

中国茶文化
丛书



茶文化的 知与行



孙忠焕
著



中国农业出版社

茶文化的 知与行

知是行的主意，行是知的工夫。

知是行之始，行是知之成。

孙忠焕／著

常州大学图书馆
藏书章

图书在版编目(CIP)数据

茶文化的知与行 / 孙忠焕著. — 北京:中国农业出版社, 2018.6
ISBN 978-7-109-24020-9

I. ①茶 II. ①孙 III. ①茶文化—研究—中国
IV. ①TS971.21

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第060475号

中国农业出版社出版

(北京市朝阳区麦子店街18号楼)(邮政编码 100125)

责任编辑 姚 佳

美术编辑 姜 欣

北京通州皇家印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

2018年6月第1版

2018年6月北京第1次印刷

开本: 700mm×1000mm 1/16

印张: 13

字数: 180千字

定价: 88.00元

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)



孙忠焕

1948年7月生，研究生

学历，1969年2月参加

工作，1982年以后，

曾任国有企业和浙江省

地方县、市主要领导及

多个省级部门领导，以后

又任省政府秘书长、

杭州市市长等职。

2013年2月参加中国国

际茶文化研究会，

2014年4月，任常务副会长。

曾出版《在时代洪流中》

（上、下集）等著作。



《中国茶文化丛书》编委会

主 编：姚国坤

副主编：王岳飞 刘勤晋 鲁成银

编 委（以姓氏笔画为序）：

王岳飞	卢湘萍	叶汉钟	朱红缨	任新来
刘勤晋	闫保荣	李远华	李新玲	赵 刚
姚 佳	姚国坤	梅 宇	程启坤	鲁成银
鲍志成	潘 城	魏 然		



中国国际茶文化研究会文库②④

文库编辑委员会

主 任：周国富

副主任：孙忠焕

委 员（按姓氏笔画排列）：

于辉达 王小玲 孙忠焕 阮忠训

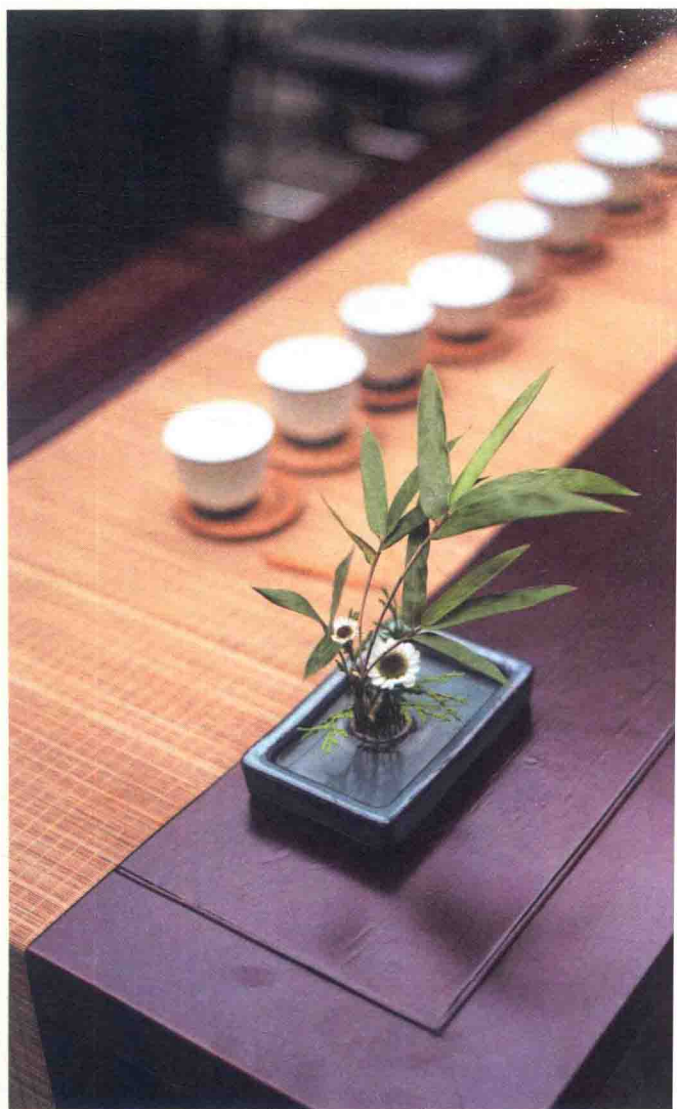
沈才土 沈立江 陈永昊 陈叙达

周国富 姚国坤 程启坤 缪克俭

戴学林

茶文化的
知与行

Chawenhua de
Zhi yu Xing



点 评

本书二十三易其稿，真是花了功夫。书稿基础不错，把“狭义的茶饮文化”的诸多知识与个人的“认知、体验、思考”融为一体，知识性、可读性和思辨性都体现得不错，尤其是融入了个人经历和思考，使一本普及读物增加了亲切感和趣味性。

全国政协文史和学习委员会副主任
中国国际茶文化研究会会长 周国富
浙江省政协原主席

读了孙忠焕先生的《茶文化的知与行》书稿，感慨颇多。作为一个省部级干部，从领导岗位退下来后热爱上茶和文化，用心钻研和思考问题，把自己的思想见解，亲自动笔撰著成书，实在难能可贵。

众所周知，知和行说到底是认识和实践的关系问题，也是传统哲学中一个深层次的思辨问题。如今，孙先生以中国国际茶文化研究会常务副会长之职，从茶文化为切入点，将自己工作中的亲身实践和心灵感悟，与明代大思想家王阳明的“知行合一”思想有机结合，用深邃的文化涵养和广博的聪明才智，首开探究茶文化知与行的先河，书就《茶文化的知与行》书稿。进而，又聆听了许多位专家学者意见，20余次修改易稿，实属细心、用心、苦心、诚心。他的书稿，细细读来，不但有深度广度，而且少“书卷气”的呆板，少“说教式”的口号，将知识性、文化性和哲理性融为一体，读来富有亲切感和认同感，给人一种感染力，给人一种启示。它不仅对指导茶文化工作的开展具有实践意义，而且对提高全社会道德修养也有指导作用，实是一部可圈可点之作！

读了孙先生的书稿，对长期从事茶文化工作的吾等而言，感触颇深。期望今后有更多从事文化工作的“儒官”，能参与到茶文化工程建设中来，诚如先生一样，撰写出有高水平、高质量，又具有创新内容的好书来！

中国农业科学院茶叶研究所研究员
世界茶文化学术研究会（日本注册）副会长 姚国坤
国际名茶协会（美国注册）专家委员会委员

有幸曾经拜读孙忠焕先生的自传文集《在时代洪流中》，感佩其1978年以来在职三十多年中为所履及单位及地方的发展所做的工作，以及为之进行的思考与研究。离任转至中国国际茶文化研究会常务副会长之位后，孙先生一仍在行政职位时的风范，在其从未涉及过的茶文化领域学习、思考、研究，并将学思研的成果撰写成文成书。所成之书《茶文化的知与行》，不落一般茶书汇总既有知识的窠臼，而是从阳明心学“知行合一”的理论出发，在归纳阐释茶文化知识的同时，以哲学的视角审视茶文化发展与活动中人作为行为主体的作用，以及如果遵行“知行合一”以茶事磨炼修行可能达到的文化乃至人生的境界。可以说本书超越了作为一本饶有兴味茶文化普及读物的层次，期待它对茶文化的发展传播起到的助力作用。

中国社会科学院历史研究所研究员 沈冬梅

书稿已经认真阅读完毕，非常感慨孙先生能够把王阳明的思想理解得这么深刻和活学，把茶文化精髓解读得通俗易懂。我特别感动的是孙先生用真诚的发自内心的语言表述出这些年读万卷书的心得，文学作品唯有用心才会打动人、震撼人心。

浙江大学茶学系主任 屠幼英
博士生导师

孙忠焕先生的《茶文化的知与行》一书从王阳明“知行合一”的心学入手来领悟、推广中华茶文化，以茶圣陆羽的《茶经》为引领纵论古今茶文化的流变，用亲身经历来诠释弘扬茶文化的实践。作者独到的角度和深入的思考，娓娓道来让我们读起来感到既亲切、生动，又专业、系统。本书是学习古今中外茶文化的优秀读本，更是践行知茶、爱茶、事茶的最佳指南。

中国茶叶博物馆原馆长 王建荣
研究员

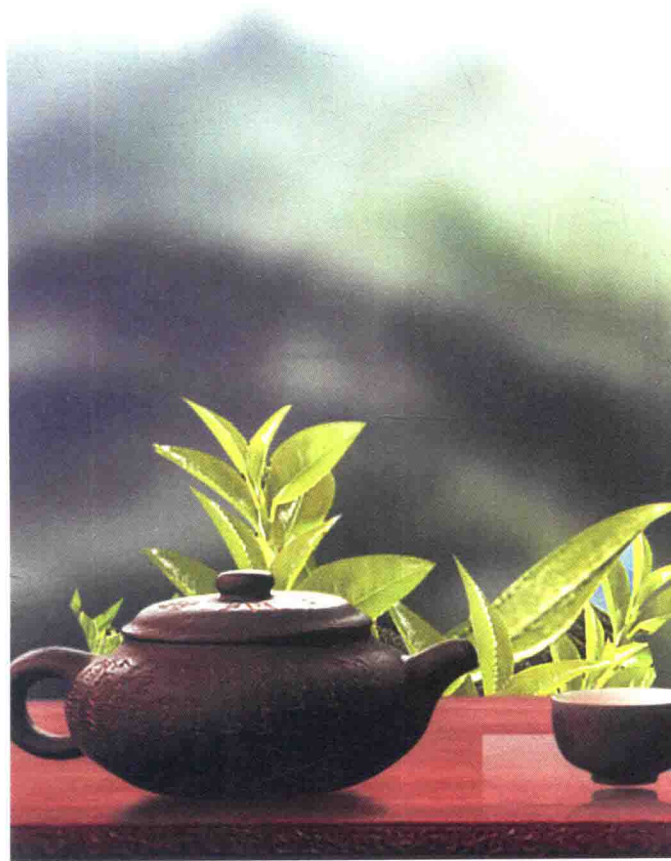
近览拜读了孙先生的著作，深为感佩！以阳明心学的知和行来观照中国茶文化的历史和现实，具有哲学的高度和文化的维度，高屋建瓴，把“致良知”和“事上练”贯穿全文，理论思想和实践探索结合，可谓立意高远、命题宏大、角度新颖、方法创新，堪称茶文化研究界难得一见的好文章，对茶文化研究具有指导价值和启发意义，值得我深入学习。

从内容上看，全书六大部分具有内在的逻辑性和学理性，围绕“致良知”和“事上练”层层展开，问题意识先导，史论案例分析，深刻阐发了茶和茶文化与人和的关系，体现出独特的敏锐的学者型领导思考解决问题的方法和思辨能力，值得称道。

浙江省文化艺术研究院研究员 鲍志成

茶文化
知与行

Chawenhua 茶
Zhi yu Xing



目 录

点评

一、我的茶修养 / 1

- (一) 我们从小缺少茶素养 / 2
- (二) 初入茶门, 老有所学 / 7
- (三) “知行合一”教人用心 / 10
- (四) 茶文化的知和行是
修自我的内心 / 18

二、陆羽的《茶经》开创了 中国茶学 / 23

- (一) 陆羽其人 / 24
- (二) 陆羽《茶经》的时代意义 / 26
 - 1. 《茶经》的系统性 / 26
 - 2. 《茶经》的实践性 / 27
 - 3. 《茶经》的文化性 / 32
 - 4. 《茶经》的时代性 / 36

三、茶的文化涵义及其价值功能 / 45

(一) 茶的文化涵义 / 45

1. 植物意义上的茶 / 46
2. 饮品意义上的茶 / 46
3. 药理意义上的茶 / 47
4. 美学意义上的茶 / 47
5. 媒介意义上的茶 / 48
6. 哲学意义上的茶 / 50

(二) 茶的价值功能 / 51

1. 茶园是人类生存的一种环境 / 51
2. 茶是百姓的一种民生和生活习惯 / 51
3. 喝茶有利于人的身心健康 / 53
4. 茶是休闲生活的一种方式 / 62
5. 茶是中国人礼仪和修身的媒介 / 65
6. 茶可体现领袖风范 / 69
7. 茶可流行世界 / 72

四、饮茶文化的演化 / 83

(一) 茶的发现 / 84

(二) 茶的饮用 / 85

(三) 茶的技巧 / 90

(四) 茶的艺术 / 90

(五) 茶的传道 / 94

1. 初闻茶道 / 94
2. 彼“茶道”不是中国“茶道” / 96
3. 中国“茶道”之寓意及再兴起 / 100
4. 茶的演化有层次性，茶的消费也有层次性 / 105
5. 茶饮和茶产业因势而兴 / 107

五、倡导茶和茶文化发展的当今意义 / 111

- (一) 倡导“茶为国饮”，满足“以茶惠民”
的美好生活 / 111
- (二) 倡导茶和茶文化成为休闲时代的一种可
普及的生活方式 / 116
- (三) 倡导茶和茶文化是“健康中国”建设的
一种养生方法 / 122
- (四) 倡导茶和茶文化是“一带一路”中的好
媒介 / 132
- (五) 各方协调、六力合一，共同谱写茶产业
和茶文化的新篇章 / 136

附录 / 141

- 知行合一，用心则强大 / 141
- 体验“禅茶一味” / 152
- 浅谈“茶和天下” / 165
- 浅谈茶人及其精神的传承 / 172
- 阿根廷的马黛茶和斐济的卡瓦汁 / 178

参考文献 / 189

后记 / 191

一、我的茶修养

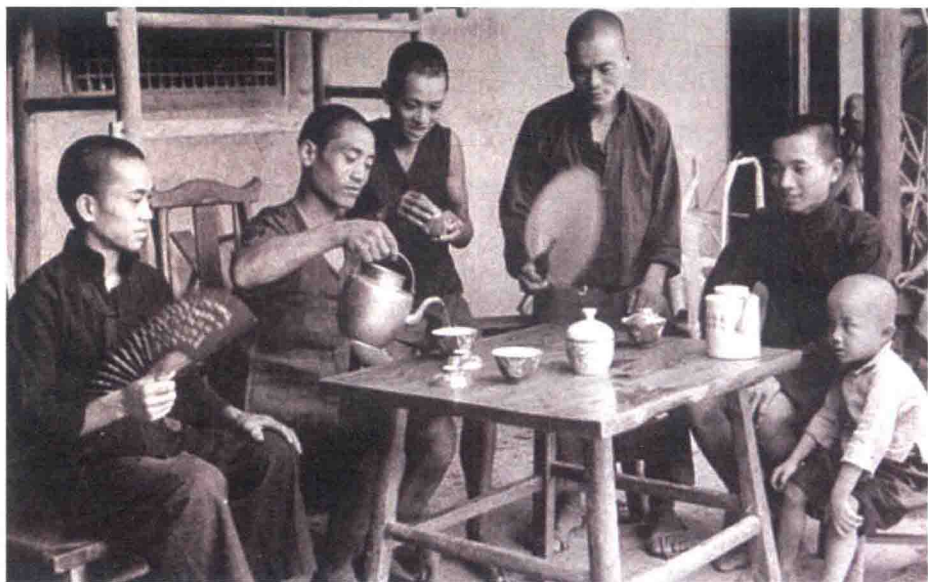
对于茶，我们中国人几乎人人知道、天天接触，但真正了解茶基本知识的人不多，懂得茶文化的人更少。

我们孩提时代在乡村，早晨大人们烧一大锅（条件好的用紫铜大壶）开水，在大茶壶或茶缸里放一把茶叶冲泡上，天热时喝凉茶，天冷时将瓷的或锡的大茶壶放在用稻草与棉花编制的蒲窝内保暖，可以喝上一整天。



■ 民国时期的铜茶壶

剩余的茶汤、茶汁，第二天早上还要用来漱口洗牙，因为民间有茶叶水防牙蛀的说法（科学表明茶叶含氟元素）；客人来了，大人们首先是让座敬茶；在中国传统节日敬天地、祭祖宗，也要供奉新茶；农忙时农民下地劳动，也会提上一大陶壶茶水解渴祛乏。



■ 客来敬茶 美国摄影师卡尔·迈当斯 (Carl Mydans) 1941 年摄

（一）我们从小缺少茶素养

我们小时候，由于那个年代社会商品匮乏，只有在供销社才能买到茶叶（20 世纪 60 年代后还凭“购货证”供应），大人们总是说：“小孩不能喝茶！”1965 年，我离开余姚老家去金华读书，在金华，无论是城里还是金华所属的集镇，几乎都有“茶馆”，尽管简陋，但很有中国村镇文化特色，