

茶文化**与**茶艺基础

隋春花 主编

 **廣東旅游出版社**
GUANGDONG TRAVEL & TOURISM PRESS
悦读书 · 悦旅行 · 悦享人生
中国 · 广州

图书在版编目（CIP）数据

茶文化与茶艺基础 / 隋春花主编. — 广州 : 广东旅游出版社, 2024. 1
ISBN 978-7-5570-3183-1

I. ①茶… II. ①隋… III. ①茶文化—中国—高等学校—教材②茶艺—
中国—高等学校—教材 IV. ①TS971.21

中国国家版本馆CIP数据核字（2023）第253436号

出版人：刘志松
策划编辑：林保翠
责任编辑：林保翠 俞莹
封面设计：谭敏仪
责任校对：李瑞苑
责任技编：冼志良

茶文化与茶艺基础
ChaWenHua Yu ChaYi JiChu

广东旅游出版社出版发行

（广东省广州市荔湾区沙面北街71号首、二层 邮编：510130）

电话：020-87347732（总编室） 020-87348887（销售热线）

投稿邮箱：1604000379@qq.com

印刷：佛山家联印刷有限公司

（佛山市南海区三山新城科能路10号）

开本：787毫米×1092毫米 1/16

印张：16.25

字数：300千字

版次：2024年1月第1版

印次：2024年1月第1次印刷

定价：58.00元

〔版权所有 翻印必究〕
如发现质量问题，请直接与印刷厂联系调换。

前言

中国是茶的故乡，是世界茶文化的发源地。

茶，作为中国传统待客之道和标志性文化符号，是人与人之间交往的重要媒介。中国茶和茶文化作为中国优秀传统文化的重要载体，穿越历史，跨越国界，融入全球人民的生活，成为一种世界各国人民共同的沟通“语言”。2019年12月，联合国大会宣布将每年5月21日确定为“国际茶日”，肯定了茶叶的经济、社会和文化价值，促进全球农业的可持续发展。这是国际社会对茶叶价值的认可与重视。“美美与共，和而不同”，以茶会天下宾朋，以茶敬世界大同。因此，学习茶文化与茶艺，可以丰富精神生活，提高个人素养，坚定文化自信，增强民族凝聚力。

本教材以“茶文化、茶产业、茶科技、茶技艺、茶服务”五个模块（每个模块内包含三个任务）为编写框架，以“重实操、强能力、求创新”为导向，以“融入思政元素、顺应时代需求、创新教学改革”为特点，将理论知识与实操训练紧密结合，突出弘扬茶文化、传播茶知识和传承茶思想的目的，并在编写体例上突破传统教材的呈现形式，以“思维导图、学习目标、知识准备、任务引入、任务分析、任务实施、知识拓展、任务考核”作为每个任务的编写体例，结合茶艺师和评茶师考评要求，基于任务，设计案例，聚焦实战，培养与社会接轨的专业人才。

本教材是响应国家对创新型、复合型、应用型人才培养的需要，为向社会输送优秀的茶文化、茶产业和茶艺工作者而特别编写的。作为中高职及本科院校茶艺、茶学、旅游管理、酒店管理、园艺、茶艺与茶文化、茶艺与茶叶营销、秘书等专业的教学用书，本教材以“课程思政”教育理念和“三茶统筹”发展思想统领编写过程，深入挖掘课程思政元素，实现“育知”与“育德”的有机融合。

本教材编写方面的创新和特色主要体现在以下三点：

第一，融入思政元素，提升职业素养。本教材采取“润物细无声”的方式，深入挖掘文化传播中的文化自信、茶故事中的廉洁奉献精神、非遗茶具的工匠精神、健康饮茶的科学精神、茶艺内外兼修的人生观、茶道天人合一的自然观等思政元素，以核心价值观为引领，以职业素养为核心，使教材基本知识和实操训练紧密结合，使思政教育和专业教育同频共振。

第二，顺应时代需求，更新知识结构。本教材紧密对接国内外茶文化与茶艺的传承传播趋势，突出茶文化与茶艺的时代特点，关注“国际茶日”和我国“全民饮茶日”活动，教

材中的茶文化、茶产业、茶科技、茶技艺和茶服务等内容与时俱进，图文并茂，通过“茶故事、茶科普、茶艺术”等链接拓展知识，增强教材的时代特色。

第三，立足三个平台，创新教学改革。本教材以“重实践、强能力、求创新”为导向，创建“三个平台”立体化教学环境，实现老师“可教可调可评”和学生“即学即练即测”的“三全育人”目标。在理论教学平台上，坚持思政教育在茶文化基本知识和茶艺基本技能等教学环节中的引领作用；在实践教学平台上，以技能掌握为目标，让学生在茶艺操作和茶叶审评等实训中体会家国情怀和工匠精神；在创新教学平台上，不断创新阶段性教学环节和综合性课程设计。

本教材获广东省本科高校教学质量与教学改革工程建设项目“旅游管理特色专业”、广东省高等教育教学改革项目“《茶文化与茶艺》课程思政教学改革与实践路径研究”、广东省一流本科课程《茶文化与茶艺基础》、韶关学院规划教材《茶文化与茶艺基础》等项目资助。在编写过程中，又借鉴引用了相关专家学者出版的著作、发表的论文和网络资料，尤其是周智修、童启庆、王岳飞、江用文、阮浩耕、于良子、王琼等诸位老师在茶文化与茶艺方面的系统研究成果，更是给予了本教材诸多启示；此外，教材的材料收集和照片拍摄过程还得到许多爱心人士的帮助，如黄燕飞、汤建荣、杨立婷、邓姘娜、隋依凡、李彦霖、黄欣彦、钟冬冬、程先群等，编者在此一并深表诚挚谢意。

本教材主要由隋春花老师负责编写和统稿。诸参编老师中，杨镇武老师和韩鹏老师参与全书的框架构建，张远连老师参与任务1的编写，李文老师参与任务2的编写，何素玲老师参与任务3、4、14的编写，高恒冠老师参与任务5、6、8的编写，漆萍老师参与任务9的编写，陈戈老师参与任务10的编写，邓鹏丽老师参与任务7、13的编写，韩鹏老师参与任务15的编写。

由于精力和能力有限，尽管竭尽全力，难免存在错误。敬请全国相关院校师生、专业学者和爱茶人士雅正，便于教材进一步完善。

目 录

项目一 茶文化篇

任务 1 茶文化发展 003

任务 2 茶事艺文 017

任务 3 茶俗风情 031

项目二 茶产业篇

任务 4 茶区分布 047

任务 5 茶叶分类 059

任务 6 茶叶加工 073

项目三 茶科技篇

任务 7 茶叶应用 091

任务 8 科学饮茶 105

任务 9 茶叶审评 119

项目四 茶技艺篇

任务 10 茶具鉴赏 135

任务 11 茶艺操作 147

任务 12 茶席设计 165

项目五 茶服务篇

任务 13 茶事礼仪 183

任务 14 茶事服务 197

任务 15 茶旅融合 211

项目1

茶文化篇

任务1 茶文化发展

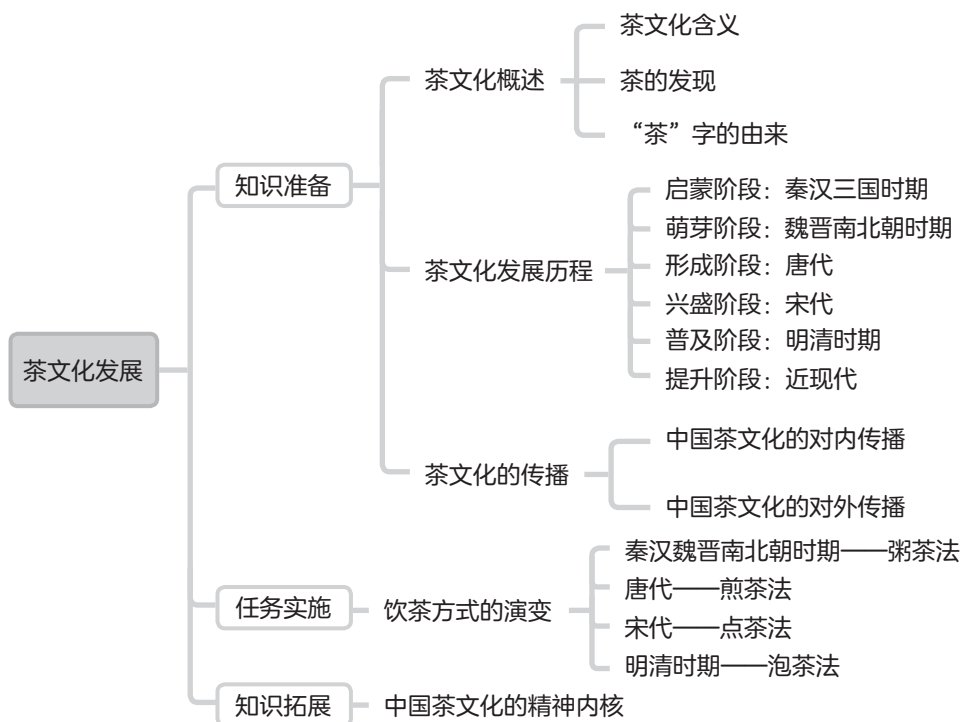
任务2 茶事艺文

任务3 茶俗风情

任务 1

茶文化发展

思维导图



学习目标

- 1.知识目标: 了解茶文化的含义、茶文化发展历程、饮茶方式的演变和茶文化传播历程。
- 2.技能目标: 阐述不同时期饮茶方式的演变及其特点。
- 3.思政目标: 热爱中国茶文化, 领悟茶文化的思想内核, 理解中国茶文化对世界的影响。

知识准备

一、茶文化概述

(一) 茶文化含义

茶文化起源于中国，盛行于世界。

在茶文化漫长的孕育与成长过程中，中国数千年文明发展史为其奠定了丰厚的基础。正是由于不断吸收、融入中华民族优秀传统文化的精髓，茶文化才最终以其独特的审美情趣和鲜明的包容风格成为中华民族灿烂文明的重要组成部分。

从另一个方面说，不管是平民百姓的“柴米油盐酱醋茶”，还是文人雅士的“琴棋书画诗酒茶”，茶都是中国人的生活中不可或缺的部分。这种仙山灵草，以其天地山川赋予的色、香、味、形，给人们以感官享受，以其人文化成的礼、俗、艺、道，润物细无声地给人们以精神滋养和心灵体验。理解茶文化，需要从人与自然的关系、人与人的关系、人与自己的关系三个层面出发，感悟“茶中有深味，壶中天地长”的精神内涵。

茶文化从无到有，从物质到精神，从无序化到系统化，是人们在饮茶过程中产生的文化现象和社会现象。从广义上看，茶文化是指人类在种茶、制茶及饮茶的社会历史过程中所创造的有关茶的物质财富和精神财富的总和；从狭义上看，茶文化特指人类创造的有关茶的“精神财富”部分，如茶历史、茶诗词、茶书画、茶技艺等。

(二) 茶的发现

中国是最早发现和利用茶的国家。据科学家研究，茶树起源至少有六七千万年之久。人工栽培茶树，在我国至少有三千多年的历史。

从文化角度，关于茶的发现有三种传说，比较流行的说法是“神农说”，在不同时期还存在“达摩说”和“陆羽说”等。

1. 神农说

唐代陆羽《茶经》里说：“茶之为饮，发乎神农氏，闻于鲁周公。”并以《神农本草经》和《神农食经》为判断依据，前者载：“神农尝百草，一日遇七十二毒，得茶而解之。”后者载：“茶茗久服，令人有力悦志。”此处的“茶”，就是“茶”。

2. 达摩说

传说达摩祖师从印度东渡到中国修禅，发誓无眠禅定九年，以警醒世人，但到第三年就常打瞌睡。有一次，达摩不留神睡着了。醒来后，羞愤的达摩把自己的眼皮撕下来丢在地上。结果不久后，就在他丢掷眼皮的地方居然长出一棵小树，树上双叶并生，形如眼皮。从此达摩想打瞌睡时，就摘这棵小树上的叶子嚼，发现能益神醒脑。弟子们也学着采了叶子饮用，开始了禅寺饮茶之风。这棵小树，就是茶树。

3. 陆羽说

陆羽，唐朝人，在亲自调查和实践的基础上，完成世界上第一部系统介绍茶的著作《茶经》，被尊称为“茶圣”。宋梅尧臣有句：“自从陆羽生人间，人间相学事春茶。”古代茶业形成从唐代开始，确切地说，是在陆羽《茶经》广为流传之后开始。

（三）“茶”字的由来

茶，古时也称荼、薺、茗、檟等。我国最早的一部词典《尔雅》中的“释木”篇，有“檟，苦茶”的说法，“苦茶”一词注释为“叶可炙作羹饮”，也就是说，“苦茶”是一种带苦味的植物叶子。《神农百草经》把茶称为“茶草”。西汉司马相如的《凡将篇》将茶称作“薺诧”。西汉扬雄的《方言》将茶称为“藪”。东汉许慎《说文解字》中出现“茶”“茗”字，北宋徐铉等注解“茗，茶芽也。”清郝懿行说：“至唐陆羽著《茶经》，始减一画作‘茶’。”唐代，“茶”字因出自《开元文字音义》而被确定，开始成为通用名称，沿用至今。

二、茶文化发展历程

在五千多年的茶文化历史进程中，茶叶由药用、食用扩展至饮用，茶人在事茶、行茶、饮茶中不断发现美、创造美、传承美，形成了绚丽多彩的茶俗风情，积淀了丰富深厚的茶艺技能，创作出异彩纷呈的茶事艺文。总体来说，中国茶文化始于西汉，萌芽于魏晋南北朝时期，形成于唐代，兴盛于宋代，普及于明清时期。在经历了不同成长阶段后，于近现代逐步走向成熟（见表1-1）。

表 1-1 茶文化发展历程

发展阶段	发展概要
启蒙阶段： 秦汉三国时期	<ul style="list-style-type: none"> ●据《华阳国志》记载，约公元前 1000 年周武王伐纣时，巴蜀一带已用所产的茶叶作为“纳贡”珍品。 ●清顾炎武在《日知录》中提及，“自秦人取蜀后始知茗饮”。也就是说，大约到了秦惠文王更元九年（前 316），原本作药用或菜食的茶才开始用于饮用。 ●西汉王褒的《僮约》中有两处提及茶叶：“烹茶尽具”“武阳买茶”，可见在汉代，我国四川一带的饮茶风尚已十分普遍，并且有专门买卖茶叶的市场。东汉神医华佗在《食论》中的“苦茶久食，益意思”，则记载了茶的医学价值。 ●《三国志》记载吴国君主孙皓（孙权的后代）“密赐茶薺以代酒”，是“以茶代酒”的最早记载。 <p>综上所述，秦汉三国时期，是茶继药用、食用拓展为饮用的早期阶段，茶多以物质形式出现，并渗透到其他人文学科中，属于茶文化的启蒙阶段。</p>

(续表)

发展阶段	发展概要
萌芽阶段： 魏晋南北朝 时期	<p>●张载是西晋时期的茶叶代言人，他在《登成都白菟楼》中，盛赞成都的茶“芳茶冠六清，溢味播九区”。此外，左思的《娇女诗》有“止为茶荈剧，吹嘘对鼎鑪”，也是最早提及茶事的诗篇之一。</p> <p>●西晋文人杜育的《荈赋》，在茶文化史上具有开创价值，是最早的一篇茶事文赋，第一次比较完整地记载了茶的生长环境、种植、采摘和品饮：“厥生荈草，弥谷被岗。”《荈赋》也是最早论说茶艺的文学作品，首次从审美角度描述茶汤“沫饴”（即汤花）的美妙趣味：“惟兹初成，沫沉华浮，焕如积雪，晔若春敷。”</p> <p>●《晋中兴书》记载：陆纳为吴兴太守时，卫将军谢安来访，“所设唯茶果而已”；《晋书》载：扬州牧桓温，“性俭，每宴饮，唯下七奠样茶果而已”。陆纳、桓温面对晋代上层社会饮食上的奢华排场，以茶示俭，以素比德，开创茶宴的先河。</p> <p>魏晋南北朝时期，从“六饮”到茶饮，作为一种生活方式，饮茶已被主流社会承认，茶事进入文学作品，呈现出审美化、礼仪化的特征，被赋予了精神内涵，属于茶文化萌芽阶段。</p>
形成阶段： 唐代	<p>●唐代饮茶盛行，其原因主要有五方面。第一，大运河南北通航，大大降低了茶叶运输成本。第二，与科举制度有关。科考时，朝廷为祛除应举士人的疲乏，会送茶汤入考场，称“煎麒麟草”。举子们来自四面八方，朝廷一提倡，饮茶之风便在上层社会和文人雅士中传播。第三，与设立贡茶院有关。如吴越的阳羨紫笋茶、湖州的顾渚紫笋茶等，都属于贡茶院生产的贡茶，促进了茶叶生产。第四，与禅宗的坐禅、修禅需要饮茶提神的倡导有关。《封氏闻见记》卷六《饮茶》载：“学禅务于不寐，又不夕食，皆许其饮茶。人自怀挟，到处煮饮，从此转相仿效，遂成风俗。”第五，与文人诗客对茶的传播有关。唐代诗风大盛，《全唐诗》（包括《全唐诗补编》）留下了唐代187位诗人创作的665首咏茶或咏及茶的诗篇，如孟浩然、王维、李白、杜甫等的茶诗。</p> <p>●陆羽开创茶书著述，《茶经》应时而出。《茶经》开篇明示：“茶之为用，味至寒，为饮，最宜精行俭德之人。”陆羽以茶比德，赋予饮茶以精神滋养之功。《茶经》把“品茶小技”上升到了“经”与“文”之境界，全方位推动了唐代茶业的发展和茶文化的兴盛。</p> <p>●茶税开征与茶马贸易的开启，促进唐代茶叶贸易的繁荣。</p> <p>●唐代中华文化灿烂辉煌，光耀四方，世界各国纷纷遣使节、留学生来唐学习，中国茶文化随之传播，茶也随着商贸和文化交流传到了日本和朝鲜半岛，其中以向日本的传播最为频繁和突出。</p> <p>唐代茶书的创作开历史风气之先河，饮茶习俗的普及流行，茶事艺文的繁荣兴盛，茶叶生产贸易的空前发展，都标志着中国茶文化的全面形成。</p>
兴盛阶段： 宋代	<p>●宋代的茶叶生产进一步繁荣。以建安（今福建省南平市建瓯市）北苑官焙贡茶为代表，如“龙团凤饼”的精益求精，达到了农耕社会手工生产制造所能达到的顶峰与极致。</p> <p>●政治制度充分保障。北宋立国之后，最初几代皇帝对茶都很重视，设立茶事机构，茶仪礼制也逐渐形成，茶法（指国家对茶叶征税和榷禁专卖的各种制度）成为宋代重要的社会文化内容。基于贡茶的赐受茶制度，成为宋代独特的茶文化现象。</p>

(续表)

发展阶段	发展概要
	<p>●茶叶生产与贸易高度发展。宋代产茶区域不断扩大,茶叶产量不断提高,茶叶贸易迅猛发展。</p> <p>●茶馆及茶事服务社会化。两宋都城汴梁、临安的茶馆盛极一时。汴梁茶坊多集中于“御街一直南去,过州桥”两边、朱雀门外街巷、潘楼东街巷、相国寺东门街巷等处,临安则“处处各有茶坊”。</p> <p>●茶事艺文的精致繁荣。宋代茶业经济空前繁荣,社会各阶层钟爱饮茶,形成各种茶观念和茶习俗,留下许多经典的茶诗书画作品,如蔡襄的《茶录》、赵佶的《大观茶论》等茶书,以及范仲淹、欧阳修、苏轼、陆游、杨万里等留下的许多脍炙人口的茶诗茶词。</p> <p>宋代是中国茶业与茶文化史上一个极为重要的历史时期。这一时期的茶叶加工、品茶观念、点茶技艺、茶艺器具、鉴赏标准等都有极大发展,中国茶文化进入繁荣兴盛阶段。</p>
普及阶段: 明清时期	<p>●明初,太祖朱元璋于洪武二十四年(1391)九月诏令废除贡茶龙凤团茶:“上以重劳民力,罢造龙团,惟采茶芽以进。”叶形散茶成为茶叶的主要形态。“废团改散”是中国饮茶方法史上的一次革命,促进了茶叶生产和茶文化的普及。</p> <p>●明清时期,茶叶生产技术进步,六大茶类制茶工艺悉数成熟,茶叶生产出现科学化和技术化的新趋势。</p> <p>●茶业经济发生转型,从以内贸和边贸为主,到以内贸和国际贸易并重。明代的茶法分为三类:商茶、官茶和贡茶。官茶储边易马是明朝茶法的重点,“国家重马政,故严茶法”。</p> <p>●明清茶事艺文众多,主要成就多体现在散文、小说等方面。从数量上来看,明代茶书创作是中国古代茶书创作的高峰时期,占中国古代茶书总数的一半左右。如120回的《红楼梦》中,就有112回共273处写到茶事。</p> <p>明清两代是中国茶文化发展发生重大变革的历史时期,茶叶生产方式和茶叶饮用方式的变化,使饮茶之风更加普及至城乡民间。</p>
提升阶段: 近现代	<p>●自觉呼唤,文化复兴。20世纪80年代初,茶产业告别“短缺”,市场呈现出由资源约束转变为消费约束和需求约束的特点。1983年,时任中国社会科学院副院长的于光远撰文《茶叶经济和茶叶文化》,提倡宣传“茶叶文化”,提出“一是要提高我国茶叶在世界上的地位;一是要提高茶叶在人民生活中的地位”。</p> <p>●茶文化社团应运而生。众多茶文化社团成立,对弘扬茶文化、引导茶文化、促进“两个文明”建设,起到了重要作用。其中,规模和影响较大的是“中国国际茶文化研究会”和“中华茶人联谊会”。</p> <p>●茶文化节和国际茶会不断举办。随着“全民饮茶日”和“国际茶日”的确立,许多省市每年都会举办规模不等的茶文化节和国际茶会或学术研讨会。</p> <p>●茶事艺文作品涌现。众多专家学者对茶文化进行系统、深入的研究,茶文化书籍报刊大量涌现,如《中国茶与健康》《中国茶经》《茶人三部曲》等,还有许多影视作品。</p> <p>中华人民共和国成立后,社会经济和茶叶产业都得到迅速发展,20世纪80年代后,传统茶文化得以觉醒、回归和复兴。进入21世纪以来,茶文化迈入创新发展的提升阶段,成为一种时尚生活方式,一种消费经济文化,一种创意文化产业。</p>

三、茶文化的传播

(一) 中国茶文化的对内传播

中国是茶的故乡，茶树起源于中国。我国西南的云贵高原一带是世界上最早发现野生大茶树和现存野生大茶树最多、最集中的地区，被称为“茶的原产地”。

从茶叶生产看，中国古代茶叶生产重点的传播路线由西部（云贵地区）到东部（长江中下游地区），再传播到南部（华南地区）。从陆羽《茶经》及其他文献记载看，唐代的茶区已经遍及中国南方14个省区，几乎和当今我国长江以南茶区分布范围相当。

从饮茶角度看，我国饮茶范围从西汉的巴蜀，逐渐向中原、华东、华南广大地区传播。

从饮茶主体看，由上层社会逐渐向城乡民间传播。随着种茶地区越来越广，饮茶也越来越普及。

从地缘角度看，中国茶文化对内传播的主要路径有四条（见表1-2）：第一条是从澜沧江和怒江向横断山脉扩散；第二条是沿着西江和红水河向东部及东南地区扩散；第三条是沿着金沙江和长江向云贵高原东北部扩散；第四条是由云贵高原沿长江水系向湖南、湖北、江西、安徽、江苏、浙江等地区扩散。

表 1-2 中国茶文化的对内传播路径

传播路径	传播的主要地区
从澜沧江和怒江向横断山脉扩散。	●云南中西部地区，临沧、保山、普洱等地。
沿着西江和红水河向东部及东南地区扩散。	●沿西江传播至广西、广东南部。 ●沿红水河传播至南岭山脉，包括广东北部、湖南和江西南部地区。
沿着金沙江和长江向云贵高原东北部扩散。	●云南、贵州和四川交界处。 ●秦岭、大巴山地区。
由云贵高原沿长江水系向湖南、湖北、江西、安徽、江苏、浙江等地区扩散。	●湖南、湖北、江西、安徽、江苏、浙江等省。

(二) 中国茶文化的对外传播

当今世界有80多个国家和地区种植茶树，170多个国家和地区的30多亿人饮茶。中国是最早种植茶和利用茶的国家，其他国家的茶树、茶叶、制茶技术和饮茶方式都是直接或间接地由中国传入的（见表1-3）。中国茶与茶文化首先通过陆路向朝鲜半岛、日本、中亚和西亚等地传播，“茶”字在这些地区的发音以cha为主，与今天的中文发音较为相似；然后通过海路向东南亚、欧洲、美洲等地传播，发音均来自闽南方言Tay或潮汕方言，如英语的Tea和德语的Tee。

表 1-3 中国茶文化的对外传播

传播区域	主要国家和地区	茶文化特点与代表
亚洲	<ul style="list-style-type: none"> ● 朝鲜半岛。 ● 日本。 ● 东南亚地区，以越南、老挝、泰国、柬埔寨、马来西亚、新加坡、菲律宾、印度尼西亚等国家为主。 ● 南亚地区，以巴基斯坦、印度、孟加拉国、斯里兰卡、尼泊尔等国家为主。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 朝鲜的茶礼。 ● 日本的抹茶道、煎茶道。 ● 印度的拉茶。 ● 马来西亚的飞茶。
欧洲	<ul style="list-style-type: none"> ● 葡萄牙在古代航海技术先进，中国茶最早经由葡萄牙的海上贸易传入欧洲，然后以葡萄牙为中心先后向意大利、荷兰、英国、德国、法国等国家传播。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 欧洲的下午茶。
美洲	<ul style="list-style-type: none"> ● 北美地区，以美国和加拿大为主。 ● 南美地区，以巴西和阿根廷为主。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 18 世纪中期，饮茶习俗在北美社会各阶层普及，茶叶成为人们日常生活中不可或缺的饮品。 ● 南美地区从中国获得茶苗、茶籽和技术指导，以生产绿茶和红茶为主。
非洲	<ul style="list-style-type: none"> ● 肯尼亚、乌干达、乌拉圭等地区是非洲的茶叶主要生产国，其中肯尼亚的茶叶种植和出口在非洲排名第一，在全球范围内仅次于中国和印度。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 饮用红茶为主。
大洋洲	<ul style="list-style-type: none"> ● 大洋洲各国的茶叶种植和饮用主要由移民带去，主要集中在新西兰、澳大利亚等国家，其中新西兰人均饮茶量在世界名列前茅。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 受欧洲下午茶习俗的影响，主要以红茶为主。

任务引入

同学A和同学B一起在看电视剧《梦华录》，对女主角表演的茶百戏很感兴趣。

同学A：茶百戏好神奇啊。

同学B：是啊，神仙姐姐真是神操作呀，不过我都不知道这茶该咋喝了。

同学A：对呀，古代泡茶那么复杂，我们现在喝茶简单多了。

同学B：以前为什么要这样呢？是如何发展到今天这种喝法的？

同学A：我也不太清楚。

于是，他们决定一起去了解中国饮茶方式的演变。

任务分析

本案例中,同学A和同学B和很多观众一样,因女主角而去观看《梦华录》,却意外地对宋代茶文化产生兴趣,主动去了解茶百戏和点茶技艺。

不同时期,茶的饮用方式不同。电视剧《梦华录》故事的背景为北宋时期,是我国茶文化发展的高峰期,举国上下饮茶之风盛行,茶成为民众日常生活的必需品。点茶(宋代的饮茶方式)与焚香、插花、挂画一起,成为当时文人雅士追求雅致生活的“休闲四艺”。点茶法在继承唐代饮茶风俗——煎茶法的基础上,发展出更多趣味性和观赏性,是古代茶叶品饮历史中最浪漫、最奢华、最多彩的阶段。

宋代的点茶与唐代的煮茶最大的不同是煮水不煮茶,茶不再投入锅里烹煮,而是用沸水在盏里冲点。根据蔡襄《茶录》和赵佶《大观茶论》的记载,宋代的点茶操作大致可分为以下的六个步骤:炙茶、碾茶、罗茶、候汤、熳盏、点茶。点茶是最关键、最体现技艺的一环。点茶的第一步是调膏。调膏需掌握末茶与水的比例,一盏中放末茶一钱,注汤调成极均匀的茶膏。再注汤,用茶匙或茶筴环回击拂,以盏内沫花颜色鲜明、着盏无水痕为绝佳。点茶颇见功力,因此宋代常就点茶技法进行竞赛,称为“斗茶”。斗茶技艺强调鉴赏汤花,不断追求技艺和情趣,导致了“茶百戏”的出现。“茶百戏”又称分茶、水丹青、茶戏等,始于唐而盛于宋,是以研膏茶为原料,将研膏茶碾细成粉、搅拌形成茶汤的悬浮液,用清水使茶汤幻变图案的独特技艺。“茶百戏”将茶从饮品上升为艺术,实现了从物质到精神的升华,2017年被列入福建省非物质文化遗产名录。

任务实施

茶自秦汉时期起推广饮用,不同时期的饮茶方式不同。中国茶的饮用方式,从总体上经历了粥茶法、煎茶法、点茶法和泡茶法四个阶段。具体内容见表1-4。(图见第01页“饮茶方式的演变”)

表 1-4 饮茶方式的演变

饮用时期	饮茶方式	饮用特点
秦汉魏晋南北朝时期	粥茶法	<ul style="list-style-type: none"> ●也叫羹饮法。秦汉至三国年间,茶的饮用大多采取混煮羹饮的方法。混煮而成的茶饮料,在西晋的文献中被称为“茶粥”,如《司隶教》中就有“蜀姬作茶粥卖”的记载。 ●粥茶法的具体做法主要有四步:第一,将茶饼炙烤成红色;第二,把茶饼捣碎成细末;第三,把茶末放入瓷器中,冲入沸水;第四,加入葱、姜、橘子、盐等材料进行混煮。三国时魏人张揖在《广雅》中记述:“荆、巴间,采叶作饼,叶老者,饼成以米膏出之。欲煮茗饮,先炙令色赤,捣末置瓷器中,以汤浇覆之,用葱、姜、橘子芘之。”

(续表)

饮用时期	饮茶方式	饮用特点
唐代	煎茶法	<ul style="list-style-type: none"> ●唐代是古代茶叶加工制作和饮用方式的成熟阶段，开创蒸青制饼法，推行煮茶清饮，极大提升了茶汤品质。 ●唐代的茶叶品种主要有粗茶、散茶、末茶、饼茶等，其中，饼茶为社会推行的主流。
		<ul style="list-style-type: none"> ●唐代中期，陆羽《茶经》出现，开始盛行煎茶法。饮用步骤主要包括炙茶、碾末、煮水、煎茶、酌茶。唐代煎茶清饮保持茶叶的原味，不再加入葱、姜和橘子等材料进行调味，但仍然会加入适量的盐。
宋代	点茶法	<ul style="list-style-type: none"> ●宋代是团饼茶制作技艺的最高峰，点茶法成为当时社会主流的饮茶方式。 ●根据蔡襄《茶录》和赵佶《大观茶论》的记载，宋代的点茶操作大致可分为以下六个步骤：炙茶、碾茶、罗茶、候汤、熇盏、点茶。 ●宋代点茶，以茶粉作为原料，用沸水点冲，将茶粉调和成膏状，再添加沸水并反复击打，使之产生泡沫（也称为汤花），饮用时茶粉带水一起喝。点茶不添加任何调味料，保持茶的真味。
明清时期	泡茶法	<ul style="list-style-type: none"> ●明清时期，无论茶叶的生产和消费，还是茶的品饮技术都发生了变革，去繁就简，饮茶得到全社会普及。 ●明清时期，穷极工巧的龙团凤饼为自然烘炒的散茶所替代，品饮方式由碾磨成末冲点而饮，变革为沸水直接冲泡散茶而饮，追求茶的真香原味。 ●根据明代许次纾《茶疏》所述，撮泡法（泡茶法）的要领有五点：火候、选具、荡涤、烹点和饮啜。

知识拓展

中国茶文化的精神内核

茶，有“形而下”看得见的一个层次，还有“形而上”看不见的另一个层次，若隐若现，却无所不在，且兼容并蓄儒、释、道的思想精髓。中国文化大传统中的儒、释、道诸家，都在茶的品饮生活中渗透进各家的精神理念和茶修途径，譬如儒家以茶修德，佛家以茶悟禅，道家以茶隐逸。中国茶文化有丰厚的历史积淀，承载了历代茶人的理想情怀，展现了茶人的智慧和品格。魏晋时代，茶被赋予“俭约”“素业”的精神，引导社会的价值取向。唐代茶人承袭前代的“俭”，同时提出“德”与“和”的精神。宋代传承唐人“致和”的观念，提出“致清导和”之说。明清茶人多颂扬茶的“清”“明”“精”“真”的精神。当代茶人重提茶德，崇尚以敬为礼、以和为贵、以清为德。

茶文化思想，是在茶的品饮生活中，由礼仪遵行、习俗认知、技能体验和艺术鉴赏而内向自省所感悟到的精神哲思，是人生历练的生命智慧。在经历百年未有之大变局、建

设中国特色社会主义的今天，建设物质文明的同时，要不忘构筑精神家园，在茶的品饮和茶事活动中，追求精神的滋养和内心的富足。结合这一时代需求，综合凝练出“和、敬、清、美、真”为中华茶文化的核心精神。

一、“和”是中国茶文化思想的核心

儒、释、道三家各自独立，自成一派，又相辅相成，但在主旨“和”的思想，三家却高度一致，这也体现了儒、释、道三家的圆通融合。中国历代以“和”为美的思想，在有关茶的诗歌、绘画等各种艺术作品中得到充分的展现和阐释。茶文化中的“和”，体现的是人与人、人与自然及人与自我的身心灵的和谐，和而不同，美美与共。

二、“敬”是中国茶文化思想实现的通道

恭在外，敬在内，是茶之于礼的价值和人行于世的守则。茶文化的“敬”含有敬重、尊敬、敬畏、敬爱之情。一是人对自然、对规律的敬畏之心；二是人与人之间互相敬重、互怀敬意、相敬如宾的友好关系；三是人所应该具有的敬祖尊老的恭敬之情。

三、“清”是中国茶文化思想的初心

清，来自茶的自然本性，暗示清明、俭德、淡泊、清廉、清正、清平、清心、清静之意，是中国茶文化思想的初心和出发点。一是清茶一杯，两袖清风，清正廉洁，拥有清静心；二是淡泊、清心，持有平常心；三是俭朴、勤劳、清平，不忘初心。

四、“美”是中国茶文化思想的升华

茶文化是中国古典美学的重要组成部分，有着悠久的历史沉淀，更是融合了儒、释、道三家的美学思想。茶文化的“美”是天、地、人哲学境界上的共同升华，主要体现在自然、淡泊、简约、含蓄之美中。首先是自然之美。天然不经雕饰，率真朴素。其次是淡泊之美。不追逐名利，淡泊明志，怡然自得。再次是简约之美。简朴平易，领悟人生真谛。最后是含蓄之美。“此时无声胜有声”的美妙。

五、“真”是中国茶文化思想的终极追求

“其精甚真，其中有信”。茶文化的“真”含有本原、本真、真实、真切、精行悟真、返璞归真之义。一是指追求人的本性，事物的本原；二是指“精行”求真，精益求精，“精行”后才能“俭德”；三是指精诚之至，真心实意。用真水泡真茶，还要用真心、真意、真情，才能求得茶的真味。以茶修身，以静养德，追求本真。

任务考核·理论考核

1. (单选题) () 的茶主要以药用和食用为主。
A.秦汉时期 B.唐宋时期 C.明清时期 D.鸦片战争后
2. (单选题) 茶文化起源于(), 盛行于世界。
A.中国 B.美国 C.英国 D.法国
3. (单选题) 秦汉魏晋南北朝时期饮茶的主要方式是()。
A.煎茶法 B.粥茶法 C.点茶法 D.撮泡法
4. (单选题) “茶”字从() 被确定使用, 开始成为茶的通用名称, 沿用至今。
A.秦汉 B.魏晋 C.唐代 D.宋代
5. (单选题) 中国茶文化经历不同成长阶段, () 属于茶文化的兴盛阶段。
A.秦汉时期 B.魏晋时期 C.唐代 D.宋代
6. (多选题) 以下() 是中华茶文化的精神内核。
A.和 B.敬 C.清 D.美 E.真
7. (多选题) 以下() 是魏晋南北朝时期茶文化的代表作品。
A.张载的《登成都楼》 B.左思的《娇女诗》
C.杜育的《荈赋》 D.陆羽的《茶经》
8. (多选题) 以下() 属于明清时期的茶文化内容。
A.废除贡茶龙凤团茶 B.六大茶类制茶工艺悉数成熟
C.茶税开征与茶马贸易的开启 D.开创茶宴的先河
9. (多选题) 从饮茶角度看, 我国饮茶范围从西汉的巴蜀, 逐渐向() 广大地区传播。
A.中原 B.华东 C.华南 D.东北
10. (多选题) 中国茶文化向欧洲地区传播的主要国家包括()。
A.葡萄牙 B.意大利 C.荷兰 D.法国

11. (判断题) 中国古代茶文化始于秦汉, 兴于唐宋, 西汉著名外交家张骞出使西域, 开辟了陆上丝绸之路, 促进了中国茶文化的对外交流与传播。 ()

12. (判断题) 我国青藏高原一带是世界上最早发现野生大茶树和现存野生大茶树最多、最集中的地区, 被称为“茶的原产地”。 ()

13. (判断题) 进入21世纪以来, 茶文化迈入创新发展的提升阶段, 成为一种时尚生活方式, 一种消费经济文化, 一种创意文化产业。 ()

14. (判断题) 西晋文人杜育的《荈赋》, 在茶文化形成史上具有开创价值, 是中国茶文化形成的标志性文学作品。 ()

15. (判断题) 荷兰在古代的航海技术先进, 因此中国茶传入欧洲地区最早是由荷兰的海上贸易, 从中国澳门将茶叶运送到欧洲, 然后以荷兰为中心先后向意大利、葡萄牙、英国、德国、法国等国家传播。 ()

【答案】

1.A 2.A 3.B 4.C 5.D
6.ABCDE 7.ABC 8.AB 9.ABC 10.ABCD
11.√ 12.× 13.√ 14.× 15.√

 任务考核·实操考核

表 1-5 饮茶方式演变实训要求

实训场景	饮茶方式演变实训。
实训准备	<ul style="list-style-type: none"> ●老师提前给学生发布饮茶方式实训任务，要求学生提前做好准备。 ●老师印制评分表，分发给全班同学。 ●制作小卡片，上面分别印制“秦汉魏晋南北朝”“唐代”“宋代”“明清时期”等字样。
角色扮演	<ul style="list-style-type: none"> ●两人一组，其中一人扮演汇报者，另一人扮演倾听者。 ●完成一轮考核后，互换角色，再次进行。
实训规则与要求	<ul style="list-style-type: none"> ●学生1（汇报者）：随机抽取卡片，并根据抽取结果，说出该时期的主要饮茶方式和饮用特点等。 ●学生2（倾听者）：根据学生1的抽取结果，对其进行该时期饮茶方式、茶饮用的基本操作步骤等知识的考查。 ●拍摄成视频，同学进行互评。
模拟实训评分	见表 1-6。

表 1-6 饮茶方式演变实训评分表

序号	项目	评分标准	分值	得分
职业素养项目（30分）				
1	仪容仪表	精神饱满（3分），表情自然（3分），具有亲和力（4分）。	10	
2		形象自然优雅，妆容着装得体自然（5分）；无多余小动作（5分）。	10	
3		口齿清楚，语调自然（5分）；语速适中，节奏合理，表达自然流畅（5分）。	10	
汇报项目（70分）				
4	饮茶方式实训汇报	所选历史时期的茶文化发展总体情况（10分）及典型事件（5分）。	15	
5		所选历史时期的饮茶方式（5分），概述其饮茶特点（10分）。	15	
6		所选历史时期饮用的茶叶类型（10分），说明茶饮用的基本操作步骤（10分）。	20	
7		简述所选历史时期的饮茶方式与其他时期的差异（10分）。	10	
8		语言表达：逻辑性强，表达思路清晰（5分）；表达流畅、简洁，无多余废话和口头语（5分）。	10	
总分（满分为100分）				
教师评价				