

# 茶

的

## 饗宴

教學資源手冊

國中 1、3 年級適用



國立故宮博物院  
NATIONAL PALACE MUSEUM



兒童學藝中心  
CHILDREN'S GALLERY

# 目錄



前言 .....	2
教學資源手冊使用說明 .....	3
主題教學設計 .....	4
教學主題 喝茶的歷史 .....	7
· 啊，美味的茶！ .....	8
· 原來古人這樣喝茶！ .....	16
· 台灣茶的故事 .....	18
參觀故宮的教學準備與活動 .....	21
· 參觀前的教學準備 .....	21
· 參觀行程建議 .....	22
· 參觀後的教學活動建議 .....	23
學習單 .....	I - III

# 前言

國立故宮博物院是國際頂尖的博物館之一，館藏文物的質量兼備，深深吸引了世人驚豔讚嘆的目光。如何讓這座藝術寶山的生命力與時俱增，並彰顯館藏特色的重要性，讓我們意識到博物館與人文藝術教育的推動與深化的迫切性。

依循這樣的理念，我們設計了一系列可供不同年齡層及參觀者使用的輔助教材。結合眾人智慧創造更深化而持續的博物館參觀導引，教學資源手冊在設計上，是以故宮收藏的文物出發，配合九年一貫藝術與人文課程，為不同的學習階段，規劃不同的教學主題與教學內容，提供國內中、小學的教師，做為參觀故宮的準備參考資源。

希望透過數位內容、互動設計與教學活動的相互結合，使參觀與學習緊緊相扣，讓所有來到故宮的參觀者，從幼年開始，就能經歷一場美好的博物館經驗，以啟發深植內心的文化學習因子。





# 教學資源手冊

## 使用說明

「茶的饗宴」主題的教學資源手冊是為「國中 1 - 3 年級」的授課教師所設計。本手冊提供了完整的配套學習主題、內容與建議教學流程，可以幫助教師減少在課程準備上所花的時間。

教師可以斟酌授課的時數與學生程度，彈性運用本手冊提供的教學單元設計示例，選擇適當的項目或單元讓學生參與，或結合相關教學資源使用。

若教師們對於主題課程有更多、更新的想法或提案，也歡迎提供給故宮。所有的寶貴建議，將使我們的教學資源手冊更完善、更有創意！

# 主題教學設計



活動主題	故宮茶文物與中國飲茶文化		
單元名稱	茶的饗宴		
適用年齡	國中1-3年級	教學時間	二節，每節40分鐘
學習領域	配合藝術與人文課程		
課程目標	<p>(一) 審美與理解：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識故宮院藏的茶畫與茶具。</li> <li>2. 能欣賞、理解茶畫與茶詩的美感內涵。</li> <li>3. 體會不同階級、不同時代、古與今在品茶方式上的異與同。</li> <li>4. 認識台灣現代茶文化，或其他地區不同的飲茶習慣。</li> </ol> <p>(二) 探索與表現：</p> <p>了解茶文化與不同時代社會文化的影響關係。</p> <p>(三) 實踐與應用：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 至故宮參觀，加深學習印象，養成日常生活中藝術鑑賞的興趣與習慣。</li> <li>2. 能在課堂上與同學分享自己平常的嗜好。</li> <li>3. 能培養自己的興趣，繼續不斷學習。</li> <li>4. 能透過團隊合作，共同構想如何延續茶文化的生命力。</li> </ol>		
九年一貫能力指標	<p>1-4-1 了解藝術創作與社會文化的關係，表現獨立的思考能力，嘗試多元的藝術創作。</p> <p>1-4-4 結合藝術與科技媒體，設計製作生活應用及傳達訊息的作品。</p> <p>2-4-5 鑑賞各種藝術作品，分析其美感與文化特質。</p> <p>2-4-6 辨識及描述各種藝術品內容、形式與媒體的特性。</p> <p>2-4-7 感受及識別古典藝術與當代藝術、精緻藝術與大眾藝術風格的差異，體會不同時代、社會的藝術生活與價值觀。</p> <p>3-4-9 養成日常生活中藝術表現與鑑賞的興趣與習慣。</p> <p>3-4-10 透過有計劃的集體創作與展演活動，表現自動、合作、尊重、秩序、溝通、協調的團隊精神與態度。</p> <p>3-4-11 選擇適合自己的性向、興趣與能力的藝術活動，繼續學習。</p>		

教學資源	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 學童自行攜帶的茶具或茶飲料</li> <li>• 故宮 e 學園：陶瓷世界歷險記數位學習課程  <a href="http://elearning.npm.gov.tw/digital_2-4-2-1.htm">http://elearning.npm.gov.tw/digital_2-4-2-1.htm</a></li> <li>• 故宮網站：也可以清心—茶器、茶事、茶畫特展  <a href="http://www.npm.gov.tw/exh91/tea9107/chinese/index.htm">http://www.npm.gov.tw/exh91/tea9107/chinese/index.htm</a></li> <li>• 本手冊「教學主題」單元內容</li> </ul>
教學活動 流程建議	<p>(一) 課前準備</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在課程開始前，可以先向學生預告，請大家從家裡帶茶具或喜愛的茶飲料到課堂上來。</li> <li>2. 請學生準備自己喜愛的美勞用具，不限定任何形式或材質。</li> <li>3. 請學生做好準備，向同學們介紹、分享自己的興趣或嗜好。</li> </ol> <p>(二) 導入活動：介紹什麼是茶文化</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師以提問的方式，請學生回想一下日常生活中，哪裡看得到「茶文化」？現代的茶文化有些什麼特色？如隨處可買的速沖茶包、便利商店的各種茶飲料、茶餐……等等，由學生自由發表。</li> <li>2. 運用故宮典藏〈攪茶圖〉之複製畫或圖檔，透過與現代速成、便利茶飲的對比，發現茶文化悠久的歷史與深厚的內涵。教師可參考本手冊「教學主題」內容進行講課。</li> <li>3. 請學生比較並說說看：從前人們喝茶的習慣與現代人喝茶的習慣有哪些不同？</li> </ol> <p>(三) 發展活動：</p> <p>活動一：感受古代茶畫與茶詩相互交織的情調</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 運用本手冊「教學主題」內容，為學生講解古時候的茶詩，以及茶詩背後的人文與故事。</li> <li>2. 認識宋代「點茶法」的流程，以及古代飲茶器具，感受古人在飲茶上的品味與堅持。</li> </ol> <p>活動二：認識台灣茶文化</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 帶入台灣茶業，認識台灣這個產茶王國，並對延續至今的茶文化作一概略的講解。</li> </ol>



# 主題教學設計

<p>教學活動 流程建議</p>	<p>活動三：安排到博物館參觀</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 至故宮「兒童學藝中心」觀賞導覽劇場所播映的「國寶迷宮」影片，建立學童參觀博物館的基本認知及禮儀。</li> <li>2. 到正館二樓203、205展覽室參觀，欣賞古代茶文化文物，加深學習的連結與印象。</li> </ol> <p>(四) 綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 延續「茶與文人生活」的議題，討論從前的文人喜歡品茶與書畫，生活在現代的學生們又有什麼樣的品味與嗜好。請全班同學各自攜帶自己的收藏或是嗜好品，如：郵票、樂器等，與同學一同分享。 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 說說自己的興趣養成有多久了？</li> <li>▪ 親朋好友間是否有同好者？</li> <li>▪ 聊聊在嗜好養成的過程中，是否有最得意的成就（如蒐集到別人沒有的球卡等）。</li> </ul> </li> <li>2. 讓學生分組以茶為題，蒐集與茶相關的物品，如飲料、茶包、茶葉枕或是茶歌等，拍照、製作POWER POINT檔，或是帶實品到學校，向同學們介紹茶與我們的生活有什麼樣的密切關係。大家還可以共同發想如何創意推廣茶文化，使其在現代延續新生命。 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 蒐集茶用品的過程中有什麼心得？</li> <li>▪ 統計班上把茶當飲料的人數（平均一星期喝幾次？）</li> <li>▪ 請學生發表對於目前茶飲料包裝設計的看法，以及是否有什麼創意包裝與行銷茶的新點子。</li> </ul> </li> <li>3. 列印教師手冊後附加的學習單（或上故宮網站下載），提供給學生做學習的呈現。</li> </ol>
<p>延伸學習資源</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 故宮 e 學園：陶裡乾坤瓷中秘數位學習課程 <a href="http://elearning.npm.gov.tw/digital_2-4-2-2.htm">http://elearning.npm.gov.tw/digital_2-4-2-2.htm</a></li> <li>▪ 故宮網站：大觀－北宋汝窯特展 <a href="http://www.npm.gov.tw/exh95/grandview/juware/index_ch.html">http://www.npm.gov.tw/exh95/grandview/juware/index_ch.html</a></li> <li>▪ 故宮主題網站：米芾的書畫世界 <a href="http://tech2.npm.gov.tw/mifu">http://tech2.npm.gov.tw/mifu</a></li> <li>▪ 廖寶秀，《也可以清心·茶器、茶事、茶畫》（台北：國立故宮博物院，2002）。</li> </ul>

# 教學主題

## 喝茶的歷史

中國人飲茶的歷史由來已久，最早可以追溯自漢代，由四川一帶開始流行，到了魏晉南北朝時，飲茶的風氣漸漸在南方傳播開來。

由於茶樹適合生長在溫暖、潮濕的氣候環境，中國北方不適合生產茶葉，也就沒有飲茶的習慣，但到了隋唐時，由於皇帝興建了一條串聯中國南北的大運河，南方的飲茶文化逐漸傳播到北方，深入文人與貴族的生活圈。到了宋代，茶已經成為中國文化中最為傳統、也最為流行的日常飲料了。

因為茶的流行，自唐代以來，流傳下許多茶詩、茶畫，表達品茶感想與樂趣。現在，我們就來看看這些歷史悠久的圖畫和詩文，怎麼描繪古人喝茶的文化吧！



宋 宋徽宗 文會圖（局部）  
絹本設色 軸  
縱184.4公分 橫123.9公分







## 啊，美味的茶！

### 1 唐代—茶香飄仙

唐代為什麼開始流行喝茶呢？

這和佛教的禪宗有很大的關係。當時禪院中的和尚發現喝茶可以讓人靜下心來思考，也有提神效果，有助於學習禪理，所以逐漸有飲茶談禪的風氣。

唐代的「茶人」，可以盧仝（ㄌㄨˊㄨㄥˊ）為代表人物。

盧仝是個很有學問的人，但個性淡泊名利，不願意當官，最大的樂趣，就是在隱居的生活中讀書、飲茶。他到底有多麼喜愛飲茶呢？

在他最有名的茶詩〈走筆謝孟諫議寄新茶〉（又稱〈七碗茶詩〉）中寫到：有一天，他午睡正熟，朋友派人送來了新茶，以白絹仔細包裹、並封上三道印泥，他趕緊拆開，開心地檢視裡頭一片片有著春風氣息的茶餅。

這早春新茶可是萬分難得，數量相當稀少呢！盧仝就像獲得寶物一樣高興，立刻在家裡煮起茶來。喝著喝著，他寫下了飲茶的千古絕唱：

一碗喉吻潤。兩碗破孤悶。

三碗搜枯腸，唯有文字五千卷。

四碗發輕汗，平生不平事，盡向毛孔散。

五碗肌骨輕。六碗通仙靈。

七碗喫不得，唯覺兩腋習習清風生！

#### 【白話解釋】

一碗茶能潤肺滋喉；二碗茶能破解胸中孤獨煩悶，腦筋清明；三碗茶可以捕捉靈感，下筆神速；四碗茶足以使人身體暢快，微微發汗，平日不平的感受，全都藉著暢快的毛孔消散；五碗茶可以讓身體感到肌骨清爽；到了第六碗，簡直可以與仙靈通神；第七碗最高境界，最好是不要喝了，否則滋味的美妙，足以讓人兩腋生風，飄飄然飛往蓬萊仙山。



宋 錢選  
盧仝烹茶圖  
紙本設色 軸  
縱128.7公分  
橫37.3公分

這首詩描寫他喝茶由潤喉、解悶，漸漸地全身都自在暢快，解脫了鬱悶，一身筋骨突然輕快飄逸，就像要變成神仙一般，乘風歸去呢！

盧仝「愛茶成痴」的形象，在傳南宋畫家錢選的作品盧仝〈烹茶圖〉中，成了茶畫的主角。

錢選（1235-1307）字舜舉，畫風細緻工雅，是南宋至元朝初年的著名畫家。

在這張畫中，描繪了盧仝穿著白袍，坐在布墊之上，身旁放了書卷與茶器，正等候侍者煮水泡茶。



您瞧，畫中人物在山林幽境之中，一邊讀書、一邊品茗，正是文人茶畫的常見主題，傳達了隱逸、脫俗的理想，而盧仝就是個絕佳的代言人。





除了盧仝之外，唐代有許多大詩人都都喜愛喝茶。一邊吟詩、一邊品茗，喉間繚繞的茶香，帶引著靈感活躍，讓他們寫下許多膾炙人口的茶詩。

就連以愛喝酒聞名的詩仙李白，也曾寫過詠茶的詩——〈答族姪僧中孚贈玉泉仙人掌茶〉。

「玉泉仙人」原來是一位禪師，有一天，他特地帶了自製的仙人掌茶，來向李白求詩。李白聽說玉泉山人常喝這種茶，所以能保持氣色年輕，便趕緊命人煎茶，喝了以後果然齒頰留芳，回韻無窮！於是他揮筆寫下這首詩：

常聞玉泉山，山洞多乳窟。  
仙鼠如白鴉，倒懸清溪月。  
茗生此中石，玉泉流不歇。  
根柯洒芳津，採服潤肌膚。  
叢老卷綠葉，枝枝相接連。  
曝成仙人掌，仙拍洪崖肩。  
舉世未見之，其名定誰傳？  
宗英乃禪伯，投贈有佳篇。  
清鏡燭無鹽，顧慚西子妍。  
朝坐有餘興，長吟播諸天。

詩中，李白將玉泉山描述得有如仙山一般，也將仙人掌茶延年益壽的功效，大為讚譽一番，可見李白認為茶不僅可慰解心靈之渴，也是強身保健的好方法。

中唐詩人元稹（779-831），在好友白居易即將調職時，也以「茶」這個字為

題，寫了一首〈賦茶〉（一至七言詩，成寶塔形，故後人又稱為寶塔詩）送給他：

茶。  
香葉，嫩芽。  
慕詩客，愛僧家。  
碾雕白玉，羅織紅紗。  
銚煎黃蕊色，碗轉麴塵花。  
夜後邀陪明月，晨前命對朝霞。  
洗盡古今人不倦，將知醉後豈堪誇。

所謂寶塔詩，第一句只用一個字破題，之後每句的字數逐漸增加，到最後一句為七個字，排列起來就像一座寶塔，而且句句對仗，一韻到底，妙趣橫生。

詩開頭描寫了芬香的茶葉、翠綠的嫩芽，受到詩人僧客的喜愛。之後轉入茶餅的製作與烹煮，還形容茶的色澤就像黃嫩的花蕊，不論是夜晚舉杯邀月，或是早晨對飲朝霞，茶就像是一道清泉，洗慰古今人心。

## 2 宋代—喫茶的樂趣

在宋代，茶已經成為中國各地相當普遍的飲料，不僅文人雅士、禪院僧人喜愛，連一般的市井小民也都喜愛喫茶。參考文獻記載，宋代已有「客至則喫茶」的習俗，茶成為日常必備的飲料。然而，也在這種逐漸普及的過程中，茶飲亦日漸講究，包含泡茶的工具、程序，乃至茶湯色澤與湯花的品味等等，而有所謂的「點茶法」與娛樂競賽的「鬥茶」，這些有趣的活動都記錄在傳為劉松年的畫作中。

劉松年（1174-1224）是南宋畫家，浙江錢塘人，曾經任職宮廷畫院，擅長山水與人物畫，從他畫的〈攪茶圖〉、〈茗園賭市〉，就可以看出宋代茶文化是多麼的流行喔！

〈攪茶圖〉描繪文士雅集品茗的情景，右側有一位僧人正提筆寫字，還有兩位文士圍觀欣賞，姿態從容優雅。畫的左側所描繪的泡茶方法與茶具，顯然是宋代流行的點茶法。



宋 劉松年 攪茶圖(局部)  
絹本設色 軸  
縱44.2公分 橫61.9公分

再看前方的侍者，正用石磨將茶餅、茶磚磨成粉末。仔細觀察石磨下方，還仔細描繪了粉末洩出的模樣呢！

而後方的侍者站在桌旁，桌上放置了許多茶具，有喝茶用的茶盞、放置茶盞的茶托，還有茶罐、水盂，桌旁還有個火爐，紅通通的熱焰正在燒煮滾水。這位侍者左手托著茶盞，右手持著茶壺，正要將滾燙的熱水注入茶盞，茶盞中應該已經盛好茶粉了，一旦熱水注入後，只要以他手邊的茶筴（丁一弓）攪動，將茶粉調勻，就可以飲用。這就是宋代的點茶法，以滾熱的水點茶，而不同於唐代直接將茶粉放入茶壺中烹煮，因此，〈攪茶圖〉為我們清晰地示範了宋代點茶的方法。



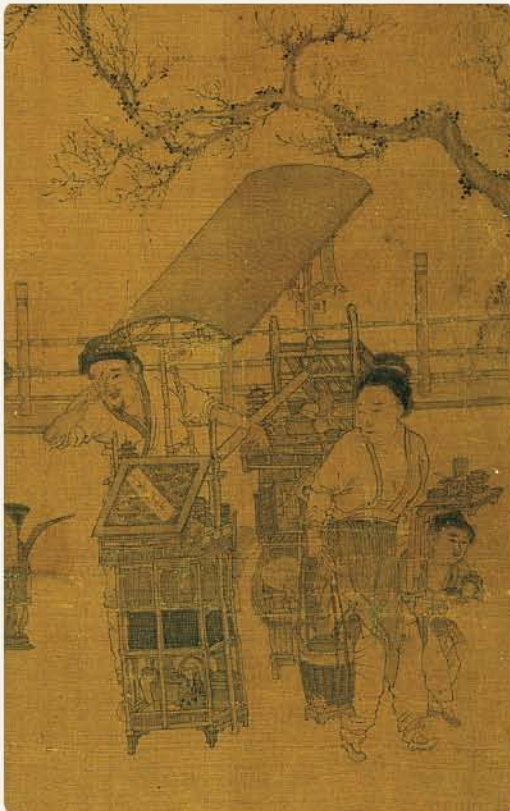
〈攬茶圖〉描繪了嫺雅的文人品茶，  
〈茗園賭市〉則生動地呈現市井小民喝茶  
的情景。

〈茗園賭市〉是一幅小開冊頁，畫  
中，茶販挑了茶擔來到村莊，茶擔上放著  
茶盞、茶托；畫幅右側有一位婦人左手托  
著茶盤，右手提著一個茶籃，身旁還跟著  
一個小孩，手拿著一盞茶，看來婦人剛買  
完茶正要轉身離去，但似乎受到旁邊人們  
的吸引，不禁回頭張望。原來，左方的人  
群正熱鬧地在鬥茶呢。

鬥茶的方法就是將滾燙的熱水注入茶  
盞後，以茶筴攪拌，品聞茶香、觀察茶湯  
的色澤與湯花分佈的情況，以判別高下。  
畫幅左方四人正在鬥茶，每個人都有一個  
茶籃，裝著滾水，手拿一個茶盞，有的正  
朝茶盞注水、有的舉杯啜飲、也有人正觀  
望別人、還有一位像是剛喝完了茶，正用  
袖子擦嘴呢。當時鬥茶的情景，是不是很  
生動呢？



宋 劉松年 茗園賭市  
絹本設色 冊  
縱27.7公分 橫25.7公





宋代人熱衷於鬥茶的娛樂活動，而為了在鬥茶中得勝，茶的品種與點茶技術也越來越講究，終於在北宋晚期達到走火入魔的地步。北宋大文豪蘇軾（1036-1101）曾寫過一首詩，抨擊這個現象。

當時，在朝廷任官的蘇軾被貶到偏遠的廣東惠州，身處在溫暖多雨的廣東，他生平第一次嚐到荔枝的美味，而寫下了詩句〈荔枝嘆〉。詩中蘇軾想起唐玄宗為博貴妃一笑，千里迢迢地由嶺南運送荔枝到長安，深深覺得這是浪費民力物資的荒唐行徑，因此這種珍美的果實就像是蒼生百姓的災難一般，此時話鋒一轉，他又聯想起當時蔚為風潮的建安貢茶，而不禁感嘆：

武夷溪邊粟粒芽，前丁後蔡相寵加。  
爭新買寵各出意，今年鬥品充貢茶。  
吾君所乏豈此物，致養口體何陋耶？  
洛陽相君忠孝家，可憐亦進姚黃花。

「前丁後蔡」指的是先後擔任福建轉運使的丁謂與蔡襄，他們負責製造宮廷內喝的茶，製茶功夫非常講究，特別是蔡襄（1012-1067）監造出鬥茶中的上上絕品，鬥茶也在他的推廣下大為流行，而珍貴的絕品茶，則成為少數官員爭來獻給在上位者的諂媚手段。

事實上，蘇軾本身也愛飲茶，但他

寫作〈荔枝嘆〉，是為了批評過度沉迷於鬥茶競技的社會風氣，也感嘆當官者無視於民生疾苦，只知以珍饈美物巴結權貴的手段。這種情況，可說是古今往來皆相同啊！



### 3 明代—文人品味的實踐

歷經元朝蒙古民族的統治，飲茶的風氣稍微沉寂，到了明代才又興盛起來。

明代流行飲用「葉茶」，也就是茶葉摘下後經過搓、揉、炒、焙等程序，而保留茶葉一片一片的樣子，泡茶時，只要將葉茶放入壺中，以熱水沖泡，就可以飲用，方法與現在相似，茶具也是。

明朝的文徵明（1470-1559）喜愛飲茶，他一生以詩詠茶、畫茶，是明代文士愛茶的代表。他的作品〈品茶圖〉描繪山間溪畔的一座草堂之中，有兩位文人相坐對飲，桌上放置了茶壺、茶杯與書，而童僕正在煽火煮水，準備泡茶。草堂外草木翠綠，遠山與溪水都顯得寧靜、悠閒極了！畫的上方，文徵明題了一首詩，記述創作這幅畫的背景：

碧山深處絕纖埃，面面軒窗對水開。  
穀雨乍過茶事好，鼎湯初沸有朋來。

原來他畫的是朋友陸子傳來訪，與文徵明一同在草堂中品嚐「雨前茶」，也就是在穀雨（約陽曆4月20日前後）之前所採收的春茶，以入喉微苦，回韻甘甜著稱。

文徵明的曾孫文震亨曾寫過一本談論文人生活品味與嗜好的書《長物志》，其

中一篇〈香茗〉論述了各種茶品、茶具，以及飲茶的環境，文中寫道：

構一斗室，相傍山齋，內設茶具，教一童  
專主茶役，以供長日清談，  
寒宵兀坐，幽人首務，不可少廢者。

他用文字描述的這番境界，無限清雅，也正呈現於文徵明的畫中啊！

文徵明的朋友，同樣被列為明四大家的唐寅，也喜愛飲茶。唐寅（1470-1523），字伯虎，詩、書、畫無一不精，也曾創作許多茶詩、茶畫。他寫〈陽羨茶詩〉，描寫「穀雨」當日，他幸運地品嚐到今年初採摘的陽羨雨前茶：

千金良夜萬金花，占盡東風有幾家。  
門裡主人能好事，手中杯酒不須賒。  
碧紗籠罩層層翠，紫竹支持疊疊霞。  
新樂調成胡蝶曲，低簷將散蜜蜂衙。  
清明爭插西河柳，穀雨初來陽羨茶。  
二美四難俱備足，晨雞歡笑到昏鴉。

陽羨，就是江蘇宜興，就在唐寅家鄉江蘇吳縣附近，是著名的產茶地，特別以雨前茶為著，唐代詩人盧仝的〈走筆謝孟諫議寄新茶〉（七碗茶詩）詩中亦提到：

天子須嘗陽羨茶，百草不敢先開花。  
仁風暗結珠蓓蕾，先春抽出黃金芽。

可見陽羨春茶自唐代就是難能可貴的貢茶，滋味更是不凡。啜飲陽羨茶的詩人，一面沉吟低迴，在東風吹暖、蝴蝶蜜蜂翩翩舞動的春天傍晚，寫下了這首輕快歡樂的詩句。詩句快意暢然，書法也是，傳達了詩人在春天享受新茶的喜悅。



明 文徵明 品茶圖  
紙本設色 軸  
縱88.3公分 橫25.2公分





## 原來古人這樣喝茶！

### 像大餅一樣的茶——點茶法

現代人喝茶，習慣泡葉茶，也就是將焙製過的原片茶葉，放入溫熱的茶壺中，再以熱水沖泡過後，就可以飲用。但唐代人或宋代人所流行的飲茶方法，可就大不相同了！

事實上，在唐代、宋代時，也有飲用葉茶的品茶方式，但比較流行的仍舊是餅茶、團茶等。

餅茶、團茶的製作方式如下：茶葉採收後，須先以熱氣蒸茶，再以茶臼捶搗茶葉，然後將搗碎的茶葉放入模型中固定成形，一片片脫模的餅茶還須以小心慢烤、烤乾後才算完成。

飲用餅茶或團茶時，必須先將整個茶餅、茶團搗碎，並以茶碾子或是茶磨將茶塊研磨成細末，再以篩子過濾，以確保茶粉的細緻度，然後才能以茶鍬煮茶，或以茶盞點茶。

唐代的煎茶、宋代的點茶，基本程序都是相通的，只是在磨完茶粉之後，唐人直接將茶粉放入裝水的茶鍬（鍋子）之中煮沸後，再舀入茶杯之中飲用。而宋人則是舀取適量的茶粉，置入茶盞之中，再以滾水沖茶，這樣的飲茶步驟，就稱作為點茶。



（圖採自《也可以清心——茶器·茶事·茶畫》特展圖錄）

## 茶沫也能比賽——鬥茶

鬥茶既然是一種比賽，因此從喝茶方式到茶具，無一不細細講究。

將茶團敲碎後，以茶碾、茶磨碾茶時，一定要磨到最細，並小心以篩子過濾，避免茶末顆粒過粗，因為越細的茶末在調製成茶湯時，就越不容易沉澱，這是鬥茶的一個致勝點。

再來，將茶盞溫熱，舀取茶粉放入盞中。點茶時要先注入少量的水，將茶粉與熱開水充分調和後，再將水加到六、七分滿，以茶筴攪拌茶粉，讓茶湯均勻調和，此

時，茶湯上方會產生像似泡沫的湯花。茶粉的均勻、湯花的型態，都是宋人鬥茶評比的項目，因此，如何攪拌，讓湯花不易消失，也成為鬥茶技巧的關鍵。

鬥茶的理想茶種，是產自福建的建安白茶，茶色為乳白，而且是越白越好。為了突顯茶色之白，所以，當時建安鬥茶便流行使用黑色的建窯茶盞。

建窯茶盞深底寬嘴的器型，以茶筴攪拌起來相當容易，而釉色黑亮的建窯茶盞，更襯托茶色的白淨。



宋 建窯 黑釉兔毫盞  
高6.5公分 口徑11.5公分  
足徑4.2公分

## 台灣茶的故事

### 大稻埕的茶傳奇

台灣早期的發展是由台南開始的，墾荒的腳步在清代終於逐漸向北移動。試著想像，兩百多年前的北台灣，仍舊是處處叢林、平埔族人漁獵維生的蠻荒地帶，農業開墾極為困難，因此誰也沒有預料到，在一百多年後，這裡將因為茶葉出口而成為台灣最富裕的地方。

事實上，北台灣的丘陵地區非常適合種植茶葉，潮濕多雨、氣候溫和，是茶樹最理想的生長環境。早先，台灣仍須從中國進口茶葉，直到清代中期，台灣茶生產越來越多，還開始向外出口。

那麼，當時經營茶生意的地方是在哪裡呢？時間回到清代，清代中期以後，由於淡水河泥沙淤積，台灣北部的首要貿易港口就由艋舺移轉到大稻埕。而後，英法聯軍失利，清廷不得不同意淡水對外開港，瞬時間，吸引了許多外國商人來到大稻埕開設洋行。特別是英國商人發現台灣茶葉品質優良後，引進優良茶種與製茶技術，設立茶行，台灣茶便搭著貨輪，在大海中航行萬里，來到紐約、倫敦等世界大都市，讓西方人深深為這「Formosa Tea」的甘美所懾服。

就這樣，台灣茶終於走向世界舞台，也為台灣賺進大量財富。在1870年代，台灣茶出口至紐約的總量，已經超越了中國

福建有十倍之多，成為東方茶的第一品牌。

茶葉出口的榮景，帶動了北台灣的開發。除了洋商外，台灣茶商也逐漸崛起，所以，至今我們仍然可以在大稻埕一帶看到許多氣派的洋樓與茶館。例如有「台灣第一位思想家之稱」的李春生，原本亦是洋行買辦，後來因為經營茶葉生意而致富，其故居就在西寧北路86巷巷口。而創立錦記茶行的陳天來，其故居則在貴德街73號。當年，這裡可以看見許多西洋商人，空氣中也瀰漫著烘焙茶葉的芳香。而這些老茶館，正是台灣茶傳奇的見證。



圖片提供：頑石創意股份有限公司



日治時期，在保護日本企業的政策下，台灣茶業逐漸萎縮，也將出口市場轉向亞洲地區。然而現在，台灣市面上仍有許多茶館、茶行，想一想，有哪些你印象深刻的品牌名字呢？

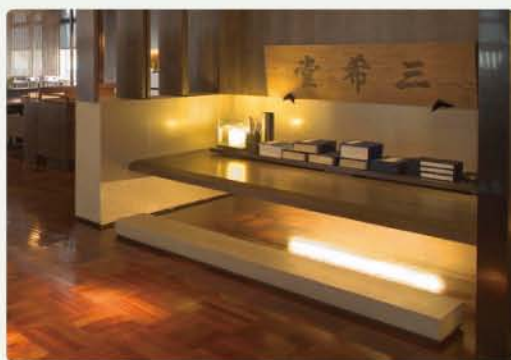
### 三希堂茶館

「三希堂」原本是乾隆皇帝的書齋名字，意指乾隆收藏的三件稀珍文物：王羲之〈快雪時晴帖〉、王獻之〈中秋帖〉和王珣〈伯遠帖〉。位於正館四樓的三希堂，為故宮全院制高點，遊客飲茶的同時也可欣賞故宮周遭美景，假日不定期安排表演活動，可說是兼具餐飲與藝文功能的空間。

現在的三希堂茶館是由陳瑞憲所設計，結合東方藏書閣與西方圖書館的概念，融合古典與現代、東方與西方文化意涵。整個空間以深咖啡色系為主要色調，

搭配環形燈座及燈光設計。簡潔的現代傢俱，與明式傢俱的搭配，更可看出結合傳統與創新的設計。

在餐具的搭配與擺飾方面，也處處可見傳統與創新的激盪。茶品方面，有一道「三清茶」，是由故宮參考文獻所研發，以雪水煮松子、佛手、梅花製成。據文獻裡記載，「三清茶」是乾隆皇帝一生中最喜愛的茶，並曾為此作三清詩茶碗。





### 街頭無處不喝茶

除了讓人聚會品茶的茶藝館，現代還有一種最方便的茶。想一想，是什麼茶呢？

自從1980年代推出第一罐易開罐包裝的烏龍茶飲料，就使台灣的飲茶文化變得更大眾、便利。如今我們打開電視，可以看到許多茶飲料的廣告，極力宣揚茶飲的新鮮度、茶種特色、茶湯色澤、還有茶湯的回甘喉韻，甚至還強調喝茶可以瘦身的功效呢！



除了便利商店裡的易開罐飲料，街上還有四處散佈的飲料攤，隨時都可以來一杯現調的珍珠奶茶！這些飲料攤有許多變化組合的口味，使茶飲在台灣街頭轉變成一種美味又充滿創意的飲料。其中，「珍珠奶茶」更是台灣首創、聞名海內外的流行茶飲代表，圓圓QQ的粉圓，搭配香甜的奶茶，組合成絕佳的好滋味，另外也衍生出像是青蛙下蛋、仙蛙撞奶等有趣又好喝的風潮茶飲！



但這樣的飲茶文化，卻不見得是這個時代的創新，如果攤開北宋張擇端所畫的〈清明上河圖〉，你就可以發現，早在宋代，熱鬧的城市街頭就有賣茶飲的攤販「飲子」，為路上來來往往的行人解渴。

透過這些瓶瓶罐罐的各式茶飲，我們不難想像，這背後隱藏著多龐大的商機，也隱藏著數量何其龐大的飲茶族群，以及何其深厚的飲茶文化！



# 參觀故宮的 教學準備與活動

在學校的課堂講解之後，建議您帶領學童到故宮實際走訪一趟，加深學習印象。配合下列的博物館參觀資源與行程建議，能幫助您的學生熟悉故宮與本次的學習主題。

## 參觀前的教學準備

在帶領學生參觀故宮前，您要做的事包括：

(一) 於預訂參觀日的兩個禮拜前填寫申請表格，向故宮提出預約申請。

### 【可用資源】

故宮網站：「學校團體參觀與導覽服務申請表」下載

<http://www.npm.gov.tw/UserFiles/File/zh-tw/335000000E-I6Z-003.doc>

(二) 運用教學資源手冊進行學習主題介紹。

(三) 對學生進行參觀前的預告，鼓勵學生先上故宮網站認識故宮，並針對即將要參觀的主題尋找相關資訊。一來增進先備能力，二來讓學習更趨向主動。

### 【可用資源】

#### 1. 認識故宮：

- 故宮網站：<http://www.npm.gov.tw>
- 參觀資訊：<http://www.npm.gov.tw/zhtw/visiting/visit/hours.htm>
- 導覽地圖：<http://www.npm.gov.tw/UserFiles/File/zh-tw/zhtw.zip>
- 導覽影片：<http://www.npm.gov.tw/zhtw/downloads.htm>
- 當期展覽：[http://www.npm.gov.tw/zhtw/visiting/exhibit/exhibit\\_03.htm](http://www.npm.gov.tw/zhtw/visiting/exhibit/exhibit_03.htm)

#### 2. 學習主題相關資訊：

- 故宮網站：也可以清心—茶器、茶事、茶畫特展  
<http://www.npm.gov.tw/exh91/tea9107/chinese/index.htm>
- 故宮 e 學園：陶瓷世界歷險記數位學習課程  
[http://www.npm.gov.tw/digital\\_2-4-2-1.htm](http://www.npm.gov.tw/digital_2-4-2-1.htm)



## 參觀行程建議

在參觀的過程中，可運用故宮提供的學習單做主題式學習，輔助瞭解故宮相關文物知識。

### 兒童學藝中心 導覽劇場

播放動畫影片「國寶迷宮」，內容描述主角阿弟仔來到故宮參觀，卻神奇地進入「國寶迷宮」，在裡頭遇見了乾隆爺，兩人一起展開一場文物探險之旅。影片深入淺出介紹故宮基本的文物類型及特色，傳達愛惜文物、親近文物的情感，是進入正館參觀最好的行前導覽教材。



### 正館2F常設展覽室（203、205）

展出從宋、元、明、清各朝代的器物。其中，203展覽室展出了宋代鬥茶、點茶相關的茶器。而在205展覽室中，除了飲茶用器外，同時也可以欣賞明代以來文人們所使用的文房用具，感受當時詩、書、畫、茶融合的風雅時尚。

## 其他參觀行程建議

### 張大千先生紀念館

電話：02-2881-2021轉2683故宮展示服務處

地址：臺北市士林區至善路2段342巷2號

網址：<http://www.npm.gov.tw/exh96/dai-chien/>

門票：預約制，於預定參觀一週前申請，以書面或傳真方式向故宮展示服務處申請。

開放時間：週二至週四 9：00—12：00；14：00—17：00

每次參觀時間40分鐘•週一及國定假日休館。

### 坪林鄉茶葉博物館

電話：02-2665-6035

地址：臺北縣坪林鄉水德村水聳漚坑19-1號

網址：<http://www.tacocity.com.tw/plin/newpage2.htm>

門票：請參考坪林鄉公所茶葉博物館參觀資訊

開放時間：週二至週日 8：00—17：00

例假日延長至18：00 週一休館



## 參觀後的教學活動建議

在帶領學生參觀故宮後，您可以：

(一)進行本手冊所提供的分組教學建議活動。活動進行中，您可以與學生一同討論，或是加入自己的創意在其中。選擇一個適合您班級進行的活動，與學生們一同享受這段快樂的時光。

### 【建議活動一】我的興趣與嗜好

準備事項：

事先向學生預告，請大家準備一下向同學介紹自己的興趣。

活動說明：

延續「茶與文人生活」的議題，討論從前的文人喜歡品茶與書畫，生活在現代的學生們又有什麼樣的品味與嗜好。請全班同學各自攜帶自己的收藏或嗜好品，如：郵票、樂器等，與同學一同分享。

- 說說自己的興趣養成多久了？
- 親朋好友間是否有同好者？
- 聊聊嗜好養成的過程中是否有最得意的成就（如蒐集到別人沒有的球卡等）。

### 【建議活動二】茶文化裡的大創意

準備事項：

請學生事先蒐集與茶相關的物品，如茶飲料、茶包、茶葉枕等。

活動說明：

讓學生分組以茶為題，蒐集與茶相關的物品，如飲料、茶包、茶葉枕或茶歌等，拍照、製作POWER POINT檔或帶實品到學校，向同學們介紹茶與我們的生活有什麼樣的密切關係。大家還可以共同發想如何創意推廣茶文化，使其在現代延續新生命。

- 蒐集茶用品的過程中有什麼心得？
- 統計班上把茶當飲料的人數（平均一星期喝幾次？）
- 請學生發表對於目前茶飲料包裝設計的看法，以及是否有什麼創意包裝與行銷茶的新點子。

(二)讓學生再拿出參觀中取得的學習單回顧新知與補充教學，並鼓勵學生依據學習單或本手冊中提供的資訊，進行延伸學習與複習。



# 索引



## 人名檢索

宋徽宗..... 7  
 盧仝..... 8、9、15  
 錢選..... 8、9  
 李白..... 10  
 玉泉仙人..... 10  
 元稹..... 10  
 白居易..... 10  
 劉松年..... 11、12  
 蘇軾..... 13  
 丁謂..... 13  
 蔡襄..... 13  
 文徵明..... 14  
 陸子傳..... 14  
 文震亨..... 14  
 唐寅..... 15  
 李春生..... 18  
 陳天來..... 18  
 陳瑞憲..... 19  
 乾隆..... 19  
 張擇端..... 20

## 專有名詞檢索

寶塔詩..... 10  
 點茶..... 11、16  
 鬥茶.. 11、12、13、17  
 茶筴..... 11  
 葉茶..... 14  
 雨前茶..... 14  
 餅茶..... 16  
 團茶..... 16  
 茶盞..... 16、17  
 茶鏡..... 16  
 煎茶..... 16  
 三清茶..... 19

## 書畫檢索

文會圖..... 7  
 盧仝烹茶圖..... 8、9  
 攪茶圖..... 11、12  
 茗園賭市..... 11、12  
 品茶圖..... 15

## 文學作品檢索

走筆謝孟諫議寄新茶  
 (七碗茶詩)... 8、15  
 答族姪僧中孚贈玉泉仙  
 人掌茶..... 10  
 賦茶..... 10  
 荔枝嘆 ..... 13  
 長物志 ..... 14  
 香茗..... 14  
 陽羨茶詩..... 15

## 地名檢索

錢塘..... 11  
 惠州..... 13  
 陽羨..... 15  
 建安..... 17  
 觚觶..... 18  
 大稻埕..... 18

## 器物檢索

建窯 黑釉兔毫盞... 17

## 店家產品檢索

錦記茶行..... 18  
 三希堂..... 19  
 珍珠奶茶..... 20

## 展覽檢索

也可以清心—  
 茶器、茶事、茶畫... 16



# 【教學資源手冊】

## 茶的饗宴

發行人 周功鑫

策劃單位 國立故宮博物院教育推廣處

顧問 鄧淑蘋、廖寶秀、尤雪娥、林媛婉、張麗華、陳盈君、蘇振明

發行機關 國立故宮博物院

地址 台北市士林區至善路二段221號

電話 (02)2881-2021

傳真 (02)2881-1440

網址 <http://www.npm.gov.tw>

設計製作 頑石創意股份有限公司

地址 台北市南港區三重路19-13號E棟3樓351室

電話 (02)2655-0755

傳真 (02)2655-0700

出版日期 中華民國98年5月

國立故宮博物院 版權所有 翻印必究



# 茶的饗宴



建議適用  
國中

## 茶器裡的學問

茶文化的歷史悠久，不同時代有不同的飲茶風尚，就連愛用的杯子都不一樣。你能猜得出來，下面三個朝代愛用的杯子分別是哪一个嗎？



## 連連看



宋朝人最喜歡以鬥茶當娛樂了！鬥茶時，茶沫是越白越好，哪個杯子最能襯托出雪白的茶沫呢？



明朝文人注重生活的品味，在茶器的裝飾上，也反映出風雅的生活情調，看起來十分雅致呢！



清朝的乾隆皇帝，最喜歡題詩作文了，許多文物上，都留有他的優美詞句。哪個杯子會是他的呢？



描紅三清詩茶碗



黑釉兔毫盞



青花高士圖茶盅



國立故宮博物院  
NATIONAL PALACE MUSEUM



兒童學藝中心  
CHILDREN'S ART CENTER



# 茶的饗宴



建議適用  
國中

## 發現茶畫中的故事

這幅畫是南宋畫家劉松年所繪〈攪茶圖〉，圖中左側的方桌上，放置了許多茶具，站在桌旁的人左手托著「茶盞」，右手提著「茶壺」，正要將滾燙的熱水注入「茶盞」，等熱水注入後，再用「茶筴」攪拌一下，把茶盞置於「茶托」上，一杯茶就可以端到你面前囉！



請你瞧瞧這些桌上的茶具，並寫出它們的名稱！



【      】



【      】



【      】



【      】



國立故宮博物院  
NATIONAL PALACE MUSEUM



兒童學藝中心  
CHILDREN'S GALLERY



國立故宮博物院  
NATIONAL PALACE MUSEUM

11143台北市士林區至善路2段221號

電話：(886) 02-2881-2021

傳真：(886) 02-2882-1440

<http://www.npm.gov.tw>

請至本院網站參閱更多資訊