

茶艺基本知识



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！

茶艺基本知识

前言

茶艺，是指如何泡好一壶茶的技术和如何享受一杯茶的艺术。日常生活中，虽然人人都能泡茶、喝茶，但要真正泡好茶，喝好茶却并非易事。泡好一壶和享受一杯茶也要涉及到广泛的内容，如识茶、选茶、泡茶、品茶、茶叶经营、茶文化、茶艺美学等。因此泡茶、喝茶是一项技艺、一门艺术。泡茶可以因时、因地、因人的不同而有不同的方法。泡茶时涉及茶、水、茶具、时间、环境等因素，把握这些因素之间的关系是泡好茶的关键。



第一节 泡茶要素

茶叶中的化学成分是组成茶叶色、香、味的物质基础，其中多数能在冲泡过程中溶解于水，从而形成了茶汤的色泽、香气和滋味。泡茶时，应根据不同茶类的特点，调整水的温度，浸润时间和茶叶的用量，从而使茶的香味、色泽、滋味得以充分的发挥。综合起来，泡好一壶茶主要有四大要素：第一是茶水比例，第二是泡茶水温，第三是浸泡时间，第四是冲泡次数。

一、茶水比例

1. 茶的品质：

茶叶中各种物质在沸水中浸出的快慢与茶叶的老嫩和加工方法有关。氨基酸具有鲜爽的性质，因此茶叶中氨基酸含量多少直接影响着茶汤的鲜爽度。名优绿茶滋味之所以鲜爽、甘醇，主要是因为氨基酸的含量高和茶多酚的含量低。夏茶氨基酸的含量低而茶多酚的含量高，所以茶味苦涩。故有“春茶鲜、夏茶苦”的谚语。

2. 茶水比例：

茶叶用量应根据不同的茶具、不同的茶叶等级而有所区别，一般而言，水多茶少，滋味淡薄；茶多水少，茶汤苦涩不爽。因此，细嫩的茶叶用量要多；较粗的茶叶，用量可少些，即所谓“细茶粗吃”“精茶细吃”。

普通的红、绿茶类（包括花茶），可大致掌握在 1 克茶冲泡 50~60 毫升水。如果是 200 毫升的杯（壶），那么，放上 3 克左右的茶，冲水至七八成满，就成了一杯浓淡适宜的茶汤。若饮用云南普洱茶，则需放茶叶 5~8 克。

乌龙茶因习惯浓饮，注重品味和闻香，故要汤少味浓，用茶量以茶叶与茶壶比例来确定，投茶量大致是茶壶容积的 1/3 至 1/2。广东潮、汕地区，投茶量达到茶壶容积的 1/2 至 2/3。

茶、水的用量还与饮茶者的年龄、性别有关，大致说，中老年人比年轻人饮茶要浓，男性比女性饮茶要浓。如果饮茶者是老茶客或是体力劳动者，一般可以适量加大茶量；如果饮茶者是新茶客或是脑力劳动者，可以适量少放一些茶叶。

一般来说，茶不可泡得太浓，因为浓茶有损胃气，对脾胃虚寒者更甚，茶叶中含有鞣酸，太浓太多，可收缩消化黏膜，妨碍胃吸收，引起便秘和牙黄，同时，太浓的茶汤和太淡的茶汤不易体会出茶香嫩的味道。古人谓饮茶“宁淡勿浓”是有一定道理的。

二、冲泡水温

据测定，用 60℃ 的开水冲泡茶叶，与等量 100℃ 的水冲泡茶叶相比，在时间和用茶量相同的情况下，茶汤中的茶汁浸出物含量，前者只有后者的 45%~65%。这就是说，冲泡茶的

水温高，茶汁就容易浸出；冲泡茶的水温低，茶汁浸出速度慢。“冷水泡茶慢慢浓”，说的就是这个意思。

泡茶的茶水一般以落开的沸水为好，这时的水温约 85℃。滚开的沸水会破坏维生素 C 等成份，而咖啡碱、茶多酚很快浸出，使茶味会变苦涩；水温过低则茶叶浮而不沉，内含的有效成分浸泡不出来，茶汤滋味寡淡，不香、不醇、淡而无味。

泡茶水温的高低，还与茶的老嫩、松紧、大小有关。大致说来，茶叶原料粗老、紧实、整叶的，要比茶叶原料细嫩、松散、碎叶的，茶汁浸出要慢得多，所以，冲泡水温要高。水温的高低，还与冲泡的品种花色有关。

具体说来，高级细嫩名茶，特别是高档的名绿茶，开香时水温为 95℃，冲泡时水温为 80℃~85℃。只有这样泡出来的茶汤色清澈不浑，香气纯正而不钝，滋味鲜爽而不熟，叶底明亮而不暗，使人饮之可口，视之动情。如果水温过高，汤色就会变黄；茶芽因“泡熟”而不能直立，失去欣赏性；维生素遭到大量破坏，降低营养价值；咖啡碱、茶多酚很快浸出，又使茶汤产生苦涩味，这就是茶人常说的把茶“烫熟”了。反之，如果水温过低，则渗透性较低，往往使茶叶浮在表面，茶中的有效成分难以浸出，结果，茶味淡薄，同样会降低饮茶的功效。大宗红、绿茶和花茶，由于茶叶原料老嫩适中，故可用 90℃左右的开水冲泡。

冲泡乌龙茶、普洱茶和沱茶等特种茶，由于原料并不细嫩，加之用茶量较大，所以，须用刚沸腾的 100℃开水冲泡。特别是乌龙茶为了保持和提高水温，要在冲泡前用滚开水烫热茶具；冲泡后用滚开水淋壶加温，目的是增加温度，使茶香充分发挥出来。

至于边疆兄弟民族喝的紧压茶，要先将茶捣碎成小块，再放入壶或锅内煎煮后，才供人们饮用。

判断水的温度可先用温度计和计时器不测量，等掌握之后就可凭经验来断定了。当然所有的泡茶用水都得煮开，以自然降温的方式来达到控温的效果。

三、冲泡时间

茶叶冲泡时间差异很大，与茶叶种类、泡茶水温、用茶数量和饮茶习惯等都有关系。

如用茶杯泡饮普通红、绿茶，每杯放干茶 3 克左右，用沸水约 150~200 毫升，冲泡时宜加杯盖，避免茶香散失，时间以 3~5 分钟为宜。时间太短，茶汤色浅淡；茶泡久了，增加茶汤涩味，香味还易丧失。不过，新采制的绿茶可冲水不加杯盖，这样汤色更艳。另用茶量多的，冲泡时间宜短，反之则宜长。质量好的茶，冲泡时间宜短，反之宜长些。

茶的滋味是随着时间延长而逐渐增浓的。据测定，用沸水泡茶，首先浸提出来的是咖啡碱、维生素、氨基酸等，大约到 3 分钟时，含量较高。这时饮起来，茶汤有鲜爽醇和之感，但缺少饮茶者需要的刺激味。以后，随着时间的延续，茶多酚浸出物含量逐渐增加。因此，为了获取一杯鲜爽甘醇的茶汤，对大宗红、绿茶而言，头泡茶以冲泡后 3 分钟左右饮用为好，若想再饮，到杯中剩有三分之一茶汤时，再续开水，以此类推。

对于注重香气的乌龙茶、花茶，泡茶时，为了不使茶香散失，不但需要加盖，而且冲泡时间不宜长，通常 2~3 分钟即可。由于泡乌龙茶时用茶量较大，因此，第一泡 1 分钟就可将茶汤倾入杯中，自第二泡开始，每次应比前一泡增加 15 秒左右，这样要使茶汤浓度不致相差太大。

白茶冲泡时，要求沸水的温度在 70℃左右，一般在 4~5 分钟后，浮在水面的茶叶才开始徐徐下沉，这时，品茶者应以欣赏为主，观茶形，察沉浮，从不同的茶姿、颜色中使自己的身心得到愉悦，一般到 10 分钟，方可品饮茶汤。否则，不但失去了品茶艺术的享受，而且饮起来淡而无味，这是因为白茶加工未经揉捻，细胞未曾破碎，所以茶汁很难浸出，以至浸泡时间须相对延长，同时只能重泡一次。

另外，冲泡时间还与茶叶老嫩和茶的形态有关。一般说来，凡原料较细嫩，茶叶松散的，冲泡时间可相对缩短；相反，原料较粗老，茶叶紧实的，冲泡时间可相对延长。总之，冲泡

时间的长短，最终还是以适合饮茶者的口味来确定为好。

四、冲泡次数

据测定，茶叶中各种有效成分的浸出率是不一样的，最容易浸出的是氨基酸和维生素 C；其次是咖啡碱、茶多酚、可溶性糖等。一般茶冲泡第一次时，茶中的可溶性物质能浸出 50~55%；冲泡第二次时，能浸出 30% 左右；冲泡第三次时，能浸出约 10%；冲泡第四次时，只能浸出 2~3%，几乎是白开水了。所以，通常以冲泡三次为宜。

如饮用颗粒细小、揉捻充分的红碎茶和绿碎茶，由于这类茶的内含成分很容易被沸水浸出，一般都是冲泡一次就将茶渣滤去，不再重泡。速溶茶，也是采用一次冲泡法，工夫红茶则可冲泡 2~3 次。而条形绿茶如眉茶、花茶通常只能冲泡 2~3 次。白茶和黄茶，一般也只能冲泡 1 次，最多 2 次。

品饮乌龙茶多用小型紫砂壶，在用茶量较多时（约半壶）的情况下，可连续冲泡 4~6 次，甚至更多。



第二节 泡茶用水的选择

“水为茶之母，器为茶之父”、“龙井茶，虎跑水”被称为杭州“双绝”。可见用什么水泡茶，对茶的冲泡及效果起着十分重要的作用。

水是茶叶滋味和内含有益成分的载体，茶的色、香、味和各种营养保健物质，都要溶于水后，才能供人享用。而且水能直接影响茶质，清人张大复在《梅花草堂笔谈》中说：“茶情必发于水，八分之茶，遇十分之水，茶亦十分矣；八分之水，试十分之茶，茶只八分耳。”因此好茶必须配以好水。

一、古代人对泡茶用水的看法

最早提出水标准的是宋徽宗赵佶，他在《大观茶论》中写道：“水以清、轻、甘、冽为美。轻甘乃水之自然，独为难得。”后人在他提出的“清、轻、甘、冽”的基础上又增加了个“活”字。

古人大多选用天然的活水，最好是泉水、山溪水；无污染的雨水、雪水其次；接着是清洁的江、河、湖、深井中的活水及净化的自来水，切不可使用池塘死水。唐代陆羽在《茶经》中指出：“其水，用山水上，江水中，井水下。其山水，拣乳泉石池漫流者上，其瀑涌湍漱勿食之。”是说用不同的水，冲泡茶叶的结果是不一样的，只有佳茗配美泉，才能体现出茶的真味。

二、现代茶人对泡茶用水的看法

认为“清、轻、甘、冽、活”五项指标俱全的水，才称得上宜茶美水。

其一，水质要清。水清则无杂、无色、透明、无沉淀物，最能显出茶的本色。

其二，水体要轻，北京玉泉山的玉泉水比重最轻，故被御封为“天下第一泉”。现代科学也证明了这一理论是正确的。水的比重越大，说明溶解的矿物质越多功能。有实验结果表明，当水中的低价铁超过 0.1ppm 时，茶汤发暗，滋味变淡；铝含量超过 0.2ppm 时，茶汤便有明显的苦涩味；钙离子达到 2ppm 时，茶汤带涩，而达到 4ppm 时，茶汤变苦；铅离子达到 1ppm 时，茶汤味涩而苦，且有毒性，所以水以轻为美。

其三，水味要甘。“凡水泉不甘，能损茶味。”所谓水甘，即一入口，舌尖顷刻便会有甜滋滋的美妙感觉。咽下去后，喉中也有甜爽的回味，用这样的水泡茶自然会增茶之美味。

其四，水温要冽。冽即冷寒之意，明代茶人认为：“泉不难于清，而难于寒”，“冽则茶味独全”。因为寒冽之水多出於地层深处的泉脉之中，所受污染少，泡出的茶汤滋味纯正。

其五，水源要活。“流水不腐”现代科学证明了在流动的活水中细菌不易繁殖，同时活水有自然净化作用，在活水中氧气和二氧化碳等气体的含量较高，泡出的茶汤特别鲜爽可口。

三、我国饮用水的水质标准

1. 感官指标

色度不超过 15 度，浑浊度不超过 5 度，不得有异味、臭味，不得含有肉眼可见物。

2. 化学指标

pH 值 6.5~8.5，总硬度不高于 25 度，铁不超过 0.3 毫克/升，锰不超过 0.1 毫克/升，铜不超过 1.0 毫克/升，锌不超过 1.0 毫克/升，挥发酚类不超过 0.002 毫克/升，阴离子合成洗涤剂不超过 0.3 毫克/升。

3. 毒理指标

氟化物不超过 1.0 毫克/升，适宜浓度 0.5~1.0 毫克/升，氰化物不超过 0.05 毫克/升，砷不超过 0.05 毫克/升，镉不超过 0.01 毫克/升，铬（六价）不超过 0.05 毫克/升，铅不超过 0.05 毫克/升。

4. 细菌指标

细菌总数不超过 100 个/毫升，大肠菌群不超过 3 个/升。

以上四个指标，主要是从饮用水最基本的安全和卫生方面考虑，作为泡茶用第三节、泡茶用水

宜茶用水可分为天水、地水、再加工水三大类。再加工水即城市销售的“太空水”、“纯净水”、“蒸馏水”等。

1. 自来水

自来水是最常见的生活饮用水，其水源一般来自江、河、湖泊，是属于加工处理后的天然水，为暂时硬水。因其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。

2. 纯净水

纯净水是蒸馏水、太空水的合称，是一种安全无害的软水。纯净水是以符合生活饮用水卫生标准的水为水源，采用蒸馏法、电解法、反渗透法及其他适当的加工方法制得，纯度很高，不含任何添加物，可直接饮用的水。用纯净水泡茶，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。其效果还是相当不错的。

3. 矿泉水

我国对饮用天然矿泉水的定义是：从地下深处自然涌出的或经人工开发的、未受污染的地下矿泉水，含有一定量的矿物盐、微量元素或二氧化碳气体，在通常情况下，其化学成分、流量、水温等动态指标在天然波动范围内相对稳定。矿泉水与纯净水相比，矿泉水含有丰富的锂、锶、锌、溴、碘、硒和偏硅酸等多种微量元素，饮用矿泉水有助于人体对这些微量元素的摄入，并调节机体的酸碱平衡。但饮用矿泉水应因人而异。由于矿泉水的产地不同，其所含微量元素和矿物质成分也不同，不少矿泉水含有较多的钙、镁、钠等金属离子，是永久性硬水，虽然水中含有丰富的营养物质，但用于泡茶效果并不佳。

4. 活性水

活性水包括磁化水、矿化水、高氧水、离子水、自然回归水、生态水等品种。这些水均以自来水为水源，一般经过滤、精制和杀菌、消毒处理制成，具有特定的活性功能，并且有

相应的渗透性、扩散性、溶解性、代谢性、排毒性、富氧化和营养性功效。由于各种活性水内含微量元素和矿物质成分各异,如果水质较硬,泡出的茶水品质较差;如果属于暂时硬水,泡出的茶水品质较好。

5. 净化水

通过净化器对自来水进行二次终端过滤处理制得,净化原理和加工工艺一般包括粗滤、活性炭吸附和薄膜过滤等三级系统,能有效地清除自来水管网中的红虫、铁锈、悬浮物等机械成分,降低浊度,达到国家饮用水卫生标准。但是,净水器中的粗滤装置要经常清洗,活性炭也要经常换新,时间一久,净水器内胆易堆积污物,繁殖细菌,形成二次污染。净化水易取得,是经济实惠的优质饮用水,用净化水泡茶,其茶汤品质是相当不错的。

6. 天然水

天然水包括江、河、湖、泉、井及雨水。用这些天然水泡茶应注意水源、环境、气候等因素,判断其洁净程度。对取自天然的水经过滤、臭氧化或其他消毒过程的简单净化处理,既保持了天然又达到洁净,也属天然水之列。在天然水中,泉水是泡茶最理想的水,泉水杂质少、透明度高、污染少,虽属暂时硬水,加热后,呈酸性碳酸盐状态的矿物质被分解,释放出碳酸气,口感特别微妙,泉水煮茶,甘冽清芬俱备。然而,由于各种泉水的含盐量及硬度有较大的差异,也并不是所有泉水都是优质的,有些泉水含有硫磺,不能饮用。

江、河、湖水属地表水,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。

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。

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。

现代工业的发展导致环境污染,已很少有洁净的天然水了,因此泡茶只能从实际出发,选用适当的水。



第四节 茶的品饮

一、品饮要义

品茶，是一门综合艺术。茶叶没有绝对的好坏之分，完全要看个人喜欢哪种口味而定。也就是说，各种茶叶都有它的高级品和劣等货。茶中有高级的乌龙茶，也有劣等的乌龙茶；有上等的绿茶，也有下等的绿茶。所谓的好茶、坏茶是就比较品质的等级和主观的喜恶来说。

目前的品茶用茶，主要集中在两类：一是乌龙茶中的高级茶及其名丛，如铁观音、黄金桂、冻顶乌龙及武夷名丛、凤凰单丛等；

二是以绿茶中的细嫩名茶为主，以及白茶、红茶、黄茶中的部分高档名茶。这些高档名茶，或色、香、味、形兼而有之，它们都在一个因子，两个因子，或某一个方面上有独特表现。

不好的茶并不是已经坏了的茶，而是就品质优劣来说。一般说来，判断茶叶的好坏可以从察看茶叶、嗅闻茶香、品尝茶味和分辨茶渣入手。

1. 观茶（察看茶叶）

察看茶叶就是观赏干茶和茶叶开汤后的形状变化。所谓干茶就是未冲泡的茶叶；所谓开汤就是指干茶用开水冲泡出茶汤内质来。

茶叶的外形随种类的不同而有各种形态，有扁形、针形、螺形、眉形、珠形、球形、半球形、片形、曲形、兰花形、雀舌形、菊花形、自然弯曲形等，各具优美的姿态。而茶叶开汤后，茶叶的形态会产生各种变化，或快，或慢，宛如妙曼的舞姿，及至展露原本的形态，令人赏心悦目。

观察干茶要看干茶的干燥程度，如果有点回软，最好不要买。另外看茶叶的叶片是否整洁，如果有太多的叶梗、黄片、渣沫、杂质，则不是上等茶叶。然后，要看干茶的条索外形。条索是茶叶揉成的形态，什么茶都有它固定的形态规格，像龙井茶是剑片状，冻顶茶揉成半球形，铁观音茶紧结成球状，香片则切成细条或者碎条。不过，光是看干茶顶多只能看出30%，并不能马上看出这是好茶或者是坏茶。

茶叶由于制作方法不同，茶树品种有别，采摘标准各异，因而形状显得十分丰富多彩，特别是一些细嫩名茶，大多采用手工制作，形态更加五彩缤纷，千姿百态。

- (1) 针形——外形圆直如针，如南京雨花茶、安化松针、君山银针、白毫银针等。
- (2) 扁形——外形扁平挺直，如西湖龙井、茅山青峰、安吉白片等。
- (3) 条索形——外形呈条状稍弯曲，如婺源茗眉、桂平西山茶、径山茶、庐山云雾等。
- (4) 螺形——外形卷曲似螺，如洞庭碧螺春、临海蟠毫、普陀佛茶、井冈翠绿等。
- (5) 兰花形——外形似兰，如太平猴魁、兰花茶等。
- (6) 片形——外形呈片状，如六安瓜片、齐山名片等。
- (7) 束形——外形成束，如江山绿牡丹、婺源墨菊等。
- (8) 圆珠形——外形如珠，如泉岗辉白、涌溪火青等。

此外，还有半月形、卷曲形、单芽形等等。

2. 察色

品茶观色，即观茶色，汤色和底色。

(1) 茶色

茶叶依颜色分有绿茶、黄茶、白茶、青茶、红茶、黑茶等六大类（指干茶）。由于茶的制作方法不同，其色泽是不同的，有红与绿、青与黄、白与黑之分。即使是同一种茶叶，采用相同的制作工艺，也会因茶树品种、生态环境、采摘季节的不同，色泽上存在一定的差异。

如细嫩的高档绿茶，色泽有嫩绿、翠绿、绿润之分；高档红茶，色泽又有红艳明亮、乌润显红之别。

而闽北武夷岩茶的青褐油润，闽南铁观音的砂绿油润，广东凤凰水仙的黄褐油润，台湾冻顶乌龙的深绿油润，都是高级乌龙茶中有代表性的色泽，也是鉴别乌龙茶质量优劣的重要标志。

(2) 汤色

冲泡茶叶后，内含成分溶解在沸水中的溶液所呈现的色彩，称为汤色。因此，不同茶类汤色会有明显区别；而且同一茶类中的不同花色品种、不同级别的茶叶，也有一定差异。一般说来，凡属上乘的茶品，都汤色明亮、有光泽，具体说来，绿茶汤色浅绿或黄绿；清而不浊，明亮澄澈；红茶汤色乌黑油润，若在茶汤周边形成一圈金黄色的油环，俗称金圈，更属上品；乌龙茶则以青褐光润为好；白茶，汤色微黄，黄中显绿，并有光亮。

将适量茶叶放在玻璃杯中，或者在透明的容器里用热水一冲，茶叶就会慢慢舒展开。可以同时泡几杯来比较不同茶叶的好坏，其中舒展顺利、茶汁分泌最旺盛、茶叶身段最为柔软飘逸的茶叶是最好的茶叶。

视茶汤要快，要及时，因为茶多酚类溶解在热水中后与空气接触很容易氧化变色，例如绿茶的汤色氧化即变黄；红茶的汤色氧化变暗等，时间拖延过久，会使茶汤混浊而沉淀；红茶则在茶汤温度降至 20℃ 以下后，常发生凝乳混汤现象，俗称“冷后浑”，这是红茶色素和咖啡碱结合产生黄浆状不溶物的结果。冷后浑出现早且呈粉红色者是茶味浓，汤色艳的表征；冷后浑呈暗褐色，是茶味钝，汤色暗的红茶。

茶汤的颜色也会因为发酵程度的不同，以及焙火轻重的差别而呈现深浅不一的颜色。但是，有一个共同的原则，不管颜色深或浅，一定不能浑浊、灰暗，清澈透明才是好茶汤应该具备的条件。

一般情况下，随着汤温的下降，汤色会逐渐变深。在相同的温度和时间内，红茶汤色变化大于绿茶，大叶种大于小叶种，嫩茶大于老茶，新茶大于陈茶。茶汤的颜色，以冲泡滤出后 10 分钟以内来观察较能代表茶的原有汤色。不过千万要记住，在做比较的时候，一定要拿同一种类的茶叶做比较。

(3) 底色

就是欣赏茶叶经冲泡去汤后留下的叶底色泽。除看叶底显现的色彩外，还可观察叶底的老嫩、光糙、匀净等。



3. 赏姿

茶在冲泡过程中，经吸水浸润而舒展，或似春笋，或如雀舌，或若兰花或像墨菊。与此同时，茶在吸水浸润过程中，还会因重力的作用，产生一种动感。太平猴魁舒展时，犹如一只机灵小猴，在水中上下翻动；君山银针舒展时，好似翠竹争阳，针针挺立；西湖龙井舒展时，活像春兰怒放。如此美景，映掩在杯水之中，真有茶不醉人自醉之感。

4. 闻香

对于茶香的鉴赏一般要三闻。一是闻干茶的香气（干闻），二是闻开泡后充分显示出来的茶的本香（热闻），三是要闻茶香的持久性（冷闻）。

先闻干茶，干茶中有的清香，有的甜香，有的焦香，应在冲泡前进行，如绿茶应清新鲜爽、红茶应浓烈纯正、花茶应芬芳扑鼻、乌龙茶应馥郁清幽为好。如果茶香低而沉，带有焦、烟、酸、霉、陈或其它异味者为次品。

将少许干茶放在器皿中（或直接抓一把茶叶放在手中），闻一闻干茶的清香、浓香、糖香，判断一下有无异味、杂味等。

闻香的方式，多采用湿闻，即将冲泡的茶叶，按茶类不同，经 1~3 分钟后，将杯送至

鼻端，闻茶汤面发出的茶香；若用有盖的杯泡茶，则可闻盖香和面香；倘用闻香杯作过渡盛器（如台湾人冲泡乌龙茶），还可闻杯香和面香。另外，随着茶汤温度的变化，茶香还有热闻、温闻和冷闻之分。热闻的重点是辨别香气的正常与否，香气的类型如何，以及香气高低；冷闻则判断茶叶香气的持久程度；而温闻重在鉴别茶香的雅与俗，即优与次。

一般说，绿茶有清香鲜爽感，甚至有果香、花香者为佳；红茶以有清香、花香为上，尤以香气浓烈、持久者为上乘；乌龙茶以具有浓郁的熟桃香者为好；而花茶则以具有清纯芬芳者为优。

透过玻璃杯，只能看出茶叶表面的优劣，至于茶叶的香气、滋味并不能够完全体会，所以开汤泡一壶茶来仔细的品味是有必要的。茶泡好、茶汤倒出来后，可以趁热打开壶盖，或端起茶杯闻闻茶汤的热香，判断一下茶汤的香型（有菜香、花香、果香、麦芽糖香），同时要判断有无烟味、油臭味、焦味或其他异味。这样，可以判断出茶叶的新旧、发酵程度、焙火轻重。在茶汤温度稍降后，即可品尝茶汤。这时可以仔细辨别茶汤香味的清浊浓淡及闻闻中温茶的香气，更能认识其香气特质。等喝完茶汤、茶渣冷却之后，还可以回过头来欣赏茶渣的冷香，嗅闻茶杯的杯底香。如果劣等的茶叶，这个时候香气已经消失殆尽了。

嗅香气的技巧很重要。在茶汤浸泡 5 分钟左右就应该开始嗅香气，最适合嗅茶叶香气的叶底温度为 45~55℃，超过此温度时，感到烫鼻；低于 30℃ 时，茶香低沉，特别对染有烟气、木气等异气者，很容易随热气挥发而变得难以辨别。

嗅香气应以左手握杯，靠近杯沿用鼻趁热轻嗅或深嗅杯中叶底发出的香气，也有将整个鼻部深入杯内，接近叶底以扩大接触香气面积，增加嗅感。为了正确判断茶叶香气的高低、长短、强弱、清浊及纯杂等，嗅时应重复一二次，但每次嗅时不宜过久，以免因嗅觉疲劳而失去灵敏性，一般是 3 秒左右。嗅茶香的过程是：吸（1 秒）——停（0.5 秒）——吸（1 秒），依照这样的方法嗅出茶的香气是“高温香”。另外，可以在品味时，嗅出茶的“中温香”。而在品味后，更可嗅茶的“低温香”或者“冷香”。好的茶叶，有持久的香气。只有香气较高且持久的茶叶，才有余香、冷香，也才会是好茶。

热闻的办法也有三种，一是从氤氲的水汽中闻香，二是闻杯盖上的留香，三是用闻香杯慢慢地细闻杯底留香。如安溪铁观音冲泡后有一投浓郁的天然花香，红茶具有甜香和果味香，绿茶则有清香，花茶除了茶香外，还有不同的天然花香。茶叶和香气与所用原料的鲜嫩程度和制作技术的高下有关，原料越细嫩，所含芳香物质越多，香气也越高。

冷闻则在茶汤冷却后进行，这时可以闻到原来被茶中芳香物掩盖着的其他气味。

5. 尝味

指尝茶汤的滋味。茶汤滋味是茶叶的甜、苦、涩、酸、辣、腥、鲜等多种呈味物质综合反映的结果，如果它们的数量和比例适合，就会变得鲜醇可口，回味无穷。茶汤的滋味以微苦中带甘为最佳。好茶喝起来甘醇浓稠，有活性；喝后喉头甘润的感觉持续很久。

一般认为，绿茶滋味鲜醇爽口，红茶滋味浓厚、强烈、鲜爽，乌龙茶滋味醇醇回甘，是上乘茶的重要标志。由于舌的不同部位对滋味的感觉不同，所以，尝味时要使茶汤在舌头上循环滚动，才能正确而全面地分辨出茶味来。

品滋味时，舌头的姿势要正确。把茶汤吸入口内后，舌尖顶住上层齿根，嘴唇微微张开，舌稍向上抬，使茶汤摊在舌的中部，再用腹部呼吸从口慢慢吸入空气，使茶汤在舌上微微滚动，连吸两次气后，辨出滋味。若初感有苦味的茶汤，应抬高舌位，把茶汤压入舌根，进一步评定苦的程度。对有烟味的茶汤，应把茶汤送入口后，嘴巴闭合，舌尖顶住上腭板，用鼻孔吸气，把口腔鼓大，使空气与茶汤充分接触后，再由鼻孔把气放出。这样重复二三次，对烟味的判别效果就会明确。

品味茶汤的温度以 40~50℃ 为最适合，如高于 70℃，味觉器官容易烫伤，影响正常的品味；低于 30℃ 时，味觉品评茶汤的灵敏度较差，且溶解于茶汤中与滋味有关的物质，在

汤温下降时，逐步被析出，汤味由协调变为不协调。

品味时，每一品茶汤的量以 5ml 左右最适宜。过多时，感觉满嘴是汤，口中难于回旋辨味；过少也觉得嘴空，不利于辨别。每次在 3 ~4 秒内，将 5ml 的茶汤在舌中回旋 2 次，品味 3 次即可，也就是一杯 15ml 的茶汤分 3 次喝，就是“品”的过程。

品味要自然，速度不能快，也不宜大力吸，以免茶汤从齿间隙进入口腔，使齿间的食物残渣被吸入口腔与茶汤混合，增加异味。品味主要是品茶的浓淡、强弱、爽涩、鲜滞、纯异等。为了真正品出茶的本味，在品茶前最好不要吃有强烈刺激味觉的食物，如辣椒、葱蒜、糖果等，也不宜吸烟，以保持味觉与嗅觉的灵敏度。在喝下茶汤后，喉咙感觉应是软甜、甘滑，有韵味，齿颊留香，回味无穷。



三、各类茶的品饮

茶类不同，花色不一，其品质特性各不相同，因此，不同的茶，品的侧重点不一样，由此导致品茶方法上的不同。

1. 高级细嫩绿茶的品饮

高级细嫩绿茶，色、香、味、形都别具一格，讨人喜爱，品茶时，可先透过晶莹清亮的茶汤，观赏茶的沉浮、舒展和姿态，再察看茶汁的浸出、渗透和汤色的变幻，然后端起茶杯，先闻其香，再呷上一口，含在口，慢慢在口舌间来回旋动，如此往复品赏。

2. 乌龙茶的品饮

乌龙茶的品饮，重在闻香和尝味，不重品形。在实践过程中，又有闻香重于品味的（如台湾），或品味更重于闻香的（如东南亚一带），潮汕一带强调热品，即洒茶入杯，以拇指和食指按杯沿，中指抵杯底，慢慢由远及近，使杯沿接唇，杯面迎鼻，先闻其香，尔后将茶汤含在口中回旋，徐徐品饮其味，通常三小口见杯底，再嗅留存于杯中茶香。台湾采用兵是温品，更侧重于闻香。品饮时先将壶中茶汤趁热倾入公道杯，尔后分注于闻香杯中，再一一倾入对应的小杯内，而闻香杯内壁留存的茶香，正是人们品乌龙茶的精髓所在。品啜时，先将闻香杯置于双手手心间，使闻香杯口对准鼻孔，再用双手慢慢来回搓动闻香杯，使杯中香气尽可能得到最大限度的享用。至于啜茶方式，与潮、汕地区无多大差异。

3. 红茶品饮

红茶，人称迷人之茶，这不仅由于色泽红艳油润滋味甘甜可口，还因为它品饮红茶，除清饮水思源外，还喜欢调饮，酸的如柠檬，辛的如肉桂，甜的台砂糖，润的如奶酪。

品饮红茶重在领略它的香气，滋味和汤色，所以，通常多采用壶泡后再分洒入杯。品饮时，先闻其香，再观其色，然后尝味。饮红茶须在品字上下功夫，缓缓斟饮，细细品味，方可获得品饮红茶的真趣。

4. 花茶品饮

花茶，融茶之味花之香于一体，茶的滋味为茶汤的本味，花香为茶泌之精神，茶中学教师与花香巧妙地融合，构成茶汤适口、香气芬芳的特有韵味，故而人称花茶是诗一般的茶叶。

花茶常用有盖的白瓷杯或盖碗冲泡，高级细嫩花茶，也可以用玻璃杯冲泡，高级花茶一经冲泡后，可立时观赏茶在水中的飘舞、沉浮、展姿，以及茶汁的渗出和茶泡色泽的变幻。当冲泡 2~3 分钟后，即可用鼻闻香。茶汤稍凉适口时，喝少许茶汤在口中停留，以口吸气、鼻呼气相结合的方法使茶汤在舌面来回流动，口尝茶味和余香。

5. 细嫩白茶与黄茶品饮

白茶属轻微发酵茶，制作时，通常将鲜叶经萎凋后，直接烘干而成，所以，汤色和滋味

均较清淡。黄茶的品质特点是黄汤黄叶，通常制作是示经揉捻，因此，茶汁很难浸出。

由于白茶和黄茶，特别是白茶中的白毫银针，黄茶中的君山银针，具有极高的欣赏价值，因此是以观赏为主的一种茶品。当然悠悠的清雅茶香，淡淡的澄黄茶色，微微的甘醇滋味，也是品赏的重要内容。所以在品饮前，可先观茶干，它似银针落盘，如松针铺地，再用直筒无花纹的玻璃杯以 70℃ 的开水冲泡，观赏茶芽在杯水中上下浮动，最终个个林立的过程，接着，闻香观色。通常要在冲泡后 10 分钟左右才开始尝味。这些茶特重观赏，其品饮的方法带有一定的特殊性。

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！