

LIYI QUANSHU
CANYIN LIYI

礼仪全书

餐饮礼仪

生 活 百 科
青苹果电子图书系列

礼仪全书

餐饮礼仪

主编 田晓娜

目 录

一、中餐礼仪.....	1
中国菜肴.....	1
中国面点	11
赴宴的礼仪	13
宴请主人的礼仪	17
吃中餐的礼仪	18
使用筷子的礼仪	20
中餐宴会上的助兴节目	22
二、西餐礼仪	23
西餐菜肴	23
西式面点	25
西餐餐具的使用方法	26
西餐的食用方法	42
西餐水果的吃法	51
吃西餐的礼仪	53
三、宴会礼仪	58
宴会的类型	58
宴会的筹备	60
宴会礼仪	74

宴会服务	82
四、饮食文化	91
饮食是人类的天然本能	91
饮食器具的演变	94
饮食文化生成	99
饮食文化传播	106
饮食文明的引进	113
五、中西饮食文化比较	119
两种不同的饮食观念	119
饮食对象及方式的差异	123
饮食归属及性质的差异	127
六、饮茶礼仪	134
饮茶习俗	134
茶的饮用	137
饮茶方式	139
饮茶礼仪	157
上茶礼仪	160
茶会礼仪	162
茶道表演礼仪	164
七、饮茶文化	170
茶的种类	170
茶源诗话	178
择茶形式	190
选茶方法	202
品茶环境	209

茶会的组织·····	212
茶会的准备·····	214
茶会的礼仪·····	217
茶室选址·····	218
茶室设计·····	220
泡茶礼仪·····	224
泡茶要领·····	225
清饮茶冲泡法·····	229
添加茶冲泡法·····	239
配料茶制作法·····	241
冰茶制作法·····	243
茶艺之道·····	244
茶艺“四要”·····	247
茶艺“三法”·····	278
八、饮咖啡礼仪·····	292
咖啡的饮用方法·····	292
饮咖啡的礼仪·····	293
咖啡室的服务·····	295

一、中餐礼仪

中国菜肴

1. 中国菜系的形成及其特点。

我国是一个具有 5000 多年历史的文明古国，疆域辽阔，物产丰富。我国的烹调技艺和菜肴面点，同光辉灿烂的历史一样，源远流长，是我国文化遗产的重要组成部分。《古史考》上说：“古考茹毛饮血，燧人钻火，始裹肉而燔之，曰‘炮’；神农时食谷，加米于烧石之上而食之；黄帝时有釜甑，饮食之道始备。”由此可见，早在 5000 年前的黄帝时代，烹调技艺已在中国萌芽。

到先秦时期，逐步形成菜系。战国是汉族文化急剧膨胀的时代。北方领土的扩大，黄河流域各封建诸侯国的兴起，在饮食上逐渐形成北方风味。西周宫廷菜肴的典范《八珍》、齐鲁孔子的饮食要求、以及《礼记·内则》上所记载的北方食

中国菜肴“红烧鲤鱼”

单，都较为详细地体现了北方菜系的风味、用料和制作方法。而当时汉族文化圈外的长江流域以南地区，也兴起了吴、越、楚等诸侯国。在屈原的《楚辞·招魂》和《吕氏春秋·本味篇》中，南方菜系的口味特点和用料品种均有具体的记载。由此可见，我国菜系的南北风味在春秋战国时期，已初见端倪。

中国菜肴“红烧鲤鱼”

秦以后，南北两种地方风味的菜肴又逐渐分支，并不断发展。南味出现川、粤、淮扬三大风味；北味形成鲁菜、秦菜两大流派。唐代是秦菜发展的鼎盛时期。南宋以后，苏、浙、粤菜是南味的三大支柱，闽、徽、湘菜逐渐自成体系。元、明、清时代建都于北京，促使京菜迅速发展。但是，由于历史的局限，封建制度的桎梏，行业之间的互相排斥，再加上世俗的偏见，致使中国菜系的形成与提高受到很大影响。

新中国成立以后，特别是改革开放以后，中国菜系的发展突飞猛进。中国菜肴之所以饮誉世界，具备许多与众不同的显著特点是其主要原因之一。这些特点是：

(1) 菜肴品种丰富。中国菜肴历来以风格各异，品种繁多著称于世。就风味而言，有各具特色的地方风味，有珍馐罗列的宫廷风味，有制作考究的官府风味，还有不同民族的独特风味；就菜式品种而言，有乡土气息的民间菜式，有经济方便的大众菜式，有精彩纷呈的宴会菜式，还有传统的疗疾健身的药膳菜式。据有关资料统计，我国菜肴花色品种在万种以上，且色彩不一，形态各异，口味不同，技法多样，从而使中国菜肴构成了群星璀璨、精美绝伦的美食世界。

(2) 烹调方法多样。中国菜肴的烹调方法源远流长。周

代的“八珍”，就是指当时厨师所发明的八种珍贵的烹调方法。近几千年的历史长河中，经过历代劳动人民的实践，特别是从事烹饪的厨师们的不断创造，形成了数十类近百种烹调方法，同时各菜系又有许多地方特色的烹调方法。热烹、冷制、甜调是集烹调方法之大成的三类，其中每类的烹调方法少则数种，多达数十种，这些都是外国菜肴无法比拟的。

(3) 选料讲究。美味佳肴取决于厨师技艺的高低，而技艺的高低与正确地选用原材料又有非常重要的关系。中国菜肴选料严谨乃千古之遗风。古今厨师历来对选料严肃认真，毫不马虎，质量上力求鲜活且讲究时令，不同的菜肴选料有不同的要求。地方名菜的选料更为精细，一般都选用当地的原材料和调味品。今日中国的菜肴的选料不仅集前人之精华，而且不断地向合理化、科学化的方向发展。

(4) 刀工精细。刀工是制作菜肴的一个很重要的环节。中国菜肴对原料加工讲究大小、长短、精细、厚薄一致，以保证原料受热均匀，成熟度一样。我国厨师创造了直刀、斜刀、花刀、平刀等多种刀法，并能根据原料的特点和制作菜肴的要求，把原料切成丝、片、条、块、丁、坨、段、粒、茸、末等各种形态，不仅便于烹煮和调味，又能使菜肴外形美观。

(5) 配料巧妙。烹制菜肴，除选择好主要原料外，还要各种辅料和调料来拼配，才能使菜肴丰富多彩，滋味调和。中国菜肴历来讲究主辅料的拼配技术，擅长拼制各种平面的和立体的象形拼盘，使菜肴不仅具有食用价值，而且具有艺术欣赏价值。以致一些外宾对中国许多配料精妙的造型菜肴，常常叹为观止，不忍拆散，争相摄影留念。

(6) 调味丰富多采。善于调味是中国烹饪的一大特色，也是形成菜肴丰富多采的重要因素之一。中国菜肴历来重视原料互相搭配，滋味互相渗透，交流融合，以达到去除异味、增加美味、丰富口味的目的。在中国菜肴中，如咸鲜味、咸甜味、甜酸味、麻辣味、香腊味、鱼香味等，素为人民群众所喜爱。广大厨师除了善于掌握各种调味品的比例外，还能巧妙地使用不同的调味方法，有的在菜肴加热前调味，有的在加热中调味，有的在加热后调味，从而使每个菜品均有特殊的风味。

(7) 精于运用火候。中国菜肴千姿百态，风味各异，精于运用火候也是重要原因之一。中国烹饪对火力、火度、火势、火时诸因素均有讲究。为了保持菜肴的鲜嫩，须用旺火，火力要大，火度要高，火势要广，火时要短，否则菜肴就会疲沓变老。煨煮的菜肴要用文火，火力过大则会使菜肴汤汁干枯。有的菜肴需先用大火，后用文火，不然就会夹生。对于什么菜肴运用什么火候，我国厨师在长期实践中，积累了丰富的经验，就像用什么钥匙开什么锁一样，得心应手，运用自如。

(8) 讲究盛装器皿。古人曾经说过：“美食不如美器”，这是有一定道理的。菜肴与盛装器皿的完美结合，是形成中国菜肴绚丽多彩的重要因素，同时亦能体现强烈的民族风格和浓厚的生活气息。中国菜肴讲究盛装器皿，有如下几个内容：

① 讲究色调和谐。菜肴与器皿色调和谐，强弱适当，因盘盛菜，水乳交融，是中国菜肴独具的特色。

② 讲究形态的匹配。中国菜肴种类繁多，食器形态各异，

因而比较讲究菜肴与盛器的匹配，使食与器互相衬托。菜肴为之增色，席面因而生辉。

③讲究大小相称。菜肴与盛器大小要相称适宜，菜量不超过盆沿，汤菜以八成满为宜。

④讲究美食美器。我国是瓷器的故乡，瓷质餐具品种繁多，有如冰似玉的白瓷，有蓝如天、明如镜的青瓷，有紫红发亮的朱砂陶瓷，还有镂纹刻花的银制餐具。美食美器在我国具有得天独厚的条件。

2. 中国菜肴的分类。

(1) 地方菜。我国幅员广大，人口众多，由于气候、物产和风俗习惯的不同，各地区人们的饮食习惯和口味爱好也不同。这种差别是形成多种地方菜的根本原因。地方菜，是指各个地区具有不同特点的民间菜，它是相对于宫廷菜、官府菜、素菜而言的，是构成中国菜肴的主体。我国地方菜的系统比较多，主要有川菜、鲁菜、粤菜、苏菜、浙菜、闽菜、徽菜、湘菜（以上被称为八大菜系），还有京菜、沪菜、鄂菜等。当然，其他地方菜也有各自的特点，也有自己的风味名菜，并在国内享有一定的声誉。

(2) 少数民族菜。我国自古以来就是一个多民族国家，除汉族外，还有 55 个少数民族，各个民族都有其独特的烹调方法和传统的名菜佳肴。早在 600 多年前的元代，少数民族菜就在我国烹坛中占有重要的一席之地。但是随着历史的变迁、民族的杂居，其中一些少数民族菜逐渐被别的民族所接受。如蒙古族、回族、满族的烤羊肉、烧羊肉、涮羊肉，维吾尔族的烤羊肉串，朝鲜族的烧狗肉等菜肴，也深受其他民族欢迎。

(3) 宫廷菜。我国的宫廷菜至今有近 3000 年的历史。周、秦、汉、唐、宋、元、明、清等封建王朝，供帝王享用的菜肴，就其制作方法，可谓一脉相承。菜肴的特色可用“稀贵、奇珍、古雅、怪异”八个字来概括。它选料严格，制作精细，形色美观，器皿考究，具有皇帝贵族雍容华贵的气质，并富于工艺美。宫廷菜之所以如此奢侈豪华，这是由于封建统治阶级，一方面汇集了全国各地的烹调技术名师；另一方面，他们大肆搜括民脂民膏，原料充足，调料齐全。可以这样说，宫廷菜是我国封建社会烹调技艺的精华体现，标志着中国古代烹调的最高水平。但是宫廷菜只供帝王享用，局限于宫廷之中，技术很少在民间流传，以致限制了烹调技术的发展。辛亥革命后，随着封建社会制度的灭亡，部分流落在民间的御厨，聚集北京北海公园，开设了仿膳饭庄，这才使宫廷菜在民间得以流传，成为名扬海内外的中国烹坛的又一奇秀。

(4) 官府菜。我国历代封建王朝的文武官员，非常讲究饮食质量，他们不惜采取一切手段，聘请各地著名厨师，精心制作各种美味佳肴，为他们的生活享受服务。这些官府菜虽然没有宫廷菜雍贵的气质和考究的器皿，但由于厨师手艺高超，技术精湛，制作的菜肴富有特色，再加上官府中相互宴请交流，博采众长，名人品味、总结、宣传，因而使得官府菜也非常豪华，名噪一时，出现了不少传世的烹调技艺和名贵菜肴。新中国成立后，有的官府菜不断传向社会，已融入地方菜系；有的官府菜，经过系统的发掘、整理、继承、发扬，仍然以其独特的风味保留至今。目前比较有名气的官府菜有孔府菜、谭家菜和随园菜等。

(5) 素菜。所谓素菜，是指以植物类食物和菌类食物为原料烹饪而成的菜肴。它是我国烹饪体系中的一大流派，也是中国菜肴的重要组成部分。特殊的用料、精湛的技艺，使这支流派绚丽多姿；清鲜的风味，丰富的营养，使它在中国菜肴中独树一帜。目前，我国的素菜主要由寺院素菜、市肆素菜和民间素菜所组成，它们既构成一个体系，又不完全一致，而以自己特定的风格存在和发展。

寺院素菜，一般是指道教、佛教寺庙中制作的素菜。它是随着道教、佛教的兴旺，寺庙的增多，香火的旺盛而发展起来的，受道教、佛教影响较大。寺院素菜存在于许多名山胜地的寺院所占据的市场，区域范围有特定的条件。同时，在使用烹饪原料上，除不用动物性原料外，对某些植物性食物也有一定的限制。

市肆素菜，一般是指繁华都市中的素菜餐馆所经营的风味素食，它是市肆素菜的主流。市肆素菜制作讲究，注重色彩，取料方便，品种繁多，经营范围较广，影响较大。

民间素菜，是指家庭烹制的一类素菜。它的特点是：用料多以新鲜的蔬菜、豆制品、面筋制品为主，制作简单，朴素而实惠，且颇具地方特色。以时令蔬菜为主，以地方特产为优。

据考证，素菜营养丰富，含有大量维生素、矿物质、有机盐、蛋白质和钙等营养素，能调节人体器官的功能，增强体质，而且还有一定的医疗作用，因而深受人们喜爱。古代著名诗人陆游、苏东坡对素菜赞不绝口，称“素菜之美，能居肉食之上”。随着生活水平的不断提高，人民群众对含脂肪、

胆固醇较高的食物已感厌腻，而含多种营养素和具有疗疾健身的素菜正在受到更多人的重视。随着中国走向世界，外国人对中国素菜也逐渐认识和喜爱。

3、中国地方菜系及其风味特点。所谓地方菜系，是指某一地方的菜肴在选料、加工、烹饪、调味等方面形成独特的并富有浓厚的地方色彩的流派和完整的体系。下面简介八大菜系等主要菜系。

(1) 四川菜系（简称川菜）。四川菜系主要是由成都菜和重庆菜组成，它历史悠久，蜚声中外。

四川菜系的烹调技术博大精深，调味品纷繁复杂富有特色，菜肴的口味丰富而独特，素有“一菜一格，百菜百味”之美誉。四川菜口味多样：甜、咸、酸、麻、辣、香、鲜、嫩、软、脆十味皆备，又以麻、辣、酸为主。四川菜的品种约有3000多个，主要名菜有：鱼香肉丝、宫保鸡丁、麻婆豆腐、灯影牛肉等。

(2) 山东菜系（简称鲁菜）。山东菜系是由济南菜和胶东菜组成的。它是我国北方菜的代表，华北、东北等地的菜肴，均受山东菜的影响。济南菜以清汤和奶汤调制的菜最有名气，以清汤调制的菜，汤清而色亮；以奶汤调制的菜，汤白而味醇。胶东菜以烹调海产品最拿手，菜肴以味鲜、色美、原汁原味见长。山东菜系的名菜有：糖醋黄河鲤鱼、德州扒鸡、油爆双脆、锅烧肘子等。

(3) 江苏菜系（简称苏菜）。江苏菜系分为淮扬菜、苏州菜和南京菜三个流派。

淮扬菜包括扬州、镇江、淮安一带的菜肴，其特点是：原

味原汁原色（很少用酱油），以油重味浓为主，菜肴浓而不腻，烂而不糊，名菜有清蒸鲥鱼、扬州锅巴。

苏州菜包括苏州、无锡两处的地方菜肴。特点是：细切粗斩，制作精细，用料考究，口味浓中带甜，侧重酥烂鲜香，名菜有叫化鸡、松鼠鳊鱼等。

南京菜以烹制鸭子见长，特点是滋味柔和，咸淡相宜，原汁本味，鲜香酥嫩。名菜有：南京扒鸭、清炖八宝鸭、煨三鸭等。

（4）广东菜系（简称粤菜）。广东菜系包括广州、潮州、东江三个地方菜。广东菜以用料广泛，新奇而著称，蛇、狗、猫都能制成美味佳肴。菜肴清淡、生脆、爽口。在口味上，咸、甜、酸、辣、苦、鲜和清、香、酥、脆、浓，所谓五滋六味皆备。主要菜肴有：烤乳猪、龙虎斗、开煲狗头、白斩鸡、东江盐焗鸡等。

（5）浙江菜系（简称浙菜）。浙江菜系由杭州菜、宁波菜、绍兴菜组成，其中以杭州菜为代表。

杭州菜形成于南宋时期，刀工讲究，制作精细，口味具有清淡、香脆、细嫩的特色。名菜有西湖醋鱼、龙井虾仁、杭州酱鸭等。

宁波菜多以烹制海鲜为主，特点是鲜香、清淡、酸甜。名菜有三丝拌蛭、丝瓜卤蒸黄鱼等。

绍兴菜以制作河鲜、家禽为主，口味具有香酥绵糯，滋味浓重，富有乡土风味。

（6）福建菜系（简称闽菜）。福建菜系由福州、泉州、厦门等地方菜组成，以福州菜为代表。烹调的原料多为海味品。

菜肴的特点是：色彩绚丽，味鲜而清淡，咸中略带酸甜。名菜有：佛跳墙、鸡汤川海蚌、福寿全、太极明虾等。

(7) 安徽菜系（简称徽菜）。安徽菜发源于安徽的徽州，以擅长烹调山珍（果子狸、山鸡、斑鸠、野鸭）和各种河鲜（鲥鱼、鳊鱼、河虾、河蟹）而著称。突出口味特点是三重，即重油、重色、重火功。名菜有红烧果子狸、雪冬烧山鸡、葫芦鸭子、蟹黄虾盅等。

(8) 湖南菜系（简称湘菜）。湘菜源远流长，至今已有 2300 多年的历史。它不仅品种繁多，琳琅满目，而且风味独特。其显著特点：一是刀工精妙，形味兼美；二是长于调味，酸辣著称；三是技法多样，尤重火煨。

湘菜主要由长沙地区、洞庭湖区和湘西区三种地方菜组成。

长沙地区菜：由长沙菜、衡阳菜、湘潭菜组成，是湘菜的代表。长沙是湖南的省会，历史上一直是官府衙门的集中所在地，名人荟萃，商贾云集，湖南的官府菜多发源于此地。

洞庭湖区菜：以常德、岳阳两地为代表。以烹制河鲜、水禽见长。

湘西山区菜：擅长烹制山珍野味，各种菌类菜肴，烟熏腊味、腌菜也颇负盛名。

湖南菜系的名菜品种较多，主要有：

东安子鸡、麻辣子鸡、辣味合蒸、发丝百叶、口蘑汤泡肚。

此外，名菜还有柴把鳊鱼、原汁水鱼、冰糖湘莲、黄焖鳝鱼、油淋子鸡等。近年，广大湘菜厨师又发展了一大批色、

香、味、形俱佳的创新菜，如麻仁香酥鱼、锅贴兰花冬笋、荷花鸡腿、葵花虾饼、水晶鹌鹑蛋等。

(9) 北京菜系（简称京菜）。北京菜是从元、明、清等封建王朝的宫廷御厨和王府家厨逐步流传演变而来的。北京菜肴选料广泛，刀法精细，烹调讲究，造型美观，注意营养卫生。其显著特点是：突出主料，菜名朴素，经济实惠，重视色、质、味、器，兼顾形的华美，以咸为主，其他口味相应配合。名菜有北京烤鸭、涮羊肉、银耳鸭舌、蜜汁樱桃肉等。

(10) 上海菜系（简称沪菜）。上海菜系是一个年轻的菜系，约有 200 年的历史。由于上海是我国最大的工商城市，是海运中枢和进出口重镇，南来北往的人员云集，饮食市场逐渐繁荣。沪菜在吸收 15 个上海帮别长处的基础上，溶汇西餐菜肴风味而自成体系。特点是汤卤醇厚，重视原味，咸淡适宜，雕刻华美。名菜有椒盐蹄膀、五味鸡腿、双色鸡片、炒毛蟹等。

(11) 湖北菜系（简称鄂菜）。湖北菜系主要由武汉、荆州和黄冈（即今天的黄冈县）三种地方风味菜组成。鄂菜擅长蒸、煨、炸、烧、炒，讲究汁浓，芡稠、口重、色纯。其主要特点是：注重刀工，善于变化，强调配色，注意造型，具有朴实的民间色彩和浓厚的乡土气息。名菜有：武昌鱼、糖醋麻花鱼、双黄鱼片、粉蒸肉、烧野鸭等。

中国面点

我国饮食服务行业的面点，具有广泛的内容。从广义上

讲，泛指由各种米、麦、杂粮的粮食作物，加上豆类、果品、鱼虾以及根茎菜为原料，配以各种馅心而制作的各种小吃和点心。从狭义上讲，特指利用面粉和米粉等粉料调成面团而制成的面食小吃和酒席宴会上的各式点心。从面点的内容来说，它既是人们日常生活中不可缺少的食品，又是人们调剂口味的一种补充食物。

1、中国面点的起源与发展。我国的面点，同烹饪一样，历史悠久，源远流长。早在 3000 多年前的奴隶社会初期，劳动人民就学会了种植谷麦，并初步把它当作自己的主要食物。春秋战国时期，随着小麦种植面积的扩大，人们对食品的要求也相应提高，面食制作开始萌芽。到了两汉时代，面食制作技术有了较大进步，劳动人民已经较熟练地掌握了发酵和制饼工艺，馒头、胡饼（即今日的芝麻烧饼）等面食品种应运而生。进入唐代，出现了点心，人们早晨以点心为小吃，面食制作水平提高较快，花色品种也相应增多，并由此逐步奠定了我国风格独具、基调一致的面点基础。清代，是我国面点技术发展的鼎盛时期。特别是新中国成立以后，各地面点师在继承传统的基础上，不断总结、交流、提高、创新，我国的面点制作发展到一个崭新的阶段，使之成为中国烹调技术中又一奇秀。

目前人们常把我国面点分为“南味”、“北味”两大风味，具体又分为“京式”、“广式”、“苏式”三大特色。京式面点系指我国的东北、华北、山东等地区所制作的面点，以北京地区为代表，故称“京式”，它具有吃口鲜香、咸甜适宜、柔软松嫩的独特风味；广式面点泛指珠江流域和南部沿海地区

所制作的面点，以广东为代表，故称“广式”，它以讲究面点的形态、花样、色泽而著称；苏式面点主要是指长江下游、江浙一带所制作的面点，以江苏为代表，故称“苏式”，它具有口味醇厚，色泽深浓，略带甜头的独特风格。

2、中国面点的分类。中国面食制品品种繁多，分类复杂。按原料分类，可分为麦类制品、米类制品、杂粮类制品和其他制品；按熟制的方法可分为蒸、炸、煮、烙、烤、煎以及综合熟制法制品；按形态可分为糕、饼、团、粉、条、包、饺、羹、冻等；按馅心可分为荤馅、素馅两大类制品；按口味可分甜、咸和甜咸味制品等。

赴宴的礼仪

在赴宴之前，必须打扮。男人赴宴前化妆比较简单，只要比平常多留意一下衣履便可。但女士赴宴前的化妆，就要精心而为之。宴会中的女宾们大都衣着华丽，容光焕发，这是社交上的一种礼貌，并不只是为了表现自己。

在这里提醒化妆应注意的事项：

第一，先洗一个澡。沐浴后，用护肤的化妆品涂在手臂、腿和颈部上，轻轻地擦匀，然后躺在床上养养神，保证在宴会上有好精神。

第二，女士要留心脸部的化妆；化妆要浓淡适中，如果有一张漂亮的脸孔，那么淡淡的修饰一下，更能显示出秀丽和高雅的气质。一切化妆的程序都应该在家里完成，因为在公共场合当着别人面化妆是不礼貌的。

第三，注意头发和胡须：头发应该事先洗净梳好，男士要把胡须刮干净，有充分的时间，应去理个发，女士若能上美容院做做头发则更好。

第四，对着镜子照一照，穿上准备好的衣服以后，在全身镜前面照一照，看看还有没有什么不妥的地方。另外，还要注意鞋子是不是干净光亮，袜子有没有臭味。有些人的家里，进门或登楼就要脱去鞋子，换穿拖鞋，如果袜子有异味，便尴尬得很了。

当收到一张请帖时，先看清楚这人请的是什么酒，因为无论请的是寿酒、结婚酒或是孩子满月酒等，帖上都有写明，要根据宴会内容准备好礼物。

参加宴会，如果进了大门还见不到主人，不用着急，应该面带笑容周围望望，如果再找不到的话，自己就坐下，看看有没有相熟的朋友，如果相熟的朋友也看不见，就安祥地坐着，千万别到处去找主人。

当进入酒席的场所时，见到主人，一定要说道贺的话。如未到入席时间，可找一两个熟朋友交谈，或静坐等候，不要随处走动，入席时席位如没有规定，此时可以和相熟的朋友坐在一起。

席间应酬，有些人喜欢和相熟的朋友交谈，无非借此消磨时光。这实在不是善于社交之道。要知道，在这种场合中，正是结识新朋友，发展友谊的好机会，所以，不妨通过亲友介绍，多和未曾见过面的陌生朋友交际。有时，在没有人介绍之下，也可互通姓名而交谈。不过，最好还是找到了主人作介绍，这样不但比较亲切，也不冒昧。特别是异性之间，尤

应如此。

参加宴会，切记不要迟到。万一迟到了，在坐下之前，要先向所有的人微笑打招呼，同时还要说声抱歉。

在参加宴会时，如果请帖上写明“准时入席”，自然要依时赴宴。要是没有写，可不必理会“恭候”的时候，等到“入席”时间才赴宴，这样，既不太迟，也不太早。太迟了，表示你对主人不够尊敬，太早了又会给人家看到“吃客”相。

宴会开始了，在大家纷纷入席中，有两点必须注意的：一是较大规模的宴会，可能有一两桌是属于主家的，作客的不可贸然入座。二是中式的宴会，多采用圆桌。但每桌照例有一个主人或招待者，在主人两旁的座位，一般是留给上宾或主客，除非得主人邀请，也不好占坐。不过目前很多场合也不很拘泥这一点。

入席时如果有主人或招待人员，那么座位应听候主人或招待人员指派，不要过于礼让。如未定座位，应由尊长坐上座，自己拣适当的座位坐下，不必过于谦恭。

入座时，切记要用手把椅子拉后一些才坐下，如果用脚把椅子推开，就表现出很粗鲁的作派。女士们若有男友同行时则不必自己动手拉椅子了，因为这是男士的责任。

入座后，要坐得端正，双腿靠拢，两足平放在地上，不宜将大腿交叠。双手不可放在邻座的椅背，或把手搁在桌上。

未上菜时，不可玩弄杯、筷，或频频起立、离座。同时，不可给主人增添麻烦，例如主人问喝绍兴酒或啤酒时，你只可在两种酒中作选择，不可说喜欢喝威士忌，因为主人可能没有预备威士忌，使人发窘。

席间如遇有主人或来宾致词，应停止进食，正坐恭听，不可和旁人交头接耳，或左顾右盼，也不要搬弄餐具。

进餐时，不宜高谈阔论，吃食物时，尽可能将嘴巴闭合，吃时不要发出啧啧的声音，万一喷嚏、咳嗽，应马上掉头向后，拿手巾掩口。如果那天伤风咳嗽，最好不去赴宴会，因为在席上频频咳嗽不仅失礼，而且缺乏公德。

夹菜时，筷子不可在碟中乱搅一通（所谓“拨草寻蛇”）或专挑好的来吃，筷子也不要伸到碟子的对面（所谓“飞象过河”）。用汤匙舀汤，不要舀得太满，以免倾泻于桌上。

大凡筷子、汤匙，不要整段塞进口里，筷子夹菜送到牙齿，汤匙仅沾唇边，既合卫生、又很文雅。夹菜时，偶然掉下一些小菜于碟外，不可把它重放于原碟，只能夹来自己用，或放于盛置残渣的碟中。

在宴会中，主人有敬酒之举，你也必须回敬一杯。敬酒时，身要端正，双手举起酒杯，待对方饮时即可跟着饮。如果是大规模的宴会，筵开数席，主人只能依次到各张台去敬酒，每一台可派出代表到主人台去向主人回敬。敬酒时，态度要从容大方。

在宴会中最好不要中途离去，若万不得已时也应向同桌的人说声对不起，同时还要郑重地向主人道歉，说明原委。如果有长辈在内，最好向后退两步，才转身离开，这样，才能表现出一个人的教养。

吃完之后，应该等到大家都放下筷子，以及主人示意可以散席，才可离座。

宴会完毕，便可以告辞了，这时主人家已经站在门口准

备送客了，你可以随着众客人走到主人面前，握一下手，道声“谢谢”便成了，千万不要拉着主人的手不停地谈话，即使有很多话要跟主人说，也该留待他日有空再谈，免得妨碍主人送客。更周到的做法，事后也可以写封致谢的信。

宴请主人的礼仪

作为宴会的主人，开始之前，便应该准备妥当，并适时站立于门前迎接宾客。

照例是：作为晚辈的主人，站在最前面，长辈居后。

对每一个来宾，主人都得分别依次招呼，不可疏忽。在客人大部分到齐时，主人就要回到会场中来（但仍要留一两个招待在门前）分头跟客人招呼、应酬。

同时在这时候，场内也要有几个主方的人负责跟众多宾客周旋，做介绍、招待、照顾等工作。

主人对宾客的态度，必须热诚恳切，一视同仁，不可只顾应酬一两个上宾或主要客人，而冷落了其他人。

当你正和某一个客人应酬着，适有另一些客人进来，不能分身时，可先对原来的客人道歉，再抽身前去接待。

主人当然是比较忙碌的。但不可因为忙乱，怠慢了众多来客，一旦发觉有些来宾孤单无伴，就要找朋友为他们介绍认识，以免使来客冷落。

入席前，主人或招待人员应礼貌性的亲自递烟倒茶。

入席时主人事先就要有计划地分配坐席，分别招呼客人入席，以免临时紧张，乱作一团。

上菜之前，做主人的，先要向同桌的客人敬酒，照例说一句感谢光临的话，以后每道菜来时，都要举杯邀饮，然后请客人“起筷”。

在大规模的中式宴会中，有时会多至数十席的。照例主人要同主要亲人到每桌去敬酒。这时候就要估计大约需要的时间。在适当的时候，到每一桌去敬酒。到了每一桌之前，就能够遍及每一位客人，并且一一致意了。

席散后，主人便要回到门口，等待客人离去。道别的形式可以一一握手送行。在规模较大的宴会中，送客是到此为止。

可是，若是三两桌的小型宴会，主人对某些来宾，如长辈、路远的稀客，还有差遣小辈送上一程的必要，或者给他们雇车，以表示自己的情意。

此外，在跟客人辞别时，如果客人较少，还可以说些客套话表示热情感谢。

吃中餐的礼仪

中式饭菜有着很讲究的礼仪，是中国传统文化的重要体现。

中餐的餐具主要有杯、盘、碗、碟、筷、匙几种。在正式的宴会上，水杯放在菜盘上方，酒杯放在右上手。筷子与汤匙可放在专用的座子上，或放在纸套中。公用的筷子和汤匙最好放在专用的座子上。酱油、醋、辣油等佐料应一桌数份，并要备牙签和烟灰缸。宴请外宾时，还应预备好刀叉，供

不会使用筷子者使用。

上菜应按照下述顺序：先上冷盘，后上热菜，最后上甜食和水果。宴会上桌数再多，各桌也要同时上菜。上菜的方式大体上有以下几种：一是把大盘菜端上，由各人自取；二是由招待员托着菜盘逐一往每个人的食盘中分让；三是用小碟盛放，每人一份。

进餐伊始，服务员送上的第一道湿毛巾是擦手的，不要用它去擦脸。上龙虾、鸡、水果时，会送上一只小小水盂，其中飘着柠檬片或玫瑰花瓣，它不是饮料，而是洗手用的。以之洗手时，可两手轮流沾湿指头，轻轻涮洗，然后用小毛巾擦干。

用餐时要注意文明礼貌。如席间有外国人，对其不要反复劝菜，可向对方介绍中国菜的特点，吃不吃由他。有人喜欢向他人劝菜，甚至为对方夹菜。外宾没这个习惯，你要是一再客气，会使人反感，参加外宾举行的宴会，也不要指望主人会反复给你让菜。你要是等别人给自己夹菜，那就只好饿肚子。

客人入席后，不要立即动手取食，而应待主人打招呼，由主人举杯示意开始时，客人才能开始。夹菜要文明，应等菜肴转到自己面前时，自己再动筷，不要抢在邻座前面；一次夹菜也不宜过多。要细嚼慢咽，这不仅有利于消化，也是餐桌上的礼仪要求。决不能大块往嘴里塞，狼吞虎咽，这样会给人留下贪吃的印象。不要挑食，不要只盯住自己喜欢的菜吃，或者急忙把喜欢的菜堆在自己的盘子里。用餐的动作要文雅，夹菜时不要碰到邻座，不要把盘里的菜拨到桌上，不

要把汤泼翻。不要发出不必要的声音，如喝汤时“咕噜咕噜”，吃菜时嘴里“叭叭”作响，这都是粗俗的表现。不要一边吃东西，一边和人聊天。嘴里的骨头和鱼刺不要吐在桌子上，可用餐巾掩口，用筷子取出来放在碟子里。掉在桌子上的菜，不要再吃。进餐过程中不要玩弄碗筷，或用筷子指向别人。不要用手去嘴里乱抠。用牙签剔牙时，应用手或餐巾掩住嘴。不要让餐具发出任何声响。

用餐结束后，可以用餐巾、餐巾纸或服务人员送来的小毛巾擦擦嘴，但不宜擦头颈或胸脯；餐后不要不加控制地打饱嗝或暖气；在主人还没有示意结束时，客人不能先离席。

使用筷子的礼仪

中国的筷子是十分讲究的，“筷子”又称“箸（筴）”，远在商代就有用象牙制成的筷子。《史记·宋微子世家》中记载“纣始为象箸”。用象牙做箸，是富贵的标志。后来做筷子的材料也不同，考究的有金筷、银筷和象牙筷；一般的有骨筷和竹筷；现在有塑料筷。湖南的筷子最长，有的长达两尺左右；而日本的筷子短而尖，这是由于吃鱼片等片状食物的缘故。筷子传入日本是唐代，现在它是世界上生产使用筷子最多的国家，平均年产 130 亿双筷子，其中 90%，是只用一次的“剖箸”。日本人还把每年 8 月 4 日定为“筷子节”，并且在使用筷子时讲究“忌八筷”。中国使用筷子，在人类文明史上是一桩值得骄傲和推崇的科学发明。李政道论证中华民族是一个优秀民族时说，中国人早在春秋战国时代就发明了筷

子。如此简单的两根东西，却高妙绝伦地应用了物理学上的杠杆原理。筷子是人类手指的延伸，手指能做的事，它都能做，且不怕高热，不怕寒冻，真是高明极了。比较起来，西方人大概到 16 世纪、17 世纪才发明刀叉，但刀叉哪能跟筷子相比呢？日本的学者曾测定，人在用筷子夹食物时，有 80 多个关节和 50 条肌肉在运动，并且与脑神经有关。因此，用筷子吃饭使人手巧，可以训练大脑使之灵活。外国人对这两根神奇的棍状物能施展出夹、挑、舀、撮等功能钦羨不已，并以自己能使用它进食而感到高兴。

在长期的生活实践中，人们对使用筷子也形成了一些礼仪上的忌讳：

一忌敲筷。即在等待就餐时，不能坐在餐桌边，一手拿一根筷子随意敲打，或用筷子敲打碗盏或茶杯。

二忌掷筷。在餐前发放筷子时，要把筷子一双双理顺，然后轻轻地放在每个人的餐桌前；相距较远时，可以请人递过去，不能随手掷在桌子上。

三忌叉筷。筷子不能一横一竖交叉摆放，不能一根是大头，一根是小头。筷子要摆放在碗的旁边，不能搁在碗上。

四忌插筷。在用餐中途因故需暂时离开时，要把筷子轻轻搁在桌子上或餐碟边，不能插在饭碗里。

五忌挥筷。在夹菜时，不能把筷子在菜盘里挥来挥去，上下乱翻，遇到别人也来夹菜时，要注意避让，谨防“筷子打架”。

六忌舞筷。在说话时，不要把筷子当作刀具，在餐桌上乱舞；也不要请在别人用菜时，把筷子戳到别人面前。这样

做是失礼的。

中餐宴会上的助兴节目

在这个繁忙的社会里，人们聚在一起是一个难得的场合，大家都抽出一点时间聚在一起，难免要趁机欢乐一下。通常在宴会里，酒过三巡，主人或来宾有时会提议请某人表演一个节目，让大家欣赏，这样可以使宾主尽欢。

如果你被邀请表演节目，而你也有表演的能力，那么就大大方方地站起来，把你最拿手的表演让大家欣赏。至于表演哪些节目呢？普通的有歌唱、魔术、口技、或利用乐器演奏等等。

万一你没有这些表演能力，也不宜推却，至少，你可以用语言说个故事、笑话、绕口令，或做个谜语让大家猜，也是一样能使大家高兴。

当别人的表演完毕以后，在座的主人与客人们应该给以热烈掌声，尽管他表演的并不高明，也要给予喝彩，这是礼貌，而不是虚伪的恭维。

二、西餐礼仪

西餐菜肴

西餐菜又分为欧美式和俄式两大类。其中欧美式较著名的有英、法、美、意等菜式。德国、奥地利、匈牙利、西班牙、葡萄牙、荷兰等国的饭菜都各具特色。现介绍几种主要的西餐菜系。

1. 英国菜。其特点是：油少、口味清淡，调料很少用酒，烹调较简单。调味品都放在桌上，由宾客就餐时根据自己口味需要而选用。多采用清煮、烤、清烩、蒸、煎、炸等烹调方法。著名菜点有：薯烩烂肉、烤羊马鞍、薄荷沙司、烧鹅苹果沙司、野味攀、冬至布丁、明治攀等。

2. 法国菜。主要特点是：选料广泛，用料新鲜，烹调讲究，花色品种繁多。法国菜的选料，除常用原料之外，如蜗牛、马兰、洋百合、鹅肝、椰树芯等均可入菜。烹调用酒很重，要求也很严格。法国菜口生，一般只煮三、四成熟即可食用。主要名菜有：马赛鱼羹、鹅肝冻、巴黎龙虾、红酒山鸡等。

3. 美国菜。其特点是：口味咸里带甜，常用水果作为菜肴的配料，点心和色拉大多用水果制成。美国菜的调料大都用色拉油沙司和鲜奶油，一般不放辣味。著名菜点有丁香火腿、美式火鸭、板排鲑鱼、蛤蚧浓汤、苹果色拉、南瓜攀等。

4. 意大利菜。主要特点是：味浓，以原汁原味闻名。在烹调上以炒、煎、炸、红烩、红焖等方法著称。并喜用多种面食作菜吃，饭和面条只烧到六、七成熟就吃，这是区别于其他国家的一个明显标志。著名菜点有通心粉素菜汤、铁扒干贝、红焖牛仔肘子、什景铁排菠菜、三色皮扎等。

5. 俄菜。其特点是油大味重，制作不太讲究，肉类和家禽菜要烧得很熟才吃，咸鱼和熏鱼生吃较多。烹调多用酸奶油、奶渣、柠檬、酸黄瓜、小茴香等作调味品。著名菜肴有：什景冷盘、鲑鱼饺子、冷苹果汤、串烤羊肉、白塔鸡、酸黄瓜汤、果酱酸奶油攀等。

6. 德国菜。其特点是：食用生菜较多，很多菜都带酸味。各种各样的香肠，是当地的特产。咸鲑鱼色拉、多种制法的土豆，几乎每餐都要制作，既当菜肴又做粮食。名菜有：鸡肉沙拉、煎小红肠、烤猪肉串、焖牛肉卷、炸鸡串等。

西菜品类较多，名目复杂，主要有：1. 冷菜类。常见的有：

沙拉：用土豆、胡萝卜、鲜黄瓜、青豆、鸡蛋再加一些沙拉酱等调味品拌和而成。主要品种有素沙拉子、鸡肉沙拉子、蟹肉沙拉子等。

冻子：是将煮熟的食品和汤汁冷冻凝结而成。主要品种有鸡肉冻子、大虾冻子、鱼冻子等。

泥子：以动物的脑、肝、虾、蟹为主料，以鸡蛋、芹菜为配料，加上其他佐料拌和而成。品种有牛脑泥子、大虾泥子、茄子泥子等。

2. 汤类。一般只喝汤，不用其料。汤有以下几种：

清汤：即用主料煨熟后经过滤而成。用什么料叫什么汤。

红汤：又名罗宋汤，是俄国式浓汤，用牛骨头煨汤，加入烤过的红萝卜、洋葱、番茄酱调匀过滤而成。

白汤：又名奶汤，以牛肉和牛、鸡、猪骨头为主料，胡萝卜、芹菜、洋葱为辅料，加入面粉调制而成。如奶油菜花汤、奶油番茄汤等。

炖汤：又叫牛肉茶、鸡肉茶，用牛腿或鸡肉，加以烤黄的胡萝卜、洋葱，用文火慢炖而成。汤味鲜美，营养丰富。

3. 炸制菜类。西餐的炸制菜品种比较多，可分为软炸类菜、干炸类菜、清炸类菜、面拖类菜和炸高丽类菜等多种，炸制菜的特点是香酥、鲜嫩。

4. 其他菜类。主要有：烩制菜类，分为红烩、白烩、酸烩三种；烧烤类，分为明烤、明烧、暗烤、暗烧等几种；煎制类，分为湿煎、干煎两种。

西式面点

西式面点品种较多，主要有：

1. 吐司。就是把面包切片，配以肉、鱼、蛋和其他蔬菜的丁、泥，经煎、炸或烘烤而成的食物。以后用什么配料就叫什么吐司。如肉泥吐司、鱼子吐司等。

2. 三明治。是用两片面包夹上其他原料的一种食品，用什么原料做夹心，就叫什么三明治。如牛肉三明治、火腿三明治等。

3. 布丁。是用面粉、牛奶、鸡蛋、水果、白糖等原料，经研制后放入布丁模子内蒸制而成。如巧克力布丁、面包布丁、黄油布丁等。

4. 蛋糕。用鸡蛋、面粉、白糖为主料，将蛋打泡，掺面调匀，置于各种形状蛋糕模蒸、烤、烘而成的一种常用点心。如奶油蛋糕、卷筒蛋糕、黄油蛋糕、水果蛋糕等。

5. 面包。是以面粉为原料，配以鸡蛋、砂糖、盐，经酵母发酵烤制而成。面包因风味不同和形状不同，可分甜面包、咸面包、圆面包、长面包等多种。

西餐餐具的使用方法

1. 西餐餐具。

西餐宴会所需的器具可分为五大类：银器、瓷器、玻璃器皿、上菜盘和厨房用具。

(1) 银器。银器（当然，也可能不是银质的）应该包括大小刀叉、汤匙、布丁匙和咖啡匙。所有这些，除了刀可能镶有骨柄之外，都应配套相称。一套分菜用的餐匙和一把锋利的切肉刀也必不可少。

图 10—1 是主要的餐具，自右至左依次是：

水果刀：长约 6 寸至 8 寸，大小形状不一。

图 10-1

图 10-2

水果叉：长约 6 寸至 7 寸，三齿，两边的齿大中间的齿小，且各齿的形状和大小都不一样。

奶油刀：长约 6 寸半至 7 寸。

鱼及生菜刀：长约 8 寸半至 9 寸。

肉刀：长约 9 寸半至 10 寸。

鱼及生菜叉：长约 6 寸至 7 寸，有四个大小相同的齿。

肉叉：长约 6 寸半到 8 寸，有四个大小相同的齿。

汤匙：长约 8 寸半。

甜品匙：长约 6 寸至 7 寸。

茶匙：长约 5 寸半至 6 寸半。

咖啡匙：长约 4 寸。

图 10-2 是辅助餐具，它们是放在大菜盘或汤碗里公用餐具，先用它们取出食物放在各人自己的盘内。从右至左依次为：

硬壳果夹、鱼叉：长约 6 寸至 7 寸。肉匙：长约 7 寸半至 8 寸。生菜匙：长约图 10-1

图 10-2

8 寸半至 9 寸。水果叉：长约 8 寸半至 9 寸小 生菜匙。方糖夹。

(2) 瓷器。在正式宴会上，除了甜食盘之外，所用的瓷器应该全部配套相称。在非常随便的非正式宴会上，这一点不那么严格，但每一道食品所用的瓷器仍应一致，道理很简单，这无非是为了使人看了舒服。宴会所用的瓷器，需要有大号、中号和小号的餐盘；如果有汤，则还需要汤盆或汤碗。此外，还要有中号的奶酪（或色拉）盘。图 10—3 和图 10—4 列出了全套盘子。

图 10—3

图 10—4

咖啡具也必不可少。咖啡壶、奶油杯和糖罐可以是银质的，也可以是瓷质的，杯子和杯托则应该是配套的咖啡杯具（见图 10—5）。

图 10—5

(3) 玻璃器皿。在宴会上，每一种酒都要用一种玻璃酒杯。图 10—6 列出了全套玻璃酒具。

图 10—6

图 10—7

这些是普通宴会所用的杯子，从右至左依次为：

①雪醴杯 ②白褒根地酒杯 ③红酒杯 ④红褒根地酒杯
⑤香槟杯 ⑥水杯。

图 10—7 是鸡尾酒会使用的杯子：①鸡尾酒杯 ②香槟杯（亦可作马丁尼杯） ③澳泛兴杯 ④果汁杯 ⑤五味酒杯 ⑥水杯 ⑦甜酒杯 ⑧薄荷酒杯 ⑨白兰地杯 ⑩威士忌苏打杯或包朋杯（亦可作啤酒杯） ⑪马丁尼杯 ⑫啤酒杯、水杯。在许多正式宴会上，玻璃洗手碗或是随置在甜食盘中，或是在以手取食的菜（如芦笋）之后，端上餐桌以供使用。如果餐桌不铺桌布，则洗手碗下应放置一块小衬垫。

（4）上菜盘。宴会所用的大部分上菜盘，可说是主人的宴会侍应的一个基本组成部分。凡是按常规形势招待客人，至少需要两个蔬菜盘、若干个不同尺寸的扁平分菜盘、一个酱碟、一个或几个盛布丁的大玻璃碗，以及一块切奶酪的木板。各种托盘也同样重要，一个色拉碗则不可缺少。

（5）厨房用具。每个人都有自己喜爱的锅罐壶煲，如果这些东西仅仅是在“幕后”使用，则无需担心它们的状况。但若厨房兼作餐厅，则应考虑它们（尤其是诸如蒸锅和蛋奶酥烤盘等将要端上餐桌的厨房器具）的外观。

2. 餐桌布置。

餐桌可以铺上一块桌布，但若桌面非常美观，则人们常常还是愿意使用衬垫。如果使用桌布，则桌布应下垂到桌面距地的 $1/2$ 处。当然，桌布必须极其洁净。宴会桌布历来为白色，这一传统一直沿袭至今；但这是各人所爱的问题，如果女主人在配色上独具风格，那也无可非议。

银器。银器在餐桌上的摆法遵从两条基本规则：一，叉具应置于左侧，刀具和匙具应置于右侧；二，就餐者按上菜顺序，由外向里启用餐具。图 10—8、图 10—9、图 10—0 所

示，即是不同食谱餐具的不同摆法。图 10—8 所示是按一份有汤、肉食、布丁和奶酪组成的食谱的餐具摆法：就餐者右侧由外向里，顺序是面包刀、汤匙、切肉刀和布丁匙；左侧由外向里，依次是肉叉和布丁叉。如果布丁是一道冰淇淋，得用小匙取食，则该小匙应置于右边餐刀的内侧。如果头道菜是用叉取食，则如图 10—9 所示，得将右侧的汤匙撤去，在左侧增设一把小叉。叉齿应该朝上，刀刃则应该朝里。

图 10—8 右上角为雪利酒杯、红葡萄酒杯和香槟酒杯的摆法。

图 10—8

图 10—9

图 10—9 杯具摆法（自左至右）：水杯，白葡萄酒杯，红葡萄酒杯，波尔图酒杯。

图 10—10 所示的将叉、匙置于上方的摆法完全正确，只是稍不正规。这种摆法可以节省地方。

图 10—10

在正式宴会上，若有甜食，则取食甜食用的刀叉洗指碗一并置于甜食盘中端上（见图 10—11）。

杯具。大多数宴会都只用一种酒，酒杯置于餐刀的正上方。若有两种以上的酒，则习惯上将各种酒杯按使用顺序自右至左放置，自左至右或呈三角形放置亦可。

应该注意，酒杯的摆法并无严格的规定。图 10—8 和图 10—9 所示，即是两种不同的摆法。各种酒所用的酒杯见图 10—6 所示。

图 10—11

弄清楚何种形状的酒杯将用于何种酒，这很有必要。例如：白葡萄酒杯通常要比红葡萄酒杯小一些，但德国白葡萄酒杯则要高一些。

如果有水，则餐桌上就设有高脚水杯和水壶，按客人的要求斟给。

如果有波尔图酒，则酒杯或可在布置餐桌时摆好，或可在斟酒时端上。

餐盘。通常，在叉的左侧设一白脱盘，在非正式宴会上，它常常兼作奶酪盘，奶酪送上时，就餐者得将它挪到自己的正前方。

餐巾。餐巾可折叠成各种形状，例如折成“僧帽形”，置于餐席中央，或折成简单的三角形或长方形，置于白脱盘上。宴会应该使用大号餐巾。在很随便的非正式宴会上，纸餐巾完全可以适用——而且，它的使用正在日益普遍，但只要有

可能，还是以使用亚麻布餐巾为宜。

蜡烛。为了形成宴会气氛，增添席上情趣，并使餐桌和围坐其旁的人们赏心悦目，烛光不可或缺。烛光的光线之柔和为电灯光所无法比拟。至于采用大烛架，还是采用小烛台，则由主人决定，但作为一条规则，通常是蜡烛愈长则烛台愈矮。

正式宴会上所用的蜡烛一般为白色。在所有宴会上，无论是全部用蜡烛还是蜡烛和电灯并用，都必须保证足够的亮度，以使人们能看清自己所做的事。如果光线过于昏暗，则席上气氛就会显得忧郁沉闷。

鲜花。宴会所用的鲜花应该是短茎的，因为餐桌中央的花饰如果过高，就会挡住餐桌两边人们的视线。

其他。布置餐桌时，每隔一定距离都要设置盐瓶和胡椒瓶。

理想的做法应该是，每两个人之间就有一套调味品，但这也并非绝对必要。

若有芥末，则应置入小银瓶或小碟之中，在布置餐桌时摆妥；白脱也是如此。有时，桌上还要放置一些烟灰缸。

3. 西餐餐具的使用方法。

持刀。用刀时，应将刀的顶端置于手掌之中，以拇指抵住刀柄的一侧，食指按在刀柄背上，但食指决不可触及刀背；其余三指则顺势弯屈，握住刀柄（见图 10—12）。

持叉。如图 10—13 所示，叉如果不是与刀并用，则叉齿应该向上，持叉应该尽可能持住叉柄的末端，而不能抓在叉柄的下部，叉柄倚在中指上，中指则以外侧的无名指和小指为支撑。

图 10—12

图 10—13

使用左手的人可按自己的习惯持叉。因为这种餐具登上餐桌为时较晚,所以留给它的地位就只有在餐盘的左侧了。这样,惯使左手的人正好可以持叉进食,而惯使右手的人则必须尴尬地将叉换到右手去。因此,在叉与刀(或甜食匙)并用时,这一习惯就不得当了,它会造成过多的放下和换手的动作。

叉可以单独用于叉餐或取食任何无需用刀或甜食的食品,可以用于取食某些头道菜和馅饼,也可以用于取食那种无需切割的主菜。

刀叉并用。在这种情况下,持刀姿势如前所述,持叉姿势与持刀相似,叉齿应该向下(见图 10—14)。通常,刀叉并用是在取食主菜的时候,但若无需用刀切割,则用叉即可(如上所述)。这两种方法都是正确的。对于其他那些需要切割的食品,如甜瓜和开胃菜,则需刀叉并用。

图 10—14

图 10—15

刀除了可用于切割食品（切下的每一片都应该吃掉），还可用来帮助将食品拨到叉上（见图 10—15）。

有些食品，如米饭和豌豆，或可将叉背向上使用，或可将叉翻过来当匙使用，以刀把食品拨到叉上去（见图 10—16）。这样做时，必须用刀将食品拨到叉的两侧，而不是外侧，因为那样做可能会使自己的肘部碰到邻座。

图 10—16 图 10—17 图 10—18 图 10—19

持匙。持匙用右手，持法同叉。但要记住，手指务必持在匙柄上的端，而不是匙柄下部。

叉匙并用。很多种布丁都要叉匙并用取食。叉的持法和刀叉并用时相同，叉齿向下。或叉或匙，一件用以托盛食品，另一件则用以帮助盛取（见图 10—17）。

中止用餐。如果暂停用餐，刀叉（或叉匙）应互成夹角置于盘上（见图 10—18）。如果已经用毕，则刀叉（或叉匙）应并排置于盘上（见图 10—19），注意叉齿应该向上。

尽管各国人们进餐的规矩比过去都大大简化了，而且不同的国家各有不同的习惯，但是有一些规矩仍然是普遍适用的。

讲进餐的礼节，熟悉各种餐具的用途是首要的一条。因为每吃一道菜时，都要用不同的盘子、刀子、叉子、勺子、玻

璃杯。常常在一个宴会上，吃的饭菜不多，不过三四道，但使用的各种餐具却不下二十来件之多。

在一个正式宴会上，客人入席时，餐桌上每个座位前都已摆好了盘子和其他餐具。菜盘比较大的，放在全套餐具的中央，是用来盛正菜加上一些配菜用的。如果是两道正菜，就会摆两个菜盘。在菜盘上面放有一个备用盘，稍小一点。盛开胃小吃或汤的小碗将会放在备用盘的上面。在吃过开胃小吃或汤之后，服务员就把小碗和备用盘拿去。如果没有开胃小吃，备用盘就在上正菜时拿走。在菜盘的左边通常摆有一个沙拉盘。沙拉有时候是用碗装着上的，有时候直接放在菜盘上。在菜盘左面叉子的上方，放有一只盛面包、黄油的碟子，这个碟子有时还用来放小萝卜、芹菜、红萝卜和橄榄等用手拿着吃的食品。

在菜盘的右边放有茶杯、茶盘，有时候它们是在上咖啡或茶时再一起拿上来。在正式宴会上，应当让茶杯、茶盘自始至终放在那里；而在不那么正式的宴会上，则在菜盘撤走以后可以把它们移到中央来喝咖啡或茶。

甜食盘是在菜盘撤走后摆在中央的。可以把甜食用盘子盛着端上，也可以摆好盘子然后用大盘子盛着甜食拿上来让客人取用。吃完甜食，让甜食盘放在原来的地方。

再说那些金属餐具。刀、叉、勺等每样都有多种不同用途的品种。但是，即使在最正式的宴会上，也不常会看到在菜盘两边摆有三把以上的叉子、两把以上的刀子和两种以上的调羹（如果需要用更多的餐具，会在上菜时一道拿上来）。

最小的叉子是吃海鲜用的，它摆在最左边或最右边，有

时同海鲜食品一道拿上来。它用来吃虾、蜗牛、牡蛎或其他海鲜开胃品。如果正菜是一道鱼，就不会有这个叉子。最大的叉子是吃正菜（肉、禽或鱼）用的。略小一点的是用来吃沙拉的。一般情况，习惯先吃正菜后吃沙拉，认为吃过正菜后吃沙拉可以清一下味觉，然后好吃甜食或喝餐后酒，因此它摆在餐叉的右边。如果沙拉在正菜之前上，吃沙拉的叉子就摆在餐叉的左边。如果作为吃甜食用的叉子，它就摆在餐叉的右边或摆在盘子的上方。

一把真正吃鱼用的叉子尖齿比其他叉子宽。许多人常用吃沙拉的叉子代替吃鱼用的叉子。吃甜食用的叉子是用来吃那些不用调羹吃的甜食的。旧式餐具的这种叉子有特别的形状，它比茶匙大一点又比餐叉小一点，而现代的餐具则同吃沙拉用的叉子形状相仿。这种叉子或摆在是靠近盘子的地方或叉子的把朝右摆在盘子的上方。有时候它放在盛甜食的盘子上与甜食一道拿上来。

放在最靠近盘子的那把大餐刀（如正菜不止一道，就有两把或更多）是吃正菜用的，可以用来切肉和蔬菜，如有必要也可用来切蔬菜沙拉。有时候正菜中有牛排，就备有切牛排用的刀子。这种刀子刀头很尖，刀刃较锋利。不过今天人们常常用较锋利的餐刀取代它了。如果正菜是鱼，那就要用鱼刀。这种刀的形式比较特别，有点像一把铲子，为的是便于避开鱼骨切割鱼肉。鱼刀放在餐刀的右边，刀形有些像鱼头。一把比较小的圆头的小刀子是涂黄油用的，它总是放在面包碟子的上端，刀刃朝里，刀把在右边，便于用右手持刀的人使用。

在宴会上，一般使用的调羹不外是餐匙、茶匙、汤匙、喝冰茶用的调羹和喝小杯咖啡用的小勺等。正如上面所说的，不会一下摆着多于三把的调羹，它们是按着使用的先后摆放的。例如喝咖啡用的茶匙摆在刀子的右边，汤匙摆在茶匙的右边，吃麦片用的调羹放在茶匙与刀子之间。

在现代餐具中，餐匙已被茶匙所取代。不用餐匙以后，茶匙在餐具中仅次于刀子和叉子而居第三位。茶匙即使不使用也常常摆在餐桌上。当清汤用清汤杯盛时，茶匙经常代替喝清汤用的调羹。吃甜食用的调羹，实际上就是上面说的餐匙，它或摆在盘子的右边紧靠刀子，或放在盘子的上方。如果是与一把吃甜食的叉子一起，就放在盘子上方，匙把朝右边。有时候吃甜食用的调羹同甜食一起端上来。喝冰茶用的调羹是一个长把的勺子，既用来喝冰茶又可以用来吃冰糕和其他用高杯盛的甜食。这种勺子是在上冰茶或甜食时一道拿上来的。喝小杯咖啡用的小勺，是用来搅拌咖啡的，它同小咖啡杯盘一起送上来。

另外，在正式宴会的每一个座位的餐桌上，刀、叉和盘子的右上方摆有好几个高脚玻璃杯，包括凉水杯、红葡萄酒杯、白葡萄酒杯、香槟酒杯等。装红、白葡萄酒的两只杯子基本上是一样的，或是大小略有不同。喝香槟酒的杯子则是另外一个样子，一般是高脚敞口杯或郁金香形瘦高杯子。

在一个很正式的宴会上，会在餐盘的左上方摆有一个金属或玻璃的碗，里面放有清水，有时还有几片花瓣，是用来洗手的。这是洗手碗，千万不要把它错当喝水的碗。

单单懂得各种餐具的用途还不够，还需要懂得正确使用

不同的餐具。杯、盘、刀、叉能否使用得当，关系到是否合乎用餐的礼仪。

例如，餐桌上摆着几个高玻璃杯，怎样用它们呢？这并不困难，因为客人入席后，服务员就会马上往凉水中倒凉水；在进餐的过程中会把不同的酒倒进不同的杯子中，客人自然不会拿错杯子来喝。不过要知道，拿高脚杯子时，应用大拇指和另外几手指拿住杯子的下半部。只有当白葡萄酒是冰镇的时候才不这样拿，而是用手指捏着酒杯脚，为的是怕手指把酒弄热了。每次喝完酒或水，要把杯子放回原处。

至于使用合适的金属餐具，似乎复杂一些，但也有简单的方法。就是从外面往里面取用，先用摆在最外面的刀、叉或调羹，每上一道菜使用一副餐具。如果没有把握，可以看看女主人（应该是她先开始带头用餐）拿哪种餐具，照她的样子办便是。有时候刀、叉或调羹是同菜一道端上来的，例如，咖啡杯、盘带着茶匙，那就更没有问题了。

各种调羹的拿法几乎都是一样的，就是用大拇指按着调羹把的一边，用食指和其他几个手指托住另一边。喝汤用汤匙从汤盘舀汤，从里往外舀，舀起汤来，一勺一勺地送到嘴里喝。喝到最后一点，可以用左手把汤盘稍稍向外倾斜，然后用同样的方法把剩余的汤汁舀起来喝掉。喝完了汤，把汤勺就放在汤盘里，而不要放在菜盘或餐桌上。有的时候喝的是用一只带有两个耳朵的小碗盛的清汤。喝这种汤通常用一种圆形的小勺，也可以用普通的汤匙。如果清汤杯是个很精致的小碗则用茶匙喝汤更合适。有的人却习惯用两只手捏着小碗的两个耳朵，把它端起来喝。如果用小调羹喝汤，喝完

汤后应把小调羹放在托着汤碗的盘子上，而不能让它留在汤碗里。

如果正菜是肉或禽类，就用刀子和叉子来吃，用刀子切开，用叉子叉住放进嘴中。握餐刀的方法是用右手的食指压在刀背上，另外几个手指拿住刀把。餐叉则用左手的拇指和食指、中指拿住。用餐叉吃菜时，美国人同欧洲人的习惯不一样。美国人是左手拿餐叉按住肉块，右手拿餐刀把肉切开，然后把刀子放在菜盘上（刀刃朝自己），再将叉子移到右手，右手拿起餐叉把食物送入口中。欧洲人的习惯则是左手拿叉子按住肉块，右手拿刀子把肉切开后，继续拿着刀子，左手拿叉子叉住食物送进口中。不管哪一种方式，在吃菜的过程中，暂时不用刀、叉的时候，把它们像个“八”字形放在菜盘上，等到整个菜吃完，就把刀、叉并排放在菜盘的边上。用过的刀、叉和调羹一样，不能放在桌布上。

吃鱼的刀子和叉子，用法略有不同。拿吃鱼的叉子同拿餐叉基本一样；拿吃鱼的刀子则形同握笔，用大拇指和食指握住刀把，中指协助食指切割鱼肉。用吃鱼的叉子要比较斯文，只要轻轻地叉起一小块去掉鱼刺的鱼肉。这一副刀、叉用完也要放在盘子上。

要记住，如果宴会上既有一道肉排，又有一道鱼，通常是鱼比肉先上。在这种情况下，用餐具时就要特别注意，千万不要把吃肉排用的刀、叉用来吃鱼，否则等到肉排上来时，就不可能用吃鱼的刀子去切割肉排，没法子吃了。

用吃沙拉的叉子与用餐叉的方法差不多，可以用它把青菜切开，如果用叉子切不开也可以用刀子来切。吃完沙拉后，

要把这把叉子放在沙拉盘上。

吃甜食有时用吃甜食的叉子，有时用调羹。送上什么餐具就用什么餐具，当然不会用叉子吃麦片或冰淇淋。吃完之后，把它放在甜食盘上。

上咖啡或茶时，总是在茶盘上放有一把茶匙，可以用这把茶匙来搅拌杯中的饮料，但不要像喝汤那样把咖啡或茶一勺一勺舀起来喝。喝时也不要把茶匙放在杯子里。喝完了咖啡或茶之后，茶匙要放在茶盘上，而不要放在杯子里。

拿茶杯的方法是把食指穿过杯子的耳朵，大拇指压在耳朵的上面，用中指托住耳朵的下面把杯子固定，小指头不要不自然地翘起来。

前面说到一些正式宴会的餐桌上往往摆有洗手碗，它的使用也有讲究。尽管宴会一开始洗手碗就摆在餐桌上，但一般情况是在吃过甜食之后才使用它。用的时候，是把双手的手指放进碗内的清水中轻轻地涮一下，然后把两只手放在低于桌面的地方用餐巾将它们擦干。

西餐的食用方法

在西式宴会或便饭中会有一些菜肴和食品，如果不懂得怎样吃法，就颇感难办。因此必须知道这些菜肴和食品的特定制法才好下手。这里作一些介绍。

生蚝连壳一起端到客人面前，让客人用吃蚝工具自己破壳挖肉。这种菜色，只有在比较大型的宴会中才可以遇见。而且为了表示隆重起见，生蚝总是放在第一道菜里。

生蚝一般都是每位客人六个，不吃，也不需推却，把它放在前面备而不用好了，这种方法适宜用在小型宴会上，这是因为推却起来恐怕会令主人觉得不安。但在大型宴会上，由于主人远远离开了你，所以可以婉拒。不过，不管大型或小型宴会，无论主人是否见到，当生蚝放在你的桌子上时，你可以请邻座代吃，这是完全合乎礼貌的。

生蚝的吃法，是左手把蚝持紧，右手握叉，用叉把蚝敲开，然后把蚝肉整个地挖出来。蘸了酱料，就可以进口大嚼了。要注意的是，西式的吃生蚝一定要全只放进口中，切开就会失礼了，每次吃完后，口边不免沾有一些汁水，注意要用餐巾拭干净，另外如果吃进了一些蚝壳屑等物，要用拇指及食指轻轻拿出，不要给人难看之相。吃生蚝的配料及食品，有面包、牛油等，外加柠檬片及芥末酱等。

带壳的龙虾。吃这道菜很容易弄脏衣服，因此有时备有专用的围兜。吃时先把龙虾的两个大钳掰下来，用夹子把虾钳夹开，用一根牙签或吃牡蛎用的夹子把虾肉挑出来吃。然后把龙虾尾掰下来，用叉子挑里面的肉吃。第三步是把龙虾腿掰下来，用嘴轻轻地吮吸里面的肉，然后再用叉子把龙虾的主段中的肉挑出来吃。最后是吃龙虾的子。龙虾体积较大，西式吃法比较复杂，尤其是吃爪肉，就要格外讲究技术了，龙虾的硬壳，有的在厨房中敲破，以便客人取食。但在较为大型和讲究的场合，都是习惯由客人自己敲开的。假如虾肉不大，可整条放在酱汁里蘸了来吃，太大的就要切开两段。虾腹草青色的东西，是最可口的，可用叉取食。同样，龙虾肉最主要的部分，是腹腔部及尾部，首先用叉把肉取出，然后

用刀切成一块块蘸酱进食。

虾。如果是虾沙拉，就用吃牡蛎的叉子吃。若每只小虾的个子太大，不能一口吃下去，可以用叉子叉住分两三口吃。不能在盘子上把小虾切开。如果是炸大虾，就可以用刀、叉吃。东方的去尾炸大虾，则可以用手拿起来吃。如果是带壳的虾，可以用手拿起来，把壳剥掉然后吃。

螃蟹。如果是硬壳的螃蟹，用手把蟹腿掰开，拿叉子把蟹肉抠出来放在盘上，轻轻地用嘴吮吸壳里的屑肉，然后用叉子把其余的蟹肉叉住蘸一点调料吃。下一步是用刀子把蟹盖和蟹身分开，文雅地把蟹肉切成小块来吃。可以用叉子去吃蟹黄。如果是软壳的螃蟹，整只螃蟹都可以用刀子和叉子切开吃掉。

牡蛎。如果是连壳一起的烤牡蛎，用吃牡蛎的叉子叉牡蛎肉吃。它不可能切开时，只好一口吃一个。如果是用半张开的壳装着牡蛎，也用叉子吃。你喜欢的话可以把牡蛎壳拿起来，喝掉里面的汤。如果是蒸熟的牡蛎，用手把壳掰开（凡是掰不开的都是不好的，不要吃），伸进手指或用叉子把牡蛎肉抠出来，拿起来吃。

鱿鱼。如果是小块的、煎熟的，可以用手指拿起来吃。如果是带汁的，就用叉子吃。

蜗牛。带壳的蜗牛端上来时总是附有一把小夹子。拿夹子把蜗牛小心地夹住，不要让它滑跑，另一只手拿专用的小叉子把蜗牛肉从壳里挑出来。吃完了蜗牛肉后，可以吮吸壳内的汁。如果蜗牛是去掉了壳用盘子盛着端上来的，譬如，把蜗牛肉镶在蘑菇里，那就不用吃海鲜的叉子来吃。如席上有面

包，则可在吃完蜗牛之后，将剩下的蒜泥抹在面包上食之，这样的吃法正宗，而且滋味美妙。

鱼子酱。取一点鱼子酱放在盘子上烤面包和配菜的旁边，把鱼子酱涂在烤面包上，往上面挤一点柠檬汁或加上配菜（最上等的鱼子酱不需要配菜），分几口吃掉。

整条鱼。通常西菜中的鱼都是去掉刺后煎煮鱼肉的。但有时也会上整条的鱼。遇到这样的菜，应当先用吃鱼专用的刀子把鱼头切掉，再沿着鱼背割下一片鱼肉来，把它放在盘子的一边，用鱼刀子和叉子小心地切除另外一块的脊骨，它常常可以整块地切下来。如果你不喜欢吃鱼皮，可以把它割去，然后用鱼刀和叉子切下一小块鱼肉，叉起来放进嘴里吃。此外，还有如何处理残鱼剩骨的问题。考虑周到的女主人会为此准备一个小碟。倘若不慎硬入一根鱼刺，可以用手指取出，但必须尽可能不为人所察觉，取出的鱼刺可弃于盘沿。

肉食。吃肉食时，若需切割，只需用一把餐刀即可。但餐刀还是一件十分有用的助拨工具。例如，取食排骨、烤牛肉和炸牛扒时，均需刀叉并用；取食于肉馅饼和炸牛肉球时，则单独用叉即可。

咸肉。早餐往往有煎脆的咸肉，是不可能用刀子切开的。除了用手拿着吃以外，别无他法。如果不是煎脆的，可以用刀、叉把它切开吃。

肉糜。肉糜与吐司、白脱一起食用。用白脱刀切下一片吐司，涂上白脱油，再铺上一层肉糜，即可食用。每次做一片，吃一片。

肉汁。肉汁通常是用一个扁长的盘子盛着端上来，由客

人传递着取用。如果带有大勺子，可以用勺子舀，否则可以把肉汁倒到菜盘上。它是用来拌肉菜吃的，有时也可以放少量在米饭或土豆上。不要把食物弄满了肉汁。

鸡。不管它是烤的还是煮的，正式的宴会，吃鸡是不能用手撕的，一定要用刀叉，至于野餐由于携带刀叉比较麻烦，因此可以例外。但在今天来说，一般已经是习惯于用手来吃鸡了，尤其是在餐厅及非正式的宴会中。虽然这样，为了避免在正式宴会中手忙脚乱起见，还是多习惯用刀叉来吃好。用刀叉来吃鸡时，鸡骨不要放在嘴里，要用叉把鸡固定在碟子上，然后用刀把骨和肉分开来，如果刀子锋利的话，应该从关节的地方切开，这可避免不得不把整只鸡举起来吃的不雅。在一些鸡尾酒会的场合中，会把鸡腿用纸包起一部分，这就是表示说可以手拿起来吃了。西式吃鸡是件最为麻烦的事，但吃到鸡的机会却很多，应该习惯才好。

煮鸡蛋早餐中有时会碰到连壳煮熟的鸡蛋。这种鸡蛋一般是煮得半熟，蛋黄是流质的。吃的时候，要把鸡蛋放在一种专供吃煮鸡蛋用的小杯子中，以一只手固定住杯子，另一只手拿餐刀以不大不小的力气敲裂蛋壳，把上半部的蛋壳剥下来放在盘子上，然后用小调羹舀鸡蛋吃。吃之前可以放一点食盐。吃煮得较老的蛋，可用餐叉。

鸡蛋羹作为甜食。蛋羹用一只平底的小碗盛。上菜时或放在备用盘上或用备用盘装着端上来。吃的时候最好用一只手扶住小碗，用另一只手拿调羹去舀碗中的蛋羹吃。在吃的过程中如需歇一下，或者已经吃完了，要把调羹放在备用盘上，而不要放在桌布上或者放在小碗里。

烤土豆。土豆是整个连皮一起烤熟的，可以用手把烤土豆固定住，用刀子把它切开一个口，然后用手把口子弄得大一些，让热气散掉。使劲儿把切口张大，用叉子吃里面的土豆瓢子。吃过瓢之后，可以用刀、叉把土豆皮切成一小块、一小块地吃。

油炸土豆片：土豆片一般用手拿着吃或用餐叉叉着吃。鱼和炸土豆片拼盘是英美家常喜爱而实惠的一道菜，一般使用餐叉食之。

色拉（凉拌菜）。吃色拉时往往只用餐叉。吃色拉拼盘中某些要用餐刀的东西时，如果你习惯的话，也可以使用餐刀。

洋蓍。洋蓍若是热吃，则与融化的白脱或热酱汁一起上桌；若是冷吃，则与香醋和冷酱汁一起上桌。洋蓍的吃法是，用手指依次撕下洋蓍叶片，将叶片宽大厚实的一端蘸入酱汁，然后轻轻提起，咬下沾有酱汁的部分，咬剩的残叶可弃于盘沿。靠近洋蓍中心的叶片又小又薄，剥去这些叶片，可以看到一种须状物或“蓍状物”，用叉将这层东西轻轻刮去，即可得到一块最上等的洋蓍心了。吃洋蓍心时刀叉并用。

芦笋。同洋蓍一样，芦笋无论是热吃还是冷吃，都佐之以酱汁。芦笋的吃法是，用手指捏住芦笋根部，蘸以酱汁，然后咬下。如果根部太硬，不宜食用，可弃于盘沿。

淡菜。淡菜有时连壳一起上桌，如法式洋葱全贝淡菜即是如此。按英国人的吃法，通常是逐个连壳拿起，用叉挑出贝肉，送入嘴里。按法国人的吃法，则是用一个空贝壳代替叉，将贝肉从壳中挖出，这种吃法在英国亦颇流行。

豌豆。可以说，根据其吃豌豆的方式，就可以辨别出一

位公主，就如让她睡在豌豆上来加以辨别一样。豌豆确实不易对付。1830年时，豌豆是用匙舀着吃的；尽管有人愿意设想用餐刀取食豌豆，但从未有人能做到这一点。刀叉并用取食豌豆的方法有二：一种是先用叉尽可能叉上两颗，然后再用餐刀增拨几颗到叉背上，这种吃法不甚雅观；另一种更可取的吃法是，转过叉来（但不要换手），舀取豌豆，若如必要，再用餐刀帮助拨几下。食毕，应该将叉转回原来叉齿向下的位置，继续用餐。

汤。喝汤用汤匙。嘴应凑在汤匙的侧旁喝，而决不能凑在汤匙的顶端喝。手持汤匙，从汤碗近身一侧伸入汤里，再从汤碗远身一侧舀出汤来，这种吃法可使匙上所沾的汤滴落入汤碗，而不至于滴在身上，弄脏衣服。喝至最后，不妨持汤碗向外侧稍稍倾斜，即可将汤舀净。如果盛汤的是大汤盘（或大汤碗），食毕后应将汤匙置于汤盘（或汤碗）中。如果盛汤的是清汤盅，则食毕后应将汤匙置于托盘上。切勿用嘴吹汤冷却，也不可用汤勺搅拌冷却，这是一种不良的用餐习惯。同时应牢记不要刮碗底或弄出其他声响。

正式宴会不备奶油。非正式宴会往往备有奶油（放入奶油盘中）和一把短而宽的涂奶油用的小刀。食用时，可用餐叉叉一、两片放入你面前的面包盘里。

面包。除非吃三明治，否则勿将整片面包一下都涂上奶油。在食用时，可用手将面包掰开或用餐刀切开，然后将奶油涂在要吃的那块儿上。（切面包，涂奶油，须在盆中进行，不要拿在手中）

糕饼。如果不是太大、太酥的饼，食用时，可用手指捏

着。如果糕饼较大，又粘手，则使用餐叉。如没有点心碟子，就把它放入面包盘里，但切勿放入菜盘里。

奶酪。吃奶酪时，每次切下一小片。通常，切下的奶酪薄片可放在面包片或饼干上（面包片或饼干可先抹上黄油），用手拿着吃。

从一大块 V 字形奶酪上取用时，应该顺着 V 字的臂状部分向下直切，而不要在顶部横切。

布丁。现在，一般都用叉取食布丁；或者，如果单独用叉不易将布丁分解成适于进嘴的小块，则可以叉匙并用。但冰淇淋和果汁不在此例，它们始终得用匙舀着吃。

面包卷。取食面包卷应该用手掰开，而不要用刀从中间切开。撕下一小块，愿意的话则可抹上白脱，食之即可。

三明治。可以用一只手拿着吃。有的三明治是一片面包，上面放有肉和菜，叫“露面三明治”，吃的时候要用刀、叉。普通的三明治也可以把上面的一片面包拿开，改成为“露面三明治”，用刀、叉去吃。小块的三明治通常用手拿着，分半食之。如已被切成两半，盘中又无餐刀，可用餐叉或用双手拿着吃。粘手的三明治，或双层、三层的三明治，可放在盘里，吃时用餐刀和餐叉。

汉堡牛肉饼。牛肉饼是北美人很喜欢吃的一种夹馅饼，是一个像拳头大小的小圆面包，中间夹有熟肉馅，人们通常在午餐或小吃时食用。由于饼馅“太杂”（有一块西红柿、奶酪，也许还有莴苣和泡菜），多不便拿在手中，可将其放在盘中用刀叉食之。（这样可避免肉馅掉在地上或膝上）

红肠面包（“热狗”）。这也是北美人最喜欢吃的一种食

品。可以用手拿着吃。尽管它不像汉堡牛肉饼那样不便，但吃时也应小心，因为在舀了一口之后馅里可能有些稀的东西（奶酪、番茄酱、芥末和调味品）会流出来。

小吃中的墨西哥食品。这些食品带有辣香味。通常将它们放在盘内用刀叉来吃。

意大利馅饼。人们多是用手拿起来吃，也可以用刀、叉切开一小块一小块地吃。

意大利面条。一般人的吃法是一只手拿叉子，一只手拿汤匙协助，把面条绕在叉子上送进口中。也有的人不用汤匙，只用叉子绕面条。吃意大利面条最要注意的是不要让面条挂在嘴边，也不要发出呼噜呼噜的声音。

通心粉。通心粉一般不可能出现在正式宴会的食谱上，因为它既是一种家常食品，吃起来又很邈邈。但它很可能出现在非正式的宴会上。面对一盘通心粉，不妨将叉插入其中，接着提起，即可分离出若干面条，然后将叉齿贴着盘沿，小心而快速地转动叉柄，面条就会在叉上缠作一团，而不致垂下，这是最理想的结果。

有些人在转动叉柄时并用一把餐匙帮助挟持面条，这就显露出此人是一位只会吃细条实心面的新手。

玉米棒子。在正式宴会上是不会有这道菜的，只有在吃便餐或野餐时会碰到。吃法是用两只手拿住玉米棒子的两头，每次往几排玉米粒上放黄油和盐，然后放到嘴上去一点一点地啃。

西餐水果的吃法

水果种类繁多，吃法各异，而且各国也有不尽相同的习惯。譬如，美国习惯于用手拿着水果吃，而在欧洲则习惯把水果切开，甚至用叉子叉着吃。但是，在宴会或其他社交场合拿着一个苹果，一口一口地啃，或者拿起一串葡萄用嘴巴吮着吃，在许多地方都被认为是有违礼仪的。因此，对于各种水果的各种不同吃法也不可不知。这里列举一些水果的习惯吃法。按正规的做法，吃水果应该使用银器。如果手头有水果刀和叉，应两者并用。

苹果与梨。在宴会上，这两种水果的最正规的吃法是：切成四块，逐块去皮，剝去果心，然后用刀叉取食。这种方法对吃梨非常实用，因为梨多汁水，食用时极易弄脏衣服。但现在无论是吃苹果还是吃梨，大多数人都直接用手拿着去皮的四瓣小块进食了。如果喜欢果皮，那也完全可以连皮一起吃。

橙子。吃橙子要吃得干净利落是相当困难的，除非已掌握其中奥秘，则在正式宴会上还是以谢绝为好。橙子的吃法如下：先用刀除去外皮，接着用刀和叉将橙瓢从内皮上剥下，然后再用叉取食。一种不那么正规、但更为大众化的吃法是，先用刀去皮，接着分成若干块，然后用手拿着吃。桔子用手把皮剥掉，一片一片地掰开吃，如果一片太大一口吃不了，可以分两口吃。柚子一般是切开一半供应，可以用勺子剝出肉来吃。把柚子的核吐进勺子里，再倒到备用盘上。

香蕉。如果是整只香蕉送上来，可以把皮剥到一半或整只剥开放在盘子上，然后用手掰一小块、一小块放进嘴里吃，或用刀、叉切开吃。不要拿着一只剥开而又连着皮的香蕉一口一口地啃。

葡萄。从大串葡萄割下或掰下一小串，放在甜食盘上，一颗一颗掰着放嘴里吃，不要从放水果的大盘子上一颗一颗地摘葡萄吃。吃葡萄时，要把整颗放进嘴里，用手握成拳头状移到嘴边，把核吐在手中，再把核放在备用盘上。如果不吃葡萄皮，可以用手指捏着葡萄，把连梗的一头朝牙齿轻轻一挤，把葡萄肉吮进嘴中，而把皮放在备用盘或菜盘上。如果葡萄用作沙拉，就得用叉子吃，葡萄核照上面所说的方法处理。

芒果。有两种吃法。可以切开为两半，用勺子掏着吃；也可以纵长切开四片，把每片芒果肉朝下平放在盘子里，用手指把皮撕下，然后用刀子把芒果肉切成小块，用叉子叉起来吃。

西瓜。如果西瓜是切成一大块的，可以用勺子吃；如果是小瓜球或者小块瓜，则用叉子叉着吃。最好事先用叉子尽量把瓜子剔除后再吃。其他甜瓜也是类似的吃法。

桃子。切成两半，挖掉核桃，用手拿起来吃。

柿子。把柿子带梗的一面朝下放在盘子上，切开四块，一块一块削下皮然后吃。也可以拦腰切成两半，用勺子挖着吃。

菠萝。一般都是削好了皮的，可以用刀子和叉子吃。有时连皮一起端上来，但已把肉同皮分离开，同样可以用刀、叉吃。如果不是这样，可以叫服务员拿去替你切开。

草莓。用手拿起一个来，沾点白糖或奶油或酸奶油然后放进嘴里。如果是带汁的，就用勺子吃。

柠檬。如果是在肉或鱼的旁边放一片柠檬，那是装饰用的，不要拿起来吃。如果放的是一块柠檬，可以拿起来把汁挤在菜上，或者用叉子的尖把它压出汁来。挤时要用手挡住，防止柠檬汁喷射到别人身上。如果是喝柠檬茶，可以把柠檬片放进茶杯里，但放了柠檬就不能再放牛奶。

橄榄。一般情况，是把橄榄放在搁黄油的碟子上或沙拉盘子上。如果没有这种碟子或盘子，可以放在菜盘上。大个而有核的橄榄，可以分两、三口吃；小个而无核的，可一口把整个吃掉。但是，不能像吃花生米或吃玉米花那样一颗接着一颗频繁地吃橄榄。

有一点需要提一下，在削水果皮的时候，要把刀刃朝自己而不能向外朝着别人，这个规矩一定得遵守。

吃西餐的礼仪

西餐桌上的礼仪是人们长期形成的。有一些老规矩，例如，胳膊肘在用餐时自始至终不能搁在餐桌上等等，已不再被大家恪守了；但是，有许多“清规戒律”还是被人们所遵行。这里只列举一些不能违反的禁忌。

普通西餐的进菜次序，通常是面包、汤、各类菜式、布丁、咖啡或红茶。

照正式规矩，入席的时候，客人应该由椅的左方就位，离席的时候亦应由椅的左方退出。

入座后，应该待主人先摊开餐巾以后，才可以把放在桌

上的餐巾铺置在自己的膝上。收餐巾的时候也是一样，都要以主人为先，否则便是失礼。铺餐巾，在正式场合是将餐巾叠作两层，铺置在大腿上，不能完全摊开，更不能塞入腰带或衣服里。但一般的常餐便不须这么拘谨了，想完全摊开的话也是无妨的。有时中途因事要暂时离席，切勿将餐巾搁在桌上，因为这是意味你不想再吃，侍者便不会再为你上菜了，所以，在你离开时须将餐巾放在椅子上才对。用餐完毕，把餐巾大致叠好，也可以不叠好，放在餐桌上，而不要乱扔。

咀嚼食物时一定要闭着嘴巴，而不能张开嘴巴发出响声。喝汤时要用汤匙一勺一勺地舀汤送进口中，而不能用嘴唇去啜汤，呼呼作响。如果汤太烫，可以轻轻吹一下或等它凉了以后再喝，也不能去啜。嘴里含有食物的时候不能向别人讲话，要讲话必须先把嘴里的食物吞下去后再开口。如果吃一口菜觉得太烫难以下咽，只能赶忙喝一口凉水，而不能把食物往外吐。骨头、鱼刺或肉渣之类，应当吐在手中再放在菜盘边，不能直接吐到菜盘上或桌布上。切不可用手指头去取鱼骨屑，那是有失斯文的。用过的金属餐具都必须放在菜盘上，而不能放在桌布上。

在进餐时，除了在上两道菜之间，或饭菜吃完已经端上咖啡开始交谈之外，不能把胳膊肘搁在餐桌上，更不能赖以支撑身体，避免给人一种懒散的印象。进餐时同别人讲话，最好放下刀、叉或勺子；如不放下，也不要用手中的餐具挥舞或指指划划。餐刀是用来切割菜肴的，不能用餐刀戳着或抬着食物送进嘴里。餐刀绝对不能沾嘴唇。如果不慎把刀、叉或勺子掉在地上，不要马上俯下身去捡，就让它留在那里，叫

服务员拿干净的来。用叉子或调羹往嘴中送食物时，不要送到中途停住同别人讲话或听别人讲话。进餐时应当切一块食物吃一块，不应把整盘食物都切成小块，然后用叉子一块一块叉起来吃。用餐时动作要文雅，不要让刀、叉、调羹同盘子或其他器皿碰撞发出响声。

吃豆子时，可用叉面就食，不要一颗颗地叉着吃。吃面条可用汤匙辅助叉子，亦可只用叉子，但不能用刀把面条切断再吃。吃点心必须用叉子，并且可用叉面铲起来吃。但千万不要用手给他人拿点心。需要为他人取点心，可以用刀叉托住送过去。取菜时，每次应取少许，从盘子里盛入自己的碟中，碟里菜应保持“细水长流”，既不可一下子取很多菜，也不要让碟子空放着。无论自己是客位还是主位，一般都不要给人布菜。处理好餐台上的“意外事件”。如不慎将水杯、酒杯、汤碗碰翻了，要镇定自若地收拾。如洒在他人身上，除表示歉意外，应速将餐巾送上，但万不可亲自动手去擦。

吃西餐的席间不许抽烟，只有咖啡上来了，表示筵席结束时，方可抽烟。吃西餐时不能拒绝对方的敬酒，在对方劝酒时，表情一定要热情，即便你不能喝酒，也要端起酒杯回敬对方，为表示热情要与对方碰一下杯，然后把杯子送到嘴边表示去喝的动作。不可用双手比划说自己不会喝或不能喝，酒动也不动，这是一种没有礼貌的行为。

在进餐过程中，不宜紧靠椅背，或紧贴餐桌。把胳膊放在桌子上，是很不文明的。不要随意脱下上衣，松开领带，或把袖子挽了又挽。也不要吃得太快，好似狼吞虎咽一般。喝酒不要一饮而尽，站起来取菜也不合适。手弄脏了，不要乱

擦，也不要再用嘴去吸吮。

从大托盘中取用菜肴，一定要使用公用的叉子和调羹，绝对不能用自己用过或未用过的餐具去取菜。如果要取用餐桌上放在离自己较远的胡椒罐和盐罐或菜肴，要请别人给你传递，不能自己越过别人的面前，甚至站起来伸手去取。最好先尝一下食物再用调味品，而不要未尝就放调味品，因为那样做会使别人觉得你不信赖厨师。遇到端上你不吃或不爱吃的菜，不要拒绝并解释原因，而应当尝一点，然后让它放在盘子里，等服务员以后撤走。

当服务员给你斟酒时，不要把玻璃酒杯拿起来，而就让它放在餐桌上。每次喝完酒，要把酒杯放回原处，而不能乱放。如果用番茄酱、果酱等调味酱，应当放一点在菜盘边，把食物切成小块后，用叉子叉住蘸着吃，而不能往菜盘中的食物上倒调味酱。面包应当掰出一两口可以吃完的一小块，然后涂上黄油或果酱吃，不能把整片或整个面包都涂满黄油或果酱，拿到嘴上去啃。当有一点食物不能叉起来的时候，可以掰一小块面包来帮助，但是不要用面包来擦干净菜盘。

如果发现水杯或菜肴中有脏物，不要大声嚷嚷，引起同桌的人们注意，而应当悄悄告诉服务员，让他拿走重拿一份来。换菜盘和餐具也是这样。喝饮料时，先用餐巾擦一下嘴唇，然后再喝杯中的饮料，为的是避免菜屑弄到脸上或丢进玻璃杯里。如有纸餐巾最好不用餐巾擦嘴。不要把用过的盘子推到一旁，或者把盘子擦起来。最好不要移动任何盘子的位置。在桌布上落下面包屑，可以不必理会。如果是不慎落下一点儿饭菜，可以在服务员撤走盘子时，用餐巾小心地把

它捡到盘子中。当你给别人传递带把的装奶油的小罐或其他这种小罐时，应当一只手拿住罐把，用另一只手拿住另一边，把带把的一边递向对方，而不是相反。

如果上的汤附有薄脆饼干，那是给你边喝汤边吃的。正式宴会上，不要把饼干泡在汤里，也不要拿饼干蘸着汤吃，或把饼干弄碎和在汤里吃。只有牡蛎薄脆例外，可以每次放一点在杂烩中吃。不能在嘴里塞满了食物时喝酒，应当先吞下食物后，再拿起酒杯来喝。

喝咖啡或茶时，如果供应的是方糖，应当用专用夹子（没有夹子时用手）而不是用茶匙去取方糖。喝咖啡或茶时，应当拿起杯子喝，不要发出响声。喝时最好用一只手拿茶盘托住茶杯，以免咖啡或茶汁滴到衣服上。喝的时候茶匙应放在茶盘上而不能放在茶杯里。不能拿茶匙一勺一勺地舀着喝。当别人在敬酒时，必须放下手中的餐具，停止进食，而不能继续吃喝。盛红茶或咖啡的杯碟，应该放置在身体的右边或正面，待放入砂糖及牛奶后，以茶匙搅匀，然后将茶匙放在茶杯外边的碟内，并将杯耳移向右方，用右手执杯耳饮用。这里顺便一提的是在普通饮下午茶和进茶点时，千万不要一手执茶杯，一手执食物，喝一口吃一口的交替不停，这样实在非常碍眼，很可能被人批评为没有教养。吃食物时必须放下茶杯，饮茶时必须放下食物，这是应有的常识。

至于吃西点，在出席正式场合的时候一定要用叉子，吃时应由食物靠近自己这边的左角开始切割起，但对于太脆或者已经碎了的饼食，叉不起时，那么可用叉面铲起来吃，可是普通的三明治，切割是不方便的，那就用手拿起来吃好了。

三、宴会礼仪

宴会的类型

所谓宴会，是指请人赴宴的聚会，是国际国内社会交往中比较常见的礼仪活动形式之一。人们通常把由政府机关、社会团体举办的，具有一定目的和比较讲究礼节礼仪的酒席，称为宴会。把私人举办的、规模较小的酒席称为筵席。宴会和筵席的基本含义相同，都是请人聚餐，但宴会比筵席更讲究礼节礼仪。

宴会种类复杂，名目繁多。从规格上分，有国宴、正式宴会、便宴、家宴；从餐别上分，有中餐宴会、西餐宴会、中西合餐宴会；按时间分，有早宴、午宴和晚宴；按礼仪分，有欢迎宴会、答谢宴会；按性质分，有鸡尾酒会、冷餐酒会、茶会、招待会等。

重点介绍以下几种宴会：

中餐宴会。是中国传统的具有浓厚的民族色彩的宴会。宴会遵循中国的饮食习惯，饮中国酒，食中国菜，用中国餐具，行中国的传统礼节。

国宴。是国家元首或政府首脑为欢迎外国元首、政府首脑来访或庆祝重要节日而举办的宴会。宴会厅内悬挂国旗，设乐队，奏国歌，席间致词，菜单和席卡上印有国徽。宴会的规格最高，盛大隆重，礼仪严格。

正式宴会。通常是政府和人民团体有关部门，为欢迎应邀来访的宾客，或来访宾客为答谢主人而举行的宴会。这种宴会无论是规格和标准都稍低于国宴，不挂国旗，不演奏国歌。其安排与服务程序大体与国宴相同。

便宴。即便餐宴会，用于非正式的宴请。一般规模较小，菜式有多有少，质量可高可低，不拘严格的礼仪、程序，随便、亲切，多用于招待熟悉的宾朋好友。

家宴。是在家中以私人名义举行的宴请形式。一般人数较少，不讲严格的礼仪，菜式多少不限，宾主席间随意交谈，轻松、活泼、自由。

晚宴。是国宴的另一种表现形式，时间在晚上举行，其规格和标准与国宴相同，隆重、热烈。有时普通的外交往来，也在晚上举行宴请活动，人们习惯上也称之为晚宴，但这是较低一级的晚宴。

招待会。是一种规模可大可小、经济实惠的宴请形式。有时用于隆重的宴请，如国庆招待会。有的规模较小，如各地方政府和企事业单位举办的招待会。

茶会，又称为茶话会。是一种比较简单的招待方式。多为人民团体举行纪念和庆祝活动所采用。席间一般只摆放茶点、水果和一些风味小吃。宾主共聚一堂，饮茶尝点，漫话细叙，形式比较随便自由。有时席间还安排一些短小的文艺

节目助兴，使气氛更加喜庆、热烈。

西餐宴会。是采用西方国家举行宴会的布置形式、用餐方式、风味菜点而举办的宴请活动。其主要特点是：摆西餐台面、吃西式菜点、多用刀、叉、匙进食，采取分食制，常在席间播放音乐。

鸡尾酒会。是西方传统的集会交往的一种宴请形式，它盛行于欧美等国家和地区。鸡尾酒会规模不限，灵活、轻松、自由。一般不设主宾席和座位，绝大多数客人都站着进食。各界人士可互相倾谈、敬酒。鸡尾酒会有时与舞会同时举行。

冷餐酒会。是西方国家较为流行的一种宴会形式。其特点是用冷菜、酒水、点心、水果来招待客人。它可分为立餐和座餐两种形式。菜点和餐具分别摆在菜台上，由宾客随意取用。酒会进行中，宾主均可自由走动、敬酒、交谈。

宴会的筹备

宴请对宾客来说是一种礼遇，必须根据有关礼节、礼仪组织好。

1. 确定宴请的目的、名义、范围和形式。宴请的目的是多种多样的，可以为某个人也可以为某一事件，如为庆祝节日、纪念日，为展览会开幕、闭幕，为某工程的动工、竣工等。

名义主要依据主客双方的身份而确定，也就是说主客身份应该对等。身份低使人感到冷淡，规格过高亦无必要。邀请主宾携夫人出席，主人若已婚，一般以夫妇名义发出邀请。

我国大型正式活动以一人名义发出邀请。日常交往小型宴会则根据具体情况以个人名义或夫妇名义出面邀请。

范围是指请哪些方面人士，请到哪一级别，请多少人，主人一方请什么人出来作陪，这都要考虑各方面因素。如宴请的性质、主宾的身份、国际惯例，还要考虑当前的政治气候等，各方面都要想到，不能只顾一面。邀请范围与规模确定之后，即可草拟具体邀请名单，被邀请人的姓名、职务、称呼以至对方是否有配偶等都要准确。多边活动尤其要考虑政治关系，对政治上相互对立的国家是否邀请其人员出席同一活动要慎重考虑。

形式在很大程度上取决于当地的习惯做法。一般来说，正式的、规格高的、人数少时以宴会为宜，人数多则以冷宴或酒会更为合适，妇女界的活动多用茶会。当今，各国礼宾工作都在简化，宴请范围趋向缩小，形式也更为简便。酒会、冷宴会被广泛采用，而且中午举行的酒会往往不请配偶。少数国家招待国宾宴会只请身份较高的陪同人员，不请随行人员。我国也在进行改革，提倡多举行冷餐会和酒会以代替宴会。

2. 确定宴请时间、地点。时间应对主宾双方都合适，注意不要选择对方的重大节日、假日、有重要活动或禁忌的日子。如对信奉基督教的人士不要选 13 号，更不要选 13 号星期五。伊斯兰教在斋日内白天禁食，宴请宜在日落进行。一般重大宴请活动时间要与主宾单位商定，小型宴请要征询主宾意见，可口头当面约请，亦可用电话联系。主宾同意后，时间即被认为最后确定，可以按此约请其他宾客。

官方隆重活动的地点一般安安排在政府议会大厦或宾馆

内举行，其余则按活动性质、规模大小、主人意愿以及实际可能而定，选定场所要容得全体人员。举行小型正式宴会，在可能条件下，宴会厅外另设休息厅，供宴会前简短交谈用，待主宾到达后一起进宴会厅入席。

3. 邀请。各种宴请活动，一般均发请柬，这既是礼貌，也是对客人的提醒备忘。便宴经约定后，可发亦可不发请柬。工作进餐一般不发请柬。有些国家邀请最高领导人作为主宾参加的活动，需单独发邀请信，其他宾客发请柬。

请柬一般提前一周至两周发出（有的地方须提前一个月），以便被邀请的人及早安排。已经口头约妥的活动，仍应补送请柬，在请柬右上方或左下方注上“备忘”字样。需安排座位的宴请活动，为确切掌握出席情况，往往要求被邀请者答复能否出席。遇此，请柬上一般用法文缩写注上 R、S、V、P（请答复）字样。如只需不出席者答复，则可注上 Regrets only（因故不能出席请答复）并注明电话号码，亦可以在请柬发出之后，用电话询问能否出席。

在请柬信封上，被邀请的人姓名、职务要书写清楚准确。国际上习惯对夫妇两人发一张请柬，在我国国内遇有需要凭请柬入场的场合要每人一张。正式宴会最好能在发请柬之前排好席次，并在信封上角注明席次号。请柬发出后及时落实出席情况，准确记载，以安排并调整席位。即使是不安排席位的活动，也应对出席率有所估计。

4. 订菜。宴请的酒菜根据活动形式和性质，在规定的预算标准以内安排。选菜不应以主人的爱好为准，主要考虑主宾的爱好与禁忌。如伊斯兰教用清真席，不用酒，甚至不用

任何含酒精的饮料；印度教徒不能用牛肉；佛教僧侣和一些教徒吃素；也有因身体原因不能吃某种食品的。如果宴会上有个别人有特殊需要，也可单独为其上菜。大型宴请则应照顾到各个方面。菜肴道数和分量都要适宜，不要简单地认为海味是名贵而泛用，其实不少外国人并不喜欢，特别是海参。在地方上宜用有地方特色的食品招待，用本地产的名酒，不宜到处用茅台。无论哪一种宴请，事先均应开列菜单，并征求主管负责人的同意。获准后，如果是宴会，即可印制菜单，菜单一桌两三份，至少一份，讲究的也可以每人一份。

5. 席位安排。正式宴会一般均排席位，有的可以只排部分客人的席位，其他人只能排桌次或自由入座。无论采用哪种做法，都要在入席前通知到每个出席者，使大家心中有数，现场还要有人引导。大型宴会，最好是排座位，以免混乱。

国际上的习惯，桌次高低以离主桌位置远近而定，右高左低。桌数较多时，要摆桌次牌。同一桌上，席位高低以离主人的座位远近而定。国外的习惯，男女掺插安排，以女主人为主，主宾在女主人右上方，主宾夫人在男主人右上方。我国习惯按个人本身职务排列以便于谈话，如夫人出席，常常把女方排在一起，即主宾坐男主人右上方，其夫人坐女主人右上方。两桌以上的宴会，其他各桌第一主人位置可以与主桌主人位置同向，也可以以面对主桌的位置为主位。

礼宾次序是排席位的主要依据。在排席位之前，要把经过落实出席的主、宾对方名单分别按礼宾次序开列出来。除了礼宾顺序之外，在具体安排席位时，还需要考虑其他一些因素。多边的活动需要注意客人之间的政治关系，政见分歧

大、两国关系紧张的，尽量避免排在一起。此外，适当照顾各种实际情况，如身份大体相同、使用同一语言、或属同一专业者可以排在一起。译员一般安排在主宾的右侧，在以长桌作主宾席时，译员可以考虑安排在对面，便于交谈。但一些国家忌讳以背向人，译员的座位则不能作此安排。在他们那里用长桌作主宾席时，主宾席背向群众的一边和正面第一排桌背向主宾席的座位均不安排坐人。在许多国家，译员不上席，为便于交谈，译员坐在主人和主宾的背后。

在国际交往时安排座位遇特殊情况亦可灵活处理。如遇主宾身份高于主人，为表示对他的敬重，可以把主宾摆在主人的位置上，而主人则坐在主宾位置上，第二主人坐在主宾的左侧，但也可按常规安排。如果本国出席人员中有身份高于主人者，如部长请客，总理或副总理出席，可以由身份高者坐主位，主人坐身份高者左侧，但少数国家亦有将身份高者安排到其他席位上。主宾有夫人，而主人的夫人又不能出席，通常可以请其他身份相当的妇女作第二主人。如无适当身份的妇女出席，也可以把主宾夫妇安排在主人的左右两侧。席位排妥后要着手写座位卡，我方举行的宴会，中文写在上面，外文写在下面。卡片用钢笔或毛笔书写，字应尽量写得大些，以便于辨认。便宴、家宴可以不放座位卡，但主人对客人的座位也要有大致安排。宴会座位安排的一般规定，可以通过图示进行了解。（见图 10—20 至 10—35）

6. 现场布置。宴会厅和休息厅的布置取决于活动的性质和形式。官方正式活动场所的布置应该严肃、庄重、大方，不要用红绿灯，霓虹灯装饰，可以少量点缀鲜花、刻花等。

宴会可以用圆桌，也可以用长桌或方桌。一桌以上的宴会，桌子之间的距离要适当，各个座位之间也要距离相等。如安排乐队演奏席间乐，不要离得太近，乐声宜轻，宴会休息厅通常放小茶几或小圆桌，与酒会布置类同。如人数少，也可按客厅布置。

冷餐会的菜台用长方桌，通常靠四周陈设，也可根据宴会厅情况，摆在房间的中间。如坐下用餐可摆四至五人一桌的方桌或圆桌，座位要略多于全体宾客人数，以便客人自由就座。

酒会一般摆小圆桌或茶几，以便放花瓶、烟缸、干果、小吃等。也可在四周放些椅子，供妇女和老人体弱者就座。

7. 餐具的准备。宴请时餐具是十分重要的。如果以中餐宴请，就必备考究的中餐餐具，这才有中餐的风格，也是对客人的尊重。根据宴请人数和酒、菜的道数准备足够的餐具。餐桌上的一切用品都要十分清洁卫生，桌布、餐巾都应浆洗洁白并熨平。玻璃杯、酒杯、筷子、刀叉、碗碟，在宴会之前都应洗净擦亮。如果是宴会，应该准备每道菜撤换用的菜盘。

中餐用筷子、盘、碗、匙、小碟等。水杯放在菜盘上方，右上方放酒杯，酒杯数目和种类应与所上酒的品种数相同。餐巾叠成花插在水杯中或平放在菜盘上。宴请外国宾客除筷子外，还应摆上刀叉、酱油、醋、辣油酱等佐料，通常一桌数份。公筷公勺应备有筷、勺座，一套摆在主人面前。餐桌上应备有烟缸和牙签。

西餐具的摆设与中餐不同。西餐具有刀叉、匙、盘、杯

等。刀分食用刀、鱼刀、肉刀（刀口有锯齿、用以切牛排猪排）、奶油刀和水果刀。叉分为食用叉、鱼叉和龙虾叉。匙有汤匙、茶匙。杯分为茶杯、咖啡杯，均为瓷器，并配小碟。水杯、酒杯多为玻璃制品，不同的酒使用的酒杯规格亦不相同，宴会上有几道酒就配几种酒杯。公用刀叉规格一般要大于食用刀叉。西餐具的摆法：正面放食盘（汤盘），左手放叉右手放刀。食盘上方放匙（汤匙及甜食匙），再上方放酒杯，从右起依次放置烈性酒杯（或开胃酒杯）、葡萄酒杯、香槟酒杯、啤酒杯（小杯）。餐巾插在小杯内或摆在食盘上，面包奶油盘放在左上方。吃正餐刀及数目应与菜的道数相等，按上菜顺序由外至里排列，刀口向内。用餐时应按此顺序取用。撤盘时，一并撤去使用过的刀叉。

8. 宴请程序及现场工作服务。迎客时，主人一般在门口迎接。官方活动除男女主人外，还有少数其他主要官员陪同主人排列成迎宾行，通常称为迎宾线。其位置直在客人进门存衣以后进入休息厅之前。与客人握手后，由工作人员引进休息厅，或直接进入宴会厅。有些国家在官方隆重场合，客人（包括本国客人）到达时，有专人负责唱名。主集到达后，主人陪同进入休息厅与其他客人见面。休息厅内有相应身份的人员照料客人，由服务人员送饮料。

主人陪同主宾进入宴会厅，全体客人就座，宴会开始。如宴会规模较大，可先请主桌外的客人先坐，贵宾席后入座。

如有正式讲话，各国安排讲话时间不尽一致。一般正式宴会可在热菜之后、甜食之前由主人讲话，接着由客人讲话，也有一入席双方即讲话的。冷餐会和酒会讲话时间则更灵活。

女主人
(第二主人)
图 11-20

女主人
(第二主人)
图 11-21

图 11-22

图 11-23

女主人
(第二主人)

图 11-24

图 11-25

图 11-26

图 11-27

图 11-28

图 11-29

图 11-30

图 11-31

图 11-32

图 11-33

图 11-34

图 11-35

吃完水果，主人与主宾起立，宴会即告结束。外国人的日常宴请，在女主人是第一主人时，往往以她的行动为准。入席时女主人先坐下，并由女主人招呼客人开始就餐。餐毕，女主人起立，邀请女宾与之共同退出宴会厅，然后男宾起立，随后进入休息厅或留下吸烟（吃饭过程中一般是不吸烟的），男女宾客在休息厅会齐，即上茶（或咖啡）。

主宾告辞时，主人把主宾送至门口。主宾离去后，原迎宾的人员顺序排列，与其他客人握手告别。

家庭便宴较随便，没有迎客线。客人到达，主人主动趋前握手。如主人正与其他客人交谈，未发现客人到来，则客人应前去握手问候。饭后如无余兴，即可陆续告辞。通常男客人与男主人告别，女宾与女主人告别，然后交叉，再与家庭其他成员握别。

工作人员应提前到现场检查准备工作。如果是宴会，事先要把座位卡及菜单摆上。席位的通知，除在请柬上注明外，大型宴会还应在宴会厅前陈列宴会简图，图上注明每个人的座位，或印出全场席位示意图，标出出席者位置发予本人。如有讲话，要落实讲话稿。通常双方事先交换讲话稿，举办宴会的一方先提供。代表团图 11—35

访问，欢迎宴会东道国先提供，答谢宴会则由代表团先提供。双方讲话由何人翻译，一般事先谈妥。

宴会礼仪

1. 宴会主人礼仪。宴会之举行，除了为增进感情外，还常常具有特别的目的。

根据目的，确定主客，然后根据主客之背景、习惯、嗜好、环境等，考虑宴会之时间、地点、陪客、菜式及烟酒等项。分述如下：

主客及陪客。

(1) 与主客洽商选定宴会的日期时间。

(2) 陪客不宜有高于主客地位者，请外宾时，可请比外宾地位较高之本国人，但亦不宜过高。

(3) 主客应安排于最高席次。

(4) 陪客中应有适当声望之人作陪，身份地位不宜过低。

(5) 陪客虽占次要地位，但绝不可使陪客感觉宴会对他毫无意义。

(6) 陪客不宜是主客时常见面的人。尤其是当邀请的主

客于短期内因某种事故（如远行等）将接受亲友们一连串的宴请时，更应注意避免所请的陪客与别人重复。

(7) 陪客不宜是主客同一机构中职位相同的人。

(8) 陪客不宜都选属于同一行业的人。因如有他种行业的人同席，可以增加彼此交谈的兴趣的。

(9) 陪客应有高低，如此可便于安排席次。

(10) 考虑邀请多少女宾。

时间。

(1) 宴请外宾时，宴会日期最好不要订于周末或假日。

(2) 被邀宾客中，如有天主教教徒，则应避免星期五（因天主教徒周五不吃肉）。如邀其他宗教教徒，亦应查明他们的宗教习惯。

(3) 应早通知客人，通常在宴会前两星期。

地点。

(1) 与主客商定宴会时间后，应即择定地点。地点离市区不宜太远。

(2) 注意宾客中，是否有人须备车辆接送。

(3) 宴会场所，须有适当的卫生设备。

(4) 宴会场所应有休息室，以作宴会前后谈话之用。

菜式。

(1) 查明主客所喜欢之口味，再决定准备什么菜肴。

(2) 宴请外宾，除特殊情形外，以用中菜为宜，同时避免用动物脑、脊髓、燕窝、猪肚等外宾不惯吃的食品。菜肴道数不必过多。中餐可六菜一汤，西餐可两菜一汤。

(3) 如在饭前或饭后饮酒，应准备小点心。

(4) 餐后宜用水果及咖啡或茶。(水果须洗净抹干, 咖啡及茶可热可冰。)

(5) 宾客中如有穆斯林教徒, 则不能用猪肉或猪油及其他禁食之物品。

(6) 较正式的宴会最好能备有印好的菜单, 如有外宾, 并应加列外文, 因为外宾常喜欢在菜单上请同席各位签名以留纪念。

烟酒。

(1) 烟类除备香烟外, 如能同时预备雪茄则更佳。

(2) 如果得知宾客中有喜欢某种酒者, 即应多备此种酒。西式餐会用酒分饭前、进餐及饭后三类情况。

① 饭前酒或称开胃酒, 是在入席前请客人饮的酒类, 常用者有: 鸡尾酒、施高趣、威士忌、包栳、麦亨登、浮毛斯、马丁尼、澳泛以及啤酒等。另应备果汁及汽水、可乐等饮料。

② 进餐酒是上菜时配合菜肴用的酒, 常用者有: 雪醴、白酒、红酒、褒根地、香槟、保特等以及我国的黄酒、绍兴酒等。宴会中, 如用中国酒类时, 主人常仅供应一种酒, 客人无需选择。但最好多备几种酒, 请客人自行选用。习惯上客人饮一种后, 即不改饮他种, 混饮两种或两种以上的酒时容易酒醉。若按西式宴会礼节, 则全然不同。正式宴会, 每上一道菜, 侍者即奉上一次酒, 酒随菜而异。喝汤时可进雪醴(约斟 $1/3$ 杯即可); 吃鱼或海鲜时可进白酒以除腥气, 腥味强的用较甜的白酒, 斟酒亦以不超过杯的 $2/3$ 为宜; 上主菜(肉类)时可进红酒以去油腻, 油腻重者即用较酸的红酒, 用主菜时间较长, 故可随饮随斟; 上最后一道菜或甜品时即进香槟。

③饭后酒或称助消化酒，常用的有：白兰地、雪醴及薄荷酒等。

请柬的印发。

(1) 请柬以印刷为佳，样式宜大方庄雅。请外宾的小型宴会请柬，可用打字或手写。

(2) 柬中应说明宴会时间、地点、主人姓名、余兴节目。较正式宴会还应注明赴宴的服装。

(3) 如系庆祝会或为某种目的而举行者，亦可写明。

(4) 请柬宜于举行宴会前两星期发出。隆重的宴会，更应早发请柬。

(5) 中式请柬应附回单，西式请柬宜加注“请赐回音”或“不能赴宴者请回音”等字样。如已预先约定，则加注“备忘”二字。

2. 赴宴者的礼仪。接到宴会邀请，能否出席尽早答复对方，以便主人做出安排。接受邀请以后不要随意改动，万一遇到不得已的特殊情况不能出席时，尤其是作为主宾，要尽早向主人解释、道歉，甚至亲自登门表示歉意。应邀出席一项活动之前，要核实宴请的主人、活动举办的时间、地点、是否邀请配偶以及主人对服装的要求。

掌握出席时间出席宴请活动，抵达时间的迟早、逗留时间的长短，在一定程度上反映对主人的尊重，应根据活动的性质和当地的习惯掌握。迟到、早退、逗留时间过短被视为失礼或有意冷落。身份高者可略晚些到达，一般客人宜略早些到达。主宾退席后，其他人可陆续告辞。出席宴会根据各地的习惯。我国则是正点或提前一二分钟到达。出席酒会可

在请柬上注明的时间内到达。席间，确实有事需提前退席，应向主人说明后悄悄离去，也可事前打招呼，届时离席。

到达宴请地点，先到衣帽间脱下大衣和帽子，然后前往主人迎宾处，主动向主人问好。如果是庆祝活动，应表示祝贺。

参加庆祝活动，可以按当地习惯以及两国、两个单位的关系，赠送花束或花篮。参加家庭宴会，可酌情给女主人赠送少量鲜花。

应邀出席宴请活动，应听从主人安排。如果是宴会，进入宴会厅之前，先了解自己的桌次和座位，入座时注意桌上座位卡是否写着自己的名字，不可随意乱坐。如邻座是年长者或妇女，应主动协助他们先坐下。入座后坐姿要端正，不可用手托腮或将双臂肘放在桌上。坐时脚应踏在本人座位下，不可随意伸出，影响别人。不可玩弄桌上酒杯、盘碗、刀叉、筷子等餐具，不要用餐巾或口纸擦餐具，以免使人认为餐具不洁。

入座后主人招呼即开始进餐。取菜时不要盛得过多，盘中食物吃完后如果不够，可以再取。用餐前应先将餐巾打开铺在膝上，餐后叠好放在盘子右边，不可放在椅子上，亦不可叠得方方正正而被误认为未用过。餐巾可擦嘴不可擦汗。如由服务员分菜，需增添时服务员送上时再取。如遇本人不能吃或不爱吃的菜肴，当服务员上菜或主人夹菜时，不要打手势，不要拒绝，可取少量放在盘内，并表示“谢谢，够了”。对不合口味的菜，勿显出难堪的表情。冷餐酒会，服务员上菜时，不要抢着去取，待送至本人面前再拿。周围的人未拿

到第一份时，自己不要急于去取第二份。勿围在菜桌旁，取完即离开，以便让别人取食。外宾回请我方时，对方是主人，我方不宜作主动让菜。吃东西要文雅，闭着嘴嚼，喝汤时不要啜，吃东西不要发出声音。如汤菜太热，可稍待凉后再吃，切勿用嘴吹。嘴内的鱼刺、骨头不要直接外吐，用餐巾掩嘴，用手（吃中餐可用筷子）取出，或轻吐在叉上，放在菜盘内。吃食物时要用食物就口，不可将口去就食物。两肘不可伸得很开。嘴内有食物切勿说话。剔牙时，用手或餐巾遮口，不要边走边剔牙。吃剩的菜，用过的餐具、牙签，都应放在盘内，勿置在桌上。

无论作为主人、陪客或宾客都应与同桌的人交谈，特别是左右邻座。不要只同几个熟人或只同一两人说话。邻座如果不相识，可以自我介绍。讲话要掌握时机，讲话内容要看交谈的对象，不要只顾一个人夸夸其谈，或谈些荒诞离奇的事而引人不悦。

作为主宾参加外国举行的宴请，应了解对方祝酒习惯，即为何人何事祝酒等，以便做必要的准备。碰杯时主人和主宾先碰，人多可同时举杯示意，不一定碰杯。祝酒时不要交叉碰杯。在主人和主宾致辞祝酒时应暂停进餐，停止交谈，注意倾听，也不要借此机会吸烟。奏国歌时应肃立。主人和主宾讲完话与贵客席人员碰杯后，往往到其他桌敬酒，遇此情况应起立举杯。碰杯时要目视对方致意，一般可目视对方的眼鼻组成的三角区。祝酒时，不目视对方被认为是不礼貌。宴会上相互敬酒，表示友好活跃的气氛，但切忌喝酒过量，应控制在本人酒量的 $1/3$ 以内，切不要饮酒过多失言失态。不

能喝酒时可以声明,但不要把酒杯倒置,应轻轻按着杯缘。正式敬酒是在上香槟酒时,这时即使不会喝也要沾几滴,不欲再喝时可轻轻与对方碰一下杯缘,即表示已经够了。一般倒入杯中的酒要喝完,不然就违礼了。

在社交场合,无论天气如何炎热,不能当众解开钮扣、脱下衣服。小型便宴如主人请客人宽衣,男宾可脱下外衣搭在椅背上。

喝茶、咖啡通常牛奶、白糖均用单独器皿盛放,如愿加牛奶、白糖可自取加入杯中,用小茶匙搅拌后茶匙仍放回小碟内。喝时右手拿杯把,左手端小碟。

水果、梨、苹果不要整个拿着吃,应先用水果刀切成46瓣,再用刀去皮、核,然后用手拿着吃。削皮时刀口朝内,从外向里削。香蕉先剥去皮,用刀切成小块吃。整根拿着吃不雅。橙子用刀切成块吃。桔子、荔枝、龙眼等则可剥去皮吃。西瓜、菠萝等通常都去皮切成块公用,然后用叉取食。

在宴会上如果上鸡、龙虾、水果时,有时要送上一小水盂(铜盆、瓷碗或水晶玻璃缸),水上飘有玫瑰花瓣或柠檬片,供洗手用,切不要误解是饮水以致成笑话。洗手时两手轮流沾湿指头,轻轻刷洗,然后用餐巾或小毛巾擦干。在宴会上除面包外,还有几种食物都可以用手指拿着吃,如烤鸡、炸脆薯片、炸咸肉片、芹菜等。西餐中的芦笋也可以用手拿食。

有的主人为每位出席者备有小小纪念品或一朵鲜花。宴会结束时,主人招呼客人带上纪念物,遇此情况可说上一两句赞扬小礼品的话,但不必郑重表示致谢。有时外国访问者往往把宴会菜单作为纪念品带走,有时还请同席者在菜单上

签名留念。除主人特别示意作为纪念品的东西外，各种招待品，包括糖果、水果、香烟等都不能拿走。

有时在出席私人宴请活动之后，往往致以便函或名片表示感谢。首先致谢女主人，但不要说过谦的话，如“太丰盛了”，“太美了”。离席时先让身份高者、年长者和妇女先走。

中餐的餐具主要是碗、碟、筷；西餐则是刀、叉、盘子。通常宴请外国人吃中餐，亦以中餐西吃为多，既摆切成小块，然后送入嘴内。欧洲人使用刀叉时不换手，即从切割到送食均以左手持叉。美国人则切割后把刀放下，用右手持叉送入口中。食用西餐要按刀叉顺序由外向里取用。最大的匙是汤匙，最大的刀叉是吃肉用的。用刀叉切食物时，应每次切一片或一块，不能同时全部切细。每道菜吃完后，将刀叉并拢并排放在盘内，以示吃完。如未吃完，则摆成八字或交叉摆放，刀口向内。吃鸡、龙虾时，经主人示意，可以用手撕开吃，否则可用刀叉把肉割下切成小块吃。吃面包、饼干或小粒水果、薯片可以用手取食，面包应撕成小片，涂料后入口。黄油用刀切，其放在碟或盘的左角。取面包时要取自己左手前面的，不可取错。除了糖、酱、肉汁等流体汁酱可以直接浇在食物上，放在公盘内的配料，均用时取放在自己的盘内。切带骨头或硬壳的肉食，叉子一定要把肉叉牢，刀紧贴在叉边切以免滑开。切菜时，注意不要用力过猛，撞击盘子而发出声音。不容易上叉的食品可以用刀把它轻轻推上叉。除喝汤以外，不用匙进食。汤用深盘或小碗盛放，喝时用汤匙由内往外舀起送入嘴，即将喝尽可将盘向外略托起，但不能把汤盘或碗端起来喝。汤匙可以入口，但喝完后应放在盘中间，

匙柄放在右边，匙心向上，与桌边平行。吃带有腥味或怪味的食品如鱼、虾、野味等均配有柠檬，可用手将汁挤出滴在食品上，以去腥味。

宴会进行中，由于不慎，发生异常情况。如用力过猛，刀叉撞击盘子，发出声响或餐具摔落在地，或打翻酒水等，应沉着不必着急。餐具碰出声音，可轻轻向邻座（或向主人）说声“对不起”。餐具落地不能擦拭再用，而应由服务员另送一付。酒水打翻溅到邻座身上，应表示歉意，协助擦干。如对方是妇女，只能把干净的餐巾或手帕递上即可，由她自己擦。宴会上遇到突然发生的事情不慌不乱，善于随机应变，运用自己的知识和语言能力使事情缓和，这是一种很高的修养。

宴会服务

1. 宴会前的准备工作。

宴会前的准备工作是搞好宴会服务的基础，一定要认真、细致、严格、高标准，不能马虎、凑合，更不能遗漏。各项准备工作必须按设计方案进行，绝不能自以为是，随心所欲。

(1) 掌握情况。服务员接受宴会任务后，要及时同主办单位联系，详细询问，认真记录，掌握第一手资料，做到“四知四了解”。四知，即知人数、知标准、知身份、知时间；四了解，即了解宾客的地区国籍、了解宾客的风俗习惯、了解宾客的生活特点、了解宴会的性质和具体要求。如果是外单位预订的，还要记下单位名称、电话号码、工作人员姓名，便于联系。

(2) 服务分工。宴会是一项“系统工程”，要求高，程序复杂，人员分工很重要。餐厅经理或主管要根据宴会的规格和标准，各项工作具体落实到人，做到任务包干，各负其责，同心协力，团结一致，搞好接待服务工作。

(3) 填写菜单。菜单是掌握上菜顺序的依据，也是宴会桌上特别是主桌上的一件重要物品。拟定菜单，多由厨师长和餐厅管理人员共同完成。餐厅服务员负责填写菜单，一式多份。除每张餐桌放上一份外，服务员的工作台上要留一份，便于掌握上菜的顺序、时机和速度。如有外宾出席的西餐宴会，菜单要用中文外文两种文字填写，主办一方的国家文字在上，被邀请的一方文字在下。字迹要工整、清楚。

(4) 领取物品。宴会所需物品，要求齐全配套。领取各类物品，要根据宴会的餐别、规格、标准和主办单位的要求，提前领取、清点好。各种酒水要逐瓶检查，需冰镇的提前冰镇；水果要选择个头均匀、无疤痕变质的；各类佐料和其他餐具、用具要准备充足，并留有一定的机动数字。

(5) 清洁卫生。宴会厅的卫生工作包括两方面：一是环境卫生。卫生工作是餐厅头等重要的工作，宴会厅的卫生工作好坏，将给赴宴宾客留下难忘的印象。服务员一定要按照程序搞好环境卫生，先打扫墙壁、天花板、擦拭门窗；再抹擦台面、座椅、衣架、屏风、各种柜橱和工作台，最后是拖洗地面或地毯吸尘。对楼梯、过道、厕所也不能忽视，彻底清扫，做到四壁无尘，窗明几净，地面清洁；二是餐具用品卫生。清点餐具时，注意选择花纹、颜色一致，无残缺破损，无变形怪状，无油腻痕迹，并将备好的餐具逐件抹擦、分类

摆放，用干净台布覆盖。小毛巾、餐巾布、台布要色调一致，无异味，无破洞，无污迹。

(6) 设计台形。台形的设计要考虑到厅室的形状、面积和参加宴会的对象、人数、规格、标准以及交际礼仪等情况。台形布置涉及到来宾的席次安排，因此要从实际出发，做到因地制宜，方便交际，符合礼仪。

(7) 摆放冷碟。宴会视规格和标准，配有 4 个以上冷碟，一般在宴会开始前 15 分钟左右端上餐桌，如果宴会规模大，人数多，时间可适当提前。摆放冷碟时，注意菜点色调的布局，荤素的搭配，菜型的反正，刀口的逆顺，餐盘的间隔等，要对称、和谐。端托冷盘，要轻拿松放，以免损坏冷盘的造型。

(8) 整理仪容。宴会开始前，服务员要整理个人卫生和仪表仪容。操作时要穿统一的工作服。男服务员穿西装、打领带或系领结，皮鞋要打油擦亮，衬衣扎入裤腰内；女服务员不能佩戴任何金银首饰，不能涂抹口红、指甲油，不准梳披肩发，最好不穿高跟鞋。当班前要用酒精棉球将双手消毒。

2. 引领迎宾。

引领迎宾是宾客到达宴会厅的第一个“见面礼”，也是宴会服务不可缺少的程序。

(1) 热情引领。宴会服务员应根据宴会开始时间，在宾客到来之前 5 分钟进入各自岗位，迎宾人员应仪表端庄、精神饱满地站立在宴会厅门口迎候宾客。迎宾人员根据宴会的规格确定，一般的宴会，由一两名服务员担任；如果场面较大、规格较高的宴会，由餐厅负责人带领数名服务员在宴会

厅门口迎接。宾客到来时，主动上前招呼，用普通话说声“您好”、“请”、“欢迎光临”等礼貌用语。如宴会厅旁边设有休息室的，可将宾客先引领到休息室稍事休息，并泡茶水相待；如果没有休息室，宾客直接进如宴会厅时，引领人员要恭立在宴会厅大门一侧，目视宾客，用靠近大门一侧的手伸向厅门，略躬身，请宾客入内。待宾客全部进入后，服务员才能跟进，切不可与宾客抢道。如有外宾，应用外语引领。

(2)接挂衣物。凡正式宴会，每桌可由两名以上服务员为其服务。当一个服务员在门口引领宾客时，另一名服务员要立即上前，将宾客特别是主人主宾手中提带的衣、帽、提袋、相机等物品接过来，挂在衣架上，并记住物主与挂放的位置，免得送别宾客时，递送衣物出差错。遇有规模大、人数多的宴会，应设立衣帽间，编上号码。接挂衣物时，发放号牌，宴会结束时，凭号牌递送衣物。在接挂衣服时，要手提衣领，免得袋内物品倒出，帽子宜拿帽沿，相机、提袋宜拿提带。

(3)让座递巾。宾客的物品接挂完毕，服务员应根据宾客的身份和宴会的要求，按照先女宾、后男宾，先主宾、后主人，再其他宾客的顺序为他们拉椅让座。待宾客全部入座后，用托盘将事先准备好的小毛巾，从主宾开始，按顺时针方向，从右边依次把毛巾递到每位宾客手中，待其抹擦完毕，按照原来的顺序，将小毛巾撤下。目前，有的地方在宴会前还有上茶敬烟的习惯。上茶敬烟时，服务员应注意，放茶杯时，杯把应朝宾客的右手边，手不能接触杯口；敬烟时，要先撕开封口，抽出烟头，或者拆开香烟包装纸，将香烟呈梯形摊在烟碟中，逐个敬烟，适时为其点燃。

(4) 撤出花瓶、台签。花瓶是宴会桌上的装饰品，起着衬托台面、渲染气氛的作用。台签、席次卡则是为了宾客就座方便使用。当宾客入席后，适时将其撤下，与此同时，服务员要主动询问主人，宾客是否全部到齐，宴会是否准备开始，征得同意后，及时通知厨房炒菜。

3. 斟倒酒水。中国有句老话，叫做：“无酒不成席”。中餐宴会一般都备有白酒、甜酒和多种饮料；西餐宴会的酒水品种更多，一般都有七、八种，有的甚至达十几种。中餐和西餐宴会斟酒，要求各不相同，方法也大不一样。

中餐宴会斟酒水，大致可分为三个次序。甜酒一般是在宴会开始前几分钟倒上，因为甜酒多属红色葡萄酒，无论男女老少都能饮用；白酒是在宾客入席后斟倒，即使不能喝白酒的宾客，也要适当斟上，以备主人敬酒时，作礼节性的干杯用；饮料由于品种较多，宾客可根据口味需要进行挑选。因此，斟倒饮料时，服务员要用托盘多装几种，征求宾客意见后，再为其斟倒。

西餐宴会用酒与中餐宴会用酒有所不同，较高级的西餐宴会要用 7 种酒之多，几乎每道菜都有一种酒，吃什么菜跟什么酒，喝什么酒用什么酒杯都有严格的规定。

①上冷盘或海味，跟具有开胃解腥作用的烈性酒，用立口杯，一般都在酒内掺和冰水或小冰块，以保持冷度。

②上咸汤，跟雪利酒（葡萄酒类），用舍利杯。斟酒时，需将雪利杯与立口杯对调一下位置，以方便宾客举杯（以后在斟每道酒之前都将要用的酒杯对调到外档）。

③上鱼菜，跟度数较低的白葡萄酒，用白酒杯。这种酒

上桌之前，应冰镇。

④上副菜，跟红葡萄酒，用红酒杯。冬天喝这种酒，有的宾客喜用温水烫热，但宴会不用烫。

⑤上主菜，跟香槟酒，用香槟杯。香槟酒是西餐宴会随菜酒品中的主酒，在大型宴会上，开香槟酒瓶时发出清脆的响声连成一片，能增添宴会热烈的气氛。

⑥上甜点，跟巴得杯。该酒是深红色的葡萄酒，味道甜而酸，适宜用甜食时饮用。

⑦上水果和干酪时，一般不跟酒。

⑧上咖啡，跟立口酒，用立口杯。立口酒有 20 多种。上酒时，应用大托盘或方托盘，摆上四、五种立口酒，十几个立口酒杯。用左手托盘，右手派酒杯，询问宾客需饮哪种酒，然后根据需要为其斟倒。

西餐宴会的斟酒顺序是：如果有国家元首出席，应先斟男主宾，后斟女主宾。一般宾客是先女主宾后男主宾再主人，其他宾客按座次依次斟酒。

席间让酒。随着菜肴上桌和时间的推移，宾主互相敬酒，交杯换盏，气氛愈来愈热烈、活跃。这时服务员要注意观察每个宾客的酒杯，喝完后应立即满上。遇有宾客离席敬酒，服务员要托着同样酒水跟随，伺机斟倒。如果是大型正式宴会，主人、主宾离席致祝酒词时，服务员要用托盘装上一杯或多杯酒，站立一旁，当讲话完毕，迅速递上，以便举杯庆贺。

总之，无论是中餐还是西餐宴会，席间让酒，服务员要眼明手快，殷勤周到，机动灵活，恰到好处。

4. 上菜、分菜、撤碟。

上菜、分菜、撤碟是宴会席间服务中的主要内容。宴会的菜点丰盛与否，当然同宴会的规格、标准有着密切的关系，但是，无论是中餐宴会还是西餐宴会，一般都有冷碟、咸汤、热菜、点心、甜食、水果等几个类型，比较高档的宴会还配有多样点心和水果。这些菜点都是由服务员按照顺序一样样地逐次端上餐桌。因此，这里面有着比较复杂的工作程序，服务员只能照程序办事，不能随心所欲。

(1) 中餐宴会的上菜撤碟程序。中餐宴会的上菜程序是先冷盘，再咸汤、热菜，最后上甜食、水果。撤碟、上菜的位置和方法，归纳为 16 个字，即“先撤后上，左上右撤，上菜不推，撤碟不拖”。宴会上的菜点除了冷盘是提前上桌外，其余的菜点是在席间端上的，必须先撤去已用完的菜盘，空出桌面，另一道菜才能上桌，故称“先撤后上”。“左上右撤”有双层意思：一是针对副主人的席位而言，凡是上大盘菜，必须在副主人的左边进行，撤下已用完的菜盘在其右边；二是针对每一个宾客而言，凡是分食的菜点均在每个宾客的左边端上，用过的食盘只能在右边撤下。

另外，宴会上菜还要掌握好时机和速度，不要太快或太慢，不能出现催客进餐和“停工待料”的局面。④席间分菜。从传统的角度讲，中餐宴会是不分菜的，一般是由主人、副主人劝菜、敬菜和宾客自取。近年中餐宴会也有要求分菜。⑤更换餐具。有的中餐宴会，为了显示名菜的风味和体现服务员的主动热情，在就餐过程中，往往对汤碗（勺）、食碟、骨盘，包括烟灰缸等小件餐具进行多次撤换。根据宴会规格高低，一般更换二、三次，有的多达五、六次。以下情况需要

更换餐具：

一是上名贵菜时更换餐具。使宴会显得丰盛、隆重。

二是上风味菜时更换餐具。因为这类菜具有与别的菜肴显著不同的风味特点，如果用同一种餐具，就会使菜肴失去应有的风味。

三是上芡汁不同、味道各异的菜肴时更换餐具。宴会菜肴的芡汁有红有白，口味有甜有咸，如果混合在一起，就会影响菜肴的味道，因而必须更换餐具。

四是残渣剩菜太多时更换餐具。宾客就餐时，往往把吃剩的和分到不喜欢吃的菜肴及动物的残骨都放在骨碟内，如不及时更换，必然影响宾客进餐。

五是烟灰缸内的杂物太多，应及时更换。有的宾客，喜欢边进餐边抽烟，如果烟缸内的烟蒂、火柴梗及其他杂物太多，有碍台面卫生，应及时更换。

席间更换餐具次数的多少，服务应根据餐桌上的情况而灵活运用，脏了就该撤换，不必拘泥于更换次数的多少。这样，会给赴宴者留下美好的印象。

西餐宴会的上菜撤碟与中餐宴会的上菜撤碟既有相同点，又有不同点。相同点这里不再重复，现将不同的方面介绍一下。①上菜的顺序。西餐宴会的菜点因规格不同，道数有多有少，花色品种也不一样，因此上菜的顺序也因情况而异。②上菜分菜。西餐宴会的上菜分菜方式多为单吃，每人一份，一般在厨房由厨师或在工作台上由菜台服务员分好，再由值台的服务员用托盘分送到每个宾客的面前。但有的大盘菜，为了展示其优美的造型，先并不分开，直接端上桌，待

宾客欣赏过后，再由服务员分给宾客，分一次不够吃的，可酌情分第二次。③添、撤餐具。前面讲过，西餐宴会多为分食制，所以，在上第二道菜之前，必须将第一道菜盘撤下。服务员在撤餐具时，要待绝大多数宾客吃完这道菜，并将刀叉并放在一起后才能进行。上特殊风味菜前，要相应增添小件餐具。如上点心要跟着上饼叉；上水果要先摆水果碟、水果刀；上咖啡等饮料要跟茶匙。

5. 递巾送客。

递巾送客是宴会席间服务的重要环节，它看起来无关紧要，但作用不小，至关重要。

(1) 递送香巾。宴会席间递送香巾的次数可视宴会规格而定，一般二、三次，多的达四、五次。递送香巾的时机是：宾客入席递送香巾，让其擦擦手脸；席间吃河鲜虾蟹等用手取食时，递送香巾，让宾客抹擦手指；天气较热或有的宾客不适应吃辣味菜而满头大汗时，递送香巾，让其揩去汗水；宾客用餐完毕，递送香巾，让其揩嘴抹手。递送香巾应用托盘，用毛巾夹分送到每个宾客的手中，不能徒手操作。

(2) 礼貌送客。当主人宣布宴会结束时，服务员应立即为主宾和主人拉开座椅，并将宴会开始前所接挂的衣物准确地送到主宾和主人手中（寄存在衣帽间的物品，由宾客自取）。提醒其他宾客拿走所带的衣物。然后站在宴会厅的出口，热情与宾客道别，说声“您走好”，“欢迎再次光临”，“再见”。如有宾客伸出手来握手时，服务员应立即上前握手。宾客未伸手，不必主动与宾客握手。待宾客全部离开宴会厅时，服务员才能进行清扫工作。

四、饮食文化

饮食是人类的天然本能

人类的发展，一要生存，即种族的延续；二要温饱，即饮食。当华夏民族种族的繁衍不再受到威胁，人们就将大部分乃至全部精力倾注于对饮食的追求上。由于自然环境，物质生产及人文思想等诸种合力的影响，中国古代饮食文化是中国古代文化史的重要支柱，在中国古代文化中最具特色。

饮食首先是出于人类的天然本能。人类饮食生活的发展过程，大致经历了两个阶段，其一是自然饮食状态，其二是调制饮食状态。

所谓自然饮食状态，是指早期的人类和其它猿类一样去寻觅动物、植物等可食的东西，来满足自己与其它动物相似的饮食需要。我国古书记载，人类最原始的生活是“茹毛饮血”，“食肉寝皮”，这大概是渔猎时代的状况。那时烹调还不存在。在这一阶段，人类饮食以生食为主。生食，往往对人的健康不利。正如《韩非子》所说：“上古之世……民食果蓏、蚌蛤，腥躁恶臭，而伤肠胃，民多疾病。”这时的饮食习俗并

没有形成，因为它仍然没有进入原始文化阶段。只有当人类进入调制饮食状态的新阶段，饮食文化才产生了，而火的使用是饮食文化起源的关键。

烹调，烹在先，调在后，“烹”即熟食法，起始于火的利用。古代人所住的森林，常常因遭受雷电的袭击而引起火灾。当火熄灭后，人们偶然吃到被火烧烤的野兽，觉得这种烧熟的兽肉，比生的兽肉好吃得多，而且滋味鲜美。经过无数次的反复，人们逐渐懂得食物是可以用火烧熟了吃的，于是便开始保留火种。后来，人们又在劳动实践中，发明了钻木取火和击石取火的方法，这时就正式吃熟食了。传说发明用火的是燧人氏。《周礼·含文嘉》云，“燧人始钻木取火，炮火为熟，令人无腹疾，有异于禽兽。”火的发现与运用，使人类进化发生了划时代的变化，从此结束了茹毛饮血的蒙昧时代，进入了人类文明的新时期。火化熟食，使人类扩大了食物来源，减少了疾病，有利于营养的吸取，从而增强了体质。所以恩格斯正确指出：火的使用，第一次使人支配了一种自然力，从而最终把人同动物分开。这就是“烹”的起源。“烹”是饮食文化的真正肇端，是人类进入原始文化阶段的主要标志。

最初的烹以烧、烤为代表。在我们祖先最初学会用火熟食的阶段，并没有炊具，也不懂什么叫做熬、炒、熘、扒、炖……，只知道把猎取来的兽肉直接放在火上去烧烤，这种“炆生为熟”的生活，至少持续了一百几十万年之久，一直到人类发明烧制陶器时才出现了新的变化。在此之前，人们用以熟食的，只有那保持常年不息的火堆。别小看这一堆堆的

篝火，它却是如今一切炉灶的始祖。而当时人类使用“炆生为熟”的烤肉方法，就算是烹饪方法的起源了。难怪今日的烤鸭、烤肉如此令人垂涎，却原来是我们祖先积累了至少上百万年的实践经验的结晶。

烧、烤之后出现了煮法，煮法有二，一是把烧热的石块放到水里去煮，早些时候才有第二种，用火烧石器或后来的陶器、铜器煮其中的肉类或粟类。就在这种煮法兴起之后，人类第一次创制了饭菜混合食物，人们把粟类或研碎的粮食粉与肉类、菜类混煮，出现了新的饮食结构。这时，人类使用火创造了原始的烘干贮存方法，这是比自然饮食阶段的晾干、冷冻的贮存更为进步的方法。

中国古代出土物提供的资料表明，在殷代已经由煮法发展到蒸法了。在殷墟出土的器物中有“鬲”，这是煮具，同时也发现了“甑”，这是下部注水，中间隔开，上部放粮米的一种蒸具。这些出土物上都有文字标注其用途。在《诗经·生民》中描述了“释之叟叟，蒸之浮浮”的蒸饭过程。陶器的出现，标志着人类发展从此进入了新石器时代。有了“鬲”“甑”等锅类炊具，才有了用它去煮蒸食物的可能，使人类熟食的方法，由此产生了新的变革。由“炆生为熟”到能够煮蒸食物，这是人类饮食史上又一划时代的进步。一切烹调技术，也只有在炊具的诞生和使用之后，才能获得发展；各种烧、炒、焖、炸、烩、煎……的烹饪方法，才由之产生，使人类饮食状况获得了最根本的改变。

“调”起源于盐的利用。远古时代，人们开始吃熟食，只是把食物烧熟而已，还谈不上调味。只烹不调，只能尝到食

物的本味，饮食甚为单调。经过了若干年之后，有些生活在海滨的原始人，偶然把猎来的食物放在海滩上。海滩因被海水浸湿，经日光照射蒸发，地面上出现一层白色的晶体，这就是盐。食物放在海滩上，表面沾上了一些盐的晶粒，人们把沾了盐的食物烧熟了吃的时候，发现滋味芳香。由此，人们就开始研究盐与食物之关系。经过长期实践，后来又发明了烧煮海水提取食盐的方法，作为烧食物时的调味品。据《淮南子·修务训》载：诸侯中有宿沙氏（夙沙氏），始煮海作盐。盐的发明，对于人类文明史确是一大贡献。有了盐，才有了所谓调味，而菜肴的基本味是盐。东汉王莽说：“盐者百味之将”，这是很有道理的。烹饪加上调味，使人类食物变得多样化。有了盐，食品的储藏加工更为方便；有了盐，促进胃液分泌，增强消化能力。盐用于烹饪时的调味，在烹饪中是继火的使用后的第二次重大突破。从此，我国原始的烹调已经出现。

烹和调是紧密结合在一起的。烹是烧煮食物；调是调和滋味，它们一直是饮食文化的主体部分。我国烹调技术的起源，已有几千年的历史。在距今五千多年的新石器时代晚期，由于发明了陶器，因而出现了烹煮法和汽蒸法。加上人们的定居，家畜家禽的普遍饲养，垦殖事业的发展，烹调原料和工具多种多样，各种烹调的方法也就逐渐发展起来。

饮食器具的演变

我们的祖先最初学会用火熟食的这种“烹生为熟”的生

活，持续了相当长的历史阶段。在这漫长的烧烤食物过程中，有时烧焦了不好吃，聪明的祖先们偶尔想出了用泥土和水揉成一定的形状，把食物放在上面搁到火上焙烤，经火烤烧后，这些泥土，变得坚固不漏水，并且可以长久使用。在长期的实践中，人们从中得到启发，后来根据生活的需要，烧制成多种式样的器具，用于烹饪食物、保藏食品和饮食。由此，陶器也就产生了。《黄帝内经》曾记载：黄帝斩蚩尤，用作杵臼，断木为杵，掘地为臼，以火坚之。使民舂粟。“掘地为臼，以火坚之”，便是烧制陶器的原始工艺。人们学会烧制陶器以后，运用陶土首先烧制出来的就是具有炊和食双重作用的陶罐，然而才逐步由陶罐分化演变出专门的炊具和各种食具。

烹饪法的进步同烹饪器具的发展关系非常密切。陶器时代的烹饪法主要是烹煮和蒸制。至迟在前 5500——前 4800 年，中国先民已普遍用陶釜熟食。《通鉴前编·外纪》载：“黄帝作釜灶，而民始粥。”陶鼎是另一种煮食具，是在釜的基础上发展起来的，是釜灶合一的炊具。有三或四条腿，以取代固定釜的灶口或支架。使用时，在腹下架柴。《易·鼎》云：“以木巽火，亨（古通烹）饪也。”把鼎足改造成中空的锥状的“款足”，增大了鼎的容量和同时受热的面积，这便是“鬲”。《通鉴前编·外纪》载：黄帝作甑，而民始饭。陶甑体如罐，底部有孔，孔上垫竹箎，竹箎上放米，置甑于有水釜上蒸成饭。也有称甑为鬯的，鬯上体为甑，下体为鬲，是甑、鬲的结合体，是蒸煮合用的新炊具。甑与鬯的出现，标志着蒸汽加热烹饪的开始。其产生年代，不迟于前 5000——前 4000 年。

到目前为止，世界上还没有别的国家发现用鬶甗早于中国。

最初的陶罐既可用于煮饭，也可用来煮肉；以后出现的陶鼎、陶鬲、陶盆、陶钵之类，也同样是既可盛饭，也能盛肉。当时还没有主、副食之分，食具也并未出现明确的分工，食具本身的文化内涵也不丰富。从商周时期的奴隶制时代开始，食具即出现了新的变化。

首先，随着农业生产的发展，粮食的产量不断提高，逐渐成为人们的主要食物。肉类则因耕地扩大，牧场缩小，来源渐少，而退居次要地位，变成了人们的副食。新兴的园艺栽培，又使蔬菜增添了副食品的种类。由于主、副食的划分，食具也为适合其需要而相应做成各种不同的型式，出现了分工。例如，豆器专指肉食用具，后来多用于祭祀时向神祇供奉食品。盛放整羊的是俎。饭食之具称为卢。进食之具为箸。舀汤浆之器为勺，后来又出现了匙。盛汤浆之具称为孟，有时也用于盛一般食物。饮器则有杯、盅等等，较小的杯称为盏。诚可谓分工明确，各司其职。

其次，随着手工业生产的发展，食具已不再限于用陶土烧制，而出现了大量用金属做成的食具。商周两代是中国铜制炊具鼎盛时期。《史记·封禅书》云：“黄帝采首山之铜，铸鼎于荆山之下。”《左传·宣公三年》则云：“昔夏之方有德也，远方图物，贡金九牧，铸鼎象物，百物而为之备。”此说时间较可信，夏鼎久已失传，商鼎今仍可见。商司母戊鼎长方四足，高 133 厘米，重 8753 斤，为现存最大的铜鼎。铜鼎的出现，标志着中国油烹的开始。当时的鼎是贵族豪华的炊器并

食器，以鼎烹制，亦以鼎供食。正如《孔子家语·致思》所云：“累茵而坐，列鼎而食。”鼎也是重要的礼器，朝廷大典必用。后来成为立国重宝，国家权力的象征。商周两汉还有以鼎烹杀活人的酷刑，再后，道家人作为炼丹炉。后来再变成香炉，鼎的烹饪功能就全部消失了。

商周时期，还出现了玉石、牙骨、漆木等各种质料做成的食具。相传商纣王曾以象牙做箸，他的臣下箕子很是担心，认为象牙作箸，必然要以犀角杯、玉杯来相配。事实上，玉杯很快就出现了。有一部名《海内十洲记》的古书，托名西汉人东方朔所作，记载周穆王时，西方少数民族进献昆吾割玉刀和夜光常满杯，这种杯是“白玉之精，光明夜照”。唐朝诗人王翰的名句“葡萄美酒夜光杯，欲饮琵琶马上催”，说的就是这种玉杯。玉器之外，漆器也自渐进入饮食领域。据对春秋战国时期楚国墓葬的考古发掘，曾在二百多个墓中发现漆木器，其中就有漆食具、食盒等。秦汉以后，漆器的发现就更多了。

食具和炊具虽然可以用各种质料去制作，但在中国如今广泛使用的却以瓷器及铁器为主。瓷器是我国的伟大发明，它是由陶器发展而来的。早在新石器晚期，我们的祖先就已采用瓷土为原料，经过高温烧制了精美的硬陶；到了商代又发明了玻璃釉，出现了“原始青瓷”，发展至汉代瓷器便逐渐进入成熟阶段。从秦朝到西汉时期，铁釜、铁刀等炊具已普遍使用。有了铁锅，高温快热的爆、炒之法应运而生。铁炊具不但导热性能适中，用起来不烫手，造价低廉，而且铁分子是人体必不可少的元素，用铁具烹调，有益无害，这就是

铁具仍占统治地位的重要原因。

食具的发展和演进，也随着时代的变迁，人们生活习俗的改变和文明程度的不同而产生变化。如在桌椅板凳问世之前，人们生活习惯是席地而坐，食具也都放在地上使用；由于跪坐习俗的需要，食具的底足一般均较高，如盛放食物的豆，即带有一个细长的高足，使上面的圆盘位置增高，便于食用。至战国时期，开始出现了可起桌子作用的食案，案是从商周时期的俎演变而来，形体较矮，轻便易于搬动，有方、圆两种样式，可置于席上使用，各种食具均陈放于案上，这样不仅比食具置于地上要讲卫生，而且位置也增高了，从而使食具的造型发生新的变化。如原来无盖的豆变为有盖，足底由高变矮，以后即演变成平底盒，连名称也改变了。此外，也有些器物如“盘”的名称，虽然自商周时期即有，但在当时盘却是洗手的工具，《礼记·内则》记载：“进盥，少者奉盘，长者奉水，请沃盥，盥卒，授巾。”这是当时奴隶奉盘侍候“诸侯之士”盥洗的情况。但是在《左传》里也有“乃馈盘飧”的记载，并在著名的马王堆汉墓中出土的竹简上也有“髹画食般（即盘）经一尺二寸，廿枚”的记述与墓中发现的漆盘相符，盘中还盛有牛排、鸡、鱼等食品，这说明大概从战国时起，盘已做为食具使用了。以后又从案发展到桌子，到唐代普遍流行使用桌子就餐，食具的造型便向平稳方面发展，因此，过去所使用的食具有些被淘汰了，但是盘却一直流传下来，至今也仍然是我们主要食具之一。

清代诗人袁枚在《随园食单·器具须知》中说：“美食不如美器。”在某种意义上，美器比美食更引人注目。这正说明

我国历来对饮食器具的重视。饮食器具的发展，也从一个侧面反映了我国人民伟大的创造力。

饮食文化生成

第一，自然方面的条件。它包括自然气候、地理环境、物产资源、风土人情等，这是造就中国饮食文化的关键因素。我国现存最早的医学专著《黄帝内经》中的《素问·异法方宜论》（卷四）云：“东方之域，天地所始生也，鱼盐之地，海滨傍水，其民食鱼而嗜咸，皆安其处，美其食……西方者，金玉之域，砂石之处，天地之所收引也。其民陵居而多风，水土刚强，其民不衣而褐荐，其民华食而脂肥，故邪不能伤其形体……北方者，天地所闭藏之域也，其民高陵居，寒风冰冽，其民乐野处而乳食……南方者，天地之所长养，阳之所盛也，其地下水土弱，雾露之所聚也，其民嗜酸而食跗……中央者，其地平以湿，天地所以生万物也众，其民食杂而不劳。”这段文字表明：五方之民所处地理环境不同，气候不同、物产不同，因而食俗也不同。中国地大物博，气候多样，从热带雨林到高山冻土，从内陆到海洋，生长着各种不同生态环境下的动植物，品种之繁多，是任何国家所无法比拟的。尤其在交通贸易不发达的古代，专靠“自产”，这一点则显得更加重要，它为制作各种食品提供了丰富多样的原料。生活在天南海北的各民族、各地区的人们，根据不同的需要就地取材，制作出了具有各种民族风味和地方风味的食品。

中国八大菜系的形成恰好说明了这一点。四川物产富饶，

不仅禽兽佳蔬品种繁多，而且土特产也十分广泛。加之四川地处盆地，多雾气重湿润，故人们嗜辛辣，习以为俗。广东地处岭南，夏季长，冬季暖，气温偏高，烹饪上故而逐渐形成了清淡、生脆、爽口的风味特色；由于气候温热，不仅动物水产丰富，而且狸、猫、猴、蛇野味居多；植物水果鲜蔬盛名久远，其民嗜生猛，奇饕异食居多，也就不足为奇了。山东地处黄河下游，东部海岸漫长，盛产海鲜，故其菜肴以海味取胜。湘菜以辣味和熏腊为其一大特色，这是湖南大部分地区地势偏低，气温热而潮湿的缘故，人们因而喜食辣椒，起提热祛湿驱风之功效。至于地处江淮的扬帮菜，湖泊星罗，江海相连，“淮夷”贡“玼珠鱼”，水产特富，“厥贡包桔柚”有笋有桔，水果鲜蔬也多，这对于扬帮菜的风味形成，也是不可忽视的因素。可以说，如果我国各地的自然条件是同一的，那么，其饮食文化也就不可能如此丰富多彩。

第二，经济基础方面的条件。饮食是以农业为基础的。中华民族是一个以汉民族为主体的多民族共同体，而作为汉民族主要活动地域的黄河、长江流域，则多为平原地区，有发达的水系。平坦肥沃的耕地以及适宜的气候条件，是农业兴盛的得天独厚的条件。中国先民的主体早在距今七千年前后，就逐渐脱离以狩猎和采集经济为主要生活方式的阶段，进入种植和养殖经济为基本方式的农业社会。食物是由农林牧副渔等各个生产部门提供的，广义的农业是指人类为谋取维持其生存所必需的食物而进行的生产活动，它包括了取得食物的一切部门。当然，从严格意义上来说，农业主要是从种植业的发明开始的，因为谷类食物是人类的主食，特别是我们

华夏族人民几千年来一直如此。这种传统饮食结构，影响着数千年中国人民的饮食生活。华夏族人民不吃乳酪、不喝乳类，以肉为辅，自成一个饮食文化圈。这与西方游牧民族以乳酪和肉为主食的文化圈截然不同，显示了东西方民族各自依据一定的生态环境所进行的物质文化创造的内容，以及由此而形成的饮食习俗。谷物种植对我国政治、经济、文化所引起的巨大变化，是其它类别的农业经济无法比拟的。在距今约 3400 年的殷墟卜辞中便有“王其萑藉（耜田）”、“王往萑耜”等语，表明当时统治者对农业的重视。《论语·宪问》更追述 4000 年前的夏代说：“禹稷躬稼，而有天下”。禹、稷都是亲自耕种而有天下，可见农业是立国之本。正是由于中国古代列朝对农业的重视，使得中国古代农耕文化呈现早熟性。中国古代农业技术水平之高，谷物种类之多，闻名于世，这就极大地促进了饮食的发展，中国古代美食之多，烹饪技艺之精，令人眩目。

经济基础除表现在物质生产方面外，经济繁荣也是重要内容。经济繁荣后，随之市场贸易、市肆饮食也就相应的兴旺，这就给饮食业提供了物质条件和经营对象，这是中国饮食文化形成和发展的重要条件。例如江苏菜系中的淮扬风味的形成正是如此。秦汉以后的吴越广陵，逐渐成为淮南重镇，经济发展较早；特别是隋炀帝开掘大运河后，沟通了南北水系，扬州成为重要的食盐集散中心和国际贸易城市，富商大贾“腰缠十万贯，骑鹤下扬州”，宋人洪迈在《容斋随笔》卷九“唐扬州之盛”中载：“唐世盐铁转运便在扬州，尽斡利权，判官多至数十人，故谚称‘扬一益二’，谓天下之盛，扬为一

而蜀次之也。”随唐的金陵饮食业甚为繁荣，“夜市千灯照碧云”、“夜泊秦淮近酒家”，发达的城市商业经济，极大地刺激了饮食的消费，也形成了具有代表性、典型性的风味流派。

第三，政治方面的条件。大一统的中国，有什么稀世珍宝都去进贡皇上、贵人。某种东西只要成为贡品，就身价倍增，得到褒扬。当然，也正是这种大一统的集权力量，才能把天南海北最佳最美的特产汇萃到帝王的餐桌上来，否则虽各有各的特色，却难以互相交融、搀合，构成如此丰富多彩的宴席。北京菜的形成，主要得益于这种一统性的政治环境。北京作为全国政治、经济、文化的中心，历时数百年。它吸收国内外饮食文化的营养得天独厚。同时为了满足历代统治阶级奢侈的饮食欲望，集中了全国烹饪技术的精华，代表了那个历史时代饮食烹饪的最高水平。其时，“京师为首善之区，五方杂处，百货云集”，菜源丰富。在这样的历史背景下，北京饮食文化高度发达，烹饪技艺源远流长。

需要指出的是，在生产力低下的时代，广大百姓尤其是贫苦农民与这种饮食文化无缘。古人道：“三年清知府，十万白花银”，“知府一个菜，农民三年粮”。难以食饱的人是不可能讲究美食的。中国的饮食文化是以士大夫阶级的生活为基础，以封建专制下的王公贵族生活为中介，尤以宫廷的饮膳为集中体现而积累、保存、流传、发展而来的，中国封建帝王登峰造极的奢侈，也就是中国传统的饮食文化的最高体现。虽然历史上中国不断改朝换代，皇帝换了几百个，但是皇帝的御餐还是一直排着，只是下箸的人在不断变换。中国传统的饮食文化同庞大的政治塔尖一样，是享用于少数人的。而

中国众多的人口,丰富的物产和农业社会缓慢的生活节奏,决定了在中国时间是最不值钱的,于是,便不惜人力,不惜本钱,慢工细活,一刀刀,一勺勺,一盘盘,一席席整治出来,供富贵人漫天没地地享用。

第四,文化方面的条件。首先,中国农业文化向来是奖励养生的,无论对部落、氏族、还是家庭和国家,人丁兴旺,历来被看作是头等大事。这种传统观念从氏族社会一直延续到当今社会。而要养生,就要重食,因而重农、重医,并且要重兵(以保卫生命和财产的安全,维护帝王的统治)。在中国的实用文化中,“食”便占有十分重要的地位。在中国固有的文化中,没有象佛教、基督教、伊斯兰教等宗教关于食与杀等方面的戒与禁。相反,中国传统文化中占统治地位的儒家先师孔子倒是主张:“食不厌精,脍不厌细”(《论语·乡党》)。老子也说:“为腹不为目”(《老子》第十一章)。中国人原也没有轮回观念,象道教想方设法,用种种材料来“采补”,合食品和药物为一体,讲究“房中术”,既要享受,又要延年益寿。这就是中国固有的乐生理想。印度佛教传入中国后,和尚、尼姑受戒律之限不吃荤,便在素食上狠下功夫,于是佛门的素餐又成了绝招。

其次,中国农业文化素来主张学而优则仕,极重声望,尤其敬重有学问的文人。尽管有些菜肴好得很,要是厨师的发明,顶多生意兴隆一点,多招来些顾客而已;要是文人、名流的发明创造,或受到他们的推崇宣扬,那就声价百倍,争相效法,远近传诵,甚至会升品立派,形成专格。中国历史上许多文学家文章记珍馐,图画写宴饮,编定饮食典章,创

立烹饪理论，为中国饮食文化的发达作出了贡献。以淮扬菜系为例，扬州是有近 2500 年历史的文化名城，加之政治、经济和地理上的特殊地位，吸引了历代文人学者名流，如王昌龄、孟浩然、杜甫、岑参、高适、刘禹锡、白居易、杜牧、李商隐、欧阳修、苏东坡、秦少游等，曾写下数百首歌咏扬州的诗词歌赋。唐代徐凝的“天下三分明月夜，二分天赖是扬州”。清代郑板桥的“扬州鲜笋趁鲥鱼，烂煮春风三月初”的诗句更是脍炙人口。清人袁枚是著名的美食家，他所著的《随园食单》介绍了几十种淮扬菜点。李斗在《扬州画舫录》中记载了扬州餐馆 50 余家的经营特点和擅长品种，书中对家厨作了有趣的记录。清乾隆时，扬州盐商董岳荐撰《董氏食观》是一部以记录淮扬菜肴为主的专著，被收入《调鼎集》中。众多文人的实践与总结，推动了淮扬烹饪技术的发展和升华。

再次，中国农业文化历来重视礼仪，认为人与人之间应有“人伦”，而“人伦”关系应有秩序、有礼仪。如孟子说：“使契为司徒，教之以伦。父子有亲，君臣有义，夫妇有别，长幼有序，朋友有信。”配合这些“人伦”而开展的带有礼仪性的饮食生活，不但极其丰富多彩，而且赋予新的社会含义。民间的礼仪节庆，婚丧嫁娶等习俗，对饮食习俗有很大的影响。正月十五吃元宵、寒食清明的冷饭糕饼、五月端阳的粽子和雄黄酒、八月中秋的月饼、腊八的粥、辞岁的饺子等等，都是节日仪式的特定饮食。在饮食形式上，如宴席的座次、上菜的顺序、劝酒敬酒的礼节、行各种酒令的内容和方法等，也都有社会往来习俗中男女、尊卑、长幼关系和祈福避讳上的要求。《红楼梦》五十三回中，具体而生动地描绘了元宵夜宴

的场面，一桌“合家欢”、“男东女西归座，献屠苏酒、合欢汤，吉祥果、如意糕”，体现了符合节日礼仪特色的饮食习俗。这时的饮食就不仅仅是满足人们的生理要求，更主要的是反映了礼仪的社会需要。总之，饮食文化成为礼仪的物质实体，深入到中国人的多方面社会生活之中。

最后，中国农业文化造就了中国人重历史、重家庭和传统技艺（包括特殊的烹调、酿造等方面的技术）的传统，使这些“祖传”的烹饪手艺得以留传，并世代以自己的实践经验加以补充，精益求精。中国历史上突出的“累世同居”，则提供了厨房经验家族传承的条件，这是中国烹饪发达的又一极重要原因。俗语所谓“三辈学穿，五辈学吃”（《魏志》：文帝诏曰：“三世长者知被服，五世长者知饮食。”）说出了这一道理。例如今存最早的菜谱，虞棕的《食珍录》就是家族秘传的记录。据《南齐书·虞棕传》，武帝尝求诸饮食方，棕秘不出，后来皇帝因醉酒而患病，他才献出“醒酒鲭鲈”一方。最典型的例证是孔府，经70余代的传承，形成闻名于世界的“孔府菜系”。以家族菜肴为基础，甚至可以发展成一个菜系。台湾张起均教授在《烹调原理》中谈到谭（延闾）家菜肴的演进时，引“大公子”的话说，湘菜本不出名，他祖父致仕后由粤返湘带回名厨，其父也亲自研究改进，才创造了“畏公鸡”等名菜。结论说：“由此可见湖南菜是谭家菜集几代经验……而形成的。”

以上这些地理、历史、经济、政治及文化的条件，便是形成中国传统饮食文化的基本条件，还有一些较次要的条件，诸如宗教信仰、地域间及民族间的文化交流等等，它们共同

构筑了中国饮食文化发生的机制。中国饮食文化之所以异常发达，极富独创性，正是因为其发生机制内部条件的完善与多层次。

饮食文化传播

一个民族的饮食习俗植根于一定的经济生活之中，并且受它的制约。以中华民族而言，五十多个民族各自生活在一定的地域，依赖着自然环境与自然资源维持生存，繁衍后代，同时又改造着自然。人们一年辛勤劳动的成果，就是该民族的衣食之源。大致说，居住在草原的蒙古、藏、哈萨克、克尔克孜、塔吉克、裕固等民族，从事畜牧业生产，食物以肉类、奶制品为主。南方气候温和，土地肥沃，雨量充沛，宜于农耕，居住在那里的壮、苗、布依、白、傣、瑶、黎、哈尼、侗、土家等众多民族，从事农业生产，食物以粮食为主。高原地区，气候寒冷，无霜期短，适宜种植大麦、青稞、玉米、荞子、土豆等，居住在那里的藏、彝、撒拉、保安、羌等民族，就以这些杂粮为生。居住在大兴安岭的鄂伦春、鄂温克等民族，从事狩猎，肉类和野味成了他们的主要食物。松花江下游的赫哲族，过去以渔业为主，食鱼肉，穿鱼皮，衣食来源离不开鱼类。饮食鲜明的地方性和民族性，是中外各民族间饮食文化交流融合的客观基础，而民族间饮食文化的交合并蓄又是整个民族文化传播的重要内容，也是中华民族的饮食文化之所以辉煌发达的重要原因。

先秦时代民族间饮食交流的一个重要原因，是民族大迁

徙。我国有些民族历史上曾发生过举族大迁徙的情况。究其原因，或因发生民族之间的战争；或因统治阶级强迫搬迁；或因不适应自然环境而离去，等等。迁徙之后，由于脱离了原来赖以生存的故土，定居到新的自然环境中，经济生活发生了变化，饮食习俗也随着改变。如维吾尔族的祖先“丁零”人，原来居住在额尔齐斯河和巴尔喀什湖之间，以游牧为主，九世纪中叶遭受黠戛斯侵略，迁入新疆，在当地农耕民族饮食文化的熏陶下，形成了以农业为主，又食肉饮酪“支匈奴同俗”的新型的饮食结构，并且与中原地区有着密切的饮食交流。

中国封建社会发展到西汉，进入鼎盛时期，建元三年（公元前138年）以后，汉武帝多次派遣卓越的外交官张骞出使西域各国，开辟了令人所艳称的“丝绸之路”。张骞“凿空”西域，为各民族间的经济文化交流创造了有利条件。西域的苜蓿、葡萄、石榴、核桃、蚕豆、黄瓜、芝麻、葱、蒜、香菜（芫荽）、胡萝卜等特产，以及大宛，龟兹的葡萄酒，先后传入内地。过去，把异族称为“胡”，所以这些引进的食品原先多数都姓“胡”，如黄瓜为胡瓜，核桃为胡桃，蚕豆为胡豆等等，组成一个“胡”氏家族，它们纳入了中国人的饮食结构，扩大了中国人的食源。其中蔬菜的新品种与调味品，尤其扩大了中国人的饮食爱好。中国原产的稻、粱、菽、麦、稷只作为粮食食用。其中只有菽豆，可做菜肴。如韭、薤、芥，多是野生。在《尔雅》中汇集的蔬菜，品种不多。

当然，西汉时从西域传入我国的并不止于此，而且还传给我们某些点心、菜肴的作法。如胡饼、貊炙等。史书在这

方面也有不少记载。《缙素杂记》云：“有鬻胡饼者，不晓名之所谓，易其名曰炉饼。以胡人所啖，故曰胡饼。”据考证，古之胡饼当为今日的芝麻烧饼。至于豕炙，《搜神记》有这样的记载：“羌煮豕炙，翟之食也。自太始以来，中国尚之。”也就是说，把整只牛、羊、猪烧烤熟透，各自用刀割来吃，这本来是外国的风尚。后来羌、豕、翟这些民族逐渐内附，与汉族互相交往、渗透乃至融合，到汉武帝太始以后，中原地区也风行起西南羌人的“羌煮”和东北豕人的“豕炙”吃法了。

在民族大融合时期，饮食文化的交流更加频繁，影响更加深远。一方面，北方游牧民族的甜乳、酸乳、干酪、漉酪和酥等食品和烹调术相继传入中原；另一方面，汉族的精美肴馔和烹调术，又为这些兄弟民族所喜食和引进。特别是北魏孝文帝实行鲜卑汉化措施以后，匈奴、鲜卑和乌桓等兄弟民族将先进的汉族烹调术和饮食制作技术，应用于本民族传统食品烹制当中，使这些食品在保持民族风味的同时，更加精美。例如，匈奴等民族的烤牛、羊肉，鲜卑、乌桓等民族的烤鹿肉、烤獐子肉，原只是整只或整腿用火烤，这一时期则改为将肉切成小块，在豆豉叶中浸后再烤。又如串烤牛、羊、猪肝，烤前均将肉或肝放在豉汁中浸渍，这些方法显然是汉族烹调术在兄弟民族食品制作中的应用。寒具（环形江米条）、环饼、粉饼、拨饼等，本为汉族的古老食品，在和兄弟民族的交流中，亦为鲜卑等民族所嗜食。为了使这些古老的汉族食品适合本民族的饮食口味，寒具和环饼均改用牛奶或羊奶和面；粉饼要加到酪浆里面才吃；拨饼要用酪浆或胡麻

(即芝麻)饮来调和,等等。同样,鲜卑等游牧民族的乳酪和肉食品,也逐渐为不少汉族人士所喜食。例如,北魏尚书令王肃,原为南齐琅琊人(今山东临沂县北),入化北魏之初,“不食羊肉及酪浆,常饭鲫鱼羹,渴饮名汁”。但数年后,王肃与北魏高祖饮宴时,就“食羊肉酪粥甚多”了,并说:“羊者是陆产之最,鱼者乃水族之长,所好不同,并各称珍。”

隋唐时期,汉族和边疆各兄弟民族的饮食交流,在前代的基础上又有了新的发展。唐太宗李世民是一个葡萄酒爱好者,他破地处丝绸之路要冲的高昌国(今新疆吐鲁番)后,得到了葡萄的新品种马乳葡萄,以及用葡萄酿酒的方法,便自己动手酿酒。唐太宗酿的酒,据《太平御览》说,这种酒“凡有八色,芳辛酷烈,味兼醒盎”,在国都长安深受欢迎。“葡萄美酒夜光杯,欲饮琵琶马上催”的著名诗句,表达了唐人对高昌美酒的赞美之情。五代时,于阗(今新疆和田)的“全蒸羊”传入内地,其法并为后周广顺朝(公元951—953年)宫廷所取,陶谷《清异录》载:“于阗法全蒸羊,广顺中尚食取法为之。”而汉族地区的茶叶、饺子和麻花等各色美点,也通过丝绸之路传入高昌。1972年吐鲁番唐墓中出土的饺子和各样小点心,精美别致,是唐代高昌与内地饮食交流的生动例证。唐朝与吐蕃(今西藏)亦有密切的饮食关系。唐代吐蕃,其地“俗养牛羊,取乳酪,用供食”,“不食驴马肉,以麦为面,家不全给”。唐太宗时,文成公主下嫁松赞干布,唐中宗时金城公主嫁给吐蕃王弃隶缩赞,从而唐与吐蕃“同为一家”。西藏地方史料记载,唐太宗“给与(吐蕃)多种烹饪食物、各种饮料……公主到了康地的白马乡,垦田种植,安

设水磨……（文成公主）使乳变奶酪，从乳取酥油，制成甜食品”。后来，唐朝使者到达吐蕃，见当地“馐味酒器”已“略与汉同”。唐代茶叶也源源不断地输往吐蕃、高昌、突厥等民族地区。藏族独具民族风味的“酥油茶”，就是将本民族喜食的酥油和汉族的茶叶合熬而成的。高昌即今新疆的吐鲁蕃地区，当时这里是回鹘等兄弟民族杂居的地区。回鹘人以本民族的特产马换来内地的茶叶。今天维吾尔族的奶茶，就是在他们的祖先回鹘人与汉族进行“茶马互市”的历史背景下产生的。

宋、辽、西夏、金，是我国继南北朝、五代之后的第三次民族大交融时期。北宋与契丹族的辽国、党项羌族的西夏，南宋与女真族的金国，都有饮食文化往来。辽朝，从公元907年至1125年，活跃在黄河流域的广大地区。契丹族本是鲜卑族的一支，他们以猎畜、猎禽、捕鱼和农业生产为生计。狍子、鹿、羊、牛、鱼、天鹅、大雁、黍稷和瓜豆等，是契丹人的主要食物。菜肴以“猪、羊、鸡、鹅、兔连骨”煮熟后，备“生葱、韭、蒜、醋各一碟”蘸而食之最为常见，这与今日蒙古族的“手把肉”和西北地区的手抓羊肉颇为相似。契丹人进入中原以后，宋辽之间往来频繁，在汉族先进的饮食文化影响下，契丹人的食品日益丰富和精美起来。汉族的岁时节令在契丹境内一如宋地，节令食品中的年糕、煎饼、粽子、花糕等也如宋式。难怪到了元代，蒙古族统治者把契丹和华北的汉人统统叫做“汉人”。

西夏是祖国西北地区党项人建立的一个多民族的王国。西夏人的饮食、粮、肉、乳兼而有之。公元1044年与北宋和

约后，在汉族饮食影响下，西夏人的饮食逐渐丰富多样化。其肉食品和乳制品，有肉、乳、乳渣、酪、脂、酥油茶；而食则为汤、花饼、干饼、肉饼等。其中花饼、干饼是从汉区传入的古老食品。

女真是我国古老的民族，当他们分布在黑水一带的时候，“夏则随水草而居，冬则入住其中”。“喜耕种，好鱼猎”，猪、羊、鸭和乳酪是其喜爱的食物。金国建立以后，先后与辽和南宋有过经济文化往来。特别是女真进入中原和汉族交错杂居以后，他们的饮食生活发生了较大变化。女真上京会宁，“燕（宴）饮音乐，皆习汉风”，中原地区的上元灯节等习俗，亦为女真所吸收。金国使者到达南宋，宋廷在皇宫集英殿以富有民族风味的爆肉双下角子、白肉胡饼、太平毕罗、髓饼、白胡饼和环饼等菜点进行款待。女真贵族一时崇尚汉食，为了满足饮宴之需，还召汉族厨师入府当厨。

曾以鞑靼为通称的蒙古族，在整个十三世纪，其军队的铁蹄踏遍了东起黄海西至多瑙河的广大地区，征服了许多国家，在中国灭金亡宋建立了元朝。蒙古人按照自己的嗜好，以沙漠和草原的特产为原料，制作着自己爱好的菜肴和饮料，他们的主要饮料是马乳，主要食物是羊肉。蒙古民族入主中原，北方民族的一些食品，随之传入内地。岭北蒙古地区的风味饮食醍醐、麋、野驼蹄、鹿唇、驼乳糜、天鹅炙、紫玉浆、玄玉浆（马奶子）传入内地后，在元代被誉为“八珍”。居于河西走廊原河西回鹘人的名菜“河西肺”、“河西米粥”；居于今吐鲁蕃地区畏兀儿人的茶饭“搠罗脱因”和“葡萄酒”；回回人的食品“秃秃麻食”（手撒面）和“舍儿别”（果子露）；居

于阿尔泰山一带的瓦剌人的食品“脑瓦刺”；辽代遗传下来的契丹族食品“炒汤”，以及乳酪和土酪等均传入汉族地区。而汉族南北各地的烧鸭子（今烤鸭）、芙蓉鸡和饺子、包子、面条、馒头等菜点，也为蒙古等兄弟民族所喜食。

明朝时，我国食谱中的兄弟民族菜单更多。例如，明代北京的节令食品中，正月的冷片羊肉、乳饼、奶皮、乳窝卷、炙羊肉、羊双肠、浑酒；四月的白煮猪肉、包儿饭、冰水酪；十月的酥糕、牛乳、奶窝；十二月的烩羊头、清蒸牛乳白等，均是回回、畏兀儿、女真等兄弟民族的风味菜肴加以汉法烹制而成的。这些菜名面前，已没有标明民族属性的文字，说明已经成为各民族共同的食物。

到了清代，满族入关，主政中原，发生了第四次民族文化大交融，汉族佳肴美点满族化、回族化和满、蒙、回等兄弟民族食品的汉族化，是各民族饮食交流的一个特点。奶皮元宵、奶子粽、奶子月饼、奶皮花糕、蒙古果子、蒙古肉饼、回疆烤包子、东坡羊肉等是汉族食品满族化、蒙古族化、畏兀儿族化和回族化的生动体现，反映了满、蒙、维、回等兄弟民族为使汉族食品适合本民族的饮食习惯所做的改进。满族小食萨其玛、排叉；回回小吃豌豆黄；清真菜塔斯蜜（今写作它似蜜）；壮族传统名食荷叶包饭等又发展为清代各大城市酒楼、饽饽铺和饮食店的名菜、名点而在民族大家族中广为流传。汉族古老的食品白斩鸡、酿豆腐、馓子麻花、饺子等又成为壮族、回族和东乡族人民的节日佳肴。

总的来说，我国各民族饮食文化的交流，大致经历了原料的互相引入、饮食结构的互补、烹饪技艺的互渗到饮食风

味的互相吸收四个阶段,各民族在保持自身饮食风貌的同时,都不同程度的揉合了其他民族饮食特点。这种融合要比服饰、建筑等其他物质文化表现得更为鲜明、丰富。中国文化,是中国各民族人民共建的文化,中国的烹饪技艺,是中国各民族人民共同的智慧结晶。正是由于各民族创造性的劳动,才使中华美食具有取材广博、烹调多样、品种繁多、风味独特的特色。

饮食文明的引进

在中国饮食发展史上,19世纪中叶至20世纪30年代,可被称作“西洋”饮食文明传入时期。鸦片战争后,列强瓜分中国,中国沦为殖民地半殖民地,帝国主义势力所及的大城市和通商口岸,出现了西餐菜肴和点心,并且有了一定的规模。到了晚清,不仅市场上有西餐馆,甚至西太后举行国宴招待外国使臣有时也用西餐。“土司”、“沙司”、“色拉”之类的异国烹饪术语也进入中国。近代七、八十年间,包括被称为“西餐”在内的西洋饮食文明,以前所未有的规模渗入中国固有的饮食文化之中。

中外饮食文化的交流很早就已开始了,只不过在明清之前,中国饮食文化输出的多而引入的少。自宋以后,中国饮食文化逐步吸收了域外饮食文化的新血液。宋代传进了外域很多的有趣食俗。如《谈苑》载:“虏中大寒,匕箸必于汤于蘸之,方得入口。不尔,与热肉相连不肯脱。石鉴奉使,不曾蘸箸以取榛子,沾唇如烙、皮脱血流,淋漓衣服上。”这种

举匕箸蘸汤的习俗传入中原，以后不管天气冷暖，便成了人们饮食中的一种习惯了。元代，成吉思汗横征欧、亚两洲，并保持了各国之间联系，互通使臣，长期往来不绝，欧亚各国的饮食文化都深受元朝的影响，而中国菜谱中也加进了大量的“四方夷食”。明朝，中国和亚洲各国之间，特别是与邻近的朝鲜、越南、日本、缅甸、柬埔寨、暹罗、印度以及南洋各国之间的饮食文化与政治接触比以前更加频繁了。明永乐三年至宣德八年之间，中国杰出的航海家郑和曾率领船队 7 次下西洋，前后经历了亚、非 30 多个国家，达 27 年之久。这是一件闻名中外的大事。这件事对于促进中外文化交流无疑是有很大益处的。明代，基督教进入中国，中国食品又引进了番食，如番瓜（南瓜）、番茄（西红柿）、番薯等等。印度的笼蒸“婆罗门轻高面”，枣子和面做成的狮子形的“水密金毛面”等，也在元明传入。

明末清初，真正开了“洋荤”的是贵族阶层，舶来品中“巴斯第里的葡萄红露酒、葡萄黄露酒、白葡萄酒、红葡萄酒和玫瑰露、蔷薇露”等西洋名酒及其特产，当时只能在宫廷、王府和权贵之家的饮宴上才能见到。对中下层社会来说，舶来品只是他们私下聊天的新闻。《红楼梦》第六十四中透露的贾宝玉曾饮西洋红葡萄酒的情节就生动地说明了这一点。书中道：“五儿见芳官拿了一个五寸来高的小玻璃瓶来，迎亮照着，里面有半瓶胭脂般的汁子，还当是宝玉吃的西洋葡萄酒”呢。文中对瓶中之物（实是玫瑰露）“胭脂般的汁子”的描写，不禁使人联想起清代一位诗人的诗句：“佳酿遥从外国分，碧玻璃内涌红云。三杯饮饱黄昏后，一榻甜甜梦谢君。”

这些舶来品在当时既未摆脱“舶来”的特点，也未对中国饮食界产生广泛的影响。到了鸦片战争以后，情况发生了根本性变化，中国饮食文化对西洋饮食从被动地接受转为主动地纳入。西洋（还有日本料理）菜肴、糕点、罐头及饮料，开初是为供应在华外国人的，后来中国人也逐渐由适应而嗜食。啤酒、汽水发展成为两大食品制造业，销路也由上海扩展到外地。1915年北京创办了一家叫“双合盛”的啤酒厂，这是中国自己创办的第一家啤酒厂，是现在北京啤酒厂的前身。1906年上海创立的泰丰罐头食品公司，便是中国人自办的第一家罐头食品厂。清光绪年间，以营利为目的的“番菜馆”、“咖啡店”和“面包房”等陆续出现在中国的都会商埠中。据清末史料记载，这些番菜馆制售的，皆是西洋风行的名菜，如“炸猪排”是将“精肉切成块，外用面包粉蘸满，入大油锅炸之。食时自用刀叉切成小块，蘸胡椒酱油，各取适口。”“布丁”，“为欧美人食品，以面粉和百果、鸡蛋、油、糖蒸而食之，略如吾国之糕。近颇有以为点心者”。“面包”，为“欧美人普通之食品也，有白、黑二种，易于消化，国人亦能自制，且有终年餐之而不精食者。”关于咖啡，“欧美有咖啡店，略似我国之茶馆，天津、上海亦有之，华人所仿设者也，兼售糖果以佐饮。”“荷兰水，即汽水。吾国初称西洋货品多曰荷兰，故沿称荷兰水。实非荷兰人所创，亦非产于荷兰地，今国人能自制之”。以上记载均表明西方人日常的一些饮食品种，已成为中国饮食体系的有机组成部分，并且受到中国人的普遍爱好，对完善自身的饮食结构和改变自身的一些陈旧的饮食观念起了很大作用。

从上世纪初起，西方现代营养分析科学发达起来，逐步弄清了蛋白质的结构和组成。这就使得西方饮食更加长于理性分析，重营养的合理搭配，具有现代科学的合理性。近代西方饮食文明的传入，引起了当时中国知识分子探究饮食科学真谛的兴趣。他们对中国传统只凭直觉和口感的饮食风习提出了质疑。他们在读了近代饮食科学专著和尝了西洋的风味食品之后，指出：“东方人常食五谷，西方人常食肉类。”“欧美各国及日本各种饮食品……皆不失其本味。我国（饮食）……千变万化，一肴登筵，别具一味，几使食者不能辨其原质之为何也。”指出讲究饮食卫生与营养，“顺乎天，即顺乎道矣。”清末中国的这些知识分子，能够在外来的饮食科学基础上，分析中国传统饮食诸方面的利弊，客观审视中国传统的饮食现象，这对中国传统饮食的科学研究方面，无疑是开启了先河。例如他们运用营养学的观点，对中国传统烹调术评论说：“鱼、鸟、兽等肉中多含滋养料。其成分大都为蛋白质与脂肪。若烹调方法不同，消化亦有难易之别。其中以焙烧为最，蒸煮次之”。“卵含滋养分最多……烧煮得适当之火候，皆易消化。煮之过熟，则消化甚难”。“豆类皆富蛋白质。大豆所含之脂肪，多于牛肉……若能磨成粉末为最善。至豆腐、豆酱，均属滋养之美品。”从食品的营养成分及人体消化功能的角度来进行饮食，已将过去饮食制作过程中的各种“口弗能言”的现象作了理性的阐释。他们还提出了开展饮食科学研究的十七个方面，即“一，人体之构造；二，食物之分类；三，食品之功用；四，热力之发展；五，食物之配置；六，婴孩与儿童之饮食；七，成人之饮食；八，老年

之饮食；九，食物不足与偏胜之弊；十，饮食品混和与单纯之利弊；十一，素食之利弊；十二，减食主义与废止朝食之得失；十三，洗齿刷牙之法；十四，三膳之多寡；十五，细嚼缓咽之必要；十六，饮食法之改变；十七，牛乳与肉食之检查。”这十七个方面的课题，无一项与“味”有关，显示了与传统迥然不同的饮食态度，其中大多数至今仍有现实意义。

西方饮食文明的传入，不仅促使近代中国兴起了食品科学研究的风气，也给中国的烹饪技艺灌输了新的血液。出现于二十世纪初叶的中国食单上的“西法鸭肝”、“西法大虾”、“纸包鸡”、“华洋里肌”、“铁扒牛肉”、“羊肉扒”、“炸面包盒”等菜肴，是二十世纪以前旷古未闻的中国菜，它们都是中西烹饪技艺合璧的结晶。不仅新的菜点层出不穷，新的饮食种类也在不断涌现，原先以“国货”一统天下的饮食格局被打破。番菜馆、咖啡店、面包房、酿酒厂等“舶来品”，渐渐地出现在中国饮食市场上。它们出产的“番菜”、“咖啡”、“面包”、“葡萄酒”等与清末的“满汉大菜”，“龙凤喜饼”和“远年共雕”交相辉映。西方人厨房常用灶具电炉及烤箱也在贵族人家出现了。吃“西餐”成为当时青年学生的一种时髦。中西风味的食店和食品共同构成了近代中国饮食市场的新格局。

中国人对自己的筵宴文化一直津津乐道，自十九世纪中叶以后，在西方科学精神的启迪下，一些有识之士开始认识到筵宴的不卫生且靡费之弊端。例如几位清末留美的无锡知识分子，“知我国宴会之肴饌过多，有防卫生，且不清潔而靡金錢也。乃自出心裁，別創一例”，遂有“改良宴会”之举。

宴席的菜肴不过十五、六种，注意了荤素、颜色、冷热等方面的配置：“先置之冷肴四碟（芹菜拌豆腐丝、牛肉丝炒洋葱、白斩鸡、火腿），取其颜色之鲜洁也。芹菜绿色，牛肉丝酱色、白斩鸡淡黄色，火腿深红色。而进肴之次序，亦有命意。如食白炖猪蹄后，继它以菠菜，以清口也。青菜与黄雀，一为青生，一为浓厚，而同为佐饭之肴。连子羹与汤团并进，以其味之调和也。”这种在充分发扬中国饮食文化优良传统基础上的改良，是值得我们现在继续提倡的。孙中山先生在赞颂中国饮食文化的前提下亦说：“倘能更从科学卫生上再做工夫，以求其知而改良进步，则中国人种之强，必要驾乎日也。”中国饮食文化要得到发展，要更加广泛地走向世界，就必须加以“改良”，而借鉴和吸收西方饮食文明之精华，则是一条极好的途径。这一方面，近代中国饮食科学界的前辈，为我们作出了榜样。

五、中西饮食文化比较

两种不同的饮食观念

谁也不会否认，西方是一种理性饮食观念，不论食物的色、香、味、形如何，而营养一定要得到保证，讲究一天要摄取多少热量、维生素、蛋白质等等。即便口味千篇一律，甚至比起中国的美味佳肴来，简直单调得如同嚼蜡，但理智告诉他，一定要吃下去，因为有营养。说得不好听，就象给机器加油一样。

这一饮食观念同西方整个哲学体系是相适应的。形而上学是西方哲学的主要特点。西方哲学所研究的对象为事物之理，事物之理常为形上学理，形上学理互相连贯，便结成形上哲学。这一哲学给西方文化带来生机，使之在自然科学上、心理学上、方法论上实现了突飞猛进地发展。但在另一些方面，这种哲学主张大大地起了阻碍作用，如饮食文化，就不可避免地落后了，到处打上了方法论上的形而上学痕迹。在宴席上，可以讲究餐具，讲究用料，讲究服务，讲究菜之原料的形、色方面的搭配；但不管怎么豪华高档，从洛杉矶到

纽约，牛排都只有一种味道，毫无艺术可言。而且作为菜肴，鸡就是鸡，牛排就是牛排，纵然有搭配，那也是在盘中进行的，一盘“法式羊排”，一边放土豆泥，旁倚羊排，另一边配煮青豆，加几片番茄便成；一道“红焖鸡”做好后放几块在盘子一边，其它几处再放黄油炒面条、煮青豆、炸土豆条、红菜头丝和生菜叶，再加两枚刻鸡蛋花（熟鸡蛋刻上花纹），各占一方。色彩上对比鲜明，但在滋味上各种原料互不相干、调和，各是各的味，简单明了。

西方烹调不以吃味为目的，而且有些吃法极不利于吃味，比如西方人善饮，而酒，特别是烈酒是极影响品味的。再如以美国为主的西方人，都比较喜欢吃凉一点的食物，尤其在冰箱大量行销之后，美国人的绝大部分食物都与冰冻结了不解之缘。冰淇淋是常年不缺的食品，冰水更是不离口的饮料，这究竟是好是坏，我们无从置评，但就饮食的滋味讲，恐怕是有欠理想的。食物菜品，若想有滋味，味道好，第一件事，就是离不开“热”。

中国则是一种美性饮食观念。人们在品尝菜肴时，往往会说这盘菜“好吃”，那道菜“不好吃”；然而若要进一步问一下什么叫“好吃”，为什么“好吃”，“如吃”在哪里，恐怕就不容易说清楚了。这说明，中国人对饮食追求的是一种难以言传的“意境”，即使用人们通常所说的“色、香、味、形、器”来把这种“境界”具体化，恐怕仍然是很难涵盖得了的。人们多从味觉、视觉、嗅觉、触觉等方面直观地把握饮食文化，而不论营养是过度，还是不足，也不论食物的各种营养成分是否搭配得当，只要口味好（这是最重要的），色彩美，

造型佳，便乐意享受这口福。

中国饮食之所以有其独特的魅力，关键就在于它的味。孙中山先生在阐明烹调与文明的关系时，亦着重强调了“味”，他说：“烹调之术本于文明而生，非深孕乎文明之种族，则辨味不精。辨味不精，则烹调之术不妙。中国烹调之妙，亦足表明进货之深也。”而美味的产生，在于调和，要使食物的本味，加热以后的熟味，加上配料和辅料的味，以及调料的调和之味，交织融合协调在一起，使之互相补充，互相渗透，水乳交融，你中有我，我中有你。这正如张起钧先生在《烹调原理》中，对上海菜“咸笃鲜”描述的那样：“虽是火腿、冬笋、鲜肉三味并陈，可是在煮好之后，鲜肉中早有火腿与笋的味道，火腿与笋也都各已含有其它两种因素。而整个说起来，又共同形成一种含有三种而又超乎三种以上的鲜汤。最典型的例子，莫如北京的溜黄菜，所用的材料是鸡蛋、鸡汤、芡粉、猪油和一点荸荠，但作好了以后，那就只是一碗溜黄菜，原来放的是什麼一点都不知道，外行一点的，甚至不知道是鸡蛋，这就如交响乐中虽有多种乐器同时演奏，但奏出来的声音却是统一的。又如唱京戏，胡琴的声音必须把唱的声音包着才行，若是唱归唱，拉归拉的，那还算什么艺术。”中国烹饪讲究的调和之美，这是中国烹饪艺术的精要之处。菜点的形和色是外在的东西，而味却是内在的东西，重内在而不刻意修饰外表，重菜肴的味而不过分展露菜肴的形和色，这正是中国美性饮食观的最重要的表现。

中国烹饪精湛的刀功古今闻名。《礼记》记载的周代八珍之一的“渍”，是古人讲究刀技的一个范例。其上云：“取牛

羊肉必新杀者，薄切之，必绝其理。”此中的“理”，指的就是牛羊肉肌肉的纹路。此菜的刀技不仅要求切得片薄如纸，同时讲究切断肌肉的纹理，达到“化韧”、烹调不变形的目的。中国菜经刀工后的原料，基本形态有：块、丁、片、条、丝、米、粒、末、泥、茸、球、段等。最细的几成发丝，最薄的几成棉纸。稍大的片、块，也要在表面刮出刀纹。这一切不光是为了形美，更重要的是利于味的渗透。至于整鸡，整鸭这样大的东西，中国厨师另有妙法，将其整料脱骨，使外形仍是一个完整的鸡（或鸭），但骨骼已全无。然后酿以各种馅料，经过烹调后，腹中馅料之味已渗入鸡鸭之中；而鸡鸭之醇浓厚味同样地和合到馅料之中。由于腹腔是密封的，烹调中生出的味，得以较多地保留。相比之下，西方菜肴则大不讲究刀法，多用大块原料。故而西方人用餐离不开刀叉。“牛排”、“鸡排”如掌大，确确实实能填饱肚子，充实营养，但原料体积一大，味的渗透怎么也不会彻底。

中国饮食的美性追求显然压倒了理性，这种饮食观与中国传统的哲学思想也是吻合的。作为东方哲学代表的中国哲学，其显著特点是宏观、直观、模糊及不可捉摸。中国菜的制作方法是调和鼎鼐，最终是要调和出一种美好的滋味。这一切讲究的就是分寸，就是整体的配合。它包含了中国哲学丰富的辩证法思想，一切以菜的味的美好、谐调为度，度以内的千变万化就决定了中国菜的丰富和富于变化，决定了中国菜的菜系的特点乃至每位厨师的特点。盐放多少，不同的佐料偏重的程度，两种以上菜料的搭配等等，都有一个“度”的因素。还有火候，火候不到则生，才一过火就老，这

不可能有硬性的时间标准，只能凭经验掌握。因此，火候是烹调中最重要的事，同时也是最难说明的事，真所谓是“道可道，非常道”。这种模糊性正是中国哲学的一大特点。

饮食对象及方式的差异

凡饮食都离不开菜。在中国“菜”为形声字，与植物有关。据西方的植物学者的调查，中国人吃的菜蔬有 600 多种，比西方多六倍。实际上，在中国人的菜肴里，素菜是平常食品，荤菜只有在节假日或生活水平较高时，才进入平常的饮食结构，所以自古便有“菜食”之说，《国语·楚语》：“庶人食菜，祀以鱼”，是说平民一般以菜食为主，鱼肉只有在祭祀时才可以吃到。菜食在平常的饮食结构中占主导地位。

中国人的以植物为主菜，与佛教徒的鼓吹有着千缕万丝的联系。东汉初年佛教传入我国，到南北朝时，佛教在我国的发展形成高峰。当时，南北各地，广修佛寺，佛教信徒人数大增，“南朝四百八十寺，多少楼台烟雨中”，正是对这一史实的写照。脱俗为僧，入寺吃斋，他们视动物为“生灵”，而植物则“无灵”，所以，他主张素食主义。

西方人好象没有这么好的习惯，他们秉承着游牧民族、航海民族的文化血统，以渔猎、养殖为主，以采集、种植为辅，荤食较多，吃、穿、用都取之于动物，连西药也是从动物身上摄取提炼而成的。西方人在介绍自己国家的饮食特点时，觉得比中国更重视营养的合理搭配，有较为发达的食品工业，如罐头、快餐等，虽口味千篇一律，但节省时间，且营养良好，

故他们国家的人身体普遍比中国人健壮：高个、长腿、宽大的肩、发达的肌肉；而中国人则显得身材瘦小、肩窄腿短、色黄质弱。西方人以中西食物的差异来判定双方饮食营养的优劣是没有道理的。孙中山先生对饮食文化有深刻的研究和精辟的论述。他在《建国方略》中，详述了中西饮食现象的差异，并且得出结论：“中国常人所饮者为清茶，所食者为淡饭，而加以蔬菜、豆腐。此等之食料，为今日卫生家所考得为最有益于养生者也。故中国穷乡僻壤之人，饮食不及酒肉者，常多上寿。又中国人口之繁昌，与乎中国人拒疾疫之力常大者，亦未尝非饮食之暗合卫生有以致之也。”他还说：“中国素食者必食豆腐。夫豆腐者，实植物中之肉料也。此物有肉料之功，而无肉料之毒，故中国全国皆素食，也习惯为常，而无待学者之提倡矣。欧美之人所饮者浊酒，所食者腥膻，亦相习成风，故虽在前有科学之提倡，在后有重法之厉禁，如俄美等国之厉行酒禁，而一时亦不能转移之也。”孙氏之言科学地道出了中国饮食之利及西方饮食之弊。事实上，在生理营养科学上，中西已逐渐趋向双方之融合。西方的餐桌上蔬菜的种类及分量明显在增加，而中国随着生活水平的提高，肉类的牛奶及奶制品在饮食结构中的比重正在大大增加。

有人根据中西方饮食对象的明显差异这一特点，把中国人称为植物性格，西方人称为动物性格。反映在文化行为方面的，西方人喜欢冒险、开拓、冲突；而中国人则安土重迁，固本守己。按照美国民俗学家露丝·本尼迪克特的“文化模式”理论，中国人的文化性格颇近似于古典世界的阿波罗式，而西方人的文化性格则类同于现代世界的浮士德式。的确，西

方人如美国人在开发西部时，他们把整个家产往车上一抛，就在隆隆的辘重声中走出去了。而中国人则时时刻刻记挂着“家”和“根”，尽管提倡青年人要四海为家，但在海外数十年的华人，末了还拄着拐仗来大陆寻根问宗。这种叶落归根的观念，人文精神，不能不说是和中国人饮食积淀相通合，它使中华民族那么的富有凝聚力，让中国的民俗那么的富有人情味。中国还有一句古语，叫做“咬得菜根，百事可做”。菜根条件意谓着艰苦卓绝的生活。中国人凭着“咬菜根”的决心和气魄，创造了全世界最古老最灿烂的文明。而当我们回过头来看的时候，古巴比伦、古希腊、古埃及这些食肉民族的文明，都已经消失或黯淡了。

中西方的饮食方式有很大不同，这种差异对民族性格也有影响。在中国，任何一个宴席，不管是什么目的，都只会有一种形式，就是大家团团围坐，共享一席。筵席要用圆桌，这就从形式上造成了一种团结、礼貌、共趣的气氛。美味佳肴放在一桌人的中心，它既是一桌人欣赏、品尝的对象，又是一桌人感情交流的媒介物。人们相互敬酒、相互让菜、劝菜，在美好的事物面前，体现了人们之间相互尊重、礼让的美德。虽然从卫生的角度看，这种饮食方式有明显的不足之处，但它符合我们民族“大团圆”的普遍心态，反映了中国古典哲学中“和”这个范畴对后代思想的影响，便于集体的情感交流，因而至今难以改革。这种“聚餐”及“宴饮”的社会功效，在年节期间得到更为明显的表现。古人云：“饮食所以合欢也”。除夕、春节、元宵要吃“团圆”饭。端午节吃粽子，冬节吃汤圆，其他繁多小节，如观音节、灶王节等等，

也要蒸糲、改膳，用吃来纪念先人，用吃来感谢神灵，用吃来调和人际关系，用吃来敦睦亲友、邻里，并且进而推行教化。

西式饮宴上，食品和酒尽管非常重要，但实际上那是作为陪衬。宴会的核心在于交谊，通过与邻座客人之间的交谈，达到交谊的目的。如果将宴会交谊性与舞蹈相类比，那么可以说，中式筵宴好比是集体舞，而西式宴会好比是男女的交谊舞。由此可见，中式宴会和西式宴会交谊的目的都很明显，只不过中式宴会更多地体现在全席的交谊，而西式宴会多体现于相邻宾客之间的交谊。

与中国饮食方式的差异更为明显的是西方流行的自助餐。此法是将所有食物一一陈列出来，大家各取所需，不必固定在位子上吃，走动自由，这样做，吃是一个目的，但主要还是为了社交的需要，这种方式便于个人之间的情感交流，不必将所有的话摆在桌面上，也表现了西方人对个性、对自我的尊重。但各吃各的，互不相扰，缺少中国人聊欢共乐的情调。有人想把自助餐纳入中国的饮食文化，这是行不通的。张起钧先生在《烹调原理》中道明了其中的原由：“第一、自助餐与饮茶不同，饮茶是把刚出锅的东西送到你面前请你选用，而自助餐则是大批作好陈列在那里，等你来时早就凉了。中国菜就要趁热吃，那落了滚了，还吃什么。第二、自助餐只能作些硬菜，实惠菜。然后才可大块小块的供你取用。而那些最代表中国烹调艺术的，娇嫩、清淡的菜，无法在此亮相。第三、自助餐只能作大锅炖，大锅熬的菜，任何精巧点的菜顶多一锅炒两份，哪里能一下作几十人份的堆在那里？因

此势必不会好吃，谈不到滋味。在这种情形下，很明显的若采用自助餐，势必否定了中国的烹调技术。”中国人是要通过同桌共食来表现和睦、团圆的气氛，抒发祈愿平安、幸福的心情，这就是为什么中国的大小节日都要以聚餐、会饮为主要内容的原因。而自助餐却打破了围坐欢饮的格局，将个人的独立、自主提到首位，这与中国传统的大家庭大一统的文化模式是背道而驰的。

饮食归属及性质的差异

饮食观念的不同，使西方饮食倾向科学、理性，中国饮食倾向于艺术、感性。在饮食不发达的时代，这两种倾向都只有一个目的——度命充饥。而到了饮食文化充分发展之后，这种不同的倾向就表现在目的上了：前者发展为在营养学上的考虑，后者则表现为对味道的讲究。有一明显的食例：我国将竹笋当作美味食物，西方人是不吃的，说它“没有营养”。他们看重的是蛋白质和热量，而把构成鲜味的氨基酸排除在外。而中国人发觉此物很鲜，不管它有没有营养，自古以来就吃竹笋。

烹调出自饮食，饮食原来是一个旨在维持生命的营养，因此，西方饮食的着重点仅仅是原始的饮食实用性的延伸。中国饮食对味的偏重，就把饮食推向艺术的领域。孟子说：“口之于味有同嗜焉”，这一“嗜”字，就点出营养发展到艺术的关键，而这嗜正是来自味了。在中国，吃，远不是为了饿，为了营养，有时吃饱了，还要吃，这是超负荷的饮食。何故？说

好听点，是欣赏烹调的艺术；说不好听点，是不胜其“味美”的诱惑，是在尽情进行味觉享受。这在西方理性食观看来，不仅是浪费，而且危害人体。其实，中医也反对暴饮暴食，主张“饮食有节”；但中医的辩证法又告诉人们，偶尔的“超负荷”，只要吃得舒服，也可以吸收、储存。气功师在不吃不喝的情况下精神饱满，虽体重下降，而对人体无损，便是对这种储存的消耗。中医还主张冬天加强营养，也是储存以保来年的精力旺盛。中国人的这种观点比西方一味反对超负荷饮食的主张更为辩证，更接近于科学的真理，且已受到数千年中医实践的检验。

从更高的层次讲，只注重营养，食物味道千篇一律，食之如嚼蜡，这就把饮食看成是生存的手段，只是更为合理的果腹充饥，而不是享受。心理学家斯宾诺莎说过：“欲望不是别的，恰恰是人的本质。”人类对美味的渴求，是人的本质的充分反映。在味觉的享受过程中，涌动着一股勃发的生命冲力。生命，不应该是一种桎梏，一种欲望的压抑，不应用绝对的理性来规范人的一切行为。就饮食而言，不能为了“科学”、“营养”而将一些美味排斥于餐桌之外。只有美味的东西，才能满足人们的食欲，进而给人带来身心的愉悦。中国人的饮食从古至今表现为感性对理性的超越，致使中国饮食文化充溢着想象力和创造性。中国饮食活动中的感性是升华了的感性，渗透了理性的感性，是生命本质的实现。另外，味觉享受本是人类为之奋斗追求的主要目标之一，因此，中国饮食的艺术化符合人类历史发展的进程，比西方饮食的科学化更进步。正如张起钧先生在《烹调原理》中说的：“美国总

算是空前富足的社会了，但到今天为止，本质上还是在‘食物充饥’的阶段，距离进入艺术境界，仍有一段距离。”在中国，饮食早已超越了维持生存的作用，它的目的不仅是为了获得肉体的存在，而且是为了满足人的精神对于快感的需求。它是人们积极地充实人生的表现，和美术、音乐、文学等等有着同等的提高人生境界的意义。

西方饮食倾向于科学性，这种倾向使其日趋机械、规范，西方高度发达的科学技术，更助长了他们在饮食方面固有的理性分析倾向，使得他们在饮食物的搭配方面更侧重于营养成分的组合，甚至根据人的具体身体状况来配给饮食，而对于口味则置之不顾。

中国饮食倾向于艺术性，所谓艺术境界，其实也就是一种完成了由必然王国到自由王国的飞跃才获得的境界。它的特点就是随意性。比如同样一只菜肴，由于地区、季节、对象、作用、等级等的不同，可以在操作上作不同的处理。拿红烧鱼来说，冬天的色宜深些，口味宜重些，夏天则色和味均应清淡些；对于江浙一带的人来说，红烧鱼的调味中可加糖，如面对川湘顾客，则应多放辣。说到辣，使人想起川菜中辣味型菜肴，其实也并非单一而是多种多样的，有麻辣、酸辣、鱼香、怪味、家常、干烧等不同类的辣的味型。可见离开了随意性，就没有中国烹饪的变化多端，就会失去中国烹饪的独特魅力。而在西方，一道菜在不同的地区不同的季节面对不同的食者，皆为同一味道，毫无变化。譬如在美国，宴客最讲究最贵重的菜，便是大块牛排，一口口吃的，全是一道滋味的肉。即令是最高贵的宴席，也不过是餐具考究，布

置华贵而已，菜仍旧一个样。

再说原料。西方人认为菜肴是充饥的，所以专吃大块肉、整块鸡等“硬菜”。而中国的菜肴是“吃味”的，所以中国烹调在用料上也显出极大的随意性：许多西方人视为弃物的东西，在中国都是极好的原料，西方人不吃动物内脏，这在中国是难以理解的；西方人因鸡脚食之无肉，故将其与鸡骨、鸡毛视为同列而弃之，而在中国，鸡脚则为鸡身上相当贵重的部位，美其曰“凤爪”。西餐、日餐吃鱼、吃鸡，大都要去头尾，去皮，动物内脏一概摈除。而中国厨师，用鸭掌可以做“金鱼鸭掌”，用鱼头可以做“砂锅炖鱼头”，用猪肠可以做“九转大肠”，用猪脚可以做“白云猪手”，连猪心上的血管，也可做“烩管廷”。平常的原料，外国厨师无法处理的东西，一到中国厨师手里，就可以化腐朽为神奇。足见中国饮食在用料方面的随意性之广博。有的外国人认为，中国人因为一向很穷，吃不起肉，所以连肠肚肝肺内脏头脚等一齐都吃。这显然是对中国饮食文化的无知，才会产生如此令人啼笑皆非的想法。

再如技巧，一个优秀的厨师，固然要能做复杂繁琐的大菜，但就是面对简单的原料和佐料也往往能信手制出可口的美味，这是技巧的随意性。表面上看，菜谱似乎是科学的，西方人总是拿着菜谱去买菜，制作菜肴，但相比起来，就显得机械了，在复杂的具体情况面前往往是无能为力的。当然这种机械的科学仍不失为科学，但却是原始的科学，不彻底的科学。中国烹调讲究艺术性，千变万化之中却符合科学的要求，可以说是一种超越科学的科学。西方食品的营养成份一

目了然和绝少艺术氛围的特点，明显地区别于中国饮食的艺术境界。西方不少国家在中小学校都有营养师，以保证青少年的营养充足和平衡，而在中国营养师就不多见，即使是高级筵席也几乎从不孤立地去考虑营养组合。表面上看中国饮食对营养科学是一种直观的模糊的把握，其实它是建立于对食物的营养成份及特性经验性的理解上，只不过是这种理解不是纯粹理性及逻辑的理解罢了，其中有不少超前性理论（例如中医主张的忌嘴）有待于科学的研究论证。

中国饮食的艺术属性还表现在对饮食文化综合美的追求上。从近几年刚刚建立起来的中国烹饪美学学科所包含的内容看，饮食审美涉猎生理心理学；厨房和餐具涉猎技术美学、劳动美学；餐厅建筑装饰涉猎建筑美学、园林美学；食品加工涉猎工艺美术、实用美学；原料的运用涉猎自然美；筵席设计和餐厅服务涉猎社会美、伦理美（礼节、礼貌），乃至服务人员的风度、装束；餐厅的匾额、楹联，既是书法，又是文学；宴席的酒曲、酒令，既是音乐，又是文学……足见中国饮食这门艺术博大精深，是包罗非常广泛的艺术门类。这在西方是不可想象的。

中国饮食的艺术属性及西方饮食的科学属性表现在烹饪加工方面，便有技艺型和技术型之差。中国烹饪为了追求色香味形之美、之奇，在刀工、火候等方面具有特强的技艺性，其中绝大部分技艺为机械所不能代替，有的技艺也为科学所不能解释，还有的技艺是绝技、绝招。譬如我国加工技艺古今驰名，史料亦多有记载。《庄子·养生主》所记庖丁，世人熟知。庖丁解牛，用今人的烹饪术语则是分档取料，达到了

神屠中音的地步。后来，“庖丁”成了褒技艺超凡的事厨者的代称。苏轼《老饕赋》用的就是“庖丁鼓刀，易牙煎熬”之语，以美技艺娴熟的割烹之出类拔萃者。唐段成式《酉阳杂俎》还记过一位操刀能手：“进士段硕，常识南孝廉者，善斫烩，谷薄丝缕，轻可吹起，操刀响捷，若合节奏，因会客炫技。”厨娘中的操刀能者，廖莹中《江行杂录》有记载，说是时京都厨娘从小培训，行厨时，“刀砧杂器亦一一精致”，“据坐胡床，缕切，徐起取抹批齏，惯熟条理，真有运斤成风之势”。这些技艺或散布于民间，或出入于宫廷，五彩缤纷，争奇斗艳，层出不穷，成为中华民族艺术宝库的一朵奇葩。而西方在这方面纯粹是技术型的，甚至投入机器生产，距艺术的殿堂相隔甚远。

中西方饮食性质的差异，与它们各自的生活方式及生活节奏是吻合的。在西方，流水线上的重复作业，实行计件工资制，生活节奏急促，人们有意无意地受到机械的两分法影响，信奉“工作时工作，游戏时游戏”的原则。生活的机械性导致了饮食的单一性或对饮食的单一熟视无睹，顿顿牛排土豆，土豆牛排，单调重复的饮食与其工作一样，以完成“件”数为目的，自然无兴趣、滋味可言。可以说，在西方，食客的目的宽容了烹调的停滞。中国则不然，在改革开放之前一直没有视时间、效率为金钱、生命，生产中往往伴随着其他活动，既便是在“大跃进”的年月也要学习文件。这种“游戏中有工作，工作中有游戏”的生活方式在饮食中显现出来。街上卖烧饼的师傅，揉面时喜欢用擀面杖有节奏地敲打案板；厨师在炒菜时，敲打马勺，注意烹炒的节奏感。这些

自然不会对工作有什么便利,但却增加了劳动者的工作趣味,只有在这种气氛中工作才会有积极意义,才会有中国菜的创造性和艺术性。

六、饮茶礼仪

饮茶习俗

茶是一种饮料，和其他食品一样，在很大程度上以人们的爱好和习惯为转移。我国从内地到边疆，地区不同、民族不同、饮茶的方式和所需的茶类也有所不同，形成了各自不同的饮茶爱好和习俗。

我国京津和东北一带的人，最喜欢饮花茶，泡杯花茶，满屋生香，花香茶香，沁人心脾。长江南岸的人习惯饮绿茶；广东、福建、云南、广西一带的人习惯饮红茶、乌龙茶。边疆地区的少数民族大都喜欢饮用浓郁的紧压茶。一般来说，青年人多喜欢饮绿茶、淡茶，老年人则多爱饮红茶、浓茶。

蒙古族喜爱饮奶子茶。所谓奶子茶，就是将砖茶捣碎、放进铁锅和水煎煮 10 多分钟，茶叶呈红褐色，茶味香醇可口，再加一、两勺牛奶或羊奶，放入少量食盐，搅拌均匀，待茶水翻开后滤去茶叶茶梗，将奶茶装进茶壶，用微火暖着，随喝随倒。这样喝起来又热又香又解渴。一日三餐，都要喝茶；客来敬奶子茶，早已成为蒙古族同胞的文明风尚。

藏族喜爱饮酥油茶。喝酥油茶是藏族同胞的一种独特风尚。酥油茶的制法是，先把茶叶放在锅内煮沸，滤去茶叶，倒入先放有酥油、食盐和其他佐料的茶筒内，再不停地搅拌，使酥油均匀地溶于茶汁中，再倒出趁热饮用。酥油茶是藏民的高级饮料，亦用于款待尊贵客人。

维吾尔族喜饮奶茶和香茶。住在北疆的维吾尔族喜欢饮奶茶，制法与蒙古族人民的奶子茶相似。住在南疆的维吾尔族爱饮香茶。在煮茶时，把茯砖敲碎，抓一些放入壶中，同时加入一些香料末（有胡椒、桂皮、丁香等），然后，徐徐加入清水，再移至炉子上煮，沸腾 5 分钟左右，茶汁已浓，即可饮用。

云南的少数民族喜欢盐巴茶和龙虎斗。居住在滇西的纳西族、傈僳族、苗族、怒族等少数民族较为普遍地饮用盐巴茶。其制法是：在特制的小瓦罐中加入饼茶，放火塘上烤香，再将开水加入罐中煨几分钟，将盐巴放入水中浸泡。饮用时，将又咸又浓的茶汁倒进小瓷杯中，再加开水稀释即可饮用。此后，边饮边煨，直到瓦罐中的茶叶消失为止。

居住在云南深山密林中的少数民族喜欢饮“龙虎斗”。所谓龙虎斗就是将经熬煎的浓涩热茶，冲入有酒的杯中即成。据称，一旦感冒，病人喝下“龙虎斗”后，浑身散发热汗，再睡上一觉，就会觉得全身轻快，感冒痊愈。

桂北少数民族喜食打油茶。居住在广西北部的瑶、侗、壮、苗等少数民族，虽然风情各异，但有一个共同的爱好：喝打油茶。打油茶也称煮油茶。通常象烹调菜一样，把茶叶先放在锅里炒，然后加少量茶子油，炒到略有炙香，就加入清水

煮沸，直到茶汤滋味浓郁时，再放入食盐、生姜之类的佐料，于是油茶就算打好了。把打好的油茶放在各种食品中，这样吃起来别有风味。油茶成了当地人民生活必需品，几乎家家打油茶，餐餐饮油茶。打油茶也是当地人民待客的一种礼遇。按照当地习惯，茶行三遍，就算是看得起主人，所以每人至少喝三大碗，这叫做“三碗不见外”。

讲到喝茶，世界上许多国家人们喜欢喝红茶，但也有喜欢喝绿茶的，非洲有的国家就爱把龙井茶同薄荷混在一起加糖喝。在国外，人们习惯用这样一种金属茶壶，茶壶里有一个同样质地的带有许多小孔的球型容器。可以把它打开放进茶叶，盖好后放回壶中，把球形容器带钩的链子挂在壶外，待茶叶泡上三、五分钟便可以倒出来喝。

现在人们也习惯于喝用茶袋泡出来的茶。有些餐馆，供应茶是每人一壶的。有时候茶袋放在备用盘上，那就可以把它放进茶壶里而不是放在茶杯里。等茶泡到认为适当的浓度，就用茶匙将茶袋捞出来，滴干了剩余的茶汁，然后放在备用盘或茶盘上。如果茶袋是放在茶杯的托盘上端上来的，就将茶袋直接放进茶杯里，泡完之后，用上述相同的方法把它移开。

有时候，特别是在夏天，人们爱喝冰茶。冰茶是用高的玻璃杯盛的，由于杯子外会挂着水气，所以杯子外面套上一个金属的杯托，一般带有长把的茶匙。当用茶匙搅拌后，可把它从杯中拿出来放在盘子上（不可放在桌布上），或者可以把茶匙靠住杯子边缘，用手指把它扶住然后拿起杯子来喝。不能用茶匙一勺一勺地舀着喝。

在有些国家，特别是在英国，人们习惯于喝下午茶，就是在下午三、四点钟的时候，放下手中的工作，喝一杯红茶，有时也吃一块点心。他们喜爱用黄砂糖而不是白糖喝茶。如果正好在那个时间在人家里做客或在人家的办公室中办事，都会被主人邀请共同喝下午茶。遇到这种情况，大可不必推却。在社交中，也有专门邀请朋友到家里喝下午茶的。

茶的饮用

1. 选水和泡茶。

俗话说：“好茶还须好水冲”。“名水砌名茶，更添一层佳”。这说明饮茶和选水、冲泡有着密不可分的关系。

选水。茶之于水，关系甚大。我国名泉众多，遍布南北，优中择优，江苏镇江金山之西的中冷泉，无锡郊外的惠泉，苏州虎丘石观音殿后的观音泉，杭州虎跑山滴翠崖前的虎跑泉，山东济南的趵突泉，被古人誉为五大名泉。用其泉水沏茶，茶味清香甘美，余味无穷。当然，中国之大，好山好泉甚多，只要是山泉沏茶，香馨清爽，回味甘甜。

其实，没有被污染的江水和深井水，煮沸沏茶，同样醇香可口。洁净的雨水和晶莹的雪水泡茶，其味亦佳。

城市的自来水，一般地说水质洁净，适宜饮茶，但泡出茶来总不免有一股漂白粉气味。如果把自来水注入容器过夜，或延长煮沸时间，可以把漂白粉的气味去掉。

冲泡。好茶好水还须有好的冲泡方法。茶的色、香、味，要通过冲泡或煮沸才能品鉴。对于不同种类、特点的茶叶，各

有不同的沏泡方法。沏泡红茶、乌龙茶需用滚烫的开水冲泡，或置于茶炉上加以煮沸，才能将茶的色香味溶解出来。沏泡绿茶，特别是高级细嫩的绿茶，沏泡的水温则以 80 摄氏度为宜。否则，由于水温过高，茶叶中所含对人体有益的氨基酸、维生素会被破坏，而茶单宁和咖啡碱会迅速溶解出来，使茶的味道苦涩。要保持绿茶的营养、味道、香气，有两种沏茶的方法：一是将开水灌入暖瓶中，这样水温就可降至 80 摄氏度左右，再用来泡茶就合适了。另一种是在沏茶前，先在杯中倒少许冷开水，使茶叶滋润片刻，再用开水冲泡。这样沏出来的茶，其汤色清澈而不浑，香气纯正而不钝，滋味鲜爽而不熟，叶底明亮而不暗。紧压茶则先将茶砖捣碎成小块放入锅内，用水熬煮，使茶汤达到一定浓度后，方能饮用。

2. 茶具的选择。

饮茶，讲究茶具，这是我国自古以来的传统。茶的色、香、味与泡茶使用的茶具关系很大。因而，正确地选择和使用既科学又艺术的茶具，既能发挥饮茶的价值，又能陶冶人们的情操。

目前，我国常用的茶具主要有是 4 类：

(1) 泥质茶具。其中尤以江苏宜兴的紫砂茶具为珍品。有这种茶具泡茶，一是无熟汤味，能保持茶叶真味；二是便于洗涤；三是传热缓慢，不会烫手；四是可在炉上炖茶，不易爆裂；五是使用年代愈久，泡出的茶香味愈纯正，色泽愈鲜艳。但美中不足的是：陶器多为褐色，较难欣赏茶的汤色。

(2) 瓷质茶具。我国名瓷甚多，从晋代开始迄今，饮茶采用瓷质茶具的较为普遍。瓷质茶具具以白为贵，能反映出

茶汤色泽，且瓷杯传热、保温适中，色彩缤纷，造型各异，为饮茶器皿之上品。

(3) 玻璃茶具。它是近代产品。用玻璃杯泡茶，传热快，不透气，茶香易损失，但透明度高，名贵茶叶冲泡后，一旗一枪犹如群笋出土，历历可辨，能增加欣赏的乐趣。

(4) 搪瓷杯和保温杯。用搪瓷杯泡茶虽可，但烫手，属于大众化日用品，比较适宜于旅行使用。由于较俗，一般不作居家待客所用。保温杯虽能保温，但易使茶叶泡熟产生熟汤味，影响茶叶的品质。因此，一般不大使用，尤其品饮高级名茶，更不宜使用。

饮茶方式

中国人创造了多样的品茗方式，以人数分，有独饮、对饮、品饮、聚饮，古人云：一人得神，二人得趣，三人得味，七八人则为施茶。其实聚饮亦很有趣，主要有茶宴、茶会、茶话会等方式。在宋代有点送茶和斗茶、分茶游戏。公众茶事设施主要有茶摊、茶室、茶馆。

独饮·对饮·品饮·聚饮

独饮、对饮、品饮、聚饮是饮茶的4种方式。杯茶独酌，慰孤独，益神思，得茶之神韵。寒夜与友对饮，促膝相谈，可得茶之趣。“茶三酒四”，品茶以三人同桌为佳，可领略茶之美味。多人聚饮，办茶会、茶宴，以茶会友，亦可止渴、小憩、开展社交、获取信息，茶在此处又成为人见人爱的“公关饮料”。

饮茶方式若以人数多寡论，有独饮、对饮、品饮和聚饮几种。

独饮是何滋味？李白《月下独酌》写道：

花间一壶酒，独酌无相亲。
举杯邀明月，对影成三人。
月既不解饮，影徒随我身。
暂伴月将影，行乐须及春。
我歌月徘徊，我舞影零乱。
醒时同交欢，醉后各分散。
永结无情游，相期邈云汉。

酒未能使有“醉仙”之称的李白宁静淡泊，反刺激得发狂，竟为幻觉所驱使，与月与影对饮，且歌且舞。这便是酒道，酒是躁狂之物，能使人迷幻，失去常态。李白若是以茶代酒，月下独饮，会如此么？这决不会的。

中唐诗人卢仝写了一道《走笔谢孟谏议寄新茶》诗云：

日高丈五睡正浓，军将打门惊周公。
口云谏议送书信，白绢斜封三道印。
开缄宛见谏议面，手阅月团三百片。
闻道新年入山里，蛰虫惊动春风起。
天子须尝阳羨茶，百草不敢先开花。
仁风暗结珠蓓蕾，先春抽出黄金芽。
摘鲜焙芳旋封裹，至精至好且不奢。
至尊之余合王公，何事便到山人家。
柴门反关无俗客，纱帽笼头自煎吃。
碧云引风吹不断，白花浮光凝碗面。

一碗喉吻润，两碗破孤闷；
三碗搜枯肠，惟有文字五千卷。
四碗发轻汗，平生不平事，尽向毛孔散；
五碗肌骨轻，六碗通仙灵；
七碗吃不得，惟觉两腋习习清风生。

唐代茶饼用模子做成方形、圆形、鸟形、掌形，还有薄片形，诗中所写就是贡茶之一种，月芽薄片形。阳羨茶是唐代名茶，赞颂阳羨茶的诗歌很多。阳羨即今之宜兴，宜兴以茶与紫瓿名闻古今中外。

《走笔》是写得最好的一首茶诗，若要办茶诗大奖赛，金牌得主非此诗莫属。全诗 31 句，行文自然洒脱，一气呵成，将饮茶之快感写得透透彻彻。诗人睡梦正酣，见茶至而兴奋不已，感激不已。茶中自有一份真情，见茶如见朋友面。茶非平常物事，乃是感情的载体。茶中有王道：“天子须尝阳羨茶，百草不敢先开花”，这王道又很霸道。但罪不在茶，茶是雅物。诗人反关上门，煎茶独饮，以喜悦的心情欣赏煮茶时蒸腾的水气，欣赏茶碗白色的汤面，并以高度灵敏的神经去感知饮茶的效果：一碗润了喉，二碗提了神，三碗来了文思，四碗宽了心胸，五碗轻了肌骨，六碗只觉手眼神通，七碗竟飘飘欲仙……。饮茶之功用不仅仅是止渴生津，还是高级的精神享受：提神醒脑、启迪心智、致清导和……。其快感竟如登仙境。这便是茶中之道。茶使卢仝宁静淡泊、超凡脱俗，神游仙境；酒却使李白颠颠狂狂，罗曼谛克，醉入幻境。茶道与酒道对立而不统一，“以茶代酒”、“饮茶解醒”是茶道的胜利，终是茶道征服了酒道。

张源于 1595 年前后著的《茶录》叙饮茶体会和心得，顾大曲序说：

其隐于山谷间，无所事事，日习诵诸子百家言。每博览之暇，汲泉煮茗，以自愉快，无间寒暑，历三十年，疲精殚思，不究茶之指归不已。

这位“隐士”无所事事，深山苦读，若不是以“独饮自娱”，他能坚持 30 年么？恐怕不能。古代文人常常是以书为友、以茶为伴，“琴棋书画”后应添一字：“茶”。正因为文人的广泛参与，历千余年之久，使茶事具浓厚文化色彩。

陆游的《夜汲井水煮茶》、杨万里《舟泊吴江》，都是写汲水自然茶的情趣，同时表现各自的情怀。

月下窗前，独自品茗，慰孤独，益神思，可得茶之神韵，但毕竟没有对饮富茶趣。心有所得，总想说道说道，说给月听？说给影听？那要饮酒，饮得酩酊大醉，以便恍兮惚兮，进入虚幻，生发狂想。茶却是“现实主义”饮料，越喝越清醒，虚与实，阴与阳，一清二楚，决然不会将界限模糊。

若是严寒的冬夜，拥炉独饮，虽可领悟茶之神韵，但终究有些冷清。此刻，有故人不期而至，不由喜出望外，然后促膝而坐，共同煮水煎茗，室外大雪纷飞，屋内炉火跳跃，釜中茶汤鼓浪，白气袅袅，香味四溢，此情可入诗，此景可入画。宋代诗人杜耒的《寒夜》就表现了雪夜对饮的茶趣。原诗是：

寒夜客来茶当酒，
竹炉汤沸火初红。
寻常一样窗前月，

才有梅花便不同。

作者把“寒夜茶”和“窗前月”、“雪中梅”视为同等的雅事。寒夜与友共饮佳茗，正符合明人冯可宾在《芥茶笺》中提出的“茶宜”之“无事”、“佳客”、“幽坐”、“吟诗”、“精舍”、“会心”、“赏鉴”等项。若仅为止渴而饮，便没了情趣。文人正是借品茶薰陶自己，怡养从容雅致、彬彬有礼的君子风度。

三人为众，三人一块饮茶正合“品”字之义。“品”字字形是三个“口”字组成的，正说明三人聚饮是最佳组合。独饮太清冷，对饮虽有情趣，二人促膝相谈，如同唱二人转，不是你说就是我唱，没个喘息时刻，但三人共饮就添了许多热烈气氛，摆开龙门阵话题如小溪流淌，不会戛然中断，相对而言，也多了些闲适和轻松，那茶自然就更有味！

多人聚饮（指三人以上）又是另一番景象，如茶宴、茶会、茶馆、茶摊。特别是茶馆，南来的，北往的，达官贵人，贩夫走卒，张王李赵，五方杂处，茶人为解渴而来，又解渴而去，似无茶道之可言！但较之闹市通衢，较之商店市场，较之餐馆酒家，这里乃是清静之所在。物以类聚，人以群分，三五知己共一茶桌，仍可闹中取静啜饮佳茗，获得轻松闲适的精神享受。特别是现代生活节奏紧张，八小时之外寻一可心茶馆，约一二良友，叫上一壶好茶，边饮边聊，躺在竹椅上跷脚架码，神经顿时轻松，觉得十分惬意。人虽多，但各人头上的一方天，谁不妨碍谁。若是饮酒，划拳行令，噪声聒耳，一旦醉酒失态，发难斗殴，不仅妨碍公共秩序，也有损个人健康。要建设一个文明城市，聚众饮酒不可，聚众饮茶该大力提倡。聚饮就品茶言虽不如独饮、对饮、品饮，但因茶德

高尚，是文明饮料，其益处又非聚众饮酒所可比拟。

聚饮规模最壮观的大概是清末西藏喇嘛教的一次茶会。在喀温巴穆大喇嘛庙举办了一次茶会，聚集四方僧众 4000 余人，巡礼和尚用茶款待全体僧众。行茶仪式是：喇嘛排列成行，披法衣静坐，神态庄严，年轻僧人抬出茶釜煮茶，待水滚沸时投入优质砖茶，此茶已碾碎，价值是 5 块砖茶值 1 两银子；待茶熬煮得香浓时，由年轻僧人酌茶，并分施给众僧；施主拜伏在地，大唱赞美歌；巡礼和尚的茶中加添点心或牛酪，并一同用茶。礼成。

这次茶会据说每人饮了两杯茶，共 8000 杯，费银 50 两。此事见于咸丰二年（1852）葡萄牙教士忽克所著《中国西藏旅行记》。类似记载还见于英国军人查理·鲍尔写的《西藏人民》一书。

清末西藏喇嘛教大型茶会至少创造了两项世界纪录：一是 4000 人一同饮茶，二是茶釜巨大。

古人认为饮茶是一人得神、二人得趣、三人得味、七八人是施茶。前三句正确，最后一句有失公允，应改为“多人得利”，得些啥利呢？一利止渴，二利小憩，三利社交，四利获取信息。当今政界、商界、实业界乃至平民百姓都喜欢聚饮，茶是当今社会的“公关饮料”。就是今之文人生活在今之信息时代，要作文就必须进入公众社会，聚饮是了解当今社会芸芸众生现状的好场所，若一味效古人“月下独饮”，纵饮得飘飘欲仙，亦将会成为时代的落伍者，与时代隔膜便干涸了创作源泉，便无文可作了。

点送茶·分茶·斗茶

宋代城市经济繁荣，茶道向民间性、娱乐性发展。点送茶是民间茶俗，分茶、斗茶是茶艺游戏。较之唐代，宋代茶事更多文化内涵。

就古代茶事而言，唐代讲俭朴，明代务实，惟宋代花哨。宋人吴自牧著《梦粱录》卷十六《茶肆》中说：

巷陌街坊，自有提茶瓶沿门点茶，或朔望日，如遇吉凶二事，点送邻里茶水，请其往来传语。又有一等街司衙兵百司人，以茶水点送门面铺席，乞觅钱物，谓之“齧茶”。僧道头陀欲行题注，先以茶水沿门点送，以为进身之阶。

这段文字记叙了南宋时代都城临安（杭州）的民间茶俗。文中讲了三种情况：一种是提茶瓶者。茶瓶是宋代盛茶用具，蔡襄《茶录》云：

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。

茶瓶有嘴有柄，较之唐代的馥和碗进了一步。点茶就是往茶汤里冲入开水，同时用“茶筴”“击拂”，即用竹刷子搅动浓稠的茶汤，要求汤面泛花而茶盏边壁不留水痕。提着茶瓶穿梭在巷陌街坊大概送的是点好了的茶，而不是开水，因为宋人是煎水不煎茶，水烧至“连珠”便要投入茶末，再烧一会儿，至“鼓浪”时即成“茶膏”，然后注入开水，即可饮用。提茶瓶者沿门施茶，让街坊邻里无须自己操劳，便可马上享受品茗之趣。在宋代烹茶并不那么容易，有茶有水还得有闲，才可能耐着性操作茶事。沿门送茶这风俗很美，丰富了社区文化，定会受到市民们的欢迎，就如同今之市民欢迎快餐食

品一般。提茶瓶是七十二行中之一行，职业侍茶人，是否无偿服务？无从考证。

提茶瓶者沿门点送茶在“朔望日”显得最为重要，朔日是农历每月初一，望日是农历每月十五，是早晚三灶香祭祀家神的日子，茶在西周时代曾作祭祀品，南宋临安的百姓们或许以茶代酒，是否古风犹存？待考。提茶瓶者点送茶遇上本街婚丧之事还起着“往来传语”作用，北宋孟元老撰写的《东京梦华录》卷五《民俗》载：

更有提茶瓶之人，每日邻里，互相支茶，相问动静，凡百吉凶之家，人皆盈门。

邓之诚的注解云：

提茶瓶即是趁赴充茶酒人。寻常月旦望，每日与人传语往还，或许集人情分子。

看来提茶瓶者利用点送茶之机，在本社区内传递信息，如某家老人去世，某家少壮夭折，某家嫁女，某家娶媳，某家做寿，某家乔迁……这些社区大事全靠提茶瓶人“传语往还”，有时还当“分子头”，歛钱集体送礼。提茶瓶者点送茶不仅给千家万户送了茶，还送去茶之精神：致清导和。于联络感情、和衷共济大有裨益。

上面所提到的东京，即今之开封，时为北宋都城。说明提茶瓶点送茶早在北宋就已有之。

点送茶另一方式是“齷茶”，送茶人是“街司衙兵百司人”，身份不高贵，但比寻常百姓是楼上铺晒席——高出一蔑片。就因为有那么小小一点权势，他们便可借点送茶之机，敲街市商贾的竹杠。和尚道士也点送茶，以广结善缘，沽名钓

誉，并借机张罗“生意”（为人办法事），以此作进身之阶。

在南宋大酒楼还有另一种点送茶。食客登楼就座，便有跑堂的“提瓶献茗”，待以上礼，别具一格的是盏中加入时令鲜花，以增茶香，称之为“点花茶”。

点送茶是茶道与民俗的结合，颇富民间色彩。宋代文人雅士、达官贵人、浮浪子弟一方面继承唐代的品饮艺术，但另一方面却抛弃了唐代茶道基本精神，将饮茶变成了玩茶，分茶、斗茶便是他们百无聊赖的创造。

分茶游戏始于北宋末年，蔡京著《延福宫曲宴记》记述了一件事：北宋宣和二年（1120）十二月癸巳，徽宗皇帝召宰执亲王等曲宴于延福宫，宴会之上徽宗露了一手：令近侍取茶具，亲自煮水煎茶，注汤击拂，其手法妙在不同于一般点茶，盏面乳白色，幻化出“疏星朗月”图象。

这便是古怪刁钻的分茶游戏。要求击拂后盏面的汤纹水脉的线条、多彩的茶汤色调、富变化的袅袅热气，经茶人臆想，组合成一幅幅朦胧画面，状若山水云雾，状若花鸟虫鱼，状若林荫草舍……称之为“水丹青”。据说僧人福全最擅此道，他甚至能将茶汤幻成一句诗，若同时点四盏，便得四句诗，并连贯成一首绝句。这位分茶能手颇有名气，常有施主请求他表演，以一饱眼福。福全骄矜自咏道：

生成盏里水丹青，
巧尽工夫学不成，
却笑当时陆鸿渐，
煎茶赢得好名声。

这位僧人自视甚高，竟不把茶神陆羽往眼里瞧。社会风气如

此，也难怪这位和尚自吹自擂。

宋代诗人咏分茶游戏的诗句有陆游的《临安春雨初霁》：“矮低斜行闲作草，晴窗细乳戏分茶”，杨万里的《澹庵座上观显上人分茶》写的最生动传神，诗曰：

分茶何似煎茶好，
煎茶不似分茶巧。
蒸水老禅弄泉声，
隆兴元春新玉爪。

二者相遭兔瓯面，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。

宋人不满足于实实在在的煮水、击拂，而将茶事升华为一种奇特的不可思议的艺术创作和艺术欣赏，从茶事中“分”出一个未载入艺术史册的艺术门类。显上人就是当时颇有造诣的“分茶艺术家”，巧手击拂，竟在盏面形成这样的画面：高天行云，飘飘浮浮，游离不定；万木萧索，江影幻变，不可捉摸。倾瓶点茶，线条潇洒，盏面又如现狂草，字体雄健遒劲。我们姑且称之为“分茶画”，有如今之抽象画，却昙花一现；有如今之朦胧诗，却无法印成铅字。宋人游戏人生并不足取，但他们对艺术的灵性令人佩服。或许他们缺乏唐代艺术家的大气派，但丰富的想象力及细腻的艺术感觉并不逊于前人。

分茶或许过于雅奥，在宋代并不普及。蔚为全社会风尚的是斗茶。

斗茶又叫“茗战”、“点茶”、“点试”，是茶事中的“競技

项目”。主要比赛煎茶、点茶和击拂之后的效果：一比茶汤表面的色泽与均匀程度。汤花面以鲜白为上，象白米粥冷凝成块后表面的形态和色泽为佳，称之为“冷粥面”。茶末在茶汤面分布均匀，形成“粥面粟纹”；二比汤花与盏内壁相接处有无水痕。汤花紧贴盏壁而散退叫“咬盏”，不佳；汤在散退后在盏壁留下水痕的叫“云脚涣乱”，亦不佳。两条标准以第二条为最重要。比赛规则一般是三局二胜，谁水痕先出现便叫输了“一水”。苏东坡有诗云：“沙溪北苑强分别，水脚一线谁争先。”另有附加标准，是比较茶汤的色、香、味。色尚纯白、青白、灰白、黄白次之。为了便于较色，茶盏流行色以黑为佳，普遍使用的是黑色兔毫建盏。

描写斗茶的诗作如北宋晁冲之的“争新斗试夸击拂，风俗移人可深痛”，一方面慨叹世风日下，一方面又欲罢不能而随波逐流，在《陆元钧宰寄日注茶》写道：“老夫病渴手自煎，嗜好悠悠亦从众。”大文豪苏东坡倒乐此不疲，《西江月》一词吟道：

龙焙今年绝品。
谷帘自古珍泉，
雪芽双井散神仙，
苗裔来从北苑。

汤发云腴酳白，
盏浮花乳轻圆，
人间谁敢更争妍，
斗取红窗粉面。

经苏东坡这么一美化，斗茶倒成颇有诗意的雅事。

斗茶源于前朝，兴于宋代，究其原因：一由于宋代城市经济发达，丰裕的物质生活刺激了人们对茶艺的进一步探索，于是茶道社会化、大众化，并成为一门娱乐艺术。斗茶传入日本，日本僧人去其游戏人生的一面，赋予庄重严肃的主题。重新设计近乎罗嗦的程序，从而改造成今之日本茶道。在本书前面已论及。再者，宋代政治不重开放，而重“内修”，治国的重心着眼于国门内之事。虽有外患内乱，大部分时间是“太平年月”。经济繁荣、社会安定，安而忘危，连皇帝宋徽宗也有闲心著《大观茶论》，以品茶为乐，何况一般庶民百姓？所以，当时上至帝王将相、达官显贵、文人雅士，下至浮浪歌儿、市井小民，无不以斗茶为能事。

点送茶、分茶、斗茶在宋代兴盛，风光了二、三百年。宋亡于元，蒙古族入主中原，游牧民族的草原文化虽未能取代中原的农业文化，但已如洪水猛兽在中原大地冲击扫荡一番。蒙古人也要饮茶，但那因为吃了牛羊肉片，要用熬煮得发苦的茶汁化食去腥膻，并不解茶道，对斗茶之类的游戏更不感冒。皇帝忽必烈不欣赏，茶道自然遭到冷落。到明朝烹茶由煎茶变成冲茶，斗茶之类游戏随之消逝。

茶宴·茶话·茶会

以上三者皆由“煎茶待客”演化而成的聚饮方式。茶宴源于魏晋，兴于唐代，重在宴请；茶话是品茗清谈，重在一个“谈”字，或叫“闲聊”；茶会是以茶聚会，重在社交；茶话会是后二者的结合，今已风行全国，并为世界各国所接受。

茶之一德是可联络感情，表达敬意，久而久之，这一品

质演化为煎茶待客的习俗。

据传，宋神宗初年苏东坡出任杭州通判，光临某寺，老和尚不认识，冷淡地说声“坐”，吩咐小和尚一句“茶”；寒暄几句，见来人气度不凡，热情起来，招待升格，改口说声“请坐”，吩咐小和尚“敬茶”；苏东坡道明身份，老和尚热情加倍，招待再升格，忙说“请上坐”，吩咐小和尚“敬香茶”。临别时老和尚索取墨宝，苏东坡借汤下面挥联讥之，联曰：

坐，请坐，请上坐；

茶，敬茶，敬香茶。

苏东坡将老和尚大大奚落一番，并留下这千古名联。说句公道话，老和尚于礼节上并无大错。佛门实乃清静之地，你来我往，对所有人一概待为上宾，敬奉香茶，大概谁也无此耐心，寺里也不会有那么多香茶。只是老和尚倒楣，撞在苏东坡手里，落下千古笑柄。

这副楹联也说明，在中国，待客以茶为上，若不想一视同仁，可在茶品上别亲疏贵贱。陌路之人，讨得一杯粗茶水，也算对方尽了地主之谊。

若约佳宾聚饮，茶宴是最好形式。

茶宴起于何时？有人认为，当上推至三国，吴主孙皓宴请满朝文武，对大臣韦曜“开后门”：“密赐茶菹以当酒”，以免迫于形势醉个半死。但这只是大型酒宴的小插曲，不算茶宴。

应当说，茶宴源于魏晋南北朝，兴于唐宋，《晋中兴书》载：

陆纳为吴兴太守时，卫将军谢安常欲诣纳。纳兄子倅，怪

纳无所备，不敢问之，乃私蓄十数人饌。安既至，所设唯茶果而已。俶遂陈盛饌，珍馐必具。乃安去，纳杖俶四十，云：“汝既不能光益叔父，奈何秽吾素业。”

陆纳的侄儿俶因将“茶宴”擅自改为“酒宴”而挨了40大板，这说明陆纳以茶果待客已非一日，称之为“素业”必已坚持多年。《晋书》也有类似记载：

桓温为扬州牧，性俭，每宴饮，唯下七尊样茶果而已。桓温是古代名臣，“宴饮”只备七盘茶果。陆羽主张茶道“精行俭德”，与桓温设茶宴的宗旨是一致的。

茶宴的正式记载见于中唐，《茶事拾遗》曾记载大历十才子之一的钱起，字仲义，吴兴人，天宝十年（751）进士，曾与赵莒一块办茶宴，地点选在竹林，但不象“竹林七贤”那般狂饮，而是以茶代酒，所以能聚首畅谈，洗净尘心，在蝉鸣声中谈到夕阳西下。为记此盛事，写下一首《与赵莒茶宴》诗。

中唐时，湖州的紫笋和常州的阳羨茶同列为贡品，特别是顾渚的紫笋被陆羽评为仅次于蒙顶的天下第二名茶。每年早春采茶季节，湖、常二州太守在顾渚相聚，联合举办茶宴，邀集名流专家品茗，对新茶作出鉴定。有一年，白居易被邀请，因病未能躬逢盛会，最后写诗感叹其事，诗的题目是《夜闻贾常州崔湖州茶山境会亭欢宴》，道是：

遥闻境会茶山夜，
珠翠歌钟俱绕身。
盘下中分两州界，
灯前合作一家春。

青娥递舞应争妙，
紫笋齐尝各斗新。
自叹花时北窗下，
薄黄酒对病眠人。

这次茶宴不仅为互通友好，还有经济合作性质。两州太守既都来自名茶之乡，为确保名茶声誉，提高贡茶品质，让龙心大悦，自有必要在一块切磋切磋。茶原产滇黔，名茶却多在江南，这与江南茶农及地方官的努力创名牌有关。茶宴虽为谋求友谊与合作而办，但并不枯燥乏味，可茶话——边品茗边闲聊，可歌舞助茶兴。如此盛况，难怪白居易以病卧北窗自叹。

还应提及的是中唐诗人吕温，山东泰安人，贞元十四年（798）进士，与柳宗元、刘禹锡是好友。他写过一篇《三月三日茶宴序》，文曰：

三月三日，上巳禊饮之日也。诸子议以茶酌而代焉。乃拨花砌，爰庭阴，清风逐人，日色留兴。卧借青霭，坐攀花枝，闻莺近席而未飞，红蕊拂衣而不散。乃命酌香沫，浮素杯，殷凝琥珀之色；不令人醉，微觉清思；虽玉露仙浆，无复加也。座右才子南阳邹子、高阳许侯，与二三子顷为尘外之赏，而曷不言诗矣。

文人宴会上以茶代酒，标志着生活习俗的大改变。不用说，茶宴是中国文人的创造，创造者包括入仕的士和未入仕的士。这次茶宴选择的时间好，三月三日，春光明媚，百花盛开。环境好，“卧借青霭”、“坐攀花枝”、“闻莺近席”、“红蕊拂衣”，人已回归大自然。客亦佳，什么“南阳邹子”、“高阳许侯”，

皆是鸿儒而非白丁。茶煎的好，茶具好，茶也喝出了神韵，“不令人醉，微觉清思”，正好“言诗”。这篇序比陆羽的《茶经》更生动形象地表现了中国茶道。

众人聚饮最好的佐茶法是闲谈，写《茶疏》的明人许次杼说：

宾朋杂沓，止堪交错觥筹；乍会泛交，仅须常品酬酢；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。

只有品茗才配“清言雄辩”。若是饮酒，那只能说“酒话”，酒乱神思，必然会走火入魔，失去理智，不合逻辑，乱说乱道。而茶益神思，边饮边谈颇相宜，严肃可也，轻松可也。在中国有“茶余饭后”一说，即指说些无关宏旨的轶闻趣事让人轻松轻松。英国饮午后茶就喜欢闲聊，所以小说家费尔丁说：“爱情与流言是调茶最好的糖”。朋友相交，有事相商，或想一块聊聊，便以“到我家喝茶”相邀。

茶宴重在宴请，茶话重在清谈，茶会则是一种社交性集会。

诗人钱起《过长孙宅与郎上人茶会》诗曰：

偶与息心侣，忘归才子家。

玄谈兼藻思，绿茗代榴花。

岸帻看云卷，含毫任景斜。

松乔若逢此，不复醉流霞。

诗人尝到了茶会的甜头，一边品茗，一边畅谈文学。茶好景亦好，景助茶兴。从此往后，文人雅集以茶代酒，“不复醉流霞”。

宋代亦有茶会。朱彧（yù）《萍洲可谈》卷一云：

太学生每路有茶会，轮日于讲堂集茶，无不毕至者，因以询问乡里消息。

此类茶会具同乡会性质，以茶结同乡之缘，叙同乡之谊，互通家乡消息。

宋人吴自牧《梦粱录》卷十九《社会》一节中说：

更有城东城北善友道者，建茶汤会，遇诸山寺院建会设斋，又神圣诞日，取缘设茶汤供众。

寺院作斋会，富户以茶汤助缘，名叫茶汤会，实则相当今之“基金会”，寺院以助茶汤为由募集资金，以供宗教活动的日常用度。要几个“茶汤钱”比地方青皮恶少无端勒索“讨几个酒钱”不知文明多少倍，因之茶有十德，茶的形象美好，所以宋代给官吏的兼职工资叫“茶汤钱”，给侍者的小费也叫“茶汤钱”。

此后，中国茶会走出国门，并被西化。本书第二章里曾列举古巴茶会，再看看英人茶会的实际情形。张德彝《使英杂记》载：

茶会、跳舞会之盛，每年由三月至六月中旬止。此俗由来最古，欧罗巴、亚美里加二洲各国率皆为之。凡人家店肆，平时大厅敞房以备盛会，若以为公事之不可无也。西人性好奢华，凡富贵喜交结者，皆乐为之。一人子女，待其长成，虽无力，亦必勉强支应，设会结交，以便子女得友相与往来。则男可访女，女可觅男，嫁聚咸赖于此。因男女细心访察，各得所愿，则意洽情投，鲜有作秋扇之歌者。每会所费，少者百余镑，多者至六、七百镑，合银二千四、五百两。

此俗“最古”也不会早于16世纪。1607年荷兰船队从爪哇来澳门运去绿茶，此时是明万历三十五年。1610年转运欧洲，1650年饮茶风气传到英国咖啡馆。1657年英国一家咖啡馆进口绿茶售价为每磅6—10英镑。当时在英国办茶会不会比酒会省钱。茶会在中国是文人雅事，以清谈和吟诗为主要内容，英国人接过去则变成了跳舞和婚姻，这由于文化背景不同。不过在中国，茶与婚姻一直有联系，至今还有把婚姻聘礼称为“茶礼”或“下茶”。茶会虽已英国化，但茶道基本宗旨并没变化，以茶结友本是茶之一德。

茶会最壮观的大概还是清末西藏喀温巴穆大喇嘛庙的僧人茶会，4000人出席，喝了8000杯。

由茶会、茶话演变而成茶话会，其释义是：用茶点招待宾客的社交性聚会。就是饮茶清谈。茶话会以其简朴无华而风行全国。佳节来临，中共中央领导人备清茶一杯，请各民主党派领导人和无党派人士座谈，共祝良辰，互表心愿，促成党内外大团结的新局面，共创四化大业。中共中央和国务院将中国茶道引入政治生活，倡廉反腐，带了个好头。于是茶话会取代了酒会，用于方方面面：共商国是，招待外宾，庆贺佳节，学术讨论，开业庆典，签约奠基，表彰先进，送旧迎新……诸如此类，纯洁了社会风气，节约了巨额开支。此风传入国外，受到广泛的欢迎，被誉为“茶杯和茶壶精神”。这足以说明，纵使人类进入电子时代、信息时代、宇宙时代，中国茶道仍是人类最可宝贵的文化遗产，是人类共同的精神财富。

饮茶礼仪

茶是中国人最喜爱的饮料,亦为外宾所乐于接受。在家里、办公室里接待来访者,茶水是必备的。有时还可以专门举行茶会招待来宾。茶水虽然物美价廉,但饮茶却是一种文化。

有客来访,待之以茶。此事虽小,却不得马虎大意。为客人沏茶之前,要首先洗手,并洗净茶杯或茶碗。要特别注意茶杯和茶碗有无破损或裂纹,残破的茶杯或茶碗是不能用来待客的。还要注意茶杯或茶碗里面有无茶锈,有的话,一定要清洗掉。茶具以陶瓷制品为佳。

不能用旧茶或剩茶待客,必须沏新茶。至于客人喜欢绿茶,红茶还是花茶,可以事先征求意见。就接待外宾而言,美国人爱喝袋泡茶,欧洲人爱喝红茶,日本人则爱喝乌龙茶。

茶水不要沏得太浓或太淡，每一杯茶斟得七成满就可以了。正规的饮茶，讲究把茶杯放在茶托上，一同敬给客人。杯把要放在左边。要是饮用红茶，可准备好方糖，请客人自取。喝茶时，不允许用茶匙舀着喝，茶匙应取出来。

上茶时可由主人向客人献茶，或由招待员给客人上茶。主人给客人献茶时，应起立，并用双手把茶杯递给客人，然后说一声“请”。客人亦应起立，以双手接过茶杯，道以“谢谢”。不要坐着不动，任主人為自己张罗。添水时亦应如此。

由招待员上茶时，要先给客人上茶，而不允许先给自己人上茶。若客人较多，应先给主宾上茶。上茶的具体步骤是：先把茶盘放在茶几上，从客人右侧递过茶杯，右手拿着茶托，左手附在茶托旁边。要是茶盘无处可放，应以左手拿着茶盘，用右手递茶。注意不要把手指搭在茶杯边上，也不要让茶杯撞在客人手上，或洒了客人一身。妨碍了客人的工作或交谈的话，要说一声“对不起”。客人应对招待员的服务表示感谢。若无专门的招待员，可由秘书临时充任。

如果用茶水和点心一同招待客人，应先上点心。点心应给每人上一小盘，或几个人上一大盘。点心盘应用右手从客人的右侧送上。待其用毕，即可从右侧撤下。

不论是主人还是客人，都不应大口吞咽茶水，或喝得咕咚咕咚直响。应当慢慢地一小口一小口地仔细品尝。遇到漂浮在水面上的茶叶，可用茶杯盖拂去，或轻轻吹开。切不可手从杯里捞出来扔在地上，也不要吃茶叶。

西方常以茶会作为招待宾客的一种形式。茶会通常在下午4时左右开始，设在客厅之内。准备好座椅和茶几就行了，

不必安排座次。茶会上除饮茶之外，还可以上一些点心或风味小吃。国内现在有时也以茶会招待外宾。

我国旧时有以再三请茶作为提醒客人应当告辞了的做法，因此在招待老年人或海外华人时要注意，不要一而再、再而三地劝其饮茶。

尽管不少国家有饮茶的习惯，但饮茶的讲究却是千奇百怪的。如日本人崇尚茶道，作为陶冶人的性灵的一种艺术，以茶道招待客人，重在渲染一种气氛。至于茶则每人小小的一碗，或全体参加者轮流饮用一碗，不能喝了一碗又一碗的。

嗅茶。主客坐定以后，主人取出茶叶，主动介绍该品种的特点、风味，客人则依次传递嗅赏。

温壶。先将开水冲入空壶，使壶体温热，然后将水倒入“茶船”——一种紫砂茶盘。

装茶。用茶匙向空壶中装入茶叶，通常装满大半壶。切忌用手抓茶叶，以免手气或杂味混入。

润茶。用沸水冲入壶中，待壶满时，用竹筷刮去壶面茶沫；随即将茶水倾入“茶船”。

冲泡。至此，才可正式泡茶。要用开水，但不宜用沸水。

浇壶。盖上壶盖之后，在壶身外浇开水，使壶内、壶外温度一致。

温杯。泡茶的间隙，在茶船中利用原来温壶、润茶的水，浸洗一下小茶盅。

运壶。第一壶茶泡好后，提壶在茶船边沿巡行数周，以免壶底的水滴滴入茶盅串味。

倒茶。将小茶盅一字儿排开，提起茶壶来回冲注，俗称

“巡河”。切忌一杯倒满后再倒第二杯，以免浓淡不均。

敬茶。双手捧上第一杯茶，敬奉在座的客人；如客人不止一位时，第一杯茶应奉给德高望重的长者。

品茶。客人捏着小茶盅，观茶色，嗅茶味，闻茶香，然后腾挪于鼻唇之间，或嗅或啜，如醉如痴，物我两忘。

上茶礼仪

端茶，亦称上茶。上茶要及时，做到客到茶到。在宾客作短暂休息的时候，一般用小茶杯上茶。如会见、会谈、会议等较长时间的活动则用高杯上茶。不论是用小茶杯还是高杯上茶，都要用托盘端送，不可用手直接端上。

目前有两种情况上茶，其操作方法是：

在由沙发和茶几布置的座席上上茶。应左手端起托盘，盘内根据宾客人数放置盛有茶水的高杯，站在距茶几约 30 厘米处，身体稍侧，腰略躬，右脚向前迈出半步，用右手的食指和中指握住杯把，大拇指轻轻按住杯盖（不可用力过大，否则会使杯盖抵出），以杯底的前沿先落入茶杯的垫盘或茶几上，然后将杯把转至位于宾客右手的一侧。在由会议桌和靠背椅布置的座席上上茶。如果是由单张桌子排列的，又只是在桌子的一面设有座位，可站在没有设座位的桌前，面对宾客采用上述操作规范上茶。如果是由两张长桌并排拜访，长桌的两边都设有座位，上茶的操作规范是：将右腿伸入两把椅子之间的空档（不要伸得过远，约半步），身体稍侧，然后从托盘上端起茶杯，稳妥地放在位于宾客右手上侧的茶杯垫

盘上或桌面上。在往桌上端放茶杯时，不要端得过高，更不要擦宾客肩部和头部而过；左手的托盘平稳地向外伸出，以防宾客动作时把托盘碰翻；手与腿的动作要协调，要掌握好身体的重心及平衡，防止因右手伸出放茶杯，身体过于向前倾斜而侧倒。

端茶时应注意的事项：第一，杯内的茶水不要倒得过满，以杯的 7—8 分为宜。第二，用托盘端茶，托盘内应垫毛巾或垫布一块，防止茶杯滑动。第三，在托盘内摆放茶杯，不可一边多一边少，要注意平衡，以防端起后失重翻盘。第四，在托盘内摆放茶杯的方向不强求一致，以适合自己端起为宜，但不要摆得过于零乱。第五，一次活动，所用茶杯和托碟的花纹要一致。第六，用小茶杯上茶，要用茶漏过滤，以免将茶叶或杂质注入杯中。

上茶后，要注意倒水、续水。倒水，是指把开水倒入茶杯中。续水，是在宾客饮用后的杯中添加开水。倒水、续水粗看似乎是比较简单的，但其中也有讲究。

为宾客倒水、续水时，须先敲门，经同意后才能进入客房、会客室或会议室。右手拿暖瓶，暖瓶提手归向把手一边，左手带小毛巾。往高杯中倒水、续水，应用左手的小指和无名指夹住高杯盖上的小圆球，用大拇指、食指和中指握住杯把，从桌上端下茶杯，腿一前一后，侧身把水倒入杯中。

大型会议、茶会，由于出席人数较多，入场也较集中，一般不采用高杯端茶的方法，而是提前将放有茶叶的高杯摆在桌上，在活动开始前，用暖瓶直接在桌前往杯中倒水。采用这种方法上水的优点是快捷、便利，但要注意防止出现漏倒

空杯的情况。服务员倒过水后，要逐杯加以检查。检查时，可用手触摸一下杯子的外壁，如果是热的，表明已倒过水，如果是凉的，说明漏倒水了，要及时补倒。

续水，一般在上茶 20 分钟后进行。如果往小茶杯中续茶水，应将一把茶壶砌上茶，经过滤倒入另一把茶壶，然后再续水。倒水、续水时瓶口要对准杯口，不要把瓶口提得过高，以免开水溅出杯外。如不小心把水洒在桌上或茶几上，要及时用小毛巾擦去。不端起茶杯，而直接在桌上或茶几上往杯中倒水、续水，是不符合操作规范的。

在往高杯倒水、续水时，如果不便或没有把握一并将杯子和杯盖拿在左手上，可把杯盖揭开翻放在桌上或茶几上，只是端起高杯来倒水、续水。在倒、续完水后要把杯盖盖上。但要注意，切不可把杯盖扣放在桌面或茶几上，因为这样既不卫生，也不礼貌。如发现宾客将杯盖扣放在桌面或茶几上，服务员要立即斟换，用托盘托上，将杯盖盖好。

倒水、续水都应注意按礼宾顺序和顺时针方向为宾客服务。

茶话会礼仪

茶话会又称茶话招待会，是我国普遍采用的一种招待形式。茶话会的特点是形式灵活，简易方便，气氛活跃，讲究实效。茶话会的准备工作：

1. 布置厅室。根据主办单位的要求和茶话会的内容，布置装饰厅室。厅内适当摆些绿色植物，给宾客一种自然美好

的感觉。

2. 摆放台椅。茶台的摆放，要根据参加的人数而定，圆台、方台、长方台均可，要注意突出主台和主宾、主人位置。茶台座椅要求整齐对称、距离均匀，疏密适当。

3. 摆设餐具。在每位宾客座位前的桌面上放一个食盘，盘的左边放餐叉，右边放水果刀，紧靠水果刀放一双筷子（内宾不宜放餐叉）。在餐盘的右上侧放一只茶杯（如饮用桔子汁、啤酒增放一个玻璃杯）。在茶桌座位的右上侧放一把茶壶（下垫壶盘）。茶桌上还可配备些烟缸、牙签、小毛巾等。

4. 准备食品。茶话会的饮料主要是茶，夏天可增添桔子水、啤酒等，如有外宾，应准备红茶和咖啡。茶话会的食品，通常是干果、糖果、水果和点心（春卷、炸年糕、小笼包子等）。规格较高、人数较少的茶话会，也可增添一、两道干炸的菜点，如炸虾片、炸牛排或馄饨等。

茶话会开始前 30 分钟左右，要把热水瓶罐满开水，茶壶放上茶叶，桌上摆放干果、点心（水果摆在桌面的中央）。当宾客到齐后，用热水瓶往茶壶内倒入开水，由宾客自己斟入茶杯，对于年老体弱的宾客，服务员要主动照顾，为其斟倒茶水。如果茶话会进行时间较长，应酌情往茶壶内重新放上茶叶（原有茶叶要倒掉）。如果备有热菜点，一般在茶话会开始后约半小时，根据安排，依次上桌。席间若安排有文艺节目，事先要布置好演出场地并安排好演出工作。

茶道表演礼仪

茶道表演通过仪表美及内心美来表达。通过日常生活的锻炼和培养，甚至对着镜子揣摩自己的举止，观看自己的仪态，渐渐养成高雅文明的气质。

1. 容貌

每个人的容貌非自己可以选择，天生丽质是靠了父母的遗传之福，但并不一定能做到艺美。正如俗话说：聪明面孔笨肚肠，有的人由于动作的协调性及悟性水平很低，给人的感觉是紧张，并不觉得美。而有的人虽相貌平平，但因为有较强的文化修养、得体的行为举止，靠自己的勤奋，以神、情、技动人，显得非常自信，灵气逼人。茶艺更看重的是气质，所以表演者应适当修饰仪表。如果真正的天生丽质，则整洁大方即可。一般的女性可以淡妆，表示对客人的尊重，以恬静素雅为基调，切忌浓妆艳抹，有失分寸。来自内心世界的美才是最高境界的。

2. 姿态

姿态是身体呈现的样子。从中国传统的审美角度来看，人们推崇姿态的美高于容貌之美。古典诗词文献中形容一位绝代佳人，用“一顾倾人城，再顾倾人国”的句子，顾即顾盼，是她秋波一转的样子。或者说某一女子有林下之风，就是指她的风姿迷人，不带一丝烟火气。茶艺表演中的姿态也比容貌重要，需要从坐、立、跪、行等几种基本姿势练起。

(1) 坐姿

坐在椅子或凳子上，必须端坐中央，使身体重心居中，否则会因坐在边沿使椅（凳）子翻倒而失态；双腿膝盖至脚踝并拢，上身挺直，双肩放松；头上顶下颌微敛，舌抵上颚，鼻尖对肚脐；女性双手搭放在双腿中间，左手放在右手上，男性双手可分搭于左右两腿侧上方。全身放松，思想安定、集中，姿态自然、美观，切忌两腿分开或翘二郎腿还不停抖动、双手搓动或交叉放于胸前、弯腰弓背、低头等。如果是作为客人，也应采取上述坐姿。若被让坐在沙发上，由于沙发离地较低，端坐使人不适，则女性可正坐，两腿并拢偏向一侧斜伸（坐一段时间累了可换另一侧），双手仍搭在两腿中间；男性可将双手搭在扶手上，两腿可架成二郎腿但不能抖动，且双腿下垂，不能将一腿横搁在另一腿上。

（2）跪姿

在进行茶道表演的国际交流时，日本和韩国习惯采取席地而坐的方式，另外如举行无我茶会时也用此种座席。对于中国人来说，特别是南方人极不习惯，因此特别要进行针对性训练，以免动作失误，有伤大雅。

——跪坐：日本人称之为“正坐”。即双膝跪于座垫上，双脚背相搭着地，臀部坐在双脚上，腰挺直，双肩放松，向下微收，舌抵上颚，双手搭放于前，女性左手在下，男性反之。

——盘腿坐：男性除正坐外，可以盘腿坐，将双腿向内屈伸相盘，双手分搭于两膝，其他姿势同跪坐。

——单腿跪蹲：右膝与着地的脚呈直角相屈，右膝盖着地，脚尖点地，其余姿势同跪坐。客人坐的桌椅较矮或跪坐、

盘腿坐时，主人奉茶则用此姿势。也可视桌椅的高度，采用单腿半蹲式，即左脚向前跨一步，膝微屈，右膝屈于左脚小腿肚上。

(3) 站姿

在单人负责一种花色品种冲泡时，因要多次离席，让客人观看茶样、奉茶、奉点等，忽坐忽站不甚方便，或者桌子较高，下坐操作不便，均可采用站式表演。另外，无论用哪种姿态，出场后，都得先站立后再过渡到坐或跪等姿态，因此，站姿好比是舞台上的亮相，十分重要。站姿应该双脚并拢，身体挺直，头上顶下颌微收，眼平视，双肩放松。女性双手虎口交叉（右手在左手上），置于胸前。男性双脚呈外八字微分开，身体挺直，头上顶下颌微收，眼平视，双肩放松，双手交叉（左手在右手上），置于小腹部。

(4) 行姿

女性为显得温文尔雅，可以将双手虎口相交叉，右手搭在左手上，提放于胸前，以站姿作为准备。行走时移动双腿，跨步脚印为一直线，上身不可扭动摇摆，保持平稳，双肩放松，头上顶下颌微收，两眼前平视。男性以站姿为准备，行走时双臂随腿的移动可在身体两侧自由摆动，余同女性姿势。转弯时，向右转则右脚先行，反之亦然。出脚不对时可原地多走一步，待调整好再直角转弯。如果到达客人面前为侧身状态，需转身，正面与客人相对，跨前两步进行各种茶道动作，当要回身走时，应面对客人先退后两步，再侧身转弯，以示对客人的尊敬。

3. 风度

泛指美好的举止姿态。在茶道活动中，各种动作均要求有美好的举止，评判一位茶道表演者的风度良莠，主要看其动作的协调性。在“姿态”一节中所述的各种姿态，实际都是采用静气功和太极拳的准备姿势，目的是为人体吐纳自如，真气运行，经络贯通，气血内调，势动于外，心、眼、手、身相随，意气相合，泡茶才能进入“修身养性”的境地。茶道中的每一个动作都要圆活、柔和、连贯，而动作之间又要有起伏、虚实、节奏，使观者深深体会其中的韵味。养成自己美好的举止姿态，可参加各种形体训练、打太极拳、跳民族舞、做健美操、练静气功等等。

4. 礼仪

心灵美所包含的内心、精神、思想等均可从恭敬的言语和动作中体现出来。表示尊敬的形式（礼节）和仪式即为礼仪，应当始终贯穿于整个茶道活动中。宾主之间互敬互重，欢美和谐。

（1）鞠躬礼

茶道表演开始和结束，主客均要行鞠躬礼。有站式和跪式两种，且根据鞠躬的弯腰程度可分为真、行、草三种。“真礼”用于主客之间，“行礼”用于客人之间，“草礼”用于说话前后。

——站式鞠躬：“真礼”以站姿为预备，然后将相搭的两手渐渐分开，贴着两大腿下滑，手指尖触至膝盖上沿为止，同时上半身由腰部起倾斜，头、背与腿呈近90°的弓形（切忌只低头不弯腰，或只弯腰不低头），略作停顿，表示对对方真诚的敬意，然后，慢慢直起上身，表示对对方连绵不断的敬意，

同时手沿脚上提，恢复原来的站姿。鞠躬要与呼吸相配合，弯腰下倾时作吐气，身直起时作吸气，使人体背中线的督脉和脑中线的任脉进行小周天的气循环。行礼时的速度要尽量与别人保持一致，以免尴尬。“行礼”要领与“真礼”同，仅双手至大腿中部即行，头、背与腿约呈 120° 的弓形。“草礼”只需将身体向前稍作倾斜，两手搭在大腿根部即可，头、背与腿约呈 150° 的弓形，余同“真礼”。

若主人是站立式，而客人是坐在椅（凳）上的，则客人用坐式答礼。“真礼”以坐姿为准备，行礼时，将两手沿大腿前移至膝盖，腰部顺势前倾，低头，但头、颈与背部呈平弧形，稍作停顿，慢慢将上身直起，恢复坐姿。“行礼”时将两手沿大腿移至中部，余同“真礼”。“草礼”只将两手搭在大腿根，略欠身即可。

——跪式鞠躬：“真礼”以跪坐姿为预备，背、颈部保持平直，上半身向前倾斜，同时双手从膝上渐渐滑下，全手掌着地，两手指尖斜相对，身体倾至胸部与膝间只剩一个拳头的空档（切忌只低头不弯腰或只弯腰不低头），身体约呈 45° 前倾，稍作停顿，慢慢直起上身。同样行礼时动作要与呼吸相配，弯腰时吐气，直身时吸气，速度与他人保持一致。“行礼”方法与“真礼”相似，但两手仅前半掌着地（第二手指关节以上着地即可），身体约呈 55° 前倾；行“草礼”时仅两手手指着地，身体约呈 65° 前倾。

（2）伸掌礼

这是茶道表演中用得最多的示意礼。当主泡与助泡之间协同配合时，主人向客人敬奉各种物品时都简用此礼，表示

的意思为：“请”和“谢谢”。当两人相对时，可均伸右手掌对答表示，若侧对时，右侧方伸右掌，左侧方伸左掌对答表示。伸掌姿势应是：四指并拢，虎口分开，手掌略向内凹，侧斜之掌伸于敬奉的物品旁，同时欠身点头，动作要一气呵成。

(3) 寓意礼

茶道活动中，自古以来在民间逐步形成了不少带有寓意的礼节。如最常见的为冲泡时的“凤凰三点头”，即手提水壶高冲低斟反复三次，寓意是向客人三鞠躬以示欢迎。茶壶放置时壶嘴不能正对客人，否则表示请客人离开；回转斟水、斟茶、烫壶等动作，右手必须逆时针方向回转，左手则以顺时针方向回转，表示招手“来！来！来！”的意思。欢迎客人来观看，若相反方向操作，则表示挥手“去！去！去！”的意思，另外，有时请客人选点茶，有“主随客愿”之敬意；有杯柄的茶杯在奉茶时要将杯柄放置在客人的右手面，所敬茶点要考虑取食方便。总之，应处处从方便别人考虑，这一方面的礼仪有待于进一步地发掘和提高。

七、饮茶文化

茶的种类

茶，是我们中华民族的国饮，是世界三大饮料之一（茶、可可、咖啡），并位居三大饮料之首。茶的品种繁多，对人体的裨益很大。当今西方喜欢饮茶的人日渐增多，东方人更是“几乎一日不可无茶”。

中国是茶的故乡。茶在我国有着漫长而悠久的历史。

据西汉年间的《神农本草经》中记载：传说中的神农氏，亲口尝过百草，竟然一天之内多次中毒，但由于饮用茶叶而得救。由此可知，远在上古时代，茶已用作解毒的药物饮用。

殷周时期，茶不仅作药物饮用，而且作为祭品、菜食，并开始成为饮料。《礼记地官》载：“掌茶”、“聚茶”供丧事之用。《中国风俗史》云：周初至周之中时，在各种饮料中，以茶最著。《本草注释》中对茶也作了“可供药用，嫩苔可当蔬菜”的记述。

汉朝，饮茶的风尚逐渐兴盛。茶被视为皇室达官显贵的“养生之妙药”和珍贵的饮料。西汉王褒《僮约》中就有“武

阳买茶，杨氏担荷”，“烹尽茶具”、“往来聚市”的条款。可见当时饮茶已成为上层社会的风尚，茶叶的生产也有了一定的规模，并已成为市场上的商品。

到唐朝中期，我国的茶业有了很大的发展。首先是出现最早的“茶”字。其次，当时僧人坐禅均以茶提神、清心，几乎是有寺必有茶，有僧必善茗。僧人在传教时，也把以茶代酒、饮茶和制茶的知识传授四方。再次，唐朝的一些文豪雅士以尚茶为荣，如白居易、李白、杜甫等都是茶的行家。他们吟诗作画，把制茶、饮茶写成茶诗、茶歌，画成茶画，促进了饮茶风尚的发展。最突出的是尊为“茶祖”的唐人陆羽，于公元780年撰写了世界第一部茶叶专著《茶经》三卷，几十类。他在书中系统地总结了种茶、制茶和饮茶的丰富经验，促进了我国茶叶事业的更大发展。

到了宋代，不仅饮茶蔚成风气，而且兴起了“斗茶”之风。所谓“斗茶”，是比赛各自所藏的名茶之高低。比赛的内容，包括茶的色、香、味、形和饮茶的方法等。是评选茶叶品质优劣的一种活动。这在客观上对促进茶叶的制作技艺，提高茶叶的品质，增加茶叶的品种，培养品茶的能力，都有积极的推动作用。

元、明、清以后到现在，天下嗜茶成风，不论家庭、酒肆和饮宴，茶都成为必备饮料。客来献茶已是我国人民的传统美德。当前，我国茶叶的生产量和出口量均达到历史最高水平，人民对茶叶的消费水平也有了很大提高。

随着我国种茶、饮茶的日益盛行，制茶的工艺也不断改进和提高。唐代以前制茶的主要方法是将鲜叶碾碎，做成茶

饼，然后用绳子串起来烘干，叫做饼茶。唐宋以后，又发明了用蒸青和紧压方法制成的整片叶子的散茶工艺，以及用半发酵方法制成乌龙茶。从明、清开始用炒青的工艺方法制成绿茶和窈花茶。清代以后，出现了用全发酵的方法制成红茶。至此，我国六大茶类的制作方法基本形成。

当今世界各地种茶、制茶和饮茶，都直接或间接地源于我国。早在公元 5 世纪，土耳其商人来到华北与内蒙古交界处，以物易物，换走我国的茶叶和丝绸。茶叶经丝绸之路进入阿拉伯，开创我国茶叶外销的先河。此后，中国的佛教开始传入朝鲜半岛，把茶叶也带给了朝鲜。公元 9 世纪初，日本高僧最澄从我国学佛回去带走了茶种。公元 12 世纪日本荣西禅师前来我国学佛，回国时，不仅带去了许多佛教经典，而且还带走了大量茶种。公元 17 世纪初，我国的茶叶从西北陆路输入俄国。荷兰人作为媒介把饮茶之风带到美洲。至 17 世纪中，茶叶才传到美国。荷兰和英国相继从我国购买茶籽，种植到印尼、印度、斯里兰卡的土地上。到了 19 世纪，英、美等国的商人云集到广州和厦门，争先抢购茶叶，运往欧美各国。茶叶，作为友谊的使者，从我国向外传播，至今，饮茶习惯已流传到 100 多个国家和地区；产茶国家和地区也达到 50 来个。这真是一条辉煌的茶叶之路！

我国的茶叶品种繁多，根据其制作方法，归纳起来有六大类，而在同一类别中又有几十个品种。

1. 绿茶。

我国的绿茶，生产历史悠久，产区辽阔，其产量之高，品种之多，居世界首位。

绿茶的制作一般经过杀青、揉捻、干燥三道工序。因杀青的方法不同，又分为蒸青和锅炒杀青两种。蒸青，目前我国已经很少采用。锅炒杀青的绿茶，就其加工方法而言，又分为炒青、烘青和晒青。随着制茶技术的不断提高，绿茶的花色品种越来越多，因其制法都有独到之处，各具特色。

绿茶的品质特点是：干茶色绿，冲泡后清汤绿叶，具有清香或熟栗香、甜花香等，滋味鲜醇爽口，浓而不涩。

我国著名的绿茶主要有：

龙井茶。产于杭州市西湖，以“色翠、香郁、味醇、形美”四绝著称于世。龙井干茶外形扁平，嫩绿光滑，茶汤清香明显，汤色黄绿明亮，滋味鲜甜醇厚，有鲜橄榄回味。龙井茶分为“狮峰龙井”、“梅坞龙井”、“西湖龙井”三种，其中对“狮峰龙井”评价最高。

碧螺春茶。产于江苏吴县太湖洞庭山。因洞庭山上碧螺峰而得名。碧螺春茶条索纤细匀整，呈螺形卷曲，色绿，白毫显露，汤色碧绿清澈，味极幽香、鲜甜。用温开水冲泡碧螺春，茶叶照常坠落杯底；先冲水后放茶叶，依然放香展叶。

蒙顶茶。产于四川省雅安市。是蒙山所产各类名茶的总称。蒙顶茶是最早向朝廷进贡的贡茶。外形扁直肥壮，金黄显毫，汤黄清澈，香馨高爽，回味甘甜。

六安瓜片茶。产于安徽省的六安、金寨、霍山等县。瓜片茶有形似瓜子，叶片的叶缘稍微向上弯叠，色泽翠绿有光，冲泡后香气清高，滋味鲜醇，回味甘爽，汤色清澈，叶底肥嫩。

君山银针。产于湖南洞庭湖中的君山。君山银针茶芽头

壮实，银毫密露，条索纤秀，茸毛覆盖，芽身金黄，被誉为“金香玉”。冲泡时，芽头三起三落，竖起如群笋出土，下沉似雪花坠地。由于芽头多毫，芽叶之间常常含有小气泡，人称“雀舌含珠”。

此外，比较知名的绿茶还有黄山毛峰、庐山云雾、太平猴魁、南京雨花、都匀毛尖、信阳毛尖、顾渚紫笋、高桥银峰、婺源名眉、安化松针、普陀佛茶等。

2. 红茶。

我国的红茶中外驰名，倍受喜爱。据统计，红茶的产量占我国茶叶总产量的四分之一，而出口量却占总出口量的一半以上。红茶在我国茶叶对外贸易中占有举足轻重的地位。

红茶的制作与绿茶截然不同。红茶的制作是让鲜叶在发酵过程中促进酶的活动，使茶多酚充分氧化，成为全发酵茶。红茶按制法和特性不同，可分为工夫红茶、小种红茶和红碎茶。

在我国众多的红茶中，以安徽的“祁红”、云南的“滇红”和广东的“英红”在国外享有盛誉，被看作是中国红茶的三颗明珠。

祁红茶。产于安徽省祁门县，约有上千年历史。由于它的品质超群，得到国际茶叶市场的高度评价，曾在巴拿马博览会上荣获金质奖章。祁红茶条索细嫩，含有多量的嫩毫和显著的毫尖，长短整齐，色泽乌润。品饮祁红茶，有鲜甜清快的嫩厚香味，形成独有的“祁红”风格。

滇红茶。近些年来，云南大量生产以出口为主的红碎茶，命名为“滇红”。其茶汤色红浓明亮，香味浓烈，颗粒紧结，

质量在我国同类红茶之上，在国际茶叶贸易市场上占有一定的地位。滇红茶的原料采自云南的大叶种，它植株高大，叶长如掌，含有丰富的茶多酚类。在制作上严格掌握五个环节：一是对新鲜芽叶要及时分级加工，不可堆积过厚；二是不能过快或过度萎凋；三是以揉捻机充分破坏叶片组织，促进迅速发酵；四是揉捻以后，茶叶要分筛分级；五是待叶片发酵适度，应立即在摄氏 100 度气温下薄层干燥，以保证“滇红”的质量。

英红茶。50 年代，由广东起英德茶场试出产成功的“英红”，历史虽不长，却已扬名四海。据称，“英红”的外形和内质，可与印度、斯里兰卡等国家同类产品相媲美，是红碎茶的佼佼者。“英红”属于分级红茶。外形金毫显露，云净优美，加奶、加糖饮用，色香味俱佳。

3. 青茶（乌龙茶）。

青茶，是我国特有的茶叶。青茶制作时，既要经过近似于红茶的萎凋发酵，又要经过像绿茶那样杀青。冲泡时，叶底的边缘因发酵呈红褐色，而叶中部分仍保持天然嫩绿本色，形成奇特的“绿叶底红镶边”。冲泡后，茶汤金黄清澈，既有红茶的浓香，又不乏绿茶的清鲜，还有一股诱人的兰花香气。

青茶产在福建、广东和台湾。其中以福建产量最多，名气最大。青茶的花色品种很多，主要有福建的“武夷岩茶”、“乌龙”、“黄金桂”；安溪的“铁观音”；广东的“凤凰单丛”；台湾的“乌龙”、“包种”等。其中武夷岩茶、安溪铁观音和凤凰单丛是青茶中的极品。

武夷岩茶。产自闽北武夷山，茶丛多生长在岩缝之中。武

夷岩茶历史悠久，唐代中叶就为士大夫阶层所赏识。宋、元两代开始充为贡品，明末清初传到欧洲，从此名扬海外。武夷岩茶外形肥状匀整，紧结卷曲，色泽光润，叶背起蛙状。颜色青翠、砂绿、密黄，叶底叶缘朱红或起红点，中央呈浅绿色。品饮武夷茶香气馥郁，滋味浓醇，鲜滑回甘，具有特殊的“岩韵”。

安西铁观音茶。产于闽南安溪县。铁观音既是茶名，又是茶树品种名。此茶外形条索解结，有的形如秤勾，有的状似倾听头，由于咖啡碱随着水分蒸发，在表面形成一层白霜，称作“砂绿起霜”。冲泡之后，异香扑鼻，趁热细啜，满口生香，喉底回甘，称得上七泡有余香。近年来，日本、欧美掀起“乌龙热”，称乌龙茶是“减肥茶”、“健美茶”。乌龙茶中以“安溪铁观音茶”倍受青睐。

凤凰单丛茶。是广东生产的一种乌龙茶。茶形壮士而卷曲，叶色浅红带微绿，汤色黄艳衬绿，香气清长，多次冲泡，余香不散，甘味犹存。早在 19 世纪中叶，凤凰单丛便在国外享有很好的声誉。

4. 白茶。

白茶，其色泽不如绿茶那样翠绿，不像红茶那样乌黑，也不比乌龙茶那样紫褐，而是色白如银，茶汤颜色素雅，浅淡，因而得名白茶。主要产于福建省的政和、福鼎、建阳、松溪等地。以白毫银针和白牡丹为白茶珍品。

白毫银针。满披白毫，细长如针。据考证，已有上千历史。在北宋绍圣年间纳为贡品。白毫银针分南北两路。北路银针产于福建的福鼎，外形优美，芽肥壮，茸毛厚，汤色碧

青，呈杏黄色，香气清淡，滋味醇后。南路银针产于福建的政和，芽瘦长，茸毛略薄。光泽较差，但香气清鲜，滋味浓厚。两种银针各有千秋。白毫银针大批销往东南亚一带，作为消暑清凉的上等饮料。

白牡丹茶。通常采一芽二叶，绿叶夹白毫，形似花朵，因此得名。白牡丹茶又分为大白、小白和水仙白三个品种。其共同点是外形不成条索，似花瓣，叶脉微黄，汤色杏黄而明亮。

5. 花茶。

花茶是我国独特的一种茶类，又叫“熏花茶”或“香片茶”，是以鲜花窰制茶叶而成的再加工茶。花茶在宋朝初期，有人便把“龙脑”加入贡茶，以增加茶的香气。宣和年间，在茶内加入“珍茱香草”已较普遍。明朝发展成熏花茶。

窰制花茶，目前常用的花种有茉莉、珠兰、玉兰、玳玳、玫瑰、桂花、腊梅等花。被窰的茶叶叫做素茶，也叫花坯。一般以烘青绿茶为主，烘青茶与炒青茶相比，条索不过于紧结光滑，吸附和渗透性较强，加之茶味平和，易于与花香融为一体。

花茶的窰制，大致分为鲜花处理、拌和、散热、分离、干燥等工序。因花类不同，制法也有差异。花茶具有香味浓郁，茶汤清亮，余香悠长，经久耐泡的特点。

6. 黑茶（紧压茶）。

紧压茶一般是用比较粗大的叶片、枝梢先制成黑茶、老青茶、红茶或绿茶，再以这些茶为原料，按着不同规格拼配原料，经过蒸压处理，把散形茶紧压成不同形态的砖茶、饼

茶、球状茶。这类茶质地坚实，久藏不易变质，又便于运输。边疆少数民族喜欢饮用。紧压茶主要产地集中于湖南、湖北、四川、云南、广西等地。有普洱茶、六堡茶和青砖、黑装、茯砖、康砖、花砖、米砖等品种。

普洱茶。产地集中在云南省的思茅和西双版纳。普洱茶耐贮藏，适于烹用或泡饮。不仅能解渴、提神，而且长期饮用对治疗痢疾、降低血脂和胆固醇的含量，有明显的作用。近年来，国外对普洱茶赞美为“窈窕茶”、“美容茶”、“益寿茶”。

六堡茶。产于广西自治区的苍梧县六堡乡。六堡茶清凉甘永，滋味醇和，有消暑祛湿、明目健心等功效。主要销往港澳地区与南洋各国。

茶源诗话

茶，是最为中国人所喜爱的饮品。“饮茶为整个国民的日常生活增色不少。人们或者在家里饮茶，或者去茶馆饮茶，有自斟自饮的，也有与人共饮的；开会的时候喝茶，解决纠纷的时候也喝；早餐之前喝，午夜也喝。只要有一壶茶，中国人到哪儿都是快乐的。”（林语堂《生活的艺术·饮食》）中国堪称喝茶历史最久远、喝茶人口最广泛、喝茶方式又最为多样的国家。

喝茶，既高雅，又极其大众化，是俗中有雅，雅俗同好。“茶圣”、“茶民”各有所好，各得其乐。

当唇焦舌干之时，茶是解渴释燥的佳物。版画家赵延年

曾说：“三伏天，双抢时，烈日猛晒，田水烫脚，汗成串地滴下，此时若能到荫凉处一坐，捧起大壶茶，咕冬咕冬地喝个饱，其畅快之感，是雅人们再也体会不到的。”此类茶饮自古至今最为常见，从晋时的老姥提壶上街卖茶，宋代的提瓶沿门点茶，到现在北方街头的大碗茶和南方路边的凉茶摊，还有工厂车间和农村田头的大桶茶，一般都只求解渴，对茶、水和茶具都不作讲究。

茶也是中国老百姓招待客人和修身养性的一种手段。作家艾煊说过：“茶为内功，无喧嚣之形，无激扬之态。一盏浅注，清气馥郁。友情缓缓流动，谈兴徐徐舒张。渐入友朋知己间性灵的深相映照。”这是一种在解渴之外又带品尝，并兼有礼仪的茶饮。早在南北朝时就有“坐客竟下饮”的习俗，流传到如今，“客来敬茶”更为普遍。孵茶馆，是中国人生活中一大乐事，作家秦绿枝先生如是说：“我们这些做文字工作的人被工作和生活的担子压得不轻，思想上的弦又绷得很紧，能够有茶馆这种场所让精神松弛一下，未始不可收延年益寿之效。”上述奉茶以表敬意的待客茶和供人偷闲小憩的茶馆茶，则应是一种有一定选择和讲究的茶饮了。

再有一种是仰慕名茶美泉，亲临山水佳美处的品茶。如到杭州西湖细啜龙井茶虎跑水，去无锡惠山品尝洞庭碧螺春和惠山泉，往长兴顾渚山浅呷紫笋茶和金沙泉，还有到黄山云谷寺亲口尝一尝真正长在云海雾天中的黄山毛峰，去九曲溪畔领略一番武夷“大红袍”的韵味……在游览名胜、观赏佳山丽水的同时，品尝当地山水孕育的佳茗，这是一种对茶、对水和茶具都有比较讲究的茶饮。

还有一种就是讲究的品茶了，如《红楼梦》里描述的妙玉在栊翠庵品梅花雪。妙玉用的茶叶叫老君眉，产于福建武夷山一带，采时取老君眉茶树的嫩芽，制成银针白毫茶，清时列为贡品；用的水呢，是五年前收的梅花上的雪，装在那鬼脸青花瓮里，埋在地下，今年夏天才开的；这茶具更是珍奇，有明代官窑制的五彩小盏盅，有用犀牛角做成的点犀盏和用曲竹根雕出的蟠虬盏。妙玉称得上是一位品茶的行家了。刘鹗在《老残游记》中塑造的那位丐姑，其品茶之精到，与妙玉有异曲同工之妙。当子平初呷一口丐姑冲泡的绿茶时，便觉清爽异常，咽下喉去，觉得清香直到胃脘，那舌根左右，津液汨汨地翻上来，又香又甜，连喝两口，似乎那香气又从口中反窜到鼻子上去，说不出来的好受。子平问丐姑：这是什么茶叶，为何这么好吃？”丐姑回答说：“茶叶也无甚出奇，不过本山上出的野茶，所以味是厚的。却亏了这水，是汲的东山顶上的泉。泉水的味，愈高愈美。又是用松花作柴，沙瓶煎的。三合其美，所以好了。尊处吃的都是外间卖的茶叶，无非种茶，其味必薄；又加以水火俱不得法，味道自然差的。”山乡平民虽无王室贵族的富贵气，却因地制宜，另有一种讲究，同样达到品茶的极致。如今，在一些城市兴办的茶艺馆里，构筑起渊源于自然与传统的人文小环境，精心泡出一壶好茶来，供人品尝、沉思、对话，这是一种新的探求和推进，很具生命力。

从大碗茶到品梅花雪，从晋时老姥提壶卖茶到现代茶艺馆，喝茶真是代代相袭，老少咸宜，雅俗共赏。“柴米油盐酱醋茶”，茶虽居开门七件事之末，却偏偏唯独茶，早在唐代便

有一部专门著作《茶经》问世，说明茶中之学问真不少呢。就饮茶而言，除日常喝饮之外，还有雅致、讲究的一面。这种讲究，有方法技艺的掌握，有情感礼仪的寄托，有人生哲理的参悟，因此，古人称之谓“茶道”。

最早提出“茶道”的是唐代曾任吏部郎中的封演，他在《封氏闻见记》卷六《饮茶》中说：“楚人陆鸿渐为茶论，说茶之功效，并煎茶炙茶之法，造茶具二十四事，以都统笼贮之。远近倾慕，好事者家藏一副，有常伯熊者，又因鸿渐之论广润色之，于是茶道大行，王公朝士无不饮者。”陆鸿渐便是陆羽，他写的《茶经》，奠定了中国茶道的基础。如此说来，早在唐代，茶已超越了日常饮用范围而成为一种优雅的生活艺术和精神文化。

诚然，唐之前，在王室和贵族中间，倡导以茶养廉，以茶示俭，以茶表礼，已不同程度地把饮茶提升为一种精神文化，如东晋吏部尚书陆纳以茶果接待卫将军谢安、扬州牧桓温“每宴饮唯下七奠拌茶果而已”、南齐世祖武皇帝萧颐遗诏中说“我灵座上，慎勿以牲为祭，但设饼果、茶饮、干饭、酒脯而已”等等。但全面总结唐以前的茶事，系统论述茶的采造煮饮，并融入了儒、道、释的精神，陆羽是第一人。

“茶之为用，味至寒，为饮最宜精行俭德之人。”陆羽《茶经》开首第一章，即明确赋予饮茶以“精行俭德”的功能，把饮茶当作励志、雅志的手段。

“天育万物，皆有至妙”，茶之采造煮饮皆应契合自然之美，这是贯穿通篇《茶经》的思想精髓。陆羽率先提出茶以清饮为佳，以保持茶的自然本色。唐末诗人皮日休曾有评说：

“自周以降及于国朝茶事，竟陵子陆季疵言之详矣。然季疵以前，称茗饮者，必浑以烹之，与夫沦蔬而啜者无异也。”陆羽倡导茶的清饮，具有里程碑的意义。

“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。”陆羽首次把茶从造到饮的过程全面连结起来，并追求全过程的完美。陆羽这一“完美”的原则，为历代以至今日的茶人所努力遵循。

“体均五行去百疾”，“坎上巽下离于中”，陆羽在煮茶的风炉足上铸刻了这些铭文，把中国传统的“五行”、“八卦”等思想，在茶道器具上得以体现，使儒、道、释各家的思想自然地融入饮茶过程中。八卦中的坎为水、巽为风、离为火，而坎主水、风兴火、火能煮水，故陆羽认为坎、巽、离三者相结合才能煮出好茶来。他又认为这风炉（体）调和（均）五行：风炉以铁铸之得金象，炉上有盛水器皿而得水象，煮水需用木炭得木象，木炭燃之得火象，炉置于地上得土象。五行相生相克，阴阳调和，从而可以达到“去百疾”的养生目的。

陆羽《茶经》中虽未出现“茶道”一词，而其所记所述，无论是形而下的茶器、茶具，还是形而上的儒、道、释的思想，无不是中国茶道的精神。

陆羽之后的历代茶人，继承发扬陆羽《茶经》中阐述的茶道精神。宋人蔡襄因“昔陆羽茶经不第建安之品，丁谓茶独论产造之本，至于烹试曾未有闻”，于是他就福建建安茶之色、香、味，以及烹试中的炙、碾、罗、候汤、焙盏、点茶之法，作了全国论述。

自称“教主道君皇帝”的宋徽宗赵佶，在位时不理朝政，却醉心于艺文，也精于茶道。他在《大观茶论》中提出，饮茶要讲究“采择之精，制作之工，品第之胜，烹点之妙”，而且强调品茶人的意境与心态。他认为饮茶的精神功能在于“祛襟涤滞，致清导和”，“中澹间洁，韵高致静”。

明清以降，论述茶道之作纷出，从各个不同方面总结饮茶的程式、规范等。如明人张源在《茶录》的“饮茶”一节中说：“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。”又在“茶道”一节中说：“造时精，藏时燥，泡时洁。精、燥、洁，茶道尽矣。”如果说张源这“精、燥、洁”概括了茶道的物质方面，那“神、胜、趣”则是突出了茶道的精神方面。

当代爱茶、嗜茶者，也都从自己的经验中阐述饮茶有道，艺茶有术。

知堂老人在《喝茶》一文中说：“喝茶当于瓦屋纸窗下，清泉绿茶，用素雅的陶瓷茶具，同二三人共饮，得半日之闲，可抵十年的尘梦。喝茶之后，再去继续修各人的胜业，无论为名为利，都无不可，但偶然的片刻优游乃正亦断不可少。”梁实秋就非常欣赏周作人这品茶的氛围。他亦作有《喝茶》：“清茶最为风雅。抗战前造访知堂老人于苦茶庵，主客相对总是有清茶一盂，淡淡的、涩涩的、绿绿的。”这淡、涩、绿不正是茶人们所企求的吗！

林语堂的经验是“茶须静品”、“茶之为物，性能引导我们进入一个默想人生的世界。”为充分得到茶的享受，他还从技术上总结出十个要点，说得简明实用，不妨照录于后：

第一，茶叶娇嫩，茶易败坏，所以整治时，须十分清洁，须远离酒类香类一切有强味的物事，和身带这类气息的人；第二，茶叶须贮藏于冷燥之处，在潮湿季节中，备用的茶叶须贮锡罐中，其余则另贮大罐，封固藏好，不取用时不可开启，如若发霉，则须在文火上微烘，一面用扇子轻轻挥扇，以免茶叶发黄或变色；第三，烹茶的艺术一半在于择水，山泉为上，河水次之，井水更次，水槽之水如来自堤堰，因为本属山泉，所以很可用得；第四，客不以多，且须文雅之人，方能鉴赏杯壶之美；第五，茶的正色是清中带微黄，过浓的红茶即不能不另加牛奶、柠檬、薄荷或他物以调和其苦味；第六，好茶必有回味，大概在饮茶半分钟后，当其化学成分和津液发生作用时，即能觉出；第七，茶须现泡现饮，泡在壶中稍稍过候，即会失味；第八，泡茶必须用刚沸之水；第九，一切可以混杂真味的香料，须一概摒除，至多只略加些桂皮或代代花，以合有些爱好者的口味而已；第十，茶味最上者，应如婴孩身上一般的带着“奶花香”。

进入 20 世纪 80 年代以来，随着茶业经济的发展、饮茶的普及与提高，茶文化得到弘扬。茶学界以及文学、艺术、历史、考古、新闻、医药等各界的专家们，著述了大批茶文化论著。袁鹰先生编的《清风集》，收有冰心、杨绛、秦牧、萧乾、汪曾祺、黄裳等 50 位著名作家的撰文，最富情趣。袁鹰先生在《清风小引》中表达了他的卓见，他说：“饮茶，真个是老少咸宜，雅俗共赏，无论是喝大海碗的大碗茶，或是小酒盅似的工夫茶，无论是喝‘大红袍’一类的贡茶，或是四

级五级花茶末，甚至未经焙制的山茶，其消乏解渴、称心惬意，大致都是相同的。何况春朝独坐、寒夜客来之际，身心困顿、亲朋欣聚之时，一盏在手，更能引起许多绵思遐想、哀乐悲欢、文情诗韵、娓娓情怀、款款心曲……以致历史、地理、哲学、宗教、科学、技艺、民俗等等方面思维情愫的流动和见闻知识的涉猎，都能给纷扰或恬静的生活平添几缕情趣。酒使人沉醉，茶使人清醒。几杯茶罢，凉生两腋，那真是‘乘此清风欲归去’了。”这一个“清”字妙极，可谓道尽茶道矣！

讲究真，追求美，是中国茶道的根本所在。

中国茶家历来都注重“品真”。明人程用宾在《茶录》中说：“茶有真乎？曰有，为香，为色，为味，是本来之真也。”就是说，品茶以得到茶的本色、真香、全味为上。品真，首要是择茶，选择采摘其时、始造之精、又藏之得法的好茶；有了好茶还须有好水，再加上煮水火力和煮沸点的掌握得当。唯有如此，方能沏泡得一杯好茶。

本色、真香、全味的一杯好茶，充分体现了茶的自然美，为茶家首先所追求。此外，茶家还有对茶具衬益美和品茶环境美等的追求。这种充分展现茶的风采神韵，也表达了茶家的美学追求。

苦茶斋主周作人说：“我的所谓喝茶，却是在喝清茶，在鉴赏其色与香与味，意未必在止渴，自然更不在果腹了。”“茶道的意思，用平凡的话来说，可以称作‘忙里偷闲，苦中作乐’，在不完全的现世享受一点美与和谐，在刹那间体会永久。”这样的喝茶，完全是一种闲逸生活的消遣与享受，追求

的是体味“闲中之趣”。

茶实在是一种颇具灵性的东西。它不但能启发我们如何去享受怡情养性的乐趣，也使我们能在品茶艺术的空间中提高生活品质的层次。郑板桥饮茶又听吹笛，飘然若离开尘世，他在寄弟家书中说：“坐小阁上，烹龙凤茶，烧夹剪香，令友人吹笛，作《落梅花》，真是人间仙境也。”施蛰存先生课后闲暇，品茗间赏石观景，更得一乐，有句云：“罢讲闲居无个事，茗边坐赏玉玲珑。”元代诗人卢挚则另有体验：“闷来时石鼎烹茶，无是无非快活煞，锁住心猿意马。”一杯色泽美好的香茗在握，细细品尝，潇洒自如，块垒尽释。昔日杭州有“一市秋茶说岳王”之谚，说的是杭州平民在茶馆里边喝茶，边听说书人讲“岳传”。还有在济南茶馆里听梨花大鼓，在苏州茶馆里听评弹，人们在得到饮茶之乐的同时，还获得文化的滋养，说不定还会派生出几位艺术家来。

“茶不在浓，有情则酽。”作为生活艺术的茶艺，是情感的流露，让情感通过具体的茶事活动现形于直觉，使茶的品饮与内心情感融为一体，交互共鸣。明人蔡复一在《茶事咏》中说：“雪是谷之精，却与茶同调。……泉山忆雪遥，得雪茶神足，无雪使茶孤，不孤类有竹。”扫雪烹茶，寄托了主人清逸出尘的品格。苏轼有诗云：“自临钓石取深情”，“自看雪汤生玑珠”。他亲自汲泉取水，候火煮水，烹茶待客，表达了他对挚友的情真意笃。抗日战争时期老舍先生流居云南，生活日渐降格，他常烤几罐土茶，邀朋友相聚，大家围着炭盆，一谈就谈几个钟头，颇有“寒夜客来茶当酒”的儒雅之风。有道是“酒韵美如兰，茶神清如竹”，一罐土茶更见其精神。

“或饮一瓯茗，或吟两句诗。内无忧患迫，外无职役羁。此日不自适，何时是适时？”白居易在《首夏病间》中的这几句，道出了品茶的真谛，品茶与吟咏一样，需要有一种闲适的心境。这“闲”，并非仅仅是空闲，而是一种摒除了俗虑，心地纯净，心平气和的悠闲心境。这样从容的啜品，才能悟得三昧。这是中国茶道由技术而艺术、艺术而晋升至心境的奇妙历程。诗人与嗜茶者都有此种体悟：“至味心难忘，闲情手自煎”（文徵明），“云脚春芽一啜间，尘心为洗觉清闲”（宋儒），“僧馆高闲事事幽，竹编茶灶沦清流”……难怪乎洪应明在《菜根谭》中说：“从静中观动物，向闲处看忙人，才得超尘脱俗的趣味；遇忙处会偷闲，处闹中能取静，便是安身立命的工夫。”如此之闲人，当为福人。

当今社会生活节奏加快，奔走在喧嚣繁华都市里的“弄潮儿”，涉足于险风恶浪市场经济的“下海”者，也需要有一个避风的港湾，要学会忙里偷闲，摆脱文山会海、商务羁绊，在歌罢曲终、酒阑人散之时，不妨安静地沏上一壶茶，或临窗独啜，或邀三两知己共饮，品味人生的真谛，感受生活给予的美好享受。

钱钟书先生曾经说过：“发现了快乐由精神来决定，这是人类文化又一进步”，“人生虽不快乐，而仍能乐观”。这不求解渴的茶和不求充饥的茶点，是一种精神的物化形式，是民族文化的积累，它使生命情调、人生情趣、心灵律动和审美观念，变得更加具体可感，使生活更加多姿多彩。

唐代诗人卢仝在《走笔谢孟谏议寄新茶》中唱道：“一碗喉吻润，二碗破孤闷。三碗搜枯肠，惟有文字五千卷。四碗

发轻汗，平生不平事，尽向毛孔散。五碗肌骨清，六碗通仙灵。七碗吃不得也，唯觉两腋习习清风生。蓬莱山，在何处？玉川子乘此清风欲归去！”茶，天然冲淡的真滋味，使人在宁静平和、舒适怡悦之中萌动蓬勃的生机，强烈的挚爱。茶诗化了生活，人们从中得到美的享受和人生的感悟。

有位哲人说：品着茶似乎是品味着人生。的确，中国茶道，不仅是艺术与生活的关系，而且蕴含着人生哲理。品茶是一种享受，也是一种熏陶，犹如淋沐着带音乐的日光浴。杯茗在手，神驰八极，苦涩回甘的茶味，委实如绵长的人生之路，回味的是从艰难足迹寻得的人生哲理。

首先，茶性尚情，和爱茶人的性情相近。唐代诗人韦应物《喜园中茶生》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，率尔植荒园。
喜随众草长，得与幽人言。

诗人说，茶其性精清，其味淡洁，不得有半点玷污；其用涤烦，其功濯尘，属通灵之物，是山中精英，不失其高洁的本性。诗人在赞茶，也是在颂人，借茶而言志。

明人陆树声和徐渭都作有《煎茶七类》，又都在论述茶品之前先论人品，把“人品”列为第一。陆树声说：“煎茶非漫浪，要须其人与茶品相得，故其法得传于高流隐逸有云霞泉石磊块胸次间者。”徐渭说：“煎茶虽微清小雅，然要须其人与茶品相得，故其法传于高流大隐、云霞泉石之辈、鱼虾麋鹿之俦。”与其说陆树声、徐渭爱饮茶，倒不如说他们更注重

于饮茶人的人品。与他们同时代的许次纾在《茶疏》中有“论客”一节说：“宾朋杂沓，止堪交错觥筹，乍会泛交，仅须常品酬酢，惟素心同调，彼此畅适，清言雄辨，脱略形骸，始可呼童篝火。”茶品出于人品，一个道德和审美趣味低下的人，必然领略不到中国茶道的真谛。

中国茶道，还引入了儒家和道家的“内省”思想。孔子的“见不贤而内自省也”（《论语·里仁》），老子的“致虚”、“守静”（《老子·第十六章》），曾子的“吾日三省吾身”（《论语·学而》）都是强调通过内省这种独特的思想修养方式，达到道德和理智的自我完善。历代茶人追求的就是物我相合，并以外物陶悦我心，把深层的文化素养与人格熏陶作为根本。卢仝的《走笔谢孟谏议寄新茶》诗，也颂扬了这种精神与境界。

唐诗僧皎然有《饮茶歌消崔石使君》，诗中描绘了一饮、再饮、三饮的感受，与卢仝的《七碗茶歌》有异曲同工之妙。诗云：

一饮涤昏寐，情思朗爽满天地。

再饮清我神，忽如飞雨洒轻尘。

三饮便得道，何须苦心破烦恼。

此物清高世莫知……

孰知茶道全尔真，唯有丹丘得如此。

诗人品茶的过程即是以“自省”精神参悟得“道”的过程。心头郁积的烦恼排除，心境趋于平和，情感得到净化。

当代著名书法家费新我有一幅书法作品：茶话坐忘机。目观茶的绿的本色，品尝回味着苦的真味，智巧变诈的心计自

然会得到荡涤。作家忆明珠说得好：“茶的绿，不但是茶的本色也是生命的本色；而茶的苦，不但是茶的真味也是生命的真味啊！”

茶，性洁不污，是人生道德理想的象征。人生似茶，品茶即是以审美的态度来对待人生，这是一种超越了物质需求的精神升华。

择茶形式

中国产茶历史悠久，茶区辽阔，茶类品种繁多，堪称世界之最。俗话说：“学到老，茶叶名目认不了。”特别是近年来，随着市场经济的发展，名优新产品不断涌现，更是令人眼花缭乱。作为一名茶艺爱好者，可根据自己的喜爱、口味择茶，如作为经营型的茶艺馆，为适合不同年龄、层次、地区、民族的需要，应贮备具有各种特色的茶叶，供客人们选择饮用。

鲜叶原料因加工工艺不同，可使茶分为六大类，即非酶性氧化的绿茶、黄茶、黑茶和经酶性氧化的红茶、乌龙茶和白茶。茶类不同，品质特征各异，质量好坏的标准也不一样，故首先要了解各类茶的品质特征。即使同一类茶，因鲜叶原料的大小和品种差异，炒制温度与手法的不同，也有各种的色香味形。

1. 茶的色泽类型

茶的色泽分为干茶色泽、茶汤色泽和叶底（冲泡后的茶渣）色泽。

(1) 干茶色泽类型。

① 绿茶类

银白隐翠型：又称银绿型。从多茸毛品种上采收的细嫩原料（指芽尖到一芽二叶初展，下同）制作的成品茶，叶色翠绿，外表披满白毫，如保靖岚针、巴山银芽、凌云白毫、乐昌白毛尖、高桥银峰、洞庭碧螺春、敬亭绿雪、望府银毫、双龙银针等。

翠绿型：又称嫩绿型。早春或高山采收的细嫩原料，只炒不揉或轻揉，有的花色在干燥时要将外表白毫摩擦脱落，干茶色泽绿中微带黄，如西湖龙井、顾渚紫笋、安化松针、古丈毛尖、信阳毛尖、六安瓜片、江山绿牡丹等。

深绿型：又称青绿、苍绿、菜绿型。细嫩采原料，品种叶色较深或炒制中揉捻较充分，干茶色泽青绿不带黄，如天目青顶、望海茶、婺源茗眉、青城雪芽、滇青、南京雨花茶、太平猴魁、古劳茶、高绿茶等。

墨绿型：嫩采制作的名茶，如涌溪火青，以及适中采原料（指一芽二三叶及相应对夹叶，下同）制成的炒青、烘青以及精制成的眉茶、珠茶、雨茶等。

黄绿型：适中采制作的名茶，如舒城小兰花；或原料以一芽三叶和相应的对夹叶为主，制作正常的中、下档烘青、炒青。

金黄隐翠型：俗称象牙色。单芽或一芽一叶为原料，如黄山毛峰等。

黑褐型：粗老采大叶种原料（一芽三四叶，且对夹叶占较大比例，下同）制成晒青，精制成半成品后，经过湿热渥

堆，促进茶叶中多酚类物质转化，形成黑褐的色泽，如普洱茶等。

②黄茶类

嫩黄型：细嫩采原料，制造中有闷黄工序，干茶嫩黄或浅黄，茸毛密布，如蒙顶黄芽、莫干黄芽、建德苞茶、平阳黄汤等。

金黄型：细嫩采原料，芽头肥壮，芽色金黄，芽毫闪光，如君山银针（有“金镶玉”之美称）、沔山毛类（俗称“寸金茶”）、远安鹿苑、北港毛尖等。

黄褐型：适中采或粗老采原料，闷堆过程时间较长，内含物部分聚合变化，成不溶性物质留在叶底使之成黄褐色，如黄大茶等。

③黑茶类

黑褐型：粗老采原料，有渥堆发酵（微生物作用）工序，在湿热作用下，使可溶性小分子聚合成不溶性大分子，聚合量较黄大茶多，干茶呈黑褐色，如黑毛茶、湘尖茶、六堡茶等。

④红茶类

乌黑型：适中采原料，制成的高级工夫红茶（即高级条红茶）和传统法制的中、上档红碎茶，干茶色泽乌黑有光泽。

棕红型：适中采原料，如用转子机或C. T. C制成的红碎茶。

黑褐型：中、下档红茶及米砖（红茶末制成的砖茶）。

橙红型：细嫩采原料，芽叶多茸毛，发酵较重，偏红茶型，如白毫乌龙等。

⑤ 乌龙茶

砂绿型：又叫鳝鱼色。粗老采原料，火功足，干茶色泽砂绿并光润，俗称“砂绿润”，如铁观音、乌龙等典型色泽。

青褐型：粗老采原料，叶张厚实，干茶色泽褐中泛青，如水仙、武夷岩茶等。

灰绿型：粗老采原料，轻发酵，偏绿茶色泽，如翠玉乌龙等。

⑥ 白茶类

银白型：单芽或一芽一叶原料，多毫品种，保毫制法，如白毫银针等。

灰绿型：细嫩采原料，毫心银白，叶面灰绿，如白牡丹等。

灰绿带黄型：适中采原料，外形芽心较小，色泽灰绿稍黄，如贡眉，其中品质较差的称寿眉。

(2) 汤色色泽类型。

① 绿茶类

浅绿型：原料细嫩，轻揉捻，制造及时，大部分名绿茶类属此类型，如太平猴魁、庐山云雾、高桥银峰、惠明茶、望海茶、望府银毫以及各种毛尖、毛峰。

杏绿型：又称嫩绿型。原料细嫩，鲜叶黄绿色，炒制得法，如西湖龙井、六安瓜片、天山烘绿等。

绿亮型：包括绿明、清亮、清明。原料细嫩，揉捻适中，如古丈毛尖、安化松针、信阳毛尖等。

黄绿型：适中采原料，炒制成的大众化绿茶的典型汤色，如烘青、眉茶、珠茶等。

橙黄型：绿茶原料制成的紧压茶，如沱茶等。

②黄茶类

杏黄型：或称淡杏黄色。鲜叶为单芽或一芽一叶初展炒制而成的高级黄茶的典型汤色，如蒙顶黄芽、莫干黄芽、君山银针、建德苞茶等。

橙黄型：细嫩采或适中采原料制成的黄茶汤色，如广东大叶青、沔山毛尖、黄大茶、平阳黄汤等。

③黑茶类

橙黄型：湿坯渥堆做色蒸压的黑茶，如茯砖。

橙红型：湿坯渥堆做色蒸压的黑茶，如花砖、康砖。

深红型：干坯沤堆做色或成茶堆积做色的蒸压或炒压茶，如方包茶、六堡茶。

④红茶类

红亮型：适中采原料制成的工夫红茶的汤色。

红艳型：原料较嫩的工夫红茶或用快速揉切制成的高档红碎茶的最优汤色。

深红型：原料较老制成的低档红碎茶、工夫茶及红砖茶。

⑤乌龙茶类

金黄型：俗称茶油色，如铁观音、黄金桂、闽南青茶、广东青茶等。

橙黄型：如闽北青茶、武夷岩茶等。

橙红型：火工饱足的乌龙茶及重发酵乌龙，如白毫乌龙等。

橙绿型：轻发酵乌龙茶，如翠玉乌龙等。

⑥白茶类

微黄型：高档白茶的典型汤色，如白毫银针、白牡丹等。

黄亮型：一芽二三叶制成的贡眉，品质不如前者。

黄褐型：贡眉中品质较差的寿眉即属此型。

(3) 叶底色泽类型。

① 绿茶类

嫩黄型：细嫩采原料制成的部分名绿茶，如黄山毛峰、洞庭碧螺春、涌溪火青等。

嫩绿型：即翠绿型。细嫩采原料制成的名绿茶，多属此型，如西湖龙井、六安内山瓜片、正天山绿茶、太平猴魁、蒙顶甘露、南京雨花茶、高桥银峰、庐山云雾以及各种毛尖、毛峰。

鲜绿型：蒸青绿茶的特有色泽，如恩施玉露以及高级煎茶。

绿亮型：包括绿明型，如浙江旗枪、休宁松萝以及高级烘青。

黄绿型：适中采原料制成的舒城兰花以及大众绿茶。

② 黄茶类

嫩黄型：高级黄茶的典型叶底色泽，如君山银针、蒙顶黄芽、莫干黄芽等。

黄褐型：包括黄暗型，如方包茶以及中低级黑毛茶。

棕褐型：如康砖、金尖。

黑褐型：包括暗褐色，加工中进行渥堆或陈醇化，如黑砖、茯砖、六堡茶。

③ 红茶类

红亮型：优良工夫红茶的典型叶底色泽。

红艳型：是红碎茶最优的叶底颜色。

④ 乌龙茶类

绿叶红镶边型：为乌龙茶的典型叶底色泽，如武夷水仙、安溪铁观音、闽北乌龙、闽南青茶、凤凰水仙、广东色种等。

黄亮叶镶红边型：部分乌龙茶属此，如黄金桂、浪菜、闽北水仙等。

橙红型：发酵程度重而原料细嫩，如白毫乌龙等。

⑤ 白茶类

银白型：用多茸毛品种芽头制成的白茶，芽周披满银白色茸毛，如白毫银针等。

灰绿型：用多毛或中毛品种芽叶制成的白茶，叶面灰绿色，而叶背披茸毛，有“青天白地”之称，叶脉带红色，如白牡丹等。

黄绿型：用中毛或少毛品种的适中原料制成的白茶、叶脉、梗带红色、如贡眉、寿眉。

2. 茶的香气类型

因鲜叶品质、加工方法的不同，成品茶的香气类型可分为：

毫香型：凡有白毫的鲜叶，嫩度为单芽或一芽一叶，制作正常，白毫显露的干茶，冲泡时有典型的毫香，如白毫银针以及部分毛尖、毛峰。

清香型：香气清纯、柔和持久，香虽不高但缓缓散发，令人有愉快感。嫩采现制的茶所具有的香气，为名绿茶的典型香气。另外，少数闷堆程度较轻、干燥火工不饱满的黄茶和摇青做青程度偏轻，火工不足的乌龙茶也属此香型。

嫩香型：香高洁细腻，新鲜悦鼻，有的有似熟板栗、熟玉米的香气。鲜叶原料细嫩柔软，制作良好的名优绿茶香气，如峨蕊、泉岗辉白以及部分毛尖、毛峰。

花香型：散发出各种类似鲜花的香气，分为清花香和甜花香两种。清花香有兰花香、桅子花香、珠兰花香、米兰花香、金银花香等；甜花香有玉兰花香、桂花香、玫瑰花香和墨红花香等，铁观音、色种、乌龙、水仙、浪菜、台湾乌龙均属此。各种花茶因窈制用花的不同，各具不同的花香。部分绿茶天然具有兰花香，如舒城兰花、涌溪火青、高档舒绿；祁门红茶则有玫瑰香。

果香型：散发出类似各种水果香气，如毛桃香、蜜桃香、雪梨香、佛手香、桔子香、李子香、香橼香、菠萝香、桂圆香、苹果香等。闽北青茶及部分品种茶属此型，红茶常带苹果香。

甜香型：包括清甜香、甜花香、干果香（枣香、桂圆香）、蜜糖香等。适中采鲜叶制成的工夫红茶有此典型香气。

火香型：包括米糕香、高火香、老火香和锅巴香。鲜叶原料较老、含梗较多，制造中干燥时火工高、足，糖类焦糖化而形成，如黄大茶、武夷岩茶、古劳茶等。

陈醇香型：原料较老，加工中经渥堆陈醇化过程制成的茶，均具有此种香气，如普洱茶及大部分压制茶。

松烟香型：凡在制造过程中干燥工序用松柏或枫球、黄藤等熏烟的茶，如小种红茶、六堡茶、沱山毛尖等。

3. 茶的滋味类型

清鲜型：清香味鲜且爽口，鲜叶原料细嫩，制造及时合

理的绿茶和红茶，如洞庭碧螺春、蒙顶甘露、南京雨花茶、都匀毛尖、白琳工夫等。

鲜浓型：包括鲜厚型。味鲜而浓，回味爽口，似吃新鲜水果的感觉。鲜叶嫩度高，叶厚芽壮，制造及时合理而成，如黄山毛峰、婺源茗眉等。

鲜醇型：包括鲜爽型。味鲜而醇，回味鲜甜爽口。鲜叶较嫩，新鲜，制造及时，揉捻较轻者，如太平猴魁、顾渚紫笋、白牡丹以及高级烘青，还有揉捻正常的高级祁红、宜红。

鲜淡型：味鲜甜舒服，较淡。鲜叶嫩而新鲜，因原料内含物含量和加工工艺所致，如君山银针、蒙顶黄芽等。

浓烈型：有清香或熟板栗香，味浓而不苦，富收敛性而不涩，回味长而爽口、有甜感。凡芽肥壮、叶肥厚，嫩度较好的一芽二三叶，内含物丰富，制茶合理的均属此型，如屯绿、婺绿等。

浓强型：味浓厚粘滞舌头，刺激性大有紧口感。鲜叶适中采，内含物丰富的良种或大叶种，萎凋程度偏轻，揉切充分，发酵偏轻的红碎茶属此型。

浓厚（爽）型：有较强的刺激性和收敛性，回味甘爽。细嫩采原料，叶片厚实，制造合理，如凌云白毫、南安石亭绿、舒绿、遂绿、滇红、武夷岩茶等。

浓醇型：收敛性和刺激性较强，回味甜或甘爽。鲜叶嫩度好，制造得法，如优良的工夫红茶、毛尖、毛峰以及部分乌龙。

甜醇型：包括醇甜、甜和、甜爽。鲜甜厚之感，原料细嫩而新鲜，制造讲究，如安化松针、恩施玉露、白毫银针、小

叶种工夫红茶。

醇爽型：不浓不淡，不苦不涩，回味爽口。鲜叶嫩度好，加工及时、合理，如蒙顶黄芽、霍山黄芽、莫干黄芽以及一般中、上级工夫红茶。

醇厚型：味尚浓，带刺激性，回味略甜或爽，鲜叶内质好，制工正常的绿茶、红茶和乌龙茶均有此味型，如涌溪火青、高桥银峰、古丈毛尖、庐山云雾、水仙、乌龙、色种、铁观音、祁红、川红以及部分闽红。

醇和型：味欠浓鲜，但不苦涩有厚感，回味平和较弱，如中级工夫红茶、天尖（包括贡尖、生尘）、六堡茶。

平和型：清淡正常，不苦涩有甜感。粗老采原料，芽叶一半以上老化，制茶正常的低档红茶、绿茶、乌龙茶以及中下档黄茶、中档黑茶。

陈醇型：陈味带甜。制造中经渥堆陈醇化，如普洱茶、六堡茶。

4. 茶的形状类型

茶的形状类型可分为干茶形状和叶底形状。

(1) 干茶形状类型

针型：茶条紧圆挺直，两头尖似针状，如白毫银针、安化松针、南京雨花茶、恩施玉露、保靖岚针、君山银针、蒙顶石花等。

雀舌型：茶条紧扁圆挺直，芽尖与第一叶尖等长，顶部似雀嘴微开，如顾渚紫笋、敬亭绿雪、黄山特级毛峰等。

尖条型：干茶两叶抱芽扁展，不弯、不翘、不散开，两端略尖，如太平猴魁、贡尖、魁尖等。

花朵型：芽叶相连似花朵，基部如花蒂，芽叶端部稍散开，如白牡丹、舒城小兰花、江山绿牡丹、沔山毛尖等。

片型：叶缘略向叶背翻卷，形似瓜子，如六安瓜片等。

扁型：包括扁条型和扁片型，如龙井、旗枪、大方、湄江翠片、天湖凤片、仙人掌茶、千岛玉叶等。高级龙井扁平光滑挺直尖削，芽长于叶，形似“碗钉”，即两头尖、中间为韭菜扁形。

卷曲型：条索紧细卷曲，白毫显露，如洞庭碧螺春、高桥银峰、都匀毛尖、蒙顶甘露、湘波绿、南岳云雾等。

圆珠型：包括腰圆形、拳圆形、盘花形。颗粒细紧滚圆，形似珍珠的有珠茶；腰圆形的有涌溪火青；茶条卷曲紧结如盘花的有泉岗辉白、临海盘毫；拳形的有切口的贡熙。

环钩型：条索细紧弯曲呈环状或钩状，如鹿苑毛尖、歙县银钩、桂东玲珑茶、广济寺毛尖、九曲红梅等。

条型：茶条的长度比宽度大好几倍，有的外表浑圆，有的外表有棱角、毛糙，但均紧结有苗锋，如绿茶中的炒青、烘青、晒青、特珍、珍眉、特针、雨茶；红茶中的工夫红茶、小种红茶；红碎茶中的花橙黄白毫、橙黄白毫、白毫等；黑茶中的黑毛茶、天尖、贡尖、生尖、六堡茶；乌龙茶中的水仙；名绿茶中的韶山韶峰、休宁松萝、庐山云雾、青茶莲心以及各种毛尖、毛峰。

螺钉型：茶条顶端扭成圆块状或芽菜状，枝叶基部翘起如螺钉状。顶端扭成圆块状的，如闽南青茶、铁观音、乌龙、色种等；顶端扭成芽菜状的，如闽北青茶、武夷岩茶等。

颗粒型：紧卷成颗，略具棱角，如绿碎茶、红碎茶中的

花碎橙黄白毫、碎橙黄白毫、碎白毫等。

碎片型：屑片皱褶隆起，形似木耳，质地稍轻，如红碎茶中的碎橙黄白毫片、白毫片、橙黄片等。屑片皱褶少而平，形似纸屑，如秀眉、三角片。

粉末型：体形小于 3/4 孔/英寸的末茶，均属此类。

束型：在制造过程后期，将一定数量的芽梢用丝线（或棉线）捆扎成不同形状，最后烘干定型。有束成菊花形的，如墨菊、绿牡丹；有扎成毛笔头状的，如龙须茶。

团块型：毛茶精制后经过蒸炒压造成团块的形状。有薄型长方形的黑砖、花砖、茯砖、老青砖、米砖等；有筑造成枕形的金尖和砖形的康砖、紧茶；方形的普洱茶和碗臼形的沱茶；圆形的七子饼茶；方包形的方包茶；圆柱形的六堡茶。

（2）叶底形状类型

叶底即冲泡后的茶渣。从茶渣的老嫩、整碎、色泽、匀净等方面可以判断出原料品质和加工中的问题。同时，在名优茶冲泡中，常欣赏冲泡过程中的茶芽舒展情况和叶底形状、色泽。

芽型：由单芽组成的叶底，如君山银针、白毫银针、蒙顶石花等。

雀舌型：一芽一叶初展的原料炒制后，芽叶基部相连，端部如雀嘴张开，如黄山毛峰、莫干黄芽、敬亭绿雪等。

花朵型：叶底芽叶完整，自然展开似花朵，如涌溪火青、太平猴魁、白牡丹、江山绿牡丹、龙井、旗枪、舒城小兰花、各种毛尖、毛峰、泉岗辉白等。

整叶型：由芽或单叶组成，如六安瓜片、炒青、烘青、红

毛茶等。

半叶型：经精制加工切碎，叶片断碎多呈半叶状，如工夫红茶、眉茶、雨茶等。

碎叶型：经过揉切等破碎工艺，如红碎茶的碎片型茶、绿碎茶等。

末型：干茶体形小于 34 孔/英寸的茶末。

选茶方法

当我们走进一家专业茶叶商店时，各种古朴典雅的茶名，绚丽多彩的包装，富有特色的口味，会令人眼花缭乱、目不暇接，一时间会难以选择。因此，这里介绍一些选购茶叶的一般原则与方法，供大家参考。

1. 选购的原则

选购茶叶时，一般可依用途、季节、地区及民族习惯等进行有目的地选择。

(1) 以用途分

自饮：作为一般居家自己饮用，可讲究实在，宜选用价廉物美、适合家人口味的品种，重内质而不重外形，重茶质而不重包装。家庭成员因年龄、身体状况、口味上的差异，对茶的偏爱不一，可选购二三种茶作为日常饮用。

待客：客来敬茶是中国人民的传统习惯，奉清茶一杯，深表主人对客人的敬意，因此，必须以好茶待客。对茶叶既要重内质又要重外形，而包装可不讲究（购回后均自行置茶罐中贮存）。为适合来客的不同口味，一般宜购置红、绿、乌龙

及花茶几种，大体可满足南北各方的客人所需。

礼品茶：中国人虽一贯认为礼轻情意重，但作为礼品的茶叶，除去根据对方的口味选择外，还应辅以精致美观的包装，不仅表示高档，而且也间接表明对他人的尊重。一般宜选购较名贵的茶叶，若有地方名种，即使不昂贵，也具有特别的意义，作为土仪馈赠他人也有古风。

(2) 以季节分

茶树是一种常绿木本植物，一年之中可多次发芽、多次采摘。通常按季节分可称为春茶、夏茶、秋茶、冬茶（只产于海南、广东、云南、台湾等地）。采摘季节不同，制成茶叶后的品质也不同，如绿茶、黄茶、白茶均以春茶为贵，秋茶次之，夏茶因味带苦涩而最美；红茶恰好相反，春季气温低，嫩叶茶多酚含量较少，加上发酵困难，品质反不如夏茶；乌龙茶亦以夏茶为佳，秋茶次之，春冬者较差；花茶的茶坯以春茶为佳，但窰制的香花，如茉莉花以伏花（7—8月）最香，故新花茶要在九月方能上市。所以，选购的茶类不同，应在不同季节候其新茶上市时购买，以保证茶的品质。

另一层意思是在不同的季节宜饮用不同的茶类。春季正是许多名优绿茶、黄茶、白茶上市的季节，又值万象更新之际，以佳茗一盏尝春水春意为人生一大乐事。夏季天气炎热，人们喜欢喝凉茶或冰茶，此时可用大茶壶或陶钵泡大众红、绿茶（红茶久置汤色变化小，绿茶会从黄绿变成橙褐），冷却后加冰饮用，一则补充人体大量水分，二则有解暑降温之功效。秋高气爽之时，新花茶上市，此时蟹肥菊黄，边享用美味佳肴边啜饮花茶，十分相宜。在寒冷的冬季，人体需水量少，此

时宜选乌龙茶，以小壶冲沏，雾气氤氲，小杯亦用沸水烫过，注茶后持杯品饮，香气袭人，茶汤温暖，细细啜饮，但觉一股暖流传遍全身，将寒意涤荡殆尽。

(3) 以地区习惯而定

我国地域辽阔，民俗民风十里不同，对茶类的嗜好差异很大，设在各地的茶庄、茶店以及茶艺馆、茶馆在备茶时，应从本地的消费习惯出发考虑。一般说来，浙江、江苏、安徽、江西、河南、湖北、广西均以饮用绿茶为主，花茶次之，红茶更少。山东、北京、天津、河北、陕西、贵州以及东北各地均以饮用花茶为主，次为绿茶。广东以红茶为主，次为乌龙茶和绿茶，再为花茶。福建则以乌龙茶、花茶为主，次为绿茶。台湾大部分饮用乌龙茶，少数饮红茶、绿茶。四川少数民族主饮砖沱茶，城市多饮花茶，绿茶少量。西藏、青海、宁夏、新疆等地均饮用紧压茶。海外各地侨胞善饮乌龙茶、普洱茶、黄茶、白茶以及名绿茶。

(4) 依冲泡方法而定

现在市售的商品茶，除六大类茶的散茶之外，已经出现了多种品牌的袋泡茶，有红、绿、乌龙、普洱、花茶等，还有与各种可食用中药及营养品配伍的苦丁茶、菊花茶、杜仲茶、参花茶、七叶胆茶（南参茶、甘露茶）、罗布麻茶以及各种美容、减肥、健身茶等。此外，将茶的有效成分提取、浓缩、干燥制成的各种速溶茶，有纯茶也有加入各种花、果、奶、滋补品的复合型茶。从欣赏茶的色、香、味、形和泡茶情趣考虑，当推散茶为佳；从冲泡的快速方便来讲，以速溶茶最捷，但风味最差；袋泡茶可欣赏茶的色、香、味，冲泡时内

含物易溶解，清洗杯具无茶渣，十分方便，为办公、娱乐、餐饮、旅游和居家调节口味时的最佳选择，挑选时应注意品牌的选择。

2. 选购方法

当确定自己欲购的茶类后，究竟怎样区分各种茶的花色、等级及另外一些品质指标呢？一般先从特色、价格等方面考虑，然后请营业员取出茶样，通过感观辨别进行判别。主要诀窍是：

一摸：样茶以手触摸，可判别茶的干燥程度。选一茶条，以手轻折易断，断片放在拇指与食指之间用力一研即成粉末，则干燥程度是足够的，若为小碎粒，则干燥度不足，即使购买，也需事后加以处理，否则茶的品质不易保存。切忌大把抓取，尤其是天气炎热时，手上汗水会使茶叶受潮，冬季涂抹的护肤品香气会混入茶味，同时也不可多次抓取，以免茶叶断碎，增添不必要的麻烦。

二看：将茶样放入样盘中（若无，可以白纸代替），双手持盘顺或逆时针旋转摇动，看干茶外形是否具该花色的特色，色泽是否理想，匀净度和整碎度良否。如合乎要求的即可选购。

三嗅：嗅闻干茶的香气高低和香型，并辨别有否烟、焦、酸、馊、霉等劣变气味和各种夹什的气味。

四尝：当干茶的含水量、外形、色泽、香气均符合要求后，取数条干茶放入口中含嚼辨味，根据味感进一步了解茶的内质优劣，但这一点需有审评的基本功方能做到。

五泡：茶的内质优劣，可能的话，最好能开汤审评，最

简单的可取一撮干茶(约3~4克)置杯或碗中,冲入沸水150~200毫升,名绿茶不必加盖,其他茶均需加盖,5分钟后将茶汤倒入另一杯或碗中,嗅叶底的香气,看汤色,尝味,观看和触摸叶底。

通过以上方法,基本上可辨别出茶的优劣和有无弊病,可以决定是否购买。当然有条件的话,最好用正规的审评杯碗等具,用标准的审评方法来评定质量之优劣和是否合意。下面简单介绍一下审评的基本程序。

(1) 干看(干茶审评)

取样茶100~150克(必须有代表性)置茶样盘中,摇盘数次,使粗大茶叶浮在上面,细碎末下沉,分成面张、腰档、下身三段,即上、中、下三段。先看面张茶的大小、松紧、色泽的枯润、夹什物的多少以及面张茶所占比例;再看腰档茶的色泽、松紧、身骨轻重和所占的比例;最后看下身茶的破碎程度、片末的多少。综合评定三段茶的比例是否匀称,一般以中段茶多为好,如中段茶太少,被称为“脱档”;如果下身茶太多、太细碎,则要割末,若净度不好,要簸拣。同时,名优茶必须依各自的特殊工艺制作出独特的外形,审评时也要从美学观点来评定其欣赏价值的高低。

(2) 湿看(开汤审评)

开汤,俗称泡茶或沏茶,为湿看内质的重要步骤。开汤前应将审评杯碗洗净按号码排列在评茶台上。取样时一般红、绿、黄、白茶,称取茶样3克置于审评杯内(200毫升水容量的毛茶审评杯则用茶样4克),杯盖放在审评碗内,然后冲入沸滚适度的开水150毫升(正好齐杯口),立即计时,到5分

钟即依次将茶汤倒入审评碗内。先嗅香气，快看汤色，再尝滋味，后评叶底。审评绿茶时，有时先看汤色再嗅香气。乌龙茶开汤审评，是用特别的有盖倒钟形杯（俗称茶瓯），容量为 110 毫升，冲泡前用沸水将杯碗冲洗烫热，置放茶样 5 克，沸水冲泡，须用杯盖刮去杯中水面浮沫，用开水冲去盖面浮沫，立即将杯盖盖好。至 2 分钟后，持盖闻香，倒出茶汤入碗，再冲泡 3 分钟嗅香后倒出茶汤。冲泡第三、第四次时各用 5 分钟，依次嗅香、倒出茶汤、观色、尝味、看叶底。

①嗅香气：香气依靠嗅觉辨别，故评茶前不能在室内抽烟、存放有异味的物品、涂抹化妆品和护肤品，以免干扰嗅觉。嗅香时，应一手拿住已倒出茶汤的审茶杯，另一手微揭杯盖，让杯内香气从夹缝中集中透出，鼻子靠近杯沿深嗅一下，一般为 3 秒左右（时间过长则使嗅觉疲劳，失去灵敏性）。嗅香时应热嗅、温嗅和冷嗅相结合进行。热嗅重点是辨别香气正常与否、香气类型及高低；有时因茶汤刚倒出，杯中热气很强烈，嗅觉神经受高温刺激，敏感性反而不高，故主要通过温嗅来辨别香气的优劣；冷嗅主要是辨别香气的持久程度。如果同一茶类多只样茶一起审评，则以香气的类型、高低、持久程度以及有无异味而排出次序。乌龙茶的嗅香气方法则与上述方法不同，要在茶汤未倒之前，先揭盖碗之盖，沿盖闻香：将杯盖竖起靠近鼻端，此时茶香随水汽蒸发从盖沿散发，用鼻深吸几次，辨别香气类型及高低。其持久性则从数次冲泡中每次嗅闻的减低程度而判别。

②看汤色：汤色又称水色，俗称汤门或水碗。审评看汤色要及时，因为茶汤中的成分和空气接触后很容易发生变化，

绿茶常先看汤色再嗅香气也是这个原因。汤色易受光线、碗色、容量深浅、排列位置、沉淀物多少、冲泡时间长短的影响，故应注意操作，移位比较，用铜丝网将叶渣捞出，用茶匙在碗中打一圈，让沉淀物集中于碗底中央，再按汤色深浅、明暗、清浊等评定优劣。

③尝滋味：滋味靠味觉来区别，茶叶的味感是由舌面上的味蕾接触到茶汤后，因茶叶中呈味物质的数量与组成比例不同，受到不同刺激的兴奋波由神经传导到中枢神经，经大脑综合分析后，产生不同的滋味感。舌头的各部分的味蕾对不同的滋味感受不一样，如舌尖最易为甜味所兴奋，舌的两侧前部最易感觉咸味，而两侧后部易感受酸味，舌心对鲜味最敏感，近舌根部位易辨别苦味，所以尝味时，用瓷茶匙取茶汤一浅匙，吮入口中，嘴微张成一夹缝形，舌尖上翘顶上颚，向内吸气，使茶汤在舌的各部分打转，充分感受到茶中甜、酸、鲜、苦、涩五味。尝味后一般不下咽，以免喝多了影响其他样茶的审评，如样茶的只数少，也可以咽下。用过的匙需用白开水漂洗后，再尝第二只样，以免相互影响。茶汤入口的温度为 50℃ 左右最佳，太烫舌头麻木，太冷不易辨味，且原溶在热汤中的某些成分析出，而使滋味改变，影响结果。最后，以浓淡、强弱、爽涩、鲜滞及纯异等评定优劣。为了不影响味蕾的感觉，评茶前不宜吃葱蒜、糖果等物，并不可吸烟、喝酒。

④评叶底：叶底指泡过的茶渣，从其老嫩、匀杂、整碎、色泽和是否开展来评定优劣。评名茶叶底时一般将叶底倒入漂盘，加入清水，使叶底分散，一目了然；其他茶可以倒入

叶底盘或杯盖中，先将叶底拌匀、铺开、揸平，凭手感知其柔软度和叶厚薄，以辨别采摘标准相同的原料老嫩，再看芽头和嫩叶含量，叶张的卷摊、光糙、色泽、亮度、芽叶均匀和整碎度、净度等。

感官审评是需要实践经验的一种技能，初学者需用心练习，不断提高感觉的灵敏度，加深对每一种特征的色、香、味、形的记忆，逐步练就高超的审评技能。

3. 产地选购

不少爱茶者，一到新茶上市都会付出一定的精力和财力，觅购自己喜爱的花色品种。有经验者，常不在市镇茶叶商店购买，而是直接到产地或生产厂家购得，特别是茶叶经营者更是如此。茶艺馆和各种茶馆为保持经营特色，都希望商品正宗、上乘，有的店主或派专人深入茶区，指定要哪个山头的原料，要哪位师傅炒制，要何等级的茶，或亲临现场，跟随采制，购后带回。可见，好茶之诱惑力。不少生产者深谙消费者心理，在首都北京、上海等非产茶地，在茶店门口摆开了街头炒茶，空运原料，特聘技师，让来往行人驻足欣赏加工技艺之精湛。伴着徐徐释放的茶香，行人都欣然购买货真价实的新茶，以早尝为快。

品茶环境

中国人把饮茶既看作一种艺术，环境便要十分讲究。高堂华屋之内，或朝廷大型茶宴，或现代大型茶馆固然人员众多，容易形成亲爱热烈气氛，但传统中国茶道则是以清幽为

主。即便是集体饮茶，也决不可如饭店酒会，更不可狂呼乱舞。唐人顾况作《茶赋》说：“罗玳宴，展瑶席，凝思藻，间灵液。赐名臣，留上客，谷莺转，宫女濒，泛浓华，漱芳津，出恒品，先众珍，君门九重，圣寿万春。”这里讲朝廷茶宴，有皇室的豪华浓艳，但绝无酒海肉林中的昏乱。皎然则认为，品茶是雅人韵事，宜伴琴韵花香和诗草。看来皎然确实不是一个地地道道的和尚。所以，他在《晦夜李侍御萼宅集招潘述、汤衡、海上人饮茶赋》中说：

晦夜不生月，琴轩犹为开，
墙东隐者在，淇上逸僧来。
茗爱传花饮，诗看卷素裁，
风流高此会，晓景屡徘徊。

这场茶宴中有李传御、潘述、汤衡、海上人、皎然，其中三位文士、官吏，一个僧人，一个隐士，以茶相会，赏花、吟诗、听琴、品茗相结合。陆羽、皎然、皇甫兄弟留下的茶诗或品茶联句甚多，可见在唐代，虽然也强调茶的清行俭德之功，但并不主张十分呆板。唐代《宫乐图》中，将品茶、饮撰、音乐结合，亦颇不寂寞。当然，在禅宗僧人那里，这种饮法是不可以的。百丈制禅宗茶礼，正式称为茶道，主要是以禅理教育僧众。皎然、百丈同为唐代僧人，但其饮茶意境大不相同。

宋代饮茶环境各阶层观点不同。朝廷重奢侈又讲礼仪，实际上主要是“吃气派”。有礼仪环境，谈不上韵味。民间注重友爱，茶肆、茶坊，环境既优雅，又要有些欢快气氛。文人反对过分礼仪化，尤其到中后期，要求回归自然。苏东坡好

茶，以临溪品茗，吟诗作赋为乐事。

元明道家与大自然相契的思想占主要地位。尤其是明，大部分茶画都反映了山水树木和宇宙间广阔的天地。唐寅《品茶图》，画的是青山高耸，古木杈丫，敞厅茅舍，短篱小草，并题诗曰：“买得青山只种茶，峰前峰后摘春芽，烹前已得前人法，蟹服松风朕自嘉”。晚明初清，文人多筑茶室茶寮，风雅虽有，但远不及前人胸襟开阔。文人们虽自命清高，而实际上透出无可奈何的叹息。如《红楼梦》中妙玉品条，自己于小庵之中，虽玉杯佳茗，自称槛外之人，实际不过寄人篱下。自命清高而鄙视刘姥姥，与陆羽当年“时宿野人家”的品格相去远矣。

其实，所谓饮茶环境，不仅在景、在物，还要讲人品、事体。翰林院的茶宴文会，虽为礼仪，而不少风雅。文人相聚，松风明月，又逢雅洁高士，自有包含宇宙的胸怀和气氛。禅宗苦修，需要的是苦寂，从寂暗中求得精神解脱，诗词、弹唱、花鸟、琴韵自然不宜。而茶肆茶坊，却少不得欢快气氛。家中妻儿小酌，茗中透着亲情；友人来访，茶中含着敬意。边疆民族奶茶盛会，表达民族的豪情与民族间兄弟情谊。总之，饮茶环境要与人事相协调。闹市中吟咏自斟，不显风雅，反露出酸臭气；书斋中饮茶、食脯、唱些俚俗之曲自然也不相宜。

中国人所以把品茗看成艺术，就在于在烹点、礼节、环境等各处无不讲究协调，不同的饮茶方法和环境、地点都要有和谐的美学意境。元人《同胞一气图》画了一群小儿边吃茶边烤包子。使人既感受到孩童的可爱和稚气，又体会“手

足之情”。倘若让这些孩子正襟危坐，端了茶杯摇头晃脑的吟诗，便完全没有韵味了。所以，问题并不在于是否都有幽雅的茶室或清风明月。“俗饮”未必俗，故作风雅未必雅。中国各阶层人都有自己的茶艺，各种茶艺都要适合自己特定的生活环境和精神气质。这样，才能真正体会茶的作用。因此，评定茶艺高下很难一概而论，只有从相关的人事、景物、气氛及茶艺手法中综合理解，方能得中国茶道中艺术真谛。

中国历史上，好的茶人往往都是杰出的艺术家，唐代的饮茶集团、五代的陶谷、宋代苏轼、苏辙、欧阳修、徽宗赵佶，元代赵孟頫、明代吴中四杰，清代乾隆皇帝乃至近代文学大家，都是既有很高的文化修养、艺术造诣又懂茶理的。可见，中国人饮茶称方“茶艺”并非自我吹嘘、夸张之词，而确实在烹饮过程中贯彻了艺术思想和美学观点。因此，不能简单地把中国茶艺看作一种技艺，而应全面理解其中的技法、器物、韵味与精神。

茶会的组织

根据茶会的种类，确定茶会的主题、规模、参加的对象、时间、地点、茶会的性质、形式及经费预算。

(1) 茶会的主题：要向邀请参加的对象说明为什么召开本次茶会，主题内容及茶会程序。让每位来宾做到心中有数，事先均有准备。

(2) 茶会的规模：确定会议人数，一般小型茶会在 6 人以内；中型茶会为 7~30 人；大型茶会在 30 人以上。

(3) 参加的对象：确定以哪些人为主体，邀请哪些方面的有关人员参加，考虑到部分邀请人员可能因其他事不来，人数不易掌握，可先发预备通知，附回执，根据回执情况，若人数不足，可以电话通知一些就近人员参加。

(4) 时间：根据主题内容和程序预定茶会日期及具体时间，半日还是一日，还是连续数日。

(5) 茶会性质：是单纯的茶会，还是结合用餐的茶宴，还是配属的茶会，即在全部学术活动中或研讨会中的一项活动。

(6) 茶会形式：可分流水式、固定座席式、游园式、分组式和表演式，也可以选择几种相结合的形式。

(7) 茶会地点：根据以上确定结果，具体落实茶会地点，包括报到地点、用餐地点、茶会地点。如连续开数日，还要安排住宿地点。有时虽只开一日，因有国外代表出席，仍要安排住宿。茶会地点可以选择室内、庭院、公园、游船、山野、郊外等。

(8) 费用预算：这是保证茶会进行的重要一项，应有预算，主办单位才能考虑到有否能力。另外，也要通知每位来宾是否收费，收费多少，这也是来宾来参加与否所考虑的问题。

以上各方面问题做到心中有数之后，组委会要分工落实各项任务，可由组织联络组负责发通知、收回执、邀请领导及有关人员，落实会议议程中的各个项目，包括论文的提交形式和印刷等；可由会务组负责落实各种地点、布置会场、分发资料等；可由生活组负责报到接待、茶水供应和食宿安排；可由茶艺组负责茶艺表演和相关艺术表演。

茶会的准备

茶会地点确定之后，会场要作具体的布置，人员要事先进行培训，资料要提前准备。

1. 横幅的设计

悬挂在会场的横幅，是点出茶会主题的重要直观物，故要精心设计，不同场合用不同的词句，文字要简练，字体要美观大方。如：“95 国际西湖茶会开幕式”、“95 国际西湖茶会茶艺表演主会场”、“95 国际西湖茶会学术报告会”、“95 国际西湖茶会闭幕式”等。

2. 场地布置

①座席布置：根据茶会形式而定。

流水席：适用于节日、纪念、喜庆、研讨、联谊等数种茶会，犹如自助餐的形式。在会场中可设名茶或新产品的展示台；分设几处泡茶台，根据所泡茶的种类作相应风格的环境布置，供应与茶性相配的茶食。由泡茶小姐、先生作泡茶表演，并由宾客自拿一次性杯子和碟子到各泡茶台观看表演和品尝茶汤，并自取相应的茶食。为增加情趣，可安排室内音乐现场演奏，或播放轻音乐或民乐。在沿墙可散放一些椅子，让一些年老体弱者小憩。这种形式，宾客有较大的自由度，可以随时与自己想与之交谈的对象问候、询问、讨论、聊天。茶会有较大的灵活性，譬如结婚仪式之后，新娘、新郎、伴娘、伴郎可泡茶招待亲友，敬公婆茶、敬长辈茶也可在这时进行。又如，可作为学术研讨会的休息场所，调节精神、增

加知识、了解民族风情等。

固定席：适用于茶艺交流、名茶品尝和主题突出的节日、纪念、研讨、联谊等茶会。一般均为大型茶会，大家都坐下来，一起观看茶艺表演，仅少部分人能品尝表演者泡的茶，其他人均由专供茶水的服务员奉茶。这种座席设置，要根据邀请的宾客人数排放，要便于通行和观看。通常像一般戏院和会场的座席设置，即前端舞台上设置泡茶台和宾客代表席，由主宾客共同完成茶艺表演。另一种是没有舞台，在一室的一侧中心设立泡茶台，宾客席呈一字形，或呈 U 字形与泡茶台相对，宾客席中设一条通道或两条通道。

人人泡茶席：这种茶会每个人都是主人又都是客人，这种座席是依自然地形而设，事先用连续编号做好标记，与会者抽签后根据号码，自行设席（详见“无我茶会”一节）。

②**时令装饰：**用时令花卉、盆景布置会场，或悬挂衬托主题的名家书画，以营造茶会气氛。有的庆祝和纪念茶会，放飞气球、和平鸽以增加热烈气氛。

如果茶会采取多种形式相结合的方式进行，则会场可以作相应的布置，有流水席，有固定座席，有人人泡茶席，也有专进行学术讨论的围坐形式或报告会形式。布置具有很大的灵活性，全看茶会设计者的灵感和布置者的用心。

3. 用具物品准备

①**一般准备：**根据邀请的人数准备茶杯和茶叶、热水瓶和茶食、茶食盘等。

②**特殊准备：**根据各个参加茶会的茶道（艺）表演队的事先要求，准备桌、椅或各种茶道具，或者代用道具、座垫、

屏风等。

③主办单位茶道表演的全部用具、物品的准备。

4. 休息准备室

各茶道表演队需预先准备放置好茶道具、化妆、换服装，放置各人随带衣包等，故要有相应的休息准备室，并要在表演场所就近设置，以利出场和退场。若不可能，则要在表演台处布置后台，按表演顺序依次进入后台准备好茶道具，休息、化妆和换衣服则设置在别处。

5. 告示

在茶会不分发程序册的情况下，为使与会者能明确茶会的程序安排，在会场入口处应有告示，张贴茶会程序。另外，在休息准备室也要有告示茶会程序，便于各表演队提早做好准备。

6. 指引牌

对公共设施，要有指引牌，使到会者易找到欲去场所，如餐厅、洗手间、小卖部、茶道表演主会场、分会场、学术报告厅等等。

7. 会议资料

可预先通知参加者自行准备，报到时交给主办单位，统一分发，亦可由主办单位根据与会者提供的资料，统一印刷分发。资料可包括：①各参加团人员的照片，下面注明姓名、年龄、单位、职业和通讯地址、电话、电传号码；②各表演团表演的内容简介，可用照片及简单文字说明；③茶会日程安排及每次茶会的公告。此外，还可编入主席讲话和有关领导致词，以及有关宣传资料等。

8. 人员培训

大型茶会常需很多工作人员，均为有关单位临时派人担当。由于对所从事的工作不熟悉，故在会议前要进行岗位培训，明确临时担当的任务以及如何做好，遇见突发问题该如何处理等，以保证会议有条不紊地进行。

茶会的礼仪

现代的这种有三、四个朋友参加的茶会，其主要目标都是为谈话创造一种宜人的条件。侍应工作和吃喝活动应该尽可能不使谈话中断，一切准备工作都应以此为目标。

食品和饮料。饮料当然是茶。

茶会的准备并不复杂。当然，午后茶会和一家人凑在餐桌上喝茶是不同的。茶会客人可能围坐在炉火之旁，或怡然于临窗一侧，或得趣于花园之中。理想的安排是分设两张桌子，一张设于主人一侧，用以放置茶盘；另一张设于客人近傍，用以放置食品。所有客人的附近，都应有可以放茶杯果碟的地方。如果茶会客人较多，不妨在每两张椅子之间放上小茶几。

主人的茶盘中至少应备有茶壶、滤茶器、茶叶缸、牛奶壶、糖缸和热水壶。每位客人需要一个茶杯和茶杯托（并置有茶匙）、一个小碟和一把小刀。又是用不着的，因为，如果糕点难以用手取食，那就不该端上来。

过去认为茶会不必用餐巾，但今天的许多主人却都采用了。如果用餐巾，则应是小型的，纸质餐巾也完全可以。

茶会开始之时，茶杯放在主人身旁的茶盘中，果碟、小刀和食品则一起放在食品桌上。

通常，当客人到齐之后，女主人即要起身去泡茶。泡得茶来，主人应给每位客人一个果碟和一把小刀，然后开始斟茶。斟茶时，应向每位客人询问是否要加牛奶、糖（或者两者一起加），客人若要，就给加上（但总是应该先斟茶入杯）。然后主人就将茶杯连同茶托递给每位客人。

食品由客人自取，女主人应始终注意客人的茶杯，见到空杯，即给斟满。

吃茶点时，女宾应一手持碟，一手取食；同样，喝茶时应一手持茶托，一手拿杯子；顺便提一下，她不能曲起小手指。

客人应注意不要打扰太久，以免惹人生厌。一小时左右的拜访已经足够。茶会之后，无需写信或打电话向主人再次致谢。

茶室选址

经营型茶室由于本身的性质决定，在具备了明亮整洁、清静优雅等基本条件外，还要具有资金充足、交通便利、水电供应正常、客流量大等条件，以保证茶室的营运。选址一般有以下数类：

一是选在风景名胜區，山水俱佳，为品茗增色。自古以来，文人墨客特别喜爱在山涧、泉边、林间、石旁等处品茗赏景，从而留下了很多名句名画，成为千古流传的珍品。唐

代诗人白居易《睡后茶兴忆杨同州》一诗云：“信脚绕池行，偶然得幽致。婆娑绿阴树，斑驳青苔地。此处置绳床，傍边洗茶器。”元代画家赵原作《陆羽烹茶图》，其上题诗一首云：“山中茅房是谁家，兀坐闲吟到日斜。俗客不来山鸟散，呼童汲水煮新茶。”诗人与画家各具妙笔，道尽了对佳景、品香茗的闲情幽趣。在现代，几乎全国各个风景名胜区内皆设有茶室，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，后来从

这一场景延伸开去，引出了一部著名的小说《金瓶梅》。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，一批高水准、高品味的茶艺馆应运而生，本着推广茶艺的宗旨，专门向大众传送茶艺的廉美和静的意境，应属广大茶人的一大喜讯。

三是选在集墟小镇的生活中心。在每个中国人的乡土情结中，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。

茶室设计

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。

1. 茶室的设计

主体建筑设计视茶室大小而异，一般的有如下设计方案：

(1) 大型茶室

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4~8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1~2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。

(2) 小型茶室

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。

2. 茶室的布置

茶室布置是业主文化修养的综合反映。为能充分显示茶室陶冶情操、令人修身养性的作用，在茶室布置上需下一番功夫，使之既合理实用，又有不同的审美情趣。纵观现代茶室的布置，一般的可以有以下几种类型供选择：

(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，雕花榻扇内是茶艺表演台，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。

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。和式茶室指日本茶室的布置，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。

广大茶艺爱好者不必认为构建品茗环境是件很难办到的事情，其实在普通家庭中，只要略加布置，就可点茶品饮，会客、聚友、家人团圆、也能其乐融融的。

如果居室条件允许，可以在客厅专设一角作为饮茶之处，以矮柜或花架、屏风隔出一小块空间，墙壁装饰尽可能简洁明快，若能悬挂有关茶人茶事的书画条幅固然最佳，若无也无妨，试饰以一把王星记的描金扇子、一件木雕人像或者色泽淡雅的壁毯，同样可取得怡情说性的效果。下摆沙发或藤椅，茶几上置茶具茶点，人来客至，点茶倾谈。近年来西风东渐，年轻人在装修住房时喜欢追潮流，在客厅设吧台酒柜，其实与中国人的生活习惯不符，毕竟日常生活中以酒代茶者不多。我们提倡设置居家饮茶的布置，所费不多，却无形中将几千年的中国文化融入了现代生活之中，可以显示出主人的学识品位。

家居饮茶并无定所，住在底楼的有小院的，可于院中葡萄架下设竹几竹椅品茶，住高楼而又无更大空间者，或在书房，或于卧室，只要记得饮茶原是为生活更美好，一桌一椅，清茶相伴，已是一份难得的心境很好的追求了。

至于非经营型的大型茶会布置，由后面再作详细介绍。

泡茶礼仪

泡茶，是用开水浸泡成品茶，使茶中可溶物质溶解于水，成为茶汤的过程。粗看起来，是人人皆会的，没有学问，其实不然。有的人天天泡茶，但未必领略泡茶真谛，对各种茶

的沏泡特点也不一定能够掌握自如。因为泡茶是一门综合艺术，需要较高的文化修养，即不仅要有广博的茶文化知识及对茶道内涵的深刻理解，而且要具有高度的文明美德，同时深谙各民族的风土人情。正如鲁迅先生曾说过：“有好茶喝，会喝好茶是一种清福；不过要享这种清福，首先必须有工夫，其次是练习出来的特别感觉。”否则，纵然有佳茗在手，也无缘领略其真味。

当今时代，随着人民生活水平的提高，人们的精神风貌也需同步优化。“客来敬茶”是中国民间的传统美德，宾客来访、同窗小聚、亲人团圆，清茶一杯，畅叙胸怀。无论在办公室、会议厅、家庭宅院、风景名胜，人们都可于品茶的同时规划宏图，畅谈前程，洽谈合作，或叙述友情，共享天伦，真是其乐融融。日本女子在出嫁之前，必须学习“茶道”这一课，才不会在众目睽睽之下有失礼仪。如果中国的男女老少，都能在一定程度上了解、掌握泡茶这门艺术，那么，神州大地的精神文明之花，将会开得更加绚丽光彩。

泡茶要领

每一位初学泡茶者，最初只是单纯模仿他人的动作，只知其然不知其所以然；经过不断练习，不断思索，渐渐由形似到神似；再进一步成熟，就有了自己的风格和创造，甚至成为一个流派。

1. “神”是艺的生命

“神”指茶艺的精神内涵，是茶艺的生命，是贯穿于整个

沏泡过程中的连结线。从沏泡者的脸部所显露的神气、光彩、思维活动和心理状态等，可以表现出不同的境界，对他人的感应力也就不同，这反映了沏泡者对茶道精神的领悟程度。能否成为一名茶道家，“神”是最重要的衡量标准。作为一名初学者，不应只拘泥于沏泡动作的到位与否，更应平时多看文史哲类图书，欣赏艺术表演等，从各个方面努力提高自身的文化修养及领悟能力，才能在不断实践中体会到不可言传、只可意会的茶艺“神”之所在。

2. “美”是艺的核心

欣赏茶的沏泡技艺，应该给人以一种美的享受，包括境美、水美、器美、茶美和艺美，此处重点谈谈艺美。茶的沏泡艺术之美表现为仪表的美与心灵的美。仪表是沏泡者的外表，包括容貌、姿态、风度等；心灵是指沏泡者的内心、精神、思想等，通过沏泡者的设计、动作和眼神表达出来。例如，泡茶前由客人“选点茶”，可用数种花色样品由客人自选，“主从客意”，以表达主人对宾客的尊重，同时也让客人欣赏了茶的外形美；置茶时不用手抓取茶样，是讲文明卫生的表现；冲泡时用“凤凰三点头”的手法，犹如对客人行三鞠躬。另外，敬茶时的手势动作，茶具的放置位置和杯柄的方向，茶点的取食方便等均需处处为客人着想。在整个泡茶的过程中，沏泡者始终要有条不紊地进行各种操作，双手配合，忙闲均匀，动作优雅自如，使主客都全神贯注于茶的沏泡及品饮之中，忘却俗务缠身的烦恼，以茶修身养性，陶冶情操。

3. “质”是艺的根本

品茶的目的是为了欣赏茶的质量，一人静思独饮，数人

围坐共饮，乃至大型茶会，人们对茶的色、香、味、形之要求甚高，总希望饮到一杯平时难得一品的好茶，沏泡者千万不可以为自己有青春容貌、华丽服饰、精巧茶具等优势就可以成功。特别是初到一地，由他人提供境、器、水、茶，自己全然陌生，稍一大意，就会有失水准，不一定能泡出好茶来。尤其是在懂茶知茶不多的情况下，更要谦虚谨慎，向他人求教，自己试泡，待掌握了茶性，就能充分发展茶的品质特征。

要泡好一杯茶，应努力以茶配境、以茶配具、以茶配水、以茶配艺，要把前面分述的内容融会贯通地运用。例如，绿茶的主要特点是其碧绿的色泽，有了“干茶绿、汤色绿、叶底绿”的名优茶，在贮存中还要控制多种条件，以保持其“三绿”的特点。沏泡时，能否使“三绿”完美显现，就是茶艺的根本。一般说来，在冲泡前要请客人欣赏干茶样，由于干茶较长时间暴露在空气中，茶样会吸湿还潮，加速了自动氧化，有的还经过鼻嗅、手摸等，使茶的色、香、味、形都起了变化，因此这些小样在观看之后切勿再倒回茶样罐内，应单独放置以作他用。其次，冲泡时尤要注意水温的调整，名茶宜用80℃开水冲泡，并不加盖，避免高温烫熟叶底，不使汤色、叶底泛黄。

4. “匀”是艺的功夫

茶汤浓度均匀是沏泡技艺的功力所在。在港台地区常举行泡茶比赛，评分时除了仪表、动作之外，就看同一种茶谁泡得恰好，三道茶的汤色、香气、滋味最接近，实质上就是比“匀”的功夫：将茶的自然科学知识和人文科学知识全融

合在茶汤之中。用同一种茶冲泡，要求每杯茶汤的浓度均匀一致，就必须练就凭肉眼能准确控制茶与水的比例，不至于过浓或过淡。一杯茶的茶汤，要求容器上下茶汤浓度均匀，如将一次冲泡改为两次冲泡就会有较好的效果。第一次先转动手腕冲入容器 $1/4—1/3$ 的水量，勿使茶叶漂浮在水面，谓之浸润泡，当茶叶吸水舒展（约 20~60 秒）后，第二次用“凤凰三点头”的手法冲水入容器，使茶叶上下翻动，达到茶汤均匀的目的。又如，用壶泡茶，在分茶汤时要用巡回分茶法（美称为“关公巡城”），并以最后几滴茶汤点入茶杯中，调节各杯之间的浓度（美称为“韩信点兵”），有的将茶汤先倒入茶盅（亦称茶海、公道杯），待其均匀后再分注入杯。在调节三道茶的“匀”度时，则利用茶的各种物质溶出速度比例的差异，从冲泡时间上调整。

5. “巧”是艺的水平

沏泡技艺能否巧妙运用是沏泡者的水平。初学者，常常是单纯模仿他人的动作，而不能真正领悟到沏泡精髓，就无法因季节、制作工艺、品质特征等的不同来改变茶与水的比例，调整水温和控制时间等。因此，要反复实践、不断总结才能提高，从单纯的模仿转为自我创新。例如，制作冰绿茶时，为了有良好的风味，要用高级绿茶，因条索紧结需较高水温才能泡出，这样就不利于冷却，解决这一矛盾的方法是将条茶切碎，巧用茶条粗细与物质溶出速率的差异这一原理，这样，60℃的开水就能溶出水浸出物，再经两道冷却，几分钟后就能喝到冰绿茶了。在各种茶艺表演中，更要具有随机应变、临场发挥的能力，都得从“巧”字上做文章。

清饮茶冲泡法

清饮是指饮用单用茶泡成的茶水,是最通常的饮用方法。由于茶类不同,冲泡的方法亦有所区别,现分别介绍如下:

1. 名优绿茶——玻璃杯泡法

(1) 准备:用大、中、小茶盘三只,大盘中放置100毫升容量的无花玻璃杯具(有托)六套,纵向搁置在最左边,中间放置中盘,内放茶样罐、赏茶盘、茶巾及茶巾盘、茶荷及茶匙,小盘中放置开水壶,横放在右侧。

(2) 出场:随音乐节奏缓步行走,主泡和助泡一起行鞠躬礼,主泡坐下,助泡站于主泡右侧。

(3) 备具:主泡双手将茶样罐捧出置于中盘前方,将茶巾盘放于盘后方靠右处,将茶荷及茶匙取出放于盘后方靠左处。

(4) 赏茶:开启茶样罐,用茶匙拨出少许茶样于赏茶盘中,助泡行走至主泡左侧,接过赏茶盘,端给来宾欣赏,然后助泡退至后场。

(5) 置茶:主泡将左侧纵放的玻璃杯盘端起,横放在自己胸前桌上,右手虎口朝下握住杯左侧,左手虎口侧向挡住玻璃杯右侧,同时转动手腕,将倒置的杯翻成杯口朝上。将茶罐打开,用茶匙将茶叶拨入茶荷中,按每杯2克的量计算总量,若一茶荷放不下,可以分次完成,最后将茶荷中的茶样拨入茶杯中。

(6) 浸润泡:双手将茶巾盘中的茶巾拿起,搁放在左手

手指部位，右手提开水壶（开水温度约 80℃），左手指部垫毛巾处托住壶底，右手手腕回转使壶嘴的水沿杯壁冲入杯中，水量为杯容量的 1/4—1/3，使茶叶吸水膨胀，便于内含物析出，约 20~60 秒。

(7) 冲泡：拿壶的方法同上，用“凤凰三点头”法冲水入杯内至总容量的七成左右，意为“七分茶、三分情”。经过三次高冲低斟，使杯内茶叶上下翻动，杯中上下茶汤浓度均匀。

(8) 奉茶：当主泡冲泡完毕，助泡上场，走到主泡左侧，主泡将茶盘交于助泡，助泡后退两步。主泡起身，领头走到客席，双手端杯托一一奉给客人，并行伸手礼；助泡要密切配合。

(9) 品尝：待茶叶舒展后，宾客右手虎口张开拿杯，女性左手托茶杯底，男性可单手持杯，先闻香，再观色、啜饮。

(10) 收具：奉茶完毕，主泡仍领头走回泡茶台，将桌上泡茶用具全收至大盘中，由助泡端盘，共行鞠躬礼，退至后场。

2. 花茶、黄茶、白茶——盖碗泡法。

(1) 准备：用大、中、小茶盘三只，大盘中放置盖碗六套，纵向搁置在最左边；中间放中茶盘，内放花样罐、赏花盘、茶巾盘（内放茶巾）、茶匙；小盘中放开水壶，横放在右侧。

(2) 出场、备具、赏茶：同名优绿茶泡法。

(3) 置茶：主将左侧纵放的盖碗盘端起，横放在自己胸前桌上，左手拇指及中指夹持盖钮侧，食指抵住钮面，将

盖掀开，斜搁于碗托左侧，按顺时针方向将六只盖掀开放好，然后用匙置茶样于盖碗中，以盖碗容量决定茶样量，每 50 毫升容量用茶 1 克。

(4) 冲泡：拿壶的方法同名优绿茶泡法。开水温度为 90～95℃，先用回转冲泡法按逆时针顺序冲入每碗中水量的 1/4—1/3，紧接着用“凤凰三点头”冲水至碗的敞口下限，右手放下水壶，左手按开盖的顺序将盖盖上，静置 2～3 分钟。

(5) 盖碗品饮方法示范：趁静置冲泡的时间，主、助泡分别示范女性和男性的品饮动作。首先，右手拇指和中指夹住盖钮两侧，食指抵于钮面，持盖后转动手腕，使盖里呈垂直朝向自己鼻部，鼻子用力吸气，嗅闻盖面香，愈是优质的花茶则香气愈是鲜灵、浓纯。然后，持盖由碗沿里侧（靠自己身体的一侧）撇向碗外侧，共三次，目的是撇去碗面的浮叶，观看茶汤色泽。最后，将盖斜搁于碗面，使靠近身体的一侧碗里留出一条狭缝，女性应双手端起碗托，将碗托底置于左手掌上，右手用拇指和中指夹住碗沿，食指抵住盖钮，无名指和小指上翘成兰花指，小口从碗面狭缝中啜饮；男性可单手持碗，用拇指和中指夹住盖碗，食指抵住钮面，无名指和小指自然下垂，小口从碗面狭缝中啜饮。

(6) 奉茶：同名优绿茶泡法。

(7) 品尝：方法同 5。

(8) 收具：同名优绿茶泡法。

3. 普通绿茶、花茶、黄茶、白茶、工夫红茶——壶泡法。

(1) 准备：用大、中、小茶盘三只，大盘中放置一壶（带茶船）、五杯（带托）和一只盖置，除工夫红茶用紫砂壶

具外，其余均用瓷壶具，纵向搁置在最左边。中盘与小盘放置位置和内置物品同名优绿茶泡法。

(2) 出场、备具、赏茶：同前。

(3) 置茶：主泡将大盘端放于胸前桌上，左手将壶盖打开，平放于盖置上。用茶匙将茶样罐中的茶叶拨入茶荷中，每壶用茶样 7 克，将茶荷中的茶叶拨入茶壶中。

(4) 冲泡：除绿茶用 80℃ 的开水外，其余均可用 90~95℃ 开水。提壶方法同前，先用回转冲泡法回旋三周冲入开水，再用直流冲水法冲至八成容量，最后用“凤凰三点头”冲至满壶。左手持壶盖由外向内撇去表面浮沫，加盖，静置 2~3 分钟。

(5) 分茶：用茶巾吸干壶底水分，循环倒茶，使每杯茶汤浓度均匀，如第一杯倒入 1/5 容量，第二杯倒入 2/5 容量，第三杯倒入 3/5 容量，第四杯倒入 4/5 容量，第五杯倒至满（总容量的七成），再依四、三、二、一顺序逐杯倒至七成满。

(6) 奉茶、品尝、收具：同名优绿茶泡法。

4. 乌龙茶——壶泡法

乌龙茶因地区差异和茶道具不同，同样用壶泡，方法各异，现分述如下：

(1) 壶盅双杯泡法。

①准备：中置双层大茶盘，上置放茶壶、茶盅及闻香杯、品茗杯各四只；左侧放中茶盘一只，上置茶样罐、装茶匙、茶针、渣匙等的箸筒、赏茶盘、杯托四只、茶巾盘（内放茶巾）；右边置酒精炉及石英开水壶（热源可用煤气、电；壶可用铝质、陶质、不锈钢等）。

②出场：同名优绿茶泡法。

③备具：将左侧中盘中的茶样罐和箸筒一端放在双层大茶盘的左上方，将茶巾盘端放至其右下方，将赏茶盘放在中盘的正中。

④赏茶：双手捧取茶样罐，左手拿罐，右手开盖，用茶匙取样放入赏茶盘中。助泡从主泡右侧走至左侧，端起茶盘，送给宾客赏茶，将空茶盘端回放在原处，然后退至后场。

⑤温壶：主泡左手开启壶盖，右手提开水壶直注开水于泡茶壶中，约为总容量的 $2/3$ ，开水壶复位。左手盖上茶壶盖，双手拿茶巾，放于左手手指部位，右手拇指和中指握住茶壶把，食指抵住壶盖上的气孔或钮基部，左手拿茶巾托住壶底，两手手指部位相对，双手手腕作相反方向转动，开水在壶中晃动，使整把壶的温度一致。然后，右手提起茶壶，手腕上提使手与手臂呈 90° ，手心朝向自己，将壶中开水倒入品茗杯中（以后倒茶均用此手法）。

⑥置茶：左手打开茶壶盖，置于茶盘上，双手捧取茶样罐，摇动后用茶匙将茶样罐中粗大茶叶置于茶壶水孔的一边，细碎的放在壶把一侧，以防止细碎茶叶冲泡后堵住水孔和流。茶样量为茶壶容量的 $1/2$ 左右（如果宾客无饮乌龙茶的习惯，以淡茶为宜，茶样量为壶容量的 $1/3$ 左右），并且茶样量视茶的紧结程度而定，紧结程度高的可少放一些，反之则可略多一些，碎茶多应少放些。如果用茶荷置茶样，则把茶倒入茶荷中，用茶匙将茶的粗细分开，然后分别倒入茶壶中。

⑦温润泡：右手提开水壶沿茶壶口回转冲入 100°C 开水，左手加盖，右手立即提壶（动作同温壶）将温润泡的开水倒

入茶盅中，目的使茶叶湿润并提高温度，使香、味能更好地发挥。

⑧第一泡：当上一步完成后，右手提开水壶回转冲入开水至壶口沿，左手盖上茶壶盖，静置 1 分钟。

⑨温盅及杯：茶盅中盛有温润泡的茶水，右手握盅，左手托盅，温盅手法同温壶，再将盅内开水倒入闻香杯中，逐个将闻香杯及品茗杯中的开水弃去。

⑩倒茶及分茶：冲泡 1 分钟后，将茶壶平提起，用茶巾吸干壶底废水，再将壶侧提起，方法同前，将茶汤倒入茶盅中，最后几滴要全滴入盅中。持盅将茶分倒入闻香杯中，至杯沿下 2 毫米左右。茶盅中留下少许余茶弃之（因有细茶渣）。

⑪奉茶：主泡将品茗杯复在闻香杯中，右手心朝上，用食指、中指夹住闻香杯两侧，拇指抵住品茗杯的杯底，向左侧转动手腕，使手掌朝下，将品茗杯的杯底放在茶托上，端茶托放入左侧中茶盘中。助泡从后场走到主泡左侧，主泡示意礼，助泡端起茶盘向后退数步，让主泡起身走在前面，随主泡走到宾客席，一一奉茶（动作同名优绿茶泡法），完毕后复回原座，助泡将中茶盘仍放在泡茶台左侧，退到后场。

⑫品尝：宾客用拇指、食指夹住闻香杯两侧，稍屈两指旋转闻香杯边向上提，使茶汤都流入品茗杯中，双手合掌捧住闻香杯搓动数下（用手掌保住杯温，并促使杯底香气挥发）。举手至鼻前，将拇指处分开一条缝，使杯口对鼻，用力吸嗅杯底香气，因手掌挡住了香气的散失，使香气集中嗅入鼻中。杯底留香时间越长，则茶的品质越好，可反复搓、嗅

数次。闻香之后，用中指和拇指端起品茗杯，用无名指托于杯底，食指和小指自由伸展（女性左手指托住杯底），观汤色后即可啜饮，以持杯手的虎口对住嘴部，这样啜饮时嘴不外露，以示文雅，分三口喝完，意为“品”茶。

⑬第二泡：主泡将第二道开水冲入茶壶中，静置1分15秒。将茶倒入茶盅中，将茶盅移放到左侧中茶盘中，并放入茶巾盘，由助泡端盘至宾客处分第二道茶至闻香杯中，分毕后复回泡茶台，茶盘复原位。

⑭第二泡的品尝：宾客自行将品茗杯覆于闻香杯上，按前述动作将两杯倒个位，重复第一泡品尝的动作。

⑮第三泡及品尝：同第二泡，只是冲泡后静置时间加长到1分40秒。

⑯收具：主泡将中茶盘中的茶盅放于双层茶盘上，将茶样罐、箸筒、茶巾盘均放于中茶盘中，由主泡端双层茶盘，助泡端中茶盘，行鞠躬礼，退至后场，再由助泡收回茶炉和茶壶。主、助泡再次出场，鞠躬谢礼。

（2）壶盅单杯泡法。

壶盅单杯泡法，即只有品茗杯而无闻香杯，动作大多同上，只是温盅后的开水亦倒入品茗杯中，品茗杯要逐个侧向用拇指、食指、中指三指转动放入另一杯中清洗，也可用竹夹夹杯清洗。分茶时，茶盅将茶直接倒入品茗杯中。品尝时，先端杯闻表面香，观色，啜饮三口。饮毕，复用单手虎口握住品茗杯沿，使整个杯子握在手心，用虎口转动杯数下嗅香，反复数次。

（3）壶杯泡法。

①准备：中置双层大茶盘，上置放茶壶和四只品茗杯，左右侧置放物品同壶盅双杯泡法。

②出场：同壶盅双杯泡法。

③备具：同上。

④赏茶：同上。

⑤温壶：同上。

⑥置茶：同上。

⑦第一泡：右手提开水壶，沿壶口回转冲入开水至壶口沿，左手持盖由外至内撇去壶口泡沫，加盖；右手提开水壶从茶壶盖上洒水，专称为“淋壶”，目的是进一步提高壶温（现有人认为无此作用），顷刻可见茶壶冒热气，壶外壁迅速干燥。“淋壶”后静置时间比温润泡过的要长约12~20秒，视茶紧结程度而定，愈紧结的茶延长时间愈长。

⑧温杯：品茗杯中盛有开水，要依次清洗，用右手的拇指和中指拿取第一只茶杯，拇指靠杯沿，中指扣入杯底圈内，将茶杯侧拿起，将水倒入第二只杯中，并用食指推此杯侧壁，中指向外向内旋转杯底圈，拇指挡住杯口沿，靠三只手指的不同用力方向，将杯子在第二只杯内滚动一周，清洗后倒干水放回原处，随后一一温杯。此法为传统工夫茶的温杯方法。

⑨分茶：右手拇指和中指握壶把，食指抵住盖上气孔或钮基侧部，端起茶壶在茶船上逆时针方向荡一圈，其目的是刮去壶底的水，俗称“游山玩水”；再端壶置茶巾上按一下，将壶底水分充分吸干，用巡回倒茶法分茶，目的使每杯茶汤浓度均匀，最后用滴入法以最浓的几滴茶汤调整各杯茶汤浓度。

⑩奉茶：主泡将茶杯端起，放茶巾上按一下，吸干杯底水分，置茶托上，端托放入左侧中茶盘中。助泡上场站在主泡左侧，主泡示意礼后，助泡端起茶盘倒退数步，主泡起立走到助泡前，领头走到宾客处一一奉茶（方法同名优绿茶泡法）。完毕，走回原位，助泡将中茶盘放在原位。

⑪品尝：方法同壶盅单杯泡法。

⑫第二泡：左手掀开壶盖置茶盘上，右手提开水壶回转冲入开水至壶沿，左手加盖，淋壶，静置时间同第一泡。

⑬分茶：主泡将茶壶沿茶船荡一圈后平提起，放茶巾上按一下吸干壶底水分，放在左侧中茶盘中，并将茶巾盘放入中茶盘，由助泡端茶盘至宾客处一分茶。但因不用盅，各种茶汤的浓度不太均匀。

⑭品尝：同⑪。

⑮第三泡、分茶、品尝：冲泡时间为1分40秒，余同⑫—⑭。

（4）盖碗泡法。

盖碗、四只小杯及双层茶盘一般均为瓷质，用于冲泡高香、轻发酵、轻焙火的乌龙茶较佳。

①准备：泡茶台中置大茶盘，左边放双层茶盘，上面匍放四只小杯及盖碗一套，右边放碗形茶船一只，左侧放小茶盘一只，上置茶样罐、装茶匙和茶针的箸筒、赏茶盘、杯托四只、茶巾盘（内置茶巾），右置炉及开水壶。

②出场：同名优绿茶泡法。

③备具：同壶盅双杯泡法。

④赏茶：同壶盅双杯泡法。

⑤温盖碗：主泡双手将盖碗端放到碗形茶船之前方，右手拇指和食指夹住碗沿，食指抵住碗盖将碗提起放在碗形茶船中，将匍放的四只小杯用拇指、食指、中指三指翻身，杯口朝上，排成四方形。左手掀开盖碗盖，置于盖碗托上（代替盖置用），右手提开水壶，倒入盖碗八成开水（即在翻口碗沿下），左手加盖，右手持碗（方法同前），左手拿茶巾托碗底，两手作相反方向旋转，使盖碗各部分温热，左手复位，右手持碗将开水从碗盖与碗的缝隙中巡回倒入四只杯中，盖碗仍置于茶船中。

⑥置茶：左手打开碗盖至盖置上，双手捧取茶样罐，先摇动一下样罐，用茶匙将面上粗大茶叶拨向一边，先取些细碎的茶置盖碗下层，再取粗大的放上层，冲泡后细茶渣不易倒出。茶样量为盖碗容量的 1/2 左右。同样应视茶的紧结程度、整碎度和饮茶者的口味浓淡进行调整。

⑦温润泡：右手提开水壶用回转手法，沿碗沿冲入开水至满，左手持盖撇去碗面浮沫，迅速加盖，右手三指持碗将温润泡的水倒入茶船中，将盖碗浸入茶船。

⑧第一泡：同壶盅双杯泡法。

⑨温杯：同壶杯泡法。

⑩分茶：冲泡 1 分钟后，右手三指将盖碗提起放在茶巾上按一下，吸干碗壁水分，从盖与碗的缝中将茶汤用“关公巡城”法倒入四只杯中，最后用“韩信点兵”以最浓几滴茶汤来调整四杯茶的浓度，分好茶，盖碗放在双层茶船上。

⑪奉茶：同壶杯泡法。

⑫品尝：同壶盅单杯泡法。

⑬第二泡：将碗形茶船中已冷的开水倒入双层茶船中，右手提开水壶倒入适量开水，将盖碗放入船中，然后同第一泡，静置 1 分 15 秒。

⑭分茶：主泡持盖碗放在茶巾上吸干水分后置左侧中茶盘中，一并放入茶巾盘，由助泡端盘分茶给来宾。

⑮品尝：同⑫。

⑯第三泡、分茶、品尝：冲泡时间为 1 分 40 秒，余同⑬—⑮。

添加茶冲泡法

准备好茶水之后，再加入各种调味料，称为添加茶，如牛奶红茶、柠檬红茶、果汁（晶）茶、姜盐绿茶等等。

1. 牛奶红茶及柠檬红茶制作法。

①准备：泡茶台正中放置中茶盘一只，内置茶样罐、茶匙、茶巾盘、赏茶盘；左侧大茶盘中放置有柄杯、托、匙四套、奶缸、糖缸（带夹）、柠檬切片盘（带夹）；右侧中茶盘中放置茶壶、有胆滤壶（杯）或冲泡器、盖置。

②出场：同名优绿茶泡法。

③备具：同上。

④赏茶：同上。

⑤置茶：主泡将右侧中茶盘端放到胸前桌上，左手打开滤壶盖，放在盖置上，右手拿出滤胆给宾客看一下，复放入。双手捧取茶样罐，开盖用茶匙将红碎茶拨入滤胆中，茶样量 8 克。这时助泡正好将开水壶端上，站在主泡右侧。

⑥冲泡：主泡右手提开水壶，左手用茶巾托住壶底，用巡回手法冲入 90~95℃ 开水 400 毫升，开水壶复位，助泡将开水壶端下。冲水后静置约 2 分钟。

⑦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。然后将茶水倒入茶壶中，将中茶盘端放在泡茶台右侧。

⑧分茶：将左侧大茶盘端放到胸前桌上，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。

⑨添加：牛奶红茶：右手提奶缸将牛奶倒入茶杯中一二成，加方糖 1~2 块。柠檬红茶：右手夹取方糖 1~2 块加入茶杯中，然后夹取柠檬片（预先在圆片半径处切一刀）骑放在杯沿上。添加后，将奶缸、糖缸和柠檬片盘移至大茶盘右侧面，将四杯茶匀放在茶盘中。

⑩奉茶：同名优绿茶泡法。但要注意杯柄的方向，主泡端起茶杯时，杯柄在自己的右侧，送给宾客时，端放到桌上的，要转 180°，使杯柄在客人的右侧，再行伸掌礼。主泡复原位，助泡将空盘放回桌上。

⑪品尝：宾客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。

⑫收具：主泡将桌上所有物品收于盘内，主、助泡各端一盘，行鞠躬礼，退至后场。

在进行过程中，亦可由客人自行添加，即分茶之后，将茶壶（内有余茶）、糖缸、奶缸、柠檬片盘全端放到宾客席上，由客人根据自己的偏好自行添加。

2. 果汁（晶）茶制作。

①准备：将上法中的奶缸、糖缸、柠檬片盘去掉，换上各种浓果汁缸或果晶缸即可。

②—⑧同前一制作法。

⑨添加：在茶杯中加入浓果汁或几匙果晶即可。

⑩—⑫同前一制作法。

3. 姜盐绿茶制作。

①准备：将牛奶红茶及柠檬红茶制作法中的奶缸、糖缸、柠檬片盘换成姜盐缸即可。姜盐可自制，将生姜洗净晾干表面水分，磨出汁液，用纱布滤出姜汁，加入精盐，用电风吹干，放在电磨机中磨成细粉。

②—④同牛奶红茶及柠檬红茶制作法。

⑤配茶：将前一制作法中红碎茶改成绿碎茶，开水温度为80℃，余者均同上。

⑥—⑧同前一制作法。

⑨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。

⑩—⑫同前一制作法。

配料茶制作法

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。

①准备：在泡茶台中间置放大茶盘，内放去盖的盖碗四套，配料缸两只（带匙）；左侧放小茶盘，内放茶样罐、插茶匙及箸的箸筒、茶巾盘、赏茶盘、箸架；右侧小茶盘上放开水壶。

②出场：同名优绿茶泡法。

③备具：将左侧小茶盘中的茶样罐和箸筒一端放在小茶盘的上方，将箸架直放在大茶盘的左上方，右手拿出箸（手心向上），交放在左手（手心向上），拇指、食指、中指控住筷，右手反掌（手心朝上），用拇、食、中三指控住筷，筷尖搁于箸架上，再将赏茶盘移至小茶盘的正中。

④赏茶：同名优绿茶泡法。

⑤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。

⑥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”冲水至翻口沿下。

⑦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），再用手指拿箸（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)。

⑧奉茶：主泡将配料缸取出放在右侧，将茶碗放均匀，这时助泡上场走到主泡左侧，主泡示意礼后，助泡端起茶盘后退，余同名优绿茶泡法。

⑨品尝：宾客先闻香、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，使茶叶和配料移到碗边而食用，别有一番情趣。

L收具：主、助泡奉茶后返回原位，助泡将茶盘放桌上，主泡将桌上所有物品一一收入盘内，两人各端一盘，行鞠躬礼，退至后场。

冰茶制作法

①准备：泡茶台左侧纵放大茶盘，内放玻璃有柄杯、碟、匙四套，冰块缸（带夹）、糖缸（带夹）；中间放置大茶盘，内放茶样罐、冷却壶、有胆滤壶、开水壶、茶巾盘（内放茶巾）、茶匙等。

②出场：同名优绿茶泡法。

③备具：将茶样罐取出放在大茶盘左上方，茶匙及茶巾盘均放在大茶盘右下方。

④置茶：左手打开滤壶盖，放在盖置上，右手拿出滤胆给宾客看一下，复放入。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，茶样量 8 克。

⑤冲泡：右手提开水壶，冲入 60℃ 开水 400 毫升，开水壶复位，静置 2~3 分钟。

⑥倒茶：动作同牛奶红茶制作法。将滤壶中茶倒入冷却壶（内预先放入约 100 毫升水的冰块）。

⑦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。完成后即将此大茶盘移至右侧，取出冷却壶置右侧桌上，其余物品连盘由助泡上场端至后台。

⑧分茶：将左侧大茶盘端至中间横放，将有柄茶杯翻至杯口朝上（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。

⑨奉茶：同名优绿茶泡法。

⑩品尝：同牛奶红茶制作法。

⑪收具：同牛奶红茶制作法。

以上所介绍的几种主要泡茶方法是最基本的动作，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。

茶艺之道

茶艺指制茶、烹茶、饮茶的技术，技术达到炉火纯青便成一门艺术。如庄子写的《庖丁解牛》，那个庖丁为文惠君宰牛，“手之所触，肩之所倚，足之所履，膝之所踦，砉

(huā) 然向然，奏刀騞 (huā) 然，莫不中音：合于《桑林》之舞，乃中《经首》之会。”片刻之间，“讙 (huā) 然已解，如土委地”，文惠君又惊又喜，不由大叫“善哉！”庖丁杀牛已不是一般地屠宰，把牛撂倒完事，而由于多年的训练和研究，已成一门精湛的技艺，成为一门文化。

于茶事亦然。自神农氏尝百草日遇 72 毒得茶而解之之后，人们一直不断地在探索茶的技艺：如何种植，如何制作，如何烤煮，如何饮用。此非易事，陆羽《茶经·六之饮》中讲了“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。”茶艺的主要方面就是这些，即：制造、鉴别、器具、用火、择水、烤炙、碾末、烹煮、饮用。他又指出：“阴采夜焙，非造也；嚼味嗅香，非别也；膾鼎腥瓿，非器也；膏薪庖炭，非火也；飞湍壅潦，非水也；外熟内生，非炙也；碧粉缥尘，非末也；操艰搅遽，非煮也；夏兴冬废，非饮也。”他认为：制茶不能用阴天采摘的、也不能夜间烘焙，鉴别茶不能口嚼辨味、干嗅香气，茶具不能沾腥膻，燃料不能带油烟及腥味，用水不能取用急流和死潭里的水，碾末碾成青绿色或青白色便不佳，煮茶搅动时动作要熟练，不可太快，饮茶要长年饮用，不可夏饮冬废。不难看出，茶事是门大学问。由于茶人不断积累经验，提高煮饮水平，茶人中的大学问家加以总结，并上升成理论，千百年后茶学竟成一门显学，吸引不少佛门高僧、学问大家、墨人骚客习其事、写其事、咏其事，于是茶事不再是一门简单的劳作，而是一门进入文化系列、登大雅之堂的艺术。

古代通晓茶艺的首推茶学专家，杰出者 100 余人，一般

档次不低，如著《述煮茶小品》的宋人叶清臣，天圣二年（1024），累官两浙转运副使、翰林学士、权王司使。著《本朝茶法》的宋人沈括，赵祜嘉祐（1056）进士，累官翰林学士、龙图阁待制、光禄寺少卿。著《茶谱》的明人朱权，系明太祖朱元璋第17子。著《茶寮记》的明人陆树声，嘉靖辛丑（1541）进士，官至礼部尚书。其他名人还有唐代的陆羽、温庭筠、蔡襄，宋代的唐庚，明代的顾元庆、李时珍、许次杼、陈继儒等。连宋代徽宗皇帝赵佶也来了雅兴，著了一本《大观茶论》。至于咏茶诗文，凡唐以后著名诗文大家几乎皆有此类作品，有的并成千古名篇。这些人中大半通晓茶艺。至于茶馆中的茶博士，寺里的茶头，以及善于煎茶待客的家庭主妇，他们经多年历练，自然是行家里手。还有一些嗜茶者，也颇晓茶艺，纵不会烹，也会饮用，且能说个子午卯酉。

以上那些人通过研究、制作、品饮，已训练出对茶精细的感觉。如一篇《茶趣》的文章谈茶之“形”与“色、香、味”时写道：

……好茶的形状也美。“龙井”纤细俊秀，泡出来一芽一叶，便是“一枪一旗”。“碧螺春”柔曼娇弱，沸水一冲，呈现白茸茸的嫩毫。“乌龙”茶苍老虬劲，舒腰展身之后，暗绿的边缘上边泛出一圈红晕。品茶须分色、香、味。“色”比较好辨，上等绿茶，汤如翡翠而略带嫩黄，清澈明净。“乌龙”汤若金橙而稍显棕黄，晶明琛透。红茶汤似琥珀而微泛金黄，鲜艳红亮。……

这没有细微的观察和精细的感觉能品出茶之品位高下？这便是练就的功夫。没有一条好舌头，你能分得出茶的味型

是浓厚、浓鲜、醇和、醇厚、平和、鲜甜、苦、涩、粗老等等？没有一个好鼻子，你能嗅出香气类型是毫香、嫩香、花香、果香、清香、甜香型等等？

由《茶经》一文看，唐代陆羽茶艺非凡，难怪被誉为“茶神”，并在茶馆供奉他的塑像。如他对唐代八大茶区数十种茶排了座次，《茶经·八之出》开头就说：“山南，以峡州上，襄州、荆州次，衡州下，金州、梁州又下……”对水也颇有研究，唐张义新所著《煎茶水记》中讲了个故事：朝官李季卿到湖州，遇见陆羽，他早知此地扬子驿南零水有名，令军士划船去江心取水，请陆羽品尝，陆羽却说这是临岸之水。军士怕受罚，强词辩解。陆羽不吭声，将水倒去一半，再尝一尝，说“这才是南零水”。军士大骇伏罪，承认取水时因船摇晃荡掉了一半，在岸边汲水盛满而归。陆羽借此便说出一番品水的大道理，并排列所见 22 种水的名次。这故事自然有漏洞，江心水、岸边水焉有不混合之理？但陆羽品水的确有真功夫。

茶艺“四要”

茶艺是茶道的重要组成部分。茶艺精湛必须具备“四要”条件：精茶、真水、活火、妙器，四者缺一不可。茶品以形、色、香、味分高下，水产品以清、活、轻、甘、冽别优劣，火以活火为上，器以宜兴紫陶为佳。名茶的形成、品水文学的出现、火候之掌握、茶具之发展历史无不以中国文化为背景，与茶道的发展历史息息相关。

精 茶

要靠感官鉴定茶的形、色、香、味，定出茶品优劣，不历练难得真功夫。品饮名茶是古今时尚。名茶的形成与贡茶、名山、名人、消费市场关系很大；它从一个侧面反映了中国文化的某些特征。

茶艺的第一真功夫是识茶，即能准确地品评茶叶的品质，说出其产地。

评定茶叶品质的优次和等级的高低叫评茶。要评的是茶的形、色、香、味。

茶人评茶不靠仪器，而靠感觉器官审评，不历练难得真功夫。

形，指茶叶外表形状，大体有长圆条形、卷曲圆条形、扁条形、针形、花叶形、颗粒形、圆珠形、砖形、饼形、片形、粉末形等。如有名的龙井“雨前茶”，芽柄上生长小叶，形如彩旗；茶芽稍长，象一枝枪，故称“旗枪”。一斤干茶约三四万颗嫩芽，采摘不易，焙制亦难，加工技艺十分讲究，每锅一次只能炒 2 两，要求茶形“直、平、扁、光”。这是古代钦定贡茶。清代诗人宫鸿历《新茶行》就写的是这件事，原诗是：

进茶例限四月一，
三月寒犹刺人骨。
旗枪未向雪中生，
檄符已自州城出。

清代诗人袁枚在《谢南浦太守赠芙蓉汗衫雨前茶叶》一诗中

写道：

四银瓶锁碧玉英，
谷雨旗枪最有名。
嫩绿忍将茗碗试，
清香先向齿牙生。

凡是名茶，都很注意茶叶之形，使之成为艺术品，供人观赏，这也很符合茶道宗旨。正如同舞蹈艺术，颇重体态语言和身体造型。古人饮末茶，任什么茶皆碾为齏粉，无形可观，要认出是什么茶，确要熟悉茶叶其他特性，方能定评。由饼茶、末茶转到饮毛茶，可品其味又可观其形，实是茶道一大进步。

色，指干茶的色泽、汤色和叶底色泽。因制法不同，茶叶可做出红、绿、黄、白、黑青等不同色泽的六大茶类，茶叶色度可分为翠绿色、灰绿色、深绿色、墨绿色、黄绿色、黑褐色、银灰色、铁青色、青褐色、褐红色、棕红色等，汤色色度分为红色、橙色、黄色、黄绿色、绿色等。如倍受英国人青睐的祁门红茶，茶叶呈红色，汤色红艳明亮，英人喜以牛奶佐茶，调入后茶汤呈粉红色。古人有不少茶诗写“色”以咏茶，如“绿嫩难盈笼，清和易晚天”（唐·齐己《谢中上人寄茶》）、“入座半瓯轻泛绿，开缄数片浅含黄”（唐·陆希声《茗坡》）等。有经验的茶人不仅会辨色，还能由色知茶叶鲜活与否。陈年茶叶底色不活，如同老姬饮酒后也会“面若桃花”，但终归当不得新娘；而少女的红晕自然天成，总能给人以美感。

香，指茶叶经开水冲泡后散发出来的香气，也包括干茶的香气。香气的产生与鲜叶含的芳香物质及制法有关。鲜叶

中含芳香物质约 50 种，绿茶中含 100 多种，红茶中含 300 多种。按香气类型可分为毫香型、嫩香型、花香型、果香型、清香型、甜香型等。如古代与西湖龙井并称的武夷岩茶，生于多云雾的峰岩间，所受日照不烈，气候温和且多雨，有益于茶香有效物质的生成。古人评价武夷岩茶“臻山川精英秀气所钟，品具岩骨花香之胜”。成茶以香型命名的有“白瑞香”、“石乳香”等。其茶品饮时清冽幽香，余香绵水。茶诗中不少篇什描写茶香。如陆游的《北岩采新茶欣然忘病之未去也》：

细啜襟灵爽，微吟齿颊香。

归时更清绝，竹影踏斜阳。

细细品饮新茶，顿觉神清气爽；轻声吟哦诗作，竟然是茶香满口。中医讲，芳香开窍。品茶后归家，虽天色已晚，身隐竹丛，脚踏斜阳，但心志愉悦，竟忘自己是病魔缠身之人。诗人写茶着眼于茶香及品饮效果。茶之本身给人带来的享受主要是香气和味道，舍此则无资格充当高级饮品。香气与味道相比，香气为重。茶人对茶香孜孜以求，于是便有花茶问世。清代顺康年间，金陵（今南京）有个闵姓徽州人，首创茶叶中加入兰花烘焙，名兰花方片，后叫“闵茶”，开后世窰花茶之先河，于是茉莉、珠兰、玳玳花、玫瑰、桂花、柚花皆用来焙制花茶。慈禧太后深悟此道，以时令鲜花随泡随饮，一增茶品，二可养生。清人胡会恩《珠江杂咏》中“酒杂槟榔醉，茶匀茉莉香”就写的是茉莉花茶。在花茶族类中茉莉花茶最负盛名，今已风靡全国。茶之香融入花之香确令齿牙生香、余香隽永。

味，指茶叶冲泡后茶汤的滋味。茶叶与所含有味物质有

关：多酚类化合物有苦涩味，氨基酸有鲜味，咖啡碱有苦味，糖类有甜味，果胶有厚味。按味型可分为浓厚、浓鲜、醇和、醇厚、平和、鲜甜、苦、涩、粗老味等。味型近似区分极难，全靠舌头的精细感觉。“味击睡魔乱，香搜睡思轻”（唐·齐己《尝茶》），说明“味”与“香”于茶品同等重要。

说出茶之形、色、香、味凭感官的真功夫，要道出茶之产地就必须熟悉全国各主要茶区及产茶情况，特别是对当时的名茶更应了如指掌，否则算不上高手。

中国茶道以中国文化为依托，中国名茶的形成也大多与民族文化相联系。

中国是个小农社会。士、农、工、商，以农为本。中国的小农经济如汪洋大海。农民的最高追求是“三十亩地一头牛，老婆娃子热炕头”。要实现这一小康理想又寄希望于圣明天子和铁面清官。所以，农民历来是“反贪官不反皇帝”，皇帝实在不中了就举旗造反，搞成功了便拥戴一个新皇帝。农民的“官本位思想”根深蒂固，在他们眼中，天下最大号“名人”莫过于皇帝。茶叶选为贡茶便觉十分荣耀，史官堂而皇之载入史策，后辈人也不大去追想进贡之苦，反对此津津乐道。凡皇帝首肯的茶便是钦定“名茶”，如贫儿中状元，转眼间身价百倍。

就如龙井茶而言，明人认为此茶平平，袁宏道评价说：“……龙井头茶虽香，尚作草气。”茶品逊于徽州松萝茶。但也该龙井走运，碰上乾隆下江南，在龙井村附近的狮子峰下胡公庙中歇脚，和尚端来一碗龙井茶，乾隆旅途劳顿本已渴茶，加之庙里环境优雅，品饮效果自然最佳。细一琢磨，茶

名龙井，山名狮峰，庙前茶树有 18 棵，皆是吉兆，于是龙心大悦，当即金口吐玉言，封庙前 18 棵茶树为“御茶”。

上之所好，下必盛焉。关于龙井茶的诗文连篇累牍，龙井茶在市场走俏，茶农也不负国人厚望，努力改进种植与制作技术，使龙井茶名符其实，历数百年之努力，今之龙井非昔之龙井，称之为“状元茶”当之无愧。

洞庭东山在太湖之滨，洞庭西山屹立于太湖一小岛上，与东山遥遥相对，相传是吴王夫差与西施的避暑胜地，乃“王气”之所在，山自然名闻遐迩。洞庭二山气候温和，冬暖夏凉，宜于种茶，《茶经》有载，但质地太差，评价不高。到宋代，经该地水月院和尚的努力产出“水月茶”，总算创下了牌子，可算作地方名茶，顶多算个“举人”级别。后来发了迹，《清朝野史大观》（卷一）载：

洞庭东山碧螺峰石壁，岁产野茶数株，土人称曰：“吓杀人香”。康熙己卯车驾幸太湖，抚臣宋犖购此茶以进，圣祖以其名不雅驯，题之曰“碧螺春”。自是地方有司，岁必采办进奉矣。

此事发生在康熙三十八年（1699）。抚臣宋犖是当时著名诗人，工书画，善品茗。“吓杀人香”产于东山碧螺峰，系茶农朱元正制作，每斤价值 3 两白银。康熙因茶产于碧螺峰，茶叶又卷曲似螺，便以“碧螺”名之。自此碧螺茶荣登金榜，列为“不可多得”的贡茶。文人发挥想像力，竟称此茶是美人酥胸烘焙而成。山舟学士梁同书写了一首《谢人惠碧螺春茶》诗云：

此茶自昔知者稀，

精气不关火焙足。
蛾眉十五来摘时，
一抹酥胸蒸绿豆。
纤袂不惜春雨干，
满盏真成乳花馥。

大凡在那个时代，茶如寒士，要有出头之日，就得争取成为贡茶，就如寒士谋功名“入仕”一般。一旦皇帝垂青，便点了“茶状元”。否则，茶品再好，终无识者，难免受委屈；寒士学问再高，若科考不顺就不能入仕，结局便是老死柘下。所以说，茶中有道！

此类例子尚多，不一一列举。中国茶道以 1000 余年的封建文化为背景，自然要打上时代的烙印。中国旧时代的国情是“皇帝说了算”，连茶也难超脱。而在美国，总统的名字不一定比一个恶棍的名字值钱，如闻名美国的盗匪杰西·詹姆斯的签名比华盛顿的签名价格高，暗杀肯尼迪总统的凶手签名的价格售价高出被害人签名价格两倍，杀害第二任总统麦金莱的凶手的签名，比被害人签名的售价高出 50 倍。起支配作用的不是道德和权威，而是市场规律。坏蛋签名少，价便高；总统签名多，易于得到，价便低廉。为了宣传商品，他们也拉总统、名人作广告，但商品的质量最终还要由专家和广大消费者认可。仅此一端，也可看出中西文化的差异。

名茶的确认一靠皇帝，第二便靠神仙。皇帝至尊至贵，他上管天庭诸神，下管黎民百姓，在外国厉害得不得了的神仙在中国屈居第二。许多名茶若与皇上无缘，便要同神仙搭上关系。如四川古老的蒙顶茶，传说是山顶甘露寺的普慧禅师

(俗名吴理真)亲手种植,茶树“有云雾复其上,若有神物护之者”。茶树植于中顶上清峰,只有7颗,大概取北斗星座之数。春天采摘时,由县令择吉日,沐浴斋素,着朝服,率僚属,设案焚香,跪拜再三。然后选派12位僧人入园,每芽取1叶,共采365叶,再交僧人焙制,入瓶封装,入贡京都。这12位僧人暗示12月,365叶暗示一年365天,取岁岁平安之意。如此神秘兮兮,蒙顶茶便被传说渲染成“仙茶”。仙茶令人长生不老,焉能不名?

蒙顶茶以“仙”闻名,产于皖西的“六安瓜片”以“神”闻名。神奇在两件事上:一是茶农胡林在茶馆泡此茶,碗中竟腾起朵朵云雾,竟如金色莲花,异香袭人,皆叫“好茶!好茶!”胡林回山再寻采茶处,竟如误入桃花园的武陵渔人,重访美妙处不可复得;二是中唐著名宰相李德裕作了个试验,烹此茶浇到肉食上,放入银盒之中。次日开盒验试,肉已化为水。此茶剋化肉食的效能胜过三酸合成的王水,你说神奇不神奇?两件事皆有时间、有地点、有见证人,你是信或不信?中国古代的知识分子叫“士”,中国的士学问限于文史哲,不晓数理化。士对此谜解不开,广大农人更是昏昏然,似乎也无人去深究,于是“舆论定势”:六安瓜片是神茶,神茶焉能不名?若是近代,那就要对茶作理化分析,算出含有多少儿茶素、氨基酸、咖啡碱,算出含有多少有益人体健康的微量元素。

与神、与佛相关的名茶传说很多,如铁观音、普洱茶、大红袍、洞宾茶、桂平西山茶、惠明茶等,其传说之多足够编一本厚厚的书。

当然，名茶的产生不可忘记文人的功劳。茶事源于四川，早在西晋时代，诗人张载在成都写了第一首茶诗《登成都楼》，“芳茶冠六清，滋味播九区”便是诗中佳句。《周礼·天官·膳夫》中“六清”指水、浆、醴、醇、医、醕（yí）等六种饮料。早在1600年前茶就已列为饮料之首，“播九区”则说明饮茶不局限于四川，已普及到全国广大地区。”扬子江心水，蒙山顶上茶”这是脍炙人口的咏茶名句。又如明朝童汉臣《龙井试茶》诗：“水汲龙脑液，茶烹雀舌春。因之消酩酊，兼以玩嶙峋。”唐代诗人杜牧《题茶山》中盛赞阳羨茶：“山实东吴秀，茶称瑞草魁。”宋代范仲淹赞颂武夷茶：“年年春自东南来，建溪先暖冰微开。溪边奇茗冠天下，武夷仙人自古栽。”崔道融《谢朱韦侍寄饮蜀茶》：“瑟瑟香尘瑟瑟泉，惊风骤雨起炉烟。一瓯解却山中醉，便觉身轻欲上天。”明代黄宗羲《余姚瀑布茶》：“檐溜松风方扭尽，轻阻正是采茶天。相邀直上孤峰顶，出市都争谷雨前。两管东西分梗叶，一灯儿女共团圆。妙春已到更阑后，犹试新分瀑布泉。”宋代诗人梅尧臣称颂鸦山茶道：“昔观唐人诗，茶韵鸦山嘉。江南虽盛产，处处无此茶。”革命领袖朱德同志《庐山云雾茶》：“庐山云雾茶，味浓性泼辣。若得长年饮，延年益寿法。”近代文化名人郭沫若《题高桥银峰茶》：“芙蓉国里产新茶，九嶷香风阜万家。肯让湖州夸紫筒，愿同双井斗红纱。脑如冰雪心如火，舌不啮钉眼不花。协力免教天下醉，三闾无用独醒嗟。”……这类咏茶诗文多得不胜枚举。这些茶正是靠“文艺搭桥”而走出故土，饮誉全国。

古今名茶榜变化较大，清代名茶主要有武夷岩茶、西湖

龙井、黄山毛峰、徽州松萝、苏州洞庭碧螺、岳阳君上银针、南安石亭豆绿、宣城敬亭绿雪、绩沔金山时雨、泾县涌沔火青、太平猴魁、六安瓜片、信阳毛尖、紫阳毛尖、舒城兰花、老竹大方、安溪铁观音、苍梧六堡、泉岗辉白和外销“祁红”、“屯绿”等等。建国后名茶又有后起之秀，超过百余种，由于内销和外贸的刺激，全国数千种茶叶如莘莘学子，参加7月的高考，攒足劲在几年一次的评比会上登台亮相，一决雌雄。金榜变化较大，选手时有沉浮。在商品市场地位较稳定的多是老牌名茶，如西湖龙井茶、太湖碧螺春、信阳毛尖、宜兴阳羡茶、祁门红茶、普洱茶、屯溪绿茶、武夷岩茶、安溪铁观音、普陀佛茶、太平猴魁、庐山云雾茶、君山银针、都匀毛尖、黄山毛峰、桂平西山茶、蒙顶茶、惠明茶等。这些茶叶盛名不衰的原因一是有过“贡茶”历史，如同人才招聘讲究大专以上文凭；二是产于名山；三是得到过名人赞赏，有诗文以证其事；四是在消费市场走俏。当然，名茶决非徒具虚名，无论理化检验或感官审评，其形、色、香、味都可拿个高分，茶品堪称上乘。

虽然讲了这些，但不能苛求茶人得是茶学专家。对一般茶人要求不能太高，只要能靠感官认出茶之真假、优劣可也。茶艺的重点是操作，烹出好茶来。若茶烹得象沟渠中之弃水，难以入口，茶人有何雅兴品饮悟道呢

真 水

古人烹茶讲究精茶、真水。陆羽论择水以“山水上，江水中，井水下”，雨水、雪水是“天水”，烹茶亦佳。宜茶之水一般要清、活、轻、甘、冽。茶趣之一是择水，汲

水自煎茗乃文人雅事。品水文学是茶道开出的奇花异卉。择水固然重要，但古人将此事复杂化了，为孰是“天下第一水”争论上千年也实在小题大作。但无论合理与不合理，皆从一个侧面反映了中国文化。

茶是灵魂之饮，水是生命之源。

茶中有道，水中也有道。

老子说：“上善若水，水善利万物而不争。”如此无私谦虚，善哉，水也！

庄子《天道》说：“水静则明烛须眉，平中准，大匠取法焉。水静犹明，而况精神。”如此公正客观，善哉，水也！

唐末刘贞亮提出茶有“十德”，日本明惠上人提出茶有“十德”，孔子则认为水具有“德、义、勇、法、正、察、善、志”诸种美好的品行，并说“是故君子见大水必观焉”（《荀子·宥坐》），如同顶礼膜拜圣者一般。

茶是什么？在植物学家眼中它是“原产于我国西南部的常绿灌木、乔木、半乔木。两性花。球形塑果。嫩叶可作药用、食用、饮用。含有 100 多种成分，主要有咖啡碱、茶碱、可可碱、氨基酸、鞣酸、儿茶素、挥发油等。属山茶科的山茶属，山茶属约 250 种，划为 20 组，其中茶组可饮用。”仅此而已，无什么“道”、无什么“德”之可言。但中国人会琢磨，竟赋予茶以性灵，生发出“道”来“德”来，以至我们得写专著加以阐明。

水是什么？在西方人眼中是 H_2O ，无色、无味、无嗅、液态。仅此而已！水是生命之源，但决非道德之本、修养之本、

精神之本。但中国文化赋予水以性灵。

好茶需好水。所以明人许次纾在《茶疏》中说：“精茗蕴香，借水而发，无水不可与论茶也。”明人张大复在《梅花草堂笔谈》中说：“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，茶只八分耳。”他认为择水重于择茶，二等茶用上等水可烹出上等茶，而上等茶用二等水就只能烹出二等茶。

所以，古人讲究精茶、真水，明人张源在《茶录》中说：“茶者，水之神；水者，茶之体。非真水莫显其神，非精茶曷窥其体。”这就讲透了茶与水的关系。茶是水之灵魂，无茶便无茶事；水是茶的载体，没水煮不成茶。按化学书上的说法：茶是溶质，水是溶剂，茶汁是水的溶解液，——但这太枯燥，远没古代茶人富有想像力，这也不是中国人描述事物的习惯方式。

中国人擅长整体思维，无论宇宙与人世间有多复杂，不过是“太极生两仪，两仪生四象，四象生八卦”，不过是“金、木、水、火、土”……对茶道亦然，在择茶的同时就把择水的问题提了出来。还把茶事方方面面想了个周全。如择水，早在唐代，陆羽就已将其列为“茶有九难”之一，在《六羡歌》中说：

不羡黄金罍，不羡白玉杯；

不羡朝入省，不羡暮入台；

千羡万羡西江水，曾向竟陵城下来。

黄金、白玉的酒器，高官厚禄，皆不动心，而家乡竟陵（今湖北天门县）的西江水使陆羽羡慕不已。当然，不仅仅因为

“美不美，家乡水”，发思乡之情，而出自功利目的，他认为：竟陵西江水最宜于烹茶。

《茶经·五之煮》写道：

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，久食令人有颈疾。又水流于山谷者，澄浸不泄，自火灭至霜郊以前，或潜龙畜毒于其间，饮者可决之，以流其恶，使新泉涓涓流，酌之。其江水，取去人远者。井，取汲多者。

不必细作分析，读者就会估摸出陆羽“择水”之论有多少科学性；当然，掌握近代科学知识的茶人也不应苛求古人。

据化学分析，水中通常都含有处于电离子状态下的钙和镁的碳酸氢盐、硫酸盐和氯化物，含量多者叫硬水，少者叫软水。硬水泡茶，茶汤发暗，滋味发涩；软水泡茶，茶汤明亮，香味鲜爽。所以软水宜茶。用感官择水，现代饮用水的标准是无色、透明、无沉淀，不得含肉眼可见的微生物和有害物质，无异嗅和异味。按古人经验，水要“清”、“活”、“轻”、“甘”、“冽”。“清”就是无色、透明、无沉淀；“活”就是流动的水，“流水不腐，户枢不蠹”，活水比死水洁净；“轻”指比重，比重轻的一般是宜茶的软水；“甘”指水味淡甜；“冽”指水温冷、寒，冰水、雪水最佳。古人琢磨出的这五条是科学的。

照说择水不难，但古人把此事搞得十分复杂。光研究水的专著就有好几部，如唐代张又新的《煎茶水记》，宋代欧阳修的《大明水记》，叶清臣的《述煮茶小品》，明代徐献忠的《水品》，田艺蘅的《煮泉小品》，清代汤蠹仙的《泉谱》等等。

更不可思议的是竟为水的等次自唐至清争论上千年还无结论。

事情的导因是唐人张又新在其《煎茶水记》中“披露”已作古的茶神陆羽将“天下之水”排了座次，“庐山康王谷水帘水”居榜首，昔人称誉的“蒙山顶上茶，扬子江心水”其中的“扬子江南零水”屈居第六，第二十名是“雪水”。张又新又兜出已故刑部侍郎刘伯刍的“排名录”，将“扬子江南零水”列为榜首。张本人又提出第一非“桐庐江严子滩水”莫属。此后有欧阳修、宋徽宗、朱权、张谦德、许次序等人加入争论。此事起因就很可疑，唐时交通不便，陆羽纵是品水天才，能走遍全国尝遍“天下之水”吗？将水分等且划分如此细，大可不必，但诸位茶学专家如此认真又非偶然，这是封建等级观念使然。人既分等，水有灵性，自然也该分等。中国的士一般不亲事劳作，生活节奏慢，有雄心悟大道做大学问，也有耐心小题大作。

不管此事值不值得争，反正争了上千年，最终还是靠“一把手”表态解决问题。精于茶道的乾隆皇帝亲自调查，钦定北京玉泉水为“天下第一泉”，并撰写《玉泉山天下第一泉记》文曰：

尝制银斗较之：京师玉泉之水，斗重一两；塞上伊逊之水，亦斗重一两；济南之珍珠泉，斗重一两二厘；扬子江金山泉，斗重一两三厘；则较之玉泉重二厘、三厘矣。至惠山、虎跑，则各重玉泉四厘；平山重六厘；清凉山、白沙、虎丘及西山碧云寺，各重玉泉一分。然则更无轻于玉泉者乎？曰有，乃雪水出。尝收集素而烹之，

较玉泉斗轻三厘。雪水不可恒得，则凡出于山下而有冽者，诚无过京师之玉泉，故定为“天下第一泉”。

（见清·梁章矩《归田琐记》）

乾隆皇帝聪明智商高，用“比重法”定高下，妙！这也有一定科学道理，比重轻的一般是宜茶的软水。

茶中有道。这反映了中国一个有趣的文化现象：“官大表准”！——这个故事讲的是几个人对时间，在弄不清时间标准的情况下，人们的习惯心理是谁的官阶高，谁的手表便走时准确，便以此为准校正手表走时。皇帝是天子，举足为法，吐词为经，乾隆说玉泉是“天下第一泉”，谁还有胆量再说三道四！不服？忍着。自此不再为水的等次费唇舌了。

究竟什么水宜茶呢？一般人赞同陆羽的观点：“山水上，江水中，井水下。”这是以水源分类，还要加上天上落下的雨水、雪水，还有今之自来水，蒸馏水。何种为佳？得具体分析。由于工业污染，“扬子江心水”大概无资格充当“水状元”了。

古人对烹茶用水并不教条，仍相信自己的经验或直觉，就地取材。事实上天下人不可共饮一泉，何况茶人更重的是品茗之趣。由此而生发的“品水文学”旨在写茶趣，写情怀。咏泉水的，如：

坐酌泠泠水，看煎瑟瑟尘。

无由持一碗，寄与爱茶人。

——唐·白居易《山泉煎茶有怀》

泻从千仞石，寄逐九江船。

迢递康王谷，尘埃陆羽仙。

何当结茅屋，长在水帘前。

——北宋·王禹称《谷帘泉》

飞泉天上来，一落散不收。

披岩日璀璨，喷壑风飚飏

采薪爨绝品，诧茗浇穷愁。

敬谢古陆子，何来复来游。

（注：爨，音 cuàn）

——南宋·朱熹《康王谷水帘》

其它如“文火香偏胜，寒泉味转嘉。”（唐·皎然《对陆迅饮茶目山茶因寄元居士晟》）“银瓶贮泉水一掬，松雨声来乳花熟。”（唐·崔钰《美人尝茶行》）“自汲香泉带落花，漫烧石鼎试新茶。”（宋·戴昺《赏茶》）等。

咏江河水的，如：

江湖便是老生涯，

佳处何妨且泊家。

自汲淞江桥下水，

垂虹亭上试新茶。

——宋·杨万里《舟泊吴江》

蜀茶寄到但惊新，

渭水蒸来始觉珍。

满瓯似乳堪持玩，

况是春深酒渴人。

——宋·余靖《和伯恭自造新茶》

桃花未尽开菜花，

夹岸黄金照落霞。

自昔关南春独早，
清明已煮紫阳茶。

——清·叶世倬《春日兴安舟中杂咏》

这三首诗第一首歌咏吴淞江，此水源于太湖，至上海与黄浦江会合，由吴淞口入海。陆羽择水排名录上位列十五。第二首咏渭水，未入排名录。渭水系黄河支流，流经黄土地带，一般人认为水浊不宜泡茶，但明人许次杼认为“浊者，土色也。澄之既净，香味自发。”并说“饮而甘之，尤宜煮茶，不下惠泉。”看来他说的很有道理，诗人余靖用渭水烹蜀茶，觉其味“珍”。第三首咏汉江水，即陆羽排名录上的“汉江金州上游中零水”，排名十三。舟行江中，汲水烹茶，自然别有情趣。所烹紫阳茶系唐代贡茶，明清及民国时代畅销大西北，并经“丝茶之路”远销中东、北非。

咏井水的，如：

我有龙团古苍璧，
九龙泉深一百尺。
凭君汲井试烹之，
不是人间香味色。

——宋·欧阳修《送龙井与许道人》

咏井水的佳句还有“碾为玉色尘，远汲芦底井。”（宋·梅尧臣《答建州沈屯田寄新茶》）“莆中苦茶出土产，乡味自汲井水煎。”（元·洪希文《煮土茶歌》）“下山汲井得甘冷。”（宋·杨万里《谢木菴之舍人分送讲筵赐茶》）等。井水是浅层地下水，易污，易腐。宋人唐庚《斗茶记》云：“茶不问团夸，要之贵新；水不江井，要之贵活。”如何活？陆羽的经验是

“井水，取汲多者”，“汲多则水活”。

雪水、雨水，古人誉为“天泉”，宜于煮茶。分析表明，雨水雪水是软水，硬度一般在 0.1 毫克当量/升左右，含盐量不超过 50 毫克/升，较纯洁。咏雪水佳句有“融雪煎香茗”（唐·白居易《晚起》）“细写茶经煮香雪”（宋·辛弃疾六么词令）“试将梁苑雪，煎动建溪春”（宋·李虚已《建茶呈学士》）“夜扫寒英煮绿尘”（元·谢宗可《雪煎茶》）等。

茶人如此重视水质，“真水”又不是随处可汲，于是一门特殊服务行业——运水业应运而生。此业始于明代，明人李日华书有“运泉约”，说明双方买卖宜茶泉水的交易情况，并以此为凭。这是专为饮茶者服务的行业。这一古老行业在大陆今不复存，但在台湾至今还有操此业者，多是茶艺馆购买，5 加仑一桶的泉水时价 50—70 元（台币）。运泉人一要会找泉，二要会品水。他们的经验是远离人烟、水温冬暖夏凉、甘而不寒的泉水最佳，用这样的泉水烹茶，茶味发挥好，茶水口感好，不咬舌（涩感）。同一口泉，秋季最佳。而且据说全年以端午节 11 时 45 分到 12 时 15 分取的“午时水”最佳，可经年不坏，卖价亦高平时一倍。这一说法不大可信，或许为了渲染行业神秘色彩并哄抬水价故如此说。与之相类似的说法是端午节“百草皆可入药”。这不科学，但是一种值得研究的文化现象。其中有“道”。

买水烹茶于茶道是大煞风景的，因为择水亦是茶趣之一端。买水实出无可奈何。茶人亲自汲泉煎茶，是心灵的享受，颇有诗情画意。如诗人陆游居蜀效蜀人煎茶，并写下《夜汲井水煮茶》，原诗是：

病起罢观书，袖手清夜永。
四邻悄无语，灯火正凄冷。
山童亦睡熟，汲水自煎茗。
锵然辘轳声，百尺鸣古井。
肺骨漂寒清，毛骨亦苏省。
归来月满廊，惜踏疏梅影。

诗人病卧床榻，以书为友。大概病稍有转机，下床走走，此刻已夜深人静，寂寞、凄冷，如何打发这漫长的夜晚？于是诗人效蜀人亲自汲水煎茶。锵然之声在深深的古井里迴响，水甘冽，沁人心脾，周身毛孔为之通达，病似乎又减了几分。归来时心情更为舒畅，月满长廊，疏疏的梅影印在地上，如诗如画，真不忍践踏这如画的梅影。这首诗写诗人在汲水煎茗时心灵的感受。苏东坡也写有《汲江水煎茶》，一个汲的井水，一个汲的江水，水不同，茶趣却异曲同工。诗云：

活水还须活火烹，
自临钓石汲深清。
大瓢贮月归春瓮，
小杓分江入夜瓶。

雪乳已翻煎处脚，松风忽作泻时声。
枯肠未易茶三碗，卧听山城长短更。

这首诗写出了从汲水到饮茶的全过程，是一人表演的茶道，相当于“独脚戏”。对于烹茶苏东坡比陆游更内行，南宋的胡仔在《茗溪渔隐丛话》中评论道：“此诗奇甚！茶非活水，则不能发其鲜馥，东坡深知此理矣！”下杓之处水不湍急，亦非深潭，水质鲜活且较洁净。“活水还须活火烹”，仅此一句，足

以说明苏子是茶道高手。“大瓢贮月”、“小杓分江”，汲水之乐溢于言表。后四句写煎写饮，写形写声，无不中规中矩。

总之，在茶艺中“水”与“茶”是最重要的两件事，是材料也是技巧，二者相辅相成，缺一不可。

活 火

茶有九难，火为之四。烹茶要“活火”，燃料选择上一要燃烧值高，二要无异味。如何看火候？“三大辨，十五小辨”是古人的经验。

饮食行业谚语曰：“三分技术七分火。”

烹茶用火不易，所以陆羽《茶经·六之饮》中提出“茶有九难”火为之四。并说“膏薪庖炭，非火也”，即有油烟的柴和沾有油腥气味的炭不宜作烤、煮茶的燃料。

就如烤饼茶而言，其火功就很难掌握。《茶经·五之煮》写道：

凡炙茶，慎勿于风烬间炙。爇焰如钻，使炎凉不均。持以逼火，屡其翻正。候炮出培塿（lǒu），状蛤蟆背，然后去火五寸。卷而舒，则本其始，又炙之。若火干者，以气熟止；日干者，以柔止。

唐代饮用的饼茶，属于不发酵的蒸压茶类。炙茶就是烤制饼茶，成功与否全在于对火功的掌握。不能在迎风的余火上烤，火焰飘忽，令受热不均。夹着茶饼近火烤之，勤翻转，等烤出象蛤蟆背一样的泡来时，然后离火五寸烤，待卷缩的茶饼舒展开再烧一次。若是焙干的饼茶要烤到水气蒸发完为止；若是晒干的，烤到柔软为止。

能否烤好饼茶，掌握火候是关键。古人说：“物无不堪者，唯在火候，善均五味。”

火候包括火力、火度、火势、火时。火力包括急火（武火）、旺火、慢火（文火）。

如今之云南“烤茶”，似是古代烤茶的遗风。其法是将砂罐烘热，再放入茶叶用文火烤，不能立刻焦黄，但要烤透，烤到茶叶焦香扑鼻再取出烹茶。若用开水直接冲泡烤茶，便会发出“滋滋”响声，又名“响雷茶”。

怎样看火候？看火焰燃烧情况无多大意义，主要依据是“看汤”，即观察煮水全过程。对此，明代的张源在《茶录》中讲的全面，原文是：

汤有三大辨、十五小辨。一曰形辨，二曰声辨，三曰气辨。形为内辨，声为外辨，气为捷辨。如虾眼、蟹眼、鱼眼、连珠，皆为萌汤；直至涌沸如腾波鼓浪，水气全消，方是纯熟。如初声、转声、振声、骤声，皆为萌汤，直至无声，方是纯熟。如气浮一缕、二缕、三四缕，及缕乱不分，氤氲难绕，皆为萌汤；直至气直冲贯，方是纯熟。

这是经验之谈，很精辟，叙述方式是地道的中国特点，擅长形象思维，绘声绘影，维妙维肖，不善于运用科学术语和逻辑推理。所谓“汤有三大辨，十五小辨”，实际上是观察水的沸腾，未及 100℃，水中的汽泡由无到有，有小到大，由断续冒泡到连续冒泡。小大泡附于器壁，大概叫“虾眼”，一般水一受热便会出现。然后汽泡渐大，似“蟹眼”，似“鱼眼”，最后“连珠”涌出；汽化现象达到高潮，水温升至 100℃，则如

“鼓浪”，即沸腾是也。以沸点为界，未沸叫“萌汤”（又作“盲汤”），已沸叫“纯熟”。这是“形辨”。宋代黄庭坚《踏莎行》内有一句“银瓶雪滚翻成浪”就是描写水沸腾时情状。宋代以前烧水用“镬”，形似釜式大口锅，方耳，宽边，镬底中心突出似“脐”，因无盖故可形辨。宋以后改用有盖铜瓶烧水，是否沸腾只有靠“声辨”。所谓“初声”、“转声”、“振声”、“骤声”皆是未沸时水汽与器壁共振发出的声响；无声则沸。如俗语所说“开水不响，响水不开”，此话又用来比喻谦虚，所谓“满坛子不响，半坛子咣当”。水沸腾时一般汽化现象基本中止，声波共振亦随之基本中止，所以“开水不响”。这是声辨。气辨是看汽化现象强弱，水温达 100℃ 便蒸气升腾，直到烧干为止。当蒸气直冲，并掀开瓶盖时，水定已沸腾。

那年头没有温度计，古人只好靠眼、耳判断水是否沸腾。皮日休是唐代诗人，他的《煮茶》就写了“三辨”，诗曰：

香泉一合乳，煎作连珠沸。
 时看蟹目溅，乍见鱼鳞起。
 声疑松带雨，饬恐生烟翠。

清代名士李南金也写有一首咏煮茶火候的诗，诗曰：

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。

李南金和皮日休的观点相同：水临近沸点，火候恰到好处。但按张源的“三辨”之说此刻水未纯熟，仍是萌汤。何者为宜？古人云，“老与嫩，皆非也”，又说“水老不可食”。“老”指

水烧过了头，有益矿物质全析出，有毒物质亚硝酸盐含量因蒸发而升高，水无刺激性，味滞纯，说“水老不可食”有一定道理。“嫩”指水未开，矿物质未析出，水不好喝，因温度不够，茶叶中有益物质未充分溶解，香气和滋味均不佳。还有人主张水煮至“蟹眼”恰到好处。如名士褚人获就认为“若声如松风涧水而遽淪（yuè）之，岂不过于老而苦哉！”他说：

松风桧雨到来初，
急引铜瓶离竹炉，
待得声闻俱寂后，
一瓯春雪胜醍醐。

一般说来，煮茶多用武火与文火，没炒菜那么复杂，但在燃料的选择上要求比较特殊。《茶经·五之煮》云：

其火，用炭，次用劲薪。其炭，曾经燔（fán）炙，为膻膩所及，及膏木、败器，不用之。古人有劳薪之味，信哉！

陆羽认为煮茶最好用木炭，其次是硬柴，如桑、槐、桐、栎一类。沾染了油腥气味的曾烧过的炭，以及含油脂的木柴，如柏、桂、桧一类，还有腐朽的木器都不能用来煮茶，否则会有“劳薪之味”，此语典出《晋书·荀勖（xù）传》，说的是晋代荀勖与皇帝一块吃饭，荀勖说这饭是用“劳薪”烧的，皇帝惊奇，问厨子，果然是用陈旧的车脚做燃料烧的饭。

陆羽此论很有道理，燃料不洁则必串味，有损茶品。他强调烹茶要用“活火”，唐代李约说“茶须缓火炙，活火煎”，苏轼说“贵从活火发新泉”、“活水还须活火煮”。所谓“活

火”，大概指燃料洁净，无异味，燃烧力强，有火焰。唐代苏廙（yì）著《十六汤品》概叙茶汤好坏，其中有五品都因为燃料不好而坏了茶汤，文中说：

……第十二，法律汤：凡木可以煮汤，不独炭也。惟沃茶之汤非炭不可。在茶家亦有法律，水忌停，薪忌薰。犯律逾法，汤乖，则茶殆矣。第十三，一面汤：或柴中之麸火，或焚余之虚炭，木体虽尽，而性且浮。性浮，则汤有终嫩之嫌。炭则不然，实汤之友。第十四，宵人汤：茶本灵草，触之则败。粪火虽热，恶性未尽，作汤泛茶，减耗香味。第十五，贼汤，一名贱汤：竹条树梢，风日干之，燃鼎附瓶，颇甚快意，然体性虚簿，无中和之气，为茶之残贼也。第十六，魔汤：调茶在汤之淑慝（tè），而汤最恶烟。燃柴一枝，浓烟蔽室，又安有汤耶；苟用此汤，又安有茶耶。所以为大魔。

苏廙认为燃料有烟不行，有异味不行，无火焰不行，火焰不持久亦不行，一句话关总：煮茶非炭莫属！用竹条树梢或烟柴必坏汤品。明人许次杼在《茶疏》中进一步发挥苏廙的论点，并主张炭先烧红，待异味余烟散尽火力正猛时煮水烹茶必得最佳汤品。他主张武火乃至急火煮水，猛水还以扇助之，愈速愈妙。这样煮出的水不会“鲜嫩风逸”，不会“老熟昏钝”。

明以后由煮茶发展到以开水冲泡，“火候”一说“燃料”一说自然也由繁到简。水开即冲茶，无须“三大辨、十五小辨”。燃料业已多样化，煤、煤气、液化气、电等等，城市里以木炭煮水并非易事，燃料难以买到。但“活火”一说，防

止燃料异味串味损坏茶品一说，对现代茶人仍有指导作用。

妙器

茶艺四事，茶具乃其一端。中国茶具在唐代以前是与食器混用，作为品茗专用的茶具草创于唐代，陆羽功不可没；宋承唐制，为适应斗茶游戏有所损益；明清趋于完善，尤以宜兴紫砂壶以其艺术性、文人化而被誉为神品。茶具发展总趋势是由繁趋简、由粗趋精，历古朴、富丽、淡雅三个阶段。茶具的发展与文化同步、与茶道同步。

茶道作为一门艺术，审美是全方位的。作为一门文化艺能，讲究精茶、真水、活火，还讲究“妙器”，所谓名茶配妙器，珠连璧合，相得益彰。

茶具始于何时？

西汉末年，王褒的《僮约》有“烹茶尽具”之说，是否有专用茶具？不得其详。《广陵耆老传》内云：“晋元帝时，有老妪每旦独提一器茗，往市鬻（yù）之，市人竞买，自旦至夕，其器不减。”老妪所卖为茶粥，非饮料而是食品，那器大概是食器兼用作茶具。左思《娇女》诗有“止为茶莽据，吹嘘对鼎铉（li）”两句，虽以茶为饮品，然“鼎铉”是当时的食器而非茶器。说得更明白的是晋代卢琳的《四王起事》记晋惠帝遇难逃亡，返回洛阳，有侍从“持瓦孟承茶，夜幕上之，至尊饮以为佳”。这段文字说明晋代已有饮茶时尚，但承茶之具是瓦孟，即盛饭菜的土碗。

显然，唐代以前是茶具与食器混用。

事实上，茶具专用始于唐代，陆羽应得此项发明专利。

《茶经》详述 28 种茶具，内生火用具有风炉、灰承、筥(jǔ)、炭挝和火夹 5 种，煮茶用具有鍳(即“釜之大口者也”)和交床 2 种，制茶用具包括夹、纸囊、碾、拂末、罗合和则 6 种，水具包括水方、漉水囊、瓢、竹夹和熟盂 5 种，盐具包括鹺(cuó)簋(guǐ)和揭 2 种，饮茶用具包括碗和札 2 种，清洁用具包括涤方、滓方和巾 3 种，藏陈用具包括畚、具列和都篮 3 种。

茶具 28 种中望文生义亦难晓其功用的有几种，如“筥”，是放炭的箱子，竹或藤编，高 1 尺 2 寸，底 7 寸。炭挝是搥火或敲炭用的铁棒，长 1 尺。鍳，即釜或锅，生铁制成。交床是放鍳的架子。罗合是罗筛与盒子。则是量茶用具。鹺簋是放盐器皿。揭是取盐器具。熟盂是盛开水的容器。畚是搁碗的。涤方是盛放洗涤后的水的容器。滓方是盛放茶滓的。具列是搁置全部茶具的，成床形或架形。都篮是盛放全部器物的竹篮。

这套茶具以其实用价值而备受茶人欢迎。《封氏闻见记》中“饮茶”一节载：

楚人陆鸿渐为《茶论》，说茶之功效并煎茶炙茶之法，造茶具二十四事以都统笼贮之。远近倾慕，好事者家藏一副。有常伯熊者，又因鸿渐之论广润色之，于是茶道大行，王公朝士无不饮者。

作者封演是唐玄宗天宝末进士，撰定此书在德宗贞元以后。陆羽逝于贞元二十年(804)冬，享年 72 岁。封演和陆羽是同时代人，他的话自应看作信史。文中“事”是量词，“二十四

事”即 24 种茶具，大概未将藏陈用具列在内，又漏了一件，故以 24 件计。“茶道”一词开始流通使用。这也说明，《茶经》虽无“茶道”一词，但陆羽推广茶道实已身体力行。“茶道大行，王公朝士无不饮者”，说明饮茶已成唐代上流社会的时尚。饮茶既已等同吃饭，茶具与食器混用时代也告结束，茶功不再以祭祀、药用、食用为主，成为正宗饮料。茶作为国饮后来并成为世界三大饮料之一的地位自唐代奠定。

陆羽在茶具的设计上有明显的推行“茶道”的意图。茶具的设计不仅有实用价值，还有观赏价值，式样古朴典雅，有情趣，给茶人以美的愉悦。更重要的是富有中国先秦文化的内涵，又具“当代”（指唐代）特征。如列为第一件的风炉，式样古雅，设计巧妙，反映了唐代的工艺水平，炉体铸的字传递了古代文化的信息。炉脚上铸有“坎上巽下离于中”、“体均五行去百疾”和“圣唐灭胡明年铸”21 个古文字。在支架馥的三个“格”上分别铸上“巽”、“离”、“坎”的卦的符号及其相对应的象征物风兽“彪”、火禽“翟”、水虫“鱼”。炉壁三个小洞口上方分别铸刻“伊公”、“羹陆”和“氏茶”各两个古文字，连读作：“伊公羹”、“陆氏茶”。

据《周易·鼎》说：“象曰：木上有火，鼎”。“鼎”有取新之意，成语“革故鼎新”便是“鼎革”之意。风炉是根据《周易》的卦义设计的。“坎”生水，“巽”生风，“离”生火，“坎上巽下离于中”的意思是：煮茶之水承于上，烧水之火燃于中，吹火之风鼓于下。“体均五行去百疾”是借五行学说颂茶之功。“圣唐灭胡明年铸”说明此风炉铸于唐代宗广德二年（764），也记载了唐代一个重大历史事件，饮茶存史，两事合

一，足见茶道之大。“伊公羹”说的是商初贤相伊尹以烹饪技艺致仕的故事。《辞海》引《韩诗外传》载：“伊尹……负鼎操俎调五味而立为相。”伊尹相汤以功绩卓著入史。伊尹被后人誉为圣贤。陆羽与之并称，且称自己的著作为“经”，若一味苛求似乎陆羽有违圣人关于“谦虚”的教诲，这也说明陆羽很有个性，对自己所开创的事业充满自信。确也名符其实，陆羽于茶事是“举足为法，吐词为经”，祀为茶神就是后人对他的定论。

陆羽的茶具颇具文化特色，南宋审安老人还觉不雅，绘《茶具图》12幅，并以官称和职衔命名茶具，茶事掺入人事，形象高雅，妙趣横生。如称都篮为“韦鸿胪”，“鸿胪”一官在东汉以后主要职掌为朝祭礼仪之赞导，官署为鸿胪寺，唐代改为司宾寺，南宋不置。还有“金法曹”（金碾）、“石转运”（石碾）、“罗枢密”（罗合）、“胡员外”（葫芦瓢），还有叫“木待制”、“宗从事”、“漆雕秘阁”、“汤提点”、“竺副帅”、“司职方”的。

宋承唐制，变化不大，为适应“斗茶”，煎水用具由鍍改用铫（yáo）、瓶。铫，俗称吊子，有柄有嘴。饮茶用具改碗作盏，唐代茶碗尚青色，因当时饼茶汤色多为淡红，青瓷衬托，“半瓯青泛绿”，色泽自然明丽。宋代茶盏尚黑，以通体施黑釉的“建盏”为上品。宋代习饮末茶，茶汤泛白沫，黑色衬托便于看水痕，并区分茶质优劣。建盏在烧制过程中通过窑变形成美丽异形的花纹，以免毫斑和鹧鸪斑最珍贵。此外，宋代茶具还多了茶筴，即竹帚，用于斗茶时搅茶汤用。

显然，宋代茶具的损益以“斗茶”为中心，这反映了市

井文化的繁荣。宋代的经济较为发达，张择端的《清明上河图》是其写照。因其繁荣而文恬武嬉，世风日靡，达官贵人，文人雅士以“斗茶”为乐，茶道不再有严肃之主题。

明清世风渐变，特别是明中叶以后，整个社会审美情趣力避浮华，主张回归自然，重自然、重逸、重神，文艺界的最新创意是以“淡”为宗。正如明代文人陈继儒在《容台集叙》中所说：

凡诗文家，客气、市气、纵横气、草野气、锦衣玉食气，皆钜（chú）治抖擞，不令微细流注于胸次而发现于毫端……渐老渐熟，渐熟渐离，渐离渐近于平淡自然，而浮华刊落矣，姿态横生矣，堂堂大人相独露矣。

于是，茶从娱乐文化中解脱出来，重新成为灵魂之饮。茶具不再崇金贵银，以陶质瓷质为尚。为适应由饮末茶到散茶的变化，茶盏尚白。明人屠隆《考槃余事》说：“宣庙时有茶盏，料精式雅，质厚难冷，莹白如玉，可试茶色，最为要用。”许次杼在《茶疏》中说：“其在今日，纯白为佳。”

在我国茶具发展史上，明清登峰造极。明太祖朱元璋洪武二年（1369），在江西景德镇设立工场，专造皇室茶具。清乾隆时景德镇瓷工技巧已达高峰。景德镇瓷茶杯造型小巧，胎质细腻，色泽鲜艳，画意生动，驰名于世。《帝京景物略》有“成杯一双，值十万元”之说。瓷茶具洁白光亮，泡茶叶片舒展，色泽悦目，其味甘醇，不失茶之真味，又助品饮雅兴。此后阳羨（宜兴）茗壶异军突起，尤其是以五色土烧成的紫砂壶与景德镇瓷器争名于天下，并有“景瓷宜陶”之说。明人周高起于崇祯十三年（1640）著《阳羨茗壶系》中说：

近百年中，壶黜于银锡及闽、豫瓷而尚宜兴陶。又近人远过前人处也。陶曷（hé）取诸其制以本山土砂，能发真茶的色香味。不但杜工部云，倾金注玉惊人眼，高流务以免俗也。至名手所作，一壶重不数两，价重每一、二十金，能使土与黄金争价。世日趋华，仰足惑矣。固考陶工陶土而为之系。

紫砂茶具工艺独特，是品茗妙器，艺术珍品。古人云，“茗注莫妙于砂，壶之精者又莫过于阳羨”，“壶必言宜兴陶，较茶必用宜壶也”。欧阳修曾写诗赞颂，“喜其紫瓿吟且酌，羨君潇洒有余清”。此壶造型曲雅古朴，泡茶汤色澄清，香味清醇，汤味醇正，隔夜不馊，享有“世界茶具之首”的美誉。

宜兴茗壶成为一门艺术，并形成派系，大体划分有创始、正始、大家、名家、雅流、神品、别派等。其艺创于金沙寺僧，成于龚春。龚春后有“四名家”，即董翰、赵梁（或作良）、袁（或作玄）锡、时朋。董翰工巧，其余三家古拙。四人都成名于明代万历年间。他们的贡献是使宜兴壶艺术化，此后的时大彬使之文人化，堪称空前绝后的制壶大师。名士陈维崧写诗赞美道：

宜兴作者推龚春，
同时高手时大彬，
碧山银槎濮谦竹，
世间一艺皆通神。

时大彬是时朋的儿子，从模仿“供春壶”入手，后创制小型陶壶，时人评价他的壶“不务妍媚而朴雅坚栗，妙不可思”。同时名家，或文巧，或精巧，或精妍，或坚致不俗，或坚瘦

工整。陶壶式样有供春式、菱花式、汉方、扁觶(zhì)、小云香、提梁卣(yóu)、蕉叶、莲芳、鹅蛋、索耳等；泥色有海棠红、硃砂紫、定窑白、冷金黄、澹墨、沉香、水碧、葵黄等。

宜兴陶壶的走俏有其文化背景。明中期以后文坛思潮标举性灵，主张回归自然，宜兴陶壶经时大彬等的革故鼎新，颇能迎合江南一带文人的审美情趣。宜兴陶壶的发展也大大促进了茶道的普及，不仅上层社会，就是一般平民百姓也可玩味“精茶配妙器”。

宜兴紫砂茶具不仅为国人宠爱，还远销世界 50 多个国家和地区，参加了 70 多次国际博览会，誉之为“陶中奇葩”、“茗陶神品”、“中国瑰宝”。送去的不仅是茶具，还有中国茶道，也让人类共同领悟茶之精神，享受“精茶配妙器”的乐趣。

古今茶具以陶瓷为正宗，还有用金、银、铜、玉器、玛瑙、玻璃、搪瓷、竹木、椰壳等材料制作。新材料中以玻璃茶具为佳，特别是品饮形与色俱佳的名茶如龙井、白毫银针、碧螺春等，既可品饮，又可观赏茶芽之奇姿美色，以助茶兴。武夷岩茶、铁观音等乌龙茶类的品饮，其茶具又别具一格，自成体系。一套茶具包括 4 件：玉书碾(wēi)，乃烧水茶壶，扁形；汕头风炉；孟臣罐，乃紫砂茶壶；若琛瓯，白色瓷杯。

综上所述，中国茶具发展的总趋势是由粗趋精，由繁趋简，材料的使用和造型的变化反映了不同时代经济发展、科学技术和审美心理的差异。茶具的功用不仅仅是盛茶，还涵盖同时代的文化，提供审美对象，增进茶趣，以助茶兴。中

国茶具草创于唐代，以古朴为审美趣向；损益于宋代，以富丽为审美趣向；完善于明清，以淡雅为审美趣向。这不仅和中国茶道的发展同步，也与中国文化的发展同步。

茶艺“三法”

制茶法、烹茶法、佐茶法是茶艺“三法”，也是文化艺能，茶道寓于其中。制茶之法草创于唐代，千百年来，其工艺由蒸青发展到炒青；制茶法又左右了烹茶法的流变，由煮饮到煎饮到清饮；佐茶法通融古今，各法并存，或茶与食混合，煮（或炒）而食之；或茶与食混合，煮（或掺入）而饮之；或清饮配茶点，佐而饮之。

制茶法

制茶是门艺术，自然也是文化。唐代之前不懂制茶法，茶叶“煮茶汤式”烹而食之。陆羽总结前人经验，草创蒸草制茶法，形制以饼茶为主。宋代茶道屈从王道，贡茶花样翻新，龙、凤团饼价昂贵得令人咋舌。明代茶道力追盛唐，务实，富有创意，在制茶法上普及了炒青法，并由此形成今之六大茶类。

制茶是门艺术，左右其发展进程有两个因素：一是科技水平，二是人们对美的不断追求。

茶叶内在的优良品质为自己开拓了发展的前景。

唐代以前尚无成熟的制茶工艺，如唐代诗人皮日休在《茶中杂咏诗序》中所说：

自周以降，及于国朝，茶事竟陵子陆季疵（陆羽号

与字)言之详矣。然季疵之前称茗饮者,必浑以烹之,与夫淪(以汤煮饮)蔬而啜者无异也。

“吃茶”一说大概源于唐代之前,那时人们不懂茶叶加工技术,采摘回来使用“煮茶汤法”烹而食之。到秦汉以后稍有改进:

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,复之,用葱、姜、桔子芼(mào)之。

以上引文出自三国魏时张揖著《广雅》一书。三国时已开唐代饼茶之先河。但茶中浇汤,混入佐料,陆羽对此不感冒,称之为“沟渠间弃水”。

陆羽总结前人制茶经验,将新鲜茶叶“蒸之,捣之,拍之,焙之,穿之,封之,茶之干矣”。其工艺流程是:①蒸茶;②解块;③捣茶;④装模,模型有方形、圆形、鸟形、掌形、薄片形等,大的重50两,小的重1斤;⑤拍压;⑥出模;⑦列茶,即晾干;⑧穿孔,在茶饼上钻眼;⑨解茶,将茶饼分开;⑩茶,用贯把饼串起来;⑪烘焙;⑫成穿;⑬封茶。

简而言之,只有三个步骤:蒸茶;制饼穿孔;烘焙封装。此法归属“蒸青制茶法”。

饼茶的研制是制茶史的一次革命。使茶真正成为饮品,饼茶能有效地保存茶叶的色、香、味,也便于运输,使茶事能普及到不产茶地区。

陆羽创制的饼茶图实惠,于茶事外不下功夫,贯彻“精行俭德”的原则,符合唐代茶道之精神。

宋承唐制,仍以蒸青法制作的饼茶为主。北宋由分裂、动

乱走向统一、承平，社会安定，经济发展，南宋时代渐趋浮华，所谓“山外青山楼外楼，西湖歌舞几时休”，于是有《清明上河图》，有宋词，有程朱理学。出现“斗茶”游戏，并成为后世茶道仪式之滥觞。这是追求世俗享乐的时代，也是学者们内省之时代。如此时尚，别指望宋人在制茶上有什么划时代的创造。他们的心思用在继承和发挥前人的技巧上。仍是唐人饼茶，但制作更精巧，如当时的北苑茶，其制作之精细令后人惊叹；蒸茶前“茶芽再四洗涤”，榨茶前“淋洗数过”，烘焙中还要沸水浸三次。如此罗嗦是为了让茶叶“出膏”，就是榨出汁液，经此番处理，茶味淡薄，茶品下降。茶中有“道”乎？有道。宋人生活得从容安定（大部分年代是这样），武多闲功夫，有的是时间折腾。

于是唐人挺气派的饼茶在宋人手中变成小巧玲珑的龙，凤团饼。赵宋王朝治国以“虚外实内”为指导思想，创造了前所未有的“官职分离”的官制，官依旧制叙品秩，但实际上的主事者是钦派大员，这些人直接向皇帝负责。军事的兵制也很独特，“兵不知将，将不知兵”。这套政治制度加强了至高无尚的皇权。为了攀权结贵，一批人便在贡茶上大作文章，就连大书法家、《茶录》作者蔡襄也为之折腰，为皇上精心监制小龙团。苏东坡在《荔枝叹》中讥刺道：

君不见：武夷溪边粟米芽，前丁后蔡相笼加。

争新买宠各出意，今年斗品充官茶。

丁，指丁渭；蔡，则是蔡襄。欧阳修在《归田录》（卷二）中说：

茶之品，莫贵于龙凤，谓之团茶，凡入饼重一斤。庆历

中，蔡君谟（襄）为福建路转运使，始造小片茶以进，其品绝精，谓之小团，凡二十饼重一斤，其价值金二两。然金可有而茶不可得，每因南郊致斋，中书、枢密院各赐一饼，四人分之。官人往往缕金花于其上，盖其贵重如此。

这是微型团饼，每饼只有市秤6钱，比今之市面盒装茶份量最轻的还轻一半。1斤龙团值金2两，宋代1两合37.3克，2两合74.6克，若按今之行情，每克金子按100元计，则每斤茶合7460元，这价值之昂贵叹为观止。然而这还上不了“吉尼斯纪录”，神宗熙宁年间，福州转运使贾青创制“密云龙”茶，蔡绦《铁围山丛谈》说“其云纹细密，更精细于小龙团也。”二、三十年后，哲宗朝又刷新纪录，福建转运使呈送的“瑞云龙”更见精巧，因难于生产，一年上贡只有12饼。又过了四、五十年，徽宗宣和年间，在建和当官的郑可简别出心裁，挑极嫩的茶芽芽尖，“只取其心一缕，用珍器贮清泉渍之，光明莹洁，若银线然，以制方寸新铸（kuà，茶模子）”，此茶名“银丝水芽”，茶饼1寸见方，印有蜿蜒曲折的游龙，称为“龙团胜雪”，“每片计工值4万”，这大概要算世界上最贵的茶叶了吧！然而还未就此打住，有人于中杂以龙脑等名贵香料，使之身价倍增。

作为一件艺术品，龙、凤团饼博得不少诗人的赞扬。如：“莆阳学士蓬莱仙，制成月团飞上天”，“携将天上小团月，来访人间第二泉”。

宋朝贡茶一味求贵，而该朝文人一味求雅。斗茶游戏风靡上流社会，就连茶名也十分文人化。今之论茶讲几等几级，而彼时茶名追求形象生动、寓意吉祥。如《宣和北苑贡茶

录》内所载品名就有龙团胜雪、御苑玉芽、万寿龙芽、乙夜清供、承平雅玩、龙凤英华、启沃承恩、雪英、玉华、寸金、万春银叶、玉清庆云、瑞云祥龙、长寿玉圭、太平嘉瑞、龙苑报春、琼林毓粹、浴雪呈祥、暘谷先春等等。读这些茶名便敬佩宋代文人对此是“匠心独运”。茶道既向王道倾斜，便失去茶道之质朴真诚。可以说，宋人发展了茶道，但也背离了陆羽开创的茶道之精神。

迨至明朝，洪武二十四年（1391）明太宗朱元璋下诏，罢造龙凤团茶，“惟令采芽茶以进”。中国封建时代政治风气的特点是以皇权为核心，“上之所好，下必盛焉”。皇帝打一个喷嚏，全国准定感冒。朱元璋的话导致饼茶衰微、散茶崛起，伴随而来的是制茶法的革新，炒青法取代了蒸青法。当然，不能夸大朱元璋的作用，准确地说是他的“旨意”反映了客观实际，因为在元代就处于饼茶和散茶共存、蒸青和炒青共存的状态。

如何炒青？明人许次杼在《茶疏》中讲的十分清楚：

生茶初摘，香气未透，必借火力以发其香。然性不耐劳，炒不宜久。多取入铛，则手力不匀；久于铛中，过熟而香散矣，甚且枯焦，不堪烹点。炒茶之器，最嫌新铁，铁腥一入，不复有香；尤忌脂膩，害甚于铁，须预取一铛，专供炊饮，无得别作他用。炒茶之薪，仅可树枝，不用干叶，干则火力猛积，叶则易焰易灭。铛必磨莹，旋摘旋炒。一铛之内，仅容四两，先用文火焙软，次加武火催之，手加木指，急急抄转，以半熟为度。微俟香发，是其候矣，急用小扇抄置被笼。纯绵大纸衬底燥

焙，积多候冷，入瓶收藏。人力若多，数铛数笼；人力即少，仅一铛二铛，亦须四、五竹笼，盖炒速而焙迟。燥湿不可相混，混则大减香力。一叶稍焦，全铛无用。然火虽忌猛，尤嫌铛冷，则枝叶不柔。

炒青法是制茶工艺的创新，易操作，成本低，能更好地保存茶的形、色、香、味。

诗人与茶早已结下不解之缘。于是炒青制法也散见于诗歌。

早在唐代，就已有诗咏炒茶。如刘禹锡《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，这说明唐代已有炒青法，但多是现采现制以尝新为快，并非普遍情况。

明末黄宗羲《咏余姚瀑布岭茶》云：“一灯儿女共团圆，炒茶已到更阑后。”

因炒法不同及炒后处理方法的不同，而形成六大茶类：

绿茶：品质特点是绿色绿汤，以杀青为制作特点，一般经过杀青、揉捻、干燥 3 道工序，包括炒青、蒸青、窨花、蒸压 4 种茶；

黄茶：品质特点是黄色黄汤，制法与绿茶类似，但要经过闷堆或久摊工序，促进变黄；

黑茶：品质特点是叶色油黑或褐绿色，汤褐黄或褐红，一般经过炒青、揉捻、渥堆做色几道工序；

白茶：品质特点是白色茸毛多，汤色浅淡，一般经过萎凋和干燥两道工序；

青茶：品质特点是叶色青绿或边红中青，茶汤澄红色，一

般经过萎凋、做青、炒青、揉捻、干燥等工序；

红茶：品质特点是红色红汤，一般经萎凋、揉捻、渥红、干燥 4 道工序，制茶特点是室温自然变化或热化。

至此，我国六大茶类齐全。明人普及了炒青制茶法，并进而形成六大茶类，这是明人的贡献。

当然，明人对茶的贡献不止此一端，还有前面提到的景德镇瓷器和宜兴陶器，后面还将叙及明人对烹茶法的革命。明人茶道体现一种务实的创造精神和追求回归自然的美意识。

烹茶法

烹茶指茶叶饮用时的制作方式。其变化受制于茶叶制作方法，并与文化形态有关。唐代饮饼茶，采用煮茶法；宋代饮团茶和散茶，以煎茶法为主，即煎水不煎茶；明代以后饮炒青散茶，以冲茶法为主。当今世界烹茶之法大体仍是这三类，各国各民族根据本国本民族习惯略加变化。

“烹”一字的含义是烧煮，《左传·昭公二十年》中有“以烹鱼肉”，又可引申为“杀，或消灭”之意。本书“烹茶”指茶叶饮用时操作方式，古今其法不同，或煮、或煎、或冲。

唐代饮用饼茶，烹茶手续很繁琐，大体说来，要将一杯茶送入腹内得经过三个步骤，每个步骤都有一定技术难度和艺术性：

第一步是加工饼茶，历经炙、碾、罗三道工序。炙就是烤茶，讲究火功恰到好处。待茶饼水气蒸发完毕，就碾茶，工

具是碾和拂末，碾与今之药碾相似，南宗审安老人命名为“金法曹”。茶碾一般木制，规格也小。但宋代的蔡襄主张茶碾应用银和铁来制造。宋徽宗《大观茶论》提出茶碾“以银为上，熟铁次之”。也有用黄金和石料制作。范仲淹《斗茶歌》中有“黄金碾畔绿云飞，碧玉瓯中翠涛起”，梅尧臣《寄凤茶》中有“石碾破微绿，山泉贮寒洞”，丁渭《咏茶》中有“碾细香尘起，烹新玉乳凝”，林逋《烹北苑茶有怀》中有“石碾轻飞瑟瑟尘，乳花烹出建溪春”，唐代诗人李群玉《答友寄新茗》有“满火芳香碾曲尘，吴瓯湘水绿花新”，等等，这些佳句都是描写碾茶这道工序的。碾罢就罗，未落入“合”内，“则”用铜、铁、贝壳、竹木制造，是舀茶用具。罗、合、则配套使用。唐代的末茶要求米粒状，不是粉，《茶经》说“碧粉缥尘，非末也”。

第二步是煮茶，包括烧水和煮茶两道工序。《茶经》说：

其沸，如鱼目，微有声，为一沸；绿边如涌泉连珠，为二沸；腾波鼓浪，为三沸。已上水老不可食也。

初沸，则水合量，调之以盐味，谓弃其啜余。第二沸出水一瓢，以竹夹环激汤心，则量未当中心而下。有顷，势若奔涛溅沫，以所出水止之，而育其华也。

水烧热有鱼目般气泡出现时，调入适量的盐，尝尝咸淡，尝过的水倒掉，以免浓度加大。盐水烹茶对于后代清饮者实在费解，唐人习俗如此。水汽化如“连珠”涌出时，舀出一瓢，暂且搁置，并用竹夹搅水，用则舀茶末投入漩涡。待水煮茶如鼓浪一般，将刚舀的水倒入止沸，以培育茶汤沫饽。《茶经》说：沫饽是茶汤精华，薄的叫沫，厚的叫饽，细轻的

叫花。

陆羽用诗一般的语言描述沫饽：

如枣花飘飘然于环池之上，又如回潭曲渚青萍之始生，又如晴天爽朗有浮云鳞然。其沫者，若绿线浮于水湄，又如菊英堕于尊俎之中。饽者，以滓煮之，及沸，则重华累沫，皤皤然如积雪耳。《菴赋》所谓：“焕如积雪，煜若春敷（fú）”有之。

诗人眼中的“花”如枣花、青萍、鳞状云，“沫”如绿苔、菊瓣，“饽”象积雪。煮茶如此富有诗意。连“花”、“沫”、“饽”都已成为欣赏对象，茶艺也就是诗艺。中国其所以有“茶道”，与千余年来文人雅士的参与有直接关系。茶给诗人以灵感，诗人将茶事诗化。茶与酒一样成为永恒题材，讴歌不已。

第三步是酌茶，就是斟茶，《茶经》要求的工序是：先将汤面如黑云母状的水膜舀出倒掉；再舀一瓢茶汤存入“熟盂”内，作培育沫饽、抑止沸腾用，这一瓢味浓，称之为“隽永”；然后一瓢一瓢把茶汤舀入碗内，1升水斟5碗，乘热喝完，斟茶时要使沫饽均匀，否则其味浓的浓、淡的淡。

唐代描写酌茶的诗有曹邺的《故人寄茶》，诗曰：

碧澄霞脚碎，香泛羽花轻。

六腑睡神去，数朝诗思清。

宋人烹茶法与唐人不同之处是只煎水而不煎茶，其法是先茶盏中放入茶末，注入开水调成糊状，谓之“调膏”。茶盏先用热水冲冲，然后注入沸水煎茶，此后逐渐演变成泡茶。茶汤也不调盐，开清饮风气之先。直到明代，团茶进到散茶，

烹茶之法亦由冲饮取代煮饮，摆脱了延续千余年之久的繁琐程序，使茶道能为一般平民百姓接受。从简行事并非取消茶道，而是茶道的大众化、生活化，成为家居茶事，列为“柴米油盐酱醋茶”开门七件事。时代变了，明清文人大概也没有宋代文人那种在繁琐程序中回味无穷的雅兴，但仍能以具有时代特色的方式享受饮茶的乐趣。

当然，一些守旧的文人雅士是不大欢迎这一变革的，认为有损老式烹茶法内在的雅兴，少此一端，则减煞一半风景。陈师在 1593 年写的《茶考》载：“杭俗烹茶，用细茗置茶瓯，以沸汤点之，名为撮泡。北客多哂之，予亦不满。一则味不尽出，一则泡一次而不用，亦费而可惜，殊失古人蟹眼鹧鸪斑之意。”古文人雅士在茶事方面寻找精神享受是全方位的，从择茶、择水到煮水、煮茶，处处有诗意，由煮饮改为冲饮，这一简化自然不大对文人雅士的心思。但宋代社会，特别是南宋，赵宋王朝偏安江南，商贸繁荣，城市人口增加，茶事更为普及，达官显贵、佛门僧人、文人雅士这些有闲阶级主宰茶道的局面多少有些改变，城市生活的节奏加快，茶事从简已是平民社会的迫切需要，冲饮法便在这种背景下形成和发展，到明清渐渐取代了煮饮法。

唐代煮饮法至今仍在青藏地区采用，因他们饮的是砖茶，加之因海拔高水烧不开，只有熬煮才能使茶汁浸出，发挥茶之功用。今之日本茶道，用的是末茶，煎水不煎茶，其法类似宋代煎茶法。日本是经济怪物，生产发展居世界领先地位，人们生活节奏特快，一方面是拼命工作加快餐冷饮，一方面却保留慢条斯理的茶道仪式和费时间的煎茶法，这大概是日

本国民心态的反映，他们的箴言是：拼命地工作，尽情地享乐。

中国烹茶法传遍世界各国，各国烹茶方法不完全相同，大体说来有四种方式：一是日本式，用煎茶法；二是英国式，冲泡法，荷兰、美国、法国等国都用此法；三是蒙古式，煮茶法；四是俄国式，有煎有冲，综合使用。

据今人研究，单从茶之色、香、味的保存和人体必需微量元素的浸出率上考虑，传统的煎茶法比冲泡法好。

仅就冲泡而言，若要求茶汤多些维生素 C，应以 40℃～50℃ 的水浸泡 12 分钟为宜；若要求多些氨基酸、多酚等，则以 95℃ 的水浸泡 12 分钟为宜；若要获取维生素 A，则要象我国湖南某些地区，饮了茶水还将叶子嚼下去，因为维生素 A 不溶于水。为了多摄取营养又好喝，水烧至“鼓浪”然后冲泡 5 分钟还是较为合适。冲泡几次较合适呢？据研究，沸水冲泡绿茶，一般第一次即可浸出可溶物总量的 50% 以上，第二次约为 30% 左右，第三次为 10% 左右。茶冲 2～3 次营养成分基本已浸出，多泡等于喝白开水，且有害物质浸出反而有损健康。

中国茶道发展到现在，少了些自然主义，多了些实用主义。为了搞好精神文明建设，茶道作为民族传统文化遗产亦应继承并发扬光大。

佐茶法

佐茶法乃茶之食用功能的延续，自古有之。习俗不同，但不外乎两种方式：清饮配茶点叫单纯式；茶食掺和煮饮，叫混合式。

30年代林语堂先后在《我的祖国和人民》一书中说：

中国人最爱品茶，在家中喝茶，上茶馆也是喝茶；开会时喝茶，打架讲理也要喝茶；早饭前喝茶，午饭后也要喝茶。有清茶一壶，便可随遇而安。

中国人爱饮茶，且已风靡世界。人们乐此不疲，不仅仅由于品饮之趣，还由于茶道的生活化，有了佐茶之法，茶之功用得到全面发挥，既可愉悦精神、止渴生津，还可疗病饱腹，成为一日三餐的补充形式。

茶最早的用途是煮而食之。《诗疏》云：“椒树、茱萸，蜀人作茶，吴人作茗，皆合煮其叶以为食。”

但此处的茶是作食物论，尚非茗饮之事。佐茶法指茶已从食品中分离出来，成为专门饮料后，以食品拌而饮之。

最早的记载有周公《尔雅》，内云：

荆、巴间采叶作饼，叶老者，饼成以米膏出之。欲煮茗茶，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。

此处说的是饮饼茶，且收到解醒和兴奋神经的作用，是地道的茗饮，而非煮而食之。但非单纯的清饮，而以葱、姜、桔子佐之。陆羽的《茶经》总结了这种烹茶法，并指责这有损茶汤滋味，但他又肯定了煮水一沸时调盐的作法，并为此设计了放盐器具“鹺簋”和“揭”。

古代还有另一种佐茶法。《晋书》载：

桓温为扬州牧，性俭，每宴饮，唯下七尊样茶果而已。

桓温开以果品佐茶风气之先。

相传至今，佐茶法不外以上两类。当然，千里不同风，百里不同俗，佐茶法亦是同中有异。有代表性的有以下几种：

藏族糌粑茶和酥油茶：先熬煮茶叶，滤出茶汁，倒入放有酥油和盐的桶内，搅拌成白色浆汁，即可饮用。或茶叶、酥油、盐加水熬煮，搅拌，油茶混合均匀后即可饮用。

蒙族奶茶：茶叶熬煮后掺入奶子，加上咸盐，即成咸甜可口的奶茶，可配以炒米、酪蛋子，边吃边喝。

盐腌菜：又称“水茶”，云南崩龙族吃茶法。方法是将茶树鲜叶采摘后晒萎，然后入篓用盐腌，不日可取出嚼吃，嚼后吐渣。

打擂茶：又叫擂茶，是川黔湘一带少数民族，特别是苗族的吃茶法。其法是将茶叶和佐料，如黄豆、玉米、绿豆、花生、白糖等，一块放入擂钵内擂成糊状，加入冷开水调成茶汁入罐封藏。饮用时舀出茶汁用沸水冲饮，喝时还可加入炒米花、炒花生仁、炒芝麻等，其味香、脆、甜、爽，口感极好。

打油茶：桂北一带少数民族吃茶法。其法是将茶和佐料（常用食品，如糯米、花生、芝麻、豆类、瓜菜等）用油炒至黄脆，然后加水煮熬，也可加葱花、生姜以增滋味。煮好后可舀一些放入茶碗，冲入茶汤即可连喝带吃，一止渴二饱肚。

竹筒茶：云南少数民族吃茶法。将鲜茶叶经日晒、搓揉、蒸煮、再揉搓几道工序后，装入竹筒，筑实，密封，放置二、三个月后茶叶变黄，有香味，便成自制压茶。可煮而饮其汁，可用盐腌后和蔬菜同炒当风味佳肴食之。

盐巴茶：此俗流行在云南西北部。先将紧压茶捣碎放入

小瓦罐内，置火塘上炙烤，至“噼啪”作响时注入开水煨注，再浸入盐巴袋。饮时可按各自口味加入开水稀释，一边喝茶一边吃玉米粑粑。

广东早茶：广东人称早茶为“一盅两件”，即一盅茶，加两道点心。茶为清饮，佐料另备，既可饱腹又不失品茗之趣。

国外佐茶法也大体如以上两种方式：一是清饮加茶点，可称之为“单纯式”，如英国、俄罗斯、荷兰、法国以及大部分亚洲国家，皆如此法；另一种方式是混合式，如泰国北部掸族，将茶制成球形茶团，然后和盐、油、大蒜、猪油及干鱼同食，缅甸饮盐腌茶，斯里兰卡农村居民饮茶加入棕榈汁制成的粗糖，克什米尔人饮茶加入碳酸钾、大茴香和少许盐，中亚地区饮用乳酪红茶，茶叶中加入乳酪，并以碎面包浸入茶中食之，加拿大饮茶习惯加入乳酪、糖或柠檬，摩洛哥人饮茶掺大量的糖及少量的薄荷。

八、饮咖啡礼仪

咖啡的饮用方法

咖啡是人类主要饮料之一，欧洲、美洲、非洲、拉美和阿拉伯等国家的人们喜欢喝咖啡，英国人喝茶比喝咖啡多些。同样是喝咖啡或者喝茶，却是不尽一样的喝法。

在许多国家，人们吃早餐都喝咖啡或茶。如果喝咖啡，可以加奶油或牛奶和白糖，也可以不加。如果喝茶，则可以喝奶茶（即牛奶加茶）或柠檬茶（把柠檬片放茶里）。喝咖啡，有的人由于健康关系，可以要不带咖啡因的咖啡。另外餐桌上往往摆有用小纸袋包装的糖和代奶粉，是供给戒吃糖和脂肪的人食用的。

现在，出于方便，不少人喝速溶咖啡。只要舀一勺咖啡，冲上开水就能够喝。但是，稍为讲究的人都要喝现煮的咖啡。餐馆和宴会上也都不会用速溶咖啡来待客。

在有些国家，譬如拉丁美洲的国家，人们喝咖啡就象喝开水一样的频繁，一天要喝不知多少次咖啡。到理发店理发，店主都会用咖啡款待顾客。

在餐馆，咖啡一般是用带盘子的杯子端上来的（有时候也有用咖啡壶盛着端上来）。可以往杯子中倒入牛奶并加糖，然后拿起茶匙搅匀，再把勺子放在盘子上，拿起杯子来喝。要注意如果勺子中剩余的一点咖啡把盘子和杯底沾湿了，要用纸巾把水吸干，以免拿起杯子来喝的时候，杯底滴下的咖啡把衣服弄脏。

午餐或者晚餐，特别是宴会之后，在上甜食的时候，会问客人是喝咖啡还是喝茶。可以随自己的喜欢要。在一些比较正式的宴会，餐后供应的咖啡常常是用小杯子盛的浓咖啡，有的还供应意大利式的用蒸汽加压的浓咖啡。前一种也可以加牛奶，但人们往往喜欢不加牛奶，喝黑咖啡；后者则常常挤进柠檬的汁混着喝，喝这种咖啡不加牛奶或奶油，有时候掺进一点茴香酒一块儿喝。在一些非正式宴会上，人们越来越时兴用大平底杯子盛咖啡。

在宴会上，不管主人供应哪一种咖啡，客人都可以谢绝，可以喝茶。或者连茶也不喝。特别是在晚上，有些人怕喝咖啡或浓茶会影响入睡。

饮咖啡的礼仪

在我国，喜欢喝咖啡的人日渐增多。因此，了解一些喝咖啡的礼仪要求，是完全必要的。

咖啡可以自制，磨好咖啡豆以后用咖啡壶煮制；也可以用开水冲速溶的。一般认为自制的咖啡档次较高，而速溶的咖啡不过是节省时间罢了。

饮用咖啡时可以加入牛奶和糖，称为牛奶咖啡。也可以不加牛奶和糖，称为清咖啡。

在餐后饮用的咖啡，一般都是用袖珍型的杯子盛出。这种小型杯的杯耳较小，手指无法穿进去。但即使是用较大的杯子，无需用手指穿过杯耳再端住杯子。咖啡杯的正确拿法，应是用拇指和食指拈住杯把而将杯子端起。

给咖啡加糖时，如果是砂糖，可用汤匙舀取，直接加入杯内；如是方糖，则应先用糖夹子把方糖夹在咖啡碟的近身一侧，再用汤匙把方糖加在杯子里。如果直接用糖夹子或手把方糖放入杯内，有时可能会使咖啡溅出，从而弄脏衣服或台布。

在用汤匙把咖啡搅匀以后，应把汤匙放在碟子外边或左边，以不妨碍喝咖啡为原则。不能让汤匙留在杯子里就端起杯子来喝，这样不仅不雅观，而且很容易使咖啡杯泼翻。也切不可使用汤匙来喝咖啡，因为汤匙只是用来加糖和起搅拌作用的。

不要用咖啡匙用力去捣碎杯中的方糖。

如果嫌刚刚煮好的咖啡太热了，可以用咖啡匙在咖啡杯中轻轻搅拌使之冷却，或者等待其自然冷却，然后再饮用。用嘴试图去把咖啡吹凉，是很不协调的动作。

盛放咖啡的杯碟都是特制的。它们应当被放在饮用者的正面或者右侧，杯耳应指向右方。饮咖啡时，可以用右手拿着咖啡杯的杯耳，左手轻轻托着咖啡碟，慢慢地移向嘴边轻啜。不宜满把握杯、大口吞咽，也不宜俯首去就咖啡杯。喝咖啡时切记不要发出声响来。

当然，有时也会遇上一些特殊情况。例如，坐在远离桌子的沙发中，不便使用双手端着咖啡饮用，此时可以作一些变通。可用左手将咖啡碟置于齐胸的位置，用右手端着咖啡杯饮用。饮毕，应立即将咖啡杯置于咖啡碟中，不要让二者分家。

添加咖啡时，不要把咖啡杯从咖啡碟中拿起来。

有时饮咖啡可以吃一些点心。但不要一手端着咖啡杯，一手拿着点心，吃一口、喝一口地交替进行。饮咖啡时应当放下点心，吃点心时则应当放下咖啡杯。

在咖啡屋里，举止要文明，不要盯视他人。交谈的声音越轻越好，千万不要不顾场合而高谈阔论不已。

在外交场合，常常为女宾举办咖啡宴，作为夫人们彼此结识的一种有效的非正式方式。若咖啡宴于上午 11 时举行，则客人们应于 12 时之后离开。

在家中请人来喝咖啡，通常安排在下午 4 时以前，一般不用速溶咖啡。届时应准备一些点心，女主人负责给客人们倒咖啡，但她坐着倒就可以了。

饮咖啡是一种文化，只有讲究礼节，才能体味它的温馨。

咖啡室的服务

咖啡室从英文 COFFEE SHOP 翻译过来，早期正如其名，以饮咖啡为主。饮咖啡在欧美各地是人们日常生活的一部分，犹如中国人饮茶的习惯一样。由于工业社会的紧张忙碌，人们的时间安排紧密，咖啡室成为上工前用早餐的地方。

工余后，三五知己放松闲谈也需要这样一个环境。随着社会的需要，咖啡室又及时提供简单午餐及小食，逐渐变成今天的咖啡室，成为现代人生活所需的必要场所。

咖啡室与西餐厅经营大致差不多，但也有区别，如咖啡室的装饰设计、食物品种、餐牌设计、服务等都有不同之处。在装饰方面，以清简开朗为主，柜椅排列整齐，餐桌的面积一般为小方形，以便多张餐桌合并或单独使用。由于咖啡室的客流量大，餐牌内容要按咖啡室的特性和经营特性进行设计，故半制成加工及简易制法的食物，经常出现于咖啡室的餐牌内。咖啡室的厨房设计，所使用的用具、机器都等要有助于食物出品快捷的效果。由于咖啡室各项设施设计都是根据营业方针，即加大客人的流动量而增加营业利润，因此，快捷有效的服务成为咖啡室的必需，美式服务既简单又快捷，普遍受咖啡室经营者喜爱。服务员的笑容、礼貌，甚至鲜艳的制服颜色，都能赢得顾客的青睞。