

宋代 茶文化

會二甲林維軒



目錄

壹

動機與目的

貳

茶經的作者介紹——陸羽

參

唐宋元明的泡茶法比較

肆

宋代點茶法步驟與細節

伍

由茶衍生的藝術

陸

反思

A decorative graphic consisting of a central brown square with the Chinese character '世' (Shì) in white. The square is surrounded by a network of brown lines, including solid and dashed lines that form a frame. Stylized white and brown clouds are positioned at the top and bottom corners of the frame. The background is a light gray with a fine, textured pattern.

世

勵發源田的

動機與目的



會想做這個主題主要是受到一部古裝劇《夢華錄》的影響。此劇的時空背景是在宋朝，裡面出現了許多精美的糕點以及各種關於「茶」的藝術，讓我深感興趣，也希望在未來能使用宋朝的方法來泡茶。





貳

茶經作者
介紹





陸羽

字鴻漸，一名疾，字季疵，自號竟陵子、桑苧翁、東岡子，又號茶山御史，唐朝復州竟陵人。父母不詳，據說是有僧人在河濱撿到而收養。因著有世界第一部茶葉專著《茶經》而聞名於世，對茶文化出了卓越貢獻，被譽為茶聖，奉為茶仙，祀為茶神。

「陸羽」這個名字是自己取的，在研習易經後，陸羽為自己占得漸卦，卦辭云：「鴻漸於陸，其羽可用為儀。吉。」



參

唐宋元明的泡茶法
比較

唐、宋



兩者準備茶末的方式大致相同，差別在於泡茶的方式。

唐代為煎茶法，宋代為點茶法，點茶法比煎茶法更加複雜。

煎茶法須先炙茶、碾碎、羅篩再進行煎茶。點茶法則為炙茶、碾碎、羅篩、候湯、燴盞、點茶、擊拂等步驟。由烹煮改為點注。

明、清



明朝前期主要為煎點法，但到了明末清初則變為瀹泡法。

此方法使用的是散茶，即直接用茶葉沖泡，不須再進行炙茶、碾茶、羅茶等步驟，這種方式更看重茶本身的香氣與味道，能夠品嚐到茶最原始的味道。

瀹泡法也是現今最主要的泡茶方式。



肆

宋代點茶法步驟



點茶步驟

1. 將茶餅炙烤，且不可在通風處，否則火焰會飄忽不定、茶餅受熱不均。出現如蛤蟆背般的疙瘩時須離火五吋繼續烤，待茶餅變軟或散發香氣時放入紙袋，避免香氣散失。

2. 茶餅冷卻後即可取出打碎、輾成末狀。

3. 將碾好的茶末經過籬的細篩，之後存放於茶盒備用。

4. 將點茶用的水掌握至最合適的沸滾程度，此步驟須以個人經驗判斷。此步驟即為候湯。

5. 用沸水沖洗杯盞，預熱茶具。此過程即為燴盞。

7. 將茶末加入茶盞中，並加入適量沸水調和成膏狀。

8. 再次加入沸水，並用茶筴攪動，使茶湯上浮泛起湯花。此過程即為擊拂。

A decorative graphic featuring stylized white and brown clouds at the top and bottom. A central vertical line is flanked by horizontal lines that curve at the ends, resembling a stylized 'U' or 'W' shape. The background is a textured, light gray.

伍

鬥茶、茶百戲

鬥茶

鬥茶時所運用的泡茶方式及評判規則皆是使用點茶法，鬥茶又稱為鬥茗、茗戰，是一種集體品評茶湯素質優劣的比賽。

鬥茶的標準不僅在於茶的色、香、味，湯花也是品評重點。湯花色澤鮮白、久聚不散為上，且盞面水痕早出者為敗。

又因為湯花要求鮮白，所以茶盞以建安出產的黑釉兔毫茶盞為佳，黑色的瓷器能更好的襯托出的湯花色白。



茶百戲



茶百戲又稱為分茶、水丹青、茶戲等，是一種在茶湯上作畫的藝術，能夠用茶和水在茶湯上沖、點及攪拌的方式呈現文字或圖案。使用的方式為點茶法。

茶百戲始於唐代、盛於宋代，元代以後逐漸沒落。2009年時，中國的章志峰恢復茶百戲技藝。



陸

反思



反思

一開始選擇的題目為「宋代的飲食文化」，但因為範圍太大、內容太多，最後改為「宋代的茶文化」，也因為前面花太多時間找資料，導致後來時間不太夠，也做得很趕，但確實學習到許多關於宋代飲食的知識，在茶的方面更是如此。

這次的經驗讓我學到訂定題目以及時間分配的重要性，希望以後若有類似的事情要做時，可以改善這些缺點。

謝謝聆聽

