

引入職業綜合格鬥賽事

劉普雷冀提升中國武術話語權



▲劉普雷表示，中國的職業綜合格鬥比賽正逐漸被國際認可，亦有越來越多的國際運動員來華參賽。他亦希望通過此類比賽提升中國武術的國際話語權。



掃一掃 有片睇

大公報記者 趙一存

兩年來，中國職業綜合格鬥運動員張偉麗慶戰五個回合險勝波蘭職業運動員喬安娜的「史上最精彩對決」，讓更多中國人了解職業綜合格鬥。事實上，此類賽事在中國已開展多年，但因為受眾面窄、硬件設施要求高等原因，普通民眾知之甚少。近日，綜合格鬥中國國內項目奠基者、知名品牌「散打王」賽事創辦人劉普雷在接受大公報專訪時表示，中國的職業綜合格鬥比賽正逐漸被國際認可，亦有越來越多的國際運動員來華參賽。他亦希望通過此類比賽提升中國武術的國際話語權。

傳承武術

武術講究武德、以和為貴，相較而言，綜合格鬥這種激烈的，甚至還有受傷流血的搏擊很難為中國人接受。

全力推動讓百姓接受

為了推動綜合格鬥運動在中國的發展，劉普雷將職業綜合格鬥賽事引入中國，並重新制定了符合中國的賽事規則，創立國際知名搏擊品牌「散打王」。2000年前後，在他的帶領和推動下，有包括「散打王」、「英雄榜」、「崑崙決」、「終極格鬥」等諸多中國本土搏擊格鬥類比賽興起，備受推崇。在劉普雷看來，這些品牌賽事致力於傳承武術文化、弘揚民族精神，不僅使中華傳統文化中的德、智、仁、勇得以完美體現，也使中華武術的踢、打、摔、拿演變成了世界性的競技格鬥賽事。

不僅如此，這些品牌賽事還培養了一批國際頂級的運動員，其中不乏散打世錦賽冠軍、全運會散打冠軍。比如中國女子綜合格鬥第一人、終極格鬥五連勝冠軍唐金，世界超級散打王和世界最高榮譽金腰帶獲得者「柳腿劈掛」柳海龍，超級中量級散打王明星、金腰帶獲得者實力高等。

他表示，中國的職業綜合格鬥比賽正逐漸被國際認可，亦有越來越多的國際運動員來華參賽。不過，他亦坦言，中國武術的話語權依然很低，「很多人根本分不清散打、拳擊，更別提長拳、意拳這些細分的類別了。」在他看來，中國關於體育發展的政策還需要繼續落地實施，亦需要相關部門的大力推動，「只有百姓了解和認可了，才能去接受。」

年輕人習武 培養自信

近年來，內地諸多關於年輕人輕生的新聞頻繁見諸報端。劉普雷認為，這主要是心理問題導致：「承受能力差，過於脆弱，一點小事便能崩斷神經，輕生也不足為奇。」在他看來，年輕人應該習武，堅持運動，鍛造「骨子裏的自信」。他亦呼籲，習武要注意安全，需根據身體條件循序漸進：「只要持之以恆，一定會日有所長。」

劉普雷出身於軍人家世，父親參加過多場著名的戰役：「我曾多次去過父親戰鬥過的戰場，也見過真正的軍人。那些戰死沙場、為國捐軀的軍人很多都是年輕人，擁有家國情懷的人不會輕生，人生觀、世界觀也會積極向上，他們更加積極、更加血性。」他表示，年輕人應該習武，在強身健體的同時，讓自己變得自信和勇敢。

對於習武者自身而言，可以更自律，競爭意識和規則意識、抗壓能力和挫折能力也會更強，對於年輕人的性格塑造和精神品質的培養具有無可替代的作用。

劉普雷從13歲開始習武，至今已有60餘年，他說：「我從13歲到59歲每天堅持跑步，最愛做的事是追着公交車跑，刺激、高興，跑完一身汗，那種快樂無法形容。」他笑言，如今已年逾七十，仍每日站樁兩個小時：「運動讓人年輕快樂，哪裏還有心理問題。」

他還告訴記者，事實上學習武術的同時也是在學習中國傳統文化，比如武術中的口訣：「站如松、坐如鐘、行如風、臥如弓，藝高人膽大、膽大藝更高，以及各種拳術

劍術的口訣等等。這是中國獨有的文化，千百年傳承下來，對於練習者內在的修為、知識的積累會有很大的提升，能夠幫助習武者做到厚積薄發。」

新冠肺炎疫情爆發以來，隨着短視頻直播的興起，在網絡上亦掀起一股武術熱，經常能夠見到拳擊、散打等運動的練習者秀一段功夫，其中不乏帶領網友練習的教練。對此，劉普雷提醒，練習武術要注意身體安全，切不可為求快而損傷身體：「一定要循序漸進，只要堅持每天練習，一定會日有所長。」



▲劉普雷（中間白衣黑褲）應邀赴馬來西亞吉隆坡授樁功。受訪者供圖

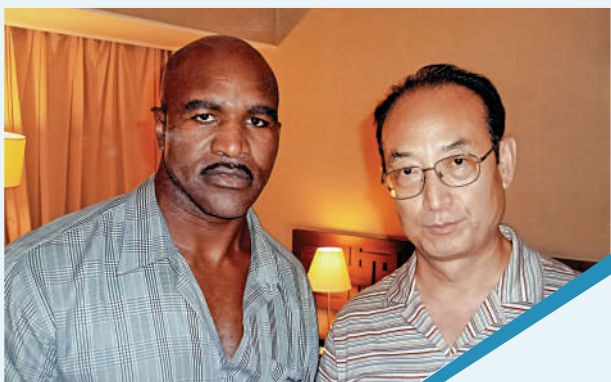
劉普雷告訴記者，綜合格鬥本身不是一種格鬥術，而是把各種格鬥技綜合在一起。賽時允許選手使用泰拳、摔跤、空手道、散打等多種技術，被譽為搏擊運動中的「十項全能」。其規則對所有武技一視同仁，不同武術流派的練習者亦可以在同一規則下同場競技。目前，終極格鬥冠軍賽（UFC）是世界上最具影響力的綜合格鬥比賽，也是世界公認的最具娛樂性與競技性的體育賽事之一。張偉麗作為亞洲首位UFC世界冠軍，在2020年與喬安娜首輪對決中成功衛冕。近日，UFC官方宣布，二人將於今年6月進行二番戰，引起廣泛關注。

綜合發展尚未成熟

1993年，綜合格鬥比賽被引入美國，最終形成UFC終極格鬥。劉普雷介紹，如今，綜合格鬥比賽在美國全國已成為正式合法的比賽，除每月一次的UFC之外，全國範圍內還有百餘家不同機構舉辦各自的比賽。其他國家和地區比如俄羅斯、德國、韓國、泰國、中國台灣等亦先後開展起此類運動。不僅如此，世界拳王阿里、泰田等亦為很多中國人熟知。

不過，目前在中國，綜合格鬥仍屬於冷門運動，運動員很多，能夠走出來的知名運動員卻少之又少，能夠進入UFC這種頂級賽事更是鳳毛麟角。在劉普雷看來，這一方面是因為中國的體育產業發展尚未成熟，經紀公司運作、媒體運作、保險公司運作等相關配套也未跟上。同時，需要自成體系的商業氛圍和商業理念目前中國亦不成熟。

另一方面，受制於綜合格鬥這項運動的特質，對場館、教練、參與者的身體素質等方面要求高等方面原因，目前中國民眾對這項運動認知度並不高，「除了奧運會門票，大多數人很難會花錢去看一場體育賽事。」此外，中國的中庸文化講究修身養性、平和平衡，中國



▲2008年美國前職業拳擊手荷里菲特（左）來華，與劉普雷合影。大公報記者趙一存翻拍

弘揚國粹

武者 解說員 中醫 集於一身

劉普雷的外表並不像一位年過七旬的老人，他精神矍鑠，隨和健談，動作利落，視力也好，眼神尤為犀利。在記者採訪過程中，工作人員不小心將對着書架面的水龍頭打開了水閥，在工作人員的「哎呀」聲中，劉普雷甚至在話音未落時已將水龍頭關上，桌面上只留下了幾滴水。大約是看出了記者的驚訝，他笑着說：「這是習武之人的本能反應。」

獲「武林快嘴」美譽

事實上，他不僅武藝高超，還是一名專業的賽事解說員，在中醫方面亦有獨特的絕學，尤其擅長點穴。有人粗略統計，劉普雷曾解說過一萬餘場比賽，並被武術愛好者冠以「武林快嘴」的美稱。他的解說精準利落，能把晦澀難懂的专业名詞通俗地解釋出來，既快又準。

記者看到，在他工作室的書架以及書桌上，擺滿了醫學書籍，《針灸學》、《推拿學》、《解剖學》，還有《手相學》、《運動生理學》、《心理學》，以及人體模型、針灸、火罐等醫療器械等。他告訴記者，中國傳統武術依據身體經脈流動、骨骼肌肉脈絡和力學原理而成，講究身心與自然合一、內氣與外力合一，與中醫理論相融合。而他本人經過多年學習，練就了一套獨特的推拿手法，平日會幫助同事朋友治療，在運動員出訪時，他都是領隊兼隊醫，亦因此被譽為「武醫聖手」。



▲劉普雷與韓喬生（右）一起解說比賽。受訪者供圖

話你知道

MMA（綜合格鬥）：

是一種規則極為開放的競技格鬥運動，比賽使用分指拳套，賽事規則既允許站立打擊，亦可進行地面纏鬥。比賽時允許使用泰拳、摔跤、空手道、散打等多種技術，被譽為搏擊運動中的「十項全能」。比賽按體重劃分不同級別，其開放式的賽事規則為不同風格的格鬥選手創造了統一的平台，使不同的武技得到完美結合與展示，形成了系統而獨特的綜合格鬥技術體系。

綜合格鬥的雛形可追溯到中國古代的打擂與古希臘角鬥，近代巴西的無限格鬥開其先河，隨後李小龍的推動讓全世界認識到武術要博採眾長，而不是僅僅局限於一個派別。

UFC（終極格鬥冠軍賽）：

目前世界上最頂級和規模最龐大的職業綜合格鬥賽事（簡言之，即MMA中最頂級和規模最龐大的賽事聯盟），每年舉辦逾20期。賽事播台為標誌性的八角籠，簽約UFC的職業格鬥選手都經過系統而科學的格鬥訓練，具備綜合運用各種格鬥技術的能力。比賽中，當參賽者被對手擊倒或技術被擊不願繼續比賽時，即可以拍地認輸。

▼中國「散打王」選手柳海龍。

▶中國「散打王」選手實力高。

▲終極格鬥五連勝冠軍唐金。受訪者供圖

▲劉普雷展示「獨立樁」。受訪者供圖

劉普雷簡歷

出生於軍旅世家，道光時期便有長輩位列武探花。他習武60餘年，為意拳第三代傳承人，綜合格鬥中國內地項目奠基者。國家體育總局武術運動管理中心社會部原副主任，中國武術散打王爭霸賽技術委員會主任，國家級特邀散打、拳擊、搏擊等職業播台播映賽事評論家及解說家。他將職業搏擊播台賽引入中國，並創立「散打王」品牌，為中國的拳擊事業發展奠定基礎。多年習武，他精通中醫，尤擅點穴，曾多次赴境外傳藝授徒。

劉普雷所學非常全面，先後師從北京什刹海體校吳彬習長拳，北京四民武術社吳子珍和健身武術社傅老先生習六合拳、龍虎羅漢拳。1967年6月，拜意拳名家姚宗勳為師，與香港武術聯合會會長霍震寰結為師兄弟。



▲劉普雷（左）與李連杰（右）合影，二人曾在一起工作多年。大公報記者趙一存翻拍

▲劉普雷（中間白衣黑褲）應邀赴馬來西亞吉隆坡授樁功。受訪者供圖