

品读《茶经》，研究茶文化，参禅悟道，
学习《茶道》，悟人生之道，修身养性。

茶经

茶道

姬晓安 / 编著



最完整最全面的介绍茶文化
最实用的识茶、泡茶、品茶知识
一本彻底让您明白喝茶门道，轻松谈茶论道的实用经典！



茶经

茶道

姬晓安 / 著



(鄂)新登字 08 号

图书在版编目 (CIP) 数据

茶经 茶道 / 姬晓安编著. — 武汉 : 武汉出版社,
2013.1

ISBN 978-7-5430-7301-2

I. ①茶… II. ①姬… III. ①茶叶—文化—中国
IV. ①TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 275211 号

编 著: 姬晓安

责任编辑: 李 理

出 版: 武汉出版社

社 址: 武汉市江汉区新华下路 103 号 邮编: 430015

电 话: (027) 85606403 85600625

<http://www.whcbs.com>

E-mail: zbs@whcbs.com

印 刷: 北京冶金大业印刷有限公司 经销: 新华书店

开 本: 710mm×1000mm 1/16

印 张: 14 字 数: 230 千字

版 次: 2013 年 1 月第 1 版 2013 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 32.00 元

版权所有·翻印必究

如有质量问题, 由承印厂负责调换。

目 录

第一章 茶之史の又々々々々々々々文化史 … 001

- 六朝以前：“以茶为俭” 崇尚简朴 …………… 003
- 兴于隋唐：“比屋之饮”，禅茶一味 …………… 006
- 盛于宋元：茶马互市 茶业南迁 …………… 008
- 明清茶事：种类增多，远播海外 …………… 014
- “茶”字由来：草木之中有一人 …………… 016

第二章 茶之类：『六色茶』及花花果果 … 021

- 清汤绿叶——绿茶 …………… 023
- 绿妆素裹——白茶 …………… 025
- 黄绿明亮——黄茶 …………… 027
- 绿叶红镶边——乌龙茶 …………… 029





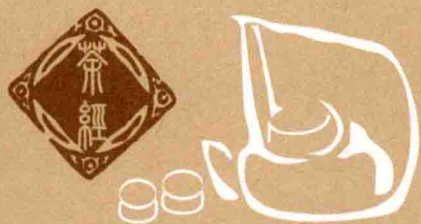
浓醇甘甜——红茶	031
饱蕴陈香——黑茶	032
茶引花香——花茶	034
上品饮茶，极品饮花——花草茶	036
温馨香甜——花果茶	038

第三章 茶之鉴：中国各地名茶 041

西湖龙井	043
洞庭碧螺春	046
南京雨花茶	049
黄山毛峰	051
太平猴魁	053
六安瓜片	055
恩施玉露	057
信阳毛尖	058
都匀毛尖	060
庐山云雾	062

上饶白眉	065
敬亭绿雪	066
婺源茗眉	068
仙人掌茶	072
竹叶青	074
白毫银针	076
白牡丹	078
贡眉	080
君山银针	081
蒙顶黄芽	083
鹿苑茶	085
莫干黄芽	086
安溪铁观音	089
武夷岩茶	091
潮州凤凰茶	094
台湾冻顶乌龙	096
文山包种	098
正山小种	099
滇红	102





黔红	105
祁门红茶	107
白琳工夫茶	110
云南普洱茶	112
四川边茶	116
湖南黑茶	117
湖北黑茶	121
六堡茶	123
茯砖茶	125
千两茶	128
茉莉花茶	130
白兰花茶	133
珠兰花茶	135
桂花茶	138
柚子花茶	140
玫瑰花茶	143

第四章 茶之器：水为茶之母，器为茶之父 147

简单古朴的粗陶茶具	149
色彩雅丽的瓷茶具	150
含蓄幽雅的玉石茶具	154
晶莹通透的玻璃茶具	155
绚丽夺目的漆器茶具	156
别具一格的植物茶具	158
温润高雅的紫砂茶具	160
销声匿迹的金属茶具	162

第五章 茶之艺：烹茶饮茶的艺术 167

饮茶方式的演变	169
选茶：嗅闻品饮，“茶颜”观色	171
择水：精茗蕴香，借水而发	174
备器：香茶美器，相得益彰	178





雅室：品茗会友，讲究意境	182
茶道配件：茶道六君子	185
龙井的茶艺	186
铁观音的茶艺	188
祁门红茶的茶艺	189
茉莉龙珠的茶艺	192
办公室泡茶技巧	193
茶叶的贮存方法	195

第六章 茶之趣：有茶就是好时光

199

打造自己的家庭小茶室	201
钟敲四下后的下午茶	205
茶宠，茶人的宠物	209
“刘海戏金蟾，步步钓金钱”——金蟾茶宠	211
“财源广进，滴水不漏”——貔貅茶宠	212
“知足常乐”——谐音吉祥茶宠	213

第一章

茶之史：一部茶香四溢的文化史



六朝以前：“以茶为俭”，崇尚简朴

● 巴蜀是茶业的摇篮

陆羽在《茶经·一之源》一开头就写道：“茶者，南方之嘉木也。”茶树是中国南方的树木，所以，中国的茶业，最初也发生和发展于南方。据植物学家考证，茶树在地球上大约已经有上百万年的历史了，而世界茶树的原产地就在中国的云贵高原一带，包括云南、贵州、四川三省交界的山区，也就是战国时期的巴蜀国所辖境内。

六朝以前的茶史资料也表明，中国茶业，最初兴起于巴蜀。我国的产茶区基本上是循着一个自西向东，由南及北的发展历程。史书《华阳国志》记载，武王伐纣以后，巴为封国，四川的茶、蜜、丹、漆等都是常年贡品。在长沙马王堆软侯墓出土随葬品的清单中即有“𣎵”的异体字，可见茶在西汉初期已是侯门的日常饮料，而且还是人死后的随葬品。

西汉时，成都不但已形成为我国茶叶的一个消费中心，而且根据文献记载，很可能也已形成为我国最早的茶叶集散中心，

巴蜀茶业名甲全国。

当时有一个叫王褒的人，寓居成都安志里一个叫杨惠的女子里。这位杨氏是个寡妇，家中有个名叫“便了”的奴仆，因为经常被王褒指使去买酒，很不情愿，又怀疑他可能与主母有染，就跑到已故的男主人墓前去发牢骚，说：“您当初买便了时，只要我看守家里，并没要我为其他男人去买酒。”

王褒知道后，一怒之下，把便了从杨氏手中买了下来。便了心里不愿意但也无可奈何，向王褒提出，将以后凡是要他干的事明明白白写在契约中，否则他有权不干。便了这个要求可谓是自掘坟墓，王褒这人擅长辞赋，精通六艺，为了教训便了，便提笔写下了一篇长约六百字题为《僮约》的契约，列出了名目繁多的劳役项目和干活时间的安排，使便了从早忙到晚，痛哭流涕地向王褒求情说，如是照此干活，恐怕马上就会累死进黄土，早知如此，情愿给您天天去买酒。

这篇《僮约》不过是作者的消遣之作，但却为中国茶史留下了非常重要的一笔。文中有“烹茶尽具”和“武阳买茶”两句，这是我国，也是全世界最早的关于饮茶、买茶和种茶的记载。前一句反映西汉时在成都一带，不但饮茶已成风尚，而且在地主富家，饮茶还出现了专门的用具。后一句则反映成都附近，由于茶的消费和贸易需要，茶叶已经商品化，还出现了如“武阳”一类的茶叶市场。这就能清楚地看出，不只先秦，而且在秦汉直至西晋，巴蜀都是我国茶叶生产和技术的重要中心。

● 以茶待客，象征简朴

西晋的都城是洛阳，永嘉之乱后，晋室南渡，北方七族相率过江，这一时期，由于上层社会的崇尚和带动，长江下游和东南沿海的茶业也较快地发展起来。

西晋时，皇室和世家大族经常斗富，生活非常奢靡，流亡到江南以后，有些人吸取了失国的教训，一改奢华之风，倡导俭朴。比如当时的吴兴太守陆纳招待大将军谢安时，就仅设了茶果，也就是水果和茶。这时茶已成为某些达官贵人用以彰显节俭和朴素的物品。

当时有个故事很有意思，记载在《世说新语·纰漏第三十四》中，说西晋有个叫任育长的人，少年时代聪明可爱，相貌也好，自从过江以后，头脑就变糊涂了。过江时，丞相王导邀请先前渡江的贤达一同到石头城（现在的南京）迎接他，还是像过去一样对待他，可是一见面便发现了他的异常。安排好坐席后，摆上茶来，任育长就问别人道：“这是茶还是茗？”刚一问，发现别人表情有变化，就改口说：“刚才问茶是热的还是冷的罢了。”

所谓茶和茗之区别，当时认为早采者为茶，晚采者为茗，在晋代“冷”和“茗”同韵，“热”和“茶”虽不同韵而主元音相近，所以任育长能改口。这个故事说明晋代在建康一带，就出现了以茶待客的礼仪。另一方面，随着北方士族的南迁，南方特别是江东各地，礼制比以前也有所加强，愈来愈时尚的

饮茶，也自然愈来愈多地被吸收到礼俗之中了。齐武帝临终时又诏称：“我灵上慎勿以牲为祭，唯设饼、茶饮、平饭、酒脯而已，天下贵贱，咸同此制。”通过这样用诏谕的形式颁布全国，无疑是对这种风俗的一大推动和促进。

兴于隋唐：“比屋之饮”，禅茶一味

● 举国之饮，深入民间

隋的历史不长，茶的记载也不多，但由于隋统一了全国并修凿了一条沟通南北的运河，这对于促进我国唐代的经济文化及茶业的发展，具有不可忽视的意义。

唐朝大诗人白居易有一首名作《琵琶行》，诗中琵琶女说自己的丈夫：“商人重利轻别离，前月浮梁买茶去。”

浮梁是现在江西的景德镇，江口是指九江的长江口，丈夫把妻子一人留在九江船上，自己带着伙计去景德镇收购茶叶，虽然未明确指出，但在字里行间可以看出，浮梁是当时东南的一个最大茶叶集散地，每年新茶上市，茶商间的竞争是多么激烈。

唐代中期，中国茶业有一个很大的发展，从南方传到中原，由中原传到边疆少数民族地区，一下变成了中国的举国之饮。

陆羽《茶经》中说“茶之为饮……盛于国朝，两都并荆渝间，以为比屋之饮”。“比屋之饮”，就是家家户户都饮茶的意思，可见唐代国都长安等地饮茶的普遍程度。茶饮已经深入民间，成为生活之必需。

● “吃茶去”

唐代著名诗人元稹，曾写有一首七字《茶》诗：“茶，香叶、嫩芽：慕诗客，爱僧家；碾雕白玉，罗织红纱；铤煎黄蕊色，碗转麴尘花；夜后邀陪明月，晨前命对朝霞；洗尽古今人不倦，将知醉后岂堪夸。”这首诗的内容中，除对茶的特点、加工、烹煮、饮用、功效作了全面介绍以外，还特别提到爱慕茶叶的“诗客”和“僧家”。

佛教在中国兴起以后，由于坐禅需要，与茶结下不解之缘，并为茶文化在中国和全世界传播作出重要贡献，其核心是“茶禅一味”的理念。

唐末五代，河北赵州禅师以“吃茶去”的机锋接引弟子。据《景德传灯录》卷十记载，赵州问新到僧：“曾到此间么？”僧答：“曾到。”赵州曰：“吃茶去。”又问僧，僧答：“不曾到。”赵州曰：“吃茶去。”这就是禅宗历史上著名的“赵州吃茶去”公案。

唐宋禅寺中专门设有“茶寮”，以供僧人吃茶。在诸寮舍司煎点茶的设有专门的职位，称为“茶头”。要求每日在佛前、祖前、灵前供茶；新住持晋山，也有点茶、点汤仪式；甚至还有专门以茶汤开筵的，美其名曰“茶汤会”。

“茶禅一味”，即喝茶和修禅是一个味道。泡茶时，要以正念、正定的心境，集中精神才有好的色、香、味。此外，静静地喝茶的态度，也类似于坐禅修行法。这表明唐宋时对茶叶特性或茶道的认识，已达到了一个颇为精深的程度。

盛于宋元：茶马互市，茶业南迁

● 茶业南迁，“散茶”出现

宋元茶文化与茶叶生产的关系非常密切，更具有自身的时代特色。

在近五千年中，唐朝是中国气温最为温暖的一个朝代，所以，茶树的栽培从北方扩展到了海州（今江苏连云港）一带。而到了宋朝气温降低，要比唐朝低 $2^{\circ}\text{C}\sim 3^{\circ}\text{C}$ ，因此，南方的茶叶生产优势就远远大于北方了，于是茶业重心南移，南部的茶业较北部更加迅速地发展了起来。