

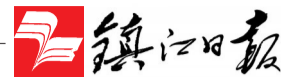
2022年6月 星期五 17日

壬寅年五月十九

第 557 期

# 镇江周刊

ZHENJIANGDAILY  
镇江报业传媒集团出版



Tel:0511-85010056  
本报网址: http://www.jszw.com.cn



电视剧《梦华录》正在热播，俊男美女的感情吸引了很多观众，而剧中女主赵盼儿和好友孙三娘、宋引章在东京开茶楼的剧情也吸引了一堆“事业粉”，刘

亦菲饰演的茶楼老板赵盼儿就是靠自己的一手点茶技艺立足茶行。剧中她不时大秀冲茶身段，和同行PK，用茶百戏画出惟妙惟肖的“茶画”，见惯咖啡拉花

的观众不由得惊叹：原来我们宋代就有“茶拉花”，而更多人也许还不知道，我们镇江就有精擅点茶的宋代点茶非遗传承人——宋联可。

近日，记者和同事们约见了宋联可，喝着她点出的茶，听她娓娓道出自己点茶的缘分。

## 青山入座，江水烹茶

### ——听非遗传承人宋联可谈宋代点茶

□ 本报记者 花蕾

#### 品一盏宋代风雅

日前，京口路上青空艺术的顶楼，这个地方是宋联可弟子曰宏的茶室，而她自己的工作室正在装修中。一身宋代装扮的宋联可拿出汤瓶、茶盏、水盂、茶筴、茶匙等各式茶具，垫上画有《瑞鹤图》的茶巾，点上一支奇楠沉香，时空就仿佛倒退了一千多年。

为着方便，宋联可事先已经将茶饼制成了茶粉。第一步，先洁器，用沸水冲烫茶盏。然后将一匙茶粉置于茶盏中，沿茶盏边缘注入少量沸水，用茶筴将茶粉调成膏状，再注入沸水，指绕

腕旋，不一会汤面如醉醪起面，此为一汤。随后再注入少量沸水，用力击拂，此为二汤。二汤茶盏已经出现大量细微波沫，这就是沫饽。第三次注水量稍多，击指轻巧匀速。如此重复四次，每次注水量都有不同，手法也略有不同。

这就是宋徽宗《大观茶论》中最著名的七汤点茶法。整个过程中，宋联可手法优雅，操作皆有法度，完整地呈现了一次点茶的过程：第一汤：指绕腕旋，疏星皎月；第二汤：击拂既力，珠玑磊落；第三汤：周环旋复，粟文蟹眼；第四

汤：稍宽勿速，轻云渐生；第五汤：乃可稍纵，凌霭凝雪；第六汤：以观立作，乳点勃然；第七汤：乳雾汹涌，稀稠得中，直到周回凝而不动，是谓咬盏。整个过程持续近一刻钟。

点好的茶在盏中，顶着一层浓稠细密的白色泡沫，凝结不动，闻一闻茶香清醇，喝一口甘香味正——而当举杯时，那些看上去仿佛奶油的沫饽，喝进去却和预想的奶泡的质感完全不同，仿佛一口喝到了云中，感觉十分惊艳。

#### 点茶，逐渐出圈



除了自己刻苦钻研练习古法点茶，宋联可还注重利用当今的科学方法将点茶发扬光大。她到南京大学攻读管理学博士，还到处跟着名学者专家学习，逐渐建立了一套点茶传承体系，撰写《宋代点茶传承体系》并获得版权。“非遗宋代点茶传承体系不仅成功地传承了点茶，也正在成为中国各类技艺传承的有益参考。”

2019年，对于宋联可来说是很有里程碑意义的一年。这一年，《知否知否应是绿肥红瘦》播出，剧中小娘子们的学习课程点茶引起了观众的好奇心：点茶怎么点？咬盏又怎么咬？点茶这个名字越来越多为人们所知。这一年，宋代点茶在1月8日被列入非物质文化遗产名录，此后迅速受到中国茶界关注，甚至走上国际舞台。这一年，宋联可作为非遗宋代点茶第三代传人、宋宗点茶第二十代传人，受到联合国前秘书长、博鳌亚洲论坛理事长潘基文、德国前总统、全球中小企业联盟主席克里斯蒂安·武尔夫等政要接见。也是在这一年，宋联可立下宏愿，要让点茶成为令世界尊敬的中华茶道。

从2013年开始，宋联可就开始培养热爱茶艺的弟子。2015年，宋联可开始正式推广宋宗点茶。2021年，她撰写了《点茶师培训教材》一书，开始进行点茶师职业技能培训。她面向社会授课、演讲、展演、直播，不遗余力扩大点茶的影响力。到目前为止，她已开办80期点茶班，并持续通过喜马拉雅、抖音等平台上公益点茶微课。7年时间，宋联可收徒200多位，专业培训上千人，通过网络影响上千万人。目前，5个国家、60个城市有非遗宋代点茶驿站，这些驿站也是非遗宋代点茶全球联动活动的重要站点。

为了普及点茶，宋联可带领团队组织各种各样的文化活动，如今已组织活动600多场。仅第3届宋茶文化节，参与人数约有2万人次。因在传承与弘扬中华茶艺上的贡献，宋联可走进中央电视台的节目，多次受到国外政要接见，通过赠送点茶粉与茶器、展演、奉茶、演讲在国际场合介绍、宣传中华点茶。

继《知否知否应是绿肥红瘦》之后，《鹤唳华亭》《大宋宫词》《御赐小仵作》等热播剧中都有关于点茶的情节，目前正在播出的《梦华录》更是将点茶的热度推到前所未有的高度。对于影视剧设置的关于点茶的情节，宋联可很乐于见到。“《梦华录》播出后，我们的抖音帐号视频播放量达到了以前的几千倍，越来越多的人关注到点茶，这是件好事。”至于剧中一些点茶过程操作上的小瑕疵，宋联可觉得，你要先对点茶这件事感兴趣，有兴趣就会深入了解，到时候自然明白正确的技艺。（摄影 盛林娟）

#### 镇江茶文化源远流长

镇江有饮茶之俗最迟应始于东汉末年三国时期，《三国志》记载：东吴的最后皇帝孙皓嗜好饮酒，每次设宴，规定来客至少饮酒七升。但孙皓对博学多闻的朝臣韦曜甚为器重，韦曜酒量不行，孙皓就让人把他的酒换成茶，

这就是“以茶代酒”的最早记载。

宋联可觉得镇江茶文化有悠久的历史，有其得天独厚的条件：镇江地处吴头楚尾、江河交汇之地，丘陵遍布，属于典型的季风气候地区，四季分明，土壤、水分和光照条件极适宜茶树生长，史书记载，镇江曾出过五洲山云雾茶、碧螺春、空青茶等名噪一时的好茶。有好茶还得有好水，镇江坐拥有“天下第一泉”之称的中冷泉。唐代张又新在《煎茶水记》一文中，称刑部侍郎刘伯刍将天下泉水分为七等，其中扬子江南零

水（中冷泉）为第一。

宋联可在研习点茶茶艺中研读最多的是点茶第一书《大观茶论》。《大观茶论》的作者宋徽宗，出生次年就被授为镇守军节度使，14岁时以平江、镇江军节度使的身份被封为端王，和镇江联系紧密。“宋徽宗不仅是点茶高手，还上升到理论高度，他既有技艺又有著作，可以说是宋代点茶的集大成者。”宋联可说，镇江历代和茶有渊源的名人真不少：陶弘景、东坡、佛印、米芾……

#### 家学渊源 一生挚爱



点茶，是中国传统沏茶方法之一，和唐代的煮茶法不同，点茶法是将茶末放在茶碗里，注入少量沸水调成糊状，然后再注入沸水，同时用茶筴搅动，茶末上浮，形成粥面。

根据当前的考古、文献资料来看，其出现时间不晚于唐末五代，盛行于两宋。宋代，品茶在社会各个阶层中普及，茶不仅成为人们日常生活中不可或缺的物品，饮茶的风俗也深入人们生活中的各个方面。王安石曾感叹：“夫茶之为民用，等于米盐，不可一日以无。”

宋联可的点茶技艺是从父亲那里

学的，宋联可的祖父宋伦安能点一手好茶，点出乳雾、溢旋如画，他将点茶技艺传给其儿子宋文光；宋文光专注《茶论》与茶诗，借茶悟道，再将点茶技艺与精神传给宋联可。宋家家规除了对家中子弟有德行上的约束，还要求“同门协力，弘扬茶魂”。父亲在宋联可很小的时候就开始教她做手指操，说对点茶有帮助。在宋联可的记忆中，她没有看到过父亲喝水喝饮料，都是喝茶。宋联可的父亲是语文老师，一身文人风骨，常常感慨，世人喜读茶诗茶词，但其中的茶并非今日之茶，而是点茶，可知之者甚少。

除了家传茶艺，宋联可还特别喜欢从古籍诗词中探寻点茶技艺，不断精进自己的修为。她也越来越明确地认识到，点茶不仅是一门技艺，也是一种文化。文化是有生命的，不应该被放在博物馆里供人瞻仰。传承和发扬点茶技艺，就是让点茶回归生活。“点茶作为一种饮品，非常健康。而且点茶的过程，心静神宁，也能调养身心。点茶，是一种非常健康的生活方式。”而今，宋联可



和她的弟子传人，无论每天如何忙碌，都会抽出时间点一盏茶，给自己一段完全属于个人的安宁时光。



扫一扫 二维码 观看宋代点茶

特稿 THE GAO



导读 DAODU

韦岗战斗两个史实问题的考证

→10版

欸乃一声山水绿

→11版

扫描二维码 关注公众号

镇江 品读



责编 谢勇 美编 谢勇 校对 尹敏