

2023年茶艺心得体会 茶艺学习心得体会 (汇总5篇)

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解 and 领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

茶艺心得体会篇一

泡茶的每一个动作，每一个心态，都是与我们的生活息息相关的。只要用心去体会，便会收获很多。

茶的种类各式各样，茶树适合生长在热带或亚热带，属气候温和，雨量充沛，湿度高，光照适中，土壤肥沃的地方。中国茶叶产量很多，产地覆盖20个省区。茶叶采集后必须进行特定加工，包括揉捻、发酵、干燥等，这些步骤决定了各类茶叶在色、香、味、形的质量。由于产地品种和制作方法的的不同，各地出产了许多茶叶品种。依据制造方法和质量，大概将茶叶分为绿茶、红茶、乌龙茶、白茶、黄茶、黑茶和花茶类。

泡茶是一门技艺，品茶则是一种精神和物质的双重享受，先说泡茶。泡茶看似简单，其实大有讲究。曹雪芹在《红楼梦》中对泡茶有一段十分生动的描写：贾母、宝玉、黛玉等一行来到栊翠庵，妙玉亲手泡茶待客，她为贾母用旧年积存的雨水泡了“老君眉”，盛在五彩小盖盅里；而对宝玉、黛玉、宝钗更是另眼相待。泡茶用的水竟是“五年前收的梅花上的雪，装入瓮中埋入地下，今夏才开的”。茶具则全是古代的珍玩，其讲究的程度真是令人大开眼界。茶叶，是确保冲泡好茶的物质基础。不同的茶叶具有不同的滋味和功效，因此每人可根据自身的喜好与具体情况，选择适当的茶叶。茶叶的用量与用

水要有一定的比例，否则冲泡出来的茶汤过浓过淡都不相宜。水，是茶叶滋味和内含有益成分的载体。茶的色、香、味和各种营养保健物质，都要溶于水后，才能供人享用。清人在《梅花草堂笔谈》中说：‘茶情必发于水，八分之茶，遇十分之水，茶亦十分；八分之水，遇十分之茶，茶只八分耳。’因此好茶必须配以好水。茶具，能保持茶叶的香与味，衬托出茶叶的色与形，而且其本身往往还有艺术欣赏价值，因此是泡茶时不容忽视的一个环节。尤其是用茶待客时，就更必须精心挑选茶具，以体现对客人的热情和尊重。茶具的种类很多、特点各异，常用的有瓷器茶具、紫砂茶具、玻璃茶具等。瓷器茶具具有白瓷和青瓷等品种，它不吸水，传热、保温性适中，白瓷茶具还能准确地反映出茶汤的色泽，其外观常绘有各种色彩的图案和纹饰。无论是白瓷还是青瓷，都极有观赏价值。紫砂茶具质地致密坚硬，但有一定的透气性，因此能保持茶的本色，夏天也不易变质，紫砂茶具传热缓慢，既不会烫手，又利于保温；尤其是造型千姿百态，艺术价值极高，近年来成了茶人和收藏者的新宠。玻璃茶具价廉、透明，用来冲泡银针、碧螺春等名优茶，茶叶经浸泡后，在水中舒展、翻滚的情景，可一览无遗，极具观赏性。

说品茶。“品”字包含品评、鉴赏、仔细体验茶给人带来的精神和物质享受的意思。唐人写的“七碗茶诗”说：“一碗喉吻润，二碗破孤闷，三碗搜枯肠，惟有文字五千卷。四碗发轻汗，平生不平事，尽向毛孔散。五碗壮骨轻，六碗通仙灵。七碗吃不得也，唯觉两眼习习清风生。蓬莱山，在何处？玉川子乘此清风欲归去。”对饮茶的体验可以说达到极致。除了第一碗是生理体验外，其余的均是心理感受，七碗茶喝过，他已经飘飘欲仙了。

品茶大致包括闻香、辨形、观色、品味四个环节。

闻香分为干嗅、热嗅和冷嗅。即先嗅干茶，干茶有的清香，有的甜香，有的焦香，应在冲泡前进行。热嗅是冲泡后嗅茶汤的香气，花茶除了茶香外，还有不同的天然花香。冷嗅则

在茶场冷却后进行，这时可以嗅到原来被芳香物掩盖着的其他气味。

辨形是观察茶叶在冲泡后的形状变化，茶经水浸泡。逐渐恢复了鲜叶的原始形状，一些原料细嫩的名优茶，芽叶在茶汤中亭亭玉立，婀娜多姿，有的茶冲泡后，芽叶在杯中沉浮起降，上下翻滚，煞是好看。

观色主要是欣赏茶汤的颜色。茶汤随着茶叶内含物质的渗出，会不断改变颜色，常是由浅入深；不同的茶类又会形成不同的颜色。有的黄绿，有的橙黄，有的浅红，有的暗红等等。同一种茶叶，由于使用不同的茶具和冲泡用水，茶汤也会出现色泽上的差异。宋代贵白茶，使用黑色茶盏，以衬托茶色，这种因茶择具的做法，也推动了茶具生产和制作工艺的发展。

品味是通过舌的味觉器官来感受茶的美妙趣味。不同的茶类有不同的滋味，如有的浓烈，有的清和，有的鲜爽，有的醇厚，都会给人带来不同的感受。

总而言之，我想说的是，茶道学习让我可以相信美丽，创造自信，感悟生活，感恩生命。

茶艺心得体会篇二

叶品评技法和艺术操作手段的鉴赏以及品茗美好环境的领略等整个品茶过程的美好意境，其过程体现形式和精神的相互统一，是饮茶活动过程中形成的文化现象。它起源久远，历史悠久，文化底蕴深厚，与宗教结缘。茶艺包括：选茗、择水、烹茶技术、茶具艺术、环境的选择创造等一系列内容。茶艺背景是衬托主题思想的重要手段，它渲染茶性清纯、幽雅、质朴的气质，增强艺术感染力。

不同的风格的茶艺有不同的背景要求，只有选对了背景才能更好地领会茶的滋味。

茶道，烹茶饮茶的艺术。是一种以茶为媒的生活礼仪，也被认为是修身养性的一种方式，它通过沏茶、赏茶、闻茶、饮茶、增进友谊，美心修德，学习礼法，是很有益的一种和美仪式。喝茶能静心、静神，有助于陶冶情操、去除杂念，这与提倡“清静、恬澹”的东方哲学思想很合拍，也符合佛道儒的“内省修行”思想。茶道精神是茶文化的核心，是茶文化的灵魂。

茶分六种：红茶、绿茶、黑茶、黄茶、青茶(乌龙茶)和白茶。

茶道，通过品茶活动来表现一定的礼节、人品、意境、美学观点和精神思想的一种饮茶艺术。它是茶艺与精神的结合，并通过茶艺表现精神。兴于中国唐代，盛于宋、明代，衰于清代。中国茶道的主要内容讲究五境之美，即茶叶、茶水、火候、茶具、环境，同时配以情绪等条件，以求“味”和“心”的最高享受。被称为美学宗教，以和、敬、清、寂为基本精神的日本茶道，则是承唐宋遗风。

这学期的茶艺茶道课程向我们具体介绍了绿茶、红茶、黄茶、白茶、乌龙茶、黑茶、花茶的知识，重点学习了绿茶、乌龙茶、花茶的泡制技巧和方法。因为在我的生活里多以矿泉水和饮料，很少用到茶(尤其是乌龙茶和花茶)，而且以往我泡茶也只是凭自己的感觉来冲泡，也存在着很多认识上的错误，没能泡出一杯好茶的精髓。

而通过这一学期茶艺茶道课程学习，很好的帮助我弥补了这一点不足，使我对茶、对茶艺有了新的认知和体会。

现就我个人的茶艺心得总结如下

一、绿茶绿茶，是茶艺课程开始后所接触学习的第一种茶。没学习之前，还真的不知道自己以前泡的那些个绿茶都是一种浪费，简直就是茶叶兑开水。我最欣赏绿茶的纯与淳，绿色的芽叶干净清爽、柔淳的茶水清香宁神，能让人卸下一身

疲乏，舒缓身心，有种回归自然之感。

二、乌龙茶乌龙茶是我从未接触过的茶类，相较于绿茶和花茶来说，于我是最最陌生的一类。而在乌龙茶的实训中，我担任的是主泡。因为乌龙茶的泡制比较繁琐，使我经常忘记一些步骤，所以它是令我印象最深的一类茶。

最后我发现，它是最能锻炼人的心境的一类茶。因为无论时间多么的有限，它还是得按照步骤一步步来，既不能增也绝不可减。就像我们的生活，生活里无论你遇到多少困难，无论困难如何大、如何难以解决，无论所剩时间有多紧迫。事情还是得一件件来，问题还是得一个个解决。所以，浮躁的心难以泡出一杯好的乌龙茶。

我觉得乌龙茶的茶盘就是一个缩小的人生，而我们练就的何尝又不是一个张弛有度的人生。

三、花茶“芳香四溢、倍感温馨”是我对花茶最直观的印象。当桌前摆起花茶茶具，无论是清洁茶具、投茶冲泡还是提杯品茗，自始至终都有那么一种如春天般的温暖围绕在心头，让人能有种春日的盎然，无论心情、精神都顿觉美好。由于课程条件有限，在具体泡制时仍旧以绿茶茶叶代替，无法真正体会到花茶那甘甜的茶味儿、融暖的芳香，但我觉得在泡制时，只要我们心中怀以花茶，意入心，心入茶，杯中处处有甘甜，周身处处有花香。花茶的泡制让我学会了感知，感知生命勃发的力量，感知生活里那些温暖的美好。

综上所述，这学期茶艺茶道课的学习让我有了不小的收获——泡茶，最贵乎“心”。当然我也深知茶艺并非仅靠一学期的学习就能练就的，所以在今后的生活中，我会继续的练习。同时，希望每一个泡茶人，无论何时何地，都能以自己的心入茶，泡茶一杯属于自己的好茶。

我常常喝茶，但只是把它当做饮料而已。虽然有时会仔细品

味一番，略能感觉不同茶汤之间的些许差异，但终因对茶了解甚少而不得要领。因此，也不存在真正意义上的品茶，茶道就更不必说了。在听了罗蒙老师的讲座之后，我学到了很多，也激发了我对茶文化的兴趣。

对于品茶，分为三种境界。最初级的为识茶，即认识茶，是与“制茶”、“泡茶”相对应的名称。识茶除了用眼识，还要用口尝、用鼻嗅、用触感。而这些对茶的认识除了用于市场上的买卖之外，重要的还在于享用，所以“识茶”尚包括了“评茶”、“赏茶”的内容在里面。第二个境界为茶艺。茶艺包括：选茗、择水、烹茶技术、茶具艺术、环境的选择创造等一系列内容。茶艺背景是衬托主题思想的重要手段，它渲染茶性清纯、幽雅、质朴的气质，增强艺术感染力。最高的境界乃茶道。茶道是在茶事活动中融入哲理、伦理、道德，通过品茗来修身养性、品味人生，达到精神上的享受。茶道是一种烹茶饮茶的生活艺术，一种以茶为媒的生活礼仪，一种以茶修身的生活方式。它通过沏茶、赏茶、闻茶、饮茶，来增进友谊，美心修德，学习礼法，是很有益的一种和美仪式。喝茶能静心、静神，有助于陶冶情操、去除杂念，这与提倡“清静、恬澹”的东方哲学思想很合拍，也符合佛道儒的“内省修行”思想。在烹茶品茗的过程中，老师特别提醒要心静(禅静)。老师还引用老子的话“人法地，地法天，天法道，道法自然”一语中的地道出了茶道修身养性之作用。

通过饮茶使人能够得到一种精神的享受和愉悦，从而完成个性品德修养，在刹那间体会到廉、美、和、敬之真谛和永久，正所谓“道由心悟”当然意境很重要，有一个很好的意境，再加上人们用心灵去体悟茶道的玄妙感受，正好比是：“月印千江水，千江月不同。”有的“浮光跃金”，有的“静影沉璧”；有的“江清月近人”，有的“水浅鱼读月”；有的“月穿江底水无痕”；有的“江云有影月含羞”；有的“冷月无声蛙自语”；有的“清江明月露禅心”。有的“疏枝横斜水清浅，暗香浮动月黄昏”，有的则“雨暗苍江晚来晴，白云明月露全真”。月只一轮，映像各异。茶道如月，人心如

江，各个茶人由于个人的经历和所处的环境不同，从而在心中对茶道自有不同的感悟，但有一点值得肯定，那就是返璞归真，和诚处世，敬爱为人，珍爱人生。

第一次听茶道的讲座，不仅了解了很多关于茶道的知识，而且还喝到了老师亲自泡的珍贵的茶，也很有幸得到老板的赠茶。茶，不仅需要懂，更需要品，需要体悟。在以后的生活中，我想我肯定会不断地了解茶，学会做一个懂茶、会喝茶的人，并以茶道悟人道。

茶的发现大约在公元前2737—2697年，其历史可推到三皇五帝。东汉华佗《食经》中：“苦茶久食，益意思”。记录了茶的医学价值。西汉已将茶的产地县命名为“茶陵”，即湖南的茶陵。到三国魏代《广雅》中已最早记载了饼茶的制法和饮用：荆巴间采叶作饼，叶老者饼成，以米膏出之。茶以物质形式出现而渗透至其他人文科学而形成茶文化。在晋代、南北朝时期，随着文人饮茶之兴起，有关茶的诗词歌赋日渐问世，茶已经脱离作为一般形态的饮食走入文化圈，起着一定的精神、社会作用。在唐代茶文化便形成了。780年陆羽著《茶经》，是唐代茶文化形成的标志。其概括了茶的自然和人文科学双重内容，探讨了饮茶艺术，把儒、道、佛三教融入饮茶中，首创中国茶道精神。以后又出现大量茶书、茶诗，有《茶述》、《煎茶水记》、《采茶记》、《十六汤品》等。宋代茶业已有很大发展，推动了茶叶文化的发展，在文人中出现了专业品茶社团有官员组成的“汤社”、佛教徒的“干人社”等。宋太祖赵匡胤是位嗜茶之士，在宫廷中设立茶事机关，宫廷用茶已分等级。茶仪已成礼制，赐茶已成皇帝笼络大臣、眷怀亲族的重要手段，还赐给国外使节。至于下层社会，茶文化更是生机勃勃，有人迁徙，邻里要“献茶”、有客来，要敬“元宝茶”，订婚时要：“下茶”结婚时要“定茶”，同房时要“合茶”。民间斗茶风起，带来了采制烹点的一系列变化。在明清时期，茶文化得到了普及。此时已出现蒸青、炒青、烘青等各茶类，茶的饮用已改成“撮泡法”，明代不少文人雅士留有传世之作，如唐伯虎的《烹茶画卷》、《品茶图》、文徵

明的《惠山茶会记》、《陆羽烹茶图》《品茶图》等。茶类的增多，泡茶的技艺有别，茶具的款式、质地、花纹千姿百态。到清朝茶叶出口已成一种正式行业，茶书、茶事、茶诗不计其数。

新中国成立后，我国茶叶从1949年产的7500吨发展到1998年的60余万吨。茶物质财富的大量增加为我国茶文化的发展提供了坚实的基础。在1959年，全国名茶评比会中评选出了‘中国十大名茶’，包括西湖龙井，洞庭碧螺春，黄山毛峰，庐山云雾茶，六安瓜片，君山银针，信阳毛尖，武夷岩茶，安溪铁观音，祁门红茶。1982年，在杭州成立了第一个以弘扬茶文化为宗旨的社会团体——“茶人之家”，1983年湖北成立“陆羽茶文化研究会”，1990年“中华人联谊会”在北京成立，1993年“中国国际茶文化研究会”在杭州成立，1991年中国茶叶博物馆在杭西湖乡正式开放。1998年中国国际和平茶文化交流馆建成。随着茶文化的兴起，各地茶艺馆越办越多。国际茶文化研讨会已开到第五届，吸引了日、韩、美、斯及港台地区纷纷参加。各省各市及主产茶县纷纷举办“茶叶节”，如福建武夷山的岩茶节、云南的普洱茶节，浙江新昌，泰顺、湖北英山、河南信阳的茶叶节不胜枚举。都以茶为载体，促进全面的经济贸易发展。

中国茶道

心。中国的茶道有悠远的历史渊源，茶道最早起源于中国。中国人至少在唐或唐以前，就在世界上首先将茶饮作为一种修身养性之道，唐朝《封氏闻见记》中就有这样的记载：，茶道大行，王公朝士无不饮者。‘这是现存文献中对茶道的最早记载，当时社会上茶宴是一种很流行的社交活动。在唐宋年间，人们对饮茶的环境、礼节、操作方式等饮茶仪程都很讲究，有了一些约定俗称的规矩和仪式，茶宴已有宫庭茶宴、寺院茶宴、文人茶宴之分。宋代开创了「斗茶」，「斗茶」最早是以游艺的形式出现在文人雅士之间。在南宋末期日本南浦昭明禅师来到我国浙江省余杭县的经山寺求学取经，学

习了该寺院的茶宴仪程，首次将中国的茶道引进日本，成为中国茶道在日本的最早传播者。吴觉农先生认为：茶道是，把茶视为珍贵、高尚的饮料，因茶是一种精神上的享受，是一种艺术，或是一种修身养手段。‘庄晚芳先生认为：茶道是一种通过饮茶的方式，对人民进行礼法教育、道德修养的一种仪式。庄晚芳先生还归纳出中国茶道的基本精神为：‘廉、美、和、敬’他解释说：‘廉俭育德、美真廉乐、合诚处世、敬爱为人。’陈香白先生认为：中国茶道包含茶艺、茶德、茶礼、茶理、茶情、茶学说、茶道引导七种义理，中国茶道精神的核心是和。中国茶道就是通过茶是过程，引导个体在美的享受过程中走向完成品格修养以实现全人类和谐安乐之道。茶艺：讲究环境、气氛、音乐、冲泡技巧及人际关系等。茶道：在茶事活动中融入哲理、伦理、道德，通过品茗来修身养性、品味人生，达到精神上的享受。

茶道礼仪最基本的是奉茶之道，也就是客户来访马上奉茶。奉茶前应先请教客人的喜好，如有点心招待，应先将点心端出，再奉茶，俗话说：酒满茶半。奉茶时应注意：茶不要太满，以七分满为宜。水温不宜太烫，以免客人不小心被烫伤。同时有两位以上的访客时，端出的茶色要均匀，并要配合茶盘端出，左手捧着茶盘底部右手扶着茶盘的边缘。上茶时应从客人的右方奉上，面带微笑，眼睛注视对方并说：‘这是您的茶，请慢用！’奉茶时应依职位的高低顺序先端给职位高的客人，再依职位高低端给自己公司的同仁。

茶文化的作用

5. 促进开放，推进国际文化交流。国际茶文化的频繁交流，使茶文化跨越国界，广交天下成为人类文明的精神财富。

一直以来，我都很喜欢喝茶，只是对茶文化不是特别了解，所以在公选课的时候我选择了《茶文化》这一课，我很庆幸自己选择了这门课，虽然课程不多，却学会了不少茶文化的知识。

中国是茶的故乡。茶叶在我们中国按原料和采摘季节可以分为春茶、夏茶、秋茶和冬茶；按加工度可以分为初加工茶、精加工茶、在加工茶及深加工茶等；按加工时茶叶是否经过酶性氧化以及酶性氧化程度可以分为绿茶、黄茶、黑茶、白茶、乌龙茶(青茶)、红茶。不同类型的茶叶的加工方式又不尽相同。如我们最熟悉的绿茶，是经过先让鲜叶处理，水分散失，叶色由翠绿变暗绿，叶质变软，叶片体积变小等物理性状。然后是杀青，在经过揉捏干燥等工序。而红茶的加工却是在绿茶加工的基础上插入了发酵工序。黄茶、黑茶等的加工程序也是同种有异，异中有同。

学习《茶文化》这门课程，让我学到的不仅仅是茶，还有礼。老师课前课后那真诚的鞠躬礼、坐姿、站姿等深深的影响了我，这礼仿佛弥合了老师和学生之间的鸿沟，表面了我们不是单方面的传授知识，而是在做思想上的交流。老师的这份恭敬之心，使我学会了恭敬和谦卑。在此，我深深的感谢我的老师，能作为您的其中一名学生，能和您做思想上的交流，我倍感荣幸！

这门课真真切切地改变了我，让我学会了很多为人处世的道理，使我在人生的道路上能够走的更加灿烂！

茶艺心得体会篇三

这学期的茶艺茶道课程向我们具体介绍了绿茶、红茶、黄茶、白茶、乌龙茶、黑茶、花茶的知识，重点学习了绿茶、乌龙茶、花茶的泡制技巧和方法。因为在我的生活里多以矿泉水和饮料，很少用到茶（尤其是乌龙茶和花茶），而且以往我泡茶也只是凭自己的感觉来冲泡，也存在着很多认识上的错误，没能泡出一杯好茶的精髓。而通过这一学期茶艺茶道课程学习，很好的帮助我弥补了这一点缺乏，使我对茶、对茶艺有了新的认知和体会。现就我个人的茶艺心得如下：

绿茶，是茶艺课程开始后所接触学习的第一种茶。没学习之

前，还真的不知道自己以前泡的那些个绿茶都是一种浪费，简直就是茶叶兑开水。我最欣赏绿茶的纯与淳，绿色的芽叶干净清爽、柔淳的茶水清香宁神，能让人卸下一身疲乏，舒缓身心，有种回归自然之感。

乌龙茶是我从未接触过的茶类，相较于绿茶和花茶来说，于我是最最陌生的一类。而在乌龙茶的实训中，我担任的是主泡。因为乌龙茶的泡制比拟繁琐，使我经常忘记一些步骤，所以它是令我印象最深的一类茶。

最后我发现，它是最能锻炼人的心境的一类茶。因为无论时间多么的有限，它还是得按照步骤一步步来，既不能增也绝不可减。就像我们的生活，生活里无论你遇到多少困难，无论困难如何大、如何难以解决，无论所剩时间有多紧迫。事情还是得一件件来，问题还是得一个个解决。所以，急躁的心难以泡出一杯好的乌龙茶。我觉得乌龙茶的茶盘就是一个缩小的人生，而我们练就的何尝又不是一个张弛有度的人生。

茶艺心得体会篇四

学茶艺之前，我并未接触过太多关于茶相关的知识，仅仅认为泡茶是很麻烦的一件事情。但经过这十几天的专业学习，我从中感悟到：当一个人的心由原来的急躁变为平静时，便可以看到生活中的很多美，这是一个人品质的升华。泡茶时的每一个动作，每一次心境，都会影响到我们的生活，让我们受益匪浅。茶艺并不只是单纯的泡茶、品茶如此简单。“酒满敬人，茶满欺人。”倒茶七分满是茶道的根本常识，同时也是寓意我们做人要学会保存和谦虚，做人做事，保存一份接纳别人对你批评和建议的空间，这会让我们时刻拥有一颗包容的心，也能让人感受到我们平和、与人为善的态度。

例如日本茶道有四个境界：清、和、敬、寂。“清”指的是泡茶的环境清静、幽雅，各种茶具的干净、整洁，会让人觉得舒服；“和”指的是泡茶和品茶的人都心平气和，气氛也和谐

融洽；“敬”主要表现在对别人的尊敬，对茶具的尊敬；“寂”是茶道里最高的境界，它表达的是一个人泡茶的心境淡定、沉着，是否可以抵住清寂。人就像茶一样，越泡越有味道，越泡越出其精华，耐人寻味。做人也应当像茶一样，当还没有被摘采的时候，要经得起风吹雨打；当被摘采下来之后，还需修剪加工；当被人品尝的时候，要经得起评价和回味。茶的一生如同人的一生，经过荆棘与曲折的考验才能到达人生的顶峰，才能把最浓郁的清香散发出来。

成长是一种蜕变，茶艺的学习过程对我而言就是个蜕变的过程。除了享受茶水带来的甘甜之外，还有待人接物淡定而平静的心境。茶道虽然在日本盛行，但却是源自于中国，这让我从中领悟到中国艺术的伟大和精致。茶艺的学习过程中，我不只感悟了人生，也有历史和艺术的崇拜、尊敬和热爱。茶业有限的茶艺培训课程让我发现美丽，创造自信，感悟生活，感恩生命。无论将来是否从事茶艺师的工作，我都会永远热爱茶，热爱茶文化。我要用我之所学，倡导更多的人来喝茶，让更多的人来爱茶。

茶艺心得体会篇五

从小到大一直在喝茶，却都是基于简单的生理需求，就像饿了就要吃饭。冷了就要添衣一样，虽然对于茶道一直心向往之，对茶道更丰富的内涵我却基本没有了解，这学期的茶道课为我提供了一个很好的机会。由于报名的人太多，我没有机会亲身实践，但是现场观摩也让我有了很多的体会。

在上课开始时，老师为我们讲解了许多关于茶的知识，包括茶的由来。分布。种类。文化内涵以及和医学。植物学等学科的紧密联系等，丰富了我们对于茶的认识。老师还亲自示范泡了一壶茶，并让同学们也尝试了一下，最后让我们一起品他们泡的茶，让我们体会会有什么区别。我们发现老师泡的茶无论是色泽还是香味都要更加浓郁，续水后茶的味道也没有减少多少，而同学们泡的茶在色泽和香气上也要差很多。老

师告诉我们，茶道与养生一样，强调眼耳鼻舌身的协调，泡茶就像为人处世，不能太过急躁，茶叶也是有灵气的，在加水的时候不能直接加到茶叶上，而应该沿着杯壁加进去，让茶叶在水里翻滚。发散，只有这样才能让茶叶充分“激活”，而同学们往往倒水的时候比较急躁，直接倒到茶叶上把茶叶内部的细胞都给破坏了。老师把为人处世的道理通过茶道向我们阐述，同学们都受到了触动，明白了泡茶同时也是一个修身养性的过程，而接下来的亲身实践更让同学们深刻的领悟到这个道理。泡茶时需要跪坐。净手。小心动手，这些都强调泡茶时一丝不苟的态度。在现在这个快速的网络社会，每天接受数不尽的信息，受到各种事物的干扰，我们已经很难完全静下心来认真做一件事情，而茶道就可以为我们提供一个很好的机会。抛开网络，放下手机，和老师。同学一起坐好，互相注视，顿时就有了浓浓的人情味，传统的交往方式仿佛一下子又回到了我们身边。插花。焚香。鼻吸口呼，排除一切的杂念，身心也回复到空灵的状态，让我们可以好好体会茶道的深刻内涵。茶者，饮也；茶道者，饮食处世之道也。为人处世的道理就体现在茶道的每一个细节当中。传递点火器时点火口朝向自己，爱护也；奉茶时放低身子，谦逊也。正襟危坐，一丝不苟，本来就体现着对客人。对朋友的尊重，在看到对方喝到自己亲手泡制的茶时，心情一下好了很多。赠人玫瑰，手有余香；奉人香茶，心留温暖。人与人的距离在奉茶的过程中一下子就拉近了。泡茶的过程不仅是一个修身养性的过程，也是加深情谊的过程，茶道与中国传统文化中的热情。谦逊。友爱完美的结合在了一起，也许这就是几千年来茶道源远流长的秘密之所在吧。上课的时间很短，只有不到两个小时，而我们学到的东西却很多。心神不定时，泡上一壶好茶，品茶思人，感受情谊的温暖。