



茶道经

茶道经



北京人民教育出版社

紫宸著



茶
道
经

紫
晨
著



序

序

江南生异草 日月养精光

始作神农药 方成陆羽汤

香气宜俗雅 气韵化阴阳

爱此壶中道 相传可久长

吾好茶久矣，且世有奇缘，先人曾有供职于复旦茶学系者。后吾入于复旦，得谈家桢先生厚爱，亲传茶道之理，自此茶缘一发不可收拾。归国之后，与友人访茶山，觅嘉茗，不亦乐乎。然则茶界之乱，鱼目混珠，亦令我扼腕。失道，世人无以辨法之善恶、器之真伪。而茶之于人，善可养，恶可伤，岂可等闲用之。

故吾历时五载，梳理众茶，分辨性味，上以为道，作此《茶道经》。

茶之道，源远流长，博大精深，世上本无可与中华匹敌者。然则近年，世人多好外道，所见之茶道，设案备席，煮水端茶，艺术而已，焉能为道？形而上者谓之道。深究茶之理，识阴阳，辨五行，以之统领制茶法、烹茶术、饮茶器，此之为茶道也。若今茶道，纠结于案席之摆设、宾客之举止、啜饮之规范，甚至无涉于茶之优劣、气之正邪。此则背茶道远矣，岂可忝然号之茶道。

然则中华茶道不兴，世人将皆以外道为真也。假作真时真亦假，故《茶道经》之出，其意在领中华之好茶，辨识茶气之纯正，改善制藏烹饮之技艺，以中华真茶道举之世人，以养世人之体魄，善矣！

紫晨 丁酉腊月

序

天 SKY

YÁN 阳 SOLAR

YĪN 阴 LUNAR

中国茶道 茶之自然哲学

太阳绿茶

Grand Yan Green Tea

小肠Duodenum

Bladder膀胱

太阴白茶

Grand Yin White Tea

肺Lungs

Spleen脾

人 HUMAN

阳明青茶

Middle Yan Blue Tea

大肠Colon

Stomach胃

厥阴黑茶

Middle Yin Black Tea

心包Thymus

Liver肝

地 EARTH

少阳红茶

Little Yan Red Tea

三角Pituitary-Thyroid-Adrenals Gallbladder胆

少阴黄茶

Little Yin Yellow Tea

心Heart

Kidneys肾

YIN-YAN TEASIM





《搯茶图》(宋)刘松年



《北齐校书图》局部 (北齐)杨子华)

目录

十之辨	九之品	八之季	七之时	六之烹	五之存	四之造	三之植	二之气	一之類	序
083	075	069	059	051	041	031	025	017	001	

目
录

十一之引	101
十二之性	107
尾 声	115
附 录	123
绿茶碧螺春	124
绿茶乌牛早	126
青茶铁观音	128
青茶凤凰单丛	130
青茶岩香妃	132
红茶雒越红	134
红茶博南红	136
黄茶梵金髻	138
黄茶君山金砖	140
黑茶古韵陈香	142
黑茶如意金花	144
白茶白毫银针	146
白茶寿眉	146

茶
道
经
正
文

一
之
类

一阴一阳谓之道。茶道者，茶气之阴阳也。阴阳和谐，则天下乐进。观天下之茶，因采制之术相异而气分阴阳。未杀青而成分已化、茶气已成者谓之阳茶，杀青而后转化成分、积累茶气者谓之阴茶。阴阳之茶，各应于天地人三才之造，盖有六类。

得天之气、杀青不化者谓之绿茶，气属太阳，多咖啡因而利尿提神；
因人之力、摇青发酵者谓之青茶，气属阳明，多丹宁酸而清肠排毒；
就地之厚、渥堆发酵者谓之红茶，气属少阳，多茶多胺而利胆养颜；

就地而烘青闷黄者谓之黄茶，气属少阴，多茶黄酮而活血洗肾；因人而炒青种曲者谓之黑茶，气属厥阴，多茶多糖而疏肝安神；得天而晒青陈化者谓之白茶，气属太阴，多白茶酯而健脾润肺。

阳者发散，阴者收敛。故阳茶日久则气失，不复可饮；阴茶则存之愈久，其气愈浓。

表一 茶的分类哲学

	天	人	地
阴	 太阴 白茶	 厥阴 黑茶	 少阴 黄茶
阳	 太阳 绿茶	 阳明 青茶	 少阳 红茶



白茶



绿茶



黑茶



青茶



黄茶



红茶



图一、茶的分类 茶叶按照制作工艺、理化性质和健康功效分为三阴三阳共六类。阳代表活，阴代表死。所以阳茶是杀死（杀青）之前转化的，阴茶是杀死以后转化的。阳性是外放的，阴性是内收的，所以阳茶的茶气越放越少而有保质期，阴茶的茶气越收越多而没有保质期。三阴三阳六类茶的功效对应人体的六根正脉，每根正脉又分两根经络，相应的六类茶可分为十二品。