

既然气功只是一种养生保健的运动,那么“气功大师”和武侠小说中那些神乎其神的招数,像刀枪不入、轻功、狮吼夺命、生吞火炭……这些又如何解释呢?答案是,许多所谓的武侠绝招,只能在小说中雄霸天下了,现实中怎么练气功也实现不了;而有些江湖秘技,就算是没有练过气功,只要掌握了技巧,一样可以做到。

生吞火炭、胸口碎大石、牙齿拖汽车……

“气功大师”的“神功” 你也能做到



武林中流传的“狮吼功”威力惊人,可是它只能在小说中雄霸天下了

武侠绝招

金钟罩铁布衫

■代表人物:陈玄风

■经典剧情:武侠小说里有不少练成金钟罩铁布衫的高手。他们有两个特点:刀枪不入;有一个弱点所在——命门。《射雕英雄传》里的陈玄风虽有此功,但因被郭靖戳中命门(肚脐),立时毙命。

真相:经常击打和摩擦,可以增加皮肤厚度和肌肉耐力

不只是武侠小说中有这门“神功”,不少武林人士在电视节目中也表演过,不过没有小说中那么玄乎,一般是拿出一把大刀,先砍个甘蔗、削根筷子什么的证明其锋利,再把刀架在肩膀上,请观众使劲往下压,结果肩膀丝毫无损。

你不知道的是,在做这类表演的时候会掺水分,比如刀刃经过特殊处理,用来砍甘蔗的部位是锋利的,用来砍肩膀的却是钝的。还有一些人做这类表演时凭的是真功夫,只不过这功夫并不来源于气功护体,靠的是长年累月的练习。

“皮肤的角质层,是由十几层细胞组成的。如果某个部位的角质层经常被击打、摩擦,原本应该随着人体新陈代谢死亡脱落的细胞就留了下来,导致角质层增厚,最后就变成了老茧。这块皮肤的厚度和肌肉组织的耐受能力都会增强。用这种方法的确能增强‘战斗力’,不过提升是有限度的。”鼓楼医院皮肤科副主任医师包军告诉记者。

还需要注意的是,在表演这门功夫时,其实,刀是停在皮肤上不动的。“老茧和肌肉会减缓刀带来的伤害。如果这时拉动一下刀,缓冲没有了,刀刃的接触面变小,皮肤就很容易受伤了。”

同理,作为金钟罩铁布衫功法之一的铁头功,也可以通过训练得到,因为头部的骨膜也会在不断的挤压和拍打中充血、水肿,导致骨质变厚。所以,有些人可以拿着砖头往脑袋上敲却一点事都没有。不过长期下来还是会对骨质和脑部有影响,切不可轻易尝试。

狮吼功

■代表人物:金毛狮王谢逊、包租婆

■经典剧情:金毛狮王谢逊为了争夺屠龙宝刀,用狮吼功震死了不少武林人士,张翠山和殷素素及时用衣服塞住耳朵才安然无事。电影《功夫》里的包租婆,只要一声尖叫就会地动山摇,还上演了用狮吼功大败六指琴魔的精彩一幕。

真相:人的声音吼不死武林人士,不过可以震碎玻璃

金毛狮王谢逊吼一吼就死伤一大片的威力,在现实生活中是不可能达到的。不过,人的声音,确实有其威风的一面。2005年,在探索频道的某档节目中,一位摇滚歌手就用自己的歌声震碎了一只玻璃酒杯,引发轰动。这也引发了很多民众的担忧,万一哪天去看一场很high的演唱会或者歌剧演出,头顶上的玻璃吊灯会不会被声音击落砸下来?

科学家的研究证实,我们无需担忧。原来,正常人发出的声音一般不会超过50分

贝,想像那位摇滚歌手那样达到一百多分贝的音量,需要多年的训练才能达到。并且,很重要的一点是,想要击碎玻璃,歌手的声音必须与玻璃的共振频率一致。

声学上认为,物体振动具有三种物理属性——频率、振幅和振动成分。对应听觉感受产生三种心理属性,即音高、音量以及音色。所以,想用“狮吼功”打碎玻璃杯,不仅要音量足够大、音高足够高,还要在共振频率上同步,这些条件是很难同时满足的,不仅需要训练,更需要掌握一定的科学技巧。

铁掌水上漂

■代表人物:假裘千仞

■经典剧情:金庸在《射雕英雄传》中有这样一段描写,假的裘千仞利用水底的木桩,展示了铁掌水上漂的功夫,唬住了很多人,就连全真七子、郭靖、黄蓉这样见多识广的人都觉得不可思议。虽然后来把戏被揭穿,但“铁掌水上漂”的名头却深入人心,成为武侠迷心中轻功的顶级境界。

真相:就算跑得很快,水的张力也不够支撑人的重力

“铁掌水上漂”有没有可能通过训练实现呢?

从物理学上看,这是不可能的。“我们小时候都玩过打水漂的游戏,哪怕是再平再轻的瓦片,在水面上弹跳几次后也会沉到水里,何况是人?虽然水的表面是有一定张力的,但这种张力最多支持小虫子停在水面。人,是做不到的。”中华中学一位姓李的物理老师告诉记者。

人虽然重,但如果速度够快,几乎不压着水面,是不是就可以“水上漂”呢?对此,李老师表示,就算速度很快,在水面上相对静止的

瞬间里,人的脚也是要水面接触的,只要接触,就会形成重力关系,水面的支持力远远不可能对抗人体的重力,所以必然落水,也就免不了“水上漂”了。

那么,能不能借助外力呢?中国地质体育协会主席宋万煦回忆,他曾见过对此有兴趣的科研人员做过试验,在水面上放席子,再找来优秀的短跑运动员,让其从地面上冲到水面上,借着席子的浮力看能不能跑远些。可惜,跑不了几步也会沉入水里。不过比起普通人一人水就沉,还是要强些。

江湖秘技

生吞火炭



电视节目里,气功师常会表演让人惊叹的“生吞火炭”功夫。表演者夹出一块烧得通红的火炭,大嚼特嚼。

其实,这个绝活普通人也可以做到。

首先,你需要特制的木炭,木质松散,表演时烫的程度会大大减轻。其次,事先做好准备,将其烧透后放入冰水中浸泡。最后,表演时将炭火的外部表皮烧红,用嘴一吹,看起来火星四溅,其实内部是冷的。事先多准备点唾沫,虽然入口有点烫,但很快就会变成可以接受的温度。

另外,还有一种,表演时举着燃烧的火棍,在嘴里进进出出,看起来很烫,其实原理也很简单。火,是向上烧的,表演者只要把头仰着,嘴张大,不要让火碰到口腔内壁,就不会被烫伤。

胸口碎大石



还有一种常见的“气功”:表演者躺在地上,身上放一块厚重的大石头。助手挥起大锤猛击石块,大石头应声而碎,表演者却安然无恙。你以为是“真气”护体?其实,这只是运用了一些物理学原理。

李老师告诉我们,其实中学教材里就有解释。“我们在海绵垫上放四个鸡蛋,鸡蛋上放上砖头,砖头上放上瓦片。用重物自上而下敲击,瓦片会碎,但鸡蛋没事。这利用的是物理上的一个概念——冲量。力的大小和作用时间的乘积就是冲量。外力作用到瓦片的时候,作用时间短、力量大,所以瓦片碎了;通过瓦片传导到下面的鸡蛋、海绵等物体的时候,作用的时间变长了,力量变小了,因此,鸡蛋不会碎。”

当然,石头的选择也有讲究,那些看着厚实其实脆的石头更容易表演成功。

铁齿铜牙拖汽车



还有些练就了一口“铁齿铜牙”的气功大师能用牙齿拖汽车。看着很神奇吧?其实牙齿健康的成年人大多都可以做到。

首先,你要有一口好牙。别小瞧了我们的牙齿,国外一档电视节目曾经测过人类的牙齿咬合力达到了大约57.6公斤。至于咬着汽车拖动这事,人们往往会混淆概念,其实汽车本身的重量和你拖动它需要用的力量是两个概念,一辆没有踩住刹车的汽车,因为有轮子在,拖起来最多也就百十来斤。

本文转载自《现代快报》