



青少年必读知识文丛

刘永升◎主编

茶道

茶如人生。青春年少，一路美景，无忧成长，宛如茉莉花熏过的香片，郁郁菲菲，清香曼妙；人到中年，上下承起，百事忧心，犹如手捧浓酽混沌的普洱，再苦也得一饮而尽，继而振奋精神，应付眼前身后事；行人暮年，世事沧桑，冷暖炎凉，仿佛一壶茶叶梗儿汤，存弃无谓，且随它去。

智慧的钥匙

精神的食粮

知识的储备库

青年的必读书

大众文艺出版社

· 智慧的钥匙 · 精神的食粮 ·
· 知识的储备库 · 青年的必读书 ·

青少年必读知识文丛

刘永升◎主编

茶道

茶如人生。青春年少，一路美景、无忧成长，宛如茉莉花熏过的香片，郁郁菲菲，清香曼妙；人到中年，上下承起、百事忧心，犹如手捧浓醇混沌的普洱，再苦也得一饮而尽，继而振奋精神，应付眼前身后事；行入暮年，世事沧桑，冷暖炎凉，仿佛一壶茶叶梗儿汤，存弃无谓，且随它去。



常州大学图书馆
藏书章



图书在版编目(CIP)数据

茶道/刘永升主编. —北京:大众文艺出版社,2009.11
(青少年必读知识文丛)

ISBN 978-7-80094-003-3

I. 茶… II. 刘… III. 茶—文化—中国—青少年读物
IV. TS971-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第213892号

书 名:茶道

主 编:刘永升

责任编辑:俞 杰

出版发行:大众文艺出版社 发行部电话 84040746

地 址:北京市东城区交道口菊儿胡同7号

邮编 100009

经 销:新华书店

印 刷:北京燕旭开拓印务有限公司

开 本:850×1168 1/32

印 张:4.5

字 数:980千字

版 次:2010年1月第1版 2010年1月第1次印刷

定 价:24.80元

注:如有印、装质量问题,请与印刷厂联系。

前言

千百年来，茶道、茶文化显示了一种永恒的生命力，泡茶、喝茶早已成为绝大多数中国人生活中不可或缺的一部分。走亲访友，一杯热茶，一声问候，融入多少人间情、世间味。品茗，即品味人生，在茶香、茶韵中，人们感悟着别样的茶味人生。

茶，是上苍赐给人类的珍物，自古无论家境贫富，身份尊卑，人们一直都在享用它：达官贵人“红泥小炉、鸾婉卯童”烹煮的茶香醇精致；妙玉道姑用“梅花上收的雪”泡出来的茶清淳幽然；布衣小民用粗瓷大碗冲的粗茶也甘冽芬芳。“白菜青盐米子饭，瓦壶天水菊花茶。”如此粗茶淡饭的清贫生活，郑板桥却过得情趣盎然。可见，茶味好坏不在于茶品的优劣，而在于心境的阴晴与进退。

茶如人生。青春年少，一路美景、无忧成长，宛如茉莉花熏过的香片，郁郁菲菲，清香曼妙；人到中年，上下承起、百事忧心，犹如手捧浓酽混沌的普洱，再苦也得一饮而尽，继而振奋精神，应付眼前身后事；行入暮年，世事沧桑、冷暖炎凉，仿佛一壶茶叶梗儿汤，存弃无谓，且随它去。

品茗，即品人生。茶味的丰富层次，让人想到有苦有涩更有甘甜的事业，也让人想到意犹未尽、回味绵长的友情；水与茶的冲撞

和交融，更让人想到轰轰烈烈的爱情，以及磨合之后和谐婚姻的那份美好。茶的香郁需要沸水的冲击与浸融才能吐放，正如人生也要历经世情冷暖和浮浮沉沉后才能坦然、宁静。

时下、世下，人生皆忙。为名忙，为利忙，为变幻无常而忙。那么，忙里偷闲吧，且喝一杯茶去！让心被茶香包裹，被茶味浸染。只要“茶心”长存，纵然被无常缠裹，人生也好似前番有梅及橄榄在口中咀嚼，后时再润口自己的茶，自是会苦尽甘来，齿颊留香。

目 录

第一章 思其源

第一节 茶之起源	3
茶树的起源	3
茶字由来	4
第二节 茶的发展简史	6
茶之为饮始自西汉	7
三国两晋南北朝	8
茶文化形成于隋唐	8
饮茶普及于宋代以后	9
现代茶文化的发展	10
第三节 茶香远飘世界	11
茶叶传入日本	11
茶叶进入欧洲纪事	13
千年的茶马古道	14

第二章 赏其艺

第一节 茶叶艺术	18
茶叶的演变	18
七大茶类	22
十大名茶	26
茶叶的选购——精茶	32
茶叶的贮存	35
第二节 茶具艺术	37
茶具的演变	37
茶具的种类	45
茶艺泡茶用具	50
茶具的选购——妙器	55
茶具的保养	61
第三节 水的艺术	63
择水——真水	63
天下名泉	64
第四节 泡茶艺术	68
烹茶方法的演变	68
泡茶方法	72
第五节 品茗艺术	85

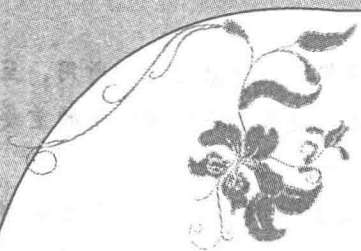
第三章·悟其性

第一节 茶道最早起源于中国	90
第二节 茶道“四谛”	92
和——中国茶道哲学思想的核心	92
静——中国茶道修习的必由之径	93
怡——中国茶道中人的身心享受	94
真——中国茶道的终极追求	95
第三节 茶道与中国传统文化	96
禅茶一味——茶道与佛教	96
天人合一——茶道与道教	98
中庸、仁礼——茶道与儒家	101
第四节 茶道与养生	105
古籍论茶之功	105
茶的养生功效	106
饮茶的禁忌	107

第四章·览其情

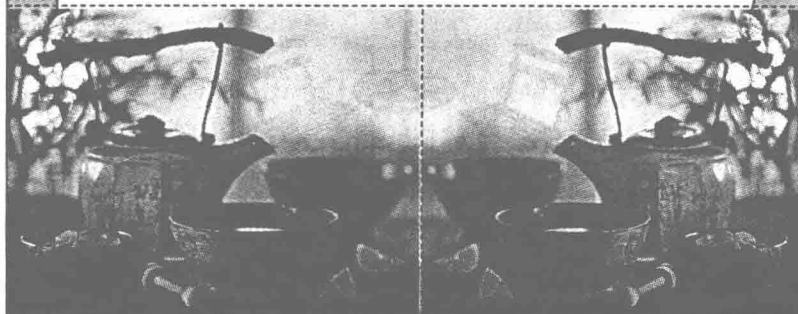
第一节 民俗中的茶情	112
陆羽煎茶	112
古镇周庄的“阿婆茶”	114

世界屋脊的“酥油茶”	115
苗族的“八宝油茶汤”	116
土家族的“擂茶”	117
回族的“刮碗子茶”	118
京韵京腔“大碗茶”	119
“泡”在成都茶馆	121
广州的早茶文化	123
第二节 异域茶香	125
英国茶,一种英式情调	125
日本茶,静心修行的支柱	127
印度茶,舔饮拉茶	130
土耳其,“叹茶”成风	132
摩洛哥,独爱中国绿茶	133



第一章 思其源

茶 史 考 源



茶，源于中国，自发现起，就一直为人们所用，至今已有一千多年的历史。茶文化更成为东方文化中的重要组成部分。

茶文化发展经历了复杂的变革：从生煮羹饮到饼茶、散茶；从单一的绿茶到六大茶类，再到种类繁多的花茶、保健茶；从手工操作到机械配制……正是在这些变革中，茶一步步从宫廷走向民间，从稀世珍品变为家家户户必备的日常饮品，从单纯的饮用发展成为讲求礼仪、程序的茶艺，又从茶艺升华为集儒、道、佛教文化精髓于一身的茶道精神，形成了博大精深的中华文化。



第一节 茶之起源

☞ 茶树的起源

中国是最早发现和利用茶树的国家，被称为“茶的祖国”。文字记载表明，我们的祖先在 3000 多年前的商周时期就已经开始栽培和利用茶树。然而，同其它物种一样，茶的起源和存在，必然是在人类发现和利用茶树之前，而后，人类开始用茶，用茶经验也是经过代代相传，从局部慢慢扩展开来，后来又逐渐见诸于文字。

由此可见，茶树的出现，必是远远早于有文字记载的 3000 多年前，这一答案最终由植物学家证实。他们按植物分类学方法追根溯源，经过一系列分析研究，确定了茶树起源至今已有 6000 万年至 7000 万年的历史。

茶树原产于何处？历来争论较多，随着考证技术的发展，人们才逐渐达成共识，即：中国是茶树的原产地。早在公元前 200 年左右，我国最早的一部解释词义的专著《尔雅》中就提到中国的野生大茶树；现今的研究资料也表明，全国有 10 个省区 198 处发现野生大茶树，仅云南省内树干直径在一米以上的就有 10 多

株，其中一株，树龄已达1700年左右，有的地区，甚至野生茶树群落达到数千亩。总之，我国已发现的野生大茶树，时间之早，树体之大，数量之多，分布之广，性状之异，均堪称世界之最。此外，又经考证，印度发现的野生茶树与从中国引入印度的茶树同属中国茶树之变种。由此，中国是茶树的原产地遂成定论。

茶字由来

【茶之初为“荼”】



在古代史料中，茶的名称很多，最早被称为“荼”。

“荼”的字形最早见于2000多年前的战国时期，在“荼”的多种字形中使用最为普遍，流传也最广。但“荼”字多义，容易引起误解；另外“荼”是形声字，从草余声，草字头是义符，说明它是草本植物。而实际上，从《尔雅》起，人们就已发现茶是木本植物，用“荼”指茶，名实不符，便用“搯”字，从木茶声。此时，“搯”、“荼”两字都有使用。

“荼”改为“茶”字首先使用于民间。有人称，“茶”字正式记载首见于《说文解字》，其中把“荼”释为“苦荼”，而且说荼“即今之茶字”。较为公认的说法则认为“茶”出于《开元文字音义》，这是一部与东汉的《说文解字》相似的字书，是由唐玄宗作序颁布的。这在陆羽《茶经·一之源》中有记载：“其字，或从草，或从木，或草木并。”原注：从草，当做“荼”，其字出《开元文字音义》。从木，当做“搯”，其字出《本草》。草木并，作“茶”，其字出《尔雅》。

尽管《广韵》、《开元文字音义》收有“茶”字，但在正式场合，仍用“搽”（音茶）。初唐苏恭等撰的《唐本草》和盛唐陈藏器撰《本草拾遗》，都用“搽”而未用“茶”。直到陆羽著《茶经》之后，“茶”字才逐渐流传开来，字形进一步得到确立，并沿用至今。

【茶曾有多种称呼】



在中国古代，表示茶的字有多个。陆羽在《茶经·一之源》中列举了唐以前人们对茶的种种称呼：“其名，一曰茶，二曰檟，三曰蔎，四曰茗，五曰荈。”

注释《尔雅》的，晋郭璞注、宋邢疏的《十三经注疏》中，有“檟，苦茶”的解释，因此茶又被称为“檟”。

西汉司马相如的《凡将篇》中，茶则被称作“荈诧”。西汉末年，扬雄（公元前53—公元18年）在他的《方言》中称茶为“蔎”。

东汉许慎在《说文解字》中有“茗，茶芽也”的解释。成书于晋代的《华阳国志·巴志中》也有“原有芳蒨、香茗”的记载。

也有说法认为“茶、檟、蔎、茗、荈”是指不同时间采摘的茶，早采者为“茶”，晚采者为“檟”（音jiǎ）、“茗”或“荈”。但对“茗”，也有说是茶的嫩芽，并非晚采之茶。

古代还有将茶称为“瓜芦木、皋芦”的记载。

而且还要对采集的草药亲口尝试，体会、鉴别草药的功能。

有一天，神农在采药时尝到了一种有毒的草，顿时感到口干舌麻、头晕目眩，他赶紧背靠着一棵大树坐下休息。这时，一阵风吹来，树上落下几片绿油油的带着清香的叶子，神农顺手拣了两片放在嘴里咀嚼，没想到顿时感觉舌底生津、精神振奋，最初的不适一扫而空。于是他又拾起几片叶子仔细观察，发现这种树叶的叶形、叶脉、叶缘均与一般的树木不同，便采集了一些带回去研究。后来，将其命名为“茶”。

茶的食用阶段晚于药用阶段。《晏子春秋》中说：“婴相齐景公时，食脱粟之饭，炙三戈、五卵茗菜而已。”这里所说的“茗菜”就是茶叶为原料的凉拌菜。除此之外，人们还将茶煮作羹饮，茶叶煮熟后，与饭菜调和一起食用，既增加营养，又可解毒。自此，茶叶的利用又前进了一步，人们运用了烹煮技术，也开始注意到茶的调味功能。

茶之为饮始自西汉

茶作饮用晚于食用、药用。关于饮茶的起源，一直众说纷坛，未有定论。大致来看，有先秦说、西汉说、三国说，最有史可据的则是西汉说。

清代郝懿行在《证俗文》中指出：“茗饮之法，始见于汉末，而已萌芽于前汉。”郝懿行认为饮茶始于东汉末，而萌芽于西汉。西汉辞赋家王褒在《僮约》中有“武阳买茶”、“烹茶尽具”的文字记载，而武阳即今四川彭山县，说明四川在西汉宣帝神爵三年（公元前59年）已经开始将茶作为饮品了。

☞ 三国两晋南北朝

至三国之前，除巴蜀地区以外，茶仍是供上层社会享用的珍稀之品，饮茶仅限于王公朝士，民间极少。三国时，制茶工业得到发展，饮茶也渐渐在文人士大夫间流行，民间亦有饮茶者。魏代《广雅》中记载有当时饼茶的制法和饮用方法：“荆巴间采叶作饼，叶老者饼成，以米膏出之。”自此，茶以物质形式出现，进而渗透至其他人文学科。



茶具

两晋南北朝时期，随着文人饮茶风潮的兴起，有关茶的诗词歌赋悄然问世，茶已经脱离作为一般形态的饮食而走入文化圈，起着一定的精神、社会作用。可以说两晋南北朝是中华茶文化的酝酿时期。

☞ 茶文化形成于隋唐

茶文化即饮茶的文化，是饮茶活动过程中形成的文化现象。茶文化的产生是在茶被用作饮品之后，兴盛于隋唐年间。公元780年，陆羽著成《茶经》，成为茶文化形成的标志。

《茶经》非仅述茶，而是把儒、道、佛三教精华及诗人的气质和艺术思想渗透到茶道中，首创中国茶道精神，奠定了中国茶