

豐富多彩的茶文化

茶在我國歷史悠久，愛茶人口眾多。



喝 茶有益健康，幾乎是每一個人都知道，平常我們喝茶都是泡一大杯放著慢慢喝，這種喝法通常是為了解渴，但是有的時候喝茶未必是為了解渴，像沖泡過程很繁雜的功夫茶、老人茶幾乎可以稱得上是茶的藝術。

我們天天喝茶，對茶的知識却少得可憐，很少人知道為什麼有很貴的茶葉，也有比較便宜的？也不知道為什麼有些茶泡起來很香，有些茶却是沒味道？更不知道為什麼有些茶葉是綠色？有些是深褐色？而茶葉的選擇也頗讓人困擾，接下來就讓我們陸續對茶葉做一個整體性的說明吧！

茶葉生吃又煮湯？

茶與咖啡、可可號稱世界 3 大飲料，而中國被稱為茶的祖國，因為茶葉是中國人最早發現和應用的特用植物，在漫長的歷史中最多彩多姿。茶葉是什麼時候被發現的呢？據說是在 5 千多年前，神話時代的神農氏因為嘗百草，而發

現茶葉具有解毒的功效，於是茶葉就成為藥用植物的一種了。所以茶葉不僅是飲料，它還兼具藥草的功用。

提到茶，大家一定聯想到喝茶，但是你一定沒想到，在茶葉被發現的初期，它也是被拿來生吃的，這也正好說明為什麼神農氏嘗盡了百草之後，才發現茶葉具有解毒功能，等到人類文明再進步一點，大約是西元 500 年前，也就是距現在 2500 多年，人們把茶葉拿來煮湯吃，就跟我們現在煮菜湯差不多。緊跟著煮湯之後，人類就學會把剩餘的茶葉曬乾，貯藏起來，然後再發展到把茶葉做成茶餅，烘乾，這個時代是距離現在 2100 多年前的魏朝了。而且從出土的陶器炊具看來，那個時代蒸熟茶葉的技術是可以做得到的。

茶糰、茶餅、茶磚，曾經在中國茶葉歷史上風光過一段時期，尤其在宋朝，茶更發展出龍團鳳餅作為進貢的貢品。宋朝之後，茶糰、茶餅，已經不再流行了，因為人們認為製成茶糰、茶餅，

必須把茶葉捻碎，不容易保持茶葉原有的風味，於是整葉沖泡的散茶開始風行，而茶葉的製造方法也由晒茶、蒸茶，進步到炒茶，於是就發展出了現今各式各樣豐富多彩的茶葉種類。

青紅黃白8大茶類

茶葉種類繁多，令人眼花撩亂，不過我們可以根據茶葉的顏色、品質、特點的不同，歸納成8大茶類，它們分別是綠茶、紅茶、黑茶、黃茶、青茶、白茶、花茶、壓製茶。

綠茶的代表有龍井、碧螺春；這類茶的茶葉顏色是翠綠色，泡出來的茶湯是綠黃色，因此稱為“綠茶”。紅茶我們都很熟悉，通常我們看到的紅茶，茶葉是碎片狀，但是整葉形的紅茶也有不少，因為它的顏色是暗紅色，泡出來的茶湯又呈朱紅色，所以叫“紅茶”。英文却把它稱做BLACK TEA 意思是黑茶，確實外國人喝的紅茶顏色較深，呈暗紅色。

黑茶以普洱茶為代表，多半都銷往俄國或我國邊疆地帶。白茶是成條狀的白色茶葉，泡出來的茶湯成象牙色；因白茶是採自茶樹的嫩芽製成，細嫩的芽葉上面蓋滿了細小的白毫，白茶的名稱就因此而來，白茶的代表是銀針白毫。

黃茶是一種發酵不高的毛尖類；例如安徽黃山所產的毛尖、霍山黃芽等。花茶是茶葉窰花，這種茶富有花香，例如茉莉花茶等。青茶就是我們俗稱的烏龍茶，種類繁多，青茶的代表有文山包種茶、凍頂烏龍茶以及鐵觀音等，這種茶呈深綠色或青褐色，泡出來的茶湯則是蜜黃色或金黃色。壓製茶大都是邊銷茶，是一種固形茶、茶磚等。

綠紅烏龍3大文化

儘管茶葉琳瑯滿目，但是有一個簡



烏龍茶類最為中國人喜愛。(阿丰攝)

單的方法來歸類它們。依據茶葉發酵程度的多寡可以把茶葉分成3大類，也就是“茶葉3大文化”。第一種是完全不發酵的綠茶，綠茶刺激性高，像日本、韓國、俄國、沙漠一帶，飲食較為腥膻的國家，都流行喝綠茶。因為他們要從綠茶當中獲取維他命C以補充蔬菜、水果的攝取不足。他們所吃的東西也比較富刺激性，需要綠茶來調和，這就發展出來綠茶文化。

第2種是全發酵的紅茶，紅茶是所有茶葉當中刺激性最低的茶，紅茶文化主要是在英語系國家。

第3種是半發酵的烏龍茶，烏龍茶可以說是這3種茶類中最多彩多姿的，烏龍茶的發酵程度可以從10%到90%，所以烏龍茶的種類繁多，是可以理解的。而烏龍茶文化，可以中國為代表。

茶葉是一門深奧的學問，光是種類就有千百種，到底造成它們之間不同的最大原因是什麼呢？在下一期中，再繼續為讀者說明。 ■