

<<喝茶解禅>>

图书基本信息

书名：<<喝茶解禅>>

13位ISBN编号：9787108034908

10位ISBN编号：7108034905

出版时间：2010-11

出版时间：生活·读书·新知三联书店

作者：洪启嵩

页数：176

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>

## <<喝茶解禅>>

### 前言

现代人真忙，忙着追求物欲的满足，但是物质满足了，心灵就能满足吗？

幸福的感受、单纯的喜悦、平静的心情该从哪里寻找？

《喝茶解禅》中，作者洪启嵩给了一个很简单的方法：从喝一杯茶开始。

喝一杯茶，单纯地享受它的滋味。

闻香、品尝、感受茶汤顺着喉脉缓缓进入体内，眼睛放松，嘴巴放松，耳朵放松，鼻子放松，将身心都放松了，才能喝出水的滋味、茶叶的香气，甚至可以感受到茶叶生长时的阳光、空气和土壤。

喝一杯茶，就能拥有这样的满足。

每个当下都要用这样满足的心情，去面对每一个念头，面对生活，面对自己的生命，放慢脚步，才能真正看到风景，放空心绪倾听，才能听出话语真意。

放松喝茶，因为人生无来无去，我们用心单纯地生活。

## <<喝茶解禅>>

### 内容概要

茶是生命惊喜的邀请，而人生是一场又一场美丽的茶宴。

茶既古代又未来，有灵性也有个性。

它最绝妙之处就是能跟人、水、周遭，还有茶器之间产生微妙互动。

只要有些微的元素改变，就会改变一泡茶的味道，甚至连气压改变，也会影响一泡茶的风味。

茶与人类心灵更有深刻交会，茶品与人品相应，而发展出“人品即茶品，茶品即人品”的特殊文化。

台湾禅师洪启嵩，借着生活中无所不在的茶，来为现代人提供一帖让身心灵安顿的良方；茶与禅一样，是每个人都可以尝试和实践的。

<<喝茶解禅>>

作者简介

台湾禅师洪启嵩

自幼参学各派禅法，不断推进人类普遍化的觉性运动，首倡“环保护生”及“精神环保”的观念，并于宗教界首倡器官捐赠运动，具体实践“净土人间”的理念。著述近两百部，包括《坐禅之道》、《以禅疗心》、《心经——送你一首渡河的歌》等。

近十年来

<<喝茶解禅>>

书籍目录

推荐序 心茶，无所不在的喜悦自序 茶的原心第一篇 生命惊喜的邀请 来我家喝怀茶吧第二篇  
放松喝茶，用心生活 心茶瑜伽与茶禅一味 放松的行茶仪式第三篇 欢喜的聚会 茶的曼荼罗第四  
篇 喝茶解禅 以茶修禅 泡好茶，吃茶去 茶知识 茶疗：何止于米，相期以茶 风雅品茗附录  
台湾十大名茶及其特色

## <<喝茶解禅>>

### 章节摘录

插图：“来我家坐坐，喝杯茶吧！”

”这是一句再普通不过的寒暄语，就跟我们说“今天天气不错！”

”“吃饱了吗？”

”大致相同，只不过其中更多了一层温暖的意思。

请朋友到家里来喝杯茶，是中国人的待客之道，相当于邀请对方跟自己一起度过一段轻松悠闲的时光，好好坐下来，一起分享把茶言欢的闲情雅致。

！

茶文化与现代慢活主义！

如果以西方的观点来看，东方人的喝茶文化其实就是慢活主义。

慢活是西方人对工业文明快速节奏的反思，简单来说就是主张与其快速，还不如放慢节奏，享受生活，用心感受生活中的点点滴滴，以及和别人的互动等。

东方人喝茶，道理与西方慢活的核心思想不谋而合，可说是东海有圣人焉，西海有圣人焉，其心同，其理同。

喝茶最忌急躁，而备茶的所有过程，为的就是要让人放缓速度，静下心来。

东方是茶的原乡，相对于西方人的咖啡，茶对东方人来说具有特殊的意义，它可以是个人的、私密的，也可以是众人的、分享的。

更有趣的是，茶还可以因为泡茶者当日的情绪不同，而泡出不同的滋味。

<<喝茶解禅>>

编辑推荐

《喝茶解禅》：放松喝茶，用心生活

<<喝茶解禅>>

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>