

2025年 范長江行動 香港傳媒學子內蒙古行 之 3

清晨的內蒙古輝騰錫勒草原，來自「白馬部落」的新牧民達來在蒙古包前，將剛擠出的鮮奶倒入銅鍋。熬製奶茶的香氣瀰漫開來時，他的手機屏幕亮起——是一條來自呼和浩特老客戶的微信：「達來兄弟，再給我發20斤奶豆腐，要小包裝的。」近年來，達來利用物流業發展，讓自家羊肉走出草原，甚至賣到廣東。同時，他希望開發體驗草原生活的文旅產品，吸引客戶，傳播文化，他還計劃利用互聯網記錄草原生活以增加收入。

近年來，在內蒙古自治區民委的大力推動下，促進各民族交往交流交融的「三項計劃」正讓更多新牧民像達來一樣，既守住牧鞭又重視「屏幕」，在傳承游牧文化的同時亦打開數字時代的市場大門。8月14日，「2025年范長江行動香港傳媒學子內蒙古行」的蒙港學子走進輝騰錫勒草原，體驗大草原的當代牧民生活。



扫一扫有片聯



▲傳媒學子體驗騎馬，觸摸輝騰錫勒草原沉靜而博大的心跳。大公報實習記者侯朴煊攝



▲蒙港學子品嚐鹹味內蒙古奶茶。

大公報實習記者 田季冉

## 守住牧鞭善用互聯網 實現雙軌致富夢

# 內蒙古新牧民 靠「屏幕」打開市場大門

輝騰錫勒草原位於內蒙古自治區烏蘭察布市察哈爾右翼中旗，地處陰山北脈、大青山東段，不僅有廣袤無垠的綠色草甸，有悠閒吃草的羊群，還有錯落有致的大風車。

### 賣羊肉到廣東 冀發展文旅

「草原五畜裏，羊是最實在的。」他掰着手指算賬，「一隻成年羊能賣到2000元，但得養足三年。」達來解釋說，「這些羊吃的是輝騰錫勒的野韭菜和沙蔥，所以肉裏都自帶香味。」近年來，隨着物流業的快速發展，達來的羊肉也隨之走出了草原，「去年冬天，我通過冷鏈成功將羊運到廣東。有個廣州老闆做成生意之後，他又在春節時給我家訂貨。」

雖然自家的羊肉銷售火爆，但達來也清楚看到瓶頸。「光靠傳統畜牧業無法致富。」他望着遠處聞名全國的黃花溝景區說，要是能讓遊客來現場吃現宰的羊，體驗草原牧羊人的生活，那價值就完全不一樣了。

達來所處的「白馬部落」近年來發展成為一個熱門的研學基地，雖然這裏的文旅項目尚未正式開展，但達來的蒙古包已接待過不少「找上門」的遊客。達來告訴記者，曾有香港客人突然造訪，他就帶他們做奶茶、學騎馬和射箭，向他們展示蒙古搏克（摔跤）。

「我們計劃把傳統的射箭、搏克等活動開發成標準化的體驗項目。」達來介紹說，比如射箭體驗，他會從歷史淵源講起，讓遊客了解這項技藝從狩獵工具到體育競技的演變過程。為了最大程度保護草原生態，達來選擇可移動式的體驗區方案。所有設施都可以隨時拆卸搬運，就像蒙古人逐水草而居的傳統一樣。

目前，達來已經和旅行社洽談合作，希望推出「來白馬部落體驗蒙古人一天的文旅計劃」。按照達來的設想，他要做的不是簡單的表演，而是讓遊客真實體驗蒙古族的文化精髓。這樣既能豐富遊客的草原之旅，也為牧民帶來額外收入。達來對未來充滿期待。

「現在這個時代，酒香也怕巷子深。」與記者交流中，達來會不時看看手機，「我們得學會用抖音、快手這些短視頻平台，讓更多人了解真正的草原生活。」這位37歲的蒙古族牧民坦言，新時代的牧民一定要學會借助新媒體平台來推廣草原文化。

談起他的新媒體計劃，達來眼睛閃爍着光：「我想把『牧民的一天』完整記錄下來。從清晨4點擠牛奶開始，到傍晚趕羊群回圈，讓大家看看我們草原上馬匹的真實生活。」他邊說邊比畫着拍攝角度，「特別是蒙古馬，牠們是草原的靈魂，我想拍牠們奔跑、吃草，和小馬駒互動的每一個瞬間。」

### 100匹馬是遺產 1部手機是未來

「100匹馬是祖輩的遺產，1部手機是未來的鑰匙。」站在自己家的草場中央，達來望着低頭啃食牧草的數百匹蒙古馬，又低頭看了看手機屏幕上正在編輯的「草原體驗活動」文案。達來說，「我父親一輩子沒離開過牧場，而我正在學習怎麼把牧場『搬』到手機裏。」

在內蒙古烏蘭察布市察哈爾右翼中旗農牧局的最新規劃裏，像達來這樣的牧民都將接入「景區+牧戶」數字系統。當草原遇見互聯網，新牧民的致富經才真正翻開了新一頁。相信在不久之後，一條條關於草原生活的短視頻隨之飛向雲端，去往那些從未到過草原的人們眼前。



▶8月14日，「2025年范長江行動香港傳媒學子內蒙古行」的蒙港學子走進輝騰錫勒草原。

## 體驗「男兒三藝」 感悟蒙古馬精神

不畏艱難

盛夏的烏蘭察布輝騰錫勒草原，碧草如茵，白雲低垂。參加「2025年范長江行動香港傳媒學子內蒙古行」的學子們到訪「白馬部落」，想要親身體驗「男兒三藝」（騎馬、射箭、摔跤），並在汗水中感悟「吃苦耐勞、一往無前，不達目的絕不罷休」的蒙古馬精神。學子們的大巴車剛剛抵達，當地牧民達來便上前端上了三大碗「下馬酒」，這也是蒙古族迎客的最高禮儀，以表示對勇者的敬意。



▲蒙古族牧民教授傳媒學子射箭，學子們拉滿角弓，瞄準十幾米外的靶心。大公報實習記者侯朴煊攝

隨後，達來便帶領大家開始體驗「三藝」。第一藝是「騎馬」，學子們跨上精壯的蒙古馬，發現原來這些馬匹前蹄踏出，後蹄精準踩於同處，展現出不同的紀律性。香港理工大學學生鍾雨若緊張得手心冒汗，「蒙古馬不懼長途奔襲，耐力驚人。這讓我想到香港的獅子山精神，再難也要向前衝。」

騎馬之後，射箭挑戰接踵而至。射箭場上，學子們拉滿角弓，瞄準十幾米外的靶心。香港大學學生田季冉屢射不中，卻毫不氣餒。「蒙古馬精神教會我，失敗不是終點。」她抹去汗水，再次彎弓搭箭。「就像蒙古族諺語說的，『好馬登程奔到頭，好漢做事做到頭。』」

最為激勵的莫過於摔跤體驗。在蒙古族勇士的示範下，學子們兩兩角力，塵土飛揚。香港城市大學學生林佳音摔倒三次，還是站起來再次上前，全場歡呼。「摔跤不是蠻力，是意志的較量。」他激動地說，「蒙古馬精神就是『不達目的絕不罷休』。這讓我反思時下的快節奏生活，我們常求速成，卻忘了堅持的過程，也很重要。」

據介紹，蒙古馬精神源於草原社會千年的磨礪，是民族精神的精華，更是時代奮進的動能。學子們此行不僅是一次文化體驗，更是一場精神淬煉。

大公報實習記者郭佳欣、林佳眉

## 搏克競技最難忘 傳承禮儀與力量

活態遺產

此次輝騰錫勒草原之行，最讓記者印象深刻的就是搏克。長久以來，搏克被誤解為「野蠻的角力」。實則不然，搏克的每一件服飾、每一套動作，其實都凝結着游牧民族的生存智慧。這種傳統摔跤，不僅是一項競技運動，更是承載着游牧民族精神與禮儀的活態遺產。

首先，搏克選手身穿的服飾「卓達格」，堪稱移動的文化載體。特別是用香牛皮製成的坎肩釘滿銅釘或銀釘，象徵着草原上的星辰，後背鑲嵌的圓形「吉祥徽」則寓意太陽與月亮，寄託着「長生天保佑」的美好祈願。比賽前，選手們會跳「鷹步舞」，模仿雄鷹展翅的姿態繞場一周，既展現對对手的尊重，也彰顯對自然的敬畏，這一儀式源自草原民族對鷹的圖騰崇拜，蘊含着「人與自然共生」的古老哲學。

其次，搏克選手賽場上的每一個動作都暗藏禮儀和智慧。交手時需雙手輕觸對方肩膀示意開始，摔倒後勝者需立即扶起對手，全程禁用危險動作，體現「以禮始、以禮

終」的競技精神。搏克中的低身旋轉「閃摔」，則源自放牧時躲避牲畜衝擊的技巧，借力巧摔的「絆腿」脫胎於馬背平衡的經驗，這些動作講究「以柔克剛」，與蒙古馬精神中「堅韌而不暴戾」的特質一脈相承。

### 搏克是那達慕大會核心項目

牧民達來表示希望用互聯網宣傳搏克這項運動，他表示，「現在很多年輕人都不知道這項蒙古傳統運動的歷史。我希望通過短視頻，讓這項運動被更多人知道，說不定能吸引些遊客來體驗。」

如今，搏克已成為草原文化對外傳播的重要名片。在烏蘭察布等草原地區，搏克比賽仍是那達慕大會的核心項目，年輕牧民通過拜師學藝傳承技藝，遊客則能在文旅體驗中了解文化內涵。搏克向世界展示草原文化的「力量」從未與「野蠻」掛鉤，而是與尊重、智慧、勇氣緊密相連。

大公報實習記者紅玉

## 餘暉下的四堂課 感受草原溫暖和心跳

學子手記

夕陽的餘暉為察哈爾右翼中旗的無垠草場鋪上了一層流動的金箔，抵達時已近黃昏，牧草與泥土混合的獨特氣息便裹着微涼的晚風湧來。作為一名實習記者，我在暮色中親身體驗蒙古男兒「三藝」，感受草原的溫暖和心跳。

### 第一課：一碗鹹香的暖意

剛下車，學子們便被熱情引入溫暖的蒙古包。牧民遞來一碗熱氣騰騰的奶茶。夕陽的金光恰好斜射入碗中，映着乳白的漩渦。不同於城市裏甜膩的飲品，這碗奶茶帶着鮮明的鹹香，濃郁的奶味包裹着醇厚的茶香，順着喉嚨滑下。牧民溫和的笑意，如同這碗鹹奶茶本身，帶着草原生活最本真、不加修飾的暖意。

### 第二課：草甸上的「同袍」相搏

暮色漸濃，遠山如黛。摔跤的對手是同行的另一位實習記者。換上厚重的襖褲，兩人相視一笑，互相行禮致敬後，沒有雷霆萬鈞的力量，只有試探性的拉扯與角力。幾番糾纏，腳下被草根一絆，我竟失去重心，結結實實地滾倒草甸上。後背傳來的不是劇痛，而是草原的溫厚氣息。夕陽的金輝灑滿全身，我們躺在草地上大笑，草屑沾滿了頭髮和襖褲。這狼狽的一跤，摔去了所有關於競技的緊張預設，留下的是平等參與的快樂。

### 第三課：暮光中的屏息一箭

在射箭場時，夕陽將影子拉得老長。硬木長弓握在手中沉甸甸的，搭箭、開弓，微涼的風似乎都

在考驗着穩定，最開始幾箭都無聲消失在靶後的草叢裏。一位牧民老師走過來，輕輕調整了我握弓的手勢，告訴我要「心靜、眼隨」。我深吸一口氣，摒除雜念，手指鬆開——「嗖」的一聲輕響，箭簇終於篤地釘在了靶子的邊緣。那一瞬間的震顫，彷彿是用專注捕捉到了草原古老技藝的回響。

### 第四課：馬背上的黃昏巡禮

當天還剩下一抹熔金，我們迎來了最後的體驗——騎馬。沒有想像中的風馳電掣，在牧民大哥的牽引下，我跨上一匹溫順的蒙古馬。馬兒只是不緊不慢地繞着營地走了一圈，我的身體隨着馬背的起伏輕輕搖晃。我真正靜下心來去感受黃昏草原的脈動——風聲、草浪聲、牧人的低語、馬蹄的節奏、炊煙的味道。原來，融入草原的方式，並非只

有速度，在慢下來的馬背上，更能觸摸到它沉靜而博大的心跳。

大公報實習記者林佳音



▲傳媒學子體驗蒙古搏克。大公報實習記者侯朴煊攝