

中国茶文化的演变脉络与当代价值探析

康 文

昆明理工大学马克思主义学院，云南 昆明

收稿日期：2025年10月15日；录用日期：2025年11月22日；发布日期：2025年12月3日

摘 要

中国茶文化发源于神农，在唐代兴起，宋代盛行，元明清时期变革拓展至近现代转型发展。茶文化在数千年的演变中，从物质利用逐步升华为融合了儒、释、道哲学智慧的生活艺术与精神实践。本文旨在系统梳理茶文化的历史脉络，并重点通过对宋徽宗《大观茶论》的深度文本分析，阐释其“致清导和”思想如何具体融通儒家与道家的哲学理念。茶文化内在的、通过身体实践追求精神境界的独特路径，使其在全球化背景下展现出强大的当代生命力，能够有效涵养国民精神文化生活、彰显民族文化自信并促进社会和谐。

关键词

茶文化，历史演变，《大观茶论》，“致清导和”，当代价值

Study on the Evolutionary Trajectory and Contemporary Value of Chinese Tea Culture

Wen Kang

School of Marxism, Kunming University of Science and Technology, Kunming Yunnan

Received: October 15, 2025; accepted: November 22, 2025; published: December 3, 2025

Abstract

Chinese tea culture traces its origins to Shennong, rose to prominence in the Tang Dynasty, flourished in the Song Dynasty, and underwent transformative developments during the Yuan, Ming, and Qing Dynasties before evolving into its modern form. Over millennia, tea culture has progressed from mere material utility to a refined art of living and spiritual practice, integrating the philosophical insights of Confucianism, Buddhism, and Taoism. This study systematically outlines the historical trajectory of tea culture, with a focused textual analysis of Emperor Huizong of Song's *Da Guan Cha Lun* (*The Great Treatise on Tea*). It examines how the text's core concept of "Zhi Qing Dao He" (Achieving Purity and

文章引用：康文. 中国茶文化的演变脉络与当代价值探析[J]. 国学, 2025, 13(6): 1116-1122.

DOI: 10.12677/cnc.2025.136160

Guiding Harmony) embodies a synthesis of Confucian and Taoist philosophical principles. Tea culture's inherent distinctive approach—elevating spiritual realms through embodied practice—endows it with enduring relevance in the globalized era. It contributes to enriching national spiritual and cultural life, reinforcing cultural confidence, and fostering social harmony.

Keywords

Tea Culture, Historical Evolution, *Da Guan Cha Lun*, “Zhi Qing Dao He”, Contemporary Value

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

茶，源于中国，兴于世界。茶文化作为中华优秀传统文化的重要组成部分，历经数千年的发展，已从一种物质生活的饮茶技艺，逐步升华为一种深度融合了哲学思想、艺术审美与伦理规范的生活艺术与精神实践。它不仅见证了中华民族的社会变迁，更以其独特的方式塑造着国人的生活方式与价值观念。

关于茶文化的概念，从内涵来讲，是指特定社会成员所传承的与茶有关的能力和素养，包括思想道德、宗教信仰、文学艺术、制度规则、知识体系、风俗习惯等；从外延来看，它以人文层面为核心，兼涉社会科学和自然科学，与茶产业、茶科技并列[1]。

在全球化深入发展与文化多样性备受关注的今天，中国传统文化的传承与创新面临新的机遇与挑战。茶文化因其广泛的群众基础、深厚的历史积淀与独特的精神内涵，其当代价值的挖掘与阐发具有重要的现实意义。

2. 茶文化的历史演变与脉络

中国茶文化并非一成不变，而是在漫长的历史进程中历经了从物质利用到精神升华，从社会上层到平民百姓的复杂演变。其发展脉络与各时期的社会经济、哲学思潮及生活方式紧密相连，呈现出鲜明的阶段性特征。

2.1. 茶文化的起源与早期发展

茶文化的最初形态与人类的使用需求密不可分。其源头可追溯至上古时期。据传，“神农氏尝百草，日遇七十二毒，得茶解之”的故事中，提到茶叶可以解毒，这标志着茶被人类作为药用认识和使用的开始。春秋战国以前，茶叶主要功能为药用与食用。从生嚼到煎服，再发展到羹饮食用，如《晋书》记载“吴人采茶煮之，曰茗粥”[2]，体现了利用方式的初步演进。至魏晋南北朝，饮茶逐渐超越单纯的物质层面，其文化内涵开始萌芽。一方面，茶从珍贵的奢侈品逐渐成为普通饮料，“客来敬茶”的待客之礼初步形成。另一方面，茶与精神生活开始结合，出现了“以茶养廉”的社会观念，并与佛教禅修相结合，为后世“茶禅一味”思想的形成奠定了基础。这一时期可以被看作中国茶文化的开端。

2.2. 茶文化的形成与兴盛

唐代是中国茶文化实现系统化、理论化并走向兴盛的关键时期，堪称茶文化形成的黄金时代。其标志性事件是陆羽《茶经》的问世。《茶经》作为世界首部茶学专著，系统总结了茶的起源、生产、器具与品饮之法，将饮茶从生活技能提升为“精行俭德”的生活艺术与哲学实践。此时期饮茶风尚遍及全国，

饮茶方式以“煎茶法”为主流，讲究炙茶、碾茶、罗茶、候汤、育华、酌茶等一套完整程式，追求感官与精神的和谐统一。同时，佛教禅宗的兴盛极大地推动了饮茶风尚的普及。僧人在坐禅的时候需要提神，所以普遍饮茶。于是，这种饮茶方式从寺院扩散到民间，逐渐演变为社会风尚，茶文化由此深入人心。唐代茶文化为此后千年的发展开辟了多种路径与可能。

2.3. 茶文化的变革与拓展

唐代之后，茶文化在承袭前代的基础上，经历了深刻的变革与拓展。

宋代，茶文化呈现出极尽精致与艺术化的特点。茶文化在唐代的基础上走向极致奢华与精致，以点茶法为核心，衍生出“斗茶”、“分茶”(又称“茶百戏”、“水丹青”等)两种形式，将茶事的艺术性推向高峰。这一时期，皇室饮茶之风正盛，宋徽宗赵佶甚至亲自写了一本关于茶文化的专著——《大观茶论》。当时最为有名的是北苑的龙凤团茶，是用刻有龙凤图案的模型压制而成的团饼茶。然而，这种繁复奢华的团饼茶文化在元代及明初开始发生根本性转变。

元代，随着蒙古人的统治，茶文化受到了一定冲击。但与此同时，进入元朝后，随着各民族的交流与融合，推动了中国茶文化的平民化。

明代，茶文化呈现出由繁入简与自然清淡的特点。明代是茶文化发生根本性转变的时期。明太祖朱元璋废团茶、兴散茶，促进了瀹泡法的流行。瀹泡法，是指直接用沸水冲泡散茶即可饮用。这一变革使饮茶方式大为简化，彻底走向世俗化和平民化。茶文化风气为之一变，崇尚自然真味。

清代至民国时期，茶文化呈现出深度世俗化与日常化的特点。这一时期，茶馆文化空前繁荣。茶馆成为三教九流汇聚的公共空间，承担着信息交流、娱乐休闲、社会调节等多重功能，茶文化也由此深度融入市井生活，成为社会百态的缩影。

在茶文化的变革与拓展阶段，中国茶文化经历了从文人独享到普通民众广泛参与的转变，从单纯的饮茶活动到蕴含深厚文化内涵的精神活动的演变。这个时期的茶文化变革与拓展，为今天茶文化的传承和发展提供了丰富的历史资源和文化积淀。

2.4. 近现代茶文化的转型与发展

近代以来，中国茶业与茶文化在西方冲击和内部变革中曲折发展。晚清至民国，传统茶业面临挑战，但茶作为日常生活必需品的地位未曾动摇，“柴米油盐酱醋茶”的民谚即是明证。新中国成立后，特别是改革开放以来，中国茶文化进入了全面的复兴与创新期。这一时期的茶文化发展呈现出以下特点：首先，对传统茶艺的挖掘与恢复，如唐代煎茶、宋代点茶等饮茶方式被重新挖掘和恢复；其次，茶文化的社会功能被重新认识，被视为涵养心性、提升生活品质的重要途径；再次，茶文化与产业经济深度融合，茶文化旅游、茶馆业、茶叶会展经济等蓬勃发展，茶文化成为推动经济增长的新动能[3]。与此同时，全球化的浪潮促使中国茶文化更加积极地走向世界，通过国际茶文化交流、茶产品贸易等形式，成为展示中华文化魅力、促进国际交流的载体。

近现代茶文化在保持传统韵味的同时，积极拥抱时代的变化，展现出强大的生命力和广阔的前景。

3. 茶文化的哲学内涵与《大观茶论》研究

中国茶文化在漫长的发展过程中，不断汲取中国传统的儒、释、道思想的精髓，将其价值理念内化于茶事实践，而宋代经典《大观茶论》正是这一哲学融合的集大成者。对其文本进行深度解析即可发现，其中所倡导的“致清导和”思想，不仅标志着儒、释、道思想在茶文化中的深度融合，更展现了一种通过身体实践抵达精神境界的独特哲学路径。

3.1. 茶文化与儒家思想

儒家思想作为中国传统社会的主流意识形态，其核心的“仁、礼、和”等观念深刻塑造了茶文化的伦理品格。首先，茶事活动是践行儒家“礼”的理想载体。自唐代以来，“客来敬茶”成为最基本的待客之礼，体现了人际交往中的尊重与秩序。陆羽在《茶经·一之源》中开宗明义地指出“茶之为用，味至寒，为饮。最宜精行俭德之人”[4]。茶的功效：茶的性味至寒，作为饮料，最适合精心一志、行事严谨、俭以养德的人饮用。这一论断首次将茶的自然品性与人的品德修养相联系。唐代刘贞亮提出的“茶有十德”中，“以茶利礼仁”、“以茶表敬意”、“以茶可雅志”等，皆是从儒家伦理角度阐发茶的社会功能[5]。其次，儒家“和”的思想在茶事中体现得尤为突出。宋徽宗赵佶在《大观茶论》中认为茶能“祛襟涤滞，致清导和”，即通过饮茶达到内心的清静与和谐。茶道过程中的精行俭德、尊卑有序、和谐包容，无不折射出儒家追求社会秩序与人际和谐的终极理想。

3.2. 茶文化与佛教思想

佛教，特别是禅宗，与茶文化的结合极为深入，为茶文化注入了空灵静寂的哲学气质。首先，茶与禅的结合，最初源于其实际功用。僧人坐禅修定，务于不寐，且过午不食，茶能提神醒脑、补充体能的特性，使之成为佛门修行的良伴，故“茶禅一味”之说应运而生。茶成为助禅入定、明心见性的媒介。唐代封演在《封氏闻见记》中记载：“开元中，泰山灵岩寺有降魔大师大兴禅教，学禅务于不寐，又不夕食，皆许其饮茶。人自怀挟，到处煮饮，从此转相仿效，遂成风俗”[6]。其次，茶性“至清至洁”，饮茶可令人头脑清醒、心境澄明，这与佛家追求清净无染、破除烦恼的宗旨相契合。茶事活动中的清规礼仪，对于僧人来说不仅是一种修行，更是一种通过茶事活动来体悟禅机、践行佛法的方式。唐代诗僧皎然在《饮茶歌·诮崔石使君》中写道：“一饮涤昏寐，情思朗爽满天地。二饮清我神，忽如飞雨洒轻尘。三饮便得道，何须苦心破烦恼”。此诗生动描绘了由茶入禅、物我两忘的精神境界。

3.3. 茶文化与道家思想

道家崇尚自然、返璞归真、天人合一的理念，为茶文化注入了清静无为、逍遥隐逸的哲学气质。首先，道家视茶为沟通天地的灵物，生于明山秀水之间，本身便蕴含着自然之道。饮茶，即是亲近自然、体悟道法的过程。道家追求“贵生”、“养生”，而茶很早就被认识到具有轻身换骨、延年益寿的药用价值。东晋葛洪在《抱朴子·内篇》中言：“欲得长生，肠中当清”[7]，而茶正有涤荡尘虑、清心寡欲之效。许多道家人物也是茶的爱好者和推广者，如南朝陶弘景在《杂录》中记载：“苦茶轻身换骨，昔丹丘子、黄山君服之”[8]。唐代诗人卢仝的“七碗茶诗”更是将饮茶后“唯觉两腋习习清风生”的飘飘欲仙之感描绘得淋漓尽致。这种对“清”的境界的追求，同样体现在宋代茶学之中，宋徽宗所言“祛襟涤滞”之效，便与道家养生观一脉相承。其次，道家思想在茶事中体现为对自然环境的极致追求，喜好在山林泉畔、明月清风之下品茗，追求人与自然的浑然一体。这是一种寄情山水、通过茶事寻求精神超脱和心灵自由的态度。

3.4. 《大观茶论》与“致清导和”的哲学融通

前述可见，儒、释、道三家思想共同构成了中国茶文化的哲学基石。其中，儒家赋予了其伦理骨架，道家注入了其自然气韵，佛教则深化了其禅悟精神。若论及在单一文本中将其中某几种思想精髓进行圆融无碍的整合，宋徽宗赵佶的《大观茶论》堪称典范，其价值不仅在于对宋代点茶技艺的系统总结，更在于其提出了“致清导和”这一核心哲学命题，尤为突出地展现了儒、道思想的深度融合，将中国茶文化的精神境界提升至新的高度。

《大观茶论·序》中开宗明义：“至若茶之为物，擅瓯闽之秀气，钟山川之灵禀，祛襟涤滞，致清导和，则非庸人孺子可得而知矣；冲淡简洁，韵高致静，则非遑遽之时可得而好尚矣”[9]。此段提纲挈领，“祛襟涤滞，致清导和”与“冲淡简洁，韵高致静”构成了一个从生理到精神、从个人修养到审美追求的完整链条。其中，“致清导和”四字，正是我们理解其与儒、道会通思想的关键。

首先，“清”的理念融合了道家的身体观与儒家的品格观。“清”在《大观茶论》中具有双重内涵。其一，是身体感知之“清”，这直接源于道家的养生思想。“祛襟涤滞”生动描绘了茶能够清除郁滞、开阔人的襟怀的生理体验。这与道家“欲得长生，肠中当清”的养生观一脉相承，将茶视为涤荡身体污浊、助益身心长养的“灵物”。其二，是精神品格之“清”。由身体之“清”自然引申至“冲淡简洁，韵高致静”的精神境界。“清”在此处与“静”相连，指向一种澄明、高洁、脱俗的心境与人格，这恰恰契合了儒家对君子“清廉”品格的推崇。陆羽谓茶“最宜精行俭德之人”，宋徽宗则将这种品德要求，内化于茶事所营造的“清静”氛围之中，成为士大夫修身养性的媒介。

其次，“和”的境界统合了儒家的伦理秩序与道家的天人之和。“和”是《大观茶论》所欲达成的终极目标，其意涵同样丰富。一方面，“和”指人际之“和”，这是儒家《论语·学而》中“礼之用，和为贵”思想在茶文化中的直接体现。茶事活动中的礼仪规范，主客之间的恭敬谦让，都在营造一种和谐的人际关系。另一方面，“和”更指向一种天人之“和”，这深深植根于道家的“天人合一”思想。在《大观茶论》的“点茶”篇中，对调膏、注汤、击拂的细致描述，实则是在追求水、茶末、茶盏以及操作者心念之间臻于化境的协调与统一。这种在微观技艺中追求万物和谐与实践，正是道家宇宙观在日常生活层面的具体展开。

最终，“致清导和”的思想揭示了一种独特的“身体哲学”实践路径。《大观茶论》的深刻之处在于，它并非简单叠加儒、道两家的观念，而是将其嵌入一套可感、可行的身体实践之中。宋代点茶法中，从炙茶、碾罗到注汤、击拂，是一套高度仪式化、需要全身心协调配合的身体技艺。宋徽宗所论的“致清导和”，恰恰指明了一条通过身体的规训与感官的体验，来引导和实现精神的修养与境界的升华的路径。这构成了中国茶道区别于西方纯粹思辨哲学的核心特征：它不是脱离身体的玄想，而是寓心于身，以身养心。在此，道家养生的思想与儒家修身的思想，通过茶这一媒介，在个体的身体层面上实现了完美的融合与统一。

4. 茶文化在当代社会的价值与意义

在全球化与现代化浪潮中，中国茶文化非但没有式微，反而以其独特的精神内涵、文化魅力与多元功能，在当代社会焕发出新的生命力。它以其深厚的历史积淀回应现代性挑战，在多维度展现出重要的当代价值，为涵养国民精神、增强文化自信、促进社会和谐提供了丰厚的文化资源。

4.1. 涵养人们的精神文化生活

在快节奏、高压力的现代生活中，茶文化为人们提供了一方宁静致远的精神栖息地，其“致清导和”的内在精神，能有效涵养人们的精神文化生活。茶文化“以茶为媒”，引导人们从单纯的物质消费转向高层次的精神享受。一杯清茶，不仅能满足生理上的止渴提神之需，更能起到缓解疲惫、修身养性等方面的作用，对于人们的身体和精神都是有益的。茶事活动，如品茗、茶艺欣赏、茶会雅集，将日常生活之茶，转化为文化生活之饮，成为一种“生活美学”，满足人们对美好精神生活的向往。

更重要的是，茶文化所承载的儒、释、道哲学智慧，为现代人提供了对抗物质化和浮躁风气的思想资源。无论是儒家的“精行俭德”，道家的“自然无为”、“天人合一”，还是佛家“茶禅一味”，都通过茶这一媒介，帮助人们在纷扰中沉静思绪、专注当下，实现内心的平和与精神的成长，提升人格修养

与人文素养。

茶文化以其独特的魅力和深远的意义，成为涵养人们精神文化生活的重要载体。它不仅让人们在忙碌的生活中找到一片宁静之地，也为现代社会提供了宝贵的精神财富和文化资源[10]。

4.2. 彰显民族文化自信

茶文化作为中华优秀传统文化的杰出代表，是构建民族文化自信、提升国家文化软实力的重要资源。从世界第一部茶学专著《茶经》的问世，到由皇帝亲撰、将茶事推向极致美学与哲学高度的《大观茶论》，中国茶文化拥有一个连续不断、底蕴深厚的经典文本体系，这本身就是中华民族卓越创造力和悠久文明的生动体现。茶文化的传承与发展不仅展现了中华民族智慧的结晶，同时也彰显了中国人民在精神层面的自信心与自豪感。

通过茶文化，人们可以深刻体会到中国历史悠久的文化传统和独特的生活哲学。从品茗修身到茶道礼仪，从茶艺表演到茶文化节庆，一系列形式多样的活动和实践，不仅丰富了人们的文化生活，也让全球范围内的人们对中国文化有了更加全面和深入的认识与理解。茶文化中蕴含的和谐、谦和、清静等理念，体现了中国人追求天人合一的生活哲学。这些理念不仅是中国文化的核心价值之一，也是中国文化自信的具体体现。在全球化背景下，这种以和为贵、讲究和谐的价值观，对于解决世界范围内的矛盾冲突，促进国际社会的和平共处具有重要的启示意义[11]。

此外，茶文化的国际传播也极大地提升了中国文化的国际影响力。随着中国茶文化的不断推广和交流，越来越多的外国朋友开始了解并喜爱中国茶及其背后的文化故事，这对于增进中外文化交流、增进不同国家人民之间的相互理解和尊重多元文化具有积极作用。

茶文化的当代价值在于它不仅是一种生活习惯或休闲方式，更是承载着深厚文化内涵和民族精神的载体。通过对茶文化的认识与传承，可以有效地增强民族的文化自觉与自信，推动中国文化的全球传播与影响，为构建人类命运共同体贡献力量。

4.3. 促进社会和谐发展

茶文化中蕴含的“和合”思想，使其在促进社会和谐发展中扮演着不可或缺的角色。客来敬茶、以茶会友是中华民族的基本礼仪，体现了“敬”与“和”的精神。通过茶会、茶艺表演等形式，人们可以增进彼此间的了解和交流，从而缓解社会矛盾，促进社会和谐。

在现代生活中，人们往往因为忙碌而忽略了人与人之间的情感交流。茶馆、茶会等作为公共空间，为人们提供了非功利性的社交平台，有助于增进彼此了解、缓解社会矛盾、重建社区凝聚力。此外，茶文化倡导的清廉、俭德、真诚等价值观，对于引导公众在物质主义盛行的背景下树立正确的价值观，减少社会浮躁之气，具有积极的促进作用。一杯清茶所代表的简约、健康、平和的生活方式，与道家“清静寡欲”、儒家“俭以养德”的思想一脉相承，有助于倡导社会风气向好向善。

茶文化在当代社会中的价值不仅仅体现在其丰富的历史和文化内涵上，更重要的是它在促进社会和谐发展方面所发挥的作用。通过推广茶文化，可以有效地促进社会成员之间的和谐相处，为构建和谐社会提供有力的文化支撑。

5. 结语

纵观中国茶文化的发展脉络，可以清晰地看到一条从“物质利用”到“精神升华”的主线。在历史的长河中，茶从传说中的“解毒之药”，历经魏晋南北朝的文化萌芽，至唐代陆羽在《茶经》中将其品性与人的品德相联系，实现了从生活技艺向“道”的第一次哲学飞跃。宋代的茶文化，在《大观茶论》“致清

导和”的思想指引下,走向极致审美与内在心性的调和,成为儒、道哲学思想在生活实践中的完美融通。及至明清,“废团改散”的制度性变革推动了茶文化的世俗化与平民化,使其进一步融入中国百姓的日常生活,成为“柴米油盐酱醋茶”的日常构成与公共空间的重要纽带。这一动态的演变过程,其内在逻辑正是茶文化不断回应不同时代的经济社会结构与精神哲学需求。

在当代全球化与现代化的语境下,中国茶文化的价值非但没有褪色,反而愈发凸显其多维度的时代意义。于个体精神生活而言,茶文化所倡导的“精行俭德”与“致清导和”,为身处快节奏生活中的现代人提供了一方“诗意栖居”的精神家园,以其清静、俭德的内涵帮助人们安顿心灵、涵养性情。于民族文化认同而言,从《茶经》到《大观茶论》的经典谱系,以及贯穿其间的哲学智慧,构成了中华文明传承的杰出例证,使我们在世界文化激荡中站稳脚跟,彰显文化自信的坚实根基。于社会整体发展而言,茶文化内在的“和合”思想与由此衍生的“客来敬茶”等礼仪规范,为构建和谐社会、促进人际交往与国际交流提供了宝贵的文化资源与伦理支撑。

未来,中国茶文化的传承与发展,应深入其历史演变的内在逻辑与哲学核心。我们应进一步挖掘中国茶文化的哲学内涵,推动其与现代生活理念相结合,使其在滋养个体生命、增强民族凝聚力、促进社会文明进步中发挥更为深远的作用。中华茶文化这棵千年古树,必将在新时代的沃土中焕发新的生机。

参考文献

- [1] 宋时磊. 中国茶文化的形成、发展及影响[J]. 人民论坛, 2022(19): 96-99.
- [2] 王建荣. 中国茶简史及其对外传播[J]. 文物保护与考古科学, 2019, 31(4): 140-146.
- [3] 黄晓琴. 茶文化的兴盛及其对社会生活的影响[D]: [硕士学位论文]. 杭州: 浙江大学, 2003.
- [4] (唐)陆羽, 等. 茶经译注: 一之源[M]. 宋一明, 译注. 上海: 上海古籍出版社, 2014: 8.
- [5] 郭丹英. 儒、道、佛与中国茶文化[J]. 农业考古, 2005(2): 213-218.
- [6] (唐)封演. 封氏闻见记校注: 饮茶[M]. 赵贞信, 校注. 北京: 中华书局, 2005: 51.
- [7] (晋)葛洪. 抱朴子内篇: 杂应卷十五[M]. 张松辉, 译注. 北京: 中华书局, 2011: 468.
- [8] 周瑞春. 论道教与茶的融通与互构[J]. 内蒙古师范大学学报(哲学社会科学版), 2020, 49(1): 114-118.
- [9] (宋)赵佶, 等. 大观茶论(外二种): 序[M]. 沈冬梅, 李涪, 编著. 北京: 中华书局, 2013: 5.
- [10] 朱炎. 传统茶文化的当代价值分析[J]. 福建茶叶, 2019, 41(4): 169-170.
- [11] 刘钰. 马克思主义视角下的中国茶文化价值研究[J]. 福建茶叶, 2023, 45(8): 4-6.