

茶樹禮仁：

茶道中的仁、約、和、敬

九龍真光中學

尹婉芬老師

# 〈陋室銘〉 作者: 劉禹錫

山不在高，有仙則名；

水不在深，有龍則靈。

斯是陋室，惟吾德馨。

雖然這是簡陋的居室，只要我有高尚的品德，就能使居室芳香四溢，聲名遠播。



優質教育基金 推廣中華文化  
體驗課程：書法(中一)、**茶藝**(中二)、圍棋(中三)

書香墨韻  
妙筆生花

廉美和敬  
清茶養德

博弈方寸  
智慧人生

# 「禮行天下」文化傳承計劃

獲邀成為夥伴學校，  
推行「禮行真光」計劃。

**榮獲「禮文化卓越教師」獎**

# 分享內容概要：

---

- 1、禮的核心價值
- 2、茶藝 X 禮行真光
- 3、課後延伸學習
- 4、經驗總結與分享

# 1、禮的核心價值

# 何謂「禮」？

- 「禮」是**按照道德倫理要求制定的行為規範**，是人倫精神的外化表現。
- 認識禮的核心價值，才能深入理解禮的文化底蘊與價值。

仁

約

和

敬

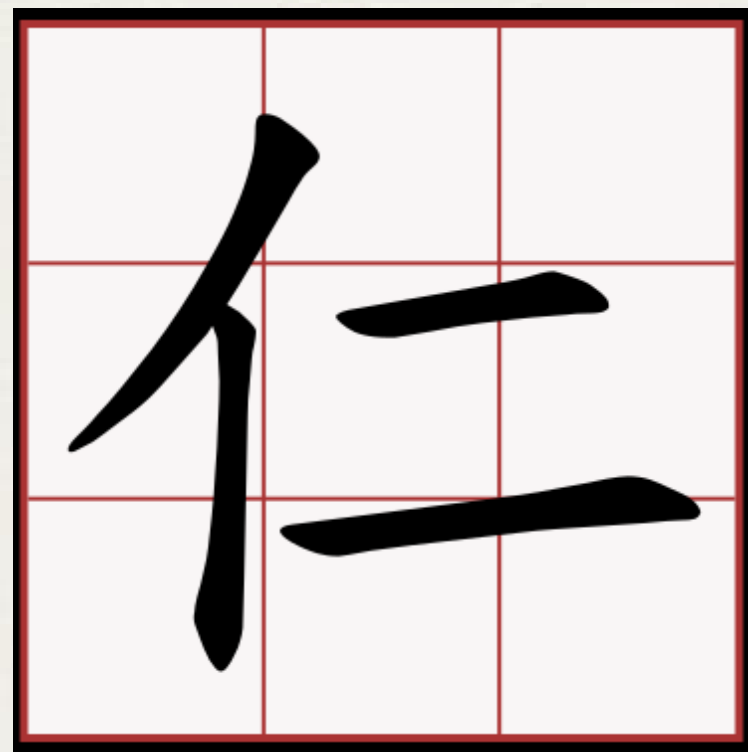
# 「仁」是對人的關心、愛護

「仁者，愛人。」

《論語·顏淵》

「人而不仁，如禮何？」

《論語·八佾第三》



# 「約」是自我的節制使合於禮數

「克己復禮為仁。」

「非禮勿視，非禮勿聽，  
非禮勿言，非禮勿動。」

《論語·顏淵》

「君子博學於文，  
約之以禮。」

《論語·雍也》



約

# 「和」是待人處事能和諧共融

「喜怒哀樂之未發，謂之中；  
發而皆中節，謂之和。」

《中庸》

「禮之用，和為貴。」

《論語·學而》

A large, bold, black calligraphic character '和' (Harmony) is centered within a red grid. The grid consists of three vertical columns and three horizontal rows. The character is written in a traditional style, with a long vertical stroke on the left and a shorter vertical stroke on the right, connected by horizontal strokes at the top and bottom.

# 「敬」是對人、對文化、對天地的尊重

「禮者，敬而已矣」 《孝經》

「人有禮，能自己謙讓以尊敬他人。所以能尊敬父母，尊敬師長，尊敬聖賢豪傑，尊敬一切對人類文化有貢獻的人；以至尊敬一切我以外之人，我以前之古人，我以後之後生，來者。……人之禮，極于尊敬一切人倫世界人文世界中之人。」 《與青年談中國文化》



## 2、茶藝與禮

# 德馨茶藝

- 生活化的題材
- 領悟「精行儉德」、「廉美和敬」的茶道精神，
- 從而涵養「仁、約、和、敬」的德性，
- 實踐「禮」的美德，並體驗中華文化之可貴。
- 內化而外顯，成為守禮重義的君子

# 茶道精神：精行儉德，廉美和敬

- 精進修行
- 廉儉養德
- 去慾存真
- 美善懷仁
- 平和恭敬

# 仁：茶香解困，苦後餘甘

- 茶人泡茶奉客時，講究茶葉的醇度、水質和水溫，
- 務使茶友得享一杯不燙咀又甘香暖  
和的清茶。
- 「**美善懷仁**」，愛在其中了。
- 學生大可活學活用，日常泡茶**孝親、  
敬長、會友**，豈不暖在心頭呢？

# 約：茶庭清靜，身心端正

- 茶道講求「廉儉養德，去慾存真」
- 從茶人心境之明淨，至茶室之清靜，故須去除雜念，纖塵不染，以能在泡茶奉客時，舉止合度，儀態從容，見節約自律之功。
- 學生借助茶藝「約我以禮」，在日常生活中亦表裏如一，大方得體。

# 和：茶味甘醇，怡情悅性

- 無論是茶人或是茶友，在泡茶、賞茶和品茶的过程中都必須「**心平氣和**」
- **人與人和**；
- **人與物** (茶葉、茶水、茶具)**和**；
- 在**和諧**的氣氛中，才可以享受個中的情趣。學生藉此更真切體會「**以和為貴**」的道理。

# 佛山茶園採茶、炒茶

學生在茶藝活動之中，當能深刻體驗「敬」的意義正是通過禮，  
表達對人、對文化、對天地的尊重。

# 敬：茶湯共賞，謙恭禮讓

- 好茶來之不易，從採茶、製茶至泡茶，不離精心細作，故此茶人、茶友都懷著珍惜感恩之情，這是「**敬茶**」(尊重天地 / 大自然)；
- 主客互動，講求恭謹謙讓，**珍惜共處共樂的時光**，這是「**敬人**」；
- 不論對方出身國籍，茶桌之上，行禮如儀，主客平等，互相尊重，這是「**敬文化**」。

本年度新增 宋代點茶

2024年 參加  
第一屆茶和天下 香港青少年茶文化大使比賽

最佳表演獎

# 中華文化藝術節

其他活動：家長教師會 家長茶藝體驗

# 資訊日 接待小學家長與小學學生

# 健康日、可持續發展活動

# 聯校茶聚互研共賞：烏龍茶探究

# 中華文化周

涼茶、養生花茶、廿四味、五花茶.....

書香茶韻 午間閱讀分享

小學部三年級 中華文化課

# 4、總結與分享

# 經驗總結

- 不恥下問，與專業人士同行
- 善用現有資源 (家長、校友、老師...)
- 結合校情 (資訊日、校慶、家長教師會.....)
- 靈活變通
- 愉快!

以茶會友

多謝各位!