

· 医疗文化史研究 ·

唐宋茶疗考

顾云龙^{1,2}, 李兆健¹

(¹上海中医药大学科技人文研究院, 上海 201203; ²上海中医药大学继续教育学院, 上海 201203)

摘 要: 唐宋时期茶风盛行, 通过对唐宋时期“茶药”相关的医药文献进行考证与分析, 不仅挖掘与整理了茶叶的医药作用, 将茶正式列入官修本草, 还出现了大量药茶方剂, 收入唐宋众多大型医药方书中。传统茶文化和传统中医学不断融合与创新, 形成与丰富了茶药文化, 产生了以药代茶、药茶方剂、茶法引入医药制法、药茶诸方、药茶宜忌等内容。唐宋时期的茶疗文化在中国文化史上具有积极影响和重要地位, 为现代茶疗文化的发展亦提供了借鉴和启示。

关键词: 药茶方剂; 唐宋时期; 茶疗; 代茶方

DOI: 10.16307/j.1673-6281.2023.04.008

中图分类号: R2-09 文献标志码: A 文章编号: 1673-6281(2023)04-0363-07

Research on Tea Therapy in Tang-Song Dynasties

GU Yunlong^{1,2}, LI Zhaojian¹

¹Institute of Science, Technology and Humanities, Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai 201203, China; ²School of Continuing Education, Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai 201203, China

【 Abstract 】 According to investigation and analysis of tea-medicine related literature in Tang and Song dynasties when tea prevailed, the medical role of tea was excavated and sorted out, tea was recorded in the officially compiled *Materia Medica*, and a large number of medicinal tea prescriptions appeared in several large-scale formularies. Traditional tea culture keeps bringing up integration and innovation into traditional Chinese medicine, forming and enriching the tea-medicine culture, and generating concepts such as substitution of medicine for tea, prescription names with tea, introduction of tea administration into medicine processing and taking, prescriptions of medicinal tea, contraindications of medicinal tea, etc. Tea therapy in the Tang and Song dynasties takes an important status and positive influence in the history of Chinese culture, which can provide reference and inspiration for the further development of modern tea therapy culture.

【 Keywords 】 Medicinal Tea Prescriptions; Tang-Song Dynasties; Tea Therapy; Substitution-Tea Prescriptions

【 基金项目 】 上海市卫生健康委员会中医药科研项目 (2022ZG006)

【 第一作者 】 顾云龙 (ORCID: 0000-0003-3931-6566), 助理研究员, E-mail: 502339788@qq.com

【 通信作者 】 李兆健 (ORCID: 0000-0003-3145-354X), 研究员, E-mail: 13012856610@163.com

中国的茶文化源远流长,从文献记载看,早期的茶叶可能也曾作为食材入饌,而作为专用饮料,应不晚于西汉。它的药物用途则在唐代首次被本草典籍《新修本草》(659)所收录。唐代陆羽对茶的研究与造诣颇深,其撰写的我国首部关于茶的专门著作《茶经》(780)记载:“滂时浸俗,盛于国朝。”^[1]唐代杨晔《膳夫经》(856)中亦记录了茶在唐代的发展轨迹:“至开元、天宝之间,稍稍有茶,大历遂多,建中已后盛矣。”^[2]由此可知,唐时茶饮风尚盛行成比屋之饮之势,这一时期不仅产生了中国茶饮史上的第一部茶著《茶经》,而且茶亦被引入了官修本草及医学方书中。

茶事的兴盛由唐及宋,宋代在继承了唐代饮茶风俗外,在制茶、品茶、斗茶、药茶等有关方面均有了进一步发展,特别是扩充了茶的医疗治用特色。宋代第一部大型官修方书《太平圣惠方》是宋以前及北宋早期的医学集成,该书卷第九十单列了“药茶诸方”8首,这些药茶方剂在方书的出现显示着唐宋时期“以茶为药”“以药代茶”的茶疗治疗基础,也是唐宋时期茶文化与中医药文化交汇融合的明证,对于茶疗的发展具有深远的意义。金国梁、王泽时在《茶疗的发展及其临床应用》一文中简述了唐宋茶疗的发展情况^[3],奚茜、高树慧、苏诺等学者对茶的茶性、茶效、茶用、茶汤等与茶有关的医药文献及医学史进行了研究与整理^[4-6]。尽管如此,学界对唐宋茶疗的挖掘与研究尚存不足之处。本文通过查考唐宋文献资料,对“茶药”相关的医药内容进行考证与分析研究,试对唐宋时期茶疗的发展情况作一探讨。

一、唐宋时期所载茶叶功用

唐代《新修本草》(659)在木部中品中将茶“独列成条”并定名为“茗、苦茶”,茶由此首次在官修本草中被划归为具有药用功效本草属性之物,并确定了其性味功效:“茗,味甘、苦,微寒,无毒。主瘰疮,利小便,去痰、热渴,令人少睡,春(秋)采之。苦茶,主下气,消宿食,作饮加茱萸、葱、姜等,良。”^[7]茶作为药物使用在西汉时期司马相如《凡将篇》中已有记载,其中的“莽诧”就是指茶叶。其功效在早期的文献相关记述还有华佗用茶消除疲劳、提神醒脑,吴普用茶治疗厌食、胃痛等症并以之安心益气、轻身耐老。

在《新修本草》之前,《本草经集注》序例中已有部分文字记载了茶治“好眠”(即多睡)的功效:“诸药一种虽主数病,而性理亦有偏著。立方之日,或致疑混,复恐单行径用,赴急抄撮,不必皆得研究。今宜指抄病源所主药名,仍可于此处治,若欲的寻,亦兼易解。其甘苦之味可略,有毒无毒易知,惟冷热须明……好眠,通草、孔公藤、马头骨、牡鼠目、茶茗。”^[8]但在唐代以前,暂未见系统总结茶叶功效的文献记载。因而唐代《新修本草》的出现,属首次梳理与总结了茶的性味功效及应用方法。其后,孟诜(621—713)《食疗本草》载:“茗叶:利大肠,去热解痰。煮取汁,用煮粥良。又,茶主下气,除好睡,消宿食,当日成者良。蒸、捣经宿。用陈故者,即动风发气。市人有用槐、柳初生嫩芽叶杂之。”^[9]又《本草拾遗》(739)记载:“茗、苦茶寒,破热气,除瘴气,利大小肠。食之宜热,冷即聚痰。茶是茗嫩叶,捣成饼,并得火良。久食令人瘦,去人脂,使不睡。”^[10]

《食疗本草》《本草拾遗》二书与《新修本草》相较,三书在治用上存在一些差别,《食疗本草》中记载了茶具有利大肠、清热解痰的功效,可用茶取汁煮粥进行食疗,并指出茶能降气、治多眠、消宿食,若用陈茶易致动风发气,由此可知《食疗本草》所载药用之茶宜用新茶;而《本草拾遗》中不仅增加了茶叶具有减脂的功效,还增入了茶叶用药宜忌的记载,指出以茶疗疾在具体应用时“宜热不宜冷”。

宋代的本草文献中,苏颂的《本草图经》(1061)有关茶的记录主要收录了《尔雅》《茶经》《茶谱》等文献资料,记述了茶的释名、茶叶的品种及茶叶的古今产地,引载了《茶谱》中以茶疗疾的记述:“昔人有病冷且久,遇一老父谓曰:蒙之中顶茶,当以春分之先后,多耨人力,俟雷之发声,并手采摘,三日而止。若获一两,以本处水煎服,即能祛宿疾,二两当眼前无疾,三两固以换骨,四两即为地仙矣。

其僧如说，获一两余，服未尽而病差。……其性似不甚冷，大都饮茶少则醒神思，过多则致疾病，故唐《母景茶饮序》云：‘释滞消壅，一日不利暂佳，瘳气侵精终身之累，斯大是也’。”^{[11]371}《本草衍义》中未见茶的药用记录；《政和经史证类备用本草》则总结了唐宋本草及方书中茶叶的相关记载。根据宋代的本草文献资料，发现宋时有关茶叶的性味、药用功效、药用宜忌等内容均承袭于唐代。

据以上内容可知，唐代是系统整理与挖掘茶叶药用的关键时期，对于充分了解茶叶药用价值具有重要意义。

二、唐宋时期所载药茶方剂

茶叶在唐代被引入官修本草前后，孙思邈《备急千金要方》（652）中就已经出现了“以茶入方”的医药记载，此后亦有不少古医籍收录了药茶方剂，既有独用茶叶以茶疗疾的单方，亦有配伍其他中药组成的复方，因而在此时期逐渐形成了药茶方剂的茶疗基础形式，但此时的药茶方剂数量较少，而且亦未提出“药茶”的概念。直至《太平圣惠方》的出现，该书所列“药茶诸方”正式辑录了北宋及其前代医方中可应用于临床治疗的药茶方剂。《太平圣惠方》所列“药茶诸方”8首，有一半是“以茶入方”的药茶方剂，另一半却是“以药代茶”的无“茶”药茶方剂。据苏诺统计所示，宋代《太平惠民方》载方16 834首，含茶的药茶方有168处；《圣济总录》所载20 000余首方剂，含茶药方多达448处；《太平惠民和剂局方》所载788首方，用茶的方剂有64首^{[6]72-73}。由此，本文据唐宋时期所载的药茶方剂及其应用情况分为以下两点进行说明。

（一）含“茶”药茶方剂

唐宋茶疗方中属于单方的含“茶”方剂并不多见，其药茶方剂主要以茶入复方作为主药之一和茶作辅佐应用的疗治特色。在单行的茶疗方面，因所用茶叶和用法的不同，其所治疗的疾病亦各有所异。如孙思邈《备急千金要方·卷十八大肠腑方·痰饮第六》有单用茶叶煮饮使人吐之的记载，主要用以治疗痰厥头痛：“治卒头痛如破，非中冷，又非中风，其痛是胸膈中痰厥气上冲所致，名为厥头痛，吐之即瘳方。单煮茗作饮二三升许，适冷暖，饮二升，须臾臈即吐，吐毕又饮，如此数过。剧者须吐胆汁乃止。不损人，而渴则瘳。”^[12]

唐代《食医心镜》《经验方》《兵部手集》《胜金方》等方书均收录了相关茶药方剂，其方大多是以茶作为主药单方，如唐代《食医心镜》中治疗赤白痢及热毒痢的茶药方：“好茶一斤，炙捣末，浓煎一二盏吃，差。如久患病，亦宜服。又主气壅暨腰痛转动不得。煎茶五合，投醋二合，顿服。”^[13]唐代《经验方》载：“治阴囊上疮。用蜡面茶为末，先以甘草煎水，洗后用贴，妙。”^[13]又如《胜金方》云：“治蠼螋尿人成疮，初如糝粟，渐大如豆，更大如火烙浆疱，疼痛至甚，速用草茶并蜡茶俱可，以生油调傅上，其痛药至立止，妙。”^[13]

复方含“茶”的方剂主要分为两种情况，其一是以茶作为方药的组成之一，其二是以茶送服其他方药使用。

1. 茶作组方之一

唐代王焘《外台秘要方》（752）在“卷第二十六”中记载了用茶叶治疗阴疮的方剂：“（阴边粟疮方五首）又方紫芽茶末一分，荷叶一片烧灰。上二味为末，以盐浆水洗沔，敷之，三五度即愈。”^{[14]460}又如《兵部手集》载：“治心痛不可忍，十年、五年者。煎湖州茶，以头醋和，服之良。”^[13]宋代官修方书《太平圣惠方》“药茶诸方”记载了4首含茶方剂，如治伤寒头痛壮热的葱豉方，该方由葱白、豉、荆芥、薄

荷、栀子仁、石膏及茶末（紫笋茶）等7味药物组成，在制法上，系先煎取前6味药物的汤液，去滓后，再下茶末煎四五沸，分2次服用；治伤寒头痛烦热的石膏茶方，该方由石膏和紫笋茶两药组成，石膏茶方的制法为先煎石膏，再去滓点茶服用；治伤寒、鼻塞头痛烦躁的薄荷茶方，该方由薄荷、生姜、人参、石膏、麻黄组成，此方中无茶，其与“茶”有关的内容主要体现在制法上：“（薄荷茶方）右件药剉。先以水一大盏。煎至六分。去滓。分二服。点茶热服之。”^[15]此处点茶或与石膏茶方用点紫笋茶相同，故而未载茶名；又如治宿滞冷气及止泻痢的硫黄茶方，该方由硫黄、紫笋茶、诃黎勒皮3味药组成，此方在制法上则是：“右件药相和令匀。以水依常法煎茶稍热服之。”^[15]

2. 茶作辅佐品使用

据相关学者研究统计，在宋代3部大型官修方书中除去“代茶”的方剂，如荆芥茶、薄荷茶、葱茶等含“茶”字，这类表述法实则是荆芥汤、薄荷汤、葱汤等以其他药物作“茶”的代用品，并不是荆芥加茶、薄荷加茶、葱加茶煎煮成的汤液，因而真正含茶的茶药方共有421首，其中含茶单方2首、含茶复方41首、以茶送服方378首。可见，在唐宋茶药方中将茶作为辅药的应用较之作为组方药物更多。在方剂中茶常被用来送服汤药，常见的用法如“茶、酒任下”“茶汤下”“茶清调下”“茶嚼下”“茶饮下”等。

唐宋医方中含有大量将茶作辅佐品使用的方剂，又或将茶法引入医药制法中，此为唐宋时期茶疗方的主要特色之一，如《太平惠民和剂局方》卷一所载治疗由风痰所引起的头目四肢诸疾的清神散，即是佐茶为辅，该方由檀香、人参、羌活、防风、薄荷、荆芥穗、甘草、石膏、细辛9味药物组成，在制法上则为：“上为末，每服二钱，沸汤点服，或入茶末点服亦得，食后服。”^{[16]21-22}其中的“沸汤点服”“入茶末点服”均与茶饮服法密切相关；且在制法中虽未明以何种茶末入药，但也能确定该方可将茶作辅药使用。又如治疗风气上攻、头目昏眩、肢体拘急烦疼或皮肤风疮痒痛，及治寒壅不调、鼻塞声重的八风散，该方由藿香、白芷、前胡、黄芪、甘草、人参、羌活、防风8味药物组成，此方在制法中有较为详尽的记载：“上为细末，每服二钱，水一中盏，入薄荷少许，同煎至七分，去滓，食后温服。腊茶清调一大钱亦得，小儿虚风，乳香腊茶清调下半钱，更量儿大小加减服。”^{[16]21}需要指出的是，有学者统计了关于宋代的含茶药方，指出宋代含茶药方中有303首药方未注明所用茶叶的类型，方中亦不涉及茶叶名称、种类，但其中有28首药方提出用“好茶”“细茶”“嫩茶”，可见茶疗方对医方中的茶叶品质是有所要求的；此外，有119首含药茶方明确了茶叶的名称，其中有101首方剂所用茶叶为腊茶，10首为紫笋茶、2首为火煎茶、2首为草芽茶、1首为蜀茶^{[4]28-29}。

茶在方中作辅佐品使用，属于次要的地位，但其又发挥何种作用呢？宋代苏颂《本草图经》在食盐条下引载了唐代刘禹锡《传信方》“崔中丞炼盐黑方”，该方用盐、豉、桃仁、巴豆四物合用，在治用方面，其载：“天行时气，豉汁及茶下并得。服后多吃茶汁行药力。……鬼疟，茶饮下。”^{[11]44}酒文化在古今均较为兴盛，过去通常认为酒具有行药力的功效，而在茶道兴盛以后，亦有人认为茶具有“行药力”的功效，但这种文献记载并不多，在“崔中丞炼盐黑方”的记载中，“行药力”应当是指茶通过消食祛痰这一功效辅助它药以增强原方去除毒物的效用，并非指茶类同酒效一般具有活血通脉之功。

（二）无“茶”药茶方剂

在《太平圣惠方》“药茶诸方”中有4首方剂是不含茶叶的药茶方剂。如治疗肠风的槐芽茶方，治风及气补暖的萝蓼茶方，治肠风兼去脏腑风湿的皂荚芽茶方以及治风补暖的石楠芽茶方，以上4方在制法上基本都提出了“如造茶法”“碾为末”“依煎茶法”“不计时候”等与茶有关的制茶法、煎茶法和饮茶法，因此叫“药茶”。实际上，在五代后蜀·毛文锡《茶谱》一书中就已经有了除“茶”之外可用作茶饮

的植物药的文献记录：“茶之别者，枳壳牙、枸杞牙、枇杷牙，皆治风疾。又有皂荚牙、槐牙、柳牙，乃上春摘其牙和茶作之。五花茶者，其片作五出花也。”^[17]

以其他非茶类的药物作茶饮是有据可追的，以枳壳叶为例，据《政和经史证类备用本草》引唐代孙思邈《食医心镜》所载：“治水气皮肤痒及明，枳壳一两，杵末，如茶法煎，呷之。”^[18]由此说明，在宋前的茶书及医药著作中已存在其他可作茶饮的植物药。因而，将无“茶”方剂收入“药茶诸方”其本意是“以药代茶”，《太平圣惠方》所用槐芽茶、萝藦茶、皂荚芽茶、石楠芽茶等均为可作茶饮使用的“茶之别者”，即药茶。在宋代陈直《奉亲养老书》中亦有两首无“茶”方，分别是槐茶方、苍耳茶方，其法亦是“以药代茶”，将槐叶和苍耳子制作成茶品，通过代茶方替代茶品而达到养生疗疾的目的。

追溯这种“以药代茶”的思想源头，与唐代《外台秘要方》卷三十一所载“代茶新饮方”密切相关。代茶新饮方治验颇多，主要由黄芪、通草、茯苓、干姜、干葛、桑根白皮、鼠粘根、生干地黄、枸杞根、忍冬、薏苡仁、菝葜、麦门冬、葳蕤 14 味药物组成，方中未见茶叶，在方名中使用“代茶”一词，应是与此方的制方法和煮饮法与唐时茶风盛行有关，该方制法为：“上十四味，并拣择，取州土坚实上者，刮削如法。然后秤大斤两，各各别捣，以马尾罗筛之，不用细，搅令匀调，重筛，务令相入，不令偏并，别取黄白楮皮白皮根相兼细切，煮取浓汁，和漉，令硬软得所，更于臼中捣。别作一竹椀子，围阔二寸半、厚二分以下，临时斟酌大小厚薄作之，此亦无定。众手依摸捻成饼子。中心穿孔，日曝干。百余饼为一穿，即以葛蔓为绳贯之，竹作篾亦得。阳挂之通风阴处妙。若须煮用，以炭火上炙令香熟，勿令焦，臼中捣末，任随时取足，煎以代茶。”^{[14]557}《外台秘要方》所载代茶新饮方或为医家在时代潮流盛行之下的新思路，医家将该方制成饼茶，既便于饮用和疗疾，亦正符合当时的生活气景。然而，这种代茶的制作工序、成分、作用、气味及口感较普通茶叶，则显得庞杂无比。从这一角度来看，代茶新饮方可以看作是医家们在茶文化氛围的渲染之下而产生的创新之作。

尽管如此，由于组方中不含常规茶叶或是茶作辅佐品用，学界有很多学者在研究时往往不将此类“代茶方”纳入药茶的研究范围。以唐代“代茶新饮方”为始，到茶书中提到“茶之别者”，以非茶类植物代茶饮用疗疾，至宋时之人发展出槐茶方、苍耳茶方及药茶诸方，可以说在唐宋时期人们创造性地发挥了“以药代茶”这种治疗疾病的方法与思想，不仅扩大了药茶方剂的范畴，丰富了唐宋时期的医方剂型，也为患者提供了更加简便且易于接受的治疗方法，对于后世发展代茶方剂也具有一定参考价值与意义。因此，作为唐宋茶药文化共同发展的一部分，理应将其纳入茶疗研究的范围内进行探讨与研究。

三、唐宋时期中医药文化与茶文化结合背景下的创新发展

唐宋时期人们喜茶、嗜茶，将茶作为重要的精神文化享受，使得茶事景象盛极之至，唐代茶饮之风遍及社会各个阶层，对社会和医药学均产生了巨大影响。在此情形之下，诞生了《茶经》《煎茶水记》《茶酒论》《茶述》《茶谱》《茶录》《大观茶论》等唐宋著名茶书，尤其《茶经》的问世标志着茶文化发展到了鼎盛时期。而受茶风盛行的影响，时人不仅深度挖掘了茶叶的医药作用，还结合了传统茶文化和传统中医药文化，使之融合与创新，形成与丰富了一系列茶药文化特色，如产生了以药代茶、茶入方剂名称、茶法引入医药制法、药茶诸方、药茶宜忌等实质内容。以药代茶、药茶诸方和茶法引入医药制法在上文已有探讨，此处不再赘述。

在“茶入方剂名”方面，宋时较多使用茶汤送服丸散膏方，在宋代的茶药发展中，随着茶药结合用以治病疗疾的临床实践，茶疗方已经逐渐为人们所接受，在方名上还出现了以“茶调”命名的方剂，例如较为著名的方剂“川芎茶调散”，此方薄荷、川芎、荆芥、香附子、防风、白芷、羌活、甘草 8 味药物组成，治疗由外感风邪引起的诸疾，如头目昏重、偏正头痛、鼻塞声重、伤风壮热、肢体烦疼、肌肉蠕

动、膈热痰盛、妇人血风攻疰、太阳穴疼等，在制法上，《太平惠民和剂局方》载：“为细末，每服二钱。食后茶清调下。常服清头目。”^[19]

在医药与茶饮宜忌方面，《新修本草》《备急千金要方》《千金翼方》《本草拾遗》《食疗本草》等医药文献中有食之宜热不宜冷，宜饮新茶不宜陈，忌饮茶过多，过多则致疾病，饮酒后不欲得饮冷水、冷茶等茶疗宜忌内容；茶的配伍宜忌上，可加茱萸、葱、姜等，但不可与韭共食等；在茶饮时间上，《混俗颐生录》还提到宜饭后吃三两碗不妨，似饥即不再吃；又有关于人的体质特点与茶饮宜忌的记载，如《混俗颐生录》提到丈夫有痰癖、五痔、风痞、冷气、劳瘦、虚损，女人有血气、头风，偏不宜茶等内容。从医药学的角度来看，以茶入药，特别是送服方药，虽然在唐宋方书中存有一定的数量，但比起数量庞大的唐宋医方来说，茶药方仅是此阶段医方中的细支小流，并不占主流地位。这是因为无论何种茶叶，都具有特定的性味功效、使用范围和特殊宜忌，正如唐代文献中提到的茶之宜忌，其“饮之宜热，冷即聚痰”^[10]“释滞消壅，一日之利暂佳；瘠气侵精，终身之累斯大”^{[11]371}“大都饮茶，少则醒神思，过多则致疾病”^{[11]371}。可见，即便是在茶饮盛行之时，古人就已经正确认识到茶饮所存在的利弊之处，既懂得如何规避其不利之处，同时也能发挥其效用。

值得注意的是，茶文化的发展史上，由于宋时之人好茶、好香，将香茶结合应用在宋朝一段时期内也曾兴起过热浪，因而宋代在进贡的茶品中也常掺杂龙脑、麝香等香料以助茶香。此外，宋代民间也以茶、香、果混杂应用，在宋代蔡襄《茶论》记载了这一现象，其载：“茶有真香，而入贡者微以龙脑和膏，欲助其香。建安民间试茶，皆不入香，恐夺其真。若烹点之剂，又杂珍果香草，其夺益甚，正当不用。”^[20]实际上，这种以香料助茶或者以果香助茶的茶事现象，本质上仍然是发挥和利用了不同香药或者是中药的效用，在一定程度上改变了茶叶的性味功效，如南宋陈元靓《事林广记》载有蒙顶白茶、脑麝香茶、法煎香茶、腊茶等。如蒙顶白茶：“细嫩白茶五斤，枸杞英五两炒，绿豆半斤炒过，米二合炒过，右件焙干，碾，罗，合。细煎点，绝奇。”^[21]又有法煎香茶：“上春嫩茶芽，每五百钱重，以绿豆一升，去壳蒸焙，山药十两，一处处细磨，别以脑麝各半钱重入盘同研约二千杵，罐内密封，窖三日后可以烹点，愈久香味愈佳。”^[21]两个茶方中，除了大量的茶叶外，还分别配和了少量的枸杞、绿豆、糯米、山药、龙脑、麝香等具有药用功效的药物制作药茶方。香茶的盛行是宋朝茶文化发展景象之一，南宋陈敬《香谱》中专设“香茶”一节，介绍了香茶的详细制作方法，并使用了麝香、缩砂、薄荷、白檀、沉香、豆蔻、孩儿香等药物。香料属于药物，其使用也是传统中医药文化的内涵之一。因此在宋代药茶发展史上，中医药对茶文化也产生了一定的影响。

综上，研究表明茶疗文化发源于唐宋时期，茶文化和中医药文化在唐宋时期的融合与互动，促进了茶疗文化的发展。本文认为唐宋茶饮之风盛行促使人们不断地挖掘与认识茶叶的药用价值，自然也推动和确定了茶叶在医药中的应用，包括以药入方进行组方配伍和在方药制法中发挥作用，进而在医药古籍中占有一席之地，在此基础上丰富了唐宋茶疗的文化特色及内容。唐宋茶疗在中国文化史上具有重要影响和地位，为进一步发展现代茶疗文化提供了借鉴和启示。

参考文献

- [1] 陆羽. 茶经译注 [M]. 宋一明, 译注. 上海: 上海古籍出版社, 2018:40.
- [2] 杨晔. 膳夫经 [M]// 篠田统, 田中静一. 中国食经丛书: 上. 东京: 书籍文物流通会, 1972:114.
- [3] 金国梁, 王泽时. 茶疗的发展及其临床应用 [J]. 中国茶叶, 1991(3):18-19.
- [4] 奚茜. 茶性、茶效与茶用的文献研究 [D]. 北京: 北京中医药大学, 2017.

- [5] 高树慧. 茶叶药用的文献研究 [D]. 济南: 山东中医药大学, 2015.
- [6] 苏诺. 古代保健“茶汤”的医学史研究 [D]. 北京: 中国中医科学院, 2009.
- [7] 苏敬. 新修本草 [M]. 尚志钧, 辑校. 合肥: 安徽科学技术出版社, 1981:334-335.
- [8] 陶弘景. 本草经集注 [M]. 尚志钧, 尚元胜, 辑校. 北京: 人民卫生出版社, 1994:54-55.
- [9] 孟洗. 食疗本草 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 1984:25.
- [10] 陈藏器. 《本草拾遗》辑释 [M]. 尚志钧, 辑释. 合肥: 安徽科学技术出版社, 2002:385.
- [11] 苏颂. 本草图经 [M]. 尚志钧, 辑校. 合肥: 安徽科学技术出版社, 1994.
- [12] 孙思邈. 孙思邈医学全书 [M]. 太原: 山西科学技术出版社, 2016:343.
- [13] 唐慎微. 重修政和经史证类备用本草下 [M]. 陆拯, 郑苏, 傅睿, 校注. 北京: 中国中医药出版社, 2013:878.
- [14] 王焘. 外台秘要方 [M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2011.
- [15] 王怀隐. 太平圣惠方 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 1958:3128.
- [16] 宋太医局. 太平惠民和剂局方 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2020.
- [17] 毛文锡. 茶谱 [M]// 朱自振, 沈冬梅. 中国古代茶书集成. 上海: 上海文化出版社, 2010:83.
- [18] 唐慎微. 重修政和经史证类备用本草: 卷 13 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 1995:323.
- [19] 太平惠民和剂局. 太平惠民和剂局方: 10 卷 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 1959:40.
- [20] 蔡襄. 茶录 [M]// 朱自振, 沈冬梅. 中国古代茶书集成. 上海: 上海文化出版社, 2010:101.
- [21] 陈元靓. 新编群书类要事林广记: 卷之四 [M]// 篠田统, 田中静一. 中国食经丛书: 上. 东京: 书籍文物流通会, 1972:266.

(本文编辑 常馨月)