古今茶文化概论

田 真 编著





北京航空航天大学出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

古今茶文化概论

田　真　编著

北京航空航天大学出版社

内容简介

茶文化是我国传统文化中一朵绚丽的奇葩，也是我国对世界品饮文化的贡献。本书分为五章：我们祖先的茶缘；儒释道与我国茶文化；茶与中国文学艺术；茶、水、器的融合；茶与国政、贸易、文化的传播。阐释了茶与华夏民族的深深缘分；中华民族茶饮习俗和茶文化的形成，我国传统思想儒释道对茶文化的影响；我国历代茶诗、茶歌、茶戏、茶画、茶文从茶的视角勾勒了中华民族生息繁衍的脚步；茶、水、器的融合恰是天地人的合一，唐代烹茶、宋代点茶和明清至当今的瀹茶茶艺映衬着历史的气息；茶与我国封建社会的国政、经济、贸易及文化传播丝丝相连，在绵延的历史发展中，中国茶香飘四海，流芳众口，中国茶文化更因其人文和审美价值而走向世界。

本书面向大学生，作为高校培养学生人文素质和礼仪修养的公共选修课教材。

图书在版编目(CIP)数据

古今茶文化概论/田真编著. —北京：北京航空航天大学出版社，2009.4

ISBN 978-7-81124-380-2

Ⅰ.古… Ⅱ.田… Ⅲ.茶—文化—中国 Ⅳ.TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 053964 号

古今茶文化概论

田 真 编著

责任编辑 周华玲

*

北京航空航天大学出版社出版发行

北京市海淀区学院路 37 号(100191) 发行部电话：(010)82317024 传真：(010)82328026

http://www.buaapress.com.cn E-mail:bhpress@263.net

印刷厂印装 各地书店经销

*

开本：787×960 1/16 印张：13 字数：291 千字

2009 年 6 月第 1 版 2009 年 6 月第 1 次印刷 印数：2 000 册

ISBN 978-7-81124-380-2 定价：25.00 元

序

中国是茶的故乡，茶文化的发源地。在我国把口腹之欲的食饮升华到精神境界的标立唯有香茶。古人讲饮茶为盛世之清尚。在历史的沿革中，由饮茶而衍生的茶文化是中国传统文化中绚丽的奇葩。随着我国改革开放30年的发展，百姓生活水平空前提高，饮茶不再仅为粗茶淡饭的生计之用，追求饮茶之韵，敬茶之礼，品茶之道的茶文化再盛兴于世，这恰是我国经济蓬勃发展，国与民渐富渐强的写照。

饮茶不仅有着去腻化食、悦志助思、涤烦荡寐、致清导和的自然功效，更重要的是茶在中国担当着精神载体，客来敬茶是千年传袭的民族礼俗，自古以来，中国以礼仪之邦著称于世，践行礼仪是构建和谐安泰的理想社会环境和生存环境的前提，礼之用，和为贵。中国茶道首要表达的思想就是“和”字，正如作者在此书中所表达的“仁、礼、和”为躬行茶道的精髓。仁者，爱人。通过敬茶传递爱人的礼节意向，而受敬者的礼尚往来又是对仁礼的回馈，仁内礼外，终达人际社会和谐。品茶悟道是千百年来文人墨客和修行者用茶的境界，无论是儒士的雅尚茶饮、出家人的禅茶，还是隐者的逍遥茶，茶事成为提纯精神反省自我的媒介。中国茶文化所具有的不仅是人文价值取向，而且还包含着品饮茶的审美意境，形成了一门涉猎广泛的学科体系。

当代社会，随着人们生活节奏的加快和速食文化的蔓延，传统文化面临着强烈的冲击。许多年轻人对饮茶的常识和茶文化知之甚少，人们把80后、90后称作喝碳酸饮料长大的一代，因此对茶文化的弘扬和普及势在必行。可喜的是，北京航空航天大学作为全国著名的具有航空航天特色和工程技术优势、多科性、开放式、研究型大学，在确保专业教学质量的同时，开设了一系列人文艺术课程，使学生不仅扩展了涉猎知识的视野，而且极大提高了自身的学养风范。古今茶文化就是其中的优秀课程之一。这门课自开讲至今，广受学生的欢迎，一方面丰富了校园文化，另一方面培养了一批批爱茶和钻研茶文化的新生力量。

《古今茶文化概论》一书，针对提高大学生人文礼仪素养而写。田真老师多年从事宗教哲学和茶文化的教研工作，成果丰厚，著有《世界三大宗教与中国文化》、《论海峡两岸妈祖文化》、《海峡两岸民间信仰比较》、《宗教道德在市场经济中的作

用》、《论京城民众宗教信仰的传统心态》、《佛教在中国的发展和影响》、《高校改革的沉思》等专著和论文。《古今茶文化概论》对我国茶史和茶文化的起源及发展进行了详尽的描述，尤其是对茶道精神的阐述颇具理论功底和独到见解，清晰地梳理了我国传统思想儒释道对茶文化的影响。对茶、水、器品鉴的论述出自作者多年对茶事的亲历研究和心灵感悟，文笔娟秀畅朗，扣人心扉，传递给读者的不仅是选茶、择水、取器的生活知识，而且是人文和审美的意境。书中对我国茶文化传播的阐述，明确表达了中华民族对世界品饮文化的贡献。《古今茶文化概论》集思想理论、生活知识、茶诗文鉴赏、茶道茶艺于一体，涵盖了我国茶文化的视阈。此书的出版填补了我校在茶文化教学和科研的空白，在此诚挚祝贺。

北京航空航天大学副校长　纪素菊

2008 年 11 月

需要全本请访问 www.ertongbook.com

前　言

茶作为健康饮品深受世人的喜爱，尤其在我国更被视为“国饮”，香溢九区，比屋皆饮。自古以来，上至达官显士、文人墨客，下至挑夫贩卒、布衣百姓，饮茶成为生活中不可或缺之事。唐代茶圣陆羽的《茶经》开篇之言：“茶者，南方之嘉木也，一尺、二尺乃至数十尺。”迄今为止，茶在地球上生长的历史已有数千万年，我国的西南地区是茶树发源的中心，为茶的故乡。伴随着先民认识和利用自然的悠悠脚步，茶进入了人类的生活之中，我国最早的药学专著《神农本草经》写到：“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶而解之。”陆羽的《茶经》提到：“茶之为饮，发乎神农氏。”在4700多年前的神农时代还是母系氏族社会时，茶树已被人们认识并利用，这不能不说是我国先民的一大贡献以及与茶的深深之缘。人们对茶的食饮经历了药用、食用、饮用的历史沿革，食茶饮茶成为我国普世生活之需，茶为食物，无异米盐。

我国是茶文化的发源地，在几千年的历史沿革中，饮茶从口腹之需升华到精神层面，形成了以茶道为内在精神核心，以茶艺为外在载体的涵盖人文和审美的文化整体；包含了茶道、茶艺、茶礼、茶仪以及衍生出的茶诗、茶曲、茶寮建筑、茶的艺术品等文化系列。在茶事中体悟天地之道、人生之道，进而追求人与自然、人与人和谐共融的境界是茶道的精髓。茶文化是我国传统文化中一朵绚丽的奇葩，也是我国对世界品饮文化的贡献。中国茶香飘四海，流芳众口，世界上三大无酒精饮料，即茶、咖啡、可可，茶以其独特的自然功效为世人推崇，茶文化更因其人文和审美价值而走向世界。

高山云雾出好茶，茶生于青山秀谷之中，高洁素雅、清新出尘表；其用去腻化食、荡寐涤烦、激扬文思、悦智益慧、致清导和。茶自有的独特性在文人墨客和修行者那里衍生出的文化色彩绵延至今。在与茶相伴中追求至宗教境界、道德境界、艺术境界、人生境界。推及社会，无论是宫廷的茶宴、士大夫的茶会，还是市井瓦肆的茶饮、乡间的茶俗；又无论是僧侣的禅茶还是隐者的逍遥茶趣，都形成了中华茶文化极为独特的气象。我国的茶文化历史经历了从神农到隋朝的孕育时期，唐代的形成确立时期，宋代的鼎盛时期，明清的近代茶文化开创时期。茶道为茶文化之圭臬，承载了儒释道的思想，人们通过赏茶品饮等一系列茶事来表达以茶

敬人的儒家仁礼和的修身思想、佛家涅槃寂静的淡泊节操、道家天人合一返朴归真的主张。

本书分为五章：我们祖先的茶缘；儒释道与我国茶文化；茶与我国文学艺术；茶、水、器的融合；茶与国政、贸易、文化传播。

笔者对我国茶和茶文化的历史作了爬罗剔抉，阐释了我国是茶树生长的故乡和茶文化创始的源头。从植物学考察的视角，梳理了我国所发现的野生古茶树之地和茶树种类的概况，并从已有的植物染色体等方面研究的成果来立论我国茶树为世界各地茶树的母体。我国古代先民是人类最早认识和利用茶树的民族，从茶祖神农氏识茶之始，华夏民族的茶史已沿袭了近五千年。从食茶饮茶由江之南巴蜀之地的兴盛到渐传北人之域形成举国皆饮的茶俗，从茶字的历史演化到唐代茶圣陆羽最终统一茶的称呼及文字的书写，从修行者和文人墨客那里衍生出的茶道至客来敬茶的千年民俗礼节，茶与华夏民族的深深缘分形成了中华茶饮习俗和茶文化的盛大气象。

俗话说，民以食为天。自古以来，我国的饮食浩然磅礴，食在中国为普世共知，但把饮食提升到精神境界，食饮为下，悟道为上，却寥寥稀有。而茶道则是从日日饮茶的口腹之需中撷英成道，铸就了中华民族文化中夺目的一支。唐代诗僧皎然首次提到“茶道”一词，茶圣陆羽开著茶书之先河，在《茶经》中提出茶道为“精行俭德”，从而构筑了以茶道为主轴的茶文化精神境界。在几千年的茶文化发展中，儒释道思想贯穿其中。以茶喻德托物寄怀，提倡修君子之道醇化民风。儒家推崇厚人生、黜彼岸、明伦理、主自律、参天地、育万物、差等仁爱、礼仪待人、中庸处世等修身、齐家、治国、平天下的人格修养之道和入世思想。这些理念体现在茶道中就是达到仁、礼、和相统一的修养境界。茶道彰显了儒家以茶敬人来示礼的思想、中庸和谐思想以及廉洁俭朴之德。佛家作为移入文化，与我国本土文化相结合而植根勃兴，成为传统文化的组成部分，在我国茶文化孕育和发展中不仅推动了饮茶之风，而且把悟道和饮茶融通合一，使茶道中蕴含禅机，禅茶一味创造了超凡脱俗的饮茶意境。道和我国茶文化源头相交，茶道中追求的道法自然天人合一、贵生、贵柔、隐逸、淡泊洒脱的取求，是道家道教思想对品茶艺术化、唯美化的影响。同时，羽客们求仙长生的追求，使茶被视为仙药而受到推崇，由此助力了饮茶之风。生长在青山秀谷中饮风吸露的茶更成为文人羽客托物以遣心的修身媒介。

我国茶文化所涉猎的领域深广，诗词、小说、茶文、绘画、戏曲、歌舞等皆在其

内。以文载道、抒发心怀是中国传统文学的基本原则，自古以来文学与人们的情怀及社会世态等缕缕相连。以诗咏茶，借茶吟唱以明志。历代2000余首茶诗是我国浩瀚诗海中璀璨的浪花。明清诸多的小说均将茶事写入其中，这为后人了解当时的饮茶风尚开启了一个视角。可以说，茶与我国文学艺术密切勾连。历代与茶相连的作品从茶的视角抒写了中华民族生息繁衍的脚步。笔者对我国历代茶诗、茶歌、茶戏、茶画、茶文撷英集精，供读者赏析其思想和审美境界。

茶、水、器的融合才有醉人心田的茶事，选茶、择水、取器使茶借水蕴香，水依茶彰洌，而茶具乃瑞草名泉，性情攸寄。我国秀丽河山，自古迄今，孕育了多少佳茗清泉，无以为数，而茶具的历代创新，其文化和智慧的凝结熠熠生辉，助力茶事至雅至美。伴随着食茶饮茶的历史沿革，从唐代的煎茶、宋代的点茶到明清和现代的瀹茶(泡茶)，习茶之技也是一部赏心悦目的史书，不同的茶艺传递着历史时空的气息。在茶、水、器的融合这一章，笔者以自身多年的饮茶爱好和对我国茶区游历所获的心得，选我国当代茶之优者(笔者喜之茶)介绍茶的制作、茶品的特点。之所以选茶，是因为我国茶叶的品种浩如烟海，名优茶众多，难以一一叙来，故以点带面领略中国茶的魅力。同时，笔者从生活之用出发，笔墨了几大茶类的优劣鉴别，新茶、陈茶之别，春茶、夏茶、秋茶之别，茶叶和其它树叶之别，近似茶叶品种的鉴别，等等，其意让更多的读者掌握有关茶的生活常识。识茶是喝到好茶、践行以茶敬客的礼节、品茶悟道的底基。茶香来自好水的助力，茶借水蕴香。古人早有辨水选水的经验，历代爱茶人和行者隐者对天下名泉、江河之水、天落之水都给予了个人点评，其中不乏好茶的皇帝重臣也乐此不疲。笔者叙述了古人鉴水的原则和逸事逸趣，让读者从中知晓古人如何排序天下名泉汲水论茶。水茶的结合才有饮茶和茶文化的物质根基，笔者对如何择水也做了详叙，并对各种水类试茶的区别加以点评，也为生活经验。钩沉悠悠的华夏茶文化，茶具作为品饮用具和彰显精神的艺术品而独成体系。茶具的演化经历了新石器时代原始社会食饮皆用的土缶；秦汉时期釉陶制具的出现；魏晋以后，随着陶瓷的烧制技术不断发展和饮茶的兴起，茶具成为专用饮具；唐朝时期，“南青北白”制瓷盛况标志着我国茶具发展的辉煌时代；宋朝时期，伴随五大名窑的出现，我国古代茶具制造的实用性和艺术性进入了黄金时期；元明清三朝，各种花色陶瓷的制作争奇斗艳，从而使我国茶具发展达到空前的境界，其艺术和思想价值取向构成了我国独特的茶具文化。茶、水、器的融合恰是天地人的合一，通过习茶人精湛的茶艺而展现着茶道精神及调制佳美茶汤的技艺。笔者在此章梳理了唐代煎茶、宋代点茶和明清至当今的瀹

茶茶艺，并对品鉴各类茶抒发了自身的心得，与读者共享。

自从茶成为无异米盐的生活之物，对茶无形价值的利用便与我国封建社会的茶政、茶经济、茶贸易及茶文化的传播连接在一起。在本书第五章叙述了开启于中唐，完善于宋代并为后世皇朝效仿的榷茶制、以茶易马的治边国政。沧桑茶马古道向世人展现着近千年的封建茶政和以茶博马的历史。我国西北牧区同胞喝奶茶和酥油茶的习俗，印证了茶和当地生活环境的结合，成为饮茶方式的一支。唐宋以降，海外往来的使节、学者把中国茶和茶文化带回了本国加以弘扬并融入本土形成了各自的饮茶习俗和文化，闻名于世的日本茶道和韩国茶礼等皆为中国所传并延绵至今。明清时期，不仅中国瓷器远销欧美直至非洲，而且茶的贸易如火如荼。无论是明代郑和七下西洋，还是清朝对外的茶贸易，在客观上使中国茶香飘五湖四海，成为了普世之饮，并在欧美等地形成了独特的调饮茶系。从世界各地对茶的称谓和饮茶方式及以茶为迎客的礼俗中，不难勾勒出以中国为茶源经过不同地域而演变的饮茶体系和文化价值取向。在当代，随着我国茶和茶文化的复兴及盛世再现，我国各类茶品为更多国家的民众喜爱。中国茶的传播不仅使这一自然灵物成为普世之享，而且茶承载着文化向世人彰显着以茶敬客之礼，中和谦逊修身之道，天人合一审美之境的中华民族价值理念。

国泰民安，生活富足，才有赏茶品茶的雅尚。随着我国经济的快速发展，人们物质生活水平不断提高，古老的传统茶文化与时代元素结合迎来了又一弘扬的盛世。在当今开放的世界，中国茶更是香飘万里。2008 年在中国北京举行的奥运会，不仅是体育盛会，而且也是世界各民族文化交流的盛会，千年传承的客来敬茶礼仪传递了中华民族诚待四海来客之盛情和企盼人类和平进步的心愿。作为高校教师，培养大学生的人文学养和待人礼节的风度是传道、授业、解惑之责，笔者以此为著书之意，希冀为我国茶文化的弘扬尽绵薄之力。同时，企盼方家雅正本书所叙，以提携笔者茶学修为。



需要全本请访问 www.ertongbook.com

目　　录

第一章　我们祖先的茶缘 …… 1

一　茶的故乡 …… 1
二　茶字的演变和饮茶的沿革 …… 3
三　我国制茶的历史与茶叶的种类 …… 9
四　我国历代贡茶和名茶 …… 14
思考题 …… 23

第二章　儒释道与我国茶文化 …… 24

一　儒家思想与茶文化 …… 24
二　佛家思想与茶文化 …… 33
三　道家、道教思想与茶文化 …… 43
思考题 …… 49

第三章　茶与中国文学艺术 …… 51

一　茶与诗词 …… 51
二　茶与小说、歌舞、戏曲 …… 80
三　茶与绘画、楹联 …… 85
四　历代茶著撷英 …… 94
思考题 …… 110

第四章　茶、水、器的融合 …… 111

一　选茶——瑞草之魁 …… 111
二　择水——水为茶之母 …… 137
三　取器——器为茶之父 …… 142
四　茶艺——习茶之技 …… 150
五　我国各地饮茶的民俗 …… 165
思考题 …… 171

第五章　茶与国政、贸易、文化的传播…… 173

一　历代治边政策与茶马古道…… 173
二　茶叶贸易与普世茶饮…… 177
三　茶在东方文化圈的影响…… 181
思考题…… 186

参考文献…… 187

后　记…… 188

茶艺图片…… 1
绿茶中投冲泡(瀹茶安吉白茶)…… 1
绿茶上投冲泡(瀹茶碧螺春)…… 3
乌龙茶茶艺(瀹茶武夷水仙)…… 5
红茶茶艺(瀹茶滇红)…… 7

第一章　我们祖先的茶缘

一　茶的故乡

茶作为健康饮品深受世人的喜爱，尤其在我国更被视为“国饮”。俗话说：开门七件事，柴米油盐酱醋茶。自古以来，上至达官显士、文人墨客，下至挑夫贩卒、布衣百姓，饮茶成为生活中不可或缺之事。随着人类文明的进步，人们对饮茶的认识已从日常生活之需升华到精神层面，并形成了独特的茶文化，在制茶、品茶中体味人生之道，天地之道，进而追求人与自然和谐共融的境界。

“茶者，南方之嘉木也。一尺、二尺乃至数十尺。”这是茶圣陆羽所著《茶经》的开篇之言。说起茶，我们的祖先与这一大自然恩赐人类之物有着深深绵长的缘分。我国是茶的故乡，是茶文化兴起和传播的源地。当今世界上种茶、制茶的技术和饮茶习俗都是直接或间接地从我国外传出去的。从植物学角度看，茶树属于被子植物门，双叶子植物纲，原始花被亚纲，山茶目，山茶科，山茶属。据考证，茶树所属的被子植物起源于中生代早期，由此推断茶树生长在地球上已有 6000 万—7000 万年的历史。至今所发现的野生乔木茶树高可达 30 余米，基部干围可达 2 余米，寿命在数百年或上千年。早在公元前 200 年左右的《尔雅》中就已提到野生大茶树。在茶树被人类认识和利用后，经驯化演变为乔木型、半乔木型和灌木型。从史料考证，人们认识茶、利用茶已有数千年的历史。

（一）茶树起源之争

中国的西南地区是茶树原产地的中心。中国是茶的故乡，自古以来，一向为世界公认。然而，在 19 世纪初，关于茶的母地在何处却起争执。起因是清朝道光四年（1824 年），当时驻印度的英国少校勃鲁士（R. Bruce）在印度北部阿萨姆省沙地耶（Sadiya）发现了野生茶树，由此对茶起源于中国提出质疑，随后国际上掀起了持续上百年的有关茶树原产地的争论。

一部分学者和茶人认为茶树起源于印度，持这种观点以英国的勃鲁士为代表，1824 年他首度在印度发现野生茶树后，经过进一步考察，于 1838 年发表言论，列举在印度阿萨姆发现了多种茶树，尤其是在沙地耶发现的一颗野生茶树高达 43 英尺，树围 3 英尺。以此为据，勃鲁士断言印度为茶树原产地，认为中国有自生之说但尚未证明。与此相应，1877 年英国人贝尔登（S. Baidond）撰写《阿萨姆之茶》提出茶树产于印度。随后数十年，英国学者勃莱克（J. H. Blake）所著的《茶商指南》、勃朗（E. A. Brown）的《茶》、易培逊（A. Ibbetson）的《茶》以及日本人加藤等许多著作，均指出印度有野生茶树而中国尚未发现野生茶树，故此断定茶原产于

印度。

对于茶树原产地的质疑，我国学者和其它国家的多数学者及茶人都确定茶树的母地在中国。在印度发现大茶树不久，印度茶业委员会组织了一个科学调查团，对印度发现的野茶树进行了多次实地勘察和研究，其成员植物学家瓦里茨（Wallich）博士和格里弗（Griffich）博士经反复研究确定印度阿萨姆的茶树是从中国传入印度的茶树，同属中国茶树变种。不仅如此，许多著名学者通过多年对茶树细胞染色体的研究和比较，确认茶树的母地在中国，如 1892 年美国学者瓦尔茨（J. M. Walsh）的《茶的历史及其秘诀》；美国学者威尔逊（A. Wilson）的《中国西南部游记》；1893 年苏联学者勃列雪尼德（E. Brelschncder）的《植物科学》；1960 年苏联学者 K·M·杰姆哈杰的《论野生茶树进化因素》。当代日本茶树原产地研究会的学者志村桥、桥本实等研究成果也与上述观点相同。

除此之外，还有部分学者认为中国和印度都是茶的原产地，1935 年美国学者威廉·乌克斯（W. H. Ukers）撰写《茶叶全书》认为凡中国、印度等地自然条件适合茶树生长的地带皆是茶源。1958 年英国植物学家艾登（T. Eden）发表《茶》，提出茶树原产地在依洛瓦底江发源处的中心地带，等等，但这些观点论据不足。但有一点无可争议，当印度人还不知印度有茶树，不知种茶和饮茶的时候，我国发现和利用茶树已有数千年的历史了。

（二）我国是茶的故乡

我国是发现野生茶树最多的国家，20 世纪以来，我国科学工作者和茶人对我国野生大茶树资源进行了系统的普查，结果表明，我国野生茶树分布广泛，已有 10 个省区发现了野生大茶树，而且有的地方还生长着成片的野茶树林。我国发现野生大茶树地区主要在云南、四川、贵州、湖南、湖北、福建以及两广等地，其中以滇西、滇南居多。在云南省分布着直径在 100 厘米以上的野生茶树就有十多棵，思茅地区镇源县九甲区和平乡千家寨有野生茶树群落数千亩，在南糯山、巴达山等地有约 1700 余岁的茶树，在千家寨茶山的野生古茶树群落中，一棵古茶树的树龄约为 2700 年，这是世界上迄今为止发现最为古老的茶树，已被国家列为文物保护起来，这些野生茶树可谓世界之最。目前，全世界山茶科植物共 24 属 400 余种，而我国就有 15 属 260 余种，主要在云南、四川和贵州一带。至今全世界发现山茶属约 100 种，我国云贵西南地区就有 60 余种。尤其是近些年来，我国茶学科研人员对茶叶的染色“体核型”和化学成分“儿茶素”进行了分类研究比较，确定了野生茶树进化等级序列，证明四川金佛山野生大叶种茶树最为原始，其次为云南双江大叶种、云南庆丰和台湾大叶种、印度阿萨姆大叶种、海南大叶种、越南大叶种等。这为中国是茶的故乡提供了确凿的证据。另外，大量的史料记载了我国先民发现和利用野生茶树的历史，我国第一部字书《尔雅》中有“槚，苦荼”、“茗，苦荼”的记载，槚是古代对茶的一种称谓，汉之前称茶叶为茶。我国最早的诗集《诗经》中有“谁谓苦荼，其甘如荠”之句。三国《吴普·草本》中就有“南方有瓜芦木（大茶树）亦似茗，至苦涩，取为屑茶饮，亦可通夜不眠”的记载。唐代陆羽的《茶经》中也写道：“其巴山峡川，有两人合抱者，伐而掇之”，“茶之为

饮，发乎神农氏，闻于鲁周公，齐有晏婴，汉有扬雄、司马相如，吴有韦曜，晋有刘琨、张载、祖纳、谢安、左思之徒，皆饮焉”。由此推断，早在4700多年前的神农时代还是母系氏族社会时，茶树已被人们认识并利用，这不能不说是我国先民的一大贡献以及和茶的深深之缘。无论是野生茶树的实体发现，还是大量史料的记载，都无可争辩地表明茶树的母地在中国。随着中外贸易和文化的交流，中国茶已传播到世界50多个国家落根生长。当今世界主要产茶国为：非洲的喀麦隆、肯尼亚、南非、马拉维、坦桑尼亚、布隆迪、埃塞俄比亚、马达加斯加、毛里求斯、莫桑比克、卢旺达、乌干达、津巴布韦。南美洲的阿根廷、巴西、秘鲁、厄瓜多尔。大洋洲的澳大利亚、巴布亚新几内亚。亚洲的中国、印度、斯里兰卡、印度尼西亚、日本、孟加拉、伊朗、马来西亚、尼泊尔、土耳其、越南、俄罗斯(外喀尔巴地区)，世界茶区分为东亚、东南亚、南亚、西亚、欧洲、东非、南美等，其中亚洲产茶量最多。

二　茶字的演变和饮茶的沿革

在我国茶史上，对茶的称谓和饮用的方式经历了不同时期的沿革。我国是世界上最早确立“茶”字的字形、字音和字义的国家，历代史料记载了茶字演变的脉络。在世界各国语言中，“茶”的发音都是从中国直接或间接音译传播的。我国先民饮茶的历史已有数千年，人们对茶的认识和利用也大致经历了药用、食用和饮用三个阶段的沿革。

(一) 茶字的演变

在我国唐代以前，茶有多种别名，如荼、茗、槚、诧、荈、蔎、皋芦、葭萌等10余种称谓。《诗经》是我国第一部诗歌总集，汇集了从西周初年到春秋中期的诗歌，约成书于春秋后期，《诗经·邶风·谷风》写道：“习习谷风，以阴以雨。黾勉同心，不宜有怒。采葑采菲，无以下体。德音莫违，及尔同死。行道迟迟，中心有违。不远伊迩，薄送我畿。谁谓荼苦，其甘如荠。宴尔新婚，如兄如弟……”这里的“荼”字就是指的茶。《尔雅》约公元前2世纪秦汉间成书，其中写道：“槚，苦荼。”早在汉代就出现了茶字字形，西汉司马相如的《凡将篇》中提到“荈诧”。西汉末年扬雄的《方言》中称茶为“蔎”。西汉刘沂的领地称为荼陵(今湖南省茶陵)，刘沂称作荼陵侯。约成书于汉朝的《神农本草经》称茶为“荼草”或“选”。东汉许慎的《说文解字》写道：“荼，苦荼也。”对此，宋代徐铉在《说文解字注》注解道：“此即今之茶字。”而吴人陆玑《毛诗·草木疏》则提到“茗”。三国魏时张揖所作《广雅》写道：“荆巴间采茶作饼成以米膏出之”。吴普《本草》有“苦荼，味苦寒，……”的记载。西晋陈寿的《三国志·韦曜传》写道：“或密赐茶荈以当酒。”西晋张华的《博物志》有“饮真茶，令人少眠”的记载。东晋裴渊的《广州记》则称茶为“皋芦”。东晋郭璞写的《尔雅注》有这样的记载：“树小如栀子，冬生叶，可煮作羹饮。今呼早采者为荼，晚取者为茗。”在这些有关茶的称谓中，荼最为常见，古代荼和茶为一字并同用。

在唐代陆羽的《茶经》中提到“其名，一曰茶、二曰槚、三曰蔎、四曰茗、五曰荈”。陆羽列举

的前四种称谓均见于蜀人之作。那么茶字在何时统一并流传呢？据清代学者顾炎武的《唐正韵》中记载："愚游泰山岱岳，观览唐碑题名，见大历十四年（公元 779 年）刻荼药字，贞元十四年（公元 798 年）刻荼宴字，皆作荼，其时字体尚未变。至会昌元年（公元 841 年）柳公权书《玄秘塔碑铭》，大中九年（公元 855 年）裴休书《圭峰禅师碑》茶毗字，俱减此一划，则此字变于中唐以下也。"以此为据，茶字应在 9 世纪才被普遍使用。而陆羽撰写的世界上第一部茶著《茶经》（约公元 758 年），将荼写成茶，统一了此前诸多的称呼，这是茶圣陆羽对茶事的重大贡献。经诸多考证，我国学者一般认为茶字普遍使用起于中唐。

由于我国地域辽阔且多民族共生，因此各地对茶的发音由于方言而有差别，如广东人读为"cha"，福州人读茶为" ta"，厦门、汕头等地人发音为"te"，云南傣族人读为"la"，等等。中国茶叶对外传播后，各国对茶称谓的演绎可见一斑，日本、印度读茶（cha）字均为中国茶原音，西方商人把茶的发音引为 tee，变为拉丁语为 thea，波斯语为 Cha，英语为 tea，德语为 thee，法语为 the，西班牙语为 te，土耳其语为 Chay，葡萄牙语为 cha，保加利亚语为 Chi，西班牙、丹麦、捷克、匈牙利、瑞典、意大利等国称为 Te，芬兰语为 Tee，俄罗斯语为 Chai，朝鲜语为 Ta，越南语为 Jsa，马来语为 Te，等等，这些读音基本是从我国广东、福建沿海地区外传转译的。根据韩国茶人释龙云的《茶名的考察》叙述，可以看出世界各国茶名与中国茶字的渊源。从我国茶字的演变到最终的确立专指，向世人展示了茶与我们祖先的缘分，中国是茶起源、栽种、制茶和饮用的发源地。

（二）饮茶的沿革

起初茶是被人们疗疾而用的，即作为药物。唐代茶圣陆羽的《茶经》中六之饮写到："茶之为饮，发乎神农氏，闻于鲁周公。"据我国最早的药学专著《神农本草经》写到："神农尝百草，日遇七十二毒，得荼而解之。"神农时代是只知其母，不知其父的母系氏族社会，是人们从渔猎社会向原始的农业和畜牧业社会转化的时期，因传说中的神农氏制耒耜，教民耕作，神而化之，使民宜之，故谓之神农。古籍中对神农的描述显然有神话传说的夸张，但也反映了 4700 年前，我国先民在劳动生活中发现了茶的药用价值。在我国有关茶的史料中，很多都记载了茶的药用价值。《神农食经》写道"荼茗久服，令人有力悦志"，《神农食经》是秦汉时的人托名"神农"所作。汉代司马相如的《凡将篇》，将荼列为 20 种药物之一。东汉华佗的《食论》中写到："苦荼久食益意思。"东汉增广《神农本草》说："荼味苦，饮之使人益思、少卧、轻身、明目。"三国吴普《本草》中写道："苦荼，味苦寒，主五脏邪气，厌谷，胃痹，久服安心益气，聪察少卧，轻身不老。"三国魏张揖的《广雅》写道："荼饼捣末置瓷器中，以汤浇覆之，用葱姜橘子芼之，其饮酒醒，令人不眠。"西晋张华《博物志》："饮真荼，令人少眠。"唐代苏敬等撰写的《新修本草》（即《唐本草》）写道："茗，苦荼。茗，味甘、苦，微寒，无毒。主瘘疮，利小便，去痰、解热，令人少眠。"唐代陆羽的《茶经·七之事》中较为详细地记载了唐前有关茶的典籍和史料，其中引《枕中方》说道："疗积年瘘，苦荼蜈蚣，并炙令香熟，等分捣筛，煮甘草汤洗，以末敷之。"又引《孺子方》："疗小儿无故

惊厥，以苦茶、葱煮服之。”唐代孟诜在《食疗本草》中写到：“茶治热毒下痢，腰痛难转。煎茶五合，投醋二合，炖服之，赤白痢下。以好茶一斤，炙火捣末，浓煎一二盏服。久患痢者亦宜服之。”宋代陈师文《太平惠民和济方》、王守愚《普济方》等亦提到茶的药用。明代李时珍的《本草纲目》不但指出茶的药用，而且认识到服用某些药物和饮茶相忌“服威灵仙土茯灵仙、土茯岑者，忌饮茶”。清代钱守的《慈惠小编》、许克昌的《外科治症全书》、鲍相傲的《验方新编》、韦进德的《医药指南》等皆有以茶入药的方子或论述。从古籍文献中，不难看出人们对茶药用价值的利用，时至当代，随着科学技术的发展和精密仪器的发明使用，进一步证明了茶的多种成分对人体具有保健作用。

茶、咖啡、可可为世界三大无酒精饮料，分别源于古代中国人、阿拉伯人、印第安人的饮食谱系，而我国饮茶史最为久远。从已有史料和文物考证，饮茶起源于巴蜀等地，据东晋常璩所著《华阳国志·巴志》中记载：“武王既克殷，以其宗姬封于巴。爵之以子。古者远国虽大，爵不过子，故吴、楚及巴皆曰子。其地东至鱼腹，西至在楚道，北接汉中，南极黔涪。上植五谷，牲具六畜。桑、蚕、麻、纻、鱼、盐、铜、铁、丹、漆、茶、蜜、灵龟、巨犀、山鸡、白雉、黄润、鲜粉，皆纳贡之。”这一记载表明在周朝的武王率南方八个小国伐纣时(公元前1066年)，巴国就已经以茶和其它珍贵物品纳贡与周武王了。《华阳国志》中还记载“园有芳蒟香茗”，“涪陵郡，巴之南鄙……惟出茶……”。由此推断，在3000多年前，巴国就有了人工栽培的茶园。在巴国之西就是蜀国，其境内也有茶叶的种植，西汉扬雄的《方言》中提到：“蜀人谓茶为葭萌。”明代清初学者顾炎武的《日知录》中写道：“自秦人取蜀而后，始有茗饮之事。”也就是说，战国末期秦昭襄王灭巴蜀之后，食茶饮茶才逐渐传入中原等地。由此得出，巴蜀是食茶饮茶的发源地。古人在未认识利用茶之前，夏则饮水，冬则饮汤，恒以温汤生水解渴，自茶为饮后极大提高了人们的健康水平，并在饮茶的历史沿革中形成了灿烂独特的茶文化。

秦汉以降，人们对茶的药用逐渐演化到食用为主。东晋常璩的《华阳国志·巴志》中记载，西周时茶已成为贡品，但当时人们如何用茶不得而知。《周礼·天官·浆人》记载：“浆人掌共(供)王之六饮，水、浆、醴、酏、醫、酏。”六饮是供天子用的饮料，即；水；浆，有醋味的酒；醴，甜酒；酏，薄酒；醫，醴和酏的混合饮料；酏，羹食。这里提到的六饮中没有茶。在周武王灭商几百年后，中原上层社会始有茶事，至春秋时晏子著《晏之春秋》写道：“婴相齐景公时，食脱粟之饭，炙三弋五卵、茗菜而已。”这是说春秋时，晏婴在齐景公时，虽身为国相，却衣食俭朴，吃糙米饭，几样荤菜之外就只有“茗菜而已”。这段文字从另一个角度揭示了公元前世纪初人们把茶当菜食用，春秋时，对茶的利用已发展成为既作药物又当菜食了，茶的药用和食用并存。把茶作为菜食用，在当今我国西南少数民族的饮食中依然存在。如云南省基诺族的“凉拌茶”、傣族、景颇族的“腌茶”等，可以说是我国古代食茶的延续，是食茶的活化石。可考据的史料表明，我国秦汉以后，先民对茶的利用从药食同存逐步演化到食饮为主。

除食用茶之外，在西汉，把茶用作单一的饮料已兴于世，饮用的方式为羹饮，即把茶叶投入釜中煎煮，和煮菜汤相仿，这是最初的饮茶法，由此开启了茶为饮的历史。西汉宣帝时，蜀人王

褒所写的《僮约》中记载了王子渊给僮仆规定的活计："蜀郡王子渊，以事到煎上寡妇杨惠舍。惠有夫时一奴名便了，倩行酤酒，便了提大杖上夫冢岭曰：大夫买便了时，只约守冢，不约为他家男子酤酒也！子渊大怒曰：奴宁欲卖耶。惠曰：奴大杵人，人无欲者。子渊即决卖券云云。奴复曰：欲使皆上券。不上券便了不能为也。子渊曰：诺。券文曰：神爵三年正月十五日，资中男子王子渊，从成都安志里女子杨惠卖亡夫时户下髯奴便了，决卖万五千。奴当从百役使，不得有二言。晨起洒扫，食了洗涤。……涤杯整案，园中拔蒜，斫苏切脯。筑肉臛芋，脍鱼鸟鳖，烹茶尽具，铺已盖藏。……归都担枭，转出旁蹉。牵犬贩鹅，武阳买茶……"其中提到"烹茶尽具"、"武阳买茶"。武阳为今四川彭山县一带。这表明，在西汉已出现买卖茶的市场，茶叶市场的出现，说明人们对茶的需求量是很大的，茶用不再局限为药，饮茶已成为生活常事，从而推断，茶为饮料滥觞于西汉。三国魏陈寿所著《三国志·韦曜传》记载："孙皓时，每餐晏饷，无不竟日，坐席无能否饮酒，率以七升为限，虽不悉入口，皆浇灌取尽。曜素饮酒不过二升，初见礼异，时或为裁减，或密赐茶荈以当酒，至于宠衰，更见逼强，辄以为罪。"吴主孙皓体恤韦曜不胜酒力，密赐茶代酒。由此可见茶是作为单独的饮料出现的。根据三国魏张揖的《广雅》中记载，人们把采摘的茶叶做成饼状，饮用之前，先将茶饼炙烤成红色，再捣成细末放在容器中，然后冲入沸水，并辅以葱、姜等调味品饮用。茶粥是另一常见的食法，明人陆树声《茶寮记》写道："茗，古不闻食，晋宋以降，吴人采叶煮之曰茗粥。"晋傅咸《司隶教》中记载了一则故事："闻南市有蜀妪，作茶粥卖之，廉事毁其器具，使无为卖饼于市，而禁茶粥，以困老姥，何哉？"是讲蜀地老婆婆以卖茶粥为生计，被人砸毁器具，傅咸对此困束老人的行为感到气愤。这种茶粥的经营，反映了饮茶的普及和饮茶法的演进以及对茶叶的原始加工。西晋思想家文学家张载所作《登成都楼诗》写道"芳荼冠六清，溢味播九区。人生苟安乐，兹土聊可娱"。所谓六清即《周礼·天官·浆人》提到的六种饮料。九区即为九州之意，据《尚书·禹贡》载，上古全国行政区划分为"冀、兖、青、徐、扬、荆、豫、梁、雍"九州，后世用作"中国"的代称。张载的诗不仅是对蜀茶的赞美，而且表明了饮茶的普及性。羹饮茶的习俗从巴蜀和长江以南的其它地区逐步传入中原，据宋人李昉撰写的《太平御览》引《世说新语》记载："晋司徒长史王濛好饮茶，人至辄命饮，士大夫皆患之。每欲往侯，必云今日有水厄。"可见王蒙嗜茶成性，客来必敬茶，同时表明茶已不再是宫中的御用物，而成为官宦门庭的日常饮料了。北魏杨衒之的《洛阳伽蓝记》卷三载："肃初入国，不食羊肉及酪浆等物，常饭鲫鱼羹，渴饮茗汁。京师士子见肃一饮一斗，号为漏卮，经数年以后，肃与高祖殿会，食羊肉酪粥甚多。高祖怪之，谓肃曰'卿中国之味也，羊肉何如鱼羹，茗饮何如酪浆？'肃对曰'羊者是陆产之最，鱼者乃水族之长，所好不同，并各称珍。以味言之，是有优劣，羊比齐鲁大邦，鱼比邾莒小国，惟茗不中与酪作奴'。"肃，即王肃，曾在南朝齐任秘书丞。因父亲王奂被齐国所杀，便从建康（今江苏南京）投奔魏国。王肃为魏立下战功，得"镇南将军"之号。魏宣武帝时，官居宰辅，累封昌国县侯，官终扬州刺史。王肃在南朝时，喜欢饮茶，到了北魏后，初入中原时，仍保持原有饮食习惯，喜茶厌酪浆，被同僚起绰号"漏卮"。其在北方生活数年，虽然没有改变原来的嗜好，但同时也会吃羊肉奶酪之类的北方食品。上述史料表明，西汉

需要全本请访问 www.ertongbook.com