

飲茶漫話



# 饮 茶 漫 话

庄 晚 芳 孔 宪 乐  
唐 力 新 王 加 生

中国财政经济出版社

唐 《调琴啜茗图卷》



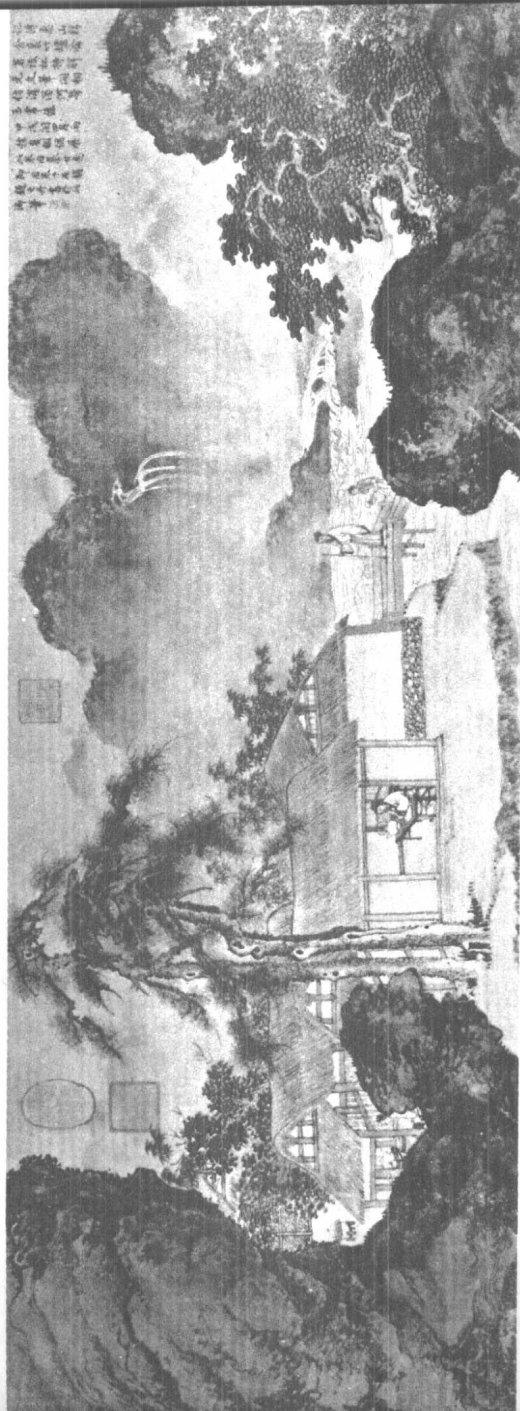


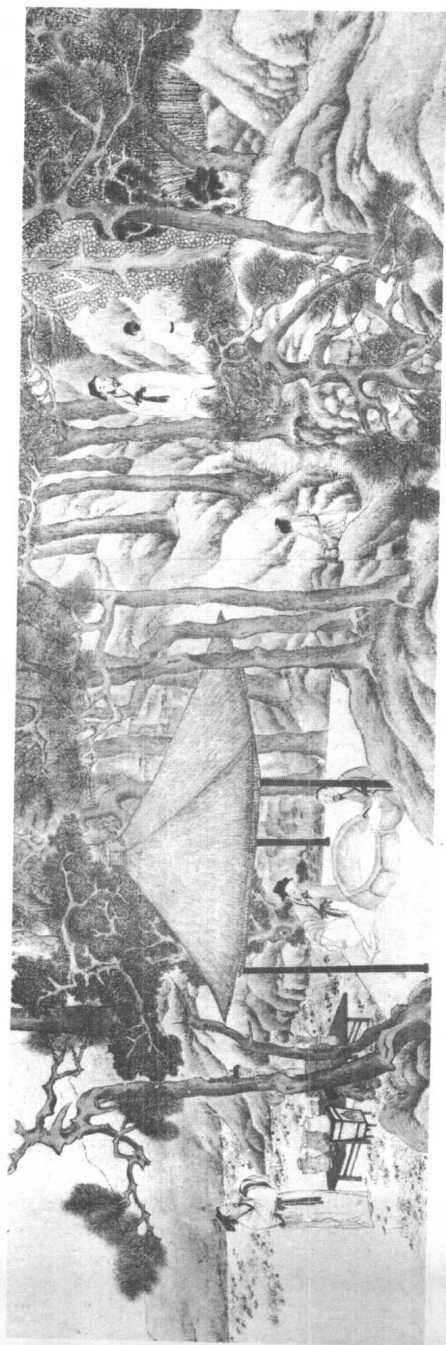
宋 妇女烹茶画像砖



元 赵孟頫《斗茶图》

明 唐寅《事茗图》





明 文征明《惠山茶会图》

明 丁云鹏《玉川煮茶图》





清 薛怀 《山窗清供图》

# 目 录

|                 |        |
|-----------------|--------|
| 一、饮茶史考 .....    | ( 1 )  |
| 饮茶起源 .....      | ( 1 )  |
| 饮茶传播 .....      | ( 6 )  |
| 二、饮茶与健康 .....   | ( 15 ) |
| 古人话茶效 .....     | ( 15 ) |
| 茶的药理功能和实效 ..... | ( 17 ) |
| 三、饮茶习俗 .....    | ( 31 ) |
| 客来敬茶 .....      | ( 31 ) |
| 茶宴、茶会、茶道 .....  | ( 36 ) |
| 茶馆、茶室 .....     | ( 45 ) |
| 茶话会 .....       | ( 53 ) |
| 四、饮茶与文艺 .....   | ( 56 ) |
| 茶与诗词 .....      | ( 56 ) |
| 茶与美术 .....      | ( 68 ) |
| 茶与歌舞 .....      | ( 72 ) |
| 五、主要茶叶饮用法 ..... | ( 81 ) |
| 红茶饮法 .....      | ( 83 ) |
| 绿茶饮法 .....      | ( 84 ) |
| 乌龙茶饮法 .....     | ( 85 ) |
| 花茶饮法 .....      | ( 86 ) |
| 紧压茶(砖茶)饮法 ..... | ( 87 ) |

|           |        |
|-----------|--------|
| 茶叶特殊饮用法   | ( 88 ) |
| 六、沏茶要则    | ( 92 ) |
| 水的选用      | ( 92 ) |
| 茶具选用      | ( 98 ) |
| 讲究冲泡      | (104)  |
| 七、茶的品类和选购 | (110)  |
| 茶的品类      | (110)  |
| 茶的选购      | (136)  |
| 八、茶的保存    | (140)  |
| 茶的特性和变质   | (140)  |
| 古人谈茶的保存   | (144)  |
| 茶的保存原则和方法 | (146)  |

## 附图

|              |             |
|--------------|-------------|
| 唐 《调琴啜茗图卷》   | 明 永乐青花缠枝莲纹盃 |
| 宋 妇女烹茶画像砖    | 明 宣德青花缠枝莲纹壶 |
| 元 赵孟頫《斗茶图》   | 清 宜兴紫砂茶壶    |
| 明 唐寅《事茗图》    | *           |
| 明 文征明《惠山茶会图》 | 江西景德镇青花斗彩茶具 |
| 明 丁云鹏《玉川煮茶图》 | 江西景德镇青花茶具   |
| 清 薛怀《山窗清供图》  | 江苏宜兴仿古紫砂茶具  |
| *            | 湖南醴陵茶具      |
| 唐 越窑莲花碗和荷叶形托 | 湖南黑釉陶茶具     |
| 北宋 定窑刻萱草纹盃   | 河南钧窑茶壶      |
| 北宋 建窑兔毫盃     | 河北邯郸花釉茶具    |
| 南宋 龙泉窑盃      |             |

## 一、饮茶史考

我国是茶树的原产地，可以说是茶的故乡，茶的祖国。饮茶、种茶、制茶都起源于我国。

我们远古的祖先是怎样发现茶树的？茶树是在什么时候开始利用的？茶叶是在什么年代开始作为饮料的？这些问题都是饮茶爱好者希望得到解答的。

但要稽考饮茶史，牵涉的问题很多，这要研究古代农业史，研究各民族物质生活史，等等。这里只就有关饮茶起源和传播的一些史料，作一简略的介绍。

### 饮茶起源

世界第一部茶叶著作——唐代陆羽的《茶经》中说：“茶之为饮，发乎神农氏，闻于鲁周公。”

据传说，神农尝百草，日遇七十二毒，得茶而解。在我国，人们一谈起茶的起源，都将神农列为第一个发现和利用茶的人。

耐人寻味的是，在江南茶区，自古就流传着一个“神农与茶”的神奇有趣的故事：神农这个人很奇特，他有一个水晶般透明的肚子，吃下什么东西，在胃肠里可以看得清清楚楚。那时候，人们还不会用火烧东西吃，吃的花草、野果、

虫鱼、禽兽之类都是生吞活咽的。因此，人们经常闹病。神农为了解除人们的疾苦，就决心利用自己特殊的肚子把看到的植物都试尝一遍，看看这些植物在肚子里的变化，以便让人们知道哪些植物无毒可以吃，哪些有毒不能吃。这样，他就开始试尝百草。当他尝到一种开着乳白色花朵的树上的嫩叶时，发现这种绿叶真奇怪，一吃到肚子里，就从上到下，从下到上，到处流动洗涤，好似在肚子里检查什么，把肠胃洗涤得干干净净，他就称这种绿叶为“查”。以后人们又把“查”叫成“茶”了。神农成年累月地爬山涉水，试尝百草，每天都得中毒几次，全靠茶来解救。最后，他见到一株开着黄色小花的草，那花萼在一张一合地动着，他感到好奇，就把那叶子放在嘴里慢慢咀嚼。一忽儿，感到肚子很难受，还未来得及吃茶叶，肚肠就一节节地断开了。神农就这样为拯救人类牺牲了自己。于是，人们称这种草为“断肠草”。常言道：“神农尝药千千万，可治不了断肠伤。”

这虽然是个传说，但也可以看出，现在的农业和医学是千千万万前人的血汗和生命换来的。在原始社会，人们为了求生存，必须与饥饿和疾病作长期艰苦的斗争。原始农业和医学的建立，决不是某一个时期、某一个人所能完成的，而是千千万万劳动人民经过长期实践的结果。后人因崇敬、纪念农业和医学发明者的功绩，特地塑造了神农氏这样一个偶像。这正如传说中有“构木为巢，以避群害”的有巢氏，“钻燧取火，以化腥臊”的燧人氏和“结绳而为网罟，以佃以渔”的伏羲氏一样，是完全可以理解的。

我们不能把神农确定是某一个年代的具体人物，但把神

長安  
孫少卿  
孫少卿

茶經卷上



晉書  
唐書  
唐書

唐書  
唐書  
唐書



一之源

茶者南方之嘉木也一尺二尺迺至數十尺其巴山

峽川有兩人合抱者伐而掇之其樹如瓜蘆葉如梔

子花如白薔薇實如栟櫚葉如丁香根如胡桃

廣州似茶至苦遊餅欄蒲葵之屬其子似茶

胡桃與茶根皆下孕兆至是纔苗木上抽其字或

從草或從木或草木并從草當作茶其字出開元

世界第一部茶葉专著——唐代陸羽《茶經》

农作为一个特定的传说时代是合适的。那时，渔猎经济已有较大进步，开始形成母系氏族社会，这从古代遗迹可以得到证明。据汉代班固《白虎通义》记载：“古之人民皆食禽兽肉，至于神农，人民众多，禽兽不足，于是神农因天之时，分地之利，制耒耜教民农作，神而化之，使民宜之，故谓之神农也。”这里说的神农，是指取得生活资料以农牧为主要手段代替以渔猎为主要手段的时代。在这个时代，茶已被人们发现而作为药料或食物的可能性是很大的。

茶和其它植物一样，从发现到利用，需要经过一段漫长的岁月。当原始人类发现茶叶对人体有医疗效用以后，对茶叶就开始注意和重视起来。据古籍记载，茶叶最初只作为药用；到了春秋时代，已经提到用茶叶作羹饮，但没有专门作为饮料的记录。因此，对茶叶何时发展为日常饮料，众说纷纭，没有定论。陆羽在《茶经》中根据《尔雅》和《晏子春秋》两书有关茶事的记载，把传说的两书作者周公和晏婴<sup>①</sup>列为我国最先知道饮茶的人。有许多文献的作者说我国饮茶始于春秋战国。有的人认为“秦人取蜀（四川），而后始有茗饮之事”（见清代顾炎武《日知录》），即产茶和饮茶始于秦汉时期。三国时，吴末帝孙皓因大臣韦曜酒量太小，曾在宴会上密赐茶茗代酒，于是有人认为饮茶始于三国。有人根据西晋时张载《登成都楼诗》中有“芳茶（茶字古作荼）冠六清，溢味播九区”之句，便臆断在晋朝时茶叶由药用转为

---

<sup>①</sup> 《尔雅》传说为周公所写，其实是秦汉时代的著作，《晏子春秋》也不是晏婴本人的著作，成书年代不详。

饮料。以上各种说法，对茶叶始饮的时间，前后相距竟达千余年之久。其实，我国饮茶开始的年代，无论说是秦汉或是春秋，都说得太迟，更不消说是在晋代了。

据《华阳国志》记载，周武王伐纣后，巴蜀等西南小国曾以所产茶叶作“贡品”。如果在西周初期，我国西南一带部落已将茶叶作为珍贵的贡品，由此可以推想到西周以前，即夏商时代（约公元前二十一世纪至公元前十一世纪），应已发现和利用茶叶。因此可以说，饮茶的起源距今当有三、四千年甚至更长的历史了。

王褒的《僮约》（买卖奴隶的一种契约），是我国现存最早和最有价值的茶叶文献。王褒是西汉时期四川资中的一位儒生，到成都参加“策问”（考试之意），寄居在他亡友的妻子杨惠家里。王褒爱喝酒，时常要寡妇杨氏的家僮便了去打酒，便了表示不满。不久杨氏将便了卖给王褒，成为王褒专用的家僮，所立契约就是王褒所写的《僮约》。在《僮约》中规定便了每天从事的劳役，其中涉及茶的有“武阳买茶”、“烹茶尽具”两句。武阳即今四川彭山县东，距彭山县约十市里，为汉代政治、经济、文化的中心城市之一，附近岷江两岸又为古代的产茶区。“武阳买茶”，就是规定便了要到武阳去买茶。“烹茶尽具”，就是规定在煮茶和盛茶时要洗涤、整理煮饮的器皿，不得马虎。根据《僮约》的记载，说明在西汉时期，四川产茶已有相当规模，茶叶已成为社会上层士大夫享用的饮料之一。

在远古时代发现茶有药理作用后，开始只采集一些野生茶树的枝叶就可得到满足。需要量逐步增大以后，人们就采

取了砍伐茶树采集嫩叶的办法，即《茶经》中所说的“伐而掇之”。但长此下去，全部野生大茶树将有伐光砍尽的危险。为了能得到较多的茶叶，当时人们就根据种植其它农作物的常识，尝试人工栽茶。当茶叶成为一种经常消费的饮料之后，茶树的栽培就由少到多地逐步发展起来。可以想象，消费是生产的推动力。茶叶消费量的增长，推动了茶叶的贸易和茶叶商品的生产。茶叶消费、贸易和生产的进一步发展，在一个较大的范围内，就逐渐地自然形成一个或几个茶叶产销中心市场。茶树从开始利用到栽培，从自给栽培到商品生产，从少量商品生产到形成茶叶产销中心市场，在古代需要几个世纪或更长的岁月。因此《僮约》所载的内容，不能说是我国最早的饮茶记录，只能说在西汉时期四川士大夫家庭饮茶已经相当普遍，而我国开始饮茶的时间，至少应该从王褒的时代再往前追溯一、二千年。

根据考古及民族志中的资料，得知现代的几种饮料的发现和利用都是很久远的。如黑人远在史前时期已知咖啡为饮料，我国在商代已知酿酒。茶最初作为药用，仅以未加工的生叶煎服或烤饮，有如现存的烤茶一样，它的味道虽苦，但香气馥郁，而且具有消除疲劳的功效，居住我国西南边陲山区的少数民族的部落很早把茶叶作为日常饮料，是完全可能的。因此，饮茶的起源应当追溯到西周以前的原始社会时期。

## 饮 茶 传 播

自我国西南地区发现和开始利用茶叶以后，经过一千多