

引投茶、提壶、注水、出汤，一气呵成，除了器物发出的轻微碰撞声，动作流畅、和缓。在莲语学堂的高茶课上，佟彤老师正在为大家上一节以生普为主题的普洱茶课，学员们不管在外经历怎样的生活拼杀，这一刻，浮躁的心沉静下来。

与茶结缘感知一片树叶的力量

春日的午后有些犯困，采访由一场两人茶会开始。

“学茶、爱茶的人最终只有两条路，一条岩茶，一条普洱。”佟彤走上了岩茶路，但普洱她也爱，茶人虽有偏爱但不能偏颇。“这是2017年革登大树生普，树龄超过300年，但茶商会告诉你这是古树茶，能卖更高的价钱，我在课堂上会弱化概念，让大家去品味茶本身，好喝的就是好茶。”生普较之熟普更有劲儿，就像佟彤总爱提到的一个词——力量。



茶杯里的人生力量

记莲语学堂高茶课讲师佟彤



茶是有力量的，解了她多年的“病症”。第一份工作做了三年后，她开始对生活迷茫。“我那时候不知道未来什么样，想过什么样的生活。”像大多数人一样，她的生活患了“重感冒”，用她的话说是“纠结和拧巴”，一拧巴一纠结就是几年。“成年人的生活，谁没有点心事，无处排解的时候到处想办法。”直到有一天，她遇上了茶，被一片树叶迷住。“那时候真的是一下子就迷上了，上课总爱问问题，也不知道那些问题都是哪儿来的。”关于大红袍，当时她的困扰是武夷山九龙窠的六棵母树是怎么回事？到底什么味道？在同学眼中，佟彤有点过于“较真儿”，老师讲到一个问题时，她总能刨根问底把课堂的节奏带偏。

就凭这股深挖的劲儿，她开始“寻茶问路”的生活，一学就是两年。从最开始在莲语学堂的中高级课，到跟随著名茶人王琼老师学习，最后她独自一个人走进杭州、福建、云南和南京等地的茶山，亲身参与采茶、制茶。抛下北京的生活，2017年她跟各地的树叶打交道，了解了茶的品种、产地、制作工艺、种植方式。更重要的是，她懂得了如何与经历过水和火双重考验的茶进行交流。“就拿生普来说，从采摘、萎凋、杀青、揉捻、干燥、蒸揉成型，一片小树叶经历这么多过程，脱胎换骨成为茶，不就像人生嘛！”在她看来，泡好每一泡茶才不辜负。

品味茶懂得生活的智慧

茶是有生命的，给了她生活的方向。这几年学茶的经历让她懂得愤怒、纠结、痛苦这些负面情绪是因为“不平衡”造成的。“你看我们的茶席布置，主泡器放中间，公道杯、水洗、品杯错落摆放，是因为平衡，你看着很舒服。”生活里的那些不平衡，也许一泡茶就能解决，当你专注于眼前的茶汤，你要和它对话，你尊重它、关注它，它自然能回馈你最好的滋味。

在课堂上，学生问的最多的是“老师，投茶量多少，出汤时间要多久茶才好喝？”在茶农眼里，看茶做茶是大智慧，根据采下来的鲜叶情况来做，才能做出好茶。在佟彤眼里，看茶泡茶也是大道。“其实无非三点，投茶量、水温、出汤时间。”采访的时候，每当提起水壶，她会即刻止语、微低头，专注在茶汤上，仿佛万物都静止，只有眼前的一泡茶。她始终提及王琼老师的话，泡茶要注重“观止行”，观想当下、止语止念、用太极仪轨的方式出汤。“日日行茶、技艺在手、能量在心，每天给自己一泡茶的时间，坦诚地对待自己，关照内心，专注泡茶，那是不是烦恼没了，茶艺也练习了。”

聊得越久越觉得佟彤像极了她最爱的岩茶，醇厚、馥郁并且滋味丰富。在采访中得知，每周有固定的三天她留给自己充电学习，从大兴到国贸坐80分钟地铁去学英语。她说，近些年越发觉得自己渴望知识，一片树叶能有那么大的能量，历经水与火蜕变成茶，人也是需要汲取更多的知识，丰富自己的内心。

文/记者 南娟娟

盘点日常灭火神器



食盐

食盐的主要成分是氯化钠，在高温火源下，会迅速分解为氢氧化钠，通过化学作用，抑制燃烧。



锅盖

当锅里的食物因温度过高着火时，首先应关掉气源，然后迅速盖上锅盖，使火熄灭。

如果没有锅盖，可将切好的菜倒入锅内，或用灭火毯覆盖，同样可以灭火。



沙土

当室内发生初起火灾，没有灭火器，且用水灭火危险性较大的情况下，可用沙土覆盖，使火窒息。

根据物质燃烧原理，破坏燃烧必须具备的基本条件（可燃物、助燃物、火源），在没有灭火器等专业灭火设备的情况下，就地取材，利用身边一切可利用的物品。

来源：北京消防



湿布、灭火毯

如果家中起火，初起火势不大，这时可以用湿毛巾、湿围裙、湿抹布等，直接将火苗盖住，将火“闷死”。



家用灭火器

火灾发生初期，若家中有灭火器，并能熟练地操作它，就可以避免“星星之火”的燎原之势，实现快速有效地灭火。

这里需要注意的是，不同类型的灭火器，适用范围不同，常用灭火器有干粉灭火器、二氧化碳灭火器及泡沫灭火器。

干粉灭火器：可扑灭一般火灾，适用于扑救石油及其产品，一氧化碳、氢气、甲烷等可燃气体，汽油、煤油等易燃液体，电器设备初起火灾。

二氧化碳灭火器：适用于扑救600伏以下的带电电器、贵重设备、图书资料、仪器仪表等场所的初起火灾，以及一般的液体火灾，但不适用于扑救轻金属，如铝、镁、钠等火灾。

泡沫灭火器：适用于扑救液体及可燃固体燃烧的火灾，如石油制品、油脂等火灾，也适用于固体有机物质燃烧的火灾，如木材、棉织品等物质的火灾。

它的安放地点应是干燥通风且随手可拿到的地方，要定期检查，看是否过期或压力不足。

来源/北京消防 整理/张阿慧