

行山妙喜寺銘
公支列於石者編成

州西南有山名陽有妙喜寺者梁武帝之所留也大同七年夏五月

並御書名之其所司奏請置額帝以東方有妙喜佛國因以名之舊

名陽山後唐武宗時改曰妙喜寺

唐武宗時改曰妙喜寺

唐武宗時改曰妙喜寺

唐武宗時改曰妙喜寺

唐武宗時改曰妙喜寺

唐武宗時改曰妙喜寺

唐武宗時改曰妙喜寺

唐武宗時改曰妙喜寺

唐武宗時改曰妙喜寺

唐武宗時改曰妙喜寺

唐武宗時改曰妙喜寺

唐武宗時改曰妙喜寺

陞羽秦文化研究



陆羽茶文化研究

第八期

湖州陆羽茶文化研究会编印

浙出书临(98)第 040 号

1998 年 3 月出版

封面题字:郭仲选

封面设计:寇 丹

主 编:钱 朴

副 主 编:张西廷

编 委:丁克行 邵 钰 张西廷 林盛有

寇 丹 高万湖 钱 朴 蔡一平

(按姓氏笔划排列)

校 对:沈楚琴 胡子虚

地 点:湖州市吉山中路 50 号农业大厦 7 楼

邮 编:313000

印 刷:湖州市社科联印刷厂

电 话:2023500

友好往来



1997年6月9日,韩国茶人联合会会长朴权钦(右三)由中国国际茶文化研究会会长王家扬(左三)等陪同谒拜陆羽墓。



↑ 韩国汉润洪教授(后排左三)、韩国大丘市青白茶礼院院长裴根姬由中国金刚熙将军(后排左五)陪同,于1997年7月7日率团来湖。图为裴根姬院长向陆羽墓献茶。

⇒ 1997年10月16日,落合宗拥团长(前排左四)率日本松涛会中国研修旅行团谒拜陆羽墓时留影。



目 录

茶 文 化 研 究

中华茶文化发展简述	王家扬(1)
茗叟爱茶晚更芳	戴 盟(5)
对茶文化的几点认识	董淑铎(8)
饮茶长乐长寿	丁俊之(10)
论“茶禅一味”	丁 文(12)
中日茶文化辨异与展望	滕 军(18)
尊让洁敬及其它	张葆明(30)
湖州茶文化的衰落与振兴	高万湖(32)
茶道渊源粗探	钱 朴(40)
自古皇帝喜茶道	吕维新(42)
茶机与文化的探讨	蔡泉宝(45)
再谈茶馆与茶艺馆	钱大宇(47)

陆 羽 研 究

三癸亭与陆羽及其它	朱乃良(51)
陆羽对方志编纂的贡献	张西廷(53)
湖州陆羽足迹考辨	邵 钰(55)
陆羽在湖州写《茶经》	钱时霖(59)

茶 叶 经 济

论茶叶在当代饮料中的地位	丁俊之(63)
德清乌龙茶	蔡泉宝(66)
湖州白茶栽培与加工技术的研究	林盛有 盛振乾(67)

国 际 交 流

用五官来感知中国茶	(日)龟冈纪子(69)
“和敬清寂”结茶缘	邱鸿炘(70)
陆羽墓前见虔诚	何振中(71)

茶 事 天 地

“天目兔毫”砭青瓷	罗家庆(74)
缘何北京人爱喝花茶	卜英文(76)

历时百余年的茶树起源地之争	邹元辉(79)
小茶人茶艺馆的创设与实践	倪焕凤(81)
饮茶保健杂谈(续)	李师华(83)
提高茶具品位之我见	楼明初(85)
《茶经》上之图与湖州绫绢	丁克行(87)

三癸亭茶话

且谈茶禅	费在山(88)
闲话茶壶	罗家庆(89)
爱喝好茶是一种清福	蔡泉宝(91)

杼山诗谭

茶诗趣谈(续)	钱时霖(95)
从爱国诗人陆游的崇陆喜茶谈起	钱朴(103)

青塘诗声

爱茶人之歌	戴盟(54)
一字至七字诗——茶香	朱乃良(102)
应邀出席市茶文化年会	沙金(46)
茶缘感怀	钱朴(80)
墨浓茶香	任喬士(17)
初冬与友人游顾渚	陈焕文(62)
茶诗绝句四首	陆尧(75)
咏陆羽(外三章)	殷乐游(90)
我国第一套茶文化特种邮票问世	钱时霖(29)
罗畚采茶杂咏	俞家声(39)

心香一瓣

山高水长伴英灵	王克文(104)
痛悼丁力同志	朱乃良(107)

史存备览

杼山妙喜寺碑铭	丁克行 注释(108)
新唐书《隐逸·陆羽传》	蔡嘉德 吕维新 注译(112)
浪迹先生玄真子张志和碑铭节录注译	丁克行(117)
本会启事	(119)

中华茶文化发展简述

王家扬

在当今世界文化交流的热潮中，代表东方文明的茶文化越来越引人瞩目。茶文化不但在有其传统的中国、日本、韩国得到复兴和弘扬，在欧美等西方国家，当人们认识到饮茶有益于保健养身之后，也对茶文化日渐发生兴趣，慢慢融入他们的生活，影响着他们的生活方式。茶文化日益成为一种超越国界、超越民族、超越宗教信仰的国际性文化交流活动，成为连接和沟通东西方文化的又一座桥梁。

中国是被公认为最早发现和利用茶叶的国家，也是最先孕育出茶文化的国家。茶文化是中国传统文化园地里的一枝奇葩，源远流长，绚丽多彩，博大精深，它的发展历程几乎与中华古国历史一样悠久。一千二百年前，茶圣陆羽写出了一本堪称世界茶史、茶学、茶文化经典之作的《茶经》，书中提到“茶之为饮，发乎神农氏，闻于鲁周公”。陆羽所据的是一本叫《神农食经》的书，该书记载：“茶茗久服，令人有力悦志”，即常饮茶能使人精力充沛，身心舒畅。此书未得流传下来。神农则是一位传说人物，在先秦和汉代古籍中多有记载，相传是距今五千年前中国原始社会由狩猎向农耕过渡时期的一位部落领袖。他为了开拓食物来源，探寻疗病药物，深入山林，尝嚼草木，鉴别性味，被后人尊为中国农业、医药的始祖。二千年前由汉高祖之孙刘安主编的一本杂家著作《淮南子》记载：“古者，民茹草饮水，采树木之

实，食羸虻之肉，时多疾病毒伤之害。于是神农乃始教民播种五谷，相土地，宜燥湿肥沃高下。尝百草之滋味，水泉之甘苦，令民知所避就。当此之时，一日而遇七十毒”。闻于鲁周公所据的是我国最古老的一本辞书《尔雅》，该书最早收录了古代的茶字：“檇，苦茶”。是借用檇（音 jia）这个字来命名被巴蜀地区百姓称为“苦茶”的茶。相传辅佐过两代周王的贤相周公（名旦，封鲁）曾参与《尔雅》最早的编撰。此书历经春秋战国陆续增补，约于公元前二百年的西汉初正式成书，有幸留传了下来，但解说简略，到公元三百年的晋代，文字学家郭璞为此书作了注释，其中对茶作了如下阐述：“树小似桅子，冬生，叶可煮作羹饮。今呼早采者为茶，晚取者为茗，一名蔎，蜀人名之苦茶。”郭璞博学多才，但毕竟不是茶人，他描述的是一般灌木型茶树，陆羽《茶经》提到有一尺二尺乃至数十尺，甚至两人合抱的大茶树。如此粗大的古茶树目前在我国云南等地尚可见到。茶树四季常绿，根深叶茂，散发清香，秋开白花，素朴可爱，神农尝百草时注意到它似在情理之中。《茶经》开卷就说：“茶者，南方之嘉木也！”这个嘉字包含有多重赞美意味。茶树形象美好，饮茶使人身心舒畅，还有助于保健养生，修心养性。这就是为什么有益于人的食物不少，惟独茶特别受到青睐，发展成为历久不衰的茶道文化的原因吧。茶之利用，在漫长数千年历史中，先后

被食用、药用和饮用，几种利用方式又同时并存。我国自古有“药食同源”“饮食同宗”之说。重视用调整饮食的方法去适应自然季节的变化，调整身体的不适。《神农食经》大概就是一本关于食疗方面的书。郭璞说茶叶可煮作羹饮，即为早期的一种利用方式。“羹”是一种将肉类、蔬类、粮食类和调味类一锅煮的浓汤薄粥食物，也可充作主食。古人重视食物的五味调合，取盐之咸，姜之辛，梅之酸，枣之甜，苦菜之苦，茶叶也被用作苦味调味食物。在《茶经》“七之事”中，就提到以茶作菜、以茶煮粥、以茶充药以及将茶叶与姜、葱、桔等一起烹饮的事例。时至唐代，陆羽对人们仍将茶叶掺杂它物混煮啜饮是鄙弃的，认为只配倒入沟渠。陆羽提倡茶叶清饮。茶叶独特的性味、功效也只有在清饮中才能充分显示出来。陆羽在《茶经》中说，为解渴，饮水就可以了；要消愁，得饮酒；提神醒脑，则宜饮茶。若头疼、热渴、眼涩、胸闷、四肢疲劳、关节不适，喝上四、五口茶，可与仙水媲美也。但粗劣茶叶是不堪清饮的，古时下层百姓在茶中放入姜盐混煮，与他们饮用茶叶的粗劣不无关系。因此，茶叶清饮的提倡必然要求改进茶叶生产加工，提高茶叶品质。为此，陆羽在《茶经》中具体介绍了茶叶采制工具和工艺，总结了茶叶煎煮品饮技艺。陆羽《茶经》的一大贡献是，使茶叶生产加工有了规范，使茶叶清饮方式成为主流，促成了茶叶生产消费史上的一次飞跃。在唐代，已有粗茶、散茶、末茶、饼茶等各种加工形态，晒、烘、蒸、炒等加工方法均有应用，但作为大批量生产的商品茶则是饼茶，这大概与饼茶便于运输、保存，不易变质有关。但饼茶品类单调，不能充分体现茶叶色香味形的本色。到了宋代，随着茶叶保管手段的改进以及宋都南迁后，散茶生产逐渐扩大和发展。到明代，散茶生产已成主流，贡茶也改饼茶为芽茶。从而各地名优

茶脱颖而出，各种加工茶类纷纷涌现，饮茶方式也由烹点改为较简易的冲泡，出现了茶叶生产、消费上的又一次飞跃。

当今我国各地各类名茶数以千计，由《中国茶经》收录的就达201种，分别归属绿茶、红茶、青茶（乌龙茶）、白茶、黄茶、黑茶六大类，可谓六色俱全。在形态上，条、扁、圆、片、尖五形俱备。其中绿茶多达138种，乌龙茶13种，红茶8种。按我国传统说法，色、味与性能相关，如红茶（全发酵茶），色红，性温，味甘，暖胃安神；绿茶（非发酵茶），色绿，味甘苦，性微寒，清热明目；乌龙茶（半发酵茶），色橙黄，性味介于红绿茶之间。此外尚有再加工茶：花茶、紧压茶、保健茶、果味茶、速溶茶、饮料茶等，各有自己的性味特色。

三

茶叶清饮的普及和茶叶品质的提高为茶艺茶道的产生提供了物质基础，但茶道的形成有一个茶与人、物质与精神的交互作用过程。茶给人带来身心舒畅，人对茶注入了思想感情。从而不断完善饮茶技艺，丰富饮茶活动，乃至创造出饮茶意境，使饮茶从物质享受提高到精神享受的层次，茶艺茶道就此诞生。对此，吴觉农《茶经述评》中说得好：“人们饮茶……一种是把茶当作生活的必需品，不可一日或缺，甚至每餐必备，由于生理上需要，从而代代相传下来。另一种是把茶视为珍贵高尚的饮料，饮茶是一种精神上的享受，是一种艺术，或是一种修身养性的手段，这也有一定道理，生理作用与精神作用是密切相关的。《茶经》作者陆羽可说是一个讲求精神效果的代表人物。”在我国历史上，不同阶层的人形成不同色彩的茶文化圈。首先是宫廷茶文化。据晋人常璩写的《华阳国志》记载，周武王联合巴蜀等力量灭纣后，曾封略于巴。此后，巴蜀地区出产的茶叶与其他土产一起进贡到宫

廷。清代学者顾炎武《日知录》中也提到过“自秦人取蜀而后，始有茗饮之事”。贡茶在唐宋发展到高峰，从生产、制作、运送、保管，到饮用、祭祀、宴请、赐赠，形成有一套完整严格的管理制度，成为宫廷文化的一个重要组成部份。卢仝有诗：“天子须尝阳羡茶，百草不敢先开花。”宋徽宗不但善品茶、点茶、斗茶，还亲自写了茶书《大观茶论》。无疑，贡茶皆属优异之品，受到皇室的珍视。宫廷茶文化往往追求精美绝伦，但客观上促进了茶艺水平的提高。它影响及于官宦士大夫阶层，这些人多为文人学士，与茶一拍即合，由此带动文人茶文化圈的形成。文人饮茶，茶助文思，相得益彰。文人以他们的诗、文、书、画所长极大地丰富了饮茶活动。他们又多博学之士，兼通儒释道，为茶艺茶道注入了深厚思想内涵，在茶文化的弘扬发展上起了主导作用。陆羽本人应属文人茶文化圈中的一位佼佼者。

饮茶传入佛门道院，别有一种特殊亲和力。《茶经》中关于佛门饮茶的最早记载见于晋。敦煌人单道开，在河南昭德寺修行，整日打坐，不畏寒暑，昼夜不睡，每日只服几粒药丸子，喝几碗茶苏。僧侣饮茶起先也出于养生，禅宗的兴起给茶饮赋予了新的内涵，清淡益思的茶性与静虑思维的禅修得到了自然的融合，以禅入茶，借茶传禅，创造出了“茶禅一味”的意境。寺院饮茶由产茶的南方传到不产茶的北方，由寺内传到寺外。僧侣不仅是茶叶消费者，而且是茶叶生产者，寺院精于茶艺，名茶竞出，大大推动了饮茶的发展。相比之下，道教人数不多，但对茶文化的影响也不小。《茶经》所列早期的饮茶人中就有道仙丹丘子、黄山君。道教尊奉大思想家老子为祖师，产生过象葛洪、陶弘景、孙思邈那样的杰出学者、医家、爱茶人。道家思想超逸，崇尚自然，擅长修炼养生，追求长生不老，把茶与仙药等同看待，说苦茶能

轻身换骨，提高了茶的身份。

饮茶最初从茶产区的民间传向社会上层，形成了宫廷、文士、僧道等茶文化圈，反过来上层饮茶又带动了市民的仿效之风。在唐代，城市饮茶已形成“比屋皆饮”的盛况。到宋代，茶被列入开门七件事“柴米油盐酱醋茶”之中。民间饮茶虽不及上层风雅，但也丰富多彩，“客来敬茶”成为百姓家的普遍习尚。唐宋以后，大小不一、层次不等的各类茶肆、茶坊、茶楼、茶园、茶室兴起，由城市遍及村镇，形成中国茶馆文化的一大特色。在广大茶产区农村，茶农自产自饮，他们懂茶、爱茶，对茶有特殊的感情，在劳动生活中产生了许多动人的茶歌、茶舞，流传下不少美丽的神话故事。在我国还有许多生动活泼的茶礼茶俗，如订婚结婚以茶作礼，象征爱情纯洁，和偕到老；小孩出生满月以茶汤洗头，为求早开智慧，长命富贵。云南大理地区白族的“三道茶”，一苦二甜三回味，更是蕴含人生哲理。生活于四川、云南交界处的纳西族，人数不多，约在十一世纪创造出了自己的象形文字“东巴文”，其中就有三个美丽的茶字。民间饮茶风习俱有浓郁的生活伦理色彩，在我国历代笔记小说中多有反映。

随着历史的发展，古代形成的茶文化内涵有的消失了，有的变化了，有的被保留继承下来，更有新的产生出来，它们对促进社会生活文化起到良好的作用。今天我们归纳一下我国茶文化的内涵，至少有下列许多：以茶会友、以茶示礼、以茶联谊、以茶入俗、以茶代酒、以茶倡廉、以茶励志、以茶表德、以茶为媒、以茶祭祀、以茶修性、以茶入禅、以茶作诗、以茶入画、以茶歌舞、以茶献艺、以茶旅游、以茶休闲、以茶怡情、以茶养生、以茶入菜、以茶调食、以茶举宴、以茶制药。

上述内涵约可归纳成三类功能。一是通过完善用茶技艺，创造饮茶意境，使人获得

茗叟爱茶晚更芳

缅怀庄晚芳教授

戴盟

庄老离开我们一年多了。

他以身许茶，毕生献茶，为振兴华茶，奋斗不息；为培育人材诲人不倦；为倡导茶德努力不懈。我曾献过一副挽联：

以身献茶，廉美和敬尊茗叟；

因材施教，桃李菊梅颂晚芳。

我喜欢茶，虽然由来已久。但真正爱上茶文化，对茶如此钟情，结下不解之缘，庄老确可算是真正的引路人。

庄老的家，住在金祝新村，我算是“不速之客”，经常登门拜访求教。未离休前，因为在机关办公，可以顺道过访，当然去得更多。离休后，偶然有段时间，外出参加社会活动等等，去的次数少了些，他就打来电话，问长问短，言外之音，也是希望去走走。见面时一壶相对，边品茗，边闲聊，海阔天空，谈茶事，谈祖国和平统一，一会儿说龙井，一会儿又说铁观音。庄老喜欢诗，曾经是省诗词学会的理事，他说过：“读了一首好茶诗，正如品尝一杯芬芳的名茶，使人心旷神怡，其乐无穷。”从1990年春天起，他积极倡导和组织参加每年清明前后的“品茶诗会”。他的诗，主要也是写茶，现在的《庄晚芳茶学论文选集》“茶诗选辑”中的近五十首诗，分成七个小栏目的标题是：“诗吟名茶”、“诗贺茶事”、“品茶叙旧”、“缅怀茶人”、“中国茶德颂”，都离不开一个茶字。他的诗，也是每首都茶香缭绕、茶韵清醇的。

我写过不少茶诗，庄老对我的鼓励、启迪，也起过不少作用。他说过我是当代写茶诗最多的“茶诗人”。是不是最多？我不敢说。我喜欢写茶诗，凡参加茶事活动，都吟诵几句，表示点意思，留个纪念，倒是事实。说起动手写茶诗，也与庄老分不开。1982年9月20日“茶人之家”在花港举行茶会，邀我参加，我写了祝贺诗：

茶人集花港，花香茗更香。

人乐胜鱼乐，味隽友谊长。

连同《爱茶人之歌》（赠“茶人之家”四首），可算是我的茶诗的第一批作品。这首贺诗，写成书幅，后来刊在《茶人之家》第二期的扉页上。庄老也写了一首，名为《茶人之家留念》，刊在同期，诗句是：

山色湖光添一家，千峰迎抱绕烟霞。

畅谈四美文明事，漫赏香茗众口夸。

由此一发而不可收，在杭的许多茶事活动，我都参加了，每次参加，也差不多都写诗。到1989年7月，选了约50首，编为《茶影诗痕》专辑，由《茶人之家》作为《茶文化丛书》之一，在内部发行。

庄老多次督促我编本茶诗集，并在前一年（1988）就写了《茶影诗痕赞》：

品茗文化古今称，西子茶家喜结盟。

堪赞诗痕添史迹，佛香禅味众心灵。

名为“赞”，实际上不亚于一首序诗。

杭州的“茶人之家”，在全国是成立最早

的“茶家”。庄先生是主要的倡议人。对为什么要创办“茶人之家”，他在1983年10月13日的杭州“茶事咨询会”上说过：当时，我看到党中央有十条经济建设方针，总的是讲“精神文明、物质文明”这两个文明。……就联想起我们应该办一个“茶人之家”。

他提倡新茶德，多次写过“廉美和敬”，赠给友人。经过深思熟虑，1989年为了庆祝建国四十周年，在上海《茶报》“茶与文化特辑”中刊出了“中国茶德”的建议，对“廉美和敬”做了阐述，所谓廉，即廉俭育德；美是美真康乐；和是和诚处世；敬是敬爱为人。他的倡议受到了社会各界的重视。

他不遗余力，到处宣传，写文章、讲话，写成书幅，赠送友人，勉励青年，产生了积极影响。但作用毕竟有限，社会上的奢靡风气，还是令老人痛心。当1993年11月，湖州市纪念陆羽诞生1260周年活动时，86岁的庄老语重心长地挥毫写了：

陆羽一生世颂扬，茶经著作尤飘香。

相传海外成礼俗，廉德难行愧故乡。

中国，是茶的故乡，在茶的故乡，廉德难以风行，老人感到愧疚，也是对后继者的愿望和告诫。

三 一福光映青山

庄先生对祖国和平统一大业非常热心。

抗战胜利后，庄先生曾被派往台湾，接收日本三井茶叶公司和台湾拓植会社，对台湾的茶事做过考察。

1983年，他写过一篇《漫话台湾冻顶铁观音》，文中说：“省委统战部戴盟同志送我一包由台胞转来的冻顶铁观音，请我审评。经过冲泡品尝，外形较安溪铁观音为细嫩，但品质上的色、香、味略有逊色，堪与福建一般的乌龙茶比美。”

他说冻顶茶是当前台湾省负有盛名的乌龙茶——铁观音，很多销售于日本。这种茶因为产于台湾南投县鹿谷乡的冻顶山而得

名。

他介绍了冻顶茶的由来，有一段有趣的传说，据云台湾彰化的一位读书人林凤池，在清咸丰五年（1855）回福建故乡参加乡试，考中举人后，返台时从武夷山带去茶苗，经过培育繁殖起来的。

饮茶思源，思绪万千，庄先生曾赋诗一首：

武夷冻顶有夙因，美味清香共著称。

欢约台胞佳节会，名茶尝后更思亲。

吴振铎教授，是台湾著名的茶学家，台湾茶艺协会理事长，台湾大学教授。他是庄先生1938年在福建省福安农校讲授茶叶课时，培养的最早的学生之一。1988年6月，吴教授和夫人蔡彩照女士回大陆探亲访友，考察茶事，在杭州“茶人之家”的一次欢迎茶话会上，回忆往事时对庄老说：“您是我从事茶学的启蒙老师。”在题词留念时，庄老意味深长的写了：“龙年品龙井，喜添龙味；两岸不两样，应去两心。”

凡是海峡两岸茶艺交流，他都积极参加。

1989年3月22日，台北陆羽茶艺中心蔡荣章先生、林瑞萱女士来杭访问。那时，两岸关系刚松动不久，两岸茶艺界同仁欢聚于西湖之滨、金沙港畔的“茶人之家”，庄老亲自出面接待，真是春光融融，茶香缕缕，促膝谈心，情深谊厚。那时，同时出面的还有李元章、孔宪乐、陈观沧、陈文怀、俞乃村等人，我也应邀在座。

后来，他们回台后组成“台湾陆羽茶艺文化访问团”，在五月又来杭访问。这是新中国建立以后，台湾第一个来杭的茶艺文化访问团，以台湾天仁关系企业副董事李瑞贤为团长、台北陆羽茶艺中心总经理蔡荣章为副团长的二十位成员，来自各行各业的茶艺专家和爱好者。庄老对台湾的茶艺表演深表赞扬，我写了一首《浣溪沙》赠给该团：“万古流芳陆羽茶，茶经灿烂耀天涯，寻源探本是

对茶文化的几点认识

董淑铎

虽说自幼喝茶，但真正接触茶文化，还是在八十年代末、九十年代初。1989年，我参与湖州陆羽茶文化研究会的筹备工作。1990年10月，湖州陆羽茶文化研究会成立，我被推举为会长。此后，我多次代表研究会或率领研究会成员参加国内外的茶文化活动。也正是在这些活动中，我逐渐对茶文化有了较多的认识。我觉得，就茶文化的内涵及功能而言，可以归纳出许多，但从根本上讲，主要包括实用、倡廉、致和三方面内容。

实用——茶文化的基础。与万事万物一样，茶文化能经久而不衰，首先应得益于实用。作为茶文化的载体，茶叶的实用价值主要表现为食用、药用、饮用。我国自古就有“药食同源”、“饮食同宗”之说。史书所载“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶（茶）而解之”，说明茶有解毒功效，是有用之物。此后，在司马相如的《凡将篇》中，把茶列为二十种药物之一，华佗的《食论》、壶居士的《食忌》等，也对茶的药理作用作了记载。其后的历代本草、直至李时珍的《本草纲目》，都无一遗漏地对茶的药理、功效、应用，进行了记载、补充和完善。更值得注意的是，陆羽的《茶经》也提到了以茶做菜、以茶煮粥、以茶充药等用法。自宋以来，乃至在近现代，饮茶已成为日常生活的一部分，已成为开门七件事之一。就茶文化而言，尽管同时包含有种种精神内容，但其对经济发展的作用也是显而易见的。近年来，国内外连续举办了

多次茶文化活动，究其宗旨，也离不开提高地方的知名度，为振兴当地经济作贡献。也即所谓“文化搭台，经济唱戏”。就我们湖州而言，1997年，在茶文化的活动中涉及到经济内容至少有三件：一是台胞开元茶叶公司董事长谢荣煌在德清利用当地茶叶试制乌龙茶取得成功。10月19日，我会在湖州“六客堂茶艺馆”举行冲泡表演。这是开拓我市名茶新品种的有益探索。二是我会与日本小笠原煎茶道合作试种玉露茶取得进展，由中国茶科所代为培育的第一批800株薮北种茶苗已在基山茶场栽种，全部成活。三是在修复了陆羽墓、三癸亭等茶文化遗迹之后，重建了皎然塔，丰富了太湖南岸旅游文化的内容。

倡廉——茶文化的主线。茶文化历来以崇尚俭朴为特征。在陆羽的《茶经》中所推崇的“精行俭德”，反映的正是这种节俭的精神。在我国历史上，曾经有过许多以茶代酒、以俭朴为荣的故事。象孙皓“密施茶薺以代酒”、陆纳待客“所设唯茶果”的典故，就出在我们湖州。据载，晏婴身居相位，三餐唯粗茶淡饭，桓温身为宰相，每宴只设七盘茶食；梁武帝临终前甚至立下“灵床上慎勿以牲为祭，但设饼果、茶饮、干饭而已”的遗诏。中唐时期，朝廷曾明令禁酒，倡导以茶代酒。近年来在国内、外复兴的茶文化研究，从总体上说，也是勤俭节约这种精神的提倡和弘扬。应该说，不论茶文化的表现方式如何变化，这根“倡廉”主线一直来未曾断过。

近年来,随着世界茶文化的蓬勃发展,以茶文化为桥梁的国内、国际交流频繁进行,对增进各国、各地人民的了解和友谊发挥了积极的作用。就去年而言,我们潮州市就接待国外、境外来访茶人共 12 批 138 人次(不包括国内陪同人员和翻译)。除少数老朋友外,多数是新朋友。1 月和 11 月,韩国的龙云法师分别两次率团来访,共带来了 40 多位新朋友,他自己则已是第 7 次和第 8 次来访。其他来访的新朋友主要有:韩国茶人联合会代表团、韩国大邱市青白茶礼院访问团、日本松涛会中国研修旅行团等。他们都很真诚地参谒了陆羽墓,参观了其他茶文化史迹,向陆羽墓献茶、敬礼,不少人甚至跪拜。有的拍成照片后回去展览。日本“人类复兴”株式会社社长成田重行,还就“中国茶沙龙”研究课题与我们进行学术讨论。我们相信,只要大家共同努力,茶文化一定能够在促进和平、增进友谊方面发挥更大的作用。

09

饮茶

(广州)

饮茶者长寿古今中外皆然。乾隆是中国封建帝王中最长寿者，在位60年，活到89岁。喜喝茶、不吸烟，是他养生方法之一。贵州省安龙县有三位女性百岁老人，他们长寿的奥秘，归纳起来：性情乐趣，爱劳动，爱体育活动，不吸烟，不喝酒，爱饮茶。中国茶叶学会名誉理事长吴觉农欢庆90大寿时，谈到他和夫人长寿的奥秘时，道出了平时多喝茶、多吃水果的答案。与吴觉农先生被人们并称为当代“茶圣”的中国茶叶学会名誉理事长王泽农教授，刚过90华诞之后，神采奕奕地在1996桂林国际茶会上作了学术报告，并步履稳健地与参会人员同游桂林山水。过去人们惯说“人生七十古来稀”，王老现在的健康状况使人感到“如今九十不稀奇”，每日至少饮六杯茶是他长寿的主要养生之道。

老一辈无产阶级革命家陈云同志的体质

不好，他的夫人，中国营养学家于若木道出陈云体弱而能长寿（1995年逝世，享年90岁）的原因，概括为日常生活上“饮食有节，

起居有时”的细心调整，其中坚持饮茶也是一个特点。

上海市最年长的老寿星，晚清最后一名秀才苏局仙的生活中坚持饮茶为一大特点。他超过了中外茶业界象征“茶”字构成108岁的“茶寿”（汉字的“茶”，偏旁部首可拆分为“廿”与“八十八”，合为108），活到110岁，临终前20天为《当代诗人咏茶》专集题写了咏茶绝句。

作为名列全国长寿区前茅的广东省，1990年到1994年，平均年销茶4万吨，平均每人消费茶叶0.6公斤，是全国人均消费茶叶数量（0.3公斤）的一倍。

一般来说，热带人的寿命不及于寒带人的寿命长，广东地处热区，却能列入全国长寿区，这可能是与广东人普遍饮茶多有关连。广东人不仅视饮茶为一种情趣，而且茶叶保健功能的科学性日益深入人心，所以，“饮茶热”历久犹兴。

世界最长寿的国家——日本，1995年人平均寿命79.7岁，连续十年居世界第一位。日本人视茶为“益寿的灵丹，延年的妙药”。日本生产茶叶虽不少，还不能满足内销需求，要从别国大量进口。1991—1993年日本销茶12.88万吨（年平均数），每人平均消费茶叶1.04公斤，成为世界第五大茶叶消费国。

列入世界上平均寿命最高的十个国家和地区之一的香港，1993年人平均寿命77.3岁，排名第四，有“茶港”之称，年销茶1万吨以上，1991—1993年人平均消费茶叶量

论“茶禅一味”

每个民族都有自己独特的茶文化，中国也不例外。中国茶文化源远流长，博大精深。中国茶文化不仅是一种生活艺术，更是一种精神追求。中国茶文化的发展，经历了漫长的历史过程。从先秦时期的“神农尝百草，日遇七十二毒，得荼可解”，到汉代的“茶之为饮，发乎神农氏，闻于鲁周公”，再到唐宋时期的“茶兴于唐，盛于宋”，中国茶文化逐渐形成了自己独特的体系。中国茶道的形成，是中唐之后，也正是禅系形成之时，故“茶佛一味”和“茶禅一味”没有本质上的区别。中国禅宗的出现，是佛教中国化的标志。禅宗不是中国佛教的全部，但可代表中国佛教。中国茶道形成于中唐之后，也正是禅系形成之时，故“茶佛一味”和“茶禅一味”没有本质上的区别。佛教既是深奥的宗教哲学，与茶文化的结合也应是深层次的。

什么是“禅味”呢？

相传印度禅学传 28 代至达摩。达摩由海路来华，后来在嵩山面壁九年，下传六代至慧能形成禅宗。慧能是中国禅宗的创立者。

古印度有“瑜伽”修行法，即调息静坐、冥想入定。他们说：

让感官和意识的注意力转移到心上。你，就能乘梵天之舟，振奋起精神，渡过恐怖之源的水流。^①

抑制自己的意志，向内反省思维，守住内心，不让它外骛。^②

要学会独自静坐……圣者的道路，是孤独的起居生活，只有孤独，才能领略生活的乐趣。^③

印度佛教接过了瑜伽修行法，发展为“五大法门”和“四禅定”。

“五大法门”是调息、心净、慈悲、因缘、

禅定。中国禅宗已是佛教独立的三个系派，融汇了印度禅学及其它佛教派别的教义，并吸收了中国本土生长的老庄思想及魏晋玄学，其特点有三：^④

1、梵我合一的世界观。在中国禅系看来，我心即佛，佛即我心。佛本是十分玄妙莫测，可望而不可及的，但禅宗认为佛并非天边云霞，它，在你身边，乃至在你心中，柴米油盐酱醋茶、吃喝拉撒睡中皆有佛，真理寓于平凡之中。

2、禅定的解脱方式。既然人人有佛根，人皆可佛，禅宗便主张用“禅定”的方式求得解脱。“禅”是梵文音译，解作“静虑”或“思维修”；“定”指静坐调练心意，也是一种“思维修”。修炼禅定一般要跏趺坐，要求端身安心，调和气息，澄净心路。其后入静意守，渐次豁然开朗。南宗禅的解脱之法更为简单，主张不拘形式的修行法，但并不取消禅定。事实上千余年里和尚们仍以禅定为基本修持方式，若和尚不坐禅，与俗人们生活

念佛。中国禅宗已是佛教独立的三个系派，融汇了印度禅学及其它佛教派别的教义，并吸收了中国本土生长的老庄思想及魏晋玄学，其特点有三：^④

3、禅定的解脱方式。既然人人有佛根，人皆可佛，禅宗便主张用“禅定”的方式求得解脱。“禅”是梵文音译，解作“静虑”或“思维修”；“定”指静坐调练心意，也是一种“思维修”。修炼禅定一般要跏趺坐，要求端身安心，调和气息，澄净心路。其后入静意守，渐次豁然开朗。南宗禅的解脱之法更为简单，主张不拘形式的修行法，但并不取消禅定。事实上千余年里和尚们仍以禅定为基本修持方式，若和尚不坐禅，与俗人们生活