


中国传统文化经典荟萃

茶道 茶经

牛晶轩 / 编著

品读经典文化 开启人生智慧

《茶道 茶经》是一本中国茶道茶经的百科全书，高度浓缩了博大精深的中国茶文化，既让您了解了茶，又轻松而全面地了解中国茶道，达到识名茶、学茶艺、行茶礼、通茶史、解茶经、修茶道的境界。

 江苏凤凰美术出版社
全国百佳图书出版单位



茶道 茶经

牛晶轩 编著

江苏凤凰美术出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

茶道·茶经 / 牛晶轩编著. —南京: 江苏凤凰美术出版社, 2016. 1

(中国传统文化经典荟萃)

ISBN 978 - 7 - 5344 - 8655 - 5

I. ①茶… II. ①牛… III. ①茶叶 - 文化 - 中国
IV. ①TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 017880 号

特约策划 王继雄
策划编辑 毛东妮
责任编辑 刘晓娟
装帧设计 刘国辉
责任监印 徐屹



出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏凤凰美术出版社(南京市中央路 165 号 邮编:210009)
北京凤凰千高原文化传播有限公司
出版社网址 <http://www.jsmscbs.com.cn>
经 销 全国新华书店
印 刷 北京中创彩色印刷有限公司
开 本 787mm × 1092mm 1/16
字 数 440 千字
印 张 27.5
版 次 2016 年 1 月第 1 版 2016 年 1 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 978 - 7 - 5344 - 8655 - 5
定 价 49.80 元

营销部电话 010 - 64215835 - 801

江苏凤凰美术出版社图书凡印装错误可向承印厂调换 电话:010 - 64215835 - 801

《中国传统文化经典荟萃》编委会

主 编 林可行

副主编 陈继武 潘志强 牛洪义

编 委

张脉峰：中华诗词学会理事，《诗词之友》杂志主编

刘太品：中国楹联学会副会长

莫真宝：中华诗词研究院学术部负责人

张 涛：银川市作协副主席

银川诗歌学会会长

张红旗：《太原晚报》副总编，摄影家

王 童：《北京文学》社长助理

王博生：《人人文学》主编，摄影家

王爱红：《文艺报》主任

邵建国：《中国散文报》中华散文网主编

孟 霖：《兰州晨报》历前文明研究专家

巴 一：著名作家

东 之：中华诗词学会会员，古典诗词研究专家

张富英：《作家报》总编

陈继武：武汉《菲柏菲小馆》馆长、收藏家、书画家

牛洪义：纸凤凰（北京）教育科技有限公司总经理

林可行：原《中国文艺家》杂志社副主编、作家、诗人

总序

“读史使人明智”，这是17世纪英国哲学家培根的一句名言。而唐太宗李世民在其著名谏臣宰相魏征死后曾多次对他的大臣说，“以史为鉴，可以知兴替”。这话比培根早了将近一千年。仅此一斑，足以管窥中华优秀传统文化不仅源远流长、积淀深厚、博大精深，而且是中华民族承前启后、生生不息、团结奋进的不竭动力。在中华这座丰富的文化宝库中，她蕴藏的每一部历史典籍，就是一段中华民族历史文明的缩影，我们熟读中华传统经典，不只是为了熟知和传承，更是为了能从她的优秀历史文化中吸取营养和智慧。

中华民族文化渊源可以追溯到五千多年前的旧石器时代，其经典文化源头可分为黄河文明和长江文明。尽管其间因这样或那样的原因出现过曲折，甚至是断层，但到现在，中华传统文化的主流部分依然得以保留和延续，这既是中华智慧的先祖们的丰功伟绩，也是我们的福分和骄傲。

中华传统文化不仅在渊源上源远流长，在思想上也包容扬弃，而且具有高度原创性和独特性。譬如《易经》，号称万经之首，是中华文明的灵魂和密码，他由三个部分组成：一为伏羲八卦为始，那时并没有文字，所以八卦。二为周文王承接伏羲八卦，以八八重叠演生六十四卦，周文王父子认为六十四卦以包含宇宙万物，每一卦都有卦辞。后有孔子做传，遂为中国传统思想文化中自然哲学与人文实践的理论根源，是古代汉民族思想、智慧的结晶，被誉为“大道之源”，更是古代帝王之学，政治家、军事家、商家的必修之术。《易经》涵盖万有，纲纪群

伦，是汉族传统文化的杰出代表；广大精微，包罗万象，中医典籍，古代兵法，风水玄学，亦是中华文明的源头活水。

中国早期的思想形态带有一种“宗教神学”的特点，“天”“神”是其主要内容。尤其是在春秋战国时期，出现的百家争鸣局面，可谓中国文化的黄金时期，当时出现了众多的杰出人物，成为了中国思想的象征或代表。按西汉后期著名学者刘歆的分法，当时共有十家：阴阳、儒、墨、名、法、道、纵横、杂、农、小说。其杰出的代表人物有：孔子、孟子、荀子、老子、庄子、墨子、韩非子、杨朱、惠施、公孙龙等。自汉武帝采纳董仲舒建议“罢黜百家独尊儒术”之后，“儒、道、墨、法”和外来的佛学，对中国后世影响最大，对中国的传统思想起了主导作用。除此，其余皆为从属地位，没有得到更好的发展。至于玄学，是对《老子》《庄子》和《周易》的研究和解说。其产生于魏晋，是魏晋时期的主要哲学思潮，是道家和儒家融合而出现的一种哲学、文化思潮。命相、风水是古老易经文化的具体应用，是国学不可分割的组成部分之一，符合五行相生、八卦相荡原理。而中医理论则是来源于对历代医疗经验的总结，及中国古代的阴阳五行思想的融汇。其内容主要包括精气学说、阴阳五行学说、气血津液、藏象、经络、体质、病因、发病、病机、治则、养生等。早在两千多年前，中医专著《黄帝内经》问世，奠定了中医学的基础。时至今日，中国传统医学相关的理论、诊断法、治疗方法等，均可在此书中找到根源。

20世纪20年代初期，随着当代新儒家的兴起，点燃了传承传统文化的薪火，代表哲学家主要有熊十力、梁漱溟、马一浮、张君勱、冯友兰、钱穆；及第二代人方东美、唐君毅、牟宗三、徐复观等。由于诸位大家各自的传统文化功底扎实深厚，独树一帜，学问融贯古今，其教化涵盖儒、释、道，兼及医卜天文、诗词歌赋。这是对“中国传统文化”的传承多么卓越的贡献。他们多是学术殿堂的教授、也是生活实践的宗教家、哲学家、禅宗大师和国学大师。

唐代韩愈诗云：“人之能为人，由腹有诗书。”（《符读书城南》）梁实秋先生说过：“作为一个地道的中国人，有些书是非读不可的。这与行业无关。理工科的，财经界的，文法门的，都需要一些蔚成中国文化传统的书。”（《雅舍小品选》）钱穆先生曾说：“《论语》自西汉以来，为中国识字人一部人人必读书。”（《论语新解》）1978年，他曾在香港向中文大学的师生提出了研习《论语》《孟子》《老子》《庄子》《六祖坛经》《近思录》的要求。

事实上，从古代到近代的中国文化典籍，其文体均为文言文形式，而这种形式至今仍被人们关注，文言文的文章也成为了衡量一个人语文水平的重要方面。所以，文言这一文体，包含着深厚的中华文化。无论是《论语》《史记》还是《红楼梦》《聊斋志异》，都无不透露着一股源远流长的汉民族文化精髓。诗歌也是一个很平常的文体，但中国的古诗另有一番文化的内涵，无论是春秋时期的《诗经》，还是战国后期的骚体，也无论是汉魏晋时期的古体诗，还是有唐以后的格律近体诗，抑或是宋词元曲等等，都有一股浓浓的沁人心脾的中国味道。正因为如此，中文体的多样性，也随之展现于世人眼前，从而激发今人延续和发展中国优秀传统文化的兴趣和欲望。这也是今天我们重新整理这套《中华传统文化经典荟萃》丛书的意义所在。

“大学之道，在于明明德，在于新民，在止于至善。”所谓“大学”，实质为大学问，人世间最重要的学问。“中也者，天下之大本也；和也者，天下之达道也。致中和，天地位焉，万物有焉。”是以吸《大学》《中庸》之醍醐。初读《大学》部分，有振聋发聩之感。再读《大学》，有“朝闻道、夕死可矣”（《论语·里仁第四》）的无憾与清爽。《大学》之所以受到2000年多来的学者、统治者、士人的推崇，就在于它极为简明扼要地回答并解决了人生三个重要问题：天地生人的意义，如何去实现天地赋予个体的使命，个人与天下的关系。大学是怎么回答这三个问题的呢？首先，开宗明义地指出天地生人的意义在于

“明明德，在亲民，在止于至善。”接着，指出实现的方法是“格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下。”最后，个人与天下的关系则是“一家仁，则一国兴仁；一家让，则一国兴让；一人贪戾，一国作乱。一言僨事，一人定国”（《礼记·大学》）。可见，大学为千古立志作君子者树立了道德、为人处事的标杆，影响了中国千百年来读书人。

《诗经·国风·卫风》有云：“有斐君子，如切如磋，如琢如磨。”就是告诫读书人，要做有才有德的君子，就必须加强修养，使自己变得更加的精致，要时时反省，分秒不可懈怠，努力学习，谨守品行。之所谓“玉不琢，不成器”也。“君子必慎乎其独”，一个人要完善自我，尊重自我，对得起天地良心，则应当注重修为，人前人后一个样。因为独处时，最能反应一个人的德行操守。正所谓“好而知其恶，恶而知其美者，天下鲜矣（《礼记·大学》）。”若要是非黑白一眼洞穿，这既需要广博的知识、深厚的阅历，更需要有一颗正直无私的心。也只有心正才能摒弃个人好恶、世俗偏见，正确的去判断。“人之有技，若己有之；人之彦圣，其心好之，不啻若自其口出，实能容之（《尚书·秦誓》）。”强调的是一个人要宽厚仁慈，胸怀如大海，纳万物而波澜不惊；如宇宙，日月星辰运行其间，而静默不语，人有才，应容之、惜之、爱之、举之、助之。是以社会有此伯乐，则中华幸甚。如此，则“生财有大道，生之者众，食之者寡，为之者疾，用之者舒，则财恒足也（《礼记·大学》）。”这就是所谓实现社会大同的标准，就是“君子动而世为天下道，行而世为天下法，言而世为天下则（《礼记·中庸》）”。

读《中庸》部分，顿悟“中”是圆，“庸”是方，“中庸”就是把“中”的道理用一种最恰当、合理的方式表现出来。“何方圜之能周兮？夫孰异道而相安？”（语出屈原《离骚》）事实上，方枘圆凿并不是不能相容，中庸之道恰是一种方与圆的完美结合与运用。关于“中庸”，程颐说：“不偏不倚叫做中，不变不更叫做庸；中是天下的正道，庸是天

下的定理。”中庸是儒家的最高道德标准。中庸以“诚”和“中”为基本概念，叙述形而上学的“天人合一”的哲学观点。是故，中庸之道，为的是修己治人，内圣外王。至于“修身，齐家，治国，平天下”，“和”是中庸的宗旨，“诚”是中庸的基础。而“中和”与“至诚”协调，便是君子欲得的美好境界。如若明白了中庸之道，那么，年少轻狂，愤世嫉俗者就可以用平常心对待一切，心平气和地解决问题；明白了中庸之道，就不会一味悲观，也不会盲目乐观，从容地面对生活，对不如意事可以一笑置之，亦可以不计较平常得失荣辱。我们或许做不成大事业，只能从实实在在的平凡中讨生活。可是，只要我们把这些具体而实在的小事做好，于实在中获得小小的乐趣，又何尝不是《中庸》给现在的我们带来的一些启迪与思考呢？“天下国家可均也，爵禄可辞也，白刃可蹈也，中庸不可能也（语出《中庸》）。”尽管一个人的修为要达到中庸的程度有如此难度，但我们作为炎黄子孙，作为中华优秀传统文化的继承者，也不能放弃对中庸最高境界的孜孜追求。

把理解历史当作把握人生的一把钥匙。读史就是要求我们自觉地思考自己过去致力于生产生活的实践活动，明了事物发展兴衰的客观规律，吸纳前人的经验教训，增长自己的知识和智慧，从而更好地认识自己，把握人生的现在和将来。作为中华儿女，我们应该不断学习、了解和掌握宝贵的中华文化精髓，并因之深深植根于自己心灵深处，而感到喜悦和自豪。

从“古之学者为己，今之学者为人（《论语·宪问》）”“君子食无求饱，居无求安，敏于事而慎于言，就有道而正焉，可谓好学也已（《论语·学而》）”，到“学而不思则罔，思而不学则殆（《论语·为政》）”，再到“学不可以已……吾尝终日而思矣，不如终日之所学也（《荀子·劝学》）。”我们总是因之深深感到，中华优秀而经典的传统文化历经千百年，总是让人百读不厌，如沐甘露。我们只有把这些中华文明的文化宝藏当作自己的良师益友，才能获得知识的教益，体味其中的

意趣，感悟做人的道理，提升人生的境界。

我们真诚地相信，这套丛书的出版，若能使读者在其帮助下，有所收获，有所提高，有所修为，将是我们最大的欣慰。如此，我们更加地相信，在我们和读者共同的孜孜追求和发愤努力下，中华民族优秀传统文化会进一步发扬光大，这将是这个时代一个多么令人喜悦的幸事！

胡奇川

乙未年春

目 录

第一章 茶之起源.....	1
第一节 茶的发现和利用.....	1
第二节 茶树概述.....	3
第三节 茶文化发展史	14
第二章 茶叶之种类与特点	21
第一节 茶叶的分类	21
第二节 茶的种类及其主要花色品种	24
第三章 名优茶之分类与产地	90
第一节 名优茶的定义及类别	90
第二节 中国各地名优茶	91
第四章 茶叶之鉴别与选购.....	124
第一节 古人斗茶.....	124
第二节 现代人对茶叶的鉴别.....	126
第三节 名优茶的品质评定.....	132
第四节 真茶与假茶的鉴别.....	139
第五节 次品茶与劣质茶的鉴别.....	141

第六节	新茶和陈茶的鉴别·····	144
第七节	春茶、夏茶与秋茶鉴别·····	146
第八节	高山茶与平地茶鉴别·····	150
第九节	窈花茶与拌花茶鉴别·····	153
第十节	茶的品质规格·····	155
第十一节	茶叶选购·····	157
第五章	茶叶之储藏·····	162
第一节	茶叶储藏的依据·····	163
第二节	茶叶储藏前的准备·····	165
第三节	茶叶的专业储藏·····	167
第四节	茶叶的家庭储藏·····	168
第五节	藏茶禁忌·····	172
第六章	泡茶之用水·····	175
第一节	古人论水·····	175
第二节	现代泡茶用水·····	178
第三节	天下名泉概览·····	181
第七章	茶之器具·····	212
第一节	茶具的发展与演变·····	212
第二节	异彩纷呈的现代茶具·····	223
第三节	独特的紫砂茶壶·····	229
第四节	景德镇瓷茶具·····	237
第五节	茶壶的选购·····	240
第六节	茶壶的养护·····	243

第八章 茶之品饮	247
第一节 饮茶方式和习俗的发展与演变	248
第二节 泡茶要领	250
第三节 茶的冲泡技术	256
第四节 茶叶在冲泡过程中的变化	263
第五节 茶的品饮环境	267
第六节 残茶的妙用	270
第七节 饮茶注意事项	273
第八节 饮茶涉及的一些问题	280
第九章 泡茶技艺举例	295
第一节 绿茶茶艺	295
第二节 西湖龙井茶茶艺	302
第三节 碧螺春茶茶艺	305
第四节 信阳毛尖茶茶艺	307
第五节 黄山毛峰茶茶艺	309
第六节 武夷山功夫茶茶艺	310
第七节 潮汕功夫茶茶艺	315
第八节 宜兴功夫茶茶艺	318
第九节 台湾功夫茶茶艺	324
第十节 安溪功夫茶茶艺	325
第十一节 泉城功夫茶茶艺	328
第十二节 红茶茶艺	335
第十三节 花茶茶艺	339
第十四节 禅茶茶艺	346
第十五节 孔子茶艺	352
第十六节 乌龙茶茶艺	353

第十七节 普洱茶茶艺·····	355
第十八节 白毫银针茶茶艺·····	357
第十九节 君山银针茶茶艺·····	358
第十章 茶之专著·····	361
第一节 《茶经》注译·····	361
第二节 其他茶学著作简析·····	412

第一章 茶之起源

茶，从发现、利用到今天，已经历了数千年之久。在这漫长的历史演变过程中，茶作为一种饮料，并成为全国人民乃至全世界人民的饮料之一，早已为人们所熟知；茶作为一种延年益寿、防病治病的药物，也早已应用于临床实践，近代医学对茶的药理作用，经过多方研究，也给予了充分的肯定。由于茶含有众多的营养成分和具有保健作用，因此，古往今来，茶在饮食上被广泛使用。如今，随着科学的进步，茶学研究的不断深化，茶的综合利用也日益广泛。因此，茶应用的广泛性、多样性，以及因某些特有成分而导致的专一性用途，愈来愈受到人们的瞩目。

第一节 茶的发现和利用

茶的发现和利用，以及在品饮过程中创造积淀的茶文化，是中国对人类文明进步的一大贡献。中国是世界茶文化的发源地，茶文化是中国传统文化的组成部分，随着社会的进步，茶不但对经济发展起到促进作用，而且逐渐形成了灿烂夺目的茶文化，已成为社会主义精神文明建设的一颗明珠。茶文化的出现，把人类的精神和智慧带到了更高的境界。茶文化历史悠久，内容也很广泛，既是中华民族优秀传统文化的体现，还是茶在精神领域的延伸。弘扬茶文化，有益于提高人们的道德修养和艺术欣赏的水平。

文字记载表明，我们祖先在 3000 多年前已经开始栽培和利用茶树。

然而，同任何事物的起源一样，茶的起源和存在，必然是在人类发现茶树和利用茶树之前，直到相隔很久很久以后，才为人们所发现和利用。人类的用茶经验也是经过代代相传，从局部地区慢慢扩大开了，又隔了很久很久，才逐渐见诸文字记载。到唐代，茶圣陆羽在总结茶的发现和利用时，在《茶经》中写道：“茶之为饮，发乎神农氏，闻于鲁周公。齐有晏婴，汉行扬雄、司马相如，吴有韦曜，晋有刘琨、张载、远祖纳、谢安、左思之徒，皆饮焉。滂时浸俗，盛于国朝两都并荆俞（注：俞即渝之意）间，以为比屋皆饮。”说明自神农发现并利用茶以来，到唐代，其东西两都（洛阳和长安）以及湖北、四川一带，茶已成了家家户户的“比屋皆饮”之物。

我们的祖先最初利用的是野生茶树，在经过了一个很长时期后才出现了人工栽培的茶树。据较为可靠的记载，茶树的人工栽培发生在3000多年前。《华阳国志·巴志》有记载，公元前1100多年周武王伐纣时，巴国已以茶及其他珍贵物品纳贡周武王，说明当时已有人工栽培的茶园了。尔后茶的栽培从巴蜀地区南下云贵一带，又东移楚湘，转粤赣闽，入江浙，然后北移淮河流域，形成我国广阔的产茶区。

茶叶由茶树鲜叶加工而来。茶与咖啡、可可并称世界三大软饮料。中国是最早发现、利用、栽培、加工茶的国家，是茶树的原产地。其渊源一直可追溯到原始社会晚期。茶叶起初鲜食，生叶煮羹或烤炙后煮饮。汉代煮饮，亦作茗粥。隋唐时盛行蒸青饼茶，茶圣陆羽著《茶经》并创煎茶法。中唐开始征茶税，从此茶业成为历代政府充实国库重要的经济来源之一。宋代制茶技术进一步发展，制成精美的龙凤团茶及各种茶饼，用点茶法饮茶。宋末元初开始生产蒸青散茶，并创立了花茶窰制技术。边疆少数民族将砖茶加盐、酪、椒、姜煮饮。明代贡茶废饼茶以散茶代之，炒青散茶制法日趋完善，绿茶、黄茶、黑茶均有生产。明末饮茶方式也随之改为撮泡法，已近似于现代冲泡法。清代时现代白茶、红茶、乌龙茶开始制作，闽粤盛行功夫茶泡法。

第二节 茶树概述

据研究考证，最早的茶树是在我国西南部云、贵、川一带的原始森林中，由古木兰（宽叶木兰和中华木兰）演化而来。这些最初的原始型茶树经过千万年的演化，就是目前残存下来还生长在原始森林中的不少野生大茶树，如勐海巴达大茶树、澜沧大茶树、金平大茶树、风庆本山大茶树等。由这些野生原始型茶树进一步演化就形成了介于野生型与栽培型之间的过渡型茶树，如澜沧的邦威大茶树，以后随着人工的栽培与利用，就形成了栽培型茶树，如云南南糯山大茶树、保山的坝湾大茶树、腾冲的团田大茶树等。

一、茶树原产地

根据植物学家推算，茶树起源至少已有六七千万年的历史了。如今全世界产茶的国家遍布五大洲，所有这些产茶国的茶树，都是直接或间接从中国传入的。中国是世界上茶叶产制、品饮最早的国家，因而有“茶之故乡”的称号。

茶树原产于中国，自古以来，一向为世界所公认（这里所说的“原产地”，实际上就是指人工栽培以前的原始分布区）。只是在1824年之后，印度发现有野生茶树，国外学者中有人对中国是茶树原产地提出异议，在国际学术界引发了争论。这些持异议者均以印度野生茶树为依据，同时认为中国没有野生茶树。其实中国在公元200年左右，《尔雅》中就提到有野生大茶树，且现今的资料表明，全国有10个省区198处发现野生大茶树，其中云南的一株，树龄已达1700年左右。仅是云南省内树干直径在1米以上的就有十多株。有的地区，野生茶树群落甚至大至数千亩。所以从古至今，我国已发现的野生大茶树时间之早，树体之大，数量之多，分布之广，性状之异，堪称世界之最。此