

# 申遗成功! 关于中国茶这十大知识点 你知道吗

北京时间11月29日,中国申报的“中国传统制茶技艺及其相关习俗”在摩洛哥拉巴特召开的联合国教科文组织保护非物质文化遗产政府间委员会第17届常会上通过评审,列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。

那么,关于中国茶的这十大知识点,你知道多少呢?

## 茶之起源

茶叶起源于中国。历史文献中最早关于茶的记载传说,出现在中国第一部药物专著《神农本草经》中:“神农尝百草,日遇七十二毒,得茶(茶)而解之。”而中国民众饮茶的历史最早可追溯至秦,顾炎武在《日知录》里写道:“自秦人取蜀以后,始有茗饮之事。”

中国人的祖先饮茶经历了生吃药用、熟吃当菜、烹煮饮用、冲泡品饮四个过程。茶叶中含有700多种成分,对人体健康有益,因而成为不少国人的生活必需品。

## 茶之功效

除了饮用,茶还有一定的药用功能,它可以去油腻、助消化、益思提神、利尿解毒、消除疲劳。

古人对茶的药用功能有着深刻的认识,根据《神农本草经》《伤寒论》《本草拾遗》《茶经》等记载,茶不仅可以使人省睡、明目、有气力、精神愉快,还可以减肥,增加思想的敏锐。

纵观全世界,“中国茶”可入药的说法也得到了普遍认可。日本种茶鼻祖柴西禅师在《吃茶养生记》中说:“茶也,养生之仙药也,延龄之妙术也。山谷生之,其地神灵也。人伦采之,其人长命也。”

此外,日本科学家富田勲在1987年最早报道了茶多酚具有抑制人体癌细胞活性的作用,引起世界关注。2002年美国《时代》杂志推荐了十大健康食品,中国的绿茶榜上有名。

## 茶之“圣经”

唐代,陆羽所著的《茶经》问世。“分其源,制其具,教其造,设其器,命其煎”,这部关于茶叶生产历史、源流、现状、生产技术及饮茶技艺、茶道原理的综合性论著,是中国乃至世界现存最早、最完整、最全面介绍茶的专著,使茶文化发展到空前高度,也标志着中国茶文化的形成,被誉为“茶叶百科全书”。

因此,陆羽被誉为“茶圣”。他在《茶经》中专门阐述了煮茶的过程,对燃料提出“其火,用炭,次用劲薪。其炭,曾经煇灸为膻腻所及,及膏木、败器,不用之。”水则要“其山水上,江水中,井水下。”

## 茶之工艺

自古以来,中国人就开始种茶、采茶、制茶和饮茶。传统制茶技艺主要集中于秦岭淮河以南、青藏高原以东的江南、江北、西南和华南四大茶区,相关习俗在全国各地广泛流布,为多民族所共享。

制茶师根据当地风土,运用杀青、闷黄、渥堆、萎凋、做青、发酵、窨制等核心技艺,发展出绿茶、黄茶、黑茶、白茶、乌龙茶、红茶六大茶类及花茶等再加工茶,2000多种茶品,供人饮用与分享,并由此形成了不同的习俗,世代传承,至今贯穿于中国人的日常生活、仪式和节庆活动中。

## 茶之讲究

中国人喝茶讲究“品”,要求色香味俱全,亦讲究文化内涵、所用器皿及意境。

中国人通过制茶、泡茶、品茶,培养了平和包容的心态,形成了含蓄内敛的品格,提升了精神境界和道德修养。茶的饮用与分享是人们交流、沟通的重要方式,以茶待客、长者为先等与茶相关的礼俗彰显着中国人谦、和、礼、敬的人文精神。

## 茶之典故

中国人有“柴米油盐酱醋茶”“琴棋书画诗酒茶”之说,也诞生了不少与茶有关的典故。

《三国志·吴志·韦曜传》记载,吴国国君孙皓嗜好饮酒,每宴群臣,不管酒量大小,来客至少饮酒七升。朝臣韦曜博学多闻但酒量不大,孙皓对其颇为器重,常常破例,“密赐茶饼以代酒”,允许他喝茶来代替饮酒,这便是“以茶代酒”的最早记载。

## 爱茶之人

唐宋之后,饮茶风气极盛,上至王公大臣,下至平民百姓,都对茶爱不释手。王安石曾说:“夫茶之为民用,等于米盐,不可一日无。”不仅如此,茶更是受到文人雅士的喜爱,苏轼、陆游、黄庭坚等诗人都爱茶,并留下了不少脍炙人口的诗篇。

唐代诗人白居易曾写下50多首与茶相关之诗,他在《夜闻贾常州崔湖州茶山境会亭欢宴》中写道:“遥闻境会茶山夜,珠翠歌钟俱绕身,盘下中分两州界,灯前各作一家春。青娥递舞应争妙,紫笋齐尝各斗新”。

而曾写下“小荷才露尖尖角,早有蜻蜓立上头”的南宋诗人杨万里,一生与茶相伴,是个不折不扣的“茶痴”。他看重煮茶之水,“清如淮水未为佳,泉进淮南好煮茶”;他钟爱煮茶之声,“茂松轩里清更清,松风一鼎煎茶声”;他甚至自我调侃煮茶煮到把茶鼎烧穿,“老夫平生爱煮茗,十年烧穿折脚鼎”,真可谓爱茶如痴。

## 茶之产量

2020年,世界茶叶产量626.9万吨,中国茶叶产量298.6万吨,居世界第一;世界茶叶总面积7647万亩,中国茶叶总面积4747.5万亩,同样居世界第一。中国的茶叶对世界茶叶生产和消费影响巨大,产量占世界茶叶产量的47.63%,消费量占世界茶叶消费总量的41.68%,出口量占世界茶叶出口的19.14%。

目前,国内有1085个县、3000多万名茶农靠“一片叶子”生活富足,茶产业成为拉动民生的大产业。

## 茶之变迁

当“茶文化”登陆现代,衍生出了更多的新玩法。艾媒咨询数据显示,2021年中国新式茶饮市场规模将达2795.9亿元,预计2022年将突破3000亿元。似乎一夜之间,奶茶这种“新式茶饮”横空出世,获得了众多年轻人的青睐,但其实奶茶的历史非常悠久。

据史料记载,奶茶起源于中国西藏。奶茶的出现和北方游牧民族常年食用牛羊肉的生活习惯有关,对于蔬菜稀少的草原地区,奶茶可以促进肠胃消化,因而成为大受追捧的饮品。有趣的是,当时的北方游牧民族喜欢往奶茶里加入盐

巴,搭配炒米食用,所以最初的奶茶口味是咸的。

## 茶之交流

在古代,中国茶叶随着丝绸之路传到欧洲,而后逐渐风靡世界,与丝绸、瓷器等,被认为是共结和平、友谊、合作的纽带。

茶文化通过丝绸之路、茶马古道、万里茶道等,穿越历史、跨越国界,深受世界各国人民喜爱,已经成为中国与世界人民相知相交、中华文明与世界其他文明交流互鉴的重要媒介,成为人类文明共同的财富。

始于17世纪的“万里茶道”,南起中国福建武夷山,途经江西、湖南、湖北、河南、河北、山西、内蒙古等省区,穿越蒙古高原,最终抵达俄罗斯圣彼得堡,总长14000多公里,是继古代丝绸之路后在欧亚大陆兴起的又一条重要国际商道。

2013年,为致力复兴这条古道,中、蒙、俄三国联合发起申报世界文化遗产的倡议。2019年,国家文物局将“万里茶道”列入《中国世界文化遗产预备名单》。

□刘越



合作社的社员在为新茶杀青。  
安康市汉滨区流水镇刚子茶叶专业



汉中市西乡县的泾渭茯茶基地,茶农在采茶。



泾渭茯茶员工在智能整压茶砖机前工作。



茯茶制作技艺。

(本组图片均为资料图)

## 咸阳茯茶制作技艺 成功入选人类非物质文化遗产

来自咸阳市的国家级非遗项目——咸阳茯茶制作技艺,作为联合申报项目之一成功晋升为人类非遗代表作名录,成为继西安鼓乐、中国剪纸、中国皮影戏之后,陕西第四项人类非物质文化遗产。而中国的人类非物质文化遗产数更是达到43项,位居世界第一。

“从省非遗到国家非遗,再到如今的人类非遗,咸阳茯茶制作技艺的非遗道路可以说是一路畅通。”陕西省茶业协会会长、泾渭茯茶创始人纪晓明表示,咸阳茯茶制作技艺的人选,不仅有传统文化精髓为基石,也有科技为翼助力规模化、标准化,可以说是顺理成章。

2006年,泾渭茯茶项目成立,咸阳茯茶制作技艺恢复小组挖掘历史文化、搜集制茶模具、寻找老茶工……用了近三年时间成功恢复此项传统制茶技艺。2011年,泾渭茯茶制作技艺成功申请陕西省非遗项目。2021年,咸阳茯茶制作技艺列入第五批国家级非遗项目。

本次,咸阳茯茶制作技艺再次进阶跻身人类非遗代表作名录……

“工匠精神不息,传统传承不息。这对于陕西省茶产业而言意义非凡,将促进茯茶产业高质量发展。”纪晓明确说,如今,咸阳茯茶制作技艺的传承与发扬,已形成了脉络清晰、底蕴深厚的技艺传承历史。目前,咸阳茯茶已形成产业集群,通过文化+科技+文旅相结合的方式,让更多海内外消费者聚焦到这一优势传统产业。

□敬泽昊

## 多次发酵 体会不一样的味道

咸阳茯茶是我国乃至世界最早唯一具有发花工艺的发酵茶,经过发酵、煮熬、炒制、发花等一系列工序加工制作而成,特别是经过加工的茶叶最终长出饱满“金花”,香气浓郁、滋味醇厚。“金花”是一种黄色颗粒状菌体,学名“冠突散囊菌”。茯砖茶最重要的一道工序就是“发花”,金花茂盛、色泽鲜艳、呈金黄色,是茯砖茶的重要品质要求。“金花”生长好的茶滋味醇和,再加上后期的转化,苦涩味逐渐褪去,更能去油腻,利消化。

研究表明,在茯砖茶“发花”的过程中,由于冠突散囊菌的存在,其他微生物的生长明显被抑制,因此成品茯砖茶中很少有细菌和霉菌;而冠突散囊菌发酵液对细菌有明显的抑制作用。这也是茯茶能够长期保存,不会变质的重要原因。

“金花”实质上是茯砖茶加工过程中,在特定的温、湿度条件下,通过特定工艺生长成的一种有着多种保健功能的益生菌。之所以茯茶能长出金花,与其独特的发酵方式密不可分。

### 第一次发酵:渥堆发酵

在制作茯茶中都有一个环节,就是将揉捻后的鲜叶,趁余热未散,成块垒积,再进行湿水处理,使茶叶处于湿热少氧的环境中,在其微生物、湿热和氧化的共同作用下,让茶叶中的茶多酚、氨基酸、咖啡碱等主要物质发生有氧化、分解、合成等一系列反应,从而形成黑毛茶特有的风味和品质。这个过程称之为“渥堆发酵”,也称为前发酵,它是在制作黑毛茶的渥堆过程中形成。

### 第二次发酵:加工发酵

黑毛茶在压成砖茶前,需要用蒸汽蒸软后压制成形,此时茶叶的水分含量很高,所以可继续进入发酵车间再次发酵,继而让茯茶的品质进一步得到升华。在这一过程中,因为有益微生物的参与,茶品的内质成分及结构又一次发生转化。所以,茯茶在压制成成品期间,我们可以将它称为加工发酵或汽蒸发酵。

### 第三次发酵:储藏发酵

已经经历过两次发酵并成形的茯茶,继续在储藏中发酵。在储藏中,茶叶在冠突散囊菌为代表的有益菌群作用下,高分子物质向低分子及小分子活性物质转化,使其品质更加突出,从而,更能让人们所喜爱。

虽说储藏发酵是第三次发酵,但却是非工艺性的。在一定期限内,已是成品的茶叶在自然条件下,慢慢发酵,慢慢升华品质。

□单茶

## 且将新火试新茶

### ——访文化和旅游部非遗司负责人王晨阳

行着中华民族的宇宙观、天下观、社会观、道德观。通过经贸往来和人文交流,中国文化也在世界各地广泛传播。

### 茶文化深深融入中国人生活

问:中国传统制茶技艺及其相关习俗这个项目的内涵是什么?

答:茶兴于唐,而盛于宋。“夫茶之为民用,等于米盐,不可一日无。”我国是世界上最早种植茶树和制作茶叶的国家,茶文化深深融入中国人生活,成为传承中华文化的重要载体。

中国传统制茶技艺及其相关习俗是有关茶园管理、茶叶采摘、茶的手工制作,以及茶的饮用和分享的知识、技艺和实践。茶农依照自然规律和世代相传的经验种茶和管理茶园,采茶工采摘、拣选茶叶,制茶师通过杀青、闷黄、渥堆、萎凋、做青、发酵、窨制等方式制作出绿茶、黄茶、黑茶、白茶、乌龙茶、红茶及花茶等。在日常生活、仪式和节庆活动中饮茶、敬茶等习俗一代一代传承下来,品茶、斗茶、评茶等活动在许多地区成为当地特色风俗。这些活动成为各民族交流交往交融的生动见证,为铸牢中华民族共同体意识发挥了重要作用。

中国传统制茶技艺及其相关习俗涉及15个省(区、市)的44个国家级项目,项目申报工作得到了传承群体的积极响应和广

泛参与。

中国传统制茶技艺及其相关习俗有着系统的知识体系、广泛的社会实践,成熟的传统技艺、丰富的手制品,体现了中国人所秉持的谦、和、礼、敬的价值观,对道德修养和人格塑造产生了深远影响,并通过丝绸之路促进了世界文明交流互鉴,在人类社会可持续发展中发挥着重要作用。

### 每个人都能做茶文化的传承者

问:目前,这一项目保护传承实践开展情况如何?

答:当前,与这一项目相关的知识和技艺主要通过家族传承、师徒传承和社区传承等传统方式进行传承,并与正规教育有所融合。比如,安溪铁观音制作技艺在福建省安溪王氏家族已传至第13代;安徽祁门红茶制作技艺代表性传承人王昶在近5年间收徒授艺17人。

更多人是通过家庭、社区的活动参与传承的,比如在家中,饮茶、敬茶等相关礼俗由长辈传授给下一代;在社区,相关仪式活动的组织经验和仪轨知识,通过长者口传身授实现代际传承。我们每个人都能做茶文化的传承者。

目前,中国有40多所中职和80多所高等院校开设茶学和茶文化专业,每年培养制茶、茶艺等专门人才3000多人;一些代表性传承人进入学校,开展传承教学。

### 讲好新时代中国非遗故事

问:接下来,如何使中国茶的呈现与演绎更加精彩?

答:此次申遗成功,是我们推动茶文化保护传承工作、向世界传播中国非遗保护成就新的契机。

为增强传承活力,相关社区、群体和个人成立了保护工作组,并联合制定了《中国传统制茶技艺及其相关习俗五年保护计划(2021—2025)》,鼓励传承人按照传统方式授徒传艺,依托中职院校和高等院校培养专门人才,巩固代际传承;举办保护传承培训班,加强能力建设;建立研学基地,编写普及读本,开展相关巡展活动,提高青少年的保护意识。文化和旅游部和相关地方政府积极支持相关社区、群体和个人组织实施系列保护措施,做好该遗产项目的传承与实践。

截至目前,包括中国传统制茶技艺及其相关习俗在内,我国有43个非遗项目列入联合国教科文组织非遗名录、名册,位居世界第一。在联合国教科文组织《保护非物质文化遗产公约》框架下,我们建立了有中国特色的非遗保护制度,为国际非遗保护提供了中国经验、贡献了中国智慧。

接下来,我们将不断增强历史自觉、坚定文化自信,做好非遗保护传承工作,讲好新时代中国非遗故事,推动中华文化走向世界。

□周玮 徐社