

洪波爱上麒麟鞭 就是找“抽”

□本报记者 阎义 文/摄

前不久，记者到天坛公园采访，听到“啪！啪！啪！”的鞭子响声。循着声音走过去，看到几位中老年人正在甩着鞭子。上前询问得知，这种鞭子名叫麒麟鞭。后来，记者留心发现，如今的许多公园、街心的广场，都能听到清脆、悦耳的麒麟鞭声。

有一天，记者采访利强出租汽车公司司机何洪波时，看到他的车里也放着一条麒麟鞭。记者很好奇，让他下车后找个较大的空地，表演了一番麒麟鞭，看到他“挥舞着鞭儿，响四方”，听到了“啪！啪！啪！”清脆、悦耳的鞭声，变化多端的身形，辗转腾挪的步伐，既饱了眼福，又饱了耳福。“你这鞭子怎么抽得那么利落呀？”何洪波边收鞭子边说：“都是这几年苦练的结果。”

2007年，何洪波从餐饮业转行开出租车。他说：“2008年，北京举办奥运会，正需要出租车司机，我就转到这行了。开了几年出租车后，发现自己的身体比当厨师时还要发福，体重增加了，囊肉增多了，疾病也找上门了。如果照这样发展下去，身体就会垮下来了。于是，我就开始给自己找锻炼身体的事情。”何洪波听同事说，学习书画可以强身健体。何洪波琢磨着，开起车来，一坐就是十多个小时，而学习书画一站几个小时，一坐一站扯平了。从此，他开始找书画老师学习书画。学习书画有好处，但是长时间站着不能锻炼身体各个部位。这时，出租车司机们自发地组织了一个太极拳协会。何洪波知道后，立即报名。何洪波又开始学打太极拳。他觉得太极拳属于外柔内刚型的武术，能够手脚并用，挺适合自己。何洪波又打起了太极拳。每天出车回到家，先打太极拳，后回到画室写书法作画，减轻了一天的疲劳。

前两年，太极拳协会倡导出租车司机学习麒麟鞭，这个武术项目对身体更有好处，防身的作用更大。何洪波看了麒麟鞭的表演后，便爱上了这项运动。他向记者普及麒麟鞭的知识：“你看过电影《青松岭》吗？麒麟鞭的发明就是源于万山大叔赶大车使用的鞭子。发明人是沈阳市的赵赤宇先生。在中国的武术兵器类中，‘鞭’也有一号，排名第九。经过赵先生创新的赶大车鞭子已经形成了系列的武术套路，成为了国家武术比赛的一项。”他让记者看了手中的鞭子。这是由牛皮包裹着钢链、手柄串连依次变细的不锈钢链尾、再接上尼龙鞭鞘的鞭子。他说：“麒麟鞭有几种，葫芦鞭、螺

母鞭、双环鞭和链条鞭。螺母鞭和链条鞭比较好使，也比较受欢迎。现在，麒麟鞭已经是一项老少皆宜的功夫运动，练麒麟鞭的人遍布全国，使用者会根据自己的实际情况，定制鞭子。我使用的链条鞭有两公斤，手柄有15厘米，主鞭长有180厘米，副鞭长有90厘米。”

学习麒麟鞭之后，给何洪波感受最深的是：“找抽！”他让记者看了看“找抽”留在胳膊、前胸上的几道永不磨灭的伤疤。最初，他练麒麟鞭没少挨抽：“有时，抽出去后，收不回来，鞭鞘就抽在身上的任何一个部位，很痛的。你看这伤疤！”何洪波先练手上的基本功，再练步伐，之后，手脚并用。他说：“基本功熟练了，开始练套路。参加比赛的内容是套路。”逐渐地掌握了麒麟鞭技能后的何洪波挨抽的现象减少了。如今，何洪波已经带徒弟了。

“练麒麟鞭有什么好处呢？”记者问何洪波。“你看看我的胸肌就知道了。囊肉消失了，以前轻微的腰痛、颈椎病没有了。更主要的是，每天早上练一趟麒麟鞭，身上冒些汗，一天工作都感觉非常得轻松，精神面貌也很好。”何洪波说。

最后，何洪波告诉记者：“麒麟鞭还能防身，不怕被抢劫了。”

