

■ 罗时万 编著

中国宁红

茶文化





国防大学 2 075 9499 5

中国宁红茶文化

罗时万 编著

中国文联出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

中国宁红茶文化/罗时万编著. - 北京: 中国文联出版公司, 1997

ISBN 7-5059-2602-0

I. 中… II. 罗… III. 茶-文化-专题研究-中国

IV. G122

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 13939 号

书 名	中国宁红茶文化
作 者	罗时万编著
出 版	中国文联出版公司
发 行	中国文联出版公司发行部
地 址	农展馆南里 10 号 (100026)
经 销	新华书店总店北京发行所
责任编辑	鄢晓霞
责任校对	鄢晓霞
责任印制	胡元义
印 刷	北京佳顺印刷厂
开 本	850×1168 1/32
字 数	138 千字
印 张	6.625
插 页	4 页
版 次	1997 年 7 月第 1 版第 1 次印刷
书 号	ISBN 7-5059-2602-0/I·1933
定 价	13.20 元

本书如有印装质量问题, 请直接与出版社联系

守红发站
校保健为
人民

王光英

王光英同志题词

青山绿水

红日当空

12/12
吴官正

8.34
/ 87

吴官正同志题词

甯州紅茶譽滿神州
努力革新永葆千秋
一九八六年秋 吳覺農 敬題

老区一枝花
宁红保健茶
辛未之秋于若木

于若木同志题词

序

中国宁红茶文化,作为中国茶文化一面鲜艳的旗帜,是中华民族本土文化的一个重要象征。

近些年来,古老的中国宁红茶文化不仅在国内得到了发扬和光大,而且走出了国门,引起了世界各国人民的广泛注意和高度重视,放出了更加绚丽的光彩。

中国的茶之故乡。茶饮、茶疗在我国有着悠久的历史,茶文化可谓源远流长。因为,它既是中华民族炎黄子孙创造的饮中之王,同时也是祖国医学宝库中的一块瑰宝。《茶经》、《神农本草经》、《食疗本草》、《圣济总录》、《太平惠民和剂方》、《新修本木》等诸种著述均有记载。中国宁红茶素有“茶盖中华,价甲天下”之美称,亦有“世界之首”之盛誉,其文化含量十分饱满,真是万世“佳茗”。展读眼前的《中国宁红茶文化》一书,从古到今、从内涵到外延、从渐新的文化透视角度,全方位使我们看到了中国宁红茶文化过去的辉煌、今天的灿烂,并使我们坚定了中国宁红明天更红的信心。

罗时万先生致力于中国宁红茶文化的研究是卓有成效的,这与他本人生长在宁红茶乡、工作在宁红茶乡、热爱宁红

茶乡是分不开的。他曾经在一个炎热的夏天,和我这位茶学老教授交谈过他的研究课题,在他认为时间太短的整整五个小时里,我仿佛闻到了宁红绝世的奇香,在他接近天才的吟咏声中赋予了中国宁红茶文化的诗情画意,中国宁红茶文化在罗时万先生那里得到了创造性的发展,这是中国茶文化界的一大幸事。

《中国宁红茶文化》是中国茶文化大家族中的一朵奇葩,这不仅取决于它是中国茶文化分流中率先独立成书的第一部,而且对研究、发展中国茶文化的其它流派具有重要的参考价值,对促进中国茶文化向更新、更高、更深的发展具有十分重要的作用。

我相信,每位读者阅读此书都会有所收益,每位读者珍藏此书都会有更加健康健美的体魄。故乐为之序。

韦 奇

1996年11月 北京



作者简介

罗时万，33岁。青年作家、诗人。著有诗集《仰望曙光》，《罗时万诗选》，报告文学集《归途》，《给孩子起好名字的诀窍》等6部。《中国宁红茶文化》是他挖掘本土文化为读者奉献的又一部力作。

1130/9

责任编辑：鄢晓霞

封面设计：陈 芳

美术编辑：王 望

目 录

序	1
一、 中国茶文化综览	1
1、中国茶文化的起源	2
2、中国茶文化具有丰富的内涵	3
3、中国茶文化在世界各地的传播	11
二、 中国宁红茶文化	15
1、源远流长话宁红	15
2、天下绝茗宁红茶	18
3、历代茶圣赞宁红	21
4、趣谈宁红茶俗	24
5、倡导健康,中国宁红	27
6、宁红茶道	30
7、宁红茶的主要成分与功效	44
8、宁红茶的临床应用	63

9、饮宁红茶须注意的事项	73
10、宁红保健茶的崛起	78
11、宁红庄严的承诺	86
12、宁红人抢滩	91
13、宁红影视文化	100
附 录	33
后 记	205

一、中国茶文化综览

中国茶文化诞生于中国，发展于中国。

中国是茶的故乡，是世界上种茶最早的国家。相传从 4 世纪起饮茶习惯已逐渐普遍了。我国自西南地区发现和开始利用茶叶以来，经历了数千年的漫长历史。到了西汉时期，饮茶的传播范围逐渐扩大。春秋、战国直至秦朝统一中国，促进了西南和全国其他地区经济文化的交流，种茶和饮茶由西南逐渐向外传播到长江流域和东南各省，到 5 世纪，传播至北方，6 至 7 世纪又传播到我国西北西藏一带地区。人此以后，茶成为我国各族人民的一种普遍喜爱的饮料。随着茶业的兴起，《茶经》、《茶序》、《茶论》、《茶疏》、《茶录》、《茶谱》等茶叶专著也相继问世。唐代学者陆羽写的《茶经》是我国和世界上的第一部茶叶专著，在此专著中，系统地了茶的起源、历史、栽培、育种、制作、饮用等 10 个方面的内容，这部不朽的茶业科技著作，已被日、美等国译成多种文字，在世界各国广为流传。

1、中国茶文化的起源

我国的茶文化研究者对中国茶文化的起源进行了广泛的研究。从古代文献记载的传说及现有的古书查考,可归纳为以下两种解释:

一、起源于仰韶文化时期

秦汉时人托名编撰的我国第一部药物著作《神农本草经》在记载流传的茶起源时写道:“神农尝百草,日遇七十二毒,得茶而解之。”据《说文解字》,“荼”即“茶”。对于这段文字的解释,后人有两种说法:

其一,神农为人们治病,尝试用各种草木治病的功效,煎煮药水时,偶然有茶叶从树上枝头飘入锅内,因此发现茶叶可作治病方。

其二,神农尝试草木治病的功效时,尝到金绿色滚山珠中毒,倒在茶树下,茶树上的水流入他口中,神农因此而得救,遂发现茶叶具有药用价值。

二、起源于奴隶社会的周朝

据考证,周成王(姬育,公元前 1063—1026 年)时已经饮茶,茶已用于祭祀大礼之中。《尚书·顾命》载:“王三宿、三祭、三咤”。“咤”即茶,证据有二方面:其一,司马相如《凡将篇》中,已经将“栗”、“咤”并提,而“栗”亦为茶的别名之一;其二,“咤”与“茶”在古音韵上非常接近,周朝文献亦多处涉及到“咤”的记载,《周礼·地官·序言》中有掌茶的记载;《诗经·邶·谷风》中有“谁

谓茶(古“茶”字)苦,其甘如荠”的句子等。这说明茶的发现和利用在我国已有 4000 年以上的历史。

2、中国茶文化具有丰富的内涵

中国茶与文学艺术有着不解之缘。历史的名流、学者、雅士们都对茶有着不同程度的爱好,流传着不少趣闻佳话,写下了不少名篇佳作。宋代著名诗人苏东坡主张,人有少病,只需饮茶,不用服药。有诗说:“何须魏帝一丸药,且尽卢仝七碗茶。”卢仝是历史上以喝茶闻名的唐代文人,他在《走笔谢孟谏议寄新茶》一诗中,对饮茶的妙处作了淋漓尽致的描写:“一碗喉吻润,两碗破孤闷,三碗搜枯肠,唯有文字五千卷,四碗发轻汗,平生不平事,尽向毛孔散,五碗肌骨清,六碗通仙灵,七碗吃不得也,唯觉两腋习习清风生。”这就是闻名于世,脍炙人口的“卢仝七碗茶”。晋代的杜育《荈赋》和左思的《娇女诗》是我国最早赞茶的诗赋。诗人杜甫、白居易、李白、苏轼、陆游以及“扬州八怪”等,他们不仅嗜茶,还写下了大量的茶诗。现代也如此,我们敬爱的朱德委员长,在 1959 年视察庐山植物园时,品尝了云雾茶,即席吟诗一首:“庐山云雾茶,味浓性泼辣,若得长时饮,延年益寿法。”我国著名作家及诗人郭沫若,1964 年访湖南时,饮了“高桥银针”,极为赞赏,特写诗一首:“芙蓉国里产新茶,九嶷香风阜万家,肯让湖州夸紫笋,愿同双井斗红纱。脑如冰雪心如火,舌不短钉眼不花,协力免教天下醉,三间无用独醒嗟。”

诗人爱茶,画家也爱茶。古代刘松年的《斗茶图卷》、唐寅的

《事茗图》以及现代画家程十发的《评茗图》等都是脍炙人口的赞茶名画。

而今茶更成了人们最理想的保健饮料。饮茶四季皆宜，夏可消暑，冬可暖身，既除宴席酒肉之腻，又可解旅途劳顿之疲，所以，我国历代人民素有“烹香茗待来客”的好传统。“开门七件事：柴米油盐酱醋茶”。“宁可一日无油盐，不可一日无茶饮。”这些民间俗语和饮食格言，正反映了茶与各族人民的生活密切相关，由于各民族各地区风俗习惯不同，对茶叶品种的评价和爱好也不完全相同。

饮茶确要讲究方法，如冲泡不当，不仅会失去其味，而且也会影响饮茶对人体的保健效果。汉族人多饮绿茶和花茶，但各地饮茶方法不尽相同。

北京、天津、东北、山东等地，人们爱饮花茶，最常饮是宁红茉莉花茶。饭后沏上一壶香片，芳香馥郁，沁人心脾。江浙皖等地的南方人，喜欢饮绿茶，不加辅料，如山谷翠绿、双井绿、龙井茶、碧螺春、黄山毛峰、屯绿等。浙江人常在新茶上市时，冲好新茶后，配上几色细糕点，馈赠乡邻亲友，称为“七家茶”，以示深情厚意。盛产宁红、祁红、屯绿一带的乡亲，每天清晨起来，总得泡上一壶新茶，先兴奋一下精神，再下田干活。每当春节，家家户户用茶叶煮鸡蛋招待客人。上海人也爱饮茶，如市郊几个县每个镇都有茶馆，大清早就有人上茶馆，喝饱了茶，天也大亮了，有的下地干活，有的回家烧早饭，有的上菜市场。广东人很喜欢饮茶，又特别讲究早茶。“朝饮一杯茶，饿死太医家”这句俗语，就是对广东人饮茶习惯的一个真实写照。早上饮茶确有一定的好处，茶有利尿作用，可促进一夜的代谢废物从尿中排出，有利于保持身体