

§ 入夢練氣



夜深水息，童子入夢。
山川之靈未散，瀑聲猶在耳。
光自心生，氣自息轉；天地在呼吸間啟開一線玄門。
彼方之師，名曰廣成子，崆峒之仙也。
非以丹砂授訣，唯以氣息相印。
自此，童心得道之初，夢為門，氣為橋，
萬象將由此一息而生。

夜色靜得連露水墜落都能聽見。

小畢達哥拉斯蜷在稻草床上，窗外的蟋蟀鳴聲與遠方的浪拍岸音交錯，像兩種世界的呼吸。

他又夢見了那道瀑布。

霧氣升起，洞窟重現。

水聲不再轟鳴，而是變得柔緩，如無數細絲在空中交織。

洞裡的光比白日更明，像從石縫中透出的星芒。

盤坐於石上的老人仍在，鬚眉如雪。

那盞油燈的火苗不動，似被水氣護著。

「你來了。」聲音從水光中傳來，既遙遠又親近。

小畢怔住：「您是誰？」

老人微微一笑，眼神清澈得像初融的冰。

「吾名廣成子，崆峒之人。非神，非幻，只是天地之氣所化。」

他抬手一指，水珠凝空成形，化為一道透明的光柱。

「汝日間所見之圓，實乃氣之運。氣者，天地之息；息者，心之門。若欲知內裡之光，須先識汝氣。」

小畢聽得一知半解，卻被那語調吸入，彷彿水流倒轉，正流過自己的胸膛。

「試隨我調息。」

廣成子閉目，胸口起伏極緩。洞中水聲也漸漸與他的呼吸同節。

小畢依樣閉上眼。

起初氣急，心亂如潮；但當他專注於水聲，呼吸慢慢延長。

胸中一股清涼之氣湧起，自喉入腹，沿脊背緩緩而上。

廣成子開口：

「氣有三歸，下歸丹田以固根，中歸心府以寧神，上歸泥丸以明識。

汝年尚稚，只須守其心。心靜，則氣自定。」

那聲音一進耳，小畢彷彿聽見了自己體內的海浪。

氣流在身中轉圈，如陀螺之旋。

忽然，洞中所有的水珠同時震動，化作無數銀點。老人伸手輕抹，那些光點竟在空中構成一個緩緩旋轉的圓軸。

「汝心之軸也。若軸正，氣行而不滯；若軸偏，氣亂而心散。此法名曰，守軸。」

小畢凝視那光輪，覺胸口那股氣與之共振。

那瞬間，他彷彿看見天地在自己體內呼吸：

風自左肩入，水自右脅出，兩氣交會於臍下，化為一圈光。

廣成子道：

「練氣非為長生，乃為識己。氣者無形，唯心能見。勿強求，勿遺忘。朝吸暮吐，日久自通。」

他說罷，伸指在空中畫出一道符線，那線如水銀，落入小畢眉心。

「此氣印，可護汝心。當恐懼、憂悲之時，閉目思此息，汝將聞吾聲。」

洞中風起，水霧化鶴，振翅而上。

廣成子衣袂翻飛，笑道：

「他日汝見星河動息，當記今夜之氣。氣不滅，形不壞，萬物一旋也。」

語畢，整個洞窟忽然化為光。

光旋成圓，圓散成風。風過之處，只餘瀑布聲，卻已與他的心跳同拍。

小畢在夢中長久聽著那聲音，直到天色轉白。

他醒來時，窗外的橄欖葉仍在滴露。胸口溫熱，呼吸清長。

他盤膝坐起，照夢中所學緩緩吐納。

氣從鼻入，從喉降，抵於腹間，化為一股柔光。

母親推門進來，看見他盤坐在床上，笑說：

「怎麼這麼早醒？」

小畢睜開眼，眼神比昨日更亮：「我在聽氣。」

「聽什麼？」

「天地的氣，它也在呼吸。」

母親愣了片刻，摸摸他的頭髮：

「你這孩子，越來越像你父親。」

小畢只是微笑，未再多言。

之後的清晨，他常獨自到溪邊靜坐。

他不再只是聽水聲，而是聽那水中之息，聽自己胸口的圓軸緩轉。

那是廣成子留下的氣印，也是一顆靜靜旋轉的星。

後記：

1. 黃帝問道於廣成子，廣成子曰：「汝治身，守靜無觀；能無知無欲，氣將自歸。」
2. 廣成子，崆峒山之仙，修無為之氣，明天地之息，傳以心守氣之法。