

# 蒙古族不同风格搏克的比较

王佳艺, 李凤新\*

内蒙古师范大学体育学院, 内蒙古 呼和浩特  
Email: 3292868177@qq.com, lfx2222@163.com

收稿日期: 2021年5月10日; 录用日期: 2021年6月10日; 发布日期: 2021年6月17日

---

## 摘要

搏克是蒙古族形式多变的一项传统体育运动, 在生存和军事的需要中应运而生, 因变迁而在不同地区发展演变出多种各具特色的形式。它们满足了当代人们娱身娱心的需求, 为加快内蒙古地区经济发展、构建和谐边疆和铸牢中华民族共同体意识开辟新路径, 在推动内蒙古地区发展的基础上不断促进我国文化的繁荣。

## 关键词

搏克形式, 特点, 价值

---

# Comparison of Different Styles of Mongolian Wrestling

Jiayi Wang, Fengxin Li\*

College of Physical Education, Inner Mongolia Normal University, Hohhot Inner Mongolia  
Email: 3292868177@qq.com, lfx2222@163.com

Received: May 10<sup>th</sup>, 2021; accepted: Jun. 10<sup>th</sup>, 2021; published: Jun. 17<sup>th</sup>, 2021

---

## Abstract

Wrestling is a traditional sport with varied forms of Mongolian nationality, which arises at the historic moment in the need of survival and military affairs. Due to the changes, it develops and evolves into a variety of distinctive forms in different regions. They have met the needs of contemporary people for entertainment, opened up a new path for accelerating the economic devel-

---

\*通讯作者。

opment of Inner Mongolia, constructing a harmonious border area and forging a firm consciousness of the Chinese nation community, and continuously promoted the prosperity of Chinese culture on the basis of promoting the development of Inner Mongolia.

## Keywords

Wrestling Form, Characteristic, Value

Copyright © 2021 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

搏克技术动作复杂、变化多端,是人们自觉自愿参与的体育活动,其过程是感觉、体验、思维和认识等心理活动过程的综合表现。它给人以美感,运动中静如处女、动如脱兔,是参与者体力、智慧、技术和战术的角逐,也是思想、作风、精神和意识的较量[1]。蒙古族人民十分热衷这项运动,其中蕴含着蒙古族的民族精神和文化内涵。了解和探索其中的魅力不仅能够传承和发扬这项运动,也能体会到蒙古族骁勇善战、智慧果敢的性格特点。

## 2. 搏克的起源与发展

“搏克”为蒙古语,与汉语中的“摔跤”发音相近,有着结实、力量和战胜的意思[2]。搏克是与蒙古族相生相随的一项运动,它产生于蒙古族先民的生存生产需要,发展于蒙古帝国的建立和壮大,延续于人民娱身娱心的需要,积淀于蒙古族草原文化的传承之中。搏克经历了四个阶段的发展。蒙古族是一个以游牧为生的民族,他们以部落为单位生活,逐水草而居,这种不断迁移的生活方式促使他们习惯了经常与野兽和同类搏斗,以此获得能够饱腹的食物和可以御寒的皮毛。为了延续血脉和保障部落安全,先辈将这些搏杀动作传授给后辈。搏克就在这种以“生死杀伤”为标准的野蛮生存中慢慢出现,产生了雏形。时至13世纪,成吉思汗统一蒙古诸部,建立蒙古帝国。出于维稳帝国的需要,统治者开始大兴军事,将男儿搏克作为军事训练的主要项目之一。搏克在这种环境中不断发展,其取胜标准也由“生死”转变为“双肩着地”。元朝建立后,搏克得到了长足发展。统治阶级喜爱挑选搏克技艺卓越者作为将领,搏克开始披上了一层政治色彩,具有提高社会地位的作用。其规则也由“双肩着地判负”改为“躯干着地判负”。但此时的搏克也是供王公贵族取乐的一种方式,他们往往为了追求刺激要求搏克手一一比试,甚至不顾其性命安危。新中国成立后,搏克逐渐文明化,不再是致人死伤的可怕运动,成为了蒙古族人民日常生活中的娱乐活动。搏克手可以比试切磋,但一定要点到为止,“膝关节以上任何部位一点着地”变成了搏克胜负的判定标准。在漫长的社会变迁中,搏克也由野蛮逐渐走向文明,抹去了生存、军事和政治的标签,融入了蒙古族人民的社会生活和生产中。

## 3. 搏克的种类和特点

在内蒙古这片辽阔的土地上,生活在不同地区的蒙古族人民在长期的生产和生活中受当地人文地理、民族迁移以及社会变迁的影响,形成了不同特点、不同风格的搏克运动,烙上了独特的地区印记,展现出它们与众不同的魅力。

### 3.1. 乌珠穆沁式搏克和呼伦贝尔式搏克

搏克比赛遵循“有跤无类”的规则, 报名者不限年龄和体重, 不分高低贵贱, 不论新手老手, 一律统一编排参赛。在北方少数民族搏克手的摇篮——乌珠穆沁地区, 参赛人数需为偶数, 少则 2 至 4 人, 多则上千, 或两人争斗, 或两队出相同人数同时比拼, 一般为 16 人。赛前, 引领者领唱慷慨激昂的蒙古长调, 搏克手们按照特定规则将手搭在前一人肩上, 一边高歌, 一边跳起似狮、似鹿、似鹰的舞步排队入场, 先向主席台致敬, 再在场地内顺时针绕场半周致意观众。搏克是唯一一项由歌曲开场的体育运动, 这种方式激发了搏克手的斗志, 点燃了观众的热情。在悠长的曲调中搏克手们高喊“搏克开始了”, 就此拉开比赛的序幕。赛时, 搏克手可使用捉、拉、扯、推、压等十三个基本技巧, 抓对手的搏克衣、腰带和裤带, 但不可抱其腿、打其脸、从后背拉倒对手, 攻击其耳朵和眼睛, 拉扯头发和踢打膝关节以上的任何部位。每场比赛采用单淘汰制, “一跤定胜负”, 以“膝关节以上任何部位着地判负”为标准。比赛双方都要点到为止, 不可取胜后采用过激摔法伤害对方。赛后, 胜方需先扶起败方, 双方拥抱鼓励, 以示友好。败者上台领取奖品, 胜者跳狮步离场。乌珠穆沁的搏克手崇敬勇猛的狮子, 故在脖子上佩戴景嘎以模仿狮子的鬃毛, 每胜一场, 他们的景嘎上就会加系一条五色彩绸条。人们将多次夺冠的搏克手称为“巴特尔”。

乌珠穆沁的搏克服饰主要包括护身颈结圈、搏克衣、搏克裙或搏克裤与套裤以及靴子与靴捆。护身颈结圈就是“景嘎”, 相传最初是一位活佛将绸布系挂于夺冠者脖子上, 以示鼓励, 后沿袭为搏克手荣誉的象征。它由绸布的皮圈、哈达、丝绸和粉绢等彩条组成, 其彩条数量代表夺冠次数和名望。搏克衣又称为“罩达格”, 主要用料是香牛皮, 在袖口、领围和后腰等边缘处常嵌有 256 或 512 个金属铆钉用于加固和装饰, 后背中部有固定鏤花或鼓出来的铜镜, 或方或圆的铜镜上镶有龙、凤、虎、狮、鹰、鹿、象等象征勇猛和吉祥的图案, 也会镶嵌一些方块蒙古字、蒙文篆体字和盘肠图样[3]。搏克裙即是“拉巴力”, 一条围在套裤腰上由红、黄、蓝等色绸缎或布条捆扎而成的牢固皮条。红色代表升腾的火焰, 蓝色是永恒的天空, 黄色象征着万物生长的大地, 亮丽的色彩为服饰增添了更多的观赏性。搏克裤是由一丈六尺或三丈二尺白布折叠缝制的肥裆裤, 裤腿上有诸多褶子, 长度直至脚踝, 蓬松地塞入靴筒中。这样的设计便于搏克手施展技艺, 也能够彰显其威武的气势。搏克裤有套裤和滑面裤两种。套裤由昂贵的面料制成, 上面有篆体字、艺术字等字样, 蝴蝶、黑白双鱼等动物样式和几何样式的万字、吉祥结以及各种卷草图案, 颇受老一辈和名将喜爱。在内蒙古诸多地区的搏克服饰中, 只有乌珠穆沁和呼伦贝尔的套裤用图案做装饰, 乌珠穆沁的套裤图案更为丰富, 装饰纹样也颇为罕见。而年轻人则多穿滑面裤, 由红、黄、白、绿、粉等色的绸缎制成, 搭配云纹、万岁纹的图案。靴子多以熟牛皮为底, 香牛皮为靴帮和鞞, 将精巧纹样黏贴在靴子上。靴捆长两米, 宽二公分, 是捆扎在靴子上的皮条, 用于保护脚部。靴捆的头部有一个用铁、铜、锡等材料制成金属环, 将铁环系到鞋里需要使用由羚羊角制成的角锥, 搏克手一般都随身携带。

呼伦贝尔式搏克与乌珠穆沁式搏克在规则、服饰、技术动作乃至比赛过程方面大致相同, 都是蒙古族搏克比赛中的主要形式。呼伦贝尔的搏克衣除使用牛皮外, 还会使用鹿皮或驼皮制成, 搏克手时常会穿马靴参加比赛。

### 3.2. 土尔扈特式搏克

土尔扈特式搏克是在明朝漠西蒙古部落建立后, 在融合新疆的摔跤形式“切里西”和蒙古族的摔跤形式“搏克”后演变而成的一种蒙古式搏克。随着卫拉特蒙古东迁至内蒙古地区, 这种搏克形式也渐渐流入阿拉善地区。该种搏克在参赛人数、参赛者要求、比赛场地、比赛时间以及一跤定胜负等方面的规定与其他种类的搏克一致, 但在搏克技巧、竞赛规则和服饰上有着自己的特色。赛时, 要求参赛双方互

相握手,以示友好。宣布开始后即可进攻,搏克技法主要是剪式摔法,搏克手需用上肢力量和腰胯动作将对手摔倒在地,不准抱腿和用腿攻击对方。如果对方倒地后肩背未着地,还可在地上翻滚角逐,直至对方肩背着地为止,方算获胜。搏克手不穿搏克衣,上身袒胸露背或穿一件短内衣,下身着短裤或布面毛毡裤,不穿靴子,赤脚相向,腰间系一宽为20~30公分的蓝色棉布腰带,大腿根部围一圈可供对方抓握的丝带或布带。

### 3.3. 沙力搏尔式搏克

土尔扈特式搏克传入内蒙古阿拉善地区后,与当地风俗、人文、地理交融后,形成了具有阿拉善地域特色的搏克形式——沙力搏尔式搏克。有学者认为沙力搏尔一词源于突厥语,原意是“裤子”,根据搏克手的穿着(短裤)、竞技场(沙地)以及其他特征而命名;另一种说法是将蒙古语中的“沙拉玛盖(敏捷)”和“沙拉巴(迅速)”结合后,语音译化而成的[4]。业余比赛一般在沙地或软草上进行,正式比赛则在垫子上完成。活动现场会建立诸多既可展现蒙古文化,又能为搏克手隐藏实力和秘密训练提供场所的圆锥形蒙古包。它们底座直径多为9米,圆形天窗,上面覆盖羊毛毯。每场正式比赛设有一名总裁判长,多名场地主裁判和其他裁判,四名裁判负责执裁一场比赛,主裁判的任务是监督和保证裁判执裁的公平公正。裁判被称为扎苏拉,他们统一头戴顶冠帽,脚蹬蒙古靴,身穿白蒙古袍,其区别是他们所戴帽子的颜色不同,总裁判长的帽子是红色的,场地主裁判的帽子是蓝色的,而其他裁判员的帽子则是黄色的。该种搏克是在吸纳雄壮动物动作的基础,逐渐演变而成的一种特殊搏克形式。入场时,乌尔雅乐曲和祝颂词悠扬响起,扎苏拉带领着头蒙以蒙古文化特色图纹为装饰、由红黄绸缎制成的布日呼勒(盖布)的搏克手缓步从蒙古包走进了搏克场。随后,扎苏拉掀去盖布,搏克手行礼,继而开始抓撒沙土、拍手掌和胸脯并转圈旋转,好像公牛角斗前向对手示威,传递不服气和蔑视的讯息,生动形象,活灵活现。搏克手赛前的准备姿势又和公驼斗架的最初动作十分相像,右膝着地,肩部靠近,胸脯贴近,颈对颈,胯对胯,手则握紧“把手”。因此,人们往往用“公牛般出击,公驼般斗架”来形容此项运动[5]。裁判松开按住搏克手肩部的手即为比赛开始的信号。这种搏克采用站立式摔法,其基本技巧有抓颈、顶蹭、侧踢、砍劈、俯扑等动作,禁止故意用头部和膝盖顶撞对方、扯打其面部以及用非技术动作踢踹其任何部位,松把和脱把判定为失败。每场比赛一局定胜负,以“肩背完全着地判负”为标准。搏克手在正式比赛中上身着短布马甲,下身穿短裤,不设“景嘎”,脚着生牛皮靴,后经演变为软布蒙古靴;业余比赛中则可用缰绳、蒙古袍腰带或哈达代替短裤。有称号的搏克手会佩戴象征荣誉的金色和银色腰带。

### 3.4. 鄂尔多斯式搏克

在内蒙古伊克昭盟和鄂尔多斯草原流行着一种搏克形式——沙拉木林布克,也就是鄂尔多斯式搏克。一般情况下比赛设置为九轮,最后一场是冠亚军赛。入场时,搏克手跳鹰步,采用抽签的方式分组,受到赞颂后开赛。开赛前搏克手先握把,裁判下令后比赛开始,赛中不允许换把。这种搏克的基本技巧是砍、歪、缠、绊、推、拉等动作,禁止抱腿、乱踢、扯裤子,以“身体任何部位着地判负”为标准。比赛结束后,胜方要先扶起败方,再跳鹰步走到台前,抛撒食品和糖果与观众共享胜利的喜悦。冠军通常可以获得骏马或精制的鞍具,最后一名也可获得奖品和祝福。搏克手没有专门的“罩都格”和“班斯勒”,身着彩色背心和宽肥的大裆裤,肩上各色的蒙古袍带子交叉相间,腰部系着由红、黄、蓝绸缎制成的腰带,脚穿马靴或蒙古靴。多次获胜的搏克手可以戴上各色布条织成的项圈。

## 4. 各种搏克之间的异同比较

各种搏克形式间有诸多相似之处,但在竞赛规则、技巧动作、出入场仪式和服饰着装等方面也融入

了当地的风俗人情。

#### 4.1. 参赛人数和要求

搏克一直秉承着有跤无类的理念,对参赛者的年龄、体重和技术等都无具体要求。但乌珠穆沁式搏克和呼伦贝尔式搏克要求参赛者人数为偶数,一般以16人为一组进行比赛。鄂尔多斯式搏克采用抽签分组的方式,赛制设为九轮,最后一场决出冠亚军。

#### 4.2. 比赛场地和裁判设置

与其他搏克形式比较,沙力搏尔式搏克的比赛场地和裁判设置较为详细和复杂。正式和业余比赛的场地有一定区别,正式比赛的场地是在垫子上,业余比赛则沙地和软草均可,还会建造有特色且隐蔽的训练场所——蒙古包。裁判设为总裁判长、主裁判和其他裁判三种,红、蓝和黄三种颜色的帽子分别代表总裁判长、主裁判和其他裁判的身份,主裁判监督裁判执裁是否公平,四名裁判负责一场比赛,他们各司其职保证比赛的顺利进行。

#### 4.3. 入场及准备姿势

鄂尔多斯式搏克手跳鹰步入场;乌珠穆沁式搏克和呼伦贝尔式搏克手将手搭至前一人肩部,在蒙古长调的激昂旋律中似狮、似鹿、似鹰般起舞逐渐入场,并在场地中先向主席台致敬,再向观众致意;沙力搏尔式搏克的入场则更为精彩,随着乌拉雅乐曲和祝颂词由裁判带领头披特制盖布的搏克手缓步入场,搏克手再像公牛出击般展示自己的士气。赛前,沙力搏尔式搏克的准备姿势模仿了公驼斗架的最初动作,右膝着地,肩部靠近,胸脯贴近,颈对颈,胯对胯,手则握紧“把手”。同时,土尔扈特式搏克和鄂尔多斯式搏克也有握把的准备动作。

#### 4.4. 技术动作

乌珠穆沁式搏克的技术动作主要有捉、拉、扯、推、压等十三个,应瞄准时机去抓对方的搏克衣、腰带和裤带;土尔扈特式搏克是剪式摔法,运用上肢力量和腰胯动作与对手比拼;沙力搏尔式搏克是站立式摔法,基本技巧有抓颈、顶蹭、侧踢、砍劈、俯扑等;鄂尔多斯式搏克的基本动作是砍、歪、缠、绊、推、拉等。尽管每种搏克的动作各有特点,但其都禁止攻击面部和头部,不允许抱腿、膝顶和踢踹。

#### 4.5. 比赛规则

各种搏克形式都是一局定胜负,乌珠穆沁式搏克采用单淘汰制,但每种搏克比赛的胜负标准不同。乌珠穆沁式搏克和呼伦贝尔式搏克以“膝关节以上任何部位着地”为标准。土尔扈特式搏克和沙力搏尔式搏克则以“肩背完全着地”为准,将松把和脱把视为失败。而鄂尔多斯式搏克的标准更为严苛,赛中不可换把,身体任何部位着地都判失败。

#### 4.6. 退场及奖品设置

比赛结束后,胜者要先扶起败者,相互拥抱以示鼓励。乌珠穆沁式搏克中,胜方跳狮步离场,其景嘎加系代表荣誉的五色绸带,败者到主席台领奖。鄂尔多斯式搏克中,胜方跳鹰步走到主席台,抛撒食品和糖果与观众共享喜悦。各种搏克比赛都遵循不论胜败均有奖品的原则,败者可领取表达鼓励和祝福的奖品;胜者可领取较为贵重的奖品。

#### 4.7. 搏克服饰

乌珠穆沁式搏克和呼伦贝尔式搏克的搏克服种类较多且较为昂贵,皮类和布料上绣制的图案多样,

手法细腻, 象征意味十足。此外, 呼伦贝尔式搏克还会有由驼皮和鹿皮制成的搏克服, 搏克手也会穿马靴参赛。土尔扈特式搏克不设搏克衣和靴子, 选手袒胸露背或仅穿短内衣, 着短裤或布面毛毡裤。沙力搏尔式搏克不设景嘎, 用金银腰带象征搏克手的荣誉, 他们身穿短布马甲和短裤, 以前常穿生牛皮靴, 现在多为软布蒙古靴; 业余比赛中服饰更为随意, 缰绳、蒙古袍和哈达可替代短裤。鄂尔多斯式搏克不设“罩都格”和“班斯勒”, 搏克手穿彩色背心和大裆裤, 肩上有各色蒙古袍带子, 腰部系红、黄、蓝三色绸缎腰带, 脚穿马靴或蒙古靴。此外, 该种搏克比赛中多次胜者还可佩戴多色布条项圈。上述三种搏克的服饰都较为简单, 其特色是大腿根部都设有充当握把的丝带或布带。

## 5. 搏克的当代价值

搏克是在蒙古族长期政治、经济、教育、科学文化的交融、渗透和不断发展中催生出的产物, 作为一种文化形态, 它随着蒙古族历史变迁而不断变化, 在漫漫的历史长河中具备了多重的社会功能和实用价值。除了体育本身具有的休闲娱乐、教育教化、强身健体和审美欣赏等功能外, 还对现在的政治、文化和经济产生了巨大作用。内蒙古自治区位于我国北部, 边境线绵长, 邻国众多, 而区内又有四十多个民族混居, 这种特殊情况导致该地区很容易出现一些摩擦、误会甚至是矛盾和冲突。搏克可以成为缓解这些冲突矛盾的一道“安全阀”。它作为蒙古族的传统体育项目承载着蒙古族的精神文化, 其中的文化内涵对民族团结、社会稳定有着重要的作用, 能够促进和谐社会与和谐边疆的构建。同时, 搏克通过体育化和动态化的描述将民族精神文化进行外化表现, 能够把许多隐藏于生活中的文化观念、文化模式和范本以“肢体语言”的方式传递给族群成员, 以此不断强化族群的价值观和伦理观, 唤醒族群的集体记忆, 加强大家对本民族文化的认同感。蒙古族的精神文化具有极强的文化张力, 它不仅是本民族的文化基因和精神符号, 也是中华文化的重要组成部分, 在丰富我国传统文化、推动我国文化软实力的提升和文化形象的塑造中起到了不可估量的作用。此外, 在国家提倡文化强国的新时代中, 搏克可以促成体育与经济的结合, 让“文化搭台, 经济唱戏”这一目标落地生花, 不断拓宽体育产业口径, 推动内蒙古地区的经济发展, 使其脱贫致富, 不再是人们心目中的偏远地区[6]。

## 6. 结语

搏克是中华大地上体育之林中的一朵奇葩, 在历史长河的不断洗涤中, 它与自然争斗, 也在与自然和解, 伴着蒙古族从远古走到现代, 从野蛮走向了文明, 拥有了更深刻的内涵和更深沉的积淀。蒙古族之所以会有各具特色的搏克形式, 是因为内蒙古东、中、西部的人文地理和风俗习惯都有所不同, 在这种情况下搏克入乡随俗, 作为当地的历史遗存保留了下来, 具有了多姿多彩的魅力。它将蒙古族的精神文化与体育活动相牵连, 在追求竞技和健美目标, 发挥教化、娱乐和审美功能的同时, 也为内蒙古地区的和谐稳定、经济发展和文化传承做出了不可磨灭的功绩。因此, 在这个人心浮躁、诱惑众多的时代, 我们更应珍视搏克这只独具特色的体育之花, 让它在当代开得更盛更好, 为构建中华民族共同体添砖加瓦。

## 基金项目

2019 年国家社会科学基金项目《草原丝绸之路背景下“那达慕”文化传播及融合发展研究》(19BTY035)。

## 参考文献

- [1] 贾瑞光, 胡艳霞. “搏克”运动精神的内涵[J]. 体育科技文献通报, 2006(7): 4-5.
- [2] 白红梅. 蒙古族搏克的文化性格及其教育功能探析[J]. 民族教育研究, 2007(2): 92-97.

- [3] 季春燕. 蒙古族摔跤服[J]. 内蒙古师范大学学报(哲学社会科学版), 2008, 37(S3): 89-90.
- [4] 张盛展. 沙力搏尔式摔跤田野调查报告[J]. 武术研究, 2020, 5(6): 92-94.
- [5] 刘秀峰, 朱艳丽. 新疆民族式摔跤运动的发展状况研究[J]. 石河子大学学报(哲学社会科学版), 2013, 27(1): 115-121.
- [6] 支焱宇. 习近平新时代中国特色社会主义思想文化自信理论研究[D]: [硕士学位论文]. 杭州: 浙江农林大学, 2019.