



李一在做演讲

## 神迹？ 被公证的“142分钟”

1997年1月19日,上海电视台的《天下第一》栏目中,当时的李军(出家后改叫李一)坐在一个看起来装满水的玻璃容器中,水看上去要比他的口鼻高,几条鱼在他身边游来游去。

随后两位身着制服的人在节目中宣布:“现在我代表上海市公证处以国家公证员的身份宣布,李军在密封的容器中的时间共计为2小时22分,以上表演过程均是真实的、有效的。上海市公证处1997年1月19日。”

这段视频在2009年4月11日凤凰卫视《文化大观园》李一主讲的那期《道家养生》中被放到了片头,解说词是:“这是他于1997年在上海一家电视台进行的人体冬眠、水下生存表演实录,整个过程都得到了观众和公证员的见证。”主持人王鲁湘还说:“道长一再强调‘万般神通皆小技,唯有空空是大道’。”

## 超出了哺乳类境界？

李一水下憋气两个多小时这一壮举在百度百科里被称为:创造水下闭气生存2小时22分钟的吉尼斯世界纪录。

不过据查证,吉尼斯世界纪录和中国版的吉尼斯纪录都没有收录李一这个142分钟的纪录,吉尼斯世界纪录目前的保持者是瑞士人科拉,今年2月份他创造了水下憋气19分21秒的吉尼斯纪录。

网友更是对此事深表怀疑。2009年12月18日,有网友在著名科学公益组织“科学松鼠会”的论坛中发帖对李一道长此事提问道:“水下闭气超两小时,有谁能用生物、生理、医学解释一下?”

并没有人能解释清楚,因此有网友回帖道:“威德尔海豹最长潜水时间80分钟,柯氏喙鲸85分钟,抹香鲸据说有一个半小时,爬行动物蝾螈10小时14分钟。答案:道士已经超出了哺乳类的境界,进入了爬行动物的王国。”

## 质疑！

## 多名“弟子”否认皈依

再度把话题引爆的还是刚质疑了唐骏学历门事件的方舟子。7月24日,方舟子发了一条微博:“某周刊吹完‘少林隐僧’就吹‘神仙’李一。‘道长李一的皈依弟子超过3万,一半在商界,而在另一半中,政界、演艺界、学界的精英亦不乏其人。’凤凰卫视的刘春、杨锦麟、窦文涛、梁文道、王鲁湘都是‘仙友’。”

这条微博迅速被网友评论和转发,被提到的凤凰卫视中文台执行台长刘春很快便在微博中回应,说自己认识李一,但并非其弟子。

杨锦麟上周六在一次演讲中也表示,他不是李一的弟子,他说当时去缙云山是做《走读大中华》的节目。这也让这段超越人类极限的视频再度被关注。

有网友分析节目视频中的疑点:“1.注意他的头发。如果像他那个长度的能立起来的分头,一下水,应该会趴掉,而不是继续保持立起来的状态,而且水上水下都一样。2.鱼只在他身前游。两侧和身后都没有。”

不过也有自称其弟子的网友反驳质疑网友:“作为缙云山的弟子,我只想说一句,不修行的人请不要妄自判断一个修行人的好与坏,凡夫俗子都没经过一天的实证,就盲目地否定一切,未免太悲哀了,怀疑他请走近他。”

来自重庆缙云山绍龙观的道长李一最近成了网络上的风云人物,据称是因为他颇有仙风道骨,大讲道家养生乃至国学,门下弟子多达3万人,其中很多是企业家、明星大腕。

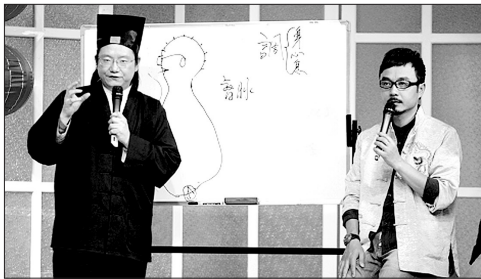
1997年,他在电视节目里表演水下憋气2小时22分钟的传奇经历成功让网络为之一振。

迄今为止此项吉尼斯世界纪录为19分钟21秒,李一的“胎息”142分钟是世界纪录的7倍。有网友因此质疑:“这位道士已经超出了哺乳类的境界,进入了爬行动物的王国?”



李一在向“弟子”们传授养生之道。

# 道士李一： 水中憋气两小时，呼吸到脚跟能寿比天地 网友： 能憋气的爬行动物，他是神仙还是骗子？



李一参加汪涵主持的节目。

## 对话 李一

到缙云山清修的众“仙友”结课后,对李一至少存在四种态度。

有人是崇拜心。他们奉李一为神仙。马云就觉得,“几百年才会出一位李一道长。若假以时日,他完全可以比肩南怀瑾和星云大师”。

有人是痴狂心。他们觉得道长更像是个明星。首先,他的身边本来就不乏明星;其次,他出镜、出书,走到哪里,总要围上一群索要合影或者签名的粉丝。

有人是质疑心。道教,自古修的是“无为”,念的是“常清静”。现在的缙云山风生水起、如火如荼,李一意欲何为?

有人是唾弃心。李一是不是一个高级的张悟本?是不是一出借宗教敛钱财的闹剧?

## “成为你自己,信仰你自己”

记者:来缙云山清修的,不少已是物质世界中的成功者,他们比普通大众更热衷。你如何理解并评价这个现象?

李一:很多人会把成功人士定义为拥有了多少社会财富,用物化的标准来衡量他。到了一定程度以后,他们就会发现一个东西,这个东西叫障碍,也叫瓶颈。一个企业要突破瓶颈首先是企业家要突破自己人生的瓶颈。这又需要两个东西:格局和境界。你需要到达,那么就可以来修炼。我们是给他提供一个环境,让他去认识自我。

记者:你觉得信仰是什么?

李一:西方意义的信仰就是认为心有了归宿。东方的信仰是只要信自己,认识自己。

## “世俗的‘大学’不是在育人”

记者:我听过国学院的人说,你希望将缙云山打造成一所大学,第一年来修什么,第二年来修什么,最终达到终身修行。

李一:“道”本来就是一种教育,它不一定是一所大学。“大学”二字,很容易让人们将我们与世俗的“大学”结合在一起。如果是这样的话,我会觉得索然无味。

记者:看来,你不认同世俗的大学。

李一:我没有看到他们在教育,他们只是知识技能的培训。他们在育人吗?对人格的成长、人性的复归,对群体化的教育下了多少工夫呢?人最重要的应该是学会生命的教育、生命的保护、生命的养护,应该学会怎么去做人,怎么去处事。这些在它的百分制考试中是最重要的吗?应该不是吧。所以我觉得现代学校的知识技能培训是非常重要的,但是它不是教育。

## “养生被重大误读,无法隐忍”

记者:你们的课程中有很多是关于养生的。中国养生的概念源于道家,但现在的养生市场鱼龙混杂,不少人觉得养生在异化、在产业化,甚至娱乐化。

李一:我对张悟本不太了解,所以不能过多地谈他。但是我可以谈为什么我们要去做这个养生。确实,养生这个词是道家提出来的,最早见于道家典籍,但是很遗憾,养生现在被人误读了。现代人把养生误读成什么样子呢,他们把“养生”当成“养身”去了。所有的方式无非就是告诉你什么,然后怎么去锻炼身体,或者教给你一点按摩点穴方式。生命曾几何时变成了身体?

据《南方人物周刊》

## 道士说

## 呼吸到脚跟可以寿比天地

在凤凰卫视《锵锵三人行》节目中,李一主动提起那期节目,说那是胎息,“水下生存,在水里面两个小时不呼吸”。

在凤凰卫视《文化大观园》节目中,李一说,在胎息时,身体的能量消耗会小到极限。“你想我们为什么要呼吸呢?因为我们有新陈代谢嘛,我们越是(活动)消耗越大,比如我们长跑的时候,我们的呼吸就会很急促,越是入定到很深的时候就会鼻息微微,像乌龟一样的龟息,像胎息一样。”

李一还说:“一般是呼吸以喉,就是说吸到喉出去了,有的是胸式呼吸,吸到胸出去了,有的是丹田呼吸,很长很长再出去,但是到了脚后跟,鼻息微微很长,就可以寿延很长,寿比天地。”

## 魔术师说

## 闭气17分几乎死亡

著名的国际论坛TED邀请过一度保持闭气世界纪录的著名魔术师大卫·布莱恩讲述他如何闭气17分4秒。

布莱恩在节目中说,医生告诉他大脑缺氧超过6分钟就会对大脑造成损伤,他曾想过用魔术的方法来达到闭气的效果,甚至想过在大腿动脉做手术接入器械以辅助作弊,最后发现只有通过反复训练才能一点点突破生理极限。经过不懈的训练以及几次几乎死亡的失败,他终于在欧普拉脱口秀中成功水下闭气达到17分4秒,刷新了当年的吉尼斯世界纪录。

据《南方都市报》



中国移动通信 CHINA MOBILE 移动通信专家

## 割接公告

尊敬的客户：

为了为广大客户提供更优质的网络服务，郑州移动将在8月1日00:00至01:00，8月3日00:00至01:00，8月4日00:00至01:00，进行网络调整，届时将会影响到郑州地区部分客户的通话、短信及业务办理。

由此给您带来的不便，敬请谅解！

详情敬请咨询客户服务热线:10086  
中国移动通信集团河南有限公司郑州分公司