

Cha
洪钊◎编著



茶 道

中国生活艺术读本

◆茶是一种生活状态的表现，也是生命积淀的形象化表述。作为中国文化的重要符号，茶不是一种简单的生活消费品，而是一种生活态度，一种生活方式，更是一种生活的艺术。了解茶道，才能了解中国人的生活之道。



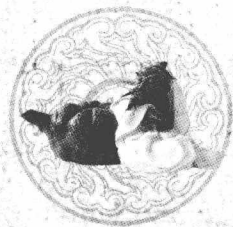
哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

茶

洪钊◎编著

中国生活艺术读本

道



图书在版编目 (CIP) 数据

茶道：中国生活艺术读本 / 洪钊编著. — 哈尔滨：哈尔滨出版社，2009.7
ISBN 978-7-80753-498-3

I. 茶… II. 洪… III. 茶—文化—中国 IV. TS971

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第197216号

责任编辑：罗 伟 梁 伟
全案策划：品众文化
全案设计：大象设计

茶道：中国生活艺术读本

洪钊 编著

哈尔滨出版社出版发行

哈尔滨市香坊区泰山路82-9号

邮政编码：150090 营销电话：0451-87900345

E-mail: hrbchs@yeah.net

网址：www.hrbchs.com

全国新华书店经销

黑龙江新华印刷厂印刷

开本787×1092 毫米 1 / 16 印张17 字数220千字

2009年7月第1版 2009年7月第1次印刷

ISBN 978-7-80753-498-3

定价：26.00元

版权所有，侵权必究。举报电话：0451-87900272

本社常年法律顾问：黑龙江大公律师事务所徐桂元 徐学滨

序言

“茶道”是一种以茶为媒介的生活礼仪，也被认为是一种修身养性的方式，它通过沏茶、赏茶、饮茶，增进友谊，美心修德，学习礼法，是一种很有益的和美仪式。茶道最早起源于中国。中国人至少在唐或唐以前，就在世界上首先将茶饮作为一种修身养性之道。唐朝《封氏闻见记》中就有这样的记载：“茶道大行，王公朝士无不饮者。”这是现存文献中对茶道的最早记载。在唐宋年间，人们对饮茶的环境、礼节、操作方式等都很讲究，有了一些约定俗成的规矩和仪式，茶宴已有宫廷茶宴、寺院茶宴、文人茶宴之分。对茶饮在修身养性中的作用也有了相当深刻的认识，宋徽宗赵佶是一个茶饮的爱好者，他认为茶的芬芳，能使人闲和宁静、趣味无穷：“至若茶之为物，擅瓠闽之秀气，钟山川之灵禀，祛襟涤滞，致清导和，则非庸人孺子可得知矣。中澹闲洁，韵高致静……”在茶事活动中融入哲理、伦理、道德，通过品茗来修身养性、品味人生，以达到精神上的享受。

饮茶礼仪之美，可以提升人的气质，规范人的言行举止，提高人的艺术修养，达到美育之目的。茶艺是以茶为载体，经茶人和艺人审美加工，使二者珠联璧合之产物。它以茶音乐、茶诗画、茶艺表演等多种艺术形式来表现茶对人的思想感情、生活情趣、道德观念和价值观念的影响，是一种对人产生精神鼓舞；使人情感愉悦并具审美效应等文化功能的艺术。茶艺之美，美在一种浓浓的艺术氛围，听茶歌，观茶画，吟茶诗，品茶味，使人对茶的享受由生理延伸到心理，从而提高人的精神生活质量，乐趣无穷。

茶道是以修行悟道为宗旨的饮茶艺术，是饮茶之道和饮茶修道的统一。茶道包括茶艺、茶礼、茶境、修道四大要素。所谓茶艺是指备器、选水、取火、候汤、

习茶的一套技艺；所谓茶礼，是指茶事活动中的礼仪、法则；所谓茶境，是指茶事活动的场所、环境；所谓修道，是指通过茶事活动来修身养性、悟道体道。

茶道中所修何道？可为儒家之道，亦可为道家之道，也可为禅宗及佛教之道，因人而异。一般来说，茶道中所修之道为综合各家之道。修道的理想追求概括起来就是养生、怡情、修性、证道。证道是修道的理想结果，是茶道的终极追求，是人生的最高境界。证道则天人合一，即心即道，天地与我并生，万物与我为一，极高明而道中庸，无为而无不为。

从生活方式的角度来说，茶道可谓是生活之道，是生活的艺术之道。

品茶在本质上是人的一种生活艺术，人与茶、茶与人的关系历来是一种水乳交融的境界，故有茶如人生、人生如茶、佳人佳茗等等之说。

茶道是一个审美的过程，追求的是雅致，是一种感觉、一种意境。古人云：“茶道即人道，品茶即品人。”只有茶品人品相得益彰，才能达到茶人合一的完美境界。

品茶，需要用心去感觉，感觉它们的喜怒哀乐，认识它们的不同性格。一杯茶入口，入口是茶香，留齿是甘醇，让陈香的韵味回荡在体内；一支曲，一本书，一壶茶，或许是人生的另一种境界吧……

品茶，需要有超凡脱俗的心境，需要用心去感觉。只要你用心去感觉，哪怕一杯最普通的茶，也会感觉得到它的喜怒哀乐，也会看见它情感丰富的内心。某些人为了标榜格调，动辄抛千金以求一饮，实在是暴殄天物。修养和品位，不是用金钱能够买得到的。只要用心去感受，即使是一杯乡间土茶，也会使你有非同寻常的发现。现实世界也是这样，即使一个卑微的人，也有他的丰富情感。

序言

茶道，是人与自然交流的过程，可以陶冶情操，开阔胸襟。品茶，可以使被红尘玷污的心灵得以净化。品茶人要心静，各品其中味。三五朋友围几而坐，茶香和友情缠绕在一起，使茶更香情更浓，若再伴有一轮明月，谁还能记得起今昔是何年。

茶品，汇天下品茗于一体，包容茶的色、香、陈、韵；人品，为茶先做人，做人先修德，德立茶存。这虽是一句很朴实的话，却蕴藏着很深的有关人品与茶品的道理。茶圣陆羽在《茶经》中说：懂茶之人必定是“精行俭德人”。由此可见：品茶亦品人，茶品见人品。

总而言之，茶的品饮是茶文化中最直观的部分。品茶与简单的饮茶解渴在层次上是不同的，同样是泡茶，“饮”只为了满足生理上的需求，而“品”则包含了精神上的追求，且远胜于物质上的需求，从饮茶发展到品茶用水、选茶、择具、环境种种的考究，是茶的品饮被冠以“文化”和“艺术”的根源。自古以来，我国爱茶、懂得品茶的人，被称为“茶人”，他们用茶修身养性，陶冶情操，通过品茗品味人生，以茶味先苦涩而后回甘，在现实生活中发扬艰苦奋斗、自强不息、吃苦耐劳的精神；善品茶，重视道德修养，倡导无私奉献的精神，提倡“清茶一杯”的精神，以茶代酒，以茶养廉，以茶清正，倡导清廉俭德，净化社会风气，制止奢侈浪费……诸多益处，均在一杯茶之中，个中滋味，须细细品味才能收获，才能融入身心。

茶源：苦涩里的幽香

生命之树——关于茶树的传说 / 002

茶路上的苦乐人生——茶人的足迹和茶马古道 / 013

感受皇家生活品位——贡茶的来历 / 021

爱你没商量——茶业的兴盛与茶商追溯 / 032

名茶与生活的相遇

美丽的错误与历史的机缘——普洱茶 / 042

沁人心脾的生命活力——碧螺春 / 051

颇具神奇色彩的佳品——乌龙茶 / 058

“不知春”里品人——武夷岩茶 / 065

茶中人性——铁观音 / 074

烟雨朦胧说御茶——西湖龙井 / 078



茶道的生活韵味与艺术情趣

杯盏之间多味道——茶具的历史文化特征 / 088

看尽人生百态——茶馆里的文化与生活 / 091

礼仪与交往的艺术——千古茶礼 / 102

水质与茶品——茶水与茶叶的搭配门道 / 108

佳品良鉴得真味——鉴茶的学问 / 117

茶叶香，壶中滋味长

个性与创造的结晶——器为茶之父 / 126

审性情之美——茶壶里的大天地 / 130

沉淀的人性艺术——历代制壶大师及其代表作鉴赏 / 135



修身养性话品茶

健康人生——饮茶能够带来的益处 / 150

养生与保健——以茶养颜 / 160

难以多得的益处——剩茶的妙用 / 166

堇茶如饴：茶文化的历史扇面

品茗修身——关于《茶经》的故事 / 170

“茶禅一味”——茶中的三重境界 / 176

歌咏曲折人生——茶诗歌里的意韵 / 183

平仄之间的人生哲理——茶对联的逸事 / 194

生活的文化——茶歇后语中的智慧 / 199

茶中生活——多样的民族茶文化 / 202

多样的茶道艺术

艺术茶道之源——中国茶道 / 214

风雅与茶仪——日本茶道 / 220

谦谦君子之风——韩国茶道 / 229

茶解人生

人生何如一盏茶——朱元璋与茶 / 238

治国思茶道——孙中山与茶 / 242

融入茶情的人性——周恩来与茶 / 245

寓于茶事的人品——胡适与茶 / 249

茶缘人生——老舍与茶 / 256

后记 / 262



茶源：苦涩里的幽香

■生命之树——关于茶树的传说 ■茶路上的苦乐人生——茶人的足迹和茶马古道
■感受皇家生活品位——贡茶的来历 ■爱你没商量——茶业的兴盛与茶商追溯

人生如茶，品茶如品人生，平凡中见滋味，苦涩里有幽香……

一位屡屡失意的年轻人去请教一位得道高僧。高僧弄明白他的来意后，便在他面前放了两只装了茶叶的杯子，用温水冲了一杯，叫年轻人喝。年轻人慢慢喝了几口，发现一点香味也没有。高僧又用沸水冲开了另一杯，没冲满，只见茶叶在杯子里上上下下地沉浮着，一会儿，一丝细微的清香便缓缓从杯中飘出来。接着，高僧又往杯里加了点沸水，一共加了三次水，里面的茶叶一次比一次沉浮得厉害。年轻人闻到的是沁人心脾的芳香，他细细地品味了一会儿，满意地点了点头，说一切全都明白了。

为什么同样的茶叶，一杯素然无味，一杯却香气四散？关键在于两种不同温度的水。茶叶的形成是磨炼的积淀，在烈日下开花，在暴雨中成长，在火焰上烘制。没有更大的磨砺，怎能使那种浸渍在茶叶血液里的清香散发出来？

其实，人生就犹如一片茶叶，只有在艰难险阻中沉浮，在痛苦辛酸中磨砺，才能真真实实地体味到生活的原味与魅力。在那一次次的沉浮与磨砺中，生命便变得光彩照人、芳香四散。

生命之树——关于茶树的传说

说起饮茶，人们首先会想到茶叶以及出产茶叶的茶树，那么茶树是什么时候出现在人类生活中的？人们是如何发现茶叶的饮用价值的呢？

说起茶树，恐怕得追溯到 3000 多年前，那时，我们的祖先已经开始栽培和利用茶树。

然而，说到茶树的起源问题，最早的传说来自于神农氏，关于这个有三种传说，比较流行的传说是：神农在野外用釜锅煮水时，刚好有几片叶子飘进锅中，煮好的水，其色微黄，喝入口中生津止渴、提神醒脑，以神农过去尝百草的经验，判断它是一种药而发现的。有人甚至从语音上加以附会，说是神农有个水晶肚子，由外观可看见食物在胃肠中蠕动的情形，当他尝茶时，发现茶在肚内到处流动，把肠胃洗涤得干干净净。

另外一种玄乎的传说是：炎帝神农氏尝百草时，随身带着一只能看到五脏六腑、十二经络，帮助他识别药性的活“仪器”獐鼠，又名“獐狮”。民间有“药不过獐鼠不灵”之说。一天，獐鼠吃了巴豆，腹泻不止。神农



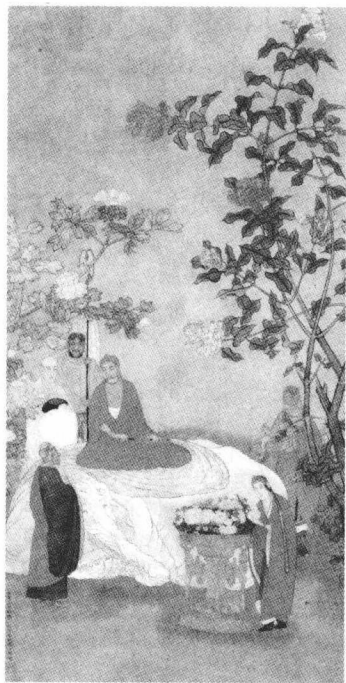
■ 炎帝神农氏坐像。在中国的民间传说中，炎帝神农氏和茶树的起源有着千丝万缕的联系。



氏把它放在一棵青树下休息，过了一夜，獐鼠奇迹般地康复了，原来是獐鼠吸吮了青树上滴落的露水解了毒。神农氏摘下青树的青叶放进嘴里品尝，顿感神志轻爽，甘润止渴，神农氏栽种了这种青树，它就是现在的茶树。神农架民间传唱着“茶树本是神农栽，朵朵白花儿间开，栽时不畏云和雾，长时不怕风雨来，嫩叶做茶解百毒，每家每户都喜爱”的山歌。

与之相似的一个久远的传说则显然要凄婉得多。相传很久以前，在四川省甘孜藏族自治州有两个世代结冤的土司，分住在一条大河（一说是金沙江）的东、西两岸。东土司家有一个儿子，西土司家有一个女儿，他俩在长期的放牧生活中产生了纯洁的爱情。但是两个人的关系遭到族人的反对，特别是西土司，认定是东土司的儿子有意“加害”自己的女儿，于是西土司派人用毒箭射死了东土司的儿子，可是他的女儿却愤怒地跳进焚烧情人的烈火中，以身殉情。当两个人的骨灰合在一起团聚时，西土司强行分开埋在两处；当他俩变成两朵花一起开放时，西土司把花活活地折断；当他俩变成两只鸟一起鸣叫时，西土司又把鸟活活地打死。在顽固凶残的封建势力面前，这对情人不得不离开自己的故土，男主人公逃到藏北草原的湖中变成盐，女主人公逃到中原的山上变成茶。这样，当人们喝酥油茶的时候，这对情人又能悄悄地相会，再也没有人能把他们分开了。于是，人们都相信茶树是这位坚贞的姑娘的化身，对其崇敬有加。

另外一种传说则认为茶树源于菩提达摩祖师。中国佛教禅宗初祖菩提达摩，是天竺国佛教禅宗第27代祖师般若多罗的嫡传弟子。有一天，达摩问师父般若多罗大师：“我得法以后，应该到什么地方去传法？”般若多罗回答说：“去震旦（即中国）。”达摩遵照师父嘱托，东行来到中国。



■ 明代画家吴彬所绘的《达摩图》。作为中国佛教禅宗初祖，菩提达摩与茶树的传说，反映了禅宗修行对毅力、耐力的重视，属于一种宗教教育，而不是茶树起源的真实追溯。

几经辗转，达摩到了少林寺，他被这半隐半现的处于山脚下密林深处的小寺庙的魔力所吸引，并决定留在这里，因为修炼的最好地方是与外界隔绝的地方。僧人需要安静环境，不久，他便在庙后面山坡上的四分之三处发现一个小山洞，这个石洞高、宽不过3米，长度约有7米。方方的洞门，正好向阳敞开，冬暖夏凉，空气清新。洞前有一块紧凑的小草坪，周围绿荫蔽日，不见天空。真是“此地无盛夏，空山听鸟鸣”。

达摩来到少林寺后，就把这个天然石洞作为他修行坐禅的地方，他还决定修炼9年修成正果。相传，达摩在这个石洞里，整日面对石壁，盘膝静坐。不说法，不持律，默然终日面朝壁，双眼紧闭，五心朝天，在“明心见性”上下工夫，在思想深处“苦心练魔”。洞内静若无人，万籁俱寂，入定后，连飞鸟都不知道这里有人，竟在达摩的肩膀上筑起巢穴来了。

什么叫做“入定”呢？“入定”是指坐禅坐到一定程度，思想高度集中，排除了一切恶念、邪念、亲念，外界的一切对他没有干扰，这是形容高僧修禅的高度造诣。

一年夏天，达摩发现自己刚坐下修炼不久，便不知不觉地打瞌睡，他被自己的惰性激怒了，并且认识到打瞌睡是绝对不会达到佛教的终极境界



的，于是，他用刀割断了自己的眼皮，扔出山洞。此后不久，在达摩眼皮落地的地方长出一棵树芽来，后来僧人的弟子们发现了这棵树芽，并精心培育使其枝繁叶茂，后来，他们将树枝上的嫩叶摘下来细心调制，发现这些叶子很神奇，能够帮助僧侣们在长期的修炼过程中保持清醒的头脑。从此以后，茶叶就成了修炼必不可少的物品。

此后五年，达摩相当清醒，在还差一年时又遭睡魔侵入，达摩便经常采食身旁的树叶，食后立刻脑清目明，神志清楚，方得以完成九年禅定的誓言，达摩采食的树叶即为后代的茶，这棵树便是人们认为的最早的一棵茶树，但是这个关于茶树的传说显然比神农发现茶树晚几千年。



传说背后的茶树

对于美好的事物，人们历来都喜欢将自己最美好的想象寄托于其中，因此，也就有了很多美丽的传说。关于茶树的起源也是这样，炎帝神农氏、菩提达摩、两个土司的子女，都是人们美好愿望的寄托对象。神农氏冒着生命危险尝百草，为的是百姓的安康；菩提达摩修习佛法，为的是普度众生；两个土司的子女追求爱情，在人们心中，他们是东方的“罗密欧与朱丽叶”。人们在享受着茶树与茶叶的恩惠时，也将最美好的传说附会到这几个人身上，为的是让更多的人记住他们。

其实，也有不少文献记载了关于茶树的事情，公元前 200 年左右秦汉年间的字书《尔雅》，称茶树为“檟”；汉代司马相如的《凡将篇》，称茶树为“莽诧”，将茶叶列为二十种药物之一，是我国历史上茶叶作为药物的最早文字记载。东汉扬雄的《方言》谈及蜀西南产茶，称茶为“葭”，还有汉华佗的《食论》、壶居士的《食忌》中，也都有关于茶的药理的记录。公元 3 世纪三国魏时傅巽撰的《七海》中，提到四川大渡河以南及云南、



■ 中国古代和茶有关的部分著作书影。这些著作证明了中国人在很早以前就已经能够识别茶树，并且已经开始冲饮茶叶。

贵州等省有茶树。南朝宋谦之的《吴兴记》，谈到浙江吴兴出御茶。刘义庆的《世说新语》也谈到茶事。此外，晋代陈寿的《三国志》、弘君举的《良檄》、郭璞的《尔雅注》亦有茶之记载。

特别值得提出的是公元 350 年左右，东晋常璩撰写的《华阳国志》，曾经记载说：“园有芳蒟香茗”，表明在巴蜀一带，周代已有人工栽培的茶树了。在《华国志·蜀志》中还提到：“南安（相当于今四川省乐山市）、武阳（在今四川彭山县），皆出名茶。”说明四川的乐山、彭山，在周代已是我国的名茶产地了。

在这些传说和文献记载的基础上，我们不仅有理由相信茶树源于中国，而且更为有趣的是，不少外国人也正在探寻茶树的原产地。1935 年，印度茶业委员会组织了一个科学调查团，对印度沙地耶发现的野生茶树进行了调查研究。结果，植物学家瓦里茨（Wallich）博士和格里费（Griffich）博士都断定，勃鲁士发现的野生茶树，与从中国传入印度的茶树同属中国茶树变种，至于茶树的某些差异，那是野生已久的缘故。公元 1892 年美国学者瓦尔茨（J.M.Walsh）的《茶的历史及其秘诀》、威尔逊（A.Wilson）



的《中国西南部游记》，公元 1892 年苏联学者勃列雪尼德的《植物科学》、法国学者奈尔（D.Genine）的《植物自然分类》，1960 年苏联学者杰姆哈捷的《论野生茶树的进化因素》，以及近年来日本学者志村桥、桥本实等的有关研究报告中，都认为中国是茶树的原产地。

这里，特别值得提出的是日本的志村桥和桥本实，他们结合多年茶树育种研究工作，通过对茶树细胞染色体的比较，指出中国种茶树和印度种茶树染色体数目都是相同的，即 $2n=30$ ，表明在细胞遗传学上两者并无差异。桥本实还进一步对茶树外部形态作了分析和比较。为此，他对中国、泰国、缅甸和印度茶树的形态作了分析比较；1980 年后，又三次到中国的云南、广西、四川、湖南等产茶省（区）作调查研究，发现印度那卡型茶和野生于台湾山岳地带的中国台湾茶，以及缅甸的掸部种茶，形态上全部相似，并不存在区别中国种茶树与印度种茶树的界限。所以，最后结论是茶树的原产地在中国的云南、四川一带。

那么，茶树原产地果真是中国吗？事实并非如此简单，尽管有证据表明茶树原产地是中国，但还是有很多人认为茶树原本是产于印度的。公元 1824 年，英军少校勃鲁士声称发现印度野生茶树，公元 1838 年，他又印发了一本小册子列举自己在印度阿萨



■ 中国境内有很多比较古老的茶树。这些茶树的存在，从一个侧面证明了中国种植茶树、以茶叶作为饮品的历史非常悠久。

姆发现野生茶树多处，其中沙地耶发现的一株野生茶树高达 13 米，周长为 1 米。为此，勃鲁士断定，印度是茶树原产地，理由是印度有野生茶树。

公元 1877 年英国人贝尔登（S.Baidond）步勃鲁士后尘，在他写的《阿萨姆之茶叶》中提出茶树原产于印度。持上述观点的还有英国学者勃莱克（J.H.Blake）、布朗（E.A.Brown）、易培逊（A.Ibbetson）、林德莱（Lindley）和日本的加藤繁等。他们的论据是：只有印度有野生茶树，而没有人提出中国有野生茶树；印度阿萨姆种茶树长得“野”，树高叶大，而中国茶树树矮叶小。其结论是：印度种是茶树原种，印度是茶树的原产地。他们不知道中国在公元前 200 年左右的《尔雅》中就提到野生大茶树，他们也不知道中国不但有众多的大叶茶，而且还有“茶树王”。

此外，有些人对上述两种茶树原产地都不认可，便炮制出无名高地是茶树原产地的说法，他便是在爪哇进行茶叶种植试验的植物学家科恩



■ 很多植物学家倾向认为中国是茶树的发源地，图为中国云南镇沅拥有 2 700 年历史的野生茶树王。

司徒（C.Stuart）博士。1918 年，他考察中国边境发现有野生茶树后，认为在中国东部和东南部无大叶茶树的记载。据此，他认为，茶树因形态不同，可分为两大原产地：一为大叶种茶树，原产于中国西藏高原的东南部一带，包括中国的四川、云南，以及缅甸、越南、泰国和印度阿萨姆等地；二为小叶种茶树，原产于中国的



东部和东南部。这就是“二源论”说。无论茶树产于何地，有一点是毋庸置疑的，那就是中国是目前世界上野生茶树数量最多、分布最广的国家。

早在三国（公元 220 年—公元 280 年）时，《吴普·本草》引《桐君录》中就有“南方有瓜芦木（大茶树）亦似茗，至苦涩，取为屑茶饮，亦可通夜不眠”之说。陆羽在《茶经·一之源》中称：“其巴山峡川，有两人合抱者，伐而掇之。”宋代沈括的《梦溪笔谈》称：“建茶皆乔木……”宋子安（公元 1130 年—公元 1200 年）《记东溪茶树》中说：“柑叶茶树高丈余，径七八寸。”明代云南《大理府志》载：“点苍山（下关）……，产茶树高一丈。”

又据《广西通志》载：“白毛茶……树之大者高二丈，小者七、八尺。嫩叶，如银针，老叶尖长，如龙眼树叶而薄，背有白色茸毛，故名，概属野生。”可见，我国早在 1700 多年前就发现野生大茶树了。

据不完全统计，现在全国已有 10 个省区 198 处发现有野生大茶树。其中云南省树干直径在 100 厘米以上的就有十多株。思茅地区镇源县九甲区和平乡千家寨发现野生茶树群落数千亩，其中龙潭大茶树高 18.5 米，树幅 16.4 米，最低分枝 10.1 米，基部干径 83.4 厘米。这些野生大茶树可谓是当今世界茶树之最了。

我国野生大茶树有 4 个集中分布区，一是滇南、滇西南；二是滇、桂、黔毗邻区；三是滇、川、黔毗邻区；四是粤、赣、湘毗邻区；少数散见于福建、台湾和海南省。主要集中在北纬 30 度线以南，其中尤以 25 度线附近居多，并沿着北回归线向两侧扩散，这与山茶属植物的地理分布规律是一致的，它对研究山茶属的演变途径有重要的价值。

上述 4 个分布区中的野生大茶树，以云南省的南部和西南部为最多；