



《茶·文學》 第六集：茶之境



：如果這個世界只剩下半盞茶時間，不如我們喝完這杯茶，一起看看茶與人生？

中國人飲茶，有喝茶和品茶之分。喝茶旨在滿足口腹之欲，是人類對物質的需求；而品茶則重於精神享受，將茶視為一種藝術欣賞，徐徐品嚐間，探究人生的真諦。

宋代大文豪蘇軾，將在茶中品味到的生命體悟投放到作品當中，在詞作〈浣溪沙·細雨斜風作小寒〉寫到：

細雨斜風作小寒，淡煙疏柳媚晴灘，入淮清洛漸漫漫。
雪沫乳花浮午盞，蓼茸蒿筍試春盤，人間有味是清歡。

這首詞是蘇軾在烏台詩案後，在黃州度過了四年多謫居生活，再調任至汝州途中所寫。蘇軾以茶蔬中品嚐到的清淡，帶出哲理的命題。詞中寫的「清歡」，意指一種生活態度、一種人生境界，是一種對自然簡樸生活的享受。一盞清茶入面，寄寓對平淡生活的喜愛和追求，也是千帆過後，蘇軾曠達超脫思想的體現。

蘇軾晚年被一貶再貶，被貶到儋州時，他的心態又去到另一境界。〈汲江煎茶〉一詩便表現了他從容豁達的人生觀：

活水還須活火烹，自臨釣石汲深清。
大瓢貯月歸春甕，小杓分江入夜瓶。
雪乳已翻煎處腳，松風忽作瀉時聲。
枯腸未易禁三碗，坐聽荒城長短更。



：詩人寂靜中豁然自適的心境、「天人合一」的精神，都融合在一盞茶當中。喝的是茶，是自然，也是人生。

把世間事都歸入茶杯裏面的，除了蘇軾，還有現代作家王旭烽筆下的「茶人三部曲」。由《南方有嘉木》、《不夜之侯》和《築草為城》組成的「茶人三部曲」，以杭州忘憂茶莊、杭氏家族的命運浮沉為主線，講述四代茶人在動盪的時代下，以各種身分和方式見證國運與中國茶的興衰，一共跨越一百三十多年。小說中，茶不再是簡單的飲品，而是歷代茶人的命運共同體，更與國家的興衰休戚與共。

茶和書一樣，都像良師益友。捧一杯茶、一本書，既能教你細味人生，又能共度休患。大家看過一集六集《茶·文學》後，不妨去圖書館找一本合意的作品，再配上一杯清茶，慢慢品嚐箇中滋味。



：茶樹順應四季變化，而它的茶葉會按着光照及濕度有所改變，所以內含物質會完全不一樣，而它的風味與養生價值亦有所不同。就好像春茶如碧螺春，因為蓄積了越冬養分，所以它會鮮甜柔潤；而夏天的普洱茶則會很苦澀，因為高溫會催生茶多酚與咖啡因；秋茶如壽眉，晝夜溫差會使其香氣沉穩，果膠豐厚而回甘亦會增長；冬茶如單叢，它累積了抗寒代謝物，甜潤溫和且低咖啡因，悶煮時可暖胃滋陰。沖泡之道亦需順天應時，這樣才顯得天地節律與養生智慧。



文學 101—茶·文學

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