

华夏文库
佛教书系

禅茶一味 佛教与茶道

韩冰 著



大地传媒 中州古籍出版社

华夏文库·佛教书系

禅茶一味

佛教与茶道

韩冰 著

大地传媒 中州古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

禅茶一味:佛教与茶道 / 韩冰著. — 郑州:中州古籍出版社, 2014.4

(华夏文库)

ISBN 978-7-5348-4711-0

I. ①禅… II. ①韩… III. ①禅宗—关系—茶叶—文化研究—中国 IV. ①B946.5 ②TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第045402号

华夏文库·佛教书系

禅茶一味:佛教与茶道

总策划 耿相新 郭孟良

责任编辑 梁 静

责任校对 牛 丽

封面设计 新海岸设计中心

版式设计 曾晶晶

美术编辑 曾晶晶

责任印制 刘新毅

项目统筹 单占生 萧 红(执行)

出 版 中州古籍出版社

地址:河南省郑州市经五路66号

邮编:450002

电话:0371-65788693

经 销 新华书店

印 刷 河南新华印刷集团有限公司

版 次 2014年4月第1版

印 次 2014年4月第1次印刷

开 本 960毫米×640毫米 1/16

印 张 9印张

字 数 180千字

印 数 1-3000册

ISBN 978-7-5348-4711-0

定 价 24.00元

本书如有印装质量问题,由承印厂负责调换



《华夏文库》发凡

毫无疑问，每一个时代都有属于自己时代的精神追求、文化叩问与出版理想。我们不禁要问，在 21 世纪初叶，在全球文明交融的今天，在信息文明的发轫初期，作为一个中国出版人，我们正在或者将要追求什么？我们能够成就或奉献什么？我们以何种方式参与全球化时代的文化传播进程？在一连串的追问下，于是，有了这套《华夏文库》的出版。

自信才能交融。世界各大文明在坚守自身文化个性的同时，不约而同地加快了探视其他文化精神内涵的步伐，世界不同文明正在朝着了解、交流、碰撞、借鉴与融合的方向前进。在此背景下，建立自身的文化自信，正是与世界各文明民族进行文化交流的基本要求。五千年中华文明与文化正在不断地被其他文明所发现、所挖掘、所认知，汉语言正在生长为世界语言，儒文化正在世界各地生根发芽。

借助这样一种正在成长着的文化自信、自觉、开放、亲和之力，用我们这个时代的学术眼光全面系统梳理中华五千年的文明与文化，向其他各大文明与文化圈正面展示自我，让中华优秀传统文化成为世界文化的重要组成部分，正是我们出版这套文库的目的之一。此其一。

知己才能知彼。身处五千年文化浸润的今天，重新思考我们先人的人生思考、价值思考与哲学思考，找到一个民族、一个国家的价值

所在、立命所在、安身所在，这已经是我们这个时代的学人与出版人不得不再思考的问题。作为中华文明的一分子，我们在思考的同时，还必须了解我们的先人创造了如何优秀的精神文明与物质文明以及社会文明。只有熟知自己的文化，热爱自己的文化，悟明自己的文化，我们才能宣说自己、弘扬自己、光大自己。因此，我们策划组织这套《华夏文库》的初衷，还在于让当下的知识青年全面系统瞭望中华文明与文化的全景，并借此能够对更为深广的世界各民族文化提供一个比较认知的基础。此其二。

顺势才能有为。我们正处在农耕文明、工业文明、信息文明的交汇处，信息文明带领我们从读纸时代进入读屏时代，以智能手机屏幕为代表的书籍呈现方式正在与纸质书籍争夺阅读时间与空间。我们正在领悟数字技术，正在以信息文明的视角，去整理、分析和研究农耕文明与工业文明的文化遗产，不仅仅是为了唤醒优秀的传统文化，我们还在生发和原创着当今时代的文化。由此，我们试图架起一座桥梁——由纸质呈现而数字呈现，由数字呈现而纸质呈现，以多媒介的书籍呈现方式，将文字、图像、声音与视频四者结合，共同筑成《华夏文库》以奉献给信息文明时代的新读者。此其三。

总之，这是一套——专家大家名家写小书；以最小的阅读单元，原创撰写中华精神文化、物质文化与社会文明系列主题与专题；以图文、音视频多媒介呈现的方式，全面介绍与传播中华文明与优秀文化，系统普及与推介中华文明与文化知识；主旨是为了让世界与中国共同了解中国的——大型丛书，借此，复兴文化，唤起精神，融入世界。

耿相新

2013年6月27日

目 录

一 悠悠千载，禅茶一脉

- 1 谁人不解茶香
——我国悠久的饮茶史2
- 2 禅茶合一
——禅宗与茶道的关系15

二 煎茶诉佛缘

- 1 坐饮香茶奉佛法
——茶之三德24
- 2 禅宗里的茶事、茶会29
- 3 茶艺有禅机
——禅宗的茗饮礼仪34

三 茶香里的禅味

- 1 “吃茶去”
——赵州禅师的禅心40
- 2 “逢茶即茶、逢饭即饭”的佛门禅风46
- 3 “烧水点茶皆是学佛”
——日本禅宗大师千利休的禅茶观50

四 一壶得真趣的禅茶家

- 1 中国最早的茶僧吴理真58
- 2 一碗茶中含真味
——爱茶高僧皎然63
- 3 茶韵满袈裟的善会禅师和圆悟克勤禅师69
- 4 宝掌和尚与峨眉雪芽74

五 陆羽：出自禅门的茶圣

- 1 禅师拾回的弃婴80
- 2 访泉问茶，踏遍万水千山84

3 皓首著《茶经》，陆羽终成圣	92
-----------------------	----

六 诗文经卷说禅茶

1 《五灯会元》里关于吃茶的记载	101
2 《百丈清规》中有关禅门饮茶的规定	105
3 文豪、茶僧与茶诗	111

七 芳香冠世的禅院名茶

1 来自佛天的雨露 ——天台云雾茶	117
2 成名于禅院的西湖龙井	124
3 白莲微香透冷韵 ——黄山毛峰	130

小知识目录

尝百草创医学的神农氏	5
茶叶的分类	13
何为禅宗	14
达摩祖师的生平	21
庐山云雾茶	22
马祖道一禅师与磨砖的故事	33
禅宗里的公案	44
禅宗里的平常心	44
千利休与丰臣秀吉	55
千利休之死	56
陆羽的煎茶法	91
《五灯会元》	104
《百丈清规》	109
禅宗为什么要讲究农禅并重	109
寺院出产的名茶	123
茶叶术语中的“一枪一旗”	129

一 悠悠千载， 禅茶一脉

在岁月的长河里，茶在华夏文明中扮演着极为特殊的角色。从传说中的神农氏尝百草发现茶叶，到汉代饮茶之风初现端倪，到魏晋时期饮茶被赋予一定的文化内涵，再到李唐之后，陆羽的《茶经》问世，茶成为炎黄子孙无法割舍的情结。

茶为什么会具有如此巨大的魅力，让无数人为之欢喜、为之陶醉和疯狂呢？也许是因为茶寄托着人们对自然和宁静生活的向往吧！

在茶走进华夏子孙内心世界的过程中，由于历史的机缘，或者说是禅茶之间本来就存在着的因缘，茶又开辟了更美的境界，袅袅茶香里开始孕育来自佛国的喜乐——僧人们为了更好地禅修，开始饮用茶叶，并且亲自植茶、制茶，辛勤培育出一株株中华名茶、奇茶。

茶水的清香，禅意绵绵，荡漾起缕缕佛国美景。

1. 谁人不解茶香

——我国悠久的饮茶史

谈到饮茶，最早可以追溯到传说中的神农氏，美好的传说承载着人们对茶叶的无限喜爱。伴随着历史的发展，有更多的人来接触茶、了解茶和认识茶，在这一过程之中，茶与佛教的结合更是开出了一朵奇葩。

喜茶、乐茶的中国人

放眼寰球，似乎没有哪个民族像中华民族这样，喜欢种茶、制茶、饮茶、品茶和赏茶。对锦衣玉食的王公贵族而言，不管在滚滚红尘中遇到了怎样让人内心烦乱的事情，泡一壶茶，手握一杯清香的琥珀色液体，内心也就自然而然地感受到了愉悦和释然；对艰苦营生的贩夫走卒而言，泡一壶茶，等待茶香慢慢溢出的同时，内心也就充满了富足感——这滋味，堪比皇帝老儿了吧。

就这样，饮茶超越了阶层，在中国人的生活中占据着独特的地位。正如那些文人雅士所言，我们的老祖宗已经“把茶喝得上下五千年、纵横数万里，不但喝出了生活的滋味，而且还喝出了生活的真谛，文化涵养得到提升”。所以，无数骚人墨客才会对饮茶有如此多的感慨。周作人说：“喝茶当于瓦屋纸窗之下，清泉绿茶，用素雅的陶瓷茶具，同二三人同饮，得半日之闲，可抵上十年尘梦。”梁实秋说：“喝茶，喝好茶，往事如烟。”就连疾恶如仇、“一个也不宽恕”的鲁迅也说：“有好茶喝，会喝好茶，是一种清福，不过要享这清福，首先必须有工夫，其次是练出来的特别的感觉。”可见，饮茶作为一种直面人生、思考生活的方式，早已内化成华夏子孙心灵深处的某种共鸣。

茶之起源——不老的传说，永远的探索

那么，你一定忍不住要问了：饮茶之风到底是何时兴起的呢？有古籍记载：“茶之为饮，发乎神农氏。”也就是说，在中国，最早饮茶的人就是传说中的神农氏。在民间，关于饮茶如何起源于神农，有种种不同的传说。

有人认为，在一次爬山的过程中，由于山势陡峭，神农氏爬得十分辛苦，不仅汗流浹背，而且焦渴难耐。就在这个时候，忽然有一片形状秀气的树叶飘落在他面前。他捡起来用手轻轻一揉，便觉这片树叶的汁液润滑；他又伸出舌头略加舔舐，觉得这种汁液甚是苦涩。凭着尝百草的经验，神农氏知道这是一种能止渴、提神的灵药，这片树叶也就是后来的茶叶。从此，茶叶渐渐被人所熟知，又经后人多次改良，才有了我们今天所尝到的茶的滋味。

也有人认为，茶是神农在野外以釜煮水时发现的。当时，釜里的



神农采芝图

这幅画作生动地描绘了神农氏在深山采药的情形，或许神农氏也是这样发现茶叶的药用价值的

水刚刚开始沸腾的时候，恰好有几片叶子飘进了锅中，不一会儿，满锅的水就变得有些微黄了。神农氏一尝，发觉这锅水能生津止渴、提神醒脑。从此以后，茶就成了人们所熟识的一种饮品。这是关于中国饮茶起源的两种较为普遍的说法。

当然，也有更加神奇的传说。传说神农氏有一个像水晶样的肚子，因此从外面就可以看到从他口中摄入的食物如何在胃肠中蠕动、消化和被吸收。也正是凭借这种“特异功能”，神农氏才得以尝百草，寻找对人有益的药物。有一天，当他品尝到茶叶的时候，突然惊奇地发现被咀嚼成碎末的茶叶竟然在他的肚子内来来去去，查找毒物，最后

还把他的肠胃洗涤得干干净净，因此，神农氏就把他品尝的这种植物称为“查”。后来，随着时间的流逝，就被后人转成“茶”字了。

小知识◎尝百草创医学的神农氏

有人认为，神农氏就是传说中的炎帝，也有人将他奉为农业之神。除此之外，神农氏还被看作是医药之神，相传他曾尝百草、创医学。据记载，当初人们生吃动物，喝兽血，穿着粗糙的兽皮。神农认为这样生活下去，人类的繁衍生息都将难以维持。于是，他便“尝百草之实，察酸苦之味，教民食五谷”。

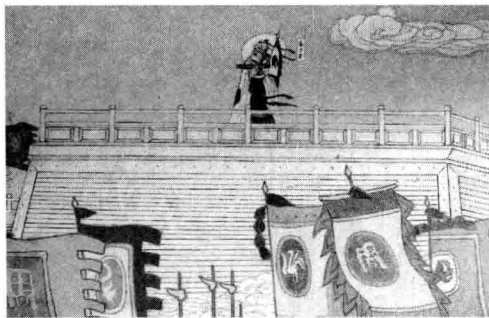
西汉初年的古书《淮南子》记载：“神农尝百草之滋味，一日而遇七十毒。”四川至今还有一个感人的神话传说，说神农氏为了给人们寻找治病的草药，尝尽了百草，有一天尝到剧毒的断肠草，致使他的肠子断烂，他也因此为人类奉献了自己的生命。当然，这些传说都是后人对祖先的神化，用来纪念神农氏尝百草创医学的贡献。

古老的饮茶传统

这些传说，未必是史实，但可以作为有力的补充，来说明中国人在很早的时候就已经开始接触、认识和了解茶了。晋代的常璩曾在《华阳国志·巴志》中记载：“周武王伐纣，实得巴蜀之师……茶蜜……皆纳贡之。”这一记载表明在周朝的武王伐纣时，巴蜀国就已经将茶叶和其他珍贵产品一起纳贡给周武王了。《华阳国志》中还记载，那时就已经有了人工栽培的茶园。

现存最早且较可靠的茶学资料出现在汉代——汉人王褒所写的《僮约》，其中有关于当时社会喝茶之风的描述。据后来的学者考证，王褒的这篇文章大概写于汉宣帝五凤三年（前55年），大大早于陆羽的《茶经》，因此在茶学史上具有极其重要的地位。

在这篇文章里，直接描写茶叶的文字并不多，但是透过稀疏寥落的笔墨，大致可以了解当时茶文化的发展状况：“舍中有客，提壶行酤。



武王伐纣

河南汤阴姜里城太公殿里的壁画，描绘了姜子牙帮助周朝的武王讨伐商纣王的故事。根据典籍的记载，在当时，茶已经走进了中国人的生活

汲水作饔，涤杯整案。园中拔蒜，断苏切脯。筑肉臠芋，脍鱼𩚑鳖。烹茶尽具，饔已而盖藏……舍后有树，当裁作船，上至江州，下到湔主，为府掾求用钱。推访巫贩棕索，绵亭买席，往来都洛，当为妇女求脂泽，贩于小市。归都担泉，转出旁蹊。

牵犬贩鹅，武都买茶。杨氏担荷，往来市聚，慎护奸偷。”其中，“烹茶尽具”“武都买茶”中的“茶”就是今天我们所熟知的“茶”。

阅读这些文字，不难发现，在当时，饮茶已成为社会饮食的一环，而且茶还是待客的珍稀之物，对一般人来说，茶是一种奢侈品。

茶香飘千年

具体来说，我国饮茶文化的发展大致有这样几个阶段：

春秋战国后期至西汉初年，这一时期，由于各路诸侯追逐王权，逐鹿中原，导致战火连绵，民不聊生，因此产生了人口大迁徙的现象。特别是在秦朝统一蜀地的过程中，大量南迁的人口，促进了蜀地与其他地区的交流。借助这种物质和文化上的交流，蜀地的茶树栽培、茶叶制作技术及饮用习俗开始逐渐向陕西等地传播。后来，这些技术和习俗又慢慢沿着长江向长江中下游推移，最后传播到江浙一带，种茶和饮茶的种子开始在我国南方各地生根、发芽。据史料记载，汉王就曾经到江苏宜兴茗岭地区“课茶艺茶”“汉羨实茶”；汉朝名士葛玄甚至还在浙江天台山设“植茶



华佗

华佗是我国东汉时期的著名医学家，也是民间传说中的神医，他在著作中较早肯定了茶叶的医用价值

之圃”，并且逐渐演化成天台山云雾茶这一名茶。

江南茶饮的记录还可以在《三国志》中找到。《吴书·韦曜传》曾叙述孙皓以茶代酒招待客人的故事。而且，当时的人们已经开始意识到茶叶的养生功效——华佗在《食经》中说：“苦茶久食，益意思。”认为茶味道虽苦涩，但是却有利于人们醒神、思考。

历史发展到魏晋南北朝时期，人们开始赋予茶越来越多的文化内涵。这是因为，伴随着文人饮茶之风的兴起，有关茶的诗词歌赋日渐问世，而且在上层社会十分流行。于是，茶就脱离了一般的饮食形态，摆脱了浓重的烟火气息，款步走进文化圈，饮茶俨然成为一种新的风尚。

这在很大程度上也是由于魏晋南北朝时期，南北各地的茶叶品种和产量都有所增加，茶叶不再被视为珍贵的奢侈品，而成为一种亲民的商品，开始渐渐融入寻常人的生活中。另一方面，伴随着茶叶产量的大增，那些以贩卖茶叶为生计的商贾为了能获得更大的利润，开始从事茶叶的精工采制，以提高茶叶质量。在南北朝初期，还出现了以

上等茶作为贡品进献给皇室的现象。

《吴兴记》中就曾有这样的记载：“浙江乌程县（即今吴兴县）西二十里，有温山，所产之茶，专作进贡之用。”

值得一提的是，在这一时期，茶也



唐朝的长沙窑青釉“茶”碗

唐朝在茶文化的历史画卷中书写了极为灿烂的篇章，图中是唐朝的长沙窑青釉“茶”碗，它以精美的造型和细腻的质感，向后人诉说着中国人与茶的故事