

唐韵 茶艺

一杯香茗在手，观其色而
知世间万物，品其味而晓
人世沉浮。

宋华美 / 著

人间有仙品，
茶为草木珍。

地震出版社

唐韵茶艺

宋华美 / 著

地震出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

唐韵茶艺/宋华美著. —北京:地震出版社,
2011. 1
ISBN 978 - 7 - 5028 - 3812 - 6
I. ①唐… II. ①宋… III. ①茶—文化—中国 IV.
①TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 242101 号

地震版 XM2103

唐韵茶艺

宋华美 著

责任编辑: 远 馨

责任校对: 耿 艳

出版发行: **地震出版社**

北京民族学院南路 9 号

邮编: 100081

发行部: 68423031 68467993

传真: 88421706

门市部: 68467991

传真: 68467972

总编室: 68462709 68423029

传真: 68455221

E-mail: seis@ht.rol.cn.net

经销: 全国各地新华书店

印刷: 九州财鑫印刷有限公司

版 (印) 次: 2011 年 1 月第一版 2011 年 1 月第一次印刷

开本: 787 × 1092 1/16

字数: 208 千字

印张: 18

书号: ISBN 978 - 7 - 5028 - 3812 - 6 / TS (4453)

定价: 35.00 元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

前言

茶，百草之首，万木之花。一杯香茗在手，观其色而能知苍生万物。

茶性温和，可以调和与包容；茶性俭约，可以自省与养廉；茶性清明，碧水清波，鱼翔浅底，适于佛家参悟，道家清修。

茶作用于人的精神，茶人希望清醒地看世界，也清醒地看自己。悠闲、清静才是真正的人生享受，所以远离喧嚣，返璞归真。他们主张以享受大自然为乐趣，体悟真理，心地清明。“诗僧”皎然即是如此，他喜欢在清风明月中饮茶，又喜欢在青山秀水间吟诗。不论是哪家哪派的茶人，追求的都是茶的清静、闲适、愉悦，是一种清幽的情趣。巴蜀民间的茶会，文人的茶寮，都市的茶馆、茶楼，都是忙中偷闲，得到和谐、安适、轻松、隽永的人生乐趣。茶文化以茶为载体，是茶与文化的有机融合。它是中国传统文化的一个重要的、优秀的分支，是儒、道、佛相互包容、协调的产物。在中国人看来，事物是对立的，又是统一的，你中有我，我中有你，讲究中庸。中庸就是一种相对平衡的状态和手段，凡事不可不及，又不能太过，自然界如此，人类社会亦如此。茶文化既包括儒家的内省、自律、平和，又包括佛家的哲思、内敛，清明和道家的无为、自然与平朴。

茶文化的形成和发展其历史非常悠久。物质文明和精神文明建



设的发展，给茶文化注入了新的内涵和活力。在新时期，茶文化内涵及表现形式正在不断扩大、延伸、创新和发展。而各民族酷爱饮茶，茶与民族文化生活相结合，形成各自富有民族特色的茶礼、茶艺、饮茶习俗及喜庆婚礼等文化传承仪式和活动。以民族茶饮方式为基础，经艺术加工和锤炼而形成的各民族茶艺，更富有生活性和文化性，表现出饮茶的多样性和丰富多彩的生活情趣。而文化是没有国界的，是人类创造的共同财富。

各民族文化必然要冲破民族、国界等种种阻隔而走向世界。因此，我们看到古老的中国传统茶文化同各国的历史、文化、经济及人文相结合，演变成英国茶文化、日本茶文化、韩国茶文化、俄罗斯茶文化等。茶文化从历史丛林中一路走来，聚于一盅一碗之内，却如白云、流水一般漂洋过海，香溢五洲，存留于宇宙天地之间，而在新的世界中，它将走向未来，日新月异。

目 录

第一部分 茶之史.....

第一章 茶的发现

第一节 何处寻觅大茶树 / 3

第二节 发于神农，能解百毒 / 7

第二章 与茶结缘

第一节 初尝美人舌——汉、魏、南北朝时期 / 17

第二节 命途多舛的“茶神”陆羽著书话茶——唐王朝 / 21

第三节 茶之风靡，别具一格——宋朝 / 32

第四节 洗尽古今人不倦，走入寻常百姓家——元明清时期 / 37

第二部分 茶之艺.....

第三章 品茗艺术——人间有味是清欢

第一节 茶有其功，分其源，制其具，设其器，命其煮 / 49



第二节 茶有其味：香、清、甘、活 / 59

第三节 茶有其道：和、静、怡、真 / 69

第四节 清茶一壶，香飘五洲 / 77

第四章 品茗有道

第一节 中庸之道，和谐清雅——儒家与茶 / 100

第二节 天人合一，清静无为——道家与茶 / 118

第三节 茶禅一味，佛缘幽深——禅在心中 / 136

第四节 自古雅士多茶人 / 147



第(三)部分 茶之趣.....

第五章 包罗万象一杯茶

第一节 嗜茶之邦 宝地茗俗 / 170

第二节 粗茶淡饭 茶馆文明 / 185

第三节 对茶赋文 诗中茶韵——琴棋书画诗酒茶 / 197

第四节 品茗者说 寻常人生——柴米油盐酱醋茶 / 264



第一部分 茶之史

茶，是中华民族之举国之饮。它发乎神农，闻于鲁周公，兴于唐朝，盛在宋代，如今已成了风靡世界的三大无酒精饮料(茶叶、咖啡和可可)之一，饮茶嗜好遍及全球；全世界已有50余个国家种茶。寻根溯源，世界各国最初所饮的茶叶，引种的茶种，以及饮茶方法、栽培技术、加工工艺、茶事礼俗等，都是直接或间接地由中国传播去的。中国是茶的发祥地，被誉称为“茶的祖国”。世界各国，凡提及茶事者，无不与中国联系在一起。茶，乃是中华民族的骄傲！

纵观华夏文明的发展，几乎从“神农尝百草”开始，茶就是其重要的组成部分。从茶的药用阶段到食用阶段，再到饮用阶段，从唐代的“煎茶法”到宋代的“点茶法”，再到明清的“泡茶法”，中国古老历史的各个阶段都离不开茶，茶也离不开华夏文明的滋润。本部分主要通过对茶树发现、从魏晋南北朝时期到唐宋元明清时期对茶的使用来了解茶的历史。





第一章 茶的发现

中国茶文化糅合了中国儒、道、佛诸派思想，独成一体，是中国文化中的一朵奇葩，芬芳而甘醇。茶，是中华民族之举国之饮。中国人有久远的饮茶历史纪录，现在已经无法考证到底始于什么年代了，但是，根据历史痕迹可推测出大致的时代，并且也可以找到很多有力的佐证，确实在世界上的很多地方饮茶的习惯是从中国传过去的。茶发于神农，闻于鲁周公，兴于唐朝，盛于宋代。所以，很多人认为饮茶是中国人首创的，且世界上其他地方的饮茶习惯、种植茶树的习惯都是直接或间接地从中国传过去的。中国当然也有野生大茶树的记载，都集中在西南地区，记载中也包含了甘肃、湖南的个别地区。茶树是一种很古老的双子叶植物，是与人们生活息息相关的植物。

第一节 何处寻觅大茶树

茶是一种树名。茶字原本写作“荼”。茶的原产地，当然是中



国，但也有一种说法是否产于印度，或夏威夷。还有一种说法是否产于南美的巴西或其他地方。虽然日本本土自然生长茶树的地方，有纪州的熊野、伊豆、四国、九州等地之说，但没有确证。

据古植物学家研究，茶树原产于我国云、贵、川一带的密林之中，这一带气候温暖潮湿，是茶树生长的理想之地。关于茶的发源地也有几种说法，清代的顾炎武载《日知录》中提到：“自秦人取蜀以后，始有茗饮之事。”言下之意，秦人人蜀前，今四川一带已知饮茶。四川就位于中国西南地区，“四川说”成立，那么“西南说”就成立了。“四川说”要比“西南说”“精密”一些，但是正确性令人怀疑；云南说法认为云南的西双版纳一带是茶树的发源地，这一带是植物的王国，有原生的茶树种类存在完全是可能的，但是这一说法具有“人文”方面的风险，因为茶树是可以原生的，而茶则是活化劳动的成果；江浙说法是最近有人提出来的，始于以河姆渡文化为代表的古越族文化，江浙一带目前是我国茶叶行业最为发达的地区，历史若能够在此生根，倒是很有意义的话题。在远古时期肯定不止一个地方有自然起源的茶树存在。有茶树的地方也不一定就能够发展出饮茶的习俗来。前面说到茶是神农发明的，那么它在哪一带活动？如果我们求得“茶树原生地”与“神农活动地”的交集，也许就有答案了，至少是缩小了答案的“值域”。陆羽在《茶经》中提到：“其巴山块川，有两人合抱者。”巴山峡川即今川东鄂西。该地有如此出众的茶树，是否就有人将其利用成为了茶叶，没有见到证据。此外，在新中国成立后，中国的茶叶工作者相继在云南、贵州、四川、广西、广东、湖南、福建、江西自省发现了以南糯山大茶树为代表的一大批野生大茶树，综合国内外专家对世界各地野生茶的考察结果，世界上现已报告的有关野生大茶树的分布地

域中，最多且分布最集中的地区就是中国的西南地区。到了19世纪初，关于茶树原产地的异议却出现了。清道光四年（1824），驻印度的英军少校勃鲁士在印度北部阿萨姆省皮珊的新福区发现了野生大茶树，便公开宣称印度为茶树的原产地，从此在世界范围内掀起了关于世界茶树原产地的争论，并且持续达一个半世纪之久，此外，英国人艾登也来凑热闹，他在所著的《茶》中提出：“茶树原产地为洛瓦底江发源处的中心地带，或者产在这个中心地带的无名高地。”



云南野生大茶树

中国人对茶是再熟悉不过的。“早晨开门七件事，柴米油盐酱醋茶”，充分反映了茶在中国的普及，它早已深入到人们的日常生活中。古代，上至君王大臣、文人墨士，下至挑夫小贩，无不以饮茶为乐。而且，中国历史上得茶艺之精妙，茶道之高深，也是众人皆知的。茶树大约诞生于第三纪与第四纪之间，距今约6000万年，当时遍布大陆各地。至距今2500万年前的第四纪晚期时，由于喜马拉雅造山运动，全球气候骤冷，出现了冰川时期，大部分亚热带植物



被冻死。而我国的西南一带受冰川影响比较小，以致部分茶树得以存活下来。而至今在我们西南山区还分布着很多古老的野生大茶树，树龄有 800 ~ 2700 年不等，其中有纯粹野生型的，有栽培型的，也有兼于这两种之间的过渡型大茶树，如云南南糯山大茶树、巴达大茶树等。其实，不仅南方有大茶树，北方也有。20 世纪 30 年代，在河北晋县发现了 20 多株大茶树，同时期在山西浮山县也有所发现。1940 年，日本人在北纬 36 度的胶济铁路附近发现了一株大茶树，粗达三抱，被当地人称为“茶树爷”。其他如广西、广东、湖南、福建、江西等省均有茶树发现。此外，中国不仅是茶的原产地，也是最早发现茶、最早使用茶的国度。关于饮茶发源时间，在国内也有一些说法。在中国的文化发展史上，往往是把一切与农业、植物相关的事物起源最终都归结于神农氏。归到这里以后就再也不能向上推了。也正因为如此，“神农”才成为农之神；乙西周时期：晋代常璩的《华阳国志·巴志》说道：“周武王伐封，实得巴蜀之师，……茶蜜……皆纳贡之。”这一记载表明在周朝的武王伐封时，巴国就已经以茶与其他珍贵产品纳贡与周武王了。《华阳国志》中还记载，那时并且就有了人工栽培的茶园了；秦汉时期：王褒在《僮约》一书中提到：“烹茶尽具”，“武阳买茶”，经考该茶即今茶。以上记载都充分说明了中国茶文化的文明和进步。

我们的民族在这块广袤的东亚大陆上已经生活了至少 200 万年之久。人类最开始是原始社会，考古学家把它划分为两个阶段：一个是旧石器时代，一个是新石器时代。旧石器时代还没有农业，人们使用打制石器，过着采集、渔猎的生活。直到一万多年前，新石器时代的到来，才出现了农业。人们使用磨制石器进行耕作和狩猎，发明了陶器，并懂得烧煮蔬菜、谷物等。这一时期在人类历史上只

占据短暂时间，但却是人类社会迈向文明时代的重要阶段。据人类学家研究，早在旧石器时代中期，原始人已出现图腾意识，即把某些植物或者动物当成自己的祖先或者保护神，由此产生了很多图腾神话。而在我国一些老茶区中至今还有一些以茶为图腾的神话流传，它反映了这些地方的先民与茶有着密切的关系。而生活在湖南西部的土家族敬奉的女祖先叫做“苕禾娘娘”。传说她在少女时期上山采茶，口渴了，就采把茶叶放到嘴里咀嚼，结果就怀孕了。三年六个月后，一下生下8个孩子。苕禾娘娘根本无力抚养这些孩子，就把他们丢在山里。谁知8个孩子见风就长，以虎奶为食，之后长大成为土家族的氏族神。因吃茶叶怀孕生子，可以推测属于只知其母不知其父的母系氏族社会的植物图腾崇拜。子吃虎奶则属于稍晚一些的狩猎时期的动物崇拜。这说明土家族远古时期祖先常与茶叶接触，并作为食用。由于当时没有文字，无法记录，我们只能根据后代史书以及一些神话传说来推测原始社会的生活情况。

争论归争论，事实终归是事实。正如达尔文所说：“每一个物种都有它的起源中心”，“这一中心是特种分布区的起源中心”。因此，那种调和的观点或笼统地认为茶树起源于一个广泛地区的看法都是站不脚的，至少说是不够确切的。经过国际茶学界尤其是中国学者百余年的孜孜探求，已经从各个方面获得了大量的科学资料，充分证明中国是茶树的原产地，中国是茶的故乡。

第二节 发于神农，能解百毒

作为茶叶的故乡，中国人饮茶的历史已经非常久远，《茶经》记



载：“茶之为饮，发乎神农氏，闻于鲁周公。”早在神农时期，茶及其药用价值已被人们逐步认识和发现，并由最初单纯的药用逐渐演变成日常生活饮料。在春秋以前，茶叶只作为药用而受到人们的关注。古代人类直接含嚼茶树鲜叶，汲取茶汁，在咀嚼中感受到茶叶的芬芳、清口，久而久之，茶的含嚼成为人们的一种嗜好。这个阶段，应该是为茶作为日常饮料奠定了坚实的基础。随着人类生活的进化，生嚼茶叶的习惯转变为煎服——即鲜叶洗净后，置陶罐中加水煮熟，连汤带叶服用。煎煮而成的茶虽苦涩，然而滋味浓郁，风味与功效均胜几筹；时间长了，自然养成煮煎品饮的习惯，这是茶作为饮料的开端。然而，茶由药用发展为日常饮料，还经过了食用阶段这一中间过渡期——即以茶当菜，煮作羹饮。茶叶煮熟后，与饭菜调和在一起食用。此时，用茶的目的，一是为营养，一是为食物解毒。

茶是什么时候开始有的？茶是谁发明的？茶的利用最初是孕育于野生采集活动之中的。古史传说中认为“神农乃玲成玉体，能见其肺肝五脏”，理由是，“若非玲瑰玉体，尝药一日遇十二毒，何以解之？”又有说“神农尝百草，日遇十二毒，得茶而解之。”两说虽均不能尽信，但却值得注意：“茶”在长久的食用过程中，人们越来越注重它的某些疗病的“药”用之性。这反映的是一种洪荒时代的传佚之事。依照《诗经》等有关文献记录，在史前期，“茶”是泛指诸类苦味野生植物性食物原料的。在食医合一的历史时代，茶类植物的止渴、清神、消食、除瘴、利便等药用功能是不难为人们所发现的。然而，由一般性的药用发展为习常的专用饮料，还必须有所种特别的因素，即人们实际生活中的某种特定需要。巴蜀地区，向为疾疫多发的“烟瘴”之地。“番民以茶为生，缺之必病。”因此古代巴蜀人最早把茶煮着饮用，煎茶服用以除瘴气，解热毒。



神农

关于神农，有一个古老而悲壮的传说。话说女娲造人后，人类繁衍众多，地上的动物野果已经供不应求，人类因此陷入困境，这时，神农便诞生了。神农长大后，能使天降雨，使日发光，因此人们用他为首领，称其为“炎帝”。他收集各种谷类，教授人们播种。于是，普天之下，风调雨顺，五谷丰登。然而，美中不足的是，人们会生病，生了病，就不能种庄稼，甚至可能死亡。神农爱惜众民，便亲自去尝百草，寻求解救之药。草药吃到肚子里，神农会凭身体感觉，凭眼睛观察，判断其效果如何。但他尝遍百草，难免会中毒，最严重时，一天中了 72 种毒，那神农如何解毒的呢？靠的就是茶叶。据说有一次，神农尝到一种绿叶，入口微苦，之后便有淡淡清香，奇怪的是，吃过以后，肚子里像洗涤过一样，干净清爽，这就是茶，便是靠着它解了剧毒。可是，又有一次，神农尝了一种开小黄花的植物，一吃下去，肠子就开始腐烂，吃茶叶根本来不及了，伟大的神农就这样献出了宝贵的生命，以后人们就把这种植物叫做



“断肠草”，神农也成为了医药之神。神农尝草的故事出于《神农本草经》，这本书从战国时代写起，到汉代正式成书。那么，我们可以确定的是至少在战国时期，茶已经作为一种药物，为人服用。茶的最大使用价值是作为饮品。我国最早饮茶起于西南产茶之地。饮茶的正式记载出于汉代。《华阳国志》记载：“自西汉至晋，二百年间，涪陵、什邡、南安、武阳皆出名茶。”茶在这一时期被大量饮用。清朝顾炎武的《日知录》载：“自秦人取蜀之后，始有茗饮之事。”这证明我国茶叶作为饮料始于秦汉时期。公元前59年，西汉时茶已经成为商品，开始买卖。西汉王褒《僮约》即有“武阳买茶”、“烹茶尽具”的记载。秦朝统一之后，巴蜀与内地的经济文化交往更加频繁，从汉代文献中可以看出巴蜀的茶事活动也更加发展了，茶叶已成为社会经济生活中的重要物品。西汉蜀人文学家司马相如的《凡将篇》记载当地21味中草药材，茶为其一，可知蜀地产茶且有用作药物的。《方言》中记载：“蜀西南人谓茶为曰葭萌。”而据《华阳国志》的记载，汉代巴蜀地区茶叶分布十分广泛，既有野生茶树，更有人工栽培，品种很多，产量也很大，从而出现了茶叶商品生产，出现了茶叶贸易市场。西汉宣帝时，蜀人王褒所写的《僮约》记载了蜀郡资中人王子渊规定僮仆的任务，其中就有“烹茶尽具，铺已盖藏”，“牵犬贩鹅，武阳买茶”。从资中到武阳（今彭山县双江镇）去买茶，这里可以说是中国历史上最早的茶叶市场，当时的成都一带已有茶的买卖，而且饮茶并非奢侈之事，据考古证明，汉代不仅巴蜀地区有饮茶之风，两湖地区的上层士大夫们已经把饮茶作为时尚。

在云南劫海南糯山地区流传这样一个故事：三国时期诸葛亮带兵南征来到南糯山，士兵们因为水土不服，大多害上了眼病。诸葛