

茶

動心

中國人最懂得喝茶的藝術，講究喝茶的人，不但是茶葉，就是泡茶的水，煮水的燃料，甚至盛茶的杯壺，都有特別的標準。舊詩中有一「寒夜客來茶當酒」的名句，最能道出茶的價值。歐美人喝茶，不問紅茶綠茶，都是茶葉放在水壺裏去煮，煮開了加糖，還有再加工牛奶或檸檬的，那已經失去茶的原味了。

飯後，和兩三位友好，手捧一杯清茶，閒談古今的幽趣，與面着美酒，猜拳喧鬧的情形，相比之下，自然是別有一番風味。一般地說，豪爽的人喜歡飲酒，好靜的人比較喜歡喝茶。

茶，本來是中國的特產。據學者的考證，十七世紀以前，歐洲人還不知道有茶。一六三五年，少量的茶葉初到法國的巴黎，一六三八年傳到莫斯科。茶葉成爲商品陳列於倫敦，是在一六五〇至五五年之間；歐洲人開始飲茶，則是十八世紀以後的事情了。有一點很巧的是，世界各地的民族，很早就各

有一種和茶類似的飲料。如中美洲的阿拉伯的咖啡，非洲的哥拉，南美的巴拉哇，這些飲料和茶一樣，都不約而同的含有一種共同的成份，就是「咖啡因」。

茶因爲含有「咖啡因」的關係，所以是一種精神中樞的興奮劑。

當你意緒莽亂的時候，一杯濃茶，往往可以使你心神清新，思想敏捷，也許是這個原因，有不少人是嗜茶如命。茶又可以解除疲勞，驅逐睡魔，因此和友人夜深共語的時候，使你精神充足，但却不像酒那樣，使你興奮過度。可是相反地，上床之前的一杯茶，可能會使你嘗到「長夜漫漫何時旦」的失眠滋味了。

「咖啡因」還有促進循環和排泄作用，所以酒闌人散之後，一杯茶也有解醉之效。它還可以促進胃酸的分泌，因此患有胃病的人，最好是不嘗試，它會使你的胃覺得更不舒服。在醫學上，「咖啡因」又有促進呼吸，增加心跳，解除頭痛等等作用。

茶中除咖啡因之外，尚有一主



古 人 攜 茗 春 遊 圖



出門對答歌

林成詞
劉成鈞畫

十指尖尖奉一杯，
問郎今去何時回？
路邊花草多芒刺，
妄想家中一枝梅。

一朝出門就想歸，
風光雖好難展眉；
恰似單鳥宿寒林，
夜夜夢見成一對。

要成份！鞣酸（單寧酸）。鞣酸是一種收斂劑，可以妨害腸的運動，所以常飲茶的往往會有便秘。鞣酸又會奪取食物中的鐵分，鐵是構成紅色素的主要成份，在搬運氧素的機能上演很重要的角色。假如缺少鐵分的話，就會發生貧血。所以有貧血的人，如忽然站起就會起頭暈，或面黃蒼白等現象的人，最好也不要喝茶。

聽說懂得喝茶藝術的人，不但對於茶葉，就是用以烹茶的水，煮水的燃料，甚至盛茶的杯壺，也都特別的講求。

有人把泡茶茶的階段，第一泡比做十二三歲的幼女，第二泡比做妙齡女郎，第三泡比做少婦。雖然鑑賞家認爲到第三泡的茶已不可復飲，但事實上，豈止是「少婦」，就是泡到變成「老婦」了，喝的人還是大有人在呢。

在以前的風俗，聘禮多用茶，所以受聘亦叫做受茶，大概和「茶樹必下子，移植則不生」的傳說有關吧。