

泡好一壶中国茶



[泡好一壶中国茶 下载链接1](#)

著者:王琼

出版者:江苏凤凰美术出版社

出版时间:2016-11-1

装帧:精装

isbn:9787558010668

这篇文章完成是在临出版前了，依然还有忐忑，依然觉得还可以很好，这已是第十遍的校对了，总希望能够更恭谨的呈现给每一位读者一份习茶的态度和良多的习茶获得。为此，我把能看到《王琼·泡好一壶中国茶》的您视作是我的师友，诚恳的希望我们可以有很多交流与研学，借由一杯茶，一起共修，让彼此有很大的成长，让中国当下茶文化的表达因为我们共同的努力能够再丰富一些，再进步一些。

《王琼·泡好一壶中国茶》的完成，是集合了我二十年的习茶积累和对传统文化学习的获得，是总结了三年多茶修学堂的践修成果，是对“泡好一壶中国茶”五十期课程全心全意的梳理。这样的一堂基础课，到今天为止我们重复讲了五十次，不多也不少。在课

程进行到第三十期的时候，我有过思考，我们用什么样的热情做着重复的事情，思来想去，觉得这一切都是源于热爱和创造，是对茶的热爱，对生命价值的创造。

每一次的开课都是学堂团队全心投入工作的开始。

作者介绍：

王琼，习茶20年的积累与沉淀，打磨3年多的原创教学课程，倡导“茶师十律”量化“行茶十式”，践行“日日行茶·时时修持”的茶修理念，实现“借茶修为·以茶养德”的茶修宗旨。

目录: 第一章

得和得静得坦途·和静之园

何为茶修

创立“和静茶修”的初心

茶修·时代当下的精神供养

茶不是宗教·却是我一生的信仰

泡一杯茶，给自己一个停下来的理由

第二章

主修认知

一、君子九容

二、茶师十律

三、修习茶礼

恭敬别人·庄严自己

第三章

主修细节

一、和静茶席的表达

二、组成茶席的要素

做一个有准备的人

第四章

主修相信

一、和静茶修行茶的基本规范

二、行茶前的准备

三、行茶的禁忌

四、和静茶修·行茶十式（盖碗行茶仪轨）

日日行茶·时时修持

第五章

主修安顿

一、泡茶三要素

二、泡茶手法三度

三、盖碗的注水手法

四、润茶——让茶喜悦地醒来

能量在心·技艺在手

第六章

主修知止

一、紫砂壶泡茶的特殊手法

二、紫砂壶行茶仪轨

三、盏（碗）的妙用

四、玻璃杯泡茶

五、玻璃壶和瓷壶的使用

六、惬意地煮饮

收具·亦是修行

第七章

一杯茶 · 茶人修行的梯子

我的早课

与自己和解

让年龄成为优势

后记 · 美好永远都在

感谢

· · · · · (收起)

[泡好一壶中国茶](#) [下载链接1](#)

标签

茶文化

茶

茶修体验

生活茶

生活美学

静心

文化

女神

评论

致理想的狀態和生活

辟了一个“茶修”，区别于茶道、茶艺。茶席布置、行茶流程很好用。鸡汤多。

王琼老师

本书更适合对国茶稍有了解，有兴趣进一步深入的初学者。包括茶人的仪态，茶器的摆放，茶席的布置和行茶的仪轨。纸张厚实，配图素雅，读之即心静。

读完记住了日日行茶，时时修持

茶，是物质的，也是精神的。喝茶，也是修行，借一杯茶，找到了更好的自己。感谢茶人王琼，学到很多

作者书中所有的感悟，都说到我的内心了，也懂得习茶的重要性。想要追求一片心灵的宁静，不禁想尝试茶修这项艺术。此书睡前读也很合适。

有幸感受过一次王老师的茶艺，也是第一次品茶。之前读过“一帘春欲暮，茶烟细杨落花风。”的诗句，但是不能理解其中深意。当茶烟带着心绪蒸腾而上，而后喝出了这一季心中春天的味道。王老师的茶诚然是一首诗。

為了趕超時代 我遺忘了生活 看著自己被時代碾壓在巨輪之下
我想到了生活這唯一的生命底色 吊詭的是我已不知生活為何物
王瓊老師的文字近似白描 對於我猶如醍醐灌頂 哪裡有茶 那分明是被我遺棄了的生活

仰慕王老师很久，就希望成为王老师这样的优雅女神！茶是中国的瑰宝，希望王老师把它带向世界！

读了这本书，想成为王琼老师这样有能量的人，希望能通过茶修有所收获。借茶修为，

以茶养德。

[泡好一壶中国茶](#) [下载链接1](#)

书评

[泡好一壶中国茶](#) [下载链接1](#)