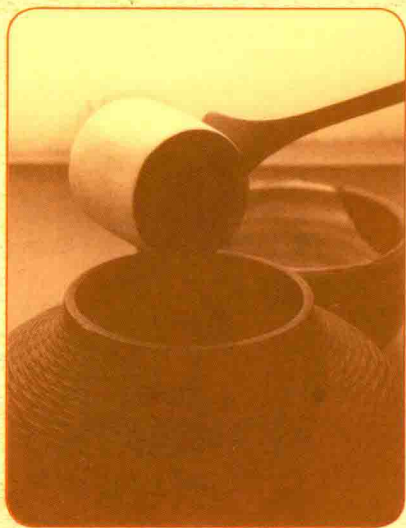




涵 养 心 灵

茶 道

王舜之 / 主编 孔庆东



吉林出版集团股份有限公司

经典
品读

茶道

▼王舜之、主编

孔庆东



吉林出版集团股份有限公司

图书在版编目 (CIP) 数据

茶道 / 孔庆东主编. — 长春 : 吉林出版集团股份有限公司, 2016.6

(品读经典 / 孔庆东主编)

ISBN 978-7-5581-1492-2

I. ①茶… II. ①孔… III. ①茶叶—文化—中国
IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第122496号

茶 道

著 者	王舜之
主 编	孔庆东
总 策 划	马泳水
责任编辑	齐琳 王昌凤
装帧设计	中易汇海
开 本	650mm × 960mm 1/16
印 张	17.5
版 次	2016年6月第1版
印 次	2016年6月第1次印刷

出 版	吉林出版集团股份有限公司
电 话	(总编办) 010-63109269 (发行部) 010-67482953
印 刷	北京欣睿虹彩印刷有限公司

ISBN 978-7-5581-1492-2

定 价 : 29.80元

版权所有 侵权必究

序

古人说：“刚日读经，柔日读史。”本来说的是什么时候读什么书，从侧面看来，我们的前辈多么勤奋，每日读书，并不留空闲。

在一个号召“全民阅读”的时代，如何阅读，阅读什么，成为新常态下的新课题。数千年来的文化传统和我们的祖先的经验告诉我们，那就是“阅读经典”。这套“品读经典”丛书，其旨趣、其志向，大概就是“打通”这样一个目标。

我也经常说，只有阅读经典著作，建立了平衡的知识结构，才能做到“风吹不昏，沙打不迷”。

古人又说，一日不读书，心源如废井。

在我看来，读书应该是日常生活的组成部分，就像呼吸空气那样。

我在北大附属实验学校的一次报告会上曾经谈过，要读书，读好书，也只有那些有独创思想的著作才能称为“书”，才可能成为经典。

经典书，也就是我们常说的“真正的书”，它应具有独特性、原创性、思想性。独特性就是与众不同，是自己独立思考的东西；原创性就是“我手写我心”；思想性就是必须加入自己个体的思考。

另外，经典书均为文史哲范围，因为这些书属于上游书，

其思想辐射至其他专业，今天我们有几百个专业，它们并不是在一个平面上展开的。

我们要每天读点书，滋润自己的心灵。读书不是立竿见影之事，不能立马改变生活，它是个慢功夫。几天不读好像没什么，其实你已经落后了，而当你水平提高了又不容易下去。

对于个人来讲，我们把学到的知识用到实践当中，用到一点就足够我们享用一辈子了。表里不一对于国家来说是毁国家前途，对于个人来说是毁自己前途。很多人总是发明新道理，但是我觉得旧道理够用。

知道了之后再实践了，这才是真正的读书人。

古人言：“读万卷书，行万里路。”

“读万卷书”是前提，“行万里路”是“实践”，把知识实际地运用。孔子讲的“忠、恕、仁”这几个概念，你能把它实践好就很不错了，懂了这些道理你读书就很快乐。有了这种精神状态之后，你就会持一个乐观的心态。读书最后还是为了自己，使自己成为一个乐观快活的人，让自己活在这个世界上特别有劲。

我们既要“行万里路”，也要“读万卷书”，更要读好书，读经典书。

著名学者汤一介先生说，一本好的经典，“可以启迪人们的思考，同时也告诉我们应该重视经典”，面对先贤的智慧，面对我们两千余年来的诸子百家、“孔孟老庄”，“我们必须谦虚，向经典学习”，也许这就是“品读经典”丛书出版的意义。



前言

“洁性不可污，为饮涤尘烦；此物信灵味，本自出山原。”此诗中赞美之物就是茶。茶是世间最圣洁、最清灵之物，它立于中国近五千年的历史长河中，笑看世事变迁，同时将自己的美好分予世人。人们在茶中品饮人间情、世间味，从而感悟出别样的茶味人生。

仅仅一杯清茶，便已饱含世间百态。茶从不以高傲之态面对世人，无论贫穷富有、卑贱尊贵，每个人都可以享用它。达官富人以“红泥小炉、委婉卯童”烹煮出的茶极致香醇；妙玉道姑用“梅花上收的雪”泡出来的茶清纯脱俗；布衣百姓用粗瓷大碗冲的茶也同样甘冽芬芳。从“白菜青盐米子饭，瓦壶天水菊花茶”中，我们不难看出，郑板桥是多么醉心于这种与茶为伴的闲逸生活。由此可见，人们在品茶之时，品的不只是茶味，更是自己的心境。茶在经过沸水冲沏、浸泡之后方可凝香吐味。人生亦是如此，人只有在经历人间冷暖、飘摇浮沉之后，才能感悟出人生真谛。

一些人醉心于泡茶的艺术，并将其称为“茶道”。茶道发源于中国，有着悠久的历史。早在唐代，就有了“茶道”这个词。茶道不仅指泡茶的过程，还体现了中国人追求“清静平和”的哲学理想和推崇“恬静淡远”的审美情趣，与“内省修行”的宗教思想也有异曲同工之妙。

本书涵盖了茶的历史、茶的艺术、茶的功用、茶的文化和茶的风情五个方面，希望通过对相关知识的介绍，广大读者能够对“茶”有一个更加系统而全面的认识，进而对“茶道”有更加深刻的体会。

下面，就请您翻开这本书，抛开尘俗的纷扰，让茶香包裹着心灵、茶味浸润着思绪，进行一次别样的茶道之旅吧！

——品读经典编委会



目 录

第一章

话其史

一 茶的起源 / 二

传说与记事 / 二

解“茶”字寻茶树 / 四

二 茶的发展 / 八

茶之为饮始自西汉 / 八

茶风渐浓于三国魏晋南北朝 / 一一

茶文化兴盛于隋唐 / 一二

饮茶普及于宋代以后 / 一四

现代茶文化的发展 / 一七

三 茶的传播 / 一八

国内路线 / 一八

国外路线 / 二一

千年的茶马古道 / 二八



第二章

赏其艺

一 茶叶艺术 / 三二

茶叶的演变 / 三二

基本茶类 / 三六

茶叶产区 / 四四

茶叶的选购 / 五三

茶叶的贮存 / 六〇

二 茶具艺术 / 六二

茶具的演变 / 六二

茶具的种类 / 七二

茶艺泡茶用具 / 七八

茶具的选购 / 八五

茶具的保养 / 九二

三 水的艺术 / 九三

择“真水” / 九三

天下名泉 / 九六

四 泡茶艺术 / 一〇一

烹茶方法的演变 / 一〇一

泡茶方法 / 一〇六

五 品茗艺术 / 一一三

五品 / 一一四

三看三闻三品三回味 / 一一五

六 各类茶的茶艺程序 / 一一八

绿茶茶艺程序 / 一一八

祁门工夫红茶茶艺程序 / 一二〇

第三章

享其用

一 茶饮强身健体 / 一二四

茶饮功效 / 一二四

茶饮四季 / 一三二

茶饮禁忌 / 一五二

二 茶餐唇齿留香 / 一五六

茶餐历史 / 一五六

茶餐分类 / 一五七

茶餐的特点 / 一五八

共享美味 / 一五九

茶餐注意事项 / 一六四

三 残茶物尽其用 / 一六七



- 消除异味 / 一六七
- 清洁去污 / 一六八
- 吸尘除潮 / 一六八
- 其他妙用 / 一六八

第四章

悟其道

一 茶道概述 / 一七〇

二 中国茶道流派 / 一七三

- 贵族茶道 / 一七三
- 雅士茶道 / 一七五
- 禅宗茶道 / 一七七
- 世俗茶道 / 一七八

三 中国茶道四谛 / 一八一

- 和——中国茶道哲学思想的核心 / 一八一
- 静——中国茶道修习的必由之径 / 一八三
- 怡——中国茶道中人的身心享受 / 一八五
- 真——中国茶道的终极追求 / 一八七

四 中国茶道与传统文化 / 一八九

- 中庸仁礼——茶道与儒家 / 一八九
- 禅茶一味——茶道与佛教 / 一九五

天人合一——茶道与道教 / 二〇三

五 中国茶道派生 / 二一〇

茶宴 / 二一〇

斗茶 / 二一一

茶馆 / 二一五

第五章

览其情

一 历代茶书 / 二一八

唐代茶书 / 二一八

宋代茶书 / 二一九

元明茶书 / 二二二

清代茶书 / 二二四

二 茶入诗、词、画 / 二二七

茶诗 / 二二七

茶词 / 二三一

茶画 / 二三四

三 歌、舞、戏中茶 / 二三七

茶歌 / 二三七

茶舞 / 二四〇

茶戏 / 二四一

四 茶俗物语 / 二四六

民族茶俗 / 二四六

地方茶俗 / 二五二

异域茶俗 / 二六三

第一章

话 其 史

远至神农，近至今朝，茶香依旧，远播四方。茶，贵为『国饮』，是世界三大饮品之一，翻开每一页史书，我们几乎都能嗅到它的香味。想要了解茶，理解博大精深的茶文化，我们就要翻开这悠悠茶史，探寻茶的起源、发展与传播。



一 茶的起源



茶，源于中国，自发现起，就一直为人们所用，至今已有数千年的历史。在漫长的岁月里，茶不仅滋润了人们的日常生活，还时刻启迪着人们的内心世界。

传说与记事

茶，原产于中国，所以中国素有“茶的故乡”之美称。中华民族的先人们发现并利用茶的历史，可以在很多传说与记事中找到，从中我们可以发现人类早在远古时期就对茶有了初步的认识。

古时传说

在民间，关于茶的起源，有神话亦有传说。上古时期，还没有发明文字，人们只有靠口述来传记事宜。文字出现后，事物才被记录成册。据考证，我国第一部药物学专著是战国时代（前



475—前221)的《神农本草》。书中有关于茶的起源的记载:

“神农尝百草，一日遇七十二毒，得荼(即茶)而解之。”关于这段记载，有两个不同版本的传说。一是传说神农为给百姓治病，尝遍百草以配制草药。在煮水时，茶叶偶然落入锅中，神农在品饮后发现其口感清爽，并具有一定的药效，便把茶叶作为可治病的饮料向百姓推广。另外一个版本是说神农在尝百草配药时，食入金绿色滚山珠而中毒，倒在茶树下。有露水自茶叶流入神农的口中，解了神农所中之毒，从此，茶叶便被人们所应用。无论哪一版本都说明了茶被发现是在神农时期。

古书记事

根据《神农本草》记载，茶能解毒，这个说法已经被历代医学家证实，现在茶也被用做解毒剂。茶可以解毒，必然被视为珍品。到了周代，人们非常重视岁时祭祀，就将茶作为祭品。《礼记·地官》记载“掌荼”和“聚荼”以供丧事之用。由此可知，3000年前茶叶的用途就被扩大了，成了祭品。

到了春秋时代(前770—前476)，茶的用途有所发展，除了被视为祭祀珍品外，还被作为食品。晏婴《晏子春秋》说：“晏相(前514年左右)齐景公(前547—前489)时，食脱粟之食。炙三戈五卵茗菜耳。”这段记事可说明在公元前6世纪，茶叶已经从祭品发展到菜食了。《魏王·花木志》中记载：“嫩叶谓之茗。”茗即茶。到了西汉宣帝神爵三年(前59)，王褒所著《童约》前段说“脍鱼烹鳖，烹茶尽具”，后段说“武阳买茶”，可知西汉时茶叶生产已遍布多处，而且产量也很高，所以才能投入



市场。到王褒的时候，茶叶已经成为士大夫们的生活必需品，所以王褒在《童约》中写家僮每天都要在家烹茶，还要外出到武阳买茶。



解“茶”字寻茶树

我国是茶树原产地，茶叶生产具有悠久的历史。宋代杨伯岩撰写的《臆乘》上说的“茶之所产，《六经》载之详矣”证明了这一点。但是也有人对这一说法持有怀疑态度，认为中国史书上记载的“茶”没有确定的意义。其实，中国文字的发展经历了复杂的进程，它和茶树的起源一样都需要后人不断地去探究。

“茶”字的由来

在我国古代，表示茶的字有很多。《茶经·一之源》里列举了唐代以前人们对茶的几种称呼：“其名，一曰茶，二曰𣎵（音甲），三曰𣎵（音设），四曰茗，五曰荈（音喘）。”

晋代郭璞注、宋代邢昺疏的《十三经注疏·尔雅注》里，茶被叫做“𣎵”。

西汉司马相如的《凡将篇》里，把茶叫做“荈诧”，并将其列为二十种药物之一，是我国历史上最早将茶列为药物的文字记载。西汉末，扬雄（前53-公元18）在其《方言》中谈到蜀西南产茶，把茶叫做“𣎵”。

东汉许慎在《说文解字》里有“茗，茶芽也”的解释。晋代