

《茶經》導讀

蕭麗華*

《摘要》

整個中國茶文化的發展歷史逾兩千年，累積古典茶書至少有 124 種，陸羽《茶經》是其中的第一部，它不僅是中國飲茶文化的第一本專著，也是影響日本茶道，被日本人奉為經典的茶書。

陸羽《茶經》產生在盛唐飲茶文化與佛教宗門合結的時代。陸羽從小被復州竟陵（湖北省天門縣）龍蓋寺的智積和尚收養，養就烹茶的好手藝。天寶十四年安史亂起，陸羽流落到浙江湖州一帶，結交詩僧皎然和尚，由於皎然是茶中高手，能識茶、別茶、品茶，寫了不少飲茶詩，因此頗欣賞陸羽。陸羽在皎然的鼓勵與支柱下，才有《茶經》的寫作計畫。

《茶經》共分三卷，上卷分為「一之源」、「二之具」、「三之造」；中卷有「四之器」；下卷有「五之煮」、「六之飲」、「七之事」、「八之出」、「九之略」、「十之圖」等等，共有十章。舉凡茶的起源、製茶的工具、茶的製造過程、茶器之考究、茶的煮法、茶的飲法、茶的歷史、茶的產地等等，都有詳細的記載；最後還有方便的粗略茶法和附錄的茶的圖。陸羽《茶經》是中國茶道文化建立的起點，對中國飲茶文化的貢獻，厥功其偉。本文除導讀《茶經》

* 國立臺灣大學中國文學系教授。

之外，也論述《茶經》建構的茶道美學及其對日本、韓國飲茶文化的影響。

[關鍵字]：陸羽、《茶經》、茶道、茶禪



國家文官學院

陸羽《茶經》第一句話就說：「茶，南方之嘉木也。」可見飲茶文化是中國南方產生的生活習慣。茶文化的發展最早從藥用、飲食，演進到生活藝術

與思想的表徵，有其漫長的歷史。

相傳神農嚐百草，即知茶有解毒藥效，這是茶的藥用功能；根據顧炎武《日知錄》記載：「自秦人取蜀，而後始有茗飲之事。」這是茶的飲食功能，推測應該始於戰國末期。到西漢王褒〈僮約〉有「烹茶盡道」、「武陽買茶」等記載，足以證明西漢飲茶有史可據。〈僮約〉寫定於西元前五十九年，算起來中國的飲茶歷史已逾二千年。

飲茶文化到漢魏六朝時，開始發展出文人的生活美學與道家輔助修道的觀念。杜育〈荈賦〉說：「沫沉華浮，煥如積雪、燁若春敷。」張載〈登成都樓詩〉說：「芳茶冠六清，溢味播九區。人生苟安樂，茲土聊可娛。」茶味芬芳清雅，茶色如積雪積、春敷，已經成為文人賞愛之樂。到了南朝陶宏景《名醫別錄》說：「茗茶輕身換骨，昔丹丘子、黃山君服之。」壺居士《食忌》說：「苦茶久食，羽化。」由此，可以看出南朝時，道士已將茶視為道教的換骨神方。

整個中國茶文化的發展歷史逾兩千年，累積古典茶書至少有 124 種，陸羽《茶經》是其中的第一部，它不僅是中國飲茶文化的第一本專著，也是影響日本茶道，被日本人奉為經典的茶書。

《茶經》的作者與成書因緣

陸羽《茶經》產生在盛唐飲茶文化與佛教宗門合結的時代。唐封演的《封氏聞見記》卷六〈飲茶〉一章記載：「開元中，泰山靈岩寺有降魔師，大興禪

教。學禪務於不寐，又不夕食，皆許其飲茶，人自懷挾，到處舉飲，從此轉相仿效，遂成風俗。」從這裡可以看到唐開元時期（713-742），由僧人坐禪、飲茶助修，以致形成民間轉相仿效的飲茶風俗。唐代飲茶文化迅速廣泛地流傳於各僧院中，僧人不只飲茶參禪，也以茶供佛，寺廟中更設有「茶堂」，作為招待賓客品茗、討論禪佛之理，同時亦設置「茶鼓」，以擊鼓召集寺院僧人飲茶，還有專門煮茶的「茶頭」和為遊客惠施茶水的「施茶僧」。僧人與文人之間，除了以詩文會友之外，也因此產生了「茶宴」。

為什麼《茶經》的產生與佛教宗門文化有關？這要從陸羽的生世說起。《文苑英華》卷七九三有一篇〈陸文學自傳〉記載著陸羽少年時代的事，從資料看不出陸羽的生年，推測他可能是個孤兒或棄嬰，《新唐書·陸羽傳》說陸羽從小被復州竟陵（湖北省天門縣）龍蓋寺的智積和尚收養，陸羽的姓還是智積和尚給的，猜想應是智積和尚的上的俗姓，陸羽所以名羽，字鴻漸，則是根據《易經》漸卦而來的，卦文解釋說：「上九，鴻漸於陸，其羽可用而以為儀。」

根據他的自傳，知道陸羽是個容貌相當醜陋、說話也因為口吃而總是結嘴結舌的人，但是他頗有辯才，決斷的能力也非常卓越。在智積和尚的教養下，陸羽九歲的時候就能寫文章，而且能烹煮一手好茶。他讀書不以佛典為滿足，更關心儒學，喜歡和文士、伶優往來。由於個性不能在佛門清修，因此離開寺院，開始結交王公名流。此時他認識了唐室皇族創業功臣淮安王神

通的曾孫李齊物、禮部郎中崔輔國等中央名士，頗受賞識。天寶十四年安史亂起，陸羽流落到浙江湖州一帶，結交詩僧皎然和尚，由於皎然是茶中高手，能識茶、別茶、品茶，寫了不少飲茶詩，因此頗欣賞陸羽。陸羽在皎然的鼓勵與支柱下，才有《茶經》的寫作計畫。

陸羽到湖州以後，和玄真子張志和維持著不斷的清交，這是他的道友；皎然則是他亦師亦友亦恩人的方外之交。兩者對陸羽茶中「道」的境界都有很大的啟發。大曆七年到大曆十三年（公元 772 年~778 年）顏真卿任湖州刺史，每年選拔湖州貢茶，並在家宅開設「水堂」，經常舉行茶會。這段時間內，陸羽就在顏真卿的水堂裡，和皎然、張志和等僧俗文人大開詩會，互相唱和。大曆八年，皎然在他所住的寺院裡，特意給陸羽建了一座「三癸亭」，支柱陸羽開始《茶經》的寫作，其間，陸羽還曾往來紹興、無錫、揚州等地蒐集各種文獻資料。

陸羽一般人稱他為陸文學，因為他曾經被任命過太子文學，也曾被任命過太常寺太祝，然而都沒有實際擔任過。根據《新唐書·陸羽傳》說陸羽於貞元末年逝世，假如說，這是貞元末年的二〇年，推算起來，陸羽應該活了七十七歲。

唐朝在第八世紀的時候，飲茶的風習遍及全國，陸羽就活在那個時代裡，並完成了《茶經》。究竟《茶經》完成於哪一年？《茶經》裡唯一和年代有關的資料是「四之器」一章的風爐腳的銘文上，有「聖唐滅胡之明年鑄」一行

字，學者推測「滅胡」的時間有兩個點，一是安祿山的兒子安慶緒被殺，玄宗由西蜀歸來的明年（即肅宗乾元元年，公元 758 年），一是安史亂平之翌年（即代宗廣德元年，公元 763 年）這兩說，但這只是風爐製作的年代。加上〈陸文學自傳〉記載陸羽已經著手《茶經》的寫作，而〈陸文學自傳〉寫於上元二年（761），因此《茶經》一書應該完成於這個年代之後。假定陸羽活到七十七歲，也假定《茶經》一書的完成於上元年間，則這是陸羽三十幾歲盛年時的著作了。

《封氏聞見記》卷六〈飲茶〉說：「楚人陸鴻漸為茶論，說茶之功效，並煎茶炙茶之法，造茶具二十四事，以都統籠貯之，遠近傾慕，好事者家藏一副。有常伯熊者，又因鴻漸之論廣潤色之，於是茶道大行。」陸鴻漸指陸羽（733-804），《茶經》一書的完成代表茶文化的奠立，從此茶的功效更為世人所了解，茶道文化也在僧、俗往來中更形規模。禪宗宗門因此將坐禪飲茶列為規式，寫入《百丈清規》中。佛教叢林制度，由唐百丈禪師立《百丈清規》而創定，《百丈清規·住持章第五》有「新命茶湯」、「受兩序勤舊煎點」、「掛真舉哀奠茶湯」、「對靈小參奠茶湯」；《百丈清規·節臘章第八》有「赴茶」、「旦望巡堂茶」、「方丈點行堂茶」等條文，此後宋代宗頤的《禪苑清規》中更明文規定叢林茶禪及其次第茶禮。茶道大行與陸羽《茶經》的完成和禪宗宗門的茶禮茶禪文化脫不了關係。

《茶經》的內容

《茶經》共分三卷，三卷之中，上卷分為「一之源」（意思是說：一、茶的起源）、「二之具」（二、製茶的工具）、「三之造」（三、茶的製造）；中卷有「四之器」（四、茶器）；下卷有「五之煮」（五、茶的煮法）、「六之飲」（六、茶的飲法）、「七之事」（七、茶的歷史）、「八之出」（八、茶的產地）、「九之略」（九、粗略的茶）、「十之圖」（十、茶的圖）等等，可見《茶經》總共有十章。

以下分述各章內容大概：

「一之源」：此章說明了茶的植物學、茶的不同表示文字、茶所生長的土壤、育茶的方法、茶的效用，最後說明茶和高麗人參的比較。茶的別名有「荼」、「檟」、「葍」、「茗」、「苳」等，「荼」字首見於《詩經》、「檟」字首見於《爾雅》、「葍」字首見於《方言》、「茗」字首見於《晏子春秋》、「苳」字首見於《凡將篇》。這都見於陸羽《茶經》的「一之源」上。陸羽還說茶的土壤：「上者生爛石，中者生櫟壤，下者生黃土。」茶的功能「味至寒，為飲最宜。精行儉德之人，若熱渴、凝悶、腦疼、目澀、四肢煩、百節不舒，聊四五啜，與醍醐、甘露抗衡也。」陸羽對茶性可說了解的極充分。

「二之具」：此章說明採茶的茶筥、蒸茶葉的竈和甑、用以搗碎茶葉的杵和白，最後列舉像模型（俗稱模子）等等的製茶用具，講究在製茶、輾

茶過程中所必需的配備，分別如籩、灶、釜、甑、杵臼、規、承、
檐、芘莉、槩、撲、焙、貫、棚、穿、育等。

「三之造」：此章說明從採茶到做成固形茶的製法，其次說明業已製成的茶葉
有千萬狀，有的如胡人靴，蹙縮然；有的如犁牛臆，廉檐然；有
的如浮雲出山，輪然；又有如新治地者、如竹籜者、如霜荷者等，
他講究從茶葉的外觀可以鑑別茶的好壞。

以上為上卷，主要呈現唐代固形茶的製作法：先採下茶葉，而後將甑（甑
是炊器）上在竈上，置入茶葉蒸茶；在將蒸好的茶葉用杵臼用力搗碎，取出
以後，放到鐵製的圓型、方型、花型等各式模子裏面去。模子下面有個承（受
台），承的上面用油綢製成的檐，用檐蒙好後，從模型裡取出來，放在一種叫
芘莉的陳土上，使其乾燥。以乾燥的茶餅，要用槩（槩即槩戟）戳洞，用撲
使其不輕不重，再用烘焙方法，讓它益發乾造。這時候，茶就放在竹製的簞
箕裡，烘焙方面有茶棚，因為乾燥度不同，要不斷的調換那個茶棚，直到茶
餅乾透。此時的茶稱為龍團、鳳餅，可以用竹穿或藺草等串成一串串，包好
收藏。

「四之器」：此章說明燒水、備茶首先要準備風爐，風爐上要有莒，以便安置
煤炭，煤炭是風爐的燃料，要有炭搗，這是一種敲碎炭塊的工具。
要有火莢（火篲）、鍤（音輔，或作釜，或作龠）要以生鐵為之、
交床以十字交之，以支撐鍤。茶夾最好是以小青竹做的，以剝藤

紙白厚者夾縫成為紙囊，來貯存炙茶，使其香氣不泄。要準備茶輓子、茶羅子、茶則、水方、澆水囊、瓢、竹筴（攪拌茶末用的）、嗶盞（鹽罐子，調味用的）、熟盂（貯開水用的），其他還有碗、札、滌方、滓方、巾、具列、都籃等等。陸羽認為茶碗要很考究，以越州的越甌為上，鼎州、婺州的茶甌次之。

「五之煮」：此章先說明炙茶、蒸茶搗茶的方式，而後說明用火、用炭之講究，勁薪要選用桑、槐、桐、櫪之類，其炭曾經燻炙，或膏木、敗器等，都不能用。除了講究炭木之外，用水也有品第，陸羽說：「用山水上，江水中，井水下。」煮水的熱度也要控制，陸羽說：「如魚目，微有聲，為一沸；緣邊如湧泉連珠，為二沸；騰波鼓浪，為三沸，已上，水老，不可食也。」煮茶的水以二沸為佳，三沸以上便是老水了，不能食用。

「六之飲」：此章說明喝茶的方法。飲有粗茶、散茶、末茶、餅茶者。乃至於要用斫、熬、煬、舂等方法，最後貯於瓶缶之中，以湯沃焉，這稱之為庵茶。也可加上蔥、薑、棗、桔皮、茱萸、薄荷等，煮之。陸羽說：「茶有九難：一曰造，二曰別，三曰器，四曰火，五曰水，六曰炙，七曰末，八曰煮，九曰飲。」這從製茶到飲茶的種種過程，每個環節都要處置恰當，非常困難。

「七之事」：此章列舉了茶的歷史掌故、文獻，從三皇炎帝神農氏、周魯周公

旦、齊相晏嬰到傅巽《七誨》、弘君舉《食檄》、孫楚《歌》、華佗《食論》等等。

「八之出」：詳述陸羽時代各種茶的產地，從山南、淮南、浙西到黔中、嶺南等，提供許多茶葉重要史料。

「九之略」：除了以上考究的方式之外，陸羽在這章中提出可以省去茶器的粗略茶法，也就是因地制宜的方便法，適合出門在外或在野外烹茶，形成一種流動變更的特殊現象，這才是茶道的真正藝術。得其精神，不拘形式。

「十之圖」：以絹素或四幅、或六幅分佈，把《茶經》本文寫在素絹上掛起來。

《四庫全書提要》說：「其曰圖者，乃謂統上九類寫絹素張之，非有別圖。其類十，其文實九也」。可知這章只是總結。

陸羽的煮茶法稱為煎茶、點茶，主要分布在「五之煮」中，也就是在風爐上架上鍍，一邊煮水，聽水沸達二沸的聲音，一邊把茶餅碾為碎屑，搗成粉末，用籬篩過，貯在茶罐子裡，水沸後以茶末投入鍍中，調一點鹽，用竹夾攪散而後點茶。後來又發展出用茶筴刷點出茶沫的方式。

陸羽的茶道

從精神的角度來說，唐人飲茶已有茶道，所謂「茶道」是以修行「道」為宗旨的飲茶藝術，是飲茶之道和飲茶修道的統一。據丁以壽的歸納，則認為「茶道包括茶藝、茶禮、茶境、修道四大要素。所謂茶藝是指備器、選水、

取火、候湯、習茶的一套技藝；所謂茶禮，是指茶事活動中的禮儀、法則；所謂茶境，是指茶事活動的場所、環境；所謂修道，是指通過茶事活動來怡情修性、悟道體道。」

「茶道」一詞最早出現在《封氏聞見記》卷六論陸羽的文字中可見唐人認為陸羽《茶經》的出現已經具備茶道內涵了。但陸羽《茶經》只是綜述茶源、茶具、造茶、茶器、煮茶、飲茶、茶事等等之作，關於上述所謂茶道四大要素的部份，其實只能算是粗具規模，但其中修道層次，更是沒有明確的指涉。可見陸羽終究只是文士茶客，只關心茶藝活動而已，不像皎然對以茶寓禪道的用心，因此皎然對陸羽《茶經》仍有微詞，皎然曾有一首〈飲茶歌送鄭容〉詩說：「雪山童子調金鑪，楚人茶經虛得名。」（《全唐詩》卷 821）

「雪山童子」寓佛陀，「楚人」指陸羽，陸羽曾是僧家（智積和尚）長養的童子，如今雖完成《茶經》，卻未能託顯佛陀禪智，只是浪得虛名而已。由此可見皎然不僅幫助陸羽完成《茶經》，還是《茶經》最早的評人。

陸羽《茶經》雖達不到皎然的要求，但他已經為文人飲茶建立起精神美學。綜觀《茶經》中涉及茶湯美學與精神修養的文字有一、二，如：

茶之為用，味至寒，為飲，最宜精行儉德之人。……聊四五啜，與醍醐、甘露相抗衡。（一之源）

其沸，如魚目；微有聲，為一沸；緣邊如湧泉連珠，為二沸；騰波鼓浪，為三沸。……有頃，勢若奔濤濺沫，以所出水止之，而育其華也。

湯之華也，華之薄者曰沫，厚者曰餽，細輕者曰花。如棗花漂漂然於環池之上，又如環潭曲渚青萍之始生，又如晴天爽朗有浮雲鱗然。其沫者，若綠錢浮於水湄，又如菊英墮於罇俎中。餽者，以滓者之，及沸則重華累沫，皤皤然若積雪耳。(五之煮)

從這些文字可以看出陸羽的茶道思想是儒道釋合一的，這與唐代文化思想的背景一致。以「最宜精行儉德之人」一語來說，梁子《中國唐宋茶道》指出，《茶經》通書凡用 8 個精字，是「完美的原則」「精美上乘」、「精氣飽滿」，植基於「屋精極」「衣精極」的向上追求一種崇高的精神境界；「儉德」則反應出儒家思想底蘊。筆者認為精還有道、釋的思想，道家之「窈兮冥兮，其中有精」(《老子》二十一章)，佛家之「精舍」、「精室」、「精進」，也是追求超越之意；而儉為道家三寶之一，也是禪宗叢林生活美德，禪僧苦行清修，衣不過三衣，食只日中一食，其儉更勝於儒者。可見陸羽的茶道思想是融合式的，尚未發展出具體的茶禪概念。但他已經詮釋出茶湯美學，「五之煮」中一大段譬喻形容，成為文人飲茶嚮往的境界，也開啟日本重要茶道美學。

《茶經》中唯一明確用宗門語言的只有「與醍醐、甘露相抗衡」一語，嚴格說起來，陸羽為唐人整理出茶事文獻，提供茶道美學，但尚未臻於修道境界。不過茶道的理論化卻起始於陸羽，而陸羽又曾當過小沙彌，受寺院茶事薰陶，也算是佛教對茶文化的間接貢獻。

《茶經》對日、韓茶道的影響

日本茶道的起源可以追溯到十六世紀，但茶葉的傳入則是由遣唐使來完成的。日本古代沒有原生茶樹，也沒有喝茶的習慣。自從奈良時代的遣唐使們把茶葉帶回日本之後，茶這種飲料就在日本生根發芽了。

平安時代初期，遣唐使中的日本高僧最澄（767-822 年，日本天臺宗始祖）將中國的茶樹帶回日本，並開始在近畿的阪本一帶種植，據說這就是日本栽培茶樹的開始。到了鎌倉時代，禪僧榮西在中國學到了茶的加工方法，還將優質茶種帶回日本傳播。他於西元 1211 年寫成了日本第一部飲茶專著《吃茶養生記》，其實內容主要抄錄中國的《太平廣記》。

中國的茶文化來自平民大眾的日常習俗，而日本則恰恰相反，飲茶文化走的是自上而下的道路，就如同明治年間的資本主義改革。茶在剛剛傳到日本的時候完全屬於奢侈品，只有皇族、貴族和少數高級僧侶才可以享受，茶道被當作一種高雅的先進文化而局限在皇室的周圍，內容與形式都極力模仿大唐。自鎌倉時代開始，在思想上受到《吃茶養生記》的影響，將茶尊奉為靈丹妙藥的情況越來越普遍。而茶葉種植的高速發展也為茶走入平民家創造了有利條件，這段時間，飲茶活動以寺院為中心開始逐漸普及到民間。

日本最先創立茶道概念的是十五世紀奈良稱名寺的和尚村田珠光（1423-1502）。西元 1442 年，十九歲的村田珠光來到京都修禪。當時奈良地區盛行由一般百姓主辦參加的「汗淋茶會」，這種茶會採用了具有古樸的鄉村建築風格的茶室——草庵，對後來的茶道產生了深遠的影響。村田珠光在參

禪中將禪法的領悟融入飲茶之中，他在小小的茶室中品茶，從佛偈中領悟「佛法存於茶湯」的道理，村田珠光以此開創了獨特的尊崇自然、尊崇樸素的草庵茶風。據日本茶道聖典《南方錄》記載，標準規格的四張半榻榻米茶室就是珠光確定的，而且專門用於茶道活動的壁龕和地爐也是他引進茶室的。此外，村田珠光還對點茶的臺子、茶勺、花瓶等也做了改革。自此，藝術與宗教哲學被引入喝茶這一日常活動的內容之中並得到不斷發展。

繼村田珠光之後的一位傑出的大茶人就是武野紹鷗（西元 1502-1555 年）。他對村田珠光的茶道進行了很大的補充和完善，還把和歌理論輸入了茶道，將日本文化中獨特的素淡、典雅的風格再現於茶道，使日本茶道進一步的民族化了。

在日本歷史上真正把茶道和喝茶提高到藝術水平上的則是日本戰國時代的千利休（1522-1592），他早年名為千宗易，後來在豐臣秀吉的聚樂第舉辦茶會之後獲得秀吉的賜名才改為千利休。千利休將茶道從禪茶一體的宗教文化還原為淡泊尋常的本來面目。他不拘於世間公認的名茶具，將生活用品隨手拈來作為茶道用具，強調體味和「本心」；並主張大大簡化茶道的規定動作，拋開外界的形式操縱，以專心體會茶道的趣味。茶道的「四規七則」就是由他確定下來並沿用至今的。所謂「四規」即：和、敬、清、寂。「和」就是和睦，表現為主客之間的和睦；「敬」就是尊敬，表現為上下關係分明，有禮儀；「清」就是純潔、清靜，表現在茶室茶具的清潔、人心的清淨；「寂」就是凝

神、摒棄欲望，表現為茶室中的氣氛恬靜、茶人們表情莊重，凝神靜氣。所謂「七則」就是：茶要濃、淡適宜；添炭煮茶要注意火候；茶水的溫度要與季節相適應；插花要新鮮；時間要早些，如客人通常提前十五到三十分鐘到達；不下雨也要準備雨具；要照顧好所有的顧客，包括客人的客人。

從這些規則中可以看出，日本的茶道中蘊含著很多來自藝術、哲學和道德倫理的因素。茶道將精神修養融於生活情趣之中，通過茶會的形式，賓主配合，在幽雅恬靜的環境中，以用餐、點茶、鑒賞茶具、談心等形式陶冶情操，培養樸實無華、自然大方、潔身自好的完美意識和品格；同時，它也使人們在審慎的茶道禮法中養成循規蹈矩和認真的、無條件的履行社會職責，服從社會公德的習慣。因此，日本人一直把茶道視為修身養性、提高文化素養的一種重要手段。其實這些規則在八世紀的陸羽《茶經》中早已具備規模，透過遣唐使傳入日本更得到細部的講究。

韓國茶道也從遣唐使、遣宋使開始，韓僧道育尊者曾在唐景福年間（892-893），慕名至天臺山學習禪法與煎茶。高麗國僧統義天（1055-1101）為高麗國王文宗仁孝王第四子，原名辭榮，出家為僧，更名義天，封佑世僧統。宋元豐八年（1085），義天擔任高麗使者前來宋朝貢，請從淨源法師授華嚴經，宋神宗命楊傑陪同至杭州禮見源師。當時蘇軾任杭州太守，東坡曾寫詩給義天。僧統義天在宋時期也曾由楊傑陪同拜訪龍井寺主持辨才和尚，品茗龍井茶，又天臺山參謁智者大師塔，後人均謂義天為中韓禪茶交流的友好

使者。可見韓國的茶道是透過中國唐宋僧人流播出去的，而整個中國唐宋茶道都是在陸羽《茶經》之後才興盛起來的。

因此我們可說陸羽《茶經》是中國茶道文化建立的起點，對中國飲茶文化的貢獻，厥功其偉；影響到日本、韓國的飲茶文化，得到更精細多元的發揚，它真是東方中、日、韓等地的茶道聖典。



國家文官學院