

茶与禅

天中衲子 编著



民族出版社

茶 与 禅

天中衲子 编著

民族出版社

责任编辑:哈斯 小泉
责任校对:张嘉林
装帧设计:博朗设计公司

图书在版编目(CIP)数据

茶与禅/天中衲子编著 —北京:民族出版社,
2002 5
ISBN 7-105-05067-5

I.茶… II.天… III.茶-文化-中国
IV.TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 035696 号

民族出版社出版发行
(北京市和平里北街 14 号 邮编 100013)
<http://www.e56.com.cn>

北京市昌平西贯市印刷厂印刷

各地新华书店经销

2002 年 6 月第 1 版 2002 年 6 月北京第 1 次印刷
开本:850×1168 毫米 1/32 印张:5.125 字数 120 千字
印数:0001—4000 册 定价:15.00 元

该书如有印装质量问题,请与本社发行部联系退换
(总编室电话:64212794;发行部电话:64211734)



东方胜 · 云山胜力

為之
耳

天中納子



写在前 面

学会喝茶的年代离我似乎并不遥远，那是大约 30 年前的事吧。祖父褐红色的脸庞映着火红的炉膛，一闪一闪地透着岁月的印痕。他一边吧嗒吧嗒抽着呛人的旱烟一边搅动着炉子上的茶壶，抽抽鼻子细细地品味熬了很久的云南沱茶茶砖的香味儿。认真地对我说：苦，并不可怕。只要不怕煎熬，就一定会产生希望！我当时觉得这一切都很美，也很令人感动。

我的族人都是湖南佬，除了喜欢吃辣椒以外便是喝茶的居多。父辈告诉我说：辣椒和茶就是人世间最好的“辛”、“苦”，只要能够不怕辛苦，人生永远是积极的，永远是有希望的。我当时并不懂什么叫辛苦，也不大懂什么是希望。但喝茶和吃辣椒的传统是继承下来了，直至今日亦不敢忘怀。甚至一直想写一些茶与人生有关的文字来纪念那些已经远去的年代和亲人，只是由于多方面的原因总是迟迟没能动笔。

今年的春节我已去了纽约，见到了老朋友沈家桢居士。沈老先生是位享有盛誉的爱国华侨领袖，也是一位令人尊敬的科学家和宗教家。虽年逾九十，但依然精神矍铄、谈兴很浓。一边喝茶一边叙旧，他很认真地介绍一个朋友（常春树书坊的张弓长居士）给我。说张先生致力于传统文化和佛教文化事业已有四十年，也是个很爱国的友好人士，很值得交往。沈老先生很赞赏中国日新月异的变化，他说，他很佩服中国的几代领导人，尤其是在江泽民主席的领导下中国取得

了举世瞩目的伟大成就；也确实如同江泽民主席所说的那样中华民族的伟大复兴时期到来了。他还鼓励我要多做一些有益于海峡两岸统一的工作，并表示自己也将终生致力于此项事业。我很感激先生的拳拳爱国之心，也表示自己将会为维护祖国统一、维护民族团结、维护社会稳定、维护法律尊严、促进世界和平尽最大努力。

回国后不久，常春树书坊的张弓长居士便带着女儿和一些书目及先生自己多年来一些学佛的体会来北京看我，我很受感动。张先生看到祖国首都的繁荣景象激动地泪流满面，他说自己多次回过上海，为上海的变化而心潮澎湃。但今天的北京才让他真正找到了作为一个中国人的自豪感，因为这里不仅仅有辉煌的历史，更重要的是有欣欣向荣的今天和美好的明天，尤为重要的是有着中华民族伟大复兴的希望和前景。看着老人灿烂的笑脸我不由得想起了旅居美国的沈老先生拳拳报国之心，想起了我的院长、已故中国佛教协会会长赵朴老“知恩报恩”的谆谆教诲，也想起了那童年时代的罐罐茶中苦涩后的甘甜，想起了祖父常挂在嘴边的那句话——只要不怕煎熬，就会产生希望。

是的，每个民族都会面对历史的抉择和生存的考验。而文化则是一个民族的灵魂。文化与经济的协调发展，是推动社会全面进步和可持续性发展的重要保证。一个社会的全面发展，决不能忽视文化建设；一个现代化的国家，不仅仅应该有繁荣的经济，也应该有繁荣的文化。而具有悠久历史的佛教文化作为中华民族传统文化中的一枝奇苑异葩，也应当受到重视和继承。

宋代的大儒张载说过，大丈夫人生在世应当为四种事：为天地立心、为生民立命、为往圣继绝学、为万世开太平！我乃一介贫僧，庸碌无为，只能深山伴古佛青灯诵黄卷依仗

佛力加持、菩萨护佑以祈国泰民安、风调雨顺、世界和平、众生幸福！

为了将这种情怀能够传递给每一个有爱心和责任感的兄弟姐妹，让所有能够有机缘接近茶或禅的朋友感受到平常心即是道的人生真谛。我便不揣浅陋地将弓长居士转来的禅茶史料和自己收集到的各种资料整理汇编成了这本《茶与禅》小册子。我非常感谢本身固有的爱国爱教、护国利民的信念给了自己做这件事的动力：非常感谢自觉、觉他、觉行圆满的佛陀给了我编这本小册子的智慧；非常感谢已故的中国佛学院院长赵朴老对我的言传身教赋予贫僧弘法利生的神圣责任感；非常感谢为我剃度传法赐予法身慧命的本焕大师、圣辉大师、佛源大师、传印大师、永信大师等高僧大德慈悲喜舍的威德感召；非常感谢来自美国纽约沈家桢先生、我国台湾地区张弓长居士等海内外侨胞们对祖国的祝愿给了我编辑《茶与禅》的信心；非常感谢为我近年来能够在京求学而提供了生活上方便的克刚居士、明德先生、炳森先生、端午先生、伯山先生、加利先生、云峰先生等诸位好友；非常感谢为《茶与禅》的出版而慷慨解囊或是帮助劝募的陈宁宁女士、郭荣海先生、戴皓先生、吴建桦女士、吴丽卿女士等诸位檀越。与此同时，也非常感谢为了这本书的顺利出版而不辞辛劳的小泉先生及北京西山大觉寺管理处孙荣芬主任等诸位贤达。

诚然，这本小册子只是一次资料的汇编，谈不上是作品，但我还是报着很认真的态度去做了。可是由于我自己人生历练的贫乏和知识结构的相对滞后，必将使此书有贻笑大方、挂一漏万之处，恳请诸位方家不看僧面看佛面宽恕一二，则必功德无量矣！

阿弥陀佛！罪过，罪过！阿弥陀佛！善哉，善哉！

天中衲子于中央民族大学寓所



作者简介

天中衲子，又名延藏。

湖南湘阴人，早年出家于嵩山少林寺，持戒精严、深得佛学之三昧，现为湖南邵阳云山胜力寺方丈、东方慈善会会长、美国纽约广济寺方丈、美国禅净学会名誉会长、嵩山少林寺书记兼方丈衣钵、北京国际禅文化交流中心主任、北京文物研究所名誉研究员兼顾问、北京西山大觉寺佛教文化总顾问。法师常怀“但愿众生能离苦，不为自己求安乐”的大悲愿心，以“爱国爱教、护国利民”为己任奔走于世界各地。2001年毕业于中国佛学院，现就读研究生于北京大学哲学宗教学系和中央民族大学民族学系。

一切有为法，
如梦幻泡影；
如露亦如电，
应作如是观。

——《金刚经》

天中衲子通讯方法

北京9668信箱

邮编 100086

传真 010-62195530

E-mail yanzang@sohu.com

目 录

写在前面	(1)
有关茶的种种	(1)
茶的起源	(1)
饮茶的历史	(2)
茶的功能	(3)
茶的禅缘	(5)
茶之三昧	(5)
何谓禅	(6)
茶与禅的关系	(9)
茶事以禅道为宗	(15)
禅茶的礼节	(23)
茶禅一味的茶道	(25)
茶道的极意	(27)
茶事修行之有关事项	(28)
有关茶意诸事	(33)
有关茶器诸事	(40)
有关露地诸事	(46)
茶道的性格	(51)
茶道的精神化性格	(51)

- 茶道的爱好 (52)
- 茶道的无心 (53)
- 茶道的脱俗 (55)
- 茶道的落处 (56)
- 茶室所悬挂之禅语 (59)
- 一字关 (59)
- 无 梦 喝 关 默
- 二字关 (64)
- 看箭 松风 如是 知足 不会 不识 忘路
- 两忘 愚直 慎独
- 三字关 (71)
- 一圆相 一二三 吃茶去 麻三斤 莫妄想
- 主人翁 放下着 空手来 三十棒 明历历
- 无宾主 看脚下 一只眼
- 四字关 (81)
- 和敬清寂 柳绿花红 眼横鼻直
- 本来面目 万法归一 风来何处
- 去去来来 随处作主 月白风清
- 清风明月 千里同风 教外别传
- 茶禅一味
- 五字关 (91)
- 本来无一物 日日是好日
- 无事是贵人 一无位真人
- 一物不将来 一念万年去
- 平常心是道 直心是道场
- 庭前柏树子 独坐大雄峰
- 松树千年翠 日出乾坤辉

神光照天地 山呼万岁声
东山水上行 青山常运步
俱胝竖一指 通身是手眼
大道透长安 万里一条铁
壶中日月长 白云抱幽石
八风吹不动 好事不如无
一大事因缘

六字关..... (116)

前三三后三三 吾道一以贯之
祸不入慎家门 江月照松风吹
红炉上一点雪 百不知百不会
不思善不思恶

七字关..... (121)

谁家无明月清风 朝闻道夕死可也
话尽山云海月情 心头无事一床宽
不风流处也风流 安眠高卧对青山
脚跟下放大光明 百尺竿头进一步
回光返照学退步

八字关..... (128)

身心脱落脱落身心 一心不生万法无咎
应无所住而生其心 好雪片片不落别处
头上漫漫脚下漫漫 欲得现前莫存顺逆
一有多种二无两般 直指人心见性成佛

九字关..... (133)

不是心不是佛不是物
恁么也得不恁么也得
退步就须已明三八九

十字关..... (137)

一花开五叶结果自然成
君看此花枝中有风露香
心随万境转转处美能幽
水流元入海月落不离天
我心似秋月碧潭清皎洁
古松谈般若幽鸟弄真如
松无古今色竹有上下节
掬水月在手弄花香满衣

十一字关以上…………… (143)

尽十方法界尽是自己光明
天地与我同根万物与我一体
行亦禅坐亦禅语默动静体安然
到得归来无别事庐山烟雨浙江潮
截断人间是与非白云深处掩柴扉
山家富贵银千树渔夫风流玉一蓑
风吹碧落浮云尽月上青山玉一团
无影树下合同船琉璃殿上无智识

跋…………… (150)

有关茶的种种

茶的起源

茶原本是一种树木的名称，我国是世界上最早发现和利用茶树的国家。早在远古时期，神农氏《百草经》即有“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶而醉之”的记载，这里的“茶”便是指茶而言。唐代陆羽《茶经》中也曾专述茶之源。陆羽是湖北竟陵县（目前称天门市）西塔寺禅僧智积的俗家徒弟，于唐代宗、德宗的时代（763—804）四处流浪，对茶予以研究。著有《茶经》共三部，按其上部一册之说明，茶名共有五种。

一、茶：早晨所采之物，称之为茶。（《尔雅》郭璞注）

二、檟：周公把苦茶称之为檟。（《尔雅·释木篇》）

三、蔎：杨雄（汉朝时代人）说，蜀地西南方人称茶蔎。

四、茗：傍晚所采之物称之为茗。（《尔雅》郭璞注）

五、荈：茶与茗，有时合称为苑。（《尔雅》郭璞注）

斐渊的《广州记》里却说，茶以前称做皋芦，系原产地印度的贵品，然后传入中国的广州，餐后饮用茶身心都能强健。

而《南越志》又称茶为过罗，过罗二字的发音似皋芦，

也许是表示同发音的事物，可能《尔雅》的槩，就是把上列的事物予以略称而化，过罗就是苦涩的意思，把茶是苦味表现出来，因为苦味所以在诸味中占上位，对万病也有治愈功能。

茶起初是被当药物饮用，汉朝时代（前 206—219）以后，才成为重要的饮品。

饮茶的历史

被称日本禅宗的开山祖师荣西禅师（1141—1215）著有《吃茶养生记》二卷。

上卷内容如下：

- 一、茶的名字。
- 二、茶树的形状，茶叶的形状。
- 三、茶的功能。
- 四、采茶的时节。
- 五、采茶的样式。
- 六、调茶的样式。

上列六章引用各种书籍加以叙述。其中第六章有云：“观看宋朝焙烤茶的样式，即于早晨采茶后随时予以蒸之，然后再予焙烤之。懈倦怠慢者，不担当此事。焙烤棚需敷纸，不能使敷纸焙焦，故使用温火，下工夫把茶焙烤。不得懈怠，不分昼夜看顾，需于晚间焙干为佳。烤毕投入喜好的瓶中，以竹叶密封瓶口，不得使风灌入，即经长久岁月也毫无所损”。这就是说茶应该在立春后采摘为最适当季节。可是下雨时不采，虽不下雨，阴天最好也不采为宜，陆羽的《茶经》有这样的说明。

然而把所采的茶加以蒸发，然后再焙干，调制后盛入瓶中，还要密闭瓶口，《吃茶养生记》有如此的说明。

有关饮茶方法，唐朝（618—907）称淹茶法，即使用干燥茶叶放在臼里捣碎成粉，又捏为团茶。团茶又名茶砖，即是固定成型的意思。以后按需要，到时候剥开取适宜量，用滚水煮开后饮用。当然，人们非常注重茶的风味，因此对采茶时节，采茶方法，还有调茶的制造法等事，都不断加以研究，遂有陆羽的《茶经》，或是卢仝的《茶歌》等名作陆续出现。

宋朝（960—1279）饮茶的方法稍有改变，抹茶法盛行民间。就是像现代一样，把茶叶用茶臼研磨成粉末，而后用茶杓（约二、三茶匙）放适量于茶碗里，注入滚水，再用茶筴搅拌后饮用，在南方修禅的僧侣间，以一种茶礼而广行吃茶法。还有元朝马端临所著《文献通考》即有：“宋人制造茶的方法有两种，即是谓之片及臼散也。”片即是龙团的旧法，散就是不蒸而使之干燥，像现时的茶一样。

按此看来，当时的南宋虽然也有团茶，但是新的制造法，不蒸而予以焙干的新法也有。一直到明朝（1368—1644）更为发达，传到现代还是使用此法制茶，日本的嬉野茶（日本佐贺县嬉野町附近所制造之茶），正是以明朝所传方法予以制造。

茶的功能

有关茶的功能，在《吃茶养生记》中引用多种书籍详细叙述过。从现代医学观点来说，茶含有丰富的阿斯哥罗敏酸，而此种物质确实有药效。因此，如何将阿斯哥罗敏酸保