



CHAFENG XILIE

池宗宪◎著

品茶要得好滋味，在好茶、好水之外，
更重要的是一颗对茶的好心情。
人生要得真幸福，在财富、梦想之外，
更重要的是一颗对人生的正确心。
本书带您从一杯茶穿透人生，
看到生命的素雅本质。

一杯茶的生活哲学。

一杯茶的生活哲学

池宗宪 著

中国友谊出版公司

图书在版编目(CIP)数据

一杯茶的生活哲学/池宗宪著. —北京:中国友谊
出版公司, 2005. 2
ISBN 7-5057-2047-3

I. 一... II. 池... III. 茶-文化-通俗读物
IV. TS971-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 004539 号

书 名	一杯茶的生活哲学
作 者	池宗宪
出 版	中国友谊出版公司
责任编辑	杨凯喻
策划设计	九天翰墨
经 销	新华书店
印 刷	山东人民印刷厂
版 次	2005 年 3 月第 1 版 2005 年 3 月第 1 次印刷
开 本	889 毫米×1194 毫米 1/24
印 张	7.75
字 数	160 千字
定 价	27.00 元
书 号	ISBN 7-5057-2047-3



“茶风”宣言

总策划 池宗宪

品茶可以是件轻松平凡的事，也可以用心喝出清香和品味。

品茶要得好滋味，贵在好茶、好水之外，还要有一颗对茶的好心情，才能凝精聚神细细地由茶的实体抽离出意象，才能穿透茶的种植、制作工序找到滋味与内涵！

那么，深深解构茶的每一细节，便可成茶痴的基石，可惜的是，短缺了一份深入浅出对茶的认识与解析，就少了一份对茶集合天时、地利、人和多元变化的了解，就无法明了品茶原来潜藏了这许多婀娜多姿的面貌！

“茶风系列”是以一份尊敬茶的心情编写筹划的！是用最浅显的文字记述茶在多元变动因素中如何脱颖而出，并期待带给华人品饮艺术的一份清香！“茶风系列”包含以下三方面：

一、茶叶。一种茶叶一世情，每一种茶叶都有着她自己曲折离奇的身世故事，我们依序将“铁观音”、“普洱茶”、“武夷茶”等风行华人世界的名茶予以系统介绍，为每一种茶写传，写

出她们的一世传奇！

二、茶与生活。将水煮开，置茶入壶，注汤入壶，将茶汤入杯……这一道泡茶程序看似简单却蕴涵了如何取水、浇水、置茶的量、冲水的急慢多寡等等，都在细微中引动着茶香和滋味。

三、茶器。佳茗必有好器相配，才能相得益彰。中国历代经典茶器中，有不少出自名窑，她们或在宫廷之内、或在文人雅士之间流传把玩，亦成为今人收藏主题。本系列将以中国茶器为经，以时代为纬，系统地探究每一时代品茗风格与茶器的一段不解之缘。

茶是国饮，茶香飘扬千年，你我在茶里乾坤中，有没有找到柔鲜？有没有喝了口茶而能品出她一身风情？且让“茶风系列”伴你在茶文中看得到茶的香味。



体物性 崇幽趣

台湾历史博物馆馆长

黄光男

中国的茶文化渊源荒古，令人无法明白其起源，但以史载饮茶之风，则于汉宣帝时王褒的《僮约》上已有〈烹茶〉、〈武阳买茶〉的记载；到了三国时《韦曜传》有“孙皓饮群臣酒，或赐茶茗以当酒”，知茶饮之普遍与功用。西晋的恒温等人在宴会上以茶果待客已成家常便饭；而唐代下自贩夫走卒，上至达官显要，无不饮茶论茶；陆羽的《茶经》应世，洋洋洒洒，包罗万象，将茶的世界无限扩大！唐宋以降，论者愈夥，著书之说，蔚为中国文化之大观而影响于日韩，以致全世界！茶原为药用，性简朴，可爽神，能醒思，故于“涤烦解渴”之外，品茗更可借以评古今，鉴名画，论籍释典，乐至终席，进而达到体物性、尚自然、崇幽趣、养天年的艺术境地。

中国南方地处亚热带，山地高温多雾，适宜好茶生长，而中国人生性好茶，喝茶品茶之风，向极普遍。近年来随着经济发展，茶艺馆到处林立，讲趣竞妙之余，收藏名茶、考究名器之风披靡全国，钻研茶艺文化之学者更如雨后春笋，但能于茶

世界中寓理游艺者终然不多！

吾友池宗宪先生乃性情中人，多才多艺，主掌《大成报》编辑部有年，生性好茶，除了收藏各代茶具名品外，对茶之钻研乐此不疲，倾其二十年来赏茶的心得撰写《一杯茶的生活哲学》一书。书分两篇：上篇每篇四五百字，以散文手法，就茶的精神抒发其对人生的妙悟，进而以茶器之收藏实践其生活美学之理想，字字珠玑，活泼有味；下篇为其收藏历代茶具计七十二件，按年编列，配以说明，颇助赏心悦目之功。

在其收藏的茶具名品中上自战国陶碗，下迄民初宜兴紫砂壶，品类多样，形色俱佳。如南北朝青釉带托瓷盏、唐定窑白釉口碗、北宋白釉瓜棱式划花瓷水注、白釉花式带托瓷盏、白陶八面炉、耀州窑青釉瓷碗、建阳窑窑变盏、明青花煮茗瓷壶、清青花瓷碾槽等，均属罕品，而其印刷精美，图文映趣，为茶书辟一新境，赏读之余，特抒己见，聊以为介。



大宇宙智慧

前台湾省茶业改良场场长

阮逸明

从古至今，人们喝茶讲究的程度大有差别，柴、米、油、盐、酱、醋、茶，日常生活中饮茶只是解渴罢了！琴、棋、书、画、诗、酒、茶，文人雅士休闲饮茶，将文艺融入茶饮，藉茶溢涌文思，展现艺术才华。

品茗记事，散见文人诗词，是拨动今人心弦和鸣的基调，是探究古代茶史咏香的源头。茶诗回味着历史名茶，歌颂茶人，诉说茶的甘美、醇厚，是骚人墨客对茶的情怀，是古人想茶、茶想的最佳写照。

爱茗才子宗宪兄，是一位具有人文素养、敏锐洞察力的新闻工作者，艺术鉴赏家，曾任自立晚报记者，联合报记者、主编，大成报执行副总编，现任大成报总编辑。他精研茶艺、陶



瓷、印石、书画、玉器等文物，其收藏古玩的独到品味颇受同道推崇，更难能可贵的，是他超脱“拥物”情结，古玩绝非止于“收藏”，他认为世俗的收藏只停滞于“占领”，在乎“拥有”，而他将收藏升华为一种修持，一种境地，与生活结合，他说：“古茶器内涵着古人品茗的用情、用心，时空相隔，千年再见，古茶器，岂能只是痴茶族陌生的相逢？”

他体认茶不只是解渴而已，而是充满着大宇宙的智慧及禅机，是上天赐予人们最富生机的恩典，《一杯茶的生活哲学》因而诞生。十年、百年乃至千年之后，仍留下今人饮茶、爱茗的风尚及社会形态，犹如今人咏颂唐宋茶诗，意会唐人、宋人的“茶世界”。

茶与生活的体悟

陆羽茶艺中心与无我茶舍创办人

蔡荣章

《一杯茶的生活哲学》乍看像是一本借茶发挥的生活小品，细看才知道作者乃知茶之士，懂茶、泡茶、饮茶，不是不懂茶爱喝茶，也不是爱谈茶不喝茶，也不是爱喝茶不泡茶。这有什么关系呢？前者写出来的人生有茶境，不辱《一杯茶的生活哲学》书名；后者写出来的，于茶已不对味，自然引不起读者对他的人生起共鸣。再说，后者会误导许多喝茶的知识与观念，更是茶人们痛心疾首之事。

池宗宪兄对茶有深度的体认，从求学时代即开始泡茶、喝茶、收茶器，等到他有了自己可以自由运作的住家后，就刻不容缓地规划成颇“专业”的茶道空间。从住家的设计与布置上我们不难体会到池先生的人生理念与生活态度。经年累月地堆积与推陈出新，茶屋味更浓、意更醇，将其“翻译”成书原本就是记者、



报界人士的职责，我们乐见他将茶道园地在《一杯茶的生活哲学》出版。

器物是一种文化、一种生活态度具体的表现，我们要理解池先生的生活观，除了读他的文字叙述，还可以从他收藏的茶器得到佐证。《一杯茶的生活哲学》一书收录了近百件作者珍藏的茶器，即使从器物的观赏上，也是一大飨宴。池先生在文中不止一次提到他对于这些古物、收藏品的态度以及使用她们、与之一起喝茶的情形。这是有“能力”的收藏家，玩得起的收藏家，不只是深锁保险箱，手边只留一本账册的人。作者将文字与器物并陈，直截了当地显现了他的生活态度，我们读他书的人，也获得了一并欣赏的实惠。

目 录

交融与对抗·····	(1)
茶乐生辉·····	(4)
尽吐杂味得妙境·····	(7)
小隐于室·····	(10)
不对味思匀称·····	(13)
杯情交集·····	(15)
不“满”名利·····	(17)
雅茶·邂逅山水·····	(19)
欲望横流·····	(21)
拥珍奇·平常心·····	(23)
贪得，失德·····	(25)
不如憨呆·····	(28)
炫耀无常的外相·····	(30)

名牌迷梦·····	(32)
破铜烂铁心细品·····	(35)
遗忘的火红·····	(38)
没嘴也叫壶·····	(40)
碗茶悠悠·····	(42)
虚饰隐忍·····	(45)
真假英雄·····	(47)
尚清绝恶·····	(49)
真味何在·····	(51)
简约·····	(54)
温柔回报·····	(57)
读水·····	(59)
品茗好色·····	(62)
情真香嫩·····	(65)
舌根味涌·····	(68)
爬高心虚·····	(71)
泡茶的旋律·····	(74)
美韵灵升·····	(76)

韵厚香存·····	(79)
清心的门窗·····	(81)
孤芳自赏·····	(84)
藏茶蕴精·····	(86)
内敛韵味·····	(89)
表面香·索然·····	(92)
客观秤锤·····	(95)
空想简朴·····	(97)
梦幻“加味”·····	(100)
清静和寂·····	(103)
细察少失意·····	(105)
用心品绿意·····	(107)
机变得香·····	(109)
甘露风云·····	(112)
天清莹道·····	(115)
返照思索·····	(118)
适中得宜·····	(120)
繁复、好滋味·····	(123)

浪漫汤·····	(126)
无伴奏律动·····	(129)
幽意平和·····	(131)
释放冷漠·····	(133)
热腾腾奉茶·····	(136)
久浸见真章·····	(139)
同好疼惜·····	(142)
茶店仔真情味·····	(145)
发现乌面贼·····	(148)
诚意无悔·····	(151)
茶器名录一览表·····	(155)



交融与对抗

茶是醒的人生泉源，食罢一觉醒，
起来两瓯茶，这便是清醒。



布纹黑陶碗
战国（403-221BC）
高：66mm
口径：84mm

寒夜客来茶当酒。以茶代酒表示一种谦让，一种中国式的社交客套，是不想让客人喝酒，却又怕失礼下的权宜之计。因此茶等于酒的礼数就派上场了。

无人计较的宽容

明明是过去的酒杯，硬说是茶杯，这也是品饮茶的器皿中无人计较的宽容吧！尤其是喜欢收藏民初、清末的民窑杯、拿来古物今用者，他们常发生以酒杯当茶杯，甚至连博物馆展览说明用途，都将两者搞混了。但却未见有人出面检举，我想这是品茗者心中的宽容吧。

古陶瓷当成装盛容器时，本有了茶、酒共用的相容地带。六朝的羽觞杯，唐宋的盏托，都是杯的原创形制，当时称酒杯，也可当茶器。从出土的壁画中考古，我看到他们的差异。

做人的清明与混沌

小瓷杯、宜兴杯、民间青花瓷杯……各式各样、或酒杯或茶杯，应有尽有。我看到使用者常按自己的“惯例”做了功能分野：于是酒杯茶杯竟成双胞胎。凡杯小如核桃者均以“茶杯”视之。这让我想起做人的清明或混沌，