



邱秀琴

泡茶悟出的人生

退休教師邱秀琴每星期都到學校帶學生泡一壺茶，她教的不只是茶道，還有更多關於待人處事的道理。

一杯用熱水泡的茶看起來沒什麼大不了，很多人都曾經品嚐過。但少有人發現，即使是同一杯茶，只要心情不同、對茶的態度或知識不一樣，喝起來的滋味也大不相同。很少人了解，從喝茶的體驗中，還能夠探索宇宙般大道理，這就是所謂的「茶道」，也是退休老師邱秀琴致力推廣的傳統中華文化。

在真正進入茶道課之前，邱秀琴會要求學生把帶來的東西放在門外，跟學生說：「行也包袱，做也包袱，放下包袱就會很幸福。」並且要求學生洗手，藉著有形的水來象徵洗滌心靈的意義。完成這些儀式，目的是要告訴學生，先把心安住在當下，放下煩惱，才算做好體會茶道的準備。

樂觀的邱秀琴還會鼓勵學生們要多微笑。「我們大家都是笑咪咪的笑長。」講完這句話時，學生們也都笑了。學生進門時，她還會微笑

說：「笑長請進。」親自用言語和行動讓學生感受微笑的好處。

耕種自己的心田

茶道體驗前，她會讓學生知道，接下來的時間

不只是喝茶，而是藉著品茶耕種自己的心田。邱秀琴說：「我們每個人都是自耕農，自己的心田無法由別人幫你耕，而且耕者有其田。」

邱秀琴雖然是茶道老師，但是自己仍在進修茶道，二十幾年來持續修身養性，耕種自己的心田。

茶道課裡，還需要十分鐘的靜坐。也許有人認為，品嘗茶水前的手續太過繁瑣，不過邱秀琴說：「茶道就是從茶水汲取法水。因為安靜才有辦法定下來，學習寧靜最美。」學生們在安定之後，能夠體會的

道理也更加深入。

泡茶時，邱秀琴將茶壺的壺頂和壺底比喻成天和地，讓學生從中學習敬天愛地。拿取茶壺時，其實也就是拿「福」，因壺和福的諧音相似，她從中轉換語音意義的一點小樂趣中，改變學生對茶壺的看法。

「飲水思源」的道理也很適合用在茶道上，喝茶前，邱秀琴會請學生們想想，「茶葉其實是大地的精華，品嘗茶的味道，正是飲用上天的恩賜。」注入茶水和茶葉後，邱秀琴會從中跟學生分享道理。當滾燙的熱水注入茶葉時，才能夠從中得取茶葉的精華，就像人必須接受歷練才會成長，而得到的成果正如清香的茶味。邱秀琴說：「覺悟的『覺』下面是個『見』，『悟』的旁邊是個『心』，就是看見自己的心。」

每個星期二早上，邱秀琴都會到西門國小帶著學生體驗茶道之美。



學生們藉由倒茶、分茶的動作，逐漸體悟出等待、禪定和平等的道理。課程結束後，這些正值青春期的孩子們都感受到自己更加平靜、安定，想法也跟著洗滌乾淨。

樂做自己喜歡的事

這正是邱秀琴一直強調「做中學」。她不只教茶道，更多的是關於待人處事的道理。上完課後，邱秀琴還會出作業，要學生回家為自己的長輩奉茶、幫忙做家事，慰勞辛苦的父母。

篤信佛教的邱秀琴，不僅將茶道與慈濟精神結合，有時也會分享靜思語，或是其他哲理故事。看見學生吵架，邱秀琴不會對著學生生氣或者處罰他們，而是要其他同學們



一起唱歌，像是以捕魚歌的方式唱著：「人若氣我我不氣，不氣不氣絕不氣，我若生氣中他計，氣出病來沒人替。」通常大家唱完歌後，吵架的學生們也都氣消了，愉快的曲調早已讓人忘記生氣的感受。

此外，邱秀琴也將她的愛心分享到中國大陸。四川大地震之後，她曾到四川的學校幫忙，用團康活動安定學生們的心。學過手語的邱老師，經常藉著手語教學拉近和學生的距離。

已經退休的邱秀琴仍然奉獻教育，繼續從事自己最愛的教學活動。推廣茶道文化是邱秀琴的興趣，也是她退休後的志業，雖然每星期都得犧牲自己的時間到校當志工，教學生體驗茶道，對邱秀琴來說：「能夠做自己喜歡的事，真的很快樂。」

（文 黃美華）❤

你泡過茶嗎？

泡茶的過程會讓你聯想到什麼？