之后,大加赞赏,决定非宁红茶不饮,宁红亦得了一个响亮的名字——“太子茶”。

但作为大众茶是在民间流传得最广的却是菊花豆子茶,又称菊花茶。菊花豆子茶以菊花、萝卜、生姜、芝麻、黄豆等为原料制成。先要将菊花剔除花蕊，只留花

点击查看茶叶产品排行榜

瓣、晾干撒盐腌制；把白皮红心的小萝卜洗干净后切成丁。晾干撒盐腌制,将生姜切成丝加盐腌 把芝麻、黄豆放入锅内炒熟。这五样作料制成后分罐储藏备用。喝茶时，各取出少许放入盖碗中，再放入双井茶四到五克，用沸水冲泡。冲泡好后“上不见水下不见底”。主人将这碗热气腾腾的菊花豆子茶捧给客人，客人在喝过几轮后如果不想再喝了，可以用左手斜托碗底，右手轻拍茶碗侧面，使茶叶受振动落下集中在碗边沿，然后用右手中指将剩下的茶叶和作料扒进口中，细细品尝。菊花豆子茶香味浓厚,微带有辣味和咸味,口感鲜嫩,极具营养价值和药用价值。如果更讲究一些，还可在配料中加花椒、釉子皮,称“什锦茶”。

江西省境内的茶俗可谓千姿百态，异趣多彩。除修水茶俗外江西省安福县一带的妇女茶有喝“表嫂茶”的奇特习俗。妇女们自备茶壶，从农历正月十六开始，每天早餐到村里一户人家里喝茶。从村里第一家开始，一天喝一家，直到喝到村尾最后一家为止。壶里盛装着自产的上等茶叶和姜、芝麻、桔皮之类的配料，用水冲泡后，风味香美独特。这是农村妇女们喜迎春大的一种表达方式，在它们自备的茶壶上都各自标有记号，如果壶上系着丝带，则表示春暖花开的意思。

早在 1000 多年前，宋代王安石就在他的《义茶法》中说“:夫茶之为用等于盐米,不可一日以无。”今天在我国福建省南部一带,人们仍把茶叶称为“茶米”,因为他们把茶叶在人们生活中的地位看作与大米是等同的，闽南产茶在宋代就已出名，显赫一时的贡品龙团就出自于

点击查看茶叶产品排行榜

这里，后来又有享誉海外的乌龙。闽南人民酷爱饮茶的风俗与当地悠久的产茶历史是分不开的。在好客的闽南侨乡，主人往往会把家中藏的质量上乘的铁观音、毛蟹、黄旦、水仙拿出来待客，他们的冲泡方式也十分讲究，不能用温度过高的沸水来冲泡茶叶，因此水壶的水烧开了以后，并不马上冲泡，而要等到水壶出炉片刻后，再把开水冲入放好茶米的茶壶内。冲泡手法讲究高冲低斟,即将开水冲入壶时,手提茶壶要高,使开水直泻入茶壶内，茶叶在壶内上下翻滚。用茶壶往杯内倒茶时，则壶应低提，使壶嘴几乎挨着杯口，这样茶香不会跑掉，斟茶只能斟七分满，过满可能会烫伤客人，因此这种茶叫做‘闽南侨乡七分茶”。

同处福建省的厦门岛虽然不出产茶叶，但是作为古代茶叶出口的重要港口，茶叶贸易的集散地，厦门的饮茶品茗风俗历史也十分悠久。 1832 年《厦门志》载云：“俗好啜茶，器具精小，壶必曰孟公壶，杯必曰若琛杯。茶叶重一两，价有贵四五番银者。文火煎之如啜酒然，以响客，客必辨其色香味而细啜之，否则相为嗤笑。名曰工夫茶或曰君谟茶之讹。此夸彼竞，遂有斗茶之举。”可见厦门人很早就以品茗斗茶为乐，并乐此不彼。解放前，厦门街头的饮茶店鳞次栉比，仅市区就多达四十多家。这种茶店当时叫做‘茶桌仔”。厦门‘茶桌仔”生意兴隆，经常是人声鼎沸、人满为患。所泡的茶叶大多为老丛水仙、三印水仙等，由技艺娴熟的茶博士用宜兴紫砂壶冲泡。此外还配以各式茶点。为了招揽顾客，“茶桌仔”中还有艺人说书、象棋比赛、南乐清唱等助兴节

点击查看茶叶产品排行榜

目。近年来，厦门早茶如雨后春笋般出现在厦门市各个角落。其实早茶之风在闽南一带早就盛行，而且是地地道道的喝早茶。在家里或在“茶桌仔”，泡上一壶小种茶，再配以油条、炸枣、麻花等食品作为早餐。如今的厦门早茶受粤式早茶影响，配以丰富的粤式甜点，但仍然保持着老式“茶桌仔”的遗风，桌上少不了一壶茶以及若干厦门风味小吃。人们借此机会与亲朋好友相聚，互斟敬茶以表谦让和敬意，“屈指代跪”的叩桌声不绝于耳。除此之外，厦门早茶还是商界人士洽谈生意、获取信息、交朋识友的好去处。一旦生意谈成或话语投机，人们兴致高昂便以茶代酒，互相庆贺致意。

谈到福建饮茶风俗，不能不提到惠安女茶俗。惠安女常常给人留下极深的印象，这主要是由于她们奇特的服饰。她们往往头戴金色的斗笠，用鲜艳的头巾包着脸，只露出眼睛、鼻子和嘴巴。上身穿着又短又窄的蓝布上衣，肚脐露在外面，腰间束着一条银色的腰带，下身穿着又大又肥的黑裤。我们通常谈的惠安女指惠安县崇武、小岞、净峰一带的妇女，她们在旧社会的地位十分低下,长期受封建压迫,被逼‘童婚”,而且即使出嫁,三天后就得长期住在娘家，如果没有怀孕生子，就不能返回夫家，等于守活寡。惠安女还要负担与男人同样重的生产劳动，因此旧社会发生不少生活悲惨的惠安女轻生跳海的惨剧。惠安女在长期繁重的劳动生活中，形成了自己独特的饮茶习俗。一般来说，闽南通行的品茶习俗对她们来说是奢侈的，她们的日常饮茶，仅用在乡村小杂货店买来的中低档茶叶，放入一只大陶壶内冲泡即

点击查看茶叶产品排行榜

可。想喝时，用吃饭的碗倒一碗喝，客来时也是如此。一壶茶可以喝一天。如果出门干活，她们就用竹筒作壶盛茶水，一般用一段粗大的毛竹，上面一节打一个洞作为壶口，以便提吊。每当惠安女出门做工前，把茶叶装入，冲入开水，塞上筒塞就可以带着出门了。如果劳动场所不远，惠安女就事先在家冲泡好茶，用一大陶钵盛装着放在家里。休息时，就走回家用饭碗从大陶钵内舀出一碗喝下，勤劳的惠安女又是心灵手巧的。冬天气温较低,为了保温,惠安女就利用稻草、棉絮和花布编成精制的茶寿套在茶壶和陶钵上。茶寿上绣以美丽的花鸟虫鱼图案或者是一些吉利的文字，又美观又实用。

福建福安人把茶看得比粮食还要重要，断茶如断粮一般。客人来到，通常先上茶后留饭，很少有不喝茶先上桌的,所以有‘茶哥米弟’之说。福安人既普遍喜爱喝茉莉花茶和绿茶等色鲜明亮的茶叶，又爱以茶和食品相佐,茶食美味,浓郁清长。福安人日常饮茶大碗大口,风习粗犷。喜庆佳节，客来敬茶则见其细致周到。以小瓷杯冲茶,而且总是现烧水冲泡,使茶叶沉入杯底,以免给人“无意冲茶半浮沉”之感。

在江苏省昆山县的农村，流传着吃“阿婆茶”的风俗,说到‘阿婆茶”,早在明代洪适的《清平山堂话本》“快嘴李翠莲记’中就提到了‘阿婆茶’的名称。李翠莲伶牙俐齿、性格泼辣，为公婆所不容。一次，公公向她讨茶喝,李翠莲来到厨房,刷洗锅儿、煎滚了茶,又到房中打点了各式果子,泡了茶,托到公婆堂前,口说道“：公吃茶、婆吃茶,伯伯、姆姆来吃茶……此茶唤作阿婆茶,名

点击查看茶叶产品排行榜

实虽村趣味佳。两个初煨黄栗子，半抄新炒白芝麻，江南橄榄连皮核，塞北胡桃去壳枳。两位大人慢慢吃，休得坏了你们牙。’可见,元明时期,江南农村就已流行这种吃‘阿婆茶’的风俗。“阿婆茶”是农村妇女农忙结束后的休闲方式。每当田里的活干完了，村里的妇女们就相互吆喝着吃茶。她们约定今天在这家喝，明天到那家，每家都要轮到，而且喝茶的都是一些婆婆、婶婶们，男人不能参加。这些姑娘、婆婆们坐着拉家常、做针线活,嘴干了就喝茶。“阿婆茶”喝起来还真有讲究,水要用河里打上来的活水，并且用明矾打过。水壶是祖传的“铜吊子”。炉子是手工制作的用烂泥、稻草和稀而成的“风炉”。这种‘风炉’火烧得又快又旺,又省柴。妇女们喝茶时,把‘铜吊子’放在‘风炉”上,边煮边喝,煮出来的茶又酽又香。还要配以茶点，主要是咸菜苋、酥豆、酱瓜、菊红糕之类的土特产。妇女们谈论的都是一些轶闻及家庭琐事，比如儿女的婚姻、婆媳关系等。两三个小时后，茶喝完了，还要约好下次的东道主大家才散。

江南小镇南浔一带，今属浙江湖州地区，盛行一种熏豆茶。用碧螺春茶、青豆、胡萝卜、野芝麻、橘皮、桂花制成。方法特别繁琐，一般用来招待贵客。首先，青豆要事先用烟熏好，胡萝卜要切成丝状晾干，野芝麻要先晒干后再放入锅内炒熟，橘皮要用香浓色红的福橘皮，用盐浸，桂花也要用盐腌过。这些都准备好，各取少许放入盖碗中,用沸水冲泡,加盖等候 5分钟后，可饮用。打开碗盖,顿时一阵清香扑鼻,再看碗中,红、绿、黄三色相间。稍啜一小口，茶汤微咸，只觉入口清爽无比。

点击查看茶叶产品排行榜

浙江德清一带还流行一种咸茶。做法是：先用竹爿瓦罐煮水，水开后用沸水冲泡茶叶。茶叶要新干细嫩。用事先腌过的橙子皮拌黑芝麻一起放入茶汤内，再用竹筷夹着当地特产 青豆或笋干、橙子皮、谷芝麻等十多种作料，放入茶汤中，冲泡完毕，趁热品饮。可边喝边加水，直到味淡香尽时止。最后连茶带作料一齐吃掉。此茶口味鲜浓，带咸味，是上好的饮品。

水乡红茶是江南水乡人民的喜好，红茶是水乡人爱喝的一种茶，它不同于绿茶，易贮存，只要贮藏方法得当，就不易霉变，这在潮湿的水乡特别难得。水乡的水适宜冲泡红茶。水乡的河水质软水轻，有利于茶多酚的溶解，冲泡红茶时，红茶中所含的大量红茶素溶解于水中形成了鲜红艳丽的茶汤，宛如琥珀一般，令人赏心悦目，心旷神怡。而且水乡人常年食用鲜鱼活虾这类高蛋白和糯米类食品，红茶则能有效地分解蛋白质，多喝红茶对水乡人的身体也十分有利。喝红茶已经成为水乡人的习俗,因而有了“ 水乡红茶 ”之称。

江南人民还有喝谷雨新茶的习俗。谷雨季节是采茶的黄金季节，民间流传喝了谷雨这天采摘的茶叶，有病治病，无病健身。谷雨这一天，江浙一带人民将刚采摘下来的雀舌炒制烘干后用开水泡着喝；湖南北部人民则用刚采摘的新茶打擂茶喝；湘西人民熬油茶汤喝；洞庭湖区人则用谷雨茶泡姜盐豆子茶喝。总之，各地人们都把谷雨这一天看做是饮新茶的日子，只不过各地饮茶方式各有不同。谷雨这一天，各地茶农们都会将当天刚采下的鲜茶叶带到集市上去卖，这已成为一种习俗。

点击查看茶叶产品排行榜

江南人对喝早茶的热衷程度并不亚于广东、福建人。江苏苏州市有“早上皮包水，晚上水包皮”的谚语，意指早上到茶楼喝茶，晚上洗澡。喝早茶与洗澡是苏州人的两大生活习惯。假如你一大清早要找浙江湖州菱湖镇人办事,只要直接到茶馆,准能找到人,根本不用登门当地人喝早茶都是在固定的茶馆、老位置上。聊天、谈生意,都上茶馆。

居住在湖南桃江、安化、宁乡三县交界的人民有喝烟熏茶的习俗，每年谷雨前后，大都是细雨蒙蒙的天气。此时茶枝上已长出形如雀舌的肥壮芽梢，正是采茶的黄金季节但是采摘下来的雀舌不宜久放，如果不及时加工就会变质。而推迟采摘时间，茶芽又会长老，是茶农的一大难题。相传古时候有位居住在桃江、安化两县交界的六马仑上的老茶农采下茶芽后，偏逢雨季，只好将茶叶揉捻后，摊在竹筛上。又捡来许多枫球子点燃生起烟火，用烟慢慢将茶叶熏干。没想到的是熏干的茶叶带有特殊的烟香味而大受欢迎。这种做法也逐渐在这一地区发展开来。有些地方还在枫球堆上添一些大米熏制，使茶叶的烟香味更重。宁乡烟熏茶茶水呈深红色，烟香阵阵，喝后提神醒脑，精神大爽。不仅当地人酷爱，还远销新疆等回族聚居区。

湖南湘阴人喜欢喝姜盐豆子芝麻茶，该茶又称“六合茶”,因用姜、盐、黄豆、芝麻、茶叶和开水六物混合而成,故名。其制法是将炒黄豆、擂生姜、少量食盐、芝麻、茶叶放在一起，用水冲泡。如单以芝麻和茶叶冲泡的，称“芝麻茶”单以生姜加茶叶的称为“姜茶”单以花生

点击查看茶叶产品排行榜

加茶叶的称‘花生茶”单以黄豆加茶叶的称‘豆子茶”。一般湘阴人家里无论春夏秋冬，灶里常煨着一罐开水。客人来时，主人便冲泡此茶待客。主人倒茶时，一边摇晃着盛茶的罐子为的是把茶罐的豆子和姜摇到上层倒给客人。如果是贵客到来，主人还会在茶中加枣肉之类以示尊敬。客人喝茶时，主人会不停地倒茶，直到客人再三申明不能再喝了，主人才不再斟茶。这时，客人要把杯中剩余的茶料吃掉。在湘阴，调制姜盐茶通常为家庭主妇的职责，调制水平的高低是当地人评价主妇是否贤淑的重要标准。

湖南东部的浏阳、茶陵、炎陵等地喜将红茶放在一土罐内(茶量占罐的三分之一),盛满泉水,置于火塘上烧烤,待罐中茶水煮沸后,注入茶盅即可饮用,名曰湘东煎茶。煎茶色泽红艳，香气浓郁，常以油炸麻花、糖果、饼干等点心佐饮。

湖南浏阳县北乡人喝茶，他们有一种茴香茶，将茴香与茶叶一起冲泡，茴香的香甜与茶水的清淡相配，十分爽口清心。当地人还喝川芎茶。从药店买来一些小片的川芎,妥善收藏。喝时,先放茶叶,再用小刀削些川芎粉末至碗内，冲上开水即可饮用。川芎茶香味独特浓郁，令人神清气爽。

湘莲是湘南的特产，湖南洞庭湖区的人民常把莲心晒干与茶叶一起冲泡，制成莲心茶饮用，或者适量加一些白糖，使茶不致太苦。有的还把莲心煮烂后加入茶叶、白糖冲泡。长饮莲心茶,具有养心健脾、益肾固精的作用。

点击查看茶叶产品排行榜

位于洞庭湖西南的南县也流行着一种叫姜盐茶的茶俗。这种姜盐茶与湖南湘阴的姜盐豆子芝麻茶在制法上稍有区别，主要是盐姜的制法不同。洞庭湖盛产生姜，每到秋季生姜熟了，当地人用剪刀将姜须、姜苗剪掉,洗净泥土,分瓣扯散,刮净姜皮,切成片或丝,放入浓度为百分之一的明矾水中浸泡半日后捞出，加盐腌渍。每日翻动一次，三五天后，把姜取出晒干贮存。饮用时取出，与茶叶一起冲泡，也可以加入熟芝麻和熟豆子等其他做料，冲泡出来的茶汤色泽淡黄，有辛辣味和咸味，能驱寒暖胃，最适合在冬季饮用。

湖北九宫山下的山民们常饮一种清冽芳香的菊花茶。这种菊花茶实际上由‘茶菊’制成,而非我们平常饮用的茶叶。‘茶菊’一般种植在田边垄旁篱下,如两分钱硬币大小，色白，近花蒂处略带淡青黄色。每年寒露至霜降期间采摘。将花蒂掐去,只剩花瓣,洗净后晾干,盐渍。盐化后轻轻搓擦，再装入罐中密封几天后就可用来泡茶了。一般单以菊花泡茶，不加其他作料，但也可与绿茶同泡。青茶白花、交相辉映，茶香与菊香相互渗透，滋味甘醇，回味无穷。也可加入桔皮，把桔皮洗净晾干，剪成细粒，与菊花一起盐渍储存，冲泡时再取出。桔皮以皮薄味香的南丰蜜桔皮为上。除桔皮外，还可添人生姜、茶芎等物。但人们仍觉不够，又加入炒熟的花生米、芝麻、黄豆、萝卜干,甚至‘米泡’(即爆米)。这样冲泡出来的茶又能喝又能嚼，风味别具一格。九宫山下千姿百态的茶俗不胜枚举，有清心明目的菊花茶，还有玉芦茶、枣饼茶、薯沱茶等，味道之美、种类之多令人叹羡不已。

点击查看茶叶产品排行榜

历史上安徽泾县出产的名茶“涌溪火青”曾让宋代文豪欧阳修作诗赞叹曰：“琴高一去不复见，神仙虽有亦何为溪鳞佳味自可爱，何必虚名务好奇。”除了这一著名特产，泾县还有一种特产，这就是琴鱼。相传秦朝时有位隐士叫琴高公，他常在泾县的山上炼丹修行，炼完丹后就把丹炉中剩下的丹药渣，倒在琴溪中，而这些药渣就化成了琴鱼。琴鱼的大小长不盈寸，虎头凤尾，身无鳞片。晒干后的模样就像炒青绿茶，所以泾县人泡茶爱用琴鱼相配，将茶与鱼一起冲泡，或者饮茶时用琴鱼佐食。琴鱼味道鲜美，泡在清澈的茶汤中栩栩如生，宛如在水中游戈。茶香鱼鲜，相得益彰了。

位于长江以南的安徽贵池、石台两地属多山丘陵地带,气候宜人,常年雨量充沛,日照适中,很适合种茶,茶也是这里的主要产业，世代相沿，当地人就形成了饮茶嗜茶的习俗。

大部分家庭里的饭桌底下都挖有一个大火坑，一个装满茶水的大瓦壶一天 24 小时煨在上面，家中日常饮用或客来时随时都能敬上热气腾腾的茶水一杯，非常方便省事。如果没有火坑就以一个大圆火桶代替，冬日与邻居、客人围坐在火坑旁，在友好的气氛下边饮茶边高谈，真是其乐融融、得趣非凡。贵池、石台两地居民的日常生活中离不开茶，不论男女起床后第一件事便是倒一杯茶,备一碟姜,食姜饮茶,相辅相宜。此外,春冬两季,每晚临睡前也要坚持喝一杯热茶后再上床。这些颇懂养生之道的习俗，祖祖辈辈流传下来，至今仍一成不变。不光如此，就连出门办事，贵池、石台人也不忘带上茶叶

点击查看茶叶产品排行榜

和茶杯，生怕出门在外喝不到茶。

陕西汉中东南 180 余公里的镇巴一带，山民春夏秋冬四季都喝烤茶。镇巴人性格简朴、率直、热情，爱喝浓酽茶，招待客人亦用烤茶。客人在火塘边坐定，主人就把几只搪瓷茶杯摆在火塘边，用火塘灰将它们擦拭一遍，再以清水洗净，擦干。茶叶放在挂在火塘近旁屋顶上的“雀儿窝”(形似鸟巢的竹篓)里，伸手可及。从中取出一大把的上等手工晒青茶，分别放在刚才准备好的茶杯中。主人将火拨旺，手持茶杯在火焰上烘拷。要边摇边烤，使茶叶受热均匀，直到茶叶散发出焦香味。主人这时快速将茶叶翻炒几下将杯子放在一边，用小葫芦瓢从火塘上的锅中舀出沸水注入杯中，此时冲泡仍未结束，还要把这杯茶水发在火塘中煨煮，直到水沸腾后将杯端起，吹去茶水上的浮沫，才以双手奉给客人。烤茶滋味浓厚、焦香浓郁，虽然有点苦味，但是片刻后喉间即感润泽甘美，回味无穷。

与镇巴县遥遥相对的汉中略阳县一带流传着一首古老纯朴的歌谣：“好喝莫过罐罐茶，来客茶叶加油炒，火塘烤香‘锅塌塌’，熬茶的罐罐鸡蛋大。”这歌中的“罐罐茶”就是当地盛行的一种饮茶习俗，据传属古羌族的遗风。当地还有一首民谣是这样唱的：“东南路里水泡茶，城西两路面罐茶。北路河里油炒茶，熬茶的罐罐鸡蛋大。”歌中出现的面罐茶和油炒茶正是罐罐茶的两种。

煮面罐茶一般事先要准备好作料，将核桃、豆腐、鸡蛋、腊肉、黄豆、粉条、花生、油炒酥食等原料切成碎丁，分别用油加五香调料炒好备用。再用一个高约 15 厘

点击查看茶叶产品排行榜

米,直径 12 厘米左右的大罐来熬面浆，在罐中注入大约三分之二左右的水,加适量食盐以及葱、姜、茴香、花椒、藿香等香料入内,放在火上烧煮,水沸后,把用凉水调成的面浆兑入，边兑边搅动，煮熟后放在一边待用。接着取出一个稍小一点的罐(大约高 12 厘米,直径 10 厘米）用来煮茶，把茶放入罐内，一般是带有梗秆的粗老晒青茶或紧压茶。加水煮沸，茶汁充分煮出来后，将茶汁倒入刚才煮面的面罐内，搅拌均匀后倒入小碗内饮用。饮时加入刚才备用的作料。由于作料的比重不同，会在面茶中悬浮成上、中、下三层,因而有‘三层楼’之称。面罐茶的烧煮技术性很强，在当地烧得一手好面罐茶的主妇是公认的贤惠称职的好主妇，受到人们的尊敬。

罐罐茶的另外一种“油炒茶”一般用来款待较尊贵的客人，如年长者或远道而来者。用来烧茶的瓦罐只有拳头般大小，古朴可爱。敬茶用的茶盅也是小巧精美的“牛眼’茶盅。茶罐要先放在火塘边烤热,再加入一小勺猪油或菜油烧开，挪出火塘放在一边稍凉片刻后加入一小勺猪油或茶油烧开，挪出火塘放在一边稍凉片刻后加入一小勺白面，同时将一枚香杏仁或一瓢核桃仁捣碎加入罐中。再次将罐移入火塘，上下左右翻炒，炒好后再添油烧热。此时可将上等细嫩茶叶放入，加适量食盐再次翻炒，直至茶香溢出，加水煮沸斟入茶盅。油炒茶香气高爽,汤色红艳,提人精神,别具一番风味,主人双手敬茶给客人，客人双手接过茶盅后要先闻香气，观汤色，再分三、五口慢慢饮下,方显彬彬有礼,尊敬主人。

广东潮汕一带的妇女有饮用‘女子茶’的习俗,也要

点击查看茶叶产品排行榜

事先准备作料，将芝麻、大米炒熟。然后将‘铁观音’茶或当地产的‘凤凰茶’放入一个带齿的缸内，用茶槌捣成粉末状，再放入炒熟的芝麻、花生、香菜、蒜、盐等，搅拌均匀，冲入开水冲泡。饮用时，再加入炒米。“女子茶”香、甜、涩味俱全，风味独特。

广东人饮茶风气炽盛，光从分布在城镇中的星罗棋布的茶馆、茶楼就可看出。广东岭南人一天中有早茶、午茶、晚茶三市。尤以早茶之风最兴，茶楼、茶馆从凌晨四、五点钟就开门待客，不多久就座无虚席。早茶除供应茶水外，还配以点心，叫‘茶配”，有冷点、热点，如糕饼、煎包、饺子、烧卖、金钱肉等，制工精美，款式繁多，可随吃随点。广东人喝早茶的习俗已逐渐蔓延到内陆各省，成为全国各地人民喜爱的休闲方式。

北京地区的饮茶习俗颇具北方人豪爽的特色。北京人喜爱用大碗饮茶，称北京大碗茶，多为“忙人解渴”之用。旧社会专有卖大碗茶的茶水摊，物美价廉，去暑解渴，很受市民的欢迎。在金受申的《老北京的生活》中详细地叙述了北京人饮大碗茶的习俗：“茶具不厌其大，壶盛十斗，碗可盛饭，煮水必令大沸，提壶浇地听其声有‘噗’音，方认为是开水。茶叶则求其色、味苦，稍进焉者，不过求其有鲜茉莉花而已。[∞]至于沏茶功夫，以极沸之水烹茶犹恐不及，必高举水壶直注茶叶，谓不如是则茶叶不开。既而斟入碗中，视其色淡如也，又必倾入壶中，谓之‘砸一砸’，更有专饮‘高碎’、‘高末’者流，即喝不起茶叶，喝生碎茶叶和茶叶末。”

老天津有一日三茶的习惯。早茶在午餐时饮用。

点击查看茶叶产品排行榜

午茶一般在午饭后或午睡后，茶汤浓烈，饮量大。晚茶在晚饭后,喝得较少,如果是冬春季节,饮晚茶还有配吃青萝卜的习惯。萝卜通气，使人打嗝消食。难怪天津俗谚云“萝卜就热茶,闲得大夫脚发麻。”天津人喝热茶，不喝凉茶。喜喝二卤茶，不喜喝头卤茶。他们认为头卤茶带有风气味，不是最佳，而茶水饮至一半或三分之二时,再对上开水的二卤茶,香味正醇,是最佳的茶。至于三卤茶则香残味淡，还不如头卤。天津人还爱喝花茶，花茶在天津的销量居全国前列。

鲁北平原地区人民身材高大、性情豪爽，男女皆用大碗豪饮茶水，这里流行的是鲁北平原大碗茶。商河、临邑、临清、惠民等地居民有一日三遍茶的习惯,一人一把壶,用大碗连续饮用。当地歌谣曰“情愿舍头牛,不舍二货头。”二货头指味正浓、香正醇的第二道茶,人们夸张地愿以牛来相抵这“二货头”,多少能说明当地人对茶的喜爱。旧时山东农民通常喝大茶，这种茶价格低廉,味道浓酽,适合农民的口味,在经济上也能承受。现在,随着生活条件的改善,农民收入的增高,喝花茶和绿茶的人越来越多。

山西人也爱喝黄大茶，但是这与水质有关。唐代陆羽曾品评各地水质,当时就以“晋水最下”。至今山西古县仍流传着这样的民谣：“喝了古县水，粗了脖子细了腿,要想治好病,得喝浓茶水。”所以当地人饮浓酽茶来改善健康状况。饮茶时，茶叶放得特别多，约占茶壶容量的一半，所以这种茶汤浓味苦，外地人一般不敢饮用，称山西酽茶。

点击查看茶叶产品排行榜

四川人有上茶楼摆龙门阵的传统习俗。茶以沱茶为主,有些年轻人亦爱饮花茶。茶具要用盏、盖、托成套的盖碗,更易于色、香、味的欣赏和品尝,是正宗的四川盖碗茶。

饮茶习俗贯串于汉族人民的整个生活当中，这也从一个侧面反映了饮茶在中国人民生活中的地位。除了日常饮茶之外，在汉族的婚俗恋俗之中，也包含了不少奇特、新颖的饮茶习俗。

在福建福安一带农村，流传着这样一种风俗：凡未婚少女出外做客，是不能随便喝别人家的茶水的。倘若喝了，就意味着同意作这家的媳妇。当地人认为茶树至性小移,因此结婚必以茶作为信物,表示媒妁已定,不能更改。因此，未婚女子不能随便喝人家的茶。

这一带村民结婚拜堂的第二天，新娘要上堂见夫家的女眷,并敬糖茶,叫“新妇茶”。糖茶用茶叶、红枣、冬瓜糖、冰糖、炒花生仁冲泡而成,用小茶盅装盛,每盅配一把银汤匙以备搅拌和舀食。夫家女眷们分别坐在堂屋两旁，新娘在伴娘的引导下，逐个向长辈施礼，认亲，一边要双手捧着糖茶敬奉，夫家女眷们喝完茶要向新娘回赠红包,作为见面礼。“新妇茶”甘甜可口,以此象征新娘从此与夫家女眷和睦相处，生活甜蜜。广州、香港、澳门的新娘在初过门时也要向公婆敬类似的新娘茶，不过茶中仅有红枣，寓吉庆之意，公婆回赠的红包也改称“利是”。

湖南省的婚俗有“三茶”之说,分别指提亲、相亲和入洞房前三次沏茶。媒人上门提亲时，以一杯糖茶相

点击查看茶叶产品排行榜

敬，有美言之意。男子上门相亲时，姑娘要递之以清茶一杯，对方饮后，将贵重物品或钱钞放于空杯中送还女方，姑娘收下则表示心许；入洞房前，用红枣、花生、龙眼与茶一起冲泡，并将冰糖拌入招待宾客，意指早生贵子跳龙门。

湖南北部的洞庭湖地区，新婚夫妇拜堂入洞房前要饮交杯茶。由男方家的姑娘或姐嫂用四方茶盘盛两小盅红茶，双手献给新郎新娘，新郎新娘都右手执盅，手腕互交挽绕，各自将茶一饮而尽，象征夫妻恩爱、家庭美满。

桃江一带，新婚之日，新郎新娘以擂茶招待贺喜的客人。茶房内备好多个长方形红漆盘，内放八碗洁白如奶的擂茶(每张桌八个客人)，新郎新娘二人双手恭敬地将茶盘抬起，每桌放一盘，所以这种茶叫“抬茶”。新婚夫妇抬茶时，接到茶的客人必须送一句吉祥话，称“赞花词”。“赞花词”多用双关语，妙趣横生。

湖南中部农村，在结婚前一天晚上，男家一般要闹花夜，邀请舅、叔等亲戚举办茶宴和酒宴招待，还特意请民间艺人演唱鼓戏，边吃茶点，边听戏。

湖南湘阴人闹洞房时，常饮“姜盐茶”，有专人敬茶，并在宾客中巡行，随时为他们添茶。宾客中年轻人分成两派，比试海量，将婚礼推向高潮。或与新郎新娘戏谑，宾客为一方，新婚夫妇为一方相斗，新娘不能喝了，由新郎代劳，直到新郎再三告饶方罢。

江西省武夷山区流传着洞房敬茶的习俗。在众宾客闹完洞房散去之后，洞房中只留下新婚夫妇二人，端

点击查看茶叶产品排行榜

坐在喜烛之下。他们一边交谈，一边互相敬茶，在你敬我喝的气氛下，互述爱情，十分浪漫温馨。

湖北大冶市婚嫁饮茶多喝糖茶，洞房内新郎、新娘喝的茶内放红枣,寓意早生贵子 放入花生,则表男女花着生；芝麻表示儿女满堂；放糖表示恩爱甜蜜。闹洞房的人也饮糖茶。婚后第一个早晨，新娘由姑嫂引着先后向夫家长老，亲戚、亲房叔伯哥嫂敬茶。所敬之茶也是糖茶,只有一小盅,内红枣一粒,花生两三颗。喝过后都要说几句吉利话，在盅上放“茶钱”回礼。

湖北黄梅地区夫妻拜过堂之后，由媒人或傧相送入洞房。夫妻并排坐在床厅上，由媒人或傧相用贴了“喜”字的茶杯各斟一杯茶，递给二人。先各自饮一口，再互相调换茶杯对饮,称‘交杯茶”。表示成为夫妻,互敬互爱,天长地久。

湖北荆州地区，夫妇拜堂后由茶童托着盛两杯茶的茶盘分别递茶。夫妻相互转让各自手中茶，三次后，将两杯茶合成一杯,由新郎一饮而尽,表示和睦相处,琴瑟和谐。

咸宁、甘棠一带,新娘给客人敬茶,头天敬泡茶,次日早晨上门敬糖茶,第三天回门喝‘豆茶”。

在鱼米之乡的苏州，有一种特殊的职业——茶担。茶担专门为婚丧喜庆人家烧水泡茶招待客人。茶担的工具简单，仅有一只烧水用的炉子和若干茶具。客人进门,茶担就热情地招呼客人坐下,送上热毛巾,泡上一杯茶。客人坐席时,茶担还要不时地为客人递酒、冲茶、送洗脸巾。筵席结束后，再给客人冲上一杯茶，让来客边

点击查看茶叶产品排行榜

品茗边交谈。

茶担的工作中尤以“跳板茶”最为重要。新女婿进门后,稍坐片刻,立即撤掉正间屋里的台凳,在左右两边靠墙各摆两只太师椅。椅背上衬红色椅披，新女婿和舅爷坐头位、二位,其他同辈至亲好友坐三位、四位。大家坐定后,由茶担托着茶盘,表演‘跳板茶’。茶盘中盛四只有碗盖的茶碗，茶担身子扭来扭去，脚步一跳一跳的，这叫做如意步。茶担要走着如意步分别将四碗茶送到在坐四人手里，待他们喝完，又要走着如意步分别将四个碗收回,合起来称作‘四合如意’,为的是讨个吉利的口彩。表演‘跳板茶’要身段柔软,脚步稳健,节奏轻松，手托茶盘，不能让茶水溅出。由于要手托木茶盘作跳舞状献茶，故称跳板茶。跳板茶仪式是婚礼中最热闹的场面之一，往往吸引众多亲朋好友围观，增添了婚礼现场欢乐的气氛。

台茶是婚俗中的‘三茶’之一,过去曾在江浙一带流行。‘三茶’指订婚时‘下茶’,结婚时‘定茶’,同房时‘合茶’。闹洞房时让新郎新娘面对面坐在一条凳子上，互相把左腿放在对方的右腿上，新郎的左手和新娘的右手相互放在对方的肩上，新郎右手的拇指和食指同新娘左手的拇指和食指合并成一个正方形，然后把茶杯放在其中,注上茶,亲戚朋友们轮流把嘴凑上去品茶,这种习俗已不常见，只在少数地区留有遗风。

浙江西部地区旧时流行一种‘食茶’风俗,媒人受男方委托到女方家提亲,假如女方同意,则要泡茶、煮茶招待媒人,俗称‘食茶’。泡茶可用桂圆干与茶同泡,称‘圆

点击查看茶叶产品排行榜

眼茶”。在茶中放入三只水泡蛋,加白糖搅拌,称‘鸡子茶”。

旧时江浙一带还有新婚三道茶的风俗。新婚男女拜堂后，双双以第一道白果汤敬神，对着神灵深深作揖；以第二道莲子红枣汤敬父母；第三道才是真正的茶，新人要一饮而尽。三道茶毕，双双进入洞房。这二道茶意在祈求神灵保佑新人白头到老，夫妻恩爱，同时感谢父母的养育之恩。

苏州、常熟一带办喜事的人家，客来要用糖茶待客。糖茶是用红茶冲泡而成，把茶叶滤掉只剩茶汤后，再加入红糖搅拌，倒入和合碗内请客人饮用。举行婚礼闹新房时，客人以饮糖茶来表达对新婚夫妇的祝贺。伴娘向客人敬糖茶时，客人接后饮一口，伴娘就会说一句吉利话,直到客人饮完。

台湾同胞结婚时请客人喝的茶是‘金枣茶”,又称甜茶。用闽台特产乌龙茶冲泡，是地地道道的工夫茶，每小杯内加两粒蜜金枣。同时台湾的婚俗中也有吃定亲茶(金枣茶),回‘压茶瓯礼”,‘拜茶’等习俗。

在民间各个节日期间也流传着不同的饮茶风俗。如农历正月初一的‘新年茶”,二月十二的‘花朝茶”,四月的‘清明茶”,五月的‘端午茶”,八月的中秋茶。由于地区不同，饮茶特色也各不相同。流行于江浙一带的“元宝茶”,是春节期间客人登门主人待客用茶,茶里放颗橄榄或金橘,以表新春吉祥如意,财源兴旺之意,逢年过节时吃元宝茶，称讨吃。江苏如东正月吃“元宝茶”，主人给客人加开水,称‘涨财”,图个吉利。农历二月十

点击查看茶叶产品排行榜

二百花生日时的“花朝茶”和八月中秋桂花盛开时节的“中秋茶”都讲究在茶中加些香料，以示喜庆。而清明时节的“清明茶”则以采摘的新茶不加任何作料待客，清茶待客意味着尝新。

在台湾、闽南一带还流行着在端午节正午泡“午时茶”的习俗。午时茶是将茶叶和中药配制而成的保健茶。通常用乌龙茶 500 克，苍术、前胡、柴胡、防风、羌活、橘皮、山楂、连翘、神曲、藿香、白芷、枳实、川芎、甘草各 30 克，厚朴、桔梗、麦芽、紫苏叶各 45 克，将这些中药研成粗末，另用生姜汁和面粉打浆，压制成每块 20 克。泡饮时成块放入茶杯中用沸水泡服，具有祛风散寒，消食和胃等功效。台湾、闽南人十分崇信在端午节正午冲泡午时茶饮用，以为这一时刻茶的保健药效最强。当地还有另一种“柚茶”也叫“午时茶”。将闽台特产“文旦蜜柚”切开五分之一部分为盖，将 125～250 克的乌龙茶压挤入柚中，合上盖，用线缝合，挂在屋檐下通风处阴干。来年端午节，可将柚中的茶叶取出冲泡，具有化痰、健胃之功用。

点击查看茶叶产品排行榜

第六章

奇风异俗话茶饮

——少数民族的饮茶

点击查看茶叶产品排行榜

点击查看茶叶产品排行榜

我国是个多民族的国家，在我国幅员辽阔的大地上生活着众多的少数民族，遍及祖国各地。他们同汉族人民一道共同创造了辉煌灿烂、博大精深的中华文明，其中当然也包括了作为中华文明重要组成部分的茶文化。由于各少数民族所处的地理位置以及生活习惯的不同，茶在他们日常生活中的面目各不相同。尤其是饮茶的方式，汉族传统的以清饮为主的饮茶方式是以开水冲泡茶叶，而我国少数民族冲破了这一传统，根据自身的生活环境，生活习惯创造了许多别具一格的饮茶方法，极大地丰富了饮茶艺术，成为我国茶文化中的一道亮丽的风景线。

少数民族的饮茶多以调饮为主，无论是白族的三道茶、侗族的打油茶、藏族的酥油茶还是维吾尔族的奶茶、回族的盖碗茶等都是加以各式配料一起冲泡或熬煮，以下我们会一一介绍，这里不多述。

少数民族独特的饮茶方式为我国茶文化增添了不少异彩，同时也为推动茶文化的发展做出了积极贡献。例如有专家认为少数民族用罐、竹筒、铁板来烤茶，当茶叶被焙烤至焦黄时冲入开水饮用的方法，在一定程度上开炙茶之法及烤青法之先河；基诺族的将新鲜茶叶与果汁、酸笋、酸蚂蚁、大蒜、盐巴搅和而成的凉拌茶很可能

点击查看茶叶产品排行榜

是汉族地区流行的各种茶食的由来等等。少数民族的饮茶不仅影响了汉族饮茶方式的发展，甚至成为海外民族饮茶的渊源。如生活在我国西南地区的侗族人民喜爱的打油茶,将茶油倒入热锅中,烧熟后加水、茶叶、姜末、盐等一同熬煮,一边用木勺慢慢拍打茶叶,使茶汁充分“打”出,最后将滚烫的茶汁放入有油炸米花、豆类、花生米、苡米等作料的茶碗中饮用。打油茶的这种特殊的“打法”被有的日本汉学家认为是日本“茶道”的艺术根源。

有些少数民族的饮茶方式与汉族相差不大，只是泡制的方法较独特，如哈尼族的煨酽茶、彝族的烤茶以及佤族的苦茶等，在此不一一列举。总之，众多的饮茶法的一个共同特点是，各少数民族在保存我国传统清饮方式的基础上，开创了丰富多彩的调饮茶文化系统。

1000多年来，茶不仅深深融入到藏族同胞的日常生活中，在藏族的寺院佛事中茶更被当作是圣洁的象征。这较之中原佛事活动中茶主要用于提神祛乏，调心清思的作法无疑大大跃进了一步。藏民往往把茶与神联系在一起,在向寺庙中所求的“神物”中必有茶。《汉藏史料》中关于“茶叶的种类”描述藏民将茶当做“天界享用的甘露,偶尔滴落到人间”;“诸佛菩萨全都喜爱,高贵的大德尊者全都饮用”。拉萨的大昭寺里至今还珍藏着上百年的砖茶，被僧人视为护寺之宝。藏传佛教寺院中不定期举行大规模的大茶会，聚会饮茶并讲论佛理，少则几十人多则数千人参加。据200多年前到西藏的葡萄牙传教士忽克所著的《鞑靼西藏中国旅行记》记载：

点击查看茶叶产品排行榜

“（喀温巴穆大喇嘛庙）聚集四方之学生及甚多之巡礼者，开大茶会。笃诚信仰之巡礼者，用茶款待全体喇嘛。事虽简单，然而为非常之大举动，费用浩大。 4000 喇嘛,各饮两杯,须费银 56 两。行礼仪式亦足惊人。无数排列之喇嘛、披庄严之法衣而静坐，年轻人端出热腾腾之茶釜，施主拜伏在地，就分施给大众，施主大唱赞美歌。如巡礼富裕者，茶中加添面粉之点心，或牛酪等物。”

寺庙中的饮茶风气对平民的影响甚大。僧侣们习惯在吃饭前，先熬一锅酥油茶，以便在开饭时与食物一起吃。所以到寺院礼佛的人，都必须熬广茶，于僧侣们喝茶时布施。熬广茶也成为藏族人民对藏传佛教寺院布施的俗称。

满族饮茶的历史可追溯到辽金时期，根据宋人所著的《松漠纪闻》中记载有辽末、金初女真人男女相亲时女方以茶待客的习俗可知，满族人饮茶历史的悠久。满人入关建立清朝后，对茶文化的贡献更是不容忽视的。清朝宫廷内帝后都爱食奶制品，奶茶是宫廷中的重要饮料。奶茶进入朝仪，调饮与清饮并驾齐驱，调饮地位得到确立。而且花茶在清宫中深受喜爱，并得以迅速发展。清朝宫廷中盖碗的普遍使用，也奠定了盖碗在茶具史上的地位。此外，由于清朝皇帝的推崇，我国的一些原来名不见经传的茶叶品种声名远扬，四海皆知。如碧螺春茶，原名“ 吓煞人香 ”，康熙三十八年（公元 1699 年），康熙自浙江巡视河工回京，途经苏州太湖一带时，巡抚宋荦以当地特产‘ 吓煞人香 ’茶进献,康熙饮后龙颜

点击查看茶叶产品排行榜

大悦，连称好茶，但觉其名称欠雅，遂根据其汤色碧绿——“碧”,外形如“螺”,采自早春季节——“春”,改其名为“碧螺春”。这样一来,原来默默无闻,不为人知的碧螺春茶的名头便传播开来，并渐渐发展至驰名中外了。其他如大方茶也由清乾隆皇帝赐名而广为流传，普洱茶也因清朝廷的大力提倡而闻名。

少数民族对我国茶文化的贡献有目共睹，在此不能一一列举，只能择其一二论述。以下稍加介绍我国各少数民族的饮茶习俗：

一、万状风情在云南

云南省是我国少数民族最集中的省份，包括汉族在内共有近 30 个民族聚居在这里。其中的白、傣、哈尼、佤、傈僳、拉祜、纳西、景颇、布朗族、阿昌、怒、德昂、基诺、独龙 14 个民族为云南省独有的世居民族。

聚居在苍山之麓、洱海之滨的白族招待宾客用著名的“三道茶”。“三道茶”为主人依次向宾客敬献苦茶、甜茶、回味茶三种,起源于公元 8 世纪的南诏时期。唐代樊绰所著的《蛮书》中有记载“茶出银生城界诸山,散收无采造法。蒙舍蛮以椒姜桂和烹而饮之。”其中蒙舍为唐代南诏发祥地,可见,早在 1000 多年前白族就有了自己独特的饮茶习惯。明代时，则已发展成为一种待客交友的礼节。400 多年前徐霞客游大理时，对这种饮茶方式也作了简要记载“注茶为玩,初清茶,中盐茶,次蜜

点击查看茶叶产品排行榜

茶。”徐霞客记载的饮茶方式传至今天就是三道茶习俗。

白族三道茶的第一道茶为苦茶，先将烤茶用的小砂罐放在炭火上预热，放入适量的云南名茶，如尘山云雾茶或沱茶等。用手不停地抖动砂罐，待茶叶的颜色呈微黄并散发出焦香味时，立即冲入沸水，然后斟入小茶盏，敬献给客人。这道茶具有绿茶的醇味、苦味，故曰苦茶，香味清郁，饮后使人齿颊生香，精神为之一振。纯真的茶味同时也体现了白族人民质朴、纯真、自然的精神风貌。

第二道茶为甜茶，制作复杂，用料讲究。在带茶托的小茶碗内放人生姜片、红糖、白糖、蜂乳、炒熟的白芝麻、切得极薄形如蝶翅般的熟核桃仁片，再加上从牛奶里提炼熬制出来又经烘烤切细的乳扇，注入开水即成甜茶。饮用时需以汤匙相助，边嚼边饮，或以橄榄、菠萝等茶点相佐。这道茶香甜可口、营养丰富、用来招待宾客，表达了白族人民的盛情厚谊。

第三道为回味茶，先将麻辣桂皮、花椒、生姜片放入水里煮，将煮出的汁液放入杯内，加入苦茶、蜂乳就可饮用。饮下后顿觉香甜苦辣四味俱全，让人回味无穷、感慨万千。饮此茶能去除湿气，使人体免受温湿气的侵害，有助健康。

这三道茶口味各不相同，先苦后甜再回味，蕴含着无限深邃的人生哲理，使人联想到人生的先苦后甜、苦尽甘来，引人深思。白族三道茶不仅是白族人民日常生活的一部分，而且是逢年过节、结婚喜庆、宾客来访时必不可少的礼仪之一，并常常伴以白族民间的诗、歌、乐舞

点击查看茶叶产品排行榜

来烘托艺术气氛。

此外，云南白族人家待客还有一种雷响茶。家里来客时,主人把鲜茶投入砂罐中烘烤,烤出焦香味后,再冲入沸水，这时罐内发出雷鸣似的响声，引来客人们的开心大笑，屋内充满欢声笑语，白族人认为这是吉祥美好的象征。等茶再煮片刻之后，主人将茶倒入茶盅，双手献给客人饮用。白族雷响茶，茶汁味苦，但苦后有余甘，回味无穷。

云南怒江一带傈僳族居住区也流行一种雷响茶，但与白族雷响茶的制法大相径庭。他们先用一个大瓦罐来煨开水、一个小瓦罐来烤饼茶。待饼茶烤出焦香味后，加入大瓦罐煨的开水煎熬大约 5 分钟后滤去茶渣，将茶汁倒入酥油桶内。再往茶汁中加入酥油及事先炒熟碾碎的核桃仁、花生米、盐巴或糖等。有意思的是,傈僳族人最后会将钻有洞孔的鹅卵石用火烧红，将之放入装有茶汤的酥油桶内来提高茶汤温度，以便使酥油融化。由于烧红的鹅卵石放入桶后，在桶内作响，有如雷鸣,故此茶也称为‘雷响茶”。响过之后,傈僳族人再用木杵在桶内上下搅动，使酥油充分融于茶汁，与茶汁混合均匀，然后就可趁热饮用了。

傈僳族聚居区还流行一种古老而普遍的饮茶方法，油盐茶。先用小土陶罐将茶烤得焦黄，加入开水冲泡。然后放入食用油、盐，再加开水煮沸三至五分钟即可。主人连茶叶带茶汁倒入茶盅敬献给客人饮用。这种茶既能解渴，又能充饥，别有风味。傈僳族人举行婚礼时，要饮红糖油茶。一般由女方家将用花生仁、芝麻和茶叶

点击查看茶叶产品排行榜

等作料碾碎后制成的油茶中加红糖配制而成。客人在饮用之前，必须先喝一杯苦味浓茶以祝新婚夫妇同甘共苦,先苦后甜。

居住在玉龙雪山下的纳西族是一个有悠久历史的民族,也是一个喜爱饮茶的民族。纳西族的‘龙虎斗’是一种富有传奇色彩的饮茶方式。首先将茶放在小土陶罐中烘烤,待茶焦黄后注入开水熬煮,像熬中药一样,熬得浓浓的。另在茶杯内盛上小半杯白酒，然后将熬煮好的茶水冲进盛酒的茶杯内，顿时，茶杯内发出悦耳的响声。纳西族人把这种响声看做吉祥的象征，响声越大，在场的人越高兴。此茶泡好后，茶香四溢，有的还要在茶水里加上一个辣椒，纳西族人以此茶待客，也用其来治疗感冒。喝上一杯‘龙虎斗’后,周身出汗,睡一觉后就感到头不昏,浑身有力,感冒就好了。

纳西族还流行一种制作方法与“龙虎斗”相似的盐茶。不同只在于盐茶在茶盅里不放白酒而放盐，也有放糖、油者,分别称‘糖茶’、‘油茶’。

说到放盐的饮茶方式,在云南纳西族、傈僳族、普米族、彝族、怒族、苗族等聚居的地方,有‘早茶一盅,一天威风;午茶一盅,劳动轻松;晚茶一盅,提神去痛;一日三盅,雷打不动’的民谣。这种加盐的茶叫盐巴茶,与纳西族的盐茶在制作方法上有所不同。制作时，先将饼茶掰下一小块，砸碎放入小瓦罐内。将小瓦罐放置在火塘上烤烘，等到茶发出“劈啪”响声并散发出茶叶的焦香味时,向罐内缓缓注入开水,煨煮5分钟后,将用线扎紧的盐巴(井盐)在茶汤中抖动几下,就算加入咸味了,然后

点击查看茶叶产品排行榜

再将瓦罐移出火塘。饮用时把浓茶倒入瓷杯中，加开水冲淡后再饮。这种茶呈橙黄色，一般边煨边饮，直到小瓦罐中的茶茶味消失为止。剩下的茶叶渣用来喂马、牛等牲口也能起增进它们食欲的作用。有些少数民族居住地地处高寒山区，缺少蔬菜，就常以喝盐巴茶来代替蔬菜。他们喜欢边喝盐巴茶边吃玉米粑粑，“包谷粑粑盐巴茶,老婆孩子一火塘”,形象地描述了少数民族人民围坐在火塘边，边吃玉米粑粑边饮茶的生活情景。

居住在云南省沧源、西盟、澜沧的佤族,饮用一种别具一格的烧茶。与烤茶相似，但又别有不同。首先用壶将水煮沸，另用一块薄铁板盛上茶叶放在火塘上烧烤，烤至茶色焦黄并闻到茶香味后，将茶倒入开水壶内进行煮茶，煮好后即可饮用。这种茶水苦中有甜，焦中带香。

佤族人也饮将茶叶与姜、桂、盐放在土陶罐中共煮而成的擂茶，并且已经具有相当长的历史，直到今天他们仍保留着这种古老的饮茶方法。

佤族人民的日常饮料中还有一种苦茶，一般用茶叶熬煮而成。所用的茶叶则选用阿瓦山初制的绿茶或自制的大叶茶。将茶叶取一两左右，放入砂罐中熬煮，水不可多放，一直要熬到茶水只剩下三五口时才可。这种茶茶汁色黑红如汤药，浓度远远超过哈尼族的煨酽茶，味道极苦，外人一般不敢问津，但是喝了以后清凉透脾，佤族人民极喜饮用，还嫌茶淡不过瘾。

竹筒茶也是佤族人民的饮茶方式之一。制作时要砍新鲜的青竹为具，一端去除竹节，另一端保留。将新采摘的青茶放入竹筒，置于火上烧烤，青茶在高温中受

点击查看茶叶产品排行榜

竹气蒸熏，产生一种特殊的清香，冲入开水后饮用。制作过程中如果加入少量盐巴，滋味更香。饮用此茶，可止渴解乏，祛热解暑，明目化滞。这种用竹筒饮茶的风俗在佤族人是再平常不过的，他们不仅如此，还吃竹筒饭,喝竹筒酒,这是他们古老的饮食习惯,相沿至今没有改变。

哈尼族人饮用的是一种用哈尼语称作“儿兰老拨”的土锅茶。其泡煮方法是：先用大土锅将水烧开，再放入烤焙吐香的七子饼茶煮滚，煮好后倒入竹制的茶盅中敬献宾客。哈尼族支系居住在西双版纳州勐海县的爱尼人则在土锅内放入南糯山上特制的‘南糯白毫”,煮5～6分钟后，将茶水舀入竹制的茶盅内饮用。这种茶清香可口,回味无穷。

煨酽茶也是哈尼族人自饮及待客的饮茶方式。用铜壶或大口缸在火炉上烧开水，水开后投放大把茶叶，温火熬几分钟后即成。汤浓味苦，能提神解渴。敬茶时，按在座者的辈分顺序端给每人一碗，如果有客人在，那么先端一碗给年岁最长者，然后递给客人，最后递其他人。酽茶一般每烧一次只饮一道，用来招待客人时一般要煨三次才算礼备。

居住在澜沧江畔、孔雀之乡、凤尾竹下、竹楼之上的傣族,喜欢饮用‘竹筒茶”。先用晒干的春茶放入刚砍回的香竹筒内，放在火塘上的三脚架上烘烤六七分钟，竹筒内茶叶软化后，用木棒将竹筒内茶叶舂压后再装茶叶,边装、边烘、边舂,直至竹筒内茶叶填满舂紧为止,待茶烤干后,割开竹筒,取出圆柱形的茶叶,掰少许茶叶放

点击查看茶叶产品排行榜

入碗中，冲入沸水约 5 分钟即可饮用。这种竹筒茶，既有竹子的清香,又有茶叶的芳香,非常可口。

云南拉祜族竹筒茶与傣族的竹筒茶十分相似，也是将鲜竹砍下，制成一头有节的竹筒。洗净内部后，将新鲜茶叶装入,烘烤,茶叶遇热变软,水分蒸发,体积缩小，边烤边用木棒舂紧再加鲜茶叶，至压紧填满为止，用木塞塞好，放在火塘上烘烤，待竹筒表面起泡，流黄油为止。烤竹的香气渗入茶叶，使茶带竹香。饮用时，取少量放入碗中，冲入沸水，即可饮用。竹筒茶久贮不变味，便于携带贮存。

此外，拉祜族也习惯烧茶、烤茶饮用。烧茶即将一芽五六叶的新梢采下后，直接在明火上烘烧至焦黄，再放入茶罐内煮饮。烤茶即将小土陶罐放在火塘上烤热后,放入茶叶进行抖烤,待茶叶焦黄时,即冲入开水,茶煮好后倒入茶杯，即可饮用。如果茶汁过浓，可加入开水使之浓淡适宜。这种烤茶香气足，味道浓烈，饮后使人精神倍增。

糟茶也是拉祜族的一种古朴而简便的饮茶方式。将鲜嫩茶叶采下后，加水在锅中煮成半熟后，取出置于竹筒内存放。饮用时，取出少许放在开水烹煮片刻，就可倒入茶盅里饮用。这种茶水略带苦涩酸味，饮后有解渴开胃的功能。拉祜族人视茶为高尚礼品，因此青年人定亲均以茶为礼。姑娘出嫁时，要用炒熟的芝麻和蜂蜜泡茶招待宾客，寓意未来生活的甜蜜幸福。这种婚嫁茶饮称作蜂蜜芝麻茶。

居住在云南省德宏傣族景颇族自治州的德昂族人

点击查看茶叶产品排行榜

对茶的感情很深，他们奉茶叶为本民族的始祖，自称是茶叶的子孙，并把茶作为本族的图腾。因此，德昂族人无论迁居何处，起房建屋之前先要种上茶树。他们至今仍保留着原始的以茶当菜的饮法，称水茶或嚼茶。鲜嫩茶叶采摘下后,在日光下摊放,萎凋后,拌上盐巴,装入小竹篓内，层层压紧，封严。一周后即可取出食用。一般是嚼食，清香可口带咸味，解渴生津，也可当菜食用。

居住在德宏州的景颇族亦保留着食用“竹筒腌茶”的习惯，这也是一种颇为古老的以茶当菜的方法。将鲜嫩茶叶用锅蒸或煮,使茶叶变软后,放在竹帘上搓揉,然后装入大竹筒里,并用木棒舂紧,筒口用竹叶堵塞,将竹筒倒置,滤出筒内茶叶水分,两天后用灰泥封住筒口,经两三个月后,筒内茶叶发黄,剖开竹筒,取出茶叶晾干后装入瓦罐中,加香油浸腌,可以直接当菜食用,也可以加蒜或其他配料炒食。

基诺族人口约 12000 人,其中 8000 人聚居在景洪县的基诺山，旧称攸乐山。他们把茶与始祖开天辟地联系在一起,至今仍有‘尧白种茶分天地’的传说。凉拌茶是他们自古流传下来的一种食茶法。将刚采摘的鲜嫩茶叶揉软搓细，放在大碗中加上清泉水，随即投入黄果叶、酸笋、酸蚂蚁、白生、大蒜、辣椒、盐巴等配料于茶汤中拌匀,便制成了基诺族人喜爱的‘拉拨批皮”,即凉拌茶。

居住在勐海县巴达乡茶树王所在地的布朗族人喜饮“青竹茶”。煮饮茶时要用新砍的长短不一的香竹作煮茶和饮茶的工具。长的有一尺多长，煮茶用；短的只

点击查看茶叶产品排行榜

有几寸长,底部很细很尖,插在地上,作饮茶的杯子。先将装满泉水的长竹筒放在火堆旁烘烤至沸腾，再加入大叶茶,煮 5～6 分钟后，将茶水倒入短竹筒内送给众人饮用。这种茶多在远离村寨时，在原始森林野餐时饮用山泉水、鲜竹的清香与茶的香味融为一体，滋味香浓爽口，尤其适宜在吃了竹筒饭和烤肉后饮。被誉为孔雀之乡的德宏州阿昌族也喜欢饮用“青竹茶”。

布朗族也是云南少数民族中最早种茶的民族之一，他们也遗留着古老的以茶当菜的习俗。每年的五六月份,将茶叶鲜叶煮熟后,放在阴暗处 10 余日,让其发酵发霉,再装入竹筒内埋入土中,经月余后取出,即可常年食用。这种茶叫酸茶，放在口中细嚼咽下，可以帮助消化和解渴，除自食外，同时也是互相馈赠的礼物。

在云南临沧地区农村彝族聚居地流行一种核桃米花茶的民俗茶饮,亦称“谢客茶”。这种茶在彝族支系俐侏人中尤其流行。而且一般是在节日或喜庆之日，主人用来招待客人的饮茶。当宾客满座时，主人用核桃、米花加茶叶冲泡成核桃米花茶欢迎宾客的到来。核桃与米花,香气扑鼻,客人边饮着香茶,主人唱着祝福歌、跳着欢乐舞，气氛欢快，其乐融融。而且这种茶还具有滋补健肾、祛痰润肺的保健功效。

居住在阿诗玛故乡的人们喜欢饮“铜壶茶”用铜壶盛泉水放在火塘边三脚架上烧开，放入茶叶，煮 5～10 分钟后，将茶水倒入茶盅，由主人将茶盅双手敬奉客人，客人高兴地接过饮用。

流行十云南南部边境地区的普洱酒茶是佤族、拉枯

点击查看茶叶产品排行榜

族、傣族等少数民族表示喜庆，祝贺吉祥的茶饮。先用糯米等物为原料，经特殊的加工后制成米酒，又称水酒。与茶汁相混，用清开水冲兑而成。泡茶所用茶叶须用银毫特显，色泽油润的普洱清茶。每逢喜庆节日如春节、新米节、泼水节时，村村寨寨都敬献酒茶。而婚嫁、贺新居、开新水等吉庆的日子，则可开怀畅饮。

云南省思茅地区各族世代沿袭着饮普洱茶的习俗。普洱烤茶又称“罐罐茶”，也是招待宾客的一种礼茶。同汉族罐罐茶一样，先要用炭火烧罐，将茶放置到罐内烤香，再加水煮沸。饮时要往茶杯中注入清水，将浓茶汁兑清。普洱烤茶汤色红酽，滋味醇厚，具有提神生津、解热除疾的功用。生活在普洱茶乡的 10 几个少数民族饮用此茶，世代相传，因此烤茶亦久盛不衰。

流行于云南苗族的百抖茶与普洱烤茶有异曲同工之妙，制作时也要将干茶放入特制的陶罐中在炭火上烘烤，但是要边烤边抖，让茶叶在陶罐里不停地翻滚。据说要抖上百次，因此称为“百抖茶”。直到烤得茶叶疏松，嫩茎起泡，但又不焦烂为止。当滚烫的开水冲入烤好的茶叶时，水花四溢，香味扑鼻。这种茶又称“太华茶”，不光云南的苗族人民喜饮此茶，广西、四川、贵州的苗族也有同样的习俗。

云南南部边境山区地处亚热带，雨多、土肥，茶梢长到 10余厘米时仍然十分鲜嫩。当地的少数民族就趁着雨季，制作一种腌茶作菜食。将鲜叶采下后立即放入灰泥缸内，压满为止，然后用很重的盖子压紧，封严。数月后将茶取出，就制成了“腌茶”。常与其他香料相拌后，

点击查看茶叶产品排行榜

以嘴嚼食用。当地人制成腌茶后，把它紧紧地捆扎在竹筐中用骡马或牛运到市场上出售。也有用陶缸制腌茶的，将采回的鲜嫩茶叶洗净，加入辣椒、盐巴拌匀后，放入陶缸内压紧盖严，存放几个月后，取出当菜食用，也可作零食嚼用。

二、百法齐陈的南方

我国南方各省，除云南省外，西藏自治区、贵州、四川、广西、广东、湖南、湖北、福建、江西、安徽、浙江等省境内都聚居着不少少数民族，如藏族、苗族、侗族、瑶族、壮族、土家族、畲族、彝族等。他们的饮茶习俗也风格迥异，各有特色。

打油茶，又称“煮油茶”，在广西、湖南、贵州以及毗邻地区流传颇广，尤其在广西恭城的侗族聚居地普遍流行。侗族人民喜爱这种饮料，一日三餐都少不了。侗家有这样一只歌谣：“一张叶子一寸长，嚼在口里肚里凉，长年饮用身不老，香飘万里到东洋。”前些年，日本学者来到侗乡考查，在观看了打油茶的制作过程后，觉得侗族的打油茶很有可能是日本茶道的根源，所以有“香飘万里到东洋”的诗句。

在侗家，每天都要打三次油茶。早上，每当浓雾笼罩着侗家村寨时，主妇早已起床烧火了，不到一袋烟的工夫，香喷喷的油茶香即传至村外。中午劳动回来，喝上几碗油茶或油茶泡饭再出工，到了傍晚收工回家又吃一

点击查看茶叶产品排行榜

餐油茶，再到鼓楼里去闲聊片刻，9点钟才回家吃夜饭，如果吃到一半又有客人进屋，主妇立即重新打起油茶款待客人。

打油茶的制作工具，有一口炒锅，一把竹篾编的茶滤，一只汤勺。用料有茶籽油、茶叶、阴米（平时将糯米蒸熟晒干）、花生仁、黄豆和葱花。讲究的油茶配料更加丰富，如糯米水圆、白糍粑、虾公、鱼仔、猪肝、粉肠等样样俱备。先架锅生火，把油放入锅里待散发出热气后即放入阴米，边放边捞出，动作稍慢，阴米就会黑焦变苦，只有阴米成黄白色的米花状才算最佳。所以这道工序十分讲究火候以及掌锅人的技术。阴米炸好后，再炸糍粑，炒花生、黄豆，煮熟猪肝、粉肠、虾公和鱼仔等配料，并分别将其均匀地盛放到客碗中。然后开始煮油茶水，把茶油倒入热锅，放一把籼米或阴米炒到冒烟嗅出焦味时，把茶叶拌和焦米一起炒，待焦米冒出丝丝青烟时，倒入清水加少量食盐同煮，就煮成了油茶水。茶水多少依喝油茶人数而定，以每人每轮半小碗为准。喝茶时，全家人围坐在火塘边，由掌锅的主妇统一分茶。她用汤勺将沸茶水倒进装有各种配料的碗中，顿时香味扑鼻，即可饮用。

饮时，第一碗必须端给座上的长辈或贵宾，然后才依次给其他客人和家里人。先接到茶者不马上就吃，等到大家都端上茶碗以后才开始同时饮用。侗家有“二空三圆四粑粑，后加一碗甜油茶，不吃十碗不过岗，乐得主人笑哈哈”之说。所谓‘二空’是指头两碗喝空茶水，但其实茶水并不空，里面放有阴米、花生、黄豆、虾公、鱼仔

点击查看茶叶产品排行榜

等作料。“三圆四粑粑,后加一碗甜油茶”指第三至第五碗放几颗糯米水圆，第六至九碗放几片糍粑，最后一碗放糖煮甜茶。其实客人并不一定要吃十碗，这是主人好客要客人吃饱的意思，但当地风俗客人至少需饮三碗，茶行三遍，才算对得起主人，故有“三碗不见外”之说。一般是“二咸一甜”，即二碗盐茶水，一碗糖水圆茶水。如果客人不想再饮，须将筷子架在自己碗上递还给主妇表示已饱，不能再饮了。喝油茶不仅能提神醒脑、解痧气,还能补肾虚,阳气不足以及暖胃,长期饮用有延年益寿之功用。

广西三江侗族制作打油茶时用一种专用茶饼。他们把茶叶鲜叶除去杂质，放入锅内煮沸杀青除涩，然后捞出晒干，装入木甑蒸软重压，每次加入茶叶 1000～1500 克,层层加,层层压,直到甑满为止,冷却后倒出就是一块块的茶饼了。把茶叶制成茶饼，便于保存，随用随取，十分方便。关于茶饼的由来，在侗乡流传着一个有趣的故事。相传有一对即将结婚的青年男女，结婚前，家境贫寒的小伙子为筹备彩礼而焦急发愁，有一天，他突然收到未婚妻的信,信中只有四句“多情哥哥莫着急,妹家不收钱和礼,若是有心迎妹去,茶叶 10 斤用篮提。”小伙子看了信后大喜过望,彩礼好办了,对方不要钱只要 10 斤茶叶，但转念一想又开始发起愁来。是啊！10 斤干茶叶三大箩都装不完，怎样用篮来提呢？小伙子吃不香睡不着，三天过去了还是没有想出办法。细的妹妹看出了哥哥的心思,笑着说“傻哥哥哟,这是未来的嫂子在考你呢,还不快请教我？”说着,她叫哥哥烧

点击查看茶叶产品排行榜

上半锅水,把木甑架到铁锅上,将茶叶放入,一边蒸一边压,层层加进去,10 斤干茶叶很快就放完了。冷却后倒出来，是一盘整齐美观的茶饼。放在篮子里，刚好满一篮。小伙子欢欢喜喜地提着装满茶饼的篮子到未婚妻家送彩礼去了。从此，茶饼在侗乡就流传开来。

喝打油茶的习俗在湖南的苗族、瑶族、壮族、侗族等少数民族中也较流行。但各族人民在制作方法和饮用方式上都各具不同特色，真是“十里不同风，隔山不同俗。”苗族人的油茶,先将玉米、黄豆、蚕豆、红薯片、麦粉团、芝麻、糯米花等分样炒熟,用清亮的茶油炸好,放在钵里备用，吃时，用自制的茶叶烧好一锅滚茶。先在碗里放上各种油炸食品,把茶冲进,再放一点盐、蒜、胡椒粉即成。城布苗族自治县的苗家打油茶有六大茶规，一是苗家人素来热忱好客,不论远近村邻、生客熟人,只要踏入苗家木楼大门,主人必须以“打油茶”相敬;“客来敬茶”是其茶规之一。二是喝茶必成双,喝“打油茶”一般要喝四碗,叫“好事成双”;“四季发财”。若只喝一碗,则称为“跛脚茶”,不吉利,也称“单丝不成线”,意味交往不长。喝三碗叫“不三不四，四季不到头”。喝得双数越多,主人认为你是最值得信赖的人;“喝茶必成双”为其茶规之二。三是苗家人爱唱歌，尤其当远方客人到来时,无论男女,苗家阿姨总要将村寨里的年轻人叫来“对歌”,如果你不会唱歌,就得事先声明。“以歌陪茶”是其茶规之三。四是端茶必须用红漆茶盘送到客人面前，哪怕只有一个客人，也不能用手端茶。客人接茶时应立即起身用双手接，喝茶时一般是主人先动口，客人随后喝，

点击查看茶叶产品排行榜

以表示对客人的敬重,并解除其对这种饮食的顾虑;“接送有礼”是茶规是之四。五是“家家领情”,苗家的左邻右舍关系非常融洽，只要发现哪家有客人，邻居都会争相以“打油茶”款待,务必户户喝到,否则认为你是厚此薄彼，若真的不能去，就得婉言谢绝，推说下次一定补上。六是“必喝漱口茶”,喝完四碗六碗“打油茶”之后，主人会给你敬上一碗“茶”,称之为“礼貌茶”或“漱口茶”。这碗“茶”有的是米酒或自家泡制的药酒,有的是清茶(一种代用茶),有的是温开水。这碗“茶”绝对不能谢绝,是主人最终敬给你的“礼物”,应鼓漱口腔后一饮而尽,以示接受主人对你的深情厚谊。“必喝漱口茶”是茶规之六(《农业考古·中国茶文化专号》12期王建国《二湘风情茶趣浓》)。

打油茶也是瑶族同胞饮茶习俗的代表。瑶族人民一日三餐饭前必须先喝三碗打油茶，远客来时，主妇打上一锅泛着油香的打油茶给客人已成为瑶家的传统习俗。

贵州侗族人民每有客至，必泡茶招待贵客，这是侗族的待客茶。待客茶要泡三杯，第一杯是香茶，茶中佐以生姜为配料，表示为客人接风洗尘之意。第二杯是甜茶，配以糖果，象征着主人对客人的甜情密意。第三杯为清茶，饮后使人清心爽口，表示主客之间的关系亲密。贵州东南的侗乡一带流行一种豆茶。制作的主要原料有黄豆、炒米花、玉米、青茶等。而且在不同的场合有不同的类型之分。一般节日欢聚时饮清豆茶，将青茶、玉花、青豆、玉米等加水放在大铁锅中清煮而成,再由主茶

点击查看茶叶产品排行榜

老者分给与会的众乡亲。由于活动是村寨主办所以原料大都由寨中各家各户凑足或村寨负担。第二种红豆茶是办喜事时饮的茶,先用猪肉熬汤,再加入黄豆、炒米花、玉米和茶叶，由新郎新娘将熬好的茶敬献给客人。丧葬时饮白豆茶,这时改用牛肉熬汤,再加入青茶、炒米花、玉米和黄豆同煮。吊丧者饮完白豆茶之后,将‘茶礼钱’封在碗底还礼。

湖北土家族人称油茶为油茶汤，是他们特别喜爱的一种饮料，配料是食油和茶。用油把茶叶炸黄后，加入少量的水煮沸，成褐色茶浆时再加水稀释，烧开后投入食盐、大蒜、胡椒及其他作料,味道可口。随着食料的丰富,土家族人的油茶汤里又增添了许多花样,有炒米、油炸豆腐、粉丝、肉丝、蛋片等等。

湖北省鄂西土家族居住地来凤县生产的白岩毛峰茶(云岩茶)更是毛尖细圆,色泽碧绿、香气清芳,冲饮入口味鲜而甜,润腑生津,乃来凤茶之名品,以其为原料制作油茶汤,更是鲜美异常,素有‘来凤名茶传千里,土家油茶香天下”之说。土家族人平时一日三餐，差不多天天离不开油茶汤,宾客来临,主人首先就烧油茶迎宾,油茶汤和粑粑是土家人日常生活中不可缺少的饮料和食品。所以‘一日不喝油茶汤,满桌酒菜都不香”。尤其是每年正月初三至十五之夜，土家人聚集之时，人们一边喝着油茶汤,一边欢庆节日,以茶解渴,以茶提神。

土家族人还有向客人敬献鸡蛋茶的礼俗。在油茶汤里打上几个荷包蛋，客人来后，主人即捧出一碗鸡蛋茶敬上。茶中的荷包蛋的数量有严格的规定，一般不能

点击查看茶叶产品排行榜

少于 3 个,也不能超过 4 个,这才算是对客人的敬重。

四川、贵州、湖南、湖北四省交界的武陵山土家族聚居地也饮用擂茶。他们的擂茶制作方法与汉族稍有差异。一般先将生茶叶、生米或米仁、生姜按个人的口味,用一定的比例倒入用山楂木制成的擂钵中，用擂木来回用力研捣,直至三种原料混合研成糊状时,起钵入锅,加水煮沸，便制成了。当地土家族人民把擂茶当作日常饮料，吃饭之前总以先喝几碗擂茶为快，也把它当作招待亲友的点心。擂茶中有加盐巴或白糖的，有加花生米、芝麻、爆米花的,可视个人的口味而定。

生活在我国西藏边陲，青藏高原的藏族同胞们饮茶的历史已有 1000 多年了。早在公元 7 世纪初，文成公主进藏时,随身带去了各种谷物、蔬菜种子、工艺品,药材、书籍以及茶叶。从此，饮茶风气逐渐遍及全藏。其时，茶叶由中原地区输往西北边地，并通过中原王朝与吐蕃统治者之间的往来关系以及民间贸易的途径传入雪域高原。建中二年，唐朝使臣常鲁出使西藏，他在帐中烹茶饮用。藏王问他所煮何物,常鲁告诉他“煮的是有涤烦疗渴功效的茶。”藏王一听,出人意料地说“我们这里也有。”因命人取来一一指给常鲁看“这是寿州茶,这是舒州茶,这是顾诸茶,这是蕲门茶,这是昌明茶,这是滥胡茶。”所指皆各地名茶,连唐朝使者听后也直咂舌头,惊叹不已(据李肇《唐国史补》)。但这里只记载了西藏上层皇族的饮茶，当时下层民众的茶事仍未可知。到宋朝时,饮茶习俗已在藏民中普遍风行。《新安志》卷下《洪尚书》中记载“蕃部日饮酥酪,恃茶为命。”《续文献

点击查看茶叶产品排行榜

通考》卷二二记载“夷不可一日无茶以生。”都是有关当时的茶之普及的描述。此外，宋时已在接近藏区的几个地方设立了茶马市，专门进行内地茶叶与藏族马匹的贸易。据史料记载，“茶马互市”发展到公元14世纪末的明代，青海省会西宁等地就设立了4个茶马市，一天内茶叶成交量达25万多公斤。时至今日，茶更在藏民生活中占据了重要地位，一日三餐，茶已是藏民的四大主食品(牛羊肉、青稞炒面、盐、茶)之一。

一般来说，藏民每天要喝四次茶。第一次茶称“斗麻”。早晨起床后，先在碗里放上一撮炒面、一层干酪和一片奶油，然后倒入茶水。喝完后再添茶水，直到喝足了，才将碗底剩余的食物搅成糊吃掉，这就是吃早餐了。

第二次喝茶在午饭时，除了喝茶外，还要吃一些烤饼、灌肠之类的冷食。

第三次是在下午的时候，喝完茶之后，再吃一碗“糌粑”。

第四次则是晚饭后，大家围坐在火堆旁，手里端着色泽红润的酥油茶，边吹边喝，直到睡前才罢。

所以在藏族中每天喝上上百碗茶并不算稀奇。藏族寺院中僧侣也饮茶。藏传佛教僧侣习惯在吃饭前，先熬制一锅酥油茶，以便在开饭时与食物一起吃。因此，到寺院礼佛的人都必须熬茶，在僧侣们饮茶时布施。这种习俗叫“熬广茶”。

藏民族的饮茶习俗与其所生活的自然环境和生产生活方式有密切联系。青藏高原平均海拔在4000米以上，气候恶劣，寒冷异常。而且海拔在5000米以上的山

点击查看茶叶产品排行榜

地占高原总面积的 45% ,因此耕地十分有限,藏民们主要以畜牧业为生，长期过着依水草而迁的游牧生活。他们的饮食主要以牛羊肉及乳制品为主，以及高原特产青稞炒面。而饮热茶既能增加体热、抵御寒冷，又有助于消化，同时补充了维生素的不足。

藏民族饮茶对茶叶、茶具等的要求都较特殊。他们不喜性凉的绿茶,也不饮红茶,热爱喝色浓、茶酽、价廉的砖茶。砖茶又称茯茶或苻砖，长途运输及野外存放都十分方便。藏族同胞喝茶的茶具是一种木头雕刻的小碗,称“贡碗”。“贡碗”上刻有不同的花纹以及不同的花色，显示喝茶者身份的高低之别。藏人在家中喝茶的“贡碗”是固定不变的,各人用各人的,出门时,也随身携带。到其他帐篷中去作客，拿自己的碗请主人倒茶是正常的事，不会被认为是失礼。木碗花纹细腻，造型美观，具有散热慢的特点，并且耐久实用。

藏族饮酥油茶的历史最悠久。 1388 年版的《西藏王统记》载,文成公主创制了奶酪和酥油,并以酥油茶待客。制作时,将砖茶捣碎,放入锅内,加水煮沸,熬成茶汁后，倒入木制或铜制的茶桶内，然后加适量的酥油和少量鲜乳，搅拌成乳状即成。饮用时倒入锅内或茶壶内，放在火炉上烧热，保温。想喝时倒上一碗，随取随饮，十分方便。也可以与糌粑粉混合成团，与茶共饮。酥油茶清香可口，比奶油还好喝，既能解渴，又能御寒，滋润肺腑等等。

藏族奶茶也是藏族人民用于待客以及日常饮用的饮料。每有客到，主人就会往古色古香的铜壶里添上大

点击查看茶叶产品排行榜

半壶水，架在火炉上烧开。将茯砖茶打碎后放入壶内熬煮约 10分钟左右，再加入适量的食盐和鲜牛奶煮沸就可饮了。奶茶味道鲜美可口，能醒脑提神、消乏解困、生津止渴、消食化腻、滋润喉咙。主人待客时，将奶茶倒入茶碗中，用盘托送给众位客人，其间还要不断为客人添茶，直到客人喝够为止。日常饮用时，则一日三餐均饮，边饮边吃糌粑、炒面和麻花等食品。

藏族清茶又称盐茶，风格也十分独特。砖茶敲碎后，取适量放入锅中，加食盐和水一起熬煮。沸滚后 10分钟，将茶水滤掉，剩下茶渣再加水煮，重复几道之后，茶汁转为清淡时则止。然后将几次滤出的茶汁混合，盛在容器中供一天饮用。就餐时，吃一口糌粑，喝一口清茶，香浓可口。

四川松潘藏族聚居的地方产大叶茶，称松潘茶。品质粗老但茶性温和，有较强的去腻化食作用。泡煮时加少量的食盐，可止渴消食，还能增加人体热量。一般藏族奶茶即以松潘茶为茶叶原料。

四川甘孜藏族人喝糌粑茶。方法十分简单，将烧好的茶水盛入碗内，再往碗内加一瓢青稞制成的糌粑面，即可用筷子边调边喝了。当地人还饮一种制法特殊的碱茶，要往茶中加碱。一般 1500 克茶叶加 250 克白碱，以水熬煮。水煮干后，碱汁也大部分都浸入茶叶中，将茶叶取出，晒干后贮放起来。饮时取出少量放在水中煮熬片刻，水沸后即可饮用。茶叶中加碱使茶叶中所含的茶多酚氧化，减少了粗老茶叶的苦涩味，使茶味更醇和浓厚。煮好的茶汁呈棕黑色，味酽劲大，深受甘孜、炉霍

点击查看茶叶产品排行榜

一带藏民的喜爱。藏民们甚至把多次煮过的茶渣晒干，然后搓碎，再放入水中熬煮，煮出茶色后，连茶汁带茶渣一起饮食。

分布在广东、福建、浙江、江西、安徽等地的畲族人民种茶、饮茶的历史十分悠久。畲族人民家家户户不但种茶，而且都有自制茶叶的技艺。自给自足的茶叶供应，使他们养成了常年喝茶的习惯。同样，他们也把茶叶作菜，吃饭时，泡一碗茶，代菜汤配饭，是常见的事。留客就餐时，先茶后饭是传统的礼节，故有广泛流传“茶哥米弟”之说。左邻右舍来串门，也招待以茶水，客人一喝就是两三碗，叫‘一碗苦，二碗补，三碗洗洗嘴。’客人走时总要包上一包高山茶叶作为礼物让客人带走。

畲族人民在婚嫁节日期间更离不开茶，尤其是婚俗中的饮茶非常有特色。除了新郎新娘拜堂后，新娘要向长辈和宾客们一一敬甜茶，即在熬好的茶汤中加入砂糖之外，福建福安松罗一带的畲族人民还有在婚礼中饮宝塔茶的奇俗。畲族男女成亲的当天，男方要请一位聪明能干、老成持重的人作‘亲家伯”，带着四位轿夫，抬着花轿到女方家接亲。接亲可不容易，在女方家要受到女方代表“亲家嫂”的刁难，过了关方可接到新娘，所以接亲又叫‘过三关”。

亲家伯到达女方家时，亲家嫂会鸣炮开门迎接亲家伯，一般要端一条板凳放在厅堂左侧，亲家伯坐时则必须把板凳抬到右侧以示谦让。这算是第一关。第一关过后，亲家嫂开始给客人敬烟，而亲家伯要更主动地给客人敬烟，不分男女老少都要敬一支，如有疏漏，则为失

点击查看茶叶产品排行榜

礼。亲家嫂会毫不客气地将燃着的鞭炮扔到亲家伯脚下炸他,出他的洋相。这关过后,就是最难的第三关,接宝塔茶了，这是亲家嫂的绝招，也是婚礼进行中的高潮。

亲家嫂会当众端出五碗茶，用红漆樟木八角盘托着，并有意将五碗茶叠放成三层宝塔形状，上下层各一碗，中间层三碗。亲家嫂笑容可掬但又迅速利落地分别将五碗茶敬献给亲家伯。亲家伯不能用手接第一碗，而要利索地用牙齿咬住‘塔顶’的第一碗茶,同时用右手指夹住中间三碗，左手端住最底层的那碗，并先后将中下层的四碗递给随同到来的那四名轿夫。接着，亲家伯要一口气将嘴里咬着的那碗茶喝干，不能溅出一滴或流掉一点，从而赢得满堂喝彩。如果功夫不到家，茶水溅漏出来，就会遭到众人的一番奚落。畲族宝塔茶是畲族人民利用饮茶活动来增添生活乐趣的体现。饮茶带给人们的不仅有心的闲适，同时也有令人心悸的活泼。

其实，远古时期的彝族人喝的茶不是茶叶而是一种叫香椿的植物的嫩芽。生活在北方的他们早已养成春天采集椿芽作蔬菜或药物食用的习惯。以后，彝族的先民们南下到长江流域，又辗转北上黄河流域，再转入西南地区，几经迁徙，仍然以椿叶为茶当作食物、饮料饮食。但是在迁徙过程中，其中有一部分人与长江流域的古越人融合,他们受古越人、汉人的影响,逐渐改饮用茶叶,而茶叶与椿叶的功用相似,都能消食、消炎、清热、解毒。

彝族传统的饮茶方式是用小罐烘烤茶叶饮用，叫罐罐茶或烤茶。所用的陶罐很小，直径仅约 10 厘米左右。

点击查看茶叶产品排行榜

而且彝族人有‘能给一罐,不给一杯’的习惯,即彝人烤茶只能各人自己烤自己的茶，即使是客人，也是每人自己单独烤一罐。茶叶烤好后,掺水熬煮,煮出来的水,芳香四溢,味道极浓,所以每次仅能斟浅浅半杯品尝,与工夫茶颇为相似。

三、北方民族的豪饮

居住在我国新疆维吾尔自治区的维吾尔族是一个具有悠久历史和灿烂文化的民族。由于受地理条件、自然环境的限制，新疆维吾尔自治区并不产茶，然而处于非产茶区的维吾尔族人民却在很久以前就与茶结下了不解之缘。维吾尔族饮茶史从何时开始，目前尚无确凿的史料可以证明，但可以肯定的是，唐代的饮茶风尚当时已蔓延到此地。据《新唐书·陆羽传》记载“：羽嗜茶，著经三篇,言茶之原、之法、之具尤备,天下盖知饮茶矣……其后尚茶成风,时回纥入朝,始驱马市茶。”另据《封氏闻见记》记载“：按古人亦饮茶耳,但不如今溺之甚,穷日尽夜,殆成风俗,始于中地,流于塞外,往年回纥入朝,大驱名马,市茶而归。”

在漫长的历史发展进程中，维吾尔族人民形成了他们独具特色的饮茶文化。茶在维吾尔族人民的日常生活中占有重要的地位，这从维吾尔族的许多有关喝茶的不同含义可以看出来。维吾尔族人有时把“请客”说成“给(一碗)茶”,把‘请吃一顿饭’说成‘请喝一碗茶”,把

点击查看茶叶产品排行榜

请求对方的原谅而请对方吃一顿饭说成‘倒(一碗)茶”。他们甚至用茶来记时间，如果他们说“一壶茶水煮开的时间”,意指‘大约 10 几分钟”。他们还把吃早饭时间叫“喝茶时间’等等。

维吾尔族普遍饮用紧压茶，尤以茯砖茶为主。这是由于砖茶所具有的便于运输，久藏不变质、价格便宜等优点符合地处偏远地区的维吾尔族的需要。此外，砖茶在消脂去腻、提神解渴等方面的功效较好，而维吾尔族的饮食结构中所含的脂肪，热量较高，所以砖茶深受维吾尔族人的欢迎。近年来，随着我国改革开放、交通运输业的发展、商业贸易的发达以及人民生活水平的提高，维吾尔族人的茶类也日趋多样化，许多人开始讲究茶叶的质量,绿茶、红茶、花茶等种类繁多的茶叶逐渐走进了维吾尔族人民的生活。

在饮茶习惯上，维吾尔族人民因居住的地域不同而有所差别。天山以北的维吾尔族多喝奶茶，他们习惯每日两茶一饭，喝奶茶时伴以馕，只有在吃肉或油炸食品后才喝清茶以助消化。天山以南的维吾尔族则平常喝清茶或香茶较多。北疆的维吾尔族多用铝锅烹煮奶茶，用大茶碗喝奶茶，南疆的维吾尔族则喜欢用铜制或陶瓷、搪瓷、铝制的长颈茶壶烹煮清茶，喝茶用的茶碗较小。一些富裕的人家使用的是一种叫“萨马瓦尔”的精致铜或钢茶具。

奶茶的做法是先取适量的砖茶劈开敲碎，放入铝锅中，加清水煮沸。然后放入鲜牛奶或已经熬好的带奶皮的牛奶。放入的奶量为茶汤的 1/5 ~ 1/4 最佳,再加入适

点击查看茶叶产品排行榜

量的盐,接着煮沸 10 分钟即可。北疆伊犁等地的妇女有吃茶的习惯，在喝完奶茶的液体后，将沉在壶底的茶渣和奶皮一起嚼食掉。

清茶的做法也要先将砖茶敲碎，抓一把放入铜质茶壶中，加入开水用急火烧至沸腾即可。清茶不能用温火慢烧，因时间过长会使茶汤失去鲜爽味而变得苦涩。

香茶则是在清茶中加入由胡椒、桂皮、丁香、姜、芘芒的细末组成的香料煮沸后饮用。汤色红浓，香味醇正。有的不放其他香料，只放孜然在清茶中泡饮，风味也 十分独特。

维吾尔族人中也有喜食甜茶的，将糖或冰糖块放在茶水中饮用，有的将碾碎的核桃仁放人大茶碗中，以煮好的茶水冲饮。南疆的一些地区冬天用植物油或羊油将面炒熟后，加入刚煮好的茶水和适量的盐，冲泡成又香、营养价值又高的油茶(炒面茶),用油茶泡馕而食,是他们的最爱。

维吾尔族亦饮红茶，他们在吃饭时常伴饮红茶。维吾尔族人习 惯吃抓饭，红茶抓饭是他们的传统饮食。抓饭习俗本来是伊朗的传统，唐代时，经由丝绸之路而传入我国新疆地区，称为‘ 铧罗 ”或‘ 扑罗 ”。抓饭有肉、素两类,肉抓饭用羊肉或鸡肉、胡萝卜丝、大米、菜油或胡麻油、水、盐制成 素抓饭用葡萄干、胡萝卜丝、菜油或胡麻油、水、盐制成。无论是肉抓饭还是素抓饭,油脂含量都较多,所以必须借助红茶来消食、去腻、清口。

维吾尔族是一个好客的民族，家里来了客人，主人都要请客人坐上席。客人即使并无食欲，也要听从主

点击查看茶叶产品排行榜

的安排，尝一点，表示对主人的尊敬。女主人将茶水倒在茶碗中，放在托盘里端上来，逐一献茶。一般是从资格最老的客人开始。倒茶时，不要往茶碗中间猛倒，而要顺着茶碗内边慢慢地倒，并且茶水不能倒得太满。如果不想再喝，只要用手把碗口捂一下，示意已喝足了即可。

信奉伊斯兰教的维吾尔族人民提倡和睦相处，因此而禁酒倡茶。饮茶对维吾尔族人来说不仅为了解渴助食，还体现了他们自身的茶道修养。

生活在茫茫草原上的游牧民族蒙古族的饮茶历史可以追溯到氏族社会的末期。在蒙古族古老的史诗《江格尔》里,就有关于饮茶的描绘“:三个小勇士点燃杓木煮茶,搭好价值万户奴隶的红帐篷……”醒来饮用芳香的红茶,让三匹坐骑变成鞍饰的小马。’而到了明代有关中原茶传入蒙古才在史书中有明确的记载。通过茶马互市，饮茶在蒙古族人民中传播开来。

在南方的砖茶还没有迈入内蒙古草原之前，蒙古人利用生长在森林草场上的许多植物作奶茶的原料，形成了不同的泡制方法，其中较有代表性的介绍如下：

苏顿茶，苏顿汉语意为地榆，叶为圆形，花序穗状。秋天地榆发黄时连根挖出，洗净阴干，碾成碎片装在皮制的口袋内备用。饮时将茶叶放入锅中加水熬煮，一般以 5公斤水 1两茶叶的比例入锅，熬制 3 分钟后将茶水掏出过滤，留下茶汁又放入锅中烧开，然后加食盐和鲜奶，用匙不停地搅拌均匀，待茶水呈浓乳黄色时即可饮用。这种苏顿茶不仅茶味浓醇，而且帮助消化，能治疗

点击查看茶叶产品排行榜

胃和消化道疾病。

乌日勤茶,学名山丁子,叶呈卵圆形披针状,果实较小为圆形，叶、果均能为茶。深秋时节将叶、果采摘回后晒干置于皮袋中备用。饮时将叶子放入锅中炒糊，将果实蒸熟，然后粉碎，放入布袋中，将布袋口缝好，投入锅中加奶、加盐熬煮,熬出棕红色的茶汁,甜香浓郁。

查日苏茶，学名柞树，叶倒卵形，叶片大有波状齿。将刚萌芽的柞树嫩叶采摘回后，放入背篓内发酵数天，然后再蒸熟晒干即可熬茶。其果实也可入茶，当然要粉碎煮熟之后。查日苏茶对活血止泻、治疗风湿等有不错的疗效。

阿力玛茶,即山梨,叶为广卵形,果实为球形黄色的梨果，叶与果实均可作茶。立秋后，将叶、果实采摘、洗净后，装入背篓内贮存。每天翻动一次，待捂黄后取出，阴干、蒸熟、粉碎后即可用来烹煮，饮时果香浓醇，具有止咳等疗效。

包德旰茶，学名岩蒿，叶为羽状细裂，表面疏生毛，背面密生绒毛，根卷曲、粗壮、根部髓心呈红褐色，岩蒿四季皆能为茶；除夏季用绿叶、茎来熬茶，熬出的茶为乳绿色之外，其他季节都用根来熬，茶为乳红褐色，叶略苦，一般掺以青砖茶一起熬制。

呼日博茶，又称达乌里胡枝子，叶为三出复叶。秋天摘下嫩叶用以熬茶，多掺加砖茶或红茶一起熬制，去其土腥味。

此外，如玛瑙茶、柴日茶、乌兰茶、黄芩茶、萨芩茶、布日勒金茶、熬海火孝茶的制法与苏顿茶颇为

点击查看茶叶产品排行榜

相似，曾登茶则与乌日勒茶相似。

蒙古族使用的茶具带有浓郁的民族特色。他们的茶碗是木制的，称“翠花碗”，用桦树根旋挖成碗形，再装饰包镶以薄银片。还有纯银制作的茶碗，明光锃亮，制作精细，内外都刻有传统的古老图案，匠心独具。

茶壶多为铜制品。造型各异，有呈圆形的、有呈椭圆形的、有呈六边形的、四边形的，容积较大。不光是结实耐用，而且制作讲究，有的甚至堪称精巧的民间工艺品。

盛装奶茶、奶酒必须用一种高筒茶壶，蒙语称“温都鲁”，即为高的。温都鲁一般用桦木制成，圆锥形，壶口半圆形，约 2尺左右高，带把。壶身上有四五道金属箍，箍上刻有各色花纹。

以上介绍的由植物制作的茶饮，茶味比不上青砖茶，而且制作工艺原始，所以蒙古族大多数以青砖茶作为熬奶茶的主要原料，即使要使用自产茶，也多掺以青砖茶一起熬煮。青砖茶已成为草原上的主要用茶。

蒙古奶茶的熬制先要将青砖茶用砍刀劈开，放在石臼内捣碎后，置于碗中用清水浸泡。生起灶火，架锅烧水，水必须是新打上来的水，否则口感不好。水烧开后，倒入另一锅中，将用清水泡过的茶叶也倒入，用文火再熬 3分钟，然后放入几勺鲜奶和少量食盐，锅开后即可用勺舀入各茶碗中饮用。火候的掌握亦十分重要，温火最佳，火候太大，破坏茶所含的维生素，火候太小，茶味不够。

点击查看茶叶产品排行榜

遇到节日或较隆重的场合，奶茶的配料增多，制作也复杂得多。事先要预备好青砖茶碎末、食盐、纯碱、小米、牛奶、奶皮子、黄油渣、稀奶油、黄油、羊尾油等配料，并放在碗内备用。烧开水倒入茶叶熬成茶汁，再滤出茶叶渣，留下茶汁。将另一锅置于火上烧热，用切碎的羊尾油烧锅，将少量茶汁倒入烧开，再加入一勺小米，煮开后将剩余所有茶汁倒入锅中，沸后放一把炒米和少许黄油。最后将其他配料：牛奶、奶油、奶皮子、黄油渣、黄油混在一起放入专用的搅茶桶中搅拌，直到从混合物中分离出一层油为止，然后全部倒入滚开的茶水锅中搅拌均匀，这样，一锅飘溢着浓浓奶茶香味的高档奶茶就熬好了。

蒙古族人主食为牛羊肉，牧民们每天喝三次奶茶，喝奶茶几乎成为蒙古族赖以生存的物质基础。蒙古族饮奶茶十分注重礼节，贵客来临，主人热情地请之入蒙古包中正首入座，在客人面前摆上木桌，端上炒米、糕点、奶豆腐、黄油、红糖、奶皮子等食品待客，奶茶煮好后，双手托举着镶有银边的托盘，内盛有银茶碗，献给客人。客人须站起身双手接茶碗，移至嘴边咂一口，以示回敬。奶茶在碗中只能八分满，茶碗放到桌子上不能磕出响声。待客人落座后，宾主可根据自己的口味，任意调配桌上的各种作料，奶茶和各种奶制品是蒙古族待客的必备之物。

蒙古人平时在自家饮茶，也讲究礼仪。奶茶熬好后，第一碗奶茶献给家里的最长者，然后按辈分、年龄依次送茶，这种礼节是蒙古族人“崇老尚德”的良

点击查看茶叶产品排行榜

好美德的体现。

新疆的少数民族中也有回族，在新疆乌鲁木齐和昌吉回民聚居区，人们爱饮泡茶，又称清茶。将一小撮茶叶置于茶碗中，茶叶一般用湖南的烟熏青茶，注入开水冲泡，盖上碗盖泡上几分钟即成。茶汤呈红色，味浓酽，散发出熏香味。

宁夏回族有喝盖碗茶的传统习俗。盖碗茶以茶具命名。盖碗俗称“盖碗子”、“盖碗盅”。一套完整的盖碗茶具由托盘、茶碗、碗盖三件组成。茶碗是用来冲泡茶水的，底小口大，外沿略向外张开。托盘，是用来托茶碗的，又称“茶托”、“茶船”，碗盖，略小于碗口，可严密地扣在茶碗中，且能保温保味，使泡出来的茶不走味儿。整套茶具精巧玲珑，清雅素净，极具欣赏价值。一般回民喜欢用宁夏出产的质地细白的陶瓷茶具。用这种盖碗茶具泡出来的茶，茶味纯正，色鲜甘爽，富有回味。

盖碗茶所用茶叶多用“陕青”、“茉莉”、“龙井”等细茶。夏季用青茶，冬季则用红茶。盖碗茶的一大特点是所用配料花样繁多。配料有白糖或红糖、花生仁、芝麻、红枣、桃仁、柿饼、果干、葡萄干、枸杞等。花生仁、芝麻是事先炒熟的，如果讲究一些，连红枣也要事先用炭火烤焦，称“焦枣”。这种配料齐全的称为“八宝盖碗茶”。其他如用陕青茶、白糖、柿饼、红枣沏泡而成的叫“白四品盖碗”；用砖茶、红糖、红枣、果干沏成的叫“红四品盖碗”；用云南沱茶、冰糖沏成的“冰糖窝窝茶盖碗”；用砖茶、红枣、

点击查看茶叶产品排行榜

红糖沏成的叫“红糖砖茶盖碗”；用陕青茶、白糖沏成的叫‘白糖青茶盖碗”。

主人将配料备齐，将茶叶和各种配料放入茶碗中，为了表示对客人的敬重，主人会揭开碗盖，向客人一一介绍所用配料，然后再去沏茶。如果客人不喜加糖，应事先说明。主人介绍完后，客人应点头称谢。沏茶时，主人左手拿起碗盖，右手提一壶滚沸的开水，将开水注入茶碗内，盖上碗盖，冲泡 5～10 分钟，将碗盖在茶碗中轻刮一下，双手端起捧献给客人，并道一声“请喝茶”。冲泡时，倒水不宜过满，满则失礼。泡茶时，将开水溅到桌上或客人身上、衣上，被视为不礼貌的行为。

饮时，先将碗盖在茶碗表面轻刮几下，将浮在茶汤表面的茶叶、芝麻刮到一边，然后将碗盖斜盖在碗口上，留出一小缝“饮口”，以左手托着托盘，右手拇指、中指夹住茶碗，食指轻按碗盖，无名指拖住碗底，从饮口处轻饮轻喝，不得发出响声。

主人会随时为客人添茶，直到客人告辞，从茶碗中捞出一颗红枣放进口中，主人就会明白客人的意思，一面热情挽留，一面则作送客的准备。假如并不打算离开，切莫贪吃碗中食物，否则，主人张罗着送客，就十分尴尬了。当然，客人自冲自饮时又当别论了。

盖碗茶是回民生活中的一件要事。他们把沏盖碗茶叫“转盖碗子”、“抓盅子”，喝茶则叫“刮碗子”。偶尔串门，主人会热情地招呼：“来啥，刮几碗子哟！”回民喝盖碗的习俗与他们的生活习俗有关。回民喜吃

点击查看茶叶产品排行榜

牛羊肉，粗纤维的牛羊肉不易消化，而热性的盖碗茶有消食、化痰、醒酒等功能。所以回族人民有：“金茶银茶甘露茶，顶不上回回的盖碗茶”这样的俗语。即使从科学饮食的观点，盖碗茶的确有助兴除倦、消食提神、活血补虚、益气健脾、强身补肾、明目清心、减肥增寿等功能。回民甚至以茶代药，驱寒健胃用“红糖砖茶盖碗”,消积化食用‘白糖青茶盖碗”,消热泄火用“冰糖窝窝茶盖碗”，头痛感冒则干脆在盖碗中加几片姜熬煮，喝下去发一身汗就好了。

回族的盖碗茶中还有一种独特的三炮台盖碗茶，又称“三香碗子茶”。“三炮台”即指茶托、茶碗、茶盖三件。泡茶时，取冰糖 50 克，湖南茯茶或云南沱茶 3～4 克，四颗桂圆，放入盖碗中加开水冲泡 5 分钟即可。若再加入葡萄干和杏干，则称为“五香茶”。饮时要边饮边添水，直到冰糖溶解，桂圆泡涨，这时不再加水，最后将桂圆吃掉。

宁夏、甘肃、青海的回族聚居地流传着饮罐罐茶的习俗。一般茶叶为中低档的炒青绿茶，煮茶的器具则用一高 10 厘米，口径 5 厘米，罐腹径 7 厘米的土陶罐。当地人认为土陶质品具有透气性良好，散热快，不易使茶汤变味等特点，因而有利于保香、保色和保味。煮茶时，先往罐内装小半罐水，放在火炉上煮，待水烧沸后投入 5～8 克茶叶，边煮边搅动。为了使茶汁充分煮出，2～3 分钟后再加水，但只能加至八成满，再次沸滚后即煮成。倾入杯中品啜，能提神解渴，去腻祛病。

点击查看茶叶产品排行榜

甘肃位于青藏、内蒙古、黄土三大高原的交汇处，自古以来就是一个多民族繁衍融合之地，饮茶的风俗丰富多彩，独具特色，体现出大西北人民质朴剽悍的精神风貌。

甘肃的游牧民族以酥油茶为一天三顿必不可少的饮料。酥油茶不仅是藏族人民的传统饮料，河西戈壁的裕固族人也以酥油茶敬客。

肃北蒙古族、肃南裕固族中盛行将青砖茶捣碎后装在布袋中，再投入锅中熬煮，滚沸后加盐少许，用勺略翻扬，注入壶中饮用的红茶。更简便的方法是将茶捣碎成粉末与少许盐一起装入暖瓶中冲入开水，即可饮用。牧民们在出门前熬制出大壶的红茶，饮时，在茶碗内先放入些炒米、奶酪之类的作料，然后倒入红茶，边喝边续，等到炒米泡软后，再伴上酥油白糖或凉肉吃掉，最后喝点红茶润口。这样，出门后精神爽快，即使一天不吃不喝也不会感觉饥渴。

甘肃的游牧民族通常所用的茶壶为底大壶嘴小的铜茶壶，底大壶嘴小便于倒茶，铜质壶熬茶传热快，不积茶锈，茶味浓。

游牧民族以茶当饭的情况并不少见，他们先将青稞面或白面炒热后，掺入一些羊油或牛油、酥油，搅拌均匀，待冷却后备用。再将熬好的红茶汁倒入，搅动成糊状，食用，尤其在冬季常以之为食。当然也可作饮料饮用。

西北的裕固族人每天吃一次饭却要喝三次茶，这是他们三茶一饭的习俗。牧民们每天早起第一件事就

点击查看茶叶产品排行榜

是煮茶，用铁锅将水烧开，倒入捣碎的茯砖茶熬煮。直到茶汤浓酽时，再调入牛奶和食盐，用勺子在汤内反复搅动，使牛奶和茶汤搅和均匀。茶碗中先放入酥油、炒面等食物，此时将煮好的奶茶倒入碗内，与酥油、炒面、奶皮、曲拉等搅拌而食。热茶倒入碗中，化开的酥油就像一块金色的盖子，盖住碗面，再用筷子一搅，炒面、奶皮、曲拉就成了糊状。这早茶就是他们的早餐了。午餐也饮茶，饮时与烫面烙饼同食。下午再喝一次茶，一天总共喝了三次。晚上放牧归来，全家才吃一顿晚饭，所以是“三茶一饭”。

裕固族男女新婚第二天天亮之前，新娘第一次到婆家厨房生火，称“生新火”。然后用新火、新锅为全家熬一锅新茶，称“烧新茶”。茶烧好后，新郎请来全家老幼，按辈分次序一一向新娘介绍，新娘则为全家每人舀上一碗新茶。新茶一般为酥油奶茶。如果家中有辈分小的婴儿，则由新娘喂上一块酥油。

综上所述，我国少数民族的饮茶方式大多为调饮方式，无论是烹煮、烘烤还是冲泡或凉拌，都要在茶中放各种配料或调味品。调味品有食盐、白糖、生姜、桂皮等等。配料就更丰富了，芝麻、黄豆、核桃、蜂蜜、花生、糯米、牛奶、酥油、炒面等都可与茶同食。了解我国饮茶用茶史的人都知道，古人初用茶时，是把茶当作食物来食用的。古人食茶时，通常以生姜、盐等调味品调味。不能说少数民族的这种加料的又饮又食的饮茶法与古人的食茶没有一定的渊源，同理，汉族的调饮方式多为如此。我国少数民族大都居住在

点击查看茶叶产品排行榜

偏远地区，生产方式多为自给自足，受地域的限制，普遍缺乏与外界的交流与沟通，他们的饮茶习惯一般是世代相传，祖祖辈辈沿袭下来的，可以说较完整地保留了古代饮茶的遗风。汉族中有调饮习惯的地区一般也是在偏远的山区。当地的居民或为在迁徙过程中被汉化了的少数民族的后裔，或居住在少数民族聚居地附近，受少数民族风俗影响，逐渐形成了调饮的习惯。所以，少数民族的饮茶不容忽视，它是我国古代文明的活化石，值得专家、学者们做进一步深入研究。

由于少数民族大多聚居在偏远的边缘地区，地理环境、自然环境较恶劣，有些在高寒地区的少数民族，如藏族、维吾尔族、蒙古族等往往在茶中加糖、酥油、鲜奶之类的高脂肪、高热量的配料，以提高茶的浓度、热度，达到驱寒果腹的目的。而南方的少数民族正好相反，他们看中的是茶的清凉、解渴的功用，常在茶中加入薄荷、绿豆、食盐等凉性作料，另外，在茶中加芝麻、花生、黄油、蜂蜜等营养丰富的配料，增加了茶的营养价值，非常适合主要从事野外高强度劳动或草原上的游牧民族，因此有些少数民族干脆以茶代饭或以茶佐饭，如维吾尔族、藏族、裕固族等，他们每日三餐必饮茶，都是“饭可以一日不吃，茶却不能一日不喝。”茶是他们生活中的头等大事。

少数民族嗜饮茶的另一个原因与他们的饮食结构有关。我国少数民族多以牛羊肉或不易消化的食品为主食，这些食物主要是酸性食品，经人体消化后会产

点击查看茶叶产品排行榜

生一定量的氢离子，如果偏食酸性食物，会使血液偏酸性，从而出现胃酸过多、便秘上火、疲劳倦怠等不适症状。在这种情况下，大量饮茶能产生一定量的氢氧离子，这样才能使人体内酸碱平衡。特别是茶中的芳香油能够溶解脂肪，消食解腻，有助于消化。有些少数民族饮食中普遍缺少蔬菜和水果，导致维生素的缺乏，他们以大量饮茶来解决这一问题。

边疆少数民族喜欢饮砖茶，如普洱砖茶等，这与砖茶运输方便，便于贮藏，价格便宜有关。砖茶茶味浓酽，非常适合边疆少数民族的胃口。

少数民族的饮茶是我国茶文化中的一朵奇葩，在其发展过程中，少数民族的饮茶文化还与宗教礼仪、文学艺术以及医药旅游等相融，使茶文化的内涵更加丰富，为我们茶文化的光辉增添了浓抹重彩的一笔。

少数民族的饮茶中的礼仪亦体现了少数民族重道德修养的美好品质。在少数民族的婚俗中，很早就有以茶传情、吃茶定亲的习俗，陆游在其《老学庵笔记》中曾描述了湘西少数民族地区喝茶定亲的风俗：“辰、沅、靖各州之蛮，男女未嫁娶时，相聚踏歌，各曰：‘小娘子，叶底花，无事出来吃盏茶。’’，如今，在各少数民族的婚俗中，茶仍然被赋予许多美好的寓意，成为婚恋中必不可少的信物和吉祥物。云南白族青年结婚不但在闹洞房时新郎、新娘要向客人敬三道茶，而且婚后第二天一大早，新娘就得亲手熬制“烤茶”敬献给公婆，以示对长辈的敬重，也以“烤茶”熬制的好坏作为评价新娘是否能干的标准之一。其他如蒙古

点击查看茶叶产品排行榜

族的订婚五道礼、畲族的宝塔茶、瑶族的新婚敬茶礼节等，都是少数民族婚俗中的茶饮，这些无疑为我国的茶文化增添了异彩。

点击查看茶叶产品排行榜

第七章

异域他乡遇故知

——中国茶饮在海外

点击查看茶叶产品排行榜

点击查看茶叶产品排行榜

自中国饮茶知识初次传入朝鲜半岛，后又传入日本以来，中国的饮茶就迈出了走向世界的第一步，作为茶的原产地以及最早发现和利用茶叶的国家，可以说世界上一切国家和地区的饮茶、种茶的源头都来自古老的中国。中国的饮茶在传入各个国家和地区之后，与该国和地区的传统文化、生活方式、风土人情甚至宗教意识相融合，形成了他们独具特色的饮茶风俗。如今，中国的饮茶之风，已席卷了全球 160 多个国家和地区，举目观望，各国的饮茶习俗争奇斗妍，各有千秋。

一、茶道清雅亚细亚

亚洲各国在接受了中国的饮茶文化之后，又对此有所发展,形成了自己的饮茶特色,如日本茶道,韩国茶礼等。

日本茶道

日本茶道已经成为日本传统文化中最具特色的一门综合艺术，其内涵不仅包括了民间佛道信仰的底流还包括了以求美为目的的艺术。它被定义为以茶为主体

点击查看茶叶产品排行榜

的聚会艺术技能，不仅在日本国内盛行不衰，而且发展成为外交上的重要礼节，甚至在国际上产生了巨大影响。但是，追根溯源，日本茶道来自于中国茶道。

早在中国的隋唐时期，随着中日两国文化交流的日益增进以及日本遣唐使和留学僧人的大量来访，中国国内早已流行的饮茶习俗不可避免地传入日本。日本著名的学问僧永忠于宝龟初年入唐求法，在中国呆了20多年，吸收了包括中国饮茶习俗在内的大量唐文化，并将之带回日本。在《日本后纪》一书中记载了弘仁六年（公元815年），他向嵯峨天皇献茶之事："癸壬，幸近江国滋贺韩崎，便过崇福寺。大僧都永忠、护命法师等，率众僧奉迎于门外。皇帝降舆，升堂礼佛。更过梵释寺，停舆赋诗。皇太弟及群臣奉和者众。大僧都永忠自煎茶奉御，施御被。"永忠和尚于延历末年学成归国，在近江梵释寺任大僧都职。弘仁六年四月二十二日，嵯峨天皇驾幸梵释寺，众僧迎接，永忠亲自煎茶献给天皇。永忠的煎茶法应是唐代普遍留行的将饼茶研磨成粉末后放入沸腾的锅中煎煮的方法。

继永忠之后，日本又有大批学问僧入唐。正是在这一时期，日本国内开始较大范围地种植茶树，而且作为一种雅兴。饮茶之风已在日本上层人士中传播开来。嵯峨天皇当时曾作过以下诗句："兼然幽兴处，院里满茶烟"以及"吟诗厌捣香茗，乘兴偏宜听雅弹。"这些都说明中国茶饮曾经在日本的风行。遗憾的是日本平安时期的饮茶之风并没有发展下去，不久，随着国风时代的到来，茶的饮用几乎消失殆尽了，这一中断一直延续到镰

点击查看茶叶产品排行榜

仓时代初期荣西和尚将茶再次带回日本。

宋代，禅宗在中国已经占据佛教的主导地位。荣西正是为了学禅而西渡中国的，他先后两次来到中国，学习临济宗佛法，在此期间对中国禅院中的罗汉供茶以及当时中国国内的点茶法作了详细的考察和记录，带回了日本。荣西回到日本后，先住京都建仁寺，后应源赖朝将军后室北条政子之邀，移入镰仓，开创了圣福寺。建保二年(公元 1214年）第三代将军源实朝因饮酒过度而病倒，荣西召去为实朝祈病消灾，并献上一碗称之为良药的茶，实朝饮后康复如初，遂对饮茶大加推崇。

荣西著《吃茶养生记》一书，详细记载了当时中国国内的种茶、制茶、饮茶法以及吃茶养生的理论,对后世影响颇大，荣西于第二次赴宋学习归国时从中国带回了茶籽，在肥前、筑后培育成功后，将茶种赠给弟子明惠上人明惠是京都栂尾高峙的主持，他将茶种种在栂尾深濑,培育出优质的茶树,这种茶称为日本第一茶本茶,也叫栂尾茶。

荣西在日本大兴禅宗，同时也把中国茶禅一味的禅院饮茶制度带到了日本，饮茶在日本的禅宗寺院扎下根来。他的弟子明惠继承了他的传授，以寺院为中心推广饮茶。延应元年正月（公元 1239 年），奈良西大寺的睿尊在年初修法结愿之日举行了向镇守神八幡宫献茶的仪式，并用很大的茶具将余下的茶施给民众。从此，用大茶具给众人施茶的作法延沿至今，每年春季和秋季都在奈良西大寺举行。后来饮茶逐渐渗透到武士社会，到了镰仓时代后期已经普及到一般老百姓的生活里了。

点击查看茶叶产品排行榜

现在，学术界一致认为曾经在日本盛行一时的“唐式茶会”是日本茶道的雏形。唐式茶会与中国唐宋时期的茶宴、茶会十分相似，大致包括茶亭装饰、点茶仪式，斗茶游戏及宴会歌舞等内容。

中国的茶宴在南北朝时期的《吴兴记》中就已有记载：“长兴啄木岭，每岁吴兴昆陵郡太守采茶宴会于此，有境会亭。”说明南北朝时期茶宴的形式已经出现，而且场所所是在亭阁内。唐宋时期，关于茶会、茶宴的记载更多，唐代占温在《三月三日茶宴序》中记载：“三月三日已禊饮之日也，诸子议以茶酌以代焉，乃拨花砌、爱庭阴、清风逐人，日色留兴，卧措青霭，坐拨香枝，闲花近席而未飞蕊。拂衣而不散，乃命酌香沫浮素，杯凝琥珀之色，不令人醉，微觉清思，虽五云仙浆无复加也。”鲍君微的《东亭茶宴》也写道：“闻朝向晓出帘栊，茗宴东亭四望通，远眺城池山色里，俯聆弦管水声中。”从这两篇诗文中我们可以看出，唐宋时期茶会、茶宴一般选在风景优美的地方进行。

再看日本的唐式茶会，据木宫泰彦先生的叙述，唐式茶会要在专门的茶亭中进行，“茶亭一般设在风景优美的庭园内，而又可以眺望远方的二层楼上”；“茶亭正面装饰思慕的释迦，牧溪的观蝉，文殊、普贤之类的佛画，画前桌上铺着金欄的桌蒙，古铜的花瓶里插着红花或青莲，桌上放烛台、香炉、旁置烛剪、香匙、火箸之类。”“在各槅扇和墙壁上张挂许多中国宋、元名画家所绘的人物、花鸟、山水等画。另在茶亭的一角，围以屏风，设置茶炉，并以中国进口的茶碗、茶壶等精致的茶具装点

点击查看茶叶产品排行榜

其间。”

可见，日本的唐式茶会在举行的场所以及对环境的要求上与中国茶宴、茶会是相通的。而且中国禅院内悬挂佛像并作供养仪式、用鲜花及名人字画装饰茶室，这些都在宋代极为普遍。（据《农业考古·中国茶文化专号》第1期薛翘《中日禅僧的交往与日本茶道的渊源》）

至于唐式茶会的点茶仪式，过程为“当会众聚集后，主人先把会众请入茶亭，飨以点心。点心用毕，会众起座，或休憩窗边，或闲步园内。待主人准备完毕，再以锣声或鼓声为号，将会众召入茶室，亭主之息男献茶果、梅桃之若，冠通建盏，左提汤瓶，右曳茶筅，从上位到末座，献茶次第不杂乱。”这种点茶方式实为流行于我国唐宋时期的点茶法，而且饮茶时佐以果饼点心的风俗亦在我国早已有之。

唐式茶会的另一项重要内容斗茶游戏也与我国宋代的斗茶如出一辙。稍有不同在于中国的斗茶着重猜茶的产地及烹茶之水，日本的斗茶则重猜茶产地及品种，开始是区别本茶与非茶(栂尾以外的茶)，后来由于茶的种类增加到四种，饮用次数达到分十次饮用之多，饮用后写出每次所饮茶的产地及品种。

斗茶蔚然成风，斗茶方式也日趋复杂，到室町初期，受到日本本土的风俗习惯影响，逐渐日本化而变成一种风流的娱乐聚会了。斗茶兴盛的同时，日本上流社会开始用从中国舶来的工艺品装饰居室，中国产的工艺品以及美术品成为高雅风尚。当时著名茶人佐佐木道誉收集了不少唐物珍品。对茶具的选择日本人上升到一个

点击查看茶叶产品排行榜

新的高度，以符合日本人审美意识的珍贵中国茶具为主但是斗茶在日本发展到室町中期，由于常与酒宴、赌博联系在一起，逐渐失去了爱好者。直到东山时代日本茶事才开始了迈向现代日本茶道的第一步。

东山时代的著名艺术家能阿弥将原来以唐物为中心的饮茶方式改造成书院饰。佐佐木道誉以来的那种将唐物珍宝、古董等供赏的方式得到改革，无关的东西尽量省去，将茶会物品的摆放序列固定，同时对茶具的用法，烹饮法、点茶的动作以及各种待客礼法和献茶手续都作了相应的规定,这些 都作为武士礼仪的一部分固定下来，形成了风雅而又严肃的茶会风格。

15 世纪后期，能阿弥的弟子村田珠光对茶会进行了进一步的改革，使之更趋向精神上的追求。村田珠光是奈良称名寺的著名僧人，据说他达到了在饮茶中参悟佛法的茶禅一味的境界。他的茶道思想主要体现在他的《心之文》一书中,珠光提倡的是连歌中的‘冷枯”之美以及佛教中“空”的精神，并把这些都贯彻到茶道之中。在茶具方面，珠光在完美豪华的唐物中融入了粗糙的大和民族器物,他追求的是一种不完全的美,也就是‘与完美无缺的满月相比，在云中时隐时现的月亮更能给人以美的感受。”村田珠光对茶室及茶具都作了精心的改良。他将书院的大茶厅改为四帖半的小草房，称数寄屋，欣赏品的摆放也由书院饰改为数寄屋饰。将黑漆台改为木板下装竹足的台子，用竹子作水筒，勺茶末的杓子原来是用银或象牙做的，他认为这会损伤瓷质茶罐和茶碗而改用竹质杓子。村田珠光倡导的简朴的茶道精神后

点击查看茶叶产品排行榜

来由武野绍鸥继续发扬光大。武野绍鸥提出，茶道要深入一般百姓家庭。普通百姓之家只要建造一个四叠半面积的茶室,中间砌一个围炉,就可以坐饮品茗,这种方式简单纯朴，民间的饮茶风气因此而渐盛。不但如此，武野绍鸥还在村田珠光庄重的茶道之中加入了艺术要素，茶道的形式与内容都有了很大的改变。绍鸥还尽其财力，收集了不少具有日本幽玄孤寂风格的茶具。为后来千利休提倡的以‘和、敬、清、寂’为基本精神的茶道奠定了基础。在此基础上，日本堺城的市民发展了以草庵为形式的茶室，追求幽寂的风格。

千利休是日本茶道的集大成者，他早年师承能阿弥徒孙北向道陈学习书院茶道，后人武野绍鸥门下学习珠光流茶道，同时还追随大德寺笑岭和尚学习参禅。千利休茶道综合了书院茶道与草庵茶道的特点，又制作了一些新的日本风格的茶具，如他请乐长次郎制作的黑釉茶碗,颇具日本特色,至今仍被日本茶道爱好者所喜爱,被称为长次郎茶碗。利休的茶道以‘和、敬、清、寂’为基本精神“‘和’,指和平安全的环境“‘敬’,指尊敬长者,敬爱朋友“‘清’,指清静“‘寂’,指达到悠闲的境界。并根据这种思想对茶的点法、饮法的礼仪，茶会的形式以及茶会菜进行了整顿。原来的茶室中专门设有供贵客进入的茶室贵人门，千利休将此门废除，规定所有客人不论身份贵贱，一律由普通客人进入的窄门侧身进入。他还将原来的茶会菜改名为‘怀石菜’,只设一汤三菜,体现了茶道的简单朴素的精神。茶室中禁插色艳香浓的花，改为当季的普通花草。经过千利休的改革完善，由中国

点击查看茶叶产品排行榜

传入的茶道变成了纯日本式的茶道。千利休曾被丰臣秀吉召任为茶头，受俸三千石。后来由于卷入了朝廷的权利之争获罪流放，最终，70 岁高龄的千利休于天正十九年二月二十八日被迫切腹自杀。千利休死后，古田织部、小掘远州、金森宗和、片桐石州等人都在其基础上对茶道有所创新。但是茶道的主流仍在千家。千利休的长子道安，在父亲的茶道中又加入了自己的创造，比如，他自制了道安围、道安风炉等。千利休所创的不审庵由其后妻之子少庵继承，少庵又传给其子宗旦。千宗旦一生没有做官，潜心修炼茶艺，又跟从大德寺清岩和尚参禅，达到茶禅一味的境界。千宗旦自建了一个仅有一帖（3.3 平方米）的极小茶庵，命名为今日庵。而把千利休的不审庵让给了少庵三子宗左。他自己的今日庵由其四子宗室继承。随宗旦出家的次子宗守后来在京都武者小路建官休庵。18 世纪日本茶道开始实行家元制度，各派都推举了自己流派的家元。现在，日本最大的流派是 3000 家，分别是表千家流、里千家流和武者小路千家流。表千家流即继承了不审庵的千宗左的子孙，里千家流是继承了今日庵的千宗室的子孙，武者小路千家流则是继承了官休庵的千宗守的后代。除 3000 家外，日本的茶道流派还有薮内流、远州流、宗偏流、江户千家流、大日本茶道学会等。学茶的人在各自的流派入门，跟随有教授资格的茶人修行，学成后从家元那里领得证书。

明治维新后，日本茶道一度衰落，直到明治时代后期才由于美术品热的的推动逐渐恢复了活力。昭和时

点击查看茶叶产品排行榜

代,茶道普及更广泛,仓天心写《茶书》,引起社会普遍关注。同时，女性修习茶道者居多，茶道已成为现代女性修养的载体。战后，以家元为中心的茶道组织迅速扩大，今天已达数百万人。

日本茶道的举行场所一般由茶的庭园和茶的建筑组成。茶的庭园指露地，茶的建筑指茶室。进入茶室前，客人先进入露地。客人刚进入露地就要自己先利用手和水钵清洗水和口。主人迎接客人时还要在庭院中打水再清洗一次，这种反复清洗的礼仪，使茶道的场所象征圣洁之境。茶室的大小不一，形状多样，以于利休提倡的四个半贴大小的草庵茶室为典型，每间在入口处设有一个高 60 厘米须侧身而入的四方小门，这种隐秘的入口代表其内部的茶室是非现实的、虚拟的空间。茶室内的装饰壁龛里挂着被称为茶挂挂轴。欣赏茶挂要求同时具备宗教和文学的修养，因为茶挂以禅僧的墨迹最为珍贵。此外,与茶事有关的优秀中国画、大和绘、古字等也多被采用。茶室内摆着鲜花，并配以与之相适的花瓶,有金属工艺品、陶瓷、竹筒、笼等。室内还备有风炉、釜、茶碗、茶盒、水罐、建水等用具,都是漆、金属、木、染织等工艺品。这些装饰与用具使茶室显得既雅静又富有生机，客人一进门就被朴素而又新鲜的装饰所吸引。

客人坐定后，主人要招待客人吃饭，一般是三菜一汤,这种饭食称为‘怀石’。据《南方录》记载,和尚为了修行不食,以在怀中放一石来抵抗饥饿。因此‘怀石’就是粗茶淡饭的意思。主人的茶道观一般通过他烹饪的

点击查看茶叶产品排行榜

饭菜表现出来。“怀石”的菜肴绝不丰盛，但尤其注意强烈的季节感和菜谱的搭配，所用原料必须是新鲜的水产和蔬菜。吃饭时，主人必备有清酒一杯，饮酒要用小盏分三口慢慢品，吃饭菜也要缓嚼细咽的慢慢吃。

“怀石料理”结束后，客人要暂时回避片刻，待主人收拾餐具、清扫茶室，做点茶前的准备。客人再次进入茶室入坐，主人端上精美的点心，正式开始点茶。茶道对点茶和饮法都有特别严格的规定，力使点茶和饮茶时身体动作更合理，更优美。同时，又带有宗教修行的性质，体现了佛教思想的精神。

主人坐在风炉旁，开始生火，加水。然后用一块红色手帕大小的绸缎把事先已经擦洗干净的茶具当客人面再擦洗一次。最后用烧开的开水再消毒一次。这才开始正式的点茶：主人用精致的小茶勺往茶碗中放入适量浅绿色茶末，再用竹制的水舀将沸水注入茶碗内，水不能外溢，而且倒水时要尽量产生潺潺的水声。点茶完毕后主人用双手捧起茶碗献给客人，客人要向主人致谢才可接茶。客人品茶时，双手捧碗从左向右转一周，以示欢碗。饮时要分三口喝完，最后一口还应发出轻叹声表示对茶的赞赏。茶有浓茶与淡茶两种，如果主人以浓茶待客，所配点心常为糯米粘面的“豆馅点心”，如果是淡茶，点心则为小脆饼。完成一套最简单的点茶仪式，一般需要 20 分钟，如规格较高则需 1 个多小时。行茶道时要守“四规”和“七则”。“四规”即“和”、“敬”、“清”、“寂”。“四规”。“七则”指的是“点茶有浓淡之分，茶水温度要按季节的不同而改变；煮茶的火候要适度；使用的茶

点击查看茶叶产品排行榜

具要保持茶叶的色、香、味；备好一尺四寸见方的炉子；冬天炉子的位置要摆得适当并使之固定；茶室要清洁并插花,花的品种要与环境相匹配,以显出新颖、清雅的风格。’虽然如此,依据迎客、庆贺、欢聚、赏景、论学等不同内容，茶道的仪式也略有差别。总之，日本茶道是融合建筑、园艺、美术、宗教、思想、文学、烹调等诸文化风格的以饮茶为主体的艺术技能。

日本人普遍喜欢饮茶，认为它是一种健康饮料。随着时代的进步，日本人的饮茶日趋多样化，除传统的绿茶外,近年来乌龙茶、普洱茶、茉莉花茶也逐渐走人日本人的生活,其他如方便新颖的袋泡茶、速溶茶、罐装饮料茶等也很受日本人的欢迎。

韩国茶礼

中国的饮茶大约是在公元 6 世纪下半叶随佛教传入朝鲜的。在《三国史记·新罗本纪》(第十)兴德王三年(公元 828 年）十二月条有记载曰：“ 入唐回使大廉带回了茶种，种植于地理山上。在此之前，善德王之时茶已有之,但是自兴德王时代才兴盛起来。’善德王在位时间为公元 632 年至 646 年间，可见这时茶已从中国传到了朝鲜，可以说朝鲜半岛的饮茶历史比日本还要悠久。新罗时斯，个久茶已在朝鲜普遍百姓中普及开来，受我国唐代饮茶风俗的影响，当时朝鲜半岛的饮茶是把饼茶煮后供饮。在《朝鲜金石总览》中有一段话“: 如再次收到中国茶时,把茶放入石锅里,用薪烧火煮后：‘ 吾不分其味就饮 ’ 。守其忤俗都如此。’在李奎极的《南行月日记》

点击查看茶叶产品排行榜

中也有：“侧有庵，俗称蛇包圣人之旧居。之晓曾住此地，故蛇包迁至此地，本想煮贡晓公，但无泉水，突然岩隙涌泉，其味甘如奶，故试点茶。”从这两则材料可以得知，新罗时期的人们已开始采用煮茶法和点茶法来饮茶。

到了高丽时期，朝鲜半岛的饮茶方法可从《宣和奉使高丽图经》卷三十二《器皿》三中略知一二：“土特产，味苦涩不可入口，惟贵中国腊茶并龙凤赐团。自锡赉之外，商贾亦通贩。故迩来颇喜饮茶。益治茶具，金花鸟盏、翡色小瓯、银炉汤鼎，皆窃效中国制度。凡宴则烹于庭中、覆以银荷，徐步而进。侯赞者云，茶偏乃得饮。未尝不饮冷茶矣，馆中以红俎布列茶具于其中，而以红纱巾幕之。日尝三供茶，而继以汤。丽人谓汤为药。”材料中的龙凤赐团、金花鸟盏、翡色小瓯、银炉汤鼎无不是中国宋代点茶的用茶、用具，可见高丽时期宋代点茶法已在朝鲜通行。所不同的是，朝鲜茶宴中的点茶仪式，连步态都作了规定，须“徐步而进”，而且要“茶偏(遍)乃得饮”，即要等到每个客人都接到茶后才可饮，这时茶已经冷了，但是当时“未尝不饮冷茶矣”，这与中国的趁热品饮稍有差异。至于“丽人谓汤为药”，亦无甚奇，在中国，茶的药用价值是最早被利用的。

饮茶的传播，无论是中国还是日本、朝鲜都无一例外地是以禅宗为媒介的。朝鲜的饮茶同样与禅相互渗透，形成“茶禅一味”。明宗二十年(公元1190年)成为大学士的李相国在《东园李相国集》卷十四有这样一段诗：“草庵他日叩禅居，数卷玄书讨深旨。虽老犹堪手汲

点击查看茶叶产品排行榜

泉，一瓯即是参禅始……”参禅和饮茶联系在一起，正表现了茶禅一味的精神。

高丽时期人们饮用的茶显然是抹茶，这仍可从李相国的诗中看出“：谢人赠茶磨——琢石作弧轮，回旋烦一臂。子岂不茗饮，投向草堂里。知我偏嗜眠，所以见寄耳。石开出绿香尘，益感吾子意。”

饮茶在朝鲜发展到李朝仍十分流行，在李朝正史《李朝实录》中有诸多记载，例如太宗二年（公元1402年）五月壬寅条下有关赠茶于明朝使臣的记录，提到‘雀舌茶”，而且李朝中期以‘雀舌’为茶的代名词，这说明高丽时期的以抹茶为风尚在李朝时期已演变为普遍使用形如“雀舌”的叶茶。用茶的变化意味着饮茶法也在改变。从高丽末期李穑的诗集《牧隐集》中的《茶后小咏》诗中的两句“：小瓶汲泉破铛烹，露芽耳根顿清净’中可以看出，用叶茶放入锅中煮饮的方法正逐渐为饮茶的主流。

《李朝实录》中尤其以有关茶礼的记载最多。从太宗时代起，明朝使者来朝举行茶礼的次数增多，并以茶为礼物相赠结束茶礼。其实早在新罗时期，宗庙、佛教的茶礼就已出现。新罗首露王第十七代赓世极干举办宗庙茶礼时考虑国情，仅用30倾五位田准备饮食举行茶礼。祭礼日是生年正月初三、初七，五月初五，八月初五、十五。新罗佛教茶礼有华严宗茶礼和净土宗茶礼。传说新罗定比徒太子和孝明太子，进五台山修道，拜王与真身，每日清早汲千筒水煮茶，供一万真身文殊。这属华严宗茶礼。净土宗茶礼也有传说，某‘三月初三，王

点击查看茶叶产品排行榜

登士归正门楼,问左右臣下:‘谁去找迎福师傅?’有一师穿长袖衫,背樱筒,从南面走过来,王高兴,请师傅到门楼,看樱筒里有茶具。问:‘你是谁?’答:‘小人忠谈’。问:‘从哪里来?’答:‘小僧每年三月初三和菊花节(9月9日)就煮茶养南山三花岭弥勒世尊,今日已供完茶后回归。’王曰:‘能否给我一杯?’师傅即煮茶供王,其茶味奇特,器里也飘出特异的香气。”

到高丽时期,朝廷举办的茶礼就不仅是祭祀宗庙了,当时举办的茶礼大约有9种。一是燃灯会,每年的阴历2月15日,燃灯会在宫中康安殿的浮阶里举行,“如近侍官上茶,执礼官面向殿阁鞠躬,上酒饭时,执礼官都面向殿阁鞠躬劝酒饭,后人都随这种礼。此后给太子以下的侍臣送茶,茶到,执礼官先赞拜,太子以下再拜,执礼官先赞饮,太子以下随饮毕,揖让。”

第二种是八关会,每年阴历11月14日,在宫中仪凤门阶梯下的浮阶中召开八关会,“左侧执礼官引太子和上公到洗水间洗手,如近侍官上茶,执礼官就面向殿阁鞠躬劝茶,近侍官摆茶和饮食,也摆太子公侯伯及枢密两阶侍臣的茶饭,中阶的侍臣站着就餐,然后近侍官上茶。此后,太子以下枢密侍臣都再拜,接茶饮毕揖让。

还有在11月15日举办的茶礼,“如近侍官上茶和饭菜,执礼官就面向殿阁鞠躬劝茶和饭菜,此后摆太子以下侍臣茶和饭菜差不多。王问时,从侧门入茶,面拜劝茶后放茶杯。”此外,还有在乾德殿举行迎北朝诏使仪式的茶礼;在宫中厅幕里举行的祝贺太子诞生仪式的茶礼,仪式较简单,宾揖让就座则上茶;在东宫门竹席上举

点击查看茶叶产品排行榜

行的给太子分封仪式中的茶礼；在大观殿举行的分封王子、王姬仪式中的茶礼；在宫中厅幕举行的公主出嫁时的仪式中的茶礼；在大观殿举行的宴请群臣酒席仪式中的茶礼。

高丽时期的佛教主要有五宗 法性宗、或律宗、圆融宗、慈恩宗、始兴宗。再加上台宗、禅宗二宗，则有七宗。当时的佛教茶礼主要表现为禅宗茶礼。有《敕脩百丈清规》、《禅苑清规》两种规范的区别。《敕脩百丈清规》规范的茶礼为：后任主持起义时举行尊茶、上茶和会茶仪式 寮元负责众寮的茶汤，水头负责烧开水 吃食法中记有吃茶法；4 月 13 日摆严会上茶汤，四节秉拂中有献茶，记有吃茶时的敲钟，点茶时的扩版和茶鼓的打鼓法。《禅苑清规》中有关茶礼的规范有赴茶汤、茶会邀请书，为知事和头首的点茶、感谢请喝茶等。

高丽时期，朝鲜的儒教也开始举行茶礼。高丽忠肃王时代，宋朝朱熹的文公家礼传到朝鲜，郑梦周、赵浚、李崇仁等力劝国王采用。后来，儒教中亦按朱子家礼举行婚、丧、祭茶礼。

根据《李朝实录》太宗十七年五月出现‘茶房’一词，又燕山君十二年（公元 1505 年）十二月为造‘茶亭’而供给油料，世宗十五年（公元 1433 年）十二月禁止茶礼中用饭菜等诸多记载可以推断，到了李朝时代，茶礼的形式已基本固定下来，有举办场所茶亭，有供应饭饮个饮菜等，这与日本茶道有相似之处。茶礼发展到近代，整个过程包括迎客、环境、茶室陈设、书画、茶具造型与排列、投茶、注茶、茶点、吃茶等。

点击查看茶叶产品排行榜

现在，茶礼被定义为“阴历的每月初一、十五、节日和祖先生日在白天举行的简单祭礼”，或指像昼茶小盘果、夜茶小盘果一样来摆茶的活动。也有些专家将它定义为“贡人、贡神、贡佛的礼仪”。如今，韩国的茶礼在继承了传统的茶礼活动基础之上，又有所弘扬，茶礼活动主要在民间各群众团体间展开，提倡以“和、敬、俭、真”为茶礼的基本精神。“和”要求人们必须具备善良的心，互相尊敬、互相帮助；“敬”是要有正确的礼仪；“俭”是指俭朴的生活；“真”是要有真诚的心意。（罗庆芳主编《中国茶典》）。以此为依据，对茶礼的全部程序有严格的规范，力图使人们逐渐形成规范有序高雅文明的生活准则。

亚洲其他国家茶饮

印度同中国一样，也是一个具有五千年灿烂文化的文明古国。对茶的利用，历史也很悠久，但是真正大规模地栽培茶树却是在英国殖民地建立之后才开始的。从 1780 年到 1872 年，英国专家先后在印度境内不同地点及尼泊尔境内发现了野生茶树。他们对当地的土壤、气候物种资源等进行了研究，结果表明印明存在着适合茶树生长的一系列生态环境。殖民主义者投入了大量资金从中国购买茶苗、茶籽，并从中国招募有种茶及茶叶加工技术的工人，将中国茶引种到印度。在这样的大力推动下，印度的茶树栽培业迅速发展起来。

但是印度生产的大量茶叶大都销往英国等欧洲国家。在印度本国开始种茶、制茶之前，印度人并不饮茶，

点击查看茶叶产品排行榜

在此之后,直到 19世纪 40 年代饮茶才逐渐为印度上流社会及城市居民所接受，但在非产茶区的普通农民还是不喝茶。虽然早在欧洲殖民者到达印度之前，印度人已经认识了茶，但是他们只把茶当作药——茶在 18 世纪初首次在印度古籍中出现就是在医籍中。

今天的印度社会，人们普遍喜爱喝茶。印度人通常把红茶、牛奶和糖放入锅或壶里，加水煮开后，滤掉茶叶，将剩下的浓似咖啡的茶汤倒入杯中饮用。这种甜茶已经成为他们日常生活、待客的必不可少的饮料。当然，印度人还有其他的饮法、信佛的印度人仿效西藏喇嘛诵经时饮的茶，将红茶与羊奶以各占二分之一的比例调和,煮开,再放人生姜片、茴香、肉桂、槟榔和肉豆蔻等，使茶香味更浓并更富营养价值。还有一种饮用方式奇特的“马萨拉茶”,以红茶加姜或小豆蔻冲泡而成。说它饮用方式奇特，是指这种茶要倒入盘子中用舌头舔饮，所以又叫舔茶。印度人的客来敬茶也很有特色。客人到访，主人会请客人坐在地上的席子上。客人的坐姿必须是男式盘腿而坐、女士双膝相并着屈膝而坐。主人给客人捧上一杯甜茶，摆上水果、甜食等茶点。主人第一次敬茶时，客人不能立即伸手去接，而要先礼貌地表示感谢和推辞。主人再敬，客人才能以双手接茶。

印度人的爱茶风气遍及全国。目前，印度的茶叶消费量已达每年 500 万吨，位居世界之首，印度不仅是茶叶出口大国，也是茶叶消费大国。这里献上一首印度人写的小诗，从中可以看出茶在印度人生活中的地位：

点击查看茶叶产品排行榜

英国人走了留下一杯茶，
印度人爱上了茶文化，
迎宾盛宴缺少茶，
人家笑你木脑瓜，
看见官员敬香茶，
大笔一挥就‘啊恰”。

与印度毗邻的巴基斯坦，居民中 95% 以上都信仰伊斯兰教。人们普遍饮茶，再加上巴基斯坦气候炎热，终年少雨；人们长期食用牛肉、羊肉、乳类等油脂含量大的食物，茶这种解渴消暑、提神生津，消食除腻的饮料对他们是再合适不过的了。

巴基斯坦人的饮茶贯穿于人们每一天的生活当中。主妇们每天起床第一件事就是为全家人烹煮红茶，待他们起床后饮用。然后吃早餐时，食物中又有茶。中餐和晚餐中也有茶。说巴基斯坦人“一日三茶”是有过之而无不及。家庭中饮茶如此，出门后上班，有的大型企业派专人为职员煮红茶；所有的饭店、冷饮店几乎都有茶水供应；还可在露地茶摊上投钱取饮。

巴基斯坦的饮茶方法受统治殖民地国英国的影响，饮用红茶，而且加奶和糖。一般将红茶放入水壶中烹煮后，用过滤器过滤掉茶叶，在茶汤中加牛奶和白糖再饮。在巴基斯坦西北部，人们喜饮绿茶。到了冬天，有些习惯饮用红茶的地区也会改饮绿茶，这是因为巴基斯坦人民认为绿茶偏温、红茶偏凉，正好与我国的看法相反。他们饮用绿茶的方法与红茶相似，也要加奶或糖饮用。

点击查看茶叶产品排行榜

巴基斯坦全国的茶叶消费量巨大，平均每人每年要消费 1.5斤以上,有些老人甚至每月要喝 1 斤茶。

在新加坡和马来西亚可以品到一种肉骨茶，即用茶、排骨肉,配以中药材、盐、胡椒和味精在锅中炆煲而成饮食。这种茶是中国华侨在 19 世纪初从中国带来的，在中国已不多见，但在新加坡和马来西亚则大行其道

新加坡和马来西亚夏季温高暑重，人们出汗多，体力消耗大，肉骨茶中的茶叶和中药使之具有抗寒、抗热，恢复疲劳的作用。一般肉骨茶中的茶是中国的名茶铁观音、白毛猴等,中药材则包括丁香、八角、熟地、党参、北芪、百合、淮山、当归、川芎、枸杞、果友、罗汉果、甘蔗、蒜头、胡椒粒等，这些都是营养丰富、补气补血的良药。

如今,在新、马的大排档、专卖店中都能品到收费低廉、风味地道的肉骨茶。如果想在家中自行烹饪，在新、马的超级市场里可以买到配好的袋装肉骨茶料。再加入一斤排骨或牛肉、鸡肉炆煲二三个小时后，加盐即可食用。

在新加坡、马来西亚的华人一般多饮无糖青茶。他们十分注重茶叶的香气，不在茶中加任何作料，将茶叶放小瓷壶中加热水冲泡再注入小杯中饮用。马来西亚还以拉茶来佐食薄饼和咖啡。拉茶实际为奶茶，配制好后将两个杯中的奶茶倒来倒去，白色的茶汤形似一条被拉长的粗线，产生泡沫。此外，马来西亚举行宴会时从不上酒，都是以茶和冷饮待客。

东南亚的泰国和缅甸两国由于受到我国南部和西

点击查看茶叶产品排行榜

南地区各族人民饮茶习惯的影响，很早就开始与茶有了接触。在当地有一种嚼茶，先把茶树的嫩叶蒸一下，再用盐腌。食用时撒上少量食盐或其他作料，直接放进入口中嚼食，有点像我国制腌菜的作法。泰国人爱喝冰茶，即使是热茶，也要加冰块入其中。缅甸的新婚夫妇有合饮一杯浸于油中的茶叶所泡成的饮料的习俗，是祝福姻缘美满的意思。

茶与阿拉伯人也结下了不解之缘，阿拉伯语中的“茶叶”(shai)就是汉语‘茶叶’的音译。阿拉伯人的饮茶历史可以追溯到公元5世纪时到中国经商的船只把中国的茶叶带回阿拉伯。以后的丝绸之路以及明朝航海家郑和的到访都进一步使茶传播到阿拉伯。在阿拉伯，提到中国，人们自然而然就会想起中国茶叶和中国瓷器。阿拉伯人常喝绿茶和红茶，以中国产为主。红茶也有斯里兰卡红茶和印度红茶，但是由于中国红茶质量好，只有在中国红茶脱销时，他们才退而其求次购买其他的红茶。

阿拉伯人喝又浓又甜的“糖茶”，将茶叶放入茶壶中,加糖,添水,煮饮。煮过一道的茶叶就要倒掉,不能再用。当地每个咖啡馆内都设有茶桌，抽屉中存放茶叶以及用来敲碎茶叶的槌子。不少阿拉伯国家的大城市的茶式建成摩尔室建筑，内部装修十分华丽，里面供应的茶叶和糕点质量一流。

伊拉克人只饮红茶。平日饮茶、客来敬茶以及工作场合款待客户都是用红茶。他们的饮茶方式也是煮饮：把适量茶叶放入茶壶，加水煮。另取杯子放入白糖，等

点击查看茶叶产品排行榜

到茶壶内茶汤颜色变成浓黑时，将茶叶滤去。将剩余的茶汤注入已有白糖的茶杯即可饮用。煮茶的方法有多种，而且有不同的名称。茶水煮开即可的称清茶；用文火慢慢煮成的称醇茶；用开水煮成的颜色浓黑、味道苦涩的茶称浓茶；在浓茶中加入一半开水的称为淡茶；加入大量白糖的浓茶称蜜茶；白糖加入较少的茶称香茶。伊拉克的有些地方，喝茶的方式非常新奇古怪：有的喝茶时先舔一口白糖,使嘴里已有甜味,再呷一口苦茶,如此重复，每喝一口茶都要先舔一下白糖；还有的并不预先舔一口糖,而是把糖放在面前,边喝苦茶边望着糖,心里想念着白糖的甜味,来冲淡口中的苦味,颇有点‘望梅止渴’的味道。

越南人喜爱热泡热饮，尤其以具有强烈刺激性的浓茶为上。他们不太注重茶叶的香味，也不饮甜茶。越南人门前常放一个盛茶的大茶壶，装满茶水供来往路人饮用。

蒙古人饮茶时先捻碎茶砖，再加水煮沸。茶汤开后,加入盐和脂肪制羹汤。还要经过过滤,去掉茶渣,再加入牛乳、奶油等搅拌均匀再饮用。

不丹人嗜饮酥油茶，将砖茶与黄奶和盐共用。饮茶时还要配备几样小吃，例如用炒熟的玉米、大米和奶油、蜂蜜、芝麻、砂糖等制作的炒米和糌粑,或其他用杂谷和豆类加工的小吃，盛装在一种称作“帮求”的小竹筐里。待客时,先端上酥油茶,宴席结束时端上‘多玛’。‘多玛’是把一种叫做‘金玛’的胡椒科爬蔓植物的叶子涂上石灰，然后用这种叶子包上槟榔果放在口中咀嚼。

点击查看茶叶产品排行榜

尼泊尔的原始居民尼瓦尔族人的生活中，除早晚两餐以外，午后两时至三时的牛奶红茶和茶点是不可少的。茶点的种类很丰富，既有饼干、曲奇等甜食，也有炒饭；“察巴提”（小麦粉烤制的小面饼）；“馍馍”（饺子）等咸味食品。

居住在尼泊尔北部高原上的具有藏族血统的夏尔巴族人是喇嘛教徒，他们的饮食生活中带有浓厚的藏族饮食文化的色彩，经常食用的食品有酥油茶、糌粑、干肉、干酪等。近年来，印度的饮食文化中的大米、“玛萨拉”（混合调味作料）、牛奶红茶等也被他们吸收。

二、异彩纷呈的欧洲

欧洲人认识中国茶是在公元16世纪左右，当时意大利人拉慕什（Ramusio）在他的《航海记集成》（Navigationiet Viagi）中的一段文字被认为是欧洲人著作中最早的有关茶叶的记载：“在中国，所到之处都在饮茶。空腹时喝上一两杯这样的茶水，能治疗热病、头痛、胃病、横腹关节痛。茶还是治疗痛风的灵药。饭吃得过饱，喝一点这种茶水，马上就会消积化食。”拉慕什访华期间正值明世宗在位，同一时期的葡萄牙传教士克鲁兹（Gaspar da Cruz）在《广州记述》中也写道：“在中国，高贵人家有客人来访时，都饮用茶这一种饮料。茶呈红色，有苦味，是一种作为药物的饮料。把茶放进碟子里，然后放到漂亮的筐篮上端出来。”

点击查看茶叶产品排行榜

明万历年间（公元 1582 年），意大利籍耶稣教会士利马窦来中国传教，足迹踏遍了大半个中国。晚年他将在中国的经历记录成文字,写成《利马窦中国札记》。此书一出，在欧洲大陆引起轰动，先后被译成多种文字出版。由于在欧洲的巨大影响，使书中对中国茶的介绍为更多的欧洲人所知，中国人的饮茶文化得以在欧洲大陆广为传播。利马窦介绍中国的饮茶风俗比拉慕什与克鲁兹要详细、具体得多,他在书中写道："有一种灌木,它的叶子可以煎成中国人、日本人和他们的邻人叫做茶(cia)的那种著名饮料。中国人饮用它为期不会很久，因为在他们的古书中没有表示这种特殊饮料的古字，而他们的书写符号都是很古老的。的确，也可能同样的植物会在我们自己的土地上发现。在这里，他们在春天采集这种叶子，放在阴凉处阴干，然后他们用干叶子调制饮料，供吃饭时饮用或朋友来访时待客。在这种场合，只要宾主在一起谈着话，就不停地献茶。这种饮料是要品啜而不要大饮,并且总是趁热喝,它的味道不很好,略带苦涩，但即使经常饮用也被认为是有益健康的。

这种灌木叶子分不同等级，按质量可卖一个或两个甚至三个金锭一磅。在日本，最好的可卖到十个甚至十二个金锭一磅。日本人用这种叶子调制饮料的方式与中国人略有不同。他们把它磨成粉末，然后放两三汤匙的粉末到一壶滚开的水里，喝这样冲出来的饮料。中国人则把干叶子放入一壶滚水，当叶子里的精华被泡出来后,就把叶子滤出,喝剩下的水。"

然而，欧洲人对茶叶的了解仅仅从几位访华的旅行

点击查看茶叶产品排行榜

家的著作中得来，这种产于遥远异国的神奇的饮料对他们来说犹如水中的月亮一样可望而不可即。直到荷兰人将茶叶运到欧洲才使中国茶真正走进了欧洲大陆。

荷兰茶饮

荷兰在 16 世纪已是一个海上强国,被誉为“海上马车夫”。当时的荷兰造船业居世界首位，所拥有的商船吨数占欧洲总数的四分之三。 1595 年，荷兰的远航商船绕过好望角到达印度，次年到达爪哇，并在那里建立东方产品转运中心。1601 年，荷兰商船首次来到中国，中国的茶叶、瓷器等物品由荷兰商船转运到西欧诸国，从而引发了中国茶叶风靡整个欧洲之势。应该说，在欧洲诸国中是荷兰人开饮茶风气之先的。荷兰商船在中国福建港登陆，在此进行茶叶贸易。受福建方言影响，荷兰人称茶为“thee”，后来茶叶在欧洲传播，这一名称也被从荷兰获取茶叶的其他欧洲国家接受，法国人称茶为“the”，英国人称茶为“tea”，意大利人亦称茶为“te”。而葡萄牙在广州进行茶叶贸易，所以他们按广东方言将茶叶称作“cha”。

在荷兰,茶叶最初仅在上流社会风行,价格昂贵,只在药房销售。直到 1675 年，普通的食品店才开始销售茶叶，茶叶得以在老百姓中普及。当时的有钱人在自己家中专设茶室，一些妇女则创办了饮茶俱乐部或以啤酒屋作为举办茶会的场所。妇女们热衷饮茶聚会，甚至使她们忽略了自己家庭主妇的职责，以至男人们怒气冲冲地上酒店寻求慰藉，从而“导致了无数家庭的破裂。”

点击查看茶叶产品排行榜

1701 年上滨的《沉湎于饮茶的夫人们》就是讽刺此类现象的喜剧之一。

1625 年到 1657 年间，整个荷兰掀起的一场饮茶大辩论正是由此而引发的。这场辩论甚至波及到法国。(法国国王)路易十四的御医梅里(lemery)是饮茶的拥护者，因为他曾用茶叶治愈了路易的头痛。而法国大主教马萨琳(Cardinal Mazarin)也用茶治好了痛风病。医学界人士 M·克雷西在研究了茶叶对痛风病的疗效后，写出了一篇用四小时才能叙述完的洋洋洒洒的长篇论文，论述了茶叶的积极功效。在事实与权威面前，各种对茶叶的非议逐渐销声匿迹，这场大辩论以茶叶的胜利而告终 。

荷兰人最初从中国传入的是绿茶，到 18世纪中叶红茶走进了荷兰并席卷了荷兰市场。从此，荷兰人普遍饮用红茶。与茶同时传入荷兰的还有中国的精致茶杯、茶壶等茶具。一般来说，荷兰人午后才开始饮茶。如果客人在午后 2 时到访，就会受到主人用茶接待的礼遇。相互寒暄后，主人从镶银的小瓷茶盒中取出各种茶叶，放入小瓷茶壶中冲泡。每个小瓷茶壶中都配有银制的滤器。茶冲泡好后，主人请客人任意挑选自己爱喝的茶，为其倒入小杯中。如客人喜欢调饮，则另用较大杯盛少量茶以便客人自行调配。荷兰人饮茶通常会加糖消苦除涩，后来又时兴加奶油。饮茶时必须发出咂咂的响声，以示对茶的赞赏。谈话的内容也仅限于茶饮以及茶点。

午后茶是荷兰人家居习惯，一直沿袭至今。主妇们

点击查看茶叶产品排行榜

通常用初开的沸水泡茶，冲泡 3 到 6 分钟后，将茶壶放在茶套内保温,饮用时再加作料,随时可饮用。现在,饮茶已是荷兰人生活中不可缺少的内容，有些普通家庭甚至打破了午后饮茶的习惯，在早餐时也以茶为饮料。快餐饮茶也不少见。

英国茶饮

英国人是世界上最爱喝茶的民族，平均每个英国人每天至少要喝 3 杯半的茶，全国每天要喝近 2 亿杯的茶，英国人是何时开始饮茶的呢？目前尚无定论。但是自荷兰人转运茶叶以来，茶叶即通过荷兰传入了英国。1644 年，英国商人在中国福建厦门设立了采购茶叶的商务机构，拉开了中英直接进行茶叶贸易的序幕。托马斯·卡洛韦（Thomas Garraway）被认为是英国最早的茶商,他于 1657 年创办了伦敦最大的卡洛韦茶叶公司，下设卡洛韦咖啡馆以及与“英兰银行”相邻的“大卫之友”咖啡馆（Jonathan coffee house），为顾客提供茶饮并出售茶叶。茶叶的价格极其昂贵，一磅茶叶可卖至 6～10 英镑,一般顾客都是上层人士。卡洛韦和‘大卫之友’这两处咖啡馆都是当时著名文人阿迪孙、斯威夫特等人喜欢聚集饮茶、作诗的地方，因此非常有名，后来成为商人、贵族们社交的场所，可以说是一个信息交流中心。这些英国社会的上层人士花几个便士在咖啡馆内买上一杯咖啡或茶等其他饮料，一边喝一边谈话聊天。在这种咖啡馆文化的氛围中英国的报刊业、依笔墨为生的文人等英国早期的知识界的某种东西应运而生了，其中也包括

点击查看茶叶产品排行榜

了茶叶。咖啡馆内卖的茶最初是用来预防和治疗疾病的。卡洛韦咖啡馆于 1660 年所做的宣传茶的广告是这么写的："在以历史悠久、聪慧杰出而著称的各国国民之间，常常用两倍于茶之重量的银交换茶。用茶制作的饮料颇受赞誉，到这些东洋诸国去旅行的各国知识分子曾对茶的性质进行过调查。利用各种方法进行严密检查的结果，是饮茶完全有利于健康，并能长寿得使人吃惊。知识分子们劝人们饮茶。"广告还列举了 14 种茶能医治的疾病如头痛、不眠、胆石、倦怠、胃弱、食欲不振、健忘症、坏血症、肺炎、痢疾、感冒等。

比这则广告早两年在伦敦《政治公报》周刊（《Mercurius Politicus》）上 1658 年 9 月 23 日也刊登了一条茶广告："中国的茶，是一切医士们推荐赞赏的优良饮料，在伦敦皇家交易所附近的斯威汀·兰茨街'苏丹王妃'咖啡馆（Sultaness Head Coffee house）内有货出售。"这两则广告说明中国茶叶是作为保健饮料的形式在伦敦市场上出现的。而当时的英国人对东方的茶叶仍感到十分神秘，对茶叶的认识很缺乏，敢于购买的人寥寥无几。

1675 年，英王查尔斯二世以咖啡馆变成暴动分子聚集的场所为由，宣布禁止任何人开咖啡馆或在家贩卖茶、咖啡、巧克力等。这项法令由于受到民众反对而从未执行。具有讽刺意义的是查尔斯二世立法禁茶，而他的皇后，葡萄牙公主凯瑟琳却带着好几箱茶叶作为嫁妆来到英国。婚后，凯瑟琳更是将葡国皇室的饮茶与茶会习俗带到了英国皇室家庭生活中来，饮茶成了宫廷生活的一部分。在爱喝茶的凯瑟琳的影响下，茶取代了以前

点击查看茶叶产品排行榜

宫廷中普遍饮用的各类酒精饮料而流行起来。皇后的爱茶广为人知。在她生日时，宫廷诗人爱德孟德·伍拉献上了一首称颂茶的诗，写道："维纳斯身裹的爱神木，阿波罗顶上的月桂树，他们都难与茶相媲美，女王请让我们看看茶。"

万丹印度公司也因皇后的嗜茶而开始贩运茶叶。据说1664年他们向皇后献上装在银盒里的肉桂油和优质茶作为贡品，结果大受欢迎，此后茶便被列入了贡品单。应皇后之爱好，上层社会的女性也纷纷仿效。茶在民间逐渐由咖啡馆进入家庭之中。伦敦的食品杂货店也开始售茶，然而茶的价格依然昂贵，对上层社会来说也是奢侈品。原因不仅在于茶本是从遥远的东方运来的舶来品，还有一个原因是查尔斯二世对茶课以每加仑8便士的重税。

1685年查尔斯去世，在经历了不流血的革命即"光荣革命"之后，英国王位由威廉三世和玛丽二世继承。同前任皇后凯瑟琳一样，新女王玛丽从荷兰带来了茶以及精巧的瓷茶具等，也将荷兰式的茶会带到了英国。1702年玛丽的妹妹安妮继承王位成为安妮女王，饮茶得到她的推崇，家庭茶会更成为王公贵族阶层最时髦的社交礼仪。贵族家庭一般都有饮茶用的圆茶几，中国产的瓷茶具也是成套的，有水壶、茶壶、茶碗、糖罐、奶壶等这些都是富有和地位的象征。

女王安妮首先在早餐时以茶取代麦酒的举动进一步使饮茶成为英国的社会风习。18世纪初英国社会逐渐形成了以黄油面包和喝茶为早餐的习惯。1711年文

点击查看茶叶产品排行榜

艺评论家艾迪生说“：生活有规矩的家庭，每日早餐都是用一个小时的时间吃黄油面包、喝茶。”而且英国贵族在吃早餐前有在床上喝巧克力的习惯，不久之后茶又取代了巧克力，形成了英国特有的“早茶(early morning tea)”的新习惯。

18世纪中期开始，英国人已经达到一天要喝数次茶。1763年阿莱基桑达·卡莱尔博士在他的自传中描述最新流行的生活方式为“妇女们饮下午茶和咖啡。”19世纪维多利亚时代的用餐模式则为早晨用丰盛的早餐，午餐是不让佣人侍候的郊游式便餐，下午5点是吃蛋糕的下午茶时间，晚8点用晚餐，晚餐后在客厅喝茶。到了1840年以后，下午4点下午茶的习惯在中产阶级中也流行开来。

与荷兰一样，茶在传入英国的过程中也遇到过阻力。18世纪中期，茶从原来的英国上层社会的饮料逐渐扩大到农民、工匠、佣人、贫民的生活当中成为大众化饮料。同时原来就存在的一些对茶的非议上升。这一时期，全国上下关于茶的争论达到了高潮。1748年，著名宗教改革家惠斯利与友人论茶书长达16页，攻击饮茶，并从此戒饮茶12年之久，后经医生劝告复饮。1756年，伦敦著名商人汉威(Jonas Hanwan)发表《论茶》，其中写道“：茶危及健康，妨害实业，并使国家贫弱。茶为神经衰弱、坏血病及齿病之源。”

针对这些不实之词，英国各界有识之士纷纷奋起驳斥。英国的约翰逊博士挺身而出，在1757年的《文学杂志》上发表文章描写自己的饮茶癖：“20年来，晚间以茶

点击查看茶叶产品排行榜

自乐,夜半以茶慰安,早晨以茶醒睡。”他每天要喝 20 至 40 杯茶，把茶看成是“思考和谈话的润滑剂”。约翰逊以自己的切身体会有力地回击了反茶论者。1790 年，英国文学家迪斯拉利所作《文学之珍异》引用爱丁堡评论就更为直白了“:茶颇似真理的发现,始则被怀疑,流行浸广,则被抵拒。及传播渐广,则被诋毁,最后乃获胜利，使全国自宫廷以迄草庐皆得心畅神怡，此不过由于时间及其自身德性之缓而不抗之力而已。”昆斯（公元 1785—1859 年）则著文说：“茶为感应性粗笨之人所嘲弄,若辈或因天性如此,或因饮酒而致此,对于如此精妙的兴奋品，不能感得其影响，然而茶终将成为知识分子所永远爱好的饮料。”正如他所说，茶在普及的过程中，由于其有利于人民健康的作用，而深得英国人民的喜爱，与英国人结下了不解之缘。

东印度公司的贸易统计数字表明，从 18 世纪初开始，东印度公司从中国进口茶叶量急剧增加。1760 年，茶叶为商品总进口额的 40%左右,约 620 万磅。18 世纪中期，英国同其他欧洲各国相比，茶叶的消费总约为其他诸国消费总量的 3 倍。总之，18 世纪中期的英国，茶已成为大众化饮料。

需要指出的是，最早输入英国的茶并不像大家现在所看到的一样是以红茶为主的，实际上，根据 1702 年东印度公司的收购订单来看，当时绿茶的进口额占 80%多,而红茶不到 20%。后来红茶的进口量急剧增加，到 18 世纪中期，这个比例就颠倒过来，红茶成为英国人的首选。至于英国人转而倾向喝红茶的原因，据说是因为

点击查看茶叶产品排行榜

绿茶容易搀假，购买者常常上当，就干脆改喝不易搀假的红茶了。还有一说是绿茶不易保存，从遥远的东方国家运到英国的途中易产生霉变，有的即使没有霉变，经过长途跋涉之后，色、香、味也已大打折扣。相比之下，半发酵的红茶不仅不易霉变，而且长时间存放也不会改变其品质，所以红茶最终取代了绿茶在英国的地位。

早期英国人进口的红茶就有白毫、小种、工夫、武夷茶等几个品种，其中以微带蔷薇花香的武夷茶为英国人的最爱。由于产自福建武夷山，所以英国人称其 Bohea。

谈到红茶，我们还要提一提英国最著名的红茶品牌——“格雷伯爵”茶。顾名思义，这种茶的发明人就是格雷伯爵（Earl Grey）。格雷伯爵 1905 至 1906 年任英国外交大臣，有一次格雷出访中国时从中国获得了一种佛手柑油配制茶叶的古方。回国后，他把这个方子传授给了杰克逊制茶公司。该公司如法炮制，成功地制出了口味独特的香茶，并命名为格雷伯爵。这种香茶是在红茶上喷洒佛手柑油这类香精制成的，深受广大英国人喜爱，畅销不衰。后来其他的英国公司也推出了各自的格雷伯爵茶，口味各有差别。到现在，格雷伯爵这种以中国的古方秘制而成的茶已成为英国最受欢迎的品牌了。

如今，英国的下午茶已和白金汉宫一样闻名于世了。每天下午 4 时左右，无论多忙，英国人都要放下手头的工作，坐到茶室中小憩一会儿，一边喝茶，一边吃些三明治之类的点心或谈话聊天，交换信息。下午茶有固定时间，并不意味着英国人喝茶的时间仅限于下午。很多英国人习惯早晨起床空腹喝一杯（Early morning tea）

点击查看茶叶产品排行榜

以提神醒脑，早餐时再配以加奶的红茶。上午 11 点左右，还要以红茶佐茶点，叫做“Eleven’s”,而中午 1 时左右的午餐中奶茶又是必不可少的，再加上下午的午时茶以及晚饭后的饮茶，这些都已成为英国人日常习俗。就连旅馆的旅客和医院的病人，早晨醒来时也都能获得一杯茶。管道工或其他修理工上门干活，到了喝茶时间，主人也得请喝茶，否则他们会自己放下手里的工作，到附近的茶馆喝茶。英国的大小公司机关、企业都为员工准备了电茶壶、茶杯、茶叶和牛奶。一般都设有饮茶室，没有饮茶室的也大多雇有专门的烧茶工，专事烧开水泡茶，再用小推车将茶水送到每一位员工手中。

20 世纪初，丘吉尔担任自由党商务大臣时，曾把准许职工享有工间饮茶的权利作为社会改革的内容之一。这个传统沿袭至今，各行各业的人每天上下午都享有法定的各 15 分钟的饮茶时间。

自 1864 年第一家茶馆在英国出现后，茶馆在英国大行其道,到现在遍及英国的都市、乡村,不分日夜,随时可供饮茶。茶馆的由来始于一家面包公司的女主管，她说服老板让她开一家茶馆，提供茶和点心。茶馆刚出现，成为单身女子惟一能公开会晤朋友，而不损及名誉的场所。在此之前可以饮茶的咖啡馆专供男子进出，单身女子不得入内，因此茶馆的出现使饮茶得以在民间女子中普及。

在英国，人们爱喝掺有牛奶的茶和什锦茶。泡奶茶要先往杯中倒入牛奶,然后再倒茶,顺序不能颠倒,如果要加糖则最后放糖。假如先倒茶再放牛奶就会被认为

点击查看茶叶产品排行榜

没有教养。什锦茶则将几种不同的茶叶混合冲泡，喜欢的还可加入桔子、玫瑰等作料。英国人认为，这样混合饮用会使原来易伤胃的茶碱减少，更能发挥茶的保健作用。英国人泡茶用的茶具一般为瓷制，富有家庭也用银制茶壶泡茶。家庭中习惯一家人坐在饭桌旁一起喝茶，这时倒茶的通常是母亲。如果到英国人家中作客，如果不是饮茶时间，主人不会用茶招待。初次来访的客人，主人也不会待之以茶。在英国人家喝茶，一般由女主人倒茶,如果客人喝完还想再喝,千万不能自己倒茶,这样被认为是没有教养的举动，而应请女主人替你倒茶。随着现代工业文明的发展，人们生活节奏的加快，袋泡茶、茶饮料等方便、快捷的茶饮成为英国人生活中的新内容。

俄罗斯茶饮

横跨欧亚的另一个茶叶消费大国俄罗斯同时也是一个产茶大国。自 1883 年俄国开始种植茶树以来，在中国茶叶专家的帮助下，其茶树种植业迅速发展，至今，俄罗斯茶树种植已颇具规模，茶叶生产总量位居世界第五。俄罗斯的茶区主要分布在中亚、外高加索以南的亚热带地区。该地区由于外高加索山脉横亘东西，挡住北部寒流,又有黑海,里海两大内海潮湿的空气汇集,冬季温暖，夏季多雨，形成了有利于茶树生长的自然条件。俄罗斯茶叶产量近年来几乎增加了原来的 2 倍,但仍不能满足国内对茶叶的需求量，每年还要进口大量茶叶。如此一个茶叶消费大国是什么时候开始饮茶的呢？

点击查看茶叶产品排行榜

俄罗斯对茶叶的最早记载始于 1567 年旅居中国的俄国人彼得罗夫和历山大向本国介绍报道茶树的新闻。彼得罗夫和亚历山大在旅居中国期间，对前所未闻、前所未见的中国茶叶产生了浓厚兴趣，他们学习饮茶，记述中国的茶事见闻，摘抄关于茶叶生产经验的书籍，再向本国的读者介绍。这些举措使俄罗斯人很早就认识了中国茶叶，但是俄罗斯人真正接触茶叶是一个世纪之后的事情。1663 年俄罗斯驻外大使瓦西里·斯达尔高夫用以货易货的方式从一位蒙古可汗处换得了 64 公斤中国茶，运回国内后，大受宫廷和上层贵族们的欢迎。从 17 世纪 70 年代起，茶叶就出现在莫斯科的商场店铺里了。但是当时茶叶的消费群体仅限于都市里的莫斯科人,这种状况一直持续到 18 世纪末,到 19 世纪,茶叶就风靡了整个俄罗斯帝国。

俄罗斯的饮茶风俗中以最具俄罗斯风格的“沙玛瓦特”茶炊为典型。茶炊实际上就是喝茶用的热水壶。俄式茶炊的内下部安装有小炭炉，炉上为一中空的筒状容器，加水后可加盖。炭火在加热容器内水的同时，还可烤热安置在顶端中央的茶壶。茶饮的外下方安有小水龙头，取用沸水极为方便。水开后，把茶壶从茶炊上取下，由于事先茶叶已放入其中，就可直接注入沸水泡茶了。茶炊的形状变化多端，有圆形、筒形，还有奖杯状的，但一般都装有把手、龙头和支脚。制作材料以铜、银、铁等各种金属原料为多，也有陶瓷和耐热玻璃制成的，不过很少见。有些用金银、铜等贵重金属制成的茶炊，工艺十分精巧，还可作为装饰工艺品陈设在室内。

点击查看茶叶产品排行榜

后来又出现了暖水瓶似的保温茶炊，内部分为三格，第一格盛茶，第二格盛汤，第三格盛粥。现在俄罗斯市场销售的电茶炊除在外观上与真正的“沙玛瓦特”相似之外，其内部结构已经大相径庭了。

俄罗斯人使用的茶具，除瓷茶杯外还多了一样茶碟。因为他们喜欢将茶从杯中倒入茶碟中饮用。茶碟的形状如浅底小平碗或圆盒。玻璃茶杯的使用也很常见。

俄罗斯人的日常生活中每天都离不开茶。他们早餐时以茶佐点心，午餐后饮用加柠檬和糖的茶。节假日就更不用说了，饮茶即休闲的一部分。

俄罗斯人还爱举办各种形式的茶会以充实社交活动。最初的茶会通常在亲朋好友中举行。著名诗人普希金还在《假如我没有记错》一诗中描述了休闲自在的乡村茶会：

假如我没有记错，
纸牌已打完八副，
牌兴正稍有低落，
是时候了，上一道茶吧。
我们明白这乡间的风俗，
离不开一日数餐，高明啊——
一座精妙的时钟，
早就运转在我们的身躯，
它就是我们的肠胃。
每当日暮临近，

点击查看茶叶产品排行榜

仆人会端来茶炊，
那只中国茶壶内，
茶叶已放在里边。
伏特加也会来大加恩惠，
斟满了杯盏，供人消遣，
恍惚中那小厮又——
奉上了随意茶点。

但是后来茶会逐渐成为高官显贵们笼络下属的场合，失去了无拘无束的田园气氛，而平添了一些浮华做作的礼仪。时值今日，这种附庸风雅的茶会已不复存在,但‘客来敬茶’的习惯却保留了下来,客人来访,主人往往以茶待客，还要端上各式点心，显示了热情好客的俄罗斯民族特性。

俄罗斯幅员辽阔，民族众多，饮茶风格也各有特点。格鲁吉亚式饮茶是最接近西欧的方式。其要点在于先将茶壶放置在火炉上干烤预热，当温度达到 100～120 摄氏度时，按每杯一匙半左右的用量将茶叶（一般为散茶,不用紧压茶)投入壶中,随后倒入开水冲泡。由于茶壶已被烤得滚烫，只要泡上二至三分钟即可。如果茶壶预热的温度掌握和冲泡手法得当，在倒水冲茶时会产生劈啪的爆裂声，很像中国白族的雷响茶。这种茶属清饮法,茶香幽郁,若是新茶,香味更浓。

还有一种最古老的蒙古式的饮茶法，流行于西南伏尔加河、顿河流域，东到与蒙古接壤的亚洲地区。首先将紧压绿茶碾细,每升水加入一至三匙茶末,加热,水开

点击查看茶叶产品排行榜

后再加入四分之一升牛奶、羊奶或骆驼奶，动物油一调匙，油炒面粉 50～100 克，最后加入半杯大米或优质小麦。可根据口味自行加入适量食盐，煮 15 分钟即可。这种饮茶方法是调饮法，颇似我国藏族同胞的饮茶习惯。

俄罗斯的卡尔梅克族居住在伏尔加河下游的卡尔梅克自治共和国，也有部分在西西伯利亚、中亚等地。他们的饮茶法也属调饮法，但通常不用紧压茶而用散茶。先把水煮开，再倒进茶叶（每升水倒茶叶量为 50 克），分两次加入大量动物奶，搅拌均匀。煮沸后，用细孔滤器滤出茶渣后才可饮用。

法国茶饮

随着中国茶传入荷兰再转销法国，法国人也接触到茶。1636 年时饮茶风气已在法国巴黎普及。但是直到本世纪初，普通法国人还是很少饮茶，他们只饮廉价的酒。饮茶者大多是富有的贵族以及有闲人士，还包括一些英、美、苏诸国的侨民。年轻人则视茶为老派人物的饮料，对茶不屑一顾。近年来，这种情况有所改变，饮茶热正在法国兴起。

法国人也逐渐养成了喝午后茶的习惯。1900 年，尼亚尔（Neal）兄弟文具店内设置两个小茶桌，供应顾客茶和饼干。从此以后，午后茶成为巴黎人生活中不可缺少的一部分。法国人的泡茶方法与英国相似，通常在茶中加入牛奶、砂糖或柠檬等，另外再以各式的甜糕饼佐茶。午后茶一般在下午 4时半至 5 时半供应。

点击查看茶叶产品排行榜

法国人亦喜爱饮绿茶。清饮和调饮兼而有之。清饮法则与中国相似，调饮时加方糖或新鲜薄荷叶，使茶味甘甜清凉,香浓隽永。

现在，法国巴黎茶室之多，可同咖啡馆和饭店相比。而且许多快餐店专设茶水供应，出现了以茶代替可乐或牛奶的情况。

德国茶饮

德国人饮茶一般是在晚餐后，饮用茶味浓厚的高档红茶。德国人的饮茶方式与英国人不一样，一般用冷水煮沸后，先温壶，再按一杯茶一匙茶的比例将茶叶置于壶内，注入沸水冲泡三分钟，倒出茶汤于杯中，添加牛奶、白糖或柠檬饮用。英式的午后茶在德国流行不广，仅在有些地方的富有人家有此习惯。此外柏林、汉堡、慕尼黑等大都市的高级旅馆、咖啡馆或酒吧里会供应“英国式’茶饮。在东部地区的一些家庭中,还有用俄式铜茶壶泡茶的习惯。

中国的高级绿茶在德国也有一定的市场，饮用方法与中国相同。在德国，青年人喜欢根据自己的爱好随意调配茶水。近年来，出现了奶糖茶、香料茶、茉莉花茶、柠檬茶、甜茶、葡萄茶、橙子茶、苹果茶、樱桃茶和各式各样的香精茶等，很受年轻人的欢迎。所以说在德国饮茶不受拘束、十分自由。

波兰茶饮

位于东欧的波兰，国土面积 32 万平方公里,人口

点击查看茶叶产品排行榜

4000 万，年平均有效积温只有摄氏 900 度，是个不适宜茶树生长的国家。然而就是这个不长茶树的国家，每年人均茶叶消费量却达到了一公斤，全国每年的茶叶消费量约 4 万吨，在欧洲仅次于英国。当然他们的茶叶全部依靠进口。

波兰人开始饮茶始于 18 世纪初，比荷兰、俄罗斯等国晚了一个多世纪。但是饮茶在波兰的普及速度是任何一个国家不可比拟的。 W·科汉诺夫斯基、I·克拉希茨基、K·克卢克等 18 世纪波兰几位著名诗人的作品中曾多次提到茶。1938 年波兰茶叶的年进口量已达 1777 吨，1962 年进口量增加到 4064 吨，茶与波兰人的生活已密不可分了。如今客人来访，敬茶或敬咖啡是波兰家庭中正常而又普遍的现象。

波兰人如此喜欢饮茶的一个很重要的原因与他们的饮食结构有关。在波兰人的膳食结构中，肉食品的比重较高。据波兰官方统计，每个波兰人，不论男女老幼，几乎每天都要吃半斤肉。除此之外还有高热量的黄油、奶油和面包。他们很少吃蔬菜，就算吃也无非是一些生菜、洋白菜和土豆泥。波兰的冬季持续时间长，天气又冷又潮，波兰人爱喝酒性浓烈的伏特加来御寒，助消化。伏特加在波兰消费量之大，人均每年消费量达 7.3 公斤。因此波兰人需要一种既能帮助消化肉类食品又能稀释血液中的酒精含量的特殊饮料。茶和咖啡都具有这种功效，但是相较于茶来说，咖啡的价格高，最终，物美价廉的茶成为波兰人的首选。波兰人的饮茶习惯也就慢慢形成了。

点击查看茶叶产品排行榜

到波兰人家中作客,一坐定,主人首先就问 喝茶还是咖啡 ?这时,如果你回答‘ 随便 ”,会使主人为难,所以应当明确告知主人你的选择。波兰人在宾客上门时，一般是临时烧开水。开水煮开后冲进玻璃杯，不加盖，杯底有一个小托盘，旁边放着一包袋泡茶。波兰人习惯喝红茶，而且必须加糖。所以主人敬茶时，茶与糖罐一并放入盘中端给客人。主人用托盘把盛有开水的茶杯、袋泡茶、糖罐放在客人面前后,由客人自己动手,把袋泡茶拆开,提着小绳子放入杯中浸泡片刻,待茶汁浸出,取出放回托盘中。然后加入几勺白糖或方糖搅拌均匀就可自行饮用了。有些家庭，主人也许还会询问你是否需要柠檬片，客人可根据个人的喜好决定。可将柠檬汁挤入茶水中，也可直接把柠檬片放入茶杯中泡饮。若主人提供的是散茶，冲泡方法则与我国相同——先放茶叶再冲入开水。波兰人饮茶，一般只泡一次，殊不知第二次开水冲泡的茶，色香味才最佳。因此在波兰人家中作客，不管谈话时间多长，逗留多久，主人不会再给客人倒第二杯茶。如客人还想再喝一杯，只有自己主动提出。这样，主人又得去忙着烧开水，另取茶再泡一杯。

土耳其茶饮

土耳其也是一个豪饮之国，土耳其人一大早起床先要喝一壶茶,再刷牙、洗脸、吃早饭。在土耳其,到处可以看到茶馆，茶馆的服务员手托托盘，托盘上盛着一杯杯滚烫的茶,来回穿梭,为顾客们送茶。不仅如此,他们还要为附近的店铺送茶，在茶馆外面只需吹个口哨打个

点击查看茶叶产品排行榜

手势，菜馆的服务员就领会了意思，迅速地端出茶来。学校、机关、企业和公司里，都有专人负责煮茶、卖茶、送茶。可以说，茶在土耳其人的生活中是无处不在的。

土耳其人使用一大一小两个茶壶煮茶。大的茶壶盛满水放在火炉上，小的茶壶装上茶叶放在大茶壶上面。等大茶壶里的水煮开后，将开水冲入小茶壶中，再煮上片刻。最后将小茶壶里的茶汁，根据各人对茶汤浓淡的需求，不等量地倒入小玻璃杯中，然后再将大茶壶中的开水冲入，加上适量白糖搅拌几下就可饮用了。

土耳其人喝红茶，但他们从不讲究茶叶的品种，去商店买茶也不问是什么茶，只要是茶叶就买。他们更注重煮茶的技术。煮土耳其茶只要功夫到家，煮出来的茶，色泽透明，香味扑鼻，甘甜可口。否则，茶汤颜色黑暗，香味不纯。

欧洲其他国家茶饮

谈到喝茶，最有特色的当属欧洲极北部的普兰人了。普兰人喝的是合碗茶，茶汤熬好后，不是每个人一碗或一杯，而是众人合饮一大碗。普兰人喜欢聚在一起饮茶聊天，大家围坐在一张大桌旁，一大碗茶依照由老及少的次序传递下去，每人接碗后捧着喝上一口又传给下一个人。就这样边谈天边饮茶，一碗喝完又斟满，直到聊兴尽，茶喝足为止。普兰人这种古老的饮茶习俗世代相传，至今仍是他们生活中的一项重要内容。

比利时、卢森堡人习惯饮高档红茶，多为袋泡茶，近年来也饮草药茶和香味茶，如玫瑰茶、薄荷茶、茉莉花茶

点击查看茶叶产品排行榜

和小种红茶。

三、各居胜境拉美非

与世界其他国家一样，美洲、非洲一些国家的饮茶也是从中国传入并发展起来的。从此，中国茶在地球的另一端生根开花，为世界饮茶文化增添了一道亮彩。

美国茶饮

美洲国家饮茶以美国为最早，消费量也较大。1784年，美国“中国皇后号”商船首次抵达中国就运回了茶叶。19世纪的时候，美国人有晚餐以茶为主的习惯，茶叶的消费量不小。1897年最高峰达到平均每人1.5磅。后来，城市居民的生活习惯逐渐改变，晚餐被午餐所取代，饮茶也改为饮用咖啡，茶叶的消费量就大大减少了。

美国人一般早餐不饮茶。午餐时饮茶，佐以烘脆的面包和家庭自制的果酱。20世纪20年代，由于跳舞热方兴未艾，午后茶这一旧时的习俗也随之复兴，饮茶风俗得以普及。城市中茶室如雨后春笋般出现。高级旅馆的餐厅供应午后茶，茶饮种类增多，除红茶外，还有绿茶和乌龙茶，佐以糖、乳酪和柠檬饮用。许多商业部门、工厂车间甚至火车的餐厅中都有午后茶供应。

在美国，不同民族不同地区的饮茶习惯都有不同。有些地区饮茶很多，有些地区则较少，有些地区饮茶具有一定的季节性，如南部一些州市，冬季饮热茶，夏季则

点击查看茶叶产品排行榜

大量饮用冰茶。城镇街道上冰茶室到处可见。近年来，冰茶更是风靡全美,并登上大雅之堂,食谱上正式列入热茶与冰茶两种饮料。

说到美国流行的冰茶，最初发明者却不是美国人，而是英国人。据说，1904 年一个英国商人在美国圣路易斯世界博览会上展示茶叶。当时正值酷暑季节，参观的顾客们汗流浃背，口干舌燥，这名英国人看到这种情景,灵机一动,将所带的茶叶冲泡后再加入冰块,使热茶迅速冷却。他将这种冰凉饮料提供给在场的客人们喝，竟大受欢迎。加冰饮茶法因此而传播开来，被美国大众接受，成为美国人的主要饮茶方式。

冰茶的调制方法是：将泡好的红茶茶汁倒入已放入冰块的玻璃杯中，再加入适量的蜂蜜和一二片新鲜的柠檬，一杯冰凉爽口的冰茶就泡好了。

冰茶之所以在美国能大行其道就在于这种快速方便的茶饮适应了美国人现代化生活的快节奏。传统的饮茶方法得到改变，新的饮茶方式应运而生，如袋装冰茶、速溶茶、混合冰茶、袋泡茶等。

美国厂家将冰茶制成袋装或瓶装在市场上出售，被好方便的美国大众接受。现在大多数美国家庭习惯从市场上购回一大袋冰茶放入冰箱中慢慢饮用。此外，还出现了一种颇受年轻人欢迎的混合冰茶，即将冰茶与各种酒混合而成。

速溶茶是由雀巢公司首创的又一种可快速饮用的茶，它诞生在雀巢公司生产速溶咖啡的生产线上，所以称速溶茶。饮用方法也与速溶咖啡一样，只需舀一匙放

点击查看茶叶产品排行榜

入杯中，注入开水冲泡 3 至 5 分钟即可。当然也置于冰箱中或加冰块使其冷却后再饮。

美国人一般饮用袋泡茶，也是取其方便省事的特点，这正适合了美利坚的民族特性。更有甚者，美国人将冲泡好的茶水注入易拉罐中制成罐装茶水居然大受欢迎。

近年来,在美国也兴起了茶道热,据美国《亚洲华尔街日报》报道 在美国有些人做体操,有些人练瑜珈,也有些人练茶道。每星期好几个早晨，芝加哥的内科医生米勒大夫就会穿上和服以及白色的连袜便鞋，穿过家中花园，走进一个只用一束花和一幅立轴装饰的房间。在那里的一个凹入地下的炉子旁，他在一张草席上跪下来 ,花 40 分钟泡制一杯茶。

米勒大夫热衷于茶道，茶道如今就像 70 年代印度教的超脱静坐那样吸引着美国人。在旧金山，人们纷纷等待着上里千家基金会开设的分为 10 节课的茶道入门课程。该基金会是美国最大的茶道学校之一。在哥伦比亚大学,有 500 人观看了一位第 15 代茶道大师进行的茶道表演。在芝加哥，至少有六七位茶道传授者每天都在讲授茶道课。许多美国人是在赴日本旅行期间学习插花和陶瓷制造等与茶道有关的日本艺术之时学到茶道技艺的。还有一些人则是被茶道之基础的禅宗哲学所吸引才学习茶道的。

在美国内布拉斯加州的梅里曼和佐治亚州的奥尔巴尼,都出现了中国式的茶馆,茶馆生意兴隆,顾客中有中国人、日本人、美国人以及其他亚洲国家的人。

点击查看茶叶产品排行榜

加拿大茶饮

加拿大是美洲国家中仅次于美国的饮茶大国，平均每年每人消费茶叶 4 磅。加拿大人主要喝红茶，绿茶只销往少数地区。加拿大人泡茶通常用陶制茶壶，以每匙两杯的比例放入茶叶，开水冲泡 5 至 8 分钟。泡好后，将茶汤滤进另一事先温热过的茶壶中，加入乳酪和糖调制好后就可饮用了。与美国人不同的是，加拿大人很少在茶汤中加柠檬，他们也不像中国人那样喜欢清饮。

加拿大人一般在用餐时和临睡前都饮茶，也有饮午后茶的风俗。旅馆、剧院、茶室、火车餐车中都供应午后茶。现在，加拿大人也爱饮袋泡茶。

古巴茶饮

被称为美国‘后院’的岛国古巴作为饮茶国之一，除了饮用中国的茶外，还流行一种颇具中国茶道精神的茶会。据清朝光绪年间曾任古巴总领事的中国人谭乾在《古巴杂记·茶会》中对古巴茶会的详细记载，古巴茶会也透露出中国茶道的精神：环境布置雅致辉煌；富有与茶会宗旨谐调的氛围；重视茶会的内涵，以自娱自乐为形式，以联络情感为目的。(余悦《茶趣异彩——中国茶的外传与外国茶事》)现将原文摘录如下，读者可从中领略古巴茶会的风采：

> 该岛风俗，喜交际，乐宴会。每礼拜辄为一茶会，以延亲友。男女迭为宾主，少长咸集。或日籍以聚会，相择而婚。凡为茶会，约夜间

点击查看茶叶产品排行榜

八点钟起，夜半始散，大茶会则彻宵达旦。赴会者，男则整齐修洁，高帽黑衣；女则胸背半露，蜂腰长裙。堂上灯色辉煌，铺置整丽。设长筵，陈酒果，随意就筵前饮食。座有洋琴，或弹，或唱，或跳舞，各得其乐。主人或自歌弹，或演杂剧以娱宾。其跳舞之法，有一偶同跳者，男女互抱，旋舞于室 有四偶合跳者，不搂腰而交相握手，肩摩踵接。如演礼伏，乐停舞止，为一出。十一二岁女子，均得同群跳舞，父母不之禁……至其设会，均以女子为主客，家无女子，辄假比邻戚属庖代，以助兴趣。

古巴茶会与中国茶会相比似有异曲同工之妙，但同时古巴茶会又独具本国的民族文化特色，如茶会以女子为主角，男女同乐，饮食自助等，这些都使茶会富有异国情调，给人耳目一新的感觉。

地处西半球的南美洲是咖啡的原产地，但早在1812年南美就开始从中国引进茶种与植茶技术。阿根廷、巴西、秘鲁、厄瓜多尔等国都出产茶叶，除自销自饮外，他们还将茶叶出口至北美、西欧、南亚等地。虽然南美诸国都以饮用咖啡为主，但是近年来，咖啡生产业不景气，饮茶风气在南美有所发展。有些国家，如墨西哥、乌拉圭、智利和委内瑞拉等国也开始销售中国的红茶。他们的饮茶习俗与北美国家大同小异，不再赘述。

点击查看茶叶产品排行榜

非洲国家茶饮

生活在尼罗河畔，金字塔下的埃及人在数百年前阿拉伯人将茶叶经丝绸之路运达时就接受了这来自东方文明古国的神秘之物，可以说埃及的饮茶历史由来已久。至今，埃及饮茶之风已深入寻常百姓之中，成为非洲国家中最大的茶叶消费国。埃及人喜欢喝浓厚醇烈的红茶,加糖热饮是他们的习惯。

埃及普通家庭的饮茶习俗与俄罗斯人十分相似。他们喝茶时使用的是我们熟悉的俄式茶炊“沙玛瓦特”。（见俄罗斯饮茶习俗）冲泡器皿一般较小，比如小瓷茶壶、小玻璃杯等。“沙玛瓦特”将水煮沸后,埃及人要先将小瓷茶壶凑近茶炊的“水龙头”,拧开,让沸水流进茶壶。但这不是为了泡茶而是温壶，所以要盖好壶盖，上下左右摇晃茶壶，使沸水与壶充分接触。埃及人认为，温壶以后，茶香更容易散发开来，这一点与我国饮茶之道颇有相通之处。然后,把温壶水倒掉,再拧开龙头,冲人大半壶沸水。此时再放入一小撮茶叶，把沸水加满，盖上壶盖。不过，这壶茶现在还不能饮用，还要再放到茶炊盖上加热片刻，泡茶才算结束。

茶水斟入杯中后，可加入蔗糖。用小勺在茶杯中搅动，待茶稍凉后，再端起杯子翕动着嘴唇开始大口饮茶。埃及人一般喝茶至少喝三杯，不能少喝只能多喝。他们认为第一杯茶仅用来消除正餐中煎炒类食品的火气，而第二杯茶才是真正地品茶。埃及著名盲人作家塔哈·侯赛因在他的自传体小说《日子》中写道“不仅他们的和喉咙感到爽快，连他们的头脑也为之一清，他们喝完

点击查看茶叶产品排行榜

这一轮茶后，重又变得眼明耳聪，也可以说恢复了他们的理智,他们的舌头又灵活了,嘴角露出笑意,声音也高朗了。”如此神奇的作用正是第二杯茶带给埃及人的享受。埃及人的爱茶、嗜茶由此可见一斑了。

与埃及人同属北非的摩洛哥也是个酷爱饮茶的国度,不同的是,他们嗜饮中国绿茶,每年进口绿茶数量居世界第一位。相传,17世纪后期，一艘装满中国绿茶的商船经摩洛哥海驶往英国的途中，遭遇海难，船身下沉。紧急情况下，船主被迫弃船。当地的摩洛哥人冒着生命危险将部分绿茶抢上岸，试着用开水冲泡后饮用，发现味道鲜爽可口,还促进消化,遂大喜过望,倍加珍爱。今天我们也可以理解摩洛哥人这种如获至宝的心情。摩洛哥地处炎热的非洲，食物以牛羊肉为主，蔬菜几乎没有。具有消暑解渴，除油去腻功用的绿茶无疑是最适合他们的健康饮料了。因此，摩洛哥人无论地位高低，每天都要喝一杯绿茶。

不仅如此，摩洛哥人的茶具还是闻名世界的珍贵艺术品。摩洛哥国王和政府赠送来访贵宾的礼品，一为茶具，二为地毯。一套讲究的摩洛哥茶具重达一百公斤以上，有尖嘴的茶壶、雕有花纹的大铜盘、香炉型的糖缸、长嘴大肚子的茶杯等。一般上面都刻有富有民族特色的图案,赏心悦目,风格独特。

摩洛哥人泡茶时，先往已放入茶叶的茶壶中冲入少量的沸水,但必须立即将水倒掉,重新冲入开水,加白糖和鲜薄荷叶，泡几分钟后再倒入杯中饮用。茶叶泡过二至三次之后，还要适量添加茶叶和白糖，使茶味保持浓

点击查看茶叶产品排行榜

淡适宜,香甜可口。这样一壶茶三沏,最少需用 10 克茶叶和 150 克左右的白糖。而茶加入薄荷后，味香清凉，入口暑气顿消,又极能提神,深受摩洛哥居民喜爱。

除了这种用具精美，冲泡讲究的家庭饮茶外，在摩洛哥的茶肆中还能享受到另一种风格的薄荷茶。茶肆里盛满水的大锡壶在火炉上“突突”作响,老板娘根据来客的多少另取一小锡壶，从一只麻袋里抓出一大把茶叶，又用榔头从另一只麻袋里砸一块白糖，再顺手揪上一把新鲜薄荷叶，一起放入小锡壶中，兑上大锡壶中的滚水，放到火炉上烹煮。两遍水滚后，小锡壶里的薄荷茶就可端给客人饮用了。

摩洛哥人的饮茶历史有三百年了，今天在摩洛哥，饮茶文化已相当发达。不仅如此，摩洛哥人还将饮茶习俗传到了邻国毛里塔尼亚。

毛里塔尼亚是一个以畜牧业为主的国家。全国领土有 90% 以上是沙漠地带,因此素有“沙漠之国”的称号。干旱炎热的沙漠气候使人容易疲劳，以牛羊肉、骆驼奶为主食的生活习惯使人营养不均，而饮茶能助消化,振奋精神、消除疲劳、增强体质。因此“沙漠之国”的人民对茶叶有特别的爱好，如果三天不饮茶，人们就感到头痛难受,全身疲软无力,这里的居民已达到“尝茶成瘾”的程度。这个人口不足 150 万的国家，每年消费茶叶 3000 多吨,即使在大旱年份,畜牧业大幅度减产,居民生活遇到很大困难，但茶叶的消费量却不见减少，国家甚至不惜举债进口茶叶。毛里塔尼亚人也喜欢喝中国绿茶，他们进口的眉茶和珠茶都是从中国输入的。

点击查看茶叶产品排行榜

毛里塔尼亚人喝的是浓甜茶。这个信奉伊斯兰教的国家，每天早晨都以向真主祈祷而开始新的一天。祈祷完毕后，人们就开始喝茶。通常将茶叶放入小瓷壶或小铜壶内煮饮,茶水开后,再加入白糖和新鲜薄荷叶,然后将茶汁注入酒杯大小的玻璃杯内，就可饮用了。茶汁色如咖啡，茶味香甜醇厚，带有清凉的薄荷味。毛里塔尼亚人煮一次茶,茶叶需要 30克左右,而且对茶叶质量要求味浓适中，多次煮泡后，汤色仍不变。他们喜欢汤色深的茶，所以如果茶叶贮存时间稍长，反而大受欢迎。毛里塔尼亚人饮茶一般每日 3次,每次 3杯,逢节假日，饮茶的次数多达 10次以上。

招待客人也是‘见面一杯茶”。每当客人到访,好客的主人总是以甜润爽口的浓甜茶招待。这种风格独特的浓甜茶已成为毛里塔尼亚人的民族传统饮料。

毛里塔尼亚的摩尔人，大多数家庭皆备有一套茶具,包括四只小杯,一把小瓷壶,一个瓷盘和一个小煤气炉。饮茶时，先将茶叶放入茶壶内，加水，加上糖和薄荷，然后将壶放在煤气炉上烧煮，直到溢出香味为止。敬客时，女主人将煮好了的茶倒在杯中后，再用一个空杯反复倒出倒进。由于手法纯熟，茶水不会溅到杯外，直到茶水温度可口，方可献给客人。客人必须一饮而尽,并且连饮 3杯,才是对主人有礼貌的表现。

此外，西北非的许多其他国家也爱饮绿茶，如阿尔及利亚、突尼斯、利比亚、尼日利亚、冈比亚、尼日尔、布基纳法索、多哥等。他们饮茶时也加入大量的薄荷和糖。在这些国家，几乎人人都饮茶，茶馆、茶室鳞次栉

点击查看茶叶产品排行榜

比可以说西北非的饮茶渊源也来自于中国。从 19世纪开始中国就将茶叶运至西北非试销，获得了巨大成功，西北非人民与中国茶叶结下了不解之缘，而且茶中加薄荷的习俗多少也受中国唐代煮茶加薄荷的影响。

到阿尔及利亚的杜勒格人家作客，客人进屋坐定后，先轮流喝一只碗所盛的骆驼奶，然后开始饮茶。茶水要煮浓并放上糖，高举茶壶倒出，请客人喝上 3 杯，为最隆重的待客礼节。

利比亚人把红绿茶煮成糖茶饮用，通常早晚饮红茶，午餐饮绿茶。

斯里兰卡人喜饮红茶，茶多味浓，苦涩。尤其是该国的僧伽罗人，每天上午 10 点左右和下午 4 点左右是习惯的饮茶时间。茶中通常加牛奶和白糖，又称奶茶。有些人还习惯在茶中放一点姜末，别有一番风味。饮用红茶有专门的茶具。在机关、厂矿、学校均设有茶室，供应茶点。到该国旅游，站着喝茶的人到处可见。茶馆是人们休闲活动的重要场所之一，往往人声鼎沸，座无虚席。

大洋洲国家茶饮

大洋洲的主要饮茶国家澳大利亚和新西兰，都是畜牧业发达，以肉食为主的国家，所以这两个国家的饮茶风习都比较普遍。由于两国居民多为欧洲移民的后裔，两国的饮茶习俗的都是沿袭欧洲人饮茶的方法。

澳大利亚和新西兰与英国一样，有饮早茶和午后茶的习惯。每天人们在早餐前、早餐时、上午 8 时、午 餐

点击查看茶叶产品排行榜

时、下午 4 时、晚餐时及就寝前这 7 个时间里饮 7 次茶。普通家庭泡茶，通常用两个壶。一只盛茶，一只盛热水。他们爱好饮茶汤鲜艳、茶味浓厚的红碎茶，并根据饮者自己的口味加糖、牛奶或柠檬调制。

澳大利亚和新西兰居住在高寒山区的游牧民，以放牧为生，所处环境寒冷异常，蔬菜极少，主要食用高热量的牛羊肉和乳制品，所以他们喝茶的方法也与众不同。早晨起床后，立即用锡壶罐烧开水，同时放入一撮茶叶，任其煎煮。煮好后，早餐时可饮用。他们还喜欢在煮好的茶汤中加入甜酒、柠檬、牛奶等多种调料，使茶汤富有营养，增加热量。早餐后，盛茶的锡罐放在微火上继续加热，晚上回家时，煮了一整天的茶汤，茶汁已充分煮出，色泽浓黑，味道浓烈，趁热饮用，如饮甘露。

点击查看茶叶产品排行榜

结　语

环球的耕耘

在很长一段时间里，中国茶饮的外传都是单向的，即从中国传入外国，但是随着时间的推移，这种状况已有所改变，中国与世界之间双向的交流成为饮茶文化发展的趋势。特别是进入 20 世纪下半叶以来，中国茶饮对外交流越来越频繁，国际性的交流与合作也越来越紧密，由于这种交流，促进了各国茶事的进一步发展。

近 10 多年来，日本茶道频频与中国、韩国和其他国家交流，里千家、表千家等日本茶道众多流派都曾数次到中国参加国际茶文化研讨会或是其他相关学术活动，里千家还在中国建了两处茶室，并常派学员来中国学习茶文化。这不仅促进了日本茶道的发展与进步，同时还积极地影响了中国茶文化，为中国茶文化带来新的景象。曾访问中国 20 多次的丹月流宗家丹下明月女士深有感触地说："通过与中国、韩国等国家的茶文化界的交流来往，我亲自体会到这些国家的茶文化从 20 世纪后半期为了挖掘埋没着的传统文化，复兴茶艺、茶礼而加劲创造起来的所有创新的热情和创造性。各国的进步也反映时代的要求有不断的改善。每一次访问时发现

点击查看茶叶产品排行榜

 Edited By Scatkevin

新的面貌,使我感受出茶文化振兴的步骤。”

与世界各国尤其与中国的茶文化交流，也使韩国受益匪浅，韩国陆羽茶经研究会会长崔圭用先生以及韩国茶道协会会长郑相九先生受中国茶文化的熏陶，都潜心致力于茶道、茶文化的研究，获得了卓越的成绩。郑相九先生多次来到中国,与中国交流茶道、茶礼文化,曾亲自率团表演韩国传统茶礼。由他领导的“韩国茶道协会”在很多地方设有分会，会员及准会员达 3000 多人。韩国茶人联名会会长朴权钦先生、韩中茶文化研究所所长金裕信先生也多次来到中国，通过交流，进行更深入的茶文化研究。

新加坡茶文化在这种国际交流的大环境中，也得到了发展。在国际茶文化交流的影响下，在短短几年时间里,新加坡就冒出了近 20 间茶馆，以弘扬茶文化为宗旨。除了卖茶、泡茶、品茶外,茶馆还开设授课班,传授茶艺，有的甚至兼开插花班、壶艺班等。他们还成立了“新加坡茶艺联谊会”,不时聚会煮茶、切磋茶艺、交流茶事信息。

以上这些国际性的交流多在亚洲国家之间举行，1998 年在美国洛杉矶举行的“走向 21 世纪中华茶文化国际学术研讨会”使茶文化的交流冲出亚洲，走向了世界。此次“走向 21 世纪中华茶文化国际学术研讨会”的宗旨,定为“推广茶文化是国际性世纪重任”,对有关茶的历史、茶文化的现状、茶文化在中国及海外的发展等内容进行了学术研讨，同时也为美国人民提供了一次了解中国茶文化的好机会，引起了媒体的极大关注。近些

点击查看茶叶产品排行榜

年来，中国茶叶与茶文化引起了美国人士的极大兴趣。1998年初，美国纽约成立了“国际茶业科学文化研究会”，进行有关茶叶与人体健康的教育活动和科学研究，开展茶科学和茶文化交流。

公元1990年，一位名叫北歌的法国女子在法国里昂创办了第一家茶叶商店“茶园”。现已成为法国茶道协会主席的北歌女士抱着对茶的热爱以及对真善美的追求，先后到中国多次，跋涉了中国的山山水水。在她的‘茶园’柜台上已采集到不下300种的原产茶叶，其中包括不少珍贵稀有的名茶、茶具和与茶文化有关的书画等等。北歌的“茶园”为中国茶文化在欧洲的发展开辟了另一扇希望之窗。“法国中国茶沙龙”也随之应运而生，是欧洲中国茶文化的新景象。

由于饮茶的各种保健功用不断被揭示，人们把茶与健康紧密联系在一起，1986年11月,在中国杭州召开了“茶叶——品质——人类健康”国际学术研讨会，1989年1月韩国召开了“绿茶与健康”、1997年3月美国召开了“茶的生理学和药理学效应”、1991年9月日本召开了包括饮茶保健为内容的讨论会。此外，自1990年以来，中国国际茶文化研讨会与各地政府、单位及海外共同主办，每两年举行一次盛大的国际茶文化学术研讨会，至今年已举办了七届。

第一届国际茶文化研讨会于1990年10月在中国浙江省的杭州召开,来自中国、日本、韩国、美国、新加坡等国家，以及港、台地区的近200多位茶文化人士参加了会议。会议以‘茶文化的历史与传播’为主题,开展了

点击查看茶叶产品排行榜

热烈的讨论。此后第二、三、四、五、六、七届分别在湖南常德、云南昆明、韩国汉城、浙江杭州、广东广州、马来西亚吉隆坡召开。国际茶文化研讨会，成为海内外最有影响的国际性交流。

中国茶饮与国际间的交流仍有巨大的空间，伴随着中外茶文化强劲发展的势头，中国茶文化的日益传播，世界各国都纷纷成立了中国茶文化的专门研究机构。而同样在中国，外国茶文化这异域奇葩也如雨后春笋般地在神州大地处处生春。

点击查看茶叶产品排行榜

后　记

天赋识灵草,寄与爱茶人

壬午年初，跟随余悦教授学习民俗学，才开始对中国茶文化有所接触，但也仅止于皮毛。蒙余悦教授推荐,写《中国茶饮》一书,从初识玉颜到著文 20 万,不过数月,如此重任,于我实在是仓促上阵,临阵磨枪,今日完稿,颇觉汗颜。

从对茶的懵懂无知到初相识的惊叹与艳羡；从一步步地深入了解到如今的喜爱。忆及写作过程之中，每写至一处前所未接触的内容与知识，在内心深处总是扬起一份激荡的感情。当我沿着中国茶饮悠久的历史一路走过时，在梦中我与茶圣陆羽一起对啜品茗；当我初涉古人对环境的要求时，在梦中我在松风竹雨之中与友共品香茗；当我学会识别六大茶类时，在梦中我成了品茶的专家;当我与兔毫盏、紫砂壶初会时,景德镇、宜兴成为我向往的地方；当我一一介绍天下宜茶之水时，遍访名山名泉品茗又是我心头挥之不去的梦想。诸如此类的感情令我思潮起伏，感慨万千。现在，终于到了完成的一天，然而，几个月来纷纷扰扰的想念与忧思又怎能轻易将之抹去！

点击查看茶叶产品排行榜

 Edited By Scatkevin

写作之中，限于自身学识和能力的不足，常有挂一漏万之感,又因平时疏于练笔,文中笔艰词涩之处,难免令人贻笑大方。另一个使我深感不安的缺憾是中国茶饮涉及方面之广令人叹为观止，并且与哲学、艺术等相融，本人的才疏学浅使我只能从资料的收集以及一些饮茶的外在表现形式来探讨中国的饮茶，而这又是非常不够的。此外，书中参考了大量的他人之作与资料，未能一一提及作者之名，请见谅！

在本书的写作过程中，如果没有余悦教授提供有关资料并且对全书结构以及写作技巧等方面所做的悉心指导，可以说就没有今天的这本书，感谢他对学生的谆谆教导。在这里我还要感谢出版社的编辑们给了我这次难得的机会。

柏　凡

2002 年 9 月于青山湖畔

点击查看茶叶产品排行榜

 Edited By Scatkevin

主编简介

一家和起林台交易湾余流山著悦。先名教生茶授（左）在艺

余悦，祖籍江西省新建县，1951年2月26日出生于武宁县。

现任江西发展战略研究所所长、研究员，江西省中国民俗文化研究中心主任，江西省中国茶文化研究中心副主任，《农业考古·中国茶文化专号》顾问，南昌大学文学院兼职教授，研究生导师；兼任美国国际茶业科学文化研究会常务理事，吴觉农茶学思想研究会常务理事，中国国际茶文化研究会理事，中国民俗学会常务理事等。

在中国传统文化、民俗文化、茶文化和宋代文化研究等方面有突出贡献，已出版著作和发表论文300万字，主编和编辑书刊1200万字，28次获得全国、华东地区和省级成果奖或著作奖

独著茶文化方面专著《问俗》（中国茶俗）、《研书》（中国茶书）《中国茶文化流变简史》、《中国茶的外传与外国茶事》，主编《中华茶文化丛书》（10本）、《中国茶文化经典》（常务副主编）、《中国茶叶艺文丛书》（5本）、《中华当代茶界茶人辞典》等。受国家劳动和社会保障部委托，担任《茶艺师国家职业标准》总主笔，主编《茶艺师》全国统一的培训鉴定教材。

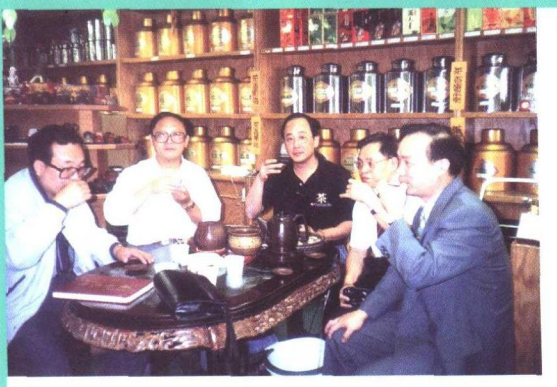
应邀多次到美国、韩国、泰国和香港参加国际学术交流，并任美国茶文化国际学术研讨会副主席，香港国际茶文化学术研讨会主持人。其论文和著作的学术观点多次被中国和日本、韩国、法国的专家学者引用，现正主持由中国和日本联合进行的茶文化研究课题。

作者简介

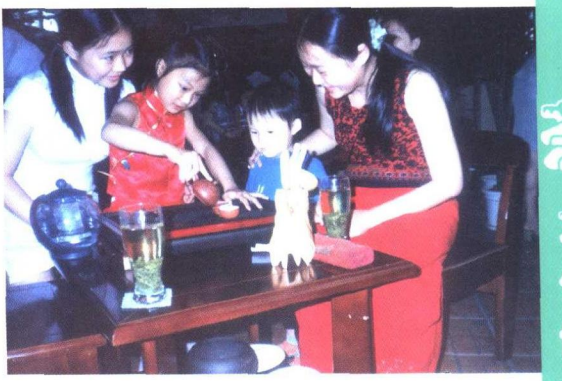
袖柏陈凡嘉立庚于塑华像侨前领

柏凡，1977年10月出生于江西省南昌市。1997年毕业于南昌高专外语系，后在学任教，现南昌大学文学院古代文学硕士研究生。曾发表《清茶亦醉人，香溢飘五洲》等文章。

点击查看茶叶产品排行榜



◀ 在天仁茗茶美国洛杉矶店品茶



▶ 儿童学泡茶

◀ ▼ 上海天天旺茶宴馆的茶菜

点击查看茶叶产品排行榜

Edited By Scatkevin

◀ 外国友人在吃擂茶

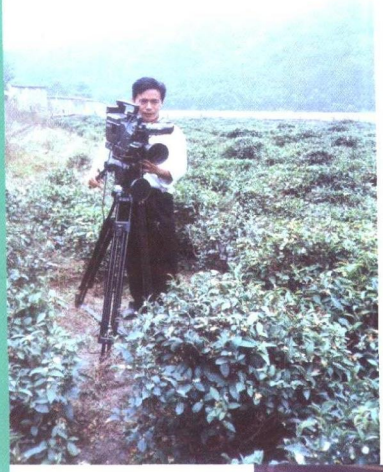
▲ 南昌女子职业学校学员在举行“无我茶会”

▲ 深圳静颐茶馆举行周年“无我茶会”

点击查看茶叶产品排行榜

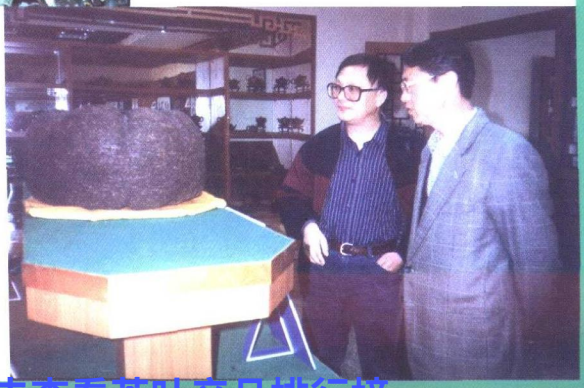
355 Edited By Scatkevin

▶ 南昌女子职业学校学生在茶园实习



◀ 江西电视台记者在拍摄江西云居山攒林茶

▼ 余悦教授和台湾茶叶改良场前场长阮逸明博士一起观赏天福茶博物院所收藏的名茶。

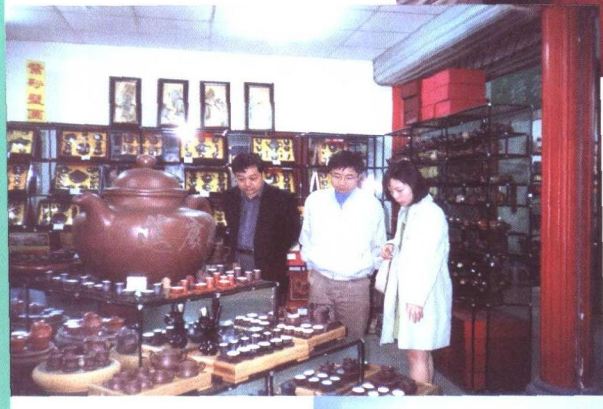


点击查看茶叶产品排行榜

Edited By Scatkevin

▶ 著名茶学专家张天福先生在检验茶叶

▼ 北京五福茶艺馆总经理谭波(女)陪同国家劳动和社会保障部人士观赏福利特茶城的茶具



▶ 罐罐茶用具

点击查看茶叶产品排行榜

不老的茶文化

——《茶文化博览》总序

□余　悦

春花秋月无情,沧海桑田巨变。

自古以来，世上只有千年树，世间难见百岁人。虽然随着科学的昌明，人们的寿命大为增长，但百岁高寿依然只占少数,为人追求。

然而，源远流长的中国茶文化假如从神农时代算起，已有四五千年的悠悠岁月；假如从陆羽撰写世界上第一部茶书《茶经》算起,也有一千多年的漫长时光,依然历久弥新，生生不已。

在地球上的许多国度,都发生过文明的‘颠覆”；

在世界上的许多地方,都发生过遗传的‘断裂”。

那么，中国茶文化究竟有着怎样不老的“基因”？

点击查看茶叶产品排行榜

中国茶文化究竟有着怎样不老的“密码”？

茶文化不老，具有厚重的内涵：茶是平凡的物质存在，又是高尚的精神享受；茶是百姓的寻常必需，又是国家的“经国大事”；茶犹如穿越千古风霜的耆老，又如充满青春活力的少壮。

茶文化不老,具有传承的载体 风行一时的,难于久远；机体强大的，盛于久长。古代典籍，均有其身影；古代文物，更为其物化。现当代以来，书籍报刊，数量激增 电视网络,又展新姿。

茶文化不老,具有流动的血脉 大众的茶事活动,是四面八方通畅的血管；茶人的推波助澜，更是浪起潮涌的激流。他们引领风骚，成为时代之盛，时尚之魂，时运之帆。

正因为如此，茶文化才成为不老的精灵；

正因为如此，茶文化才成为说不尽的话题；

正因为如此，茶文化才成为写不完的锦文绣章。

虽然近十多年来，中国茶文化的著作几以数百部计，但对于我们这样一个泱泱大国并不嫌其多；

虽然近十多年来，我们撰写的著作与论文可称“等身”，但对于中外茶文化交流的需要来说还有许多课题

点击查看茶叶产品排行榜

要做。

于是,迎着新世纪的初潮,《茶文化博览》扬帆出航;

于是,迎着新世纪的晨曦,《茶文化博览》应运而生。

这里，有新资料的发现；

这里，有新思想的闪光；

这里，有新学人的锐气！

1997年，我受中国科学院院士、南昌大学校长潘际銮教授聘请，担任该校的兼职教授，不久又替文学院带硕士研究生。凡是我教的学生，都学习茶文化课程，参加茶文化活动,撰写茶文化文章。龚建华、连振娟、柏凡已是第三批学生,他们勤奋努力,学术水平日益精进,研究能力不断提高。在学习和研究的基础上，我们师生共同完成了这套书的写作。这也是“教学相长”的一次尝试。他们的才气,他们的见解,他们的文采,都融入书的字里行间;他们的思绪,他们的情感,他们的心性,也陶醉在博大精深的茶文化之中。

早在十多年前,我撰写《〈茶文化论丛〉编者献辞》就指出:“茶叶的发现、利用、生产和提高,是一个不断地从必然王国走向自由王国的过程。茶文化的研究、宣传和弘扬，需要更多的人或几代人坚持不懈的努力和日积月

点击查看茶叶产品排行榜

累的劳作。”

我想，只要不断有新的学人加入，茶文化就不仅是不老的，而且会始终充满活力！

新的时代，需要新的血液；

新的著述，谱写新的辉煌！

跟随这套书，让我们走进茶文化；

阅读这套书，让我们品味茶文化！

2002 年 10 月 8 日夜于洪都旷达斋

点击查看茶叶产品排行榜

引　言

喝好每一杯茶

清代陆次云品赏“龙井茶”后曾留下一段妙语：“啜之淡然，似乎无味，饮过之后，觉有一种太和之气，弥沦乎齿颊之间，及至味也。”

也许你会说，像这种品茶的感觉现在断然没有了，除非到茶艺馆，泡一壶香茶，似乎能品到一杯好茶，但已远无陆次云的那种超然物外的意境了。

喝好每一杯茶，这看似简单的事情，为什么在现代人眼中如此艰难。

其实，古人饮茶，既没有现代化的便利的泡茶器具，也不能说古代的茶比我们现代的还要品质优良，更不能说他们的冲茶技艺比我们更先进、更科学，只能说古人比我们更重视品茗的心境。

古人以茶修德，品茶讲人品，品茶要求茶人具有平和、矜持、不躁、忘我、易人的心态。唐代刘贞亮把品茶的功能精辟地总结为“十德”，其中“四德”是修身养性的精神，即“以茶利礼仁”、“以茶表敬意”、“以茶可行道”、“以茶可雅志”。龚炜在《巢林笔谈续编》卷下也认为品茶“要需其人与茶品相得”。苏轼曾有“从来佳茗似佳人”的名句。古人的品茶品人心态决定其在品茶时所具有的那种修养人品的清静心境。有了这种清静的心境，古人又提出了品茶需在幽、雅、清、静的环境当中才能品啜出茶之真味，

点击查看茶叶产品排行榜

感受天地之气，达到天人合一的境界。

较之古人，现代人身处喧吵嘈杂的都市，浮躁之心难免有之，以此心境品茶问味，当然火候不足，达不到真境。

品茶不仅是修身养性的悟化，此中的审美情趣亦难言表。品茗讲究精茶、真水、活火、妙器、闲情，缺一不可，从中能够得到美的精神享受。品评名茶，就是一种享受，各地名茶，有各地风韵，如铁观音有密底兰香的“观音韵”，凤凰单丛有天然花香的“山韵”，武夷岩茶有岩骨花香的“岩韵”，冻顶乌龙有味浓甘润的“喉韵”，太平猴魁有香甜鲜爽的“风韵”，龙井茶味醇香郁，碧螺春香清味雅等。

冲泡后的茶叶在茶汤中的形状、色泽等也给人带来极高的观赏价值。君山银针冲泡出来，一根根针芽茶尖皆向上垂直立起，旋即又垂直下落，如此反复，宛如钓鱼戏水，最后簇立于杯底，似春笋出土，菊花怒放，堪称茶中奇观。

茶具的选择也会增添品茶中的情趣，用薄如蛋壳的白瓷茶具冲泡碧螺春，茶香汤清，犹如薄云窥月，轻雾缥缈；用盖碗茶具冲泡花茶，揭盖闻香，汤色明亮，花朵散开，芬芳馥郁。

当然，要想得到这些品茶的乐趣，不仅要了解茶的品质特征、茶具的种类与特点，还要懂得冲泡茶的技巧、程序等，学会这些，即使在家中，利用简单的器具，我们也能泡出好茶，品出好茶。

饮茶，不仅要观那茶色、闻那茶香、品那茶汤，不仅要“韵贴九回肠”，不仅要“熏风两腋，尘襟涤尽”，更为重要的是从一杯茶中品出一段人生的思考，品出此中真味，品出生活的真谛。

说千道万，归为一句：“喝好每一杯茶”。

点击查看茶叶产品排行榜