

陆羽生活的时代，距离定义水的沸点是 100℃ 或温度计的发明还有千余年，然而这并未妨碍茶圣判断水温。根据水在三个温度呈现的状态——《茶经》称其为三个“沸度”，陆氏煎茶定义了三组操作。当水中出现似鱼眼状气泡并微微做声时视作“一沸”；当水面边缘呈泉涌时视作“二沸”；当水面出现翻滚时视作“三沸”。根据实际测量，一沸为 80℃，二沸为 91℃，三沸为 95℃。在水由 80℃ 加热到 95℃ 的时间内，三组操作会按部就班地进行，而操持形成的视听效果可以令煎茶人或对面的观众进入一种精神松弛的状态。对于僧人来说，这一状态是通往开悟的必经之路。

陆氏煎茶“一沸”时要根据注水量投放适当比例的盐，为水调鲜，原则是宁欠勿过，不能盖过茶气。“二沸”操作比较烦琐，分为三势，需要先舀出一瓢水；再用竹尺——陆羽称其为“竹策”于汤心环绕拨动，形成漩涡；之后要将适量茶末由漩涡处注入，完成上述三势的时间只有区区十几秒。“三沸”时只有一个动作——将“二沸”舀出之水注回汤中，这样做的目的是避免水“老”，让茶汤处于最鲜美的状态：

其沸：如鱼目，微有声，为一沸；缘边如涌泉连珠，为二沸；腾波鼓浪，为三沸。已上水老，不可食也。初沸，则水合量调之以盐味，谓弃其啜余，无乃醜<sup>[8]</sup>而钟其一味乎？第二沸，出水一瓢，以竹策环激汤心，则量末当中心而下。有顷，势若奔涛溅沫，以所出水止之，而育其华也。<sup>[8]</sup>

如今，科学告诉人们持续沸腾的水会析出更多铁、钙等元素，