

家藏图解医学经典丛书

图

解

文

释

图文双色版

茶经

贾振明◎主编

本书对茶的起源、历史、栽培、采制、煮茶、用水、品饮等作了精深的论述。本书收录《茶经》、《续茶经》，并配以注释、译文、图片，一扫古文晦涩，便于读者体味古代茶文化经典。



远方出版社

JIACANG TUJIE YIXUE JINGDIAN CONGSHU

JIACANG TUJIE YIXUE JINGDIAN CONGSHU

家藏图解医学经典丛书

图

解

文

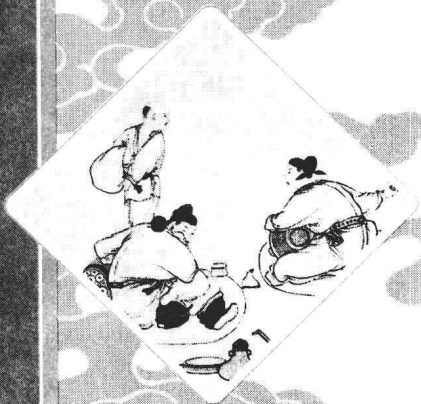
释

图文双色版

贾振明◎主编

本书对茶的起源、历史、栽培、采制、煮茶、用水、品饮等作了精湛的论述。本书收录《茶经》、《续茶经》，并配以注释、译文、图片，一扫古文晦涩，便于读者体味古代茶文化经典。

茶经



远方出版社

图书在版编目(CIP)数据

图解文释茶经/贾振明主编. —呼和浩特:远方出版社,2009. 11

(家藏图解医学经典丛书)

ISBN 978 - 7 - 80723 - 462 - 3

I. 图… II. 贾… III. ①茶—文化—中国—古代②茶经—通俗读物
IV. TS971 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 202539 号

家藏图解医学经典丛书

主 编 贾振明

责任编辑 云高娃

图书策划  腾飞工作室
☎13810585133

出版发行 远方出版社

社 址 呼和浩特市乌兰察布东路 666 号

电 话 0471 - 2236471

邮 编 010010

印 刷 北京市通州富达印刷厂

开 本 710 × 1000 1/16

字 数 2640 千

印 张 300

版 次 2009 年 11 月第 1 版

印 次 2009 年 12 月第 1 次印刷

印 数 1 - 5000 套

书 号 ISBN 978 - 7 - 80723 - 462 - 3

定 价 456.00 元(全 12 册)

前言

中国传统医学是我国的一项民族文化遗产，其承载着中国古代人民同疾病作斗争的经验和理论知识，它是在古代的朴素唯物论和自发的辩证法思想指导下，通过长期医疗实践逐步形成并发展为独特的医学理论体系。在研究方法上，具有朴素的系统论、控制论和信息论内容，孕育着很多现代医学和生物学的新理论、新学说的胚胎和萌芽，正是这些宝贵精髓，赋予了它强大的生命活力。

随着社会的不断进步，人们逐渐认识到健康的重要性，但由于外界环境的污染，自然生态平衡的破坏，导致危害人类健康的因素增加。再因为社会竞争越来越激烈，人们生活和工作的压力不断增加，导致心力疲惫，保持身心健康迫在眉睫，此时，中国传统医学再现了其强大的生命活力。

俗话说“留住青山在，不怕没柴烧”。身体是赖以生存的基础，有了健康的身体，才能精力充沛地从事各种劳动和工作，为自己打造一个精品人生。

为了让广大读者比较全面地了解 and 掌握中国传统医学的基本理论知识，我们特此组织编写了《家藏图解医学经典丛书》。

该丛书共十二册，收编了中国古今医学之精华，有流传上千年的华佗秘方，有治疗各科疑难杂症的汇编，还有黄帝内经养生秘方……总之，这是一套较为浅显易懂而实用的中医小百科全书，它集知识性、趣味性、资料性、图文并茂

的编排方式为一体，不但对一般读者有启蒙解惑之功能，同时对医学类院校师生和医学工作者也会有较大的参考价值。

中国传统医学历史悠久，其在发展过程中，融汇了自然科学、人文科学和社会科学之诸多因素，集中化民族数千年文化于一身，其独特理论之博大精深，其临床经验之丰富多彩，在世界传统医学中是举世无双的。

由于编写时间和编者知识水平的原因，书中的讹误之处在所难免，祈盼专家与读者提出宝贵意见，以便再版时修订与完善。

愿古老的中医焕发出新的光芒，愿每个人都拥有一个健康快乐的人生。

编 者



目 录

一	茶之源	1
二	茶之具	55
三	茶之造	74
四	茶之器	113
五	茶之煮	145
六	茶之饮	193
七	茶之事	226
八	茶之出	317
九	茶之略	373
十	茶之图	382

一 茶之源

茶经

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，实如栝榈^②，蒂如丁香，根如胡桃。（瓜芦木，出广州，似茶，至苦涩。栝榈，蒲葵之属，其子似茶。胡桃与茶，根皆下孕，兆至瓦砾^③，苗木上抽。）其字，或从草。或从木，或草木并。（从草，当作“茶”，其字出《开元文字音义》^④（从木，当作“椶”，其字出《本草》。草木并，作“茶”，其字出《尔雅》。）其名，一曰茶，二曰椶^⑤，三曰菝^⑥，四曰茗，五曰蔎^⑦。（周公云：“椶，苦茶。”杨执戟^⑧云：“蜀西南人谓茶曰菝。”郭弘农^⑨云：“早取为茶，晚取为茗，或一曰蔎耳。”）

注解

①伐而掇之：伐，砍下枝条。掇，采摘。

②栝榈：棕榈树。栝，读音 bīng。

③根皆下孕，兆至瓦砾：下孕，在地下滋生发育。兆，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（公元735年）编辑的字书。早佚。

⑤椶：读音 jiǔ。

⑥菝：读音 shè，本为香草名。

⑦蔎：读音 chuǎn。

⑧杨执戟：即扬雄，西汉人，著有《方言》等书。

⑨郭弘农：即郭璞。晋时人。注释过《方言》、《尔雅》等字书。

译文

茶，是我国南方的优良树木。它高一尺、二尺。有的甚至高达几十尺。在巴山、峡川一带。有树杆粗到两人合抱的。要将树枝砍下来，才能采摘到芽叶。茶树的树形像瓜芦，叶形像梔子，花像白蔷薇，种子像棕榈，果柄像丁香，根像胡桃。



茶树

（瓜芦木，生长在广东，和

茶树相似，但味道苦涩。棕榈，属于蒲葵类，它的籽类似于茶籽。核桃和茶树，根都在地下滋长发育，把土壤撑裂，钻出地面生长。）茶，当做字，从部首上看，或从属于“草”部，或从属于“木”部，或者“草”“木”并从。（从草，写作“茶”，这个字出于《开元文字音义》一书。从木，写作“槩”，出于《唐新修本草》，草、木并从，写作“茶”，出于《尔雅》）。茶的名称，第一叫茶，第二叫槩，第三叫葍，第四叫茗，第五叫蒻。（周公所著的《尔雅·释木篇》中说：“槩，就是苦茶。”扬雄的《方言》中说：“四川西南部的人把茶叫做葍”。郭璞的《尔雅注》中说：“早采的叫茶，晚采的叫茗或者叫蒻。”）

原文

其地，上者生烂石，中者生砾壤，（砾字当从石为砾）下者生黄土。凡艺而不实^①，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^②。阴山坡谷者，不堪采掇，性凝滞，结痼疾^③。

注解

①艺而不实:指种植技术。

②叶卷上,叶舒次:叶片呈卷状者质量好。舒展平直者质量差。

③性凝滞,结痃疾:凝滞,凝结不散。痃,腹中痞块。《正字通》:“腹中积块,坚者曰痃。有物形曰痃。”



陆羽

译文

种茶的土壤,以岩石充分风化的土壤为最好,今有碎石子的砾壤次之(“砾”应当从石写作“砾”),黄色粘土最差。一般说来,茶苗移栽的技术掌握不当。移栽后的茶树很少长得茂盛。种茶倘若能像种瓜那样精心照顾,三年就可以采摘茶叶。生长在山林野外的茶叶品质比较好,园林栽培的品质比较差。生长在向阳山坡而且有树木遮阴的茶树,芽叶呈现出紫色的品质比较好,呈绿色的则比较差;芽叶如同春笋似的品质较好,芽叶短小的品质较差;芽叶成卷状的品质较好,芽叶舒展平直的品质较差。背阴山谷里生长的茶树,就不能采摘茶叶,因为它的性质凝滞,喝了会使人腹胀。

原文

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^①抗衡也。采不时,造不精,杂以卉莽^②,饮之成疾。茶为累也,亦犹人参。上者生上党^③,中者生百济、新罗^④,下者生高丽^⑤。有生泽州、易州、幽州、檀州者^⑥,为药无效,况非此者!设服茅苳^⑦使六疾不瘳^⑧。知人参为累,则茶累尽矣。



注解

①醍醐、甘露：皆为古人心中最美妙的供品。醍醐，酥酪上凝聚的油，味甘美。甘露，即露水，古人说它是“天之津液”。

②卉莽：野草。

③上党：唐时郡名，治所在今山西长治市长子、潞城一带。

④百济、新罗：唐时位于朝鲜半岛上的两个小国，百济在半岛西南部，新罗在半岛东南部。

⑤高丽：唐时周边小国之一，即今朝鲜。

⑥泽州、易州、幽州、檀州：皆为唐时州名。治所分别在今山西晋城、河北易县、北京市区北、北京市怀柔县一带。

⑦莽苳：一种形似人参的野果。苳，读音 ní。

⑧疾不瘳：六疾，指人遇阴、阳、风、雨、晦、明六气而生的多种疾病。瘳，痊愈。



唐羽壶

译文

茶的功用，因为它的性质冷凉，可以降火，作为饮料最适宜。品行优良、德性俭朴的人最爱饮它。如果有人感觉干热口渴、心胸郁闷、头疼脑痛、眼睛干涩、四肢烦乱、全身骨节不舒服，只要喝上四五口茶，就好像醍醐灌顶、喝了甘露一样清爽甜美。但是，如果采摘的不适时，制造的不精细，夹杂着野草败叶，喝了就会生病。饮茶也会喝出毛病，就像人们吃人参也会受害一样。品质最好的人参出产于上党，品质中等的出产于百济、新罗，品质差的出产于高丽。而泽州、易州、幽州、檀州出产的人参，就没有什么疗效，更何况用不是人参的冒牌货来充真的人参呢！假如把莽苳假冒的人参喝了，那么人就有可能得多种疾病。知道了人参有时也会对人体有害这个道理后，那么茶的不良影响，也就可明白了。

原文

许慎《说文》：茗，茶芽也。

王褒《僮约》前云“烹鳖烹茶”；后云“武阳买茶”。
(注：前为苦菜，后为茗。)

张华《博物志》：饮真茶，令人少眠。

《诗疏》：椒树似茱萸，蜀人作茶，吴人作茗，皆合煮其叶以为香。

《唐书·陆羽传》：羽嗜茶，著《经》三篇，言茶之源、之具、之造、之器、之煮、之饮、之事、之出、之略、之图尤备，天下益知饮茶矣。

《唐六典》：金英、绿片，皆茶名也。



许慎

译文

许慎《说文解字》：茗，也就是茶。

王褒《僮约》的前面：“烹鳖烹茶”；后面说：“武阳买茶”。[注：前面指的是苦菜，后面指的是茗。]

张华《博物志》：喝真正的茶，可以减少人的睡眠。

《诗疏》记载：椒树跟茱萸非常相似，蜀地人把它叫做茶，吴地人把它叫做茗，都是拿它的叶子煮出清香的气味。

《唐书·陆羽传》记载：陆羽十分喜欢喝茶，著有《茶经》三篇，说的是茶之源、茶之具、茶之造、茶之器、茶之煮、茶之饮、茶之事、茶之出、茶之略、茶之图等，渐渐天下的人都知道喝茶了。

《唐六典》：金英、绿片，都是茶叶的名称。



原文

《李太白集·赠族侄僧中孚玉泉仙人掌茶序》：余闻荆州玉泉寺近青溪诸山，山洞往往有乳窟，窟多玉泉交流。中有白蝙蝠，大如鸦。按《仙经》：“蝙蝠，一名仙鼠。千岁之后，体白如雪。栖则倒悬，盖饮乳水而长生也。”其水边处处有茗草罗生，枝叶如碧玉。惟玉泉真公常采而饮之，年八十余岁，颜色如桃花，而此茗清香滑熟异于他茗，所以能还童振枯，扶人寿也。余游金陵，见宗僧中孚示余茶数十片，拳然重叠，其状如掌。号为“仙人掌”茶。盖新出乎玉泉之山，旷古未覩。因持之见贻，兼赠诗，要余答之。遂有此作。俾后之高僧大隐，知“仙人掌”茶发于中孚禅子及青莲居士李白也。

译文

《李太白集·赠族侄僧中孚玉泉仙人掌茶序》：我听说在荆州玉泉寺附近青溪等山里，山洞里面往往有钟乳窟，窟里面大多有泉水流出。里面有白色的蝙蝠，如乌鸦一般大。按照《仙经》里面记载的：“蝙蝠，又叫做仙鼠。千年之后，身体如同雪一样洁白。栖息的时候是倒悬的，它就是因为饮用了钟乳水才长生的。”这种水边到处长着茶叶，枝叶像碧玉一样。玉泉真人常常采摘下来喝，他到了80多岁，脸色还和桃花一样，而这里的茶叶清香滑热也与其他茶叶不同，所以能够延年益寿、防止过早衰老。我到金陵游玩时，高僧中孚拿了几十片茶叶给我看，这种茶叶卷起来重叠在一起，形状就像“手掌”一样，所以叫做“仙人掌茶”。这是玉泉山新出产的，以前从来没有见过。因为他拿给我看完了之后又做了诗，要我答复，所以才有了这首诗。以后的高僧和出名的隐士，都知道“仙人掌茶”来源于中孚禅子以及青莲居士李白了。

原文

《皮日休集·茶中杂咏诗序》：自周以降，及于国朝茶事，竟陵子陆季疵言之详矣。然季疵以前称茗饮者，必浑以烹之，与夫淪蔬而啜者无异也。季疵之始为《经》三卷，由是分其源，制其具，教其造，设其器，命其煮。俾饮之者除瘠而去病，虽疾医之未若也。其为利也，于人岂小哉？余始得季疵书，以为备矣；后又

获其《顾渚山记》二篇,其中多茶事;后又太原温从云、武威段碣之。各补茶事十数节,并存于方册。茶之事由周而至于今,竟无纤遗矣。

译文

《皮日休集·茶中杂咏诗序》:从周朝以后到我朝关于茶的记录,竟陵陆季疵所说的最为详尽。然而在陆季疵以前喝茶的人,都是糊里糊涂地烹制,跟我们这些学问浅薄的喝茶人没有什么差别。季疵最早写了《茶经》三卷,从此之后,区分了茶叶的来源、制造了工

具、教人如何制茶,设计了器具,将它煮熟。喝茶能够消除疲劳防治疾病,即使是医生也不一定能够有这样的效果。它的好处,对人来说难道还小吗?我最初得到季疵书的时候,认为还有可以补充的,后来又得到了他的《顾渚山记》两篇,发现里面有很多关于茶的内容。再后来又从太原温从云、武威段碣之那里各自补充了关于茶的内容十几节,一起存放到书里面。关于茶的事情从周朝到现在,竟然再也没有一点的遗漏了。



宋定窑白釉盏托

原文

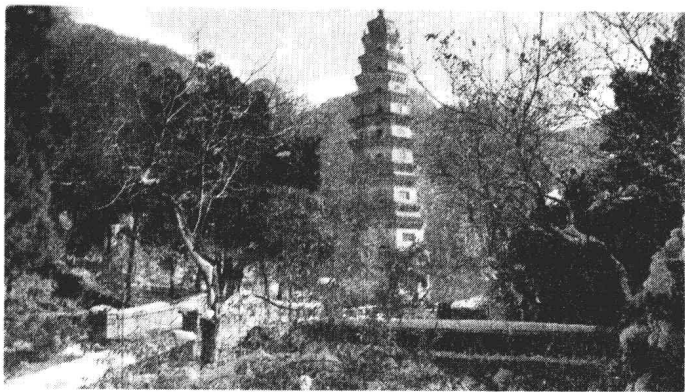
《封氏闻见记》:茶,南人好饮之,北人初不多饮。开元中,泰山灵岩寺有降魔师,大兴禅教。学禅务于不寐,又不夕食,皆许饮茶。人自怀挟,到处煮饮。从此转相仿效,遂成风俗。起自邹、齐、沧、棣,渐至京邑,城市多开店铺煎茶卖之,不问道俗,投钱取饮。其茶自江淮而来,色额甚多。

《唐韵》:茶字,自中唐始变作茶。



译文

《封氏闻见记》：
茶，南方人喜欢喝，而北方人最初很少喝。开元年间，泰山灵岩寺有降魔师，大力倡导禅教。学禅不能睡觉，又不能吃晚饭，只允许喝茶。人们把茶叶夹在腋下，到处煮着喝。从此以后彼此



灵岩寺

之间开始争相效仿，于是形成了喝茶的风气。从邹、齐、沧、棣，渐渐传到了京都，城里有许多人开店铺专门煎茶卖。不论是否修道，花钱就能饮茶。他们的茶叶是从江淮运来的，颜色很重。

《唐韵》：茶字。是从中唐的时候才开始变为茶字的。

原文

裴汶《茶述》：茶，起于东晋，盛于今朝。其性精清，其味浩洁，其用涤烦，其功效和。参百品而不混，越众饮而独高。烹之鼎水，和以虎形，人人服之，永不厌。得之则安，不得则病。彼芝术黄精，徒云上药，致效在数十年后，且多禁忌，非此伦也。或曰：多饮令人体虚病风。余曰：不然。夫物能祛邪，必能辅正，安有鬻逐聚病而靡裨太和哉？今宇内为土贡实众，而顾渚、蕲阳、蒙山为上，其次则寿阳、义兴、碧涧、瀘湖、衡山。最下有鄱阳、浮梁。今其精无以尚焉，得其粗者，则下里兆庶，瓿碗纷糅。顷刻未得，则胃腑病生矣。人嗜之若此者，西晋以前无闻焉。至精之味或遗也。因作《茶述》。

裴汶《茶述》中记载：茶起源于东晋，从我朝开始变得盛行。茶特别清爽，味道很好，可以祛除烦恼，调和机理。即使在上百种东西中都不会混，比所有饮品都好。茶用开水来烹制，浑然虎形，人人都喝，永远不会厌烦，喝了就好，没喝的就会生病。那些芝术黄精，徒称为上药，效果要在几十年后才显现出来，而且还有很多禁忌，不能和茶相比。有人说：多喝茶会让人体格虚弱容易生病。我不这样认为。既然它能驱除邪气，那就一定能够辅助正气，怎么会有既能够使人沾染疾病而又能调和人身体的东西呢？现在各地出产的品种实在是太多了，顾渚、蕲阳、蒙山这些地方产的茶是上等的，其次就是寿阳、义兴、碧涧、滙湖、衡山，最差的有鄱阳、浮梁。现在得到上好的茶就不用说了，得到比较粗糙的，在乡下庶里。用瓯碗来喝。一会儿不喝，那么肠胃就会生病。人人都这么喜好它，这在西晋以前还没有听说过。因为害怕最精妙的味道遗失了，因此写了《茶述》。

原 文

宋徽宗《大观茶论》：茶之为物，擅瓯闽之秀气，钟山川之灵禀。祛襟涤滞，致清导和，则非庸人孺子可得而知矣。冲淡闲洁，韵高致静，则非遑遽之时可得而好尚矣。而本朝之兴，岁修建溪之贡，龙团，凤饼，名冠天下，而壑源之品。亦自此而盛。延及于今，百废俱举，海内宴然，垂拱密勿，幸致无为。缙绅之士，韦布之流，沐浴膏泽，薰陶德化，咸化雅尚相推，从事茗饮。故近岁以来，采择之精，制作之工，品第之胜，烹点之妙，莫不盛造其极。呜呼！至治之世，岂惟人得以尽其材，而草木之灵者，变得以尽其用矣。偶因暇日，研究精微，所得之妙，后人有无知为利害者，叙本末二十篇，号曰《茶论》。一曰产地，二曰天时，三曰择采，四曰蒸压，五曰制造，六曰鉴



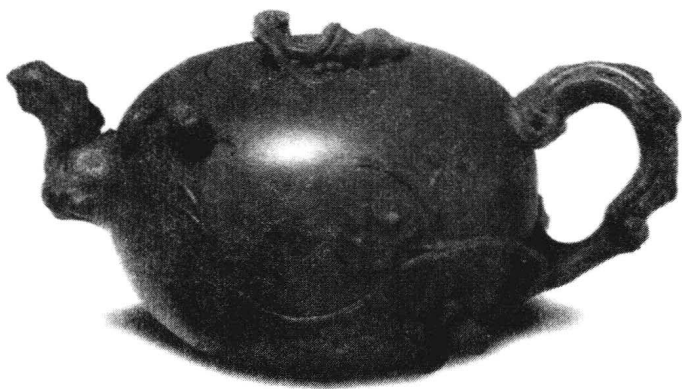
宋徽宗



别,七曰白茶,八曰罗碾,九曰盏,十曰筵,十一曰瓶,十二曰勺,十三曰水,十四曰点,十五曰味,十六曰香,十七曰色,十八曰藏,十九曰品,二十曰外焙,茗茶各以所产之地,如叶耕之平原、台星岩,叶刚之高峰青凤髓,叶思纯之大风,叶屿之眉山,叶五崇林之罗汉上水桑芽,叶坚之碎石窠、石臼窠(一作六窠)。叶琼、叶辉之秀皮林、叶师复、师贶之虎岩,叶椿之无双岩芽,叶懋之老窠园,各擅其美,未尝混淆,不可概举。焙人之茶,固有前优后劣,昔负今胜者,是以园地之不常也。

译文

宋徽宗《大观茶论》:茶叶这种植物,长于瓯闽的秀气,饱含山川的灵禀。它能够祛除体内滞留之物,使人清醒调和。那就不是凡夫俗子可以知道的了。冲淡闲杂、高雅宁静,那就不是惊慌紧张的时候可以得



松鼠葡萄壶

而崇尚的了。而本朝兴起的风气,每年在建溪制造贡茶,“龙团”、“凤饼”由此天下闻名,而婺源那些品种,也是从这里开始繁盛起来的。延续到了现在,百废俱兴,宴请宾客时,都少不了它,幸好还不至于没有。上到王公贵族,下到平民百姓,沐浴在茶水之中,在它的熏陶影响之下,都很推崇这种高雅的风气,喝起茶来。所以近几年来,采摘的精细、制作的精良、品质优良、烹煮的美妙,都达到了极致。哎呀!至于治理国家的道理,难道不是让每个人都能够完全发挥自己的才华,而草木这些有灵性的东西也能尽到它的作用吗?我在闲暇的时候,研究茶精妙的地方,所得到的好的感悟,恐怕后人不知道,所以从头到尾写了20篇,叫做《茶论》。第一说的是产地,二说的是天时。三说的是采摘,四说的是蒸压,五说的是制造,六说的是鉴别,七说的是白茶,八说的是罗碾,九说的是茶杯,十说的是筷子,十一说的是茶瓶,十二说的是勺子,十三说的是水,十四

说的是点茶,十五说的是茶味,十六说的是香气,十七说的是颜色,十八说的是储藏,十九说的是品尝。二十说的是在外面烘焙。好的茶叶都有各个产地的特点,如平园、台星岩是在园子里种植,高峰青凤髓茶性刚,大风茶纯净,眉山茶产自岛上,罗汉上水桑芽产自五崇林,碎石窠、石臼窠茶坚实,秀皮林茶的叶子闪光,虎岩茶师复、师颀,无双岩芽似椿芽,老窠园茶叶茂。各有各的美妙之处,大不相同,不能够一一列举出来。制茶的人所焙出的茶,也有前面好而后来差,过去好而今天差的,那是因为茶的产地不一样。

原文

丁谓《进新茶表》:右件物产异金沙,名非紫笋。江边地暖,方呈“彼茁”之形,阙下春寒,已发“其甘”之味。有以少为贵者,焉敢媪而藏诸。见谓新茶,实遵旧例。

译文

丁谓《进新茶表》:金沙出产一种茶,名叫非紫笋。江边很温暖,才能有这种茁壮的形态,阙下春天还冷,已经散发出了甘甜的香味。物以稀为贵,怎么还敢私自藏匿起来呢?见谓新茶,实遵旧例。

原文

蔡襄《进茶录表》:臣前因奏事,伏蒙陛下谕臣先任福建运使日,所进上品龙茶,最为精好。臣退念草木之微,首辱陛下知鉴,若处之得地,则能尽其材。昔陆羽《茶经》,不第建安之品;丁谓《茶图》,独论采造之本。至烹煎之法。曾未有闻。臣辄条数事,简而易明,勒成二篇,名曰《茶录》。伏惟清闲之宴,或赐观采。臣不胜荣幸。