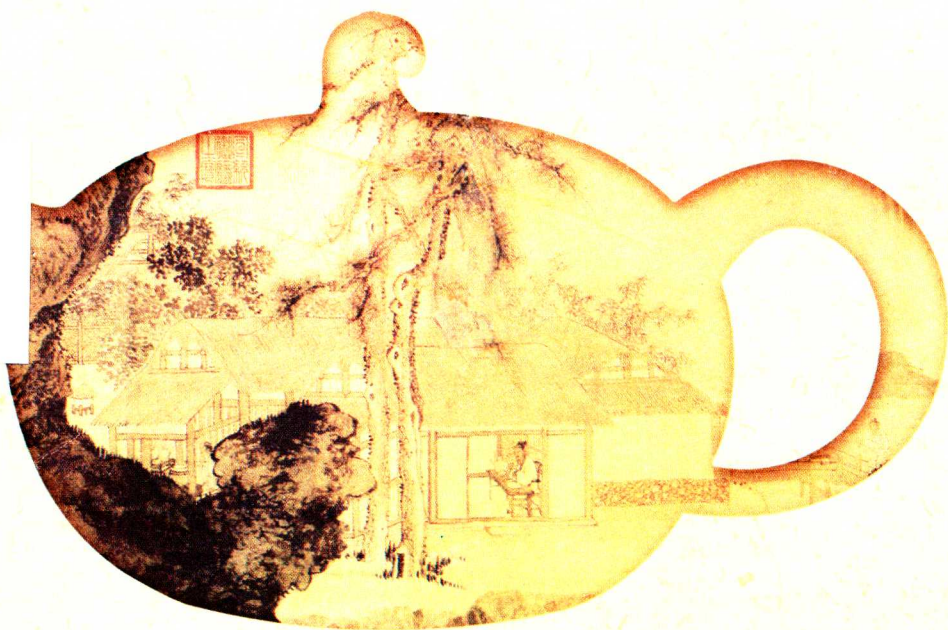




「中华诵·经典诵读行动」之文化常识系列 尚善源 主编

中華茶文化

丁以寿 章传政 编著



中華書局

013026142

TS971
125



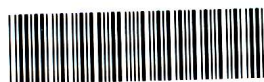
“中华诵·经典诵读行动”之文化常识系列
尚善源 主编

中华茶文化

丁以寿 章传政 编著



中华书局



北航

C1632992

TS971
125

图书在版编目(CIP)数据

中华茶文化/丁以寿, 章传政编著.-北京: 中华书局,
2012.11

(“中华诵·经典诵读行动”之文化常识系列)

ISBN 978-7-101-08482-5

I.中… II.①丁…②章… III.茶-文化-中国
IV.TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 230806 号

书 名	中华茶文化
编 著 者	丁以寿 章传政
丛 书 名	“中华诵·经典诵读行动”之文化常识系列
责任编辑	祝安顺
出版发行	中华书局
	(北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073)
	http://www.zhbc.com.cn
	E-mail: zhbc@zhbc.com.cn
印 刷	北京精彩雅恒印刷有限公司
版 次	2012 年 11 月北京第 1 版 2012 年 11 月北京第 1 次印刷
规 格	开本/787×1092 毫米 1/16 印张 12 字数 170 千字
印 数	1-15000 册
国际书号	ISBN 978-7-101-08482-5
定 价	48.00 元

序：认识中国的标志

龚鹏程

（台湾师范大学博士、著名文化学者、北京大学中文系教授）

欧洲各地对中国的称呼，基本上都是 China（英语、德语、西班牙语、葡萄牙语、荷兰语等），或为 China 之同源词，如法语的 Chine、意大利语的 Cina，捷克语、斯洛伐克语的 Čína 等，还有希腊语的 Κίνα，匈牙利语的 Kína 等，这些词的语源均与印度梵语的 Shina 或 Cina 相同，发音亦均与梵文的“支那”相近。印度人为何称中国为支那，历来相信其来源于蚕丝。证据是牾厘耶的《政事论》中有中国丝卷（Kauseyam Cinapattasca Cinabhumi jah）。Cinapatta 原意是“中国所出用带子捆扎的丝”。古代世界，只有中国人懂得缫丝制衣，故以蚕丝之国称呼中国。

古希腊则称中国为赛里斯（Seres）。这个字的发音或说是“丝”，或说是“蚕”。汉代收唇音尚未消失，说是“丝”，略嫌牵强，这个字或许也出自“绮”。最早提到赛里斯这个“绮”国的，是在公元前 416 年到公元前 398 年间担任波斯宫廷医生的希腊人泰西阿斯（Ktesias）。其后，公元 1 世纪，罗马作家普林尼《博物志》写道：“赛里斯国以树林中出产细丝著名，灰色的丝生在枝上，他们用水浸湿后，由妇女加以梳理，再织成文绮，由那里运销世界各地。”同一时期，希腊航海家除了知道在印度北方有个赛里斯国外，从海上也可到产丝之国。《厄立特里海环航记》指出：“过克利斯国（马来半岛）时入支国（Thin）海便到了终点。有都城叫支那（Thinae），尚在内地，远处北方。”赛里斯或支国，是同一个地方，不过通往的道路和方向不同罢了。

不管支那或赛里斯，似乎都与蚕丝有关。但近代另有一说，以为支那之名不源于蚕丝，而源于茶。由于中国各地方言对“茶”的发音不尽相同，中国向世界各国传播茶文化时的叫法也不同，大抵有两种。较早从中国传入茶的国家依照汉语比较普遍的发音把茶称为“cha”，或类似

的发音，如阿拉伯、土耳其、印度、俄罗斯及其附近的斯拉夫各国，以及比较早和阿拉伯接触的希腊和葡萄牙。俄语和印度语更叫茶叶（чай、chai）。而这两种发音，似乎也都与支那音近。

丝与茶，就是世界认识中国的标志了。

我们中国人自己，如果要谈中国是什么，往往讲不清楚，又是地大物博，又是历史悠久，又是儒道佛，云山雾罩，一套又一套。殊不知老外对这些根本搞不明白。他们对中国之认识，大抵即从那光洁滑韧的丝绸和甘酽清冽的茶里来。抚摸着丝、品着茶，自然对中国就有了一份敬意：能生产这样好东西的国度呀，那该是什么好地方！

茶与丝之外，还足以代表中国的，当是饮食文化和玉文化吧。饮食文化，蒸煮炒炸，许多技艺是迄今世上其他民族仍未掌握的，相关之文化也是其他民族辨识我们最重要的指标。饮食中的酒文化，也与其他民族不同，独树一帜。其中的蒸馏白酒，我以为即由中国道士炼丹时创造，与欧洲及阿拉伯之蒸馏法不同。它和酒曲之发明、运用，乃我国对世界酒文化之两大贡献。至于玉，更是中国审美文化之代表，人们不仅喜欢藏玉、佩玉、赏玉，更要用玉礼敬天地鬼神。一切优秀的人物形象、德行，均以玉来形容，玉也是最高的审美标准。例如瓷，瓷器在许多场合也被视为中国的象征，然而瓷之品味其实就是仿拟玉的。陆羽《茶经》曾评论邢瓷越瓷之优劣，第一条就说“邢瓷类银，越瓷类玉，邢不如越一也”，可见一斑。故玉与酒、饮食文化，和丝茶一样，都是最能体现中国文化特质，足以为中国之象征的。

中华书局出版的这一系列书，据主事者言，除讲这几件事外，亦延及服饰、瓷器、陶器、家具、建筑等物质小道，科举、礼仪、民俗、宗法、书法、音乐、体育、天文等精神诸端也在筹划之列。凡此种种，非经国之大业、儒道佛之妙义，然而中国文化之精要，正藏于其中，值得细细体会。

目录

Chinese Tea Culture

茶之史

茶文化的酝酿

- 3 茶的利用源起
- 4 饮茶の起始和发展
- 6 茶文化的酝酿

茶文化的形成

- 7 饮茶の普及
- 9 煎茶道的形成和流行
- 10 茶书的创著

茶文化的发展

- 13 宋元茶文化
- 19 明代茶文化

茶文化的衰退

- 24 茶馆の大盛
- 25 茶具的发展
- 26 泡茶道的衰退
- 27 茶书的衰退

茶文化的复兴

- 27 当代茶艺和茶艺馆の兴起
- 28 茶道的复兴
- 29 茶文化研究の活跃

茶之性

茶之真

- 33 茶树起源和原产地
- 34 中国茶区
- 35 茶叶加工

茶之善

- 39 茶叶的化学成分
- 40 茶叶的保健功能

茶之美

- 44 茶叶的命名
- 46 茶叶的分类
- 48 色彩缤纷的中国茶
- 57 茶叶品鉴

茶之艺

茶艺概论

- 63 茶艺分类
- 65 茶艺编演原则

基本茶艺

- 67 玻璃杯泡法茶艺
- 72 盖碗泡法茶艺
- 75 壶泡法茶艺

工夫茶艺

- 78 壶杯泡法工夫茶艺
- 84 碗杯泡法工夫茶艺
- 88 碗盅单杯泡法工夫茶艺
- 91 碗盅双杯泡法工夫茶艺

民俗茶艺

- 94 汉族民俗茶艺
- 97 少数民族民俗茶艺

茶之道

茶道概论

- 105 古今茶道观念
- 106 茶道概念
- 109 茶道构成
- 113 茶道精神

茶与艺术

- 118 茶与琴棋书画
- 121 茶与插花
- 122 茶与焚香

茶与哲学

- 124 茶与道家及道教
- 131 茶与儒家
- 137 茶与佛教



茶之文

茶事诗词曲联

145 茶诗

153 茶事词曲联

茶事散文小说

156 茶事散文

158 茶事小说

茶事戏剧歌舞音乐

164 茶事戏剧

167 茶歌

171 茶事音乐舞蹈

茶事书画

172 茶事绘画

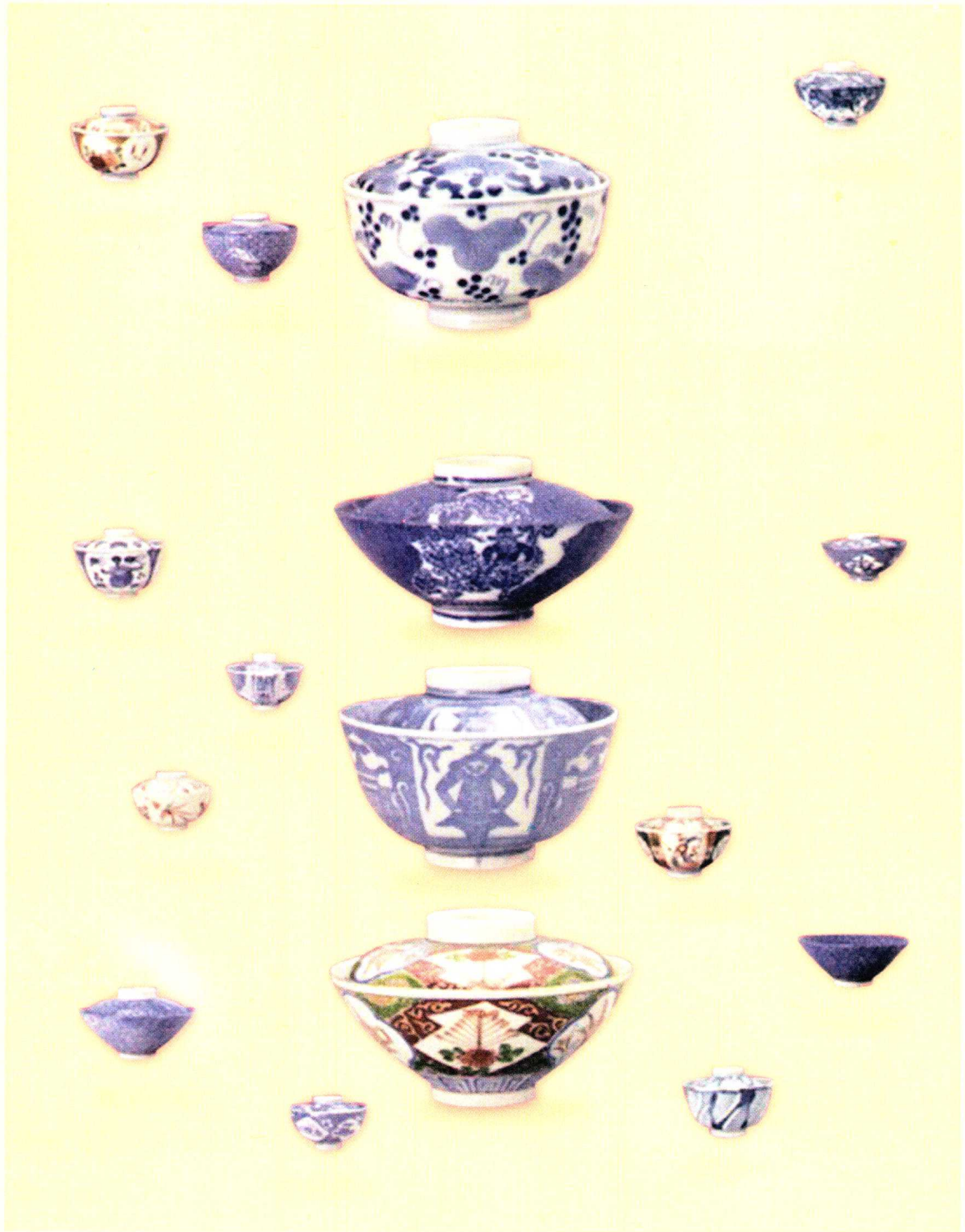
178 茶事书法



茶之史

《茶经》的问世，终于使得茶文化在唐代成立，并在中唐形成了中华文化的一个高峰。





茶文化的酝酿

茶的利用源起

茶的发现和利用，传说始于神农时代。茶的利用，最初当是作为食物行之于世的。道理很简单，在生存第一、果腹第一的原始社会，茶绝不会首先作为饮料，也不可能首先作为药物使用。神农时代农耕已经萌芽，但采集、渔猎仍然在经济生活中占据重要地位。因此，在当时生产力水平极其低下的情况下，“求可食之物，尝百草之实”是十分自然的事。可以肯定，用植物作为果腹的食物是原始人最初的出发点，在此前提下，采集茶树芽叶烹煮食用便顺理成章。

茶叶在被先民长期食用的过程中，其药用功能逐渐被发现、认识，于是，茶叶又成为人们保健、治病的良药。茶的药用功能已为古今众多的药书和茶书所记载。“神农尝百草，一日遇七十二毒，得茶（疑为“茶”字）而解之”（《神农本草经》），说的是茶有解毒功效，这种功效已为现代医学所证实。

古人对茶的药效进行总结，再上升为理论，写进医书和药书，这个过程经历了漫长的时间。《神农食经》也说到“茶茗久服，令人有力、悦志”。正因为茶能治病，所以古人又把茶归入药材一类，如司马相如在《凡将篇》中列举了 20 多种药材，其中就有“莽诧”，即茶叶。华佗《食论》云：“苦茶久食，益意思。”华佗是东汉名医，而他所



证明的茶叶能够提神、益思的功效早在西汉的著述中就已出现。西汉及以后的论著对茶的药理作用记述更多更详，这说明茶作为药的使用范围越来越广泛，也从另一个方面证明茶在作为饮料前主要是用作药物的。

茶的饮料作用，是在食用和药用的基础上慢慢形成的。中国人什么时候开始将茶作为饮料？吴觉农主编的《茶经述评》作了“茶由药用时期发展为饮用时期，是在战国或秦代以后”的推测，这个推测应当比较可信，但先秦时期的饮茶可能只局限在巴蜀及西南地区。

脱胎于食用和药用的茶的饮用，很长时间里都带有食用和药用的烙印。“煮之百沸”，源于熬药。“采其叶煮”的“茗粥”，显然源于食用。即便唐煎宋点，也是连茶末一道饮下，所以也称“吃茶”。中国又有“药食同源”的说法，但到底是从食用还是药用演变出饮用，已无从探究，抑或兼而有之。

饮茶的起始和发展

中国人利用茶的年代久远，但饮茶的历史相对要晚一些。茶的饮用既脱胎于食用和药用，故最先的饮茶方式源于茶的食用和药用方法。从食用而来，是用鲜叶或干叶烹煮成羹汤而饮，往往加盐调味；从药用而来，用鲜叶或干叶，往往佐以姜、桂、椒、桔皮、薄荷等熬煮成汤汁而饮。

应该说，中国人饮茶不晚于西汉。西汉著名辞赋家王褒《僮约》是关于饮茶最早的可信记载。《僮约》中说“烹茶尽具”、“武阳买茶”，一般都认为“烹茶”、“买茶”之“茶”即为茶，既然用来待客，不会是药而应该是饮料。《僮约》作于西汉宣帝神爵三年（前 59 年），故中国人饮茶不会晚于公元前 1 世纪中叶的西汉晚期。

汉魏六朝时期的饮茶方式，是将茶煮成羹汤而饮。煮茶，或加冷水，或加热水，煮至沸腾，乃至百沸。

从两汉到三国，在巴蜀之外，茶是供上层社会享用的珍稀之物，饮茶仅限于王公朝士。晋以后，饮茶进入中下层社会。

中国人饮茶习俗的形成，是在两晋南北朝时期。当此时期，上自帝王将相，下到平民百姓，中及文人士大夫、宗教徒，可谓社会各个阶层普遍饮茶。饮茶成一时风尚。

文人士大夫饮茶风气很盛。张载、左思、杜育、陆纳、谢安、桓温、刘琨、王濛、褚裒、王肃、刘鎬等文人士大夫均喜饮茶。茶，作为风流雅尚而被士人广泛接受。

晋惠帝蒙难初返洛阳时，侍从以“瓦盂盛茶”供惠帝饮用，可知惠帝日常生活中应当饮茶。南朝宋人山谦之《吴兴记》载：“乌程县西二十里有温山，出御茝。”在温山建御茶园，茶叶专供皇室。

汉魏六朝时期，是中国本土的宗教——道教的形成和发展时期，同时也是起源于印度的佛教在中国的传播和发展时期，茶以其清淡、虚静的本性和提神疗病的功能广受宗教徒的青睐。

道家清静淡泊、自然无为的思想，与茶的清和淡静的自然属性极其吻合。中国的饮茶始于古巴蜀，而巴蜀也是道教的诞生地。道教徒很早就接触到茶，并在实践中视茶为成道的“仙药”。道教徒炼丹服药，以求脱胎换骨、羽化成仙，于是茶成为道教徒的首选之药。在茶从食用、药用向饮用的转变中，道教发挥了重要作用。道教徒崇尚饮茶，其对饮茶功效的宣扬，提高了茶的地位，促进了饮茶的广泛传播和饮茶习俗的形成。

同期的佛教徒也以茶资修行，以茶待客，同时，平民阶层的饮茶也越来越普遍。

饮茶起源于巴蜀，历经两汉、三国、两晋、南北朝，逐渐向广大中原地区传播，饮茶由上层社会向民间发展，饮茶的地区越来越广，中国

人的饮茶习俗终于形成。

茶文化的酝酿

中国茶艺萌芽于晋。西晋杜育《荈赋》中有不少关于茶艺的描写：“水则岷方之注，挹彼清流；器择陶简，出自东隅；酌之以匏，取式公刘。惟兹初成，沫沈华浮。焕如积雪，晔若春蕖。”意思是择水要择取岷江中的清水，选器要选用产自今浙江上虞、温州一带的瓷器，煎好的茶汤，汤华浮泛，像白雪般明亮，如春花般灿烂。酌茶，指的是用匏瓢酌分茶汤。

两晋南北朝是中国茶文学的发轫期。中国茶事小说的起源，可以追溯到魏晋时期。其时，茶的故事已在志怪小说中出现。《搜神记》、《神异记》、《搜神后记》、《异苑》等志怪小说集中有一些关于茶的故事。孙楚、左思、张载、王微撰有涉茶诗篇。杜育的《荈赋》和鲍令暉的《香茗赋》是以茶为题材的散文。

现存最早的涉茶诗是西晋诗人孙楚的《出歌》：“姜桂茶荈出巴蜀，椒橘木兰出高山。”“茶荈”即是茶，“茶荈出巴蜀”，说明直到西晋时期，茶仍是巴蜀的特产。

最早的涉茶文是西汉王褒的记事散文《僮约》，其中有“烹茶尽具”、“武阳买茶”之语。

两晋南北朝，茶由巴蜀向广大中原地区传播，茶叶生产地区不断扩大，饮茶从上层社会逐渐向民间普及。从汉代开始，就有了客来敬茶的礼节，到两晋南北朝时，客来敬茶成了普遍的礼仪。不仅如此，茶也成为祭祀的祭品。从晋代开始，道教徒、佛教徒与茶结缘，以茶养生，以茶助修行。两晋南北朝，茶文学初步兴起，产生了《荈赋》等名篇。中国茶艺亦于西晋时萌芽。这一切说明两晋南北朝是中华茶文化的酝酿时期。

茶文化的形成

隋朝结束了东晋以来长期的分裂割据局面，建立了统一的中央集权国家。贯通南北的大运河的开通，有利于南北经济和文化的交流。茶业经过数千年的发展，直到唐代中期才真正达到兴盛。唐代的名品茶叶已很多，其中主要是团饼茶，也有散茶。

喝茶的普及

1. 喝茶习俗的普及

“滂时浸俗，盛于国朝，两都并荆渝间，以为比屋之饮。”（陆羽《茶经·六之饮》）中唐时期，饮茶之风以东都洛阳和西都长安及今湖北、重庆一带最为盛行，形成“比屋之饮”，即家家户户都饮茶。

《封氏闻见记》的作者封演认为是禅宗促进了北方饮茶风俗的形成和传播。建中（780年～783年）以后，中国“茶道大行”，饮茶之风弥漫朝野，“穷日竟夜”，“遂成风俗”，且“流于塞外”。

中唐以后，不仅中原广大地区饮茶，而且边疆少数民族地区也饮茶，甚至出现了茶馆：“起自邹、齐、沧、棣，渐至京邑，城市多开店铺，煎茶卖之。不问道俗，投钱取饮。”（《封氏闻见记·饮茶》）“茶为食物，无异米盐，于人所资，远近同俗，既祛渴乏，难舍斯须，田闾之间，嗜好尤甚。”（《旧唐书·李珣传》）茶对于人如同米、盐一样，每日不可缺少，田闾农家，尤其嗜好。“累日不食犹得，不得一日无茶也。”（《膳夫经手录》）几天不食可以，一日无茶不可，可见茶在唐代人日常生活中的重要地位。

由上可知，中国人的饮茶习俗普及于中唐。中唐以后，饮茶日益发展，越来越普遍。



封演《封氏闻见记》

2. 茶具的初成体系

唐代茶具在中国茶具发展史上具有重要地位。饮茶风尚的盛行，在一定程度上促进了茶具的生产。产茶之地的茶具发展更是迅速，越州、婺州、寿州、邛州等地既盛产茶，亦盛产茶器。当时最负盛名的为越窑和邢窑茶瓯，可代表当时南青北白两大瓷系。

南方青瓷以越窑为代表，主要窑址在今浙江上虞、余姚、绍兴一带。陆羽在《茶经》中推崇越窑瓯，并用“类玉”、“类冰”来形容越窑盏的胎釉之美。越窑瓯在当时影响甚大，如顾况《茶赋》“舒铁如金之鼎，越泥似玉之瓯”，孟郊《凭周况先辈于朝贤乞茶》“蒙茗玉花尽，越瓯荷叶空”，李群玉《龙山人惠石廪方及团茶》“红炉爨霜枝，越儿斟井华”等，都是赞颂越窑瓯的名句。越窑瓯“口唇不卷，底卷而浅”，敞口浅腹，斜直壁，壁形足。越窑瓯托口一般较矮，还有带托连烧的茶瓯，托沿卷曲作荷叶形，茶瓯作花瓣形。

北方白瓷以邢窑为代表。陆羽《茶经》认为，邢窑瓯较厚重，外口没有凸起卷唇，“类银”、“类雪”。白居易诗称“白瓷瓯甚洁”，李肇《唐国史补》说“内邱白瓷瓯、端溪紫石砚，天下无贵贱通用之”。邢窑瓯在陕西、河南、河北、湖南以至广东等地唐墓葬中常有出土，正说明了当时邢窑白瓷瓯“天下无贵贱通用之”的情况。

唐代茶具已形成体系，煎茶器具有近 30 种之多。茶镬是专门的煎茶锅，此外尚有茶铛、茶铫、风炉、茶碾、茶罗等器具。晚唐时，茶盏（碗、瓯）的式样越来越多，有荷叶形、海棠式和葵瓣口形等，其足部已由玉璧形足改为圈足了。

五代时，茶具又有了新的变化，这与当时新兴的一种饮茶方式——点茶法有关。点茶用的汤瓶，形制为高颈长腹，细长流，瓶身则以椭圆形为多，瓶口缘下与肩部之间设一曲形把。

唐五代茶具除陶瓷制品外，还有金、银、铜、铁、竹、木、石等制品。