

## 《宋代點茶體驗研習》連續兩場～ 生活美學 · 禪風茶影

文◎活動部主任 汪碧容



深受歡迎的新北教師會多元研習，暑期不停歇接續登場～

在特聘〔中華茶藝獎第十二屆全國泡茶比賽總冠軍〕李素梅老師的主理帶領下～新北各校廿多位老師，三小時學習，靜心品嚐一盞自己完成的宋代點茶，加上講師特別準備的茶點搭配，真是人生很難得的幸福感♥️。

點茶，後衍生為日本之抹茶道，是東亞食茶方式之一種。講師今日課程特安排兩種體驗，讓老師們比較相同處及其不同處。

藉由宋代茶具（茶筴）擊拂白茶茶湯，產生綿密泡沫，提升茶湯的口感層次，而口感綿密、柔順、不苦澀，甚至有回甘感，是其特色。

宋代點茶課程，真的是一個很有深度的茶類體驗，因為步驟嚴謹，全程須相當專注，從溫碗、小匙舀茶末、注水多少、拂擊茶湯手法，均馬虎不得，都會影響最後的茶沫及拂擊出的茶沫細緻程度，老師們有機會認識不同形式的飲茶方式，都驚嘆不已！

隔週的第二場，一樣精采的體驗，  
一樣讓人舒心且舒壓。

點茶體驗研習課程，給老師們帶來  
另一種茶飲的生活美學，整個下午用心  
把茶禪一味生活美學精神，發揚到了極  
致，沉浸於宋代點茶的禪風茶影氛圍中。



講師說：點茶，後衍生為日本之抹茶道，但兩者還是有所不同。並且示範兩  
者差異性給老師們明瞭。

在唐代最初流行的是煮茶法，將茶碾碎，和入調料煎煮。點茶法，則流行於  
宋代，到了明代至今，改為茶葉沖泡，出湯飲用。

點茶是兩宋飲茶的主流形式，也是中國古代茶藝代表之一，老師們對於初次品嚐  
宋代點茶，都覺得很新鮮口感獨特且回甘呢♥！

PS：完成體驗後，老師們口中唸著：「連續七次加湯點茶後，真的手好酸呀……。」

