

# 《国之茶礼》

主讲：张梅双

课程背景：

“中国是茶的故乡，也是茶文化的发源地，中华茶文化源远流长。如今茶成为全球最大众化、最受欢迎、最有益于身心健康的饮品。茶在关注人的道德修养、人格完善以及和睦人际关系，在构建和谐社会过程中，发挥着特殊的作用。”让我们一起学茶、懂茶、茶养人生。

课程收益：

1. 使学员了解茶经与茶文化的知识；
2. 使学员掌握品茶技巧；
3. 陶冶情操学会泡茶技巧；
4. 掌握茶桌礼仪文化及规范。

课程时间：0.5-1 天

授课对象：职场人+饮茶爱好者

授课方式

知识讲授+案例分析+头脑风暴+情景演练+图片展示+点评纠错

课程大纲

第一讲：解析中华之宝《茶经》

一、走进中华茶礼仪文化

1. 《茶经》历史源头
2. 《茶经》与茶发展

### 3. 《茶叶》与神农氏

## 二、茶诗与茶精神

1. 茶诗的内涵意义
2. 茶诗欣赏
3. 认识茶道六君子
4. 鉴赏品茗杯

## 第二讲：茶的艺术世界

### 一、饮茶必知的茶礼仪知识

1. 何为“茶礼仪”
2. 茶巾的使用与折叠
3. 茶席位正确的摆放
4. 茶盘内各物品放置顺序

### 二、茶室内的礼仪规范

1. 谢茶礼的由来与正确手姿
2. 斟茶正确的次序原则
3. 茶室饮茶形象要求
4. 茶室神态动静管理
5. 开场结束与施礼规范

## 第三讲：如何冲泡一杯好茶？

### 一、招待客人饮茶规范要求

1. 必知饮茶的沐浴二道
2. 茶室氛围的营造技巧

## 二、冲泡一杯好茶

1. 茶水的选择原则
2. 六大基础茶的习性与品饮
3. 识别茶具的选择与水温度
4. 茶性与冲泡的时间关系
5. 认识中国十大名茶特性及冲泡技巧

### 第四讲：盖碗茶的暗语与手法操作

#### 一、关于盖碗的历史文化

1. 盖碗茶的寓意解读
2. 识别盖碗的5位暗语

#### 二、正确的使用盖碗手法

1. 盖碗规范化三种握法
2. 盖碗的规范操作礼仪
3. 盖碗茶手法三大禁忌

### 第五讲：茶点搭配技巧与茶养生

#### 一、茶与茶点的搭配原则

1. 绿茶配点原则
2. 红茶配点原则
3. 乌龙茶配点原则

#### 二、茶与养生

1. 认识中医人体九种体质
2. 认识自身体质与茶结缘

3. 胃寒的人喝茶禁忌

4. 关于“醉茶”你知道多少？

5. 红茶绿茶特性与体质

6. 失眠者饮茶注意事宜

复盘总结：做出行动计划，学以致用。