

WENYUANJIANGTAN

文源讲坛

——山西省图书馆星期日讲座 精选之三



文源丛书

山西省图书馆 编

山西出版集团
山西人民出版社

WENYUANJIANGTAN

文源讲坛

——山西省图书馆星期日讲座 精选之三



文源丛书

山西省图书馆 编

山西出版集团
山西人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

山西省图书馆星期日讲座. 精选之三/石焕发主编; 山西省图书馆编. —太原: 山西人民出版社, 2010. 9

(文源讲坛)

ISBN 978-7-203-06939-3

I. ①山… II. ①石… ②山… III. ①社会科学—文集②自然科学—文集
IV. ①Z427

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第166563号

山西省图书馆星期日讲座 精选之三

主 编: 石焕发

责任编辑: 张建英

助理编辑: 李 鑫

装帧设计: 王聚金

出 版 者: 山西出版集团·山西人民出版社

地 址: 太原市建设南路21号

邮 编: 030012

发行营销: 0351-4922220 4955996 4956039

0351-4922127(传真) 4956038(邮购)

E-mail: sxskcb@163.com 发行部

sxskcb@126.com 总编室

网 址: www.sxskcb.com

经 销 者: 山西出版集团·山西人民出版社

承 印 者: 太原红星印刷厂

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 22.25

字 数: 290千字

版 次: 2010年9月第1版

印 次: 2010年9月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-203-06939-3

定 价: 39.00元

如发现印装质量问题请与本社联系调换

前言

讲座是图书馆拓展服务功能、延伸服务领域，更大限度地满足公众对精神文化需求的一条重要途径。山西省图书馆积极利用这一平台，从2000年开始陆续创办了以“文源讲坛”为载体的系列讲座活动。截止目前，已举办讲座近千场，听众数以万计。在图书馆、读者及上级领导、社会各界的精心呵护下，讲座活动搞得有声有色，现已发展成为山西省文化界及全国图书馆界有一定影响的文化品牌。

“星期日讲座”是“文源讲坛”系列中最早成型并获好评的一个讲座形式，它创始于2000年5月，至今已走过了整整十年的时光。十年来，它以内涵丰富、受众面广、风格独特等赢得了不同年龄、不同层次读者的青睐；更有企业把讲座当成企业文化的学习基地，每到周日便集体来这里，聆听并享受讲座。

为使讲座惠及更多的人或地区，山西省图书馆千方百计为之努力。一是开办分会堂，让“星期日讲座”走进企业、学校、社区和农村；二是通过光盘、网络等形式将“星期日讲座”传送到社区图书流通站和基层图书馆；三是从2004年7月开始，山西省图书馆“星期日讲座”与山西电视台科教频道合作，在每周的“周末开讲”专题节目中播出，使“星期日讲座”通过荧屏走进了千家万户；四是及时将精彩讲座数字化处理，为全国文化共享工程提供丰富的讲座资源；五是积极实施“送出去”与“引进来”并行的战略措施，以与其他省份形成

资源优势互补，使资源达到最大程度的共享。

进入新世纪以来，许多公共图书馆为提升自身形象、拓展服务渠道、开创读者服务工作的新局面，纷纷实施品牌战略。公共图书馆的品牌战略，已经成为公共图书馆的核心业务和城市或地区的文化新亮点。文源讲坛——星期日讲座正是山西省图书馆抓住机遇、勇于创新，于世纪之初创办的一个图书馆界响亮的文化品牌。通过十年探索、十年发展，业已成为省内外学界骄子展示思想的神圣舞台，成为社会公众学习知识、陶冶情操的终身学校，成为传播科学思想、弘扬先进文化的重要阵地。

如今，“星期日讲座”已家喻户晓、深入人心，成为省城广大读者每周一次的文化盛宴，成为山西省图书馆周日的一道亮丽风景。为了让更多的读者，尤其是没有条件到馆聆听讲座的读者也能够品尝到这一道道精美的文化大餐，我们从2004年就启动了“文源讲坛——山西省图书馆星期日讲座精选”系列的编辑工作。此为2007年内容之精粹结集，即“星期日讲座”精选系列之三。

山西省图书馆

2010年3月

目 录

前言	1
方改娥	
茶道与礼仪	1
杨 力	
饮茶与健康	19
王建华	
山西古建筑的年俗情结	35
叶永烈	
我的写作人生	73
郑敬忠	
“做明白投资人”	
——避免基金投资误区	109

张元隆

管理艺术与个人魅力的有效结合 -----131

傅书华

古典诗词世界中的社会价值流程与生命价值流程 ----- 159

董 川

自然科学对人生的启示 ----- 175

降大任

布衣奇士傅山的人格魅力 ----- 189

时 新

律法六题 ----- 199

张厚余

气节雄迈铸伟辞

——傅山诗文赋管窥 ----- 231

黄东升

公关改变了什么

——企业公关管理的视角及应用价值 ----- 243

李正民

“恨人间情是何物”

——元好问《雁丘词》鉴赏 ----- 259

燕红忠

晋商的家族与行会 ----- 269

李永福

从话剧《立秋》谈晋商的诚信机制 ----- 291

王继祖

释太原 ----- 313

韩石山

中国古代闺怨诗的魅力 ----- 329

茶道与礼仪

时 间：2007 年 1 月 7 日

地 点：山西省图书馆报告厅

主 讲：方改娥



方改娥,太原理工大学文法学院副教授,中国人民大学硕士。山西一方礼仪文化传播工作室及一方礼仪网创办人、北京行智联合管理咨询有限公司首席礼仪培训师、中国悠悠网特聘礼仪专家、太原理工大学礼仪文化协会会长、山西省当代儒学研究会理事、中国国际茶文化研究会理事、山西省茶叶展评组委会特聘专家、国家职业技能茶艺师培训、考评师。专著《大学生实用礼仪》,和他人共同编著了《走近茶道》、《现代公关礼仪》等书,方改娥多年来致力于礼仪学的理论研究和教学实践,并把中国传统文化的精髓融入礼仪、花道、茶道、大学生思想品德修养等课程中,丰富了教学内容,提升了教学质量。先后有上万学生受益,被学生评为“大学生最喜欢的素质教育老师”。

近年来走出校园,投身社会,积极传播中国传统文化,在塑造女性魅力、促进家庭和谐、提高政府机关及窗口部门的服务质量、提升全民素质、构建和谐社会等方面,做了上百场专题讲座和实战训练,得到了社会各界的认可和好评。在太原理工大学校报开设“方老师讲礼仪”专栏。2006年成立以“礼仪之邦,大爱天下”为宗旨的一方礼仪文化传播工作室,在高校及全社会推广普及礼仪文化知识,以此升华人文精神素质。并承担了2008北京残奥会山西分会涉外礼仪和接待礼仪的培训工作。

今天我讲的题目是“茶论与礼仪”。主要从五个方面谈谈。

一、茶蕴涵着文化

“茶文化”的内涵包括“茶艺”和“茶道”两个方面，“茶艺”是对茶叶的色、香、味、品、饮、技艺的探原鉴别，对冲泡、品茗等技艺的研究、对茶具的鉴赏。我们在品茶的时候往往感慨地说这是好茶，或者会问到你这套茶具是从哪儿买的，实际上这是一种礼节、礼貌，是对对方的尊重。“茶道”是人们通过饮茶而体验的精神境界。“茶艺”是有形的，“茶道”是无形的，是一种感觉、是一种精神，只有讲究“茶艺”和“茶道”才能在饮茶中得到最佳的物质和精神的享受。所以我们跟茶结了缘之后你就会有两种享受：一种是物的享受，一种是精神的享受。有人说茶是“集天地之精华”，而且茶又是绿色，能跟人相融到一起，和睦相处，可以修身养性、净化人的心灵，让人的境界达到一定高度。所以现在年轻人找对象，到了准丈母娘家后，可能爱茶的人会给他一杯茶和一杯酒让他去选择，如果他端起那杯茶来，她们会说这孩子有修养，有涵养，把中国传统的东西给吸收了，将来对我女儿也会善始善终，会对她钟爱一生，就放心了。所以“茶”和“酒”相比，可能茶的魅力更大一些。但是酒的气氛挺热烈，会让我们把不想说的话说出来，这是受人喜欢的一个比较重要的原因。实际上茶文化和酒文化在中国都是渊远流长、博大精深的。茶文化如果从内涵上来说，分“广义”和“狭义”两种，广义上是指以茶为中心的物质文明和精神文明的总和；狭义上主要指精神文化的内容，也就是茶

在应用过程当中所产生的文化和社会现象。

茶文化的基本特征一个是“社会性”，老少皆宜，不分地位和级别。现在我们的生活水平解决了温饱问题之后都可以喝了，喝茶进一步走向大众、走向百姓，走进生活的各个领域、各个层次。第二是“广泛性”，雅俗共赏。文人雅士可以品茶，普通老百姓喝个大碗茶也觉得挺爽，也可以感受它的魅力所在。第三是“民族性”，各个国家在茶文化的推广上各有千秋。像印度在茶叶的出口上要比咱们中国的量大，实际上中国是一个产茶大国，但是在对外宣传、营销这一方面的措施不得力，另外重视不够，这几年的出口量大了一些，但还没法跟印度相抗衡，这是咱们以后还要继续做的工作。日本在“茶道”方面的推广力度大，他们有几千个茶道流派。在这个问题上各个国家也有各个国家的不同点，像英国人喜欢红茶，在红茶的推广、应用上也是非常广泛的，他们一天如果喝不到茶就觉得这一天活得挺没意思的。另外还有“区域性”，“千里不同风，百里不同俗”，中国地广人多，每一个民族都有它的风俗习惯、都有它的文化，所以说在茶艺方面表现出来的东西也不太一样，像白族的“三道茶”，还有藏族的“酥油茶”、维吾尔、蒙古族的“奶茶”等等，这些实际上也体现了“区域性”的差异。还有“传承性”，我们中国非常值得骄傲的就是五千年的历史，茶文化的历史也有五千年了，跟中国的历史是齐头并进的，像美国骄傲的就是他们的科技技术、他们的创新、他们的科学家有多少诺贝尔奖获得者，我们的科学技术不敢跟美国比，我们比的就是历史和文化，用自己的长处来展示自己的魅力所在，来吸引别人。所以在中国，历史的传承是我们的优势和亮点，茶道、花道、京剧、武术等等，这都是值得我们中国人骄傲的东西。

二、中国茶文化的特点

中国茶文化第一是融合了儒家“中庸和谐”的理念，在人际关系

上要实现互爱、互敬、互助的大同理想，并且以茶的清廉、高洁之精神磨炼自己的意志，所以主张以茶利礼仁、以茶表敬意、以茶雅心、以茶培养廉洁之风，并用于明伦理、倡教化。其次是融合道家“天人合一”的思想观念。大家可能看见我拿了一个盖碗茶的茶杯，清代的皇帝们爱用盖碗，这个盖碗的构成非常独特：它是由三层构成的，下面是一个托儿，中间有一个杯子，上面有一个盖，实际上从文化上来讲，就是“天、人、地”三者合一的三才杯。盖表示天，中间承载万物的是人，下面这个既承载天又承载人类的、承载自然界的是大地，所以喝盖碗茶的时候能了解其中含义，品茗时感觉就大不一样了。说到盖碗了我就说一下喝盖碗茶的礼节。男士喝盖碗要体现他的阳刚之气，要轻轻地用杯盖刮一下茶沫，用“三龙护鼎”的手法：大拇指压住盖，下边的指头顶住底子，食指扶住杯壁，把左手放下来，拿右手品。品茗时如果茶水少了不应该把头仰起来喝，应该用手腕来转动；而且喝的时候不要因为烫就吹，这是对茶艺师的不尊重，应该轻轻地拨一下、喝一小口，觉得烫就再晾一会儿。在拿茶盖的时候，女士有两种拿法：一个叫“孔雀指”，（大拇指和食指夹在一起）；另外一种，中国有一个比较典型的手法叫“兰花指”（大拇指和中指夹在一起），女性的优雅是通过我们的一举一动体现出来的。所以有人说女人走到街上是一道亮丽的风景线，男人往那儿一站就是一根顶天立地的柱子，就是高山和大河，所以我们比喻男性时往往说“高山”，是靠山，比喻女人时是“小桥流水”等等，而且用花来比喻，这个就体现出自然界当中的人也好，动物也好，植物也好，它都有自身的一个运行规律，你尊重它就是完美的，你不尊重它、违背它可能就出了问题了，所以道家的“天人合一”讲得非常好，也就是让我们融于自然，不要破坏自然，跟自然和谐相处。如果你爱护这个花，经常给它施肥、浇水、擦擦叶子，定期地让它晒晒太阳，转转方向，花会长得很好，如果我们像对待自己的小宝宝似的来对待花，它回馈我们的就是它的美丽，

还有释放出来的氧气、调节视线、解除疲劳，我们对待茶叶也要这样，茶也是自然界的一个精灵。

另外就是融合佛家的“普渡众生”，它体现的是“禅茶一味”，要人做到澄明心境、洁身自好，不要争权夺利，不要因为一点小事情面红耳赤、拳脚相加，这样不符合佛家的精神，也不符合茶的精神，所以“禅茶一味”也体现了佛和茶所倡导的精神是一致的。

茶是一个高雅的文化，如果在高雅的文化里面意识不到、注意不到一些问题，可能就会把这种文化的品位降低、把氛围给破坏掉。比如说茶艺师在表演茶艺的时候，如果茶壶嘴对着客人，这是非常不礼貌的，你传达给对方的信号就是不喜欢对方，不知道的人也就罢了，知道的人就会觉得很不舒服。我们在茶馆、酒店时希望对方给我们是从右手倒茶，左手上饭、上菜，可是往往服务员往某一个地方一站，给所有的人都倒一遍，手横过来、横过去，甚至衣服的袖子都在汤盆里游走了一遍，心里很不舒服，这样的服务是非常差劲的，但是他们在做的过程中意识不到。茶壶嘴可以对着茶艺师自己，也可以对着门的方向，这是礼貌的、合适的，你不要对着客人；给人递东西时要双手、正面，这都是我们应该做到的。比如我们拿出一筒茶来，应该左手托着茶筒、右手扶着筒壁向客人介绍，正面给对方，如果随便拿了就泡了，这显然不合适。上一次张老师讲泡茶时拿茶折取茶，为什么要拿茶折取呢？一是要看茶的数量，做到心中有数，另外它干净、卫生，也对客人尊重。如果拿手抓出一把茶来往进一泡，喜欢喝茶、又很讲究的人就觉得很恶心，就不再喝了。另外，我们要用化妆品，手上难免有一些异味，所以取茶要用木质的或者是竹质的、或者是不锈钢的器具来取茶，这样才符合礼仪规范。我们在茶馆里面也会遇到一些服务人员端着一杯茶就过来了，其实下面应该有一个茶托，让人感觉卫生，你走起来也比较稳当。这些细节有的人可能不太注意，但是有品位、有文化的人到了这些场所十分看中细节。唐朝刘贞亮写的

“饮茶十德”，既体现了茶道的一些精神，同时也把“茶礼”讲到了：

以茶散郁气；以茶驱睡气；

以茶养后气；以茶除病气；

以茶利礼仁；以茶表敬意；

以茶尝滋味；以茶养身体；

以茶可行道；以茶可养志。

茶有利于人与人之间平和的交往，也能表示对人的尊重。有一位朋友去日本，去了以后他的朋友先拿茶招待，到了另一个地方又拿茶招待，他都饿得不行了还是茶，他想这日本人不给吃饭就给喝茶。实际茶在日本招待客人是最高的礼仪，如果接待朋友或搞大的庆典活动行茶事，那就显得气氛热烈。中国在这方面也正在提升、正在发展，正在形成氛围，我们说中国的好多东西正在回归，这是值得我们欣喜的事情。孔子是“礼”的最早倡导者，行作揖礼时左手在上、右手在下，它讲究的就是一种平衡、调和、天人合一，所以中国的好多礼节跟我们的传统文化是一脉相承的，作揖礼不受时间和年龄限制，不受距离或人多少的限制，什么时候都可以行这样的礼节，但是握手得一个一个地握，而且有好多礼仪规范：男士和女士握手时女士要先伸手；上级和下级握手时要上级先伸手；长辈和晚辈握手时要长辈先伸手，如果伸错了手还不对，比如说你到别人家里去作客，主人先伸手是表示欢迎，但是告辞时如果主人又跟你伸手就有逐客之意，这个时候应该是客人先伸手表示感谢。握手受局限挺多，但是在中国的作揖礼里面没有限制，所以我们中国的礼节应该国际化、走向世界，这就需要一批人去推广。孔老先生在这一方面就给我们作出了表率，他在《论语》里面 119 次提到了“仁”字，“仁”的内涵就是“克己”和“爱人”，“克己”就是“非礼勿视、非礼勿听、非礼勿言、非礼勿动”。

三、茶道

茶道是一种以茶为媒的生活礼仪，也被认为是一种修身养性的方式，它通过沏茶、赏茶、饮茶来增进友谊、美心修德、学习礼法，是很有益的一种美仪的方式。对于茶道的理解，可以说是仁者见仁、智者见智。茶学专家庄晚芳先生说：“茶道就是一种通过饮茶的方式，对人们礼法教育、道德修养的一种仪式。”文学家林语堂先生说“有清茶一壶，随遇而安”。周作人则认为茶道就是“忙里偷闲，以苦作乐”。所以不同的人对茶有不同的理解，我们不必强求一致，每一个人都有他的人生经历和人生感悟，同样一杯茶，你从茶里得到的可能是清静，他得到的可能是享受或者看到的是人生的历程，所以人的经历、感受、文化背景等等不一样，那么他对茶道的理解也不一样。广义地说，茶道就是以茶为媒介感悟人生、体现天地人三合为一的过程。

茶道的内容比较丰富，它的文化融到一个茶室里面、一杯茶水当中，在思想上，它兼容了儒、道、神学、哲学等；在形式上，它包括插花、器具、烹饪、缝纫、音乐、歌舞、诗文、书画、建筑、雕刻等内容。中国的《红楼梦》有60处写到茶，有人说“一部红楼梦，满纸茶叶香”，《金瓶梅》更是有300多处提到了“茶”字，所以几乎成了一本茶的书，中国的文人雅士对茶的钟爱可见一斑。

对茶道还有另外一个理解，道家认为，万物生灭皆都遵循“道”的循环规律，中国茶人自唐代开始就提出了茶道的概念，把烹茶、温盏、投茶、沏泡、品饮、收杯、洁具、复归等看作是一次与大自然亲近融合的历程，是茶道精神的体现。中国的茶道繁花似锦，来体现茶艺、茶德、茶礼、茶理、茶情、茶学等，它是一种综合性的文化，核心内容是四个字：清、美、礼、敬。

“清”是指“清白、清静、廉洁”，为什么我们在泡茶时有一个“温杯烫罐”的过程呢？就是把杯子清洗一遍，茶叶放进去要有一个温

润的过程，它就是要表达“清”字所在。

还有就是“美”，指茶美、艺美、器美、境美，“茶美”就是茶叶的形状美，“艺美”是指在冲泡茶叶过程中的流程美，茶艺师表演过程的形象美。形体语言在人与人交流过程当中占的比例是70%，语言只占到30%，所以我今天特意选择了一套中式服装，想跟我们的茶文化更接近，也是对我们各位朋友的一种尊重。以前我也经常穿得很夸张，想跟时尚青年接近一些，但是茶文化要求的是典雅、要求的是静美，所以今天我在服装的选择上也下了一番功夫。“器美”就是我们在表演时用的器具的美；“境美”指品茶的环境之美。为什么有的茶艺馆我们去了一次就不想去了呢？原因是环境不美，不能让你的身心舒展、愉悦。

“礼”指品茗时的礼仪美，比如我们倒水时，像玻璃杯一定要倒七分满，“留得三分是情谊”，中国有句话叫“酒满茶平”，如果酒倒得不满是欺负人家，但是茶倒得满了有“逐客”之意。另外有“酒过三巡”，茶也要过三巡，如果我们是客人，主人给我们倒了一杯茶，我们不要喝完，要留三分之一，主人看见还剩三分之一再给续茶，续三次就可以了，就可以告辞了。在别人家作客，除非是消费的地方，你一般不要超过半个小时，像一般的交往15分钟就可以了，而且续三次茶就足够了。有的朋友不太了解，一杯一杯地喝，喝完就上厕所，上完再回来继续喝，主人感觉这个人怎么这样呢？就走不了了。你如果是在茶馆一杯接着一杯喝，他们有了经济效益，另外你的忠诚度这么高，对方也会喜欢你，但是到朋友家作客要注意。还有就是当主人倒茶的时候，接茶人要双手接，递茶人双手递过去以后有一个伸手礼，说“请喝茶”，我们接了要说一声“谢谢”。有时候茶杯放在桌子上，主人直接续茶时，中指和食指要弯曲起来轻叩桌面三下表示礼节，这有一个故事：乾隆下江南时带着随从到了一个茶艺馆，当时茶艺馆的服务员挺忙的，放了一把茶壶就走了，乾隆拿起来就给他的随从倒茶。随