

目 录

项目一 练习泡茶的礼仪	1
任务一 泡茶前的礼仪	1
任务二 泡茶中的礼仪	4
任务三 品茶中的礼仪	12
项目二 识茶、辨茶、说茶	16
任务一 识别绿茶	16
任务二 识别红茶	37
任务三 识别乌龙茶	50
任务四 识别黑茶	57
任务五 识别其他茶类	62
项目三 辨识茶具	75
任务一 辨认茶盘、茶叶罐、赏茶荷	80
任务二 辨认茶壶、公道杯、随手泡	83
任务三 辨认盖碗、品茗杯、闻香杯	87
任务四 辨认其他泡茶用具	88
项目四 沏茶、茗茶	92
任务一 绿茶沏泡	92
任务二 红茶沏泡	98
任务三 乌龙茶沏泡	104
任务四 茉莉花茶沏泡	111
附 初级茶艺师工作技能	115

项目一

练习泡茶的礼仪

目前,茶艺事业如同雨后春笋般蓬勃发展,光顾茶艺馆的客人日益增多,加上茶艺表演是一个集礼仪、技能和表演于一体的服务形式,要想做好茶艺服务的服务人员就要加强礼仪、礼节、礼貌的学习,从而在茶艺服务工作中真正做到以礼相待、微笑服务、文明待客,为茶艺事业的发展做出贡献。

茶艺表演者要从容貌、服饰、姿态、语言和心境等各个方面来注意形象仪表和服务礼仪,在泡茶过程中更好地来展示自己。

任务一

泡茶前的礼仪

● 任务描述

有客人参观茶艺室,如果你是茶艺室的茶艺员,你要如何准备自己的形象仪表?又要养成怎样的心境?



图 1-1-1 泡茶前的形象准备

● 任务目标

1. 知道泡茶前清洗双手的方法和注意事项。
2. 学会泡茶前如何盘发。
3. 知道泡茶前的妆容与服饰的要求。
4. 懂得如何培养泡茶前的良好的心境。

● 任务实施

分组讨论

1. 如果你是一个茶艺员,在泡茶之前有哪些方面要准备的?
2. 泡茶之前如何清洗双手? 注意什么? 手的保养对茶艺员的意义有哪些?
3. 茶艺员的妆容应该注意什么?
4. 茶艺员应该具备怎样的心境? 如何培养?

材料阅读

1. 泡茶前的双手

茶艺表演中,茶艺员的双手就是舞台上的主角。如果是女士,首先要有一双纤细、柔嫩的手,平时注意适时的保养,随时保持清洁;如果是男士,则要求干净。因为在泡茶的全过程中,客人的目光始终停留在你的手上,因此服务人员的手极为重要。

手上不要戴饰物,如果佩戴太“出色”的首饰,会有喧宾夺主的感觉,显得不够高雅,而且体积太大的戒指、手链也容易敲击到茶具,发出不协调的声音,甚至会打破茶具。

茶艺操作过程中,双手处于主角的地位,主持者进行操作时,拿茶壶或其他茶具,如果手没洗干净,很可能污染茶叶与茶具。因此,泡茶前一定要把双手清洗干净(如图1-1-2、图1-1-3),不可有香皂味,洗过手后不要摸脸或其他物体,以免沾上化妆品的味道或其他异味,影响茶性的本味。

指甲一定要修理干净,不可留过长的指甲,不可涂鲜艳的指甲油,否则给人一种夸张的感觉。



图1-1-2



图1-1-3

2. 泡茶前的头发

泡茶前,茶艺员的头发一定要梳紧,勿使其散落到脸上(如图1-1-4)。长发应当将其盘起,短发不能挡住视线。因为若有头发挨着茶具或落到操作台上,会使客人感觉很不卫生,而如果茶艺员或泡茶者不自觉地用手去梳拢头发,也会破坏整个泡茶流程的完整性。

作为茶艺师,发型的要求与其他岗位有一些区别。如果你主持茶艺的操作,头发应梳洗干净整齐,应避免头部向前倾时头发散落到前面来,否则会挡住视线导致影响操作。同时还要避免头发掉落到茶具或操作台上,否则客人会感觉很不卫生。发型原则上要适合自己的脸型 and 气质,要按泡茶时的要求进行梳理。如是短发,要求在低头时,头发不要落下挡住视线;如果是长发,泡茶时应将头发束起,否则将会影响操作。

3. 泡茶前的妆容与服饰

泡茶前,茶艺员或泡茶者应该上淡妆或者不上妆,切忌浓妆艳抹、涂抹香水或者用气味太重的化妆品(如图1-1-4)。茶艺员着装的原则是简约整洁、和谐得体,符合整个茶宴和谐、优雅的气氛。不要着装太过鲜艳,避免袖口过宽,以免沾到茶具上,给人一种不卫生的感觉。

女茶艺员不宜多戴首饰,尤其是不能佩戴容易敲击到茶具的手链或手表,最多可佩戴一款玉手镯,也能给茶艺表演增添不少风韵。

服装,大而言之是一种文化,它反映着一个民族的文化素养、精神面貌和物质文明发展的程度;小而言之,服装又是一种符号,它能反映出一个人的职业、文化修养、审美意识,也能表现出一个人对自己、对他人以至对生活的态度。着装的原则是得体和谐。

在泡茶过程中,如果服装颜色、式样与茶具环境不协调,“品茗环境”就不会是优雅的。茶艺师在泡茶时服装不宜太鲜艳,要与环境、茶具相匹配。品茶需要一个安静的环境,平和的心态。如果泡茶者服装颜色太鲜艳,就会破坏和谐优雅的气氛,使人有躁动不安的感觉。另外,服装式样以中式为宜,袖口不宜过宽,否则会沾到茶具或茶水,给人一种不卫生的感觉。服装要经常清洗,保持整洁。



图1-1-4

4. 泡茶前的心性培养

茶宴讲究清雅典致、祥和温馨的氛围,茶艺员或泡茶者不仅要做到冲泡动作精确到位,还要心平气和,气质优雅,方能做到神形合一的技熟艺美。

茶艺员的气质、心性和礼仪都是在泡茶、奉茶的过程中一一体现出来的。因此,茶艺员要做到神、情、技合一,展示出内心世界之美,才会给饮茶者以舒心之感,使饮茶者达到品茗的最高境界。

实践练习

结合视频和教师示范训练下列内容:

1. 按要求练习清洗双手。
2. 按要求练习盘发。
3. 有条件的学校按要求练习化妆。

● 任务拓展

利用网络观看茶艺表演的视频,观察茶艺员的仪表仪容,进行交流。

任务二

泡茶中的礼仪

● 任务描述

茶艺表演时,茶艺师的一举一动、一言一行都会带给人一种美好的感受,这些细节的练习需要进行系统的训练。

● 任务目标

1. 学会泡茶中正确的肢体语言。
2. 学会泡茶中规范的动作。

● 任务实施

分组讨论

1. 你知道泡茶中的肢体语言包括哪些吗?如何练习?
2. 泡茶中如何体现出服务礼仪?

材料阅读

泡茶中的礼仪

1. 泡茶中的肢体语言

泡茶中的肢体语言,主要包括行走、站立、坐姿、跪姿、行礼等方面。传统的茶艺员行走方式为双手交叉于小腹前的行走,在行走的过程中,除了四肢的运用,还要注意眼神、表情及身体其他部位的有效配合,这样才能走出茶艺员的风情、风貌和雅致;站立要追求符合表演

者身份的最佳站立姿势,也应注意面部表情,与观众亲切交流,将目光中的美好、真诚传递给观众;坐姿,是指屈腿端坐的姿态;跪姿,是指双膝触地,臀部坐于自己小腿的姿态。

行礼主要表现为鞠躬。鞠躬要低头弯腰,慢速地深深一鞠,以表示深厚真诚的情感。行礼,在一般的表演形式中还暗示着表演的开始。

2. 泡茶中的动作规范

(1) 泡茶时,茶艺员或泡茶者身体要坐正,腰杆要挺直,以保持美丽、优雅的姿势。两臂与肩膀不要因为持壶、倒茶、冲水而不自觉地抬得太高,甚至身体都歪到一边。

(2) 泡茶过程中,茶艺员或泡茶者尽量不要说话。因为口气会影响到茶气,影响茶性的挥发。

(3) 泡茶过程中,茶艺员或泡茶者的手不可以碰到茶叶、壶嘴等。

(4) 茶艺员闻香时,只能吸气,挪开茶叶或茶具后方可吐气。

茶艺员或泡茶者在泡茶时,全身的肌肉与心情要放轻松,泡茶动作才优美,泡茶过程才有一气呵成的感觉。

实践练习

结合视频和教师示范训练下列内容:

正确的站姿、坐姿、走姿、跪姿、蹲姿等是提供良好服务的重要基础,也是使客人在品茶的同时得到感观享受的重要方面。

1. 正确的站姿

优美而典雅的站姿,是体现茶艺服务人员自身素养的一个方面,也是体现服务人员仪表美的基础。

站姿的基本要求是:站立时直立站好,从正面看,两脚脚跟相靠,两脚尖呈 $45^{\circ}\sim 60^{\circ}$ 。身体重心线应在两脚中间向上穿过脊柱及头部,双腿并拢直立、挺胸、收腹、梗颈。双肩平正,自然放松,双手自然交叉于腹前,双目平视前方,嘴微闭,面带笑容。

站姿是茶馆茶艺服务人员的基本功。站立时,身体要端正,收腹、挺胸、提臀,眼睛平视,下巴微收,嘴巴微闭,面带微笑,平和自然,双臂自然下垂或在体前丹田处交叉,右手放在左手上,主要是为了尽快转向下一个动作。因为右手为阳、左手为阴,在茶道、茶艺表演中要把右手放在左手上面。一个亭亭玉立的站姿,不管在品茗服务区还是在表演台上,都能体现茶艺服务人员的整体美感,都能给茶客以一道亮丽的风景线。

(1) 站姿要领。站立时精神饱满、心情放松、脖颈挺直、头顶上悬、气往下压、自然伸展,身体有向上之感,表情要温文尔雅。腹肌、臀大肌微收缩并向上提,臀、腹部前后相夹,髋部两侧略向中间用力。

(2) 茶艺服务人员的站姿。女茶艺服务人员站立时,双脚呈“V”字形,两脚尖开度为 50° 左右,膝和脚后跟要靠紧(如图1-2-1);如果双脚叉开,就很不雅观。男茶艺服务人员双脚叉开的宽度窄于双肩,双手可交叉放在背后。

① 身体不要东倒西歪、耸肩歪脑。双手不要叉腰,不要抱在胸前,不要插入衣袋,不要放在身后。身体重心主要在脚掌、脚弓上。站累了双脚可暂作“稍息”状,但上体仍须保持正直。其要求是身体重心偏移到左脚或右脚上,另一条腿微向前屈,使脚部肌肉放松。



图 1-2-1 茶艺服务人员的站姿



图 1-2-2 茶艺人员的坐姿

有悬挂的装饰物障碍,无法采取正式坐姿,可选用左侧点式或右侧点式坐姿。左侧点式坐姿要双膝并拢,两小腿向左斜伸出,左脚跟靠于右脚内侧中间部位,左脚脚掌内侧着地,右脚跟

② 站立时应留意周围或同事的招呼。站立时间过长,在不影响“阵容”的情况下要“寻找事做”。另外,站立时要观察茶客的动态,注意茶客的需求,但不可“眼睁睁”地直盯着,应灵活应变。

(3) 茶艺表演的站姿。当腿和手的动作略有变化时,站姿也随之变化,可以站成“丁”字步,双手在体前交叉。在茶艺表演中冲泡往往采用此种站姿,或者双手端着托盘也站成“丁”字步,这是女茶艺服务人员优美典雅的站姿。挺拔的站姿给人以优美高雅、庄重大方、精力充沛、信心十足和积极向上的印象。

2. 正确的坐姿

由于茶艺服务人员在工作中经常要为客人沏泡各种茶,有时需要坐着进行,因此工作人员良好的坐姿也显得尤为重要。

正确的坐姿是:泡茶时,挺胸、收腹、头正肩平,肩部不能因为操作动作的改变而左右倾斜。双腿并拢。双手不操作时,平放在操作台上,面部表情轻松愉悦,自始至终面带微笑。

为茶客沏茶或表演茶艺是茶艺服务人员的主要工作,不论是在茶客的桌上冲泡或在台上表演,坐姿是一种静态造型,坐姿不正确会显得懒散无礼,有失高雅。端庄优美的坐姿,会给人以文雅、稳重、大方、自然、亲切的美感(图 1-2-2)。

(1) 正式坐姿。茶艺服务人员坐时,略轻而缓,但不失朝气,走到座位前面转身,右脚后退半步,左脚跟上,然后轻稳地坐下。最好坐椅子的一半或2/3处,穿长裙子的要用手把裙子向前拢一下。坐下后上身正直,头正目平,嘴巴微闭,面带微笑,小腿与地面基本垂直,两脚自然平落地面,两膝间的距离,男茶艺服务人员以松开一拳为宜,女茶艺服务人员双脚并拢,与身体垂直放置,或者左脚在前右脚在后交叉成直线。注意两手、两腿、两脚的正确摆法。

(2) 侧点坐姿。侧点坐姿分左侧点式和右侧点式,采取这种坐姿,也是很好的动作造型。根据茶椅、茶桌的造型不同,坐姿也发生变化,比如茶桌的立面有面板或茶桌

提起,脚掌着地。右侧点式坐姿相反。

如果是腿部丰满或穿长裤的茶艺服务人员,要使小腿部分看起来略显修长,坐时要将膝盖与脚间的距离尽量拉远,线条看起来会优美些。

无论哪一种坐姿,都要自然放松,面带微笑。优雅的坐姿对茶艺服务人员来讲,真是太重要了。一般在做茶艺表演时,较多的是坐着冲泡操作的,遗憾的是在很多出版物中,茶艺表演图片所显示的茶艺服务人员坐姿,有的双膝分开,非常不雅观;有的在提壶时,肩膀一边高一边低,也是不好看的;有的下巴没收,感觉脊梁不挺;有的凳子太低,桌子太高,看不出美感;有的身体离桌子太近,显得很不自在。甚至在参加一些国际性的茶艺表演时也有类似情况,如茶艺服务人员在高处或舞台上表演,膝盖及腿没有并拢,显得很不得体。

(3) 跪式坐姿(即日本人称的“正坐”)。坐下时将衣裙放在膝盖底下,显得整洁端庄,手臂腋下留有一个品茗杯大小的余地,两臂似抱圆木,五指并拢,手背朝上,重叠放在膝盖头上,双脚的大拇指重叠,臀部坐在其上,臀部下面像有一纸之隔之感,上身如站立姿势,头顶有上拔之感,坐姿安稳(如图1-2-3)。

(4) 盘腿坐姿 这种坐姿一般适合于穿长衫的男性或表演宗教茶道时采用。坐时用双手将衣服撩起(佛教中称提半把),徐徐坐下,衣服后层下端铺平,右脚置于左脚下,用两手将前面下摆稍稍提起,不可露膝,再将左脚置于右腿下,最后将右脚置于左腿下(如图1-2-4)。



图1-2-3 跪式坐姿



图1-2-4 盘腿坐姿

3. 正确的走姿

人的走姿是一种动态的美,茶艺服务人员在工作时经常处于行走的状态中。茶艺服务人员由于诸多方面的原因,在生活中形成了各种各样的行走姿态,或多或少地影响了人体的动态美。因此,要通过正规训练,使他们掌握正确优美的走姿,并运用到工作中去。

走姿的基本方法和要求是:上身正直,目光平视,面带微笑;肩部放松,手臂自然前后摆动,手指自然弯曲;行走时身体重心稍向前倾,腹部和臀部要向上提,以大腿带动小腿向前

迈进；行走线迹为直线。步幅也是行走姿态的重要方面，茶艺馆服务员在行走时要保持一定的步速，不要过急，否则会给客人不安静、急躁的感觉。步幅是每一步前后脚之间的距离，通常为30厘米，一般不要求步幅过大，否则会给客人带来不舒服的感觉。

行云般的轻盈走姿，体现了茶艺服务人员的温柔端庄，大方得体。款款轻盈的步态，给茶客以动态美。茶馆茶艺服务人员的步幅应稍小些，因为步幅过大，人体前倾的角度必然加大，茶艺服务人员经常手捧茶具来往较易发生意外。另外，步幅过大再加上较快的速度，容易让人产生“风风火火”的感觉，会减弱茶馆的宁静和茶艺服务人员的优雅之感。

(1) 舞台茶艺表演走姿。茶艺服务人员根据茶艺表演的主题、时代的背景、服饰的造型、情节的配合、音乐的节奏来确定走姿。走姿应随着主题内容而变化，或矫健轻盈，或精神饱满，或端庄典雅，或缓慢从容，可谓千姿百态，没有固定的模式。不管哪一种走姿都要让茶客感到优美高雅、体态轻盈。在出场时，要融入自己的思想、情感于走姿中，将信息传递给观众、茶客，使观众感到茶艺服务人员的肢体语言同茶艺表演的主题、情节、音乐、服饰等是吻合的。

(2) 行走的要领。行走时，重心落在双脚掌的前部，腹部和臀部要上提，同时抬腿，注意伸直膝盖。全脚掌着地，后脚跟离地时，要以脚尖用力蹬地，脚尖应指向前方，不要左歪或右偏，形成八字脚。行走时，身体的重心向前倾 $3^{\circ} \sim 5^{\circ}$ ，抬头，肩部放松，上身正直，收腹、挺胸，眼睛平视前方，面带微笑，手臂伸直放松，手指自然微弯，两臂自然地前后摆动，摆动幅度为 35° 左右。行走时，脚步要轻且稳，切忌摇头晃肩，身体左右摇摆，腰和臀部居后。行走时，还要尽可能保持直线前进。挺胸时，绝不是把胸部硬挺起来，而是从腰部开始，通过脊骨到颈骨尽量上伸。这样就自然会显出一个平坦的腹部和比较丰满的胸部。

(3) 服务中的走姿。服务中如两人并肩行走时，不要用手搭肩；多人一起行走时，不要横着一排，也不要有意无意地排成队形。茶艺服务人员在茶馆内行走，一般靠右侧。与茶客同走时，应让客人先行（除迎宾服务人员）；遇通道比较狭窄有茶客从对面走来时，茶艺服务人员应主动停下来靠在边上，让茶客通过，但切不可背对着茶客。遇有急事，可加快步伐，但不可慌张奔跑。如果手提重物或托有茶具时，急需超越行走在前面的茶客，应彬彬有礼地征得茶客同意，并表示歉意。

走路步伐要灵活，“眼观六路”（并不是东张西望）。要注意避让转侧，勿发生碰撞，做到收发自如。如托有茶具，立即停下时要顺手前伸再收回以缓冲惯性，不使茶具离开托盘。

女茶艺服务人员的步幅在28厘米左右为宜，男茶艺服务人员的步幅在23厘米左右为宜。以一分钟为单位，男茶艺服务人员应走100步，女茶艺服务人员应走110~118步。

(4) 优美的变向走姿。在行步中，需要转身改变方向时，要掌握正确优美的转身法。错误的转身，会让茶客感到茶艺员没有修养，还会产生不礼貌的现象。如果是想转身就转身，会有甩身之感，或会背向茶客等。尤其是在茶艺表演的时候，要采用简捷合理的途径，方能体现出步伐的规范和优美（如图1-2-5）。

1) 前进步 向前行步时，要保持身体直立挺拔。行进中与来宾或同事相互问候时，要伴随着头和上体向左或向右的转动，并微笑点头致意，配以恰当的语言。切忌用眼睛斜视

别人。在茶艺表演中前行步,目光正视前方,向观众、茶客微笑致意。

2) 后退步 当点单结束或奉上茶后离开茶客或与茶客告别时,扭头就走是很不礼貌的。应该是先向后退步,再转身离去。(一般情况下退后两步为宜。退步时脚轻擦地面,勿抬高小腿,后退的步幅要小,两腿之间的距离不宜大。转体时要身先转,头稍后一些转。如果是未转身先转头,或是头与身同时转,均为不妥。在茶艺表演结束时或离开表演台时,都应后退一至两步,方法同上。

3) 侧行步 当走在前面引领茶客时,要尽量走在茶客的左侧前方,髋部朝着前行的方向,上身稍向右转体,左肩稍前,右肩稍后,侧身向着茶客,保持两三步的距离。可边走边向茶客介绍环境,需做手势时尽量用左手。侧身转向茶客不仅可以显示对茶客的尊重,同时还可留心观察茶客的意愿,及时为茶客提供满意的服务。

当在路面较窄的走廊或楼道中与人相遇时,也要采用侧身步,两肩一前一后,要将正面转向茶客,而不是将后背转向茶客。

4) 前行转身步

① 前行左转身步 在行进中,当要向左转体时,要在右脚迈步落地时,以右脚掌为轴心,向左转 90° ,同时迈左脚。

② 前行右转身步 与前行左转身步相反,在行进中要向右转体时,应在左脚迈步落地时,以左脚掌为轴心,向右转体 90° ,同时迈右脚。

5) 后退转身步

① 后退左转身步 当后退向左转体走时,如左脚先退,要在退两步或四步时,以右脚为轴心向左转体,同时向左迈左脚。

② 后退右转身步 当后退向右转体走时,如左脚先退,要在退一步或三步,赶在左脚后退时,以左脚掌为轴心,向右转体 90° ,同时向右迈右脚。

③ 后退后转身步 要向后转体走时,如左脚先退,要在后退一步或三步时,赶在左脚后退时,以左脚为轴心,向右转体 180° ,再迈右脚;如向左转体,要在右脚后退时,再向左转体 180° ,再迈左脚。

以上是不同方向的转身行走法,不论向哪个方向转体走,都要注意身体先转,头随后转,同时可伴随着告别、祝愿、提醒等礼貌用语。

(5) 不同着装与不同鞋跟的走姿。茶艺馆的风格不同,茶



图1-2-5 茶艺人员的走姿

艺服务人员的服饰和鞋子也不同,有着长裙、有着短裙、有着旗袍;有穿平跟鞋、有穿高跟鞋等。不同的着装和不同的鞋跟,有不同的走路方式,相互呼应才会更协调、更优美。很多茶馆为了弘扬中国的传统文化,通常着装以中国的民族服饰为多。

1) 着旗袍的走姿 中国的旗袍,能反映出东方女性柔美的风韵,富有曲线韵律美。茶艺馆的迎宾小姐及茶艺表演人员,身着旗袍较为适宜。着旗袍时要求身体挺拔,胸微含,下颌微收,不要塌腰撅臀着旗袍。无论是配以高跟鞋,还是平底鞋,走路的幅度都不宜大,两脚跟前后要走在一条线上,脚尖略外开,两手臂在体侧摆动,幅度不宜大。髋部可随着脚步和身体重心的转移,稍左右摆动。站立时两手可合握于腰部或一屈一直。

2) 着长裙的走姿 穿着长裙使人显得修长,由于长裙的下摆较大,更显飘逸潇洒。穿长裙行走时要平稳,步幅可稍大些。转动时,要注意头和身体协调配合。尽量不使头快速地左右转动。注意调整头、胸、髋三轴的角度,强调整体造型美。保持微笑、含蓄。站立时可两手合握于体前,走动时可一手提裙。

3) 着短裙的走姿 穿着短裙(指裙长在膝盖以上),要表现出轻盈、敏捷、活泼、洒脱的特点。步幅不宜大,走路在速度上可稍快些。要笑口常开,保持活泼灵巧的风格。

4) 穿平底鞋的走姿 穿平底鞋走路,要脚跟先着地,注意由脚跟到脚掌的过渡。茶馆中服务时间较长,来回走路较多,茶艺服务人员的工作鞋一般是平底鞋。用力均匀适度,身体重心的推送过程要平稳。穿平底鞋比穿高跟鞋的步幅略大,可根据自己的身高、腿长调整步幅大小。穿平底鞋容易产生不标准姿态,即抬腿过高,脚落地时,小腿的腓肠肌张力差,不能积极地使身体的重心向前脚转移,而使脚跟接触地面时间略长,脚趾抓地感觉差。这种步态看上去像是往前甩小腿,用脚跟走路,给人一种懈怠的感觉。

5) 穿高跟鞋的走姿 穿高跟鞋走路,其要领是昂首、挺胸、收腹、上体正直、两眼前视、双臂自然摆动,步姿轻盈,以显示女性温柔、文静、典雅的窈窕之美。穿高跟鞋由于脚跟提高,身体重心前移。为了保持身体的平衡,要求身体的感觉是直膝立腰,收腹收臀,挺胸略抬头。穿高跟鞋能够使人挺拔,你会感觉胸部挺起,腹部内缩,整条腿向后倾斜,腰明显塌下去,臀部明显提高翘起,小腿也变得饱满起来,脚背呈漂亮的方形,脚好像小了许多,连走路的步子也变小了。所以穿高跟鞋,要注意将踝关节、膝关节、髋关节挺直,立腰挺胸要有一种挺拔向上的形体感觉。而行走时步幅不宜大。膝盖不要太弯,两腿并拢,不强调脚跟到脚掌的推送过程,要走柳叶步,即两脚跟前后踩在一条线上,脚尖略外开,走出来的脚印像柳叶一样。

4. 优雅的蹲姿

在茶馆服务中,茶艺服务人员经常处在动态状况,因此动作的优美是值得注意培养的,身体各躯干的动作都要讲究端庄优雅,动静相济,灵活得体。取低处物品或拾起落在地上的东西时,不要弯下身体翘臀部,这是不雅观又不礼貌的。要利用上蹲和屈膝动作。具体的做法是脚稍分开,站在要拿或拾的东西旁边,屈膝蹲下,而不要低头,也不要弯背,要慢慢低下腰部拿取,以显文雅。若遇物较重还可利用腿力以免扭伤腰部。在茶艺表演中奉茶时,要考虑茶桌的高度,依茶桌高矮,采用以下几种优美的蹲姿。



图1-2-6 交叉式蹲姿



图1-2-7 高低式蹲姿

(1) 交叉式蹲姿。下蹲时右脚在前,左脚在后,右小腿垂直于地面,全脚着地。左腿在后与右腿交叉重叠,左膝由后面伸向右侧,左脚跟抬起脚掌着地。两腿前后靠紧,合力支撑身体。臀部向下,上身稍前倾(如图1-2-6)。

(2) 高低式蹲姿。下蹲时左脚在前,右脚稍后(不重叠),两腿靠紧向下蹲。左脚全脚着地,小腿基本垂直于地面,右脚脚跟提起,脚掌着地。右膝低于左膝,右膝内侧靠于左小腿内侧,形成左膝高右膝低的姿态,臀部向下,基本上以右腿支撑身体(如图1-2-7)。

男茶艺服务人员可选用第二种姿态,两腿之间可有适当距离,而女茶艺服务人员无论采用哪种蹲姿,都要注意将双腿靠紧,臀部向下。如果头、胸和膝关节在同一角度上,这样的蹲姿就更典雅优美。

● 任务拓展

1. 利用网络观看站姿、坐姿、走姿、蹲姿等示范视频,利用自己现有的条件进行模拟练习,培养各种姿态的优美感。

2. 练习优雅的举止

优雅的举止是指人的动作和表情,日常生活中的一举手一投足、一颦一笑都概括为举止。举止是一种不说话的“语言”,它反映了一个人的素质、受教育的程度及能够被人信任的程度。

对于茶艺服务人员来讲,在为客人泡茶过程中的一举一动尤为重要。就拿手的动作来说,如果左手趴在桌上,右手泡茶,看起来就显得很懒散;右手泡茶,左手不停地动,会给人一种紧张的感觉;一手泡茶,一手垂直吊在身旁,从对方看来,就像缺了一只手的样子,不进行操作的手最好自然地放在操作台上。

在放置茶叶时,为了看清茶叶放了多少,把头低下来往壶内看,显得不够从容;有时担心泡过头,放着客人不管,瞪着计时器看,也是不好的动作;弯着身体埋头泡茶,个性显得不

够开朗,待客不够亲切。泡茶时,身体尽量不要倾斜,以免给人失重的感觉。

一个人的个性很容易从泡茶的过程中表露出来,也可以借着姿态动作的修正,潜移默化地陶冶一个人的心境。当你看到一个人笑咪咪地端端正正冲泡着最好的春茶时,还没有喝就已经感受到了他(她)健康、可爱的气息。

开始练习泡茶的时候,一个动作、一个动作地背出来只求正确,打好基础;慢慢地,各项动作会变得纯熟。这时就要注意两件事:第一,将各种动作组合的韵律感表现出来;第二,将泡茶的动作融入与客人的交流中。

泡茶时,茶的味道虽最为重要,但泡茶人得体的服装、整齐的造型、姣好的面部和优雅的动作也会给人一种赏心悦目的感觉,使品茶成为一种真正的享受。

任务三

品茶中的礼仪

● 任务描述

品茶,就是品评茶味和饮茶。一般来说,这是一种较为优雅和闲适的艺术享受(如图1-3-1)。品茶通常包括以下几个步骤:

尝茶:从干茶的色泽、老嫩、形状,观察茶叶的品质。

闻香:鉴赏茶叶冲泡后散发出的清香(包括留在茶碗上的“盖面香”)。

观汤:欣赏茶叶在冲泡时上下翻腾、舒展之过程,茶叶溶解情况及茶叶冲泡沉静后的姿态。

品味:品赏茶汤的色泽和滋味。

那么品茶中要讲究什么,注意哪些礼节,这是我们接下来要了解和学习的内容。



图1-3-1

● 任务目标

1. 学会用盖碗品茶的礼仪。
2. 学会用瓷碗品茶的礼仪。
3. 学会用玻璃杯品茶的礼仪。
4. 学会为客人服务茶水时要注意的礼仪。

● 任务实施

分组讨论

1. 观看相关视频,讨论品茶中要注意的礼仪有哪些?
2. 为客人服务茶水时如何体现出服务礼仪?

材料阅读

品茶中的礼仪

1. 用盖碗品茶的礼仪

品盖碗茶时的标准姿势是一手持杯,一手持盖,把碗端至胸前,头缓低下,手缓缓上抬。持盖的手是属大拇指与中指持盖顶,再将碗盖略斜,使靠近自己一侧的盖边向下轻轻划动过茶水水面,借碗盖边在水面的划动,碗里漂在上面的药材、茶叶拨到一边,以防在喝茶时把茶叶喝到口中。如果茶水很烫的话,品茶者可以用嘴轻轻地吹,帮助其冷却下来。但用嘴吹时,嘴型要小而扁,不可发出声音。

2. 用瓷碗品茶的礼仪

品红茶需用瓷杯,茶叶放入杯中以后,只能注水七分满,否则不仅不符合品红茶的俗礼,如果茶水不小心溢了,还容易烫伤自己或客人。用瓷碗品茶时,男士拿品茗杯手要收拢,表示在握;女士则可以轻翘兰花指,漂亮而优雅。自己喝茶与别人喝茶时,端茶、接茶都应如此。在茶水的接与送的过程中,身体不要太直,可以微微向前。

3. 用玻璃杯品茶的礼仪

品高档绿茶或花草茶宜用高筒的玻璃杯。先把绿茶或花草茶放入玻璃杯,用80℃热开水冲泡,水面距杯口约1.5厘米左右。

如果品饮的是花草茶,可以用小勺或搅棒轻轻搅动至茶水变色。搅动时,杯子放在桌上,用一手轻触杯身,一手大拇指和中指或食指轻捏勺柄,缓缓地按顺时针方向搅动(切忌来回搅拌,动作不雅),轻搅几圈后,茶水变色,色泽透明晶莹,带浅的花果颜色,清香溢出。

饮用时,要将勺子或搅棒取出,不要放在杯中直接喝,也不要喝几口,搅动几下,这种动作会显得很局促,也不雅。在别人给自己斟茶的时候,可用右手食指、中指前部弯曲,在桌面上扣两下,以示谢意。

4. 为客人服务茶水时要注意的礼仪

(1) 品茶讲究三品,就是用盖碗或瓷碗品茶时,要三口品完,切忌一口饮完。品茶过程中如果使用到小勺,使用后的小勺要放在杯子的相反一侧。品茶时宜用右手端杯子喝,切忌用两手端茶杯,那表示茶不够热。

(2) 给客人斟茶时,不要等客人喝到快露杯底再添茶,而要勤斟少加,且只斟七分满,留下的三分是情谊。

(3) 端茶给客人,切忌用手抓提杯边缘或握住杯身,正确做法是恭恭敬敬地用左手托住杯底,最好下垫托盘,右手拇指、食指和中指扶住杯身。

(4) 请别人喝茶时,不要把泡好的茶递到别人的手中,只需放在他(她)面前的桌子上,靠近他(她)的地方就可以了。

实践练习

1. 观看视频,或在老师指导下练习品茶,注意持杯的手形要优美,喝茶的姿态要优雅,饮茶的方法要正确。

2. 观看视频,或在老师的指导下练习为客人服务茶水,注意为客人端茶、斟茶的礼仪。

● 任务拓展

一、茶艺服务人员在日常业务工作中要注意的礼节

(1) 茶艺服务人员在工作场所要保持安静,不要大声喧嚷,更不要聚众玩笑、唱歌、打牌或争吵。如遇宾客有事召唤,也不能高声回答;若距离较远,可点头示意表示自己马上就会前来服务。

(2) 在走廊或过道上遇到迎面而来的宾客,茶艺服务人员要礼让在先,主动站立一旁,为宾客让道。与宾客往同一方向行走时,不能抢行;在引领宾客时,茶艺服务人员要位于宾客左前方二三步处,随客步同时行进。

(3) 茶艺服务人员在服务中要注意“三轻”,即说话轻、走路轻、操作轻。

(4) 为宾客递送茶单、茶食、账单一类的物品时,要使用托盘。

(5) 在为宾客泡茶的过程中如不慎打坏茶杯等器具时,要及时表示歉意并马上清扫、更换。

(6) 在为宾客泡茶时,不能做出抓头搔痒、剔牙、挖耳、擤鼻涕、打喷嚏等举动。

茶艺服务人员在任何情况和场合下都要有自控情绪和行为的能力,相互之间应真诚团结、密切合作。这样,才能在操作中做到不失礼。

二、茶艺服务人员礼貌服务用语的正确使用

茶艺服务中讲究语言艺术,要使每一句服务用语都发挥它的最佳效果,就必须根据茶艺工作的服务要求和特点来灵活掌握。

1. 茶艺服务人员要注意说话时的仪态

每一个茶艺服务人员都应注意说话时的仪态。在与宾客对话时,要面带微笑,通过真诚的目光进行感情交流,或通过点头和简短的提问、插话表示出对宾客谈话的关注和兴趣。为了表示对宾客的尊重,一般应站立说话。

2. 茶艺服务人员要注意语言的准确和恰当

讲究语言艺术,用词是否准确、恰当也会给宾客不同的感受,产生不同的效果。如“请这边走”使宾客听起来觉得有礼貌,若把“请”字省去,变成了“这边走”,在语气上就显得生硬,变成命令式的了,这样会使宾客听起来不舒服,难以接受。另外,恰当、客气的用语也能



使人听起来更文雅,也更易于接受,如用“您贵姓”代替“您叫什么”等。

3. 茶艺服务人员要注意语言简练、突出中心

在茶艺服务过程中,茶艺服务人员要用简练的语言与宾客交谈,如果说话啰嗦、拐弯抹角,费了许多时间还讲不清,那么宾客会厌烦、急躁,甚至产生误会。

4. 茶艺服务人员要注意说话的语音、语调、语速

茶艺服务人员在与宾客说话时要注意语音、语调和语速,说话不仅是在交流信息,同时也是在交流感情。所以,许多复杂的情感往往通过不同的语调和语速表达出来。明快、爽朗的语调会使人感到大方的气质和直率的性格,而声音尖锐刺耳或说话速度过快,会使人感到有急躁、不耐烦的情绪。另外,有气无力、拖着长长的调子,也会给人一种精神不振、矫揉造作之感。因此,茶艺服务人员在与宾客谈话时要掌握好音调与节奏。以婉转柔和的语调,给宾客带来和谐的交流氛围和良好的语言环境,这也是使用礼貌服务用语的要求之一。