



本报特派记者 朱全弟



被联合国誉为“健康长寿老人”

8月21日晚上,重庆警备区参谋长蓝显忠少将在长江边与记者聊天时指着对岸的一条山脉说,115岁的吕紫剑老人就住在涂山脚下。将军说那次去看望老人家,特地带上了上好的纸和烟,因为吕老既练功又作画。

翌日上午,我们驱车来到南岸区涂山镇。山坡下有一幢民居,铁门紧锁,少顷,一壮汉来开门,他把我们带到楼上。

一位银发长挂、须髯皆白的老者闻声而起。握手之间,记者仔细端详这位长者,他的脸上几乎没有皱纹,白里透红,胸脯开阔厚实,手臂粗壮,让人惊讶。

先期抵达重庆的著名画家唐天源双手捧着聘书递给吕老,并赠送了一幅画。老人接过,转身独自向卧室走去,硬朗的脊背,利索的脚步,令前去一睹吕老风采的众人望之兴叹,啧啧有声。一会,老人出来展开手中国画卷,一幅国画“雄风”图跃然眼前:金黄色的色彩披在虎的身上。他以此画回赠上海虹桥画院院长唐天源,寄托寓意:虎老雄心在!

刚才开门引见者,是吕老的大弟子王清华先生。对中医颇有研究的他在一旁解释,吕老想把中华武术中的奇葩——八卦拳传授下去,发扬光大;还想把中国古老的养生之道播撒人间,造福大众。

被联合国誉为“健康长寿老人”的吕紫剑老先生,现在每天晨起练功、午后打坐、作画看报、打的访友,生命力如此旺盛的源泉来自何方?记者试着揭开个中奥秘,同时,也应他的徒弟之请,还一个真实可信的吕紫剑给世人。



上世纪20年代在上海生活过

交谈良久,外出午餐,吕老背上一个皮质挎包,出门上车。面包车踏脚板较高,但吕老一抬腿就上去了。在饭店坐定,吕老出去“方便”,记者提出陪同前往,老爷子摆摆手,语气坚定:“不用管我。”

回来入座,他告诉记者,上世纪20年代曾在上海住过很长一段时间,那条路叫霞飞路。他知道,现在这条路改为淮海路了。与吕老交谈相当轻松,他思路清晰,口齿清爽、风趣幽默,真是一位健康长寿老人。

回想当年,他娓娓道来。他与霍元甲是好朋友,霍元甲摔跤摔得特别好。他曾和外国人打过两次擂台,立过生死状。美国拳击手汤姆身高一米九十以上,两人打了一个多小时仍难分胜负,吕紫剑的两手皮肤都被抓烂了,这时一个叫王钢的学生大声提醒他:“师傅,用八卦掌。”吕老说当时打迷糊了,清醒过来后,他走八卦绕着汤姆走,最后用掌击中方胸部,汤姆当场吐血。后来在上海和日本人三井秀夫比武,练跆拳道三井更不是他的对手,结局比汤姆更惨。



特约健康顾问

中房康健休闲广场

餐饮、娱乐、休闲、购物

招商电话: 54181616

54190669

115岁“大侠”跨越3个世纪

——本报记者赴渝独家采访天天练功打拳的吕紫剑

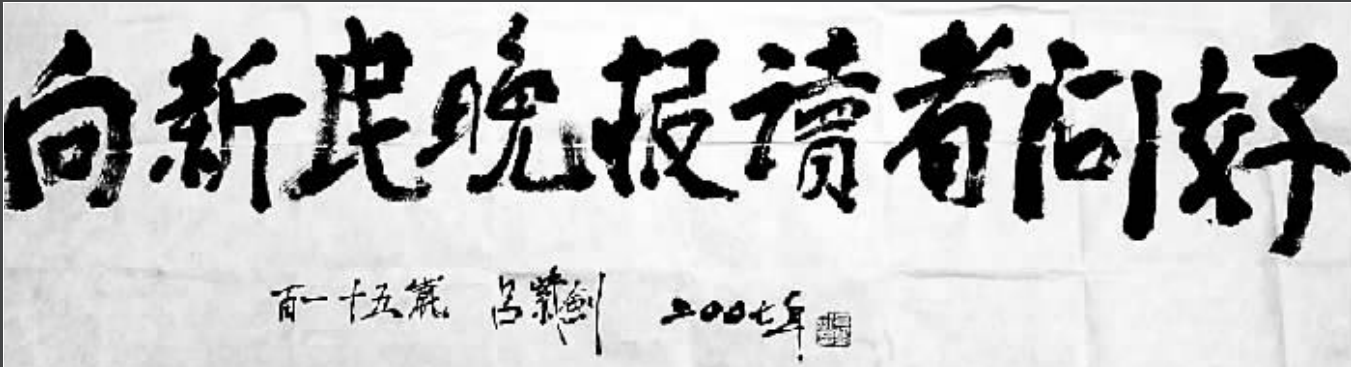
这是一位跨越了3个世纪的神奇老人。

吕紫剑生于1893年10月15日,今年115岁。他精神矍铄,思维清晰,有着深厚的武术内功。

8月22日,在重庆市南岸区

涂山镇上,午宴中间,吕老叫隔开他两个座位的本报记者过去,摆出一记双封掌,把记者的双手夹在里面,让记者发力,吕老竟然纹丝不动!那个劲简直可以用稳如磐石来形容。

记者蹲马步用丹田之气,竖掌用力想分开吕老的双腕,但老人势大力沉,真是太神奇了!说明老人还在天天练功打拳,否则115岁的他怎么可能封住一个好歹也是练过武术的壮年人呢?!



■ 吕紫剑老人向本报读者问好

本版摄影 顾 雄



■ 吕紫剑老人在练八卦掌



■ 吕老一记封掌,记者的双手被钳住了



获中国武协最高武术9段称号

1953年写了《心意六合拳艺传真》一书。当记者将这本书赠给吕紫剑老先生时,吕老接过连声说:“心意六合拳,我知道,我知道。”他边看边说:“好!好!”

听说记者来自上海的新民晚报,吕老高兴地说:“新民晚报,我晓得,解放前重庆也有。”他拉住记者的手,把嘴贴在记者的耳边说:



以素为主,最喜欢吃西红柿

“鱼尾掌”攻击记者的左右两腿,动作敏捷可见他昔日身手的矫健。

动过拳脚,吕老走到三楼,看见唐天源正在为他画一幅山水画,马上说,要画一幅“云中龙”,作为酬谢。他落笔即画,不打底稿。随后,他还挥毫蘸墨,书写大字条幅



要把中华武术和养生之道传下去

心,他接受本报记者独家采访时多次谈到,要把中华武术和养生之道传之于世,他还表达了想回上海看看的心愿。

多年来,吕老的家人照料他的生活。他的长孙女吕舜华,曾在各种武术比赛中多次获得优异成绩。现在,吕舜华行医授拳,已担当起爷爷念念不忘的弘扬中华武术重

“我们有缘。”

凑近时,记者发现,在吕老的一丛从白发间,竟有细细的黑发长了出来,他的手臂上也长出许多黑色的汗毛。

吕老的弟子说,吕老大概是95岁时身上开始脱皮的。一年年过去了,老皮脱了,新皮长了出来,脸上手上身上都是这样。吕老鹤发童

颜,简直是返老还童了。

吕老说,他现在是3年“换”一次皮肤。

有人说,吕老练就了“再生细胞”本领,初听不以为然。然而,前天晚上,记者就此问题请教美国哈佛大学医学院的康景轩博士时,这位在世界生物医学上颇有建树的美籍华人青年科学家不仅对“吕紫剑现象”很感兴趣,并肯定了他的“再生细胞”本领。

西红柿。下午2时休息,打坐一个半小时,晚上11时入睡。

他天天看报纸,也看看电视唱京戏。老人平时出来总是穿戴整齐,吃饭后长褥之中不会有米粒。他吃东西没有忌讳,现在和孙子孙媳住在一起,家里烧什么他吃什么,不过他传给别人一招:每天生吃西红柿,这是好东西。

要徒步上楼的饭店。

然而遗憾的是,几乎“得道成仙”的吕紫剑老人也要面对这个世俗社会的一些困扰。比如人们想知道吕老先生的长寿秘诀,但是他老人家同样也有自己的隐私需要保护。过去家里一贫如洗,现在什么都有了,他的晚辈只是希望老人家深居简出,能安安静静地颐养天年,这个愿望也应当得到尊重。

评论 07083010401