

## 校工会举办茶艺品鉴活动第一场

为了舒缓教职工的心理压力，调节教职工的生活情绪、生活方式和人际圈，达到修身养心的目的。4月27日下午，校工会邀请到重庆国际茶文化研究会副会长李敏在生命科学研究院317学术交流厅开展了第一场茶艺品鉴活动。



活动开始李老师首先询问在座的教职工是否有喝茶的习惯，然后又问：“有谁知道常用的茶礼有哪些？”待教职工答完，李老师才开始讲解每种茶礼的基本内容和手势，其中包括伸掌礼、鞠躬礼、奉茶礼、坐姿、站姿和叩首礼等。讲到茶具的时候李老师先放出图片让大家看图猜名，然后结合老师们桌上的茶具进入问答环节，现场氛围一下变得轻松起来。



到了泡茶环节的实际操作阶段，李老师悉心指导大家先后冲泡品鉴了蒙顶甘露、白牡丹、古树红茶和通天香等四种茶叶。

一边动手泡出好喝的茶，一边品尝每种茶不同的茶味，或涩或鲜或酸或生，从清新的香到浓郁的香每种茶叶都展现出其独特的气质，教职工们直呼喝的全身舒展好不自在。了解到教职工们平时都局限在办公室内，觉得喝茶很是繁琐奢侈，李老师还教大家了一些办公室喝茶妙招，其中最重要的一点是独乐乐不如众乐乐，培养身边的茶友才能将喝茶融入日常工作生活中去。

活动最后李老师为大家答疑解惑分别讲了茶叶的分类方式，常见茶的保存方法及注意事项。不知不觉中活动已经超时，教职工们还意犹未尽期待着下次再来探讨喝茶的知识。通过这次活动教职工们认识到了喝茶不只是品味道更要识茶趣、闻茶香，心境到了，意境也就到了。