

浅谈宋茶

王晓蕊

(漯河食品职业学院 河南 漯河 462000)

[摘要]“茶兴于唐而盛于宋”，宋代点茶在中国饮茶史上占据着极其重要的地位。两宋时期，我国茶业的发达程度和制茶技术的发展达到了前所未有的程度，留下了数部茶学经典论著。宋代的点茶，流行于社会的各个阶层中，茶也成了人们日常生活中不可或缺的物品。本文通过对宋代几部茶学史书的研究，浅谈两宋时期茶的产地、采制、烹制、点茶、斗茶等风俗风尚。

[关键词]宋代；点茶；斗茶

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2021.04.262

南宋诗人吴自牧在《梦粱录》中记载：“盖人家不可或缺者，柴米油盐酱醋茶”，茶，在两宋时期已是风靡全国的国饮。

宋太平兴国二年（公元977年），宋太祖赵匡胤把建瓯凤凰山的北苑贡茶列为皇家龙焙，《宣和北苑贡茶录》中记载：“至于唐末，然后北苑出为之最”。北苑茶被制成“龙团凤饼”，此后王公大臣、文人雅士均频繁参与茶事活动，一时饮茶之风席卷全国。欧阳修在《归田录》中写道：“茶之品莫贵于龙凤，谓之团茶”，陆游《建安雪》中有诗云“建溪官茶天下绝”龙凤团茶，成了两宋时期茶人的首选。

一、选茗

熊蕃、熊克在《宣和北苑贡茶录》中记载“凡茶芽数品，最上曰小芽，如雀舌、鹰爪，以其劲直纤锐，故号芽茶。次曰拣茶，乃一芽带一叶者，号一枪一旗。次曰中芽，乃一芽带两叶者，号一枪两旗。其带三叶、四叶，皆渐老矣”，任渊注引《北苑修贡录》中记载“茶有小芽，有中芽；小芽者，其小如鹰爪”。鹰爪，是等级最高的茶芽，其次为一芽一叶，再者为一芽两叶的枪旗。宋代茶人选茗，以鹰爪为优。

二、采茶

1、采茶的季节

明代许次纾《茶疏》中记载：“清明谷雨，摘茶之候也，清明太早，立夏太迟，谷雨前后，其时适中”。谷雨茶，放至今天，也是春茶中的上等茶。但是按南宋《建安志》的说法，谷雨茶“老而味重”，属于很下等的茶了。那么，宋代茶人是什么时候开始采摘茶叶呢？

宋子安《东溪试茶录》中也有记载“岁多暖则先惊蛰十日即茶，岁多寒则后惊蛰五日始发”。指气温高的年份在惊蛰前十日就开始采摘茶叶了，气温低的年份也是在惊蛰后五日即采茶。黄儒的《品茶要录》中记到“茶事起于惊蛰前”。惊蛰一般的时间在农历中下旬到二月初，由此可见，这个时间就开始采茶，宋代采茶的时间真的是相当早了。

2、采茶的时间点

现代来说，一天中采茶的时间是上午7点后，11点前。下雨天、雾气很重的时候是不宜采茶的。而依黄儒在《品茶要录》中记载“采佳品者，常于半晓间冲蒙云雾”，《东溪试茶录》中亦说“必以晨兴，不以日出”，《大观茶论》中记

载“见日则止”。为了保持茶叶的新鲜度，宋代茶人“以罐汲新泉悬胸间，得必投其中”，就是在胸前放置一个装泉水的罐子，采摘的茶叶随即放至水中保存。他们认为太阳出来后茶芽上的露水被晒干，其精华也会被阳气所迫而耗散，并且高温也会导致茶芽内含物质发生代谢反应。所以，采摘的茶叶都会放在水罐中暂时保存。

现在的茶叶杀青基本都采用炒青的方法，对于火来说，茶叶表面如果残留有水则是为大忌，带露采的茶非常容易“烧尖”。而宋代杀青采用的是蒸青的方法，将茶叶清洗干净后，放置蒸茶青的器具中“候汤沸蒸之”。所以宋代时的蒸青本来就是在高温水蒸气下进行的，有水的参与，更能保持茶叶的鲜嫩。

3、采摘的方式

一般采茶均不能用指甲摘，提手采是采茶中最普遍的方式。掌心向下或向上，用手指夹住新梢要采的节间部位，向上着力，顺势上提采茶。

《东溪试茶录》中记载“凡断芽必以甲不以指，以甲则速断不柔，以指则多温易损”，《大观茶论》中说道“用爪断芽，不以指揉，虑气汗熏渍，茶不鲜洁”。因为担心细嫩的茶芽受手的温度和汗渍的熏染而不洁，因此宋代茶人采茶“必以甲，不以指”。

三、制茶

1、蒸青

黄儒《品茶要录》中记载“既采而蒸”，宋徽宗赵佶的《大观茶论》中“使一日造成，恐茶过宿，则害色味”。即茶叶采摘后要及时蒸青，中间不可以间隔太长时间，否则茶叶质量就会下降。一方面会导致茶叶内部氧化酶的自我转化，另一方面导致茶味流失和改变。《品茶要录》中“其采芽而不及蒸，蒸而不及研，研或出宿而后制，试时色不鲜明”也可看出，制茶要及时，不能过夜。

采用蒸青的方法杀青，要求高温快速。如果过久甚至中途再加水，就会出现茶叶变黄的发酵现象，尤其要避免出现其锅水少干，出现糊味儿。《品茶要录》中记载“茶，蒸不可以逾久，久而过熟，又久则汤干，而焦釜之气上”。然《大观茶论》中也说道“蒸太生，则芽滑，故色清而味烈；过熟，则芽烂，故茶色赤而不胶”。由此可见，如果蒸青不足，茶芽含水量较高，含果胶质较多，青菜味就会过重；蒸

青过度,会导致纤维破坏严重,芽容易烂,颜色也会偏黄。所以,蒸青要达到刚好蒸熟散发茶香气的火候为最好。

2、压黄

黄儒《品茶要录》中记载“茶以蒸者为黄”,鲜叶经过蒸青之后称为“黄”,压黄即为压榨茶叶,是为了减少茶叶的苦涩味道。压榨时流出的汁液中含有大量的茶多酚和咖啡碱,这是茶叶苦涩的来源。如果压榨不尽,制成的茶就会由苦涩。和现代的散泡茶不用,宋代的茶粉是和茶汤一同食用的,所以要求茶更加不能苦涩。

《大观茶论》中“压黄膏尽亟止”,压黄以汁液刚压干净就马上停止为好。

3、磨粉

(1) 炙茶

蔡襄《茶录》中记载“微火炙干,然后碎碾”。茶叶用微火烤炙后再碾碎,但此时需要烤炙的茶叶是一年以上的陈茶,经过热水浸泡,刮去膏沫,然后炙干。如果是当年的新茶,只需要低温焙干即可。

(2) 碾茶

《茶录》中记载“碾茶,先以净纸密裹椎碎,然后熟碾”。即用干净的纸包裹起茶叶敲成小块,然后快速仔细的碾碎。《大观茶论》中亦写道“碾必力而速,不欲久”。

(3) 罗茶

《茶录》中记载“罗细则茶浮,粗则水浮”。茶末细则易于浮起,茶末粗则易于沉底。宋代饮茶是点茶方法,要避免茶叶沉底,茶和水很好的交融后,茶要“发立”有优。所以茶要罗的越细越好。

四、点茶

1、选具

(1) 茶盏

《茶录》中记载“茶色白,宜黑盏”,《大观茶论》中记载“盏色贵青黑,玉毫条达者为上”。宋代的制茶与点茶方法导致茶汤出现大量的白色浮沫,黑色更能衬托茶色,让茶在青黑色的茶盏与银色的兔毫映衬下更加美观。

(2) 茶筴

《大观茶论》中记载“茶筴以箬竹老者为之,身欲厚重”。击拂茶汤所用的茶筴要选取厚重有力的老竹,才易于运用。选用的筴要“本欲壮而未必眇”,从分叉开始,根部就要壮士,末端要细。

(3) 汤瓶

汤瓶即为煮水的壶。《茶录》中“瓶要小者易候汤”,《大观茶论》中记载“嘴之口欲大而宛直,则注汤力紧而不散”。汤瓶要选小的,易于茶水凉置,而壶嘴要大而直,这样出水有力快速,不会中断,更更好的控制出水的力度。

2、点茶

两宋时期的点茶之法风靡全国,其中尤以宋徽宗赵佶

《大观茶论》中记载的七步点茶法最为流行。

(1) 第一汤量茶受汤,调如融胶

将茶末投入茶盏之后,以少量的水将茶末调成膏状。

(2) 第二汤急注急止,击拂有力

快速注水,马上停止。注水时要沿着盏壁边缘环形注水,不要直接注到调好的茶膏上。击拂的力度要适中,才能使汤色逐渐呈现出来,使表面的汤花如散珠碎玉般逐渐聚集壮大。

(3) 第三汤周环旋复,粟文蟹眼

注水量和第二汤一样,以环绕的方式旋转击打,茶汤被搅起,中间形成空洞。茶汤出现粟纹、蟹眼密布。

(4) 第四汤尚啻,轻云渐生

注水比前两次要少一点,茶筴击打的不要太快,此时已出现细密的泡沫,汤色光彩美观。

(5) 第五汤可稍纵,结浚霭、结凝雪

此次注水可稍微多一点,运筴的手法要轻盈,盏中细密的白色泡沫在汤面凝结,犹如聚结的云气,凝固的霜雪。

(6) 第六汤以观立作,乳点勃然

此时茶粉和水均匀混合,汤花已能保持。

(7) 第七汤可欲则止,溢盏而起

第七次注入水后,泡沫咬盏上浮,既可停止。

茶汤调制后,两宋时期饮用的是表面的泡沫以及与沫融合的部分茶汤,下面重浊的部分是舍弃不喝的。

五、斗茶

宋代时期的斗茶,也称“茗战”,是集体品评制茶技艺和品鉴茶叶优劣的一种形式。《茶录》中记载“建安斗茶,以水痕先没者为负,耐久者为胜”。宋代斗茶,一比汤花,汤花均匀,并且汤花越白越好;二比较盏,汤花要紧贴盏壁不散退,汤花散退后在盏壁上会留下水痕,谁先出现水痕谁便输。随着民间饮茶之风盛行,斗茶活动在民间日益增多,最后连皇帝也参加到了斗茶行列。

参考文献

- [1]宋代,蔡襄,茶录[M].上海书店出版社,2015年7月
- [2]宋代,宋子安,东溪试茶录[M].古籍影印本
- [3]宋代,黄儒,品茶要录[M].古籍影印本
- [4]宋代,赵佶,大观茶论[M].古籍影印本
- [5]宋代,熊蕃、熊克,宣和北苑贡茶录[M].古籍影印本
- [6]宋代,赵汝砺,北苑别录[M].古籍影印本
- [7]明代,许次纾,茶疏[M].中华书局,2020年11月
- [8]日月洲注,大观茶论[M].九州出版社,2018年3月
- [9]李雅洁.浅谈古代茶马互市对华锐藏区的影响[J].丝绸之路.2019(2)

作者简介:王晓蕊(1984-),女,河南漯河人,硕士研究生;漯河食品职业学院,教师,研究方向:旅游与酒店管理