

从《知否知否，应是绿肥红瘦》中看宋代茶文化

李煜煊

浙江传媒学院 国际教育学院, 浙江 杭州 310018

摘 要：中国的茶文化已有千年历史，早已成为中国人日常生活中不可缺少的重要组成部分。品茶不只是生活方式，其背后隐藏着审美、志趣、精神等深刻内涵。茶文化兴于唐，盛于宋，在以宋代为时代背景的古装剧《知否知否，应是绿肥红瘦》中，向观众们展示了宋代的茶文化。在这部作品背后深层次蕴含的是我国拥有深厚文化底蕴的茶文化，本文从事茶艺轨、礼教秩序、历史图景、影视表达与艺术重构等方面浅析宋代茶文化，感受茶文化的魅力，从茶文化看现代生活美学意义。

关 键 词：茶文化；《知否知否，应是绿肥红瘦》；生活美学

A Glimpse of Song Dynasty Tea Culture in "Story of Minglan"

Li Yuxuan

International Education College, Zhejiang University of Media and Communications, Hangzhou, Zhejiang 310018

Abstract： Chinese tea culture has a history of thousands of years and has long been an indispensable part of Chinese people's daily life. Tea tasting is not just a way of life, but also hides profound connotations such as aesthetics, aspirations, and spirituality. Tea culture flourished in the Tang Dynasty and peaked in the Song Dynasty. The period drama "Story of Minglan", set in the Song Dynasty, showcases the tea culture of that era to viewers. Deeply embedded in this work is China's tea culture with profound cultural heritage. This article briefly analyzes Song Dynasty tea culture from the aspects of tea ceremony rituals, etiquette and order, historical perspectives, film and television expression, and artistic reconstruction, allowing us to experience the charm of tea culture and understand its significance in modern life aesthetics.

Keywords： tea culture; "Story of Minglan"; life aesthetics

一、《知否》中的茶文化符号解析

（一）茶事仪轨的视觉再现

首先我们要明确“茶事仪轨”的含义，即通过事茶的一套动作映射的是心中已固化的礼仪，在事茶的每一个形态都表示人的素养，连贯的动作所形成的轨迹就是“仪轨”，我们经常表达礼由心生，透过外在的“仪”展现内心的“礼”^[1]《知否》的创作背景为我国宋代，在剧里高度重现了“烧香点茶，挂画插花，四般闲事，不宜累家”的宋代文人雅致“四艺”^[2]，向观众展示了宋代茶文化，其中特别展示的是点茶方式。宋徽宗曾作诗：“上春精择建溪芽，携向云窗力斗茶。点处未荣分品格，捧瓯相近比琼花。”^[3]由此可见点茶在宋代十分受欢迎。《知否》中，盛老太太为教孙女儿们规矩和技艺，特地从官中请来孙嬷嬷进行指导。小辈们的第一节课即学习如何点茶。点茶又叫做斗茶，兴于唐，盛于宋。宋代文人士大夫多喜在斗茶之时吟诗颂赋，好不热闹。早在宋代初期，品茗的方式就从“煎饮”变为“点饮”，随着人们对品茗的需求不断提高，斗茶的境界也有所提升，这一活动被达官显贵所喜爱，相应的，为了适应皇室的要求，茶具的品质需极高。在斗茶的过程中，随着不断搅拌而产生的白色茶沫与黑色

建盏相得益彰，盏中呈现极美的汤色，为了更好的观察汤色的品质，建盏由此出现。在宋代，上至达官显贵下至普通人家斗爱用盏饮茶。《知否》中建盏的出现频率极高，巡游、议事、宴会等场合均有出现。

（二）茶与礼教秩序的隐喻

茶作为日常招待、高级宴会的必备品，在民间甚至传有“无茶不成仪”的说法。在上文中提到“茶事仪轨”则是此意，中国的茶道包含礼仪，重礼这一点与儒家思想有异曲同工之妙，主要表达的是“规矩、仁慈、敬爱、情谊”。饮茶这一活动适用于上至皇家礼仪，下至寻常百姓人家，与人们的生活息息相关，与人饮茶代表愿意与之交往、表示尊重，因此“客来敬茶”表示主家待人十分有诚意。在《知否》中，平宁郡主去盛家拜访，盛家女眷接待郡主时就是按照从最尊贵的客人到盛老太太再到当家主母最后是女儿们这样长幼尊卑的顺序敬茶，并且剧中的安排也十分符合宋代的风雅趋势，他们所喝的正是流行的“点茶”。在宋代，不论男女老少、贫穷富贵都十分精通点茶之道，因此在《知否》中我们可以看到以茶待客的镜头经常出现。不仅“客来敬茶”，在家族祭拜中也十分重视茶的作用。在《朱子家礼》中第一卷“通礼”中有记载，茶是在祠堂中供奉祖先的。在一年中两个重要节

作者简介：李煜煊（1996.12-），女，吉林省临江人，汉族，硕士研究生（在读），浙江传媒学院国际教育学院，研究方向：中华文化国际传播。

气——冬至和夏至，以及每月初一，家族中的宗子和宗子的长子用酒祭祖，主妇和长妇点茶祭祖。而到了每月中旬时，宗子与长子不需要以酒祭祖，点茶即可，中旬的供奉妇女是不参加的。^[4]在礼教社会中尊卑等级十分严格，点茶作为供奉祭祖的重要环节，这背后体现的是当时社会的价值观与文化观，通过群体的服从、认同、内化的过程，逐渐认可茶作为重要符号而隐含的时代标准。

二、宋代茶文化的历史图景

（一）茶文化的鼎盛时期

宋代国家实力强盛，人民生活富裕，经济繁荣文化发展迅速，基于这样的社会背景，茶文化兴盛发展。在当时，达官显贵热衷于品茗，提升品位，追求风雅，时兴的是龙团凤饼，比唐代更加重视茶文化，在茶的品质、品茶手法等方面斗要求极高，当时设立专门的职位来监督贡茶的生产，所以在研制茶叶的技艺上追求完美，极大程度上促进了茶饼的研制技术。^[5]宋代的茶文化不仅只停留在达官显贵、文人雅士阶层，普通百姓人家也热爱饮茶，品茗成了全社会共同的生活习惯。由于南宋的都城迁至临安（今杭州市），宋代的茶文化发展重心也随之一起来到了临安。自此之后，茶文化的发展达到了最繁盛的时代，临安城内弥漫着茶香，大大小小的茶馆布满街道两旁，并且制茶、品茶的水平也得到了高度发展，都城临安茶肆有很多种类，来满足不同消费者的需求。比如，富家子弟、达官显贵之人等人相聚的茶楼称为“挂牌儿”；日常朋友聚会的茶楼则是“市买”；还有专门为士大夫与朋友相约的茶楼，如“蹴球茶坊”等。如今杭州的茶叶依旧享誉全国，如西湖龙井、九曲红梅、安顶云雾等。在经营卖茶饮的同时，这些茶肆也会随着时令出售一些物件，如元宵节的花灯，还会给其他行当提供表演场地，比如说书、卖艺等，中国戏曲之祖“南戏”就是在茶肆这些场所里诞生、流传的。在经济繁荣发展的宋代，随着茶文化的兴盛，也带动着其他产业蓬勃发展。

（二）茶事与社会的关联

上文提到，茶文化“兴于唐，盛于宋”，因此在唐代的时候茶文化主要存在三种群体之中，分别是宫廷、寺院以及文人墨客。时间来到宋代，文人墨客热衷于追求茶文化，由于当时的时代背景，文人墨客在宋代是有文化、高素质、多闲暇的代表，他们高雅又精致，为茶做了不少诗，如黄庭坚《煎茶赋》中说：茶有“涤烦破睡之功”，梅尧臣《南有嘉茗赋》：“藉以灵笋，而消脾胃之缩陈。”苏轼的《漱茶说》“除烦去腻，世不可缺茶。”吴淑的《茶赋》“夫其涤烦疗渴，换骨轻身，茶笋之利，其功若神。”等。^[6]朱熹是宋明理学的集大成者，他在《朱子语类》中有记载通过品茶的过程中先苦后甜的这一过程，上升到了人生哲理——人只有先苦才能后甘，苦的不仅是茶的苦涩，更是社会的规则对人的约束；甘也不仅是回味的甘甜，更是人人遵循社会规则，在社会中各司其职，社会和谐，生活幸福，这是每个人要懂得的人生之道。

三、影视化表达的历史与艺术重构

（一）历史细节的考据价值

宋代点茶以茶色白为贵，斗茶时，茶沫汤花和茶汤必须紧密结合，不能出现分离现象。蔡襄在《茶录》中写道：“视其面色鲜白，着盏无水痕者绝佳。”^[7]斗茶时，如果汤花或茶沫与汤分离，或者不咬盏沿，就会形成“云脚散”或“水脚散”。在建安斗茶中，茶少于水，会出现如同云脚一样散乱形状；水少于茶，会出现如熬粥面一样的形状。当茶汤在茶杯的十分之四处停止加水，此时的茶色亮又白，在茶杯边缘的茶水没有印痕则是最优。在《知否》中，盛明兰用自己的纤纤玉手在樊楼雅间里点茶，每一盏茶汤都有深层次的含义，剧里面呈现的碾茶、点茶、斗茶场景都十分还原《茶录》中的记载，茶盏中浮动的不仅是宋人风雅，也是深宅大院里的生存之道。蔡襄在《茶录》中所记载的制茶过程要求茶汤用嫩不用老，宋代人制造茶叶时采用碾、磨、筛的方式，所以茶叶会如飞粉一般飘在空中，由此把茶叶制成团茶，北苑龙凤团茶有独特的制作工艺，《东溪试茶录》有较为详细的记载，摘茶必取精华、洗茶必干净、蒸茶时必出茶香、火候必须恰当、如果不符合以上要求，那就做不成好的团茶。在《知否》中，顾廷烨上门求娶盛明兰时就以双井白芽为聘礼，暗含欧阳修《归田录》中“雪芽双井散神仙”的诗句。雪芽双井此处指送胜之的“双井”，又称双井白芽。欧阳修将双井茶评赞为草茶第一。散神仙是指散茶中的仙品，而北苑贡茶多为紧压的圆饼。

（二）戏剧冲突中的文化再诠释

茶汤品鉴不仅是寻常百姓家的生活方式，亦作为权力博弈的载体。七宝茶是宋代宫廷中用的名贵饮料，用茶与七种甘香佐料加工而成，据《甲申杂记》记载，仁宗朝殿试后，慈圣光献皇后以七宝茶赏赐主考官，进士则得“饼角子”，这种“茶尊饼卑”的赏赐制度，让七宝茶成为文人仕途的“皇权认证”。^[8]梅尧臣在《七宝茶》中写道：“啜之始觉君恩重”，说出文人在受赐时的荣耀。嘉祐二年欧阳修主考时，受赐七宝茶的考官团队，直接参与苏轼、曾巩等文坛巨擘的选拔，茶香中暗藏仕途玄机。在《知否》中，虽没有七宝茶与仕途联系起来，但盛明兰将七宝擂茶留给许久不见的父亲吃，自己与盛小娘却一直舍不得吃，并且盛明兰饥饿时也会吩咐丫鬟去准备七宝擂茶填肚子。由此可见，吃七宝茶是身份和地位的象征。

四、宋代茶文化的生活美学

众所周知，宋诗在唐诗基础上有进一步的创新，风格上更为典雅，格律上更加规范，叙事上更加散文化，因此我们喜欢说“唐诗宋词”，可见宋词的地位极高。宋诗读起来朗朗上口、深受大众喜爱。宋代诗人是一群文化水平高、艺术修养佳的学者，他们的作品充满书卷气息。如宋代著名诗人苏轼，他一生十分坎坷波折，荣辱兼具，但在他得意之时与落魄之时，身边总有茶香相伴。苏轼一生共被贬三次，但不论自己的境遇如何，他都倾心与当地的名茶，因此苏轼写下了许多与茶相关的诗文，有的是表达

自己对茶的喜爱，有的则是借茶抒情。如《望江南·超然台作》中“休对故人思故国，且将新火试新茶，诗酒趁年华”。^[8]苏轼《汲江煎茶》中“活水还须活火烹，自临钓石取深清。大瓢贮月归春瓮，小杓分江入夜瓶。”等佳作，都是在生活与仕途中品味茶香、品味人生。宋代的茶文也深受宋诗的影响，具有“人格化”的特点，著名的唐代茶学家、茶文化奠基人陆羽在《茶经》中将茶文化特点概括为精行俭德、修身养性、自然思想。宋代更是将“精行俭德”这一思想进一步发展，侧重于茶文化对人的教化作用，从茶品、茶德、茶性投射至人品、人德、人性，如果人没有品德是不配品茶的。在宋代的日常生活中，人们十分注重以茶待客、以茶赠友、以茶孝亲。随着时代的不断发展，这一美好品质保留至今，婚嫁、宴请等重要场合仍是以茶待客，送礼时也会想到茶叶是十分得体的礼物之一。众所周知，中国为礼仪之邦，讲究“百善孝为先”“父母在，不远游”。在宋代，士大夫必须要向父母长辈敬茶以表孝心，在祭祀时也用茶来祭祖，在苏轼的《新

茶送签判程朝奉以馈其母有诗相谢次韵答之》中“缝衣付与漂阳尉，舍肉怀归颍谷封。闻道平反供一笑，会须难老待千钟。火燧试焙分新胯，雪里头纲辍赐龙。從此升堂是兄弟，一瓯林下记相逢。”^[9]这首诗是苏轼在送别程朝奉时，将朝廷赐予的头纲贡茶转赠程朝奉的母亲，并作本诗称赞程家母慈子孝，既表达了兄弟之情，又是对中华传统美德的歌颂。苏轼用自己的生活经历，表达了对友情的珍视和对平反得以重生的感慨。描述了作者将缝好的衣物交给官吏程朝奉，而自己心怀依依之情，怀念着归家的颍谷封。诗人以火和雪的对比，形象地描绘了新茶的烘焙过程，暗喻了生活中的变故和考验。

宋代茶文化发展至当代，继承了重德崇教的优秀传统，饮茶既有助于身体健康，还可以通过茶文化来进行品德教育。宋代茶文化对生活的影响是全面的、是无处不在的，这些美好品质需要我们一代代传承下去，继续发扬光大！

参考文献

[1]耳东. 明代《茶谱》返璞归真是为“清”[J]. 茶道, 2023(7)..
[2]吴自牧. 《梦粱录》[M]. 浙江人民出版社, 1984.
[3]《全宋诗》[M]. 北京大学出版社, 1991.
[4]周媛. 宋代礼教社会中的茶礼及其社会功能研究——以《朱子家礼》为例 [J]. 农业考古, 2021(2): 138-143.
[5]许婧. 我国茶文化的发展历史 [J]. 福建茶叶, 2022(4): 256-257.
[6]王河. 论宋代茶文化中的雅俗风尚 [J]. 社会科学战线, 2009(3): 150-154.
[7]蔡襄. 《茶录》[M]. 上海书店出版社, 2015.
[8]葛阳. 从《知否》看宋代茶文化 [J]. 福建茶叶, 2022, 44(9): 4. DOI: 10.3969/j.issn.1005-2291.2022.09.065
[9]耳东. (2023). 明代《茶谱》返璞归真是为“清”. 茶道 (7).