

作者簡介

蔡佩珈，東吳大學歷史學系畢業，東吳大學歷史學系研究所碩士，現為文字工作者。著有歷史研究論文《歐陽修的飲茶生活》，相關文章〈論唐宋飲茶文化〉等。

提 要

歐陽修一生飲茶無數，舉凡北宋當時著名的大小龍團、鳳團，以及雙井、揚州等茶，他都曾品飲並著有相關詩文，且因任官位高的關係，其所品飲的茶，大多是當時的精品。

宋代所出產的茶型大抵可分為團茶、散茶兩類，其中團茶精品主要出自福建鳳凰山的北苑茶園。該茶園所出產的團茶，於宋代初期有龍、鳳團和小龍團等，但由於產量稀少等原因，使團茶在當時可說是極為貴重。歐陽修因交友廣泛，且深受皇帝賞識，故曾被賜贈了數種團茶精品，然而，因精品團茶極為珍貴的關係，使其「不敢輒試」，品嘗的次數自然也就不多。

相較於團茶的盛行，散茶在中國的發展時間雖長，但在喜好茶味重、講求茶之製作工藝細緻繁複的宋代，其反而較不被人所重視。直到品質可與團茶相比的雙井等茶出現，加之價格較團茶便宜，且沖泡方式可選擇方便的淪泡法等因素，散茶才開始為人所青睞。歐陽修因受人贈送及職守等關係，曾接觸過不少散茶，並於詩文中多有提及。而由於受到文人推崇的關係，茶在宋代民間風行的情況熱烈，尤其是有文人寫詩文傳誦的茶品，更是會被世人瘋狂追求，因此，在歐陽修所寫的茶詩、茶文，亦有不少描寫當時世人瘋狂追求名茶、好茶的部分。

茶在宋代社會文化上所扮演的角色，包含交友及養生療病等層面。宋代文人之間常以茶及相關的物品，包含茶具、茶詩、茶文等，作為聯繫彼此友誼的贈物。歐陽修因交友廣泛的關係，常與友人互贈茶等物品，其中，又以梅堯臣、蔡襄等人與其交往最為密切，所流傳下來的茶詩、茶文頗多。而除了梅、蔡二人之外，歐陽修亦有與其他文人及道佛者以茶相交，這點可從雙方所流傳下來的詩文及書信中看出。

茶除用於交友外，亦可用於養生療病。有關茶的養生療病功效，不少醫療典籍中皆有記載。從歐陽修與友人之間的交往書信中我們可以發現，他的身體健康狀況並不佳，尤其是在晚年，其頗受眼疾與渴淋等病症所困擾，而茶因為成分的關係，可用於治療白內障等眼疾、渴淋（糖尿病）以及嗽喘等病症，故可由此推斷，歐陽修嗜飲茶的原因，與茶對其病症的控制，有很大關係。



目

次

第一章 緒論	1
第一節 研究動機	1
第二節 前人研究回顧	3
第三節 研究方法、目標與資料使用	5
第二章 歐陽修與茶的緣分	9
第一節 歐陽修與團茶	9
第二節 歐陽修與散茶	23
第三章 歐陽修以茶會友	31
第一節 歐陽修以茶與其他文人、道佛者相交	31
第二節 歐陽修與梅堯臣以茶相交	38
第三節 歐陽修與蔡襄以茶相交	48
第四章 歐陽修的健康狀況與茶之養生療病功效	53
第一節 茶的養生療病功效及泡茶用水之選擇與影響	53
第二節 歐陽修的身體健康狀況與其詩文中所言 之茶功效	65
第五章 結論	71
附錄	75
附錄一 北宋團茶（片茶）產地分布圖	75
附錄二 北宋散茶產地分布圖	76
附錄三 北宋六榷貨務分布圖	77
附錄四 北宋十三山場分布圖	78
附錄五 北宋建州茶產地與負責受納建州茶之榷 貨務位置圖	79
附錄六 《歐陽修全集》及日本天理大學所藏之歐 陽修九十六篇書簡中茶詩、茶文及相關之 詔令、奏議、書簡一欄表	80
徵引書目	87
附錄一 論唐宋飲茶文化	93
附錄二 從茶書、茶文看唐代飲茶文化	113