

<<谦谦君子绿茶>>

图书基本信息

书名：<<谦谦君子绿茶>>

13位ISBN编号：9787510405587

10位ISBN编号：7510405580

出版时间：2009-12

出版时间：新世界出版社

作者：李佳

页数：246

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;谦谦君子绿茶&gt;&gt;

## 前言

记得几年前看赵薇主演的电影《绿茶》，至今记忆犹新的是片头女主角玩弄的那个泡着绿茶的杯子，被茶叶映成碧绿色的水杯在灯光的反衬下显得格外柔美、温馨，让人不忍心去打扰那份清雅。绿茶——一个被人广为熟知的名字，作为饮品它在人们的日常生活中扮演着十分重要的角色。随意问身边的一位朋友关于绿茶的故事，估计都能说出一、两个来，并且还有自己的一套茶经。西湖的龙井、太湖的碧螺春、黄山的毛峰，这些耳熟能详的名字几乎每天都出现在你我的生活中，而当你在享受绿茶芬芳的同时对它们的历史、制作、特点又了解多少？

请问你是在饮茶还是喝茶？

是在品茗还是解渴？

如果你对这些问题产生了疑问，就请给自己一点时间，在一个晴朗的午后或是明媚的清晨打开这本书，静心地畅游于绿茶的世界里，来体会这份茶色茶香中承载着的文化。

中国作为茶叶的原产地，在其广袤的疆土上出产的茶种数不胜数，绿茶以其香高、味醇、形美、耐冲泡的特点广受人们的爱戴，众多名人也是它的拥护者。

传说毛泽东最嗜好茶和香烟，尤精于品茶，终身不离，曾写过“饮茶粤海未能忘”的咏茶名句。

他最喜欢喝的正是西湖的龙井。

而且主席在饮茶习惯上也尤为特别，不仅饮茶水，还会把茶渣放进嘴中细细咀嚼，品尝余香。

敬爱的周恩来也爱用龙井沏茶来招待中外的贵宾，一杯清茶在手，尽谈人生趣事。

就产量与花色品种而言，绿茶是中国茶种中最为丰富的一种，在中国产茶的20多个省、市、自治区中，几乎处处都可以看到它的身影。

与此同时绿茶的历史也尤为悠久，最早的记录始于三千多年前，那时的古人就有了采集野生茶树芽叶晒干与收藏的习惯，这是绿茶加工技术的雏形。

随着时代的发展，到了公元8世纪人们发明出了绿茶的蒸青制法，12世纪又出现了炒青方法，这让绿茶的加工技术日益成熟，最终形成了一套独特的炒茶工艺，称之为“炒青”，并沿用至今。

观赏“炒青”的过程是一件令人赏心悦目的事情，清晨茶农将带着露珠的茶叶采摘回来，用他们灵巧的双手进行：杀青、揉捻、干燥的制作，最终当一颗颗色泽饱满、碧绿形美的茶叶呈现在人们的面前时，就犹如一件艺术品的问世般给人带来无尽的喜悦。

随着科学的进步，茶叶中所所含的多种对人体有益的微量元素被人们不断地发现而引起重视，在这方面绿茶所起的功效更是值得一提。

在绿茶中含有大量的茶碱与咖啡因，这些物质能够通过多种作用来活化人体内难以分解的蛋白质，从而起到减少脂肪细胞堆积的功效，相信这是女士们最关心的话题。

绿茶中还有含量丰富的儿茶素，这是纯天然的预防与治疗癌症的佳品。

在提倡绿色饮食健康生活的流行时尚中，绿茶在饮用的同时又多了份对身体保健与治疗疾病的功效。

当你为自己沏上一杯绿茶，在空气中飘渺着的茶香里渗透出一股淡雅、一份清高，因此有人说：绿茶是一种珍贵、高尚的饮品，品尝它的过程是精神上的享受，是审美且具有艺术性的行为，是修身养性的方式。

的确如此，纵观中国文化，其中的文人骚客几乎人人都与茶结缘，他们视饮茶为生活中一种高尚的情操，白居易有诗云：“琴里知闻唯绿水，茶中故旧是蒙山。

穷通行止长相伴，谁道吾今无往还。

”李白道：“茗生此中石，玉泉流不歇。

”杜甫曰：“落日平台上，春风啜茗时。

”无数的文人用笔墨抒发着各自的爱茶情结，为后人留下千首诗词并广为传诵，使得饮品出身的绿茶多了几分文化色彩，体现出物质与精神的双重面，更为中国文化添上了一缕厚重的绿色。

绿茶的魅力是无穷的，千百年来它以清新淡雅的姿态经久不衰，宛若中国水墨画中的青松：任凭你星空百转、时光轮回，我依然以自己典雅的方式屹立于世，成为永恒的经典。

繁忙的工作之余请为你沏上一杯龙井，在飘渺的茶香里幻想西湖边的美丽景致：小桥流水人家中的江南女子用纤细的双手撑着一把油纸伞，对你千娇百媚地一回眸，宛如走进人间仙境……这或许正是品

<<谦谦君子绿茶>>

茗的意境所在。

## <<谦谦君子绿茶>>

### 内容概要

看深深浅浅的绿，赏舒舒卷卷的影；闻飘飘渺渺的香，啜轻轻淡淡的苦；味沉沉浮浮的人，品浓浓淡淡的茶。

一杯绿茶，满眼花与水的舞蹈，一场空灵飘逸的演绎；一杯绿茶，满口水乡般的润泽，一片澄明宁静的心情。

是谁说过：经典，就像绿茶需要细细品味..... 一抹淡淡的绿在透明中氤氲开来，一股清香从杯中袅娜娜地飘出，一片宁静从心底暗自滋生，一种感悟禁不住让你发出轻叹：原来，一杯绿茶，可以和生命如此相似！

## &lt;&lt;谦谦君子绿茶&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 认知·绿茗清风 绿茶为何 绿茶溯源 羹食炊饮 炙烤煮饮 晾晒贮藏 原始晒青、炒青、烘青、蒸青 蒸青粗茶、散茶、末茶、饼茶 炒青芽茶 绿茶的再加工——掺香茶、花茶 清茗论道 制茶之要 杀青 揉捻 干燥 分茶别类 按外形分 按工艺分 我国各省主要绿茶第二章 解茶·茗品茶事 西湖龙井 碧螺春茶 黄山毛峰 信阳毛尖 安吉白茶 大佛龙井 开化龙顶 余杭径山茶 都匀毛尖 宝洪茶 太平猴魁 六安瓜片 永川秀芽 峨眉竹叶青 大方茶 君山银针 顾渚紫笋 庐山云雾茶 恩施玉露 雨花茶 敬亭绿雪 惠明茶 屯绿 江山绿牡丹 凌云白毫 瀑布仙茗 峨眉山峨蕊 乐昌白毛茶 上饶白眉 婺源茗眉 太湖翠竹 阳羡雪芽第三章 茶事·如人饮茶 择茶而饮 注意事项 鉴茶有道 备茗待饮 好茶叶 好水 适合的茶具 绿茶的冲泡法 “三投” 啜茗 绿茶别具 玻璃杯泡饮法 盖碗泡饮法 茶壶泡饮法 绿茶茶艺 绿条条艺所需用具 基本程序 佳茗“五忌” 历久弥新——绿茶的存放方法 绿茶的专业保存法 绿茶的家庭保仔法第四章 杂说·吃茶养生 绿茶的另类饮法 饮茶吃渣法 单开泡饮法 薄荷糖茶烹饮法 擂饮法 绿茶功效 瘦身减脂 抗菌 抗衰老 降血脂 防癌 其他 绿茶之禁忌 保健绿茶喝法 绿茶食谱第五章 散记·茶人逸趣 皎然——俗人多泛酒谁解助茶香 卢仝——七碗茶歌茶史留名 白居易——乐天知命茶冶心境 苏轼——经纶不究于生前议论常公于身后 欧阳修——世事无常唯茶最好 张岱——对茶当歌亦痴亦魔 郑板桥——茶诗茶联茶意人生 袁枚——品茶评茶藏茶独到妙法妙论 陆游——酒可止茶不能缺 李清照戏说“茶令”

## &lt;&lt;谦谦君子绿茶&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：“五名合一”的龙井而说到西湖，就会想到龙井；龙井是个“五名合一”的神奇名词，它既是茶的名称，又是茶种名、地名、寺名、井名。

龙井，也称“龙泓”、“龙湫”，它位于西湖西南的风篁岭山。

五代时期，这里就建有龙井寺；北宋时，龙井已成为旅游胜地。

诗人苏轼常品茗吟诗于此，曾有“人言山佳水亦佳，下有万苦蛟龙潭”的诗句赞美。

相传龙井与海相通，因海中有龙，故名。

龙井是一个半圆形泉池，清冽的泉水就从泉后壁的山岩间涓涓流出，即使是大旱天也不会枯竭。

泉水漫溢后，通过石罅听候岩下泻，形成了这一带疏涧流淙、泉声叮咚的清丽特色。

并且龙井的水，搅动时，水面会出现一条分水线，仿佛游丝摆动，然后慢慢消失，非常奇特；这种现象在雨天时更为明显。

据说，这是由于地面水和地下泉水相互冲撞，而两种水质因流速等有很大的差异形成的。

龙井泉与虎跑泉、玉泉合称西湖三大名泉。

不过，这些都还不算什么，龙井茶才更负盛名。

相传在宋代时，有一个叫“龙井”的小村，村里住着一个靠卖茶为生的老太太。

有一年，茶叶质量不好，卖不出去，老太太几乎断炊。

一天，一个老叟走进来，他在院子转了转，说要用五两银子买下放在墙旮旯的破石臼。

老太太正愁没钱，便爽快地答应了。

老头十分高兴，告诉老太太别让其他人动，一会儿派人来抬。

老太太想，这轻易地就能得五两银子，总得让人家把石臼干干净净地抬走。

于是她便把石臼上的尘土、腐叶等扫掉，堆了一堆，埋在茶树下边。

过了一会儿，老头还真带着几个膀大腰圆的小伙子来，一看干干净净的石臼，忙问石臼上的杂物哪去了。

老太太如实相告，哪知老头懊恼地一跺脚：“我花了五两银子，买的就是那些垃圾呀！”

说完扬长而去。

老太太眼看着白花花的银子从手边溜走，心里着实憋闷。

可没过几天，奇迹发生了，那十八棵茶树新枝嫩芽一齐涌出，茶叶又细又润，沏出的茶清香怡人。

十八棵茶树返老还童的消息像长了翅膀一样传遍了西子湖畔，许多乡亲来购买茶籽。

渐渐地，“龙井茶”便在西子湖畔种植开来，“西湖龙井”也因此得名。

后来龙井茶在茶史上更是大放异彩，不仅仅因为它的美感和香醇，也因为清乾隆皇帝曾到此采茶种茶。

至今为止老龙井还留有“十八棵御茶”遗迹。

“龙井茶”、“虎跑水”则被称为杭州双绝，“龙井问茶”也成为“新西湖十景”新景点之一。

因为，在龙井西边是龙井村，环山特产西湖龙井茶，其中还有龙、云、狮、虎之别，即狮峰、龙井、云栖、虎跑四地。

而要想知道它们其中的奥妙，唯有去龙井品茗问茶方可悟出，因此就有了“龙井问茶”。

在老龙井，还有一片围起来的茶园，那就是“十八棵御茶树”。

话说，当年乾隆下江南时，就曾在狮峰山下欣赏采茶女制茶，还不时抓起茶叶鉴赏。

忽然太监来报说太后有病，请皇帝赶紧回京。

乾隆那时一惊，顺手就将茶叶放进口袋里赶了回去。

太后其实并没有什么大病，只是惦记皇帝久出未归，上火所致。

太后见到儿子，忽然闻到乾隆身上阵阵香气，就问他是谁。

乾隆这才意识到自己原来是把龙井茶叶给带了回来；于是当即给太后冲泡了一杯龙井茶，只见茶汤清绿，清香扑鼻。

太后连喝几口，觉得肝火顿消，病也好了，说这龙井茶胜似灵丹妙药。

乾隆见太后病好，非常高兴，立即传旨将胡公庙前的十八棵茶树封为御茶，年年采制，专供太后享用。

<<谦谦君子绿茶>>

。不过，关于十八棵御茶树的种种说法，都只是民间故事，现在真实存在着的那十八棵茶树，是不是真的是传说中说的那些也不可不知，但是，从十八棵御茶树上采的茶叶，卖价都很高倒是真的。

“小杯啜乌龙，虎跑品龙井”可以说是我国茶人崇尚洒脱自然、清饮雅赏品茶艺术的两种代表性方法

。所以，如果说西湖的美蕴涵着清幽的意境，那么，作为茶的龙井，正是把这种韵味表现得淋漓尽致、恰到好处的最佳代表。

<<谦谦君子绿茶>>

媒体关注与评论

匡山云雾窟沉沉，闻有六朝僧未死。  
窟中产作云雾茶，灏气清英复无比。  
托根高接南斗傍，坐令涧壑流芬芳。  
三直六梯不可到，天风细细吹旗枪。  
——易顺鼎《云雾茶》



## <<谦谦君子绿茶>>

### 编辑推荐

《谦谦君子绿茶》：绿茶——一个被人广为熟知的名字，作为饮品它在人们的日常生活中扮演着十分重要的角色。

西湖的龙井、太湖的碧螺春、黄山的毛峰，这些耳熟能详的名字几乎每天都出现在你我的生活中，而当你在享受绿茶芬芳的同时对它们的历史、制作、特点又了解多少？

请问你是在饮茶还是喝茶？

是在品茗还是解渴？

如果你对这些问题产生了疑问，就请给自己一点时间，在一个晴朗的午后或是明媚的清晨打开这本书，静心地畅游于绿茶的世界里，来体会这份茶色茶香中承载着的文化。

<<谦谦君子绿茶>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>