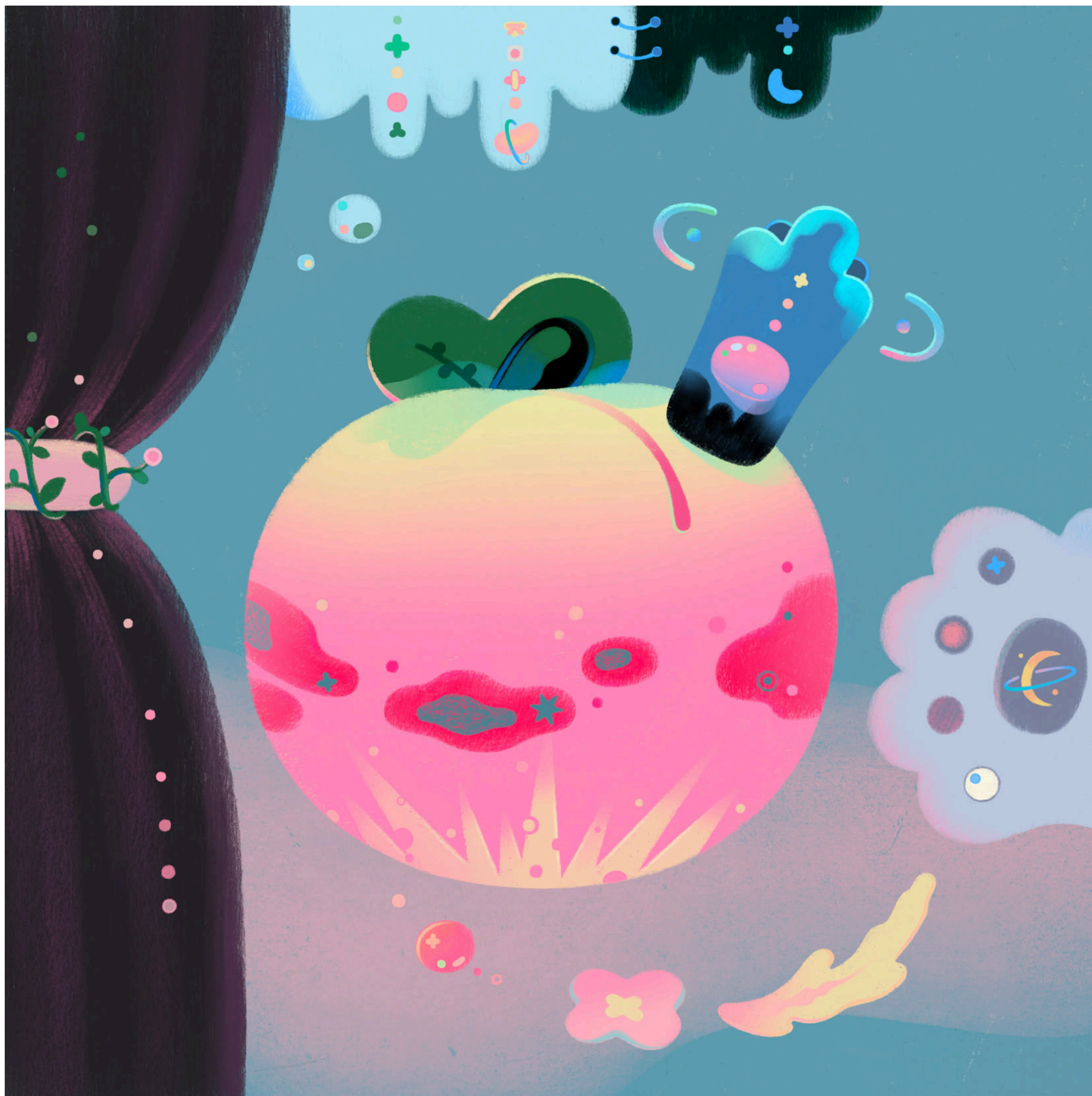


# わくわく中国文化



—茶文化の繋がり—

Illustration by KOH\_HSL(instagram)



皆さん、こんにちは。コンビニやスーパーに行くと、飲料コーナーには必ずお茶が置かれていますね。「緑茶」や「紅茶」、ウーロン茶、「ほうじ茶」など様々なお茶がありますが、皆さんはお茶についてどのぐらいご存じでしょうか。今回は、茶文化の歴史とお茶の種類について、一緒に見ていきましょう。



お茶は中国で生まれて、最初は薬用として使用されていました。三国時代には、酒の代わりにお茶を飲んだという記録があり、この頃にはすでにお茶が飲料の一つになっていたとされます。唐の時代になると、茶文化はいっそう盛んになり、お茶は日常生活に欠かせない飲み物になりました。

隋唐時代以前は、お茶を煮込む方法（煮茶法）が主流でしたが、唐の時代には、お茶を煎じる方法（煎茶法）が生まれました。さらに、宋の時代にはお茶を点てる方法（点茶法）が誕生して、闘茶や点茶の技術も生まれました。それに伴って、茶道具や茶芸も次第に豊かになっていきました。明の時代になると、茶葉に湯を注いで入れる方法（泡茶法）が定着し、広く普及しました。茶葉の種類も増え、お茶はおもてなしの定番の一つになりました。



**・煮茶法**  
隋唐以前 (581年-907年)

**・煎茶法**  
唐代 (618年-907年)

**・点茶法**  
宋代 (960年-1279年)

**・泡茶法**  
元明以后 (1271年-1644年)



## 中国と日本の繋がり

実は、唐の末期（日本の平安時代にあたる頃）、僧侶の最澄と空海が中国へ留学し、お茶とその飲み方を日本に持ち帰ったことが、日本における初期の茶文化の形成につながったとされています。しかし、当時持ち帰られたお茶は、主に仏教儀式や修行のために用いられていたため、民間に広く普及するには至りませんでした。

その後、宋の時代（日本の鎌倉時代にあたる頃）、僧侶の栄西は二度にわたり宋へ渡り、禅宗と茶文化を学びました。その後、栄西は茶の種を日本に持ち帰り、九州（長崎県・佐賀県）で栽培したとされています。さらに、『喫茶養生記』を著し、お茶を飲むことの効用を広めました。そのため、栄西は「日本の茶祖」と呼ばれています。中国の点茶法が日本に伝わったことをきっかけに、やがて日本ならではの茶道が発展していきました。



空海



最澄



栄西

### 豆知識:

日本語の「お茶を点てる」という言葉の由来は中国の「点茶」でした。



## 中国の6大茶種

中国茶は、茶葉の「発酵度」によって大きく6つの茶類に分類されます。

### ①緑茶（不発酵茶）

発酵させずに作られるため、茶葉のフレッシュな香りと爽やかな渋みの特徴です。代表的なお茶には、「西湖龍井」「洞庭碧螺春」があります。

### ②白茶（微発酵茶）

茶葉を日光で萎れさせて、ごくわずかに発酵させたお茶です。非常にまろやかで、熟成させることで味わい変化します。代表的なお茶には、「白毫銀針」「白牡丹」があります。



▲「西湖龍井」／Baidu



▲「白毫銀針」／Baidu

### ③黄茶（弱後発酵茶）

緑茶に似ていますが、製造過程で「悶黄（もんおう）」という茶葉を軽く蒸す工程が加わります。これによって、独特のまろやかさとコクが生まれます。代表的なお茶には、「君山銀針」「蒙頂黄芽」があります。

### ④青茶（半発酵茶）

発酵度合いによって、緑茶のような爽やかさから、紅茶のような深いコクまで幅広い風味を楽しめます。日本で親しまれている烏龍茶は、青茶の代表的なお茶です。代表的なお茶には、「鉄観音」「大紅袍」があります。

### ⑤黒茶（後発酵茶）

微生物の力により発酵させたお茶です。独特の風味があり、年月を経ることでさらにまろやかになります。代表的なお茶には、「プーアル茶」があります。

### ⑥紅茶（完全発酵茶）

茶葉を完全に発酵させたもので、深いコクと甘みが特徴です。代表的なお茶には、「祁門紅茶（キームン）」「正山小種（ラプサンスーチョン）」があります。



▲「蒙頂黄芽」／Baidu



▲「大紅袍」／Baidu



▲「プーアル茶」／Baidu



▲「祁門紅茶」／Baidu

