

茶饮有道的历史进程

郑培凯

内容提要 本文首先探讨饮茶起源，结合考古发现与古代文献，指出远在新石器时代，中国先民已经开始喝茶。唐代陆羽撰写《茶经》之后，饮茶出现茶仪规矩以及茶道意识，为社会上层精英提供了审美与文化修养的途径。唐代饮茶的主流方式是制团研末，烹煎成沫饽；宋代则讲究点茶与斗茶，击拂拉花，享受视觉美感；明清时期，以芽叶冲泡为主，清代以后闽赣皖山区出现茶业发酵工艺。茶器的使用，也因茶饮方式而改变，由唐代崇尚越窑青瓷，到宋代讲求建窑黑瓷，至明清珍爱白瓷与青花，并对紫砂茶器特别瞩目。

关键词 茶饮 茶道 茶器 考古 陆羽 沫饽 点茶 击拂拉花 芽叶冲泡

一

喝茶是现代人极其普遍的日常习惯，作为全球人类的饮料，说它独占鳌头也不为过。饮茶的历史则可上溯到蒙昧的新石器时代，早于文字形成之先，历史文献无征，只能从传说中寻觅饮茶起源的痕迹。陆羽在《茶经》中说：“茶之为饮，发乎神农氏，闻于鲁周公。齐有晏婴，汉有扬雄、司马相如……皆饮焉。”显示唐朝人认真思考过饮茶历史，陆羽写《茶经》，就上溯到神农与周公。陆羽说饮茶始于神农，根据的是《神农食经》：“荼茗久服，令人有力，悦志。”《本草》云：“神农尝百草，一日而遇七十二毒，得荼(茶)而解之。”然而，《神农食经》或《神农本草经》是汉代托名神农的著作，其中的记载是历代口耳相传的故事。神农其实是上古传说中的“文化英雄”，进入传统历史记载，是神话传说演化成历史的现象，并非真有其人。作为文化传说，神农发现茶有药用，是古人创造文字之后，把农耕生活的始源归诸神话人物的历史理解，就好像盘古开天地、女娲造人、夸父逐日、后羿射日等神话传说一样。不过，值得我们重视的是，在人类历史文化发展中，饮茶肇始于远古的中国，则是不争的历史事实。

人类饮茶的起源，从古代文献记载中，只能找到神农的神话传说，说他亲尝百草，发现了茶的药用。历史文献指明，人工栽种茶树与广泛饮用，已是上古晚期，相当于战国秦汉时期。西汉宣帝时王褒写《僮约》，要求僮奴“牵犬吠鹅，武阳买茶(荼)”，以及扬雄在《方言》中说，“蜀西南人谓茶(荼)为荳”，算是比较可靠的文字记载。顾炎武《日知录》称，“自秦人取蜀而后，始有茗饮之事”，应该是总结前人记载的论断。这些文献资料的出现，都晚于汉朝，当然不能作为饮茶起源的上限。然而，研究上古的历

史，除了传说与历史文献之外，20世纪以来，学者还会“上穷碧落下黄泉”，从考古发现中寻觅实物材料。尤其是到了21世纪，科技考古的研究方法相当精密，技术先进，发掘人类聚落的生活遗存，探知食衣住行的遗迹，就能运用科技实证的手段，在实验室中发现炭化作物的类别属性，确定出土材料是否暗藏着饮茶的痕迹。在2004至2011年的河姆渡文化田螺山遗址考古发掘中，出土了山茶属茶种植物的树根遗存，把中国境内开始种植茶树的历史由过去认为的距今约3000年，上推到了6000年前。余姚田螺山是迄今为止，考古发现的我国最早人工种植茶树的地方。田螺山考古发现山茶属茶种植物的树根遗存，证明了人工栽培茶树，配合同时发现的陶壶，有可能作为茶饮之用，但不知当时茶是否广泛流传为饮品。近年诸多考古发现可证实，至少在战国秦汉时期，饮茶的习惯已经流传到华北，甚至远到青藏高原一带。

2014年中国十大考古新发现之一，是西藏阿里地区故如甲木墓地和曲踏墓地，科学家们在故如甲木寺遗址发现了茶叶的遗存。遗址的年代属于象雄时期，相当东汉，距今已有1800年。这个考古发现的信息量很大，在海拔约4500米的高原上，像阿里这样的高寒地区是不可能种植茶叶的，所以，这些出土的茶叶遗存，必定从青藏高原的东边转运而来，而原产地可能就是巴蜀一带。霍巍在《西藏西部考古新发现的茶叶与茶具》一文中^①，从考古发现的角度，揭示了阿里地区汉晋时代的墓葬当中已经有茶和茶具的遗存。这一发现改变了人们的传统认知，大体可以肯定，相当于中原汉晋时代甚至更早，已经有一定规模和数量的茶叶进入青藏高原。这些茶叶传入藏地最早的路线与途径，可能与后来唐蕃之间通过“茶马贸易”将四川、云南、贵州等汉藏边地茶叶输入到藏地的传统路线有所不同，而是利用了早期通往西域的“丝绸之路”，进而南下阿里高原，与汉地的丝绸等奢侈品一道，销往西藏西部地区。茶叶作为商贸产品，转贩到阿里，成为藏族先民的饮品，结合王褒说的“武阳买茶(茶)”，可见两千年前茶叶作为经济作物，贩运的规模应该是相当可观的。

陕西省考古研究院的考古专家于1998—2000年在西汉景帝阳陵东侧的外藏坑中发现一些树叶状的东西，2008年底送到中国科学院检测，经过中外专家多年的研究，发现这些叶子竟然是茶叶，而且是顶级质量的茶芽。汉景帝死于公元前141年，由此推断，外藏坑中出土的茶叶至少距今2160多年了。这项研究结果，在中国科学院地质与地球物理研究所古生态学的吕厚远领衔下，于2016年发表在英国《自然》杂志下属的Scientific Reports(《科学报告》)上，确证西汉初年景帝时代饮茶已经是当时的生活习惯。近来山东大学考古团队发表《山东邹城邾国故城西岗墓地一号战国墓茶叶遗存分析》^②，正式公布山东济宁邹城市邾国故城遗址西岗墓地一号战国墓随葬的原始瓷碗中，出土有煮(泡)过的茶叶残渣，比汉景帝外藏坑发现的茶叶实物又提前了至少300年，证实了顾炎武在《日知录》中的论断，战国时期已经

① 霍巍《西藏西部考古新发现的茶叶与茶具》，《西藏大学学报(社会科学版)》2016年第1期，第8—12页。

② 路国权、蒋建荣、王青、魏书亚《山东邹城邾国故城西岗墓地一号战国墓茶叶遗存分析》，《考古与文物》2021年第5期，第118—122页。

有了广泛的饮茶习惯。

饮茶的起源虽然可以追溯到新石器时代，但是在战国秦汉之前，茶树栽植、流传与饮用的情况，仍如一团迷雾。我们比较确定的是，人工栽植的茶树主要出产在长江流域的南方，也就是陆羽《茶经》所说，“茶者，南方之嘉木也”。余姚田螺山出土的古茶树遗迹，如何反映当时人的饮茶生活，是否广泛流传，都是未知之数。一直要再过了三千年，战国秦汉时期北方出现茶饮，我们才能确定饮茶的风俗已经由南至北，普遍流传。既然地处西北的汉代陵墓中出现顶级茶芽，西藏阿里地区也有输入的茶叶，可想而知，出产茶叶的南方地区，茶饮一定更为普及。王褒《僮约》里说的“武阳买茶”，明显透露出茶叶作为商品的情况，是以四川为集散地的。配合考古材料，与顾炎武在《日知录》中的推断，茶叶经人工栽培成为经济作物，应当始源于中国西南，而以巴蜀为中心。至于秦汉到魏晋时期的饮茶方式，文献无征，大概还是比较原始的煮汤办法，就如皮日休《茶中杂咏序》所说：“饮者必浑以烹之，与夫渝蔬而啜者无异也。”也有可能放进盐或姜同煮，作为茶叶菜汤或药汤饮用。

汉代种茶的主要产地，从巴蜀逐渐拓展到荆楚一带，区域显著扩大，到了三国时期，江南和浙江一带都已经普遍种茶。饮茶的人也明显增加，不再限于少数的统治阶层，茶已变成江南士大夫日常待客之物。根据唐陆羽《茶经》所记：“《广雅》云：荆巴间采叶作饼，叶老者饼成，以米膏出之。欲煮茗饮，先炙令赤色，捣末置瓷器中，以汤浇覆之，用葱、姜、橘子芼之。其饮醒酒，令人不眠。”这条记载显示，到了魏晋南北朝时期，除了生煮羹饮之外，已经采茶之后做成茶饼，外面敷以米膏黏合，以便保存。饮用之时，研磨成末，置放在瓷器之中，煮水浇覆烹煎，同时放入葱、姜、橘子之类来调味。可见饮茶的研末煎点方式，在魏晋南北朝时期已经流行，而加果加料的饮用法，显然考虑的是茶汤的味觉口感或养生药用，与陆羽强调的纯粹茶汤不同，显示茶饮的“史前”阶段，并不提倡茶的本色，也不曾像陆羽那样，倡导茶能引发精神德性的特质。

我们必须认清，人类饮茶的历史与茶树最古的源头，是两件不同的事。一是人类生活因饮茶发生变化的文明进程，属于人类的历史；另一则是古植物学的探源，属于自然界生物演化的历史，其起源、发展与人类生活及物质文明可以无关。有些人混淆了人类饮茶历史与古植物学历史，大肆宣传古茶树的起源地，或在印度，或在缅甸，或在中国某地，好像发现了千万年前古茶树痕迹，就证明了人类饮茶的起源。这种思维的越界跳跃，不但显示逻辑思维的混乱，还显示提倡思维混乱背后的动机，或许是为了宣扬地方有着悠久文化传统，或者是为了特殊商业利益，总之与人类茶饮的历史无关。

二

说起茶饮有道，还得归功于唐代陆羽创制了茶道。陆羽对茶发生了与前人不同的浓厚兴趣，把种茶、制茶、喝茶、茶具、品茶以及相关的人物事项，全都当成学问，作为文化艺术来钻研与投入，在公元

758年左右写了《茶经》一书，使得喝茶超越了只是为了解渴、解乏、提神这样的实用功能，开启了饮茶之道的精神领域与审美境界。他不但创制了二十四种茶具，还规定了饮茶的仪式，让喝茶的人按部就班进入茶饮的天地，进入一种净化心灵的程序，由此得到毫不掺杂任何功利的纯粹欢愉。这种饮茶之道，真是“史无前例”，开辟了茶饮的新天地，为人类物质文明的发展增添了一页新篇，就是，喝茶有道。《茶经》的出现，肯定了茶饮生活的知识性地位，把日常生活中的“饮茶”作为一门知识领域来探索，不但总结了古代饮茶的经验，归纳了茶事的特质，也奠定了茶道的规矩。通过陆羽《茶经》的影响，特别是后世茶人遵循陆羽设定的品茶脉络，对饮茶之道进行审美的品评与探索，饮茶成了一门学问，也成了体会生活品味提升的修养法门。因此，唐代以后的饮茶风尚，与上古饮茶解渴的实用性质完全不同，涉及了精神文化的层面。

假如我们把先秦到唐代以前的饮茶历史归为上古期，也可戏称这段漫长的时期为茶饮历史的“史前史”。上古期的饮茶经验，大体上还停留在“喝菜汤”式的实用阶段，并未涉及精神境界提升的领域。到了唐代，情况大为改观。茶叶种植区域的广泛拓展，反映了饮茶风气的兴盛，不止是遍及大江南北，而是从华北关中地区扩展到塞外。唐代政府开始正式建立茶政，征收茶税，成了中晚唐时期经济贸易的重要一环。这种普遍饮茶的情况，更由于陆羽《茶经》一书的出现，总结了前人饮茶经验的累积，罗列相关的植茶、制茶、烹茶的知识，使得茶饮的内容大为丰富，而出现了饮茶之道，开拓了茶饮生活的精神境界领域。

饮茶风气在唐代中期大盛的现象，学者曾提出各种解释。一说是当时经济发达，交通畅便，促使茶业兴起，贸易各地；一说是禅教大兴，寺庙提倡饮茶，更由之普及到民间；一说是陆羽著《茶经》，综述了饮茶知识，提高了茶饮的品味。其实，饮茶风气在唐代流行，绝对不是单一原因造成，而有着更深厚长期的经验累积之背景，也就是茶饮的上古期间，人们逐渐由“喝菜汤”进入烹煎品饮的过程。在社会经济的发展上，由战乱纷仍的魏晋南北朝进入安定繁荣的唐朝，使得茶饮经验的累积得以飞跃，展现为一代的文化风尚。从这种宏观历史文化发展的角度看，禅教大兴虽是唐代的特殊历史现象，却能配合茶饮的发展与普及，反映出唐代追求精神超升的时代风气，也赋予茶饮风习一种精神超越的性格。

唐代封演所著《封氏闻见记》(约8世纪末)卷六，讲的就是唐中叶饮茶风尚的普遍情况：

南人好饮之，北人初不多饮。开元中，泰山灵岩寺有降魔师，大兴禅教。学禅，务于不寐，又不夕食，皆许其饮茶。人自怀挟，到处煮饮，从此转相仿效，遂成风俗。自邹、齐、沧、棣，渐至京邑，城市多开店铺，煎茶卖之，不问道俗，投钱取饮。其茶自江淮而来，舟车相继，所在山积，色额甚多。楚人陆鸿渐为茶论，说茶之功效，并煎茶、炙茶之法，造茶具二十四事，以都统笼（应作笼统）贮之。远近倾慕，好事者家藏一副。……于是茶道大行，王公朝士无不饮者。……古人亦饮茶耳，但不如今人溺之甚，穷日尽夜，殆成风俗。始自中地，流于塞外。往年回鹘入朝，大驱名马，市茶而归，亦足怪焉。

这段文献资料反映了许多重要的历史情况，说明了茶饮风习，如何从简单的“喝菜汤”转变成繁复的社会经验之文化现象。一，南方饮茶习惯流传到了北方；二，禅教大兴，饮茶成了寺院的生活习惯，又转而影响民间；三，从华北到关中，到处都开了茶铺，有钱就可以买到茶喝；四，茶叶多自江淮而来，成了贸易大宗；五，陆羽《茶经》提倡喝茶品味的方式，创新了饮茶的规矩，茶道大行；六，茶饮由中土流传到塞外，产生了茶马贸易。

唐代有许多文献资料，都记载了当时茶叶种植精益求精的情况，有的地区以贵精的质量取胜，有的地区则强调数量的多产多销。如李肇的《唐国史补》就说到当时名贵的茶叶精品：“剑南有蒙顶石花，或小方，或散芽，号为第一。湖州有顾渚之紫笋。东川有神泉小团、昌明兽目。……寿州有霍山之黄牙。蕲州有蕲门团黄，而浮梁之商货不在焉。”同书还提到，名贵茶种的重视，不仅是中土的风尚，连西藏都受到影响。当唐朝使节到了西藏，吐蕃王赞普就向他展示各类名茶：“此寿州者，此舒州者，此顾渚者，此蕲州者，此昌明者，此漫湖者。”而且特别指出“浮梁之商货不在焉”，是很有趣的现象。因为浮梁茶叶贸易在当时是商业大宗，但却是以量取胜的“商货”，不是蒙山、顾渚之类的精品；是给一般大众的商品茶，而非宫廷贵族所享用的贡品茶。白居易《琵琶行》一诗中有句：“老大嫁作商人妇，商人重利轻别离。前月浮梁买茶去，去来江口守空船。”其中说的满脑子生意经的商人，经营的就是浮梁茶叶贸易。据《元和郡县图志》（813年成书），浮梁县设置于武德五年，名新平，后废，开元四年再置，改名新昌，天宝元年改名浮梁，“每岁出茶七百万驮，税十五余万贯”。

由此可以看出，唐代的茶叶种植与饮茶的风尚已经循着两条相辅相成的脉络，有了长足的发展：一方面是作为商品经济的货品茶，普及到了广大民众，确立了茶业的社会经济基础。《旧唐书》卷一八二载李鍇上疏说：“茶为食物，无异米盐，于人所资，远近所俗。既祛竭乏，难舍斯须。田间之间，嗜好尤切。”浮梁一类的商品茶，就是提供给一般百姓日用，不可一日所无的。另方面则出现了茶中的珍品及饮茶的品赏艺术，这当然仅限于少数上层阶级，也是文人雅士提高生活情趣所进行的非实用活动。陆羽《茶经》的撰著，便为这种品茗的休闲艺术活动提供了最宝贵的文献资源，也从此建立了品茶艺术的传统。封演所说“茶道大行”，主要还是指这一面。

陆羽不但创制了茶道，规定了茶仪，讲究场合，还因其寺院生活的背景，强调“茶性俭，不宜广”，“最宜精行俭德之人”，讲究简约与德行，希望通过饮茶提升个人品德修养，也可说是日本茶道“谨敬清寂”（村田珠光）“和敬清寂”（千利休）观念的滥觞。陆羽《茶经》的出现，总结了唐人饮茶的经验与反思，开启了饮茶有道的脉络。之前的“草昧羹饮”，属于解渴、解乏、药用的实用性质；之后的茶饮有道，则联系文明的开创，思考茶饮的精神领域，提升文化修养与审美追求，以期陶冶性格，改变人的精神面貌。茶饮历史的阶段划分，还可以把茶饮有道之后，粗分成唐宋的“研末煎点”与明清以来的“芽叶冲泡”，以阐明饮茶主流形式的演化。

中国幅员广大，不同地域与社会阶层的饮茶习惯有所差异，民众饮茶的方式经常与社会精英与文人

学者的主流风尚不同，有的是沿袭旧俗不变，如加果加料的习惯，陆羽《茶经》就批评：“或用葱、姜、枣、橘皮、茱萸、薄荷之等，煮之百沸，或扬令滑，或煮去沫。斯沟渠间弃水耳，而习俗不已。”再如可以疗饥充腹的擂茶，自宋朝以来就流行在茶肆与民间，许多地区沿袭千年不改，茶书中却记载不多。

历代茶书论述最多的，是上层社会的主流饮茶风尚，也就是宋徽宗赵佶在《大观茶论》中所说的“盛世之清尚”。唐朝中晚期讲究煎茶的“沫饽”，到了宋代专注于击拂拉花的点茶。甚至连茶器的形制与釉色都顺应风尚而改变，影响了中国瓷器品鉴历史的变化，在唐代讲究的是越窑青瓷，如施肩吾在《蜀茗词》所说：“越碗初盛蜀茗新，薄烟轻处搅来匀。山僧问我将何比，欲道琼浆却畏嗔。”最上等可以进贡朝廷的珍品是“秘色瓷”，也就是陆龟蒙诗中形容的，“九秋风露越窑开，夺得千峰翠色来”。宋朝茶人为了点茶拉花的精致持久，以及显示沫饽的青白色“粟粒乳花”，则专用建窑厚重的黑釉茶盏，最上等为人珍藏的就是兔毫盏与油滴盏，即日本茶道以讹传讹而盛称的“天目碗”。明代以后讲究芽叶冲泡，品饮新鲜细嫩芽茶，以环太湖区的江南绿茶为最，如苏州的碧螺春与杭州的龙井，茶器精品的赏鉴，也转为细致精巧的白瓷与青花，以及在白色瓷胎上发挥点缀作用的斗彩与粉彩。

关于茶器的使用与品赏，陆羽《茶经》的“四之器”，详列烹茶饮茶的器具，从风炉一直讲到都篮，篇幅甚多。表面上是一一列举烹煮的器具，实质上则是制定了饮茶的规矩及品赏鉴别的审美标准，最主要是影响了瓷器的审美，强调形式、色调与用途的统一性。且举陆羽对“碗”的说明来看：

碗，越州上，鼎州次，婺州次。岳州次（明郑燬校本作上），寿州、洪州次。或者以邢（邢）州处越州上，殊为不然。若邢瓷类银，越瓷类玉，邢不如越一也。若邢瓷类雪，则越瓷类冰，邢不如越二也。邢瓷白而茶色丹，越瓷青而茶色绿，邢不如越三也。……越州瓷、岳瓷皆青，青则益茶。茶作白红之色。邢州瓷白，茶色红。寿州瓷黄，茶色紫。洪州瓷褐，茶色黑。悉不宜茶。

这一段叙述茶碗的择用，分别不同瓷类的等第，不是以瓷器本身的质地为选择的标准。而是着眼于瓷器的质感与色调，如何配合茶汤所呈现的色度，让饮茶者得到色泽美感。严格来说，茶碗的色泽与茶叶的质量是不相干的，然而，饮茶作为美感体会的艺术，茶碗的形制与色调，配合盛出的茶汤色度，就使人在特定的空间氛围中得到相应的感受，从而产生心灵的回响。因此，陆羽以青瓷系统的越州瓷高于白瓷系统的邢州瓷，是有茶道整体艺术感受作为品评标准的。

以青瓷系统的越州窑碗为品赏茶道的上品，也与唐代茶叶珍品所出的茶汤相关，因为唐代所尚的烹茶方式是研末烹煮，汤呈“白红”（即是淡红）之色，盛在色泽沉稳的青瓷茶碗中，相映而成高雅之趣。邢州瓷虽然洁白莹亮，就未免稍嫌轻浮了。历史文献中盛称皇帝专用的“秘色瓷”，因1987年陕西扶风法门寺地宫出土了唐僖宗的供奉茶具，让我们清楚看到，其中的五瓣葵口圈足秘色瓷碗，就是质朴大方、色泽沉稳的青瓷茶碗，也就是陆羽标为上品的茶器。法门寺地宫出土了一整套茶具，可以作为《茶经》叙述茶具的实物证据，其中包括了金银丝结条笼子、鎏金镂空鸿雁球路纹银笼子、鎏金银龟盒、鎏金摩羯纹蓄

钮三足银盐台、鎏金人物画银坛子、鎏金伎乐纹银调达子、壺门高圈足座银风炉、系链银火箸、鎏金飞鸿纹银匙、鎏金壺门座银茶碾子、鎏金仙人驾鹤纹壺门座银茶罗子、素面淡黄色琉璃茶盏及茶托等等，美不胜收。由这些实物证据，可以看到《茶经》撰述一个世纪之后，唐代皇室饮茶的器具是多么讲究与奢侈，同时也可以推想，其礼仪必然毫不轻忽，或许还有繁文缛节之倾向。

从饮茶历史发展的角度，《茶经》有几项重要的提示：一、择水的重要。陆羽指出，“山水上，江水中，井水下”。对山水也做了清楚的分别，是要“拣乳泉、石池慢流者上”，不要瀑涌湍漱的水，也不要山谷中澄浸不泄的水。江水则取离人远者，井水则取汲多者。这也就是后世饮茶不断强调的“活水”观念。二、火候的重要。陆羽特别指出煮水烹茶，要注意辨别汤水沸腾的情况，要控制沸水的势头。进一步就是控制火势与温度，如温庭筠在《采茶录》引李约的解说：“茶须缓火炙、活火煎。活火谓炭之有焰者，当使汤无妄沸，庶可养茶。”这里提出的是“活火”的观念。后来，苏东坡在《汲江煎茶》一诗中，结合以上两个重要的烹茶守则，写出了“活水还须活火烹”的名句。三、本色的重要。茶有其真香，加料加味都非必要，然而世上的习俗却不肯改易，使陆羽愤慨说出：“或用葱、姜、枣、橘皮、茱萸、薄荷之等，煮之百沸。或扬令滑，或煮去沫，斯沟渠间弃水耳。”这个“茶有真香”的观念，到了宋代的蔡襄，则提得更为明确；宋徽宗赵佶在《大观茶论》中也明白指出“茶有真香，非龙麝可拟”。但历代民间饮茶习俗，加果加香的传统延绵不绝，造成饮茶史上雅俗共存的有趣现象。四、俭约的重要。陆羽说：“茶性俭，不宜广”，是要体会茶味精华，品赏茶饮的高雅境界，不是以量取胜，不可牛饮。《红楼梦》第四十一回〈贾宝玉品茶栊翠庵〉中，写妙玉在栊翠庵亲手泡茶待客，俏皮地说：“一杯为品，二杯即是解渴的蠢物，三杯便是饮驴了。”就很能生动解说陆羽关于饮茶“最宜精行俭德之人”的看法。

三

唐代皇帝享用贡焙，要在清明宴时品尝极品新茶，经过五代十国，一直到宋朝都延续不停。其中主要的变化，则是贡焙地区，由太湖附近的顾渚，逐渐移到了武夷山区建安的北苑。宋代上贡茶叶的极品，转为福建山区的建安北苑，有内在与外在两个原因。一是建茶的内在质地优良，其香甘醇厚超过顾渚茶。宋徽宗《大观茶论》就明确指出：“夫茶以味为上。香甘重滑，为味之全。惟北苑壑源之品兼之。”在唐代，福建的茶叶尚未兴起，到了五代时期，闽国已设置建州贡茶，到了闽为南唐所灭，南唐宫廷就舍弃了顾渚而代之以建州茶。宋朝立国之后，一开始还恢复了唐代的制度，以顾渚紫笋茶入贡，但在十几年后就转到福建建安，“始置龙焙，造龙凤茶”。外在原因是，五代北宋期间气候产生变化，明显由暖转寒。宋代的常年气温，较唐代要低摄氏两三度。种植在太湖地区的茶树推迟萌发，不可能在清明以前如数上贡。宋子安《东溪试茶录》的“采茶”一节说：“建溪茶比他郡最先，北苑壑源者尤早。岁多暖则先惊蛰十日即芽，岁多寒则后惊蛰五日始发。……民间常以惊蛰为候。渚焙后北苑者半月，去远则益晚。”

《大观茶论》也说：“茶工作于惊蛰，尤以得天时为急。”建安北苑的茶，在惊蛰前后就可以采制，离清明还有一整个月，当然可以保证如期运到京师汴京(开封)。宋人耽于茶饮，在诗歌中也得到反映，如欧阳修《尝新茶呈圣俞诗》有云：“建安三千里，京师三月尝新茶。人情好先务取胜，百物贵早相矜夸。年穷腊尽春欲动，蛰雷未起驱龙蛇。夜闻击鼓满山谷，千人助叫声喊呀。万木寒痴睡不醒，唯有此树先萌芽。乃知此物最灵物，宜其独得天地之英华……”梅尧臣(圣俞)和诗，有这样一段：“近年建安所出胜，天下贵贱求呀呀。东溪北苑供御余，王家叶家长白芽。造成小饼若带跨，斗浮斗色顶夷华。”除了提到建茶精品在清明前后就已抵达京师开封，还说到宋代饮茶方式的讲究，比之唐代有过之而无不及。

宋代贡焙精制的茶叶，研制成饼团，烹茶之时用碾磨成粉末，或煎煮式冲泡。据《宣和北苑贡茶录》所载，北苑贡焙，先只造龙凤团茶，后来又造石乳、白乳。再来又有蔡襄监造的小龙团，以及后来的密云龙、端履祥龙等名色，不一而足，精益求精，越来越细致。宋代品茶，有所谓“点茶”“斗茶”之名目。关于“点茶”之法，蔡襄有明确的解说：“茶少汤多，则云脚散；汤少茶多，则粥面聚。钞茶一钱匕，先注汤调令极匀，又添注入，环回击拂，汤上盏可四分则止。视其面色鲜白，着盏无水痕为绝佳。”讲的是茶叶与汤水要用得恰当，否则点泡出来的茶汤沫饽不匀。点泡之时，要将茶末调匀，添加沸水，环回击拂，才会出现鲜白色的沫饽，泡沫浮起，贴近茶盏时，要没有水痕才是绝佳的点泡。蔡襄还说，“斗茶”就是点泡的技术：“建安斗试，以水痕先者为负，耐久者为胜。故较胜负之说，曰，相去一水两水。”好像斗茶胜负的计算之法，跟下棋输一子两子一样，有清楚的计算方式。

由唐至宋，调制茶汤的最大变化是，唐代烹茶把碾细的茶叶投入沸汤之中，再浇水入汤，控制沫饽的浮起；宋代则以沸水点泡已经调好在茶盏里的茶膏，然后回旋击拂，打起沫饽，好像浮起一层白蜡一样。关于击拂的茶具，蔡襄《茶录》称用“茶匙”：“茶匙要重，击拂有力，黄金为上。人间以银铁为之。竹者轻，建茶不取。”茶匙而用黄金，当然只有宫廷才用得起，一般用银就是极为讲究的了。欧阳修诗句“停匙侧盏试水路，拭目向空看乳花”，及梅尧臣的“石瓶煎汤银梗打，粟粒铺面人惊嗟”，正是形容用银匙击拂茶汤，泛起如粟粒乳花一般的沫饽，是典型的宋代饮茶方式。蔡襄所记用重匙打出沫饽，到后来就用新的茶具“筅”来运作。筅是竹制的搅打茶器，《大观茶论》指出，茶筅要用筋竹老而坚者，器身要厚重，器端要有疏劲。体干要坚壮，而末端要锐细，像剑脊一样。因为干身厚重，就容易掌握，易于运用，击拂出沫饽，造就一碗至善至美的茶汤。《大观茶论》列明点茶的七道工序，有极其详尽的说明，也可以说是宋代点茶的击拂拉花，达到手艺技术的极致了。

由于崇尚这种击拂起沫的饮茶方式，茶碗的选用也就与唐代崇尚青瓷不同，而转为标举建安的黑瓷。蔡襄《茶录》论“茶盏”就说：“茶色白，宜黑盏。建安所造者绀黑，纹如兔毫。其坯微厚，燠之久热难冷，最为要用。出他处者，或薄或色紫，皆不及也。其青白盏，斗试家自不用。”这是说明茶汤沫饽呈白色，需要黑盏来相映。点茶费时颇久，就需要茶碗厚实，可以保温。过去视为上品的青瓷、白瓷，则完全不适用了。《大观茶论》更申说了建窑茶盏的优越性：“盏色贵青黑。玉毫条达者为上，取其燠发茶

采色也。底必差深而微宽。底深则茶宜立，而易于取乳；宽则运筅旋彻，不碍击拂。然须度茶之多少，用盏之大小。盏高茶少，则掩蔽茶色；茶多盏小，则受汤不尽。盏惟热，则茶发立耐久。”

四

唐宋上层精英饮用团饼茶，发展出精致的点茶拉花，民间饮茶依旧有其通俗习惯：一是在茶中加果加料；二是饮用散茶。苏辙在写给苏轼的诗中就说：“君不见，闽中茶品天下高，倾身事茶不知劳。又不见，北方俚人茗饮无不有，盐酪椒姜夸满口。”吴自牧《梦粱录》记宋代都市繁华，在南宋临安（今杭州）的茶馆里，不但卖各种奇茶异汤，到冬天还卖“七宝擂茶”。关于奇茶异汤，南宋赵希鹄的《调燮类编》说各种茶品，可以用花拌茶，“木樨、茉莉、玫瑰、蔷薇、兰蕙、橘花、栀子、木香、梅花、皆可作茶”。比较脱俗的，有“莲花茶”：“于日未出时，将半含莲拨开，放细茶一撮，纳满蕊中。以麻皮略紩，令其经宿。次早摘花倾出，茶叶用建纸包茶焙干。再如前法，又将茶叶入别蕊中。如此者数次，取出焙干收用。不胜香美。”至于“七宝擂茶”，明初朱权的《臞仙神隐》书中记有“擂茶”一条：将芽茶用汤水浸软，同炒熟的芝麻一起擂细。加入川椒末、盐、酥油饼，再擂匀。假如太干，就加添茶汤。假如没有油饼，就斟酌代以干面。入锅煎熟，再随意加上栗子片、松子仁、胡桃仁之类。明代日用类书《多能鄙事》也有同样记载。元代忽思慧的《饮膳正要》（成书于1330年），更可看五花八门的茶饮：枸杞茶，是茶末与枸杞末，入酥油调匀；玉磨茶，是用上等紫笋茶，拌和苏门炒米，匀入玉磨内磨成；酥签茶，是搅入酥油，用沸水点泡。这一类茶饮，经历唐宋元明，特别在契丹、女真、蒙古所统治过的北方地区，一直流传下来。读一读《金瓶梅词话》就可发现，加料泼卤的饮茶法，到了明代中晚期，仍是北方大众的日常饮茶方式。

由宋入元，散茶冲泡的饮茶方式逐渐普遍。散茶的制作法，比团饼简便，有蒸青，有炒青，都是唐代就有的民间工艺。到了元明之际，民间已经普遍饮用散装的茗茶了。明朝建都南京，一开始仍然承袭元制，进贡建宁的大小龙团，但不久便改贡芽茶，从此废止了团饼茶入贡的传统。

明太祖废团饼茶，以芽茶入贡，改变了饮茶习惯，发展了新的制茶工艺，也改变了中国人使用的茶器。最明显的是茶壶与茶碗的变化，逐渐由大变小，更由崇尚厚重青黑的建窑，转而崇尚白瓷与青花，最后还出现了宜兴紫砂具。明代制茶工艺，主要讲究炒青与烘焙，依照各地茶叶的特性，掌握炒青的火候，研制出各色名茶。万历年间罗廪著《茶解》，说到“唐宋间研膏蜡面，京挺龙团，或至把握纤微，直钱数十万，亦珍重哉。而碾造愈工，茶性愈失，矧杂以香物乎？曾不若今人止精于炒焙，不损本真”。明中叶以后，江南商品经济迅速发展，使得长江中下游及沿着大运河一带都富庶起来，人们的生活也讲求精致的享受与品味。茶饮的品赏也成为士大夫的生活艺术追求的重要一环，展开了晚明士夫的高雅品茗艺术。高濂的《遵生八笺》，品评当时的名茶，就说到苏州的虎丘茶及天池茶，都是不可多得的妙品。至于杭州的龙井茶更是远超天池茶，关键在茶叶质地好，又要炒法精妙。龙井茶一出名，以假乱真的现

象就出现了：“山中仅一二家，炒法甚精。近有山僧焙者亦妙，但出龙井者方妙。而龙井之山，不过十数亩，此外有茶，似皆不及。附近假充，犹之可也。至于北山西溪，俱充龙井。即杭人识龙井茶味者亦少，以乱真多耳。”精于生活品味与艺术鉴赏的冯梦祯，对当时茶品最著名的罗界、龙井、虎丘、天池等种，也有所评骘，指出世间真赝相杂，实在难辨。由此可见，明代中叶以后品茗艺术与商品市场经济发展的关系，茶叶精品不再是入贡的禁脔，成了市场上的奢侈品，也就难免赝品充斥。晚明文人雅士对品茶如此讲究，也反映了当时着眼精致美好的品物，通过饮茶的审美追求，探索性灵超升，进入清雅境界的趣味。

冯梦祯品茶，列虎丘茶为第一，罗界堪可匹配，天池、龙井则为次等。这个看法，袁宏道(中郎)大体赞同，还表示了自己的品味经验：“龙井泉既甘澄，石复秀润。流淙从石涧中出，泠泠可爱，入僧房爽垲可栖。余尝与石篑、道元、子公汲泉烹茶于此。石篑因问，龙井茶与天池茶孰佳？余谓，龙井亦佳，但茶水少则水气不尽，茶多则涩味尽出。天池殊不尔。大约龙井头茶虽香，尚作草气。天池作豆气。虎丘作花气。唯界非花非木，稍类金石气，又若无气，所以可贵。界茶叶粗大，真者每斤至二千余钱。余觅之数年，仅得数两许。近日徽人有送松萝茶者，味在龙井之上，天池之下。”袁中郎品第名茶，是罗界第一，天池第二，松萝第三，龙井第四，虎丘则与天池在伯仲间。品第茶的等级，主观成分很大，见仁见智，意见时常不同。不过，李日华稍有不同意见，认为还是龙井茶最好。文震亨在稍后的《长物志》、陈继儒在《农圃六书》、张岱在《陶庵梦忆》中，都提到罗界茶为茶中珍品，看来是明末清初士大夫品茶的共识。看看明末清初的茶书，专论罗界茶的就有好几本，如熊明遇著《罗界茶记》(1608年前后)、周高起《洞山界茶系》(1640年前后)、冯可宾《芥茶笺》(1642年前后)及冒襄《芥茶汇钞》(1683年前后)。罗界茶与明末清初其他高档茶最不同处，是制作法不同，为当时名茶中唯一的蒸青茶，不用炒青法。再者，界茶叶的大梗多，外形并不纤巧。许次纾《茶疏》盛赞罗界茶(1597年成书)，称“其韵致清远，滋味甘香，清肺除烦，足称仙品”。并对界茶叶大梗多的情况作了一番说明：“界之茶不炒，甑中蒸熟，然后烘焙。缘其摘迟，枝叶微老，炒亦不能使软，徒枯碎耳。亦有一种极细炒界，乃采之他山，炒焙以欺好奇者。彼中甚爱惜茶，决不忍乘嫩摘采，以伤树本。”可见罗界茶不能早采，所以叶大梗多，并不细巧。《罗界茶记》说，界茶产在高山上，沐栉风露清虚之气。其实，茶生长在高冷之处，抽芽就慢，不可能在早春就采，要过了立夏才开园。因此，别处的茶以“雨前”(谷雨之前)为佳，甚至有“明前”(清明以前)的佳品，罗界茶却要等到立夏以后。也因此，“吴中所贵，梗粗叶厚，有萧箬之气”。《洞山界茶系》也说：“界茶采焙，定以立夏后三日，阴雨又需之。世人妄云雨前真界，抑亦未知茶事矣。”由此可知，阳历五月之前，是不可能有罗界茶的，所谓“雨前真界”当然是赝品，是骗不懂茶事的人。

明代茶叶精品的出现，与经济生活的富庶相关，出现了相对应的品赏情趣之提高，恢复了唐宋品茗赏器的乐趣，对茶饮的程序与器物的洁雅再三致意，同时更着重性灵境界的质朴天真，追求品茶过程心灵超升的修养，以期融入天然和谐的天人合一之境，不但得到个人心理的祥和平安，也在哲理与艺术的

探索上得到智性的满足。相对而言，唐宋品茗比较重视仪式，通过繁琐的程序、讲究的器具，得到一种心理的秩序与平衡，是通过礼仪感受茶道的精神。明代的茶道则比较重视天机，减少了繁琐的仪式与道具，顺应品茗者的心性与兴趣，在艺术创造的乐趣中，追求人生的美好时光的体会。

我们若举日本茶道与明清发展出来的中国茶道相比，当更能了解，唐宋品茶之道与明清茶道是有差异的。日本茶道的成长，基本上沿袭中国唐宋茶道的仪式，到了16世纪末(相当明万历年间)经千利休的改进发展，强调“和敬清寂”为其精髓，有着浓重的仪式性、典礼性，同时呈现了禅教影响的出世清修精神。可以说日本茶道是唐宋茶道仪式的延伸，而在精神上突出了“寂”，也就是对出世清修的宗教向往。明清茶道则不同，在品茗的仪式及茶具的形制上，都因茶叶质地的变化，而产生相应的更动，甚至弃而不用。也就是在追求茶道本质之时，没忘记品茶的基本物质基础，一是茶叶的味质与香气，二是品茗者的味觉与嗅觉。因此，相应的茶道精神是突出“趣”，冀期在品茗的乐趣中，对人格清高有所培养与提升，着眼点仍是人间入世的修养，宗教性不强。从历史发展的角度来看，唐宋茶道的仪式，日本一成不变地学去，保留了形式，抽换了内容，根本不讲求饮茶的乐趣，只强调茶饮的“苦口师”作用，成了禅修的法门。明清茶道，则继续了唐宋点茶与斗茶的乐趣，在仪式上则出现了根本的变化，再也不用竹筅击打出自白蜡一般的沫饽了。

明人发展出来的饮茶之“趣”，在当时的茶书及散文小品，甚至日记书札中，都时常提及。许次纾《茶疏》特别举出饮茶的适当场合与时光，就可看出雅士对茗趣的追求：“心手闲适，披咏疲倦，意绪棼乱，听歌拍曲，歌罢曲终，杜门避事，鼓琴看画，夜深共语，明窗净几，洞房阿阁，宾主款狎，佳客小姬，访友初归，风日晴和，轻阴微雨，小桥画舫，茂林修竹，课花责鸟，荷亭避暑，小院焚香，酒阑人散，儿辈斋馆，清幽寺观，名泉怪石。”冯可宾的《芥茶笺》也简略地罗列宜茶的场面与禁忌，可与许次纾的事例相对照。宜茶的场合：“无事，佳客，幽坐，吟咏，挥翰，徜徉，睡起，宿醒，清供，精舍，会心，赏鉴，文僮。”禁忌：“不如法，恶具，主客不韵，冠裳苛礼，荤肴杂陈，忙冗，壁间案头多恶趣。”可以看出，明代文人雅士在茶饮过程中讲究的情趣，都与日常生活的情调有关，希望得到的闲适的心情、明朗的感觉、亲切的氛围、清静的环境与澄澈的观照。这是一种清风朗月式的情趣，很像儒家传统形容人品的高洁，有着人世间活生生的脉动，而非宗教性的清寂。

明末清初，福建制茶工艺发生了重大变化，即是发酵茶的出现。因发酵程度的不同与烘焙技术的改良，从武夷山扩展到闽南及浙赣皖茶区，新的茶叶产品不断涌现。福建的岩茶系、乌龙系、各种工夫茶、红茶，都成为重要的茶饮品类，不但风行全国，也远销到外洋。茶叶作为普及的饮品，成为大宗经济作物，在清代有所发展，然而从茶道品赏及性灵提升方面，却因19世纪以后国势衰微与民生凋敝，逐渐凋零，只剩下闽南语潮汕地区民众偏爱的工夫茶，回到物质性的味觉享受，忽略了精神性的领悟。也就是在这段时期，日本茶道经过冈仓天心的精心宣扬，在欧美风评鹊起，以为“茶道”就是日本茶道，而日本茶人强调的“侘”(wabi)，俨然就是饮茶的最高境界，是中国难以企及的。

这种说法表面上似乎有点道理，其实非常武断而且片面，昧于茶饮历史文化的演变不说，还有基本认识的偏差。一是昧于茶道认识论的意识形态偏差，忽视了中国茶道历史悠久，以及多元性格；二是昧于历史上中国茶人的精神追求有不同面向，有的注重文化道德修养，有的醉心审美提升，有的强调宗教超越的开悟；三是昧于东亚传统文化结构如何定位“道”的意义，有儒家、有佛家、有道家，并非独尊禅宗，以禅茶为唯一依归的。

我们必须自问，什么是道？什么是茶之道？在普遍理论层次上，要给“茶道”一个恰当的定义，首先要确定饮茶成为“道”的基本条件，应该是从物质性的喝茶提升到精神性的审美与修养，建立饮茶的规仪，出现精神领域的认知与追求。茶之道，是从饮茶的物质性，提升到茶饮的精神性，从形而下超越到形而上，如此，茶才有道。而不是采取一种独断排斥的态度，以日本茶道的践行形式为标准，拿日本茶道集大成的千利休作为标尺，合乎日本标准（如千家茶）就是茶道，不合日本标准就不是茶道。

进入21世纪，中国逐渐脱离了国穷民困的窘境，重新认识自己的文化传统，也就发现茶之有道，在中国有其源远流长的历史，同时还有多元的发展途径。茶饮有道，从陆羽开创以来，迄今已有一千四百年，主流是发展茶饮的精神性，把物质文明提升到精神文明的追求，从解渴、解乏、药用转化为文化修养与审美情趣，同时在不同社会阶层都各有发挥，是世界文明演化的重大进展。

[作者为中国民间艺术家协会香港分会主席]

（责任编辑：张 露）