



盧三佑道長著迷不已的虛鈴樂譜

天籟尺八 開啟修道之路

盧三佑 / 臺大醫院復健醫學部住院醫師
正一嗣漢張天師府奏職受錄道士

我是在 2021 年陽明大學參訪天師府的活動中第一次認識天師，印象很深刻，在苗栗仙山採竹後，天師率領眾道長演奏「虛鈴」，微風輕拂竹林，伴著尺八悠遠的樂音與鳥鳴，霎時自然中的聲音全都和諧地化為一體，當下我體悟到「道法自然」不只是一種哲學思想，更是一種能夠實踐與親近的生活方式。也在那天，有幸能夠借到一支七星落地的尺八，自此開始了我的修道之路。

學習尺八跟其他樂器非常不同，學習的第一年不開洞，只吹基音跟泛音，很多身邊的人聽到都覺得不可思議，紛紛表示如此單調的事，怎麼可能練這麼久？我一開始也是當作練基本功，想說咬個牙撐過就是，但是隨著一日日的練習，我發現自己漸漸「上癮」了，尺八就像一面鏡子，當吹奏的

本質不再是為了樂曲，「自我」更容易被映照出來。在吹奏時，往往越是心急越吹不出聲，通常越是



進行尺八「通竹」工序

放鬆，什麼都不想，反而吹得越好，在調整聲音的同時，也在調整自己當下的狀態。現在，吹尺八已經成為我跟自己對話的一種方式，就像是每天問自己「你好嗎？」，生活中遇到煩心的事，吹個幾分鐘馬上就心情舒暢，非常奇妙。



道教最吸引我的地方在於對健康的追求與實踐，俗話說「十道九醫」，歷史上許多著名的醫者都是道士，要修仙自然要有健康的身體，經過漫長歲月的積累，無數先人完善的養生功夫，著實令人嚮往。這些修練是由



吹尺八成為內心的一種溝通

內而外，其核心目標是讓自己更健康，先把自己安頓好了，再去安頓別人。道教長久以來承受了許多社會上的非議，聽到我要奏職，許多親人也都紛紛勸阻，覺得好好的一個醫師為什麼要去當道士？不過對我來說，這兩個身分非但不互斥，反而能夠相輔相成。回首過往，圓融一致（Coherence）的概念對我來說極為重要，我過往學習的是西方醫學與科學的系統，然而，在台灣這塊土

地上，我們的文化與生活仍根植於東方的傳統上，我們面前彷彿有一座雄偉的古蹟，我們可以選擇將其夷為平地，建造全新的大樓，也可以在舊有的基礎上，融合當代的詮釋，賦予其全新的生命。

奏職授籙以來，心境上有許多變化與沉澱，如人飲水冷暖自知。至今回想起幾天密集的訓練與科儀，仍然覺得十分不可思議，不太知道確切發生了什麼？但是又覺得自己的

內在有了些不同，就像是被一道曙光照亮了心底（事後發現，真的有被一道光籠罩，只是當時全然不知），最有趣的是，這樣的改變是如此地隱微，卻也如此地深遠，如果以數學來比喻的話，就像是有一個函數 $f(x)$ ，我們往往以為要改變結果 y ，需要的是變換不同的 x ，但是道教讓我們改變的卻是 $f()$ ，從此往後，不論放入任何的 x ，結果都將一同改變。



盧三佑道長奏職典禮畫面

在授籙時讓我印象最深刻的莫過於學會吹「虛鈴」的過程，我因為機緣巧合，雖然尺八開了孔，但是無法調音，索性就繼續每天吹筒音，到授籙時練筒音大概一年半載，雖然每天填籙畫符很累，但是只要天師一說集合吹尺八，精神又都來了，本來大家吹虛鈴時我都只吹筒音，沒想到這次就像是電線突然接通了一樣，在天師以及道長們的

點撥下，從一個小節，到一整首曲，居然就都「通了」，本來只在夢裡的旋律（從奏職之後，我入睡前常聽天師吹的虛鈴），那晚被我吹奏出來，心裡的喜悅及感動，難以言喻，最特別的是吹完之後竟然整個頭都脹脹麻麻的，最長達數十分鐘，這個麻的感覺令人十分舒服又放鬆，那天晚上剛好借宿天師府，所以就一直吹到深夜，久久不能自己。以前常聽天師說吹筒音要吹三年，在這次的經歷後才真正體會到其中的深意，學習尺八就如同修道一般，皆非一蹴可幾，需要長時間的積累，才能水到渠成，同時也需要許多的善緣與助力，其中最奇特的緣分莫過於跟坤厚導演借的尺八，每每想來都覺得無限地感激。

也許是受到民俗與影視作品的影響太深，雖然學的是科學，但是常常在日常生活中對於未知的世界有許多心中的芥蒂，像是七月的諸多禁忌，即使理性不斷地否定，但是否定的本質卻又灌溉恐懼的種子。說來奇怪，隨著越發深入道教，了解民俗與傳統道教的差別，尤其是授籙以後，心中的芥蒂慢慢開始瓦解，打坐也漸漸地能夠讓自己靜下來，我思索了好一陣子，發現應該與授籙背後「守護」的內涵有極大的關係，畫符首先學習的就是四大元帥符，最基本的功能為護壇，一開始會覺得「護壇」好像不是太厲害的功能，日常生活好像用不太到，但其實「護壇」是一切的根基，試想如果連自己的

安危都無法保護好，再厲害的十八般武藝都不過是曇花一現；再者，籙中仙官的概念與存在也讓人無比安心，雖然看不見摸不著，但是知道在無形的領域中，有一群將士無時無刻地守護自己，這樣的存有（Being）就足以令人無所畏懼。

授籙前夕巧遇鄰居，得到一盆牽牛花，便將其種在陽台，每天早晨練仙功吹尺八完，就會順便澆澆水欣賞一番，可能是因為夏天的陽光太強，期間數度莖的末梢都枯萎了，然而過段時間它又非常有生命力地冒出了新的枝芽，它剛好在完成這篇心得的這天清早開了第一朵花，秋天是



牽牛花正綻放中於盧道長家中陽台

豐收的季節，祝各位都能收穫滿滿，滿載而歸。