

一盏清茶洗凡尘：从陈赞一的茶诗看见自己的影子

史秀杰

史秀杰：诗人、作家、文艺评论家。

昨天晚上失眠，躺在床上刷手机到凌晨三点。突然想起书桌上那本《陈赞一茶诗》，就起来泡了壶茶，随便翻了翻。

没想到一下子就被击中了。

“朋友，当你寂寞的时候，请不要再喝酒了，改喝茶吧！”

这话说得太扎心了。谁没有过那种想用酒精麻痹自己的夜晚呢？可酒醒之后，该面对的还是要面对，该孤独的依然孤独。

茶不一样。茶是温柔的，一口一口慢慢喝下去，让人在苦涩中品出甘甜，在平静中找到力量。

说到陈赞一的茶诗，不得不提一下中国的茶文化背景。从神农尝百草开始算起，茶在中国已经有几千年历史了。但是吧，很多人一提到茶文化，就搞得特别高深莫测，什么茶道啊、茶艺啊，弄得普通人都不敢碰。

其实茶就是茶，平民化的茶才是真茶。

陈赞一的茶诗好就正好在这里——他没有故意装高深，而是用最朴实的语言，说出了喝茶人的心里话。

比如这首：

“儿时随父上茶楼，一盅普洱记心头，如今细品陈茶味，老父笑声茶中留。”

看到这里我眼眶都湿了。谁没有过这样的回忆呢？小时候被大人带着去茶楼，觉得茶苦得要命，现在长大了，再喝到同样的茶，想起的却是已经不在身边的人。

茶里有时间的味道，更有情感的重量。

有人说陈赞一的茶诗太简单了，没有古典诗词的深度。我不这么认为。

你看卢仝的《七碗茶歌》：“一碗喉吻润，二碗破孤闷。”这确实是经典，但说实话，现在有几个人能真正体会到“七碗吃不得也，唯觉两腋习习清风生”的境界？

时代不同了，我们需要的是能触动当下人心的文字。

陈赞一有首诗特别有意思：

“茶本无禅也不禅，只因茶僧爱弄禅，闭目细味心茶味，那管茶佛或茶仙。”

这话说得太实在了！现在市面上多少茶商打着“禅茶一味”的旗号卖高价茶？多少茶艺师故弄玄虚，把简单的泡茶说得天花乱坠？

茶就是茶，好喝就行，哪来那么多玄学？

我特别喜欢他的这种态度——既尊重传统，又不迷信权威。这才是现代人应有的文化态度。

前几天和朋友聊天，她说工作压力大，每天焦虑得不行。我就想起陈赞一的另一首诗：

“独坐茶树下，天地是我家，大石是茶桌，美景是好茶。”

多好的心境啊！不需要名贵的茶具，不需要完美的环境，有一颗平静的心，哪里都可以是茶席。

现代人的问题就是想得太多，要求太多。一定要用紫砂壶，一定要用山泉水，一定要按标准流程，搞得喝个茶比上班还累。

放松一点吧，茶最大的功效就是让人放松。

说到这里，我想起自己刚开始喝茶的经历。那时候也是跟风买了一堆装备，学了一堆理论，结果越喝越紧张，生怕哪个步骤做错了。

后来有一次加班到很晚，办公室就剩我一个人，随便抓了把茶叶扔杯子里，用饮水机的热水一冲就喝。那一刻突然明白了——

原来茶最本质的作用，就是陪伴。

陈赞一在诗中写道：

“我心是茶心，茶心是我心，一心是两心，两心是一心。”

这种人茶合一的境界，不是靠技巧达到的，是靠真心感受到的。

他的茶诗还有一个特点，就是特别生活化。没有那些云山雾罩的意象，全是身边的小事小情。

“流水声滴进心湖，林中鸟唱出心声，看着天空的白云随意舒卷，我又再呷一口好茶。”

这就是普通人能感受到的美好啊！不需要去什么名山大川，在自家阳台上，听听楼下的车声，看看天上的云彩，喝口茶，就是诗和远方。

现在很多人动不动就说“生活需要仪式感”。

一个人能静下心来慢慢喝一杯茶，这本身就是最高级的仪式感。

陈赞一的茶诗集看似简单，实际上承载了很深的文化思考。他既继承了中国古典诗词的精神内核，又用现代人能理解的方式表达出来。这不容易。

在快节奏的现代生活中，我们太需要这样的文字了。不是要你放弃一切去深山隐居，而是在忙碌的间隙，给自己一点喘息的空间。

“秋风吹起帘外鸟，一盏清茶送黄昏，那管窗外天色暗，半碗茶汤洗凡尘。”

“半碗茶汤洗凡尘”——这句话我要截图保存。

每天被各种信息轰炸，被各种焦虑包围，真的需要这样一碗茶汤来清洗心灵。不是逃避，而是重新出发前的整理和准备。

有朋友问我，为什么现在的年轻人也开始喝茶了？以前不都是老头老太太的专利吗？

我觉得是因为大家都累了。咖啡虽然提神，但喝多了心慌；奶茶虽然甜腻，但喝完更空虚。只有茶，能给人一种踏实的感觉。

而且现在的茶文化也在变化，不再是那种高高在上的样子。像陈赞一这样的诗人，用他们的作品告诉我们：

喝茶可以很简单，很纯粹，很真实。

他有首诗这样写：

“深山藏老树，老树长新芽，新芽伴岁月，岁月酿陈茶。”

这不就是人生的写照吗？我们都是那棵老树上的新芽，在岁月中慢慢成熟，最终酿成有故事的陈茶。

每个人都有自己的苦涩，也都有自己的甘甜。关键是要学会品味，学会接受，学会在平凡中发现不平凡。

现在回想起昨晚的失眠，突然觉得也没那么糟糕。至少在那个安静的夜里，我遇到了这些温暖的诗句，让我重新思考了自己与茶、与生活的关系。

也许这就是诗歌的力量——在你以为走投无路的时候，给你一点光。

陈赞一的茶诗集不厚，读起来也不费劲，但每一首都像一颗种子，在你心里慢慢发芽。等某个相似的时刻到来，你会突然想起某句话，然后会心一笑。

“且把夕阳停下，我想留住黄昏。”

多么简单的愿望，多么真实的情感。谁不想让美好的时光慢一点再慢一点呢？

茶凉了可以重新加热，但时光走了就真的走了。所以更要珍惜当下的每一口茶，每一个黄昏，每一次感动。

在这个快得让人喘不过气的时代，能够慢下来品茶读诗，已经是一种奢侈。但这种奢侈，每个人都值得拥有。

不需要太多理由，就是想给自己一点温柔。

陈赞一用他的茶诗告诉我们：生活可以很诗意，不需要很复杂。一盏清茶，一颗平常心，足够洗去一天的疲惫和烦躁。

这就够了。