



生活**茶**艺馆
SHENGHUO CHAYIGUAN

范增平◎著



生活茶艺馆

SHENGHUOCHAYIGUAN

● 范增平◎著

吉林科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

生活茶艺馆/范增平著. —长春: 吉林科学技术出版社, 2003

ISBN 7-5384-2728-7

I. 生… II. 范… III. 茶—文化—中国 IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 029975 号

责任编辑: 张宝基

封面设计: 瀚美视觉工作室

版式设计: 瀚美视觉工作室

生活茶艺馆

范增平 著

吉林科学技术出版社出版 发行

吉林电力职工大学印刷厂

760×960 毫米 1/16 16 开 9 印张 170 千字

2004 年 1 月第一版 2004 年 1 月第一次印刷

定价: 16.00 元

ISBN 7-5384-2728-7/Z·264

版权所有 翻版必究

如有印装质量问题, 寄本社退换

本书经城邦文化事业股份有限公司授权,

出版中文简体字版本。

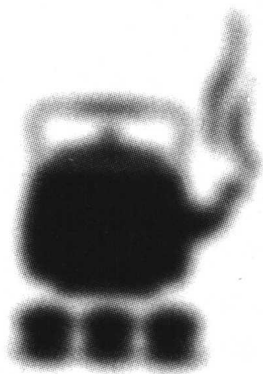
社址: 长春市人民大街 4646 号

邮编: 130021

发行部电话: 0431-5677817 5635177

传真: 0431-5635185

电子信箱: JLKJCBS@public.cc.jl.cn



序

茶的百宝箱灿烂夺目

迟铭



范增平先生邀我为《生活茶艺馆》作序,以本人的学识、身分,尤其是对“茶”的无知,实在没有为范先生的新作写序的资格。如果一定要我出点理由,那便是自1997年10月以来,我和范先生结下了推动中华茶艺、使之弘扬的不解之缘。

我和范先生结识、联手得益于《北京晚报》的苏文洋先生,苏先生从事经济研究与报道。经苏先生点拨,我对茶文化才略有领悟,并看到了作为一个职业教育工作者应承担的责任。承蒙苏先生引见,我才与范增平先生结识,并为范先生的执着追求而感动,当然范先生也为我能意识到弘扬茶文化之必要,特别是把茶艺作为职业教育的一个专业开发感到如遇知音,不解之缘由此结成。几年下来,坐落在北京西单之谨敬庄王府中的“中华茶艺园”竣工并作为传播茶文化的基地,两批赴德国柏林进行中华茶艺表演的同学载誉而归,新一批同学整装待发;首届茶艺专业毕业生走上社会供不应求;范先生的弟子、青年茶艺教师郑春英、李靖担任国家劳动和社会保障部《中国茶艺师技术等级考核标准》的制定和论证;首批经考试合格的茶艺师将获得国家颁发的技术证书……累累硕果凝聚着范先生的心血和追求。

为弘扬中国茶文化,近年范先生推出了《中华茶艺学》、《喝杯好茶》、《生活茶叶学》等多部著作,《生活茶艺馆》是汇聚范先生本人对茶的认识和理解,着力深入浅出地为大众献上一只“茶的百宝箱”,他希望“由茶艺的美好和满足延伸到每一天的生活当中”。范先生的真诚就像清澈香润的茶,静静地摆在我们的眼前。我相信一旦打开“茶的百宝箱”,有着深厚中华文化底蕴的茶艺珍宝定会灿烂夺目。

于北京中华茶艺园2001年4月12日

(本文作者迟铭为北京市外事服务职业高中校长)

十年禅味茶香



1988年,我认识了范增平,他是我最早的台胞朋友。十多年来,我们情同兄弟,相知相惜,虽然海峡阻隔,路途遥远;但是,增平兄大概每年都要到上海来几次,每次来到上海,我们都要聚聚,我知道他并不是办企业经商的,来往两岸完全是为着理想,为了促进海峡两岸的学术文化交流,增进两岸同胞的了解和感情。他的经济状况并非宽裕,因此,他到上海来,我总是尽可能地想减轻他的花费,邀请他到家里来吃住,但是,增平兄很客气,总是怕打扰我们,并未每次都留下来。

这十多年来,中国茶文化的发展,光辉灿烂,茶艺的内容从浅到深,从深到广;茶艺馆从无到有,从有到好,这跟增平兄奔波各地,不断地讲,不断地演示,不断地鼓吹有很大的关系,他希望能把传统的优美文化与现代中国人的生活结合起来,让中国人的生活素质提升,享受具有深度文明的现代化生活。他提出“把茶艺带入家庭,把麻将赶出家庭”,也倡导普遍设立茶艺馆以代替卡拉OK店,又提出“把茶艺带入大学校园”,在学校教育体系里设立茶艺专业,加强美育教育,在大学里成立茶艺社团等具体措施,并积极推动茶艺师工种的确立和认证考试、持证上岗等的制度,目前这些工作基本上都一一实现了,茶艺事业的发展已进入正常的轨道,并快速前进,这是值得大家高兴和庆贺的事。

当然,这些成果不能说是增平兄一个人的功劳,也是政府的睿智和全体人民支持所得来的,但,毋庸置疑的,增平兄是这方面的最早提倡者,也是茶文化发展的积极推动者,他的贡献是较多的,是功不可没的。今天增平兄所以受到许多人的尊敬与推崇,就在于他对茶文化的复兴与推动,以及促进两岸同胞的感情和了解上,锲而不舍的执着精神。

我们都是炎黄子孙,不管是那一省份,那一地区的同胞,只要做出有利于民族、国家、甚至人类的事,我们就应该给予支持,应该多予鼓励。我们不能随便听他所说的,



要看他所做的，古谚说：“路遥知马力，日久见人心”，历史会对事实真相做出最好的评价。但愿像增平兄这样努力奉献的人能够得到应有的肯定与赞赏。

我喜爱壶，创作壶，以壶起家，设立了“四海壶具博物馆”；我也爱茶，走入茶的世界，生产“百佛茶”，开设了“一壶春”茶艺馆。茶艺界的朋友经常说：“茶禅一味”，我供养了许多佛像，筹建佛像博物馆，具体实现“茶禅一味”的理想。

增平兄即将出版《茶文化丛书》系列之一的《生活茶艺馆》大作，这本书以科学的精神和方法，以更准确的角度论述茶艺，使茶艺迈向学术领域，更有助于读者得到较高层次的茶艺来享受生活。

今天就以这些感想作为《生活茶艺馆》出版的贺词，并为序。

2001年清明节于上海百佛园

（本文作者张四海为四海陶瓷研究所所长）

茶艺馆唤起了往年茶事

范克煥

“茶艺馆”是我自美国纽约州立大学退休，回到台湾担任成功大学政治经济研究所教授之后，才注意到的新鲜名称。

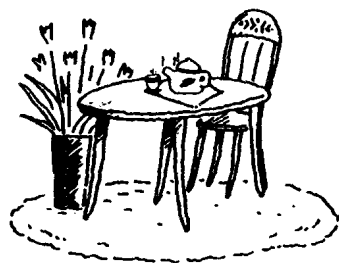
谈到茶，对我来说是一件伤心事，回想起 1954 年赴美留学不久，家里投资制茶厂，由于遭逢国际茶业不景气的影响而亏损累累，当时，新竹县关西镇的茶厂大多都倒闭了，很多人因此欠下庞大债务，甚至有一家茶厂的总经理承受不了打击而跳水自杀。我家的茶厂到了 1957 年，总共亏损了 60 余万元新台币，父亲实在撑不下去了，不得已宣布结束营业，为了偿还这些债务而拖垮了家里的经济，连带影响到我在美国的求学生活。

自此，我即决定再也不喝茶了。于是，将近 40 年，茶在我的生活中不复存在，想到茶犹如一场噩梦。

几年前，从美国回来台湾定居，光禄邀我到台北探望增平，增平为了实现理想，开设了一家“良心茶艺馆”，这是前无古人的做法，有点类似的是早年出现在台湾路边的“奉茶”义举。我们在交谈中约略知道了一些增平的想法，他说“茶业这一行是最需要良心的，过去称作茶业这一行的人是乌面贼，意思是说看不见的小偷，可见茶业从业人员在人们的心里是不被尊敬的；其实，茶业不但是最古老的行业，同时也是最具文化内涵和知识性的行业，为什么会给人这样不好的印象呢？随着社会的发展，如今，从茶业中发展出了茶艺业。”增平说：茶艺馆是综合性的茶叶，它集合了茶叶买卖，茶具交易，品茶享受，不仅经营有形的茶叶商品贩售，更是无形的文化交流，在茶艺馆中可以调整人们的生活，提升生活品味。增平把茶艺馆定位为文化的休闲中心，具有社会教化的功能，是富有知识性的高尚休闲场所，这倒让我耳目一新。经过一次又一次地与增平交注，每次听他讲解茶艺的历史沿革、茶与壶的关系、各类茶品的不同特性、泡茶用水如何会影响茶汤的品质等等，无形中增加了我对茶新的认识和看法，喝茶还有

那么多讲究的地方，还是一门学问，茶艺馆既然有那么多功能，我也就逐渐恢复对茶的好感了！增平还说：喝茶的男人不会变坏，这更让我爱上茶艺馆了。

增平的新书《生活茶艺馆》即将出版，我有机会先睹为快，内容丰富，说理清楚，对茶的种种诠释比较严谨正确，他本着十多年前创办“良心茶艺馆”的精神，在《中国时报》生活版开辟了纸上茶艺馆，再经过增添校正，而今集结成册出版，对于要享受茶香美好生活的朋友，将是一桩好消息，本书会告诉您正确的饮茶方式是科学饮茶，品饮一杯茶是艺术的享受，煮茶论政，经济品茶，两相宜。祝贺《生活茶艺馆》的出版，同时推荐给大家，这是一本好书，是为序。



2001年清明时节于成功大学政经所
(本文作者范光煥为成功大学政治经济研究所教授)

和平大使 范增平

黄美玲

1999年8月21日，在同学聚会中，老范邀请我这位旅加多年的华侨，替他的茶艺新作写序，我不敢以外行充内行，很想推拒，可是，先于世新取得新闻专业知识，再注东吴与敝班学弟妹共同潜修文学的范增平先生，自有一副大哥威仪和长者风范，再说，我现学现卖，读了几本有关中华茶艺的书籍，即仗义为老范推广台湾茶文化所编织而成的趣致长篇小说《龙凤奇缘》竟奇迹似的赢得1998年度全球华侨救国联合总会华文著述小说创作类首奖，也就“骑虎难下”推卸不了了。幸好我这位即兴写作的主妇“坐家”，大智能虽缺，小聪明仍有，不但建议茶艺大师找些年高德劭、学识渊博的知名人士冲锋向前写正序、送送炭；还情商老范网开一路，让我退居后方作拉拉队，谈谈他的为人，添添花。

主意敲定，返侨居地，忙完一大堆没成就感的琐事，正诗凝聚脑汁，对老范“敦功颂德”俗气一番，台湾九二一百年大地震，吓掉我的秃笔，是时，海外华侨爱心涌现，含悲忍泪为赈灾而出钱出力，所有中文报章杂志，一改轻松笔调为严肃，来配合民众共体时艰的沉郁心情，我本有望在岁末出炉的长篇小说《朦胧的面纱》也不便过问，出版日期更“朦胧”了。

惆怅月余，诗重拾失落前的旧情怀，我陡地发现，人生在世，能安静坐下来，喝杯好茶，是多么幸福可贵的一件美事，这下，那位中等身材，蓄络腮胡、架金框镜，提倡和平饮料，讲究泡茶艺术及气氛的老范形影，不知不觉像烟岚一样飞晃到眼前……

据我所知，老范出生在新竹乡下一个穷苦家庭，早年其母曾因医药常识不足，冤失幼儿，强烈触及手足天人永诀的痛苦，令他深刻体会，消灭贫病，提升知识，革新社会的重要，于是他博览群书，拼命学习，诗学业完成，先是独善其身，谋求生活稳定，然后以记者、教师、业务经理、出版社发行人……的经历，思考如何兼善天下。1970年开始从事茶的研究，可谓台湾茶艺运动鼻祖，主张把茶艺带进家庭，让麻将远离门外，明

知一人力量微薄，很难在有生之年看到中华茶艺走到巅峰，但他满足于唤醒民众，步步攀至温馨生活的过程，是个名副其实的理想主义者，认为最有品质的社会是个充满茶香、花香、书香的健康文明社会，强调茶是中国的国饮，可以拉近民族感情，两岸品茗，一味同心。小小一杯茶，沟通你我他。它是人际关系不可或缺的媒介，也是调剂现代人紧张生活的圣品，喝茶不但能满足感官上的需要，更享有精神上的清静安宁。他时常以愚公自居，笑言，喝茶的男人不会变坏，茶是他的生命，壶中日月长，他的推广事业也没有尽头，何况茶的本质就是自我牺牲，将世上最香甜的汁液分给别人，自己独留苦涩、无私无我。一切努力只望净化人心，文化社会、美化人生，盼人们珍视与亲友把盏品茗、触膝长谈的好时光，他这辈子惟愿天下太平，励己如茶一般：

当你寂冷时，温暖你；当你昏热时，沁凉你。

当你消沉时，提振你；当你得意时，抑制你。

当你平稳时，衬托你；当你浮躁时，安定你……

这就够了。

这就够了？天啊！这可不简单哪！想他老范自80年代以来，风尘仆仆，马不停蹄，多次率团出访，一再解说茶理，表演茶艺，为中华茶文化在海外奠基，留下一道道不可磨灭的足印；他思想有深度，行事有气魄，原可以是大有为的政治家或企业家，却舍弃名利，以茶为良师益友，成为寻真味的空僧，岂不教世俗那群水火不容、勾心斗角的政客汗颜，教市井那堆不择手段、钻营钱财的奸商愧煞？

范增平，广泛增进世界和平。

拍案惊奇！老范人如其名，名如其人，果然是宋代文豪范仲淹的29代子孙，两人皆讲先天下之忧而忧，后天下之乐而乐，理性重于率性，劝人惜福爱家，免得灾难来时

后悔……

灾难？它怎么可以发生在台湾？连预警都没有？

哎！地震，地震，世路多歧，人生无常，天道宁论？！不空发感慨了，泡杯热茶，理智抚慰自己去吧！也许继无国界医生后，未来的诺贝尔和平奖，有我们老范一份……

于加拿大

茶的传道士范增平教你——快快乐乐喝杯茶

邓美玲

说起范增平这个人，台湾对茶稍有一点文化素养的“茶人”，大概没有不知道他的。范增平现任中华茶文化学会理事长。以“茶的传道士”自居；为了推广茶文化，除了在台湾各地演讲，还马不停蹄地奔波到大陆、日本、韩国、香港等地。最近，为了教导各级公务员利用周休二日学习茶道，进而美化生活，行政院研考会还特别邀请范增平演讲及示范。范增平说：“我现在忙着教别人过有品质的茶艺生活，倒把自己的生活弄得席不暇暖！要改要改！”

不过，为了让“茶”这一门最亲切、最生活化的艺术，能真正影响常民百姓的生活，进而提升人们身心性灵的品质，范增平还是甘心乐意这么辛苦下去的。范增平说，茶文化之所以能成为一门雅俗共赏的生活艺术，实在是因为品茶的全部过程，包括挑选茶叶、茶壶，寻求好水，到泡茶的连续动作与技术，品茶、奉茶的仪态与礼节，乃至久久之后的细细回味，无一不是学问，无一不是美。所以有人说，中国的学问有三难，一是文章，二是风水，三是茶。尤其是茶，看起来无甚学问，不管懂不懂，人人都能喝茶；然而不入堂奥，不能窥其宫室之美；它对中国的影响更是无所不在。

范增平特别强调：所谓“茶禅一味”，意思是说，禅所追求的境界，寻常人不容易达到；但是，透过饮茶，也可以体会坐禅时的无我之境。所以，赵州禅师教人“吃茶去”，因为茶中自有禅味，茶是生活禅，是简易禅。

人生之道无他，吃饭喝茶而已。范增平说，尤其现代人在熙熙攘攘的生活之中，能舒舒服服吃碗饭，快快乐乐喝杯茶的，就算是有福之人了；在人人渴求闲居而不可得的时代，茶，其实就是自得其乐的一方净土。倘若每天能得一分钟安安静静喝一杯茶，所有的躁动不安自然能沉淀下来。因为茶道自有一套严谨的规律仪范，透过纯熟的训练，让规矩内化，显乎外的行为举止，自然散发安详端庄的韵律与节奏。所以，茶道不但是生活教育，也是思想与修养的教育。

不过,茶文化值得推广,正确的喝茶方法,更是应该推广。范增平很感慨地说,台湾现在是有茶而无道,各种促销手段只知道鼓励大家喝茶,肯下功夫研究发展、教育民众的并不多。事实上,盲目喝茶也会喝出问题来:因为每一种茶的茶性不同,要跟体质、饮食习惯搭配才行。建立科学饮茶的客观标准,让茶真正成为有利于身心平和的“国饮”,也是他努力的目标。

从本周起,生活品味版新辟的“茶艺馆”专栏,我们特别邀请范增平先生主持,希望大家跟我们一起,从喝茶品茶,而品味生活、品味人生。

原载 1998 年 2 月 22 日中国时报
(本文作者为《中国时报》生活版主编)

楔子

茶艺馆结束营业？

范增平

《生活茶艺馆》这本书的出版,包含了很多的因缘,首先从1998年谈起。这年2月中旬的一天下午,接到《中国时报》生活版主编谢秀丽小姐的电话,她希望我为时报撰写有关茶的专栏,彼此先沟通一下撰写的方向。2天后,我到时报去拜访,交谈了一个多小时,谢小姐即请邓美玲小姐来采访,谈了一些茶艺的理念和茶文化的发展情况,随后又请了摄影记者来拍照,谢小姐说:就这样决定,下星期开始连载,撰写的方向以深入浅出,平易近人的文字,让社会大众都看得懂为原则。我体验到了时报的惊人效率和魄力,1998年2月22日“生活茶艺馆”也就开张了。

在“生活茶艺馆”连载将近10个月当中,接到不少读者、朋友的鼓励和关怀,并希望能结集成书。其中,海外的反映也不少,北京市外事职高茶艺专业的学生列为学习的参考资料;日本中国茶协会的藤井小姐希望翻译为日文在日本发行。这些意见我都铭记在心,念念不忘,更加坚定了我继续撰写的信心。

茶艺的范畴有物质层面,也有精神层面;是有快感,也有美感的跨领域学科。是独立的专业,也是科技整合的交叉科学。因此,在广泛的范畴内常给人各适其趣的空间,如果只具有一门的专业知识,将会缺乏对其他层面的理解和包容,因而显现出一定程度的外行,传播许多错误的讯息 and 知识,这是目前茶艺发展上普遍的现象,在撰稿的过程中,我必须小心谨慎地下笔。这也是我研究茶艺文化所一再提醒自己的座右铭。

茶艺不同于过去的茶业;“茶艺馆”也不是过去的“茶馆”,它不是餐饮业,也不是饮食业。茶艺业是新起的行业,不仅贩卖茶叶、茶饮品、茶具、茶食、点心等,更提供场地空间和茶有关的知识 and 讯息,凡是和茶有关的,无论是有形的具体商品,或是无形的感觉、气氛等,都是贩卖的项目,贩卖茶艺的地方叫做“茶艺馆”,茶艺馆是商店。但茶艺馆也具有文化交流的功能,在交易的过程中,经营者和消费者是互动的,是相互促进和砥砺的,相互付出,相互接受,各尽所能,各取所需,是属于休闲业,也是文化事

业,更是教育事业。

《生活茶艺馆》希望提供给大家较为广泛而又专业的知识,并希望在这些广泛而又专业的知识基础上实践体会,领略其中奥秘,感受其中生活,既能得到快感也能得到美感,让心灵升华、扩大,这才是茶艺的价值所在。

在此,特别感谢:北京市外事服务职业高中迟铭校长,迟校长不愧为是杰出的职业教育家,他能理解茶艺在教育体系中所占的分量,而将茶艺列入学校的专业课程中,壶艺大师许四海先生,他是第一位成立“茶文化发展公司”的艺术企业家,目前正在扩展他的茶文化事业;还有美国纽约大学政治学博士范光焕教授,他是懂得生活艺术而享受生活的学者,目前是台湾成功大学政治经济研究所的教授;另外,旅居加拿大荣获华文著迷奖文艺创作项小说类首选的名作家黄美玲小姐,她以传递正确人生观为创作原则,文笔细腻,引人入胜。这些老友、挚友能为《生活茶艺馆》写序,在这寂静的夜里,客人都已散去,朦胧的孤灯下,更觉慰藉温馨,愿以好茶、佳茗期待大家来共享,让生活茶艺馆永续经营下去。当然必须要感谢时报的谢秀丽小姐和邓美玲小姐,如果没有她们的缘起,也就不会有这个纸上茶艺馆的出现,谢谢!在这感恩的日子里,谨以心香祝福,表达对大家深切、诚挚的谢意,以为本书之楔子。

2001年母亲节深夜

目 录

- 4 序一、茶的百宝箱灿烂夺目
- 5 序二、十年禅味茶香
- 7 序三、茶艺馆唤醒了往年茶事
- 9 序四、和平大使范增平
- 12 代序、快快乐乐喝杯茶
- 14 楔子、茶艺馆结束营业

初识茶香篇

- 22 生活茶艺馆带来享受的满足
- 23 生活茶艺馆教您喝茶不上当
- 24 喝茶不能壶里糊涂
- 25 什么茶不能喝
- 26 认识水和茶叶的关系
- 28 什么水不宜泡茶
- 30 何谓茶醉，怎么办？
- 31 喝茶要先了解自己的体质
- 32 喝茶不能解酒
- 33 喝茶为什么会胃疼
- 34 小孩可以喝茶吗？
- 35 妇女在某些时候不宜喝绿茶
- 36 饮茶简单学问
- 38 循序渐进学喝茶