

# 茶人如蕙： 想让更多人体验宋代点茶的乐趣

本报记者 舒翼 图片 高岷

## 职场名片

在非遗宋代点茶首批传承师、全国青少儿茶艺高级培训师、常州市茶艺大赛优秀指导老师、2022年上海进博会茶人等10多个头衔里，赵唯佳最看重的是非遗宋代点茶首批传承师。她把点茶作为专精的方向，想让更多人能够深入其中，体验别有韵味的惬意生活和让传统文化落地的智慧。

## 职场故事

赵唯佳，字如蕙，大家都尊称她为如蕙老师，了易文化主理人。她的“了易茶寮”开在运河五号旁边，成为茶友们聚会的好去处。8月15日上午，炎热依旧，趁着店里空闲，她在自己丈夫的陪伴与儿子的古琴伴奏下，研习起了宋代点茶技艺。“前段时间，刘亦菲主演的《梦华录》爆火，就是说的北宋时风物与生活，片中还有点茶的特写镜头。这也让我深入钻研点茶不同流派技法，重新思考点茶在当代社会传承及传播的意义及方式。”

## 对茶的痴迷， 促使她去学了宋代点茶

“80后”的如蕙是个土生土长的常州人，做生意结识很多朋友。她经常会与朋友们聊天喝茶，越喝对茶越感兴趣，开始自学与茶相关的各类知识，再去考级各种技能。朋友也会拿自己的茶来，请她分辨好坏，请她推荐哪种茶好。

从10多年前开始，如蕙就迷上了茶，开始四处拜师学习，跑去无锡、浙江等地，与当地的茶师交流。结果发现茶也有不同流派，各有不同的饮茶表达方式和内涵，越交流疑问越多，得知有台湾或日本的知名茶人来内地交流，专程前往，她还专门去找禅师请教，获得了很多教益和感悟。

2020年，她拜镇江非遗宋代点茶传承人宋联可为师，作为入门弟子系统学习点茶道。“师父对我们的要求很严格，用汤瓶往茶盏里注水，对水线的粗细、倒出的时间都有要求；茶勺舀茶粉，练习目测精确毫克；每天都进行点茶打卡和评比，同门之间互相切磋点茶及茶百戏技法……师父的细致要求，使我技艺有成，成了师父的首批七名出师弟子之一。”



如蕙（左三）在上海进博会上进行点茶表演

## 点茶与学霸的故事， 她每次上课都会讲

回到常州后，作为有师门传承有资质的点茶师，如蕙正式把点茶作为自己的职业和事业，以茶载道，想让更多人体会到点茶和茶的魅力。如今每逢夏令营，她都会在开营时，和学生们分享发生在去年的一件小事“点茶与学霸”的故事。

“去年6月，就在中考前几天，一位好友来了易喝茶时，提到了自己的苦恼。”原来朋友的女儿小琳即将参加中考，可平时学习成绩总在前几名的小琳突然变得不愿意去学校了，任凭家长和老师怎么劝说都没用，且拒绝多说话，就想送她来如蕙这里，帮着开导一下。

小琳来的那天，如蕙正在上点茶课，就请小琳坐下平静地听课。在品茗时，如蕙以茶为媒介，寻找恰当时机，与孩子交流起来，问她茶是什么味道，小琳回答先苦后甜，小琳也敞开心扉：因为是尖子生，她对自己有很高要求，结果面临中考时因为自我加压过大，整晚睡不着。体验了点茶课后，她觉得非常放松，可以真实表达对茶的感受，而不是只有标准答案。心中阴云散去，说到后来小琳都流泪了，压力完全释放了出来。茶喝完了，小琳回去了。

中考过后，朋友说小琳考得非常好，作文《方寸之间天地大》就是写的一盏清茶品无尽人生，讲了茶对自己成长的启发和感悟，甚至还能复写出来送给如蕙。现在每次开班讲完这个故事后，和孩子们展开对传统文化的交流，都能激发他们学习点茶的兴趣和文化自信。



如蕙正在给孩子们讲述点茶那些事儿



如蕙（中央站立者）在进行点茶技艺培训



如蕙用点茶技艺创作的茶汤画

## 教导学生从来倾囊相授， 人品如茶才能做好自己

如蕙说现在常州的茶艺师数量无法统计，她自己就是专门做宋代点茶及茶艺师教学培训的，多年来每次开班几十人，其中一半人学会后就成了她的同行。都说同行相轻，如蕙坦言确实有过这种感觉，有些同行会把她当成竞争对手，她的回应方式是以诚相待、将心比心。“上课时全部传授，让大家看到我的真诚，是真的想弘扬宋代点茶和茶道文化。”此外，她还会对学生从业提供专业的建议和指导。

“我从来只关注自己在专业领域的深入扎根，不会在乎外界的看法与评判，保持内心不动，像茶一般应时而生、随缘而品，无论以何种饮茶方式都不减本滋味。”如蕙说，正是凭着这种心性，很多外省同行前来进行茶艺教学交流。这让她发现当今的茶艺市场，同质化的内容太多，从业人员的入门门槛低，竞争压力大，而她因为深入传统文化，才能在点茶及茶文化的在外形式被他人Copy走之后，依然能有自己的吸引力。

如蕙在给孩子们讲授点茶时，除了手把手地指导，还会引导孩子们拓展思维，把茶看成吸收中华传统文化的一个载体。“比如最早发现和利用茶的人是谁？第一个写茶经的人？再引导他们知道中国有哪些文化经典。”她会教孩子们以茶为师，从鲜叶被采下，经过炒制越来越紧，磨成茶粉，加水点茶，变成了全新的文化形态，是人们的雅性之一，从而让孩子们知道外界的规章与压力，和自身特点相互促进互相影响就能拓宽生命的价值。“很多家长和我交流，说孩子们很喜欢上我的茶课，经常讲茶如何是老师，观察仔细，也变得愿意与外界接触，说起话来含有一定的哲理，有的孩子因此要家长买《道德经》回来读，很有古时哲人的风范。”

需要多少茶粉，目测后一舀即得。



如蕙在研习点茶技法

## 授课点开到了四面八方， 有丈夫儿子相伴其乐无穷

如蕙说，就在8月15日前后，宋联可老师带着青少年学生们参加第四届韩国仁川青少年国际交流活动时，表演了茶道节目《清歌清茶》，首次在国际舞台专业展示宋代点茶。她作为师姐，则是早在2022年就被请进了上海进博会，利用宋代点茶技艺，创作了多个茶汤画（在用点茶技艺调好的茶汤上，注水或作画，点成各种精美图案），吸引了众多与会人士的围观和关注。

如蕙介绍，除了“了易茶寮”的茶空间，她还在武进湖塘、新北区和天宁区焦溪镇、西太湖，包括外省都有授课点。从2020年以来，已经培训了茶师数百人。而她的家庭因为受她的影响，同修传统文化，常一家三口坐在一起边喝茶边聊天，她的儿子因为兴趣，不但向母亲学习了宋代点茶并拜家师，考到了三级少儿茶艺师证，而且爱好古琴和中医，现在更是成了母亲的好搭档，只要有空，都会在点茶课开始前抚琴几曲。丈夫则热衷于研究与茶有关的紫砂及玉石沉香。

暑期的最后两周，如蕙的课程已经排满了。“能让更多人喜欢上茶及宋代点茶，重新认识优秀传统文化，我的人生价值就是最美好的。”为了这个实现这个目标，如蕙一直在践行茶之道。