

先苦後甜

4D 余樂賢

日本的抹茶、印度的大吉嶺茶、英國的紅茶、巴基斯坦的馬薩拉茶、埃及的芙蓉茶、南非的博士茶……，世界各地都有他們本土特色的茶，但中國卻是世界上最早發現和利用茶作為飲料和藥用的國家，是名副其實的「茶的故鄉」。

追溯以前，在五千年前的神農時代，茶葉已廣為醫用，至西周時期更轉為飲用，至唐代更有貢茶的出現。茶的文化根深蒂固，更被譽為開門七件事之一，即家中必不可缺，用作「看門口」，是中國人民日常生活的必需品。

茶，入口雖苦，但只要細意品嚐，就能嚐到在苦後的甘甜，這意味着中國人的品德——先苦後甜。先經歷困難、艱辛的事，才經歷喜樂，享受完成難事後的成功感。以考試作為例子：有些學生會在試後慶祝考得不錯，有些則會埋怨自己為何之前沒有好好努力。我們可以追溯到考試前，每天都努力溫習，交齊功課，寧願減少自己玩樂時間，也不會怠慢學習的進度，是「先苦」的表現。而每天放學後只顧玩樂，沉迷於電子世界，溫習比登天還要難的人，是「先樂」的表現。一分耕耘，一分收穫。有溫習的人結果考得不錯，終會得到試前不斷玩樂的人所得不到的快樂和滿足感，這就是先苦後甜的好處。

品茶也有很多方式：別國會加入奶或糖等其他食材在茶中，如奶茶、檸檬茶、珍珠奶茶等，但卻令茶失去原有的味道，往往只品嚐到甜味。中國人卻比較執着，堅持嚐純茶，只品嚐到茶的本身——先苦後甜。

再以中藥為例，最初人類對藥物的認識是與覓食活動緊密相連的。早在原始時代，原始人通過採食植物，了解到有些植物不能果腹，有些卻可減緩病痛，甚至有些可引致中毒。隨着文字的

出現，藥物的知識也有了文字記載，至西周更有專業的「醫師」，直至現在成了不論男女老少生病都會尋求的治病方法，可見中藥在中國人的生活中扎下深深的根，不可分離。

「良藥苦口利於病。」這句話正正是在形容中藥。喝過苦口的良藥，病自然就會好，亦可從中領悟到先苦後甜的道理。與西方不同的是，西醫多數用藥水和藥丸來治病，為了容易入口，西藥中多含有糖水和糖衣的成份，對健康實在不太好，攝取過量糖份小則導致蛀牙，重則患上糖尿病和心臟病等病症。因此先苦後甜是中國人獨有的良好文化。

中國文化表現形式多姿多采，在多樣的形式背後，我們可以感覺到一種共同的文化——先苦後甜，先耕耘，後收穫。