



《茶·文學》 第三集：茶之鬥



： 爭甚麼，鬥茶不就行了。



： 吓？



： 鬥茶，又稱「茗戰」，是品評茶質優劣的一種方法。鬥茶源於五代，到宋代中期形成嚴格體系並風靡朝野。鬥茶者會聚集起來，拿出各自的茶葉，烹水點茶，依次品評，定其高下。勝負標準有二：一是茶湯的色澤，以白為上；二是湯花緊貼盞壁的時間，以長為佳。北宋文學家范仲淹在〈和章岷從事鬥茶歌〉中，便描述了當時的鬥茶活動：

北苑將期獻天子，林下雄豪先鬥美。
鼎磨雲外首山銅，瓶攜江上中冷水。
黃金碾畔綠塵飛，碧玉甌中翠濤起。
鬥茶味兮輕醍醐，鬥茶香兮薄蘭芷。
其間品第胡能欺，十目視而十手指。
勝若登仙不可攀，輸同降將無窮恥。

以名貴精製的茶器，用一流的泉水。把茶餅碾成末，在黑釉茶盞拂起雪白的泡沫。茶味勝過美酒，茶香濃過香草。眾目睽睽之下，茶的品第高低不能糊弄。獲勝者有如「登仙」般高不可攀，落敗者如同「降將」般羞愧難當。這首詩繪聲繪影地刻畫了鬥茶的景象，為我們留下了珍貴的茶文化記錄。



： 鬥茶大大促進了茶類的發展。茶葉通過競爭，優勝劣汰，品質不斷提高。同時技藝愈趨精緻，把茶藝文化推到極致。如果說唐代是茶葉飲用大普及的時代，宋代可以說是茶藝百花盛放的時期。



： 咦，你拿酒來和我的茶鬥？



： 不可以嗎？



： 也可以。唐朝文人王敷曾撰寫過《茶酒論》，以擬人手法寫茶和酒進行一場辯論。第一回合，茶以「貢五侯宅，奉帝王家」突顯自己的高貴；酒便以「自古至今，茶賤酒貴」回應。

第二回合，茶以廣泛商品化的優勢發起攻勢；酒則以自己有着多種名貴佳品反擊。

第三回合，茶讚美自己去昏沉的功效，還經常被供奉到佛祖面前；酒就推舉自己是貴族的飲品，推崇把酒而歌，因酒起舞的恣意。

第四回合，茶指責酒令人頭腦混亂，惹事生非；酒反駁指自己是消愁藥，又說酒能養賢。

通過《茶酒論》中茶與酒的爭論，我們可以了解到唐代茶酒的社會地位、功能效益和經濟價值等特性，而古人對於茶和酒的看法也是複雜而多樣。

陸羽的好友皎然在〈九日與陸處士羽飲茶〉便有抑酒揚茶的感慨：「俗人多泛酒，誰解助茶香。」當然，也有茶酒共譽的態度。

詩人白居易在〈蕭員外寄蜀新茶〉中，既好酒又喜茶：「滿甌似乳堪持玩，況是春深酒渴人」。

無論是茶還是酒，惟適度已。



： 好好喝啊！你這杯茶到底加了些甚麼？



： 是情感啊！我們之後再來說說茶的「情感」吧！



： 知不知道喝茶會喝到「茶醉」呢？原因是過量攝取於茶葉中的咖啡因和茶鹼，導致有心慌、手震、頭暈等反應。第二個成因是空腹飲茶，抑制食慾或短暫影響血糖代謝，引致低血糖反應，例如乏力或冒冷汗等等。所以通常喝茶，都會配搭餅乾或小食。



文學 101—茶·文學

<https://www.hkpl.gov.hk/tc/extension-activities/page/276633/Tea-in-Literature.html>