



“中国茶”入“非遗”

向世界讲好“中国茶”故事

生活发现

编者按

11月29日,我国申报的“中国传统制茶技艺及其相关习俗”项目成功列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。至此,我国共有43个“非遗”项目,居世界第一。

《神农本草经》曰:“神农尝百草,日遇七十二毒,得茶(茶)而解之”。中国是世界上最早发现和利用茶叶的国家,也是茶树种质资源非常丰富的国家。中国人自古以来就开始种茶、采茶、制茶和饮茶,发展出绿茶、黄茶、黑茶、白茶、乌龙茶、红茶六大茶类及花茶等再加工茶共2000多种茶品。此次入“非遗”的“中国传统制茶技艺及其相关习俗”,是有关茶园管理、茶叶采摘、茶的手工制作,以及茶的饮用和分享的知识、技艺和实践,涉及15个省(区、市)的44个国家级项目。

从古至今,茶一直是中国生活中不可缺少的一部分,古有“古人八大雅事,琴棋书画诗酒花茶”;今有“开门七件事,柴米油盐酱醋茶”。茶是雅趣亦是俗物,而博大精深的茶文化也早已融入中国人的日常生活,并在不同地区形成了不同的饮茶习俗,“中国茶”也被视作中华优秀传统文化的基因。相信随着我国“非遗”保护的深入开展,全国范围内的制茶技艺及其相关习俗都将得到系统化分类保护和更好的传承发展。

“无由持一碗,寄与爱茶人。”一片树叶,落入水中,改变了水的味道,从此有了茶;茶,经过了水与火、生与死的历练,与我们相遇。光阴如茶,喝一杯好茶,就犹如吸取了天地日月的精华,更似饱览了生活甘苦的诗书,顷刻间就能解开心千结,养心怡性。

岁末晓寒知暖意,围炉诗话且饮茶。淡雅清香的绿茶、甘醇甜润的红茶、绵柔顺滑的白茶、浓香醇厚的黑茶……这杯雅趣横生的“国饮”,从遥远的唐宋走过明清,被无数个春秋熬煮,汤色依旧碧绿清澈,香味仍然清雅醇郁。原来茶也可以如酒,封存在岁月深处,和时光争输赢。正如于丹所说:“一盏中国茶,是中华民族亮给世界的名片,这是一张素素净净的名片。茶喻高洁,茶显情趣,茶味虽然很淡,但它用意深远。”

每个人都有自己的“茶经”

胡杨

对于热爱生活的人来说,寒冬腊月围炉烹茶可谓一件美事;而手捧一杯热茶,遥望窗外飞雪,更是一件浪漫的事。“有茶的日子就是一段好时光。”于丹曾说,“无论如何忙碌,手边总可以有一盏茶,除了解渴,还可以养心——在某一瞬间,如坐草木之间,如归远古山林,感受到清风浩荡。”

三年疫情,让我们宅家的时间越来越多,此时不如“好好喝茶”,沉下去,静下来,感恩当下。人生的风景,其实也是我们内心的风景,到最后都会回归于简单与纯粹——于简单处看冷暖还寒,于纯粹处品人间冷暖,对生活学会珍惜和感恩。

每个人都有自己的“茶经”,我的关键词是“感恩”

喝茶的人不一定读过《茶经》,但一定知道“茶圣”陆羽。“自从陆羽生人间,人间相学事春茶。”一部三卷的《茶经》,陆羽从茶之源、茶之具、茶之造、茶之器、茶之煮、茶之饮、茶之事、茶之出、茶之略、茶之图等10个章节谈茶说茶,可谓“茶百科全书”。然而,“陆羽最与众不同的”是他泡茶时那份专注、用心、虔诚,他其实是用生命激活了茶,并浸润了茶里面最透彻的滋味。就如于丹所说:“中国的民间一直相信,同样的茶、同样的水由什么人来泡,用的什么样的心,其中有什么样的寄托,喝的人是可以知味可以懂得的。”

我是45岁后才开始喝茶的,对我而言,喝茶时光就是感恩时刻。而这些年,“茶”教给我的就是——“沉下去,静下来,感恩当下。”

上周末上午,一杯红茶开启了我的早读《庄子》时光,因为适逢卡塔尔足球世界杯期间,我特意找出土耳其旅行时买的茶杯,发朋友圈道:“在土耳其喝红茶是需要加糖的,今天我加了蜂蜜,谢谢临沧莉莉的滇红茶!”

今年10月中旬我在老家看护生病的老妈时,我妹妹说:“你上次给我的红茶真好喝!”我立刻联系了临沧“佳人”莉莉想多买一些红茶,她说:“我很高兴姐姐能喜欢我们的茶,谈钱伤感情。”那一刻,春风浩荡的不仅是我,还有我身边的老妹。很快我和老妹都收到了3大包滇红

茶,足够喝好几个冬天了。今年冬天我也常给儿子做焦糖奶茶,实现了“焦糖奶茶自由”。

这些年,我喝的其实都是“百家茶”。云南临沧莉莉的冰岛茶、忙肺茶,让我在品茗之余还补了“中国地理”。我发朋友圈问:“这茶糯香味十足,为啥叫忙肺?”莉莉回答:“忙肺是地名,是我家乡的一个小村庄。忙肺茶是茶界新秀,因不涩不苦、持久回甘被誉为‘赛冰岛’。”还有武汉小高的鹤峰白茶、恩施玉露、利川红;重庆秋秋的“川普”、老白茶、龙珠茶;厦门“老伴”的大红袍……

茶有百味,最浓的还是人情味。陆羽有一部《茶经》,其实喝茶

的人,每个人也都有一部属于自己的“茶经”,我的茶经关键词就是:“感恩”。我很同意于丹说的“喝茶这件事,其实也是一个人对世界的态度,是一种生活的态度,它藏着一个人的世界观。”而感恩,让不完美的人生渐趋圆满。

柴米油盐酱醋茶:茶道充满着中国人的生活智慧

“书画琴棋诗酒花,当年件件不离它。而今七事都变更,柴米油盐酱醋茶。”如果从“书画琴棋诗酒花”是历代文人墨客的高雅生活方式,那么“柴米油盐酱醋茶”就是普通人的生活写照。而茶道,则充满着中国人的生活智慧。

“茶”字从笔画上看,上有草,下有木,就是“人在草木之间”。人在草木间,吸收天地精华,这也是中国茶的精髓。正如于丹所言:“喝茶,喝的是日月沐浴之下,山泉滋养之中、一年四季流动的自然之气。喝茶,就是让我们跟随这种草木之性,真正将自己还原到自然之中。”

我个人的体会是:喝茶不过是“拿起”和“放下”。前半生为生存奔波劳碌,“柴米油盐酱醋”乃生存所需,要“拿得起”;人生来到下半场,要懂得沉下去、静下心来品茶,此乃“放得下”。正所谓:淡泊明志,宁静致远。

喝茶,可涤烦、养心。北宋蔡襄撰写的《茶录》里说,茶“其旨归于色香味,其道归于精燥洁”。表面看我们喝的是茶的味道,实际上喝茶人需要内心的沉静与清醒。世事喧嚣,人生纷扰,想品出一杯茶的滋味,需要的是一颗宁静之心。林语堂曾说,“以一个冷静的头脑去看混乱的世界的人”,才能体会出“淡茶的美妙气味”。

所以古时茶有个雅称叫“涤烦子”,顾名思义就是洗去内心的烦

忧。唐代《唐国史补》记载:“常鲁公随使西番,烹茶帐中。赞普问:‘何物?’曰:‘涤烦疗渴,所谓茶也。’因呼茶为涤烦子。”唐代施肩吾写道:“茶为涤烦子,酒为忘忧君。”

喝茶,得自在、怡性。《菜根谭》里说:“茶不求精而壶亦不燥”,喝茶可简单到只要让壶里水一直不干就好。大道至简,极简生活便是放开那些繁杂事物,回到喝茶本身。我的体会则是:“喝咖啡是集中优势兵力投入工作,喝茶是工作之后的放松休憩,咖啡与茶就是张弛有度、劳逸结合。”

其实,我们需要的不是昂贵的茶,更不是名贵的器,而是喝茶的心。美食家蔡澜说过:“茶是应该轻轻松松之下请客或自用的。你习惯了怎么泡,就怎么泡;怎么喝,就怎么喝。”的确,喝茶就是自适其适,就如古人所言:“茶如隐逸,酒如豪士;酒以结友,茶当静品。”

喝茶不但是静事,也是清福。鲁迅曾说:“有好茶喝,会喝好茶,是一种‘清福’。”人人都想享“清福”,但这需要你随时卸下烦恼琐事的功夫。庄子在《在宥》里说,养心就在于“解心释神”,“不恬不愉,非德也”。恬淡、愉悦应该是我们内心的常态,而这恰恰就是认真品茗可以带给我们的感觉。

其实,茶的生长从来不是一蹴而就的,它经历了四季的风霜雨露,是大自然孕育的精华。白居易的《食后咏茶》道:“食罢一觉睡,醒来两碗茶。举头看日影,已复西南斜。乐人惜日促,忧人厌年除。无忧无乐者,长短任生涯。”只要有茶相伴,我们就能得到一份坦然自在,让自己忧乐平衡。这种豁达与平阔,何尝不是“中国茶”给予我们的礼物?

岁末时光,冬日午后,让我们围炉煮茶,同饮一杯“中国茶”,从草木之茶中汲取人生智慧。



“中国传统制茶技艺及其相关习俗”项目成功列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。

记忆中的味道

吴明慧

生活中,我们每个人都需要“使某一天与其他日子不同、某一时刻与其他时刻不同的仪式感”,以此来表达我们对生活的经营和热爱,这也是我们从庸常劳碌中摆脱出来、使身心得以放松和放空的重要方式。譬如喝茶,就是我的生活中必不可少的仪式感——从初次接触到学会喝茶、再到懂得茶和不可一日无茶,这期间故事十分精彩。

作为地道的北方人,我过去并不知茶为何物,直到大学毕业后在江南立业安家,夫家的亲戚第一次见面送来了两大盒礼茶。多年以后我读《红楼梦》里的“茶事”才晓得,

以茶下聘是古已有之的传统习俗。可是我的父母都没有喝茶的习惯,于是它们就成了我的杯中物。

那时我还年轻,不谙品茶,喝茶也全无讲究,不懂茶的品类、特性以及什么季节喝什么茶,什么水质、器具、环境等都很随意,往往直接拿用过的各种玻璃瓶子当茶杯,喝得也比较豪放可称为“牛饮”,真是糟蹋了不少好茶。但这也算我与茶结缘了,而且当时那种日日豪饮的畅快使流水一般的日子过得不那么单调了,如今回味起来好似都是甘甜。

后来,我对喝茶渐渐形成习惯和依赖,于是开始各处寻访好茶。茶好,泡茶的器具也要好,而最有品质的饮茶器具首选名播天下的宜兴紫砂壶。

茶礼、茶器、茶文化……

喝茶的仪式感,代表着对生活的热爱

记得我曾在家门口的古玩街购得一把紫砂壶,当时手头拮据还心疼太费钱。多年以后,为了能有更好的茶壶泡好喝的茶,我先干脆到宜兴拜师学艺,从事起了紫砂壶的手工作。而今,用自己做的茶壶来泡茶,我们喝茶的幸福已不仅是茶的滋味,每一把茶壶都凝聚着我先生的心血和智慧。

不同季节,适宜喝不同品质的茶叶;不同泥料和器型的茶壶,适宜冲泡不同品类的茶叶。现在我们亲友小聚,多数时候不是约饭而是约茶;家人团聚的仪式感,除了杯盘齐整还有茶桌上摆放的3只茶盏;日常周末及节假日,我们家总少不了这样的对话:喝什么茶?喝好茶。用什么壶?合欢壶。喝茶的仪式感,代表着我们对光阴的珍重、对生活的热爱。

喜欢喝茶的我,还深受《红楼梦》中茶文化的熏陶,在我的《校园红楼》拓展课上,我还专门展示了一堂关于红楼茶文化的市级研讨课,从介绍茶类到展示茶具,从布置茶席到演示冲泡,从来没有一节课使我那样陶醉于中国传统文化的博大精深,尤其为中国茶文化的悠久历史和人文积淀感到自豪。

2022年11月,“中国传统制茶技艺及其相关习俗”成功入选联合国教科文组织的人类非物质文化遗产代表作名录。我们每个中国人都有责任也有义务向世界讲好“中国茶”的故事,让作为“国饮”的中国茶文化传承有序、生生不息。

食尚台

『中国茶』之古韵雅称

中国的茶文化源远流长,各类茶除了有了自己的美名,爱茶的古人也会给其赋予一些雅称,使茶不仅滋味美,更充满诗意。

云华。“好山好水出好茶”,生于山巅云雾处的茶皆为上品。“华”指事物最好的部分,所以古人称好茶为“云华”。晚唐皮日休《寒日书斋即事》诗云:“深夜数瓯唯柏叶,清晨一器是云华。”

暮霞。元代耶律楚材《西域从王君玉乞茶因其韵七首》曰:“红炉石鼎烹团月,一碗和香吸碧霞。”

不夜侯。西晋张华《博物志》说:“饮真茶,令人少眠,故茶美称不夜侯,美其功也。”意思是茶有提神功效。

余甘氏。该典故出自宋·李郭《纬文琐语》:“世称橄榄为余甘子,亦称茶为余甘子。因易一字,改称茶为余甘氏,免含混故也。”意思是指茶水饮之的甘甜可口,喝完更是唇齿留香,余味缠绵。

玉爪。因茶叶泡开后如鸟爪,故称“玉爪”。宋代杨万里《澹庵坐上观显上人分茶》曰:“蒸水老禅弄泉手,隆兴元春新玉爪。”还有类似凤爪之类的比喻,如欧阳修称赞双井茶为“西江水清江石老,石上生茶如凤爪”。

鸟嘴。因茶叶状似鸟嘴,故称鸟嘴。唐郑谷《峡中尝茶》:“吴僧漫说鸦山好,蜀叟休夸鸟嘴香。”

鸡苏佛。鸡苏原为一种植物,其叶淡香,以此喻茶为“鸡苏佛”。

茶枪、茶旗。茶叶未展开时似枪,故称“茶枪”。茶叶冲泡后嫩叶展开的芽如一面面小旗,故称“茶旗”。

莽茶。指粗茶,因为采摘时间晚,茶叶比较成熟,所以又被称为老茶。后来泛指茶。

雀舌。爱饮茶的清乾隆帝游江南时,喜欢带玉泉山的泉水烹茶,他的《观采茶作歌》将茶叶比喻为“倾筐雀舌还鹰爪。”

瑞草魁。瑞草为香草,茶为瑞草之首,极言茶之佳美。唐朝杜牧《题茶山》:“山实东吴秀,茶称瑞草魁。”

清风使。据《清异录》载,五代十国时,有人称茶为“清风使”。卢仝的茶歌中也有饮到7碗茶后,“惟觉两腋习习清风生,蓬莱山,在何处,玉川子,乘此清风欲归去”之句。

春箭。指早茶的意思,早春新长出的嫩芽幼嫩而有生命力。

清友。宋代苏易简《文房四谱》有语:“清友,谓茶也”。唐代姚合品茶诗云:“竹里延清友,迎风坐夕阳”。(沧江河)