

お抹茶のいただき方  
Japanese Tea Ceremony Etiquette for Guests  
抹茶的品飲方法  
抹茶的品飲方法

お菓子ができて、お点前(おてまえ)が始まります。

The 'wagashi' (sweets) is served. This is beginning of the 'otemae' (the etiquette of the tea ceremony).

点茶开始后,会先上茶点。

點茶開始後,會先上茶點。



お菓子を運んできた人がお辞儀をしたら、お辞儀を返します。  
「お菓子をどうぞ」の言葉を受けてから、「お菓子を頂戴いたします」とお辞儀をし、お菓子を食べ始めます。

When the host serving the 'wagashi' bows to the guest, the guest should bow in return, receive the 'wagashi' and then eat it.

The host will say "okashi o douzo" ("please eat the sweets"). When you bow in return, say "okashi o choudai itashimasu" ("I'm receiving the sweets"), then you may start eating.

送茶点の人向您行礼后,您应向对方还礼以示谢意。  
在听到送茶点的人对您说「请您品尝茶点」时,您应回敬说「那我不客气了」,以示谢意,然后再开始品尝茶点。

送茶點的人向您禮後,您應向對方還禮以示謝意。  
在聽到送茶點的人對您說「請您品嚐茶點」時,您應回敬說「那我不客氣了」,以示謝意,然後再開始品嚐茶點。

- 1 用意された黒文字(楊枝)を使い、食べやすい大きさに切って食べます。
- 2 黒文字(楊枝)がなければ、手で食べても構いません。
- 3 お茶席では、先にお菓子を食べます。(お茶と交互に食べるのはマナー違反です)

- 1 Cut the sweets into bite-size pieces with the 'kuromoji' (a small pick or fork).
- 2 You may eat the sweets by hand if a 'kuromoji' has not been provided.
- 3 Usually, all the sweets are eaten first, then tea is served. (It is not acceptable etiquette to eat the sweets and drink the tea with each other).

- 1 用准备好的竹签把茶点切成便于食用的大小后,再开始品尝。
- 2 如果没有竹签直接用手拿着品尝也没关系。
- 3 在茶位上,要先品尝茶点再品茶。(一边品茶一边品尝茶点是不合规矩的。)

- 1 用準備好的竹簽把茶點切成便於食用的大小後,再開始品嚐。
- 2 如果沒有竹簽直接用手拿著品嚐也沒關係。
- 3 在茶位上,要先品嚐茶點再品茶。(一邊品茶一邊品嚐茶點是不合規矩的。)



お茶が運ばれてきます。  
お茶を運んできた人がお辞儀をしたら、お辞儀を返します。

The tea is then served. Again, when the host bows to the guest to serve the tea, the guest should bow in return.

茶被送上来。送茶的人向您行礼后,您应向对方还礼以示谢意。

茶被送上来。送茶的人向您禮後,您應向對方還禮以示謝意。



隣の人にお茶が運ばれていなければ「お先に」と軽く挨拶し、「お点前(おてまえ)頂戴いたします」とお辞儀をしてお茶をいただきます。

If you are served your tea before the other guests, bow slightly to them and say "osaki ni" ("I'm going before you"). Then, bow to the host again, say "otemae itadakimasu" ("I'm receiving the tea"), and you may drink the tea.

如果邻座的人的茶还没送来,您应稍微客气的先向邻座的人说一声「我先用茶了」,然后再说「那我不客气了」,以示谦逊和谢意后再开始品茶。

如果鄰座的人的茶還沒送來,您應稍微客氣的先向鄰座的人說一聲「我先用茶了」,然後再說「那我不客氣了」,以示謙遜和謝意後再開始品茶。



お茶碗を2回ほど手前に回し、お茶をいただきます。  
お茶席といえばお茶碗を回す動作が印象的ですが、出された時のお茶碗の正面はあなたに向いているため、器の正面(絵柄)を避けるために2回ほど回して正面をずらします。

Turn the 'chawan' (tea bowl) clockwise two times and start to drink the tea.  
At the tea ceremony, it is important to admire the tea bowl that you are served.  
The front of the tea bowl will often have a beautiful design, so it will be served with the front facing you.  
It is important to rotate the tea bowl to avoid drinking from the front. Hold the tea bowl with your left hand underneath and rotate the front of the tea bowl two times clockwise with your right hand so it is facing away from you, towards the host.



**將茶碗向自己的方向轉兩三下後再品茶。**  
轉動茶碗是在茶位上給人留下較深印象的一個動作。因為上茶時，茶碗的正面是朝向您的，為了避開茶碗的正面(圖案)面向自己，所以要將茶碗轉動兩三下。

**將茶碗向自己的方向轉兩三下後再品茶。**  
轉動茶碗是在茶位上給人留下較深印象的一個動作。因為上茶時，茶碗的正面是朝向您的，為了避開茶碗的正面(圖案)面向自己，所以要將茶碗轉動兩三下。

最後の一口は「すっ」と吸いきります。(最後まで飲み干すため、また、美味しくいただいたという感謝の意味も込められています)

Finally, drink the tea. You should sip the tea to the last drop, leaving nothing behind. This shows the host that you are grateful and that the tea was delicious.

**要吸喝淨最後一滴茶。(以示將茶用盡，也表示茶非常的好喝及感謝的心情。)**

**要吸喝淨最後一滴茶。(以示將茶用盡，也表示茶非常的好喝及感謝的心情。)**



飲み終わったら飲み口を人差し指と親指で軽くぬぐい、お茶碗の正面が向こう側に向くように手前から向こうへ2回ほど回します。

After you have finished drinking the tea, wipe the rim of the bowl from where you sipped using your forefinger and thumb, and then turn the tea bowl twice anti-clockwise, but in the same manner as before, so that the front faces you again.

**品完茶後，用食指和拇指輕輕的擦拭品茶時嘴唇和茶碗接觸過的碗口處，然後從自己的方向向外側轉兩三下，使茶碗的正面面向對方。**

**品完茶後，用食指和拇指輕輕的擦拭品茶時嘴唇和茶碗接觸過的碗口處，然後從自己的方向向外側轉兩三下，使茶碗的正面面向對方。**



お茶碗を畳の縁外(へりそと)に置き、お茶碗が出された位置に戻します。

Return the tea bowl to the edge of the tatami mat, back to the place it was first served to you.

**將茶碗放到榻榻米的沿外處，使茶碗恢復到上茶時的位置。**

**將茶碗放到榻榻米的沿外處，使茶碗恢復到上茶時的位置。**



作法は流派によって異なりますが、以上が一通りのお抹茶の飲み方です。  
As the manner may be slightly different from tea school to tea school, this is just one etiquette for the tea ceremony.)  
**不同的流派規矩也不盡相同，以上是一整套抹茶的品飲方法。**  
**不同的流派規矩也不盡相同，以上是一整套抹茶的品飲方法。**