

# 《饮茶史话/中华文明史话》

## 图书基本信息

书名：《饮茶史话/中华文明史话》

13位ISBN编号：9787500081104

10位ISBN编号：7500081103

出版时间：2009-4

出版社：武少辉、龚莉 中国大百科全书出版社 (2009-04出版)

页数：99

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

## 前言

我不是一个科班出身的历史学工作者，基础的中国历史知识，几乎全部得自自学。所谓“自学”，也就是自己摸索着读书。在这个过程中，一些篇幅简短的历史知识小丛书，给我提供过非常重要的帮助，是引领我步入中华文明殿堂的有益向导。按照我所经历的切身感受，像这样简明扼要的小书，对于青少年和其他普通读者了解中国的历史文化，应当会有更大的帮助。现在摆在读者面前的这套《中华文明史话》彩图普及丛书，就是这样一部中国历史知识系列专题读本。编撰这样的历史知识介绍性书籍，首先是要保证知识的准确性。这一点说起来简单，要想做好却很不容易。从本质上来讲，这是由于历史本身的复杂性和认识历史的困难性所造成的，根本无法做到尽善尽美；用通俗的形式来表述，尤为困难。好在读者都能够清楚理解，它只是引领你入门的路标，中华文明无尽的深邃内涵，还有待你自己去慢慢一一领略。这套《中华文明史话》彩图普及丛书，在首先注重知识准确性的基础上，编撰者还力求使文字叙述生动、规范，深入浅出，引人入胜；内容则注重富有情趣，具有灵动的时代色彩，希望能够集知识性、实用性、趣味性和时代性于一体；选题则努力契合社会公众所关注的问题；同时选配较多图片，彩色印刷，帮助读者更为真切地贴近历史。生活在物质文化高度发达的当代社会而来学习久已逝去的历史知识，经常会有人提出为什么要读这些书籍的问题。中国古代士大夫对历史知识价值的阐释，是“以史为鉴”，即在现实社会生活中特别是处理政务时借鉴历史的经验。历史知识这一功能，直到今天，依然存在，但并不是与每一个人都有直接的关系。对于大多数社会普通民众，尤其是对于青少年朋友来说，我想，历史知识虽然既不能当饭吃，也不能当衣服穿，但却是人类精神不可或缺的基本营养要素。读史会使人们的头脑更为健全，智慧更为发达，情操更为高洁，趣味也更为丰富。 2009年4月4日

# 《饮茶史话/中华文明史话》

## 内容概要

中国是茶的发源地，茶的故乡，有着种茶、制茶、饮茶的悠久历史和文化。《饮茶史话》讲述了在茶事发展、演变和推广过程中，先人们凭借其勤劳和智慧，不断创造种茶、制茶、煮茶等茶事技术，不断围绕茶开展一些有趣的“品茶问水”等交流活动，并不断总结相关茶事的经验以形成茶著。《饮茶史话》还介绍了人们如何在茶著的理论引导下在茶事活动中不断赋予和升华品饮香茗的文化内涵，逐渐把饮茶与人的精神世界融合起来，从而提炼和形成了中国茶道思想，为中国茶文化的健康发展奠定了基础。

# 《饮茶史话/中华文明史话》

## 书籍目录

序引言一 饮茶小史 1. 茶的起源 2. 西周到秦：茶兼有食用和药用双重功能 3. 汉代：茶兼具中药和饮品两种身份 4. 魏晋南北朝：茶文化的萌芽期 5. 唐代：茶及饮茶习俗的推广普及 6. 宋代：茶文化的繁荣与创新 7. 明代：茶艺术的转变与创新 8. 清代：茶背离传统的两极化发展二 茶艺 1. “茶圣”陆羽的茶艺模式 2. 识茶优劣 3. 宜茶之水 4. 烹煮茶法 5. 饮茶环境 6. 茶具 7. 制茶工艺的演变三 茶道 1. 《茶经》之道 2. 茶，缘法自然 3. 茶，可雅志 4. 茶禅一味 5. “三道茶”待客之道 6. 以茶为媒习俗 7. 茶寓意长寿 8. 茶道四真谛 9. 中国茶德 10. 现代茶人精神 11. 中国茶道演变及推广四 茶馆 1. 茶肆的出现 2. 茶肆的兴盛 3. 旧茶馆的繁荣 4. 近代茶馆的发展 5. 现代茶艺馆 6. 茶馆功能的演变五 茶事之趣 1. 智积禅师辍饮 2. 陆羽鉴水 3. 斗茶之兴 4. 佛门茶趣 5. 茶宴之欢 6. 茶茗传说之趣六 茶人事略 1. “茶圣”陆羽与《茶经》 2. 唐诗—奇葩：茶诗 3. 蔡襄与《茶录》 4. 宋徽宗赵佶与《大观茶论》 5. 孜孜追求的茶人张大复 6. 精于品茶的张岱 7. 朱权与《茶谱》 8. 乾隆皇帝与“三清茶宴”七 茶——健康饮品 1. 茶成分研究 2. 饮茶的益处 3. 饮茶的忌处 4. 疾病患者应慎饮或忌饮 5. 中国十大香茗结束语附录(中国历史年代表)

## 章节摘录

据史料记载，中国先人最初发现茶，利用的是茶的药用价值，而后人们才又发现了茶生津止渴的饮用价值，随之逐步成为中国人日常生活中不可缺少的饮品，这期间经历了至少5000年的历史。对于这么漫长的历史，今人几乎很难想象茶是怎样从大自然走出并逐渐成为中国人的“国饮”，甚至又是以怎样的形式走出国门流行世界的。因此，若想了解中国的茶文化，我们不妨先了解中国的饮茶小史。

1. 茶的起源 茶的起源问题，我们无从考证，因为远古先人关于茶的文字记载太过稀少，但是传说倒是很多。在这些传说里，流传范围最广的是神农尝百草。民间传说，5000年前，神农氏为解民之苦，尝百草以寻找能为民治病的草药。有一天，他先后尝了72种毒草，身中剧毒，四肢无力，躺在一棵树下休息。忽然一阵风吹落一片叶子，香气四溢，神农氏拾了一片嫩叶放在嘴里咀嚼，身上的毒马上解了。这片叶子就是后来人们熟悉的茶叶。自此，神农氏便认为茶能解百毒，有很高的药用价值，遂向人们推广介绍。在中国四川省也有一个关于茶的传说。很久以前，巴山脚下有位老人养了一只每天都生蛋的老母鸡。但是有那么几天，老人在听到母鸡“咕嘎”叫的时候去收鸡蛋，却总是发现鸡窝是空的。老人很纳闷，为解开谜底，便看着母鸡下蛋，结果发现是草丛里的一条蛇偷走了鸡蛋。老人很生气，便在鸡窝里放了一个鹅卵石。蛇吞下后，看上去胀得很难受的样子。老人观察到蛇开始吃篱笆旁边一棵树的落叶，慢慢地蛇肚子里的疙瘩竟然消失了。老人于是断定这棵树是棵宝树，肚子胀得难受时便摘食这棵树上的叶子，一会儿肚子就不胀了。此后，邻居要是有人消化不良，老人就给他们摘几片叶子。经年累月，人们发现这棵树的叶子不但能消食，还能生津止渴，提神明目。

2. 西周至秦：茶兼有食用和药用双重功能 据东晋人常璩撰写的《华阳国志·巴志》记载：公元前1057年前后，周武王攻克殷商之时，茶是以西南地区特产贡品的身份进入中原并得以流传的。时因交通不便，西南至中原路途遥远，所以，茶运送到中原已不是新鲜的叶子，只能是加工后的干茶。当时，这些干茶是作为食品、药物，还是饮品供应呢？书中没有交代。但据春秋时期的《晏子春秋》记载，齐国政治家晏婴常食“茗菜”。由此推断，茶在西南地区最初是被人们作为食物利用的，而且也是以食物的形式传入中原。另据《神农食经》记载，人说“服茶”而非“饮茶”。这说明，人们在秦汉之际已发现茶具有令人精力充沛、心情愉悦的药用功能和药用价值，并开始见诸史籍。因此，我们至少可以说在秦朝之前，茶还不是作为饮品存在，而是作为食物和药物的双重身份而被大力发掘和推广的。用这种观念来解释茶的定位，并非牵强附会，因为中医一直坚持草药调养的治病观念，其中也包括“万食皆可药”的食疗法。故说茶兼有食用和药用的双重功能，也并非毫无根据。

3. 汉代：茶兼具中药和饮品两种身份 发展到汉代，茶的功能和身份有了新的突破和变更。其生津止渴的饮品功能逐渐被人们发掘和重视，随之成为人们日常生活中不可缺少的饮品。当然，茶的饮品功能被人类发现，并非偶然，其功劳还要归于茶的药用功能和价值。据考证，人们正是在深入研究茶有解毒、消食功能的过程中，逐渐发现了茶作为中药还具有生津止渴、提神解乏的功能，故此茶便以中药和饮品的双重身份进入人们的日常生活，多以烹煮的方式饮用。据司马相如的《凡将篇》记载，茶在西汉初年便因具有治疗疾病的作用而进入中药系统。另据东汉华佗《食论》和曾广《神农草本经》的记载，汉代人越来越深刻地认识到了茶最主要的药用价值是能令人精神兴奋。另外，汉代民间也应当有喝茶的习俗，茶叶生产与销售规模是比较大的，但像今天很多人喝茶一样，只是出于一种习惯，并非刻意追求精神兴奋。即使是喜欢饮茶的文人，也仅仅是因为饮茶可以令他们的精神兴奋、思维活跃，大大有益于读书写作。由此可见，汉代人仅仅是把茶看作纯粹的饮品，尚无与人的精神世界和文化品味发生太多的联系。据此，我们可以推断，自汉代开始，茶已经由此前食用与药用相结合的使用形式转变为中药与饮品相结合的使用形式。因此，我们推断汉代的茶可以被当作中药来治病，也可以被当作一种嗜好性的饮料，这种身份是双重的，但它们的品饮方式是一致的，即烹煮。 P4-8

# 《饮茶史话/中华文明史话》

## 编辑推荐

《饮茶史话》介绍了中国“国饮”——茶，从起源到普及再到发展出丰富文化内涵的历史。其中满含着中国人在养生、修身、怡情方面的智慧，同时也不乏茶闻趣事。本书图文并茂，语言浅显，讲解全面，帮助读者更为真切地贴近中国源远流长的茶文化史。

# 《饮茶史话/中华文明史话》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)