

## 茶文化生活美學研習

文◎新北市教師會第10屆/新北市教育人員產業工會第4屆 高中職事務部副主任 郭羿廷

新北市教師會提供了許多優質實用的研習課程，每次參加都收穫良多，也廣受老師們歡迎，蜂擁報名，即便自己是新北市教師會幹部，也不見得每一場研習都有名額參與。除了參與過的精品咖啡世界品味及手沖課程、咱糧學堂的研習，這次的茶文化研習也非常吸引我。

我任教的學校因應108課綱推出的校本課程其中一部分便是茶文化，雖然自己不是教授的老師，也很有興趣增能以預備自己成為師資。因此看到茶文化研習訊息釋出，馬上報名。

新北市教師會邀請了彩彤四方茶講的宋宣慧老師為我們授課，她同時也是天仁茗茶的師資。老師氣質過人，一言一顰無不優雅溫柔，可以想見她長期游於茶藝，付出的時間與耐心也使他本身成了可以細細品味的好茶。

老師首先介紹茶的種類、台灣的茶區以及台灣特色茶，更重要的是、宋老師不僅止於傳遞茶的專業知識，她渴望連結茶與生活，和我們分享了品茶的感受與人生的境界，精神層次上更重視茶道以及茶德。



接著從茶席開始，為我們介紹器具，包括茶席色彩、器皿形狀和物件位置。帶領我們的邱老師還說布件配色他會根據當天的氣候、心情、對象來選擇顏色質地。茶席多以大地色為主，這次邱老師選用畫有竹子的柳黃綠襯托茶器，她想藉此輝映老師們教導孩子生而有節，竹節必露。這樣的心思在細緻中卻不馬虎，尚未品茶便已在思想情緒上被提升。茶席上由左而右擺放了水方、大家的品杯及茶托、端坐在茶承上的茶壺、茶海、茶針、茶則以及茶倉，另外還有放在茶席主人右側的熱水壺和茶巾。

泡茶的過程講究茶量、水溫、時間、宋老師給了一個很實用的判斷方式，無論拿到什麼茶壺，將茶葉填入茶壺的三分之一，接著判斷水溫。不同的茶種適合的水溫也不同，茶的外觀條件依球形、條形或碎形也都需要調整水溫。時間上每一泡悶的時間也不同，第二泡時間最短，接著每一泡都延長十秒左右。

老師讓我們每個人都做一次茶席主人體驗感受，看著老師的手優雅地在茶席上來回操作，從容不迫，輪到自己時卻是手忙腳亂，才明白老師的沈著不是一朝一夕所成就。茶壺注滿熱水，爛泡後舉至一定高度讓茶湯緩緩流入茶海，光這個動作對我就有一定的難度，如何維持速度一致是個考驗，若是不小心濺到茶席上，也要優雅地以茶巾用按壓地方式吸取水分。

邱老師善於鼓勵人，他說我很適合當茶侶。我只聽說過茶僮，邱老師解釋茶僮比較像打雜幫手，茶侶則是像朋友一樣，陪伴茶席主人一起泡茶！

一次的茶研習，無論在專業知識及身心靈都感覺被提升了，下次若還有研習推出，大家一定要把握機會！

