

茶粥文化考察

Study on the culture about tea porridge

趙 方任¹

¹大妻女子大学国際センター

Fangren Zhao¹

¹International Center, Otsuma Women's University
12 Sanban-cho, Chiyoda-ku, Tokyo, 102-8357 Japan

キーワード：茶，粥，文化

Key words : Tea, Porridge, Culture

抄録

“茶粥”虽然一直都不是中国饮茶文化的主流，但却伴随着饮茶文化、出现在每一个时代。而笔者在研究中国茶文化的过程中发现，“茶粥”的概念和样态在不同的时代、多有不同。

本文的主旨在于通过厘清古代“茶粥”的诸样态，通过分析“茶粥”概念的历史变化，对“茶粥”的实质以及“茶粥”对中国茶文化主流饮茶法的影响等进行考察与分析。

本文通过实地调查和文献资料分析，得出主要结论如下。

【1】魏晋以前至魏晋时期

茶粥主流：茶鲜叶生煮羹饮类的“鲜叶茶粥”是主流，并且作为商品进入市场。

其他样态：“谷物茶粥”也许已经出现，但尚缺乏有力证据，需进一步考证。

【2】唐代

变化：出现了“茶汤茶粥”和“谷物茶粥”。

其他样态：在云南等少数民族地域，“鲜叶茶粥”应该依旧存在，并最终延续到现在。

【3】唐末、五代十国时期

变化：并非熬煮，而是通过冲泡、搅拌等方法形成的“茶汤”也开始被称为“茶粥”。

影响：“以果仁类入茶汤”的做法，虽然未被正式称为“茶粥”，但却为宋代“花草茶粥”的出现打下了基础，这不仅丰富了“茶粥”的种类，还使“茶粥”文化涵盖了茶料理、添加茶、单纯茶汤等多个领域。

【4】宋代

变化：出现了“花草茶粥”、“泡沫茶粥”、“乳肉茶粥”等几个新的茶粥种类。

茶粥主流：以（点茶时形成的）茶汤泡沫为着眼点的“泡沫茶粥”成为主流。

“粥面”等词汇成为宋代“点茶”审美追求的专业术语。

其他样态：“谷物茶粥”已经很少被茶人提及，将“浓茶汤”称为“茶粥”的现象也少了。

影响：北方的添加乳制品和肉类的茶粥（“乳肉茶粥”）对“点茶”审美造成了破坏性冲击。有宋一代，往茶中添加“乳制品或肉类”的添加茶（包括茶粥）成为“点茶”拥护者攻击的对象，但最终的结果却是“点茶”人气渐趋式微，“乳肉茶粥”最终成为明代罢造龙团凤饼、散叶茶成为主流的契机之一。

【5】明代以后

清饮文化进一步成为茶文化的绝对主流，《中国茶叶大辞典》所说的“以茶汁煮成的粥”应该主要出现在这一时期。由此，“茶粥”逐渐被视为“茶料理”，逐步与“清饮”茶文化划清了界限。关于明代以后的“茶粥”文化，将留待后考。

“茶粥”，顾名思义，是和茶相关的粥，或者说含有茶的粥；从现代的一般认识上来讲，是指用

茶汤（茶水）熬成的粥或是指加入了茶的鲜叶或制品而煮成的粥。从现代人的这种认识上来看，“茶

粥”的主体是“粥”，茶是添加物，如果从茶文化的角度来看，“茶粥”应该归入“茶料理”的类别里面。

然而，笔者在研究唐宋时代“添加茶文化”和“花茶文化”的时候，注意到中国古代“茶粥”的种类有很多，既有上述现代人一般认识上的“谷物（以米类为主）茶粥”，也有指单纯茶汤（注1）的，另外还有往茶汤里面添加其他可饮食类物品而称之为“茶粥”的，甚至还有称茶汤表面的泡沫为“（茶）粥”的。也就是说，古人所说的“茶粥”，有的主体是粥，有的是纯粹的茶汤，还有的是“添加茶”或泡沫，种种不一。

那么，自古即今，“茶粥”到底都存在过哪些种类？不同种类的“茶粥”，其“茶”和“粥”到底是怎样的关系呢？“茶粥”到底是怎样的饮食物呢？上述的种种“茶粥”又都出现在哪一个朝代，经历了怎样的时代变化呢？

本文以茶文化研究为立脚点，以唐宋茶诗为主要资料，考察截至宋代为止的各类茶史料中关于“茶粥”的记载，希望通过厘清古代“茶粥”的诸形态，通过分析“茶粥”概念的历史变化，对“茶粥”的实质以及“茶粥”对中国茶文化主流饮茶法的影响等进行考察与分析。关于元明清时代“茶粥”之考察，则留待后续研究。

在进入主题之前，我们先来看一下“粥”的几个同义词和近义词，因为这些词汇在文献中往往也会作为“粥”字来使用。

“粥”字是“鬻”字的俗字。篆文的“鬻”字从“鬻”、从“米”，是一个会意字，从“米”，表示熬粥所需之食材，从“鬻”，表示熬粥所需之炊具，左右之“弓形”则表示袅袅上升之炊烟。《说文解字·鬻部》曰：“鬻，鬻也。”，其注云：“鬻，糜也。”。可以看出，“粥”字历史悠久、古已有之，是指用米等谷物类食物煮成的半流质食品。另外，《说文解字》中还有：“古文糲作糲，以米和羹也”。而“羹”，指“以羊肉为主料熬成的五味肉汤”。由此我们基本可以这样理解，以谷物煮成的流食称“粥”，而以肉类煮成的流食称“羹”，而以谷物和肉类共同煮成的流食则称为“糲”。而和严谨的字书形成对照的是，在包括我们后面将要介绍的一部分史料在内的古籍文献中，“粥”、“羹”、“糲”往往是混用的，并没有字书那么严格。

也就是说，“粥”、“鬻”、“鬻”、“糜”、“羹”、“糲”、“糲”等字通用或混用，可视为同义词。另外，“茶”也有诸多别称，如“茗”、“茶”、“荈”等等。上述所有“茶”与“粥”的俗称、同义词等均在本文史料收集、统计、考察范围内，凡与“茶粥”同

义者，亦均予引用、分析，但在行文论述过程中，统一以“茶粥”称之，以便于行文。

我们首先来看几个辞书类茶资料中关于“茶粥”的定义。

《中国茶叶大辞典》（注2）中关于“茶粥”的说明一共有三处。

其“茶俗部”的记载如下。

茶粥：

(1)亦称茗粥。煮制的浓茶，因其表面凝结成一层似粥膜样的薄膜而称之为茶粥。

(2)以茶汁煮成的粥。

茗糜：茶粥

其“利用部”的记载如下。

(3)茶粥：将适量绿茶装入布袋，扎紧袋口，置于锅内，加入适量水和米，煮至米粒变形熟透，取出茶袋，并绞出其中茶汁，加入适量食盐，冷却后即可食用。除大米外，小米、面粉和玉米亦用来烧煮茶粥。

从《中国茶叶大辞典》的体例来看，“茶俗部”涵盖的是古今各地饮茶习俗的内容，而“利用部”涵盖的则是今人的主要利用方法。也就是说，《中国茶叶大辞典》的基本认识是：现代的“茶粥”是加入谷物（主要指米、面）的；而古代的“茶粥”则有两种形态，一种是不加谷物类的“茶汤”，也就是单纯的“浓茶”，还有一种就是用茶汤熬成的谷物类的粥。

而另一部工具书《中国茶事大典》（注3）关于“茶粥”的解释如下：“古代一种煮饮茶法。古人以茶为菜食，在茶作为饮料的晋代以前，常把茶和米放在一起合煮食之，今之擂茶、茶米犹古之遗存……（省略部分是晋代、唐代、宋代的关于“茶粥”的诗文佐证资料）可见唐宋人仍食茶粥，不过中唐以后已很少这种饮茶法。”

《中国茶事大典》认为，“茶粥”在晋代以前就已经出现，“茶”是被作为蔬菜和米一起熬粥，相当于今天的“菜粥”，也就是说，是将“茶的鲜叶（因记述的暧昧，尚不排除使用茶之干叶或茶制品的可能性）”直接放入锅中和米一起煮，而不是单纯使用茶水。

二者之间的差异是显而易见的。其中，《中国茶叶大辞典》没有给出时间断代，也没有给出相关的佐证文献资料，所以，关于《中国茶叶大辞典》中给出的几种“茶粥”的种类，我们留待后文予以论述。我们先来看看《中国茶事大典》的观点。

《中国茶事大典》认为“茶粥”起源于晋代以前，而其给出的佐证资料中，最早的是晋代的，而且是唯一一份早于唐代的资料，那就是晋·傅咸（329

~394年)的《司隶教》:

“闻南市有蜀姬，作茶粥卖之，廉事打破其器物，使无为卖饼于市而禁茶粥，以困老姥。独何哉！”这种断句方法，形成了“茶粥”与“饼”并列的文字表现形式，“茶粥”似乎可以理解为和“饼”一样是一种“主食”。这也许正是《中国茶事大典》认为晋代以前的“茶粥”是“把茶和米放在一起合煮食之”的原因所在。

然而，单凭《司隶教》的这段记载就断言当时的“茶粥”中加入了“米”，则过于武断了。首先，该资料中根本没有关于使用了米的任何明确记载，如根据《中国古代茶叶全书》(注4)的引文断句方式——“闻南市有以困，蜀姬作茶粥卖，为帘事打破其器具，嗣又卖饼于市。而禁茶粥以蜀姥，何哉？”，则认为“茶粥”属于主食的推测都不成立了，自然也就无法认定当时的“茶粥”中加入了“米”(注5)。

诚然，如《中国茶事大典》记载的那样，“古人以茶为菜食”。据笔者在云南布朗山和南糯山等少数民族的村寨调查显示，茶原产地的这些原住民族确实保留着“食茶”的习惯，不过，布朗族的“酸茶”是腌制的，很多民族中都存在的“茶叶炒蛋”是“炒”的，都与“粥”无关。而当地又确实有喝粥的习惯，比如南糯山哈尼族有“鸡稀饭”(鸡粥饭)。据当地哈尼族人介绍，因为当地大米匮乏，“鸡稀饭”只有在招待最尊贵的客人时才会登场，而其中是不加“茶”的。

也就是说，从史料和原住民传统习俗中都找不到“茶”与“米”相结合的“茶粥”的痕迹。

关于晋代“茶粥”的记载，还有一则史料，即唐代杨华的《膳夫经手录》(注6)：“茶，古不闻食之，近晋、宋以降，吴人采其叶煮，是为茗粥。”

杨华这一记载中的“茶粥”史实和傅咸的《司隶教》的记载在年代上大致相当——晋代前后。据杨华的记载，茶产地的(吴)人直接采摘茶的鲜叶煮饮，称之为“茗粥”。很显然，此处的“茗粥”中没有加入“米”等其他食物。而这种形式的“茶粥”，在茶原产地的云南原住民之间，至今依旧存在。比如哈尼族的“竹筒烤茶”——将茶的鲜叶(不拘泥于当年生长的嫩叶，几年前、甚至十几年前的叶子都可以)摘来，(甚至是连着枝条)放到火边或火里烤微焦，然后塞入竹筒，再装入清水，在明火上烧开，“竹筒烤茶”就做好了。哈尼族的这种“竹筒烤茶”，应该正是杨华记载的吴人的“茗粥”(茶粥)。由此可以认为，“竹筒烤茶”是晋代“茶粥”在少数民族生活中被保存下来的活化石。另外，还需要说明一点

的是，将茶的鲜叶不经火烤而直接熬煮，是制作食用“酸茶”的一个过程(制作酸茶时大约要煮30分钟左右)，但煮过后的茶汁苦涩难言、甚于中药，很难用于饮用，当地人多以之泡脚或倒掉。

尽管笔者调查的“竹筒烤茶”的源头在云南，但四川与云南同属于“中国西南茶原产地”区域，四川与云南同样拥有众多的野生乔木大叶种古茶树，所以，笔者推测：傅咸《司隶教》中的蜀姬卖的“茶粥”是与“竹筒烤茶”相同或相近的饮料，另外，这种“茶粥”习俗随着茶叶的传播一起从西南地区传到了杨华《膳夫经手录》中记载的吴地、并为当地吴人所接受。尽管这两个推测尚缺乏明确的文字史料佐证，但这种推测应该是合理的。

综合上述论述，笔者推测：晋代前后的“茶粥”是将茶的鲜叶火烤后煮成的茶汤，其中并没有加入谷物类，这类“茶粥”属于饮料类，而非现代意义上的粥类食物。

为下面行文中便于区别，我们权且称晋代的此类“茶粥”为“鲜叶茶粥”。

进入唐代以后，茶诗中开始出现关于“茶粥”的记载。

王维(701年~761年，一说699年~761年)的《赠吴官》(注7)：

长安客舍热如煮，无个茗糜难御暑。

空摇白团其谛苦，欲向缥囊还归旅。

江乡鲭鲋不寄来，秦人汤饼那堪许。

不如侬家任挑达，草屨捞虾富春渚。

“糜”即“粥”，“茗糜”即“茶粥”。从诗的内容来看，“茗糜”是用来避暑的，应该相当于今天的“热饮”。而且诗中还提及：因为“客舍热如煮”，所以食欲不振，以至于“秦人汤饼那堪许”。“汤饼”是古代常见的用于果腹的食物，大致相当于比较粗糙的面片汤，属于主食类。在闷热炎蒸的时候，同样滚烫的面片汤确实令人不敢恭维、会让人没有食欲。但从以“汤饼”为代表来表现没有食欲的描述来看，“茗糜”就应该不是以“米”等谷物为主体的作为主食的“粥”啦。另外，“糜”表现的是一种熬煮得非常烂的状态，所以，诗中的“茗糜”一词应该是指单纯的“浓茶汤”。

唐代已经出现了成型的制茶技术，加之诗中所说的长安左近并不产茶、很难取得茶之鲜叶(注8)，因此，此处的“浓茶汤”当是以制品茶煮成的，我们权且称为“茶汤茶粥”。

储光羲(约706~763)的《吃茗粥作》(注9)：

当昼暑气盛，鸟雀静不飞。

含君高梧阴，复解山中衣。
数片远云度，曾不避炎辉。
淹留膳茗粥，共我饭蕨薇。
敝庐既不远，日暮徐徐归。

在天气炎热的正午，鸟雀都安静下来不愿飞翔，而作者却能够在阴凉的山中解衣纳凉，而且还“就着蕨、薇等山菜吃茗粥”，难怪会滞留下来，等到日暮才“徐徐归”啦。滞留大半天，作为“膳”准备的“茗粥”，而且还和蕨、薇等山菜一起吃，应该是茶和谷物一起煮的作为主食的“茶粥”啦。

我们再来看看皮日休（约838年~约883年）的《太湖诗·包山祠》诗（注10）：

白云最深处，像设盈岩堂。
村祭足茗粥，水奠多桃浆

……

“粥”有两重意思，一个是“粽子”，一个是“用熟米粉熬成的羹”。太湖毗邻唐代顾渚贡茶院等著名的茶产地（注11），具有得天独厚的条件，在太湖边上的村祭中使用“茶粽子”，从理论上来说，至少从茶的供应方面来讲，完全是有可能的。但是，至作者皮日休生活的唐代为止的各类茶史料中，尚未见到用茶来包粽子或在粽子中加入茶这类“茶点”或“茶料理”的任何记载，而如前所述，属于“羹”类的“茶粥”、“茗粥”类的记载，则出现过不止一次。所以笔者认为此处的“茗粥”指的是“用米粉煮成的茶粥”的可能性最大。

上述两例中加入米粉等谷物类的“茶粥”，我们权且称之为“谷物茶粥”。

唐代的“茶粥”以“茶汤茶粥”和“谷物茶粥”为主，当然，在云南等少数民族地域，“鲜叶茶粥”应该依旧存在，只是因为处于偏远的少数民族地区而未见于史料罢了。

五代十国·北宋初年的陶谷，在他的《茗苑录》（注12）一书中记载了一种新的“玩茶”方法——「漏影春」：“漏影春法，用缕纸贴盏，糝茶而去纸，伪为花身；别以荔肉为叶，松实、鸭脚之类珍物为蕊，沸汤点搅。”

此处的“鸭脚”是“银杏”。茶文化经过有唐一代的发展，到了五代十国之际，出现了寻求变化、寻求新奇的气象。唐代陆羽创制的用茶釜煮茶的方式已经不再“新鲜”，单纯的煮茶时茶汤表面的“茶花”（注13）已经不足以吸引人了，于是，事先在茶盏里用珍果果仁等摆好花型等图案、用热水冲泡（点）搅拌（搅）这种新型的饮茶法被发明出来了。很显然，这种饮法是充满“玩心”的，“漏影春”也许只是当时诸多“玩茶”法中被记录下来为数不

多的几种方法之一（注14），但却给我们留下了诸多的信息。

首先，这些新型的饮茶法将烹制茶汤的地点（工具）从唐代的茶釜（茶锅、茶铛）中转移到了茶盏中，使得整个烹茶动作、流程和效果变得更直观、更有可视性，也变得更有可操作性，使得原本作为单纯品饮者的“客人”有了更大的参与的机会、客人和“烹茶”者更具有了浑然一体的连带感。正是这一变化，使“点”成了宋代茶文化的中心，“点”的过程和“点”后茶汤的美学效果成了宋代茶人最大的追求（注15）。其次，“搅拌”这种方法的应运而生，也为宋代“点茶”文化的勃兴提供了契机和技术基础。也就是说，正是这种“玩茶之心”，促成了宋代“点茶”、“斗茶”、“分茶”文化的形成与发展。同时也给“茶粥”文化带来了新的变化。陶谷《茗苑录》「漏影春」的做法虽然没有被正式称为“茶粥”，但很显然，掺和各种果仁搅拌而成的茶汤样态应该和煮制的茶粥并无二致。由此我们可以认为：“并非熬煮、而是将冲泡（茶末）搅拌形成的茶汤称为茶粥的文化现象始于这一时代”，这也正是我们将在后面详述的、宋代将“点茶”茶汤泡沫称为“茶粥”的源点。

关于“漏影春”饮法，下述两点需要着重说明一下，这两点从另一个侧面说明了古代茶人对“茶粥”的认识。

(1) 以各类果仁入茶，不管是煮饮、还是冲泡搅拌，都属于添加茶之一种（其实“茶粥”亦可视为“添加茶”之一种），然而这类“果仁添加茶”尽管外观应该和“茶粥”非常相似，但却未见任何将“果仁添加茶”称为“茶粥”的例子。下面这几首宋代以松仁、杨梅仁、橄榄等入茶的茶诗便是最好的例证。

洪适的《答景卢咏道上新松》（注16）：

落落乔松说九华，远移霜骨想专车。
沦脂此地能和药，结实殊方却入茶

……

韩淂的《晴窗》（注17）：

晴窗已晨炊，趺坐焚清香。
泥爐擁瓦缶，熟此蟹眼湯。
茶甘泛松實，舌本味亦長。
温乎氣忽平，兀然夢相忘。

尹直卿的《寿侄》（注18）：

……

金瓮茶麝香作酒，玉瓯松子肉为茶。
满板松竹并奇物，寿似蟾宫之桂华。
项安世的《杨梅》（注19）：

……

雕盘供蜜渍中乾，犀筋下监苏齿楚。
蔗糖煎实茗煎仁，枯腊犹堪诧儿女

……

张孝祥的《枢密端明先生宠分新茶将以丽句穆然清风久矣不作感歎之余辄敢属和》（三首之一）（注20）：

伐山万鼓震春雷，春乡家山挽得回。
定自君王思苦口，便同金鼎荐盐梅。

陆游的《午坐戏咏》（注21）：

贮药葫芦二寸黄，煎茶橄榄一瓯香。
午窗坐稳摩痴腹，始觉龟堂白日长。

诸多例证证明，尚未见到宋人将“果仁添加茶”称为“茶粥”的习惯。

（2）追求艺术性的美感。

利用剪纸的漏透性，以茶为“花”，以各种珍果果仁为花蕊，先赏其形，再品其味。说起来，这种做法倒和不久前流行了一段时间的花形“工艺花茶”——将成品散茶经过工艺加工，令茶叶冲泡后有秩序地伸展、形成花朵的形状——有共通之处。

以“花”入茶并称之为“茶粥”的用例非常少，我们在后面会引用原诗论及。

到了宋代，关于“茶粥”的诗作有所增加（注22），而且还出现了新的变化。

首先是“茶”和“粥”作为两样东西出现了诸多并举、对举的现象。下面我们先来看一下这些“茶”、“粥”并举的例子。

释师观《偈颂七十六首》其中一首（注23）：

昨日入院，今朝设粥。
斋罢吃茶，参前澡浴。
个是灵山亲付嘱。

赵蕃《海监院惠二物戏答》（注24）：

打粥泛邵州饼，候汤点上封茶。
软语方炉活火，清游断岸飞花。

敖陶孙《次潮阳公诗韵三首》其一（注25）：

竹枝拗折殊多事，参取茶瓯未到前。
为报天台痴五百，撞斋逻粥莫争先。

白玉蟾《游简寂观》（注26）：

……

何人建琳宫，先生留宝躅。
铁板时敲茶，铜钟晓唤粥

……

宋伯仁《学馆闲题》（注27）：

据见定时俱是足，苦思量处便成癡。
请君打退闲烦恼，啜粥烹茶细和诗。

舒岳祥《昼睡》（注28）：

生平慕睡乡，逃暑最为良。
渴爱煎茶响，饥闻煮粥香。
百年依白社，一枕熟黄粱。

童懒呼难动，贪眠到夕阳。

李流谦《五百罗汉洞》（注29）：

五百云霞侣，同胞生佛家。
不贪三昧酒，共驾一乘车。

猿馈霜余果，僧烹粥后茶。
我来无供养，唯读妙莲华。

陈普《寿柏峰》（注30）：

……

逢人说项有何见，岂非气味同一家。

啖柏茹芝分一叶，朝夕供兄粥与茶。

一任张良算出去，人生何惜老年华。

俞德邻《次韵答郦学正见赠三首》其一（注31）：

粥饭随缘类出家，小瓶汲月自煎茶。

浮荣等是蕉中鹿，薄俗堪怜井底蛙。

南亩半栽元亮秫，东陵多种邵平瓜。

青鞋布袜相随去，九陌红尘任没车。

于石《再游石壁寺》（注32）：

……

汲井昼煮茶，洗钵夜分粥。

山空人语寂，邀我入深竹。

独抱无弦琴，不唱浮生曲。

月树影参差，风鸣声断续

……

从上述“铁板时敲茶，铜钟晓唤粥”、“僧烹粥后茶”、“斋罢吃茶”等记述来看，以寺院为中心，已经形成了一定的饮茶固定习惯，如“粥后茶”或“斋后茶”、以及定时或不定时的“茶板”制度等等，这和寺院茶礼制度的确立不无关系（注33）。而“渴爱煎茶响，饥闻煮粥香”具有率性、随缘的一面，可以说是中国文人性格的典型表现之一。

然而，单就这些实例个体而言，其实与我们要论述的主体——“茶粥”没有直接关系。但是，从晋代“茶粥”概念的出现，从唐代“茶”与今人通常概念上的作为主食的“粥”融合在一起形成“谷物茶粥”，到宋代“茶”与“粥”并举、对举，这正说明“茶”到了宋代已经逐渐脱却了食物的概念，“茶”与“粥”逐渐呈现出渐次分离的趋势，而“茶”往往作为“饮品”的代表出现在宋代人的日常生活之中了。这和我们后面分类中，“谷物茶粥”数量极少的现象构成了相互印证。

下面，我们分类来看一下宋代“茶粥”的诸样

态。

一，“谷物茶粥”

朱松《石门寺四首》其一（注34）：

真功那复叹蒸沙，静笑饥肠日夜哗。

老褐不须供茗粥，朝餐吾已办丹霞。

王洋《和黄朝请》其一（注35）：

极目关山不断云，岭梅开处若为真。

沈迷簿领政无术，展拓诗章笔有神。

夜市鬻茶如访旧，晓妆吹颊自争新。

长溪西畔烟霞远，闻有风光属主人。

第一首朱松《石门寺四首》诗中明确指出“以丹霞替代了早餐，所以不再需要茗粥”，那么，茗粥指的是早餐，当为“谷物茶粥”无疑，不应该是单纯的茶汤。而第二首王洋的《和黄朝请》诗则有些暧昧了。“鬻茶”的“鬻”字，从与下半句“晓妆吹颊”的“吹”字对仗的角度来看，当作动词解，不过，即便“鬻”字作动词解，从“鬻”与“粥”字相通来看，也是指“吃粥茶”或“买粥茶”之意，认定其与“茶粥”相关，当是不错的。但问题是此处的粥茶到底是哪一类型？是“茶汤茶粥”，还是“谷物茶粥”呢？从古人多有吃夜宵的习惯、以及古人很早就认识到“茶具有醒睡不眠的功能”来看，此处“夜市”的“茶粥”当以“谷物茶粥”的可能性为大。

还有一首关于祭祀的茶粥诗。

罗汝楫《谒苏仙祠》（注36）：

……

我来款贵像，再拜虔且恭。

檀烟泄云白，茗粥浮新浓。

世事非所期，真游誓相从。

云辇几时来，微风韵寒松。

我们在前面已经介绍过，唐代皮日休的《太湖诗·包山祠》诗中出现了“以米粉煮成的茶粥用于村祭”的记载。另外，遍览宋代全部茶诗，其中用单纯茶汤祭祀的作品微乎其微，所以我们将罗汝楫的这首《谒苏仙祠》归入“谷物茶粥”行列。“茗粥浮新浓”应该是指“粥面浮动的煮熟的叶片增添了浓重的色彩”。

二，“茶汤茶粥”

正如前项王洋《和黄朝请》诗所示，在缺乏关于茶粥中使用原材料的具体记述史料的情况下，要想明确分辨出“茶粥”是单纯的“茶汤”还是“谷物茶粥”，恐怕是近乎不可能的难事。有鉴于此二类“茶粥”在分类上的难度，本文就一部分具有暧昧性的茶诗，亦只能根据诗文的意境以及宋代饮茶的主流习惯等进行综合考虑，将其归入相对“可能性

大”者之类别。关于茶粥具体原材料等的详实考证，尚需新史料的出现，只能以有待考。

下述这些“茶粥”诗，笔者将其划入第二类，也就是“茶汤茶粥”之列。为论述方便，笔者又将其分为几个小类加以陈述。需要说明的是，各小类的名称只是作“茶粥分类标准”之参考，与茶诗的整体内容等未必有直接关系。

1，与茶之“破睡”或“令人不眠”等功能相关之茶粥诗

杨亿的《休沐端居有怀希圣少卿学士》（注37）：

凝尘满榻素琴横，岸帻孤吟意未平。

茗粥露芽销昼梦，柘浆云液浣朝醒。

水沉朱李金瓶澀，风猎幽兰羽扇轻。

独忆当筵试汤饼，谪仙冰骨照人清。

晁说之《高二承宣以长句饷新茶辄次韵为谢》

（注38）：

春风伴我到僧家，叹息无名供佛花。

刘子枕糟非枕酒，陆生论水不论茶。

少多何必求玄鹤，一二唯当较白沙。

更恨老年难得睡，因君茗粥恨无涯

……

孙迪的《过慧山方丈皞老酌泉试茶赋两诗遗之》

（之一）（注39）：

……

光洁镜一奩，照影空自嗟。

老僧荐茗粥，芳鲜凝露华。

驱除鼻中雷，扫尽眼界花。

飘飘思凌云，摄身上苍霞。

张耒《次韵慎思贻二公诵诗》（注40）：

西城永夜灵鼙鼓，北寺五更青石钟。

九牧何时官事了，三英聊喜故人逢。

甲庚定处君无让，蹀躞归时我请从。

从却睡魔通夕语，明窗茗粥不体浓。

曾几《尝建茗二首》（注41）：

破除汤饼睡，倚赖建溪春。

往日惟求旧，今朝遽食新。

不辞浓似粥，少待细于尘。

宝胯无多子，留须我辈人。

陆游《怀镜中故庐》（注42）：

……

从宦只思乘下泽，忤人常悔读南华。

病来更怯还乡梦，频鬻廉泉试露芽。

此诗中的“鬻”字从行文字面上来看，当作动词解，相当于“煮（粥）”，所以实质上表现的是“烧廉泉水煮煮露芽茶粥”之意，故笔者将其作为茶粥诗处理。

2, 与茶之“醒神”功效相关之茶粥诗

韦骧的《县斋即事》(注 43):

比来庭讼少, 拙令称幽潜。
爱日开朝幌, 看云捲画帘。
澄神烹茗粥, 忆古检书籤。
菽水清多乐, 溪山意自恬。
韬光异耕钓, 苦志念渔盐。
骥足空思展, 牛刀敢谓淹

……

中国古代茶人很早就已经意识到了茶的“破睡”和“醒神”两大功效, 而这两个功效(一般的谷物)“粥”则是没有的。另外, 古代文人多有饭后午睡、睡醒喝茶的习惯(注 44), 因此, 如杨亿《休沐端居有怀希圣少卿学士》诗中“销昼梦”的茗粥, 当为“茶汤”, 而非近乎主食的“谷物茶粥”, 这一点应该是可以断言的。再如韦骧的《县斋即事》诗, 县衙里诉讼等公事极少而闲极之时拿茗粥来“澄神”, 按常理考虑, 也不应该是用于果腹的“粥类”, 而应该是“茶汤”。有鉴于此, 笔者认为, 与“破睡”和“醒神”相关的茶粥应该归入“茶汤茶粥”类, 而非“谷物茶粥”类。

3, 激发创作灵感类茶粥诗

裘万顷《安乐窝三首》其一(注 45):

生来岁晚寄南窗, 燕坐常闻御墨香。
却笑到天亭上客, 日将茗粥搅枯肠。

“搅枯肠”一语引自著名的卢仝《走笔谢孟谏议寄新茶》(注 46)诗: “一碗喉吻润。两碗破孤闷。三碗搜枯肠、唯有文字五千卷……”。由“唯有文字五千卷”可知, “搅枯肠”(搜枯肠)指的是茶之激发创作灵感的功效。对于古代文人来说, “搅枯肠”是茶的专利、也是文人自满的一个“点”, 这一心态和情结是不可能由“米粥”来承担的。所以, 用于“搅枯肠”的“茗粥”必定是“茶汤茶粥”。

4, 以茶辞行、送别类茶粥诗

金君卿的《清江台》(注 47):

……

老郎官冷压鞶锁, 亦有樽酒难独倾。
旋烹茗粥别官佐, 明朝又作新昌行。

5, 有关静寂、玄谈类茶粥诗

葛书思《宿广福寺》(注 48)

……

蕙帐栖夕香, 古井汲寒绿。
名缙多凤契, 延坐同茗粥。
况与静者俱, 缮性久已熟。
清词丽陶谢, 玄谈干身毒

……

陈造《云岩晓》其一(注 49):

深堂清话红灯续, 不减前人参白足。
谭禅论诗仆为僵, 更啖芋魁分茗粥。
赋租正尔忧阙供, 安得继日笑语同。
他年渭北仍江东, 雁书定复嗟乖逢。

秦观《处州水南庵二首》其一(注 50):

此身分付一蒲团, 静对萧萧竹数竿。
偶为老僧煎茗粥, 自携修细汲清泉。

陆游《近村暮归》(注 51):

……

僧阁鬻茶同谈话, 渔舟投钓卜清欢。
还家欲作诸孙赠, 村路累累柿未丹。
张侃《纪程十绝》其一(注 52):
百漏船东竹似椽, 一杯茗粥说癡禅。
恰如二月乌盪角, 村北村南童稚颠。

和“破睡”、“醒神”、“激发创作灵感”相比, 上述几首“送别”、“静寂玄谈”类茶粥诗到底应该归入哪一类, 似乎要难判断一些, 毕竟拿一碗“粥”来送行、或玄谈说累了一起喝一碗(可以果腹的)“粥”、休息一下, 也是很有可能的。但毕竟“送别”、“静寂玄谈”都是要讲究意境的, 比如金君卿的《清江台》一诗, 送别时如果拿出一碗“粥”来让对方填饱肚子的话, 恐怕诗的内容和情感流露都应该是另一番情境, 而不会是“亦有樽酒难独倾”的惜别啦。更重要的是, “送别”、“静寂玄谈”和“破睡”、“醒神”、“激发创作灵感”一样, 在数量上是茶诗中的大宗, 而我们知道, 自古及今, 中国饮茶以“清饮”为主流, 而包括“谷物茶粥”在内的“添加茶饮法”只是少数(注 53), 从这个角度讲, 在数量上占茶诗大宗的这几个类别不是少数派“添加茶饮法”的可能性要大一些。因此, 笔者认为上述四类“茶粥”全部是“茶汤茶粥”。

6, 与“茶酒并举”或“以茶代酒”相关的茶粥诗

陈造《病起四诗·二止酒》(注 54):

……

覆觞吾已后, 遽觉今胜昨。
此衷天启之, 相予固不薄。
卒岁办僧过, 茗粥安淡泊。
时醉床头经, 妙意翔碧落。

周必大《邦衡侄季怀亦惠二诗再次韵二首一颂其叔侄之美一解季怀生日不送茶之嘲》(注 55):

竹林终日醉流霞, 下客穷空只嚼茶。
更欲打门奴酪粥, 何殊敛手捧姜芽

……

和上述几类一样, “茶酒并举”或“以茶代酒”

等内容的茶诗也是宋代茶诗中的大宗门类，数量非常多。而“以茶代酒”的做法可以上溯到三国时代孙皓密赐茶笋以代酒的典故（注 56）。“茶酒并举”的史料在唐宋茶诗中比比皆是。但不管是“以茶代酒”，还是“茶酒并举”，都是将茶作为一种新兴的饮料（和酒的悠久而漫长的历史相比）来看待，重视的都是茶的“使人清醒”、“不醉”的特点，而绝对不是将茶作为食物（“谷物茶粥”）来和酒相比较的。因此，将“茶酒并举”或“以茶代酒”方面的茶粥认定了“茶汤”应该是不错的。

7，由“饭后茶粥”或“饭外茶粥”而可推知当为“茶汤”类型的茶粥诗

苏辙《赠净因臻长老》（注 57）：

……

南山采菌软未干，西园撷菜寒方茁。

与君饱食更何求，一杯茗粥倾铜叶。

晁补之《次韵太学舒博士尧文示同志》（注 58）：

……

经时枉见赠，弥月不能赋。

竹斋行茗粥，寂莫当屡赴

……

牛羹君放饭，轘鼎吾亦饫。

顾惭咏伐檀，无补餐已素

……

陆游《冬夜读书甚乐偶作短歌》（注 59）：

衰病作书崇，常恨无新功。

兔瓯供茗粥，睡思一洗空

……

藜羹冷未啜，短褐忘严冬。

拜手谢造物，不须黑头公。

陆游《清暑》（注 60）：

……

扫地长物空，漱泉齿颊冷。

厨人具浆粉，童子鬻山茗。

微云未必雨，且喜收树影。

残书置不视，乐此清昼永

……

苏辙的《赠净因臻长老》诗最具代表性。“饱食之后已经别无所求”时，“用铜叶（铜制的茶盏）来倾饮一杯茗粥”，此处的茗粥绝对不会是近于主食的“谷物茶粥”。

但下面这首茶诗就有些不好判断了。

释善珍《祭愚谷》（注 61）：

……

千载意长，百年俄顷。

一死一生，遇此衰境。

姜盐鬻茶，油葱浇饼。

唤公不应，老泪泉迸。

这也是一首祭祀诗，诗中将“姜盐鬻茶”与“油葱浇饼”并举，以日常饮食入诗以怀念逝者。虽然此处“茶粥”该归属哪类还不是很明确，但笔者以前者为“饮”、后者为“食”，从“饮食对举”的角度出发，录于此类。

8，以诗之意境、文意判断

韩澆《德久寄所与文叔酬唱因次韵》（注 62）：

红云岛上茶，一叶开枪旗。

到今清梦飞，正焙水芽时。

世无桑苎翁，泉井空日滋。

当年游其间，停鞭尝午炊。

想像修贡珍，清风可忘饑。

故人持英蕩，岂不一赋之。

应笑拾涧薪，白石煮作糜。

台高有揖客，更和别驾诗。

这是一首以茶为主题的茶诗，“白石”指固形茶，“糜”为粥，“笑拾涧薪”而煮茶成粥，浪漫得颇有诗情画意，如果煮的是米粥的话，恐怕就大煞风景了吧。

三，以“花、药材等”入茶的茶粥，我们权且称之为“花草茶粥”

范成大《华山寺》（注 63）：

……

蒙泉新洁监泉明，滌茗羹藜甘似乳。

何须苦问莲开未，桂子菖花了今古

……

魂清骨冷不成眠，彻晓跣趺听粥鼓。

脚力有余西坞尽，明日湾头更鸣槽

……

黄庭坚《次韵和台源诸篇九首之七台溪》（注 64）：

……

四时相及漏催滴，万事不疑冰泮澌。

聊欲烹茶羹杞菊，身如桑苎与天随。

许月卿《送周徽州赴建州》（注 65）：

作牧文公父母州，考亭今又借邦侯。

来莫建山同仰止，去思歙水共长流。

贡茗莫淹千里守，和羹须是百花头。

暇日摩挲厅壁记，昔梁叔子后身周。

这三首诗中并没有出现“茶粥”之类的直接描写，但“羹”与“粥”同类，所以，尽管第一、二首的“羹”是动词、第三首的“羹”是名词，但三首诗描写的都是以花或药入茶而称之为“茶粥”的史料，因此笔者将三者均视为“花草茶粥”处理。

在宋代，已经出现了一定数量的以各种“花”入茶的实例，比如可以明确认定为“饮茶时直接以花入茶汤”的作品，在宋代茶诗中共有十四首；以“茶”与“花”相结合作为药茶的宋代茶诗，共有三首（注66）。另外，往“茶”中添加果实的茶诗，唐代有1首（枣），宋代有26首（松实4、杨梅仁1、盐梅2、橄榄8、芝麻11）；添加药材的茶诗唐代有4首（柏叶、松黄等），宋代有45首（茱萸14、川芎6、枸杞4、菊苗6、莲心3、竹叶1、薄荷3、藜橘1、鸡苏2、菖蒲5）。除此之外，宋代还有“七宝茶”茶诗3首，“擂茶”茶诗2首（注67）。而所有上述这些“茶”，都具有“似粥”的特质，特别是“七宝茶”和“擂茶”，如果从现代这两类茶的样态来看，其实就是冲泡出来的“粥”。然而，因为上述这些作品中没有出现“粥”之类的描述，故此，本文未予收录。但同时这也正说明，宋代人基本不把这类以花或药入茶的“添加茶”称为“茶粥”。其原因应该和下述第四类“泡沫茶粥”的崛起有关。

还有一首诗我们要来看一下。即杨万里的《陈蹇叔郎中出闽漕别送新茶李圣俞郎中出手分似》（注68）：

头纲别样建溪春，小璧苍龙浪得名。
细泻谷帘珠颗露，打成寒食杏花饧。
鹧鸪碗面云萦字，兔毫瓯心雪作泓。
不待清风生两腋，清风先向舌端生。

诗中“鹧鸪碗面云萦字，兔毫瓯心雪作泓”一句描写的是茶汤泡沫的状态，“云”和“雪”二字更是泡沫描写时常用的比拟词汇，而“云萦字”说明出手“分茶”的李圣俞郎中在点茶时还作了“茶百戏”的表演。同时，“寒食杏花饧”，据《邺中记·附录》记载：“寒食三日，作醴酪，又煮粳米及麦为酪，捣杏仁煮作粥”。综合这两处描写来看，此诗讲的是在茶汤中添加了捣碎的杏仁，然后点茶欣赏泡沫等内容，并称之为杏花饧，即杏花（茶）粥。然而，“寒食杏花饧”一语，不排除只是作者的比喻手法，那样的话，此诗描述的则是下面要介绍的“泡沫茶粥”类别，应该归入下面第四类。但因为“寒食杏花饧”一语到底是实录描写，还是比喻，目前还无法断言，故此，笔者暂时将此诗归入“花草茶粥”类，以待后考。

四，泡沫茶粥

将点茶时在茶汤表面形成的“泡沫”称为“茶粥”，是“茶粥”文化史上的一个巨变，同时也是宋代“茶粥”的最大的特色。

“点茶茶汤泡沫”是宋代茶文化中最为重要的审美追求，是宋代茶人艳羨、崇拜，并进而孜孜以

求的目标。宋代专门茶书和茶诗中关于泡沫的术语以及比较常见的描写性词汇更是俯拾皆是、多达百种以上。关于宋代点茶泡沫的术语及各类描写性词汇，笔者将另行撰文详述。本文下面“【】”内的词汇正是这类点茶泡沫的术语或描写性词汇，换言之，这类词汇与“茶粥”的结合，正是将点茶时茶汤表面出现的泡沫称为“茶粥”的最好的证明。我们权且将这类“茶粥”称为“泡沫茶粥”。所以这一节里，我们就以这类术语或描写性词汇作为小标题，对“泡沫茶粥”作一下归纳整理。

【一水】

黄庭坚的《次韵子瞻题无咎所得与可竹二首粥字韵戏嘲无咎人字韵咏竹》（注69）：

十字供笼饼，一水试茗粥。
忽忆故人来，壁间风动竹。
舍前粲戎葵，舍后荒苜蓿。
此郎如竹瘦，十饭九不肉。

“一水”是宋代斗茶的专门术语，见于宋代蔡襄《茶录》「点茶」（注70）：

“茶少汤多，则云脚散；汤少茶多，则粥面聚。（建人谓之云脚粥面。）钞茶一钱匕，先注汤，调令极匀，又添注之，环回击拂。汤上盏，可四分则止，视其面色鲜明，着盏无水痕为绝佳。建安斗试以水痕先者为负，耐久者为胜，故较胜负之说，曰相去一水、两水。”

通过《茶录》的这段记载，我们可以知道，宋代茶人将点茶的茶汤表面称为“粥面”，以“粥”称“茶”的现象实属普遍，这是因为宋代点茶流行，而点茶技巧的最直接的外在表现形式则是茶汤表面形成的泡沫，所以宋代茶人以点茶茶汤泡沫“汹涌紧实、凝聚如粥”为茶道审美意识的最高峰。而“云脚”、“一水”等词汇均是关于泡沫的描述术语，类似的关于泡沫的描写在宋代茶诗中不下百种，在此，本文只考察与“（茶）粥”相关的茶诗。

【琼糜】

黄庭坚《奉谢刘景文送团茶》（注71）：

刘侯惠我小玄璧，自载半璧煮琼糜。
收藏残月惜未碾，直待阿衡来说诗。

曾几《曾同季饷建溪顾渚新茶》（注72）：

雨润梅黄后，风薰麦秀初。
不持新茗椀，空枉故人书。
顾渚琼糜似，闽溪玉食徐。
吾宗重盟好，并以遗閒居。

“琼”是美玉，“琼糜”即“琼粥”，此处是用“像美玉一样的粥”来形容点茶后茶汤表面形成的泡沫的色、形等状态。

【云腴】

王炎《再用元韵因简县庠诸先辈》(注73):

书生卯饭动及午, 姜糝菜丝烦自煮。
异时甘脆屋渠渠, 出自空肠千卷书。
竹间杵臼相敲击, 茶不疗饥何苦吃。
泉新火活费裁排, 呼奴更挈铜瓶来。
蜀客见之心逐逐, 暂借纸窗休茧足。
归欤家在淮源边, 草魁可买无青钱。
不办云腴供粥饮, 空有束诗如束筍。
青箬小分鹰爪香, 江上拿舟当无引。

“云腴”也是描述茶汤泡沫的常用术语之一。

当然, 此处的“粥”绝不是日常生活中的米粥之类, 讲的是像喝粥一样品饮茶汤泡沫。

【丰腴】

苏轼《寄周安孺茶》(注74):

……

晴天敞虚府, 石碾破轻绿。
永日遇闲宾, 乳泉发新馥。
香浓夺兰露, 色嫩欺秋菊。
閩俗竞传夸, 丰腴面如粥。
自云叶家白, 颇胜中山醪。
好是一杯深, 午窗春睡足。
清风击两腋, 去欲凌鸿鹄。
嗟我乐何深, 水经亦屡读。
陆子啜中冷, 次乃康王谷。
蟆培顷曾尝, 瓶罍走僮仆

……

【白】【试】

赵蕃《用招明叔之韵简胡兄仲威并属明叔》(注75):

一白不尽茶, 妙试在茗粥。
相马不举肥, 干也更画肉

……

“一白”的“白”字讲的是茶汤泡沫的颜色, 宋代点茶崇尚“白色”。

蔡襄《茶录》「色」(注76):

“茶色贵白。而饼茶多以珍膏油其面, 故有青、黄、紫、黑之异。善别茶者, 正如相工之视人气色也, 隐然察之于内, 以肉理润者为上。既已末之, 黄白者受水昏重, 青白者受水鲜明, 故建安人斗试, 以青白胜黄白。”

也就是说, 用“粥”字来比喻茶汤泡沫, 除了前述的“形”似之外, 颜色上也相似。同时, “白”、“雪”等表现白色的词汇也是宋代茶人形容茶汤泡沫的大宗用语。

【南屏谦】(点茶名人)

周紫芝《次韵季共再赋》(节录)(注77):

年来有新游, 妙语敌岳麓。
县知南屏谦, 颇为调茗粥。
何人余羊羔, 金帐意有属。
浅酌醉模糊, 低唱声断续。

“南屏谦”即苏轼《送南屏谦师》诗(注78)中所说的号称“点茶三昧手”的“老谦”, 是当时著名的点茶高手, 诗中“调”字颇有意境, 由点茶的名家来“调”的“茗粥”肯定是茶汤泡沫, 而绝非“谷物茶粥”。

【三昧】【调粥】【乳花】

周紫芝《苏内相在黄冈尝从桃花寺僧觅茶栽移种雪堂下余始至此会岁且暮明年春得新芽试之色香味俱绝不减湖越二品宜其见赏于此老人也人言雪堂今已鞠爲馆驿茶盖可知矣》(注79):

……

风从北苑来, 吹入茶坞中。
真香不可说, 玉色谁与同。
不知耐几汤, 成此三昧功。
顾渚与日注, 名高各雌雄

……

此老久下世, 真赏殊未逢。
只今调粥手, 乳花爲谁浓。
堂今在馆驿, 树亦知何踪。
树固不足惜, 馆驿行当空。

“调粥手”与前述南屏谦的“三昧手”相同, “调”的是“乳花”、亦即“茶汤之泡沫”, 因此, 此处的“茶粥”是“泡沫茶粥”。

【云】【雪】

吕南公《覆船山》(注80):

……

是时五月晦, 寒气尚切骨。
汲泉煮茶云, 石鼎沸鬻雪

……

王湛《赠茅也休》其一(注81):

靛面只谈道, 知音不和诗。
盈樽清竹叶, 围坐古梅枝。
煮茗云生鼎, 抄糜雪满匙。
张山山木落, 何日又追随。

“茶云”与“鬻雪(粥雪)”中的“云”与“雪”均为典型的茶汤泡沫描写语句。

【云脚】

李光《饮茶歌并序》(注82):

……

汤多莫使云脚散, 激沸须令面如粥。
嗜好初传陆羽经, 品流详载君谟录。

轻身换骨有奇功、一洗尘劳散昏俗。
卢仝七盃吃不得、我今日饮亦五六
……

【雾脚】

黄庭坚《奉同六舅尚书咏茶碾煎烹三首》(注 83)：

乳粥琼糜雾脚回，色香味触映根来。
睡魔有耳不及掩，直拂绳床过疾雷。

“雾脚”即“云脚”，同属于点茶茶汤描写的专门术语。

【粥面】

苏辙《次韵李公择以惠泉答章子厚新茶二首》其一(注 84)：

新诗态度霭春云，肯把篇章妄与人。
性似好茶常自养，交如泉水久弥亲。
睡浓正想罗声发，食饱尤便粥面匀。
底处翰林长外补，明年谁送雪溪春。

左緯《九峰》(注 85)：

路人溪声壮，秋深树影稀。
岫云藏鸟语，松露滴人衣。
诗战蜂腰怯，茶分粥面微。
胜游殊未厌，肯爲夜寒归。

【粟(面)】

釋德洪《夏日雨晴过宗上人房》(注 86)：

……
道人有佳处，面数良以熟。
翛然亦无营，来往相追逐。
此时偶相值，一笑天宇局。
何当烹壑源，看此粟米粥。

“壑源”是宋代建安北苑贡茶院的著名产茶地，同时，和“粥面”一样，“粟面”、“粟纹”等也是宋代形容点茶茶汤泡沫细腻、凝结不散等高端状态的专门且常用术语。因此，此处的“粟米粥”并非由小米煮成的“谷物茶粥”，而是指茶汤泡沫，是“泡沫茶粥”。

在这一节的最后，我们再来看一首否定“茶粥”的诗作。

章甫的《分题得草果饮子》(注 87)：

神农书本草，有美生南州
……
作饮近得此，选择知独优。
碧井沈银瓶，斟酌得自由。
蔗浆已觉俗，茗粥良可羞。
乃知古圣人，收拾靡不周。
日遇七十毒，纵死夫何忧
……

此诗在解读上，多少还有些不明确之处。不过，据笔者所见，诗中的“茗粥”当是指我们前面论及的茶利用比较早期时、用茶的鲜叶熬成的生煮羹饮式的“鲜叶茶粥”，而作者之所以认为这样的古法“茶粥”“良可羞”呢，则正是因为宋代点茶法的进步，即使用“银瓶”可以自由自在地“斟、酌”，其实际上是出于对宋代“点茶”的肯定和赞美。所以，这首诗在标志着茶粥概念发生转变的同时，也从价值取向的角度，昭示着熬煮成类似于汤类的“鲜叶茶粥”、甚至于“谷物茶粥”都已经不人气、被视为等而下之了。这和“鲜叶茶粥”与“谷物茶粥”在宋代茶诗中出现的次数很少形成了相互印证。

五，“肉类、乳制品类茶粥”的出现

程公许《游灵隐寺》(注 88)：

……
老禅法龙象，谈尘纷纵横。
萍蓬万里外，缱绻犹多情。
斋盂乳铺玉，茗碗花糝琼。
两腑扶清风，取意岩壑行。
冷泉掬清泚，五峰凌峥嵘。
真赏味无味，内观湛空明
……

“茗碗花糝琼”中的“糝”字，我们在前面已经介绍过，是指“以农作物和肉类共同煮成的流食(粥)”；“琼”字是对粥类表面样态的描写，在宋代点茶茶汤泡沫的描写中尤为多用；“花”字，与前句“斋盂乳铺玉”的“乳”字对举，作名词用，表示加入了花类、与米肉等共同煮成了“茶粥”。其实，“斋盂乳铺玉，茗碗花糝琼”二句连用，可理解为以“斋盂”作“茗碗”，二句描写的都是饮茶。所以，《游灵隐寺》一诗中的“茶粥”，是以米、肉、乳和茶煮成的，上面还浮有“花”，表面的“乳”很美，如“琼”(美玉)一般。

刘攽《王仲至使北》(注 89)：

朔雪如沙万里程，幽阴戴斗正严凝。
终军何必功横草，沈尹无烦夕饮冰。
茗粥迩来夸湏酪，毡裘仍自愧绵缯。
岁寒拜日穹庐外，想见东南瑞气昇。

此诗描述得非常直接，是以茶和“湏酪”(马奶类)煮成的“茗粥”。

劉一止《允迪以羊膏瀹茗饮吕景实景实有诗叹赏仆意未然则次原韵》(注 90)：

精金不受钃钗辱，瑞草何曾取膏腹。
乳花粥面名已非，荐以羊肪何太俗。
山林钟鼎异天性，难遣华腴偶穷独。
森森正味苦且严，玉质无瑕谁敢戮。

君家饌林多錯本，讀罷流涎涎枯吻。
故令茗盃變腥膻，遠想黃封雪花醞。
呼酪爲奴逢彼怒，自惜爭雄巧相污。
我寧不飲信我說，獨喜君詩有神助。
君不見穆家兄弟故可人，概以骨鯁恐異趣。

此詩中的“羊膏”、“羊肪”所指何物，不是很明確。但“羊膏”、“羊肪”當是一樣東西，則是沒錯的。單從“膏”、“肪”字面上的意義來考慮，與現代蒙古族“搗茶”中添加的“黃油”最相近，但在唐代、宋代的茶詩中，“黃油”多用“酥”字來表現（注 91），所以，此處的“羊膏”、“羊肪”或指羊之“膏馥”，也就是羊的最好的部分，也就不排除“羊肉”的可能性了，而這又與茶詩正文后面的“腥膻”的描寫相合。而綜觀全詩內容，作者當是取“陶谷因党太尉歌姬羊羔酒之語而蒙羞”的典故，認為揮金如土的做法與茶的“脫俗”形象不合，故有“何太俗”的說法（注 92）。而党太尉愛喝的“羊羔酒”，其主要原料為“羊肉、杏仁、木香、糯米”等。綜合而言，此詩中的“茶粥”當是用羊肉類或羊油脂類等“腥膻”之物煮成的。

上述三首茶詩史料標志著一個全新種類的“茶粥”樣式——“乳製品、肉類茶粥”的出現。我們且稱之為“乳肉茶粥”。

“乳肉茶粥”的出現，是“茶粥”發展演變上的一個轉折點，其對後世飲茶習慣的影響我們在後面還要詳述。這裡，筆者想先介紹另外一個相關的文化現象——那就是包括“乳肉茶粥”在內的、在茶湯中添加乳製品或肉類的飲茶文化的出現，在當時引來了一片反對之聲（注 93）。因為下面要介紹的“反對意見”並非單獨針對“乳肉茶粥”，而是針對“乳製品、肉類添加茶”（“茶粥”可視為“添加茶”之一種）整體的行為，故下面行文中，相關的添加茶詩也作為研究對象予以引用、分析。

中國茶文化和日本茶道相比，更傾向於一種個人行為、個人喜好（注 94）。正因為如此，在唐宋茶詩之中，否定某種飲茶方式、否定某類茶的作品是很少見的。然而，在“添加茶”這個門類裡面，反對意見卻有 14 首之多。而從“添加茶”茶詩本身數量就不多，而在茶詩總量中所占比例又只有百分之二多一點兒這個角度來考慮，14 首這個數字應該是很驚人的（注 95）。

其實，對添加茶的反對意見由來已久，可以上溯到最權威的茶聖陸羽。

陸羽《茶經》「六之飲」（注 96）中記載：“飲有粗茶、散茶、末茶、餅茶者。乃斫、乃熬、乃煬、乃舂。貯于瓶缶之中、以湯沃焉、謂之淹茶。或用

葱、姜、枣、橘皮、茱萸、薄荷之等。煮之百沸、或揚令滑、或煮去沫。斯溝渠間弃水耳、而習俗不已。”，對往茶中“添加”其他飲食類物品的行為做出了強烈的批判。

然而，陸羽對“添加茶”及其品飲文化的極力反對，可以認為是出於想要捍衛自己發明的“煎茶法”的目的。另外，絕大多數的茶人並沒有盲信茶聖的觀點，對“添加茶”還是持比較寬容的態度的。

比如蘇軾在《寄周安孺茶》詩中寫道“姜鹽拌白土，稍稍從吾蜀”——這是故鄉習俗不改的緣故；比如范成大的《入秣歸界》詩（注 97）中的寫道：“蚯蚓崇人能作瘴，茱萸隨俗強煎茶”——雖然不喜歡添加茱萸的茶，但為了避免瘴氣，也只好入鄉隨俗了；再比如章甫在《謝張倅惠茶》中寫道“淮鄉久住已成俗，客至亦復研芝麻”——不僅自己入鄉隨俗，並以之待客；李綱在《次韻申伯上杭道中見示》（二首之一）（注 98）中寫道“淮舟昔共茱萸酒，閩館今同薄荷茶”——所有這些，不僅是對淮鄉、閩地的飲茶習俗的客觀記錄，也體現出了寬容與理解的態度。

而即使正面反對“添加茶”的茶人，很多也會給出“客觀”的理由。

比如真德秀的《衛生歌》（注 99）：

……

慎勿將鹽去點茶，分明引賊入其家。

下焦虛冷令人瘦，傷腎傷脾防病加

……

葛立方的《衛卿叔自青陽寄詩一卷以飲酒果穀殺味烹茶齋戒清修傷時等為題皆紀一時之事凡十七首為報》之一（注 100）：

靈芽腩底棋局方，茗碗班班金粟黃。

食罷煮香消日長，莫遣姜鹽資胃涼

……

上述兩首茶詩反對“鹽茶”和“姜鹽茶”，是因為這兩樣茶會“傷腎傷脾”和“致使胃涼”，不管作者們的意見在現今看來是對還是錯，他們都是出於健康角度來反對“添加茶”的。

再比如徐一山《偶成》（注 101）：

一見青山便是家，苦無人可共烟霞。

枯腸不受春風膩，莫汲花邊水煮茶。

“莫汲花邊水煮茶”，是怕花香影響茶的真味的緣故。

然而，涉及到北方添加茶飲茶習俗時，情形就發生了變化。不僅抨擊、反對的數量有所增加，抨擊的激烈程度也越發上漲，就連反對的角度都有所變化。

除了前述《王仲至使北》、《允迪以羊膏瀹茗饮吕景实景实有诗叹赏仆意未然则次原韵》诸诗外，下面这首苏辙《次前韵》（注 102）也是一个典型的代表。

龙鸾仅比闽团醪，盐酪应嫌北俗粗。
采愧吴僧身似腊，点须越女手如酥。
舌根遗味轻浮齿，腋下清风稍袭肤。
七碗未容留客试，瓶中数问有余无。

很显然，这几首反对茶诗已经带有了对某一特定地域（北方）饮茶习俗的、有意识的攻击性，而且这种攻击已经不再是出于健康或出于茶本身的“色、香、味”等审美类理由，而是以“粗”、“俗”这类单纯的蔑视性语言为基调的，换言之，宋代茶人对包括“茶粥”在内的北方“添加茶”饮茶习俗的抨击已经被抬到了意识形态的高度。

更值得深思的是，对添加茶的这种反对之声，似乎具有“特定的只针对北方习俗”的倾向。我们来看两首梅尧臣的茶诗。

梅尧臣的《七宝茶》（注 103）：

七物甘香杂蕊茶，浮花泛绿乱于霞。
啜之始觉君恩重，休作寻常一等夸。

梅尧臣的《次韵和永叔尝新茶杂言》（注 104）：

……
东溪北苑供御余，王家叶家长白牙。
造成小饼若带铐，斗浮斗色倾夷华。
味甘回甘竟日在，不比苦硬令舌窠。
此等莫与北俗道，只解白土和脂麻

……

梅尧臣《七宝茶》所吟咏的宋代当时的“七宝茶”，应该和前述陶谷《茗荈录》一书中记载的“漏影春”茶相似，不过，其中到底添加了哪七样东西，还有待进一步考证。如果从流传到现代的“八宝茶”来看，其中是含有芝麻的。梅尧臣对作为添加茶的“七宝茶”推崇备至，却对添加了“白土和脂麻”的“北方茶俗”嗤之以鼻。原因何在呢？

我们再来看看黄庭坚的“反对”意见。

《以小团龙及半挺赠无咎并诗用前韵为戏》（注 105）：

……
故用浇君磊胸，莫令鬓毛雪相似。
曲几团蒲听煮汤，煎成车声绕羊肠。
鸡苏胡麻留渴羌，不应乱我官焙香。
肥如瓠壶鼻雷吼，幸君饮此勿饮酒。

笔者在《唐宋时代“添加茶”文化研究》一文中曾指出：「黄庭坚认为添加“鸡苏胡麻”之类的“羌”俗（夷狄之俗、僻地鄙陋之俗）会影响官焙的茶香，

表面看是在追求好茶的本真味道，但在更深的层面上，以“官焙”为“正统”的思想概念毫不隐藏地表露了出来。这一点，梅尧臣的诗表现得更为明显：“小饼斗浮斗色”的好处妙处，不值得跟“北俗”说，说了也不懂，因为北俗只知道“白土和脂麻”之类的添加茶。苏辙说得更是直白，注重添加盐酪的北俗太“粗”——以官焙为正统，鄙视其他饮茶风俗的意思，表露无疑。」——然而，这一解释，只能说明站在正统意识形态的角度对“添加茶文化”进行否定的原因，却无法说明为什么单单对“北方茶俗”区别、甚至歧视对待的原因。

我们再来看三首“添加茶”茶诗。

洪咨夔的《次韵张提刑送行》（之一）（注 106）：

了无薏苡可囊珠，解事家人气甚都。
日试西川煎茗法，半投白垩半鸡苏。
章甫的《谢张倅惠茶》（注 107）：
病躯倦甚不举酒，便腹枵然尤爱茶。
淮乡久住已成俗，客至亦复研芝麻

……

路德章《盱眙旅舍》（注 108）：

道旁草屋两三家，见客擂麻旋点茶。
渐近中原语音好，不知淮水是天涯。

“鸡苏”是唇形科植物，多年生草本，全草入药，功同紫苏；芝麻（胡麻、脂麻）更是一种常见的食物，二者均是常见的茶添加物。那么，为什么“鸡苏”、“芝麻”在别的地域（后三首茶诗所示）添加被“宽容”对待，而作为“北方茶俗”应用就成了被抨击的对象了呢？

其实，作为添加茶文化的一员，北方茶俗与其他地区的添加茶的最大区别就在于：“北方茶俗”的添加物是以“乳制品或肉类”为主的。而梅尧臣诗中的“白土”应该是“干奶豆腐的粉末”，也是乳制品之一。综上所述，我们可以认定，宋代对“北方茶俗”的否定，主要是出于对“乳制品或肉类”添加的否定，进而，其他的添加物，如“鸡苏”与“芝麻”，只要是在“北方茶俗”中出现，便也被殃及池鱼、成了被否定的对象。也就是说，“乳制品、肉类添加茶（包括乳肉茶粥）”才是真正被否定的对象。

综上所述，“茶粥”文化在宋代呈现出了一定的发展与变化，归纳起来，主要有以下几个结论。

(1) “谷物茶粥”继唐代之传统，在宋代依旧存在，然而，此类“茶粥”数量极少，在各类“茶粥”中所占比例也很低。

其原因何在呢？我们通过释慧空的《与鄂郎作骨董羹四首》（注 109）茶诗来分析一下：

诗人例穷无可佳，借蔬贷粟东西家。
胸中一字不疗饿，奈此满筐皆云霞。
郭郎之贫亦相似，眼高视世如空花。
两翁相值且相煦，薄糝藜羹终胜茶。

作者是因为强调一个“穷”字，才说出了“薄糝藜羹终胜茶”的语句，作者尽管爱茶，但“薄糝藜羹”即使再“薄”，毕竟可以果腹，所以才“终胜茶”。换言之，在宋人眼里，茶是不能果腹、是不能拿来当饭充饥的。宋代点茶是中国茶文化的巅峰，是被推到了形而上学的艺术境地的，所以，“谷物茶粥”这种将“茶”加入食物之中、作为主食类的概念逐渐淡薄，“谷物茶粥”逐渐式微的趋势，可以说是宋代茶文化发展的必然结果。

(2)“茶汤茶粥”同样继唐代之传统，在宋代依旧存在。

然而，如前所述，在唐代是将煮得很浓的“茶汤”称为“茶粥”的，而这一概念到了宋代却变得很淡了。纵观宋代全部关于“茶汤茶粥”的茶诗，其中只有极少数，如曾几《尝建茗二首》“不辞浓似粥”，还在强调因为“浓”才称为“粥”。而大多数的茶诗已经找不到“浓”的痕迹。也就是说，到了宋代，“茶汤茶粥”往往泛指一般意义上的茶(茶汤)了。其原因，则和下述第(3)、第(4)点有关。

(3) 前述五代十国·北宋初年、陶谷的《茗荈录》一书中记载的“漏影春”法，作为茶文化史料是具有一定的象征意义的——那就是烹茶的主要工具(地点)从唐代的“锅”转移到了“碗”里面。《茗荈录》的记载应该不是首例“转移现象”，因为《茗荈录》毕竟是对现实生活现象的记录，也就是说，“转移现象”至少要比《茗荈录》成书要早一些，至迟在五代十国时期已经出现了。而这一“转移”既增加了烹茶者的可操作性，又增加了旁观者的可视性，对后世(主要是宋代茶)饮茶方式产生了深远的影响——《茗荈录》的记载有两个关键词，即“(以各类)果仁(入茶)”和“搅拌”。而正是这两个关键词，形成了宋代饮茶的两个方向。

【果仁】形成了以“花、果实、药材”入茶的“添加茶”的进一步发展。

【搅拌】的动作和后世宋代点茶的动作是相通的。因为缺乏其他佐证资料，我们尚无法断言“漏影春”法就是宋代点茶的源头，但是，“搅拌茶汤”为后世有宋一朝的点茶提供了灵感，则应该是不错的。

添加了“果仁”的茶汤不得不搅拌，否则将无法形成茶与果仁的交融，然而，在“漏影春”法搅拌的过程中，也许是为了凸显“搅拌的手法技巧”

吧，茶人们的审美情趣逐渐由最初的“漏影春”的“图案”转移到了搅拌后形成的茶汤泡沫上面去了。以泡沫为审美基点，才逐步发展出后世的“茶百戏”、“斗茶”乃至“分茶”，从而将宋代茶文化推到了茶文化历史的巅峰。

(4) 为了评判搅拌出来的泡沫的“高”与“下”，宋代茶人们发明了几个标准，“咬盏”是其中之一。而“似粥”也是判定高水准泡沫的标准之一，于是才有了“粥面”之类的专业术语。从点茶是宋代茶品饮的绝对主流这个角度来看，宋代的“茶粥”概念的主体已经从“谷物茶粥”、“茶汤茶粥”转移到了以“茶汤泡沫”为主的“泡沫茶粥”上面来了。前述(2)“茶汤茶粥”类的茶诗中已经很少见到“浓”的痕迹，便是证明之一，说明将“茶”称为茶粥，不再是因为内容量的“浓似粥”，而更倾向于外形的“形似粥”了。

其实，不管是喝团饼茶、还是喝散叶茶，如宋代茶人那样碾磨成茶末后品饮的话，“搅拌”(“点”)的过程是必不可少的。而“搅拌”势必会产生泡沫，所以，我们可以推断，宋代“茶汤茶粥”中的相当一部分茶诗应该是属于“泡沫茶粥”的，只是因为诗的语言表达的不明确的一面，而无法做出进一步的更明确的判断。

(5)“乳肉茶粥”的冲击力。

对于北方茶俗的“众多”的反对意见，到底说明什么？标志着什么？

同样是往茶汤里面添加食物类的做法，添加“花、果实”没人反对，添加“姜、盐”少人反对，添加成“七宝茶”也没人反对，却唯独激烈反对添加“乳制品或肉类”，这是为什么呢？别的地域添加“鸡苏”、“芝麻”之类，被视为地域民俗，无人反对，而作为“北方茶俗”却受到“乳制品类、肉类添加”的影响，也成了大家否定的对象。这种对“北方茶俗”、特别是“乳制品类、肉类添加”的“汹涌”的反对之声，到底标志着什么文化内涵呢？这种声音之后又隐藏着怎样的思维意识呢？

关于这一点，尚未见到详实而明确的史料记载。

刘敞的《王仲至使北》诗将其原因归结为一个“俗”。

中国的文人基本上来说，始终是儒教的卫道士，而儒教又是始终站在中华文明本位、中心主义的立场上，一向视“夷、狄、戎、蛮”为未开化的对象，一向是轻而视之的；而一旦涉及到茶文化，这种心理更是有过之而无不及，因为“茶”(点茶)被文人视为中华文明的精髓、是自身文化体系的极致，是无数文人追捧、追求、积极实践的目标。所以，宋

代茶人把与自己的审美情趣完全不同的、在茶中添加诸多食物的、和自身饮茶习惯格格不入的北方饮茶习惯视为“俗”，实在可以说是再自然不过的事情。

下面这首茶诗可以作为佐证。

陈著《谢居简送茶面》（注 110）：

银丝饼熟笋供臠，玉糝羹香花嗽芽。

食粥案头添雅供，不知此味更谁家。

著者陈著接到了谢居简送来的茶和面两样东西，为了表达感谢而作此诗。诗中的“雅供”指茶，相比之下，每日案头食的“粥”只能算是日常俗物了。以茶入粥（“谷物茶粥”）的减少和“点茶”文化的兴盛，都和这种“雅·俗”概念相关。

也就是说，就茶文化而言，北苑贡茶、点茶、分茶等等是主流、正统，而北俗的添加茶则是未开化的“俗流”。

然而，“俗”这一理由只能说明宋代文人对北俗添加茶的鄙视，却无法说明文人为什么只鄙视北俗添加茶，却不鄙视其他地区的添加茶现象。

那么，为什么宋代文人只对北方添加茶文化特别严格呢？

究其原因，应该与“添加物”的内容有关。

和其他地方的添加物相比，从史料上来看，北方特有的添加物主要是“肉类”和“乳制品类”；而根据笔者对现代蒙古族饮茶习惯的调查结果来看，“米”（炒米或蒸米）、“面”（炒面）也是非常普遍的茶汤添加物。蒙古族的添加茶文化的起源可以上溯到南宋末年的北方茶俗，而少数民族的茶俗深入生活，具有极强的继承性，从这个角度考虑，宋代北俗茶文化中已经出现“米”、“面”添加的可能性非常大。

而“肉类”、“乳制品类”和“米”、“面”一起添加到茶汤里面的最直接的效果就是像“粥”（或“羹”）。特别是“奶嚼克”、“干奶豆腐粉末”等乳制品的添加，会使茶汤表面形成“粥面”状态。也就是说，以现代蒙古族饮茶文化为实例的北方茶俗不需要任何高超的“点茶”技巧，就可以达到宋代茶人饮茶最高审美标准的“粥面”状态。

——北方茶俗对宋代点茶的审美结构产生了致命的威胁。而这正是接触到北方茶俗的茶人极力反对、抨击北方乳制品添加茶的深层原因吧。

——最终，伴随着蒙元帝国灭掉南宋而统一中国，北方茶俗为更多的人所知，于是对重视“粥面”泡沫的点茶文化产生了破坏性的冲击，最终致使明代茶人逐渐对点茶失去了兴趣，而将目光转向了散茶撮泡法。这是茶人自身审美情趣的变化，否则，朱元璋因为造价过高而罢造龙团凤饼的一纸诏书，

也不会那么轻易地就将“点茶文化”几乎彻底地赶出历史舞台。——关于这一点论述，目前尚没有任何旁证史料，还属于推论性质的“假说”。

中国茶文化历史上，共出现了“鲜叶茶粥”、“谷物茶粥”、“茶汤茶粥”、“花草茶粥”、“泡沫茶粥”、“乳肉茶粥”等多种茶粥形态。在本文的最后，包括最后一点“假说”在内，让我们一起来看一下“茶粥”文化的演变以及其对主流饮茶文化产生的影响。

【1】魏晋以前至魏晋时期

茶粥主流：茶鲜叶生煮羹饮类的“鲜叶茶粥”是主流，并且作为商品进入了市场。

其他样态：“谷物茶粥”也许已经出现，但尚缺乏有力证据，需进一步考证。

【2】唐代

变化：出现了“茶汤茶粥”和“谷物茶粥”。

其他样态：在云南等少数民族地域，“鲜叶茶粥”应该依旧存在，并最终延续到现在。

【3】唐末、五代十国时期

变化：并非熬煮，而是通过冲泡、搅拌等方法形成的“茶汤”也开始被称为“茶粥”。

影响：“以果仁类入茶汤”的做法，虽然未被正式称为“茶粥”，但却为宋代“花草茶粥”的出现打下了基础，这不仅丰富了“茶粥”的种类，还使“茶粥”文化涵盖了茶料理、添加茶、单纯茶汤等多个领域。

【4】宋代

变化：出现了“花草茶粥”、“泡沫茶粥”、“乳肉茶粥”等几个新的茶粥种类。

茶粥主流：以（点茶时形成的）茶汤泡沫为着眼点的“泡沫茶粥”成为主流。

“粥面”等词汇成为宋代“点茶”审美追求的专业术语。

其他样态：“谷物茶粥”已经很少被茶人提及，将“浓茶汤”称为“茶粥”的现象也少了。

影响：北方的添加乳制品或肉类的茶粥（“乳肉茶粥”）对“点茶”审美造成了破坏性冲击。有宋一代，往茶中添加“乳制品或肉类”的添加茶（包括茶粥）成为“点茶”拥护者攻击的对象，但最终的结果却是“点茶”人气渐趋式微，“乳肉茶粥”最终成为明代罢造龙团凤饼、散叶茶成为主流的契机之一。

【5】明代以后

清饮文化进一步成为茶文化的绝对主流，《中国茶叶大辞典》所说的“以茶汁煮成的粥”应该主要出现在这一时期。由此，“茶粥”逐渐被视为“茶料

理”，逐步与“清饮”茶文化划清了界限。关于明代以后的“茶粥”文化，将留待后考。

注释

注 1：这个词汇并非茶学固有术语，本文中这一词汇指没有添加其他饮食类物品的茶水。

注 2：陈宗懋.2000.《中国茶叶大辞典》.中国轻工业出版社. P557。

注 3：徐海荣主編.2000.《中国茶事大典》.华夏出版社. P253。

注 4：阮浩耕·沈冬梅·于良子.1999.《中国古代茶叶全书》.浙江摄影出版社.P9。

注 5：傅咸《司隶教》中关于茶粥之记述，见于陆羽《茶经》卷下·七之事，同时，《汉魏六朝三百家集·傅中丞集》等书中亦有收录，但文字略有不同。另外，现代诸家版本除因出处而存在的文字差异之外，在标点符号断句上也出现了一定的分歧。如陈彬藩.1999.《中国茶文化经典》做“闻南方有蜀姬作茶粥卖，为廉事打破其器具后，又卖饼于市，而禁茶粥，以困蜀姥，何哉？”；Victor H. Mair·Erling Hoh.高文海译.2018.《茶的真实历史》.三联书店.做“闻南方有以困蜀姬作茶粥卖，为帘事打破其器具。又卖饼于市，而禁茶粥以老姬，何哉？”。

注 6：成书于 836 年的料理书。

注 7：《全唐诗》卷 125。

注 8：宋时磊.2017.《唐代茶史研究》.中国社会科学出版社.P125-130。

注 9：《全唐诗》卷 136。

注 10：《全唐诗》卷 610。

注 11：位于太湖南岸。

注 12：《中国古代茶叶全书》P52。

注 13：指在茶釜中搅拌茶汤形成的茶汤表面的汤花，与宋代点茶时形成的茶汤表面的泡沫不同。

注 14：陶谷《茗荈录》中还记载了诸如“生成盏”、“茶百戏”等其他几种饮茶法。

注 15：趙方任.2019.《宋代饮茶文化美学意识研究》.大妻女子大学人間生活文化研究所《HUMAN CULTURE STUDIES》。

注 16：《全宋诗》卷 2080、页 23467。

注 17：《全宋诗》卷 2755、页 32455。

注 18：《全宋诗》卷 2802、页 33307。

注 19：《全宋诗》卷 2377、页 27374。

注 20：《全宋诗》卷 2407、页 27795。

注 21：《全宋诗》卷 2197、页 25103。

注 22：宋代“茶粥”诗的总数和唐代相比略有增加，

但就“茶粥”诗在茶诗总数中所占比例而言，顶多能称为微增。所以，可以认为，对于宋代茶人而言，“茶粥”依旧不是主流。

注 23：《全宋诗》卷 2614、页 30372。

注 24：《全宋诗》卷 2633、页 30760。

注 25：《全宋诗》卷 2712、页 31909。

注 26：《全宋诗》卷 3136、页 37506。

注 27：《全宋诗》卷 3181、页 38176。

注 28：《全宋诗》卷 3439、页 40968。

注 29：《全宋诗》卷 2117、页 23931。

注 30：《全宋诗》卷 3646、页 43745。

注 31：《全宋诗》卷 3549、页 42439。

注 32：《全宋诗》卷 3675、页 44125。

注 33：详见林瑞萱.2014.《禅宗的茶》.坐忘谷茶道中心。

注 34：《全宋诗》卷 1857、页 20743。

注 35：《全宋诗》卷 1690、页 19013。

注 36：《全宋诗》卷 1718、页 19346。

注 37：《全宋诗》卷 120、页 1400。

注 38：《全宋诗》卷 1212、页 13815。

注 39：《全宋诗》卷 949、页 11149。

注 40：《全宋诗》卷 1179、页 13309。

注 41：《全宋诗》卷 1655、页 18541。

注 42：《全宋诗》卷 2172、页 24684。

注 43：《全宋诗》729 卷、页 8470。

注 44：メールマガジン「オルタ広場」2019 年 12 月 20 日第 20 号「中国茶文化紀行（12）唐代の人はいつお茶を飲むのか？」。

注 45：《全宋诗》卷 2743、页 32307。

注 46：《全唐诗》卷 388。

注 47：《全宋诗》卷 400、页 4918。

注 48：《全宋诗》卷 721、页 8343。

注 49：《全宋诗》卷 2428、页 28047。

注 50：《全宋诗》卷 1061、页 12114。

注 51：《全宋诗》卷 2196、页 25089。

注 52：《全宋诗》卷 3112、页 37157。

注 53：趙方任.2019.《唐宋时代“添加茶”文化研究》.大妻女子大学人間生活文化研究所《HUMAN CULTURE STUDIES》。

注 54：《全宋诗》卷 2424、页 27989。

注 55：《全宋诗》卷 2322、页 26718。

注 56：《三国志·吴志·韦曜传》

注 57：《全宋诗》卷 854、页 9901。

注 58：《全宋诗》卷 1124、页 12775。

注 59：《全宋诗》卷 2169、页 24602。

注 60：《全宋诗》卷 2236、页 25691。

- 注 61 : 《全宋诗》卷 3150、页 37803。
注 62 : 《全宋诗》卷 2756、页 32482。
注 63 : 《全宋诗》卷 2261、页 25940。
注 64 : 《全宋诗》卷 1021、页 11679。
注 65 : 《全宋诗》卷 3413、页 40563。
注 66 : 趙方任.2019. 《唐宋时代之花茶文化分析》. 大妻女子大学人間生活文化研究所《HUMAN CULTURE STUDIES》。
注 67 : 详见拙文《唐宋时代“添加茶”文化研究》。
注 68 : 《全宋诗》卷 2293、页 26323。
注 69 : 《全宋诗》卷 985、页 11367。
注 70 : 《中国古代茶叶全书》P66。
注 71 : 《全宋诗》卷 1014、页 11573。
注 72 : 《全宋诗》卷 1655、页 18541。
注 73 : 《全宋诗》卷 2563、页 29743。
注 74 : 《全宋诗》卷 805、页 9327。
注 75 : 《全宋诗》2620 卷、页 30465。
注 76 : 《中国古代茶叶全书》P65。
注 77 : 《全宋诗》卷 1527、页 17356。
注 78 : 《全宋诗》卷 814、页 9422。
注 79 : 《全宋诗》卷 1530、页 17385。
注 80 : 《全宋诗》卷 1035、页 11824。
注 81 : 《全宋诗》卷 3253、页 38807。
注 82 : 《全宋诗》卷 1422、页 16399。
注 83 : 《全宋诗》卷 1013、页 11566。
注 84 : 《全宋诗》卷 854、页 9896。
注 85 : 《全宋诗》卷 1679、页 18823。另，此诗又作孟大武《题紫岩寺》，语句略有不同，兹录于下：
路入溪声远，秋深树影稀。
涧云藏鸟语，松露滴人衣。
诗战蜂腰怯，茶分粥面肥。
胜游殊未厌，肯为夜寒归。
注 86 : 《全宋诗》卷 1328、页 15082。
注 87 : 《全宋诗》卷 2512、页 29032。
注 88 : 《全宋诗》卷 2985、页 35494。
注 89 : 《全宋诗》卷 610、页 7241。
注 90 : 《全宋诗》卷 1447、页 16686。
注 91 : 详见拙文《唐宋时代“添加茶”文化研究》。
注 92 : 《宋稗类钞·卷四》：陶学士谷，买得党太尉

故妓，取雪水烹团茶，谓妓曰：“党家应不识此。”妓曰：“彼粗人安得有此。但能销金帐下，浅酌低唱，饮羊羔美酒耳。”陶媿其言。

注 93 : 笔者在拙文《唐宋时代“添加茶”文化研究》与《中国蒙古族饮茶习俗研究》(大妻女子大学人間生活文化研究所《HUMAN CULTURE STUDIES》2019)中将在茶汤中添加乳制品或肉类的茶饮及其饮茶文化称为“乳制品、肉类添加茶”，并有详细论述。笔者通过对古籍与蒙古族现代饮茶法的考证认为，此处提出的“乳肉茶粥”的概念其实与“乳制品、肉类添加茶”在实质上并没有区别，只是在茶诗等文献中明确称之为“茶粥”的史料，本文作为佐证资料予以引用，而没有明确称之为“茶粥”的资料，本文未予引用。

注 94 : 趙方任.2004. 《茶詩に見える中国茶文化の変遷》. THINK SYSTEM 出版社.第七章。

注 95 : 详见拙文《唐宋时代“添加茶”文化研究》。

注 96 : 《中国古代茶叶全书》P8。

注 97 : 《全宋诗》卷 2257、页 25892。

注 98 : 《全宋诗》卷 1565、页 17768。

注 99 : 《全宋诗》卷 2922、页 34858。

注 100 : 《全宋诗》卷 1955、页 21827。

注 101 : 《全宋诗》卷 3769、页 45456。

注 102 : 《全宋诗》卷 857、页 9935。

注 103 : 《全宋诗》卷 260、页 3309。

注 104 : 《全宋诗》卷 259、页 3262。

注 105 : 《全宋诗》卷 980、页 11338。

注 106 : 《全宋诗》卷 2892、页 34524。

注 107 : 《全宋诗》卷 2513、页 29048。

注 108 : 《全宋诗》卷 2802、页 33307。

注 109 : 《全宋诗》卷 1849、页 20607。

注 110 : 《全宋诗》卷 3359、页 40131。

付記

本研究は大妻女子大学戦略的個人研究費 (S 1924) の助成を受けたものです。

Abstract

Although tea porridge has never been the mainstream of Chinese tea culture, it has been seen in every time along with the tea culture. While studying Chinese tea culture, I find that the concept and forms of tea porridge vary with the times.

The paper is aimed to clarify the forms of tea porridge in ancient times, and through analyzing the historical changes of the concept about tea porridge, study the essence of tea porridge and the influence of tea porridge on the mainstream tea culture in China.

Through field investigations and literature analysis, I draw the main conclusions as follows:

【1】 The period before Wei and Jin Dynasties and Wei and Jin Dynasties: Thick soup stewed with fresh tea leaves was the mainstream and entered the market as a commodity.

【2】 Tang Dynasty: Stewed thick tea soup was called “tea porridge”.

【3】 At the end of the Tang Dynasty and in the period of Five Dynasties and Ten Kingdoms: Tea porridge with dried fruits and nuts enriched the categories of tea porridge. Tea porridge covered tea food, additive tea and pure tea soup, etc.

【4】 Song Dynasty: Tea porridge was used more to describe “the tea foams formed in tea preparation”.

【5】 After the Ming Dynasty: Tea porridge was gradually viewed as “tea food” and differentiated from pure tea.

(受付日：2020年1月28日，受理日：2020年2月10日)

趙 方任 (ちょう ほうじん)

現職：大妻女子大学国際センター准教授

北京大学中文科卒業後，新聞記者・編集者を経て，1996年来日．東京学芸大学で教育学修士，東京都立大学で文学博士．専攻は中国語教育，中国古典文学，茶文化．

主な著書：「唐宋茶詩輯注」「日中茶道逸話」「茶詩に見える中国茶文化の変遷」「別把蟑螂放心上」「中国人とはどういう人たちか」など．

主な論文：「宋代飲茶文化美学意識研究」「唐宋時代“添加茶”文化研究」「唐宋時代之花茶文化分析」「中国茶書作者生平統計分析」「關於中国没有形成茶道流派之分析」「中日茶文化逸事比較」「中国喫茶現状」など．

主な翻訳書：「中国式離婚」「田中英光評伝——無頼と無垢と」「ごもくめし」など．