

说茶

■魏荣冰

早上开门七件事，柴米油盐酱醋茶。喝茶，对于一个中国人来说，是每天必修的功课。明代茶学家顾元庆在《茶谱》中说：“人固不可一日无茶。”

中国是茶的故乡。陆羽在《茶经》开篇中写道：“茶者，南方之嘉木也。”中国茶叶品种繁多，有六大茶系，绿茶、黄茶、乌龙茶、红茶、黑茶、白茶。

中国饮茶历史悠久，至今已有五千年历史。《茶经》认为：“茶之为饮，发乎神农氏。”战国时成书的《神农本草》说：“神农尝百草疗疾，日遇七十二毒，得茶而解之。”自此，先民便以饮茶解毒，这大概是人类饮茶的起源。

茶叶含有茶素、单宁酸、维生素、芳香油、儿茶酸等人体所需要的多种元素，具有上佳的养生保健功效。日常饮茶，不仅可以让人醒脑提神，健脾开胃，还能预防各类疾病。因此，茶叶深受国民喜爱，茶汤成为国饮。

在喝茶的漫长过程中，人们不断深化对茶的认知，倾注对茶的感情，发展了灿烂的茶文化。唐代刘贞亮提出茶有“十德”：以茶散郁气，以茶驱睡气，以茶养生气，以茶除病气，以茶利礼仁，以茶表敬意，以茶尝滋味，以茶养身体，以茶可行道，以茶可雅志。可以看出，喝茶已经从早期的解毒、止渴、提神，扩展到清心雅志与和敬待人了。

茶文化的核心当属茶道精神。中国茶道源远流长，唐朝封演《封氏闻见记》记载：“茶道大行，王公朝士无不饮者。”中国茶道主张道法自然，包括环境、礼法、茶艺、修行四大要素。

自然环境宜幽，松间竹下，泉边溪畔，林中石上。人造环境宜雅，僧寮道院，亭台楼阁，画舫水榭，书房客厅。茶室要求庭院栽青松翠竹、草木花卉，室内有盆景挂画、文房清供。

礼法即茶道活动中的礼仪规范，有着鲜明的时代性和仪式感。《茶经》记载：“夫珍鲜馥烈者，其碗数三。次之者，碗数五。若坐客数至五，行三碗；至七，行五碗；若六人已下，不约碗数，但阙一人而已，其隳永补所阙人。”这是唐代煎茶道的行茶礼仪。

茶艺有备器、择水、取火、候汤、习茶五个环节。对于择水大有讲究，主张“山水上，江水中，井水下”。至于候汤，则关乎火候，《茶经》说：“其沸，如鱼目，微有声，为一沸；缘边如涌泉连珠，为二沸；腾波鼓浪，为三沸，已上，水老，不可食也。”东坡《试院煎茶》中云：“蟹眼已过鱼眼生，飏飏欲作松风鸣。”赵佶《大观茶论》说：“凡用汤以鱼目蟹眼连绎迸跃为度。”

修行是茶道的终极要旨，追求身心双修，通过饮茶陶冶情操，修心悟道。

中国茶道吸收了儒道思想精华，注入了天人合一的哲学思想，崇尚人与自然的和谐统一，追求物我两忘、旷达逍遥的精神，向往“至虚极，守静笃”的境界。

茶事既盛，掌故自然很多。晋代《三国志》记载，吴王孙皓嗜酒，每次大宴群臣，命令座上宾客每人饮酒七升以上，有位叫韦曜的大臣，博学多才，但不善饮酒，酒量不过二升，孙皓便暗中赐他以茶代酒。《晋书》记载，陆纳任吴兴太守，为官清正廉洁。有一天，骠骑大将军谢安退居后途经吴兴，登门拜访。陆纳命侄儿陆倕按惯例清茶一杯招待谢安。陆倕自作主张办了一桌丰盛的酒宴。谢安说，我做大将军大司徒时，到贵府都是清茶一杯，今天怎么这样奢侈？陆纳惭愧不已，送走谢安后，责打侄儿四十大板。冯梦龙《警世通言》有个故事，王安石身染一疾，太医院诊断后，给出药方，需备阳羨茶，以瞿塘峡中峡之水煎泡，可治。王安石遂托苏轼取水。苏轼船经瞿塘峡中峡时，沉迷于两岸壮丽景色，至下峡方才记起，遂取瞿塘峡下峡之水冒充。王安石煎茶，候水如蟹眼，急倾其水，茶色半晌方出。王安石生气地说，瞿塘峡之水上峡水性太急，下峡则缓，唯中峡为宜。今茶色半晌方出，必下峡之水无疑。苏轼无言以对。

喝茶如此重要，文人雅士反复吟咏，留下无数动人篇章。秦少游《茶》诗云：“茶实嘉木英，其香乃天育。芳不愧杜蘅，清堪掩椒菊。”芬芳不愧杜蘅，清香胜过椒菊，茶叶也就担得上天育嘉木的美誉了。苏东坡《次韵曹辅寄壑源试焙新茶》有“戏作小诗君勿笑，从来佳茗似佳人”之句，以佳茗喻佳人，形神

皆肖，实乃千古妙喻。《浣溪沙·细雨斜风作晓寒》有“雪沫乳花浮午盏，蓼茸蒿笋试春盘。人间有味是清欢”之句，偕友南山，清茶野餐，清浅之欢方为人间至境，确实是生命中的大智慧。诗僧皎然《饮茶歌诮崔石使君》“三饮便得道，何须苦心破烦恼”，拉开了中国茶道的序幕。元稹《茶》诗别致新颖，以宝塔之形而独树一帜。卢仝《走笔谢孟谏议寄新茶》描绘了品饮新茶的美妙意境，其核心内容“七碗茶歌”流播日本，演变为“喉吻润、破孤闷、搜枯肠、发轻汗、肌骨清、通仙灵、清风生”的日本茶道。陆游《临安春雨初霁》写道：“矮纸斜行闲作草，晴窗细乳戏分茶。素衣莫起风尘叹，犹及清明可到家。”以“闲作草”“戏分茶”的温馨生活场景，表达了自己洁身自好的人格精神。黄庭坚《奉同六舅尚书咏茶碾煎烹三首》以禅入诗，茶禅一味。

喝茶不单是文人雅士的事，黎民百姓也嗜茶成风。在中国，无论城市乡村，无论男女老少，皆以饮茶为日常生活要事。家里来了客人，或者去别人家做客，首先要奉上一杯热茶，为基本的待客之道。当然，最普遍的当属居家饮茶，一壶水，一撮茶，反复冲泡，不喝透不罢休。与文人雅士繁文缛节的茶道相比，民间饮茶随地随性，成为生活的一部分，人茶一体，须臾不可分。可以说，真正的茶道在民间。

我曾在乡间工作几年。一次到村里督促春季农业生产，一大早来到一户农家。大概早晨七点左右吧，这家老大爷已经双手捧着一个搪瓷大碗，茶叶占了几乎二分之一，深褐色的茶水看上去快要溢出来了。老大爷一边痛饮，一边咂嘴，宛如琼浆玉液一般。见我来了，老爷子连忙起身准备为我沏茶，只听得老大妈屋内喊道：“老汉，快给我也泡一碗！”话音未落，人已从屋子里走了出来，未及和我搭腔，先从桌上接过老爷子的茶碗，仰脖咕咚咕咚一气儿，大半碗浓茶就入肚了。

这时，老大妈才瞅着我，不好意思地说：“小伙子，你早，坐，喝个茶！”见两位老人喝得这么香，又不想拂了老人的美意，我就坐在小板凳上，端着茶碗喝了一小口。谁知茶汁入喉，顿觉又苦又涩，难以下咽。大概见我直皱眉头，老爷子哈哈大笑道：“这茶老，你喝不来！”老大妈笑吟吟地说：“小伙子年轻，多喝几口，就尝到香了。”

茶叶品种繁多，茶性各有不同，泡茶喝茶也有很多规矩。泡茶除了茶叶、茶具、用水之外，对于茶的用量、水的温度、冲泡时间及冲泡次数，都有非常严格的要求。不同的季节对茶叶也有相应的选择，一般来说，春饮花茶，花引茶香，醒神解困；夏饮绿茶，清热解暑，强身益体；秋饮青茶，温热适中，润喉生津；冬饮红茶，抗寒生热，滋养阳气。

在一个泛物质化时代，人心大多浮躁。许多人在利益追逐与人事纠葛中，丧失了自我，形成影子人格，活得非常虚假。何以医之？我能提供的答案之一即饮茶。或者一间斗室，一本古书，一盏香茗，神与物游，唇齿留香；或者三五挚友，相约茶室，煮茶闻香，海阔天空；或者家人相聚，远离尘嚣，掌火候汤，清香沁脾。在茶香氤氲中，且抛了浮名，回归诗意人生。

茶道自然，大道至简。一盏茶，如同一部经典。那么，就让我们在这苍茫人间，品茗修行，修云水襟怀，养浩然正气。



诗海拾贝

夏日感怀

■王清华

七月

几天的大雨过后
七月的天空很蓝
大团大团云朵在天空中飘散
有的像狮子
有的像小鸟

日子像流水
静静地喝一杯茶
或者欣赏一幅画
在树荫下听风吹香樟树的声音

七月的阳光明亮如去年
穿蓝裙子的小女孩目光清澈
世界安静的像要睡去
七月是多么美好的季节
有西瓜、冰淇淋和桃子
还有粉色的睡莲静静绽放

风从遥远的山坡上吹来
那个白发苍苍的老人缓慢地走着
躺在地上的黑猫好像在发呆
狗尾巴草已经结籽了

七月很热
七月很宁静
七月那么干净
又那么短暂

夏夜梦

晴了一天
黄昏时下雨
晚餐吃南瓜绿豆汤和包子
有时只想简单
简单到煮一碗生菜面糊

没有人和我联系
我的世界一片寂静
听音乐或者吃桃子
又或者躺在床上写诗
别人的世界我一无所知

听风听雨听人生
不知道第一根白发
什么时候长出
不知道多年的朋友
什么时候离去
夜那么静
风那么遥远
雨一点一滴
将忧愁层层晕染

今夜我还会做梦
那个刚出生的小花猫可爱极了
它一蹦一跳在草丛里嬉闹
还有那个背着粉色包包的
四岁小女孩
她转圈时裙子飘起来是多么美好