



经年累积

学习茶道数年，正是磨砺自己心性的过程。

滕婧说，从学习茶道经历过5个阶段。第一阶段，初识茶道。茶道的工序繁复，一席茶道课下来，各种分解的动作大概有一两百个，这个过程需要有美感。而对于初学者来说，刻意拗造型的美，又显得过于造作，火候非常难把握。

第二阶段，就需要放下矫揉造作。茶道之美，要朴实无华，不妖艳。而第三阶段就是要在茶道的世界里忘掉你的性别，褪去各种性别色彩追加到你身上的影响。“你就是一个单纯的人，没有特定的性别符号。一旦你有了性别意识，你的体态、眼神和手势都会发生变化，这些变化，对你的清净心是一种干扰。”

曾有一段很长的时间，滕婧都觉得自己用力过猛。为了去性别化，她身体动作僵硬，刻意排斥女性的温柔，就好像身体里住着一个较着劲的小孩儿，这样僵硬的状态，竟然持续了两年时间。“点茶，需要绝对的知行合一。你才意识到，达到知行合一有多么难。经常是心到手未到，又或者手到心未到。”

两年后突然有一天，当她在生活中有了一些新的感悟，她一下子就做到了。她为自己点了一场行云流水的茶。点茶结束之后，所有同门看在眼里，她的老师也笑了。所有人都感受到了滕婧的变化：突然温柔了，却又不是第一阶段的造作，一下子上了一个层级。人不架着了，身体也变得柔软舒适。

那段时间，因为找到了感觉，滕婧陶醉其间。某一日，她正在陶醉地擦拭杯子，老师突然点醒了她：“你不要荡漾……”滕婧立马呆住了。她特别佩服老师，对任何人的状态都能如此体察入微。你任何一个动作，都是直接映射到你内心的状态。滕婧说，她那天就正在“荡漾”，为自己点茶的松弛自



然而沾沾自喜。翻过茶道的四个阶段，已然有四年光景。

到了第五阶段，滕婧开始学着让自己变得谦卑、安定，但这种尺度依然很难把握。当你一有故意谦卑的念头，你手头的动作就变得紧了，身体线条打不开。你需要把握那种笃定的自然美感，茶道动作的韵律，甚至你的体态都是不能马虎的。然而这种谦卑，却不能刻意，你还需要保持茶人大气的优雅。“似乎有一个钩子，勾着你的脊梁骨，你的气是提着的，但是又不能过，一寸都不能过。”

敏锐体察

间或有人问起滕婧，花了那么多时间和精力学习茶道，到底它给你的人生带来了哪些改变？滕婧说，整个学习她领悟了两种截然相反的趋向。

第一种趋向，就是尽精微。六年如一日，周周如此，月月如此，年年如此。从擦一个茶杯开始，反反复复练习。生活中似乎没有任何一个场景，是这样子去坚持一件事。有时你也会迷惑，反问自己，这六年究竟在干什么？就只是为了擦茶杯吗？但是，当你走过茶道的这前五个阶段，成为“高阶”弟子时，一切又豁然开朗了。

“你从中获得更多细锐的观察力，学习茶道，你必须把专注落实到一个点上。例如对空间里所有色彩的敏捷，所有器物的体察，配饰的审美，茶人的姿态，茶客的姿态，别人的眼神，嘴角隐隐的笑意……这些精细化明锐了你的观察力，这种专注训练了一种深刻的体悟力。”

而另一种趋向就是致广大。这种感慨油然而生。“因为你对周遭细微的体察力，进而产生一种共情，所以不再只

会看表面，可能你从别人的眼神中，看到了其背后蕴藏的情绪，你开始同情他，体谅他为何会有这样的情绪或言行。当你有了这样的体察力之后，反而内心变得开阔了，变得能包容万物。”

茶道，学到最后，它哪里是一杯茶的事呢？更是为人处世之道，上升到一个人的修为，生命中的状态。最后，直指人的精神所向。

今年，第六个年头，滕婧又有了新发现：为什么同样一壶茶，你泡的味道就跟她完全不一样，一个好喝，一个就是不好喝呢？以前，她总以为，是水温掌握得好，才会让茶泡出来的口感有差别。她将其归因于方法技巧。但是现在，滕婧发现全然不是。

多年来，总听说人的心意才是至关重要的，原来确实如此。有一日，大家所泡的茶，十分细嫩，只能用45°到60°的水来泡。稍微一过，茶色立马发黄，茶味变苦。这是多少年的经验。可是有时即使水温高了，只要带着诚意，真心希望给来宾泡一壶好茶，最终茶汤的成色和口感还是令人满意的。

十年修酒客，一世做茶人

2016年11月，滕婧来到日本，参加了她所学流派的100周年庆典。“有些艺道老师，都已经耄耋之年，被人搀扶着步履蹒跚地上台，看到这一刻时，我泪如雨下。”滕婧突然意识到，人类文明发展到今天，如果不保留和传承最宝贵的传统文化，那么一代一代地更迭，再次经历科技和物质文明的不断迈进，这样的推进又有何意义呢？你只是比古代人拥有很多现代化的生活方式吗？我们离古人的精致，其实相去甚远。如果这些传统不能被传承下来，当下的世界会非常空乏。

那天，当她看到83岁高龄的家元（流派族长）用一生的时光来传承茶道，敬佩之情油然而生，而茶道的根还是来自中国明代。“中国古老的传统文化中的精髓，它那么精致，充满了极致美感，同时它还能实现对人身心灵的塑造。”

当天家元发布了新的点茶法。他身已耄耋，却从未停止开拓和创新。他表情淡然，用筷子去夹炭火，放进炉子。他抬起手的瞬间，手不停颤抖。这时候，他刚夹到的炭，噔一下掉了！滕婧的第一反应：家元怎么可能出错呢？他出现了一个纰漏。于是，也跟着紧张起来。此刻，家元面带淡淡微笑，依然去夹炭火，最后弄了5次才成功。当家元做完仪式，放下器具，滕婧热泪夺眶而出，一下子感悟了很多：83岁的老人，其身体机能已然退化，这没什么大惊小怪，哪怕炭火掉了20次，那又如何？关键点不在这里，关键是这个老人在当下，用他生命中最宝贵的时刻安然地、诚意地为大家奉献一杯茶汤。那一刻，滕婧感知到无限的力量。茶人从内心生出的对他人的关照和顾念，这才是茶道精神的根本。●

