

茶的冲泡与品饮

中国花茶网 <http://www.chinahuacha.com>



电子书出品：中国花茶网 <http://www.chinahuacha.com>

花茶交流群：112552300，欢迎喜爱花茶的朋友加入！

唐以前人们如何饮茶？ 茶，自被人们发现和利用至今，经历了咀嚼鲜叶、生煮羹饮、晒干收藏、蒸青做饼、炒青散茶，乃至白茶、黄茶、黑茶、乌龙茶、红茶等多种茶类的发展过程。茶叶何时真正成为饮料，目前还没有确切的史料记载，但是至少到了东汉末年和三国时期，茶叶就已经作为饮料饮用。三国时期魏人张揖在《广雅》中记载了当时制茶与饮茶的方法：“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、橘子芼（掺和之意）之。其饮醒酒，令人不眠。”这是我国关于制茶和饮茶方法的最早记载。它告诉我们：当时饮茶方法是“煮”，是将“采叶作饼”的饼茶，烤炙之后捣成粉末，掺和葱、姜、橘子等调料，再放到锅里烹煮。这样煮出的茶成粥状，饮时连佐料一起喝下。已经明确指出茶叶是作为醒酒的饮料饮用的。这种方法一直延续到唐代，只是更加讲究。

唐代人们如何饮茶？ 唐代茶的饮法是煮茶即烹茶、煎茶。根据陆羽《茶经》的记载，唐代茶叶生产过程是“采之，蒸之，捣之，拍之，焙之，穿之，封之，茶之干矣。”饮用时，先将饼茶放在火上烤炙。然后用茶碾将茶饼碾碎成为粉末，再用筛子筛成细末，放到开水中去煮。煮时，水刚开，水面出现细小的水珠像鱼眼一样，并“微有声”，称为一沸。此时加入一些盐到水中调味。当锅边水泡如涌泉连珠时，为二沸，这时要用瓢舀出一瓢开水备用，以竹夹在锅中心搅拌，然后将茶末从中心倒进去。稍后锅中的茶水“腾波鼓浪”，“势若奔涛溅沫”，称为三沸，此时要将刚才舀出来的那瓢水再倒进锅里，一锅茶汤就算煮好了。如果再继续烹煮，陆羽认为“水老不可食也”。最后，将煮好了的茶汤舀进碗里饮用。“凡煮水一升，用末（茶末）方寸匕，若好薄者减，嗜浓者增”，“凡煮水一升，酌分五碗，乘热连饮之。”前三碗味道较好，后两碗较差。五碗之外，“非渴其莫之饮”。这是当时社会上较盛行的饮茶方法。此外因茶叶有不同种类，《茶经》记载：“饮有粗茶、散茶、末茶、饼茶

者”，所以还存在另一种方法，“乃斫、乃熬、乃炆、乃春，贮于瓶缶之中，以汤沃焉，谓之淹茶。”即将饼茶舂成粉末放在茶瓶中，再用开水冲泡，而不用烹煮，这是末茶的饮用方法。还有一种方法是“或用葱、姜、枣、橘皮、茱萸、薄荷之等，煮之百沸，或扬令滑，或煮去沫，斯沟渠间弃水耳，而习俗不已。”被陆羽视为沟渠间废水的这种饮茶法，就是《广雅》所记述的荆巴地区的煮茗方法，从三国到唐代数百年来一直在民间流传着。这是从古代以茶作为菜羹到以茶作为单纯的饮料之间的过渡形态，即古代以茶为菜羹时，可能也是和一些佐料放在一起煮，并且既然作为菜食，一定也会加盐才好下饭。后来不再做菜食，而是煮成茶汤作为饮料，但还是和一些佐料一块熬煮，以减轻茶叶的苦涩，保持原有的口味。也许正是这个原因，尽管陆羽反对用葱姜橘皮等来煮茶，却保留加盐的作法，因为自古以来茶汤的味道就是带有咸味的。由于不加其它作料，茶的真味容易显现，日益为饮茶者所追求，到了宋代，就不再加盐了。

宋代饮茶法是怎样？到了宋代，盛行的是点茶法。点茶程序为炙茶、碾罗、烘盏、候汤、击拂、烹试，其关键在候汤和击拂。点茶法是在唐代淹茶法基础上发展而成的。陆羽《茶经》说：“茶有粗茶、散茶、末茶、饼茶者，乃斫、乃熬、乃炆、乃春，贮于瓶缶之中，以汤沃焉，谓之淹茶。”淹茶的特点是投茶入瓶，以汤沃之。而点茶是由淹茶发展而来的。点茶沿淹茶之路向前走了一步，其烹茶步骤是将茶投入盏中，注入少量沸水调成糊状，谓之“调膏”，然后将沸水倒入深腹长嘴瓶内，再倾瓶注水入盏，或以瓶煎水，然后直接向盏中注入沸水，与此同时用茶筴搅动，茶末上浮，形成粥面。根据宋代蔡襄的《茶录》记载，宋代的点茶主要特点是：先将饼茶烤炙，再敲碎碾成细末，用茶罗将茶末筛细，“罗细则茶浮，罗粗则未浮。”“钞茶一钱匕，先注汤调令极度匀。又添注入，环回击拂，汤上盏可四分则止。视其面色鲜白，着盏无水痕为佳。”即将筛过的茶末放入茶盏中，注入少量开水，搅拌得很均匀，

再注入开水，用一种竹制的茶筴反复击打，使之产生泡沫（称为汤花），达到茶盏边壁不留水痕者为最佳状态。点茶法和唐代的煮茶法最大不同之处就是不再将茶末放到锅里去煮，而是放在茶盏里，用瓷瓶烧开水注入，再加以击拂，产生泡沫后再饮用，也不添加食盐，保持茶叶的真味。点茶法从宋代开始传入日本，流传至今。现在日本茶道中的抹茶道采用的就是点茶法。

宋代斗茶法是怎样的？ 斗茶是始于晚唐，盛于宋元的品评茶叶质量高低和比试点茶技艺高下的一种茶艺，这种以点茶方法进行评茶及比试茶艺技能的竞赛活动，也是流行于宋元的一种游戏。斗茶实际上就是茶艺比赛，通常是二三或三五知己聚在一起，煎水点茶，互相评审，看谁的点茶技艺更高明，点出的茶色、香、味都比别人更佳。还有两条具体标准，一是斗色，看谁的茶汤表面的色泽和均匀程度，鲜白者为胜。二是斗水痕，看茶盏内的汤花与盏内壁相接处有无水痕，水痕少者为胜。斗茶时所使用的茶盏是黑色的，它更容易衬托出茶汤的白色，茶盏上是否附有水痕也更容易看出来。因此，当时福建生产的黑釉茶盏最受欢迎。

明代朱权饮茶法如何？ 朱权（1378—1448），明太祖朱元璋第十六子，封宁王。自幼聪颖过人，晚年信奉道教，潜心茶道，着《茶谱》。《茶谱》全书除绪论外，分十六则。在其绪论中，简洁地道出了茶事是雅人之事，用以修身养性，绝非白丁可以了解。“盖羽多尚奇古，制之为末，以膏为饼。至仁宗时，而立龙团、凤团、月团之名，杂以诸香，饰以金彩，不无夺其真味。然天地生物，各遂其性，莫若叶茶。烹而啜之，以遂其自然之性也。予故取烹茶之法，末茶之具，崇新改易，自成一家。”标意甚明，书中所述也多有独创。正文首先指出茶的功用有“助诗兴”、“伏睡魔”、“倍清淡”、“中利大肠，去积热化痰下气”、“解酒消食，除烦去腻”的作用。朱权认为纷芸众多的茶书之中，唯有陆羽和蔡襄得茶之真

谛。他还认为饼茶不如叶茶，因它保存了茶叶自然的色香形味，后人无不欣然改变原来的饮茶之法而以开水冲叶茶了。朱权指出饮茶的最高境界：“会泉石之间，或处于松竹之下，或对皓月清风，或坐明窗静牖，乃与客清淡款语，探虚立而参造化，清心神而出神表。”《茶谱》记载的饮茶器具有炉、灶、磨、碾、罗、架、匙、筴、瓯、瓶等。《茶谱》从品茶、品水、煎汤、点茶四项谈饮茶方法。朱权认为品茶应品谷雨茶，用水当用“青城山老人村杞泉水”、“山水”、“扬子江心水”、“庐山康王洞帘水”，煎汤要掌握“三沸之法”，点茶要经“盏”、“注汤小许调匀”、“旋添入，环回击拂”等程序，并认为“汤上盏可七分则止，着盏无水痕为妙”。制茶方法有收茶、熏香茶法。

你知道钱椿年的“煎茶四要”吗？钱椿年，字宾桂，江苏常熟人，其《茶谱》作于嘉靖九年（1530）前后。《茶谱》一书分茶略、茶品、茶艺等九部分。其中“煎茶四要”、“点茶三要”写得简洁实用。“煎茶四要”指：选择好水、洗茶、候汤、择品。煎茶的水如果不甘美，会严重损害茶的香味；烹茶之前，先用热水冲洗茶叶，除去茶的尘垢和冷气，这样，烹出的茶水味道甘美；煎汤须小火烘、活火煮，活火指有焰的木炭火，煎汤时不要将水烧得过沸，才能保存茶的精华；茶瓶宜选小点的，容易控制水沸的程度，在点茶注水时也好掌握分寸，茶盏宜用建安的兔毫盏。“点茶三要”指：涤器、茶盏、择品。点前先将茶器洗净；茶盏是茶面聚乳的关键；烹点之际，不宜以珍果香草杂之，能夺香的有松子、柑橙、杏仁、莲心、木香、梅花、茉莉、蔷薇、木樨之类，能夺色的有柿饼、胶枣、火桃、杨梅、橙桔之类，所以想饮好茶，只有去掉各种花果才能真正品味茶的清纯甘美。如果同时夹杂花果香料，茶的真香、真味、真色就会被混淆而分辨不出。如果一定说饮茶时需要佐食茶果，那么核桃、榛子、瓜仁、枣仁、菱米、榄仁、栗子、鸡头、银杏、山药、笋干、芝麻、莒蒿、茼蒿、芹菜等等特别经过精加工的或许还可以用些。

明人许次纾<<茶疏>>中提到茶如何品饮？ 许次纾（1549—1604），字然明，号南华，明钱塘人。《茶疏》撰于明万历二十五年（1597）。《茶疏》对沏茶方法有独到见解，手中撮茶，把热水注入茶壶，然后迅速把茶投入开水中并把壶盖盖严。等大约呼吸三次的时间后，把茶水全部倒在盂中，然后再把茶倒入壶中，等大约呼吸三次的时间，让茶叶下沉，然后把茶水倒在茶瓯中，献给客人。许次纾认为“汤铫瓯注，最宜燥洁，每日晨兴，必以沸汤烫涤，用极度熟黄麻巾，向内拭干，以竹编架，覆而度之燥处。烹时随意取用。修事既毕……瓯中残沉，必倾去之，以俟再斟，如或存之，夺香败味。”他认为秋茶品质甚佳，七八月可采一遍。许次纾还认为，量小方益于品味。一壶之茶，只堪再巡。……若巨器屡巡，满中泻饮，待停少温，或求浓苦，何异农匠作劳，但需涓滴，何论品赏，何知风味乎？许次纾在《茶疏》中更进一步说：“黄河之水，来自天上。浊者土色，澄之即净，香味自发”。言即使浊混的黄河水，只要经澄清处理，同样也能使茶汤香高味醇。许次纾认为品茶应于自然环境、人际关系、茶人心态联系，把饮茶作为高雅的精神享受而执着地追求。许次纾强调“惟素心同调，彼此畅适，清言雄辩，脱略形骸，始可呼童篝火，酌水点汤”。其实，茶人相聚并不在意于嗜茶与不嗜茶，而在于意于是否合乎“茶理”，就是追求和谐。天与人、人与人、人与境、茶与水、茶与具、水与火，以及情与理，这相互之间的谐调融和，是饮的精义所在。据《茶疏》之说，最宜于饮茶的时间和环境如下：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，佳客小姬，访友初归，风日晴和，轻阴微雨，小桥画舫，茂林修竹，荷亭避暑，小院焚香，酒阑人散，儿辈斋馆，清幽寺观，名泉怪石。宜辍：作事 观剧 发书柬 大雨雪 长筵大席 阅卷帙人事忙迫 及与上宜饮时相反事不宜用：恶水 敝器 铜匙 铜铫 木桶 柴薪 麸炭 粗童 恶婢不洁巾 各色果实香药不宜近：阴屋 厨房 市喧 小儿啼 野性人 童奴相哄 酷热斋舍

如何泡好一壶茶或一杯茶？ 要泡好一壶茶，既要讲究实用性、科学性，又讲究艺术性。首先工讲究泡茶用水。古人对泡茶用水的选择，一是甘而洁，二是活而鲜，三是贮水得法。现代科学技术的进步提出了科学的水质标准，卫生饮用水的水质标准规定了感官、化学、毒理学和细菌等四方面的内容。泡茶用水，一般都用天然水，天然水按来源可分为泉水（山水）、溪水、江水（河水）、湖水、井水、雨水、雪水等。自来水是通过净化后的天然水。自来水有时用过量氯化物消毒，气味很重，可先将水贮存在罐中，放置 24 小时后再用火煮沸泡茶。水的硬度和茶品质关系密切。水的 PH 值大于 5 时，汤色很深，PH 值达到 7 时，茶黄素倾向于自动氧化而消失。软水易溶解茶叶有效成份，故茶味较浓。另外，水中的含铅量达到 0.2mg/kg 时，茶叶变苦；镁含量大于 2mg/kg 时，茶味变淡；钙含量大于 2mg/kg 时，茶味变涩；若达到 4 mg/kg 时，茶味变苦。因此泡茶宜选软水或暂时硬水为好。在天然水中，雨水和雪水属软水，溪水、泉水、江水（河水）属暂时硬水，部分地下水为硬水，蒸馏水为人工软水。其次是泡茶器皿。古代茶之器皿很多，陆羽《茶经》里列举了煮茶和饮茶的 29 种器皿，如今的茶具已无取水用具、煮水用具等，通常是指茶壶、茶杯、茶碗、茶盘、茶盅、茶托等饮茶用具。东北、华北一带，大多数人喜喝花茶，一般常用较大的瓷壶泡茶，然后斟入瓷杯饮用。江南一带，普遍爱好喝绿茶，多用有盖瓷壶泡茶。福建、广东、台湾以及东南亚一带，特别喜爱乌龙茶，宜用紫砂器具。四川、安徽地区流行喝盖碗茶，盖碗由碗盖、茶碗和茶托三部分组成。喝西湖龙井等名绿茶，则选用无色透明玻璃杯最理想。品饮名绿茶和细嫩绿茶，无论使用何种茶杯，均宜小不宜大，否则，大热量容易使茶叶烫熟。除以上常用泡茶器皿外，还有一些配套茶具，如放茶壶用的茶船（又名茶池，有盘形、碗形两种）；盛放茶汤用的茶盅（又名茶海）；尝茶时盛用的茶荷；沾水用的茶巾；舀水用的茶匙；放置茶杯用的茶盘和茶托；专门存放茶叶用的铁罐、陶罐、木罐等贮茶器具。三是要注意泡茶用

量。茶叶用量为泡茶三要素（用量、水温、冲泡时间和次数）之首。茶叶种类繁多，泡茶时茶叶用量各异，还要考虑泡茶用具大小和饮茶者的习惯。冲泡一般红、绿茶，茶与水的比例大致掌握在 1：50 或 1：60，即每杯放 3 克左右茶叶，加沸水 150—200 毫升。如饮用普洱茶、乌龙茶，每杯放茶量 5—10 克，如用茶壶冲泡，则按茶壶容量大小适当掌握比例，投入量为茶壶容积的一半，或更多。四是注意泡茶水温。泡茶水温的掌握因茶而定。高级绿茶，特别是芽叶细嫩的名绿茶，一般用 80 度左右的沸水冲泡。水温太高容易破坏茶中维生素 C，咖啡碱容易析出，致使茶汤变黄，滋味较苦。饮泡各种花茶、红茶、中低档绿茶，则要用 90—100 度的沸水冲泡，如水温低，茶叶中有效成份析出少，茶叶味淡。冲泡乌龙茶、普洱茶和沱茶，因每次用茶量较多而且茶叶粗老，必须用 100 度的沸滚开水冲泡。少数民族饮用的紧压茶，则要求水温更高，将砖茶敲碎熬煮。通常茶叶中的有效物质在水中的溶解度跟水温相关，60 度温水浸出的有效物质只相当于 100 度沸水浸出量的 45—65%。五是注意冲泡时间。冲泡茶叶的时间和次数相关。茶叶冲泡时间与茶叶种类、用茶量、水温和饮茶习惯都有关系。冲泡时间以茶汤浓度适合饮用者的口味为标准，一般讲，用茶量多，水温高。细嫩红绿碎茶，冲泡时间宜短，3—5 分钟即可。冲泡次数 1—3 次为宜，随着冲泡次数的增加，冲泡时间应适当延长。冲泡时最好先倒少量开水，浸没茶叶，再加满至七八成，便可趁热饮用，当喝至杯中剩 1/3 左右茶汤时再加开水二次冲泡，继续喝至 1/3 茶汤时，再冲泡第三次，这样可使前后茶汤浓度比较均匀。冲泡乌龙茶的次数可达 5—7 次，又由于其多用小型紫砂壶，冲泡时间较短，一般约 2 分钟左右，第一泡 1 分钟就要倒出来，从第二泡开始渐渐增加 15—30 秒的冲泡时间，这样前后茶汤浓度才比较均匀。

家中多种茶叶，如何安排饮用？ 有些人在一天之中，不同时间饮用不同的茶叶，清晨喝一杯淡淡的高级绿茶，醒脑清心；上午喝一杯茉莉花茶，芬芳怡人，可提高工作效率；午后喝

一杯，解困提神；下午工间休息时喝一杯牛奶或喝一杯高级绿茶加点点心、果品，补充营养；晚上可以找几位朋友或家人团聚一起，泡上一壶乌龙茶，边谈心边喝茶，别有一番情趣。这种一日饮茶巧安排，你如果有兴趣，不妨也可试一试。

如何调制牛奶红茶？ 很多年轻人喜欢饮用美味可口的牛奶冲泡红茶。其配制方法：先将适量红茶放入茶壶中，茶叶用量比清饮稍多些，然后冲入热开水，约 5 分钟后，从壶嘴倒出茶汤放在咖啡杯中；如果是红茶袋泡茶，可将一袋茶连袋放在咖啡杯中，用热开水冲泡 5 分钟，弃去茶袋。然后往茶杯中加入适量牛奶和方糖，牛奶用量以调制成的奶茶呈桔红、黄红色为度。奶量过多，汤色灰白，茶香味淡薄，奶量过少，失去奶茶风味，糖的用量因人而异，以适口为度。

为什么有人喜欢用枸杞子、西洋参、白菊花、桔皮、薄荷等加在茶叶中泡茶喝？ 用枸杞子泡茶，有滋补抗衰的作用。《本草经疏》对枸杞子之功效作过较全面的论述：“枸杞子，润而滋补，兼能退热，而专于补肾、润肺、生津、益气，为肝肾真阴不足、劳乏内热补益之要药。老人阴虚十之七八，故服食家为益精明目之上品”。枸杞子泡茶喝，不但对肝肾阴虚所致的头晕目眩、视力减退、腰膝酸软、遗精等久服甚效，而且对高血脂、高血压、动脉硬化、糖尿病等也有一定的疗效。用西洋参片泡茶喝，可以利用西洋参味甘辛凉的性质，调整茶味；而且西洋参补阴虚效果甚佳。这种西洋参茶常有良好的益肺养胃、滋阴津、清虚火、去低热的功效。用白菊花泡茶喝，可发挥白菊花平肝潜阳、疏风清热、凉血明目的功效；而且白菊花清香味甘，泡茶喝可增进茶汤香味，适口性好。用桔皮泡茶喝，可以利用桔皮宽中理气、消痰止咳的功效；桔皮泡绿茶，可去热解痰、抗菌消炎，故咳嗽多痰者饮之有益。用薄荷泡

茶喝，可以利用薄荷中薄荷醇、薄荷酮的疏风清热作用，而且泡茶喝之有清凉感，是清热利尿的良药。

客来敬茶应注意些什么？ 客来敬茶是中国人的一种传统美德。虽然清茶一杯，然而这是一种高尚的礼仪。客来敬茶应注意如下几点：第一， 饮茶场所要清洁卫生，最好有幽雅的氛围；第二，茶具要与茶类适应，清洁卫生；第三，要向客人介绍茶类茶名，必要时让客人观赏一下茶的外形；第四，撮茶切忌用手抓，茶水比例要适宜；第五，品饮时宜缓不宜急，并注意适时添水续泡；第六，能借题发挥，介绍一些有关这种茶叶的产地、风貌、品质特点，更能增添不少情趣。

为什么盛夏季节也以喝热茶为好？ 盛夏季节，也以喝热茶为好，其理由如下：（1）饮热茶可消暑解渴、清热凉身。热茶有促进汗腺分泌的作用，使大量水分通过皮肤表面的毛孔渗出体外，以达到散热降温的目的。据测试，每蒸发 1 克汗水，可带走 2.09KJ（0.5 千卡）的体热。故蒸发的汗水越多，散发的体热就越大。测定皮肤温度的结果表明，喝热茶 10 分钟后，可使体温下降 1-2℃，并可保持 20 分钟左右。（2）热茶汤中含有的茶多酚（或只能溶于热水中的茶多酚、咖啡碱结合而成的复合物）、糖类、氨基酸等，与唾液发生反应，使口腔得以滋润，产生清凉的感觉。（3）溶于热茶中的咖啡碱，刺激肾脏，促进排尿，有利于热量散发和污物排出，以达到降低体温及解毒的目的。

喝什么茶对健康更有利？ 不同茶的营养和药效成分是不一样的。高档绿茶中，维生素 C、B1、B2 含量比红茶、乌龙茶一般要高 1-2 倍，有的甚至更多；高级绿茶的磷、钾等多种无机物含量，一般也比红茶高，尤其是锌的含量通常要比红茶高 1 倍多；绿茶中，具有多种生理功效的茶多酚含量，通常也比红茶、乌龙茶等高 1 倍以上。因此，从营养保健的角度

而言，喝高级绿茶更有利于人的健康。喝什么茶对人体健康更有利，不能用一句话来作简单的回答，因为不同人的身体状况是不一样的。对于身体较弱的人，以喝点红茶为好，如在茶中再添加点糖则更好，既可增加热能，又可补充营养。青年人，正处发育旺盛期，需要更多的营养，以喝绿茶为好。妇女经期前后，性情常较烦躁，以饮用花茶为好，因它具有疏肝解郁、理气调经的功效。身体肥胖而希望减肥的人，可以常喝乌龙茶、沱茶等，因其去脂减肥作用较强。食用牛羊肉较多的人，为了促进脂及食物的消化吸收，可多饮砖茶、茶饼等紧压茶。经常接触有毒物质的工作人员，可以选择绿茶作为劳保饮料。脑力劳动者、飞行员、驾驶员、运动员、广播员、演员、歌唱家等，为了提高脑子的灵敏程度，以保持头脑清醒、精力充沛，增强思维活动的能力、判断能力记忆力，应饮用高档名优绿茶。

四季饮茶应不同吗？ 茶叶的功效与季节变化有密切关系，不同的季节饮不同品种的茶，对人体更有益。故饮茶之道是四季有别。春，雪化冰消，风和日暖，万物复苏。此时，以饮香馥浓郁的茉莉花茶为好，用以散发冬天积聚在体内的寒邪，促使人体阳气生发，使“精”、“气”、“神”为之一振。夏季，气候炎热，佳木繁荫，盛暑逼人，人体的津液大量耗损。此时，以饮用性味苦寒的绿茶为宜，清汤绿叶，给人以清凉之感，用以消暑解热。绿茶内茶多酚、咖啡碱、氨基酸等含量较多，有刺激口腔粘膜、促进消化腺分泌的作用，利于生津，实为盛夏消暑止渴之佳品。秋季，天气凉爽，风霜高洁，气候干燥，余热未消，人体津液未完全恢复平衡。此时，以饮用乌龙茶一类的青茶为好，此茶性味介于红、绿之间，不寒不热，既能消除余热，又能恢复津液。在秋季，也可红、绿茶混用，取其两种功效；也可绿茶和花茶混用，以取绿茶清热解暑之功、花茶化痰开窍之效。冬季，北风凛冽，寒气袭人，人体阳气易损。此时，以选用味甘性温的红茶为好，以温育人体的阳气，尤其适用于妇女。红茶红

叶红汤，给人以温暖的感觉；红茶可加奶及糖，故有生热暖胃之功；红茶有助消化去油腻之功，于冬季进补肥腻时有利。

儿童应如何饮茶？ 一般家长给儿童饮茶，认为茶的刺激性大，怕伤孩子的脾胃。其实，这种担心是多余的。目前认为，只要合理饮茶，茶水对儿童健康同样是有益的。一般要求是：每日饮量一超过 2-3 小杯（每杯用茶量为 0.5 克-2 克），尽量在白天饮用，茶汤要偏淡并温饮。首先，通过饮淡茶，可补充儿童一引起维生素、蛋白质、糖及无机物锌、氟等的需要。其二，适当饮茶能消食除腻，加强胃肠蠕动，促进消化液分泌，可随时纠正儿童因贪食出现的过饱现象。其三，茶叶“苦寒”，具清热降火之功。儿童坚持每日饮茶，可避免大便干结以至肛裂带来的症。其四，茶中氟含量较高，儿童适量饮茶，或用茶水漱口，不仅可以强化骨骼，而且还能预防龋齿的发生。当然，儿童饮茶应当适度，越小的儿童越是如此，不能过量，更不要饮浓茶和凉茶。饮茶过多，会使儿童体内水分增多，加重其心肾负担。饮茶过浓，会使孩子过度兴奋，而使心跳加快、小便次数增多，并引起失眠。茶泡的时间也不要太久，可使鞣酸蛋白而凝固沉淀，从而影响消化吸收，使孩子食欲降低。

妇女“四期”如何饮茶？ 女性由于生理特点的不同，饮茶另有讲究，平时以饮一般浓度的茶为宜，但在月经期、妊娠期、哺乳期、更年期（四期）间，以饮淡茶为主，尤其不宜饮浓茶。因浓茶中含有较多的咖啡碱，对神经系统和心血管系统有一定的刺激作用。月经期间饮茶过多或饮浓茶，易致痛经、经期延长或经血过多；同时茶中所含的鞣酸，在肠道中易与食物中的铁或补血药中的铁结合，从而产生沉淀，妨碍肠粘膜对铁的吸收，易导致缺铁性贫血的发生。妊娠期，孕妇身体发生了各种变化，从食物中摄取的营养物质，不仅要满足自身生理功能的需要，还要经胎盘输送到胎儿体内，以供胎儿生长发育。妊娠期饮浓茶，不仅易患

缺铁性贫血，影响胎儿营养，而且浓茶中的咖啡碱还会加剧孕妇心跳和排尿，从而增加孕妇的心、肾负担，也于胎儿健康不利。哺乳期过量饮茶或饮浓茶，茶中所含的咖啡碱通过乳汁被新生儿和婴幼儿吸入后，可兴奋其呼吸、胃肠等未发育完善的器官，从而使呼吸加快、胃肠痉挛，婴幼儿会出现无缘无故地哭闹；浓茶中的高浓度鞣酸被胃肠粘膜吸收入血液后，可引起收敛作用，会抑制母亲乳腺的分泌，使乳汁分泌减少，致使婴幼儿“缺粮”而不能正常生长发育；哺乳期妇女，由于劳累、消耗大，需要更多的休息，才能消除疲劳。如饮浓茶，特别是夜间饮茶，由于咖啡碱等的兴奋作用，可导致母子均难入睡，于母亲的恢复及孩子的生长发育均不利。进入更年期妇女，除月经紊乱外，还可出现心动过速、失眠、烦躁、易激动发怒等症状。此期如常饮浓茶，会使更年期症状加重，不利于妇女顺利地度过更年期。

老人应如何饮茶？ 陆羽《茶经》中记载：“宁可终身不饮酒，不可三餐无饮茶”。闲来品茶，如今已成为老年人的一大乐趣。科学研究和实践均证明，老年人适当饮茶，有益于健康长寿，如饮茶不当，反会给身体带来不利，因此，老年人日常生活中饮茶，应因人制宜，有饮茶嗜好的老年人，也不要一次过多饮茶，一般每次以不超过 30 毫升为宜，更不可长期大量饮浓茶，以免引起不良反应，影响身体健康。对老年人来说，特别是 60 岁以上的老年人，饮茶切忌过量过浓，因为摄入较多的咖啡碱等，可出现失眠、耳鸣、眼花、心律不齐、大量排尿等症状。部分老年人，随著年龄的增加，心肺功能有不同程度的减退。如果短期内大量饮茶，较我的水分被胃肠吸收后进入人体的血液循环，可使血容量突然增加，加重心脏负担，有时会出现心慌、气短、胸闷等不舒服的感觉；如老人原有冠心病、心病等，过量饮茶，严重时可诱发心力衰竭或使原有心衰加重。因此，有上述心脏病的老人，饮茶宜温宜清淡，晚上不饮茶，晚饭后以喝白开水为好。老年人随著年龄的增长，消化系统的各种消化酶分泌减少，使消化功能减退。如果大量饮茶，会稀释胃液，影响食物的消化吸收，同时胃酸也被稀

释,使胃肠道的杀灭病菌的防卫功能降低,一旦致病菌进入,易感染胃肠道疾病。老年人大多牙齿不好,含纤维的蔬菜吃得较少,加上他们活动较少,致使肠蠕动减慢,易发生便秘。如果常饮浓茶,茶鞣酸与食物中的蛋白质结合,形成块状的消化吸收的蛋白质,会更加重便秘。老年人肾功能逐渐衰退,常出现尿失禁等症状。饮茶过多过浓,茶咖啡碱等的利尿作用,必然加重肾脏负担及尿失禁症状,会给老人带来更大的痛苦。

淡茶浓茶各有所需吗? 经常适量饮茶,对身体有益无害。对于一般人来讲,为了养生保健、防治疾病的目的,饮茶宜淡不宜浓,而且淡茶温饮对人体更为有利。所谓“淡温茶清香养人”、“淡茶温饮保年岁”,也就是这个意思。过量饮茶,特别是喝过多的浓茶,对人体不利,即所谓“过量饮茶人黄瘦”。但浓茶有清热解毒、润肺化痰、利水通尿、消食去腻等功效,在有些情况下,有些人饮浓茶反而有利。如“上了火”的人和嗜烟、酒的人,浓茶可起清热解毒、醒酒的作用;吃大鱼大肉者,饮一杯浓茶,有助于消化去腻;对于小便不利的人,喝浓茶可起利尿消肿的作用;口腔发炎、咽喉肿痛的人,饮浓茶可起消炎杀菌的作用;对于患窦房结传导阻滞或完全性房室传导阻滞的冠心病病人,由于心率很慢,饮浓茶可提高心率,有治疗作用。

吃茶好吗? 吃茶,就是把茶叶当作一般食物那样,吃进肚子里去。这对多数饮茶者来说,似乎不太好理解。其实,这种吃茶方式,在有些地区、有些国家中也是常见的。我国湖南的一些地区,喝完茶后连茶渣一起吃下去。杭州的一道美味名菜“龙井虾仁”,就是用开水泡开的龙井茶叶和虾仁配炒而成。此菜红绿相间,味美可口,可连同茶叶一起吃下去。日本人有饮用抹茶的习惯,就是连汤带茶一起喝下去。按照日本人饮用抹茶的方式,可以将茶叶磨成极细的粉末,调入其它食品中食用,是大有开发研究价值的。吃茶好吗?回答是肯定的。

因为吃茶，不仅把溶于茶汤中的营养保健成分吃下去，而且把茶汤中不溶或难溶的营养保健成分也一起吃下去了。茶叶中水不溶性成分，有脂溶性维生素 A、E、D、K，无机物钙、镁、铁、硫、铜、碘等，有机物叶绿素、胡萝卜素、纤维素、蛋白质等。其中有些身体需要的物质如维生素 E、胡萝卜素等，含量很高，吃进去对身体大有益处。所以确切地讲，吃茶比饮茶更有益于身体健康，特别是以吃春茶更为适宜。

您知道泡茶用水的传说吗？ 好茶用好水，古人对此非常讲究。“扬子江中水，蒙山顶上茶”，这幅楹联说明了名茶伴美水，才能相得益彰。根据名诗人温庭筠《采茶录》中记载，湖州刺史李季卿因公泊扬子驿，慕名陆羽善煮茶，差人召见。刺史命一士兵划船到江心汲取南酃水（认为此水泡茶第一）。陆羽用杓子舀了一杓说：“这水是长江水，可不是南酃水”。士兵认错说：“我从南酃提到岸边，因船摇晃，水失一半，怕被责骂，就随手向江里补满”。刺史听了非常佩服，又据民间传说，王安石患痰火之症，需要用阳羨茶和瞿塘水中峡水，才可治。苏东坡因公过三峡，王安石便托他带一瓮瞿塘中峡水。东坡因鉴赏三峡风光，船到下峡才想起取中峡水的事，怎耐水流湍急，无法回溯。只好将就汲了一瓮下峡水，充作中峡水。王安石指出其伪，东坡大惊，问何其知之。王安石说，此水泡茶半晌方有色，以是知为下峡水，东坡叹服。以上虽是故事传说，但说明茶和水有密切关系。

泡茶用水以泉水最好吗？ 对于中国人来说，泡茶用水历来是很讲究的。唐《梅花笔谈》中的一段非常精辟的论述曰：“茶性必发于水，八分之茶遇十分之水，茶亦十分矣，八分之水试十分之茶，茶只八分下耳”。可见，泡茶用水是非常重要的。泡茶用什么水最好？唐代陆羽的《茶经》中指出：“其水，用山水（即泉水）上，江水中，井水下”。所以概括地说，沏茶以泉水为最好。这是因为泉水是经过很多砂岩层渗透出来的，相当于多次过滤，不再存

有杂质，水质软，清澈甘美，且含有多种无机物；以此种水沏茶，汤色明亮，并能充分地显示出茶叶的色、香、味。

乾隆皇帝封了哪两个“天下第一泉”？ 清代，生平嗜茶的乾隆皇帝，一人就封了两个“天下第一泉”，这就是北京的玉泉和济南的趵突泉。乾隆皇帝为品茗择水，选取全国多处饮水，用特制的银斗称重，结果表明：玉泉水少，比重最小，同样一银斗水，它的重量轻。于是，乾隆就定北京玉泉水为最好的品茗用水，称玉泉为“天下第一泉”。玉泉水质，实属上等，用来泡茶，确使茶生辉不少。济南历来多泉，素有“泉城”之称，趵突泉是其中的一处名泉。趵突泉，水质清静、甘冽，用于饮用有益于身体健康；用于煮水品茶，香正味醇。宋代文人曾巩，用趵突泉水煮茶品评后，盛赞它是“润泽真茶味更真”。

“天下第一泉”还有哪些？ 宋朝，抗金民族英雄扎营于镇江，在多次品尝了镇江中泠泉水后，写道：“扬子江心第一泉，南金来北铸文渊”。中泠泉位于江苏镇江金山以西的石弹山下，属于由地下水沿石灰岩裂滴而成的上升泉。泉水清澈甘冽，滴水沸腾，气泡翻滚，景色壮观。此水煮茶最好，此地为历代名家煮茶品茗之处。明代著名地理学家徐霞客，周游全国名山大川后，来到云南安宁，当他考察了当地的碧玉泉后，认为在所见过的温泉水中碧玉泉可谓第一。明代诗人杨升庵，前后流放云南 40 多年，根据他的长期实践，也认为碧玉泉实为“四海第一汤”。并题《温泉诗》一首曰：“泉水澄清，天然石凹，浮垢自去，不积污垢，温凉适宜。可以沏茶，可以烹饪”。位于云南安宁县以北螳螂川畔的碧玉泉水，为地壳深部的地下水，水质清沏明亮，无色无味，泡茶最好。此外，清人邢江，把四川的玉液泉也誉为“天下第一泉”。玉液泉位于峨眉山金顶之下的定桥边，那里的泉水有“神水”之称，泡茶第一。起码至今日，仍有许多游客来此，以汲水品茗。

虎跑泉水泡茶第一吗？ 目前认为，水质好坏，直接影响茶的品味，水质不美，茶味顿失。

许多茶学工作者，通过物理和化学的手段，用比较对照的方法，根据各地提供的水源，去寻找宜茶用水。上海市的评茶专家，曾用杭州虎跑泉水、上海市内深井水、自来水以及蒸馏水作比较，先煮沸水评定水质，再冲泡成茶汤后试评。虽方法有二，但比较的结果是一致的，均以虎跑泉水第一，深井水第二，蒸馏水第三，自来水最差。杭州的茶学专家曾做过实验，将虎跑泉山、西湖水、井水、天降水和自来水，分别冲泡同级龙井茶。开汤评审结果：茶叶的汤色、滋味和香气，均以虎跑泉水冲泡的为最好，其次为天降水、西湖水、井水，自来水最差。由于虎跑泉水从石英砂岩中渗出，含矿物质不多，总矿度只有每公斤 0.02-0.1 克；又因此泉水中富含二氧化碳，而氯化物极少，故水质优良，极宜冲泡茶叶，素有“龙井茶，虎跑水”之美称。

自来水应处理后再泡茶吗？ 城市的自来水，因用漂白粉消毒过，带有较重的氯味，直接用来泡茶味不好。泡茶前，应先除去氯味，其方法是：将自来水贮放在无盖的缸盆中，放置 24 小时，即可除去氯味；亦可用净水器处理后再使用。经处理过的自来水烧开后泡茶，基本上能保持茶叶应有的色、香、味。

硬水应烧开后再泡茶吗？ 水分硬水和软水两种。凡每升水中钙、镁离子含量超过 8 毫克的称为硬水，而不足 8 毫克的称为软水。用软水泡茶，汤色明亮，香气高爽，滋味鲜醇；而用硬水泡茶，则汤色变深，失去鲜爽味。所以，以应用软水泡茶为好。在生活中，我们应用的水，除雪水和天降水外，江水、河水、湖水、泉水、溪水、井水、自来水等均属硬水。但这些水所含的成分，主要是碳酸氢钙和碳酸氢镁。它们经高温煮沸后，会立即分解沉淀，在水壶和水瓶中见到的水垢，就是此种沉淀。所以，经煮沸的水硬度下降，多数变成软水，我

们称此种水为暂时性硬水。所以，以上的一些暂时性硬水，一定要煮沸后才能用于泡茶，使茶叶基本上保持原有的色、香、味。

最早评天下好水的人是谁？ 据唐代张又新《煎茶水记》记载，最早提出鉴水试茶的是唐代的刘伯刍，他“亲揖而比之”，提出宜茶水产品七等，开列如下：扬子江南零水第一；无锡惠山寺石水第二；苏州虎丘寺石水第三；丹阳县观音寺水第四；扬州大明寺水第五；吴松江水第六；淮水下第七。

陆羽如何品评天下水？ 根据张又新的记述，陆羽根据自己亲身实践，把天下宜茶水产品，评品次第如下：庐山康王谷水帘水第一；无锡县惠山寺石泉水第二；蕲州兰溪石下水第三；峡州扇子山下有石突然，泄水独清冷，状如龟形，俗云蛤蟆口水第四；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；唐州柏岩县淮水源第九；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；汉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；郴州圆泉水第十八；桐庐严陵滩水第十九；雪水第二十。

乾隆如何品评天下水？ 清代陆以湉《冷庐杂识》记载，乾隆每次出巡，常喜欢带一只精制银斗，“精量各地泉水”，精心称重，按水的比重从轻到重，排出优次，定北京玉泉山水为“天下第一泉”，作为宫廷御用水。先秤北京玉泉山之水，斗重一两。继秤各处名泉；济南珍珠泉斗重一两二厘；扬子江金山泉斗重一两三厘；无锡惠山泉、杭州虎跑泉，各重一两四厘；平山重一两六厘；清凉山、白沙、虎丘及西山碧云寺诸泉，各重一两一分，都没有轻于玉泉山泉的。泉水是清轻好，还是厚重佳，古人的认识也不一致。然宋徽宗同此说，“水以轻清甘洁为美。”乾隆故定玉泉山泉水为天下第一泉。同时，他还对雪水进行了测定，认为

雪水最轻，可与玉泉媲美，但雪水不属于泉水，所以没有列入品位。通过银斗测量后，乾隆每次出行，都是用玉泉水随行。但是，随身携带的玉泉水经过长途颠簸，滋味总不免有所下降。乾隆便采用了以水洗水之法，来“再生”玉泉水。他的方法是，用一大器皿，放上玉泉水，做好刻度记号，再加入其它同样量的泉水，搅拌，待搅定之后，有些不洁之物沉淀水底，而上面的水，清澈明亮。由于其它泉水比玉泉水重，所以，在上者就是玉泉水，倒出之后，仍然有一种新鲜感，而下层之水，弃去。据说，用这个以水洗水的方法来使泉水“复活”的效果还挺不错的呢？

古人是怎样选水的？ 1、择水选源。如唐代的陆羽在《茶经》中指出：“其水，用山水上，江水中，井水下”。明代陈眉公《试茶》诗中的“泉从石出情更冽，茶自峰生味更圆”。都认为试茶水品的优劣，与水源的关系甚为密切。 2、水产品贵“活”。如北宋苏东坡《汲江煎茶》诗中的“活水还须活火煎，自临钓石取深清”。宋代唐庚《斗茶记》中的“水不问江井，要之贵活”。南宋胡仔《苕溪渔隐丛话》中的“茶非活水，则不能发其鲜馥”。明代顾元庆《茶谱》中的“山水乳泉漫流者为上”。凡此等等，都说明试茶水品，以“活”为贵。 3、水味要“甘”。如北宋重臣蔡襄《茶录》中认为：“水泉不甘，能损茶味”。明代田艺蘅在《煮泉小品》说：“味美者曰甘泉，气氛者曰香泉”。明代罗廬在《茶解》中主张：“梅雨如膏，万物赖以滋养，其味独甘，梅后便不堪饮”。强调的宜茶水品在于“甘”，只有“甘”才能够出“味”。 4、水质需“清”。如唐代陆羽的《茶经·四之器》中所列的漉水囊，就是作为滤水用的，使煎茶之水清净。宋代“斗茶”，强调茶汤以“白”取胜，更是注重“山泉之清者”。明代熊明遇用石子“养水”，目的也在于滤水。上面说的都是一个意思，宜茶用水，以“清”为本。 5、水产品应“轻”。如清代乾隆皇帝一生中，塞北江南，无所不至，在杭州品龙井茶，上峨眉尝蒙顶茶，赴武夷啜岩茶，他一生爱茶，是一位品泉评茶的行家。

据清代陆以活《冷庐杂识》记载,乾隆每次出巡,常喜欢带一只精制银斗,“精量各地泉水”,精心称重,按水的比重从轻到重,排出优次,定北京玉泉山水为“天下第一泉”,作为宫廷御用水。以上诸家,对宜茶水产品选择,都有一定道理,但不乏片面之词。而比较全面评述的,要数宋徽宗赵佶,他在《大观茶论》中提出:宜茶水产品“以清轻甘洁为美”。清人梁章钜在《归田琐记》中指出,只有身入山中,方能真正品尝到“清香甘活”的泉水。在中国饮茶史上,曾有“得佳茗不易,觅美泉尤难”之说。多少爱茶人,为觅得一泓美泉,着实花费过一番功夫。

宜茶水产品有哪些? 1、山泉水山泉水大多出自岩石重叠的山峦。山上植被繁茂,从山岩断层细流汇集而成的山泉,富含二氧化碳和各种对人体有益的微量元素;而经过砂石过滤的泉水,水质清静晶莹,含氯、铁等化合物极少,用这种泉水泡茶,能使茶的色香味形得到最大发挥。但也并非山泉水都可以用来沏茶,如硫磺矿泉水是不能沏茶的。另一方面,山泉水也不是随处可得,因此,对多数茶客而言,只能视条件和可能去选择宜茶水产品了。 2、江、河、湖水它属地表水,含杂质较多,混浊度较高,一般说来,沏茶难以取得较好的效果,但在远离人烟,又是植被生长繁茂之地,污染物较少,这样的江、河、湖水,仍不失为沏茶好水。如浙江桐庐的富春江水、淳安的千岛湖水、绍兴的鉴湖水就是例证。唐代陆羽在《茶经》中说:“其江水,取去人远者”。说的就是这个意思。唐代白居易在诗中说:“蜀水寄到但惊新,渭水煎来始觉珍”,认为渭水煎茶很好。唐代李群玉曰:“吴瓯湘水绿花”,说湘水煎茶也不差。明代许次纾在《茶疏》中更进一步说:“黄河之水,来自天上。浊者土色,澄之即净,香味自发”。言即使浊混的黄河水,只要经澄清处理,同样也能使茶汤香高味醇。这种情况,古代如此,现代也同样如此。 3、雪水和天落水古人称之为“天泉”,尤其是雪水,更为古人所推崇。唐代白居易的“扫雪煎香茗”,宋代辛弃疾的“细写茶经煮茶雪”,元代谢宗

可的“夜扫寒英煮绿尘”，清代曹雪芹的“扫将新雪及时烹”，都是赞美用雪水沏茶的。至于雨水，一般说来，因时而异：秋雨，天高气爽，空中灰尘少，水味“清冽”，是雨水中上品；梅雨，天气沉闷，阴雨绵绵，水味“甘滑”，较为逊色；夏雨，雷雨阵阵，飞砂走石，水味“走样”，水质不净。但无论是雪水或雨水，只要空气不被污染，与江、河、湖水相比，总是相对洁净，是沏茶的好水。可惜，近代不少地区，特别是工业区，由于受到工业烟灰、气味的污染，使雪水和天落水也变了质，走了样。

4、井水井水属地下水，悬浮物含量少，透明度较高。但它又多为浅层地下水，特别是城市井水，易受周围环境污染，用来沏茶，有损茶味。所以，若能汲得活水井的水沏茶，同样也能泡得一杯好茶。唐代陆羽《茶经》中说的“井取汲多者”，明代陆树声《煎茶七类》中讲的“井取多汲者，汲多则水活”，说的就是这个意思。明代焦竑的《玉堂丛语》，清代窦光鼐、朱筠的《日下归闻考》中都提到的京城文华殿东大庖井，水质清明，滋味甘冽，曾是明清两代皇宫的饮用水源。福建南安观音井，曾是宋代的斗茶用水，如今犹在。

5、自来水自来水它含有用来消毒的氯气等，在水管中滞留较久的，还含有较多的铁质。当水中的铁离子含量超过万分之五时，会使茶汤呈褐色，而氯化物与茶中的多酚类作用，又会使茶汤表面形成一层“锈油”，喝起来有苦涩味。所以用自来水沏茶，最好用无污染的容器，先贮存一天，待氯气散发后再煮沸沏茶，或者采用净水器将水净化，这样就可成为较好的沏茶用水。

6、纯净水现代科学的进步，采用多层过滤和超滤、反渗透技术，可以将一般的饮用水变成不含有任何杂质的纯净水，并使水的酸碱度达到中性。用这种水泡茶，不仅因为净度好、透明度高，沏出的茶汤晶莹透澈，而且香气滋味纯正，无异杂味，鲜醇爽口。市面上纯净水品牌很多，大多数都宜泡茶。除纯净水外，还有质地优良的矿泉水也是较好的泡茶用水

说说景德镇茶具？ 中国的陶瓷艺术，集中于景德镇。景德镇拥有优质制瓷原料——“高岭土”。景德镇真正成为“天下窑器所聚”的瓷业中心始于明代。永乐的“甜白瓷”、宣德的“祭红”、“淡黄釉”、成化的“青花斗彩”、嘉靖万历的“五彩”等，都是我国制瓷史上的空前杰作。气势宏伟的大龙缸和精巧无比的薄胎瓷的成功烧造，标志着当时制瓷技术进入了相当高超的水平。清代康熙、雍正、乾隆三朝的茶具，无论是工艺、品种、质量、产量和技术，都达到了前所未有的境地。雍正、乾隆的“珐琅彩”、“胭脂红”、“乌金釉”、“天蓝”、“霁蓝”、“茶叶末”、“三阳开泰”、“窑变花釉”等颜色釉的问世，极大丰富了陶瓷茶具的装饰，显示出景德镇瓷工对各种装饰技法及色料的运用已达到炉火纯青、出神入化的地步。嗣后的“珠山八友”将中国画运用于陶瓷装饰，独创“落地粉彩”、“水点桃花”等瓷绘技法，形成了一代画风，其余辉至今犹存。明清的饮茶风尚大异于前代，转为泡饮，因此对茶具的要求出现了很大的转变。明以后，茶具“兼贵于小”，茶碗、茶瓯之说极少再提，茶杯的记述增多，以达到和茶盖并重，进而出现“杯盖”的目的，为了便于观赏汤色，茶盖由尚黑变为尚白，流行一种短流、鼓腹、有盖有把手的茶壶。清代饮茶，还常用别具特色的盖碗。

说说我国的茶具发展史？ 喝茶自然要用茶具，而且，从茶艺欣赏的角度来说，美的茶具比美的茶更为重要。茶具的产生和发展是和茶叶生产、饮茶习惯的发展和演变密切相关的。早期茶具多为陶制。陶器的出现距今已有一万二千年的历史。由于早期社会物质文明极其贫乏，因此茶具是一具多用的。直到魏晋以后，清谈之风渐盛，饮茶也被看作为高雅的精神享受和表达志向的手段，正是在这种情形下，茶具才从其它生活用具中独立出来。考古材料说明最早的专用茶具是盏托，如东晋时盏托两端微微向上翘，盘壁由斜直变成内弧，有的内底心下凹，有的有一凸起的圆形托圈，使盏“无所倾斜”，同时出现直口深腹假圈足盏。到南朝时，

盏托已普遍使用。唐代，我国茶的生产进一步扩大，饮茶风尚也从南推广到北方。此时瓷业出现“南青北白”的局面，越窑青瓷代表了当时青瓷的最高水平。此时的茶碗器形较小，器身较浅，器壁成斜直形，适于饮茶。北方的茶碗，较厚重，口沿有一道凸起的卷唇，它与越窑茶碗“口唇不卷，底卷而浅”的风格有明显区别。越窑除了具备釉色，造型也优美精巧。我国茶具，直到陆羽《茶经》问世，才第一次有系统和完整的记述。《茶经》中讲述的这套茶具涉及陶、冶、竹、木、石、纸、漆各种质地共 28 件。陆羽对茶具的设计不仅讲究实用价值，式样古朴典雅，有情趣且有明显推行“茶道”的意图，给茶人以美的愉悦。史称“茶兴于唐而盛于宋”，而且，宋代的陶瓷工艺也进入黄金时代，最为著名的有汝、官、哥、定、钧五大名窑。因此，宋代茶具也独具特色。在宋代，茶除供饮用外，更成为民间玩耍娱乐的工具之一。嗜茶者每相聚，斗试茶艺，称“斗茶”。因此，茶具也有了相应变化。斗茶者为显出茶色的鲜白，对黑釉盏特别喜爱，其中建窑出产的兔毫盏更被视为珍品。到元代，散茶逐渐取代团茶的地位。此时绿茶的制造只经适当揉捻，不用捣碎碾磨，保存了茶的色、香、味。及至明朝，叶茶全面发展，在蒸青绿茶基础上又发明了晒青绿茶及炒青绿茶。茶具亦因制茶、饮茶方法的改进而发展，出现了一种鼓腹、有管状流和把手或提梁的茶壶。值得一提的是，明代紫砂壶具应运而生，并一跃成为“茶具之首”。其原因大致因其造型古朴别致，经长年使用光泽如古玉，又能留得茶香，夏茶汤不易馊，冬茶汤不易凉。最令人爱不释手的是壶上的字画。最有名的是清嘉庆年间著名的金石家、书画家、清代八大家之一的陈曼生，把我国传统绘画、书法、金石篆刻等艺术相融合于茶具上，创制了“曼生十八式”，成为茶具史上的一段佳话。清代，我国六大茶类即绿茶、红茶、白茶、黄茶、乌龙茶及黑茶都开始建立各自的地位。宜兴的紫砂壶、景德镇的五彩、珐琅彩及粉彩瓷茶具的烧制迅速发展，在造型及装饰技巧上，也达到了精妙的艺术境界。清代除沿用茶壶、茶杯外，常使用盖碗，茶

具登堂入室,成为一种雅玩,其文化品味大大提高。这时茶具已和酒具彻底分开。直到今天,我国的茶具已是品种纷繁,琳琅满目。

紫砂茶具的历史及特点？ 紫砂茶具早在北宋初期就已经崛起,至明代大为流行,嘉靖、万历年间,出现了一位卓越的工艺大师——供春(龚春),供春幼年曾为进士吴颐山的书僮,他天资聪慧,虚心好学,随主人就读于宜兴金沙寺,闲时常帮寺里老和尚抻还制壶。传说寺院有参天银杏,盘根错节,树瘤多姿,他朝夕观赏,乃模拟树瘤,捏制树瘤壶,造型独特,生动异常。老和尚见了拍案叫绝,便把平生制壶技艺倾囊相授,使他最终成为著名制壶大师。供春之后,相继出现制壶“四大名家”:董翰、赵梁、袁锡、时朋。接着,又出现时大彬、李仲芳、徐友泉“三大妙手”。清代紫砂名家有陈鸣远、陈曼生、杨彭年、邵大亨、黄玉麟、程寿珍、俞国良等。近代著名紫砂工艺大师有顾景舟、朱可儿、蒋蓉等人。宜兴紫砂茶具,泡茶既不夺茶真香,又无熟汤气,能较长时间保持茶叶的色、香、味。紫砂茶具还因其造型古朴别致、气质特佳,经茶水泡、手摩挲,会变为古玉色而倍受人们青睐。生产紫砂壶的主要泥料是天然五色陶土,即:紫砂泥、朱砂泥、大红泥、墨绿泥、本山绿泥。紫砂壶的造型有:仿古、光素货(无花无字)、花货(上有松、竹、梅等的自然形象)、筋囊(几何图案)。紫砂茶具式样繁多,在紫砂壶上雕刻花鸟、山水和各种书法,始自元代而盛于清嘉庆以后,艺人们以刀作笔,所作的书、画、印融为一体,构成一种古朴清雅的风格。《砂壶图考》曾记郑板桥自制壶,亲笔刻诗云:“嘴尖肚大耳偏高,才免饥寒便自豪。量小不堪容大物,两三寸水起波涛。”

常用茶具有哪些？ 从古至今,我国饮茶用的器具种类繁多,各式各样,因民族、地区不同,千差万别。古代茶具,除陶器、瓷器外,还有石器、竹器、木器、锡器、铜器、漆器、银器、

金器、玉器、水晶、玛瑙等。茶具上绘画有各式各样的精美图案，品茶时就多了一种美的享受。现代茶具，有闻名中外的江苏宜兴紫砂茶具和江西景德镇的白瓷、青瓷茶具等。市场上常见的上品瓷茶具具有景德镇的青花、粉彩、颜色彩茶具及禹县多红茶具，龙泉青瓷茶具、醴陵釉下彩茶具、唐山新彩茶具、广州新彩茶具等；陶茶具具有宜兴紫砂茶具、磁州窑剔花茶具、四川荣昌茶具等。除陶瓷茶具外，现在还选用玻璃茶杯、搪瓷茶杯、塑料茶杯等，有些家庭还喜欢用铝、锡、不锈钢等金属茶具。一般内地人家喜欢用陶、瓷茶具；而青藏地区，藏胞无论用餐、饮茶，均用一种叫“贡碗”的小碗。“贡碗”使用十分讲究，主要是凭借碗的图案及花色来区别饮者的社会地位；台湾人现流行以麦饭石制成茶具使用。

哪些茶具泡茶不理想？ 茶具的种类繁多，但从科学角度而言，金属茶具、搪瓷茶具、朔料茶具和保温杯泡茶，一般讲是不理想的。含金、银、铅、铜量高的金属茶具，因磨损等原因，通过沏茶喝茶，会使人体对这些金属成分的吸收量增加，于人体健康不利。搪瓷茶具，虽有不炸裂耐用等优点，但沏茶效果不佳，特别是搪瓷碰破露出铁皮时，更会影响泡茶质量，会使茶水失去原味，色泽发黄，带有熟汤气。塑料杯泡茶，经沸水冲泡后，常有一些异味物质或有害物质溶出，既影响茶味，也不利于人的健康。保温瓶、杯泡茶，由于温度一直保持较高，使芳香物质很快挥发掉，减少了喝茶应有的芳香；同时高温还能使茶多酚等浸出过多，使茶汤色浓，味苦涩，并有闷熟感。特别是保温杯泡绿茶，会使茶汤带闷熟味，使色泽变黄，失去茶香味。

不同茶类应用不同茶具冲泡吗？ 招待客人，好茶、好水及讲究的冲泡方法，再加上精致适宜的茶具，会更别有一番风味，使热闹气氛大增。研究指出，用不同质地的茶具冲泡同一种茶，会出现不同的色泽和味道，故不同的茶类应用不同的茶具冲泡。高档的名优茶，特别是

绿茶，应用透明的玻璃杯冲泡。边冲泡，边观赏茶色茶形，边饮用，别有一番情趣。普通绿茶，可用瓷器茶杯或茶壶冲泡；茉莉花茶，可采用盖碗茶的形式冲泡饮用。红茶，特别是红碎茶，宜用高玻璃杯冲泡，使红艳的茶汤更加诱人。红茶，也可以用茶壶冲泡后，用咖啡杯饮用。饮用时可随意加糖或奶，类似饮用咖啡，别有一番“洋”味。高档红茶，也可放入到钧红、祭红或广彩茶具等装饰艳丽的茶具中冲泡。乌龙茶，宜用紫砂茶具冲泡后，用小茶杯饮用，乌龙茶也可选用暖色瓷茶具冲泡，以沸水冲泡后加盖，可保留浓郁的茶香。

玻璃茶具泡茶如何？ 玻璃茶具，透明晶莹，洁净无瑕。用玻璃杯沏茶，杯中茶叶、茶色一清二楚，使形色尽收眼底。如用玻璃杯泡龙井茶、碧螺春等名茶，可欣赏叶底“一旗”、“一枪”亭亭玉立之形态和碧绿澄清的汤色。但不足之处是容易炸裂，散热传热快，茶香也易散发等。

麦饭石茶具泡茶好吗？ 鲜为人知的麦饭石茶具，由麦饭石琢磨而成，别具一格，可与玉石等茶具媲美。据悉，麦饭石经热水浸泡后，可溶出钙、铁等多种矿物质，使水的活性增加，浸出液具有天然离子交换能力，可将酸性水质调整为弱碱性，故用于冲茶叶，更能发挥茶叶的甘醇清香味。麦饭石茶具，如保持粗糙的外表，上面的点点晶粒可折射出或明或暗的光辉，能使人联想起粗犷奔放的雕塑。所以，用这种造型古朴的麦饭石茶具泡茶，既有较好的营养保健作用，又有很高的欣赏价值。

为什么紫砂茶具泡茶最好？ 紫砂茶具泥质天成，用深藏在当地山腹之中特有的紫、红等彩泥，加工成型，再放到 1100-1200℃ 的高温窑炉中烧成陶。由于泥料中含有氧化硅、钠、钾、锰、镁等多种化学成分，烧后的成品赤如红、紫如葡萄、赭如墨菊、黄如柑橙，绚丽多彩，变幻莫测。紫砂茶具造型数以千计，“方非一式，圆无一相”，有仿几何形体造型，工

艺精湛，色泽纯朴。艺人们在壶体上用钢刀代笔，雕刻上花鸟山水，金石书法，使紫砂壶成为一种融文学、书法、绘画、雕塑、金石、造型于一体的艺术品。品茗之余，兼赏其艺术，给人以知识的启迪和美的享受。紫砂壶有高矮之分，口径有大小之别，这与泡茶有密切关系。紫砂壶一般适合泡乌龙茶；高型口小的茶壶，适合沏绿茶或花茶，使茶色碧翠而味清醇。紫砂茶具既重造型又重茶理，理趣共存。因此，人们把它推崇为“世间茶具之首”，负有“名陶名器，天下无类”的美称。与瓷等其它茶具比较，它有如下特点，这也就是为什么紫砂茶具泡茶最好的道理所在。（1）用紫砂壶泡茶，茶香浓郁持久。紫砂壶嘴小、盖严，壶的内壁较粗糙，能有效地防止香气过早散失。长久使用的紫砂茶壶，内壁挂上一层棕红色茶锈，使用时间越长，茶锈积在内壁上越多，故冲泡茶叶后茶汤越加醇郁芳馨。长期使用的紫砂茶壶，即使不放茶，只倒入开水，仍茶香诱人，这是一般茶具所做不到的。（2）紫砂茶壶里外都不施釉，保持微小的气孔，透气性能好，但又不透水，并具有较强的吸附力，这是一般茶壶所不能比拟的。它能保持茶叶中芳香油遇热挥发而形成馨香，提高茶汤的晚期酸度，起到收敛和杀菌作用。故能稍微延缓茶水的霉败变馊，所谓“盛暑越宿不馊”，道理就在这里。（3）紫砂壶泡茶，保温时间长。由于壶壁内部存在着许多小气泡，气泡里又充满着不流动的空气，空气是热的不良导体，故紫砂壶有较好的保温性能。（4）用紫砂壶泡茶，提携抚握不易炙手。紫砂壶线膨胀系数比瓷壶略高，而且没有釉，就不存在坯釉应力的问题；烧成以后的紫砂壶，玻璃极少，有足以克服冷热温度差所产生的急变能力，故具有缓慢的传热性。紫砂茶壶适应冷热急变的能力极佳，即使在上百度的高温中蒸煮后，迅速投到零下的冰雪中，也不会爆裂。因此，用紫砂壶泡茶，提携抚握不易炙手；寒冬腊月，用沸水泡茶，也不必担心裂开，甚至置于文火上烧炖，也无炸裂之虞。

瓷茶具泡茶好吗？ 瓷茶具中，以江西景德镇瓷茶具泡茶最好。江西景德镇是我国著名的瓷器之乡，所产的各种茶具，具有“白如玉、薄如纸、明如镜、声如磬”的特点，因而为世界所称誉。景德镇瓷茶具，花色品种较多，有技艺高超、制作精细、造型秀丽的高级茶具，也有造型一般、美观大方的大众化茶具，用它冲泡出来的茶汤，有香高、汤清、味醇的特点，别有一番风味。

什么是“曼生十八式”？ 陈鸿寿，字子恭，号曼生，浙江钱塘人。是清代著名的篆刻家、画家和紫砂壶设计家。陈鸿寿以其独特的审美能力和艺术修养，设计完成了众多壶式，由彭年兄妹成型，再加上陈鸿寿自己的题铭。陈鸿寿号曼生，所以人们把陈鸿寿参与设计的壶叫“曼生壶”。“曼生壶”最主要的特点是去除繁琐的装饰和陈旧的样式，务求简洁明快。其次是壶身大量留白，上面刻铭文诗句。一般来说，“曼生壶”在样式上都有不同的题识，称“曼生十八式”：一、石挑式，上题“挑之制，抐之工；自我作，非周种。”二、汲直式，上题“苦而旨，直其体；公孙丞相甘如醴。”三、却月式，上题“月满则亏，置之座右，以为我规。”四、横云式，上题“此云之腴，餐之不瞿，列仙之儒。”五、百衲式，上题“勿轻短褐，其中有物，倾之活活。”六、合欢式，上题“蠲忿去渴，眉寿无割。”七、春胜式，上题“宜春日，强饮吉。”八、古春式，上题“春何供，供茶事；谁云者，两丫。”九、饮虹式，上题“光熊熊，气若虹；朝闾阖，乘清风。”十、瓜形式，上题“饮之吉，瓠瓜无匹。”十一、葫芦式，上题“作葫芦画，悦亲戚之情话。”十二、天鸡式，上题“天鸡鸣，宝露盈。”十三、合斗式，上题“北斗高，南斗下；银河泻，阑干挂。”十四、圆珠式，上题“如瓜镇心，以涤烦襟。”十五、乳鼎式，上题“乳泉霏雪，沁我吟颊。”十六、镜瓦式，上题“鉴取水，瓦承泽；泉源源，润无极。”十七、棋奁式，上题“帘深月回，敲棋斗茗，器无差等。”十八、方壶式，上题“内清明，外直方，

吾与尔偕臧。” 据考查，曼生壶不止十八式，至少有四十种样式。一般曼生壶底有“阿曼陀室”印章，壶把下有“彭年”小印章。

唐代越窑茶具主要有哪些类型？ 唐代越窑茶具主要有碗、瓯、执壶、杯、釜、罐、盏托、茶碾等数种。碗作为唐时最流行的茶具，造型主要有花瓣型、直腹式、弧腹式等种类，多为侈口收颈或敞口腹内收。到了晚唐，制瓷工匠创造性地把自然界的花叶瓜果等物经过概括，保留其感动人、最形象的特征，运用到制瓷业中，从而设计出葵花碗、荷叶碗等精美的茶具。瓯是中唐以后出现并迅即风靡一时的越窑茶具新品种，是一种体积较小的茶盏。这种撇口斜腹的茶具，深得诗人皮日休的喜爱，他的《茶瓯》诗可说极尽了溢美之辞：“邢客与越人，皆能造瓷器。圆如月魄堕，轻如云魄起。枣在势旋眼，苹沫香沾齿。松下时一看，支公亦如此。” 执壶又名注子，是中唐以后才出现的，由前期的鸡头壶发展而来的。这种壶多为侈口，高颈，椭圆腹，浅圈足，长流圆嘴，与流相对称的一端还有泥条粘合的把手，壶身一般刻有花纹或花卉动物图案，有的还留有铭文，标明主人或烧造日期。至于茶杯、盏托、茶碾等物，在越窑中也常有发现，这类瓷器在釉色、温度、形状和彩饰上均较好地体现了当时越窑的制作工艺和烧造水准。除越窑外唐代还有哪些窑口生产茶具？除越窑外，唐代生产茶具的窑口还有：邢窑，窑址在今河北内丘，以白瓷著名，其瓷器胎薄，玉璧底，色泽纯洁，造型轻巧精美，有“圆如月，薄如纸，洁如玉”的美誉，陆羽夸其“类银类雪”。岳州窑，窑址分布在今湖南湘阴的窑头山、白骨塔和窑滑里一带，东晋时称湘阴窑。产品釉色青黄，胎骨灰白。鼎州窑，窑址在今陕西铜川市黄堡镇，是宋代名窑耀州窑的前身，以生产青瓷为主，兼烧黑釉瓷器。婺州窑，窑址在今浙江金华、兰溪、义乌、东阳、永康、武义、江山一带。创烧于三国，初期产品胎釉结合技术较差，容易剥落，其产品和造型受越窑影响较大，只是胎色呈深灰或紫色，釉色青黄或泛紫，釉中有奶白色星点。寿州窑，窑址在今安徽淮南市的

上窑镇、徐家圩和李嘴子一带。主要产品有碗、盏、杯、注子等。胎体厚重，胎质粗松，釉色以黄为主，著名产品为“鳝鱼黄”。洪州窑，窑址在今江西丰城曲江、石滩、郭桥、同田乡一带。主要产品有碗、杯、盏托、碾轮等，尤以生产茶碾轮和盘心圈状凸起的茶盏托著称。釉色可分为青绿、黄褐和酱褐，其压印、刻剔、镂孔和堆贴等烧造技法很高。产品曾作贡品。

建盏的产地及特点？ 建盏产地在福建建安县（今建阳县）水吉镇的后井、池中村一带，总面积达十二万平方米，始烧于唐末五代。最初以支钉迭烧的方式烧造青黄釉瓷器，品种有碗、盏等。自北宋建茶名声大振，斗茶之风兴起以后，建窑开始创烧闻名中外的黑釉盏，同时兼烧青瓷和青白瓷器，其所生产的黑釉茶碗，又称“建黑”、“黑建”或“乌泥釉”、“乌泥建”。后因日本派遣僧侣到浙江天目山“径山寺”修行学道，归国时带回一批建盏，因而日本人称之为“天目碗”。建盏品种比较单一，除各式盏外，只有极少数的高足杯和灯盏等器物。从器形上看，可分为敞口、敛口及盅式盖三种；体形可分为大中小三类，从考古发掘和调查所得的标本来看，大致上以中型敞口、敛口及小型敛口盏最为常见。建盏瓷胎为乌泥色，釉面或呈条状结晶，或呈鹧鸪斑状。按其釉面斑点的特点分类，釉面上有两个白毫般亮点者称“兔毫盏”；釉面有大小斑点相串，阳光下呈彩斑者称“变盏”；釉面隐有银色小圆点，如水面油滴者称为“油滴盏”。

说说宋代的五大名窑？ 宋代的五大名窑为官窑、哥窑、汝窑、定窑、钧窑。官窑位列五大名窑之首，是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。南宋官窑是世界碎纹艺术釉瓷的鼻祖，它继承和发展了唐代越窑青瓷茶具的优良传统，结合宋代饮茶风行现状，在青和润上大做文章，产品由原来的薄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。在装饰上一改前朝产品上刻花、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，这一

别开生面技术的运用，比国外足足早了六百多年。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。哥窑创烧于五代，全盛于南宋，以烧青瓷而闻名。产品薄胎质坚，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，大小相间者，称为“文武片”；有细眼状者称“鱼子纹”；似冰裂状的称“百圾碎”。还有蟹爪纹、鳝鱼纹、牛毛纹等多种。哥窑的另一个特点是器脚露胎，胎骨如铁，口部釉隐现紫色，因而享有“紫口铁足”的美称。定窑窑址在今河北曲阳涧磁村、燕川样，因古代属定州管辖，故名。定窑创烧于唐代，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。定窑采用覆烧技术来烧造瓷器。定窑产品胎薄釉润，造型优美，花纹繁复，器皿装饰多用刻花、印花等手法。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“民窑汝瓷”，在河南临汝民间烧制印花青瓷，称为“临汝窑”。汝窑造型规整，大不盈尺，以不加装饰纹样为重，以釉色釉质见长，其釉色呈淡天青色，被瓷界称为“葱绿色”。钧窑是北宋至金时著名瓷窑，窑址在今河南禹县，因为古属钧州，故名。钧窑作为北宋晚期的青瓷窑场，打烧造技术独辟蹊径，利用氧化铜、氧化铁呈色各异原理，烧成了蓝中带红或蓝中带紫的色釉，改变了单色釉瓷的历史，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。

明代茶具发展的特点？ 由于明人饮用的是与现代炒青绿茶相似的芽茶，又因“茶以青翠为胜，涛以蓝白为佳，黄黑红昏，俱不入品”，故而绿色的茶汤，用洁白如玉的茶盏来衬托，更显得清新雅致，悦目自然。尚白的直接结果就是促进白瓷的发展。江西景德镇适时成为全国的制瓷中心，生产的白瓷茶具具有很高的艺术成就，胎白细致，釉色光润，具有“薄如纸，白如玉，声如磬，明如镜”的特点。用这种洁白如玉的茶具泡茶，叶片舒展，色泽悦目，其味甘醇，既不失茶之真味，又能助品饮雅兴，真是一种惬意的享受。明代茶具发展的另一特点是茶壶的出现和发展，使得茶盏和茶壶相得益彰。茶壶在明以前已有之，唐宋时称为“注子”和“执壶”，但那时的茶壶只是用来煎水煮茶的，还不是真正意义上的直接用于泡茶的茶壶，只有到明代，随着饮茶方式的改变，才使茶壶的出现顺理成章。作为茶饮主要工具的茶盏，在明代也出现了一项重大的改进，就是在盖上加盖。加盖的作用，一是为了保温，二是出于清洁卫生的考虑，能有效防止尘埃的侵入。人们将这种茶盏称为盖碗，盖碗突出了实用性，更强调了装饰艺术的庄重感，品茗养性怡情，从茶盏的变革中可略见一斑。

我们应该如何选购紫砂茶壶？ 我们购买紫砂茶壶，不论新或旧，除了注重它的形制、质地与完整性外，还应该注意壶的火候及水色。名家捏制和烧造紫砂壶，皆极讲究火候，而且掌握恰到好处，即不温不火。所谓火候，是指紫砂壶捏制成形后在火窑烧造的火力，内行人士称为烧结。火候适当，才能显出紫砂的特质与形态美，否则不够细滑光润。大路货因属普通货色，大量制作，难以苛求烧结好；有些火力过度，在十倍放大镜下会呈现轻微裂缝或者表面不规整、不够平滑的现象。大师级制壶家的烧结功力好，经验足，而且作品不多，能慢工出细货，并能达到炉火纯清的境地。此外紫砂壶还讲究以水色佳者为上品。紫砂不可能呈透明，但是烧制好的壶身必然光纹细润。我们在选购时可在光照下侧视、斜视、俯视、仰视，从不同的角度细察壶身所反射出来的光暗面，柔润细腻者为上品，暗淡沉郁者为下品。

做紫砂壶的泥料有哪几种？紫砂器的颜色有哪些？ 紫砂的泥料，主要有紫泥、本山绿泥和红泥三种。统称为紫砂泥。紫泥是产于陶土甲泥矿中的一种泥料，本山绿泥烧成以后呈黄色，是甲泥矿内的夹脂；红泥又称朱砂泥，是夹在陶土嫩泥矿中的泥料。甲泥和嫩泥是宜兴日用陶长期大量使用的原料，紫砂泥因此称为“泥中泥”。在宜兴陶原料的开采中，紫砂泥所占的比例并不多，大约是千分之一左右。紫砂泥属于高岭—石英—云母类型，其特点是含铁量高，颗粒较粗。紫泥、本山泥和红泥三种原料，都可以单独使用制作器皿，也可以根据需要互相配比掺和使用。则开采的紫砂矿料不能用水直接膨润，要散置露天，风化陈腐后数月，然后粉碎，过筛，加水拌匀。加工成型的坯件不再上釉，经摄氏一千一百至一千二百度氧化焰烧成，就可以得到色泽雅致，质地坚致耐用的成品。产品的色泽，以紫红色为主，因而称为紫砂陶，由于原料的不同配比，还可以得到朱砂紫、深紫、栗色、梨皮、海棠红、天青、青灰、墨绿、黛黑等不同的颜色。

明代紫砂壶兴起的原因？ 茶具和茶叶的搭配很重要，在中国茶艺发展的历史上两者可谓息息相关。由于中国历代制茶和饮茶的方法不同，因此茶具也随年代而有所变化。唐代的茶具，不论斧、碾、罗筛、竹策、盂和碗等，皆有一定的形制。而宋代的茶瓶就不同于古代的铜斧。到了明清两代，才正式有茶壶的出现。那时泡茶的方法已有了很大的进步，明代的炒青绿茶不同于团茶，包括瓷壶和紫砂壶等。宜兴紫砂壶之所以兴起，和器形的大小很有关系，因为壶小则茶香，壶大则不鲜，尤其是浸泡过久，大壶易使茶味变散失。紫砂壶器小质佳，故符合明代人的泡茶所讲究的“壶小则香不涣散，味不耽搁”之原则。

紫砂茶壶如何保养？ 很多人都喜欢用紫砂茶壶泡茶，但是有些茶迷、壶迷未必懂得日常保养的基本方法。尤其是上品的旧壶，若护理失当，则浪费或破坏了它的优点。紫砂壶的好处

之一是能“裹住香气，散发热气”，久用能吸收茶香，更能散发油润光泽。有人说紫砂壶愈用得久愈值钱，说得就是这个道理。日常保养紫砂壶应特别注意下面几点：1、用完后的紫砂壶必须保持壶内干爽，勿积存湿气。2、放在空气流通的地方，不宜放在闷燥处，更不可以为珍贵，用后包裹或密封。3、勿放近多油或多尘埃的地方。4、最好用完后把壶盖侧放，勿常将壶盖密封。5、壶内勿常常浸着水，应到要泡茶时才冲水。6、最好多备几个好的紫砂壶，喝某一种茶叶时只用指定的一个壶；不可喝什么茶叶都用同一个壶，应加识别，以免混乱。7、切勿用洗洁精或任何化学物剂浸洗紫砂壶，否则会把茶味洗擦掉，并使外表失去光泽。8、每次用完后，用纱布吸干壶外面的水分，接着倒出壶内的三分之二的茶叶，留下约三分之一，冲进沸水，焗两三次，冲过的水留用，然后清理干净所有的茶叶，将冲过的水浇匀壶上，最后用布轻轻擦干。

如何使用新买的紫砂壶？ 一件新壶启用之前，应先用零号纱布将茶壶外表通身仔细打磨一遍。如果没有旧砂布，可将新砂布自相磨擦，使锋头减退后再磨壶身。但打磨只能适可而止，不可过分，以免损伤壶面。然后洗净内外的泥粉砂屑，用开水烫过，便可泡茶使用了。新壶注满热茶时，不时用干净的湿布揩拭壶身，时日稍久，壶身便色泽深黯沉静，发出雅光。认真使用十天半月之后，壶的外观就大不一样了，使用愈久，愈是夺目，所以紫砂壶有越用越新的说法。

你知道供（龚）春壶的来历吗？ 关于供（龚）春壶还有一段来历。据传供（龚）春是学宪吴仕的家僮，经常陪伴主人在金沙寺读书，适逢金沙寺和尚在制作紫砂壶，好奇心极强的供（龚）春在劳役之余，看和尚制壶入了迷，于是就偷偷地学习和尚的技艺，也去淘洗了一些细泥作坯，用茶匙按压内壁，手指压外壁，屡按屡压，反复不断，直压到壶坯非常紧密为止，

可能是按压时手劲过大，以致在茶壶的腹部留下了清晰的手印，烧成后，质地相当出众。此壶传开后，人们称之为供（龚）春壶。供（龚）春也因此成为制壶的宗师。

说说明代万历年间制作紫砂壶的四大名家？ 明代万历年间，出现了董翰、赵梁、元畅、时朋四大制壶高手，号称“四名家”。他们或以工巧著称，或以古拙闻名，所谓制壶“方非一式，圆不一相”的诸多壶式，就出自他们之手。

“壶中妙手称三大”的含义是什么？ 这是指明代制作紫砂壶的时大彬、李大仲芳、徐大友泉三人。

如何鉴别传世紫砂名壶？ 鉴别紫砂要熟悉紫砂的历史，了解各个时期紫砂的制作工艺，烧成工艺以及泥料的变化情况，熟悉名家的艺术风格，他们的款字格式和印章模式，否则就谈不上识别真伪了。关于金沙寺僧及供春等早期作家的制作工艺和烧成工艺，文献记载：“淘细土抟坯，茶匙穴中，指掠内外，指螺文隐起可按，胎必累按，故腹半尚现节奏”，泥料是“以粗砂制之”，坯件是“附陶穴烧成”。以 1966 年南京吴径墓出土的圆形提梁壶来对照，这些记载是可靠的。吴径墓葬于嘉靖十三年，即 1533 年，比供春的创作活动稍晚些，这件提梁壶砂质较粗，颇近细缸砂胎，并粘有缸釉痕迹，说明当时烧造紫砂，不仅没有专门的窑，也没有先装入匣钵再进窑膛，而是放置在窑内与缸等一起过火的，在上千度的高温下，缸上的釉料就漫射到紫砂器上去了。要到李茂林时代，才开始采用将紫砂坯件“另作瓦缶囊闭入陶穴”的方法。泥料方面，由于各个历史时期取用的矿源位置和矿藏深度不同，它们的化学组成情况也不完全相同。本世纪中期以前，紫砂泥由陶工分散各自加工，配制取用，各有心法，自然存在差别。这种差别主要表现在成品的肌理效果上，许次纾在《茶疏》中说，时大彬的作品，多以粗砂居多。今见时大彬、李仲芳、徐友泉等人的传器，用调砂制泥居多。这

种调砂泥，就是在精细坚实的深紫泥中，混入少量的黄色砂泥，作品经过使用摩挲，增加手泽以后，或呈钢砂闪耀，或呈梨皮状，这种配料方法，后来陶工在制作较高档作品时，每有仿效。有些作家利用当时的矿源，配合到一种理想的泥料，用习惯了，也不大想改变，像邵大亨与黄玉麟，一生几乎只用一两种泥料，邵大亨的作品，多用天青泥居多。茶壶的款式也可作为鉴定的某种依据。某一作家创作了一种新的样式，只有后辈才能仿造，早于他的作家是不会做的。如以松竹梅为题材的作品，在明代几乎没有，鱼化龙壶是邵大亨首创，大亨以前的作家就不可能有这种式样的作品。另外，每一位作家都有自己擅长或习惯的款式，黄玉麟中年以后，差不多只制仿古、掇球、汉扁三种款式。

紫砂壶有几种造型？ 紫砂壶基本上分三种造型：几何型、自然型、筋纹型。几何型，俗称为光货，光货的设计制作是最能鉴别功力的，光货是指整个造型中不同形体部位，要求是每个过程都要做到有骨有肉，骨肉亭匀，都要有自己的特质、性格和规范，这些明确要求就要看简单的线形，比较丰富的内容，供人们审视功力优劣，审美情趣因人而异，如传统的掇球壶、竹鼓壶、汉君壶、合盘壶、四方壶、提壁壶、洋桶壶等等。自然型的茶具比较直接模拟自然界固有物或人造物，来作为造型的基本形态，行话称为“花货”。在这类作品中模拟客观形象时，又分为二种：一种是直接将某一种对象的典型物，演变成壶的形状如南瓜壶、柿扁壶、梅段壶；另一种是几何型类，在壶身筒上，选择恰当的部位，用装饰的手法以雕刻或透雕的方法把某一种典型的形象附贴上，如常青壶、报春壶、梅型壶、竹节壶等等。筋纹型是紫砂艺人在长期生产实践中创造出来的一种壶式。筋纹与筋纹之间的处理大致有三种 第一种是 花型，第二种是菊花或瓜果式纹样制作的壶，第三种是第二种的变态，筋纹与筋纹之间呈凹进的线条状。

紫砂壶的鉴定标准有哪些？ 鉴定紫砂壶优劣标准可归纳为四个要素：可总结为形、神、气、态四要素。“形”即形式的美，作品的外轮廓，也就是具象的面相；“神”即神韵，一种能令人意会体验出精神的韵味；“气”即气质，壶艺所有内涵的本质美；“态”即形态，作品的高、低、肥、瘦、刚、柔、方、圆的各种姿态，从以上几个方面贯通一气的作品才是一件完美的好作品。

评价一件紫砂壶的内涵必须具备哪几个因素？ 评价一件紫砂壶的内涵须具备以下三个主要因素：完美的形象结构；精湛的制作技艺；优良的实用功能。形象结构是指壶的嘴、扳、盖、纽、脚，应与壶身整体比例协调。精湛的技艺是评审紫砂壶艺优劣的准则。优良的实用功能是指容积和重量的恰当，当壶扳、执握、壶的周围合缝，壶嘴出水流畅，同时也要考虑色地和图案的脱俗和谐。

如何欣赏紫砂壶？ 紫砂壶历来分为四个档次：日用品壶（即大路货）、工艺品壶（即细货）、特艺品（即名人名家的作品）、艺术品（富有艺术生命的作品）。用五个字来概括即：泥、形、工、款、功。前四个字属于艺术标准，后一个字为功标准。一是“泥”，紫砂壶得名于世，固然与它的制作技法分不开，但根本的原因是紫砂泥的特殊优越性能。根据现代科学分析，紫砂泥的分子确实与其它的泥不同，就是同样的紫砂泥其结构也不尽相同，由于原料不同，带来的功能效用及给人的官能感受也不尽相同，所以评价一件紫砂壶的优劣，首先应该是紫砂泥的优劣。二是“形”。紫砂壶之形，是存世的各器皿中最丰富的，素有“方非一式，圆不一相”之赞誉。如何评价这些造型也是仁者见仁，智者见智，因为艺术的社会功能是满足人们的心理需要。紫砂壶的造型全凭感觉，制壶的讲等样、等势，按造型学讲就是均衡，也就是说只可意会，不可言传，艺术上的感觉全靠心声的共鸣，心灵的理解，即所谓“心有

灵犀一点通”。三是“工”。艺术有很多相通的地方，紫砂壶的造型技法和国画之工笔技法有着异曲同工之妙，如点、线、面是构成紫砂壶形体的基本要素，在紫砂壶成型过程中，必须清清楚楚，犹如工笔绘画一样，起笔落笔，转弯曲折都必须交待清楚。按照紫砂壶的成型工艺特殊要求，壶嘴与扳要绝对在一直线上，并且分量要均衡；壶口与壶盖结合要严紧。四是“款”。款即壶的款识。鉴赏紫砂壶有二层意思，一层意思是鉴别壶的优劣，壶的制作者、题词、镌铭的作者是谁，另一层意思是欣赏紫砂壶面上题词的内容，镌刻的书画内涵和印款。紫砂壶的装饰艺术也是中国传统装饰艺术的一部分，它具有传统的“诗、书、画、印”四位一体的显著特点，所以欣赏一把紫砂壶除了看它手工艺泥色、造型、制作手工艺功夫外，还有文学、书法、绘画、金石等等方面。所以一把紫砂壶的工艺欣赏能带给人们更多更美的享受。五是功。所谓功是指功能美。紫砂壶手工艺功能美主要表现在：1、容量适度 2、高矮得当 3、口盖得严紧 4、出水要流畅按目前大多饮茶者的习惯而言，一般容量最好在200-350 毫升为最佳，其容量刚好在四杯左右。手摸手提只需一手之劳，故称为一手壶。紫砂壶手工艺高矮，各有用处，高壶口小，宜泡红茶；矮壶口大，宜泡绿茶；但又必须适度，过高则茶易失味，过矮则茶易从壶口溢出，壶嘴出水也很关键，凡此种种都属于功能美手工艺标准。

怎样选用紫砂壶？ 选壶的要领有以下几个方面：1、购置新壶，壶手工艺造型与外形要美，要自己看得舒服满意为佳；2、壶的质地、胎骨要坚实，色泽要润，选用新壶，可先轻拨壶盖，以音响铿锵轻扬，壶声听来悦耳为佳3、选壶时应首先闻闻壶内有无怪味，一般新壶可略带一点土气味，但可选用；若带火烧味，油沫味或人工着色的怪味则不可取；4、壶手工艺精密度要好，壶盖与壶身的紧密程度要好，否则茶香易散，不蕴味。测定的方法刺鞣注水入壶，手压气孔或流口，再倾壶，涓滴不出或壶盖不落都表示精密度高。5、壶的

出水跟流手工艺设计最有关系，倾壶倒水能使壶中滚水不存者为佳；出水水束的集束段长短也可比较，长者为佳。 6、 壶把的力度点应接近壶身受水时手工艺重心，注水入壶约四分之三，然后慢慢倾壶倒水，顺手者则佳，反则不佳。 7、 壶的特性与茶的特性宜相配合则适用性为佳，紫砂壶泡茶，一般是音频率较高者，适宜配泡重香气手工艺茶叶，如清茶，壶音稍低者较宜泡重滋味茶，如乌龙、铁观音等。

什么是茶道？ 当代茶界泰斗吴觉农先生在《茶经述评》一书中给茶道下的定义是：“把茶视为珍贵、高尚的饮料，饮茶是一种精神上的享受，是一种艺术，或是一种修身养性的手段。”周作人先生在《恬适人生·吃茶》中说：“茶道的意思，用平凡的话来说，可以称作‘忙里偷闲，苦中作乐’，享受一点美与和谐，在刹那间体会永久……”所以，可以说茶道是一种文化艺术，是茶事与文化的完美结合，是修养和教化的一种手段。”茶道的形成具备两个条件：一是茶的广为种植，二是茶的普遍饮用。中国茶道史可大体分为三个阶段：第一时期，从神农到隋朝是中国茶道的酝酿时期。这段漫长的时期，茶事多次写入文化典籍。第二时期是唐代，是中国茶道的形成时期。陆羽是中国茶道的奠基人，他所著《茶经》是世界第一部全面论述茶的专著，共三卷，分源、具、造、器、煮、饮、事、出、略、图 10 节。陆羽将普通茶事升格为一种美妙的文化艺能，并提出茶道主张：精行俭德。第三时期是宋朝，是中国茶道发展鼎盛时期。然而宋朝贡茶一味求贵，文化一味求雅，斗茶游戏风靡一时，茶道已向王道倾斜，失去了茶道之质朴真诚。如今，陶冶性情的茶道正渐渐融入现代都市人的休闲生活，各种茶艺也渐渐为人们所了解、采用。

云南的竹筒茶是什么？ 这是傣族同胞的一种饮茶方法，傣语称之为“腊跺”。这是一种很特殊的饮茶方法，它将茶叶先装入鲜竹筒内，放在火塘边烘烤，边烘烤，边添加茶叶，直到

竹筒填满茶叶，压紧压实为止。竹筒烤至焦黄，茶香外溢，即可移开火塘，剖开竹筒，取少许茶放入茶碗中，用沸水冲泡，即可饮用。这种茶特别清香可口，饮之有清新醇浓之感。

你听说过纳西的龙虎斗茶吗？ 纳西族称之为“阿吉拉烤”，首先将茶叶放在小陶罐中烘烤，待茶焦黄冲入开水煮沸，其次在准备好的茶盅内倒入半杯白酒，然后把茶汁冲入盛酒茶盅内，这时杯中发出悦耳响声，响声过后，即可端茶敬客，茶浓酒香，别具风味。

你听说过苗族的“虫茶”吗？ 虫茶是湖南城步苗族自治县长安乡长安村的著名土特产，已有二百年的历史。相传清代乾隆年间，当地横岭峒一带的少数民族起义，被清军镇压后逃往深山。因一时无食物可充饥，无奈即采灌木丛中的苦茶枝鲜叶为食，始食时感苦涩，食用觉回味甘甜，遂大量采摘，并用箩筐和木桶等储存起来。不料几个月后，苦茶枝被一种浑身乌黑的虫子吃光了，箩筐中桶中只剩下一些呈黑褐色、似油菜籽般细小的渣滓和虫屎，人们惋惜之余，走投无路，被逼无奈，只得试探性地将残渣和虫屎都放进竹筒中，冲入沸水，只见顷刻间，泡浸出的褐红色茶汁，竟清香甜美，欣喜之下饮之，觉分外舒适可口，且清香甜美。从此，当地的苗族同胞们便刻意将苦茶枝叶喂虫，再用虫屎制成虫茶，成为苗寨的一大特色，至今风行。今日人们如到苗寨旅游，仍可品尝到风味独特的“苗族虫茶”。

你听说过侗家的十五茶吗？ 十五茶流行于广西侗族自治县等地，每于农历十五夜晚，男女青年三五成群地去他村走寨，寨中的姑娘则会聚集于某个姑娘家中，待小伙子们到后以打油茶款待。喝茶前还在要先对歌，由女方问，男方答，答对者方能饮茶，女子献茶时先于一只碗上放二双筷，目的是试探小伙子是否有对象，待双方用歌对答后再行第二次献茶，这时，则有碗无筷，以试探小伙子是否聪明。再次答歌后则开始第三次献茶，这时一只碗上放一根

筷子，是试探男方是否有情于女方，答对后再以第四次献茶，这时即一只碗放一双筷子，表示成双成对，两相印。

你听说过盐巴茶吗？ 这是纳西、傈僳、普米、怒和苗族等许多少数民族喜爱的一种饮茶方法。原料为当地生产的紧茶或饼茶，茶具为小瓦罐和瓷杯，方法是先将紧压茶捣碎放入瓦罐，把罐移向火塘烤烘，至茶叶发出“劈啪”响声和焦香气味，缓缓冲入开水，再煮五分钟，然后把捆扎的盐巴投入茶汤中，抖动几下移去，使茶汤略有盐味，即可移出火塘，把茶汁分倒在瓷杯中，太浓时再加开水冲淡饮用。

你听说过烤茶吗？ 这是拉祜族古老又普遍的饮茶方法。方法是将小土罐放在火塘上烤热，然后放入茶叶，边抖动边烘烤，至茶色焦黄时，冲入沸水，去浮沫，再倒入开水，试尝浓度适中，即可倒出饮用，这种茶焦香味浓，饮后消除疲劳，精神大振。

你听说过熏豆茶吗？ 遍及杭嘉湖一带的熏豆茶，亦称烘豆茶，是中国既古老又时兴，既品茶又吃茶点的食品之一。由于此茶具有通气开胃健脾的功能，又有浓郁的乡土气息，吃起来香喷喷咸津津，别具一格。因此颇受海外华人和内地城乡居民的喜爱。熏豆茶的茶叶，要选用“雨前”芽茶。芽茶幼嫩成朵，色泽绿翠，冲泡后尤似兰花开放，有蕙兰清香。熏豆选用新鲜的青毛豆肉，放食盐煮熟，烘干。熏豆营养丰富，不仅是熏豆茶的当家佐料，而且还是上好的素食食品。熏豆茶佐料还有橙子皮（将剥开的橙子皮切成丝条加少许食盐卤腌后拌拼另外佐料）、野芝麻、丁香萝卜、黄豆芽、芽蚕豆、花生仁、桂花、姜片、橄榄，还有豆腐干丝、笋干段、蕃薯干、酱黄瓜等等。这些佐料不仅味道鲜美，橙子皮有理气化痰、健脾温胃；丁香萝卜有利胸膈肺胃、安五脏的疗效；野芝麻有下气、消痰、润肺宽肠之功能。当你探亲访友，在客家捧到一碗热气腾腾的熏豆茶，碗中碧绿的茶芽、青绿的烘豆、金黄色的橙

子皮丝、洁白的豆芽和咖啡色的野芝麻，沉沉浮浮，吃起来香喷喷、咸津津、甜滋滋时一定会久久难忘。品饮熏豆茶，讲究头开闻香，二开尝味，三开过后往往连汤带茶叶、熏豆和佐料都一块吃掉；有的人还要吃也可以添加佐料，再冲茶续水再吃。风行吃熏豆茶的地方，都还流传鲜为年轻人所知的饮茶风俗，如“打茶会”、“阿婆茶”、“新家婆茶”、“新娘子茶”、“毛脚女婿茶”等等，把饮茶与娶妻会友融合在一块，增添了茶的韵味。熏豆茶由于多种佐料组合，随季节变化而变化，富有乡土气息，吃起来也要有功夫。

桃花源擂茶是怎样的？考“擂茶”一名，出现甚早，宋耐得翁《都城纪胜》及吴自牧《梦粱录》中就有“擂茶”、“七宝擂茶”的记载。而今，擂茶仍流行于福建、江西、湖南等地。福建擂茶，以茶叶、芝麻、花生米、橘皮和甘草为原料，盛夏酷暑还加入金银花，凉秋寒冬加入陈皮等，讲究的还放入适量的中药茵陈、甘草、川芎、肉桂等。先将原料放入陶制有齿纹的擂钵，用山楂木（油茶木）制成的木棒（俗称“擂槌”）碾研成粉碎状，冲入开水即可。具有生津止渴、心爽神清、健脾养胃、滋补益寿的作用，故有“喝上两杯擂茶，胜吃两帖补药”之说。在喝擂茶的同时，还备有佐茶的食品，如花生、瓜子、炒黄豆、爆米花、笋干、番瓜干、咸菜等，具有浓厚的乡土气息。敬茶时擂茶碗内溢出的阵阵酥香、甘香、茶香、扑鼻而来，沁人心肺实在令人心驰神往，是待客的佳品。赣南人一年四季都饮擂茶，遇到婚嫁喜事、增添子女、小孩满月、恭贺生日，都离不开擂茶，难怪人们说“无（擂）茶不成客了”。湖南桃花源茶，即三生汤，则将生姜、生米、生茶叶及米仁、绿豆、芝麻等擂碎，倒入冷开水调匀，清凉降温。安化擂茶的原料包括茶叶、炒熟的花生米、大米、绿豆、玉米、生姜、黄瓜子、胡椒和食盐，擂成粉末后倒进沸水熬成糊状，茶稠如粥，香中带咸，稀中有硬。擂茶不仅以其色、香、味和健身功能吊人胃口，尤其是当你边喝擂茶，边听那悠悠擂茶

歌或听有关古老而神奇的传说时，便能深深体会“莫道醉人唯美酒，擂茶一碗更生情”的意韵了。

藏族人如何喝酥油茶？ 藏族主要分布在我国西藏，在云南、四川、青海、甘肃等省的部分地区。这里地势高亢，有“世界屋脊”之称，空气稀薄，气候高寒干旱，他们以放牧或种旱地作物为生，当地蔬菜瓜果很少，常年以奶肉、糌粑为主食。“其腥肉之食，非茶不消；青稞之热，非茶不解”。茶成了当地人们补充营养的主要来源，喝酥油茶便成了如同吃饭一样重要。每当远方客人来到牧民帐篷时，好客的藏族同胞会让您在尊贵的位置盘膝落坐，端上一碗热腾腾、香喷喷的酥油茶让您品尝、解渴。酥油茶是一种在茶汤中加入酥油等佐料经特殊方法加工而成的茶汤。至于酥油，乃是把牛奶或羊奶煮沸，经搅拌冷却后凝结在溶液表面的一层脂肪。而茶叶一般选用的是紧压茶中的普洱茶或金尖。制作时，先将紧压茶打碎加水在壶中煎煮 20-30 分钟，再滤去茶渣，把茶汤注入长圆形的打茶筒内。同时，再加入适量酥油，还可根据需要加入事先已炒熟、捣碎的核桃仁、花生米、芝麻粉、松子仁之类，最后还应放上少量的食盐、鸡蛋等。接着，用木杵在圆筒内上下抽打，根据藏族经验，当抽打时打茶筒内发出的声音由“咣铛，咣铛”转为“嚓，嚓”时，表明茶汤和佐料已混为一体，酥油茶才算打好了，随即将酥油茶倒入茶瓶待喝。但在当地喝酥油茶有个规矩，即边喝边添，千万不能一口喝完。如果喝不习惯也无妨，喝了半碗后，等主人添满后，就让它摆着，在告辞时才一饮而尽，这才符合藏族同胞的礼貌和习俗。酥油茶是一种以茶为主料，并加有多种食料经混合而成的液体饮料，所以，滋味多样，喝起来咸里透香，甘中有甜，它既可暖身御寒，又能补充营养。在西藏草原或高原地带，人烟稀少，家中少有客人进门。偶尔，有客来访，可招待的东西很少，加上酥油茶的独特作用，因此，敬酥油茶便成了西藏人款待宾客的珍贵礼仪。藏族同胞大多信奉喇嘛教，当喇嘛祭祀时，虔诚的教徒要敬茶，有钱的富庶要施茶。他们认

为，这是“积德”、“行善”，所以，在西藏的一些大喇嘛寺里，多备有一口特大的茶锅，通常可容茶数担，遇上节日，向信徒施茶，算是佛门的一种施舍，至今仍随处可见。

你听说过清茶和面茶吗？ 在陕西省汉中地区西北部的略阳县、甘肃省陇中一带的民间广泛流传着用陶罐煨清茶和面茶的习俗。清茶又分为一般清茶、油炒清茶和细作清茶。若远方的贵客来临，主人一定会以最精美的细作清茶来招待客人。细作清茶的制法，有沿袭古时的“茗粥”饮法，但更具当地民间特有的风情和独到的风味。用料和烹茶的程序都十分讲究：由主妇先把馍片切好，烤于火塘边；再将一只小小的陶罐煨于火边，放猪油匙入罐；待油溶化，随手放入一小勺面粉，同时将一枚香杏仁或一瓣核桃仁或少许瓜籽仁捣碎后放入罐内用长柄小木铲翻炒，当罐内散发出阵阵焦香气味时，即用小铲将炒熟的果油膏汁搪于罐壁，再下茶叶、花椒叶和少量食盐等，再次和拌翻炒，当罐内再次散发出茶果油面的浓烈香味时，立即加入适量的水（最好是温开水）煮沸后，别具风味的细作罐罐清茶就制好了。再分茶于小盅内，由主人用小茶盘托着奉献给客人嗅香、品尝；主人用小火筷子将烹茶前放在火塘边上烤得焦黄的馍片盛入小瓷盘里，放在客人面前的小桌几上，供客人在饮茶时一边喝茶，一边吃馍片。这真可谓是别具风情的品茶艺术享受了。略阳山区还有一种罐罐面茶，也分为三种，当地俗称“一层楼、二层楼、三层楼”，日言其茶品位有高下之分。二三层楼的面茶，除逢年过节时才饮用外，平常只是有客人时，才制作高档面茶以示对贵客的尊敬。其制作方法是：事先一般是用核桃、豆腐、鸡蛋、肉丁、黄豆（经粉碎）、花生、粉条、油炒酥食等，分别用油加五香粉调后炒成几种不同口味的食品，分别盛于容器里，以备调茶。烹茶人这时在火塘边煨上茶罐，罐里在放入茶叶的同时，再放入少许的茶椒叶，注水煮沸后，随即再往罐里调入事先备好的稠面糊，用竹筷在罐内搅动，使之调和均匀。当面茶煮熟后，即可向客人奉茶了。何谓“层楼面茶”呢？原来是主人向客人的茶碗里先倒上一层面茶，再复上一层（即

前已备好的)美味调品,若是如此反复三次、将三种不同味道的食品调和在同一茶碗里,客人饮罢一碗茶,即是“登”上“三层楼”了,品尝和接受了热情好客的略阳人独具乡土风韵的面茶和最高的奉茶礼仪了。

你听说过崩龙族的水茶吗? 崩龙族是住在云南西部的少数民族,过去称为“德昂族”,崩龙族对于茶很尊重,不仅喝茶而且嚼茶。水茶的作法是将茶树上采下来的鲜嫩茶叶经日晒萎凋后,拌上盐巴,装入小竹篓,一层层压紧,约一周后即成嚼食用的水茶。这种茶清香可口,带有咸味,能解渴消食。吃茶的方法很特别,是直接将茶放进嘴里咀嚼,又因为制法特别,水茶又叫腌茶。

你听说过僂尼族的土锅茶吗? 僂尼族是属于哈尼族的支系,居住在云南省勐海县南糯山下,喜欢饮土锅茶。土锅茶的僂尼族语称为“绘兰老泼”,“老泼”就是指茶叶。土锅茶的制法是:以大土锅盛山泉水烧开,放入南糯山所产的南糯白毫,约煮五六分钟,将茶汤舀入竹子制成的茶盅内饮用。相传南糯山的那棵老茶树就是僂尼族人所种植的。

你听说过裕固族的摆头茶吗? 裕固族分布在甘肃省河西走廊中部和祁连山北麓,主要从事牧业生产,饮食中以糌粑、酥油、乳制品为主。裕固族牧民饮用的摆头茶,又称为酥油炒面茶,是在熬得很浓的砖茶汁中,加入炒面、酥油、牛奶、盐、奶酪皮等,用筷子搅成糊状后饮用。由于他们在喝茶时,碗在手中从左到右不停地转动,一边转一边用嘴有节奏地往碗里吹气,开始是吹几口喝一口,后来是吹一口喝一口,因为一吹一摆头的动作很特别,所以人们就称之为摆头茶。裕固族牧民每日三茶一饭,与其它牧民族相似,只有晚餐正式吃饭。裕固族热情好客,客人来访时,主人都会穿上民族服装,双手托着装满酥油炒面茶的茶碗,在客人面前放声高唱献茶歌,歌声完毕客人才可以双手将茶碗接过来饮用。摆头茶所用的材料

大都是湖南的茯砖茶。首先以铁锅把茶水烧开，然后把捣碎的茯砖茶倒入锅中熬煮到非常浓稠后再调入牛奶、食盐，以勺子反复搅匀，在瓷碗中放上酥油、炒面、奶酪皮等，将调好的奶茶加入瓷碗中就可成为酥油炒面茶。裕固族早茶是一般的酥油炒面茶，即是早餐。。中午还是这种茶，不过在喝茶的同时，吃些炒面或烫面烙饼，这是午餐。下午再喝一次酥油奶茶，晚上一家人放牧回来后，在一起吃顿饭，晚餐一般吃揪面片、米饭、米粉、烤馍、烤花卷等。

佤族的铁板烧茶是怎样的？ 佤族的铁板烧茶不同于烤茶。其做法是先烧开一壶水，在火塘上架一块铁板，将茶叶放在铁板上烤至焦黄，然后把烤好的茶叶放入壶内煮 3—5 分钟，倒入茶碗中饮用，烧一次茶，煮一次水，现烧现饮。这种茶苦中回甘，带有一种浓烈的焦香味。

陇中人如何喝罐罐茶？ 世代居住在陇中地区的人民，素来喜饮罐罐茶的风俗。甘肃陇中的罐罐茶同与之相邻的陕西略阳民间的罐罐茶是既有相同之处，又有区别。如到陇中广大地区旅游、生活过的人们，往往会被那里风格各异的乡情民俗所吸引。就以饮茶风习而言，最令人乐道的就是那里的罐罐茶了。陇中人民喜爱的饮茶方式，也是一隆火塘、一把茶叶、一个如鸡蛋大小的陶瓦茶罐和一只（或数只）茶盅和一个茶盘，就构成了陇中罐罐茶的全部器具了。农村中在隆冬季节农事不忙时，几乎经常在生着火塘，人们坐在火塘边，一边烤火，一边喝着罐罐茶悠闲地谈天说地。而在以往那些艰苦的岁月，气候温和的季节里，一般家庭不经常生火塘，若饮茶时，先劈柴生起用黄泥土磊成的小火炉，在称作“催催”的小砂罐罐里放入茶叶，注水后放在火炉上反复熬煎，在茶汤变得浓酽、满屋飘香时，便提罐离火将茶叶汁倒入小盅里细细品饮，再往砂罐里续上水，重新入在火炉上煎第二遍茶。陇中罐罐茶最讲究的是汤色浓酽和滋味苦涩。在民间有“能喝下粘稠吊线的茶汁才算得上是真正的喝茶人”之说。而如今即是在民间饮罐罐茶，随着人民生活水平的不断提高和社会的长足进步，无论

是在茶具或在茶品的选用上都发生了显著的变化,许多的饮茶人也已经从烟熏火燎的火塘边解脱出来,已改用小电炉、小煤油炉熬茶,往日的小小砂陶罐,也被导热性能良好,精致美观的金属小罐所代替了;由于茶叶生产的逐年发展,茶叶新品种日益增多,加之茶叶营销市场不断扩大,全国各产茶区的名茶,已进入寻常百姓之家。在民间饮罐罐茶时,也趋向选用多品种、较高档次的茶叶了。这就使世代相沿的民间罐罐茶,也注入了现代茗饮文化的新时尚。

蒙古人喝奶茶的习俗怎样? 蒙古族主要居住在内蒙古及其边缘的一些省、区,喝咸奶茶是蒙古族人们的传统饮茶习俗。在牧区,他们习惯于"一日三餐茶",却往往是"一日一顿饭"。每日清晨,主妇第一件事就是先煮一锅咸奶茶,供全家整天享用。蒙古族喜欢喝热茶,早上,他们一边喝茶,一边吃炒米将剩余的茶放在微火上暖着,供随时取饮。通常一家人只在晚上放牧回家才正式用餐一次,但早、中、晚三次喝咸奶茶一般是不可缺少的。蒙古族喝的咸奶茶,用的多为青砖茶或黑砖茶,煮茶的器具是铁锅。制作时,应先把砖茶打碎,并将洗净的铁锅置于火上,盛水 2-3 公斤,烧水至刚沸腾时,加入打碎的砖茶 25 克左右。当水再次沸腾 5 分钟后,掺入奶,用量为水的五分之一左右。稍加搅动,再加入适量盐巴。等到整锅咸奶茶开始沸腾时,才算煮好了,即可盛在碗中待饮。煮咸奶茶的技术性很强,茶汤滋味的好坏,营养成分的多少,与用茶、加水、掺奶,以及加料次序的先后都有很大的关系。如茶叶放迟了,或者加茶和奶的次序颠倒了,茶味就会不出来。而煮茶时间过长,又会丧失茶香味。蒙古族同胞认为,只有器、茶、奶、盐、温五者互相协调,才能制成咸香可宜、美味可口的咸奶茶来。为此,蒙古族妇女都练就了一手煮咸奶茶的好手艺。大凡姑娘从懂事起,做母亲的就会悉心向女儿传授煮茶技艺。当姑娘出嫁时,在新婚燕尔之际,也得当着亲朋好友的面,显露一下煮茶的本领。要不,就会有缺少家教之嫌。

你听说过回族的刮碗子茶吗？ 回族主要分布在我国的大西北，以宁夏、青海、甘肃三省(区)最为集中。回族居住处多在高原沙漠，气候干旱寒冷，蔬菜缺乏，以食牛羊肉、奶制品为主。而茶叶中存在的大量维生素和多酚类物质，不但可以补充蔬菜的不足，而且还有助于去油除腻，帮助消比。所以，自古以来，茶一直是回族同胞的主要生活必需品。回族饮茶，方式多样，其中有代表性的是喝刮碗子茶。刮碗子茶用的茶具，俗称“三件套”。它有茶碗、碗盖和碗托或盘组成。茶碗盛茶，碗盖保香，碗托防烫。喝茶时，一手提托，一手握盖，并用盖顺碗口由里向外刮几下，这样一则可拨去浮在茶汤表面的泡沫，二则使茶味与添加食物相融，刮碗子茶的名称也由此而生。刮碗子茶用的多为普通炒青绿茶，冲泡茶时，除茶碗中放茶外，还放有冰糖与多种干果，诸如苹果干、葡萄干、柿饼、桃干、红枣、桂圆干、枸杞子等，有的还要加上白菊花、芝麻之类，通常多达八种，故也有人美名其曰：“八宝茶”。由于刮碗子茶中食品种类较多，加之各种配料在茶汤中的浸出速度不同，因此，每次续水后喝起来的滋味是不很一样的。一般说来，刮碗子茶用沸水冲泡，随即加盖，经 5 分钟后开饮，第一泡以茶的滋味为主，主要是清香甘醇；第二泡因糖的作用，就有浓甜透香之感；第三泡开始，茶的滋味开始变淡，各种干果的味道就应运而生，具体依所添的干果而定。大抵说来，一杯刮碗子茶，能冲泡 5-6 次，甚至更多。回族同胞认为，喝刮碗子茶次次有味，且次次不同，又能去腻生津，滋补强身，是一种甜美的养生茶。

白族三道茶的习俗是怎样的？ “三道茶”系白族一种古老品茶艺术，起源于公元八世纪南诏时期，流传至今已有千余年历史。四百多年前，徐霞客游大理时，写道“注茶为玩，初清茶，中盐茶次蜜茶。”民间代代相传，演变成了今日的三道茶习俗。白族散居在我国西南地区，主要分布在风光秀丽的云南大理，这是一个好客的民族，大凡在逢年过节、生辰寿诞、男婚女嫁、拜师学艺等喜庆日子里，或是在亲朋宾客来访之际，都会以“一苦、二甜、三

回味"的三道茶款待。三道茶的泡饮，茶分三道，味各不同。第一道茶，称之为"清苦之茶"，寓意做人的哲理："要立业，就要先吃苦"。制作时，先将水烧开。再由司茶者将一只小砂罐置于文火上烘烤。待罐烤热后，随即取适量茶叶放入罐内，并不停地转动砂罐，使茶叶受热均匀，待罐内茶叶"啪啪"作响，叶色转黄，发出焦糖香时，立即注入已经烧沸的开水。少顷，主人将沸腾的茶水倾入茶盅，再用双手举盅献给客人。由于这种茶经烘烤、煮沸而成，因此，看上去色如琥珀，闻起来焦香扑鼻，喝下去滋味苦涩，故而谓之苦茶，通常只有半杯，一饮而尽。喝完第一道茶后，主人会重新烤茶、置水。换上精美的小茶碗以茶碟子相托，其内放入生姜片、红糖、蜂乳、炒熟的白芝麻、切得极薄的熟核桃仁片，冲茶至八分满。此茶甜中带香，第二道茶就叫甜茶。它寓意"人生在世，做什么事，只有吃得了苦，才会有甜来"。第三道茶称回味茶，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、蜂乳就成。饮第三道茶时，一般是一边晃动茶盅，使茶汤和佐料均匀混合；一边口中"呼呼"作响，趁热饮下。饮下顿觉香甜苦辣俱全，让人回味无穷，它寓意人们要常常回味，牢牢记住"先苦后甜"的道理。三道茶一般每道茶相隔3—5分钟，同时桌上放些瓜子、松子、糖果之类，以增茶趣。

你听说过三炮台碗子茶吗？三炮台碗子茶，其实是指下有底座（碗托）、中有茶碗、上有碗盖的三件一套的盖碗，因形如炮台，故称三炮台碗。撒拉族认为，喝三炮台碗子茶，次次有味，且次次不同，又能去腻生津，滋补强身。冲泡三炮台碗子茶时，茶叶多为晒青绿茶，此外还要加入冰糖、桂圆、枸杞、苹果、葡萄干、红枣、白菊花、芝麻等，也称为"八宝茶"。喝三炮台时，一手提碗，一手握盖，并用碗盖随手顺碗口由里向外刮几下，一则可以刮去茶汤面上的飘浮物；二则可以使茶叶和添加物的汁水相融。由于有一个刮飘浮物的过程，三炮台刮碗子茶又称为刮碗子茶。三炮台刮碗子茶的配料在茶汤中的浸出速度是不一样的，因此，

每泡茶汤滋味是不一样的。第一泡以茶味为主，清香甘醇；第二泡因糖的作用，有浓甜透香之感；第三泡开始，各种干果的味道浸透出来。

维吾尔族的茶礼如何？ 维吾尔族是一个好客的民族，凡是家里来客人，便高兴和热情地接待，并请坐在上席。给客人敬第一碗茶一般都由女主人来做。女主人将茶水倒在茶碗中，放在托盘里端上来，先从资格最老的客人开始献茶。第二碗开始由男主人敬茶，或者由专人负责随时添茶。倒茶时不要往茶碗中猛倒，而要顺着茶碗内边慢慢地倒，茶水不能倒满；主人给客人奉茶时，客人不要为表示客气而接壶自斟；如果不想再喝，可用手把碗口捂一下，示意已喝好。按照维族的风俗在饮茶后或吃完饭时由长者作“都瓦”（祈祷与祝福），作“都瓦”时把两只手伸开并在一起，手心朝脸默祷几秒钟或者更长些，然后轻轻从上到下摸一下脸（这一动作在维吾尔民间习俗里表示吉祥如意），“都瓦”就完毕了。默祷的时间根据场合的不同而定，有短有长。在作“都瓦”时不能东张西望或起立，更不能笑。待主人收拾完茶具与餐具后，客人才能离席，否则就是失礼。维吾尔族喜欢喝茯砖茶。在饮茶习惯上又因所处的地域不同而有所差别。天山以北（北疆）的维族多喝奶茶。奶茶的做法：将茶叶放入铝锅或壶里的开水中煮沸后，放入鲜牛奶或已经熬好的带奶皮的牛奶；放入的奶量以茶汤的1/5----1/4为宜；再加入适量的盐。奶皮茶的做法与此基本类似。此外还有人喜食甜茶，即把沙糖块放在茶水中饮用。有的家庭喜食核桃茶，将碾碎的核桃仁放入大茶碗中，以煮好的茶水冲饮，是一种营养价值极高的茶。

维吾尔族是如何煮砖茶吗？ 天山以南（南疆）的维族平常喜欢喝清茶或香茶，有时也喝奶茶。清茶的做法是先将茯砖茶劈开弄碎，依茶壶容量大小放入适量碎茶，加入开水用急火烧煮沸腾即可；不可用温火慢烧，因为烧的时间过长，就会使茶汤失去鲜爽味并变得苦涩。南

疆人主要从事农业劳动，主食面粉，最常见的是用小麦面烤制的馕，色黄，又香又脆，形若圆饼，进食时，总喜与香茶伴食，平日也爱喝香茶。他们认为，香茶有养胃提神的作用，是一种营养价值极高的饮料。南疆维吾尔族煮香茶时，使用的是铜制的长颈茶壶，也有用陶质、搪瓷或铝制长颈壶的，而喝茶用的是小茶碗，这与北疆维吾尔族煮奶茶使用的茶具是不一样的。通常制作香茶时，应先将茯砖茶敲碎成小块状。同时，在长颈壶内加水七、八分满加热，当水刚沸腾时，抓一把碎块砖茶放入壶中，当水再次沸腾约 5 分钟时，则将预先准备好的适量姜、桂皮、胡椒、芫 等细末香料，放进煮沸的茶水中，经轻轻搅拌，经 3-5 分钟即成。为防止倒茶时茶渣、香料混入茶汤，在煮茶的长颈壶上往往套有一个过滤网，以免茶汤中带渣。南疆维吾尔族老乡喝香茶，习惯于一日三次，与早、中、晚三餐同时进行，通常是一边吃馕，一边喝茶，这种饮茶方式，与其说把它看成是一种解渴的饮料，还不如把它说成是一种佐食的汤料，实是一种以茶代汤，用茶作菜之举。

四川人如何饮盖碗茶？ 在汉族居住的大部分地区都有喝盖碗茶的习俗，而以我国的西南地区的一些大、中城市，尤其是成都最为流行。盖碗茶盛于清代，如今，在四川成都、云南昆明等地，已成为当地茶楼、茶馆等饮茶场所的一种传统饮茶方法。一般家庭待客，也常用此法饮茶。饮盖碗茶一般说来，有五道程序：一是净具：用温水将茶碗、碗盖、碗托清洗干净。二是置茶：用盖碗茶饮茶，摄取的都是珍品茶，常见的有花茶、沱茶，以及上等常为 3-5 三是沏茶：一般用初沸开水冲茶，冲水至茶碗口沿时，盖好碗盖，以待品饮。四是闻香：泡 5 分钟左右，茶汁浸润茶汤时，则用右手提起茶托，左手掀盖，随即闻香舒腑。五是品饮：用左手握住碗托，右手提碗抵盖，倾碗将茶汤徐徐送入口中，品味润喉，提神消烦，真是别有一番风情。

云南人如何泡九道茶？ 九道茶主要流行于中国西南地区，以云南昆明一带最为时尚。泡九道茶一般以普洱茶最为常见，多用于家庭接待宾客，所以，又称迎客茶，温文尔雅是饮九道茶的基本方式。因饮茶有九道程序，故名“九道茶”。一是赏茶：将珍品普洱茶置于小盘，请宾客观形、察色、闻香，并简述普洱茶的文化特点，激发宾客的饮茶情趣。二是洁具：迎客茶以选用紫砂茶具为上，通常茶壶茶杯、茶盘一色配套。多用开水冲洗，这样既可提高茶具温度，以利茶汁浸出；又可清洁茶具。三是置茶：一般视壶大小，按 1 克茶泡 50-60 毫升开水比例将普洱茶投入壶中待泡。四是泡茶：用刚沸的开水迅速冲入壶内，至 3-4 分满。五是浸茶：冲泡后，立即加盖，稍加摇动，再静置 5 分钟左右，使茶中可溶物溶解于水。六是匀茶：启盖后，再向壶内冲入开水，待茶汤浓淡相宜为止。七是斟茶：将壶中茶汤，分别斟入半圆形排列的茶杯中，从左到右，来回斟茶，使各杯茶汤浓淡一致，至八分满为止。八是敬茶：由主人手捧茶盘，按长幼辈份，依次敬茶示礼。九是品茶：一般是先闻茶香清心，继而将茶汤徐徐送入口中，细细品味，以享饮茶之乐。

广东人如何喝早茶？ 早市茶，又称早茶，多见于中国大中城市，其中历史最久，影响最深的是羊城广州，他们无论在早晨上工前，还是在工余后，抑或是朋友聚议，总爱去茶楼泡上一壶茶，要上两件点心，美名“一盅两件”，如此品茶尝点，润喉充饥，风味横生。广州人品茶大都一日早、中、晚三次，但早茶最为讲究，饮早茶的风气也最盛，由于饮早茶是喝茶佐点，因此当地称饮早茶谓吃早茶。吃早茶是汉族名茶加美点的另一种清饮艺术，人们可以根据自己的需要，当场点茶，品味传统香茗；又可按自己的口胃，要上几款精美清淡小点，如此吃来，更加津津有味。如今在华南一带，除了吃早茶，还有吃午茶、吃晚茶的，把这种吃茶方式看作是充实生活和社交联谊的一种手段。在广东城市或乡村小镇，吃茶常在茶楼进行。如在假日，全家老幼登上茶楼，围桌而坐，饮茶品点，畅谈国事、家事、身边事，更是

其乐融融。亲朋之间，上得茶楼，谈心叙谊，沟通心灵，倍觉亲近。所以许多即便交换意见，或者洽谈业务、协调工作，甚至青年男女，谈情说爱，也是喜欢用吃(早)茶的方式去进行，这就是汉族吃早茶的风尚至所以能长盛不衰，甚至更加延伸扩展的缘由。

为什么说解渴最数大碗茶？ 喝大碗茶的风尚，在汉民族居住地区，随处可见，特别是在大道两旁、车船码头、半路凉亭，直至车间工地、田间劳作，都屡见不鲜。这种饮茶习俗在我国北方最为流行，尤其早年北京的大碗茶，更是名闻遐迩，如今中外闻名的北京大碗茶商场，就是由此沿习命名的。大碗茶多用大壶冲泡，或大桶装茶，大碗畅饮，热气腾腾，提神解渴，好生自然。这种清茶一碗，随便饮喝，无须做作的喝茶方式，虽然比较粗犷，颇有"野味"，但它随意，不用楼、堂、馆、所，摆设也很简便，一张桌子，几张条木凳，若干只粗瓷大碗便可，因此，它常以茶摊或茶亭的形式出现，主要为过往客人解渴小憩。大碗茶由于贴近社会、贴近生活、贴近百姓，自然受到人们的称道。即便是生活条件不断得到改善和提高的今天，大碗茶仍然不失为一种重要的饮茶方式。

说说布朗族的青竹茶？ 布朗族主要分布在我国云南西双版纳自治州，以及临沧、澜沧、双江、景东、镇康等地的部分山区，喝青竹茶是一种方便而又实用的饮茶方法，一般在离开村寨务农或进山狩猎时采用。布朗族喝的青竹茶，制作方法较为奇特，首先砍一节碗口粗的鲜竹筒，一端削尖，插入地下，再向筒内加上泉水，当作煮茶器具。然后，找些干枝落叶，当作烧料点燃于竹筒四周。当筒内水煮沸时，随即加上适量茶叶，待 3 分钟后，将煮好的茶汤倾入事先已削好的新竹罐内，便可饮用。青竹茶将泉水的甘甜、青竹的清香、茶叶的浓醇融为一体，所以，喝起来别有风味，久久难忘。

傣族如何喝竹筒茶的？ 竹筒香茶是傣族人们别具风味的一种茶饮料。傣族世代生活在我国云南的南部和西南部地区，以西双版纳最为集中，这是一个能歌善舞而又热情好客的民族。傣族喝的竹筒香茶，其制作和烤煮方法，甚为奇特，一般可分为五道程序：装茶：就是将采摘细嫩、再经初加工而成的毛茶，放在生长期为一年左右的嫩香竹筒中，分层陆续装实。烤茶：将装有茶叶的竹筒，放在火塘边烘烤，为使筒内茶叶受热均匀，通常每隔 4-5 分钟应翻滚竹筒一次。待竹筒色泽由绿转黄时，筒内茶叶也已达烘烤适宜，即可停止烘烤。取茶：待茶叶烘烤完毕，用刀劈开竹筒，就成为清香扑鼻，形似长筒的竹筒香茶。泡茶：分取适量竹筒香茶，置于碗中，用刚沸腾的开水冲泡，经 3-5 分钟，即可饮用。喝茶：竹筒香茶喝起来，既有茶的醇厚高香，又有竹的浓郁清香，所以，喝起来有耳目一新之感，难怪傣族同胞，不分男女老少，人人都爱喝竹筒香茶。

打油茶的习俗是怎样的？ 油茶是滇、黔、湘、桂四省区毗邻地区的侗族同胞喜爱的一种饮料。清明前后，侗族姑娘身背“堆巴”（绣有花边图案的长方形口袋），唱着“嘎拜金”（山歌）去采茶。把采回的茶叶蒸煮变黄之后，取出淌干，加少许米汤略加揉搓，再用明火烤干，装入竹篓，挂在火塘上的木钩上，使之烟熏后，更加干燥，成为打油茶的原料。或者用刚从茶树上采下的幼嫩新梢，这可根据各人口味而定。打油茶的原料除了茶叶外还有“粒粒子”。“粒粒子”包括花生米、黄豆、芝麻、玉米花、糯粳、笋干等。打油茶的烹制方法是先发“阴米”（平时把糯米蒸熟晾干即为阴米），这道工序很讲究火候，把油放入锅内待发出热气后即放入阴米，边放边捞出，稍慢就会黑焦变苦。接着将“粒粒子”在油锅里猛火炒，炒熟后抓一撮放入茶碗。然后把粘米（一种煮过的米）炒成半焦，也叫焦米，再放茶油，待焦米冒出丝丝青烟时，放入茶叶拌炒约 10 分钟后加一瓢热水，待沸加盐、姜、葱，把茶汤注入盛有“粒粒子”的茶碗中，再将菠菜等分别放到滚开的茶水里烫个半生熟，装进碗里，打油茶

便成了。喝油茶时，第一碗必须端给长辈或贵宾。头两碗吃“空水”茶，其实空水并不空，放入阴米、花生、黄豆、虾子、鱼仔，还可加猪肝、粉肠、葱花等香料。第三至第五碗放几颗糯米水圆。第六至第九碗放几片糍粑，最后一碗放糖煮甜茶，称之为“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”，其实客人并不能喝得下十碗，这只是主人要客人喝足的意思。由于喝油茶是碗内加有许多食料，因此，还得用筷子相助，所以，说是喝油茶，还不如说吃油茶更为贴切。吃油茶时，客人为了表示对主人热情好客的回敬，赞美油茶的鲜美可口，称道主人的手艺不凡，总是边喝、边嚼、边嚼，在口中发出“啧啧”声响，还赞口不绝！

你听说过江南水乡的“阿婆茶”吗？周庄的“阿婆茶”是江南水乡一种独特的茶道。男女老少围坐在一起品茗时，必须佐以当地土产腌菜、酱瓜、酥豆和糖果等茶点。吃阿婆茶以侃和品尝茶点为主，说累了、吃咸了，才喝一口茶，润润喉咙。边吃边谈，说说笑笑，有茶有点，这便是“阿婆茶”。周庄中老年妇女较常见的喝茶方式，每天分早、午、晚三道茶。阿婆（家庭主妇）们边喝茶边做针线活，边聊家常，成为一种带有水乡风韵的家庭社交，“阿婆茶”由此命名。当然喝茶时，主人必在桌上置放几碟土制小吃以佐茶。吃阿婆茶一般由街坊邻里轮流作东，定下日期后，由东家先在家中洗涤好茶具，摆设桌椅，备好各式茶点后四出邀请茶客。客人至后，主人热情招待，天南地北、海阔天空，边谈边吃，至吃边三开后，客人方可离席，辞别时一般都约定下次吃阿婆茶的东家和时间。周庄人吃阿婆茶不但能促进睦邻关系，也是交流思想，传递信息，社交公关，文化娱乐的一种方式。

说说埃及人的饮茶习俗？位于非洲的埃及，也是重要的茶叶进出口国，他们喜欢喝浓厚醇冽的红茶，但他们不喜欢在茶汤中加牛奶，而喜欢加蔗糖。埃及糖茶的制作比较简单，将茶

叶放入茶杯用沸水冲沏后，杯子里再加上许多白糖，其比例是一杯茶要加三分之二容积的白糖，让它充分溶化后，便可喝了。茶水入嘴后，有粘粘糊糊的感觉，可知糖的浓度有多高了，一般人喝上二三杯后，甜腻得连饭也不想吃了。埃及人泡茶的器具也很讲究，一般不用陶瓷器，而用玻璃器皿，红浓的茶水盛在透明的玻璃杯中，象玛瑙一样，非常好看。埃及人从早到晚都喝茶，无论朋友谈心，还是社交集会，都要沏茶，糖茶是埃及人招待客人的最佳饮料。

肯尼亚人如何饮茶？ 肯尼亚位于非洲高原的东北部，是一个横跨赤道的国家，濒临印度洋，是属于热带草原型气候，平均海拔将近 2000 公尺，终年气候温和，雨量充足，土壤呈红色，并属酸性土壤，很适合茶叶生长。肯尼亚人民喝茶深受英国统治时期的影响，主要是饮红碎茶，也有喝不午茶的，冲泡红茶加糖的习惯很普遍，过去只有上层社会才饮茶，目前一般平民也普遍喝茶，在大饭店和市面上也可看到提供饮茶的场所。绿茶在肯尼亚的出现是最近几年的事。

摩洛哥人也有喝茶的习惯吗？ 茶从中国通过丝绸之路，又穿越阿拉伯世界，来到了北非的摩洛哥，摩洛哥人均信仰回教，不喝酒，其它的饮料也很少，于是这里饮茶之风很甚。摩洛哥人上从国王，下至市井百姓，每个人都喜喝茶，可以说茶已成为摩洛哥人文化的一部分。逢年过节，摩洛哥政府必以甜茶招待外国宾客。在日常的社交鸡尾酒会上，必须在饭后饮三道茶。所谓的三道茶，是敬三杯甜茶，用茶叶加白糖熬煮的甜茶，一般比例是 1 公斤茶叶加 10 公斤白糖和清水一起熬煮。主人敬完这三道茶才算礼数周备。在酒宴后饮三道茶，口齿甘醇，提神解酒，十分舒服，而喝茶用的茶具，更是珍贵的艺术品，摩洛哥国王和政府都以此作为赠送来访国宾的礼品。摩洛哥一般人家也有客来敬共的礼俗。

澳大利亚的饮茶习俗怎样？ 澳大利亚的牧民居住在高寒的山区，以放牧为生，由于气候寒冷，蔬菜极少，使他们成为一个嗜好饮茶的民族。澳大利亚人喜欢饮红茶，而且必须在煮好的茶汤内加入甜酒、柠檬和牛乳，这种有各种味道的茶汤营养丰富，能增加人体热量。澳大利亚的多味茶在匈牙利和捷克等国家的下层人民中也很流行。

阿根廷人如何饮马蒂茶？ 阿根廷人喜欢饮马蒂茶，其饮茶方式也别具一格。他们把马蒂茶叶放入一个非常精致的、上面刻有民族图案的葫芦形瓢中，然后冲入开水，片刻以后便开始饮用。他们的饮法也很独特，既不用嘴直接去喝，也不用舌头去舔，而是用一根银制的吸管插入葫芦瓢内，象中国的儿童吸饮料一样，慢慢地吸饮。

印度人的饮茶方式是怎样的？ 印度人喜欢饮用马萨拉茶。其制作方法是在红茶中加入姜和小豆蔻。虽然马萨拉茶的制作非常简单，但是喝茶的方式却颇为奇特，茶汤调制好后，不是斟入茶碗或茶杯里，而是斟入盘子里，不是用嘴去喝，也不是用吸管吸饮，而是伸出又红又长的舌头去舔饮，故当地人称之为舔茶。

你听说过普兰人喝的合碗茶吗？ 普兰人居住在欧洲极北部，他们也是喜欢饮茶的民族，至今还保留着古老的饮茶方式。普兰人一家人在一起时，喜欢饮茶聊天，茶水熬好以后，不是每人一杯，也不是每人一碗，不论家里有多少人，只斟满一大碗，全家人围坐在一张桌子边，由老及小，依次捧碗喝上一口，象接力赛一样，以此转辗传饮，这一碗喝完了，再斟满，直到大家喝够为止。

你听说过马来西亚的拉茶吗？ 拉茶是马来西亚传自印度的饮品，用料与奶茶差不多。调制拉茶的师傅在配制好料后，即用两个杯子象玩魔术一般，将奶茶倒过来，倒过去，由于两个杯子的距离较远，看上去好象白色的奶茶被拉长了似的，成了一条白色的粗线，十分有趣，

因此为被为“拉茶”。拉好的奶茶象啤酒一样充满了泡沫，喝下去十分舒服。拉茶据说有消滞之功能，所以马来西亚人在闲时都喜欢喝上一杯。

说说新加坡的肉骨头茶？ 肉骨头茶实际上是边吃猪排 边饮茶。肉骨头是选用上等的包着厚厚瘦肉的新鲜排，然后加入各种佐料，炖得烂烂的，有的还加进各种滋补身体的名贵药材。当你落座不久，店主就会端上一大碗热气腾腾的鲜汤，里边有四五块排骨和猪蹄，外加香喷喷的白米饭一碗，和一盘切成一寸长的油条，顾客可根据不同的口味加入胡椒粉、酱油、盐、醋等，在吃肉 头的同时，必须饮茶，显得别具风味。茶必须是福建特产的铁观音、水仙等乌龙茶，茶具须是一套精巧的陶瓷茶壶和小盅。吃肉骨头茶的习俗，原来是从我国福建南部和广东潮汕地区传入的，肉骨头茶现在是新加坡人传统的饮料，不仅香味可口，别具风味，而且吸引了大批外国游客，给风光绚丽、婀娜多姿的岛国，增添了许多异彩。

土耳其人的饮茶习俗怎样？ 土耳其人喜欢饮薄荷茶。在炎热的夏季里，土耳其人喜欢在每个半杯绿茶汤里加入二三片新鲜薄荷叶，再加上冰糖。茶汤黄绿，汤面上飘浮着几片薄荷叶。薄荷是清凉剂，具有驱风、发汗、利尿等功效。绿茶与冰糖也都有清凉的作用。茶、冰糖和薄荷三者交融一体，相形得益，形成了一种独特的风味。薄荷茶是土耳其人最喜欢的一种饮料，由于薄荷与冰糖气味浓，因此对茶的要求很高，否则会喧宾夺主，失去茶味。所以土耳其人喜欢中国出产的珠茶和眉茶，这两种茶具有外形紧秀，色泽浓得起霜，叶底嫩绿泛黄等特点。加糖以后，茶味不减，汤色不退，加薄荷叶后，香味不散。

你听说过阿拉伯的嚼茶吗？ 阿拉伯嚼茶是也门人民喜欢的一种茶。这种茶不是用茶叶做原料，而是用当地的一种“卡特树”的叶子制成，是非茶之茶，卡特树形如冬青，为多年生常绿树，开白色小花，但不结果。阿拉伯人嚼茶的饮法十分独特，不是用水熬制，也不用茶

杯饮用，而是把这种树叶放入嘴里细嚼，吸其汁水，故称为嚼茶。阿拉伯嚼共有提神醒脑的作用，但不能久服，久服会中毒。

你听说过泰国的腌茶吗？ 泰国北部山区的人民有食腌茶的习俗。这一带气候温暖，雨量充沛，野生茶树多。由于交通不便，制茶技术落后，只能自制自销腌茶。腌茶是一种菜肴嚼食，其制作方法与我国云南的腌茶一模一样，是从我国云南南部传过去的，一般在雨季腌制。腌茶的吃法奇特，将香料与腌茶充分拌和以后，放进嘴里细嚼，又香又清凉。每年，这一带要制这种腌茶四千顿左右，供本地人民食用。

新西兰的茶俗怎样？ 新西兰人普遍喜欢喝茶，每年每人平均茶叶消费量居世界第三位。在新西兰人的心目中，晚餐比早餐和午餐更为重要。而他们则称晚餐为“茶”，有代表性的晚餐是一道肉食荤菜，一道蔬菜，一道甜食。新西兰人就餐一般在饮茶室里举行，因此这里的茶室星罗棋布。在茶室里，每顿都供应茶水。茶水的品种有奶茶、糖茶等多种。但是就餐之前一般不给茶水喝，只有等用餐完毕后，才有供应。新西兰人因为喜欢喝茶，上午和下午都安排有喝茶休息的时间。客主双方进行交谈或供求双方进行谈判时，一般都先敬上一杯茶，表示客气。

英国下午茶的由来？ 19 世纪初期，茶可在一天中的任何时饮用，特别是在晚餐后饮用以帮助消化。那时还没有像今天我们所知的“下午茶”概念。下午茶这一真正意义上的英国习俗是由安娜发明的。安娜是贝德福特（BEDFORD）公爵的第七位夫人，由于小午餐和晚晚餐之间相隔时间很长，在这段时间里她感觉到疲惫虚弱，为了消除由于饥饿引起的强烈不适，她让仆人拿一壶茶和一些小点心到她房间里，结果她发现这种下午茶安排非常惬意，很快她

开始邀请她的朋友和她一起喝下午茶。不久，伦敦所有的上流人士都沉迷于文字种活动 聚在一起喝茶，吃着美味的三明治和饼干，天南地北，高谈阔论。这就是英国下午茶的由来。

电子书出品：中国花茶网 <http://www.chinahuacha.com>

花茶交流群：112552300，欢迎喜爱花茶的朋友加入！