

丝绸之路把茶叶传到世界各地

~~ 沙里洪遗著选（上）

（一）

中国人喝茶的历史已有三千年，说来话长，外国人喝茶的习惯，原来是从中国古代丝绸之路才传送到过去的，接着又传送到世界各地。

有关中国古代发现茶树及用茶制茶和栽培茶树的历史，是在周武王代纣年代，当时的巴蜀部落就已经把*茶叶*当作贡品敬献给周武王（此说在司马迁所写《史记》有记载）。

此后在西周年代（距今3000年）前人（尔雅）一书中的*檟*或*苦茶*即为今日所说的*茶*是指*苦茶*之含义，它是属于菊科植物*苦苣菜*的全草。

*茶树*与上述*苦茶*有所不同，实指山茶科植物茶的*叶芽*。到了西汉末年，由文学家杨雄所编撰的著作中，有提到蜀西南人谓茶为*蒹*，还有文人司马相如也提及*蒹*可入药，还有西汉王...?的《僮约》书中，更有*烹茶与买茶*的较早记载。

三国时代饮茶之风更盛

到了三国两晋时期，以茶代酒和文人以茶待客之风气更盛，接着宗教兴盛，饮茶习俗也传入大小寺庙，和尚接此破睡清修，也开始植茶与讲究饮茶，故有*茶佛一味*之说。

进入唐代，更其

盛衍饮茶，当时的产茶区已普遍分布于浙江，华南，华中等地，当时的文人在饮茶过程中还发现，饮茶可以提高思维与想象力，并为此下文许多优美的诗篇。

*茶神*编撰齐全*茶经*

就在这段期间（约在733年到804年）由一位文人陆羽编写成一本相当齐全的《茶经》。由此被大家称之为*茶神*，是中国第一部有关茶的品种，栽种法，茶叶产地，采茶与制茶技术之论述。

《茶经》也提到有关茶的烹饮和有关各种茶具，让世人对茶的认识增广见闻，同时推动了饮茶风气，争相开设茶铺，进入唐代前后，当时

的文人雅士，更是品尝茗茶，饮茶情趣更其广泛。

也正是在唐代开元年间，茶叶和饮用，品种，栽培技术与知识开始传送到日本，印度，阿拉伯，印尼，斯里兰卡，苏联，然后继续传送到其他40多个国家。

中医经典著作列有药茶

后来由饮茶而形成*药茶*的历史，我们可以陶弘景所著述的《神农本草经注》就有提到当时的几个地方人士皆有好茗之举，*凡所饮物，有茗及木叶，冬天，菝葜皆宜人*。这可能就是应用其他植物代茶之饮的最早记载。

还有唐代医药书籍《千金要方》中便有如下十首药茶方包

括*竹茹芦根茶*但不含茶叶在内，另有《食疗本草》（成书于752年）以及《外台秘要》均有详细记述有关*代茶新饮方*。此外还有朝廷方书与野史小说和民间药茶方集等均有记载。

（二）

茶叶的药性与保健

在茶叶受到大众的喜爱过程中，中国历代都有人应用茶叶为复方，加入其他草药用来治理常见病或多发病，甚至还能治疗一些“顽症”或“不治之症”与“多发病”。

是不是茶叶中真的具有治病药效呢？

在陈藏器所著《本草拾遗》一书论述说：*茶为百病之药*。陆羽在《茶经》中说：茶之为用味至寒，为饮最宜，经行俭德之人，若热喝凝闷，目...?脑疝，四肢烦?，百节不舒，聊四五啜与醍醐，甘露抗衡也。

另根据中医文献记载：茶叶气味甘苦，药性为寒，无毒，能清热降火，消暑解渴，去病除疫，醒神悦志，清头目，益思少睡，开胃，消食，治腻，解酒，解毒，止痢，利尿，



说明：2009年5月，苏北文学节，四位名作家在多巴湖一带合影，左起：寒川、沙里洪、晓星和林义彪合影。



沙里洪摄于多巴湖游艇码头