

古典新读
中国古代的生活格调

茶经

(唐)陆羽著
戚嘉富编著

全国百佳图书出版单位
ARCTIME 时代出版股份有限公司
黄山书社

茶 经

(唐) 陆 羽 著
戚嘉富 编著



全国百佳图书出版单位
时代出版传媒股份有限公司
黄山书社

图书在版编目(CIP)数据

茶经 / (唐) 陆羽著; 戚嘉富编著. — 合肥: 黄山书社, 2015.7

(古典新读·第1辑, 中国古代的生活格调)

ISBN 978-7-5461-5140-3

I. ①茶… II. ①陆…②戚… III. ①茶叶—文化—中国—古代 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第175645号

茶经

CHAJING

(唐) 陆羽 著 戚嘉富 编著

出品人 任耕耘

总策划 任耕耘 蒋一谈

执行策划 马磊 钟鸣

项目总监 马磊 高杨

内容总监 毛白鸽

编辑统筹 张月阳 王新

责任编辑 马德权

图文编辑 晏一群

装帧设计 李娜 李晶

图片统筹 DuTo Time

出版发行 时代出版传媒股份有限公司 (<http://www.press-mart.com>)

黄山书社 (<http://www.hspress.cn>)

地址邮编 安徽省合肥市蜀山区翡翠路1118号出版传媒广场7层 230071

印刷 安徽联众印刷有限公司

版次 2015年10月第1版

印次 2015年10月第1次印刷

开本 710mm×875mm 1/32

字数 121千

印张 5

书号 ISBN 978-7-5461-5140-3

定价 26.00元

服务热线 0551-63533706

销售热线 0551-63533761

官方直营书店 (<http://hssbook.taobao.com>)

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题,
请与印制科联系。

联系电话 0551-63533725

《茶经》是世界上第一部关于茶的专著，由唐代著名茶人陆羽所著。世人皆感叹：“自从陆羽生人间，人间相学事新茶。”

中国茶已有千年历史，而陆羽则以他的眼光和经历让中国茶有了性格和智慧，也让世人有幸领悟到茶的奥妙和生活的真谛。

陆羽（733—804年），字鸿渐，一名疾，字季疵，复州竟陵（今湖北省天门）人，生活在中唐时期。陆羽是个孤儿，小时候被竟陵龙盖寺的住持智积禅师收养。陆羽天资聪颖，8岁时就学会了煮茶，侍奉智积禅师。12岁时，他因不愿削发为僧而从龙盖寺逃离，跑到了一个戏班子里学演戏，做了优伶。陆羽其貌不扬，又有些口吃，但是他幽默机智，演丑角极为成功，还编写了三卷笑话书《谑谈》。后来，陆羽因出





众的表演才能受到了竟陵太守李齐物的欣赏。李齐物推荐他到隐居于火门山的邹夫子那里学习。在此，陆羽对茶叶产生了浓厚的兴趣，于是走访各地对茶叶进行考察。陆羽常常独行山野，杖击林木，开辟道路，一边诵经吟诗，一边采茶觅泉，评茶品水。他放弃了学而优则仕的传统文人之路，拒绝从仕，一心事茶，这才著成《茶经》。陆羽被后人尊称为“茶仙”“茶神”“茶圣”“茶颠”“茶博士”。元代辛文房《唐才子传·陆羽》中记载：“羽嗜茶，造妙理，著《茶经》二卷，时号‘茶仙’。”《新唐书·陆羽传》记载：“羽嗜茶，著经三篇，言茶之原、之法、之具尤备，天下益知饮茶矣。时鬻茶者，至陶羽形置炆突间，祀为茶神。”

《茶经》集唐代茶学之大成，是中国最早的一部茶学百科全书，同时也是世界上第一部茶叶专著，还是第一部全面论述茶艺的书籍。

《茶经》的出现，使普通的饮茶活动有了完整的程式，并上升到了技艺的层次。全书分为十个章节，“一之源”主要介绍茶树的起源及茶

的性状、名称和品质等；“二之具”主要介绍了各种采茶及制茶用具等；“三之造”记录了茶叶的种类及制作方法；“四之器”则介绍了煮茶及饮茶的各种用具；“五之煮”介绍了水的选择和煮茶的方法；“六之饮”详细描述了饮茶的风俗与方法；“七之事”记述了跟茶有关的故事；“八之出”则论述了名茶的产地及茶叶品质的高低；“九之略”介绍了在一定条件下制茶和饮茶器具的概况；“十之图”则是将以上的九个章节用绢素四幅或六幅写出来张挂。

《茶经》较全面地对唐以前有关茶的各方面内容做了一个较完整的总结，对后来茶叶生产及茶类学发展起到了很重要的推动作用。纵观中国古代文人的茶学著作，我们可以发现，这些著作不但多以《茶经》为基础，而且对其推崇有加。正如宋代文人梅尧臣所言：“自从陆羽生人间，人间相学事新茶。”

《茶经》问世后，在各个朝代被流传成百余个版本，并有日、英、俄和韩等语种的译本。美国威廉·乌克斯在1935年版的《茶叶全书》中这样写道：“中国学者陆羽著述第一部完全关于茶叶之书籍，于是在当时中国农家以及世界有关者，俱受其惠。”



欽定四庫全書

茶經卷上

茶之源

唐 陸羽 撰

茶者南方之嘉木也。一尺二尺迺至數十尺。其巴山峽川有兩人合抱者。世所敬之。其樹如瓜蘆葉。如梔子花。如白薔薇實。如耕櫚蒂。如丁香根。如胡桃。瓜蘆木出廣海。枏類葉安之。屬其子似茶胡。槐與其字或從草。或從

茶。根皆下子。此至瓦礫苗。本上枏。

—
目
录
—

一之源	001
二之具	011
三之造	017
四之器	027
五之煮	045
六之饮	063
七之事	073
八之出	111
九之略	141
十之图	147



一之源

茶者，南方之嘉木也。一尺、二尺，乃至数十尺。其巴山峡川^①，有两人合抱者，伐而掇^②之。其树如瓜芦^③，叶如梔子，花如白蔷薇，实如栟榈^④，蒂如丁香，根如胡桃。其字，或从草，或从木，或草木并。其名，一曰茶，二曰檟，三曰蔎，四曰茗，五曰荈。其地，上者生烂石，中者生栎壤，下者生黄土^⑤。凡艺而不实^⑥，植而罕茂，法如种瓜，三岁可采。野者上，园者次；阳崖阴林^⑦，紫者上，绿者次^⑧；笋者上，牙者次^⑨；叶卷上，叶舒次。阴山坡谷者，不堪采掇，性凝滞，结瘕疾^⑩。

【注释】

①巴山峡川：今重庆东部、湖北西部这一地区。

②掇：采摘。

③瓜芦：中国南方的一种叶似茶叶，而味苦的树。

④栟榈：棕榈。

⑤烂石：矿物质丰富的碎石；栎壤：砂质土壤；黄土：含有大量铁

元素的氧化物的黄色土壤。

⑥艺：种植；实：结实。

⑦阳崖：向阳的山崖；阴林：茂密的森林。

⑧紫者上，绿者次：茶叶以紫色为上品，绿色次之。

⑨笋者上，牙者次：嫩芽为上品，已开展的叶片次之。

⑩结痕疾：患腹中结块之病。



野生茶树

茶树是多年生常绿木本植物，在植物分类系统中属被子植物门，双子叶植物纲，原始花被亚纲，山茶目，山茶科，山茶属。

【解读】

著者开篇讲述了何谓茶，包括茶树的产地、外形，以及茶的名称、品质和效用，并介绍和分析了茶字的构成及茶的别称。

茶，原产于中国，故茶树的根在中国。茶树起源于何时很难考证，但我国南方的云南、贵州、四川等地至今还生长着不少野生大茶树。例如，云南省西双版纳傣族自治州勐海县巴达山有超过1700年的大茶树。同是在云南的哀牢山中在镇沅县，这里不仅有九甲乡千家寨的原始风光，有神秘独特的苦聪族文化，以及当年马帮行走的山间驿道，更在千家寨的原始森林中，还发现了迄今为止世界上最古老的茶树。经专家考证，这棵大茶树已有2700多年的历史。

饮茶之事，始于战国中期的“蜀”地。秦统一巴蜀之后，饮茶开始传播开来的。古代巴蜀最早喜好饮茶的多是文人雅士。在我国文学史上，提起辞赋大家当首推西汉的司马相如与扬雄，他们都是巴蜀人，并且都是早期著名的茶人。司马相如曾作《凡将篇》，扬雄曾作《方言》，他们分别从药用角度和文学角度谈到了茶。历史事实表明，西汉时，成都及其附近一带不但已经成为茶叶消费中心，而且很可能已经形成了最早的茶叶集散中心；秦汉时期乃至西晋时期，巴蜀都是我国茶叶生产和加工的重要中心。

据考证，“茶”的叫法最先出现约在唐宪宗元和年间（806—820年），后来因为《茶经》的影响才得以传播。而在“茶”的叫法出现之前，则是由其他一些词来指代茶。《神农本草经》中有“茶草”“选”，汉赋大家司马相如《凡将篇》中有“荈、诧”，扬雄《方言》中有“菝”，东汉《桐君录》中有“瓜芦木”，这些指的都是茶。到了唐代，指代茶的字词除“茶”以外，还有10多种，如檟、论、诧、苦茶、菝、荈、茗、选、游冬、皋卢、苦菜等。自从陆羽《茶经》出现之后，在书写上，“茶”字就完全占据了主导地

紫笋茶

陆羽所说的“紫者上”指的就是紫笋茶。紫笋茶产于浙江省湖州市长兴县顾渚山，鲜茶芽叶微紫，嫩叶背卷似笋壳。紫笋茶自陆羽发现后成为唐代的贡茶，自唐至明延续八百多年。



位；在读音上，尽管各地方言差别较大，但是，茶的读音都不外乎在“cha”和“te”这两个音上略微变化。而世界各国语言关于茶的读音，也几乎不离这两个音。从“茶”字的演变和世界各地关于茶的读音上看，显而易见，茶原产自中国，中国是名副其实的茶之故乡。

茶树的品种多达数百种，一般可分为三大类：一类是乔木型大叶种（野生大茶树为主），最大限度地保持了野生茶树的原始属性，茶气最足，但真正的野生大茶树并不多见；二类为半乔木型大中叶种（栽培过渡型），此类茶树也不多见，以广东潮安凤凰镇为较多，但树龄在二百年以上的茶树也不过仅有三千余株而已。此类茶树很大程度上保持了茶的本质属性，更适合当代人类的体质，是很好的饮品；三类是灌木型中小叶种（人工种植型），此类茶树数量最多，已被人类彻底驯化，虽然茶气不足，但是产量高，饮用与养生效果都很好，是当代生活中不可或缺饮品。

陆羽在描述茶的性状时，虽然不能做到像现代植物分类学上那样精准，却已经相当科学了。他说，茶树的叶片像梔子花的叶片，花如白蔷薇，果实像棕榈，蒂和丁香相似，根和胡瓜一样都能生出新芽来。这种全面描述株型和花、叶、果的形状特征，以对植物进行区分

花：有些像白蔷薇。

叶：像栀子的叶子。



茶叶植物形态示意图

茶树是由根、叶、茎、花、果实等不同的器官组成。

陆羽在《茶经》中根据其形态分别形容为不同的植物。

的方法，正是现代植物学分类要考察的最主要的几个性状。

良好的生态环境是生长好茶的先决条件。在种植环境方面，陆羽通过考察认为，最好的生长环境是腐草朽木覆盖的“烂石”上，生长在沙土中的要次一些，生长在黄土中的最次。茶树种植的方法类似于种瓜，三年后即可采芽。一般来说，野生的要比园栽的好。在向阳的山崖上覆盖着林木的区域里，芽色泛紫的较好，绿色的较次（这跟唐朝的蒸青团茶有关）；芽头像竹笋一样的较好，像犬牙一样的较次；初生卷起的芽叶较好，舒展开来后的较次。背阴的山坡上的茶树，其叶非常次，不适合采摘和烹饮。

好茶的产地多是山水秀丽、土壤肥沃之地，像西湖龙井、碧螺春、太平猴魁、六安瓜片等茶的产地莫不如此。特殊的土壤、温度、湿度、日照时间等自然环境再加上优良的树种，成就了诸多闻名天下

的好茶。曾有专家提出南茶北种，甚至提出将茶种到东北去，但即使利用科技的力量把茶树栽培成功，也是“叶徒相似，其实味不同”。

茶之所以具有养生功效，是由茶叶的内含物质决定的。茶树叶片所含的物质多达 11 大类，细分有上百种。它们决定着茶叶的香气、滋味、颜色以及营养保持、防治疾病功效等。其中所含营养成分有蛋白质、氨基酸、类脂类、糖类、维生素和矿物元素等；而茶中所含的茶多酚、咖啡碱等物质又具有多种药理作用。

构成茶特性的主要物质是两类：一类是“茶多酚”，又称“茶单宁”，有收敛、止痛、杀菌和防辐射的功能，约占内质总量的 20%—30%，这是茶的主要物质，其中儿茶素又占茶多酚的 70% 以

武夷山人工茶园



上；另一类是生物碱，约占内质总量的3%—5%，包括咖啡碱、茶碱、可可碱。咖啡碱有助消化，并有减轻神经疲劳、利尿的作用。特别是它与多酚类物质复合使它具有咖啡碱的一切药效而无咖啡碱的副作用。如果茶叶中没有茶多酚和咖啡碱，那就不能称为茶了。

茶之为用，味至寒，为饮，最宜精行俭德^①之人。若热渴、凝闷、脑疼、目涩、四支烦、百节不舒，聊四五啜^②，与醍醐、甘露^③抗衡也。采不时，造不精，杂以卉莽，饮之^④成疾。茶为累也，亦犹人参。上者生上党，中者生百济、新罗，下者生高丽^⑤。有生泽州、易州、幽州、澶州^⑥者，为药无效，况非此者？设服荠苎^⑦，使六疾不瘳^⑧，知人参为累，则茶累尽矣。

【注释】

①精行俭德：陆羽算是半个禅门子弟。他曾经是个弃婴，被竟陵龙盖寺智积禅师抱回寺内，虽不肯出家，却常颂佛经，并与皎然等和尚成为缁素生死之交。在智积禅师圆寂后，他动情地写出了“千羡万羡西江水，曾向竟陵城下来”的句子。这里的“精行”指佛家的“精进修行”。

②聊四五啜：略微饮几口。

③醍醐：酥酪上凝聚的油，味甘美；甘露：露水。

④采不时，造不精，杂以卉，莽饮之：采摘不合时节、制法不够精良、