

<<喝茶是修行>>

图书基本信息

书名：<<喝茶是修行>>

13位ISBN编号：9787539960616

10位ISBN编号：7539960612

出版时间：2013-5

出版时间：江蘇文藝出版社

作者：【美】亚伦·费希尔

译者：刘嫩,杨黎

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<喝茶是修行>>

前言

通往茶道的路途，往往也是一个人成长的过程，不只是对于茶道认识的提高，也是自己内心的不断觉醒与了悟。

就像人生的一次旅行，刚开始你会兴致勃勃的看风景，到后来你会发现，你将要收获的，远远不只是风景而已。

正如每一个初次旅行的人一样，我的茶道之旅也始于沿途的风景——茶的令人愉悦的芳香，它吸引我走进了茶的世界。

我识得各种茶的香气，就此以为我懂得了茶道，后来才意识到，那只不过是在“喝”茶而已。

随后，我开始专注于各种泡茶的技巧，最终达到了人茶互动、内心参与体验的至真境界。

我又以为我懂得了茶道，但那只不过是在“泡”茶而已。

随后，我开始在茶产生的“韵”和“甘”中体验到快乐。

再后来，我遇到我的师父之后，开始意识并体会到茶中之“气”。

我意识到，只有在“寂”和“存在”之后，在身心的“清净”中，这种感觉才会到来。

随着时间的推移，体内之气与茶中之气——天、地、风、雨、露水、阳光——融为一体，我体会到一种生命的圆满。

这种体会一直延伸到生活的各个方面，并以神奇的方式彻底改变了我的观念。

所以，喝茶是一种心灵与生命的修行。

清净、具足、圆满，皆能在喝茶的修行中获得。

我人生中最美妙的一次体验，发生在我与家人在茶道老师那里一起喝茶的时候。

开始，我的家人围坐在桌边，谈论着茶室里整壁的茶叶、瀑布和盆景，是那么的充满异国情调。

稍后，我的老师朝我狡黠地一笑，从身后的罐子里拿出了年代久远的普洱茶。

那泡出来的色泽身后的茶汤——古老而充满智慧的茶叶，与大自然精神的相交——改变了整个房间里的气氛。

几分钟之间，屋里便被深深的沉静所笼罩，只有瀑布在背后轻声流淌。

接下来的两个小时，我和所有的家人都一言不发，彼此之间从未如此默契。

在那天之前，我一生中从未与家人如此默默地相处，从未如此亲近。

我母亲留下了欢喜的眼泪，我的祖父也哭了，后来他说，他仿佛感觉到离世不久的祖母到了身边。

我把自己个人的体验分享与此，以说明人们不必成为圣人、思想家，甚至也不必成为喝茶爱好者，也同样能够体会到圆满。

不要把喝茶的修行看得太艰深，它不需要你去学习广博的茶的知识，不需要你拥有身价不菲的精妙茶具，也不需要你去掌握精准的泡茶技巧，甚至不需要上等的茶叶，美妙的体验和心灵的成长，只在简简单单的一杯茶中。

当水、茶、茶具与人以一种恰当的方式交集，内在的改变就会发生。

<<喝茶是修行>>

内容概要

寻找身心灵平静的方式有很多，如修行、冥想、朝圣、隐居等。很显然，对于大部分人来说，这些方式是很难有条件施行的。所以，人们需要一种更为简单的方式来使身心成长和平静。本书作者提出：喝茶就是这种简单的方式。

不过，在万事纷繁且节奏紧凑的当今世界，那种古茶大师住在山腰的小屋里、从野生茶树上采制新鲜茶叶的生活，看起来早已恍若梦境了。但本书旨在告诉现代读者，你其实并不需要山腰的小屋或是连续数日无尽的冥想，而只需与你钟爱的茶相处片刻，就能将平静带入到你的日常生活中，其效果与世外隐修所得相差无几。

这听起来似乎是个神话，但无为海——著名的茶专家和作家，在本书中向现代的读者切实地展示了通过饮茶而身心双修的简单方式。

其要点在于如何在饮茶中找到通向内心平静之径，一种释放自我、体验幸福生活的绝佳秘方。

在你开始饮茶之前，你应该了解些什么？

饮之时，应该品味些什么？

饮之后，又应该回味些什么？

关于茶的一切：文化、历史、品格、功用，都化合在这一过程之中，最终，人们能够在日常生活中方便地饮茶悟道，获得身心灵的平静与喜乐，而勿需将其看作是一场庄严甚至苦逼的宗教仪式。

<<喝茶是修行>>

作者简介

<<喝茶是修行>>

书籍目录

简介 / 001 第一部分将饮茶 / 003 第一章茶道 / 005 道教 木之纹理 茶之和谐 第二章茶之源——中国茶道 / 025 关于“南边的云”的冥想 史前时期的药袋子 茶与道 茶与药 走出森林 进入城市 一次词语里蕴藏着什么 茶之传奇（神农菩提达摩）一种艺术的诞生 茶与艺之思 神仙（诗人学者皇帝圣人）树叶的故事 第三章茶之汤——日本茶道 / 085 茶之佗 大师村田珠光 大师武野绍鸥 大师千利休 利休的茶道四谛 卖茶翁 中国茶道与日本茶道 第二部分享受那一杯宁静 / 121 第四章平静的快乐 / 123 自然的优雅 第五章沉静 / 131 断开连接 在留白中找到真正的沉静 第六章存在 / 143 无为：无为者之为 包含“内在”的茶聚 第七章清 / 153 茶之气 风平浪静与“气”相连 第八章圆满 / 165 超越 茶之美德 第九章通向宁静的仪式 / 173 第十章茶具与修行 / 181 茶具之美 记住心灵，忘记茶具 茶具中的“道” 第十一章茶之境 / 193 在茶中成为一体 内心的纯洁 茶之清境 日常喝茶 第三部分茶余之思 / 211 第十二章喝茶人的幸福 / 213 茶之德 第十三章与茶成为一体 / 219 鸣谢 / 225

<<喝茶是修行>>

章节摘录

版权页：插图：第一章 茶道 “茶道”最难以描述，最难以企及的，就是“道”，而不是“茶”。因此本章比其它章节更为重要。

每个人都能够了解茶的历史、种植、生产和制作。

这些领域的专家们，会嘲笑把茶作为精神生活中重点和核心的想法，而它对于我，则意味着内心在沉静与爱中生活。

茶对于他们只是一种商品，一种爱好，或是一种消遣。

也许有人会感到好笑，居然想在如此小小的茶杯中寻求如此的奥妙。

道只不过就是道而已。

老子常说，如果有人发出的议论，即便是接近“道”的真谛，思想庸俗的人们也会嘲笑它，因此庄子这样的醒悟之士便装腔作势并显出愚相。

以泡茶打比方，或以智慧“言辞”来说，如果一人质朴地发自内心地交谈或者泡茶，其余具备眼光和智慧来观察和聆听的人，将会被吸引到“茶聚”中来喝一杯，而没用心聆听的人将会喜欢其它没那么精致和安静的茶桌——或许是社区里乱糟糟的茶馆中喧闹的茶桌。

进而言之，即使世俗的饮茶者，也能时而不时体验到和谐，令他们无论对于“道”的观念如何，也会和它不期而遇。

对于如今的喝茶之人，茶，正如几千年来一样，它能够，而且也确实成为一种“道”，不管他们是否这样称之。

尽管茶作为鲜活的“道”的一面，非常难以用语言进行描述，但我认为，在尝试的过程中，在它所注入的杯中，在对于茶的和睦而静谧的共同理解的情谊中，我们会找到启示。

<<喝茶是修行>>

编辑推荐

《喝茶是修行》编辑推荐：风靡欧美、日韩的茶道灵修之书，胡茵梦、张德芬联袂推荐！
告诉你修行并不高深，你日常生活最简单、随性的喝茶，就是通往清静、具足、圆满的捷径。
喝茶是一门从茶艺到茶道的内观学，只需与你钟爱的茶相处片刻，就能随时随地将平静与喜乐带到你的日常生活中。

<<喝茶是修行>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>