

蒙古搏克技艺在我国现代摔跤中的应用研究

前言

民族传统体育作为我国现代体育事业发展必不可少的一个环节，蕴含着我国古代人民的体育智慧。搏克作为蒙古族的传统体育项目，是传统古老的蒙古族三大体育项目之首，在搏克两千余年的发展历史中，这项少数民族传统体育项目具有深刻的内涵以及时代性的发展。自西汉初起，搏克就形成自身独特的民族特色，随后在元代盛行起来，清朝时期搏克迎来了空前的发展。本文重点立足蒙古搏克技艺的传承和发展现状，对搏克项目在我国现代摔跤项目中的应用情况和应用价值进行探析。

关键词

搏克；现代摔跤；应用价值

1 搏克的传承和应用现状研究

1.1 搏克的传承现状

搏克作为蒙古族的传统体育项目，是传统古老的蒙古族三大体育项目之首，无论“那达慕”还是“敖包会”都少不了搏克的身影，蒙古族搏克项目在2006年正式成为国家级非遗项目。搏克历经百余年的发展和沉淀，直到现在依然保留着其独特的项目特色，蒙古搏克是一个蕴含深刻哲理和积淀丰富民族文化的中华民族体育运动项目。

搏克整体传承情况同众多非物质文化遗产的传承轨迹一样，其传承谱系采用家族传承为主线，师徒以及其他传承方式并行的模式。搏克整体的传承和发展态势较好，在现有的传承条件下培养了3批摔跤运动员，并且受到了有关部门的高度重视，严格按照三代之间持续传承和传承时间以一百年为期限的规定进行该项目国家级代表性传承人的筛选和申报。当地政府部门在有序开展民族节庆活动的同时，积极邀请区县一级的项目传承代表参加，在一定程度上保障了搏克的传承和发展。

搏克目前在我国各地都有所传承，举办的活动也日益丰富起来，涵盖了社会生产的各个方面。由此看来搏克历经时代更迭不曾衰败是有其自身独特的文化魅力所在。但追溯搏克的历史起源则易囿于年代之久远与时代变迁之强烈，发源节点无从知晓，但纵观搏克在当今社会的整体传承和发展现状，可以发现搏克项目已经融入了当地民众的

文化血液中，当地群众的言传身教使搏克这项传统体育项目的技巧形态被传承下来，在史料、诗歌和故事文献中被记载与流传，时至今日依然散发着其独特的文化光辉，影响着一代又一代的民众。

在技艺方面，搏克这项运动对标自由式摔跤，有着许多相似之处。同样是技巧与力量的展现平台，同样强调运动员在力量、灵敏度、耐力和速度方面的身体素质，并且在精神上给予运动员顽强拼搏、勇敢坚毅的品质。目前搏克作为蒙古族大型节庆活动必不可少的一环，是民众喜闻乐见的体育休闲和集众娱乐活动。因此搏克运动从具有强硬规则的娱乐活动发展至今成为具有现代竞技体育特征的传统体育项目，有膝关节以上任意部位着地即判负的合理性规则。

1.2 搏克的应用现状

在2012年伦敦奥运会上，蒙古自由式摔跤队走进大众的视野，蒙古自由式摔跤队由6人组成，其中男女运动员各三名。温尔巴特将参加男子74公斤级的比赛，维意特尔伦、楚伦恩巴特将分别参加男子84公斤级和男子120公斤级的比赛。女子方面，欧特古恩特赛忒赛格、拜亚姆巴特瑟伦与娜珊伯尔玛将分别参加女子48公斤级、女子55公斤级和女子63公斤级的比赛。

就搏克项目的应用现状来看，从教育传承关系上包括了家族传承、师徒传承、族际传承、文化传承、教育传承，

传承路径上则以师徒传承中的言传身教为主要形式，由于传承人目前多为体育教师，所以在搏克项目的传承中充分利用了学校教育传承的优势，通过课外体育活动组建搏克队，对青少年进行培养。同时搏克项目的传承不仅仅是在形式上的传承，还体现在赛事活动前或比赛结束后的庆祝动作上，这些都成为搏克项目的重要组成部分。

搏克项目的传承有着更加多元化的传承方式，也值得其他项目学习和效仿。从搏克的演变发展来看，主要有组织形式、器物演变、技艺技巧、传播方式等方面内容。组织形式有官方和民间两种，赛事规则根据赛事规模确定，器物演变以传承人自身的认识和解读为主，搏克从“皮裤子”开始形成了现在的竞赛服饰。作为对抗类项目，搏克技艺技术直接决定了比赛的输赢，动作技术在常年的比赛实践过程中也存在着优胜劣汰，简单实用的动作保存下来，难度大不易使用的技术被淘汰，形成了技术动作的不同风格。

搏克发展的现实困境主要来自社会环境和经济环境两方面，体现在现代体育项目对传统体育项目的冲击。对搏克的扶持以政府牵头为主，传承人自身筹措资金为辅，同时多地将搏克项目的发展与当地经济建设相结合并将其纳入整体规划当中，为搏克项目的发展提供了良好的平台，已初步形成政府、社会多元化的扶持环境。

2 蒙古搏克的应用价值

搏克作为一项竞技性十足的民族传统体育项目，早在2 000年前就形成了参与、交流、拼搏和竞争的特性，与现代奥运竞技项目的理念如出一辙。不仅如此，蒙古搏克与现代自由式摔跤项目在规则、特点以及选材方面也有着一定的相似性，因此蒙古搏克技艺对于当代我国摔跤项目的发展具有重要的应用价值和意义。

2.1 在技艺层面的应用价值

搏克项目纳入学校体育项目教学后，对当地摔跤项目选材教育方面有一定的应用价值。

首先，搏克运动服对提升学生的身体素质有很大的帮助，该运动对于学生在神经反应、耐力持久度、柔韧平衡等素质方面具有不同程度的锻炼作用，同时还在学生身体机能方面带来明显的改善作用，例如能让学生的肺活量有所增加，运动机能更加活跃等。

其次，搏克有助于提高学生灵敏度。一个好的摔跤手往往依靠出色的反应机能和对于动作准确的把握来取得比

赛的胜利。因此搏克这项运动在介入训练和比赛时可以帮助运动员掌握瞬间爆发力量和绝对实力的互通融合，并同时训练运动员冷静思考和把握出击时机的能力，进而辅助训练运动员将力量和头脑相结合，用扎实的训练保障其在最短时间内发挥自身最大的实力，把握机会，掌握主动，控制局面，最终将对手“斩于马下”，取得胜利。因此搏克的技艺在现代摔跤项目的训练上具有一定的支持作用和应用价值。

最后，在技术动作上，搏克与现代自由式摔跤具有高度的相似性，都是力量和技术统一，搏克中的站架（顺架、顶架），基本步法（上步和撤步、背步和盖步、跳步、小跳步、滑步、跟步），手法（封住式抓法和自由式抓法、斜抱式抓法和腰带式抓法、抱臂式拿法和抓肩膀式拿法、抡拽式拿法和前肢捧式拿法、锁住式拿法），基本技术（绕臂揣、拿臂揣、披、叉臂摔、夹膝摔、大拿勾、抓腰带挑勾、反夹膝别、支别、抽腿背步别、大拿别、抱臂别、锁别、盖步别、踩踏摔、夹颈驮、跨带驮、左（右）左（右）挂大得合、偏门小袖大得合、绕臂里刀勾）与现代摔跤中的“后到背，夹劲背，过胸摔，抢夺背”及站立跪撑的动作训练标准具有高度的相似性，故搏克在基本功训练、技术动作提升层面具有一定的应用价值。

2.2 在意识形态层面的应用价值

搏克历经千年经久不衰，其根源在于搏克这项运动的内涵十分丰富，其不仅仅是力量与智慧相融合的代表之作，更是融入了深厚的文化底蕴和竞技精神。搏克在当时封建主义社会下展现出了人人平等的思想，反对强暴和欺凌弱小行为，强调了重在参与、交流拼搏的竞技精神，并且融合了和谐竞赛、增进友谊、消除隔阂、乐在其中的文化底蕴。借此培养学生和运动员良好的人格和优秀的竞技精神，为今后摔跤运动员树立爱国主义精神，报效祖国，为国争光打下坚实基础。

搏克还具有浓厚的民族特性，搏克运动的广泛传播可以加深同学和运动员对于我国优秀传统文化的认知，帮助同学和运动员加强民族认同感和民族自豪感。另外，搏克的音乐服饰在搏克运动中的传承也体现出美学的教育意义，从而拓宽学生和运动员的审美眼界，增强搏克的传播能力，优化搏克的传承路径。

新时代的民族传统体育被赋予了更多的文化传播职责，也在动态的文化场域内迎来挑战。因此优秀民族传统体育

项目的传承应该以什么样的视角、什么样的思路去进一步发展,成为少数民族优秀传统文化传承和弘扬的时代课题。基于优秀民族传统体育项目传承和应用现状来看,搏克项目在经历不同社会阶级变化和不同历史背景交替的情况下,保留了其独特的民族性,同时也展现出了文化交流、拼搏进取的奥运竞技特性。

搏克技艺项目与现代摔跤项目间相互借鉴、学习,有助于传统体育项目在守正创新的基础上,充分应用信息技术以及当前丰富的知识理论作为依托,与现代体育事业相结合,从而为推动文化自信、铸造社会主义文化新辉煌添砖加瓦。

3 结语

蒙古族搏克运动有丰富的传统文化内涵,“搏克”译为摔跤,有团结、结实、持久之意,发展至今已有近2 000年的历史,它不仅仅是力量和勇敢的象征,也是智慧的结晶,在我国体育事业的发展中不断流转演变,鼓励参与者拼搏竞争,最终达到育体、育心、育人的目标。全国著名体育社会学家、世界体育社会学学会执委、解放军体育学院教授刘德佩先生指出:“世界上有多少民族,就有多少摔跤。其中蒙古族搏克的竞争意识符合奥林匹克运动竞争意识,又保持有浓郁的特色,与人们的日常生产劳动相结合,十分贴近生活等三个特点。”

文/孙雪丰(新疆师范大学,新疆乌鲁木齐 830054)

基金项目:新疆师范大学硕士研究生科研创新项目《NFT在我国民族传统体育中的应用场景和应用价值研究》(XSY202201048)

作者简介:孙雪丰,男,湖北黄梅人,新疆师范大学在读硕士研究生,研究方向:体育人文社会学。

参考文献:

- [1] 谢秋香,陈亮,赵莹莹.探讨少数民族传统体育文化资源保护与传承路径——评《民族传统体育学》[J].热带作物学报,2021,42(4):1231.
- [2] 闫清伟,耿献伟,罗帅呈.西藏民族传统体育文化传承保护的对策研究[J].西藏民族大学学报(哲学社会科学版),2018,39(5):169-173.
- [3] 崔乐泉,孙喜和.中华优秀传统文化传承发展的理论与实践——《关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见》解读[J].北京体育大学学报,2018,41(1):126-132.
- [4] 彭迪,宋智梁,张良祥.非遗视域下鄂温克族传统体育文化的传承保护[J].黑龙江民族丛刊,2016(1):164-168.
- [5] 丁雨.新时期少数民族传统体育文化的保护与传承[J].贵州民族研究,2016,37(5):180-183.