

# 禪茶講座課程

1.茶葉分類	各種茶類品賞。
2.茶葉製造	幻燈片觀摩茶葉製造。泡茶演練。
3.如何泡一壺好茶	基礎泡茶法。儀態、茶湯之演練。
4.壺藝的認識	壺之歷史、質地、做法。 選用收藏、欣賞及保養。 幻燈片欣賞。
5.茶葉品鑑	如何品茶。如何鑑茶。
6.泡茶演練	四季自然流
7. 泡茶演練	四季自然流
8. 泡茶演練	四季自然流

# 生活茶藝講座（初級班）筆記

(6-1)

日期:2002.07.29

時間:07.30pm

地點:靈鷲山桃園講堂

講授:游添福老師

講授內容:

1 生活茶藝講座分初、中、高級等三個階段教學，初級班授課內容為六個單元，分八堂課講述詳如下：

- ①茶葉分類。
- ②茶葉製造。
- ③如何泡一壺好茶。
- ④壺藝的認識。
- ⑤茶葉的品鑑。
- ⑥泡茶演練（分三堂授課）。

## 2 茶藝與禪修。

以思惟研修而離煩惱者若禪，

止心於一境而離散亂者是定。

品茶或泡茶時，一心融入禪境，泡茶的一舉一動，及品茶之色、香、味的感受，了了分明。自我返照並審視，藉以潛移默化，變化你的氣質，使得你的儀態更優雅。

## 3 茶葉分類

- ①不發酵茶（綠茶，龍井茶、煎茶、碧螺春、珠茶、眉茶、瓜片...等）。
- ②半發酵茶 a 輕發酵茶：清茶、花茶、凍頂、鐵觀音、水仙、武夷、普洱...等。  
b 重發酵茶：烏龍茶（白毫烏龍、膨風茶）。
- c 白茶：白毫銀針、白牡丹、壽眉。

③全發酵茶：紅茶

## 4 茶葉的製造過程

### ① 半發酵茶的製造過程

茶青→萎凋（室內+室外）

→發酵、殺青→揉捻、乾燥→粗茶→精製→包裝→成品

註：a 靜置、攪拌、走水、失水、積水。

b 粗揉、初乾、精揉、團揉。

### ② 不發酵茶的製造過程

茶青→殺青→揉捻→初乾→精揉成型→乾燥→包裝。

註：殺青：炒青、蒸青。

### ③ 全發酵茶的製造過程

茶青→萎凋→揉捻（切斷）→發酵→乾燥→包裝。

### ④ 精製

篩分、剪切、拔梗、風選、覆焙、(生茶、熟茶)。

⑤ 薰花茶

5 台灣主要產茶區產茶概況

- ① 清茶: 文山、宜蘭、苗栗。
- ② 綠茶: 三峽、苗栗。
- ③ 紅茶: 新竹、南投、花蓮、台東。
- ④ 烏龍茶: 文山、新竹北埔、峨眉、苗栗老田寮。
- ⑤ 鐵觀音: 木柵。
- ⑥ 凍頂: 鹿谷、名間。

6 台灣主要茶的識別:

類別	發酵	茶名	外形	湯色	香氣	滋味	主要產地	特性	沖泡溫度	
不發酵	綠茶	龍井	削片狀(綠色帶白毫)	黃綠色	菜香	具活性、鮮味、甘味	三峽	主要欣賞茶葉新鮮味、維他命C含量很多。	70°C	
半發酵	包種茶	清茶	自然彎曲(深綠色)	金黃色	花香	清新爽口 活潑刺激	文山茶區	入口清香飄逸層口鼻之享受。	85°C	
		香片	碎條狀(黃綠色)	蜜黃色	茉莉花	三分花香 七分茶香		以花香烘托茶味、易為陌生人所喜好。	80°C	
		凍頂茶	半球捲曲(綠色)	金黃色褐色	花香	甘醇、香氣、喉韻兼具	鹿谷鄉	由偏口、鼻之感受、轉為香氣、喉韻並重。	95°C	
		鐵觀音	球狀捲曲(綠中帶褐)	褐色	果實香	甘滑厚重 略帶果酸味	木柵	因品種得名、口味醇厚、有厚重老成的氣質。	95°C	
	烏龍茶	70%	烏龍茶	自然彎曲(白紅黃相間)	(琥珀色) (橙紅色)	熟果香	軟甜、甘潤、收斂性	老田寮 文山	外形、湯色皆美、飲之溫潤優雅、歐人有「東方美人」之稱。	85°C
全發酵	紅茶	100%	紅茶	碎條狀(黑褐色)	朱紅色	麥芽糖香	製作後的新生口味多	魚池 埔理	個性隨和、冷飲、熱飲、調味、純飲皆可。	90°C

7 體驗各種茶葉的特性

最後於課堂上泡有各種茶葉；包括不發酵茶、半發酵茶、全發酵茶、薰花茶等十餘種，讓學者體驗各種茶葉之水色、香味、滋味及其特性，讓學者有深刻的印象。

# 生活茶藝講座（初級班） 筆記

(6-2)

日期:2001.08.05 時間:07.30pm

地點:靈鷲山桃園講堂

講授:游添福老師

講授內容:

1 課堂上陳列十餘種茶葉製品，於上課前由學員，對各茶葉之外表型狀及香味、等特性，先行作初步的認識。

2 茶葉製造:

① 不發酵茶製造過程:

茶青→殺青→揉捻→初乾→精揉成型→乾燥→包裝。

殺青可分為炒青及蒸青等兩種。

② 半發酵茶的製造過程:

茶青→萎凋（室內+室外）發酵→殺青→揉捻→乾燥→粗製→精製→包裝（成品）。

說明:

a 半發酵茶按茶青於萎凋時發酵程度不同而作成各種茶葉。發酵20%-50%為包種茶（又可細分發酵20%清茶、30%為香片、40%為凍頂茶、50%鐵觀音）、70%為烏龍茶。

b 茶青於萎凋及攪拌時，因氣候濕度、溫度不同而有走水、失水、積水等現象，致其香味滋味有所差異而影響其品質。

c 揉捻（粗揉、精揉、團揉）決定茶葉的外型及滋味。

d 半發酵茶發酵程度（%）於茶青殺精時確定。

③ 全發酵之製造過程:

茶青→萎凋→揉捻（→切斷）→發酵→乾燥→包裝。

④ 精製

茶葉完成製造後，尚需經過精製後上市，其步驟如下:

篩分、剪切、拔梗、風選、覆焙、（生茶、熟茶）。

3 如何泡茶:

① 泡茶入門

由繁入簡 由簡入易

由易入趣 由趣入道

② 初嘗泡茶

於課堂上備齊茶葉、全套泡茶用具等由學員自行沖泡，初嘗泡茶的奧妙，並啟發學習泡茶的興趣。

4 幻燈片教學:

百聞不一見；老師提供精美生動的幻燈片，包括茶樹品種，茶葉製造，室（外）萎凋、殺青，揉捻、烘培、製造等幻燈片供學員觀賞以收教學之效果。

日期：2001.08.12 時間：07.30pm

地點：靈鷲山桃園講堂 講授：游添福老師

講授內容：

課題：如何泡好一杯好茶

### 1 人、器、茶、水

①人 表達先天氣質，去除後天不良的積習。

②器 a 壺、茶船、茶海、茶則（荷）（供置茶、賞茶用）、杯（分聞香杯、飲茶杯）、茶渣匙、茶巾、渣方。壺由鈕、蓋、壺、流、嘴、提、把等組成。

b 爐大致有炭火爐、瓦斯爐、酒精爐、電磁爐、電爐等。其中以炭火爐所泡的茶最好但使用較不方便。

③水 可分為自來水、蒸餾水、井水、泉水、雨水、江水、雪水。泡茶用水以無污染之泉水為最佳，因取得不易，故使用自來水較為普遍。

### 2 基礎歸零泡茶法

對於陌生的茶葉，以基礎歸零泡茶法先行試泡，深入了解茶葉的特性，進而掌握其特性，泡出完美無缺的好茶。其方法：取茶葉 16 兩中之 1 兩（1/16）分三道試泡，茶葉用量依外形不同分別為，自然彎曲 6/10（占茶壺容量）、半球形 1/3、碎片 1/4、全球形 1/4。沖泡時間第一道 60 秒、第二道 75 秒、第三道 1 分 45 秒。

### 3 口訣心法

泡茶口訣：

鬆、靜、圓、柔、鈞、綿。

茶湯口訣：

激濁揚清。

動作口訣：

點、放、拉、收。

### 4 泡茶演練

①於泡茶時，先對於茶器作好適當的擺置（以順手、美感為宜）。後除照上述口訣心法原則外，應調整姿勢；坐姿要中正、不偏、不依、不斜。再作深呼吸，調正心境，心胸要開闊，心情充滿愉悅。肩膀要保持平衡，兩肘略為下垂，動作不急不徐，不燥不火，舉止要優雅，面帶笑容，並散發出溫馨愉悅有如和風般的氣氛，與看（飲）者水乳交融，打成一片，才能夠泡出飽滿活潑的好茶，而達到真善美的境界。

②老師先作泡茶示範，對每一泡茶動作，逐一說明讓學員了解，後由學員輪流上陣實習演練。老師當場對每一學員泡茶動作，泡茶的滋味、香味…等作講評，確實做到教學的效果。

日期:2002.08.26 時間:07.30pm

地點:靈鷲山桃園講堂 講授:游添福老師

講授內容:

課題:壺藝之認識

### 1 壺之歷史與地理。

- ① 歷史 依據「宜興縣誌」、「砂壺考李景康」、「吳經太監之出土墓」等文獻與歷史資料考據，係於1506年（明正德年間），為宜興金沙寺僧人始創，並由其書童龔供春傳承。
- ② 各年代製壺名家
  - a 明末草創期 時朋、元暢、董翰、趙梁等四大明名家。
  - b 明末四大名家（正傳、別傳、雅流等流派）作者；時大彬、李仲芳、徐友泉、邵文金、邵文銀、李茂林、陳鳴遠。
  - c 清初（康熙雍正乾隆年間）為邵旭茂、邵茂林、邵元祥、邵金章、李寶珍、汪寶根、范盤根、程壽珍。
  - d 當代名家 顧景州、朱可心、蔣蓉、汪寅仙、呂堯臣、徐漢堂、徐秀堂
- ③ 主要產陶區 a 江蘇宜興縣丁蜀鎮~中國陶都~鈞陶。b 廣東佛山~陶城~石灣陶。c 廣東楓溪~陶鄉。
- ④ 陶土原料，用於製造者茶壺屬精緻陶，製造水缸時為粗陶。

### 2 壺之質地、造形、作法。

- ① 質地 紫砂之特性 a 可塑性高 b 含鐵量高~壺面光亮 c 收縮比小~10%以下~窯燒時品質較易掌握、d 雙重透氣率。
- ② 紫砂壺之類別
  - a 本山綠泥（經窯燒後顏色為黃色） b 紅土（原料為黃色，經窯燒後為紅色） c 朱泥（燒後比紅色還紅、顆粒較細） d 黑鐵砂（礦脈含鐵量高）。
- ③ 字依壺存 壺依字貴  
書法家陳鴻壽、曼生...等將壺與字結合在一起，更能提升其欣賞與收藏的價值。
- ④ 壺之造形分 a 筋紋形 b 自然形 c 幾何形 d 仿古創新形等。
- ⑤ 壺之作法分 a 手捏 b 手拉 c 注漿 d 鑲坯注漿 e 拍打 f 擋坯等。
- ⑥ 陶壺可以去除銅錫之敗味及金銀的奢靡。

### 3 壺之選用、保養、收藏、欣賞。

- ① 選用 a 質地 以實用性為原則，聲音輕脆鏗鏘，密度高宜泡清茶，聲音渾厚低沉者，宜作泡熟茶用。b 壺之大小（杯數）。 c 造形依個喜好而定，惟以圓形壺泡茶效果為佳。d 功學 依個人的需要，但應優先考慮恰當之流體（出水）。
- ② 保養 要以愛心耐心，作恰當的清洗。
- ③ 收藏 依個人之喜好與需要而定。
- ④ 欣賞 欣賞它的各種美，外在~形、氣、韻、真、善、美。內涵~精、氣、神。.....等。

日期:2002.09.02 時間:07.30 pm

地點:靈鷲山桃園講堂

講授內容:

認識茶壺

### 1 各時期及名家作品之辨識

- ①因各時期使用原料及圖騰釉彩的不同，而可以研判製造時期。
- ②因各時期製造工法與工具的不同，而可以研判製造時期。
- ③因各時期流行趨勢造成的風格，而研判製造時期。如清初製造之茶壺比較粗獷霸氣，道光年間製造的較纖細秀氣。
- ④依據作者之鈐記或落款，可以判定作者及製造時期。

### 2 幻燈片教學

「壺」是由流、鈕、提等組成，惟因時代與作者之不同，其作品變化無窮，所以被收藏家著迷。從幻燈片看到，諸多各時期之名家作品，千姿百態，形形色色，或方、或圓、或大、或小、或粗獷、或秀麗、或具神韻、或具氣勢、還有楊惠珊型、張小燕型...等不勝枚舉，多彩多姿。相互崢嶸、競相爭妍，琳瑯滿目，目不暇給，美不勝收。如果將心思全神貫注於茶壺的意境，細細的欣賞，慢慢的把玩，深深感受，享受他的形、氣、韻、真、善、美。領悟他的精、氣、神。那是何算的美妙。難怪深獲許多古今中外文人雅士的喜好而收集珍藏把玩。觀罷幻燈片播放之形形色色的茶壺，其造型氣勢神韻風格形成因素大致分為：

a 因人 作者之經驗造詣思想之不同，其作品表達方式有所差別。同樣的主題同樣的坯土同樣的工具，如果由三人分別製作，其成品會有三種不同的風格，也許一個像文人雅士，一個像富豪，一個像農夫。有如八仙過海各顯神通。

b 因時 中國大陸於50年代至開放前，因實施合作社制度，員工領取一樣的工資，那段期間的作品比較沒有創意，沒有精神，品質也比較粗糙。又時代之流形時尚會影響風格，譬如清初的茶壺比較霸氣，道光年間作品較纖細。

c 因地 如臺灣的陶藝作品比較有創意，但因引進較晚與大陸作品在神韻與作工上略遜一籌。

### 3 錄影帶播放

名家徐秀堂1937年出生於宜興，18歲從泥人張習陶藝，50歲起自創風格，並成立「徐秀堂工作坊」。播放影片係該工作坊作業情形，內容有紫砂坯泥與陶壺的製作。坯泥之製作，是將紫砂研磨成細粉後加水攪和，再用木棒槌打約百餘下，直至坯泥結實不含空氣為止。陶壺之製作有六角型與圓型兩種，分別由兩位學員製作，其過程於影片逐一出現，完成的作品六角形茶壺，線條簡潔明快造型優雅。圓行的陶壺以桃花為主題，流水、提把、鈕、蓋，身等均均以桃枝、桃花、桃葉、桃子形狀為素材，經巧妙的構思，完美的組合，造型優雅，極富古典美，令人愛不釋手。很有把玩與收藏的價值。

### 4 紫砂陶的緣起（取材於東森電視台「走進兩岸」節目）

傳說有一個老和尚到街上兜售「富貴」，大家很納悶「富貴」怎能貴？於是跟著老和尚走到山洞，可是老和尚不見了，卻發現了紫砂礦，因而造就了宜興紫砂陶藝文化，也給宜興帶來繁榮與富裕。

## 生活茶藝講座（初級班）筆記

(6-6)

日期:2002.09.09 時間:07.30 pm

地點:靈鷲山桃園講堂 講授:游添福老師

講授內容:

### 茶葉品鑑

以視覺、味覺、嗅覺、去品嚐茶葉的色、香、味是謂「品茶」，經品嚐後對茶葉良莠之評判是謂「鑑茶」。其內容包括賞茶、沖泡、觀色、聞香、嚐味、看渣等。其情略述如下：

① 賞茶 對茶葉外形之品賞，應注意是否有生命感，有無雜質。

② 沖泡

a 沖泡茶葉用量是否適當，因會影響泡茶的品質，故應依照其外型決定茶葉用量。

b 沖泡需依照發酵程度（半發酵、全發酵、不發酵等）之不同茶葉，確實掌握沖泡時間，才能夠泡出好茶。

c 為保持每一道茶，泡出同樣的品質，可由沖泡時間之長短來控制。

③ 觀色 茶色是否清澈而不含雜質，顏色是否恰當。如品賞烏龍茶之琥珀色晶瑩剔透，令人心神爽朗不已。

④ 聞香

a 香的種類分為火味、火香（襯托花香）、果香等。火味是烘焙過火，品質較差。

b 氣的感受點 高~頭頂 中~額頭 低~鼻頭 最底~口齒。

⑤ 嚐味

a 舌頭對味的感受 舌尖甜、舌面澀、舌根苦甘、舌沿酸，酸、甜、苦、澀調太和。

B 嚐味時入口要感覺茶的活潑度、濃稠度、甘醇度及回甘程度。

⑥ 看渣

是一心兩葉，有否雜質，半發酵茶是否由葉尖、葉沿開始，有否綠葉鑲金邊及枝之連離等。

各類茶葉沖泡參考簡表

茶葉名稱	碧羅春	包種清茶	金萱	高山烏龍	碳燒金萱	鐵觀音			東方美人	紅茶		普洱	普洱
						自然彎曲	全球狀	絮條狀		自然彎曲	碎片	絮條	(生)
茶葉形狀	自然彎曲	絮條	半、全球	半、全球	半球狀	自然彎曲	全球狀	絮條狀	自然彎曲	碎片	絮條	散狀	散狀
茶葉放置份量	$\frac{6}{10}$ 弱	$\frac{6}{10}$	$\frac{1}{4}$ 或 $\frac{1}{5}$	$\frac{1}{4}$ 或 $\frac{1}{5}$	$\frac{1}{4}$ 或 $\frac{1}{5}$	$\frac{1}{5}$	$\frac{6}{10}$	$\frac{1}{4}$ 或 $\frac{1}{5}$	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{4}$			
沖泡水溫	80° 85°	85° 90°	92°	92°	92°	95°	90°	90°	85°	95°			
沖泡時間	50" 45" 45"	50" 45" 45"	55" 45" 40"	55" 45" 40"	50" 40" 40"	60" 50" 50"	55" 45" 45"	40" 40" 40"	45" 45" 45"	50" 40" 40"	50" 40" 40"		
茶湯顏色	黃中帶綠	金黃色	金黃色	金黃色	暗黃色	橙黃略暗	金紅色	朱紅色	金或橙黃紅	暗黃紅色			