

浅谈中国塔吉克族牦牛叼羊技艺培养过程

巴合提瓦尔·马苏尔

新疆下坂地水利枢纽工程建设管理局, 新疆 塔什库尔干塔吉克自治县 845250

DOI:10.61369/HASS.2026010003

摘 要 : 牦牛叼羊是我国帕米尔高原塔吉克族独树一帜的民族传统体育竞技项目, 仅在新疆塔什库尔干塔吉克自治县得以保留和开展^[1], 是高原塔吉克男人的专利, 是民族传统体育的灵魂。牦牛叼羊在海拔高、高寒和缺氧环境区域举行, 与在平原骑马叼羊相比有非常难度, 而且牦牛是半野生动物、脾气都倔强, 不好控制, 加上牦牛有角, 对骑手是一种潜在的风险。比赛激烈且刺激, 这就是骁勇和智慧的塔吉克族牧民, 是勇敢者的游戏, 是胆识与意志的较量, 塔吉克人认为, “真正的男人会在牦牛叼羊赛上证明自己。”高原地区传统体育活动的王中之王, 具有重要的文化价值。2010年被列为新疆维吾尔自治区非物质文化遗产名录。文章深入探讨了该项目的技艺培养过程, 为牦牛叼羊运动的保护与发展提供新的视角和思路, 为高原地区体育文化研究和学术提供基础性的理论。

关 键 词 : 塔吉克族; 牦牛叼羊; 非遗; 技艺培养过程; 浅谈

A Brief Discussion on the Cultivation Process of Yak Goat-Snatching Skills Among the Chinese Tajik Ethnic Group

Bahetiewaer Masuer

Xinjiang Xiabandi Water Conservancy Hub Project Construction Administration Bureau, Tashkurgan Tajik Autonomous County, Xingjiang 845250

Abstract : Yak Goat-Snatching is a unique traditional ethnic sports competition of the Tajik ethnic group on the Pamir Plateau in China, preserved and practiced solely in Taxkorgan Tajik Autonomous County, Xinjiang^[1]. It is a domain exclusive to Tajik men on the plateau and represents the essence of traditional ethnic sports. Yak Goat-Snatching takes place in high-altitude, cold, and oxygen-deficient environments, presenting significant challenges compared to horseback goat-snatching on plains. Moreover, yaks, being semi-wild animals with stubborn temperaments, are difficult to control, and their horns pose potential risks to riders. The competition is intense and thrilling, embodying the bravery and wisdom of Tajik herders. It is a game for the courageous, a contest of courage and willpower. The Tajik people believe that "a true man proves himself in Yak Goat-Snatching competitions." As the king of traditional sports activities in plateau regions, it holds significant cultural value. In 2010, it was included in the Intangible Cultural Heritage List of the Xinjiang Uygur Autonomous Region. This article delves into the skill cultivation process of this sport, offering new perspectives and ideas for the protection and development of Yak Goat-Snatching, as well as providing foundational theory for sports culture research and academia in plateau regions.

Keywords : Tajik ethnic group; yak goat-snatching; intangible cultural heritage; skill cultivation process; brief discussion

引言

塔吉克族是我国人口较少的少数民族之一, 是中华民族大家庭成员之一, 根据2021年第六次全国人口普查统计, 塔吉克族人口数为51069。塔吉克族主要聚居在新疆塔什库尔干塔吉克自治县, 其地处世界屋脊帕米尔高原东部地区。生生不息的塔吉克族就生活在这片广阔的雪域山地之上, 过着半牧半农的生活。这种生活方式造就了塔吉克人坚韧、豪放性格和独有的体育形式。在大自然的高原地带, 尤其是在海拔4000米以上的草原上, 高原环境限制马儿的奔跑, 要选择最适应高原地带生活的动物进行娱乐活动和比赛, 牦牛无疑是最佳选择。由于海拔高, 形成了其独特的民族传统体育项目塔吉克族牦牛叼羊。

塔吉克人与牦牛有不解之缘, 被称为“帕米尔高原上牦牛背上的勇士”。塔吉克民族放牧、运输、远行乃至日常生活都离不开牦牛,

作者简介: 巴合提瓦尔·马苏尔(1963-)男, 塔吉克族, 新疆塔什库尔干塔吉克自治县人, 高级工程师(讲师), 塔吉克族民俗学者, 已出版三本书; 译著出版四本书, 在中国核心期刊上发表论文46余篇, 研究中国塔吉克族的非遗。

塔吉克牧民自古以来就是一个熟悉牦牛性、善于养牦牛和驯牦牛,不分男女老少,都以善骑牦牛,高原地区的环境给牦牛上运动提供了生存发展的肥沃土壤,因此,高原区域的多数游戏、运动、竞技都在牦牛上进行。

牦牛叼羊是维系社会情感、推动经济发展、促进身心健康的文化基石。它的惊险就是人与人、人与牦牛的碰撞,是热烈的、开放的、对团队和力量的礼赞。它是力与美的交响,是勇气与智慧的狂舞。它带来的刺激,是根植于高原游牧民族血液中最原始、最豪迈的激情。具有原始、狂野、惊险刺激的独特魅力。它远不仅是一场冒险游戏,而是一部在牦牛背上演绎的关于高原民族历史、传统与精神的壮丽史诗,象征着勇气、力量、骑术和荣誉。牦牛叼羊是高原塔吉克族的非遗项目,是通过一代代人的实践得以延续和发展的生命体。它的独特魅力将继续引领着这个古老民族走向更加辉煌的未来。它在高原“活”下来,在当代社会“火”起来,发挥自己的生命力。

2025年10月统计,政府组织举行塔吉克族牦牛叼羊比赛74次,222人获奖,给37人颁发了“牦牛叼羊传承队员”证书,建立了“牦牛叼羊技艺和传承人”档案。

牦牛叼羊是一项对骑手技术、牦牛能力、团队战术要求极高的综合性牦牛背运动。要系统培养这门技术,需要从个人、牦牛、团队三个层面,科学、安全地进行针对性训练。训练时个人进行刻苦地与牦牛训练,培养和牦牛之间的友好关系,才能培养出优秀牦牛叼羊骑手。牦牛叼羊比赛被誉为“高原上勇敢者的游戏”,牦牛叼羊优秀能手被称为“帕米尔高原英雄”,受到大家尊敬^[2]。

牦牛的历史,正是一部人类与自然协同适应、共创文明的恢弘史诗。考古学证据将驯化起点定为约3750年前(曲贡遗址),而遗传学研究则暗示驯化可能早在7300年前就已开始^[3]。没有牦牛的驯化,就没有高原游牧文明。它们不仅是一种家畜,更是高原生态系统中人类得以成功生存的关键生态伙伴和文化基石。技术训练遵循“控牦牛→个人技巧→全队对抗”程序。

一、叼羊比赛的牦牛

(一) 选参加比赛牦牛

高原塔吉克牧民,家家户户都基本上养牦牛习俗。牦牛虽然体格健壮,但并不是所有的牦牛都能来参与比赛的,牦牛骑手根据各方面的综合情况,精选一头牦牛开始训练。

1. 牦牛选种

根据牦牛的用途和环境要求,塔吉克农牧民通常会考虑其体型大、肌肉发达、角要长、毛发质量好和母牛乳制品产量多、相对温等因素。要选良叼羊牦牛,首先要符合六个条件,一是牦牛的种源,二是牦牛的母源,三是体格,四是性格,五是体型,六是适应性。在这个基础上,再从十个方面进行极其严格的筛选,符合的才成其为真正的叼羊牦牛。这十个方面是:牦牛种、体型、头、脖颈、胸部、腰、腿、尾、性格、试骑。

2. 牦牛饲养

塔吉克族牧民放牧时适用于不同气候和地理条件,特别是在夏季牧草丰盛的帕米尔高原地区放牧,可以满足牲畜的营养需求,充分利用自然资源放牧,确保牲畜的健康和生长。牦牛基本上在天然草场养殖,特殊情况下在牦牛圈饲养。

二、训练前准备工作

(一) 制定计划

制定计划要考虑牦牛的天然草场和牦牛圈情况、个体发育史以及训练的目的制定计划,使得人牦牛合一,达到牦牛能够服从骑手和合格叼羊的牦牛。

(二) 训练场地和工具

训练场地为天然草场、雪地和牦牛羊圈。

训练时牦牛骑手使用小木杆子(塔吉克语为东胡力达克“Dongholdak”,长度约40—50厘米,直径8—10厘米),它是训练牦牛的最重要的工具,牦牛骑手训练牦牛的好帮手,有时还使用牦牛鞭子。放牦牛使用的工具为一米长的木杆子。



作者与自治区级塔吉克族牦牛叼羊非遗代表性传承人比江·比格瓦孜交谈
牦牛叼羊训练过程



温和牦牛和叼羊牦牛一起训练



骑手在雪地和天然草场训练牦牛叼羊技术

三、牦牛叼羊训练

塔吉克族的牦牛叼羊训练方法，秘诀不在外传，在家族网络之间进行。家族关系不仅限于直系亲属，还包括旁系亲属，形成了一个庞大的家族网络^[4]。

（一）平时训练方法

最常见的牦牛方法是与牦牛建立亲密的接触，并通过逐步引导和奖励来培养，牦牛叼羊代表传承人比江·比格瓦孜说：“我们一般牦牛到3岁时开始进行叼羊训练，一年以后参加比赛”。

1. 日常生活过程中学会牦牛技艺

塔吉克族农牧民通常自幼就要学习牦牛上游戏技能，让孩子在放羊、转场、运输物资和高山边防巡逻过程中学习骑牦牛，这是有意识地培养锻炼孩子的体质和坚强勇敢的品质的方式。

2. 高频声音法

高频声音作为塔吉克牧民与牦牛沟通的桥梁是对牦牛正确行为的一种肯定或呼唤，让牦牛明白训练员的意图。

（二）针对性训练

一头合格的叼羊牦牛需要经过专门训练，其核心目标是让牦牛成为骑手在激烈对抗中可靠且灵活的“伙伴”。

1. 精选出来牦牛单独喂养

比赛前，怎么去喂牦牛，怎样准备是一个很复杂的过程，喂多了不行，喂少了也不行，什么时候喂什么样的草，什么时候喝水都是很有讲究的。不是所有的牦牛都可以训练成叼羊比赛牦牛的，塔吉克族有个谚语：“百牦牛中，能训练一头好牦牛”。参加牦牛叼羊比赛精选出来牦牛单独喂养叫调牦牛。这段时间给它好吃的饲料让它肥胖，然后利用几天时间逐渐减少肥料，让它变瘦，每隔1-2天在河道的水里泡1-2小时。比赛结束之后，慢慢地走路就是遛牦牛，体温逐步减低，2-3小时后先吃嫩草，然后才让饮水。

2. 选择叼羊牦牛训练人员

牦牛骑手和调牦牛人员为叼羊牦牛训练人员。

（1）牦牛骑手亲自训练叼羊的牦牛

叼羊牦牛与温牦牛放在一起，实行半舍饲半围牧饲养，使之逐渐习惯饲养环境、饲养程序。先把它们同家温牦牛和叼羊牦牛同圈饲，同群放牧，逐渐合群，并使之逐渐习惯周围环境、牦牛骑手的声音，通过投放饲草料建立条件反射，久而久之，使之消除防御状态，达到人畜亲和。

（2）调牦牛人员

长期在高原区域放牦牛，有丰富养牦牛经验，对牦牛的习性非常熟悉，对牦牛的驯养特别精通的人员做为调教和保养牦牛人员。

（3）雪地里训进行训练

野性较大的牦牛在雪地里训进行训练，以此来消除它的野性。

（4）评估

评估训练的进程发展应该是一个持续的过程，对训练的各个阶段进行详细分析归纳，总结叼羊目标实现的原因。当遇到特殊行为或问题的时候，互相交流，寻找相关的线索。

四、牦牛叼羊技术训练

通过基础动作训练、团队合作训练和个性化训练，帕米尔塔吉克族牦牛叼羊队将能够在比赛中展现出更加出色的表现，赢得更多的荣誉和赞誉。

（一）骑手个人技术训练

牦牛叼羊技术训练是成为优秀骑手的关键部分，可以帮助骑手们提升技术水平、增强队伍的竞争力。在牦牛叼羊技术训练中，能精准控制牦牛的走、跑、停、转。首先要注重基础动作的细致训练。例如，骑手们在草原场地的牦牛背上，用羊皮或假羊练习俯身、抓提、携带，重点强化腰腹核心、手臂和腿部的力量，建立稳定的“牦牛背坐姿”，骑手能熟练且安全地完成各种高难度牦牛上动作。

基础动作的训练是牦牛叼羊技术训练的基础，只有掌握了基本的技术动作，骑手们才能在比赛中胜任自己的位置。再次在老骑手指导下，于安全场地进行低速叼拾训练。这是掌握以下高难度技巧如“镜里藏身：将身体蜷缩至牦牛腹一侧，躲避抢夺”；“海底捞月：牦牛跑中从地面俯身拾取羊只”；“牦牛上传递：从队友交接羊只，精准交给队友并投入得分区等。”

（二）牦牛专项训练

优秀的叼羊牦牛不是普通的牦牛，需要针对性培养其勇气、体力和服从性。让牦牛从小习惯人群、旗帜、呐喊和身体接触，逐步适应比赛环境。重点训练短距离爆发力、急停急转的平衡能力，以及反复启动冲刺的耐力。训练牦牛对骑手细微指令的绝对服从如起停、转向，牦牛成为骑手可靠伙伴，能积极且镇定地参与比赛。

（三）团队战术配合训练

牦牛叼羊训练中明确的角色分工和默契是取胜关键。分工分为前锋（叼夺手），通常由最强壮、技术最好的骑手担任，负责冲入中心抢夺羊只；中锋（掩护手/传递手），负责接应前锋，进行传递和阻挡，需要极佳的判断力和技巧；后卫（追赶手/守卫），负责防守，干扰对方进攻，保护本方得分区。不同位置的骑手需要有不同的技术特点和训练重点。例如，前锋需要重点训练抢夺羊只和进攻技巧，中锋要重点训练接应前锋，传递和阻挡技巧；传递与接应训练：叼羊是团队项目，精准传递至关重要，可与队友练习骑行时的物品传递，模拟“高空传球”。后卫则需要注重防守和组织能力。通过个性化的训练计划，可以更好地发挥每个队员的特长，从而提高整体队伍的实力。这样的战术演练反复练习策应、交叉掩护、快速传递、佯攻等基础配合，团队形成

默契的协作能力，能根据赛场形势灵活执行战术。



分工交流合影



进行中的牦牛叼羊比赛



项目代表传承人比江·比格瓦孜和队友骑着牦牛在雪地和草地训练传递与接应技术

五、结语

我国塔吉克族主要居住在自然条件恶劣、高海拔、高寒、缺氧的帕米尔高原新疆塔什库尔干塔吉克自治县。生活在高原的塔吉克族农牧民来说，吃、喝、搬东西、巡逻和过红白事都离不开牦牛。塔吉克民族对牦牛的依赖已深深融入社会生活的各个方面。牦牛既是劳动工具，又是生产工具，也是交通和娱乐工具。

牦牛是半野生动物，训练的目的和训练方法就是动物的一种学习行为，是由人类来授意或指令使动物在展示自然行为的基础上，改变其原有行为方式的过程。叼羊牦牛训练目的是塔吉克等高原民族为了在严酷的自然环境中生存与发展，是放牧生活的延伸而进行的一项综合性身心锻炼。牦牛训练是一项集勇气、力量、技巧、智慧与意志于一体的古老实践。它根植于高原民族的生产生活，是适应自然环境的一种生存智慧，如今也演变为珍贵的文化遗产和体育竞技项目。通过实践和经验的训练，使得牦牛适应叼羊环境，成为骑手的帮手。深入研究帕米尔高原塔吉克族牦牛叼羊技艺培养过程与高原牧民生活的关系，可以更好地理解塔吉克族的传统非遗文化，为保护和传承牦牛叼羊提供理论支持和实践指导。

参考文献

- [1]王强，李鑫江.新疆塔吉克族牦牛叼羊“非遗”传承人口述历史研究[J].武术研究2024年(3):80-82.
- [2]张念，毕存箭.我国西北少数民族传统体育叼羊文化社会科学版),2009(6):94-97.
- [3]陈顺港，高玉等青藏高原牦牛驯化的考古学与遗传学研究进展及展望[J].科学通报,2024(11):39-50.
- [4]西仁·库尔班，马达力汗·包仑，石羽等.中国塔吉克族[M].乌鲁木齐：新疆大学出版社，2012.6:187-190.