

云南科技出版社第四编辑部策划

中華

蒋文明 中春 编著
张明 春



普洱茶文化百科

国家职业资格培训读物

云南出版集团公司
云南科技出版社

云南民族茶文化研究会推荐



中华

蒋文中 编著
张明春

国家职业资格培训读物

普洱茶文化

百科



云南出版集团公司
云南科技出版社
· 昆明 ·

图书在版编目(CIP)数据

中华普洱茶文化百科 / 蒋文中编著. — 昆明: 云南科技出版社, 2006.3

ISBN 7-5416-2311-3

I. 中... II. 蒋... III. 茶 - 文化 - 云南省
IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 012831 号

云南出版集团公司

云南科技出版社出版发行

(昆明市环城西路 609 号云南新闻出版大楼 邮政编码: 650034)

云南省玉溪印刷有限责任公司印刷 全国新华书店经销

开本: 787mm × 1092mm 1/16 印张: 14 字数: 264 千字

2006 年 3 月第 1 版 2006 年 3 月第 1 次印刷

印数: 1~5000 册 定价: 49.90 元

前言

20 世纪科学技术对人类做出的重要贡献之一,是将人类从繁重的体力劳动中解放出来,人们可以更充分地去体验生活的其他了。

当文化已成为我们的生活内容之一的时候,我们惊异地发现,对精神文化的需求有时已胜过对物质的需求。文化在今天变得如此之重要,以至我们的生活方式、生命状态及生存质量均受着文化的主宰和制约。中国先秦思想家墨子曰:“食必常饱,然后求美;衣必求暖,然后求丽;居必常安,然后求乐。”生活不仅是物质的,而且还包括精神的,而精神的享受则是比物质更高一级,更无止境的,这便是人类对自我实现和求发展的永恒的追求,人生就如同饮茶一样,失去了文化的内容,便毫无味道。

饮茶无疑是人们高质量的休闲方式,是人类与文化密切相关的特有精神需求,这便如于光远先生说的:吃是人类的根本需求之一,要吃得有文化,要吃得有艺术。

饮茶本身便是一种文化、一种艺术,就如同爱读书的人对生活有不同的认识但又最接近生活的本质一样。随着经济全球化、网络化的到来,文化之间的相互融合、相互渗透,使不同民族的文化属性和特色更日益受到重视。在这个飞速发展的时代里,对文化的需求和文化含量也在成倍地增加,如何满足和引领大众向着更高的精神文化需求方向发展,无疑应该是茶文化人必须面对这个问题的时候了。

中国的文化已走向世界,各民族文化产业已渐成国民经济的大产业,中国已步入世界文化强国,靠的是古老悠久深厚的历史和民族文化,无论是全国各民族还是各地区,其丰富灿烂的历史、民族文化及独特的人文地理,深深地吸引着世人的目光,如何把中国和云南普洱茶博大的茶文化和艺术更好地发挥出来,将理论与工作实务相结合,并通过对本教材全面系统地学习,让学员既能够充分掌握茶的基本知识,又能领略出其深刻的文化内涵,而非以往毫无特点、空洞的原理论教或浮光掠影、走马观光,就文化而文化的漫议,还理论于实务,便是本书努力所在。

本书从绪论、物态文化、精神文化、民族文化、历史文化、普洱茶遗迹文化、科学饮茶、茶食、茶艺师说茶等 8 个方面对茶学和普洱茶的基本知识进行了全面、系统的阐述。在物态文化篇中内容涉及普洱茶的源流、分类、特点和地位,普洱茶的科学研究、栽培加工制作,茶叶品质鉴别及普洱茶的鉴赏和选购,茶叶贮藏和保管,普洱茶药用和保健功



能;在精神文化篇中内容涉及普洱茶的冲泡技巧、冲泡方式和冲泡步骤,普洱茶的品饮艺术,普洱茶茶艺和茶道;在民族文化篇中内容涉及普洱茶与云南民族文化,云南民族文化对普洱茶茶道、茶艺、茶礼俗的影响及云南各民族不同的茶文化;在历史文化篇中内容涉及云南少数民族是普洱茶最早的创造者,普洱茶的历史渊源与得名,六大茶山历史文化探源,武侯兴茶与早期云南民族种茶的发展,古茶贸易与普洱茶文化的传播,瑞贡天朝与尊贵香艳的普洱贡茶,失落的古贡茶园等;在普洱茶遗迹文化篇中内容涉及普洱茶区茶马古道,滇藏茶马古道,古镇等;在科学饮茶、茶食篇中内容涉及科学饮茶常识,饮茶小百科,饮茶禁忌,茶食、茶点等;在茶艺师说茶篇中内容涉及云南陈年普洱名茶及对消费者常见问题的回答等。

本书在编写过程中坚持理论与实践相结合的原则,既侧重于理论上的研究,又能结合实例分析理论知识。我们编写此书的目的,是为茶文化产业从业人员提供一本实用的参考和培训用书,也是为在校的师生们提供一本实用的教材。

相信通过这本《中华普洱茶文化百科》,能为广大茶业工作者,在那芬芳多彩的茶香天空里,对提高茶行业工作水平有所帮助,同时能通过本书就教于广大读者和茶界工作者,在隽永陈香的普洱茶中,共同分享中国茶的博大、云南普洱茶的深厚,一道去探寻普洱茶科学的理性之光,让普洱茶从历史的岁月里走出来展现它的真实性更是我们共同追求的目标,同时也是本书所要努力奉献的。

本书将理论与实践相结合,所涉及的大量内容,有的属目前茶界尚在争议和面临的问题,有的属作者自己的观点和认识,难免有很多不足之处,望读者提出宝贵意见。本书在撰写过程中,得到云南科技出版社孙琳、吴涯、赵敏、袁莎、李凌雁老师的大力帮助和支持,参阅了茶文化学家陈椽、陈宗懋、李师程、王树文、黄桂枢、邓时海、魏德明、庄晚芳、廖义荣、周红杰等学者的一些研究成果,有的未能一一引用注释,只能在此向这些辛勤耕耘的学者们致以衷心的感谢。

本书在编写过程中虽然借鉴了一定的国内外研究成果,但由于水平有限,书中不当之处在所难免,恳请读者批评指正。

作者

2005年于昆明



目 录

绪 论

- 一、茶与中华民族文化 / 2
 - (一)中国的茶 / 2
 - (二)中华民族茶文化 / 2
- 二、中华茶文化学 / 3
 - (一)中华茶文化概念和研究对象 / 3
 - (二)茶文化的研究内容 / 4
- 三、普洱茶文化的研究 / 4
 - (一)普洱茶文化的研究对象和内容 / 4
 - (二)普洱茶文化研究的核心 / 5
 - (三)云南民族文化对普洱茶文化的影响 / 6
 - 1. 在茶道方面 / 6
 - 2. 在茶艺方面 / 7
 - 3. 在茶礼俗方面 / 8

物态文化篇

- 一、普洱茶的源流、分类、特点和地位 / 10
 - (一)普洱茶的源流 / 10
 - 1. 普洱茶的最早栽种、应用和传播 / 10
 - 2. 茶树的形态特征、品种及分类 / 11
 - (二)我国传统茶叶与普洱茶的分类及各类茶的特点 / 12
 - 1. 我国传统茶叶的分类与普洱茶 / 12
 - 2. 普洱茶的茶属种类 / 13
 - 3. 各类茶的特点 / 13
 - (三)普洱茶与中国产茶区名茶及不同加工制作 / 15
 - 1. 普洱茶与中国产茶区及名茶 / 15
 - 2. 中国历史名茶与普洱茶 / 17
 - 3. 普洱茶与中国传统名茶的不同加工制作 / 19

二、普洱茶的科学研究 / 20

- (一)普洱茶概念的探索 / 20
 - 1. 普洱茶定义 / 21
 - 2. 普洱茶茶属种类定义 / 22
- (二)世界茶叶原产地和最早驯化、种植的古茶树研究 / 24
 - 1. 颠覆世界茶叶原产地的重大发现 / 24
 - 2. 云南目前尚遗存的野生茶树和最早驯化、种植的古茶树群落 / 26

(三)普洱茶理化方面的研究和突破 / 28

- 1. 减肥、降血脂、调节胆固醇 / 28
- 2. 缓减高血压与动脉硬化、抗癌 / 29

三、普洱茶的生长环境、栽培和加工制作 / 29

- (一)普洱茶的生长环境和条件 / 29
 - 1. 普洱茶树的生长环境 / 29
 - 2. 普洱茶树的生长条件综合分析 / 31
- (二)普洱茶树的栽培、采摘 / 31
 - 1. 普洱茶茶树育苗和种植 / 31
 - 2. 普洱茶茶叶的采摘 / 32
- (三)普洱茶的加工制作 / 34

- 1. 茶叶的加工制作与不同茶类形成的关键要素 / 34
- 2. 各茶类的制作流程 / 35
- 3. 普洱茶类制作流程 / 36
- 4. 普洱茶类加工制作源流考辨 / 40
- 5. 普洱茶制作的科学“适制性”研究 / 41
- 6. 传统普洱茶的制作特点及影响茶叶品质因素的分析 / 43

四、不同茶叶及普洱茶品质鉴别 / 43

- (一)茶叶的品质特征 / 43
 - 1. 不同茶叶的形状 / 43
 - 2. 不同茶叶的色泽 / 44



3. 不同茶叶的香气 / 45
4. 不同茶叶的滋味 / 46
- (二)茶叶审评条件及方法 / 47
1. 茶叶感官审评室的环境条件要求 / 47
2. 茶叶感官审评室的设施要求 / 47
- (三)茶叶审评的项目、因子和基本方法 / 48
1. 外形审评 / 48
2. 内质审评 / 48
- (四)普洱茶质量鉴定方法 / 50

1. 外形质量鉴定 / 50
2. 内质质量鉴定 / 51
3. 普洱茶的级别划分及干仓与湿仓、生茶与熟茶的鉴别 / 55

五、普洱茶的鉴赏和选购 / 58

- (一)普洱茶的鉴赏 / 58
1. 普洱茶鉴赏的基本要求 / 58
2. 普洱茶鉴赏的重点 / 58
3. 普洱茶鉴赏认知的根本把握 / 59
- (二)普洱茶的选购 / 60

1. 茶叶挑选方法 / 60
2. 次品劣变茶、真假茶的辨别 / 61
3. 把握概念,正确选购普洱茶 / 63

六、茶叶贮藏和保管 / 64

- (一)茶叶不良变化的原因和基本保存方法 / 64

1. 茶叶不良变化的原因 / 64
2. 一般保存茶叶的方法 / 65

- (二)普洱茶的仓储和收藏 / 65

1. 普洱茶的仓储和贮藏方式 / 65
2. 个人或家庭贮藏普洱茶 / 66

- (三)普洱茶的收藏价值 / 67

1. 普洱茶本身就具有收藏价值 / 67
2. 市场需求决定收藏价值 / 67
3. 普洱茶的礼品价值 / 68

七、普洱茶药用和保健功能 / 69

- (一)茶的传统药用功效 / 69

1. 益思、少卧、轻身、明目、降火、利尿、清热解
毒、除烦去腻 / 69
2. 解酒、神清气爽、促消化、消脂及油腻、清肺

清痰、多服少睡、久服瘦人、消肾火 / 69

- (二)普洱茶的现代理化分析和药理功能 / 70

1. 咖啡碱 / 70
2. 茶多酚 / 70
3. 维生素类 / 71
4. 氨基酸 / 71
5. 矿物质微量元素和有机物 / 71

- (三)普洱茶较其他茶的突出医药功效 / 72

精神文化篇

一、普洱茶的冲泡技巧 / 74

- (一)中华民族的茶饮及其发展 / 74

1. 早期的茶饮 / 74
2. 唐代茶饮——烹茶 / 74
3. 宋代茶饮——点茶 / 76
4. 元明清茶饮——瀹饮法 / 77

- (二)当代饮茶和普洱茶的冲泡技巧 / 78

1. 普洱茶的泡饮准备 / 78
2. 普洱茶的冲泡技巧 / 80
3. 普洱茶常用的冲泡方法介绍 / 82

- (三)茶的冲泡艺术及解说 / 84

1. 泡茶环境、心态和审美情趣 / 84
2. 泡茶中的品尝欣赏及解说 / 85
3. 不同的茶滋、茶香解说 / 86

二、普洱茶的品饮艺术 / 87

- (一)普洱茶之“三韵” / 87

1. “陈韵” / 87
2. “神韵” / 88
3. “喉韵” / 88

- (二)普洱茶之真香 / 89

1. 普洱茶的清香、荷香 / 90
2. 普洱茶的兰香、樟香 / 91

- (三)普洱茶之真味 / 93

1. 普洱茶的茶滋味 / 93
2. 甜、苦涩与回甘及无味之味 / 94

- (四)普洱茶之真性 / 95

1. 滑、化、活、砂 / 95



2. 厚、薄、利 / 97

(五)普洱茶之真气 / 97

1. 何谓茶气 / 97

2. 如何品出普洱茶气 / 98

(六)普洱茶之生津和鸣泉 / 99

1. 生津 / 99

2. 鸣泉 / 100

三、普洱茶茶艺和茶道 / 101

(一)中华茶艺 / 101

1. 茶艺与茶道 / 101

2. 茶艺的内容、类型及特点 / 101

(二)中华茶道 / 103

1. 茶道的含义 / 103

2. 中华古今茶道精神及思想实质 / 105

(三)普洱茶茶道精神 / 105

1. 质朴自然中静、真的普洱茶茶道精神 / 105

2. 气、韵中清静怡真的普洱茶茶道精神 / 107

3. 清、淡、定、雅的普洱茶茶道精神 / 107

(四)禅道中的普洱茶 / 108

1. 普洱茶的禅意 / 108

2. 禅茶茶艺 / 109

民族文化篇

一、民族茶俗文化 / 112

(一)茶俗与文化 / 112

(二)茶俗与中华茶文化 / 112

(三)各民族不同的茶俗 / 113

二、民族茶俗的文化内涵 / 115

三、云南民族文化中的普洱茶 / 116

(一)普洱茶与云南民族文化 / 116

(二)云南民族文化对普洱茶文化的影响 / 120

1. 对茶道方面的影响 / 120

2. 对茶艺方面的影响 / 121

3. 对茶礼仪方面的影响 / 123

(三)多姿多彩的云南各民族茶饮 / 123

1. 傣族、拉祜族和佤族“竹筒茶” / 124

2. 傣尼人“土锅茶” / 124

3. 基诺族“凉拌茶” / 125

4. 布朗族“青竹茶” / 125

5. 佤族“烧茶” / 125

6. 哈尼族的“哈尼节节”和“哈尼公主茶” / 126

7. 白族“三道茶” / 127

8. 纳西族“龙虎斗” / 128

9. 白族、傈僳族“雷响茶” / 128

10. 傈僳族“油盐茶” / 128

11. 普洱“罐罐茶” / 129

12. 藏族“酥油茶” / 129

13. 彝族“打油茶” / 129

(四)烤茶与吃茶的云南民族生活 / 130

历史文化篇

一、普洱茶历史文化 / 132

(一)普洱茶最早的创造者 / 132

1. 世界茶叶原产地 / 132

2. 谁是世界古茶主人 / 132

(二)普洱茶的历史渊源与得名 / 134

1. 唐代以前的普洱茶 / 134

2. 唐宋时期的普洱茶 / 134

3. 元明清时期的普洱茶 / 135

(三)六大茶山历史文化研究 / 136

1. 六大茶山概况及历史变迁 / 136

2. 澜沧江两岸的江内、江外古六大茶山 / 138

(四)武侯兴茶与早期云南民族种茶的发展 / 146

(五)普洱茶贸易与普洱茶文化的传播 / 148

(六)普洱贡茶历史探源 / 153

二、寻找失落的古贡茶园 / 156

(一)易武曼撒茶山古贡茶园 / 156

(二)其他茶山古贡茶园 / 157

(三)进贡“团茶”的普洱困鹿山古茶园 / 159

普洱茶遗迹文化篇

一、普洱茶区茶马古道 / 162

(一)六大茶山茶马古道 / 162



1. 倚邦茶山古道 / 162
2. 莽枝茶山古道 / 162
3. 曼拱茶山古道 / 163
4. 攸乐茶山古道 / 163
5. 易武茶山古道 / 164

(二)从普洱出发的茶马古道 / 164

二、香格里拉走廊:神奇的滇藏茶马古道 / 167

(一)滇藏茶马古道及主要道路 / 167

(二)演绎战争与和平、政治与贸易的滇藏茶马古道 / 168

1. 唐宋元时期的茶马古道 / 168
2. 明清时期的滇藏茶马古道 / 169
3. 清末至民国初的滇藏茶马古道 / 170
4. 抗战时期和中华人民共和国成立后在茶马古道上修建的滇藏公路 / 172

(三)香格里拉走廊:重归神奇的滇藏茶马古道 / 173

三、寻访失落的茶马古镇 / 180

(一)“瑞贡京城”的易武古镇 / 180

(二)茶都——思茅、普洱 / 181

(三)茶马重镇云南驿 / 183

(四)茶马兴废寺登街 / 185

(五)青龙镇上青龙桥 / 187

(六)古茶山上赶马人 / 187

(七)守望古道的豆沙镇 / 188

(八)香格里拉中的建塘古镇 / 189

科学饮茶、茶食篇

一、科学饮茶 / 194

1. 选择好的茶叶 / 194
2. 用正确的冲泡方法泡茶 / 194
3. 喝适合自己的茶 / 194
4. 茶多酚的功效 / 195
5. 饱餐之后不宜饮生普洱茶 / 196
6. 每天喝多少茶为宜 / 196
7. 荧屏面前常饮茶 / 196

8. 别喝餐馆免费茶水 / 196

二、饮茶禁忌 / 197

1. 泡茶和品茶环境的禁忌 / 197
2. 茶饮健康方面的禁忌 / 197

三、茶食、茶点 / 199

1. 古代的茶食 / 199
2. 现代茶食、茶菜、茶宴、茶粉食品和茶点 / 200
3. 地方民族茶食 / 201

茶艺师说茶篇

一、云南陈年普洱名茶 / 204

1. 滇青茶 / 204
2. “普洱茶王”福元昌圆茶 / 204
3. 普洱金瓜贡茶 / 204
4. 1987年临沧银毫沱 / 205
5. 勐海茶厂革命委员砖 / 205
6. 百年贡品同兴号圆茶 / 205
7. 早期绿印圆茶 / 206
8. 龙马同庆号普洱圆茶 / 207

二、对消费者常见疑问的回答 / 208

1. 春茶、夏茶、秋茶的品质特征和鉴别方法 / 208
2. 新茶与陈茶的辨别 / 209
3. 高山茶与平地茶的区别 / 209
4. 普洱茶新茶的称呼及品质有哪些? / 210
5. 怎样区分普洱茶的原料和成品? / 210
6. 普洱茶是不是越陈越好? / 211
7. 辨别普洱茶优劣的“四要”和“六不” / 211
8. “普洱王”、“观音王”、“茶王”能信吗? / 211
9. 普洱茶有哪些编号? / 211
10. 普洱茶有哪八奇? / 212
11. 普洱茶有哪些花色品种? / 212
12. 什么是绿色食品茶和天然有机茶? / 213
13. 茶叶是不是越鲜越好? / 213
14. 要不要洗茶(醒茶)? / 213

参考资料 / 214



绪论



一、茶与中华民族文化

(一)中国的茶

中国是茶树的原产地,又是最早发现茶叶功效、栽培茶树和制成茶叶的国家。

茶在中国,从传说中早在四五千年前的神农时代开始,直至今今天,经历了药用、食用和饮用的发展阶段,成为了最具中国特色——“药食同源”、“饮食同宗”的餐饮文化和中华民族的优秀发明创造和文化代表。从《神农本草》有茶的记载开始,唐代茶圣陆羽的《茶经》,是中国,也是世界第一部茶业科学专著,它记述了茶的起源、品质、种植方法、产地、采制、烹饮及器具等。

我国各族人民,在几千年对茶的认识中,对茶的药用、食用和饮用方面进行了深入的认识和应用,积累了极为丰富的知识,尤其在饮用方面成了中华民族不可替代的国饮,并在对外传播中成为与咖啡、可可并称的世界三大饮料。

茶在中华民族生活中从早期药用、食用、饮用,到唐代煎茶、宋代点茶和现代泡饮的茶艺、茶道,几千年的深厚积淀,使中国的茶文化十分博大精深,成为了中华民族文化的重要组成部分,并在世界上产生了较大的影响。

(二)中华民族茶文化

中华民族文化是中国文化的核心,是中国茶文化的灵魂,应是指导茶文化活动的最高原则。

中国地大物博、民族众多,但茶始终是各民族生活中必不可少的组成部分,因而在



刘加振 绘 选自《第四届广州国际茶文化节茶诗书画联展》

茶文化上也是异态纷呈。仅以茶字而言,就有多种称呼,对同一称呼又有多种写法。在古代史料中,有关茶的名称很多,如:瓜芦木、皋芦、皋茶、茗。《神农本草》最早记有“得茶而解毒”之说。“茶”,又称“苦茶”,为茶的古字。唐以前,“茶”字一般都写成“荼”。至公元7世纪中唐后,随着饮茶的普及,茶字被从“荼”字中减去一划,且茶的音、形、义已趋于统一,“茶”字代替“荼”字。后来,又因陆羽《茶经》的广为流传,“茶”的字形进一步得到确立,直至今今天。

中国文化,是和中国的各民族精神、民族性格的养成及民族的文化特征相一致的。同样,茶文化只是中华民族精神与中国文化精神的组成部分之一,同时又是这一大的背景下的分支。离开了中国的地方、历史及民族文化,茶文化便失去了其文化的根本。

作为以茶为契机的综合文化体系,茶文化是以一定的环境氛围为基础,以种茶、采茶、制茶、吃茶、品茶、置茶、烹茶、点茶为核



心,以语言、动作、器具、装饰为体现,以饮茶过程中的思想和精神为内涵的,是一定社会的整套礼仪和个人修养的全面体现,是有关修身养性、学习礼仪和进行交际的综合文化活动与特有风俗。

茶文化具有一定的时代性和民族性,涉及艺术、道德、哲学、宗教以及文化的各个方面。如唐代陆羽强调“精行俭德”的人文精神,注重烹瀹条件和方法,追求恬静舒适的雅趣;佛教茶礼讲求安寂,幽静是品茶、修禅的共同文化情韵;宫廷茶道富丽多彩,政治色彩尤为鲜明;因此中国茶文化呈现多元化走向,极具深刻的内涵。且不同时代又有不同的文化特征。

仅以中国茶文化中的核心茶道为例,唐代茶道以文人为主体的,至宋代文人茶道更系统化,有炙茶、碾茶、罗茶、候汤、熅盏、点茶等基本程序,追求的是借茶励志的操守和淡泊清尚的风度。宫廷茶道突出茶叶精美、茶艺精湛、礼仪繁缛、等级鲜明等特点,以教化民风为目的,致清导和为宗旨。民间还有以争香斗味为特色的斗茶和“使汤纹水脉为物象者”的分茶。明代朱权改革传统茶道,“取烹茶之法,末茶之具,崇新改易,自成一家。”朱权晚年崇尚道家思想,认为茶发“自然之性”,饮者要“清心神”“参造化”“通仙灵”,追求秉于性灵,回归自然的境界。明清时代,紫砂茶具兴起,饮茶法由煮向冲泡发展,茶道程序由繁转为简单,但茶道仍追求用水、茶具、茶叶俱佳。

茶道是产生于特定时代的综合性文化,带有东方农业民族的生活气息和艺术情调,追求清雅,向往和谐;茶道基于儒家的治世

机缘,倚于佛家的淡泊节操,洋溢道家的浪漫理想,借品茗倡导清和、俭约、廉洁、求真、求美的高雅精神。

二、中华茶文化学

(一)中华茶文化概念和研究对象

对茶文化的感悟不在于品饮多少好茶,在于对茶的理解并不仅停留在感性上,而是对其有着深刻的理性认识,也就是对茶文化的精神有着充分的认识。

文化,是指人类社会历史实践过程中所创造的物质财富和精神财富的总和。同样,茶文化是指整个茶叶发展历程中有关的物质和精神财富的总和。

按照文化学的研究,文化可分为物态文化、制度文化、行为文化、心态文化。

物态文化层是人类的物质生产活动方式和产品的总和,是可触知的具有物质实体的文化事物。

制度文化层是人类在社会实践中组建的各种社会行为规范。

行为文化层是人际交往中约定俗成的以礼俗、民俗、风俗等形态表现出来的行为模式。

心态文化层是人类在社会实践和意识活动中孕育出来的价值观念、审美情趣、思维方式等主观因素,相当于通常所说的精神文化、社会意识等概念。它是文化的核心。

同样,茶文化研究对象也同样包括茶文化的物态文化、制度文化、行为文化、心态文化四个层次。



（二）茶文化的研究内容

中华茶文化十分的博大深厚，值得研究的内容十分广泛。茶文化的研究内容在物态文化上可表现为主要研究人们从事茶叶生产的活动方式和产品的总和，即对有关茶树的栽培、茶叶的采摘、制造、加工、保存、化学成分及药理研究等，也包括饮茶时所使用的茶叶、水、茶具、饮茶环境等看得见、摸得着的物品和建筑物。

在制度文化上可表现为主要研究人们在从事茶叶生产和消费过程中所形成的社会行为规范。如随着茶叶生产的发展，历代统治者不断加强其管理措施，称之为茶政，包括纳贡、税收、专卖、内销、外贸等。

在行为文化方面可表现为主要研究人们在茶叶生产和消费过程中约定俗成的行为模式，通常以茶礼、茶俗以及茶艺等形式表现出来。如宋代诗人杜耒“寒夜客来茶当酒”的名句，说明客来敬茶是我国的传统礼节。千里寄茶表示对亲人的怀念。民间旧时行聘以茶为礼，称茶礼，送茶礼叫下茶。古时谚语曰“一女不吃两家茶”，即女家受了“茶礼”便不能再接受别家聘礼。还有以茶敬佛，以茶祭祀等等。至于各地、各民族的饮茶习俗更是异彩纷呈，各种饮茶方法和茶艺程式也如百花齐放，数不胜数。

在心态文化方面可表现为主要研究人们在应用茶叶的过程中所孕育出来的价值观念、审美情趣、思维方式等主观因素。如人们在品饮茶汤时所追求的审美情趣，在茶艺操作过程中所追求的意境和韵味，以及由此生

发的丰富联想；反映茶叶生产、茶区生活、饮茶情趣的文艺作品；将饮茶与人生处世哲学相结合，上升至哲理高度，形成茶艺、茶德、茶道等等。这是茶文化的最高层次，也是茶文化的核心部分。

三、普洱茶文化的研究

（一）普洱茶文化的研究对象和内容

普洱茶作为中国悠久历史名茶，其文化同样博大深厚，同属中国茶文化的重要组成部分，又有着自己独特的地方民族文化特点，成为中国茶文化中一朵耀眼奇葩。

对普洱茶文化的研究，首先必须将它放在中华民族茶文化的前题和背景中，系统地加以对比研究和分析，才能在茶文化的普遍性中找出其特殊性，才能准确而全面地找出普洱茶独特而深刻的文化内涵。

其次，普洱茶作为中国茶文化的重要组成部分，又有着自己独特的地方民族文化特点，其无论在历史文化、传播和贸易文化、交通运输文化、饮茶文化、茶礼茶艺茶俗中都有着民族文化的深刻烙印，因此从某种意义上说，普洱茶文化也即中华云南民族茶文化，只有把普洱茶文化放在云南特定的民族文化背景中去研究，才能使普洱茶从自然的历史中走出来并展现出其文化的真实性，而这正是本书的努力所在。

基于上述思考，在这里我们将从普洱茶“物态文化”、“精神文化”、“历史文化”、“民族文化”、“普洱茶遗迹文化”等各文化层面等进



行系统研究和阐述,虽分八个篇章,但是它们又不是完全脱离的文化,而是结合在一起的。不管是普洱茶茶道也好,茶艺也好,茶礼也好,茶俗也好,都是在茶叶应用的过程中体现出来的。离开普洱茶,也就不存在什么普洱茶茶文化。

本书将理论与实践相结合,通过全面、系统地普洱茶茶文化研究,希望能对广大品茗者和茶界工作者有所帮助,在茶香的天空里共同领略中国茶的博大,云南普洱茶的深厚,一道去探寻普洱茶科学的理性之光,让普洱茶从历史的岁月里走出来展现它的真实性更是我们共同追求的目标,同时也是本书所要努力奉献的。

(二)普洱茶文化研究的核心

普洱茶文化研究的核心是云南民族文化。

云南少数民族是世界上最早发现野生茶叶并加以利用的民族,也是世界上最早驯化、栽培和种植、使用茶的民族。在今天茶文化研究的田野调查中,研究者们找到了大量民族茶文化的资料,进一步丰富了普洱茶的文化内涵。

云南的少数民族,特别是布朗族、佤族、彝族、傣族、哈尼族、基诺族等在长期的丛林生活中,懂得了利用丛林进行生产和生活,从而发现和利用野生茶叶,并广泛流传,他们在长期对茶叶的生产及加工、饮食中,不断积累经验,加上内地汉族和各民族茶文化的交流、影响,对茶叶有了更科学的认识,并有了一定的生产、加工和销售规模。最终成为丛林中少数民

族稳定的经济生活来源之一。他们至今仍存的用茶方法,堪称茶史中的活化石。

布朗族、德昂族、佤族、傣族、哈尼族等各族先民不仅最早种茶,且创造了自己的一套加工食用方法,并发展成自己特有的茶艺、茶礼和茶俗,还将茶与宗教、祭祀相联系,创造了丰富多彩的茶文化。

在阿佤人心中,茶叶是最圣洁的灵物,阿佤人用茶祭“司岗里”祖先,用茶祭太阳神、月亮神,生娃娃道喜、老人去世、劳动干活、腰酸头痛、生疮生病等都要用茶、吃茶。

哈尼族把茶叶奉为吉祥之物,期望发达兴旺,昌盛繁荣,婚、丧、嫁、娶所有要办的事情离不开米、蛋、茶这三样东西。其用茶的含义是在祈求消灾灭病,清吉平安。他们把茶看作民族精神哲学的物质体现。因此茶在边疆各民族中最早用于祭祀,有“无茶不祭”之说,将茶与祖先、鬼神、社会交往联系在一起。由此看来,哈尼族对发展茶叶生产,不仅是用其作经济依靠,还是他们社会交往的信物,是他们崇拜自然物的民族哲学的重要表达方式。

云南有24个少数民族,各民族都有自己的语言、服饰、风俗、习惯、信仰和崇尚,他们都有独立的哲学和独特的风情,都把茶当成一种高洁典雅的物品,认为茶是上通天神,中达祖宗,下连亲友的媒介和信物。茶之为用十分高洁,茶之作意极其深邃,现在多民族的人文背景与茶息息相关、相依相伴。

在西双版纳,傣族、哈尼族、拉祜族、布朗族把南糯山称之为“孔明山”,把孔明奉为茶祖,民间传说:茶是孔明插下的拐杖生长而成,



祭奠至今。这种世代承传的节祭,当地各民族历史同源,民族同宗,习俗相似,采茶前祭奠茶树王,七月半祭茶祖,放孔明灯,已是源远流长。

云南少数民族在千百年普洱茶的栽种、加工、储存和在药用、食用及饮用中积累了无比丰富的经验和技艺,并在与内地文化的交流影响下,形成了各个民族独特和无比丰富多彩的茶文化,并将这种文化积淀为一种民族精神,体现于日常饮食习俗中,以茶礼、茶俗展现出来,显示出自己独有的茶艺、茶道,如白族三道茶、哈尼族“哈尼节节”、傣族竹筒茶等。

普洱茶文化虽然受中国茶文化的深刻影响,但其根本是云南民族茶文化,云南民族文化已深深融入普洱茶文化中,使普洱茶成为具有云南独特地方文化的中国茶文化百花园中的一枝奇葩。

(三)云南民族文化对普洱茶文化的影响

云南是多民族的边疆省份,民族文化对普洱茶文化有着重大的影响。无论是在无形的茶文化的核心、灵魂的茶道方面,还是在有形的茶艺、茶俗方面都深深打下了民族文化的烙印。

1. 在茶道方面

中国茶道精神,是和中国的民族精神、民族性格的养成以及中国民族的文化特征相一致的,成为中国民族精神、中国文化精神的组成部分之一。因此中国茶道在某种意义上即茶文化精神和茶德,是以修行得道为宗旨的饮茶艺术,包含茶艺、礼法、环境、修行四大要素。茶

道精神是茶文化的核心,是茶文化的灵魂,是指导茶文化活动的最高原则。

云南民族文化对普洱茶茶道特点影响突出表现在:

一为质朴之道。在中国文化中,“中和”为中庸之道的主要内涵。儒家认为能“致中和”,则天地万物均能各得其所,达到和谐境界。人们常常把这种相对的和谐作为一种理想的境界。“文质彬彬然后君子”,人的生理与心理、心理与伦理、内在与外在、个体与群体都达到高度和谐统一,是古人追求的理想。而个体与社会以及社会中各种关系的均衡、和谐、有序、稳定的发展则是封建君主心目中理想的太平盛世。而普洱茶的质朴、简约、宽厚、温和、淡定便是“中和”为中庸之道的最佳内涵体现。而云南民族文化的质朴特质构成了普洱茶质朴内涵的文化之本。

二为自然之性。“自然”一词最早见于《老子》:“人法地,地法天,天法道,道法自然。”这里的自然具有两方面的意义:其一是天地万物,其二是自然而然的人性。就第一个意义说,它是人类生存的整个宇宙空间,它是天地日月、风雨雷电、春夏秋冬、花鸟虫鱼等诸种现象。就第二个意义说,它又使人们在大自然中获得思想和艺术启示,是人在自然境界里的升华。

自然是生命的体现,尊重自然就是尊重生命。在中国文化中,生是自然的最高品格——“天地之大德曰生”。中国文化的自然精神主要体现为“万物含生”的生命精神。从这样的原则出发,儒家不仅主张万物含生,而且这种生命



是融会贯通的,人与自然是相连的。道家的生命气象是阴柔的、宁静的,但这样的生命不是寂灭,而是与大自然打成一片。自然是道家最高的旗帜——“天地与我并生,万物与我合一。”在中国影响颇大的大乘佛教。主张“一切众生,皆有佛性”,人人皆有佛性,物物皆有佛性,因此它的法界是自然的世界而不是物质的世界。在思想主张上,中国的儒释道旨趣相异,但其基本倾向是肯定自然,肯定生生不息的生命流动。

云南民族文化深得自然之性,一切取之自然、源于自然、归于自然的属性是那么的本真,体现在普洱茶的采种、加工、储存、运输、饮用都以自然为最高境界。

三为明伦之礼。礼仪作为一种人类形式化了的行为体系,可追溯到原始社会。当原始人的生存尚处于各种压力之下时,他们把万事万物的存在归之于超自然存在。原始巫术仪式,怕是人类最早的礼仪行为。而后中国数千年的社会发展史,可以说就是一个礼制发展的历史。礼制的产生与中华文明、国家的形成有着直接的内在联系。历代封建统治者以“礼义以为纪”维系社会专制秩序的基本制度和规则,而“非礼勿视、非礼勿听、非礼勿言、非礼勿动”(《论语·颜渊》)乃是社会成员之间的交往规则。

在无比丰富的云南民族礼俗文化中,其明伦之礼更充分地体现在各民族日常生活习俗中,各民族多姿多彩的茶礼、茶俗甚至可以是早期人类文明史的活化石,为今天文化学和茶文化的研究提供了宝贵的活的史料。

2. 在茶艺方面

中国茶艺即泡茶的技巧,实际上是包括茶叶的识别、茶具的选择、泡茶用水的选择等。而饮茶的技巧则是对茶汤的品尝、鉴赏,对它色、香、形、味、韵的体味。只有掌握了泡茶和饮茶的技巧,才可能真正地、更深入地体会到茶艺。此外,饮茶的技巧,不光是指个人独饮,而且包括以茶待客的基本技巧。

泡茶、饮茶的艺术方面,艺术虽然和技巧有密切的联系,但是艺术高于技巧,且艺术进入到一种美学的范畴。艺术应该突出美学追求,茶艺属于实用美学、生活美学、休闲美学的领域。茶艺包括环境的美、水质的美、茶叶的美、器具的美、艺术的美。而泡茶的艺术之美,又应该是泡茶者仪表美和心灵美的统一,容貌、知识、风度和内心精神思想的统一。而饮茶同样要强调美,应该与粗俗的、低劣的品茶者严格地区别开来。待客之道也应该讲究艺术,讲究心灵的相通。这样的茶艺才达到了艺术的准则和要求。当然,泡茶与饮茶技艺只是外在的形式,体现出来的是对茶文化精神的追求,是一种文化观念的融通。茶艺是对茶文化哲学层面的、观念层面的一种外在的表现形式,但这种表现形式应该是外在与内在的一致的和谐。

云南民族茶艺如藏族酥油茶、白族三道茶、纳西族龙虎斗、基诺族凉拌茶等都有自己独特的茶叶的识别、茶具、泡茶用水的选择及对茶汤的品尝、鉴赏及泡茶和饮茶的技巧,茶艺表演等,各民族的茶艺对普洱茶茶艺的形成奠定了基础,同时普洱茶茶艺在中国茶文化大



环境影响下有着具有中国茶艺的共性和个性的和谐统一。其特点更突出表现在三个方面：

一是质朴自然。中国茶艺最讲究的是道法自然，崇尚简净。道法自然，就是与自然相一致、相契合，物我两忘，发自心性。崇尚简净是以简为德，心静如水，怡然自得，返璞归真。普洱茶茶艺强调的便是在返朴归真的质朴中人与自然的和谐统一。

二是充满着生活的气息、生命的活力。中国茶艺之美表现在自由旷达，毫不造作，注重内涵，不拘一格。普洱茶艺正是没有严格规范要求，不僵化、无凝滞，率性而为，充满着浓郁的民族生活的气息和生命的活力。富有各民族文化特色的茶艺各有意境，百花齐放。民族茶艺多姿多彩，儒雅含蓄与热情奔放，缤纷错彩与清丽脱俗，各种风格都能一一展现。

三是注重实用。在云南民族生活中，茶是用来喝的、用来吃的、用来表情达意的，是开门七件事之一，是和老百姓的生活息息相关的。他们在饮茶用茶中不仅关注冲泡过程，更关注解渴提神的作用，同时把茶的滋味感觉、心理感受和社交很好地融为一体，追求一种极好的生活享受。正如唐代刘贞亮在《茶十德》中曾将饮茶的功德归纳为十项：“以茶散闷气，以茶驱腥气，以茶养生气，以茶除疴气，以茶利礼仁，以茶表敬意，以茶尝滋味，以茶养身体，以茶可雅志，以茶可行道。”

3. 在茶礼俗方面

饮茶礼俗即饮茶礼仪习俗，它是在长期社会生活中，逐渐形成的以茶为主题或以茶为媒体的饮俗、习惯、礼仪，是一定社会政治、经济、

文化形态

的产物。它随着社会形态的演变而消亡变化。在不同时代、不同地方、不

同民族、不同阶层、不同行业，茶俗的特点和内容不同。

饮茶风俗是茶文化的重要组成部分，它除了满足人们的生理需要之外，更重要的是满足人们的心理需求。饮茶风俗则是茶文化精神是在各民族民俗仪礼的饮茶过程中的体现，是人们在品茗活动中的一种高品位的精神追求。

在云南民族茶文化礼仪中最突出地表现在：

一是以茶敬客，协调人际关系。茶道中的“和”“敬”“融”“理”“伦”等，侧重于人际关系的调整，要求和诚处世，敬人爱民，化解矛盾，增进团结。

二是以茶行礼。在当今的现代化生活中，由于商潮汹涌，物欲剧增，活动节奏加快，竞争激烈，所以人心浮躁，心理易于失衡，导致人际关系紧张。而云南民族茶文化是悠闲的文化，它能使人们绷紧的心灵之弦得以松弛，倾斜的心理得以平衡。在自然质朴中和诚处世，以礼待人，热情好客，奉献爱心，和睦相处，相互尊重、互相关心。所有这些才是我们所要谈的普洱茶精神文化实质。

