

散文佳作:

# 人生如茶

——读《日日是好日》有感



●郝迪

翻开《日日是好日》，就宛如品尝一杯清茶，沁人心脾，又回味无穷。作者森下典子用平静恬淡的语言，将自己学习茶道25年来的种种体会娓娓道来，其中深意让我心潮起伏，久久不能平静。书中提到习茶中的诸多感悟，与正在学习书法的我产生共鸣，因为无论是学习茶道还是书法，都是借助技艺之道追求身与心的成长。

表面上看，这本书分享的是茶道学习历程，但其实更多讲述了作者从中得出的人生感悟。正如书中前言所说：“在学习茶道之前，我有如置身玻璃瓶中，所见的世界很小，而随着学习的深入，我渐渐跳脱玻璃瓶的桎梏，不断出现重要的时刻，在时光的流逝中开悟，实现自我的成长。”书中看似写的是茶道，却远远不止于茶道。

老师在茶课之初告诉森下典子，学习茶道要先放下，做到从零开始。这和蔡邕在《笔

论》中所说的“书者，散也，欲书先散怀抱”有着异曲同工之妙，都是说在学习前，要抛掉所有的杂念和包袱，轻装上阵，方能让自己如一张白纸般有无限可能；反之，如果自视太高，或有所期待，会如背负重物般难以前行。

关于练习，森下典子认为“不要思考，听手的感觉行事。”要做到手上有感觉就必须多练习，并在练习中形成习惯，做到“熟能生巧”。就如我在临帖过程中，常常感觉多练习几遍之后，笔画稳定性提高了，字形结构也改善了，最后写的往往写得最好。反复多次，手上慢慢有了感觉，在无意识的状态下能够自然写出好字。

我们常常因为短期内看不到明显的效果，觉得困惑、沮丧或者开始自我否定，就像我在书法学习中会因某个字反复临摹多次也不满意而烦躁焦虑。森下典子为我们解开了心结。她在学习茶道十多年的时候，也变得

没有自信，甚至决心放弃茶道。她用自己的经历告诉我们，这个时候“只要专心眼前的事，集中精力于‘当下’，心平气和，享受当下所从事的事情，度过学习的“瓶颈”，到一个特定的时刻，一定会有所领悟，达到“通会”。

人生也是如此。生活中我们总为昨天的决定而懊恼，为明天的未知而担忧。这本书教会我们，与其被过去与未来困扰，不如完全满足于当下，专注当下这一时刻，好好过日子，自由自在地活着。无论是春夏秋冬，无论是挫折还是苦难，享受其中，发现乐趣，尽情玩味。这让我忽然想起曾经看过的一段话：幸福不是拼命爬到山顶，也不是山下漫无目的游逛；幸福是向山顶攀登过程中的种种经历和感受。

“日日是好日”——是先苦后甘的品茶之道，是人生的“生存之道”，也是我读此书所领略的幸福之道。

## 石景山区“十三五”提升全民科学素质行动科普答题

1. 灯泡里的灯丝为什么用钨作材料？
  - A. 钨的熔点高
  - B. 钨丝看起来更漂亮
  - C. 钨的硬度大
  - D. 钨的密度大
2. 摩擦力的大小与下列哪种因素有关？
  - A. 物体的颜色
  - B. 物体表面的光滑程度
  - C. 物体的亮度
  - D. 物体的视觉美观度
3. 冬天树干上刷的白色液体是？
  - A. 豆浆汁
  - B. 糨糊
  - C. 石灰水
  - D. 牛奶
4. 下列飞行器其原理与孔明灯相近的是？
  - A. 热气球
  - B. 飞机
  - C. 导弹
  - D. 火箭
5. 我们通常所说的“干冰”是指固态的？
  - A. 一氧化碳
  - B. 二氧化碳
  - C. 氧气
  - D. 氮气

答题者可以通过扫描二维码，关注“科协微科普”微信公众号，并回复“期数(如9/1)+姓名+答案+手机号”至公众号进行参与。如果你答对，就有机会参加抽奖，赢取科学奖励。上期答案(11/14):1.B 2.B 3.C 4.A 5.B



亲爱的读者朋友们：  
副刊现征集优秀的散文、书评、诗歌、照片。稿件一经采用，即付相应稿酬！欢迎大家踊跃投稿！  
副刊投稿邮箱：  
fukan0926@126.com



## 流光溢彩

贾云龙



AMAYU HOME SHOPPING CENTER

### 置家、装修不用急

## 爱玛裕一站全办齐



**打造京西综合商业航母**

咨询热线: 88785688 88785578

地址: 石景山区双峪路35号(阜石路西尽头双峪环岛东300米路北) 乘车路线: 370、929、931、981、992、运通101、快速公交4路侯庄子站。