



第一章 茶文化 概论

茶文化是个既古老又年轻的华夏独有的文化，是华夏文化的重要组成部分。所谓古老，她已有4 000多年的历史，茶文化的提法刚刚形成不久。特别是1990年北京茶叶文化展示周，1991年中国国际茶文化研究会正式成立，茶文化的提法才定型。从这一点上讲，茶文化是年轻的。

改革开放以后，市场经济活跃。商品宣传与文化结合成了一种时尚。中国国际茶文化节，每两年召开一次，目前已召开六届。同时上海市、四川省、江苏省、重庆市、名山县、信阳市等地也多次召开茶文化节。每次大型茶文化节都有茶叶及与茶叶相关的商品展销（即茶博会）、名茶评比、论文研讨、茶艺表演，有的还有茶文化旅游及“茶王”拍卖，内容十分丰富，吸引了国内外的商家、文人云集。2000年这一年茶文化活动就有4月初上海的茶文化节、4月底江苏的南京茶文化节、5月初重庆和四川名山的国际茶文化节、8月中旬北京的中国国际茶文化节、9月下旬广州第六届中国国际茶文化节。如此等等，茶文化这个词在中国已是家喻户晓，人人皆知。茶道馆、茶艺馆、茗茶坊、品茶屋已遍布全国城乡，品茶成了时尚。

第一节 茶文化的内涵

茶文化有广义和狭义两种说法。从广义上讲，茶文化应包括茶的自然科学和茶的人文科学两个方面。一方面是指在人类社会历史实践过程中所创造的与茶有关的一切物质财富。如茶叶的产量、生产、加工过程、食用过程，以及与茶有关的生产、加工机械设备、厂房仓储运输设备、茶叶的销售网络、设施、茶馆、茶店，以及饮茶工具等等，这都是属于茶物质范畴的东西。另一方面是指人类在社会历史实践过程中由于创造茶物质而在这一物质的基础上所产生的上层建筑精神财富。如茶礼、茶道、茶艺、茶俗、茶政等。笔者认为研究茶文化就必须全面的研究茶物质和精神两个方面，特别是要从茶物质研究开始。只有全面研究才能促进我国茶叶事业的全面健康的发展。

茶文化从狭义上讲，主要是讲茶的人文科学的内容。因此，在讨论茶文化的时候，就必须从茶的生产入手，研究茶在被利用的过程中所产生的社会文化现象。中国茶文化是跨时代长、涉及面广、内容丰富的大课题。在茶叶战线上的自然科学工作者和人文社会科学工作者，以及爱好茶文化的仁人志士，应团结一致，深入扎实全面的研究中国茶文化，以期推动我国的物质文明和精神文明建设。

第二节 茶文化的基本特征

一、茶文化的物质性

在 4 000 多年以前如果没有茶树，神农就不可能发现茶叶

能解毒，就没有以后的茶叶生产的全过程，就没有今天丰富多彩的茶物质。目前茶叶在我国已有 18 个省市 900 多个县产茶，共有 110 万公顷茶园，1999 年产茶 68 万吨，六大茶类几千个品种。农业产值 80 亿人民币，工业产值 100 多亿人民币，出口和国内销 150 多亿人民币。

世界有 50 多个国家和地区产茶，茶园面积 250 多万公顷，产茶 280 多万吨，有 120 个国家和地区进口茶叶，茶叶国际贸易 126 万吨，贸易额 25 亿美元。这些数字就是茶叶物质的记录。这些构成了今天的茶叶物质文明，也是茶文化的物质基础。

二、茶文化的继承性

茶叶有 4 000 多年的历史，由发现到利用，由简单的鲜叶咀嚼解毒、作羹食用，再到药用治病以及普通饮料。由晒干到制成团茶饼茶、散茶到后来的六大茶类。在饮茶由“烹茶法”、“点茶法”到今天的“泡茶法”以及现代的茶水饮料。这些都是逐步发展、总结、继承的结果。茶叶这个吸天地之灵气，纳宇宙之精华的“芳魁”、“仙茗”也是在几千年的历史长河中不断去伪存真，不断发展和淘汰，不断继承的结果。

三、茶文化的时代性

不同的时代有不同的社会生产力，因而就有不同水平的物质生产，从而就具有不同的文化。所以茶文化在不同的时期就有不同的形式和内容。她深深打上时代的烙印。茶叶在原始社会时期只能是简单的利用鲜叶，以后随着社会生产力发展，到了春秋两汉时期，茶叶广泛作为膳食和祭祀品，祭祀显然是寄

托人的精神。到了两汉以后，茶叶的利用范围扩大，开始生产茶饼，并把茶叶主要作为药用。出现了茶叶能治百病的传说。因而成了道家、佛家修身养生的“仙草”，以及统治阶级的长生不老药。随着生产力的发展和茶叶利用的实践，隋朝以后，特别是唐宋时期，茶叶有了很大的发展。茶叶已成了普通的饮料。茶叶物质上产量增多，品种茶类扩大，不但有饼茶、团茶、腊面茶和“草茶（散茶）”。在饮用上由“烹茶法”向“点茶法”演变。在精神上有了茶道、茶德。茶已溶于儒学、禅学、道学，广泛地进入意识形态领域。在上层建筑方面出现了茶税、榷茶、以茶易马、以茶治边等茶政。茶叶进入现代社会茶叶物质发生了变化，出现了袋泡茶、速溶茶和方便的各种茶水饮料。而茶叶的应用已渗透到医学、保健、工业、食品等多种领域。在精神领域茶叶已代表清廉俭德，修身养性。连佛教都提出“智者悟禅，清茶一杯，愚者悟禅，佛经万卷”的悟性，可见饮茶的精神作用。

上述这些变化，都说明茶叶的时代性，有什么样的社会，就有什么样的茶文化。

四、茶文化的全球性

茶文化一在中国母体诞生就随着社会的进步越过疆域国界，在社会实践中交流传播，为全人类所共有、共享、共发展。

据记载中国的种茶和制茶于公元 729 年传到日本，878 年传到朝鲜，1618 年传到俄国，1780 年传到印度，1828 年传到印尼，1834 年传到斯里兰卡（当时叫锡兰），1914 年传到马来西亚。作为商品向外传播就更早了。约在 9 世纪末茶叶作商品输入了阿拉伯国家，1610 年输入欧洲各国，1640

年输入美国纽约。所以在世界上茶叶的名字叫“中国”（China）。

中国的“茶宴”、“斗茶”传到日本形成了日本茶道，传到了韩国形成了韩国的“茶礼”。在我国的台湾和香港近几年又形成了“茶艺”。中国红茶传到国外，由条茶变成了碎茶，由手工加工变成了机械加工，很快演变成了主宰世界茶叶市场的红碎茶。以后发展了袋泡茶、速溶茶、冰茶等。

唐宋以后中国出版了很多茶文化的书籍，最有代表性的是唐代陆羽的《茶经》。这些茶文化的经典著作，也很快传到世界各地，促进了茶文化的繁荣。日本荣西禅师著了《吃茶养生记》美国威廉·乌克斯编著了《茶叶全书》。医学家彭德科 1678 年在欧洲出版了《咖啡·茶·可可》，曾一度风行欧洲，同年又在海牙出版了《茶叶美谈》。1700 年英国牧师勃莱迪发表了《茶卓诗》，诗云：“惟神奇万能之药，消青年急躁之狂热，激暮年冷凝之血气。”1712 年法国文学家出版了《茶颂》，书中云：“天地之悦乐，惟此芳茶兮，亦自然自真至实财利。盖快适疗治兮，而康宁之信质……茶必继酒兮，犹战之终以和平，群饮彼茶兮，实神之甘露。”都对中国茶文化的传播起了推波助澜的作用。到 21 世纪的今天，全球有 50 多个国家和地区产茶，几乎所有的国家都饮茶。今天茶的物质与精神，茶文化的内容与形式都已经成为全世界的共同财富。这就是茶文化的全球性。

五、茶文化的多样性

茶叶传到各地，由于自然地理的环境不同，国家不同，民族不同，政治经济不同，社会领域繁多，层次结构复杂，科

学、技术、宗教、民俗、栽培、加工、医药保健，诗词歌赋、书法绘画、茶食茶饮、茶艺茶道，方方面面，茶叶与之广泛的渗透、结合、派生、衍生，产生了茶文化的多样性。由于她的多样性构成了茶文化的大观园。如茶文化兴起后，很快与儒、禅、道中国的三大文化体系相融合。

儒家推崇仁、义、礼、智、信，讲究自我修养，慎独自重，胸怀大志，标高树远。可以为不寂寞而耐得寂寞，潜心进取。因此，儒家要求凉台静室，松风竹月，小桥画舫，幽人雅士，寒青兀生，长夜清谈，寻觅灵感。可谓是“志甘恬澹，性合幽栖”。为人处事之中，以礼相待；“礼之用，和为贵”。中庸、通和、知节。知节无奢欲，无欲则刚直。儒家的这些思想，都与茶的特性极为吻合。“君子之交淡如水”；“清茶一杯无过无不及”。因此，茶，历代翰墨客，缙流羽士大所推寄。茶与琴棋书画，诗词歌赋形影不离。茶溶于儒家的各个方面。

道教老子，李耳，提倡以虚无之道为世界本源，认为事情发展到极端即走向反面。故主张，虚静无为，顺其自然，以适应天道，则能成仙。“茶能轻身骨”所以道教中流传着饮茶可成仙的传说，这些主张和传说都与茶道相容，所以皎然在《饮茶歌诮崔石使君》的诗中云：“熟知茶道全尔真，唯有丹丘得如此。”意思是说：茶道真谛道家是很有研究的。也确实如此，晋代陶弘景精通茶道，饮茶成嗜，后弃官不做隐居山林著书立说。不但著了《本草经集注》七卷，还在《桐君录》中，详述了西阳（今湖北黄冈）、武昌、晋陵（今江苏常州）等地所产好茶，以及巴东所产真香。由于陶弘景的学识渊博，曾官拜左卫殿中将军，但后辞官进山隐居，自称华阳居士。梁武帝曾再三请他出山，他都不出，故梁帝有难决之事便请人进山求教，所以人称“山中宰相”。

明代茶学家朱权，也是道学思想家，他认为饮茶主要是为了“探虚玄而造化，清心神而尘表。”道家修炼，清心寡欲，恰合茶道相融。

佛教是从天竺国乔迁来的外来文化，它在中国传播，必须对土生土长的儒学、道学相渗透融合，在诸多方面进行了“汉化”。其中最典型的莫过于“五戒”。佛教谓：“一不杀生，二不偷盗，三不邪淫，四不妄语，五不饮酒。”这恰与儒家的“仁、义、礼、智、信”宗旨相吻合。儒学讲：本于仁者则不杀，奉于义者则不盗，执于礼者则不淫，守于信者则不妄，师于智者则不饮（酒）。这些佛、儒之道，不论是官、是民，皆愿纳之。它的“道具”精神基础是什么？经过历史比较、筛选、磨合，最佳的还是茶。茶性清纯，茶性太和淡然。茶中寓于“静”，茶中蕴于“和”。与各派的信仰、民间习俗有先天的机缘。佛家认为使人不眠不发，修身养性，可以大彻大悟。诵经参禅，惟茶是求，饮茶成为佛家的风尚和礼制。唐代赵州柏林寺名僧从念，说话时就有“吃茶去”的机锋语脱口而出，从而在佛教中成了名典。

从中国几千年的历史看，影响人们思想伦理、道德风范、言行举止最大的就是儒、道、佛三家，而三家不论其外功，内涵无不与茶中之“静”、“和”融洽一体。茶的“静”与“和”包含着丰富的文化内涵，这也恰是茶道之精髓。

茶文化不但融中国文化各派，而且也很容易融于西方文化。最有代表性的是英国。中国茶传到英后，先由皇室倡导，贵族群起仿效，以为时髦。18世纪中期传遍城乡，风靡社会。英国人一天要定时饮四次茶。早上饮称“床茶”，上午饮称“晨茶”，午后饮称“午后茶”，晚餐后饮称“晚茶”。每天四次茶必不可少，连机关企业都有定时的饮茶时间，上下午各一

次称“茶休”。但英国人的社交风俗，以午后茶为最隆重。喝茶时亲朋相聚，由女士操作，泡好浓香兼美的红茶，供大家品饮，聊叙家常，谈论新闻趣事，并常辅以精美的茶点，以此为生活享受。形成了西方特有的英国茶文化。所以在 1662 年英国皇后出嫁一周年诞日时英国著名诗人 E. WALLER 为祝贺皇后写了一首赞美的诗。诗曰：“花神宠秋月，嫦娥矜月桂，桂花与秋色 难与茶比美。”

第三节 茶叶生产是茶文化的基础

一、栽培技术与育种

茶树由野生到驯化栽培，再到育种，这种科学上的进步，促进了茶叶产量的巨大提高。野生茶树和种子繁殖的茶园，由于茶树异花受粉，因此，性状繁杂，产量不高，良莠混杂。人工栽培后，可以进行良种化，特别是无性繁殖，茶树性状一致，个性突出，繁殖系数大，从而大大推动了茶叶育种工作的进程和茶园现代化，也为茶叶生产机械化提供了适宜条件。据测定，茶叶良种这一项就可增产 20%，再加上现代化茶园管理，科学的施肥，使茶叶的产量成倍增加。目前茶叶已出现了很多优良品种，如中国的铁观音、水仙、福鼎大白、英红一号、凤庆大叶茶、早白尖、蜀水一号、湄潭台茶、鸠坑种、龙井 43、紫阳种等。日本的有薮北种、印度的阿萨姆种、斯里兰卡的高山种等。

二、合理施肥，保证茶树的营养

茶园由不施肥到施肥是一种科学进步，提高了产量，扩大

了生产。但由于长期施用单元素肥，造成茶园营养失调，特别是一些微量元素缺少，造成茶叶产量开始下降，品质也变差。如茶树缺少镁和锌就会限制茶叶产量的提高。20世纪60年代在印度、斯里兰卡、苏联等产茶国，发现茶叶产量不能提高的原因就是缺镁和锌，从而他们采取了一系列的科技补充施肥。使茶叶产量得到了恢复提高。由于种茶的目的是为了获取大量的芽叶，所以氮肥是茶园优先考虑的茶树营养，特别是春茶采摘前普遍要施一次氮肥，叫“催芽肥”。对茶园施肥一般根据三个原则：一是根据田间试验结果平均产量的反应；二是根据前一个周期中的产量所消耗的营养数量；三是茶园年龄推移而产量下降确定补给量。三个原则都是以氮为主。有的每公顷年施肥量高达1000kg/年。如日本。这种施肥开始几年是得到了高产。但也使人们在施肥的实践中认识到过多的施用氮肥最终会导致茶园土壤酸化，茶叶品质显著下降，特别是红茶尤为突出。也影响茶树对磷、钾、镁的吸收。使茶园土壤盐交换能力下降。使茶树根系受到伤害，造成茶树的提前死亡。因此，到了80年代以后，各国的科学工作者提出了均衡施肥四原则：一是降低肥的使用量；二是氮、磷、钾配比使用；三是注意镁、锌等微量元素的补充；四是强调施用有机肥。这条均衡施肥技术的提出和应用，对降低成本，提高效益，改善环境，生产绿色食品起了很重要的作用。

三、茶叶机械的发展

机械化对生产力的提高是显而易见的。茶叶机械的发展推动了茶叶生产加工的发展。我国唐宋时就使用水车将茶碾碎制成团茶。国外20世纪开始推广机械制茶。1868年英国人金德门发明了世界上第一台盘式茶叶揉捻机；1870年印度人麦克

米肯发明了箱式抽斗式烘干机；1907年和1909年先后出现了密封循环式压力烘干机与双倾斜百叶板式烘干机；1884年杰克勒首先发明了六角箱式萎凋机，1884年日本人高林谦三发明了三种绿茶加工机械；1925年印度人杜尔斯第一次把勒克烟草切丝机用于切制茶叶；麦科邱受杜尔斯启发于1930年研制成功C·T·C红茶揉切机；1958年印度托克来茶叶实验站研制出洛托凡红碎茶机械；1970年以后世界上一些主要红碎茶生产国相继出现了拜波拉揉切机（B·L·C）和劳瑞制茶机（L·T·P）以及沸腾烘干机等，使红碎茶加工进入机械化连续生产。日本先后生产了25k—450k的系列蒸青绿茶机械、光电拣梗机等先进制茶机械。我国生产了6CR-10型至65型揉捻机；6CH-10型至30型烘干机；6CZG-16至30型转子揉捻机，等等。在整个茶叶生产国基本实现了茶叶加工机械化。降低加工成本，提高了产品质量。

在茶叶生产成本中40%是劳动力，而在这40%中80%是采茶用工，到了采茶季节，成千上万人上山采茶，劳动力管理难，采摘质量也难以保证。自从1910年苏联人首先研制了采茶机，到日本生产各种类型的采茶机畅销世界，使采茶效率提高了13倍以上，成本降低了50%以上，从而推动了大面积的茶园生产，使过去那种“早采一天是个宝，晚采一天是把草”的遗憾再也不会出现了。

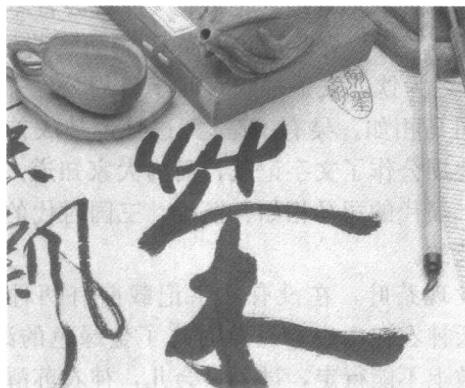
四、茶叶产品多样化

茶叶这个传统的饮料，随着社会的进步，科技的发展，已突破了原有的商品形式和饮用方法，先后出现了袋泡茶、速溶茶、各种果味速溶茶、冰茶、罐装茶水等，这不但是茶叶传统商品改变了模样，而且饮用方法也极为不同。从而使茶叶的经

济效益也大幅度提高。如 1996 年日本茶饮料就占了各种饮料的 21%，销售总额达 25 亿美元，台湾省 1997 年销售额达到 107.4 亿新台币。我国大陆 1999 年茶水饮料达到 80 多万吨，2 亿人民币。

五、茶叶与健康

茶叶与人体健康的研究进展很快，特别是 20 世纪 70 年代以后，日、美、中都进行了大量研究，80 年代后陆续取得了不少成果，如茶叶对癌细胞繁殖的抑制，防龋齿、抗氧化、抗溃疡、抑制艾滋病、抗过敏、抗血小板凝聚、抗癌活性、降血糖、抗流行性病毒、保护肝脏等。虽然迄今为止，茶叶抗癌和抗心血管病的功效尚没有最后确定，但它对人体的调节作用已被许多研究所证实，它的活性成分——儿茶素类化合物也基本明确。并在防癌抗癌和治疗心血管病中开始应用，如辅助治癌的增白剂，治疗心血管病的天宝宁胶囊等。



第二章 茶文化的萌芽

茶文化的形成与发展是随着我国茶叶的产生、科学社会的进步而逐步发展起来的。在我国的三国以前以及晋代、南北朝时期属于启蒙和萌芽阶段。



第一节 发现和开始利用茶叶

中国是发现、利用、栽培、加工茶叶最早的国家，有“茶叶祖国”之称。在浩瀚的古籍中，有关茶叶的记载就有上千种。据《神农本草经》记载：“神农尝百草日遇七十二毒，得茶而解之。”茶者茶也。茶圣陆羽《茶经·六之饮》写道：“茶之为饮，发乎神农，闻于鲁周公。齐有晏婴、汉有扬雄、司马相如，吴有韦曜。”这是说神农首先发现利用茶叶，由鲁周公作了文字记载，而为大家知道，春秋时代的齐国晏婴、汉代的司马相如、扬雄，三国时代的吴国韦曜都是喜欢饮茶的。

神农发现茶叶，在没有文字记载前有两种传说，一种是：有一天神农在山中尝百草时吃了金绿色的滚山珠中毒，昏倒在山坡上不能行走，过了一会儿，神农苏醒后看到山坡上有一棵树枝叶茂盛，闪闪发光，神农挣扎着爬到树下，由

于饥渴和中毒又昏过去了。这时突然雷电交加，狂风暴雨大作。树上的叶子被雷击落，掉到神农的脸上嘴上，雨水流进了他的嘴里，当神农苏醒时嘴里含着树叶和雨水，他咀嚼起来，感到苦中带甘而微寒，就咽了下去，顿觉神智清醒，于是神农就拣了地上的叶子吃了起来，不多时恢复了正常。还有一种传说是：神农给人治病时，在一棵大树下煮水，当水煮开后水中有几片叶子，水也变成黄褐色，神农本想弃之另煮开水，但这时病人急需用水，于是神农尝了一下有色的开水，无其他异味，倒有一股清香味道，不会有碍，就给病人喝了。病人喝后顿觉浑身清爽，不久病就好了。后来神农研究，这就是茶树，从此，茶叶成了治病的良药。神农发现茶叶解毒治病，这是神农的一大功绩，有人说如果没有茶叶，神农就不可续尝百草，就不可能有中华民族的医药和农业，茶叶功之大也。

茶既然能解毒，使神农不死，继续尝百草而开创了华夏农业和中医药，是多大的功劳，理所当然的受人尊重，如是把茶叶视为“灵物”、“神物”、“珍品”。不但用她解毒，而且用她作为祭品。她能保命，也能充饥，不但活人需要，死人也需要。《周礼·地官》中记载：“掌茶”和“聚茶”就是以供丧事之用。

我国历史学家，特别是农业考古学家，经过多年的研究考证，认为《神农本草经》成书于西汉（公元前 206—前 25 年）并为东汉（公元前 25 年—220 年）人进行过多次增补。茶叶的发现，开始应用，应看做是整个神农部落时代的历史活动，古代先民的发现和开始利用茶叶。如果这一研究成果是可靠的，茶叶的发现史应在母系氏族社会的末期和父系氏族社会的初期，至今已有六七千年历史，甚至上万年了。就可能推翻

现在一般认为在公元前 2 737 年至前 2 697 年之间发现的茶叶，距今 4 700 多年的历史这一结论。

茶叶的利用起初是古代先民采摘野生茶树上的新鲜枝叶，咀嚼食用，或煮粥而食。今天云南哈尼族仍然保留着一种“土锅茶”，就是原始的饮茶法。这种茶就是用“土锅”把水煮沸，再把茶树上的叶子放进锅里，不断加水，至少煮二至三道。这种茶初喝微苦，再喝回甘。随着人类的繁衍，需要量增多，采摘茶叶的面积不断扩大。由于鲜叶运输不便，又不能储藏，鲜叶的利用受到了一定限制。于是，人们就把鲜叶晒干，像中药一样储备利用，就解决了非茶季和非茶区茶叶利用问题，这种晒干的茶叶虽说可以随时需要，但味不易出，解毒效果也差。因为晒干的鲜叶，内含物质起了很大变化。大约到了魏朝，人们开始把茶叶制饼烘干，就更便于运输和储藏了，饮用时碾碎煮饮，这样不仅味道好于晒干的鲜叶，解毒、食用的效果也好。这就是中国茶叶加工的开始。如果把鲜叶晒干也算简单加工，那么，中国茶叶加工就有 4 000 多年的历史。

鲜叶作羹和制成饼茶在古书上都有记载：郭璞注《尔雅》说：“冬生叶可煮作羹饮。”张揖的《广雅》中讲：“荆巴间，采茶作饼。”

由于制茶的开始，并不断发展，使茶叶很快从解毒、食用，发展成饮料。饮茶起于何时？一般认为起于周朝，从周武王以茶代酒开始。这里也有两个传说故事。一是相传公元前 1 066 年前后，周武王和商纣王发生战争。商纣王的队伍所到之处，烧杀抢掠，无所不为，而纣王整天沉溺于酒色之中，腥秽上冲，天天发怒，屡打败仗。这一年周武王伐纣来到了南方，庸、蜀、羌、苗、徽、沪、彭、濮八个部落。大

约在中国的云南、四川等地。这八个部落都率兵来会，拜见武王，表示愿意在周武王的统帅下共同伐纣。武王表示秉天意，伐暴君，为民除害。八部落首领就把当地的特产茶叶献给武王。茶叶当时主要是作为药用的，用于消炎、解毒、下痢、昏睡等病。

周武王率兵在南方连日与商纣王的军队作战，人困马乏，加之南方气候炎热，不少士兵发烧拉痢。周武王知道后，叫伙夫大锅煮茶，每个士兵饭前饭后都要喝一大碗，几天后全军上下病已痊愈。兵强马壮，把商纣王打败。周武王感激茶叶之功德，自曰：“吾伐纣得以成功，乃茶助我也。”于是周武王下令全军以后不得饮酒，欲思饮酒，以茶代之。周武王以身作则，每天以茶代酒，勤俭节约，深受万民爱戴，而得天下。而商纣王终日酗酒，暴虐昏庸，万民讨伐而失天下，南方各部落都以茶叶作为贡品献给周王。从这个故事中可以看出我国饮茶始于周；“贡茶”也始于周。

还有一种传说，大约在我国东周时期，平王（姬宜臼）二十四年，在宫廷中发生一个故事。有一天，周王打猎归来，口干舌燥，要侍从为他煮水解渴。老侍从，在庭院中一棵大树下为平王煮水，水即将烧好时，突然从树上掉下了几片叶子，煮好的水顿时变黄，遂又变成黄褐。老侍从吓了一跳，不敢再把这水给平王饮用了，就另烧了清水给平王端去。老侍从忙完后，再看那黄色的树叶水，那水发出扑鼻的清香，这时老侍从正是口渴，就拿起碗来喝了起来，喝后顿觉精神振奋，疲劳消除。自此以后他每天私自偷偷地采下这棵树上的叶子煮水喝。天长日久，这位老侍从身体强壮起来，满面红光，返老还童。有一天又去给平王送水，平王突然发现，老侍从体魄健壮，鹤发童颜，惊讶地问道：“你每天饮食粗淡，为何如此健康？我

每天山珍海味，为何没有你健康？定有养身妙法。”老侍从跪倒，把当初落叶染水的事说了一遍，接着又说：“我从此以后，每当我疲劳困倦时，就采摘这棵树上的叶子煮水喝，谁知其妙如神，身体健壮起来了，这也是托大王的福。”平王大喜，当即把这棵树封为“仙树”视之如神，每天叫老侍从采其叶为他煮水解渴，喝了一段时间，果然身体强壮，精神倍增。后来才知道这棵树就是茶树。这个传说故事也说明饮茶从周朝开始。

由于茶叶应用范围的扩大（解毒、食用、饮用、祭祀）和茶叶加工的开始，使茶叶用量增加，茶区扩大，不但利用了云贵高原的野生茶树，而且在四川（巴蜀）也发现野生茶树。巴族和蜀族以及其他少数部族，也在普遍利用野生茶叶。由于四川山高路险，每个部落都在山中一隅，野生茶树有限，又不能翻越远道而取，于是就把野生茶树开始了驯化栽培。据考证巴蜀的先民是最早栽培茶树的。他们从野生茶树上采摘茶籽种在部落居住的地方，开始是茶树混作，采芽食用。最早记录茶叶栽培的是东晋常璩的《华阳国志·巴志》（成书于公元 347 年或稍后）。书中说：“武王既克殷，以其宗姬封于巴，爵之以子，……桑、蚕、麻、纈、鱼、盐、铜、铁、丹、漆、茶、蜜……皆纳贡之。……园有芳蒻、香茗。”后来《四川通志》上也有记载：“蒙山，在县（名山县）西十五里。有五峰，最高者曰上清峰其巅一石，大如数间屋，有茶七株，生石上，无缝隙，云是甘露大师手植。”对于蒙山茶在《名山县志》中也有记载：说在西汉末年，有位甘露普慧禅师，俗名吴理真，在蒙顶山上清峰栽了七棵茶树，直至清朝雍正年间茶树尚存。据说树不盈七尺，不生（长）不灭，产量虽不多，但能治百病，谓之仙茶。提起蒙顶茶能治病的事，还有一个传说故事：相传

在汉代有个老和尚，得了重病，请了不少大夫医治，都没有治好。有一天，来了一老翁告诉他，春分前后，春雷起时，采蒙山顶上茶，用当地水煮饮，能治好老和尚的病。老和尚听后便在蒙山上清峰，筑起石屋，请人住在那里，按老翁所授方法，在春分初雷惊芽之时采茶用当地水泡制，服后果然病好。以后每年春雷惊芽之时都在石屋炮制服饮，不但病无，而且返老还童。笔者 1976 年到蒙顶上考察时还看到了石屋的遗址。蒙顶茶从此而得名，岁岁入贡，作为贡茶长达 1 000 多年，是我国茶叶史上最早的名茶，也是最早入贡，时间最长的贡茶。所以蒙顶茶被不少文人墨客所赞美。如唐代诗人白居易在《琴茶》中云：“琴里知闻唯《绿水》，茶中故旧是蒙山。穷通行止常相伴，难道吾今无往还。”（《绿水》是古琴曲的名，是历史上的名曲）。孟郊《凭周况先辈于朝贤乞茶》诗云：“蒙茗玉花尽，越瓯荷叶空。锦水有鲜色，蜀山绕芳丛。”刘锡禹的《西山兰若试茶歌》中云：“何况蒙山顾渚春，白泥赤印走风尘。”黎阳王的《蒙山白云岩茶》中云：“若教陆羽持公论，应是人间第一家。”宋代诗人文同也有“蜀土茶称圣，蒙山味独珍，灵根托高顶，胜地发先春。”的诗句。如此赞美蒙顶茶的诗词歌赋从古到今写了不少，有人统计说是几十首，又是茶叶史上的一最。

周武王伐纣大约在公元前 1 066 年前后，巴蜀已有人工栽培的茶园，并以香茗朝贡武王。茶树的栽培三国时诸葛亮插杖为茶，开始了栽培茶树。传说诸葛亮在率兵南征时来到了云南的西双版纳的原始森林，由于这里气候炎热多雨，北方士兵不适合这里的炎热气候，染上了疾病，孔明也病了。但军情紧急，诸葛亮不得不手拄拐杖出营巡视。有一天孔明走出大帐，冒雨仰观天象，由于下雨太久，拐杖插进泥泞中拔不出来。孔明弃