



繆思風采

靜思 · 茶道

● 劉煥玲*

20 多年前南臺的同學曾有茶道課程的學習經驗，當時是由茶學淵博的林柏維老師授課，在 N 棟 206 茶道教室上課。85 學年學校仍是南台技術學院通識課程正在轉型規劃，當時禪修、茶道、與花道三門課有專屬教室。也是當時教育部及外賓來訪必參觀的特色人文藝術教室。

記得茶道教室榻榻米地板上一張張矮茶几，桌上一套套白色茶具組，配合四周茶道課程的精美講解掛圖，很溫馨的上課場域，每次路過看到同學上課開心專注泡茶的情景，我也很嚮往泡茶情趣，從品茗中學習「一朝一會」的禪意。

多年後終於有機緣參加佛光山暑期全國教師營，精彩豐富的課程中有一項修持課程「茶禪一味」，藉由泡茶及短暫禪修，沉澱淨化自己的「身、心、靈」，訓練內心寧靜祥和。「心還在嗎？有沒有專注每一個動作？要觀察每一個變化。」由法師指導，帶領學員體驗「茶禪一味」。法師先請大家靜坐 3 分鐘，觀察呼吸是否順暢與專注數息？接著，教大家如何溫壺、沖茶、品茶，每一個步驟，法師不斷叮嚀大家要專注在當下。「禪在日常中，只要細心關照，專注在當下，就能體會出不同的人生風味。」。

原來茶道能以茶入心，進而以禪心悟道，學習生命的當下體悟在每個細節中。因茶與水的結合，因茶量、溫度、時間的不同，決定茶的色澤、香氣與味道，由此比喻人間因緣茶葉也彷彿在說法。例如茶從葉子變成茶葉，需要好的因緣，也要搭配好水，才能泡出一杯美味的茶水。法師表示，從泡茶能觀因緣，善緣具足才能泡出一杯好茶，韻味無窮，就如同星雲大師因緣成熟，集結「千家寺院、百萬人士」的眾心願力

* 劉煥玲，南台科技大學通識教育中心社會科學組助理教授。



，完成佛教聖地佛陀紀念館。

「茶禪一味」修持體驗課程中，置身典雅的雙閣樓品茗令人心曠神怡，加上聆聽禪樂及禪悅法語，真的是一場身心靈的豐盛宴饗。很感恩有此福報參加佛光山暑期全國教師營。

好事連雙，106年9月因102當代藝術空間之藝術學苑的同學介紹接引，而參加慈濟的精思茶道課，4月9日即將上最後第六階課程，近兩年來每周二下午兩小時以人文與茶文化為核心的茶道課，課程豐富多元，加上每週品嚐不同極佳的茶品茶食及在茶花布置典雅的環境上課，同學們及老師群的質感優雅，對我而言真是舒壓充電沉澱身心靈的美好時刻。一杯熱茶奉上後，那樣的溫暖會讓人心靈放鬆。由於品茶過程優雅緩慢，會讓人沉澱，心境輕安，原來品茶是一種禪，不懂喝茶的我，藉由茶道來安定自己的心，讓心比較容易覺察當下。這個過程就有如打掃內心的塵垢，慢慢地轉為清淨和諧。此外靜思茶道不同一般的茶道課，其內含慈濟人文精神，以茶傳心，使人從中美化自己與生活。所以在聆聽課程中也不免傳達佛法生活化的慈濟人文，我也能隨喜薰習法喜滿滿。

回顧本校曾經有質感極佳的茶道課程，當年也是向慈濟院校的茶道、禪修、花道等人文課取經才設置，希望對本校同學的品德薰陶有所助益，而當時也的確產生良善的影響。今日學校依然重視品德教育，但目前環境無法再開設體驗茶道的人文課程，學生仍可以到育網開放教育平台之慈濟大學 人文飄香-靜思茶道(2019 春季班)上課體驗，課程大綱如下：

『靜思』：用冷靜、清淨之心，思考人事。

『茶』為仙山靈草、芳韻逸品。

『道』則在自然中，也在生活中。本課程，將帶領學員一同進入人事最清靜的思想境界，結合茶學與美學的智慧殿堂。

- 1.認識茶的文化以及在自然與生活中之樂趣
- 2.品茗與茶器的認識：從泡一壺茶好茶之中，以冷靜思考的心、品味身心靈涵養
- 3.茶與美學的結合：認識茶道儉樸美學觀念且培養美學之感悟力（茶花佈置與茶食搭配）





4. 認識習茶禮儀：認識習茶禮儀，行茶流儀及待人接物、處事，應對進退之禮儀（以茶引領學習生活的禮儀）
5. 茶與人文涵養：讓學員分享如何將茶道落實於生活當中。修養氣質，變成更有禮貌，然後待客以誠。

<http://www.ewant.org/admin/tool/mooccourse/mnetcourseinfo.php?hostid=5&id=2126>



靜思茶道上課—茶席布置 劉煥玲 攝



靜思茶道上課—蓋碗杯泡法與演練 劉煥玲 攝

