

历代茶经酒经论选译

◎宋平生等著译

古文佳例集编丛书

中国青年出版社

**(京)新登字 083 号**

**图书在版编目(CIP)数据**

历代茶经酒经选译/宋平生等编著. —北京:中国青年出版社,1998.1

(古文佳作类编)

ISBN 7-5006-2521-9

I. 历… II. 宋… III. ①茶-文献-译文-中国-古代②酒-文献-译文-中国-古代 IV. G122

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 09744 号

\*

中国青年出版社出版 发行

社址:北京东四 12 条 21 号 邮政编码:100708

中国铁道出版社印刷厂印刷 新华书店经销

\*

850×1168 1/32 12.25 印张 2 插页 250 千字

1998 年 1 月北京第 1 版 1998 年 1 月北京第 1 次印刷

印数 1—4,000 册 定价 15.80 元

## 总 序

1978年以来的改革开放,不仅使经济发展,国力增强,而且解放了思想,更新了观念,价值取向发生了全新的变化。面对世界起伏不定的各种思潮流派,回观中国数千年丰厚的思想文化,延续了一百多年的古今中西文化之争的老问题,再次向人们提了出来。随着中国现代化步伐的加快,如何科学地吸收外来文化,如何准确地从中国古典文化中汲取营养,关系着中华民族的命运,也决定着中华民族素质的能否提高。

对古今中西文化关系提出一个人都可接受或大家都必须遵守的统一范式是不可能的,也是不必要的。就对中国古典文化来讲,全盘否定和全部继承的观点,基本上被否定了。吸收其对当前现代化建设有用的东西,否定其对社会进步有阻碍的部分,是较科学的一种扬弃。但问题的难点在于何为有用,何为无用。其实,古典文化是一种历史的客观存在,什么有用或什么没用,完全由选择者的主观来决定,完全由特定的时代或社会需求来决定,谁也不可能去作出一个永恒不变的规定。可行的办法只能是,增强现代化的营养,用现代的全新的观念去研究和借鉴中国古典文化,在创新的基础上使其成为提高全民族素质的宝贵的精神食粮。

令人高兴的是,中国青年出版社以全新的视角,推出了《古文佳作类编》丛书(第一批十种)。这套书从广阔的社会文化背景出发,不像《古文观止》那样单一,而是着眼于中国历代日常生活中的古文佳作,涉及书信、奏章、养生养性、锻炼身

体、品茶、养花、战表檄文、教育子女、家庭和睦等各个层面，将读者带进了中国古典文化的许多新领域，自然大开眼界。阅读这些经过精心选择的古文珍品，可以让广大读者增长社会历史知识和自然科学知识，可以学到社会交往、自我修养、成家立业、安排生活、休闲娱乐等多方面的本领。在吸收古典文化方面，是一种可贵的创新。而且，编者并没有命令式的让你必须接受什么，也没有一定让你去批判什么，而是将一些佳作分类客观地汇集成册，加了前言、题解、注释和译文，让读者在品赏中去选择，在研究后去评判，可以说在如何对待传统文化方面倡导了一种和谐、民主、自由的积极思考精神。可谓难能可贵。

人类从传统走来，也在批判和继承传统中再生。为了促进中国传统文化的现代转换，我向读者郑重推荐这套《古文佳作类编》丛书。

戴逸

1997年春于北京

## 导 语

通常情况下,人们获取知识一是靠书本,二是靠实践。但是,社会生活无比广阔,人们的实践活动仅是微不足道的一个小点儿,因而大量知识的获得还主要来自书本。然而,人的一生也不是什么书都可以读,且不说语言方面的障碍,即如中国书来讲,浩如烟海,一生真正读过的中文书,也是屈指可数的。特别是已经积累了数千年的中国古代文化典籍,究竟读什么书有用,真让人们摸不着头脑。1995年初冬的一天,中国青年出版社林栋编辑来南开大学访谈,提议将中国古代优秀的、思想性和艺术性高的,而且有现实意义和应用价值的古文佳作分类编辑成册,一则解除青年人选择古典图书的困难;二则归类排队,针对性强,可以触类旁通;三则反映当今人们社会价值观念的新变化,开辟新的读书领域,得到新的古典文化的陶冶。这个富有开拓意义的构想,立即得到了学界同仁的认可。于是就奉献给了读者这一套《古文佳作类编》。

将古文选择、分类、编辑成册,确是学习中国古典文化的一个行之有效的好途径,前人已经在这方面付出了辛勤的劳动,出版了许多诸如《古文观止》的图书。但是,随着历史脚步的推移,特别是近二十年来中国历史上从来没有过的改革开放,人们的经济生活、文化追求、价值选择等都发生了很大的变化,一个现代的具有开放性和世界性的大文化观正在形成,以崭新的现代的观念去重新选择、汲取、诠释中国古典文献势在必行。也就是说,伴随着现实生活的发展,需要以新的观念

去出版新的古文选读图书。从这个意义上讲,这套《古文佳作类编》是改革开放的大潮呼唤的产物。这就使其不同于以往的类似读本,而是以现代的意念去回观古典文化,其视角更广一些,选择更精一些,分类更具现实感一些。

这里选编的10部书,基本以动态的现实生活需求为立足点,以静态的经过历史考验的古文佳作为食粮,进行由此及彼、由表及里、好中选优的认真比较和择定,从中一是可以得到丰富的文学知识,在品味优美的文论中提高自己的文学水平;二是可以体认某些深刻的人生哲理,在了解古人生活追求的过程中感悟人生,指导人生,树立正确的人生坐标;三是可以学到一些做人的艺术,在研究古人在社会的航船上沉浮的经验中,增长做人的本领;四是能够掌握一些日常生活起居等方面的科学知识,以古为镜,使我们的生活相对闪烁出更多的科学光芒;五是积累我们的历史知识,对中华民族悠久的历史文化有一定的了解。总之,用开卷有益来概括这套丛书是恰如其分的。例如,在现代化的生活中,社会交往是人们普遍关心的一个大问题,我们就专门选编了一本古代书信集锦;在当前的社会上,教育子女,正确处理家庭关系,特别是如何保持夫妻和睦、孝顺父母、养育儿女、邻里友善等,是不能不处理好的又一大课题,于是我们编辑了一部家书选,从那情真意切的家书中,可以看到古人在解决这些问题时的高见;现实生活中,不少人关心国家命运,社会进步,尤其对社会变革中出现的一些社会问题忧心如焚,很想加以抨击或提出解决问题的方案,好在古人在这方面积累了丰富的经验,那些名臣和忠义之士留下了许多有名的奏章,我们择编了一本名臣奏议,从中可以得到有益的借鉴;当今,不少人对气功着迷,这里也选编了养生方面的名论佳作,让读者一开眼界;近些年来,随着竞

争机制的加强,有的失落,有的发财或高升,生活变得波澜起伏,失去了往日的宁静,于是乎人们的心绪常不平衡,如何修身养性,在不平衡中迅速达到平衡成了必须解决的大问题,我们这里关于自我修养方面的优秀古文,或许对读者会有帮助;随着生活水平提高,单一的干活、吃饭、睡觉的生活模式正在改变,饮酒、品茶、种花、养狗、旅游、对弈等变为不少人生活中的又一乐章,如何提高这种情趣的品味,应该好好吸取前人早就总结过的宝贵经验,这方面的佳作珍品虽较难选一些,我们还是编选了几本,估计会受到读者的欢迎。古代名人写的序跋、战表檄文,以往较少为编选古文读本者所关注,但客观地讲,这些文论多为大手笔的精心之作,无论从哪一方面讲,皆为上乘佳作,所以这里也编选成册,从中可以得到意外的收获。概括地讲,这套丛书在选材上较多地立足现实,注重了广泛性、实用性和知识性。

为了保证质量,各册所选古文一定是名篇佳作,不仅在当时有较大的影响,而且为后人所称颂,为今人所推崇。所选篇章,一要体现该册或该类型的代表性和重要性;二要体现原著的主要内容和特点;三易为一般知识水平的读者所接受。节选的篇章,都讲明了原因;原文无标题者,加了标题。有关版本,选择学术界公认的最好版本。每册所选篇数不限,全书字数限制在25万字左右。从普及古文知识、方便读者的思想指导出发,又增加了以下四项工作:

1. 每册之首,由译注者撰写导读性前言一篇,大致在三千字上下,对全书内容进行综合评介,并对原文版本、选列篇目的原则等作必要的说明。

2. 每篇文章首有几百字的简明的题解,对作者、文章背景、主要内容、社会价值及影响等作一些介绍。

3. 对原文中的专有名词、阅读难点作辅助性的注释。注释比较平实可信,以学界公认者为主,注文一般要言不繁、尽量从简,以疏通为原则,尤其不去作不同观点的考证辨析。

4. 将古文译成了现代汉语,译文大都保持了原文的风格神韵,内容准确可靠,行文流利通畅,有可读性和欣赏性。

这套丛书的主编工作由我与中国人民大学历史系的徐兆仁先生分工负责,我负责其中《历代养生养性论选译》、《历代序跋名篇选译》、《历代名臣奏议选译》、《历代书札名篇选译》、《历代家书名篇选译》、《历代檄文名篇选译》;徐兆仁先生负责其中《历代花鸟鱼虫论选译》、《历代文房四宝谱选译》、《历代琴棋书画论选译》、《历代茶经酒经论选译》。编写这种丛书,对我们来讲,尚属首次,很多方面缺少经验,恳切希望读者多提宝贵意见。

最后要特别感谢德高望重的著名历史学家戴逸教授在百忙中为本书作序。

李喜所

1997年5月5日

于南开大学



## 目 录

前言 .....	(1)
----------	-----

## 茶 经

茶经 卷上 .....	[唐] 陆羽 (11)
茶经 卷中 .....	[唐] 陆羽 (25)
茶经 卷下 .....	[唐] 陆羽 (38)
茶录 .....	[宋] 蔡襄 (79)
东溪试茶录 .....	[宋] 宋子安 (87)
品茶要录 .....	[宋] 黄儒 (112)
大观茶论 .....	[宋] 赵佶 (127)
茶谱 .....	[明] 朱权 (147)
茶谱 .....	[明] 钱椿年编 顾元庆删校 (162)
茶说 .....	[明] 屠隆 (172)
茶经 .....	[明] 张谦德 (188)
茶疏 .....	[明] 许次纾 (204)
茶解 .....	[明] 罗廌 (255)
茶笈 .....	[明] 闻龙 (274)

酒 经

曲本草 .....	[宋]	田 锡	(281)
酒谱 .....	[宋]	窦 苹	(287)
北山酒经 .....	[宋]	朱 肱	(364)

## 前 言

茶与酒，在中国有着悠久的历史 and 广泛的群众基础。

茶与酒，是饮食文化之苑中最富诗意和浪漫色彩的两朵奇葩。

古往今来，无数文人墨客留下了许许多多吟咏茶、酒的名篇佳句：

竹下忘言对柴茶，全胜羽客醉流霞。

尘心洗尽兴难尽，一树蝉声片影斜。

——钱起《兴赵莒茶宴》

瑟瑟香尘瑟瑟泉，惊风骤雨起炉烟。

一瓯解却山中醉，便觉身轻欲上天。

——崔道融《谢朱韦侍寄饮蜀茶》

渭城朝雨浥轻尘，客舍青青柳色新。

劝君更尽一杯酒，西出阳关无故人。

——王维《送元二使安西》

绿蚁新醅酒，红泥小火炉。

晚来天欲雪，能饮一杯无？

——白居易《问刘十九》

……

读着这些美妙的诗篇，怎能不令人心驰神往呢？我们的确应该感谢诗人的生花妙笔，使我们感悟到品茗饮酒的真趣。同时，我们也不应忘记，除了敏感而浪漫的诗人之外，还有一些人数虽然不多，但却至为可贵

的学者型文人,他们通过长期实践和潜心研究,对茶或酒的起源、制作、饮用、功效、掌故等诸多方面,加以总结归纳,写成专门的著作,如陆羽的《茶经》,窦苹的《酒谱》等等。这些专著的问世,对总结制茶或酿酒经验,推广科学知识,促进制茶业或酿酒业的发展,均产生了巨大而深远的影响。同时,也为研究中国茶史和酒史提供了丰富的史料与素材。

关于茶,古代有许多别称,如荼、诧、薜、檟、菝、茗、皋芦等。“茶”字是在汉朝才开始出现、唐以后才成为通用的名称。

中国是茶的发源地。茶的发现与利用,相传始于神农时代。此说是据托名神农而作的《神农本草经》:“神农尝百草之滋味,水泉之甘苦,令民知所避就。当此之时,日遇七十毒,得茶而解。”

由于古人认为茶能解毒,因此便将茶视为珍品。在大约三千年前的周代,茶便成为祭祀天地、祖宗、鬼神的祭品。

在古代文献中,还有用茶作食物的记载:

《晏子春秋》:“婴相齐景公时,食脱粟之饭,炙三弋五卵茗菜而已。”

谢宗《食论》:“晋、宋以降,吴人采叶煮之,谓之‘茗粥’。”

壶居士《食忌》:“苦茶久食为化,与韭同食,令人体重。”

这些记载说明,当初茶是食物,而不是饮料。后来则既是饮料,亦是食物。在我国西南、两湖、两广地区的少数民族中,仍有用茶煮为饭食的习俗,恐怕就是古代以茶为食习俗的遗风吧。

茶还有药用价值。西汉司马相如《凡将篇》将茶列入二十余味草药之中,这是以茶为药的最早记录。此后,魏·吴普《神农本草经》、唐·李勣等《新修本草》、宋·孙田和《传家秘方》、元·王好古《汤液本草》、明·李时珍《本草纲目》等医学著作,均

认为茶有止渴、生津、清神、消食、利尿、治喘、去痰、明目、益思、消炎、解毒等功效。

究竟茶是何时从祭品、食物、药物逐渐演变成饮料的？至今尚无统一的结论。

陆羽《茶经》认为：“茶之为饮，发乎神农氏，闻于鲁周公。”

有人依据《吴志·韦曜传》中孙皓特许韦曜以茶代酒的记载，提出饮茶始于三国时期。

顾炎武《日知录》提出“自秦人取蜀以后，始有茗饮之事”。

而更多的人则根据西汉王褒《僮约》所云“烹茶”，“武阳买茶”之语，推断西汉时期，茶叶生产已从原产地云南传播到四川西北部，并已成为士大夫们的生活必需品了。

从上述文献记载来判断，在秦汉时期，茶已成为一种流行的饮料，应是毋庸置疑的。而饮茶的起源时间，则应更早一些。至于饮茶习俗的发源地，一般学者多认为是在中国的西南地区，即古代巴蜀国，现在的四川、贵州、云南等地。

南北朝时期，由于佛教盛行，僧人倡导饮茶，上层统治者与士大夫们均把饮茶作为高雅的生活享受，茶与文化逐渐结下不解之缘。文人雅士，或闲暇小聚，或观光赏景，或吟诗作画，或开会议事，无不以茶益思助兴。同时，还产生了许多以茶为题的诗文。故对当时的文化具有一定的促进作用。

隋唐时期，饮茶的习俗已风靡全国，甚至连西藏、新疆等边远地区也不例外。并先后传入朝鲜、日本、阿拉伯地区。

在饮茶习俗愈加盛行，制茶技术日趋成熟的历史背景下，世界上第一部茶学专著——《茶经》便于公元758年左右问世了。作者陆羽是一位历经坎坷，终于学有所成的隐士。他曾经有机会到朝中做官，但都被他谢绝了。除了少数几位挚友，他似乎不愿多与人交往。“只将陶与谢，终日可忘情。不欲多相

识，逢人懒道名。”挚友皎然的这首诗，可谓是对他的真切写照。他经常进入深山采茶，以致远道来访的友人只能发出“所思不可见，归鸿自翩翩。何山赏春茗，何处弄春泉？”的慨叹了。正由于他勤于实践，善于总结，所以才能写出划时代的茶学专著——《茶经》，并因此而被尊奉为茶圣。

《茶经》总结了我国唐以前劳动人民丰富的制茶经验，传播了茶学知识，促进了茶叶的生产与饮茶习俗的风行，还带动了众多的茶学专著的相继问世。据万国鼎《茶书总目提要》收录，我国历代茶书（包括陆羽《茶经》在内）约有98种之多，这在世界上也是无与伦比的。本书所选译的蔡襄《茶录》等凡十一种茶书，就是在陆羽《茶经》之后，陆续问世的众多茶书中最具有代表性的著作。它们对陆羽《茶经》做了不少补充，甚或发明。例如明代朱元璋第十七子朱权在其所撰《茶谱》一书中，反对唐宋以来的制团茶碾末的旧习，提出：“天地生物，各遂其性，莫若叶茶烹而啜之，以遂其自然之性也。予故取烹茶之法，末茶之具，崇新改易，自成一家。”他独创全叶冲泡的方法，对后世饮茶习俗的改变影响很大。又如明代许次纾《茶疏》，论述杀青有两种方法，粗茶用蒸，细茶用炒。这是炒制绿茶的最早记载，具有现实意义。他还提出“古人结婚，必以茶为礼，取其不移置子之意也”，也是前人未曾记载的。

关于酒的起源，至今尚是一个未解之谜。

相传在四千年前的大禹时代，有一位名叫仪狄的女人用粮食酿造出一种味道醇美的酒，献给了大禹。结果大禹饮酒成瘾，连朝政大事也懒得去管了。幸亏他不久意识到这样下去很危险，便有意疏远仪狄，并且不再饮酒了。

这个传说告诉我们，酒的发明者，是四千年前的一位名叫仪狄的女人。

还有一个传说，认为是稍晚于仪狄时的少康（即杜康）发明了酒。少康在山上牧羊时，突遇暴雨，匆忙躲雨时，把盛有秠米饭的竹筒忘在一棵树上。大雨过后，当他重新上山放牧时，发现遗落的秠米饭已经变得芬芳诱人了，而竹筒中的饭汁，更是甜美宜人。这一意外的发现，使他意识到米饭发酵的作用。后来，他就发明了美味诱人的甜酒。

《说文解字·巾部》也认为少康是酒的发明者：“古者少康初作箕帚、秠酒。少康，杜康也。”

随着时间的推移，少康（杜康）发明酿酒的说法逐渐占了上风，仪狄造酒的说法则受到冷落。于是杜康便被尊奉为酒神。尤其是曹操“何以解忧，唯有杜康”的名句，更使杜康成为酒的代名词。

在我国，有关酒的最早文字记载当属殷商时期的甲骨文：“其酒□于大甲□□于丁”，意为向死者大甲和丁供献祭酒。

《尚书·说命篇》所记商王武丁与大臣傅说的对话中，也有“若作酒醴，尔惟曲蘖”的说法。“蘖”是发芽的谷物，即麦芽、谷芽等。“醴”是用麦芽和谷芽作糖化剂酿成的一种味道淡甜的酒。“曲”是主要以含淀粉的谷物为原料的作为培养微生物的载体（基质）。用曲酿酒能同时起到糖化和酒化的作用。曲的出现使谷物酿酒的两个步骤——糖化和发酵——结合在一起。这不仅说明（在三千二百多年前的商代）酿酒技术已达到相当高的水平，也为我国后来酿酒的独特方法——酒曲法和固态发酵法奠定了基础。”（曾纵野《中国名酒志》）

我国考古工作者在公元前二十二世纪以前的龙山文化遗存中，发掘出尊、罍、盃、高脚杯、小壶等专门用于酿酒和饮酒的器具。因此有人推论，至少在五千年以前，我们的祖先便已发明了酿酒术。

在公元前十一世纪，西周时代的农业和手工业均有进一步的发展，酿酒已发展成独立的、具有相当规模的手工业部门了。随着酿酒技术的提高，酒的品种也有所增加，这在《周礼》和《礼记》等文献中均有记载。

西周以后，随着农业生产的发展，酿酒业也随之得以发展，酿酒与饮酒之风也在劳动人民中间盛行起来。这一现象在《诗经》中便有所反映，如《豳风·七月》：“十月涤场，朋酒斯飨”；《小雅·伐木》：“有酒湑我，无酒酤我”等等，描述了劳动人民在收获后饮酒消闲时的情景。

春秋战国时期，劳动人民已经酿造出酎酒，这是一种多次投米重酿而成的醇酒。

在楚国，还出现了冰拔冷酒。冰镇后的酒，既可防止酒质腐败，又可解暑生津。

在汉代，尽管政府施行禁酒政策，但并未能阻遏酿酒术的发展。酿酒者为了迎合人们好酒的风气，纷纷酿造出不同风味的名酒，如用甘蔗汁酿成的金浆酒，用花椒籽浸制的椒酒等等。

魏晋南北朝时期，是我国酿酒术长足发展的时期。这时已能酿造出神曲、白醪曲、白堕曲等名酒。同时，还出现了一些岁时节令所饮用的酒。例如元旦饮用的椒酒、柏酒、屠苏酒，端午节饮用的菖蒲酒，重阳节饮用的菊花酒等等。这一时期的饮酒之风空前兴盛，一些上层人物借醉酒来躲避政治风险，一生嗜酒如命的刘伶还写了著名的《酒德颂》，这些都更加助长了纵酒风气的蔓延。

隋唐时期，酒的门类更加齐全。当时酿造的粮食酒、水果酒和各种药酒，均已达到较高的水准。中外文化的交流，更促进了唐代酿酒术的发展。例如葡萄酒酿造技术的传入，即是



最好的例证。

随着诗歌艺术的繁荣与普及，酒令（雅令、诗令、绕口令等）以其独特的方式出现在各种酒宴上，使唐代酒文化表现出不同于前代的特色。此时还出现了专门记载饮酒轶事的书籍——《醉乡日月》，还有《饮中八仙歌》一类吟咏饮酒活动的诗歌作品等，都对饮酒习俗的风行，产生了推波助澜的作用。

宋代统治者对酿酒采取暗中鼓励的政策，因此，酿酒业空前发达。除了上层统治者和士大夫们，平民百姓的饮酒之风亦很兴盛。在京城里，酒楼歌馆林立，杯盏交错，几至通宵达旦。在农村，也是一派“桑柘影斜春社散，家家扶得醉人归”的景象。

宋代对酿酒术的重大贡献主要在于发明了蒸馏酒，也就是烈性白酒。

其次是红曲霉的发现和应用，用红曲霉制红曲，需要与从前不同的技术。福建、浙江和台湾等省酿造的红曲黄酒，至今也是享有盛名的。

由于酿酒术在宋代已逐步发展到成熟而完备的程度，一些对酿酒技术和有关酒的各类知识加以总结的专门著作，便相继出现了，例如田锡《曲本草》、窦苹（一作革）《酒谱》、苏轼《酒经》、朱肱《北山酒经》、李保《续北山酒经》、范成大《桂海酒志》、林洪《新丰酒法》、宋伯仁《酒小史》、何刻《酒尔雅》等。

限于篇幅，本书只选译了其中的三种。第一种是田锡所著《曲本草》，它是我国最早介绍曲和各种曲酒酿制方法的专著。第二种是窦苹所著《酒谱》，它对酒的起源、名目、性味、饮器、酒令、酒文，以及饮酒的掌故等，都有所总结与论述，颇有参考价值。第三种是朱肱所著《北山酒经》三卷，因二、三卷专业性过强，故删略未译。