

茶
茶

之
中

精
有

神
道

2021年3月2日



世间万物自有其与人交流的方式，科学也许能将茶对我们身体的影响转化为数据，却无法量化茶对我们心灵的作用。茶呼唤我们最深处的自我，并与我们同欢作乐。

茶叶是什么？

- ▶ 茶叶是饮料，世界三大无酒精饮料之一（咖啡、可可、茶叶）。
- ▶ 茶叶是上帝带给人间的十大愉悦自我轻松自我解脱自我礼物之一，柠檬、艾、松树等等
- ▶ 茶叶是等同于音乐的疗愈之药，后面有解释。
- ▶ 茶叶是物质的，也是精神的；是外在的，也是内在的。
- ▶ 每一杯茶汤都不是白喝的。

茶道是什么？--吃茶去！

- ▶ 唐朝赵州禅师，赵州古佛，日本东亚都派人来学禅。
- ▶ 有一次赵州一个弟子问：“什么是禅？”师曰：“吃茶去！”，吃完当下顿悟。另一小弟子也问：“什么是禅？”吃完茶又当下成佛。师曰：“汝已明心见性也！”又一侍者不解，问赵州禅师，赵师说：“吃茶去！”一二壶吃下去，小侍者又顿悟成佛。赵州禅师一天上午成就了三个佛。禅茶就是这样来的。
- ▶ 整个佛教界开始盛行，新的文化形态诞生，即禅茶一味。禅茶法门，或叫茶道。借茶修道，借茶悟道。
- ▶ 禅是什么，禅是一目了然。
- ▶ 禅是最简单的直示

茶道是什么？

- ▶ 碗喉吻润，茶道推进的过程中有一个人出现，与我们江苏有关
- ▶ 这个人就是卢仝，唐茶仙的七碗茶歌：
- ▶ 一碗喉吻润
- ▶ 二碗破孤闷，
- ▶ 三碗搜枯肠，惟有文字五千卷，
- ▶ 四碗发轻汗，平生不平事尽向毛孔散，
- ▶ 五碗肌骨清，
- ▶ 六碗通仙灵，
- ▶ 七碗吃不得也，唯觉两腋习习清风生

茶道到底是什么？

- ▶ 人与茶之间的互动之道
- ▶ 道是什么？
- ▶ 最最简单的的道理
- ▶ 谁都能听到的道理
- ▶ 人法地，地法天，天法道，道法自然
- ▶ 人们依据大地而生活劳作，繁衍生育；大地依据于上天而寒暑交替，化育万物；上天依据大道而运行变化，排列时序；大道则依据自然之性，顺其自然，自然而然。
- ▶ 走心、可传播、可复制、大众乐于参加，善美的，可增进人生美好的、自在的、轻松的、喜悦的。



喝茶为什么能静心？

- ▶ 好茶触动三个层级，身心灵
- ▶ 每个人依据灵敏度不同，品茗者会出现不同的反应
- ▶ 一般来说，这个过程是缓慢的，由浅入深
- ▶ 开始品茗时都重香气茶汤，属于口鼻气味层次的反应。
- ▶ 茶汤的能量作用，茶气开始运行，身体内外感受变化，属于身体感觉层次的反应。
- ▶ 经过排浊去阴，好茶助人身心平衡，感动心灵，入于静定，出现一些内在的体验，属于心灵意境层次的反应。
- ▶ 这三个层次的反应，都会呈现不同的内容。

喝茶为什么能静心？

- ▶ 品茗入静等同于打坐，若能持续到深沉静坐和极深沉状态，则进入超意识层次，脑波将转变为 θ （西塔）波（4—7HZ，波形缓慢规律，朦胧意识）和 δ 波（0.4—4HZ，一条平缓的曲线，熟睡状态），超能、灵感、心想事成等都成为可能。
- ▶ 许多深入的品茗体验，都是进入这个层次后出现的。











感恩遇见，感谢聆听

好茶為知音
所難得

川...

