

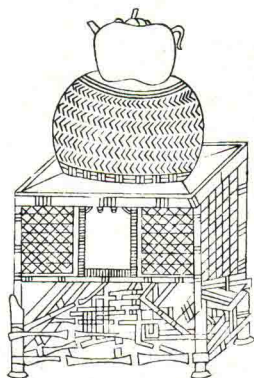
大观 茶论

宋代经典茶书八种

〔宋〕赵佶等

日月洲

——注 著



九州出版社
JIUZHOU PRESS

大观茶论

宋代经典茶书八种
——宋—赵佶等——著 日月洲——注



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目(CIP)数据

大观茶论 / (宋)赵佶等著; 日月洲注. —北京:
九州出版社, 2017. 12

ISBN 978-7-5108-6472-8

I. ①大… II. ①赵…②日… III. ①茶文化—中
国—古代 IV. ①TS971. 21

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第331193号

大观茶论

作 者 (宋)赵佶 等著 日月洲 注
出版发行 九州出版社
地 址 北京市西城区阜外大街甲35号(100037)
发行电话 (010) 68992190/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 小森印刷(北京)有限公司
开 本 810毫米×1120毫米 32开
印 张 17
字 数 300千字
版 次 2018年3月第1版
印 次 2018年3月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5108-6472-8
定 价 58.00元

★ 版权所有 侵权必究 ★

序言：巅峰时代的生活美学

回望我们这个民族的历史，如果想从让生活过得更美好这个角度，来寻找一些支持的话，那大多数人都聚焦到宋代。正如陈寅恪先生所说：“华夏民族之文化，历数千载之演进，而造极于赵宋之世。后渐衰微，终必复振。”这样说来，关注宋人的世界，不仅对过好我们的生活有所助益，对民族文化之复兴也颇为重要。

说文化复兴未免话题宏巨，如何过好每个人的生活，则不可回避。处于一个快速变幻的时代，再来看这个问题，则有两方面的深意。

一方面，文化传承并非如技术演进，有着单向度的迭代进化；实际上，我们面对宋人的生活美学，往往需仰视方见其全貌，实无居高临下的自信。另一方面，对生活的细腻品味，对生活中美的敏感，对于闲暇日少，节奏激荡的现代人来说，本非所长，时代之大势使然；这让我们怀古之时，又颇生艳羡之意。

当然，一个时代有一个时代的共业因缘，一味摹古并不是好主意。但无论怎样，总需先了解古人达到了一个怎样的高度，其精神世界又有怎样的气象，方才谈得到推陈出新，找到当下的方式，从而让我们的生活既有内涵、又有趣味，同时具有无限延展的可能。

这便是我们关注宋代茶文化，整理这本书的意义所在了。

无论是理解古人的生活美学，还是我们要让自己的生活更美好。需从以下几个方面着眼与着手。

一是知识与技术的层面。如同我们品一道茶，仅仅能说出真好！恐怕是不够的。总要有一定的知识储备，才能感受其结构与层次，从而有更好的体验。这方面古人是要言不烦，尤其是《茶录》与《大观茶论》，都能直指问题核心，对今日颇有启发。而作为巅峰时代贵族文化的代表，宋徽宗的品鉴理念，更是大大超越时代，其对口感中重量感、空间感、平衡感的把握，实际上与现代葡萄酒领域专业人士颇能沟通，而反观其后的茶叶品鉴，则似乎是退步了。

不仅如此，即便在对山场与工艺这些技术范畴的理解上，宋人似乎也超过当代。这多少令人困惑，但想想这个时代，更多的关注点在于市场、销量、利润，那对于一些可能“无用”的知识与技术的忽略也便可以理解了。《东溪试茶录》中对山场分布、茶园

划分、品种特性等方面的记述，不仅开了品茶山场文化的先河，甚至可以说是今人尚未逾越的高峰。在书中宋子安已经构建了细致的“口感地图”，而这正和我近年来对古树普洱的研究方向不谋而合。想想现在大多数的普洱山头茶著作非但达不到这样的高度，甚至对于茶园如何划分，树种的多样性等最基本的知识都视而不见，未免令人唏嘘。

黄儒的《品茶要录》则更多的关注工艺方面的问题。面对工艺，古人往往有更开放的视野，不会奉某某茶国家标准为圭臬，只是比较不同侧重点的口感差异，这也给今人颇多启发。更值得关注的是，古人的工艺的丰富性，这就又涉及到背后的观念了。

古人相信我们的世界运行阴阳相生，五行运化，有着内在的和谐，今人则往往不以为然。我们不必迷信古人的观念，这是对的，但是却往往忽略了今人的局限。什么局限呢？从工艺的角度说，现代人往往只关注一个参数，杀青到什么程度，焙火到什么程度，含水率达到多少，形成了一种线性的思维，无形中误以为只要达到这些参数就万事大吉了。其实衡量一款茶的好坏，并不限于这些，以生物分子成分之多样，结构之复杂，可能有的内涵物质，有的参数我们并未充分认识。古人因为上述的观念，思维的发散，反而 would 会做一些不厌其烦的工作。比如反复加水研磨，过黄

时水火并用、多次锤炼。这些方法或许有改进的空间，但是这样的操作却大大开拓了我们的视野，一下子打开了众多的可能。

这些不仅在技术上对我们会有启发，在观念上，也会让我们的操作充满生机与趣味。而如果我们对《北苑别录》里面的工艺详细梳理的话，会发现，宋茶看似奇怪的工艺，和唐代以来的外丹、丹药传统密不可分。基本上每一个操作，都能在丹药制作中找到对应的依据。而丹药的背后是道家的自然哲学，是天人合一的理念。那我们所看到的工艺其实只是冰山一角，水面下还有众多的精彩等待我们去发掘。这也将在今后的研究工作中逐渐展开。

除了知识与技术、观念与哲学，宋人之所以站在文化之巅峰，还在于艺术与审美的高度。这个在本书关于《大观茶论》的附文中多有涉及，这里不再展开。我们想借此回到一个根本的问题，这也是上本书（《茶经》注）里面提出的问题：中国究竟有没有茶道？如果有，是什么样的？对今天有无意义？

茶道这个词，英文可以译为“tea ceremony”，也可以译为“tea art”；因为英文历史上没有词语可以对应“道”，只能借用别的词语。这两个词初看只是翻译不同，实际上从礼仪“ceremony”入，还是从艺术“art”入，代表的则是不同的门径。很多人会认

为，日本茶道是典型的从礼仪入手；看了这本书“点茶”的部分，可能会认为宋人会从艺术入手。这样来理解也可以，但是可能错过了主题。

考察日本茶道的历史，一休、珠光时代，也并无完备的仪式，即便有简单的仪式，也并未赋予太多的含义。珠光从一休那里得到的，更多的是禅者之间的点拨与默契。到千利休时代，方才逐渐成其范式，同时也渐形成侘寂之美学。盖道之将行，顺应时地而已。仪式化的茶道如果失去其历史与心态的语境，则未必能达到好的效果。

如果说日本人对道的态度是顶礼膜拜，树碑立传。中国的古人多认为，道不可须臾离，更无须大书特书，如果这样做，已经是“背道而驰”了。禅宗有无数的公案，但都是鲜活而非死板的，这方才是道的本义。同样，虽然宋人达到了艺术的巅峰，点茶也可称是美轮美奂的艺术，但是这不过是道之运行，道之体现。如果将其命名为“道”，则无异于是对道真正的污染。这方是禅宗与道家皆达到高峰的宋代却没有形成所谓“茶道”的根本原因。

千年之下，习惯于现代知识体系的我们，对于茶、对于道，恐怕已无古人的自信。从这个角度说，日式茶道的程式化自有其市场，也无须排斥。只不过现代社会压力之下，人心看似强大却很脆弱，如果过

于拘谨，层层包裹，难以舒展，却是求道之大忌。以趣味，以意乐进入，更容易让我们的警惕放松下来，邂逅不一样的世界。这方面恰是宋人的特长，巅峰时代的生活美学自有其深意。

无论从何而入，总不要忘记我们的初心，我们习茶、饮茶的初心，希望浓缩宋茶精华的这本书能帮大家。

本书收录的八本经典茶书，囊括了宋代茶学与茶文化的各个方面，也是目前最全面的详注版本。我们尽量选择较古的权威版本来作为底本，结合对宋人文化的理解及茶领域个人经验进行详细的解读。毕竟相距千年，有些场景只能靠想象，如有不足挂漏之处，还望受教于方家。

茶书正文之前，是我在微信公众号上发的相关解读文章，行文比较随意，望大家谅解；好在通俗易懂，这里也基本不做改动，附在书中。书中的插图精选宋代茶画与茶器，希望给大家更直观的感受。

2018-01-16

日月洲于茗寿堂

目录

宋茶才是巅峰体验	· 1
玩山头，他凭什么领先一千年	· 49
喝茶到了极致会发生什么？	· 60
茗荈录	· 90
茶录	· 119
东溪试茶录	· 156
品茶要录	· 201
大观茶论	· 241

宣和北苑贡茶录 · 328

北苑别录 · 400

茶具图赞 · 474

宋茶才是巅峰体验

做茶的第一难题

谈宋茶还是有犹豫的，因为宋茶骨髓里是贵族的東西。对于我这种被佛教道家洗脑的人，贵族的玩法不是不好，是太麻烦，太累。但是看这个时代很多人用很粗糙的体验去衡量宋茶，把古人看低了，又心有不甘，总是要啰嗦几句。

既然谈，我们不能光谈风月，这样很多人会说这都是装，其实真正的贵族恰恰是最不会装的人，因为根本就不在意这些东西呀，只有向往又达不到的人才会计装，不是吗？

契合这个时代，我们要从技术流的角度分析一下，宋茶达到了怎样的高度，这样比较好交流一点。

什么是好茶

在详细分析之前，我们要了解一些前提。最重要的一条是——好茶的标准。这个不同文化背景，教育背景，生活环境和成长经历的人，差异很大。

宋人评茶，有一个评语，叫“色味皆重”。按很

多人的观点，颜色漂亮又霸气，当然是好茶。但是在宋人那里，这是一个不好的评语。比如蔡襄《茶录》里面讲真正的好茶还得是北苑凤凰山一带的，其他地方的茶，再怎么提高工艺，努力制作，也是“色味皆重”，没法和北苑比。

你说这有道理吗？有道理。有句话叫“穷人重口味，富人轻口味”，这个我在《从老班章到红烧牛肉面》里面谈过，其实对于阶层划分已不明显的中国来说，这种趋势看不太出来了。在有阶层差别的地区还能看出来，我去印度在街边吃点samosa之类的小吃，那口味重的你不就着一瓶矿泉水是无法下咽，我怀疑佛经里提到的北印度美食是否真的存在。而你到了五星级酒店，口味就远没有那么重了，再到真正贵族的家里去吃饭，那你对印度美食的信心就很快恢复了。

颜色也是一样，看看汝窑就知道了，这个不多谈。

当然，拒绝浓重口味，并不是推崇寡淡，按《大观茶论》，好茶的标准是“甘香重滑”，这个重，不是重口味之重，而是讲结构，讲内质，讲茶的力道。实际上宋人的审美和道家、禅宗有很大关系，了解这个对理解宋茶会很有帮助。

如果了解美食就知道，“甘香重滑”，香气、滋味与结构、触感并重，是典型的贵族口味，是欲望的

高级表达，和唐代茶风大不一样。即便对陆羽，宋人只是在精神层面尊重，对他的茶并不感冒。因为在贵族看来，那都叫“草茶”，很粗糙，很民间，潜台词是比较low。这个大家看《苕溪渔隐丛话》，包括黄儒的《品茶要录》都是这样的观念。站在整个中国文化的角度，当然我不能认同这个判断，但我们这里大概可以知道，宋人的价值取向和审美情趣是在哪个方向，这样后面讨论就有了基础。

做茶的第一难题

好了，我们开始进入正题，先要问一个问题，茶，作为一个饮品，口感上最核心的问题是什么？无论古今，也无论中外，了解了这个问题，对茶的认识就不一样了。

茶，不仅有香甜，还有苦涩。不仅有各种芳香物质、茶氨酸，还有占比更大的茶多酚和咖啡因。怎么处理好这两部分的关系，是茶口感上的核心问题。

为什么随着经济发展，用大茶缸闷泡的饮茶方式让位于多次短时冲泡？那是因为长时闷泡，茶多酚和咖啡因一次性大量溶于水，苦涩过重，口感并不舒服。分成多次，就好多了。

用开水冲泡散茶的方式，是明以来的主流方式。明代也有人吹这个是史上最牛的方法，但是这个只能

听听而已，这个很大程度上是因为太祖爷要求的。实际上，老百姓可以接受，贵族不一定认同。

为什么？

因为这种冲泡对茶本身体验的力度和层次感还远远不够，茶当然是可以食用的，你光泡水喝，体验是大打折扣的。

我们回过头来看茶水并食的唐代，茶是往开水里投放，煮好后分而食之。这个煮出来的，比泡出来的要丰富一些，但是肯定苦涩也要重一些。怎么办？

两个办法：一个是减少投茶量，我们现在煮茶往往是泡过之后比较淡了再煮，如果直接煮就一定是加的量很少，要不然，煮出来的茶就没法喝了。陆羽也采取了这个办法，投茶量和水的比率来说，还是比较少的。

第二个，陆羽加了点盐，盐可以平衡苦涩，增加汤感的润滑。但是对香气，尤其是清扬之香，只会减分，不会加分。

这样我们达到了茶和水共食的体验，比单单体验泡出来的茶水进了一步，但苦涩只是部分的解决，而且体验还远不够极致。

那么问题来了，如果我不仅要避免苦涩，还想完整体验茶的丰富性，而且要力度很大的体验，怎么办？

这个要求有点为难，难以兼得，甚至可以说根本是矛盾的，但是对于宋人来说，是可以达到的。

宋人是怎么做到的？

先说一点，做到，一定是有代价的。

什么叫代价，就是从采摘、加工、存放到最终点茶，每一步都是要花工夫的，不是一点功夫。而且，还要不怕浪费，这个没有经济支持是不行的。

总的来说，宋人的做法是采集大量优质茶芽，经过多道工序去掉苦涩物质，并逐渐优化，最后将这反复锤炼的精华调和出口感的极致。

在此无法讲详细，大致说一下，苦涩物质怎么去。我们知道宋茶是蒸青，但是和现在日本抹茶的蒸青不一样，也和唐代的蒸青不一样。

陆羽在《茶经》里讲蒸青是“畏流其膏”，就是蒸的过程中，要保证内涵物质不要流失。但是对于宋人来说，这并无必要，流失就流失呗，你多来点茶芽不就行了。不要忘了，宋人可是点茶，这个茶和水的比例要比陆羽的煎茶高得多了。那对去除苦涩物质的要求也大大提高了。

总的来说，宋人在蒸茶之后，还要压榨（压黄），这里面还分“大榨”、“小榨”、“翻榨”，榨来榨去，基本上要把“膏”差不多快榨干了。这样

苦涩是去了，但是损失也还是蛮大的。

对于宋人来说，这是可接受的，因为可以用高级采摘、靠量大来弥补。宋人考虑的不是内涵物质是否流失，而是口感的巅峰体验，因为怕浪费就凑合一下？那就不是贵族玩法了。

之前讲过，日本保留的抹茶道和宋人的点茶不是一回事儿，其实是元明以后残留的茶法。一个很重要的差别，就是这个“榨膏”的过程，以日本历史上之物产国力，能喝到茶已属不易，哪能浪费，这么玩是根本不可能的。

所以当你喝到满是泡沫的海苔味菜汤味的日本抹茶，千万不要以为宋茶就是这个样子，差太多了。没有贬低日本抹茶的意思，但是两者从玩法到文化，不是一回事。

采茶的秘密

谈到宋茶，还需要补充两点。

第一个，宋茶也是多种传统并存的，除了点茶之外，当然还有煎茶。这背后就是我们说的源远流长的“草茶”传统。除了这个还有一些像荆渝、蜀地等民间的传统。我们聚焦于高端茶，尤其是贡茶，主要是