

飲一杯香茗

品一段红楼

瀟妃燕

編



河海大學出版社
HOHAI UNIVERSITY PRESS

飲一杯香茗

品一段红楼

潇妃燕
编



河海大学出版社
HOHAI UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

饮一杯香茗 品一段红楼 / 潇妃燕编. -- 南京 :
河海大学出版社, 2019.4
ISBN 978-7-5630-5684-2

I. ①饮… II. ①潇… III. ①《红楼梦》研究②茶文化—研究—中国 IV. ① I207.411 ② TS971.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 260935 号

书 名 / 饮一杯香茗 品一段红楼

书 号 / ISBN 978-7-5630-5684-2

责任编辑 / 齐 岩 毛积孝

特约编辑 / 李 路 高 焕

封面设计 / 小 乔

版式设计 / 西橙工作室

出版发行 / 河海大学出版社

地 址 / 南京市西康路 1 号 (邮编: 210098)

电 话 / (025) 83722833 (营销部)

/ (025) 83737852 (总编室)

经 销 / 全国新华书店

印 刷 / 三河市元兴印务有限公司

开 本 / 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张 / 7.125

字 数 / 121 千字

版 次 / 2019 年 4 月第 1 版

印 次 / 2019 年 4 月第 1 次印刷

定 价 / 59.80 元

作品简介



《红楼梦》，一部茶艺的另类百科全书。在杯水之间喝出“红楼”的韵味，看着“红楼”，学习茶艺基础知识，认识各种茶器。神仙喝的是千红一窟，最贵的茶器就是妙玉招待贾宝玉等人的绿玉斗等，还有各种少见的茶、茶器，在精致中看看古人如何喝茶，文字里的茶如何雅出新高度。

目录

第一章·从红楼品茶谈喝茶时间 / 001

第二章·从『千红一窟』谈泡茶水的讲究 / 013

第三章·枫露茶 / 021

第四章·《红楼梦》与中国古代茶事 / 035

第五章·从贾元春赏赐茶筵谈茶具 / 046

第六章·从红楼茶诗说古人与茶两事 / 071

第七章·从暹罗茶说外国的『中国茶』 / 088

第八章·从喝茶看红楼人物的性格 / 102

第九章·红楼中的三种茶 / 118

第十章·妙玉的茶杯 / 131

目录

- 第十一章·妙玉品茶与《七碗茶歌》 / 144
- 第十二章·从红楼斗茶追溯到古代斗茶与茶百戏 / 151
- 第十三章·红楼中为何没有紫砂壶 / 165
- 第十四章·红楼茶碗与各色官窑制品 / 173
- 第十五章·红楼茶盘以及历代名贵茶盘 / 189
- 第十六章·女儿茶与普洱茶 / 200
- 第十七章·从贾宝玉祭晴雯谈茶祭 / 212

茶，笔画很简单的一个字，但是其文化内涵却十分深厚。古人日常生活中最常说的两个词就是“吃饭”和“吃茶”。茶在日常生活中既普遍，也很重要，不止“茶”这个字重要，茶叶，也是生活中必不可少的一部分。茶叶中有丰富的蛋白质、茶多酚、茶碱等很多对人体有益的物质，喝茶是很流行的一种养生方式。除此之外，人们喝茶提神，文人墨客品茶、斗茶，都足以体现茶在我们生活中不可或缺的重要地位。

老百姓讲开门七件事，柴米油盐酱醋茶，而文人墨客则会雅致些，他们的七件事是“琴棋书画诗酒茶”。前面六件事情没有一件是相同的，却在第七件事情上取得了完美的统一，由此可见茶对我们的重要性。茶与中国人，就

像是水和鱼的关系。我国的茶园面积居世界第一位，产量也居世界第一位，出口量居世界第三位，茶叶出口带动了我国的经济的发展，促进了货物流通。

除此之外，茶在文化方面也有着举足轻重的作用。因为茶而衍生出来的茶道，也是茶文化的一种。茶文化还不止这些，古人爱茶，其中文人最甚，为此有了很多与茶有关的典籍、诗词、小说等。而《红楼梦》绝对是茶文化小说中的佼佼者，《红楼梦》中关于茶事的描写有 260 多处，堪称小说中的“茶经”。

《红楼梦》中写到了茶叶的选择、泡茶水的讲究，其中“栊翠庵品茶”这一章节更是将珍贵的茶具、高端的品茶方式，以及一些名茶的介绍，详细地罗列在我们面前。除此之外，其他章节中也介绍了很多茶文化知识，比如茶祭、茶礼、茶俗，还介绍了一些国外的茶，等等。

我们先从《红楼梦》第三回说起。第三回主要讲的是林黛玉因为母亲病逝，家里又没有兄弟姐妹，外祖母贾母心疼她，托人接她到荣国府跟贾府姐妹一处成长。文中以林黛玉的视角介绍了她进入贾府之后的所见所闻，比如贾府的建筑设计，贾府众人在林黛玉眼中的形象，以及他们的日常生活，等等。

林黛玉远道而来，又是贾母最喜欢的女儿贾敏的孩子，在贾母心中的分量自然不一般。贾府早早就为她准备了上好的茶果，然后亲人相见，想起死去的贾敏，一个个都是泪流满面。文中虽未具体写出准备了什么茶果，但是从贾母让林黛玉去拜访自己的两个舅舅时，文中那句“当下茶果已撤，贾母命两个老嬷嬷带黛玉去见两个舅舅去”可以想到，当时贾母与王熙凤等人与林黛玉叙旧的时候，一定是准备了丰富的茶果来招待的。

这里就提到了一种茶俗，就是以茶会客。不用说是贾府这样的诗礼之家，就是寻常人家，以茶会客也是最基本的待客之道。记得小时候，家里比较穷，买不起什么好东西，所以家里凡是男客来访，就端上红茶或绿茶一杯，女客来访，就只能用白糖水和瓜子招待。现在条件好了，男客还是普通的红茶绿茶，女客则换成了小茶包或者牛奶之类，茶果也丰富了，会有水果、坚果以及小甜品等。

这是寻常人家的，再讲究些的，会用三道茶待客。所谓三道茶，就是客人来的时候先以茶会客，相谈甚欢的时候会拿出自己的好茶招待志趣相投的贵客，接下来便是留人吃饭，吃好饭之后还要请客人喝杯茶解解腻。

三道茶在吴江西南部的农村更讲究些，他们讲究先甜后咸再淡。

他们的头道茶叫饭糍干茶，一般用来招待贵客，或是第一次上门的新客及来访的亲戚。这是种不用茶叶的茶礼，只用饭糍干加糖冲上开水即成。饮用倒是十分方便，但制作饭糍干却挺费劲，不过也因此显示出此茶的礼重。据说饭糍干是这样制成的：先用饭铲铲些煮好的新糯米饭于锅底，使劲研磨米饭直到压成一层薄薄的米粉皮子，均匀地贴在锅底四周，待皮子边缘翘开，把它铲出，这便是饭糍干了。这活干起来是很累人的，即使在冬天，也会弄得满头大汗，并且还需有一个专人在灶下烧火，严格按照掌铲人的命令，控制好火旺火缓。开水冲泡好的饭糍干茶，实际上只是一种泡饭，但却如白云片片、梨花朵朵，满屋生香，软而不烂且香甜适宜。

第二道是熏豆茶，里面会有少许鲜嫩的茶叶加上被称作“茶里果”的佐料，品种繁多。最常见的是熏青豆，即采摘嫩绿的品种优良的黄豆，经剥、煮、淘、烘等多种工序加工而成，后再放入干燥器皿中贮藏备用。第二种是芝麻，一般选用颗粒饱满的白芝麻炒至芳香即可。第三种是紫苏，熏豆茶中所用的紫苏以野生为上。第四种为橙皮，或者九制陈皮。第五种是胡萝卜干。胡萝卜洗净切丝后有两种制法：一是以适量的盐生腌后晒干即成；另一种是煮熟后腌制，晾干。熏豆茶的主要佐料就是以上五种“茶里果”。这种茶就

像是一道菜一样，所以在冲泡的时候当地人会根据自己的喜好再加一些辅料，比如青橄榄、扁尖笋干、香豆腐干、咸桂花、腌姜片等。但其中有个原则务必遵循，那就是所放的佐料既不能是腥膻油腻之物，也不能造成茶汤的浑浊。食用的时候先把所有的茶里果、辅料放好，最后放茶叶，然后用沸水冲泡，香气四溢，具有地方特色的第二道茶就算完成了。

最后一道是清茶，当地人又谦称为淡水茶。清茶者，茶叶与白开水也，这才是真正的茶。

有人这么说吴江三道茶：先吃泡饭，再喝汤，最后饮茶，与我们一般的饮食程序无异。

这是汉族的三道茶。白族的三道茶跟汉族的三道茶又有些区别，他们讲究头苦、二甜、三回味。其历史可以追溯到古代，唐代《蛮书》中就有记载：一千年前的南诏时期，白族就有了饮茶的习惯。明代的徐霞客来大理时，也被这种独特的礼俗所感动，他在游记中这样描述道：“注茶为玩，初清茶，中盐茶，次蜜茶。”所谓“注茶为玩”，就是把饮茶作为一种品赏的艺术活动，也即后人所称的茶道。

白族人的第一道茶称之为“清苦之茶”，寓意“要立业，就要先吃苦”。熏豆茶是由主人在白族大堂屋里一年四季不灭的火塘上，

用小陶罐烧烤大理特产沱茶到黄而不焦、香气弥漫时，再冲入滚烫开水制成。此道茶以浓酽为佳，香味宜人。因白族人讲究“酒满敬人，茶满欺人”，所以这道茶只有小半杯，不以冲喝为目的，只以小口品啜，在舌尖上回味茶的苦凉清香为趣。寓清苦之意，代表的则是人生的苦境。人生之旅，举步维艰，创业之始，苦字当头。正如孟子所言：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为。”面对苦境，我们唯有学会忍耐并让岁月浸透在苦涩之中，才能慢慢品出茶的清香，体会出生活的原汁原味，从而对人生有一个深刻的认识。

第二道茶，称为“甜茶”，寓意“人生在世，做什么事只有吃得了苦，才会有香甜来”。甜茶是以大理特产乳扇、核桃仁和红糖为佐料，冲入清淡的大理名茶“感通茶”煎制的茶水制作而成。此茶甜而不腻，所用茶杯大若小碗，客人可以痛快地喝个够。寓苦去甜来之意，代表的是人生的甘境。经过困苦的煎熬和岁月的浸泡，奋斗时埋下的种子终于发芽、成长，最终硕果累累。这是对勤劳的肯定，也是付出所得到的回报。当我们在鸟语花香里、明月清辉下品尝甜美的果实，又怎能不感到生活的快意？

第三道茶，称为“回味茶”，是以蜂蜜加少许花椒、姜、桂皮

为作料，冲“苍山雪绿茶”茶水煎制而成。此道茶甜中带有麻辣味，喝后回味无穷。因桂皮性辣，“辣”在白族中与“亲”谐音，而“姜”在白语中读“gǎo”，有富贵之意，所以此道茶表达了宾主之间亲密无比的情感以及主人对客人的祝福，如恭喜发财，大富大贵。因集中了甜、苦、辣等味，又称“回味茶”，代表的是人生的淡境。一个人的一生，要经历的事太多太多，有高低、有曲折、有平坦、有甘苦，也有诸如名利、权势、富贵荣华的诱惑。要做到“顺境不足喜，逆境不足忧”，需要有淡泊的心胸和恢弘的气度。如果一味沉溺于成功或失败之中，把身外之物看得太重，太过于执着，就会作茧自缚，陷入生活的泥潭不能自拔，因而也会丧失了人生的许多乐趣。所以，这道茶清清楚楚地告诉我们：对于一些无关紧要的事，我们不妨看得轻些淡些，不要让生命承受那些完全可以抛弃的重负，只有这样，才能达到“宠辱不惊，闲看庭前花开花落；去留无意，漫随天外云卷云舒”的人生境界。

这便是三道茶的待客之道，这些古人遗留下来的茶文化，远比红楼中描写得更加细致。除了待客之道，《红楼梦》中还描述了贾府的饮茶习惯，原文如下：

饭毕，各有丫鬟用小茶盘捧上茶来。当日林家教女以惜福养身，每饭后必过片时方吃茶，不伤脾胃；今黛玉见了这里许多规矩，不似家中，也只得随和些，接了茶。又有人捧过漱盂来，黛玉也漱了口，又盥手毕。然后又捧上茶来，这方是吃的茶。

林黛玉第一次进贾府就发现了这里的规矩与家中不同，就从这饮茶习惯说起，贾府的习惯是吃过饭之后就直接漱口喝茶，而林家的习惯是吃过饭之后，稍等片刻再饮茶。在解释这两种不同的喝茶方式有什么不同的效果之前，我们先介绍下林家跟贾府的情况。先说说贾府，贾家的祖先是武将出身，林如海是这样介绍自己的大舅子的：

如海笑道：“若论舍亲，与尊兄犹系一家，乃荣公之孙。大内兄现袭一等将军之职，名赦，字恩侯。二内兄名政，字存周，现任工部员外郎，其为人谦恭厚道，大有祖父遗风，非膏粱轻薄之流。故弟致书烦托，则不但有污尊兄清操，即弟亦不屑为矣。”

不论是荣国公，还是宁国公，都是在马背上挣来的殊荣，他们是武将出身，常年征战在外，对于文采养生自然是没有那么讲究。他们知道饭后喝茶好，却不知道什么时候喝更好。

再说林黛玉家的家世背景。林家的背景，要从贾雨村被罢官，到处游历时说起。

那日偶又游至维扬地方，闻得今年盐政点的是林如海。这林如海姓林名海，表字如海，乃是前科的探花，今已升兰台寺大夫，本贯姑苏人氏，今钦点为巡盐御史，到任未久。原来这林如海之祖也曾袭过列侯的，今到如海，业经五世。起初只袭三世，因当今隆恩盛德，额外加恩，至如海之父又袭了一代，到了如海便从科第出身。

林家是绝对的书香门第，林如海又是探花，入列三甲。祖上也是书香门第，曾世袭爵位。林如海本身也是当之无愧的红楼学霸，三甲及第，殿试的第三名，那可真是万中选一，他又是巡盐御史、兰台寺大夫。巡盐御史就是代表朝廷监督管理地方盐务的，兰台

寺大夫相当于秦汉间职掌纠察弹劾的御史大夫。当然，在明清的时候已经没有这个官职了，作者用这个职位，突出的不仅仅是林如海的家庭背景，还有他强大的知识储备量，他称得上是红楼中的第一才子。

不看别的，只看他的女儿林黛玉的才情为人，就能知道她父亲对她的教导。薛宝钗的诗词博古通今，以典故见长，她的储备量比较大。而林黛玉的诗词则有一种浑然天成的才气，以新意见长。一个是后天的努力，一个则是先天的才华，林黛玉的才华横溢得益于家中的文化环境。

再说回到喝茶养生这方面，这样书香门第的林家，自然是要比贾府在喝茶方面更胜一筹。饭后过一会儿喝茶更加养生，也体现了林家良好的家教。

不仅古人注重喝茶养生，现代人也很重视喝茶的养生作用。茶叶中含有大量的茶多酚、蛋白质、微量元素等成分，这些都对我们的身体有很大的帮助。第一个益处就是提神醒脑，西方人靠咖啡提神，而中国人早在他们之前就发现了茶叶具有很好的提神醒脑作用。其次是通肠排毒减脂，这对现代人来说也是很有必要的。除此之外，不同的茶类还有不同的功效，比如说抗癌、美容养颜等。

茶叶有这么多的好处，还要归功于一个人，那就是尝百草的神农。一次偶然的机会，神农发现了野生大茶树，他咀嚼了茶树的鲜叶之后，发现茶叶的好处很多，最显著的就是能够刺激神经，让人精神振奋不犯困，于是就把它记录了下来。说到神农尝百草，还有一个很有趣的传说。据说这个神农氏长得与普通人不一样，除了魁梧高大之外，最有意思的是他的肚子，他的肚子是水晶肚。什么叫作水晶肚呢？原来他的肚子跟水晶一样是透明的，他可以隔着肚子看到自己的五脏六腑，在尝百草的时候，他可以看到自己器官的变化，就会知道哪些药材对哪些病症有用。当然这只是个传说，无从取证，但茶叶的发现我们首先要感谢的是神农氏。

神农氏时期，茶叶仅被当作药材或者食物，是直接咀嚼鲜叶食用的，并不是饮品。直到后来才出现了煎煮、冲泡的做法，才变成了现在我们所喝的茶。关于喝茶养生，有人会问饭前喝茶好，还是饭后喝茶好？茶叶经过杀青、揉捻、烘干等步骤之后改变了其本质，增加了很多对人体有益的物质，但是也产生了一些对身体不利的物质。茶叶中含有大量的水和鞣酸，水会冲淡胃液，鞣酸会抑制胃酸的分泌，所以饭前喝茶会损害人的消化功能。

那么饭后喝茶呢？饭后喝茶可以起到消脂养生的功效，但是不