

庫全書

經卷上之一

茶之源

文茗茶芽也

約前云魚鼈烹茶後

物志飲真茶令人少

樹似茶莫蜀人作茶

庫全書

續茶經
宋王

羽傳羽嗜茶著經三

之飲之事之出

阮浩耕 主編

中·國·茶·文·化·从·書

習茶

童盾庆 寿英姿 編著
浙江攝影出版社



责任编辑 石英飞
装帧设计 薛蔚
责任校对 蒋蕾妮

图书在版编目(CIP)数据

习茶/童启庆,寿英姿编著. —修订本. —杭州:浙江摄影出版社,2006.4

(中国茶文化丛书/阮浩耕主编)

ISBN 7-80686-466-0

I. 习... II. ①童... ②寿... III. 品茶—文化—中国 IV.TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第014798号

中国茶文化丛书

习 茶

童启庆 寿英姿 编著

出版发行 浙江摄影出版社

地址 杭州市体育场路347号

邮编 310006

电话 (0571)85170300-61007、63902

网址 www.photo.zjcb.com

经 销 全国新华书店

制 版 杭州富春电子印务有限公司

印 刷 浙江印刷集团有限公司

开 本 880×1230 1/32

印 张 4.375 彩 插 4

字 数 100千

印 数 0001—3000

2006年4月修订版 2006年4月第1次印刷

ISBN 7-80686-466-0/T·59

定 价 12.00元



大 厅



室内廊吧



小 厅



仿日式包厢



大厅中带阁楼式

茶席插花



茶具



南宋寿山福海全彩文字盖



清光绪粉彩人物软提梁壶



清锡包砂三镶玉茶壶



清康熙画珐琅彩紫砂碗



清康熙画珐琅彩紫砂壶

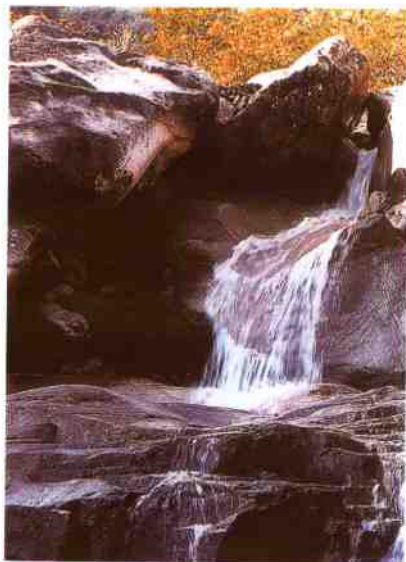


明末绘山水纹茶碗



明末绘斗笠纹茶碗

泉水



山水



镇江天下第一泉



虎跑泉



无锡天下第二泉



扬州大明寺天下第五泉



金沙泉

茶
席

安吉印象(绿茶)

世博畅想——上海滋味
(牛奶红茶)

畹(红茶)



茶马古道(烤茶)

习茶



春雨细无声(菊花普洱茶)



乌龙嬉水(乌龙茶)



福(茉莉花茶)



海上盛会(时尚花果茶)

泡茶



①准备姿态(花茶)



②润具(绿茶)



③置茶(红茶)



④冲泡(绿茶)



⑤分茶(乌龙茶)

习茶

茶 会



室外无我茶会



室内无我茶会(雨天)

文化,直白地说就是生活的方式,文化渗透于生活之中。茶文化简单些说,即是人们喝茶品茗的方式、习俗和个中的情趣与感悟。

茶文化是一种大众生活文化,雅俗共赏,少长咸宜,香播九州。社会各个阶层、不同职业人群都有各自的喝茶品茗方式,他们又各自以所擅长的文学艺术手段,记录或抒发自己的茶情、茶趣和茶中的感悟,于是就有了茶诗、茶联、茶谚、茶歌舞及茶事散文、小说、戏曲和影视等。喝茶本身所需的名茶、清泉、美器自不必说,更融进了诸多的文学艺术元素。

这些喝茶品茗的方式、习俗、情趣和感悟,却似散落的珠子或碎片,经意者见之,有心者觅之。茶文化就像一根柔弱而又强韧的细丝,将散落的珠子串联起来,又像一只变幻又规范的拼盘,将看似无意义的碎片组成有意义的拼图。

1993年,我们几个经意与有心于茶文化者创意编写了一套“中国茶文化丛书”,分列《纪茗》、《习茶》、《说泉》、《鉴壶》、《数典》、《谈艺》、《问俗》、《研书》八种。1995年出版以来这十年间,丛书多次重印,印量逾万,有的为海外出版社相中,出了海外版。

“中国茶文化丛书”由畅销而成为长销,今年又修订再版。鉴于丛书毕竟是十多年前所编所印,仍按原版重印未免有欠缺,故本次选取前六种再版,在内容上请作者进行了修订补充,在版面装帧上重新创意设计。新版“中国茶文化丛书”也算是对弘扬中华传统文化、推进茶文化产业发展尽一份力,是对读者厚爱的一份回报。

2006年雨水时节

阮浩耕同志来访,要我为即将由浙江摄影出版社出版的“中国茶文化丛书”写序。我虽喜茶,但一不是茶学的专家,二不是茶道的行家,于是就向他推荐了一两位我认为更适合的人选。他说,这套丛书并非完全是严肃的专著,而是融学术性于知识性、趣味性、文学性之中,其宗旨是介绍茶文化的有关知识,弘扬民族优秀文化,提高人们的生活情趣。接着,他把丛书的书目拿出来给我看,其中包括《纪茗》、《习茶》、《说泉》、《鉴壶》、《谈艺》、《问俗》、《数典》、《研书》等八本书。而作者大多为省内外这方面的专家、教授,也有文艺界、新闻界的同行,有的还是我所认识、所敬重的朋友。经他这么一说,我也就不便再行推辞。何况,我在中国国际茶文化研究会还挂一点职衔,对于弘扬祖国的茶文化也有一份责任。

茶之作为文化,加以倡导,加以弘扬,古已有之。最早的当推唐代之陆羽。他所著的洋洋七千余言的《茶经》,千余年来流布海内外,被奉为世界上第一部茶叶专著,其本人也被尊为“茶仙”、“茶神”。《新唐书·隐逸传·陆羽传》一文中说:《茶经》一出,“天下益知饮茶矣”。

这个“天下益知饮茶矣”中的“益知”二字,说的就是茶作为一种文化现象的普及和升华。陆羽的伟大贡献,就是总括了在他以前千余年有文字记载的中国人品饮茶、研究茶、颂扬茶的历史,并且身体力行作了长期的、广泛的实际考察和实践,以十分精练优美的文笔,系统地介绍和论述了迄他的时代为止的有关茶的全部知识和学问。把中国人,或者说把人类的饮茶从只是作为一种生理需要、生理现象,提高到了一种文化需要、文化现象,成为光辉灿烂的大唐文化,也是中

华民族文化的一个组成部分。

从陆羽以来的一千两百余年中,历代均有茶学专著问世。据查,存有书目者不下百余种。其中著名的有温庭筠的《采茶录》、蔡襄的《茶录》、赵佶的《大观茶论》、许次纾的《茶疏》等。至于以茶与品茶为主题的诗词更是以千百计,仅浙江古籍出版社1989年出版的《中国古代茶诗选》,就收有自唐至清的诗词两百余首。据选注此书的钱时霖先生说,仅他一人所搜集到的历代茶诗就有一千余首。茶诗影响之大亦不下于茶书。像唐代诗人卢仝的“七碗茶歌”,在日本也广为人知,传颂至今。

在当代,特别是近几年来,有关茶文化的著作已经出版了不少。像中外文化出版公司1990年出版的由袁鹰同志主编的《清风集》,就是其中脍炙人口的佳著之一。

浙江摄影出版社出版的这套“中国茶文化丛书”,从名茶、名泉、赏壶、品茶到茶俗、茶趣、茶书,融专论与杂谈于一体,使读者在轻松愉快的氛围中获得知识,提高文化生活品位。这样的丛书,就其规模之大、内容之丰富而言,迄今还不多见。

如前所述,《茶经》一出,“天下益知饮茶矣”。但愿这套丛书一出,也能对当今之人饮茶、品茶、知茶产生积极影响,使茶在人们紧张的生活节奏中起一点调节作用,尤其是在世风纷扰、物欲横流的社会生活中产生一点“可以清心”的功效。徐渭在《煎茶七类》一文中,第一讲的就是“人品”：“煎茶虽微清小雅,然要须其人与茶品相得。”何谓“茶品”,读了这套丛书中的有关文字,自当心领神会,获益匪浅,在此就无须赘述了。

1994年处暑日写于杭州

深巷小楼之中

目录

序一 阮浩耕

序二 于冠西

引言 / 1

一、习茶有道 / 12

饮茶之道 滥觞于中国 / 14

中国茶道 诗化生活 / 18

中国茶道 净化心灵 / 21

二、品茗环境 / 24

经营型茶室的选址 / 25

经营型茶室的设计

与布置 / 26

一般居家饮茶及设计 / 30

三、茶具选配 / 31

茶具的种类 / 32

主茶具的功能要求 / 37

陶瓷茶具的质地 / 43

陶瓷茶具的色泽 / 47

著名茶具的产地 / 51

四、用水择辨 / 56

古人论水 / 57

现代择水 / 63

煮水 / 67

五、择茶心韵 / 70

茶的类型 / 70

茶的选购 / 85

茶的贮存 / 93

六、泡茶技艺 / 99

泡茶要领 / 100

艺美的基本功 / 103

清饮茶冲泡法 / 108

添加茶冲泡法 / 118

配料茶制作法 / 120

冰茶制作法 / 121

七、茶会准备 / 123

茶会的种类 / 123

茶会的组织 / 124

茶会的准备 / 125

无我茶会 / 128

习茶

子曰：“学而时习之，不亦乐乎？”

习茶，首先要学一些有关“茶”的基本知识，包括自然科学和人文科学两方面。在有了初步的理性知识之后，再结合个人的感观意识，才能对“茶”有进一步的领会。

茶树是一种木本经济作物，多年生常绿灌木、小乔木或乔木，原产中国西南。茶树由根、茎、叶、花、果实和种子等器官组成。根系发达，一般栽培茶树高 80cm 左右。全年多次萌发新梢，其新生芽叶为制茶原料。叶片常绿、互生、单叶，主脉明显与侧脉末端相连，多为椭圆或卵圆，叶缘锯齿状，叶面富革质，嫩叶有茸毛。秋季开花微有芳香，多为白色（少数呈淡黄或粉红色）。果实属于宿萼蒴果类型，黑褐色呈球形、扁圆形或肾形，成熟后裂开散出种子。种子榨出的茶油，是一种高级食用油。

中国是茶树种质资源最丰富的国家，包括野生大茶树、农家品种、育成品种、品系、名枞、珍稀材料、引入品种及近缘植物等。茶树适应性很广，喜温暖湿润气候、肥沃的酸性土壤，属有性或无性繁殖，经过两到三年良好培育，即可采茶，经济效益较好。



茶树鲜叶又称“青叶”、“生叶”，是从茶树上采下的嫩梢或芽叶，是制茶的原料。新梢顶芽或嫩叶的背面有茸毛，芽叶细嫩者尤其多。茶树鲜叶中含水分、茶多酚、咖啡因、芳香物质、蛋白质、碳水化合物、酶、色素和矿物质等成分。不同品种茶树的鲜叶各有其适制性，如富含茶多酚的鲜叶适宜制作红茶，含氮化物高的则适宜制成绿茶。制作不同茶类，对茶树鲜叶的嫩度要求不一，如大宗红茶与绿茶一般要求一芽二三叶，乌龙茶要求对夹三四叶等。

茶树鲜叶经过一系列加工工艺所成的制成品就叫干茶。茶叶加工时，采用杀青、萎凋、揉捻、发酵、干燥等复杂的处理方法，制成各种茶类。一般根据茶树鲜叶在初加工工艺中，是否经过酶性氧化及其氧化程度的不同，初加工茶（又称毛茶）分成六大类：绿茶、黄茶、白茶、黑茶、乌龙茶和红茶。初加工茶一般已可直接泡饮，在此基础上进行精加工形成精制茶；将精制茶再加工，成为花茶、保健茶等再加工茶；进一步深加工后，可制成速溶茶、灌装液体茶、茶晶、茶可乐、果味茶等产品，满足不同消费者的需求。

茶叶除蕴含丰富的维生素与矿物微量元素外，还含有独特的茶多酚、茶多糖等有益人体健康的成分，具有不可替代性。目前全球共有 50 余个国家和地区种植、生产茶叶，超过 100 个国家和地区的居民乐于饮茶。在很多地区，人们视茶叶为生活必需品，甚至有“宁可一日不食，不可一日无茶”的说法。现代科学实验证明，茶叶作为日常饮料，具有低热量、抗辐射、防衰老、抗癌变等作用，可谓是“核子时代的饮品”。至于饮茶之生津止渴、清心明目、排毒养颜、消脂轻身、防龋健齿、提神醒脑等功效，更为人们所共知。

中国是茶树的原产地，也是最早栽培、利用茶树的国家，

这一点得到世界各国的广泛认可。

据成书于汉朝的药书《神农本草经》记载：“神农尝百草之滋味，水泉之甘苦，令民之所避就。当此之时，日遇七十二毒，得荼而解。”观察“荼”字本身，不从“艸、人、禾”字偏旁，而是一个从“余”字的形声字，原义泛指“采摘尖锥状枝叶的植物”。对于这一“荼”字究竟是指哪种植物，几千年来众说纷纭。况且神农氏原非真人，乃神话传说中的氏族首领。对此字比较集中的一种看法是指茶树，笔者也认为指茶树的可能性比较大。

据《庄子·盗跖篇》称：“神农之世……只知其母，不知其父。”据此而推论，远在原始社会末期的母系氏族时期，生活在神州大地的先民们，已经发现并开始利用野生茶树。开始只是咀嚼鲜叶，发明了用火之后就将茶树嫩枝烤、煨、烘及煮羹饮，并学会日晒干藏作为药品与祭品。随着生产力水平的不断提高，逐步开始茶树的人工栽培与系统加工。

已故茶学界泰斗、著名茶人庄晚芳先生，在其所著《中国茶史散论》中，将新中国成立以前茶叶生产的历史大体分为四个阶段：一是公元前（约东汉以前）阶段，包括原始社会末期以及夏、商、周、战国、秦、西汉各时代。最早记载茶树栽培的史料有三处：分别是东晋常璩的《华阳国志》、《四川通志》和东汉时期的《方志》。据《华阳国志》记载，周武王时期（距今约三千零五十余年），巴蜀诸郡已有人工栽培茶树，并将茶叶列为贡品之一。二是东汉南北朝阶段。随着饮茶之风渐盛，茶树栽培向长江中下游地区扩展，并出现了专制贡茶的“御茶园”。佛教的兴起带动了茶业的发展，僧侣禁酒饮茶、坐禅论道，当时各大名山寺院均自行栽茶制茶。三是隋唐宋阶段，这是古代茶叶生产与消费最兴盛的时期。唐朝时茶叶成为人们