

無題

某師兄問老師，檀香棒的好，究竟好在哪裡？以及是否有階段性的衡量指標，可供練習者予以驗證呢？

此事埋藏心中已有一段時日，自己只跟身旁親人分享過，從不曾對外人說過，因為自己不擅說話，若一不小心，怕會給人一種老王賣瓜，自賣自誇之嫌。

先前右手小指不慎肌腱斷裂，雖經過醫生治療，但醫生說，永遠不可能像未受傷前一樣，這輩子小指頭就註定是彎彎的。醫師看我一臉沮喪，還好心安慰我：沒關係啦，幸好小指頭沒什麼太大的用途。

走出骨科診所後，內心暗自發願，我要試著用炁治好我的小指，不要讓它永遠彎彎的。

上課時，向老師請教是否有什麼好的治療方式呢？老師說要經常使用檀香棒擻一擻，另外在閒暇時也輕柔地拉一拉並用炁順一順受傷部位，應該會有幫助的。

從那日起，每天保持著盤拳習慣，並針對受傷處，使用檀香棒多擻它幾下，有機會時，也會嘗試著行炁至小指，內心期盼著內炁能將斷裂的肌腱修補連接起來。

初期，困難重重，誰說小指頭沒用的，敲鍵盤打字要用到，清潔鼻孔也要用到，最慘的是剪指甲時，小指因為肌腱斷裂，無力伸直，

竟然還要靠在桌上，讓小指有所支撐，才能順利剪完小指指甲，我真的不要這樣過一輩子。

日復一日，每天一定會用檀香棒擀過幾遍，工作告一段落，便輕輕拉拉它並行炁指尖，漸漸地，受傷小指起了變化，有些改善。現在外觀看起來，小指比較不彎了，我也有力氣伸直它了，這一切我將它歸功於檀香棒的效用以及本門太極拳特別講求的行炁練習。

以上是自己的親身經歷，我是下下根性之人，沒辦法說出什麼大道理來，師爺與老師說檀香棒是寶，我自己也深深感受到是這樣，不刻意尋求些什麼，順其自然就好。

