

中國  
六  
藝  
六  
藝

# 品味中国茶

张凤云主编

延边大学出版社



中国文化艺术文丛

# 品味中国茶

主编：张凤云



延边大学出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

品味中国茶/张风云主编. —延吉:延边大学出版社, 2005. 8  
(中国文化艺术文丛: 5)

ISBN 7-5634-2094-0

I. 品... II. 张... III. 茶—文化—中国 IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 084301 号

## 中国文化艺术文丛——品味中国茶

主 编:张风云

责任编辑:何方

封面设计:大流工作室

出版发行:延边大学出版社

社 址:吉林省延吉市公园路 105 号(邮编:133002)

印 刷:北京通州丽源印刷厂

开 本:850×1168 1/32 印张:55 字数:1170 千字

版 次:2005 年 9 月第 1 版

印 次:2005 年 9 月第 1 次印刷

印 数:1-3000

书 号:ISBN 7-5634-2094-0/J·57

定 价:153.00 元(全六册)

(版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换)

<b>目 录</b>	
<b>一 中国是茶的原产地</b> .....	(1)
§ 茶树的原产地.....	(1)
§ “茶”字的起源与演变.....	(2)
§ “茶圣”陆羽与《茶经》.....	(9)
§ 历代茶事 .....	(14)
<b>二 茶叶</b> .....	(21)
§ 中国茶叶的分类 .....	(21)
§ 茶叶的主要营养成分 .....	(29)
§ 茶叶的主要药效成分 .....	(31)
§ 茶叶的保健功能 .....	(34)
§ 茶叶质量的判别与选购 .....	(39)
§ 茶叶的贮存保鲜 .....	(51)
<b>三 茶具</b> .....	(65)
§ 茶具的发展和演变 .....	(65)
§ 茶具的品种和质地 .....	(75)
§ 茶具的选购与养护 .....	(80)
<b>四 泡茶技艺</b> .....	(83)
§ 泡茶的四大要素 .....	(83)
§ 茶叶的冲泡程序 .....	(86)
§ 泡茶用水的选择 .....	(90)

五	品茶艺术 .....	(97)
	§ 品茶内容 .....	(97)
	§ 品饮绿茶 .....	(103)
	§ 品饮红茶 .....	(126)
	§ 品饮乌龙茶 .....	(135)
	§ 品饮花茶 .....	(154)
	§ 品饮普洱茶 .....	(159)
六	茶艺馆 .....	(166)
	§ 茶艺馆的起源和发展 .....	(166)
	§ 茶艺馆的类型 .....	(171)
七	我国各民族的饮茶习俗 .....	(176)
	§ 概    说 .....	(176)
	§ 汉族茶俗 .....	(183)
	§ 蒙古奶茶 .....	(193)
	§ 回族罐罐茶 .....	(194)
	§ 藏族酥油茶 .....	(195)
	§ 维吾尔族香茶 .....	(198)
	§ 苗族八宝油茶 .....	(199)
	§ 侗族油茶 .....	(200)
	§ 白族三道茶 .....	(202)
	§ 土家族擂茶 .....	(204)
	§ 哈尼族土锅茶 .....	(205)
	§ 哈萨克族奶茶 .....	(206)
	§ 傣族竹筒茶 .....	(207)
	§ 傈僳族油盐茶 .....	(209)
	§ 佤族苦茶 .....	(209)
	§ 拉祜族烤茶 .....	(210)

- § 纳西族“龙虎斗”茶和盐茶····· (211)
- § 景颇族腌茶····· (212)
- § 布朗族青竹茶····· (212)
- § 撒拉族三炮台碗子茶····· (213)
- § 基诺族凉拌茶和煮茶····· (214)
- § 布依族“姑娘茶”····· (215)
- 八 中国茶传遍世界**····· (218)
- § 中国茶的对外传播史····· (218)
- § 中国茶俗对世界各国的影响····· (226)
- § 世界各国的饮茶习俗····· (229)
- 九 茶与中国传统文化**····· (249)
- § 茶与儒家文化····· (249)
- § 茶与佛教文化····· (251)
- § 茶与道家文化····· (255)
- 十 关于茶的逸闻趣事**····· (258)
- § 茶神与瓷偶人····· (258)
- § 王安石智辨中峡水····· (259)
- § 晴窗细乳戏分茶····· (262)
- § 陈巡抚茶邀吕洞宾····· (264)
- § 贾宝玉品茶栊翠庵····· (266)
- § 绿香亭众女论茶道····· (272)
- § 碧螺春茶名的由来····· (275)
- § 武夷大红袍的故事····· (277)
- § 文成公主带茶入藏····· (278)
- § 嗜茶的乾隆皇帝····· (279)
- § 赵州和尚吃茶去····· (280)
- § 五副有趣的茶对联····· (281)

# 一 中国是茶的原产地

## § 茶树的原产地

中国是茶树的原产地。根据植物分类学，茶树是山茶科山茶属的一个种，它的学名为：*Camellia sinensis* (L.) kuntze。国际上，植物的学名都用拉丁文，由属名和种名组成。*Camellia* 是山茶属，*Sinensis* 是中国种，所以茶树的学名是原产于中国的一种山茶属植物。

根据生物的“进化论”，茶树是山茶科山茶属里分化而来的，据植物学家分析，茶树至今已有 6000~7000 万年的历史。但也有人认为茶树是由宽叶木兰演化而来，时间大约在 100 万年以前，地点在我国西南部云贵高原的深山密林中，那里气候温暖而潮湿。

云南西部受冰川袭击的影响较小，在原始森林中已发现不少野生大茶树。由于云南是茶茶的故乡，所以很可能是茶树的原产地。在四川南川发现一片残存的冰川时期以前的银杉，在附近又发现原始型的野生大茶树。唐代陆羽《茶经·一之源》中也记载着川东鄂西（巴山峡川）有两人合抱的大茶树，需把枝条砍下来采摘（伐而掇之）。这可能是茶树原产地的东北边缘。英国学者艾登在所著《茶》一书中也认为茶树的原产地在云南西部的伊洛瓦底江发源地的扇形地带。

茶树最早为中国人所发现，最早为中国人所利用，最早为中国人所栽培，已是不争的事实。茶树属多年收的一种叶用常绿木本植物，野生，其中乔木型茶树可达15~30米，基部干围可达1.5米以上，寿命可达数百年，甚至数千年之久。目前人们通常见到的是栽培生产型茶树，为了采收方便和多采茶叶，往往采用修剪的方法，抑制其纵向生长，促使茶树横向扩展，所以树高一般为0.8~1.2米。茶树经济学年龄一般为50~60年。

## § “茶”字的起源与演变

古汉语“茶”字的起源与演变，不仅仅是茶叶名称的变化问题，可以说它是中国茶学史、茶文化史的一个缩影。古汉语中茶字的出现，及其在不同历史阶段上的演变，恰恰说明了中国是世界三大饮品（茶叶、咖啡和可可）之一的茶的故乡，是茶的原产地。中国是世界上最早发现茶的用途，对茶最早实行人工栽培、加工制造，使其成为人类文明饮品和商品的国家。

陆羽在《茶经·一之源》开篇说：“茶者，南方之嘉木也。一尺、二尺、乃至数十尺。……。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》；从木当作椹，其字出《本草》；草木并作茶，其字出《尔雅》。）

又说：“其名，一曰茶，二曰檟 [jiǎ 音贾] 三曰蒨 [shè 音设]，四曰茗，五曰筴 [chuǎn 音川]。（周公云：檟，苦茶。扬执戟云：蜀西南人谓茶曰蒨。郭弘农云：早取为

茶，晚取为茗，或一曰荈耳。)

陆羽在《茶经·六之饮》还将饮茶之始概括为：“茶之为饮发乎神农氏，闻于鲁周公。”

陆羽在《茶经》里关于茶字之论述，可以说是基本上概括了古汉语茶字的起源、演变及其与中国茶学史、茶文化史的渊源关系。早在远古时代，中华民族的祖先，就发现了野生茶和它的药用价值，虽然见诸于文字的记载，可能要比客观实际晚得多。

陆羽为什么说“茶之为饮，发乎神农氏，闻于鲁周公”呢？

神农氏，即是人们通常同黄帝并称为中华民族始祖的“炎黄”之一——以火德王的古炎帝。有关文献记载：神农生于姜水（约在今陕西省岐山县西），以姜为姓，始制耒耜，教民务农，故号神农氏；以火德王，又称炎帝……在位时尝百草以疗疾，立市廛（chán 蝉：古代城市平民的房屋街区），以通货财，初都陈，后迁鲁，立一百二十年而崩，葬长沙。神农是远古部落社会从以狩猎为主，向以农耕为主过渡时期的领袖人物，神农氏，开创了人类农业生产的新纪元。

“茶之为饮，发乎神农氏”，是《茶经》作者援引《神农本草》的传说：“神农尝百草，一日遇七十二毒，得茶（茶）而解之。”将人类历史上第一个发现茶的药用价值的功勋归于神农。

周公，是西周初年奴隶主阶级的政治家。名旦，亦称叔旦，周文王之子，周武王之弟。曾协助武王伐纣灭商，辅佐成王摄政。因其采邑在周（今陕西省岐山东北），称周公；

又因周国（西周所封诸侯之国）是周公在西周初年的封地，鲁国的国君是周公的后代，故又称之为鲁周公。约于公元前十一世纪至十世纪初在世。我国较早的文献《尔雅》相传最初为周公所撰。《尔雅·释木》有“檟（jiǎ 古茶字）就是苦茶”的记载。这即是“茶之为饮……闻于鲁周公”的由来。中国先民对茶的发现，若从神农尝百草而发现茶可解毒的传说推算，迄今已有 5000 多年；如从西周初年（或在此之后）《尔雅》中有关茶字的记载算起，亦有 3000 多年的历史了。因此，可以说，茶，实际上进入人类日常生活的时，是同中华民族古老而光辉灿烂的文明史一样悠久。这是世界上任何国家和民族都无法与之比拟的。

尽管后世学者对《神农本草》和《尔雅》的作者和成书时间众说纷纭，莫衷一是，但茶作为珍贵饮料，已经进入西周宫廷日常生活，这是有历史文献可资佐证的。

据《周礼》记载，在西周时已在宫廷设置“掌茶”官职。据东晋常璩（蜀郡江平人，字道将。曾在公元 343—347 成汉李势政权时任过散骑常侍。）所著《华阳国志·巴志》记载：在周武王伐纣灭商（周武王十一年，公元前 1066 年）之后，巴蜀地区（即今之四川东起奉节县，西至宜宾市宜宾县境；南极涪陵，北接今陕西汉中地区）部落首领，已将“丹漆茶蜜”连同当地其他大宗土特产作为贡品晋献周朝王室。文中还特别记载：“其果实之珍者……园有芳醑香茗。”上述两例系目前可见之于文献的关于历史上用茶的最早文字记录。由此可以推测，茶作为珍贵饮品，实际上进入先民的日常生活，至少可以溯至商朝后期。

西汉时期，对茶事的文字记载比较多。相继有司马相如

(前179—前117)《凡将篇》关于“莽诧”(chuǎnchà:晚采的茶)可以入药的记载。西汉王褒[资中(今四川省资阳县)人。在宣帝(前71—前49)时曾任谏议大夫。]在《童约》一文(撰于前59年,宣帝神爵三年)写了“武阳买茶”,“烹茶尽具”。这是在《茶经》问世之前,茶学史上重要的文献。它的重要意义在于:释意明白无误的茶(尽管当时“茶”字尚未减一笔)字,在1900多年以前已出现在汉代的文献上;其次是,《童约》中提及了茶叶市场,说明在汉宣帝年间,武阳(今四川省彭山县)已成为当时茶叶生产与集散地;三是同时说明在西汉中后期,茶叶作为商品饮料和与之相应配套的精致茶具,已进入士大夫阶级之家的日常生活了。

“扬执戟云:‘蜀西南人谓茶曰葭’这亦是说的西汉人言茶字的事例,语出《方言》。扬执戟,即指扬雄(前53—公元18年)字子云。西汉蜀郡成都人。虽有口吃,少好学,长于辞赋,喜作训诂文字,曾作《方言》、《法言》。扬雄以文章名世,为时人所推崇,也是陆羽所景仰的汉魏晋四大才子之一。因其在汉成帝(前33—前7年)时任侍郎,王莽新朝时做过大夫,故称其为“扬执戟”。

“郭弘农云:‘早采为茶,晚采为茗,或曰莽耳’。”这是在古典文献上首次出现的按不同的季节或时间所采之茶,在名称上所作的基本区别:郭弘农,即郭璞(276—324)字景纯。因其死后追赠为“弘农郡太守”,故称其为“郭弘农”。晋代河东闻喜(今属出西)人。博洽多闻,擅辞赋,文赋为东晋之冠。东晋元帝时曾任著作郎、尚书郎。好经术、古文奇字,曾释《尔雅》、《方言》、《山海经》等。关于“茶”与

“茗或曰莽”之区分，见诸于郭作《尔雅》注释。

“莽”——古茶字，早期见于杜育所作《莽赋》约作于西晋惠帝（290—306）年间。《莽赋》，是说在秋天农闲之日，结伴同游茶山的人们，在岷江之滨采茗，就地制作，汲水煎茶作茗饮的故事。这亦正如郭璞所说晚采之茶“或曰莽耳”是一致的。

《茶经》注释中关于“从草当作茶”，其字出《开元文字音义》——这里是说，陆羽在《茶经》里所以将“荼”（古茶字）减一笔作“茶”是按照《开元文字音义》改的，并非陆羽首创。据《茶经述评》考证：“《开元文字音义》三十卷，唐玄宗撰（《开元文字音义》已佚，玄宗曾为此书作序，说这是一部与说文《字林》相类似的字书，凡三百二十部。）这就可知将“荼”略去一笔，定为现在的“茶”字，是唐玄宗以御撰的形式定下来的。”

将古茶字——“荼”减一笔作“茶”，虽始自开元（713—714）年间，功在唐明皇及参预修订字书的文士们（按：据《资治通鉴》载：开元十一年五月唐玄宗置丽正书院，聚文学士，或修书，或侍讲），但直到唐代中期，陆羽《茶经》问世前后，这个“茶”字才得以广泛使用和普及。

以下是古汉语中的诸茶字（包括单音多义、双音双义字）：

茶——茶的本源字。除作古茶字、苦菜名解之外，又可作“茶火”、“茶炭”、“茶毒”等多义解。

苦茶——同时作茶与蓼，属苦菜名解。

檟——一音双义：除作古茶字，又作楸木名解。楸树是一种高大的落叶乔木，常同松树种在墓前。

菝——茶之别名，川西南古时方言。

莽——晚采之茶，茗的同义字。

莽诧——晚采之茶，作为中药时的名词。

葭茶——《集韵》：“茶茗也，一曰葭茶”。

茶——是古今中外各品类、品种茶叶之总名称，亦指茶树，属山茶科，为常绿灌木或乔木，其高度依茶树品种而异，叶长椭圆形，有锯齿，秋天叶间开白花、一瓣，果实扁圆三角形，成熟则裂开，散出种子，春季或在夏秋采嫩叶，制为饮料，茶籽可榨油，其材质细密，可供雕刻用，一名曰茗，茶本字作茶。

茗——曰“茶芽”，出自南朝梁顾野王撰字书《玉篇》；一曰“晚采之茶”，见诸郭璞作《尔雅·注》；今古世亦以茗为茶之概称。

这些茶字的起源及其在一定历史阶段的出现绝不是偶然的。它们从不同的侧面充分地折射出了我们中华民族长达三千多年的茗饮文化的光辉历史。在《周礼》中既然设有“掌茶”（茶）的官职，这就说明在西周宫廷中已把茶作为祭祀或宫廷茗饮，从礼仪制度上已固定下来。而晋常璩在《华阳国志·巴志》记载的在周武王伐纣灭商之后，巴蜀地区部落首领把茶叶作为土特产，晋献给周武王的史料，恰好又证明了在晋周初年茗饮文化已进入西周宫廷生活了。

在历史文献中记载古茶字或茗事典故的作者，多半是西汉或晋代的一些著名的才子，其中多为西蜀（今四川）人。如作《凡将篇》的西汉辞赋家司马相如和著《方言》的西汉文学家扬雄都是汉蜀郡成都人；撰《童约》的王褒和撰《华阳国志》的常璩分别是汉资中（今属四川资阳县）人和晋蜀

郡江原（今四川崇庆）人；作《荈赋》的西晋杜育，虽然不是西蜀人，但其作品中却是写的西川东北部岷江之滨的烹茗品泉故事。这些古代的文人才子，在跨越几个朝代（两汉、三国、西晋），长达三个以上世纪的时间里，在不同的历史阶段，不同体裁的历史文献上所记载的古茶字和茗事典故，决不是偶然的历史契合，而恰恰证明了中国是茶的故乡，四川是我国茶树的原产地之一。早在西周初年巴蜀地区已开始人工栽培茶园的历史。据传，在西汉年间，吴理真禅师在雅安蒙山上清峰甘露寺亲手种植七棵仙茶树，从此开始了四川蒙山地区人工栽培茶树的历史。现在虽时间已跨越二千多年，但时至今日四川名山县蒙顶山区所产的蒙顶黄芽和蒙顶甘露仍然是川茶中的上品名茶。

上述所列古汉语中的诸多茶字，在中华民族茶文化发展的历史进程中，同样体现了优胜劣汰的自然法则，绝大部分的古茶字或方言中的衍生茶字，都逐渐、自然地归于废止了。这里当然包含了古代文字学家在精炼、净化民族语言中所做出的贡献。汉语中的古茶字，如今只延续下来两个最富有生命力的“茶”与“茗”字了。茶茗二字，意义纯正，最能体现茶之天生丽质、无限妙韵和茗饮文化的古雅风情。所以质佳名美的茶，越来越受到广大茗饮爱好者的青睐。

由于我国地域辽阔，民族众多，茶叶在生产、贸易流通过程中，若干民族和一些地区方言对茶字的发音是颇不相同的。如，云南傣族发音为“la”，贵州苗族发音为“chú tá”，广州语茶字的发音为“chá”，厦门和汕头发音为“te”，而长江流域、华中地区或华北各地的发音为“chái”，“zhou”或“chá”。当中国的茶叶传播到世界各国之后，这些国家和

地区对“茶”字的发音，是从我国茶叶输出口岸地区人民对茶的称谓直译过去的。如日语的“chā”，印度语的“chā”都为我国茶字的原音，英文的“tea”、法文的“thā”、德文的“thee”、拉丁文的“thee”，都是照我国广东、福建沿海地区人民的发音转译的。

## § “茶圣”陆羽与《茶经》

### 1. 陆羽简介

陆羽，字鸿渐，自称桑苎翁，又号竟陵子、东园先生、茶山御史，世称陆文学。唐玄宗开元二十一年（733）生于复州竟陵（今湖北省天门市）。编撰了世界首部茶学专著《茶经》，首次创立了中国茶道，并提出了“精行俭德”的茶道精神。《茶经》被奉为茶人之圣经，陆羽因此被尊为“茶圣”。

陆羽从小就由智积禅师抚养。智积禅师嗜茶，陆羽自幼耳濡目染，学到了许多茶的相关知识。12岁时陆羽离开龙盖寺，加入了一个戏班学艺。13岁时，在竟陵太守李齐物的帮助下，陆羽开始了求学生涯。

20岁时，陆羽得遇礼部员外郎崔国辅。崔是一位热衷于品茶的雅士，二人交游3年，士大夫阶层禅宗出发点的审美意境与世界观，常常影响了年轻的陆羽，为其后从事茶叶研究打下了基础。

21岁时，陆羽云游天下茶叶主要产地，考察了茶叶的生产情况。收集、整理资料，进行创作酝酿。公元755年，为避安史之乱，陆羽离开故乡，遍历长江中下游和淮河流

域，收集了大量茶叶生产、制造的第一手资料。

公元760年，陆羽在吴兴郡都程县（今浙江省湖州市）结识了皎然，皎然既是一代诗僧，同时又是一位茶事大家。陆羽与皎然促膝清谈，切磋茶事，随皎然拜访文士名流。公元765年《茶经》初成，陆羽一时声名鹊起。从此陆羽安居乐业，前后三次对《茶经》进行补充、修改、润色，公元780年定稿付梓。

公元804年，陆羽仙逝，葬于湖州朽山，筑墓与皎然塔冢相望。

陆羽所在的中唐时期，全社会表现出的开朗、上升、豪迈的气质使得陆羽能以一介布衣处士身份与权贵、名人相处数年；陆羽定居的湖州，是著名的鱼米、茶、桑产区与文化之邦，为其提供了优越的治学条件。陆羽弃富不就，然而也并非隐遁，植茶造茶，著书立说，展现了不崇外在偶像，只尊重内心的自然适意的禅宗本心。

茶圣陆羽的一生真可谓“非僧非俗，亦僧亦俗，非仁非隐，亦仁亦隐，茶之有经，不飞不走，而亦飞亦走”。

## 2. 《茶经》概说

《茶经》是世界上最早的一部茶书，内容广泛，涉及到茶学的各个方面，堪称是一部茶道的百科全书。全书分上、中、下3卷，包括源、具、造、器、煮、饮、事、出、略、图10节，约7000字，分别叙述了茶的生产、饮用、茶具、茶事、茶区等问题。

《源》是《茶经》的重点篇章之一，谈到了“茶”字结构及其含义、别称，种茶方法、鲜叶的品评鉴别以及茶的效用等。

《具》谈的是采制茶叶的工具，包括采茶、蒸茶、饼茶的成型、干燥、计数和封藏工具等，涉及到各种工具共有20种左右。

《造》则谈饼茶的采制与品质鉴别方法。

《器》列举了28种煮茶和饮茶器具，大致可分为生火、煮茶、烤茶、碾茶、量茶、盛水、滤水、取水、盛盐、饮茶，以及放置用具的总盛器、清洁工具等，从这张详尽的清单中，我们可以形象地窥出唐代饮茶的一整套程序和摆设。

《煮》谈论的是茶汤的调制，也就是饮茶的烤煮方法，涉及到茶的烤炙、捣碾、烤茶的燃料、煮茶、用水以及如何煮茶等。

《饮》强调了饮茶的意义。陆羽将选茶与选人互相比拟，突出一个“精”字。饮茶方式上，他又强调品位，强调精神享受。《饮》还追述了饮茶的悠久历史。

《事》也谈茶史，只不过更多的是轶事趣谈而已。

《出》记载了唐代的茶叶产地，主要是当时的8个道，下属43个州郡，44个县。道是唐代设置的行政区，大致相当于现在的省。这8个道包括现在的湖北、湖南、陕西、河南、安徽、浙江、江苏、四川、贵州、江西、福建、广东、广西等地，除了云南以外，几乎涵盖了现今我国的各主要茶区。

《略》则将用以制茶、煮茶等。根据具体情况，各类器具加以省略，选出最重要的器具作简略描述，以便饮茶者实际使用。

《图》以挂图形式对全书内容作形象说明，可惜其中的图早已散失，只剩下一段短短的说明文字。