

中华一壶茶

插图本  
茶的故事



晓红 编著



中华一壶茶

中国林业出版社



翠竹  
丁巳年夏月

翠竹  
丁巳年夏月

丁巳年夏月

# 茶 —— 茶的故事

晓红 编著



茶的故事

中国林业出版社

图书在版编目(CIP)数据

中华一壶茶：茶的故事 / 晓红编著. — 北京：中国林业出版社，2007.8

ISBN 978-7-5038-4912-1

I. 中… II. 晓… III. 茶—文化—中国 IV. TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第109194号

出版：中国林业出版社(100009 北京西城区德内大街刘海胡同7号)

网址：www.cfph.com.cn

E-mail: cfphz@public.bta.net.cn 电话：(010) 66184477

发行：新华书店

印刷：北京外文印刷厂

版次：2007年8月第1版

印次：2007年8月第1次

开本：787mm × 1092mm 1/16

印张：12.25

字数：170千字

印数：1~6000册

定价：36.00元

# 目录 I

## 第一章 穿越历史的千年茶香

- 一 世界上最早的“茶”字 /3
- 二 茶文化的“孕育”与传承 /4
- 三 “茶兴于唐”的繁盛之景 /7
- 四 “茶道大行”的背后原因 /10
- 五 茶文化的时代升华 /15

## 第二章 辉煌灿烂的中华古茶书

- 一 千年茶书的“清香” /21
- 二 才华横溢的抒写者 /22
- 三 最古老的茶书经典：《茶经》 /26
  1. 千古“茶圣” /26
  2. 世界上第一部茶书 /30
  3. 《茶经》内容略说 /31
- 四 中国皇帝撰写的茶书：《大观茶论》 /36
  1. “得饮闲茶”的宋徽宗 /36
  2. “七汤”点茶法 /37
- 五 独具特色的茶学经典：《茶录》 /41
- 六 “贤王奇士”撰写的茶书：《茶谱》 /44
- 七 大书画家撰写的茶书：《煎茶七类》 /46
- 八 明代茶书的巅峰之作：《茶疏》 /48
- 九 鉴水专书：《煎茶水记》与《十六汤品》 /53



### 第三章 中华文学中的茶之韵

- 一 古朴悠远的秦汉茶诗 / 57
- 二 流传千古的唐代茶诗 / 59
- 三 百家纷呈的宋代茶诗 / 63
- 四 蔚为大观的元明清茶诗 / 66
- 五 中华茶诗的形式美 / 68
- 六 丰富的茶词与多样的茶曲 / 72
- 七 《红楼梦》、《金瓶梅》中的茶文化 / 76

### 第四章 中华绘画中的茶之美

- 一 中华茶事绘画的渊源 / 85
- 二 唐代茶画的大师之作 / 88
- 三 宋、元茶画多元风貌 / 90
- 四 明代茶画的“山水之境” / 95
- 五 清代茶画的“写意小品” / 101

### 第五章 中华哲学中的茶之思

- 一 茶文化与佛家文化 / 107
  1. 茶与禅 / 108
  2. 茶的佛性 / 111
  3. 佛教对茶文化的传播 / 113
  4. 佛门茶礼 / 116

# 目录 I

## 二 茶文化与道家文化 /117

1. 茶道的“入静”与道家的“养生” /118
2. 茶文化与“羽化成仙” /120
3. 茶文化的“道法自然” /122

## 三 茶文化与儒家文化 /125

1. 茶文化与儒家的“入世” /126
2. 茶文化与“中庸”之道 /128
3. 茶礼与儒家之礼 /130
4. 茶文化与儒家之“仁” /131

## 第六章 中华古代名士的茶缘茶风

- 一 或饮茶一盏，或吟诗一章  
——“别茶人”白居易 /137
- 二 开时送紫茗，负处沾清露  
——“皮陆”唱和茶诗 /140
- 三 行人无数不相识，独立云阳古驿边  
——茶僧皎然与茶圣陆羽 /142
- 四 相逢相问知来历，不拣亲疏便与茶  
——赵州和尚“吃茶去” /144
- 五 春浓睡足午窗明，想见新茶如泼乳  
——苏轼与“东坡提梁壶” /148
- 六 吾年向老世味薄，所好未衰惟饮茶  
——欧阳修爱茶如痴 /151
- 七 桑苎家风君莫笑，他年犹得作茶神  
——陆游舍酒取茶 /155



- 八 长安富贵五侯家，一啜犹须三日夸  
——黄庭坚与“双井茶” /158
- 九 金樽满劝羊羔酒，不似灵芽泛玉瓯  
——雅士陶谷“扫雪烹茶” /160
- 十 击拂共看三昧手，白云洞中腾玉龙  
——“点茶三昧手”的高僧谦师 /162
- 十一 西湖梦寻名茶坊，夜航船至天色明  
——张岱与“兰雪茶” /164
- 十二 饮酒赋诗，煮茗看花  
——孔尚任以茶入戏 /166
- 十三 七碗生风，一杯忘世  
——袁枚与“武夷岩茶” /168
- 十四 才非干宝，雅爱搜神；情类黄州，喜人谈鬼  
——蒲松龄借茶谈神说鬼 /172

## 第七章 异彩纷呈的中华茶具文化

- 一 中华最早的茶具 /179
- 二 唐代“南青北白”的茶具文化 /181
- 三 宋代流行的“黑釉”茶具文化 /183
- 四 明代的“白盏”茶具文化 /184
- 五 清代“彩釉”的茶具文化 /186



# 中华 茶艺

## 第一章



## 穿越历史的千年茶香



中華  
一壺茶



穿越历史的千年茶香

## 世界上最早的“茶”字

早在2200年前的《尔雅》一书中，就有后世史家学者所公认“茶”的最早文字记载。《尔雅》是中国最早解释词义的一部专著，该书是中国古代考证词义和古代名物的重要资料。其后，司马相如的《凡将篇》、东汉许慎的《说文解字》、三国华佗的《食论》等书都有关于茶的记载。

追溯“茶”字的起源，会发现在“茶”字出现确立之前，是“荼”字在代表其意，“荼”字就是“茶”的古体字。“荼”字最早出现在《诗经》中。《诗经》是中国古代第一部诗歌总集，大约是周初至春秋中叶的作品。对于《诗经》中出现的几处“荼”字，历代学者颇多争议。有学者认为该字指的就是茶，但也有学者根本就不同意这种观点。

他们的依据是，在遥远的古代，中国人不可能对每种植物都有一个特定确切的文字记录，所以一名多物，或多名一物的情况是常有的事情，而越是远古，这种现象就越是很多。

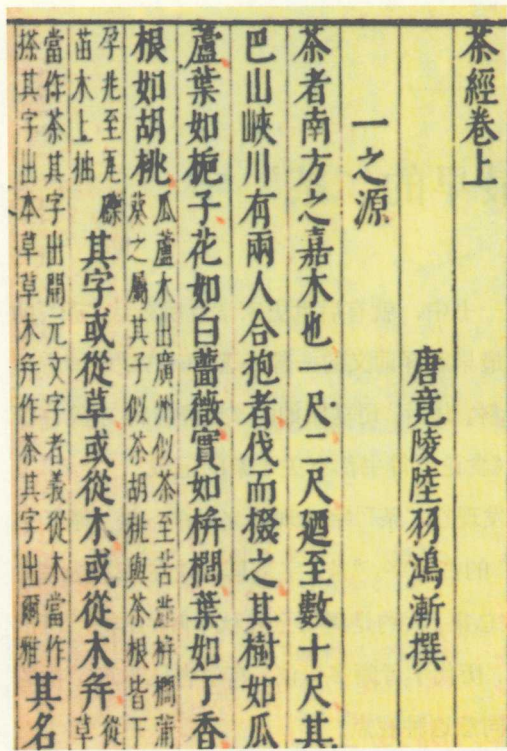
对于《诗经》中“荼”字所代表的具体意义，有人认为指的是苦菜；有人认为指的是莠草；有人认为指的是茅、芦之类的白花；有人认为指的是菜和草；有人认为指的是神名。此外，还有很多不同的解释。

《诗经》中出现的“荼”字，究竟指的是茶，是菜，还是草，已经随着时光的流逝而无法具体考证。但是很多人更愿意接受“荼”字就是“茶”之意这一说法，因为这样，渊源古老的茶就与中国第一部诗歌总集相联系在一起了。

中国茶圣陆羽在《茶经》中称：茶，其名一曰茶，二曰檟，三曰菠，四曰茗，五曰拜。



中国茶圣陆羽在《茶经》一书中将“茶”字减去一画，写成“荼”字，后世我们习以为常的“茶”字才得以问世。图为《茶经》书影



茶为什么有如此之多的称谓呢？这是由于中国古代人们对茶的不同认识，加之地域的障碍，语言的差异，以及文字的局限，才导致茶有多种称谓。在唐以前，茶的称谓虽然有很多，但用得最普遍的仍是“茶”字，随着茶文化的发展，“茶”字从一名多物的“茶”字中分化出来，演变成特定的专有名字。

从“茶”字到“荼”字的演变，是一个漫长的历史过程。尽管“茶”字远在汉

代官私印章中就能找到佐证，其音亦可在《汉书·地理志》得到印证，但茶字形、音、义三者同时确立却始于中唐，也就是中国茶圣陆羽在千古茶书的经典之作《茶经》一书中一律将“茶”字减去一画，写成“荼”字。至此，后世我们习以为常的“茶”字才得以问世。

## 二

### 茶文化的“孕育”与传承

从远古时代的神农时期到唐之前这一段漫长的历史时光，是中国茶文

# 茶

中华  
一壶茶  
茶的故事

化的孕育时期。据后世历代学者的研究发现，早在远古时期，茶是被当做药材来使用的；其后，它可能又被先人们在食物不足时用作食品，或许，这两种功用是被交叉使用的，这已经无法具体考证。在远古的蛮荒时代，当时的生产力十分低下，人们面临恶劣的自然环境难以抗衡，疾病很多，死亡率很高。在这种生存条件下，中华的先祖们在从事最简单的采集、渔猎的生产过程中，已经学会辨别一些有用的和有害的动物和植物，他们意外地发现茶可以解毒。接着在漫长的历史时光中，茶逐渐由药用过渡到食用。



先秦的《神农本草》云：“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶而解之。”说明早在远古时，中国古人就认识到茶具有解毒治病的功能。图为《神农尝药图》

远古时期虽然没有确切的文字记载，但有关茶的发现和利用留下了许多优美的传说。成书于先秦的《神农本草》云：“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶而解之。”实际上是一种美丽传说的记载。类似于此的传说还有很多，这些传说直接或间接地向后世证明：远古时代的先人在认识和利用茶的过程中，不仅逐渐发现茶具有解毒治病的功能，而且还赋予了茶“济世活人”的品格。在先人们恶劣的生存环境中，一种能够解毒治病的植物被发现，当然令人为之振奋。而在当时匮乏的生存条件下，这种“济世活人”的功用自然被十分推崇。

遥远的先人们还借茶表达对高尚道德的追求，茶叶便成为高尚、纯洁、廉洁等象征物。周代以前的茶事由于年代的久远和文字记载的匮乏，今天已经所知甚少，而从周代开始，由于后世流传的史料渐渐丰富起来，这给后世研究茶提供了充足的佐证。

周代是中国历史进程中一个繁盛的时代，周武王在继承父位之后，强



国兴邦，灭掉殷商后，更是成为古中国的主宰，此时的古中国无论是在疆域、民族，还是文化、经济上都达到了一个前所未有的高度。《华阳国志·巴志》中记载：周武王把同宗子弟封在巴地，巴地向他进贡的贡品有“桑、蚕、麻、鱼、盐、铜、铁、丹漆、茶、蜜、灵龟、巨犀、山鸡、白雉、黄润、鲜粉”，由此可以想见当时物质生活的丰盛程度。

在重大礼的周代，先人们常以茶代替猪头三牲祭祖，即以茶祭祖。至此，茶的文化内涵不仅仅具有“济世活人”的内涵，同时，还具有高尚、醇厚的丰富含义。

在战国时代之前，因当时地理条件的限制，茶的种植和使用的范围还仅限于当时的巴蜀等地，而至于其他地区，除去一些达官贵族靠接受贡品和馈赠获得以外，民间百姓是很难见到茶的。秦始皇统一中国后，不仅从政治、经济等大的方面促进了国家的强盛和民族的融和，也对茶的使用、种植和推广，起到了直接的作用。

在秦之前，产茶和饮茶主要都集中于今天的四川西南一地区，明顾炎武的《日知录》中曾写道：“秦人取蜀，始知茗饮事。”由此可见，中国产茶饮茶之地的源头是在四川，因为隔着千山万水，更有险难的“蜀道”相阻，种茶、饮茶也就只能局限于四川地区。直到秦统一了中国后，种茶和饮茶才由四川逐渐向外传播，先流传至长江流域，后在五世纪左右传至北方地区，六、七世纪再传播到西北、西藏等地。

在秦始皇时代，人们已经开始将茶烹制成羹饮来食用，但此时的羹饮不同于今天的将茶作为饮料用，而是把茶烹制成一种菜汤，作为食品使用的。

汉取代秦而兴盛于中华大地时，无疑对茶的推广和传播起到了极大的作用。汉代时人们对茶的认识已经很深入了。成于汉初的我国第一部辞书《尔雅》中就有关于茶的解释。汉时两位最负盛名的辞赋大家司马相如和扬雄，在各自的文章中都提过茶。而当时最负盛名的医学家华佗在《食论》一书中，更是明确指出茶的保健功效：“苦茶久食益意思”，这说明当时的

# 茶

中华一壶茶  
茶的故事

人们对茶的人体保健作用有了更深入的认识。

经过秦汉两代的推广和传播，饮茶之风在华夏大地上盛行起来，不仅在茶产区和先前经济、文化较发达的地区十分普及，甚至传播到北方的一些少数民族地区。

群雄并起的三国时代，茶早已从其发源地巴蜀之地传播到我国南部和东南部地区。早在汉代，我国东南部地区已经开始了大规模的人工种植茶树，而到了三国时期，统治东南部地区的孙吴已经代替了巴蜀，成为我国新的茶文化中心。此时的江苏、浙江、湖北、湖南及岭南诸地，人工种植的茶园已经具备相当规模，而茶的产品更是通过贸易的形式越过黄河，输往北方。

在中国茶文化的推广和传播过程中，到处留有文人墨客踪迹。在汉代，虽然司马相如、扬雄作为一代文坛大家，在其文章中曾提到过茶，但那不过是“蜻蜓点水”地约略一带而已，真正的诗文中咏茶的文人首推东晋时期的大文学家左思。左思在他那首著名的《娇女》中极尽文采地勾画出两位在炉边烹茶的小女儿的可爱形象，因此而留传千古。

### 三

## “茶兴于唐”的繁盛之景

魏晋时期，茶文化在江南地区得到蓬勃发展。魏晋之前，我国的北方地区，特别是北方的少数民族地区鲜能有茶，即使有一些，也仅为少数达官贵人享受，故北方地区的人们对茶的认识和使用与南方相比要晚得多，而把茶作为一种日常饮料更是要远远落后于南方。

隋统一中国后，对茶的传播和推广更是起到了直接的推动作用，茶在



隋统一中国后，对茶的传播和推广起到了直接的推动作用。图为隋文帝杨坚



隋代的大部分地区已经成为人们日常生活中的一种必需品，无论是在婉约的江南，还是辽阔的北方，当时的人们对茶都是格外热衷的。这种浓郁的茶文化氛围，也为茶文化在其后的唐代得以空前的发展奠定了坚实的基础。

历代史籍有“茶兴于唐”之说，整个唐代是中国茶文化的形成时期。茶文化兴盛于唐的前提条件是饮茶风俗在市井民间的广泛传播。唐代是中国历史

上的兴盛时代，生产力水平有了极大的提高，茶树栽培面积不断扩大，人们发明了蒸青制茶，茶叶品质也大大提高。当时，产茶区分布在8个道、43个郡、44个县，计150多个花色品种。茶的普及已下至民间，上达宫廷，其文化内涵与士大夫、文人、僧侣的生活紧密地结合起来。

翻开《全唐诗》可以查阅到，其中以茶为诗的，就有110余位诗人的400余首作品。唐代大诗人白居易的《琵琶行》：“商人重利轻别离，前月浮梁买茶去”更是传诵千古；而封演的《封氏闻见记》：“按此古人亦饮茶耳，但不如今溺之甚，穷日尽夜，殆成风俗，始于中地，流于塞外”等记述，更是可以让后世之人详尽地了解当时唐代饮茶之风的盛行。

当茶成为当时人们生活必需品的同时，还成了人们艺术鉴赏的重要对象。整个唐代，留下了众多与茶相关的诗词、戏曲、书画等艺术作品。此时的茶已与宗教、经济、历史、科学、技术等紧密相关。所有这些，使茶文化发展到唐代达到了一个鼎盛期。

在这种时代环境中，茶事日渐兴旺，客观上要求有一部科学的、系统

# 茶

中华一壶茶  
茶的故事



的理论来指导茶的生产，要求把一系列的茶的生产活动、茶的品饮活动规范化，并赋予丰富的文化内涵。这样，茶文化作为文化的一种，在理论上才会达到一种高度，于是《茶经》诞生了。

唐代贡献给后世的最重要的茶文化就是“茶圣”陆羽和世界历史上第一部有关茶的专著



贞观之治、开元盛世的出现使唐朝的政治、经济都得到了极大的发展，同时也使得茶文化大兴。图为唐太宗李世民

《茶经》。陆羽在《茶经》一书中不但总结了几千年以来的茶事，而且第一次将茶及茶事加以规范化，第一次把茶升华到一种前所未有的文化高度。

陆羽在《茶经》中明确提出：“茶之为饮，最宜精行俭德之人。”并列举了历史上一些名人以茶示俭、以茶示廉的故事，借茶事提倡节俭之风，为中国茶文化奠定了节俭为美的基本论调。唐末刘贞亮又丰富和发展了陆羽的茶文化思想，进一步提出茶有“十德”，即以茶散闷气，以茶驱睡气，以茶养生气，以茶除病气，以茶利礼仁，以茶表敬意，以茶尝滋味，以茶养身体，以茶可雅心，以茶可行道。他继承和发展了“精行俭德”的观点，提倡饮茶之时修身养性。正是因为《茶经》的诞生，中国茶文化才可以说真正有了——一个理论的开端。

唐代是中国历史上第一次出现茶政茶法等典制的时代，包括贡茶、榷茶、茶税政策等。唐朝，在经历了开国后的储位之争后，迎来了贞观之治、开元盛世，使唐朝的政治、经济都得到了极大的发展。这时的唐朝，无论上至宫廷，还是下至市井，饮茶之风蔚然成习，茶叶的贸易集市、各种茶



第一章  
穿越历史的千年茶香