

MASTER'S THESIS

唐代茶療特色初探

易麗妍

Date of Award:
2011

[Link to publication](#)

General rights

Copyright and intellectual property rights for the publications made accessible in HKBU Scholars are retained by the authors and/or other copyright owners. In addition to the restrictions prescribed by the Copyright Ordinance of Hong Kong, all users and readers must also observe the following terms of use:

- Users may download and print one copy of any publication from HKBU Scholars for the purpose of private study or research
- Users cannot further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- To share publications in HKBU Scholars with others, users are welcome to freely distribute the permanent URL assigned to the publication

唐代茶療特色初探

易麗妍

09427880

中藥學碩士學位課程

指導老師：衛明主任

香港浸會大學

二零一一年六月

論文摘要

“神農嚐百草，日遇七十二毒，得茶而解之”，由這個神話傳說可得知，茶的療效，早在神農氏的時候已被發現。從那時開始，人們已認識到茶的好處，開展飲茶文化，而且更用茶來防病治病，繼而衍生出茶療法，為後世茶療發展史拉開了序幕。中國封茶為“國飲”，在中國文化裏有超過 5000 多年的歷史記載。茶是故鄉濃，而中國就是茶的故鄉，茶的發源地，茶的祖國。飲茶被視作生活中不可或缺的一部份，是人們健康、提神的良品。由神農氏發現茶的那一天開始，茶這種木本植物從荒郊，走進了人類的文明世界；茶由默默無聞，變成無人不曉的健康飲料，人們飲茶成風；由認識茶可以解口渴，發展到認識茶含有多不勝數的功效；由茶文化發展到茶療，豐富了茶史的發展。所以當中由茶文化和醫學文化中衍生出來的茶療就更受重視，是茶學、醫學和藥學三方面結合而成的智慧瑰寶。茶療在不同時代背景有不同程度的發展，隨着時間的推移、朝代的變遷，茶療在人類智慧的歷史長河中不斷地孕育成長。正因茶療發展史源遠流長，又怎能只在這篇短短的論文裏用有限的字數去把它論述呢？所以這次我會把我國其中一個最輝煌的朝代——唐代的茶療特色作為我這篇論文的論述重點。

唐代是茶文化的繁盛期，也是茶療文化發展的成型階段初期。由茶聖陸羽編寫的《茶經》是世界上第一本寫茶的專著，是在唐代誕生，大大提升了茶文化的地位。正因太平盛世、民豐物阜，飲茶不再只是皇親貴族所獨享，已下傳至民間百姓，與民共享，飲茶之風風靡大江南北，遠播塞外，這是唐代飲茶文化獨有的特色，這也是造就茶療發展的重要基石。加上當時醫學發展受到重視，如唐代醫家孫思邈編寫的《千金方》、世上最早出現的藥典《新修本草》、唐代陳藏器編撰的《本草拾遺》，以及王燾編著的《外臺秘要方》，昝殷撰寫的《食醫心鑒》等醫學名著，都有記載與茶療相關的資料，例如有茶的功效、使用方法及茶方等。所以在此天時地利人和的情況下，便把茶療文化，發展得更加完善。

當然唐代時茶療的特色也是與別不同，在本文我將會透過唐代出版與茶療相關的書籍及資料，對唐代茶療發展的特色去作初探，從而加深對唐代茶療文化的認知，及了解唐代茶療文化對後世茶療發展的影響。

關鍵詞： 唐代、茶療、茶文化

目錄

前言	7
一、唐代以前茶療的發展概況	9
二、唐代茶療的特色	10
(一) 茶療文化得以發展有賴於社會各方面的關注	10
(二) 茶方由單方發展到複方	16
(三) 茶方由單一煮飲法發展到多種不同的用法	18
(四) 代茶飲方的出現	22
(五) 重視茶療養生調神的功效	24
三、總結及體會	28
參考資料	30