

高等学校公共选修课程教材

中国茶文化教程

ZHONGGUO CHA WENHUA JIAOCHENG

周圣弘 罗爱华◎主编



中国出版集团



世界图书出版公司

7597
2321



中国茶文化教程

周圣弘 罗爱华◎主编

高等学校公共选修课程教材



中国出版集团
世界图书出版公司
广州·上海·西安·北京

图书在版编目 (CIP) 数据

中国茶文化教程 / 周圣弘, 罗爱华主编. —广州:
世界图书出版广东有限公司, 2016.7
ISBN 978-7-5192-1664-1

I. ①中… II. ①周… ②罗… III. ①茶文化—中国—
高等学校—教材 IV. ① TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 174608 号

中国茶文化教程

责任编辑 黄 琼

出版发行 世界图书出版广东有限公司

地 址 广州市新港西路大江冲 25 号

[http:// www.gdst.com.cn](http://www.gdst.com.cn)

印 刷 北京振兴源印务有限公司

规 格 710mm × 1000mm 1/16

印 张 19.75

字 数 364 千

版 次 2016 年 7 月第 1 版 2016 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5192-1664-1/TS · 0067

定 价 60.00 元

版权所有, 翻版必究

《中国茶文化教程》

撰稿成员

周圣弘 罗爱华 马小玲 王 芳

王飞权 冯 花 肖玉蓉 易 磊

前言

中国是茶的故乡和茶文化的发祥地。中国茶文化，是中华优秀传统文化的有机组成部分。在大学生中推广茶文化，利用茶文化的功能和作用提升大学生的文化修养和精神品位，对拓宽高等教育内涵和弘扬中国传统文化均有积极的作用。

茶文化源远流长，包罗万象。它包括茶的历史发展，茶的发现和利用，茶区人文环境，茶业科技，茶的生产和流通，茶类和茶具的发生和演变，饮茶习俗，茶道、茶艺、茶德，茶对社会生活的影响，茶事文学艺术以及茶的传播等。这些内容，可以有体系地形成一门在大学生中开设的文化教育通识课程。

茶文化之美在于物质美和精神美。物质之美在于茶的色、香、味。茶色怡人，茶香悠远，茶味甘醇，带给人们生理的愉悦之感；精神之美则是茶事的意境之美。美的意境，将人从烦恼紧张的情绪带入一个闲适冲淡的氛围中。因茶而产生的诗词书画等艺术作品，则是意境美的升华。

茶文化中蕴涵了丰富的哲理：儒家的中庸和谐、道家的道法自然、佛家的清寂禅悟思想。

儒家哲学的中庸和谐思想的核心是“和”。“和”，是事物两端间的平衡，是恰到好处，是理性节制。中庸不是调和和折中，是对立中求统一，是事物内部矛盾双方及与外部之间保持一种相对稳定、有序的存在状态。茶文化中蕴含了儒家的中庸和谐思想。儒士多饮茶，就是迷恋饮茶时的和谐意境。儒家将之引入茶文化，主张在饮茶中沟通思想，创造和谐气氛。

“道法自然”，出自《老子》第二十五章，其语意是抽象哲学范畴的“道”要“法”“自然”，且须“法”“自然”，万物皆应效法自然，并从中汲取规律适应自然。自然是道家最尊崇的哲学层次。在茶文化中，饮茶是人与自然的直接交流。从茶汤的品饮中，感受大地山川等自然之物的奇妙；从茶饮活动中，体味真香真味真气的微妙变化，进而领悟自然的真谛，享受人与自然相互交融的美感。

佛教在推动茶叶生产和茶文化发展方面功不可没，它势必规定和影响中国茶道精神内涵。佛家追求纯和境界。禅宗之要义是不借助、不追求且不为任何东西所滞累，在一种绝对的虚静状态中直接进入禅的境界，专心静虑，顿悟成佛。茶的本性质朴、清淡、纯和，与佛教精神有相通之处，因此能被佛家所接受。中国茶道追

求心无杂念，专心静虑，心地纯和，忘却自我和现实存在，这些茶道精神是源自于佛家思想的。可以说，品茗的重要性对于禅佛，远远超过儒、道二家。而“吃茶去”这一禅林法语所暗藏的丰富禅机，“茶禅一味”的哲理概括所浓缩的深刻含义，都成为茶文化发展史上的思想精蕴。

茶文化精神内涵的另一方面，是通过品茶陶冶情操，修身养性。茶性温和，饮茶使人保持一种清醒自然的状态，是一种人与自然的精神交流。古代人品高洁的君子通常在饮茶中寄托自己高风亮节的精神追求。饮茶亦成为一种高雅的时尚，同时也是一种陶冶情操和交流友谊的方式。烹茶、煮茶对器具、水品都要求严格，需要十分洁净，不能有其他物质掺杂其中。因此，人们常将茶与人品相关联，强调茶的君子特性，可见茶对人品修养的影响。在茶文化中，强调茶的君子品质对大学生素质教育中的德育教育大有裨益。通过对茶质朴的君子品性进行阐释，教育大学生培养自审和宽以待人的品质。以茶中的君子之道告诫大学生克服性格中的个人弱点，以宽厚、包容的心态对待他人，形成健全的人格品质。

茶文化的精神功能还在于引导和修正因现代社会高速发展引发的“快餐文化”所带来的负面影响。“快餐文化”是现代社会中工业文明极度发达的产物，在给生活带来方便快捷的同时，也容易产生功利主义、享乐主义的价值观，给人的价值取向带来负面影响。茶文化有厚重的文化底蕴，有质朴平和的精神品质，在大学生中加强茶文化教育，有利于发掘传统文化中的思想精髓，促进大学生充分理解和谐思想，理解人与自然的相互包容，从而摒弃浮躁，踏实做事，认真做人。

茶文化的美学功能，对培养大学生的审美有积极的引导作用。当前大学生处在一个信息时代，多元的审美思潮影响着大学生的美学意识。在纷繁的审美意识中，让大学生保持一种积极、健康的审美态度需要多方面的共同努力。运用茶文化中传统的美学功能为大学生审美树立一个良好的标志，引导他们对传统文化审美的认同和接受，提高他们的审美层次。

通过对茶文化的推广，可以增进大学生对茶文化中养生功能的理解。让他们了解饮茶对缓解个人紧张压力，排解心中烦闷，形成平和稳定的心理状态都有一定帮助。而且通过饮茶可以体味到自然世界的淳朴之美，达到返璞归真的精神境界。茶中含有蛋白质、氨基酸等，具有提神醒脑、消除疲劳、帮助消化等功能，有助于养生和强身健体。

在大学生中开展茶文化的素质教育，对于传承和弘扬茶文化有重要的意义。中华文化内涵丰富、异彩纷呈，但大多发源于农业文明并随之演变发展。随着现代化发展的加速，工业文明成为社会的主导。在此进程中，中华文化中的许多精华正在逐步被人淡忘或消失。茶文化在当前快节奏的社会生活中，其影响力也正在逐渐缩小。各种速食、速溶的饮食产品日益占领人们的日常生活。如果当茶已成为一种奢侈品或者说饮茶亦成为一种高档消费行为时，那么传统的茶文化就与我们渐行渐远。因此，在大学生中传播茶文化，培养茶文化延续的种子，是保证优秀传统文化能一直传承下去的重要途径。

目 录

第一章 茶文化：掀起你的盖头来	001
第一节 茶文化的定义和内涵	001
第二节 茶文化的性质和特点	002
第三节 茶对中外文化的影响	006
第四节 当代中国茶文化研究的历程	012
第二章 中国：世界茶叶的故乡	016
第一节 中国：世界茶树的发源地	016
第二节 中国：饮茶历史悠久的国度	020
第三节 茶叶：品类与中国十大名茶	023
第四节 茶叶：在中国和世界的传播	031
第三章 源与流：中国茶文化简史	037
第一节 秦以前：萌芽时期	037
第二节 汉魏六朝：发展时期	039
第三节 隋唐宋元：兴盛时期	040
第四节 明清两朝：鼎盛时期	046
第五节 晚近：复兴时期	051
第四章 茶艺：从简约到繁复的嬗变	055
第一节 茶的冲泡与品饮	055
第二节 茶艺的分类	066
第三节 茶艺的要素	069
第四节 茶艺表演	072

第五章 工夫茶：风靡九州的茶饮时尚	075
第一节 工夫茶的源流	075
第二节 武夷工夫茶艺	082
第三节 闽南工夫茶艺	095
第四节 潮州工夫茶艺	098
第六章 茶具：风情万种迷人眼	102
第一节 茶具的基本知识	102
第二节 茶具的历史演变	111
第三节 紫砂茶具风情	118
第四节 英式茶具欣赏	123
第七章 茶馆：弥盖寻幽得闲处	126
第一节 中国茶馆的演变历史	126
第二节 中国古今茶馆的类型	130
第三节 茶馆的性质与功能	134
第四节 当代著名茶馆茶楼介绍	139
第八章 茶：健康与文明的饮料	145
第一节 茶：主要成分与营养元素	145
第二节 茶：保健美容的绿色饮料	151
第三节 茶：行道会友的文明饮料	158
第四节 茶：润泽身心的和谐饮料	159
第九章 茶俗：东西南北不同俗	162
第一节 民俗与茶俗	162
第二节 北方地区茶俗	164
第三节 华南地区茶俗	166
第四节 西南地区茶俗	172
第五节 江南地区茶俗	177
第十章 茶人：天下谁人不识君	183
第一节 陆羽、皎然与卢仝	183
第二节 李白与白居易	188
第三节 苏轼与朱熹、陆游	190

第四节	吴觉农、陈椽与庄晚芳	193
第五节	张天福与陈德华	196
第十一章	茶典：中国茶文化的载体	200
第一节	唐代以前的茶文献	200
第二节	《茶经》及其他唐代茶典	202
第三节	《大观茶论》、《茶录》与其他宋代茶典	207
第四节	元明时期的茶书	212
第五节	清代茶典	226
第十二章	茶文学：古今文脉一叶承	234
第一节	茶文学概说	234
第二节	中国茶文学简史	235
第三节	中国茶诗种种	245
第四节	小说与茶文化	261
第十三章	茶画：浓妆淡抹总相宜	265
第一节	唐五代茶画欣赏	265
第二节	宋、辽代茶画欣赏	270
第三节	元明清茶画欣赏	277
第十四章	茶道：玄雅的非常之道	286
第一节	什么是茶道？	286
第二节	中国茶道的内涵	287
第三节	茶道的哲理表征	290
第四节	中国茶道的诗性	291
第五节	中华茶道精神	292
第十五章	方兴未艾的茶文化旅游	294
第一节	茶文化旅游的概念	294
第二节	茶文化旅游的类型	296
第三节	茶文化旅游的开发	301
参考文献		304
后 记		306

第一章 茶文化：掀起你的盖头来^①

中国是茶的故乡，茶文化的发祥地。茶，位居全球三大饮料（茶、咖啡、可可）之最，是世界上最受欢迎、最大众化、最有益于身心健康的天然饮料。如今，茶已成为中国民众的举国之饮。茶的发现和利用，不但推进了中国的文明进程，而且极大地丰富了全世界的物质、精神和道德生活。

第一节 茶文化的定义和内涵

茶文化，在中国绵延数千年，是中华优秀传统文化的一个重要分支。但茶文化作为一门学科提出，却是个新生事物。社会的发展和科技的进步，使当今社会物质文明和精神文明得到广泛的融会，学科间渗透交叉产生了许多边缘新兴学科，科学在两门学科的交界处是最有前途的。茶文化，就是其中之一。

一、茶文化的定义

文化是一种社会现象，它是人类社会形成以后出现的一种社会形态。

“文化”一词，广义来说，是指人类在社会实践过程中所创造的物质、精神财富的总和。狭义来说，是指社会的意识形态，即人类所创造的精神财富，如文学、艺术、教育、科学等，也包括社会制度和组织机构等。

作为一种历史现象，任何社会都有与其相适应的文化，并随着社会物质生产的发展而发展。作为意识形态的文化，是一定的政治与经济的反映，它同时又作用于一定社会的政治和经济。但对“文化”一词的说法，尚无定论。鉴于此，什么叫“茶文化”，它与“文化”一样，目前仍众说纷纭。

一般认为，茶文化就是人类在发展、生产和利用茶的过程中，以茶为载体，表达人与自然，以及人与人之间产生的种种理念、信仰、思想感情、意识形态的总和。

^① 本章第一、二节，主要参考了姚国坤著《茶文化概论》（浙江摄影出版社2004年9月版）第1—7页的内容。第四节，主要参考了余悦的《中国茶文化研究的当代历程和未来走向》（《江西社会科学》2005年第7期）一文的部分内容。

所以,茶文化是人类在社会发展过程中所创造的有关茶的物质财富和精神财富的总和。它以茶为载体,反映出明确的精神内容,是物质文明和精神文明高度和谐统一的产物。^①

有学者从“大文化”观点出发,认为一切出自人类创造的物质和精神现象均称为文化,认为茶文化的含义应包括茶业的物质生产、流通活动和人类各种饮茶方式的精神内涵,包含所有关于茶领域的物质和精神两个方面;也有学者认为,茶文化是以茶为题材的物质文化、制度文化和精神文化的集合;更有学者认为,茶文化应该是在研究茶和茶的应用过程中所产生的文化和社会现象。^②

二、茶文化的内涵

茶文化包含丰富的内涵,它包括茶的历史发展,茶的发现和利用,茶区人文环境,茶业科技,茶的生产和流通,茶类和茶具的发生和演变,饮茶习俗,茶道、茶艺、茶德,茶对社会生活的影响,茶事文学艺术以及茶的传播等。其表现形式,一般认为可归纳为四个方面。

1. 物质形态

又称为茶的物态文化,如茶的历史文物,茶文化遗迹,各类茶书、茶画、茶事雕刻、茶类和各种茶具,茶歌、茶舞、茶戏、饮茶及茶艺表现,茶的种植和加工、茶制品等。

2. 制度形态

又称茶的制度文化,如茶政、茶法、茶税、纳贡、茶马互市等。

3. 行为形态

又称茶的行为文化,包括客来敬茶,婚嫁茶礼,丧葬茶事,以茶祭祀以及饮茶过程。

4. 精神形态

又称茶的心态文化,如茶禅一味,茶道,茶德,茶礼,及以茶养性、以茶育德、以茶待客、以茶养廉等。

第二节 茶文化的性质和特点

研究茶文化,不但要从自然科学角度研究其自然属性,还要从社会科学角度研究其社会文化属性。茶文化已不局限于茶本身,而是围绕着茶所产生的一系列物质的、精神的、习俗的、心理的、行为的现象。所以,作为一种文化现象的茶文化,有其自身的特性和特点。

① 姚国坤.茶文化概论[M].浙江摄影出版社,2004(2).

② 姚国坤.茶文化概论[M].浙江摄影出版社,2004(2).

一、茶文化的性质

简单说来，茶文化就是人类在发展、生产和利用茶的过程中，表达人们在饮茶、用茶过程中产生的各种观念形态。也有学者认为，从“大文化”视角来看，与其他文化一样，茶文化作为一种文化现象，有其普遍属性，即茶文化的特性。大致说来，主要包括以下四个方面。

1. 茶文化的社会性

饮茶是人类美好的物质享受与精神品赏。随着社会文明的进步，饮茶文化已渗透到社会的各个领域、层次、角落和生活的各个方面。富贵之家过的是“茶来伸手，饭来张口”的生活，贫穷人家过的是“粗茶淡饭”的日子，但都离不开茶。“人生在世，一日三餐茶饭”是不可省的，即便是祭天祀地拜祖宗，也得奉上茶与酒，把茶提到与饭等同的位置。“人不可无食，但也需要有茶”，无论是皇族显贵，还是平民百姓，都离不开茶。所不同的，只是对茶的要求和饮茶方式不同罢了，而对茶的推崇和需求，却是一致的。

唐代，随着茶业的发展，茶已成为社会经济、社会文化中一门独立的学问。饮茶遍及大江南北、塞外边疆。而文成公主入藏，带去饮茶之风，使茶与佛教进一步融合，西藏喇嘛寺因此出现规模空前的盛会。宋代，民间饮茶之风大盛，宫廷内外，到处“斗茶”。为此，朝廷重臣蔡襄写了《茶录》以公天下；徽宗赵佶也乐于茶事，写就《大观茶论》一册。皇帝为茶著书立说，这在中外茶文化发展史上是绝无仅有的。明代，太祖为严肃茶政，斩了贩运私茶出塞的爱婿欧阳伦。清代，八旗子弟饱食终日，无所事事，坐茶馆玩鸟，成了他们消磨时间的重要方式。所有这些，道出了茶在皇室贵族中的重要位置。而历代文人墨客、社会名流以及宗教界人士，更是以茶洁身自好。他们烹茶煮水，品茗论道，吟诗作画，对茶文化的发展起了推波助澜的作用。至于平民百姓，居家茶饭不可或缺。即使是粗茶淡饭，茶也是必需品。“开门七件事，柴米油盐酱醋茶”，说的就是这个意思。

2. 茶文化的广泛性

茶文化是一种范围广泛的文化，它雅俗共赏，各得其所。茶文化的发展历史告诉我们：茶的最初发现，传说是“神农尝百草”，始知茶有解毒功能和治病作用，才为人们所利用的；殷周时期，茶已成为贡品；秦汉时期，茶的种植、贸易、饮用已逐渐扩展开来；魏晋南北朝时期，出现了许多以茶为“精神”的文化现象；盛唐时期，茶已成为“不问道俗，投钱取饮”之物。唐代物质生活的相对丰富，使人们有条件以茶为本体，去追求更多的精神享受和营造艺术美的生活。随着茶的物质文化的发展，茶的精神文化和制度文化向着广度延伸和深度发展，逐渐形成了固有的

道德风尚和民族风情，成为精神生活的重要组成部分。爱茶文人的创作，为后人留下了许多与茶相关的文学艺术作品。此外，茶还与宗教等学科紧密相关，茶文化是范围广阔的文化，浸润众多领域和方向，这是茶文化的一个重要特征。

3. 茶文化的民族性

据史料记载，茶文化始于中国古代的巴蜀族人，在发展过程中逐渐形成了以汉族茶文化为主体的茶文化，并传播发展。每个国家、每个民族，都有自己独特的历史、文化、个性，并通过其特殊的生活、习俗加以表现出来，这就是茶文化的民族性。

中国是一个多民族的国家，五十六个民族都有自己多姿多彩的茶俗，蒙古族的咸奶茶、维吾尔族的奶茶和香茶、苗族和侗族的油茶、侗族的盐茶，主要追求的是以茶作食，茶食相融；土家族的擂茶、纳西族的“龙虎斗”，主要追求的是强身健体，以茶养生；白族的三道茶、苗族的二宜茶，主要追求的是借茶喻世，讲为人处世的哲理；傣族的竹筒香茶、傈僳族的响雷茶、回族的罐罐茶，主要追求的是精神享受，重在饮茶情趣；藏族的酥油茶、布朗族的酸茶、鄂温克族的奶茶，主要追求的是以茶为引，意在示礼联谊。尽管各民族的茶俗有所不同，但按照中国人的习惯，凡有客人进门，不管是否需要饮茶，主人敬茶是少不了的，不敬茶往往被认为是不礼貌的。再从大范围看，各国的茶艺、茶道、茶礼、茶俗，同样也是既有区别又有联系，所以说茶文化是民族的，也是世界的。

4. 茶文化的区域性

“十里不同风，百里不同俗。”中国地广人多，由于受历史文化、生活环境、社会风情的影响，形成了中国茶文化的区域性。如在饮茶的过程中，以烹茶方法而论，有煮茶、点茶和泡茶之分；以饮茶方法而论，有品茶、喝茶和吃茶之别；以用茶目的而论，有生理需要、传情联谊和生活追求之说。再如中国的大部分地区，饮茶的基本方式是直接用开水冲泡茶叶，无须加入薄荷、葱姜等佐料，推崇的是清饮。对茶叶的品质要求，有一定的区域性。如南方人喜欢喝绿茶，北方人崇尚花茶，福建、广东、台湾人欣赏乌龙茶，西南地区推崇普洱茶，边疆兄弟民族爱饮用黑茶紧压茶，等等。就世界范围而言，欧洲人钟情的是加奶加糖的红茶，西非和北非的人们最爱喝的是加薄荷或柠檬的绿茶。这就是茶文化区域性的反映。

二、茶文化的特点

茶文化的发展史告诉我们：茶文化总是先满足人们物质生活的需求，再满足其精神需要。在这个过程中，那些与社会不相适应的东西常常会被淘汰，但更多的是产生和发展。它不但使茶文化的内容得到不断充实和丰富，而且使茶文化由低级走向高级，进而形成自己的个性。所以，茶文化与其他文化相比，具有一些自身的特点，

主要表现在以下四个“结合”上。

1. 物质与精神的结合

茶作为一种物质，它的形态是异常丰富的；茶作为一种文化，有着深邃的内涵和文化的超越性。唐代卢仝认为，饮茶可以进入“通仙灵”的奇妙境地；宋代苏轼认为“从来佳茗似佳人”；杜耒说可以“寒夜客来茶当酒”；明代顾恺之谓“人不可一日无茶”；近代鲁迅说品茶是一种“清福”。科学家爱因斯坦组织的奥林比亚科学院每晚例会，用边饮茶休息、边学习议论的方式研究学问，被称为“茶杯精神”；法国大文豪巴尔扎克赞美茶“精细如拉塔基亚烟丝，包黄如威尼斯金子，未曾品尝即已幽香四溢”；日本高僧荣西禅师称茶“上通诸大境界，下资人伦”；华裔英国籍女作家韩素音说：“茶是独一无二的真正文明饮料，是礼貌和精神纯洁的化身。”随着物质的丰富，精神生活也随之提升，经济的发展促进茶文化的高涨，今天世界范围内出现的茶文化热，就是最好的证明。

2. 高雅与通俗的结合

茶文化是雅俗共赏的文化。在发展过程中，它表现出雅和俗两个方向，并在两者的统一中向前发展。历史上王公贵族的茶宴，僧侣士大夫的斗茶，大家闺秀的分茶，是上层社会高雅的精致文化，从中派生出茶的文学、戏曲、书画、雕塑等门类，是有很高欣赏价值的艺术作品，所以又有“琴棋书画诗酒茶”之说，这是茶文化高雅性的表现。而民间的饮茶习俗具有大众化和通俗化，老少咸宜，贴近生活，贴近社会，贴近百姓，并由此产生了茶的神话故事、传说、谚语等，所以，也有“柴米油盐酱醋茶”之说，这就是茶文化的通俗性所致。但精致高雅的茶文化是通俗的茶文化经过吸收提炼，从而升华达到的。如果没有粗朴、通俗的民间茶文化土壤，高雅茶文化也就失去了生存的基础。所以，茶文化是劳动人民创造的，但上层对高雅茶文化的推崇，又对茶文化的发展和普及起到了推进作用，并在很大程度上左右着茶和茶文化的发展。

3. 功能与审美的结合

茶在满足人类物质生活方面，表现出广泛的实用性。在中国，茶是生活必需品之一，食用、治病、解渴与养生，都需要用到茶。茶在多种行业中的广泛应用，更为世人瞩目。茶与文人雅士结缘：杯茶在手，观察颜色，品味苦劳，体会人生；或品茶益思，联想翩翩，文思泉涌。多少文人学士为得到一杯佳茗，宁愿“诗人不做做茶农”，可见，在精神需求方面，茶表现出了广泛的审美性。茶的绚丽多姿，茶文学艺术的五彩缤纷，茶艺、茶道、茶礼的多姿多彩，满足了人们的审美需要，它集物质与精神、休闲与娱乐、观赏与文化于一体，给人以美的享受。

4. 实用与娱乐的结合

茶文化的实用性,决定了茶文化的功利性。随着茶的深加工和综合利用的发展,茶的开发利用已渗透到多种行业。近年来,多种形式的茶文化活动开展,其最终目标就是“茶文化搭台,茶经济唱戏”,促进地方经济的发展。其实,这也是茶文化功利性与娱乐性相结合的体现。

总之,茶文化蕴含着进步的历史观和世界观,它以平和的心态,去实现人类的理想和目标。

第三节 茶对中外文化的影响

一、茶对中国文化的影响

茶又名“茗”、“荼”,最早产于中国巴蜀地区,从南向北、从西向东传播,现已成为世界三大饮料之一。

我国早有饮茶之风,茶文化源远流长。中国3 000年前的周代就已发现茶树并饮用茶叶。在传说中的尧舜禹时代,茶被用作能解百毒的灵药。《神农本草》:“神农尝百草,日遇七十二毒,得荼而解之。”秦代以前,茶只是当作一种药材,被称为“苦茶”,它对人的大脑和心脏能起兴奋作用,并可清热解渴。到西汉,茶开始成为人们生活中的饮料。三国魏晋南北朝时,饮茶之风出现。到唐代,茶已成为人们生活的必需品,与柴米油盐酱醋一起成为人们日常生活的“开门七件事”,有“茶为食物,无异米盐”。一部茶文化史,就是中国文明发展的一个缩影。

1. 茶与日常生活

中国茶文化深邃久远、博大精深。以茶待客会友,以茶馈礼,以茶定亲,以茶贸易,以茶示廉明志,以茶养性怡情,民情风俗与茶不可分离。民间有待客敬茶、三餐泡茶、馈赠送茶、聘礼包茶、结婚大茶、斋月散茶、节日宴茶、喜庆品茶等茶俗,还有“早茶一盅,一天威风;午茶一盅,劳动轻松;晚茶一盅,提神去痛;一日三盅,雷打不动”的茶谚。茶是我国各族人民日常活动中不可或缺的物件,是民间礼俗、礼仪最重要的载体。它深深地植根于人们的生产生活、丧葬祭祀、人生伦理及日常交际之中,并被不断礼仪化,形成“以茶待客表敬意”,“以茶赠友寓情谊”,“以茶论婚嫁”,“以茶祭祀”,“以茶丧葬”等茶礼习俗。客来敬茶,是秦汉以来的礼俗。客人来了,可以不招待饭菜,但不能不泡茶。江西宜春地区流行“客来不筛茶,不是好人家”的俗谚。泰顺有“茶哥米弟,茶前酒后”的说法,把茶看得比米和酒还重要。藏族和蒙古族有“宁可一日无粮,不可一日无茶”之说。以茶祭祀的风俗,古已有之。据考证,最迟在魏晋南北朝时期就出现了。唐以后,历代朝廷荐社稷、

祭宗庙神灵时必备茶。茶不仅被看作“礼敬”的表征，而且用来喻示友谊。茶用于交友赠友，是因为它是极清纯之物，是坚贞、高尚、廉洁的象征，历代文人称其为“苦节君”。饮茶体现了一种和谐，成为礼敬、友谊和团结的象征。“吃讲茶”的风俗，据说起源于朱元璋起兵反元时期，双方发生争执就到茶馆或第三者家中，边喝茶边心平气和地评理，消除误会和矛盾。茶在民间礼俗中如此重要，其原因除了我国是茶的故乡外，更重要的是：首先，茶的特性及自然功用与我国传统文化、民间风俗的许多内容如“天人合一”思想相吻合，在民间风俗中同样强调“和谐”、“尊让”；其次，茶能在民间生活中迅速礼俗化；再次，人们在礼仪化的过程中发现，茶是“礼”的最佳载体。茶礼俗是中国文化的历史沉淀。

茶文化是中国饮食文化之一。风情各异的茶俗、茶礼及制茶法，使人们的生活更加丰富多彩。苗族和瑶族有虫茶：苗族先用茶叶喂养大米中的米蛀虫，排出一粒粒黑色粪便，便是虫茶，成为出口的特产茶；云南大理白族三道茶：第一道是苦茶，第二道是甜茶，第三道是回味茶，寓意“吃苦在前，享乐在后，友情难忘”；侗族三杯茶：第一杯糖果茶，第二杯糖辣椒茶，第三杯蜜饯茶；布依族打油茶：黄豆、玉米花、糯粑、芝麻放入油锅，用大火炒黄，后与炒好的茶叶一起配上清水、葱姜、盐等煮沸去渣成茶水饮用。还有拉祜族竹筒茶，回族八宝茶，布朗族酸茶（入土发酵一个月），傣族烤茶，畲族新娘茶（新娘向宾客敬献新娘茶），彝族盐巴茶和罐罐茶，蒙古族的奶茶，土家族的甜酒茶。撒拉族和回族的麦茶，藏族的酥油茶，四川成都的盖碗茶，广东潮汕地区的男子工夫茶和女子的女子茶，等等。在茶文化的发展、进化过程中，制茶工序不断完善，产品质量不断提高，制茶法先后有唐饼茶、宋团茶、明叶茶、明泡茶、清沏茶等，可以制出绿茶、红茶、黄茶、黑茶、白茶和乌龙茶等。中国的茶文化，反映了不同民族不同的思维方式和民族风情。

2. 茶与婚姻

茶文化在生活中一个显著的特征，就是茶在婚姻中起重要作用。旧时把整个婚姻的礼仪总称为“三茶六礼”。其中“三茶”，指订婚时的“下茶”，结婚时的“定茶”，洞房时的“合茶”。故“三茶六礼”成为明媒正娶的代名词，茶为明媒正娶之信物。在不少地区，茶礼几乎成为婚俗的代名词，它象征纯洁、坚贞和多子多福。

“茶性最洁”寓意爱情纯洁无瑕；“茶不移本”喻示爱情坚贞不移；“植必生子”、“茶树多籽”表示子孙繁盛、家庭幸福。“十里不同风，百里不同俗”。在浙江西部婚俗中，媒人说媒俗称“食茶”。在回族婚俗中，男方请媒人去说亲称“说茶”，成功后，拿茶叶等礼物去感谢媒人，称“谢媒茶”。定亲时，茶也为必备礼物，甘肃东乡族定亲时男方送给女方几包细茶作为定亲礼品，称“订茶”。拉祜族人订婚时，别的可以不带，唯有茶是万万不能少的，“没有茶就不能算结婚”。湖北的黄陂、

孝感一带，男方的礼品中必须有茶和盐。因为茶产自于山，盐出自于海，表“山盟海誓”之意。在江苏的婚俗中，新郎需在堂屋饮茶三次方可接新娘上轿，此茶称“开门茶”。福建的畲族婚俗流行喝“宝塔茶”，用红漆樟木八角茶盘捧出五碗茶，叠成宝塔形状。在青海甘肃等地的撒拉族，迎娶新娘途经各个村庄时，曾与新娘同村的妇女们端出茯茶，盛情招待新娘及送亲者，称“敬新茶”。浙江南部的畲族有“吃蛋茶”风俗。湖南醴陵等地方新娘新郎要向长辈献茶，新婚夫妻入洞房要喝“合枕茶”。黄河流域，有的地区在男家托媒说亲过程中也有以茶待媒之俗，女子家若以茶招待，则是应允婚事的表示。贵州侗族中有“退茶”的婚娶习俗，姑娘若不愿意包办婚姻，选准时机和路线，带上茶叶放于未婚夫家堂屋桌上，表明意愿后转身就走，跑得脱就解除婚约。可见，茶能当男女婚嫁的月老。茶之所以在婚姻中有如此重要的地位，一是因为它气味芬芳，味道醇郁，预示着新婚夫妇生活美满，情致高雅。二是因为古人认为茶只能直播，不能移栽，所以又将茶称为“不迁”。“下茶”表示爱情专一，“一女不食两家茶”。三是茶树开花结籽多，中国传统信奉多子多福，送茶礼则有预祝婚后多子多福之意。这些茶俗，反映了中华民族不同的审美观念和性格特征。

3. 茶与文学艺术

中国文学作品中有不少茶文化的描写，它们丰富了中国文学艺术宝库，使中华茶文化更加璀璨夺目。历代文人墨客对茶情有独钟，一边品茶，一边著文吟诗作画。在明清小说中，关于品茶生活的描写比比皆是，《三国演义》、《水浒传》、《西游记》、《金瓶梅》、《红楼梦》、《儒林外史》、《老残游记》、《镜花缘》等都记载有丰富多彩的茶事活动。这既是现实生活的一种反映，又是中国茶文化对文学艺术创作产生重大影响的具体表现。白居易的“游罢睡一觉，觉来茶一瓯”，表达了诗人的性格特征。他在《萧员外寄蜀新茶》中叹道：“蜀茶寄到但惊新，渭水煎来始觉珍”，抒发了诗人对友谊的珍重。陆羽专心茶道，后人称赞他，卖茶者敬为茶神，饮茶者颂为茶仙，事茶者奉为茶圣。他在写罢《茶经》后感慨：“宁可终身不饮酒，不可三餐无饮茶。”乾隆皇帝说，“君不可一日无茶”。著名作家老舍也说，“品罢功夫茶几盏，只慕人间不慕仙”。苏东坡一生酷爱酒茶，他于茶中求得清醒、清雅、清适和清高，深得茶之三昧：茶有君子之品格，佳人之妙质，离人之风度，诗禅之韵味。宋代茶词与其他众多的酒词、应歌词、节序词和寿词一样，具有社交、娱乐和抒情三种功能。茶词是一种词学现象，同时也成了宋代多姿多态的茶礼茶俗的有机组成部分，丰富了茶文化的表现形态与内涵。“酌泉煮茗”是金代文人雅士崇尚之举。麻九畴有《和伯玉食蒿酱韵》：“诘问冰茶者，何如羔酒乎？”元好问有《醉后走笔》：“建茶三碗冰雪香，离骚九歌日月光。”清朝黄炳的《采茶曲》犹如十二幅自然与