



香港教育大學

The Education University
of Hong Kong

中國語文教育榮譽學士課程 (五年全日制)

科目：CHI4655 HONOURS PROJECT II

(01C)

本科論文研究

題目： 論《茶經》中儒釋道思想

學生： 邱淑婷

導師： 鄭吉雄老師

日期： 2020 年 5 月 15 日

目錄

引言.....	3
背景介紹.....	5
《茶經》中儒家思想.....	7
《茶經》中道家思想.....	14
《茶經》中佛家思想.....	18
結論.....	21
參考資料.....	23

論《茶經》中儒釋道思想

引言

中國是茶的故鄉，茶在我們的日常生活中隨處可見，正如俗語所說：「柴米油鹽醬醋茶」。然中國的茶不單單是一種解渴提神的飲品，它還有著龐大的茶文化體系，是中國文化的一部分。近幾年隨著中國文化熱潮的掀起，茶文化也逐漸為大家所熟知和推崇。王玲在《中國茶文化》一書中提到：中國的茶文化是一種典型的中介文化，即以物質為載體，在物質中滲透著精神內容，而茶是以物質形式出現的，當它發展到一定時期注入深刻的文化內容，產生精神和社會功用。¹ 王玲所說的茶由物質和精神結合的時期便是唐代，唐代陸羽（約 733-804）所著的《茶經》是我國第一部茶書，是茶物質和精神結合的體現，不僅上升了茶的地位，陸羽推崇的茶道也在當時的社會中盛行。正如《封式聞見記》中記載：

「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，王公朝士無不飲者。」

其中《茶論》便是指陸羽的《茶經》，講述了茶的起源、種植、採摘、器具等知識，加深人們對茶的認識之餘，亦是中國茶道的開始，傳遞了陸羽對茶的態度和茶中蘊含的思想，這是值得我們學習和傳承的。正如錢大宇所說《茶經》的意義在於建構了中國茶文化的基礎，使茶含有深刻的精神和哲學觀，以茶性和茶禮提升個人修養，是一種獨特的價值取向。² 關於陸羽《茶經》的研究亦是中國茶文化研究的一個熱門，主要是從《茶經》的輯校、注評，《茶經》的思想文化內涵，

¹ 王玲：《中國茶文化》（北京：中國書店，1992年），頁5。

² 錢大宇：〈陸羽《茶經》的人文精神〉，《農業考古》，2000年2期，頁257。

以及陸羽生平和思想進行研究。³ 其中思想是《茶經》中重要的內容，茶本身的物質性帶給人的只是感官的享受，而真正的價值是思想的承載，這也是中國茶文化能夠源遠流長，受人喜愛的原因。對於中國的茶思想，許多文獻中都提及是集儒釋道三家的思想於一身，而這個思想的發端就是源自陸羽的《茶經》，正如蔡鎮楚和施兆鵬在《中國名家茶詩》中提到：「陸羽是開創了茶道的先河，探討了飲茶藝術，以及將茶活動與儒、釋、道三教精神融為一體，使飲茶活動成為精行儉德、陶冶情操的手段，為後世茶文化的發展提供典範。」⁴《茶經》是中國茶道儒釋道思想的基礎，那具體的思想內容是甚麼？對當今茶道又有何影響？因此，本文將研究《茶經》中儒釋道思想和對今中國茶道發展的影響作為研究方向，分析其思想內容和現實意義。

研究方法主要是文獻研究法，通過查閱書籍、期刊論文和學位論文等相關著作，從中收集和整理，再對相關內容進行分析和拓展。本論文的創新點在於會探究《茶經》中儒釋道思想對當今中國茶道發展的意義和價值，且對《茶經》中體現儒釋道思想的內容做了一個整合，因為三者是相互依存、互補的存在，充分地展現了中國茶道的融合性，以及物質與精神共存文化特性。本論文將分為四個部分：第一部分是背景介紹，講解陸羽的生平和所處的時代背景，以及《茶經》的基本內容；第二部分則分析《茶經》中的儒家中庸和入世的思想；第三部分繼續分析《茶經》中道家「天人合一」的思想；最後則分析《茶經》中佛家茶禪一味思想。

³ 丁以壽：〈當代中國茶文化研究略評〉，《飲食文化研究》2009年，頁117。

⁴ 蔡鎮楚，施兆鵬：《中國名家茶詩》（北京：中國農業出版社，2003年），頁6。

背景介紹

陸羽《茶經》中傳遞的思想與他所處的朝代和坎坷的人生經歷息息相關，正如王玲所說：「陸羽的茶文化思想有著深刻的社會背景，是一個光輝的時代創造了他光輝的思想。」⁵ 陸羽是一名棄嬰，三歲時被龍蓋寺的禪師智積收養，並以《易經》中的漸卦：「鴻漸於陸，其羽可用為儀」，為其定姓為「陸」，名為「羽」，字「漸鴻」。⁶ 陸羽雖然從小在寺廟中長大，但對佛經並不熱衷，他真正喜歡的是儒家經典，有著「窮則獨善其身，達則兼善天下」的理想抱負，且常常與智積禪師進行儒佛辯論，因此激怒禪師被罰繁重的勞役。正如《陸文學自傳》中記載：「公因矯憐無愛，歷試賤務：掃寺地，潔僧廁，踐泥於牆，瓦施屋，牧牛一百二十蹄。」⁷ 然陸羽終於在十二歲時逃離了寺廟，在一個小劇團當起了伶人，開始了四處漂泊的生活。

陸羽對茶的喜愛源自於寺廟的生活。唐朝時期禪宗盛行，亦帶動茶的發展，正如《封式聞見記》記載：

「茶，南人好飲之，北人初不多飲，開元中泰山靈巖寺有降魔師，大興禪教，學禪務於不寐，又不夕食，皆許其飲茶。人自懷挾，到處煮飲，從此轉相仿效，遂成風俗。」⁸

茶有助於禪宗的修行，所以養成僧人們喝茶的習慣，這亦被當時的人們爭先效仿，唐代飲茶的風氣也逐漸開始形成。另外，許多寺廟因為對茶葉的需求量大，所以

⁵ 王玲：《中國茶文化》（北京：中國書店，1992年），頁34。

⁶ 高旭輝：《茶與文化》（台北：盈記唐人工藝，2008年），頁10。

⁷ 吳覺農：《茶經述評》（北京：農業出版社，1987年），頁367。

⁸ 吳智和：《中國茶藝論叢》（高雄：復文圖書出版社，1993年），頁12。

他們會自己種植茶樹，再進行採摘和烘培茶葉等工序，獨自形成一條茶葉鏈。陸羽所出的寺廟亦是如此，所以他從小就接觸茶事，對茶有很深的瞭解，且能夠煮得一手好茶，智積禪師也十分喜歡陸羽煮的茶。因此，在《茶經》中陸羽不單單說明了如何煮茶、品茶，還有介紹了其他與茶有關的知識，從而建構了一個完整的中國茶文化體系。正如顏鵬慧所說：「唐代的飲茶不再只是生活所需，茶藝、茶宴、品水、貢茶、茶亭，甚至茶政、茶法、茶文學等，茶成了一種真實的文化的載體。」⁹ 這有助於陸羽《茶經》的出現。

在外闖蕩的日子，陸羽先後受到當時的竟陵太守李齊物和詩人崔國輔的賞識，得以安心專研儒學和茶事。然而在經歷安史之亂後，陸羽不得不隨難民南下，在茶風濃厚的南方展開了他對茶事的研究，陸羽經常四處遊歷並考察各處茶葉的品質、水質以及茶碗的種類等，通過實踐為《茶經》的內容奠定基礎。此外，在游離的過程中，陸羽亦結交了許多志同道合的好友，如著名的詩僧皎然、文人顏真卿，以及道人李冶等，雖然他們的派別不同，但他們都是愛茶之人可以互相交流，為陸羽創作《茶經》提供了很大的幫助，在思想方面亦受到他們的影響。

《茶經》共七千多字，分三卷十章。一之源，介紹茶的生長環境和功能。二之具，講述採製茶葉的工具。三之造，講解採茶的時機與如何製作茶餅。四之器，介紹了陸羽自創的二十四件茶器。五之煮，闡述了煮茶的方法。六之飲，闡述飲茶的方法。七之事，羅列有關茶的歷史。八之出，介紹產茶勝地和茶葉品質的名次。九之略，講述在甚麼情況下可以省略哪些器具。十之圖，展示和茶有關的畫像，但已經失傳。

⁹ 顏鵬慧：〈唐代僧人茶生活〉，《明道學術論壇》，2011年7卷3期，頁180。

因此，從身世來說，陸羽首先接受了佛家的洗禮，雖最終未入佛門，卻因此愛上了茶；從學說來看，他精通儒家的經典，為他寫《茶經》奠定了堅實的基礎；從性格而言，陸羽受道家影響深遠，不為功名利祿，喜歡無拘無束的生活，這樣他才能夠潛心研究茶事，最終完成《茶經》這部著作。¹⁰ 所以，陸羽《茶經》的成書是始於佛，基於儒家，行於道。

《茶經》中儒家思想

王伶認為：「中國茶道思想是融合儒、道、佛諸家精華而成，但儒家思想是它的主題。」¹¹ 《茶經》中亦是如此，儒家思想是陸羽《茶經》的和諧。《茶經一之源》中有寫到：「茶之用，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。」¹² 此句的斷句和解說，茶界眾說紛紜，吳覺農先生將其斷句為：「茶之用，味至寒；為飲最宜。精行儉德之人……」¹³ 雖然二者斷句不同，但不可否認的是大家都認同「精行儉德」這四個字是《茶經》的核心價值，即飲茶之人需做到「精行儉德」才能達到茶的最高效益，這是陸羽對茶人品德的要求，希望飲茶之人都具有「精行儉德」，這也是對自己的勉勵。但《茶經》中並沒有對「精行儉德」進行詳細地解說，吳覺農先生在《茶經述評》一書中將其解釋為：「注意操行和儉德的人。」¹⁴ 其認為陸羽提出「精行儉德」與《茶經》的寫作思想息息相關，因為陸羽除了

¹⁰ 高旭輝：《茶與文化》（台北：盈記唐人工藝，2008年），頁23。

¹¹ 王伶：《中國茶文化》（北京：中國書店，1992年），頁117。

¹² [唐]陸羽，[清]陸延燦著：《茶經》（昆明：雲南人民出版社，2006年），頁3。

¹³ 吳覺農：《茶經述評》（北京：農業出版社，1987年），頁1。

¹⁴ 吳覺農：《茶經述評》（北京：農業出版社，1987年），頁2。

研讀儒家經典外，還常常與封建士大夫階級人士交往，所以陸羽以他們的飲茶習慣來論述茶的飲用價值。¹⁵ 鮑志成通過對「精行儉德」的考究認為陸羽所說的「精行儉德」應是「精進修行」和「儉以養德」的簡稱，其中「精進」表示儒家的積極入世的志向，引申為銳意進取、自強不息的含義；而「儉以養德」指節儉有助於養成質樸勤勞的品德情操，此為儒釋道三家共同提倡的修行之道和君子美德。¹⁶ 由此可見，「精行儉德」具有儒家思想，且「茶性儉」可通過品茶不斷地精進自己，以儉樸的方式培養良好的品德

「精行儉德」雖然是唐代陸羽提倡的茶道核心價值，但是對現今中國茶道的發展仍有指導性的意義。當今喝茶比較普遍、大眾化，更衍生出許多和茶有關的產品，例如：奶茶，款式多樣，味道可口且簡單方便，很受大眾喜歡；或者將茶成為社交、生意場上的工具，這些都是茶的外在物質特性，是表層的，滿足口腹之慾和自身利益。隨著社會經濟迅速地發展，人們對物質的追求大過於精神的追求，當精神世界匱乏時，正需要推廣陸羽《茶經》中提倡的「精行儉德」的茶道精神，通過品茶讓人們浮躁、功利的心得以沈靜下來，仔細品味茶中真諦，達至修身養性的效果。因此，「精行儉德」的儒家思想，是茶物質和精神結合，將茶與人的品德相連接，在品茶中不斷精進自己，養成良好的品德。茶是我國重要的文化之一，「精行儉德」的中國茶道思想亦是值得我們繼續學習和傳承下去。

另一個體現《茶經》中儒家思想的便是陸羽設計的風爐，以下是《茶經·四之器》中對風爐的描述：

¹⁵ 吳覺農：《茶經述評》（北京：農業出版社，1987年），頁42。

¹⁶ 鮑志成：〈陸羽茶德思想探源及當下意義〉，《茶博覽》，2018年08期，頁53-54。

風爐以銅鐵鑄之，如古鼎形，厚三分，緣闊九分，令六分虛中，致其圯墮。凡三足，古文書二十一字。一足云：「坎上巽下離於中」，一足云：「體均五行去百疾」，一足云：「聖唐滅胡明年鑄」。其三足之間設三窗，底一窗，以為通飈漏爐之所，上並古文書六字：一窗之上書「伊公」二字，一窗之上書「羹陸」二字，一窗之上書「氏茶」二字，所謂「伊公羹陸氏茶」也。¹⁷

由此可知，陸羽對器具的質地、形狀、尺寸都描述得非常具體，這樣有利於推動陸羽茶道的傳播，可以通過《茶經》的描述製作出相同的茶器，這也是為甚麼陸羽《茶經》推出後，受世人推崇的原因之一，他是樂於創新和分享的，將自己畢生投入茶的研究中，並大力推行茶道，希望茶人都能夠如他一樣認真對待茶事，享受品茶之趣。

此外，風爐是以《周易》思想為指導，而《周易》是儒家「五經之首」，由此體現了儒家五行和諧和積極入世的思想。¹⁸ 首先，風爐形如鼎，成三足鼎立之勢，且三足分別刻有「坎上巽下離於中」、「體均五行去百疾」、「聖唐滅胡明年鑄」二十一個字。其中「坎上巽下離於中」是指「巽主風，離主火，坎主水。風能興火，火能熟水，故備其三卦焉。」¹⁹ 坎、巽、離此為《周易》的三個卦像，分別代表風、火、水，概括了風爐的運作，即上是煮茶的水，中是煮水的火，下是興火的風，三者相生相助。而「體均五行去百疾」指風爐是由銅鐵製成，代表金；爐膛的四周塗滿了泥，代表土；風爐需要用木炭起火，木炭代表木，再加上煮茶的水，便具備了五行：金、木、水、火、土。「體」指調和，表示風爐唯

¹⁷ [唐]陸羽，[清]陸延燦著：《茶經》（昆明：雲南人民出版社，2006年），頁10。

¹⁸ 王玲：《中國茶文化》（北京：中國書店，1992年），頁128-129。

¹⁹ [唐]陸羽，[清]陸延燦著：《茶經》（昆明：雲南人民出版社，2006年），頁10。

有五行相互調和，煮出的茶才能夠去除疾病。因此風爐集齊了五行八卦的理論，體現了儒家「和」的思想。而風是一種外力，在此表示人為之風，因為茶事需要人才能夠啟動。人才是茶事的主體，沒有了人一切都變得沒有意義，而這樣的人亦需是精行儉德之人，才能夠控制好風力，使五行和諧運作，煮出好茶。

其次，「聖唐滅胡明年造」這句有許多學者研究陸羽所指的時間，但無論是甚麼時候，我們可以確定的是風爐創於安史之亂之後，從「聖唐」二字亦可看出陸羽對滅胡的喜悅之情。「聖」是褒義詞，指高貴的、神聖的，為人所景仰的，所以「聖」給予人正統的感覺，而唐是正統，胡是入侵者，「聖唐滅胡明年造」是陸羽為了紀念唐滅胡的偉大事蹟，也體現了他仍然心繫天下，擁有人世的思想。因此，風爐的三足分別代表了陸羽對國家前途的關懷；渴望社會和諧安定，百姓能夠安居樂業的美好心願；以及紀念聖唐滅胡的盛事。

另外，三足之間還設有三窗並刻有「伊公羹陸氏茶」六字，正如錢大宇所說：風爐是一個具有儒家文化色彩的茶器，它的裝飾設計，既闡述了風火水自然和諧的情境，「伊公羹陸氏茶」又表明了他匡時濟世的理想，將道德觀念注入其中，用商湯名相伊伊與自己的茶道相提並列。²⁰ 表明了陸羽推行茶道，著《茶經》的原因。可見陸羽雖然沒有入仕途，但仍讓心懷天下，有一顆治世之心，這也是為何陸羽會被世人稱之為茶聖的原因。

除了風爐，陸羽造的鍬亦體現了中國儒家思想，鍬是指大口鍋，煮茶之用，其形描述如下：「方其耳，以令正也。廣其緣，以務遠也。長其臍，以守中也。」

²⁰ 錢大宇：〈陸羽《茶經》的人文精神〉，《農業考古》，2000年2期，頁256。

²¹ 而令正、務遠、守中正是儒家治國之理。²² 其中「令正」指使其端正的意思，在古代嫡妻是正室，「令正」還指的是對他人嫡妻的敬詞，²³ 所以「令正」有正名之義，而「正名主義」是儒家政治哲學中一個根本的理念，指建立一個是非善惡的標準。²⁴ 因此，「方其耳，以令正」指鍋耳要做成方形的，使其方正端莊，表示執政者應以是非善惡的標準去評判所聽到的言論。其「廣其緣，以務遠」則指鍋的邊緣要寬，使其廣闊，指執政者應廣開言路，接受多方面的言論。「長其臍，以守中」指鍋臍要長，使其處於中心。「中」指儒家中庸之道，「中」是「無過不及」，「無偏倚」的意思，「庸」是「恆久不易」的意思，「中庸」則是諸德之「則」。²⁵ 表示執政者應遵循中庸之道，不偏不倚，折中調和的方式來治理國家，執中守正。此外，對於鍍的材質，陸羽亦提出：「雅則雅矣，潔亦潔矣，若用之恆，而卒歸於鐵也。」²⁶ 說明用瓷製造雖然雅致，用白銀製造雖然潔淨，但是想要長久使用還是用鐵做鍍最好，可見陸羽講究物品的實用性，而非外在的美觀性，體現了陸羽儉樸的良好品格。

因此，無論是風爐還是鍍，陸羽在創造上都加入儒家中庸、和諧的思想，充滿著中國文化意義，是陸羽用來托物言志的器具，表達自己的志向之餘，亦表明了希望國家安定繁榮的美好願望，體現了儒家入世的思想。正所謂：「水為茶

²¹ [唐]陸羽，[清]陸延燦著：《茶經》（昆明：雲南人民出版社，2006年），頁12。

²² 王玲：《中國茶文化》（北京：中國書店，1992年），頁129。

²³ 羅竹鳳：《漢語大詞典》（上海：漢語大詞典出版社，2001年），頁1119。

²⁴ 韓梅岑：《中國政治哲學思想之主潮與流變》（北京：中國青年出版社，1943年），頁33。

²⁵ 韓梅岑：《中國政治哲學思想之主潮與流變》（北京：中國青年出版社，1943年），頁20-21。

²⁶ [唐]陸羽，[清]陸延燦著：《茶經》（昆明：雲南人民出版社，2006年），頁12。

之母，器爲茶之父」，茶器具有載道的特點，是不可忽視的，由此突出中國茶器的重要性。雖然陸羽所創造的二十四茶器在今時今日未必全都適用，畢竟隨著朝代的改變，喝茶的方式也有所改變，陸羽提倡的是煎茶法，現今流行的是泡茶法，風爐、鍤等許多器具都不符合現在的飲茶方式，但是它們的價值和影響是不可取代的。我們可以透過《茶經》的內容進行仿古，還原陸羽煮茶時所需的二十四茶器，感受古人茶道的精髓。另外，這對中國茶器的發展也具指導意義，值得我們思考當今的茶器蘊含的意義是甚麼，我們不應該侷於茶器的外觀和材質，茶器亦能載道。因此，陸羽《茶經》給予我們的啟示是中國茶道不單單是指喝茶的本身，它還有許多附屬的文化是值得我們去探究和發展。正如茶器，是中國茶道不可缺少的一部分，我們日常生活也應給予重視

中國是禮儀之邦，茶亦具有茶禮。王玲認為：「中國人主張禮儀，便是主張互相節制，有秩序。茶使人清醒，所以在中國茶道中也吸收了『禮』的精神。」²⁷ 可見茶的作用是使人能夠保持清醒地狀態，從而以禮約束自己，使得社會能夠和諧發展。而「禮包括兩個方面，一是對自身的要求，二是如何對待別人。每個人都能按照禮的精神自律與待人，整個社會就會處於非常和諧融洽的狀態。」²⁸ 此體現了儒家的中庸思想。陸羽《茶經》中的提倡的茶禮亦是如此，對個人而言，要以「精行儉德」來要求自己，時刻注意自己的操行和德行。在茶事方面，需備二十四茶器來招待友人，以符合茶的禮儀，亦是對友人對尊重。在《茶經·九之略》中提到在山野中煮茶時，是可以省略部分茶器的，但在結尾時唯獨強調：「但城

²⁷ 王玲：《中國茶文化》（北京：中國書店，1992年），頁131。

²⁸ 高旭輝：《茶與文化》（台北：盈記唐人工藝，2008年），頁85。

邑之中，王公之門，二十四器闕一，則茶廢矣。」²⁹「王公之門」指的是士族階級，陸羽覺得他們更應該時刻遵循禮儀，因為他們是社會的表率，應該按茶禮嚴格要求自己，以禮事茶，才能體現茶的雅興。

在對待他人方面，唐代有許多的茶事活動，儒家、道家和佛家之間都會透過茶事進行交流溝通，以茶交友。因此，茶禮顯得格外重要，只有大家遵循茶禮，互相尊重，才能夠和諧共處。《茶與文化》一書中提到：「要達到中庸、和諧，禮的作用不可忽視。」³⁰《茶經》中茶禮體現在茶器、煮茶和品飲中，即是否運用二十四茶器，以示對客人的尊重；煮茶時對火的控制和水運用是否能夠煮出好茶，供客人品嚐；品飲則體現於是否能夠分配好茶湯，營造和諧的氛圍，使得賓客盡歡。陸羽十分重視茶湯的分配，正如《茶經》提到：「夫珍鮮馥烈者，其碗數三；次之者，碗數五。若座客數至五，行三碗；至七，行五碗；若六人以下，不約碗數，但闕一人而已，其雋永補所闕人。」³¹將珍貴鮮美的茶與客人分享，以禮分茶，分甘同味，待人以誠，人與人之間才能夠和諧共處。當今社會茶是人際交往中重要的媒介，其中茶禮是不可忽視，以禮待己，以禮待人，時刻堅守茶道禮儀彼此互相尊重，才能共創和諧社會。

陸羽提倡的「精行儉德」茶道精神，強調飲茶之人的操行品德，將飲茶視為修身養性的方式，使得茶的物質與精神結合，提高茶的價值，為中國茶道的精神提供參考依據。正如莊晚芳先生將中國茶道精神歸納為「廉、美、和、敬」四大

²⁹ [唐]陸羽，[清]陸延燦著：《茶經》（昆明：雲南人民出版社，2006年），頁36。

³⁰ 高旭輝：《茶與文化》（台北：盈記唐人工藝，2008年），頁85。

³¹ [唐]陸羽，[清]陸延燦著：《茶經》（昆明：雲南人民出版社，2006年），頁22。

茶德；而程啟坤和姚國坤則主張「理、敬、清、融」；陳香白則將其歸納為一個「和」字，認為其已囊括了所有，是中國茶道的內核。³² 雖然他們表達的方式不同，但思想都是相通的，以儒家中庸、和諧的思想為主，通過飲茶修身養性，與人交往，以禮相待，使社會得以和諧發展。

《茶經》中道家思想

上文提到陸羽如每個文人一樣有儒家治世的理想，心懷天下，然而他終究還是沒有進入官場，而是過起隱居的生活，專心鑽研茶事。康才媛認為陸羽隱居的地區是道教文化的活躍區，且他的追求自我、率真的性格與莊子追求純真自然相符合，因此，《茶經》的底蘊是道家思想。³³ 而道家主張崇尚自然，因此，茶道中含有「天人合一」的哲學思想，是茶道的靈魂。³⁴ 牟中真亦認為《茶經》的道家思想是「天人合一」，即「物我合一」，其可分為三個方面：一是抱樸，即追求樸質無華；二是守靜，即道家的「存養」精神；三是宇宙，即追求「萬物與我唯一」的境界。³⁵ 可見陸羽《茶經》中體現的道家思想便是天人合一，主張崇尚自然，講述了茶、自然與人之間的關係。

《茶經一之源》寫道：「茶者，南方之嘉木也。」茶樹是南方優良的樹木，可見茶是源於自然，然茶亦有品質之分：

³² 謝塵：《可以修身養性的技藝》（成都：右灰文化傳播有限公司，2012年）。

³³ 康才媛：〈陸羽之成長、性格與學識——兼論與道家關係〉，《淡江史學》，27期（2015年9月），頁15。

³⁴ 蔡鎮楚，施兆鵬：《中國名家茶詩》（北京：中國農業出版社，2003年），頁6。

³⁵ 牟真金：〈《茶經》「天人合一」哲學內涵管窺〉，《寧夏師範學院學報》，39卷6期（2018年6月），頁95。

「其地，上者生爛石，中者生礫壤，下者生黃土。凡藝而不實，植而罕茂，法如種瓜，三歲可採，野者上，園者次。陽崖陰林，紫者上，綠者次；筍者上，牙者次；葉卷上，葉舒次。陰山坡谷者，不堪採掇，性凝滯，結瘕疾。」³⁶

陸羽認為茶樹的生長環境不同，品質也會不同，其中生長在爛石中的茶樹才是最好的，最次的是種植在黃土的，因此，陸羽提出「野者上，園者次。」因為生長在大自然野生的茶樹，其土地的土壤會更加的肥沃，且它們在艱難的環境中依靠自身的力量成長，吸收了大自然的日月精華，是最純真、樸實的茶樹。而園中的茶樹是由人工種植，受人精心照料而成，雖然產量多且採摘方便，但土壤的營養不夠野外的好。這是陸羽經過實踐，走訪山川大地，慢慢品嚐得出的結果，其得出的結論體現了道家崇尚自然的精神，唯有貼近自然的才是好的，不受世俗污染，吸收天地精華而成長，正如莊子曰：「物，契合於自然，方算真好、真美。」根據鮑曉華等人的研究發現亦野生古茶樹泡飲比茶園的優越許多，其味道苦澀，較淡，但回甘久、醇和且具有甜花香氣。³⁷ 可見陸羽的說法經過科學驗證過仍是正確，野生的茶樹優於人工養殖的。因此，茶不單單是解渴的飲品，茶還代表了大自然的純真、樸實，通過品嚐茶讓自己貼近大自然，達至物我合一的境界。

而「陽崖陰林」指生長在向著太陽的山崖，並有林木遮蔭的茶樹；「陰山坡谷」指生長在背陰的山坡。其中「陰山坡谷」的茶性凝滯，是不宜飲用的。老子曰：「道生一，一生二，二生三，三生萬物。萬物負陰而抱陽，衝氣以為和。」

³⁶ [唐]陸羽，[清]陸延燦著：《茶經》（昆明：雲南人民出版社，2006年），頁3。

³⁷ 鮑曉華、董玄和潘思軼〈野生古茶樹與茶園茶的比較研究〉，《浙江農業學報》24卷4期（2012年），頁608。

萬物負陰抱陽而生，陰陽互相協調才能得以中和。因此，「陽崖陰林」符合道家思想，陰陽協調才能生長出品質優良的茶樹。另外，《茶經》中提到：「凡採茶，在二月，三月，四月之間」、「其日，有雨不採，晴有云不採」和「採不時，造不精，雜以卉莽，飲之成疾」，其指出採茶的時間和需注意的事項，表明採茶要順應天時地利人和，遵循自然的規律，達至陰陽調和才行。

除此之外，《茶經·六之飲》亦總結了茶的九難：

「一曰造，二曰別，三曰器，四曰火，五曰水，六曰炙，七曰末，八曰煮，九曰炊。陰採夜焙，非造也。嚼味嗅香，非別也。羶鼎腥甌，非器也。膏薪庖炭，非火也。飛湍壅潦，非水也。外熟內生，非炙也。碧粉縹塵，非末也。操艱攪遽，非煮也。夏興冬廢，非飲也。」³⁸

在陸羽眼中世間萬物都有其精妙的地方，茶亦是如此，而且陸羽有一套自己的評判標準，其依據與道家「物我合一」的思想息息相關，其一，不可陰天採茶葉和晚上烘培茶葉，因為這樣陰陽不協調，茶葉吸取太多陰氣而缺少陽氣，從而難以保存，得不償失；其二，識別茶不是靠咀嚼其味道和嗅其香味，還要觀察茶湯的變化，以及品嚐茶湯的味道，此猶如識人，不可只看外表，還要看其內心；其三，使用茶器亦要保持純淨，不可用沾有羊騷味的鼎和魚腥味的甌，指人應該保持本心，不要沾染不好的習氣；其四，火最好是用木炭進行燃燒，但不可用烤過肉及沾染了油煙的炭，即要保持物件的自然性，不可被污染。其五，不可以用湍急和停滯不流的水，即人不可太急躁或閉塞，要保持平和的心態。其六，茶葉的焙炙熱不可以外熟內生，指人的德行應內外兼修，表裡如一。其七，將茶葉碾成青綠色的粉末和清白色的茶灰不能稱為茶末，應該碾成顆粒狀，指人即使經歷很多磨

³⁸ [唐]陸羽，[清]陸延燦著：《茶經》（昆明：雲南人民出版社，2006年），頁22。

難，也要保持初心。其八，煮茶的操作要熟練，不可攪動得太急，指人做事要用心，不可操之過急。其九，喝茶不是夏天才喝，冬天不喝，指好的品格是長久養成的，要持之以恆，不能半途而廢。可見煮茶並不是一件簡單的事情，每一環都至關重要，茶品猶如人品，遵循事物的本性，契合大自然的規律，才能煮出好茶。

另外，中國的茶道重在情景合一，個人需融於大自然中，陸羽亦認為茶湯包含了大自然最潔淨、美好的品性，製茶、煮茶、品茶的过程便是享受大自然之趣的过程。³⁹ 茶源於自然，在經過一道道程序之後製成茶末，而重現自然本性便是煮茶的情景，正如《茶經·五之煮》所著：

「華之薄者曰沫，厚者曰餒，輕細者曰花，如棗花漂漂然於環池之上；又如回潭曲渚清萍之始生；又如晴天爽朗，有浮雲鱗然。其沫者，若綠錢浮於水渭；又如菊英墮於樽俎之中。餒者，以滓煮之，及沸，則重華累沫，皤皤然若積雪耳。」⁴⁰

陸羽在煮茶時留意茶湯中沫餒的變化，將其聯繫到大自然之物，如棗花、潭水、清萍、浮雲等，建構出一幅幅美麗的自然景象。因此，茶對陸羽而言，不僅有解渴的功效，更是連結大自然的媒介，正如牟中真所說：「在煮茶過程中，如果能認真觀察茶湯的變化，這也是一種與自然相融的審美體驗，能夠使人身心得到浸潤，達到古樸、祥和、寧靜、空靈的境界。」⁴¹ 在煮茶的過程中，觀看茶湯的變化，再通過想像回歸自然，讓自己的內心得以平靜，享受這一切，感受自然之美。

³⁹ 王玲：《中國茶文化》（北京：中國書店，1992年），頁138。

⁴⁰ [唐]陸羽，[清]陸延燦著：《茶經》（昆明：雲南人民出版社，2006年），頁18-19。

⁴¹ 牟真金：〈《茶經》「天人合一」哲學內涵管窺〉，《寧夏師範學院學報》，39卷6期（2018年6月），頁95。

陸羽《茶經》中「天人合一」的道家思想是中國茶文化重要組成部分，通過茶將自然與人聯繫起來，讓茶人重新回歸自然，感受自然之美。《茶經》中提倡的煎茶法工序是繁複的，這一道道工序是茶轉化的過程，茶是自然之物，將茶葉轉化至茶末是對自然的提煉，煮茶湯則是讓自然再現的過程，最終目的是將飲茶的物質性昇華為精神上的享受，透過煮茶和品茶的方式回歸自然，達至物我合一的境界。雖然如今製茶、煮茶的方式不同，但茶中含有的自然之韻是不會變的，可以從泡茶和品茶中回歸自然，享受自然之趣，因此，《茶經》中體現的道家「天人合一」的思想十分值得借鑑和傳承。隨著中國文化熱潮的掀起，中國茶文化亦越來越多人推崇，人們對茶葉的需求也日趨上漲，如今茶樹以人工種植為主，野生茶樹則少之又少，那如何順應自然，尊重自然，愛護自然，使得人和自然得以和諧發展，這亦是我們值得思考的問題。

《茶經》中佛家思想

陸羽生活在一個儒釋佛共融的朝代，相對於儒家入世的思想 and 道家隱世的思想，佛家興起的禪宗亦廣受社會大眾的認同。葛兆光認為禪宗強調的是內心體驗，即把外放在自然、社會的心靈力量收回至內心，主張遠離塵世的紛擾，追求清淨優雅的生活情趣。⁴² 而茶能夠達到此效果，禪宗的僧人們有喝茶的嗜好，因為喝茶可以消除他們的疲勞，提神醒腦之餘，還有助於他們的修行悟道，禪宗主張「茶禪一味」，即在茶中注入佛理禪機，將茶道與禪意相結合，提倡以茶禮佛，以茶助禪。⁴³ 這也成功吸引了當時經歷了安史之亂後，心態失衡的士大夫們，使

⁴² 葛兆光：《禪宗與中國文化》（上海：上海人民出版社，1988年）頁233。

⁴³ 蔡鎮楚，施兆鵬：《中國名家茶詩》（北京：中國農業出版社，2003年），頁6。

他們在品飲中進入禪悟之境，從茶中體味到失去世界的復歸。⁴⁴ 而陸羽與禪宗頗具淵源，他自幼在寺廟中成長，受佛家茶事的薰陶，之後又結交了志同道合的詩僧皎然，二人相互交流、影響，因此，陸羽所著的《茶經》也有佛家思想的痕跡。

正如吳覺農先生在《茶經評述》中提到《茶經》中的瀉水囊就是禪家茶事中會用到的器具，其作用是過濾煮茶用的水，然而除了陸羽之後就沒有人再提到過這器具。⁴⁵ 瀉水囊對其他茶人而言並不是很重要，是可有可無的存在。但瀉水囊對佛家而言卻是十分重要的，它是佛家六物之一，用於過濾飲用之水，藉此保護水中蟲類的性命，此對應了佛家不殺生的戒律。⁴⁶ 可見陸羽《茶經》中亦保留佛家元素，體現了對弱小生命的慈悲、敬畏之心，以及懷有眾生平等的思想；對於茶器的設計和使用亦考慮得很周到，會融合各家的思想和文化，既有表示儒家中庸思想的風爐，又有代表佛家萬物皆平等的瀉水囊。雖然我們現在一般都是用已經殺菌消毒過的自來水進行泡茶，瀉水囊似乎沒有存在的必要，但是器具本身存在的意義和價值是值得我們思考和提倡的。隨著飲茶方式的轉變，陸羽提倡的二十四器具現今已經消失了許多，但它們對中國茶道的發展仍具有參考的價值，可以為中國茶道提供另一種可能性。

另外《茶經》寫到：「茶之用，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。」⁴⁷

⁴⁴ 潘林榮：〈「茶禪一味」考辨〉，《農業考古》，1994年02期，頁82。

⁴⁵ 吳覺農：《茶經書述評》（北京：農業出版社，1987年），頁129。

⁴⁶ 殷玉嫻，王峰：〈從《茶經·四之器》看陸羽的佛教思想傾向〉，《安徽農業大學學報》，2007年，3期，頁95

⁴⁷ [唐]陸羽，[清]陸延燦著：《茶經》（昆明：雲南人民出版社，2006年），頁3。

董書婷認為「啜」字體現了「靜心自悟」的思想，此意為小口喝，慢慢斟酌，對於參禪悟道的人可以靜心地品味人生，以及從啜飲中悟出人生觀。⁴⁸ 而「醍醐」和「甘露」亦是佛家用語，表示「灌輸智慧，使人徹底覺悟，身心清涼。」⁴⁹ 此體現了佛家茶禪一味的思想，在陸羽眼中茶是能夠達至「醍醐」和「甘露」的效果，人可以從品茶得到頓悟，從而感悟人生真諦。由此可見，陸羽對於茶寄予很高的期望，認為茶寒涼的品性不僅適合做飲品，對於精行儉德之人而言，除了有藥用功效令人身體舒暢外，還可以通過慢慢地品飲使人內心得以平靜，從而在靜心中領悟茶中真諦，這也是禪宗生活的表現。

此外，陸羽並沒有明確指出「精行儉德之人」是何人，雖然是以儒家思想為主，但茶並不是一家之物，只要茶人擁有良好操行且具有儉樸的特質就能夠有達至「醍醐」和「甘露」的效果，他們可以是儒者、道者、禪者，或是其他人。當然每個人從茶中體會的感悟都會有所不同，對於儒家而言品茶更注重的是個人的道德修養，達至修身養性的效果；道家是通過品茶達至人與自然合一的境界，追尋自我、隨性的人生；佛家則是提倡茶禪一味，從啜飲中感悟人生的真諦。人的思想、心境不同，從茶中體會到的感悟也是不同的，這便是茶能夠受社會大眾喜愛的原因之一，物質與精神的高度結合，品的是茶，悟的卻是人生。無論是過去還是現在，茶在精神上發揮的作用都是不容忽視的，如何才能悟道，陸羽也給予了明確的提示——「精行儉德」，茶品和人品之間是互相依存、影響，這亦是當今中國茶道需要傳承和提倡的精神。

⁴⁸ 董書婷：〈論《茶經》中禪宗思想及英譯再現〉，《赤峰學院學報》，34 卷 4 期（2013 年 4 月），頁 45。

⁴⁹ 代道軍：〈茶道之「精行儉德」與禪宗精神〉，《陝西廣播電視大學學報》20 卷 4 期（2018 年 6 月）頁 65。

結論

綜上所述，陸羽在《茶經》中提倡的「精行儉德」是中國茶道的開始，王玲在《中國茶文化》中提到：「中國茶文化的精華是它的茶道精神，古人是以茶藝的形式宣傳這精神，只講茶道精神顯得空洞無物，讓人很難理解。」⁵⁰《茶經》亦是如此，講述了許多與茶有關的知識，為建構中國茶文化做鋪墊，且將中國的儒釋道思想滲透在茶事的方方面面，有體現儒家中庸和諧思想的茶器，有透過觀察茶湯的變化達至天人合一境界的道家思想，還有禪宗茶禪一味思想，指在品茶淨心自悟。

總體而言，陸羽《茶經》匯聚了儒釋道各家思想的精華，以儒家思想為主體建構其茶道體系，通過茶體現儒家中庸和諧思想，表達儒家積極入世的精神，以及強調茶對人品德修養的影響和茶禮的重要性；再以道家思想為輔，體現了《茶經》中人與自然的關係；而禪宗的內容在《茶經》所佔的篇幅最少，起到補充的作用，其思想主要是通過品茶增加對內心世界的探索，體現茶靜心自悟的效果。此三種思想融合在陸羽的《茶經》中，為之後中國茶道思想的發展奠定了堅實的基礎。雖然時代不同，現今製茶、泡茶、品茶的方式與《茶經》記述的方式有所不同，但《茶經》中傳遞的茶道思想，對現今浮躁、追求物質社會極具指導性意義，值得我們學習和傳承下去，且如何將《茶經》中的思想與當今茶道相結合，亦值得我們思考和研究。

⁵⁰ 王玲：《中國茶文化》（北京：中國書店，1992年），頁90。

參考資料

書籍

- [1.] 王玲：《中國茶文化》，北京：中國書店，1992 年。
- [2.] 吳智和《中國茶藝論叢》，高雄：復文圖書出版社，1993 年。
- [3.] 吳覺農：《茶經書述評》，北京：農業出版社，1987 年。
- [4.] 高旭輝：《茶與文化》，台北：盈記唐人工藝，2008 年。
- [5.] [唐]陸羽，[清]陸延燦著：《茶經》，昆明：雲南人民出版社，2006 年。
- [6.] 葛兆光《禪宗與中國文化》，上海：上海人民出版社，1988 年。
- [7.] 蔡鎮楚，施兆鵬：《中國名家茶詩》，北京：中國農業出版社，2003 年。
- [8.] 韓梅岑：《中國政治哲學思想之主潮與流變》，北京：中國青年出版社，1943 年。
- [9.] 謝塵：《可以修身養性的技藝》，成都：右灰文化傳播有限公司，2012 年。
- [10.] 羅竹鳳：《漢語大詞典》，上海：漢語大詞典出版社，2001 年。

期刊

- [11.] 丁以壽：〈當代中國茶文化研究略評〉，《飲食文化研究》2009 年，頁 116-126。
- [12.] 代道軍：〈茶道之「精行儉德」與禪宗精神〉，《陝西廣播電視大學學報》，2018 年 20 卷 4 期，頁 64-67。
- [13.] 牟真金：〈《茶經》「天人合一」哲學內涵管窺〉，《寧夏師範學院學報》，2018 年 39 卷 6 期，頁 92-96。

- [14.] 康才媛：〈陸羽之成長、性格與學識—兼論與道家關係〉，《淡江史學》，27 期（2015 年 9 月），頁 15-34。
- [15.] 殷玉嫻，王峰：〈從《茶經·四之器》看陸羽的佛教思想傾向〉，《安徽農業大學學報》，2007 年 3 期，頁 93-95。
- [16.] 董書婷：〈論《茶經》中禪宗思想及英譯再現〉，《赤峰學院學報》，2013 年 34 卷 4 期，頁 44-46。
- [17.] 潘林榮：〈「茶禪一味」考辨〉，《農業考古》，1994 年 02 期，頁 78-92。
- [18.] 錢大宇：〈陸羽《茶經》的人文精神〉，《農業考古》，2000 年 2 期，頁 255-258。
- [19.] 鮑曉華、董玄和潘思軼：〈野生古茶樹與茶園茶的比較研究〉，《浙江農業學報》，2012 年 24 卷 4 期，頁 603-608。
- [20.] 顏鵬慧：〈唐代僧人茶生活〉，《明道學術論壇》，2011 年 7 卷 3 期，頁 167-182。