



中国饮食文化丛书

茶经续茶经

【唐】陆羽
【清】陆廷灿 著
志文 注译



三秦出版社



中国饮食文化丛书

茶 经

责任编辑：马静怡

封面设计：郭 强



ISBN 7-80628-919-4



9 787806 289198 >

ISBN7-80628-919-4/G · 256

定 价： 10.00元



中国饮食文化丛书

【唐】陆羽 著
【清】陆廷灿 注译
志文

茶经续茶经

 三泰出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

茶经 续茶经 / (唐)陆羽 (清)陆廷灿; 志文 注译.
—西安:三秦出版社, 2005.5
(中国饮食文化丛书)
ISBN 7-80628-919-4

I. 茶... II. ①陆...②志... III. 茶—文化—中
国 IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 003320 号

中国饮食文化丛书

茶经 续茶经

[唐]陆羽

[清]陆廷灿

志文 注译

出版发行 三秦出版社

新华书店经销

社址 西安市北大街 131 号

电话 (029)87205106

邮政编码 710003

印刷 西安交通大学印刷厂

开本 889×1194 1/32

印张 9.75

字数 226 千字

版次 2005 年 9 月第 1 版

2005 年 9 月第 1 次印刷

印数 1—3000

标准书号 ISBN 7-80628-919-4/G·256

定价 10.00 元



序 言

我国是个历史悠久的国家，丰富灿烂的古代文化是前人留给我们的宝贵文化遗产，饮食文化是其重要的组成部分。自古以来，我国饮食的考究、烹调技术的精湛是举世闻名的。今天重新审视这些文化瑰宝，可以看到，我们的前人，不仅重视饮食的精美、细致、可口，而且更加重视饮食中的医理、保健、营养和食物的属性、功能，具有强烈的科学意识和独到的科学见解，这无疑是文化遗产中的精华。在人们对身体健康和饮食调理的自我意识愈来愈强的今天，学习和继承这一部分文化遗产，自然就具有很重要的现实意义。我们编辑《中国饮食文化》丛书，旨在继承和弘扬传统文化并从中汲取营养，古为今用。当然，由于时代的局限，我们的前人也会有一些不符合现代科学或违背科学的说法，个别地方甚至还有一些迷信色彩，我们应当本着“吸取其精华，剔除其糟粕”的原则予以认识和鉴别。希望这套丛书能给这个方面的工作者和爱好者打开一扇历史文化的窗口，开阔视野，提供资料，增加知识。

这套丛书在编写的过程中，得到三秦出版社的大力支持和马静怡同志的热情帮助，另外还参考过一些有关书籍，在此谨致谢忱。

限于水平，这套丛书尚有诸多不足之处，未能尽善，
望专家与读者提出宝贵意见。

刘筑琴

二〇〇四年九月





本书简介

《茶经》是我国唐代流传至今的一本有关种茶、制茶和品茶的著作。它的作者是著名的茶僧陆羽。

陆羽(733—804)字鸿渐,号桑苎翁,唐代中叶生于复州竟陵(今湖北天门,一说湖北钟祥),一生淡泊名利,隐逸山林,闭户写书,不愿做官。但是他酷爱饮茶,曾广游天下名山大川,品尝各地所产茶叶和水质,在调查研究的基础上,总结个人心得体会,撰写出有关茶叶和茶事的专著《茶经》三卷。这本书全面介绍和论述了茶的源;茶叶采制的用具;茶叶的采制;煮茶的用具;煮茶的方法;茶的饮用;茶的历史记载;茶的产区等十个门类。内容丰富,比较系统,便于操作,深得人们的喜爱和重视,对饮茶习俗的普及产生了深远影响,对中国茶文化的研究和发展起了积极促进作用。陆羽因此也被人们尊称为茶圣,受到焚香礼拜。

唐代以后,有关茶事、茶道之作相继出现,据说多达百余种,除宋代蔡襄的《茶录》、黄儒的《品茶要录》、宋徽宗赵佶的《大观论茶》、明代顾元庆的《茶谱》等外,许多茶书均已湮没无传。清代江苏嘉定人陆廷灿,曾任福建崇安知县,公务之余,热心茶事。鉴于在陆羽之后千余

年间茶叶的制作和烹饮已发生了很大变化，茶叶的产区也多有不同，对于茶事及其发展，应有新作予以记载和论述，于是他将自己多年积累的从唐、宋、元、明直到清代的有关资料，按照《茶经》的体例，摘要编辑成册，定名为《续茶经》问世。此书收罗宏富，并有考辨，《四库全书总目》称其“一一订定补辑，颇切实用”。另外，从书中还可以窥见中国茶文化的发展脉络，这也是对中国传统文化的一个贡献。书名虽云为“续”作，实际上是一本独具特色的专著。





目 录

茶经

卷上

- 一、茶之源 (3)
- 二、茶之具 (8)
- 三、茶之造 (13)

卷中

- 四、茶之器 (16)

卷下

- 五、茶之煮 (29)
- 六、茶之饮 (35)
- 七、茶之事 (39)
- 八、茶之出 (56)
- 九、茶之略 (60)
- 十、茶之图 (62)

续茶经

卷上之一

- 一、茶之源 (65)

卷上之二

- 二、茶之具 (108)

《陆龟蒙集·和茶具十咏》 (108)

《皮日休集·茶中杂咏·茶具》 (110)

卷上之三

三、茶之造 (121)

卷中

四、茶之器 (151)

卷下之一

五、茶之煮 (169)

卷下之二

六、茶之饮 (198)

卷下之三

七、茶之事 (218)

卷下之四

八、茶之出 (256)

卷下之五

九、茶之略 (285)

茶事著述名目 (285)

诗文名目 (288)

诗文摘句 (289)

卷下之六

十、茶之图 (294)

历代图画名目 (294)

茶具十二图 (295)

竹炉并分封茶具六事 (297)

罗先登《续文房图赞》 (299)



茶经

(唐) 陆羽



卷上



一、茶之源^①

茶者，南方^②之嘉木^③也。一尺，二尺，乃至数十尺。其巴山^④峡川^⑤，有两人合抱者，伐^⑥而掇^⑦之。其树如瓜芦^⑧叶如梔子^⑨，花如白蔷薇，实如栟榈^⑩，蒂^⑪如丁香，根如胡桃^⑫〔瓜芦木出广州，似茶，至苦涩。栟榈，蒲葵之属，其子似茶，胡桃与茶，根皆下孕，兆至瓦砾^⑬，苗木上抽^⑭〕。

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》。从木，当作“椿”，其字出《本草》。草木并，当作“茶”^⑮，其字出《尔雅》〕。其名，一曰茶，二曰檟^⑯，三曰蒟^⑰，四曰茗^⑱，五曰蔎^⑲〔周公云：“檟，苦茶。”杨执戟云：“蜀西南人谓茶曰蒟。”郭弘农云：“早取为茶，晚取为茗，或一曰蔎耳”〕。

其地，上者生烂石，中者生砾壤，下者生黄土。

凡艺^⑳而不实^㉑，植而罕^㉒茂。法如种瓜，三岁可采。野者^㉓上，园者^㉔次。阳崖阴林，紫者上，绿者次。笋者^㉕上，牙者^㉖次。叶卷上，叶舒次。阴山坡谷者，不堪采掇，性凝滞，结瘕^㉗疾。

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^②，与醍醐^③，甘露^④抗衡也。

采不时，造不精，杂以卉莽^⑤，饮之成疾，茶为累也。亦犹人参。上者生上党^⑥，中者生百济、新罗，下者生高丽^⑦。有生泽州^⑧、易州^⑨、幽州^⑩、檀州^⑪者，为药无效，况非此者？设服茅苳^⑫，使六疾^⑬不瘳。知人参为累，则茶累尽矣。

【注释】

①茶之源：即茶的源。陆羽《茶经》中的这个小标题，原来没有“茶”字，清代乾隆年间编《四库全书》时，将《茶经》收入，并在各小标题中增加了“茶”字。这样，从“一之源”至“十之源”便成了“一茶之源”至“十茶之源”。这是清代以前的各种《茶经》版本未见过的。

②南方：泛指秦岭以南的地方。 ③嘉木：嘉，美好、优良。嘉木，即优良的树木。

④巴山：泛指四川省东部，即今重庆市地区和毗邻巴山的陕西南部一些地带。

⑤峡川：泛指湖北西部。

⑥伐(fá)：砍。 ⑦掇(duō)：采取。

⑧瓜芦：皋芦，茶的大叶变种。

⑨梔子：为常绿灌木或小乔木，叶子对生，长椭圆形，有光泽。

⑩栟榈(bīng lú)：即棕榈。

⑪蒂：植物的花或果实与枝茎相连的托。

⑫胡桃：核桃。

⑬根皆下孕，兆至瓦砾：孕，生长。砾，碎石。指根都扎得很深，直到碎瓦石层中。

⑭苗木上抽：指茶树苗生出新的枝条。

⑮茶：古代饮用植物的名称，《诗经》说：“谁谓荼苦”，是把“荼”作为名词用的。但“荼”还能作为形容词用，如“如火如荼”；作为动词用，如“荼毒生灵”等。到了唐代，为了避免“荼”字使用时混淆不同含义，特地将“荼”字减去木上一横，成为今天常用的“茶”字。





- ⑩檟(jiǎ):茶树的古名。 ⑪茝(shè):一种香草,也作茶的别称。
- ⑫茗:茶树的嫩芽。一说茶树的叶子“早采者为茶,晚采者为茗”。南方人较早称茶为茗。 ⑬薅(chuǎn):晚采的茶。茗的另一种称呼。
- ⑭艺:种植。 ⑮实:这里指种子。 ⑯罕:稀少。 ⑰野者:这里指野生的。 ⑱园者:人工种养的。 ⑲笋者:茶叶肥壮得像笋。 ⑳牙者:茶叶瘦小的如牙。 ㉑瘕(jiǎ):腹中的肿块。
- ㉒啜(chuò):饮。 ㉓醍醐:酥酪上凝聚的油,即精制的奶酪。佛家用醍醐灌顶比喻能给人以智慧。这里用醍醐比喻茶能给人以清爽舒适。 ㉔甘露:带甜味的露水。 ㉕卉莽:杂草。 ㉖上党:今山西省长治市。 ㉗百济、新罗、高丽:当时朝鲜半岛上的三个国家。 ㉘泽州:今山西晋城一带。 ㉙易州:今河北易县一带。
- ㉚幽州:今河北大兴一带。 ㉛檀州:今河北密云一带。 ㉜菁茝(jì nǐ):多年生草,野生。高三尺许,叶为椭圆形,端尖,有锯齿,秋开淡紫色花,花冠为钟形。根像人参,味甜,俗称甜桔梗。 ㉝六疾:据《左传》记载,天有六气,即阴、阳、风、雨、晦、明。六气如果过度,就会产生六种疾病。如阴气重就会产生寒疾,阳气重,就会产生热疾等。

【译文】

茶树是我国南方的一种优良树木。它身高约一二尺,甚至数十尺。在巴山和峡川一带,茶树的身围粗得需要两人合抱,只有将它砍倒后才能采摘茶叶。茶树的体形如瓜芦,叶子如栀子的叶形,花如白蔷薇花,种子如棕榈树的种子,蒂儿如丁香花蒂,根如核桃树根[瓜芦树生长广州地带,像茶,味道苦涩。棕榈属于蒲葵一类,它的种子像茶子。核桃与茶的根向地下扎得深,直达石砾层,树苗才向上抽条发枝]。

“茶”字,从字形说,有的属于“草”部,有的属于“木”部,

有的则既属“草”部，又属“木”部〔属于“草”部写作茶，这在《开元文字音义》中有记载。属于“木”部写作“檟”，这在《本草》中有记载。既属草部又属木部的在《尔雅》中有记载〕。茶的名称，一叫“茶”，二叫“檟”，三叫菝，四叫“茗”，五叫“薺”〔周公说：“檟就是苦茶。”杨执戟说：“四川西南一带的人叫‘茶’为‘菝’。”郭弘农说：“早采的叫‘茶’，晚采的叫‘茗’或‘薺’。”〕。

种在杂有风化石的土壤上的茶树，生长出的茶叶是上等茶，种在砂质土壤上的茶树，长出的茶叶是中等茶，而种在黄土地中的茶树长出的茶叶则是下等茶。

种茶树如不直接下种，而采取移栽茶苗的方法就不会长得茂盛，如同种瓜一样。种茶经过三年可以采摘。

野生的茶品质最好，人工种植的茶就比较差一些。长在向阳的山崖上，又在林阴下的茶树，其叶带紫色的为好，绿色的较差一些。叶芽肥如春笋的为好，叶芽小的如牙一样的较差一些。叶子卷着的为好，舒展开的较差一些。长在背阴的山坡和深谷的品质不好，不值得采摘。因为这种茶性质凝滞，喝了容易在肚子里长肿块。

茶性至寒，最适于品行端正、俭朴的人饮用。如果有人感到发热、口渴、闷燥、头疼、眼涩、四肢无力、关节不畅，喝上四五口茶，其效果与享用精美的醍醐和甘露不相上下。采茶如不适时，制茶如不精细，茶混入了杂草、乱叶，这样的茶喝了是会生病的。喝茶不当，同服人参不当一样是会有害的。上等的人参产在上党，中等的人参产在百济、新罗，下等的人参产在高丽。而产在泽州、易州、幽州、檀州的人参更差，无药用疗效，何况还有不如它们的呢？如果误把薺萳当作人参



服用,就会使疾病治不好。明白了劣质人参给人带来的危害,服用低劣茶的危害也就完全清楚了。

