

智慧書

现代人不得不看的智慧宝典



原典经文、注释、译文、评说+智谋故事，完整呈现，完整典藏。



人 生 智 慧

智慧是人类永恒的力量 智慧是知人观事的动力

撷取《茶经》的生活真谛
典藏中华祖先的智慧结晶

张绍民 著

《茶经》是一部划时代的茶学专著，它将普通茶事升格为一种美妙的文化艺能，从中提炼智慧的创造力与竞争力。

贵州出版集团
贵州人民出版社

智慧書

人生

的

人

生

智

慧

张纲民 著

贵州人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

《茶经》的人生智慧 / 张绍民 著. — 贵阳: 贵州

人民出版社, 2011.5

ISBN 978-7-221-09444-5

I. ①茶… II. ①张… III. ①茶-文化-中国-古代

②茶经-人生哲学-研究 IV. ①TS971②B821

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 066929 号

《茶经》的人生智慧

张绍民 著

出品人 曹维琼

策划人 杜培斌

责任编辑 陈继光 唐 博

出版发行 贵州人民出版社

社址邮编 贵阳市中华北路 289 号 550001

印 刷 贵州新华印刷厂

规 格 710×1000 毫米 1/16

字 数 200 千字

印 张 16.25

版 次 2011 年 6 月第 1 版

印 次 2011 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-221-09444-5

定 价 29.00 元

版权所有 盗版必究。举报电话:(0851)6828640 6828477

本书如有印装问题,请与本社发行部联系调换。联系电话:(0851)6828477 6828390

茶教我们如何面对生活和人生

一杯茶，一卷经，使人如虎添翼，顿生生机与力量。喜欢茶的人不可不读《茶经》，想得到美好生活的人，不可不明白茶道，大道皆在茶里面，人生就像一杯茶而已。

我们用一种全新的方式来解读陆羽的《茶经》，以便把这卷经化为一本励志书，化为一本思想书，化为一本哲理书，化为一本感悟人生的心灵鸡汤。茶水为圣水，自然当之无愧可以作为最好的心灵鸡汤。一杯茶，可以独立思考，也可以谈天说地，可以放宽视野，博古通今，既有生存的风雨奋斗，又有生命的豁达与智慧。这是一杯智慧茶，面对现代生存环境而不惑。这是一杯健康茶，在茶里看到水与自然对我们的生存是多么重要，我们既要赚钱，又要像爱钱那样善待自然和山水。这是一杯灵水，心灵全在茶里，用爱灌溉善良，就不会再渴。

《茶经》原来可以这样读，茶原来有这么多对人有用的启发和积极的作用。这样读《茶经》开卷有益。喝茶而懂茶，就会充实自我。精通茶道的人，会得到新的加油与补充；爱茶的人，会悟到令自己喜悦的有益力量；想得到指点的人，会得到满意的答案。

茶，文化与文明的载体。茶出世入世，即生活化又超越了生活，上升为心灵与精神。有人用茶的精神鼓舞自己，积极地从茶身上得到更多的教益，因而活着就能够像最名贵的茶叶，达到很高的境界，并成大事。

人人都要面对自己的生活，人人都要面对柴米油盐酱醋茶，人人都

要喝水喝茶。无论是谁,茶是绕不过去的。不管怎么喝茶饮水,茶是一生都要面对的。

有的人不仅只喝水饮茶解渴,还能从茶的身上得到更多的光明。有病者用茶治好病;怡心者喝茶达到快乐状态;懂茶者善用茶待客送礼,在人脉上如鱼得水,事业如日中天。

茶懂得我们的生活,因为它本来就是生活。

人本身在生活中,无法离开生活,生活为最大的老师和朋友。有眼光的人善思考,善于从生活里总结成败得失和做人做事的道理。那么就把茶当成良师益友,助益自己的当下和未来,那么定然走出好的蓝图。

茶是佛,它不仅能够成为禅,有佛性,还能通达人的内心,看出人间的心思,所以会喝茶就会明白禅机。

茶是医生,它打扫身体里里外外,知道人的表面,也知道人的深处,而成为人们的依靠。

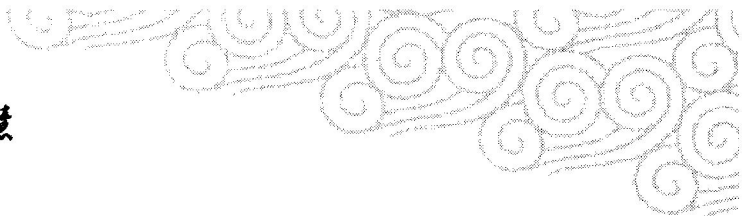
茶是励志,它给人诸多的帮助,引导人的目光看准道路,走得精彩。

目 录

第一章 形象价值连城..... 1

不论是什么,只要存在,都会有自己的形象,形象分为外在和内在的,二者相对独立存在而又连为不可分割的一体。对于南方的佳木茶树来说,它常年的绿色好似永远的绿色积雪,绿化着世界的目光。人像茶树一样的话,有高尚干净的外表,又有内心深处的幽香,还绿化别人和世界,有终生解渴的作用,那么一生的形象就圆满而悠扬,光明而充满了真善美。

《茶经》一之源 原文 注释 译文.....	1
有精神,就精彩.....	4
问 脸.....	6
茶叶为一生的羽毛,茶叶即一生的脚印.....	7
读茶如读经.....	13
基本形象的确立.....	14
冷落了花朵.....	15
根皆下孕.....	16
同一事物身上的不同信息.....	17
成长课.....	18
什么样的土壤长出什么样的树.....	20



方法产生力量:法如种瓜,三岁可采·····	20
识茶如识人·····	21
阳光的油漆·····	22
好茶配好人·····	23
一粒宽容的辽阔·····	24
解毒·····	26
生气不如努力·····	27
找到醍醐灌顶、喝甘露的幸福感·····	28
人生如茶,茶如人生·····	29
吹灭此心·····	30
不好的结果都能找出原因·····	31
不适宜者效果不佳·····	32

第二章 妙用有利元素·····33

不要让身边的细小事物束缚了自己,当人在外面,没有杯子喝水的时候,就可以用双手捧水喝,让双手重新变为古老的杯子,双手便是最初的杯子,人的手造出了多少有利自己的工具和事物,那么当身边缺少自己所需的时候,只要有一双手,就会灵活地得到解决。自然,早早地准备自己所需要的元素,哪怕是细小的微不足道的事物,都要准备好,那么一旦有什么事情要办,就不会缺什么了。生活所需要的,都要准备好,正如人生路,我们要准备很多正确的脚印。

《茶经》二之具 原文 注释 译文·····33

工具甚至决定成败·····	37
结缘在于容纳和承认·····	39
背篓里的清风·····	41
人有植物的性情该多好·····	41

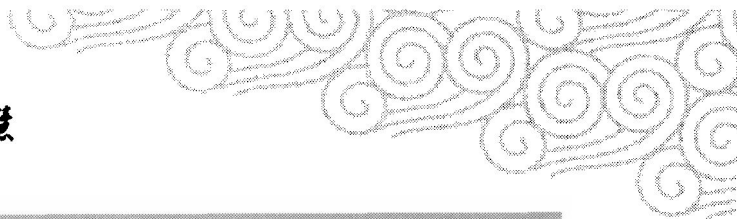


自己要有自己的锅灶·····	44
形式的变化与本质的坚持·····	44
打开一个缺口·····	45
升降要恰到好处·····	46
贯穿的力量·····	47
用鞋子喝茶·····	48
育孩子一样·····	48
心成为势利工具·····	49

第三章 过程与关键····· 50

人生是一个过程,在这一个过程里,会有很多不同的过程组成我们的人生。就拿喝茶来说,在喝茶之前,要种茶采茶制作茶,这都是过程。过程的存在即生命的呈现,必要的过程就像天意安排的,绕不过去,既然如此,就要好好面对,踏踏实实做好。把握好事物发展的分寸,就像采摘茶叶要把握时机。

《茶经》三之造 原文 注释 译文·····	50
天才就像那些芽尖·····	53
讨一口茶喝·····	53
站在绝境里的勇气与坦然·····	56
一枪一旗·····	57
天还没亮·····	57
要有敬畏之心·····	58
眼力全在心力·····	60
做一个内行·····	60
安装好一生的心灵·····	61



茶道的神奇之处,在于它的意境,为了人所达到的意境,茶叶与水,瓷器与烧开水的火焰,也即所有的天地为人都付出了无数默默的努力与奉献。懂茶道就懂生命,懂茶就懂人生,茶味包含了人生味。

《茶经》四之器 原文 注释 译文.....64

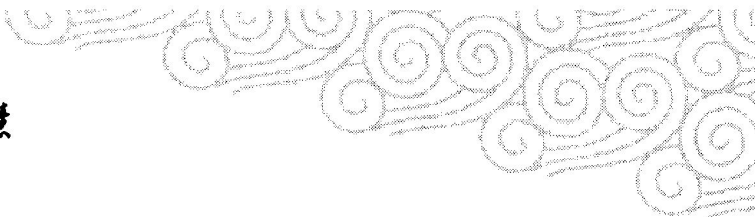
天人合一的最高境界.....	72
不同事物各有各的用处.....	74
吻火,吃火焰.....	74
好缘分是一种积极的帮助.....	75
香气像一种灵魂.....	76
名声与香气.....	78
有利于运转.....	78
鸡毛掸子与灰尘.....	79
筛子法则在于淘汰.....	80
则:量度与准绳.....	80
水很大方.....	81
懂得过滤心情.....	81
舀一瓢缘分.....	82
尺寸量生活.....	83
盐用白发说出滋味.....	83
生与熟.....	84
一碗命一杯运.....	84
瓷的骨气散发在茶里.....	85
与生俱来的相逢.....	87
洗心那样洗干净.....	89
包容尤其伟大.....	90



第五章 善用如水的力量..... 91

水为最初和最后的茶,老子说上善若水,水利万物,水即我们的血肉存在。那么水即生命力量的表达,像水一样活着,像水一样充满力量,有水那么高深的思想、哲学、智慧,甚至有比智慧与思想更高明的力量,那么我们就真正懂得了生命的本质与人生的意义。

《茶经》五之煮 原文 注释 译文.....	91
与火焰的距离.....	95
光有力气没有用.....	95
火焰有不同的性格.....	97
最好的家有最好的幸福.....	98
一沸二沸三沸.....	100
火候.....	101
开水深处隐藏的积雪.....	102
耳朵品茶.....	102
预热与铺垫.....	103
体温即命,体温即灵魂.....	104
茶凉的情形.....	105
被冷水感化.....	106
水有高矮.....	107
苦的同义词是甜.....	108
杀茶救茶.....	109
1.心危机.....	109
2.水在给茶敲警钟.....	110
3.水在喊救命.....	111
4.根在泥土中找不到茶喝.....	113
5.奢侈的茶是别人的泪.....	114



6.痛苦的茶来自城市河流·····	115
7.河流不再茶·····	117
8.湖泊:茶的创可贴伤疤·····	118
9.屠杀任何一滴茶·····	120
10.杀水神·····	121
11.屠水作者·····	122
12.可以喝吗·····	123
13.一粒沙不等于一粒茶·····	124
14.大地下跪讨水喝·····	125
15.杀草木等于杀茶·····	126
16.睡觉的冰一旦醒来·····	127
17.水愤怒的结果·····	129
18.用水的力气点灯·····	130
19.水这危险品·····	130
20.养好婴儿一样养好大地·····	131
21.救水比救火急·····	131

第六章 品味生活····· 133

一杯茶,一卷经,以最好的悟性,感悟茶,丰富思考,清醒生活的情形。茶对人的启示有励志的作用,这都源于茶本身的博大。茶品如人品,一杯茶有人间的冷热。从茶的身上,得到的是一种可贵的精神。

《茶经》六之饮 原文 注释 译文····· 133

饿了就吃,渴了就喝·····	136
白开水的深刻·····	139
走得越远,风景越多·····	140
给点颜色看看·····	144





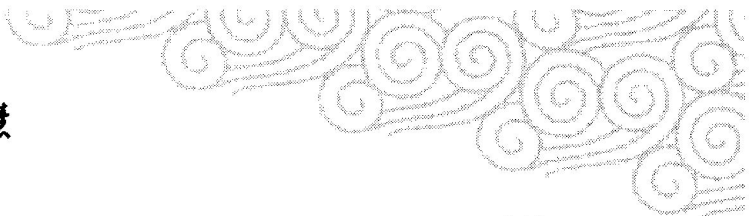
吃喝为最高的艺术·····	146
妙处难说·····	149
像针一样站立在开水中·····	150
流行外行·····	151
心中有数·····	152
分享困难·····	152

第七章 读懂奥秘····· 155

通过了解很多周围的情况,通过掌握事物的发展脉络,通过观察过去的情形,收集有关的情报,对信息要有甄别,那么我们就能读懂事物,读懂生命,就像喝出茶的深意,读懂了一杯茶。读茶,读出最好的心灵;读茶,读出最好的丰收;读茶,读出佛性与圆满的正果。从茶的学问里得到人生大道。

《茶经》七之事 原文 注释 译文·····	155
像百度一样,做一个知道分子·····	170
思考之刀·····	171
何处大地无故乡·····	173
树叶的美德·····	174
神境·····	178
不堪为奴·····	180
谁都想有诗意的生活·····	181
打官腔的茶·····	185
茶深酒浅·····	186
资深就会到处根深·····	188
茶叶身上的人脉·····	188
杯中客·····	189





茶里面的禅机·····	191
一页小舟载得动人间·····	193
1.茶吃疾病·····	193
2.茶与命的轻重·····	194
3.喝茶喝的是学问·····	197
4.茶把人记在心里·····	198
5.茶与饭为一生最好的药·····	202

第八章 生存空间····· 205

人无可避免地要面对生存空间,不仅有物质世界的空间,还有情感与心灵、灵魂的空间。就拿茶叶来说吧,在茶园里,在绝壁上,在乱石瓦砾中安居,长出常年的绿色,有最好的茶叶,在锅里深渊水里沸腾,一一走过,不论什么时候,都散发出神奇的香气。这大概就像高尚的人生。

《茶经》八之出 原文 注释 译文····· 205

如数家珍算作一门长处·····	211
不怕路远·····	213
无论哪里的茶都灌溉生活·····	214
1.骨肉的神奇关系·····	214
2.茶戴帽子·····	215
3.功夫似水·····	216
4.创作爱情的体温·····	216
5.干净的震撼力·····	217
6.茶叶,从山到水·····	219



第九章 放下与舍得····· 221

有的东西不必要就可以省略,有的东西不必用就可以不要拥有,简



单的生活就要放下许多多余的负担，那么诗意的生活就会轻松而自由。放不下，就在压力中；舍不得，就什么也不会得到。能够放得下，能够舍得，就会有大的快乐，进入妙不可言的舒坦里。

《茶经》九之略 原文 注释 译文.....221

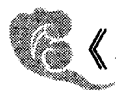
有一种智慧叫放下.....	223
1.放下.....	223
2.倒空自己.....	224
3.放下使人强大.....	224
松树下的舍得.....	225
简单即力量.....	227
妙用环境.....	228
学会绕道而行.....	229
把自然揣在怀里.....	229
有此不一定要彼.....	230
废茶，茶废.....	231
敢于舍弃.....	231
把世道险恶泡成一杯好茶.....	233

第十章 一生的地图.....234

人生要有路线图，山山水水，大道小路，坑坑洼洼，坎坎坷坷，都要有预计。对整体要有考虑，对局部要有打算。方方面面，点点滴滴，不能忽略，不能大意。能够面对未知的将来和已知的命运。

《茶经》十之图 原文 注释 译文.....234

一杯思想.....	235
茶品尝人间.....	237
1.茶为国饮.....	237



《茶经》的人生智慧

2.用那么多刀泡成一杯茶·····	240
3.花喝茶·····	240
茶比核武器厉害·····	241
看茶，茶看人·····	242
1.深渊里跳舞·····	242
2.沉浮·····	243
3.最好的插图·····	243



第一章 形象价值连城

不论是什么,只要存在,都会有自己的形象,形象分为外在的和内在的,二者相对独立存在而又成为不可分割的一体。对于南方的佳木茶树来说,它常年的绿色好似永远的绿色积雪,绿化着世界的目光,人像茶树一样的话,有高尚干净的外表,又有内心深处的幽香,还绿化别人和世界,有终生解渴的作用,那么一生的形象就圆满而悠扬,光明而充满了真善美。

《茶经》

一之源

【原文】

茶者,南方之嘉木也。一尺、二尺乃至数十尺。其巴山峡川有两人合抱者,伐而掇之⁽¹⁾。其树如瓜芦,叶如梔子,花如白蔷薇,实如栟櫚⁽²⁾,蒂如丁香,根如胡桃(原注:瓜芦木,出广州,似茶,至苦涩。栟櫚,蒲葵之属,其子似茶。胡桃与茶,根皆下孕⁽³⁾)



至瓦砾，苗木上抽。）

其字，或从草，或从木，或草木并。（原注：从草，当作“茶”，其字出《开元文字音义》⁽⁴⁾。从木，当作[木茶]，其字出《本草》。草木并，作“茶”，其字出《尔雅》。）其名，一曰茶，二曰檟⁽⁵⁾，三曰蔎⁽⁶⁾，四曰茗，五曰荈⁽⁷⁾。（原注：周公云：檟，苦茶。杨执戟⁽⁸⁾云：“蜀西南人谓茶曰蔎。”郭弘农⁽⁹⁾云：“早取为茶，晚取为茗，或曰荈耳。”）。

其地，上者生烂石，中者生栎壤（原注：栎字当从石为砾），下者生黄土。凡艺而不实⁽¹⁰⁾，植而罕茂。法如种瓜，三岁可采。野者上，园者次。阳崖阴林，紫者上，绿者次；笋者上，芽者次；叶卷上，叶舒次⁽¹¹⁾。阴山坡谷者，不堪采掇，性凝滞，结痼疾⁽¹²⁾。

茶之为用，味至寒，为饮最宜。精行俭德之人，若热渴、凝闷、脑疼、目涩、四肢烦、百节不舒，聊四五啜，与醍醐、甘露⁽¹³⁾抗衡也。采不时，造不精，杂以卉莽⁽¹⁴⁾，饮之成疾。茶为累也，亦犹人参。上者生上党⁽¹⁵⁾，中者生百济、新罗⁽¹⁶⁾，下者生高丽⁽¹⁷⁾。有生泽州、易州、幽州、檀州⁽¹⁸⁾者，为药无效，况非此者！设服荠苎⁽¹⁹⁾使六疾不瘳⁽²⁰⁾。知人参为累，则茶累尽矣。

【注释】

(1)伐而掇之：伐，砍下枝条。《诗经·周南》：伐其条枚。掇，拾拣。

(2)栎：棕树。《说文》：“栎，棕也。”栎，读音 bīng。

(3)根皆下孕，兆至瓦砾：下孕，在地下滋生发育。兆，裂开，指核桃与茶树生长时根将土地撑裂，方始出土成长。

(4)《开元文字音义》：字书名。唐开元二十三年(735)编辑的字书。早佚。

(5)檟：读音 jì，本为楸、梓类的美木，借指为茶。

(6)蔎：读音 shè，《玉篇》：“蔎，香草也。”清人段玉裁认为应是草香。