

走进广西来宾,感受多彩民俗文化

“三月壮乡歌似海,八方宾客聚来宾。”3月28-30日,在广西欢庆壮族传统节日“三月三”到来之际,茂名日报社全媒体记者和全国多家主流媒体、网络达人以及广西科技师范学院数名留学生组成采风团,齐聚广西壮族自治区来宾市,参加“‘天下来宾 乐游来宾’广西三月三媒体来宾行”活动,深入体验多彩民俗文化和生态康养等,感受来宾深厚的文化底蕴和蓬勃的文旅活力。

瑶族风情:金秀瑶山的神秘与热情

3月28日上午,采风团首先奔赴金秀瑶族自治县大瑶山盘王界景区,开启充满神秘色彩的瑶族风情之旅。盘王界景区有幽深清凉的山谷、壁立千仞的悬崖,有瑶民圣地盘王庙、盘王遗迹盘王瀑,独特的自然景观和深厚的瑶族文化底蕴相互交融。采风团踏入景区,身着绚丽民族服饰的瑶族同胞便跳起舞蹈《盘王赞歌·迎宾舞》,并拉着记者们一起踏歌起舞,展现了瑶族人民的热情好客。随后,采风团乘索道登山,沿着长达8.5公里悬崖无障碍游步道穿行于群峰悬崖之间,尽享大瑶山绝美风光,并在山间欣赏瑶乡民歌、对歌,观看实景演出《盘王赞歌》等,领略瑶族山歌传情、婚礼庆典、盘王巡游、跳盘王舞等瑶族民俗文化的独特魅力。

离开盘王界景区,采风团来到瑶族民俗村孟村。在这里,舂糍粑、包粽子、对歌等民俗活动趣味十足,大家纷纷参与其中,感受传统习俗的魅力。爬楼对歌、竹竿舞、上刀山、下火海、踩篱头等非遗民俗表演更是精彩纷呈,展现了瑶族人民的勇敢与智慧。夜幕降临,瑶族长桌宴上摆满特色美食,“高山流水”瑶族敬酒礼再次让大家深切感受到瑶族同胞的热情。

民俗欢歌:来宾的活力与风采

3月29日上午,采风团来到来宾市武宣县七星湖体育综合体,开启民俗互动新旅程。“千人唱响三月三·畅游滨湖城”活动热闹非凡,扁担舞、竹竿舞等民俗表演节奏明快,活力四射;非遗彩调、同心圆舞等表演,更是将地方文化特色展现得淋漓尽致。民族体育项目活动同样精彩纷呈,乡村拔河比赛现场,村民们齐心协力,呐喊声此起彼伏;高脚竞速表演者步伐矫健,在赛道上飞驰;独竹漂表演者如水上精灵,轻盈前行,赢得阵阵喝彩。这些活动不仅展示了民俗体育的魅力,更体现了乡村的活力与凝聚力。

3月30日上午,采风团来到来宾市行政中心广场。“甜蜜来宾”——2025年“律动八桂”广西广场舞大赛在这里盛大举行。来自全区各地的34支队伍齐聚一堂,以舞会友。大赛在气势恢宏的“万人广场舞”展演中震撼开场。各参赛队伍将民族元素巧妙融入舞蹈,或热情奔放,或优美灵动,现场观众掌声、欢呼声不断。经过精彩角逐,来宾市原创作品《彩锦踏歌来》摘得特等奖。该作品以壮族舞蹈基础动作为魂,舞者手执壮锦翩然起舞,将经纬织就的精美纹样融入现代广场舞编排,使非遗之美随跃动焕发新生。

康养探秘:中医药文化的传承与创新

此次来宾行,采风团还深刻感受到了中医药文化的魅力。

3月28日下午,采风团在来宾市金秀县参观了瑶医药博物馆。珍贵的医药文物、独特的瑶医诊疗器具以及丰富的草药标本,向众人展示着瑶族医药文化的博大精深,让大家对瑶族传统医学有了全新的认知。

在3月29日举行的武宣县七星湖体育综合体的“千人唱响三月三·畅游滨湖城”活动上,当地也安排了一系列中医适宜技术体验、中药茶饮药膳品鉴、中草药辨识、中药香囊制作项目,将传统中医药文化与民俗活动巧妙融合,为采风团带来了全新的体验。

3月29日晚,采风团还前往来宾市地王公馆广场参观了“康养来宾”——来宾市第二届中医药文化活动现场。活动现场人山人海,摩肩接踵。现场开设名中医(专家)义诊区、中医特色理疗体验区、中医文创产品展示区、中医药文化科普区、中医药康养(旅游)路线与康养产品体验推介区等。同时,还展示了近200多道药膳茶饮及特色美食供游客和当地市民品尝。来宾市卫健委有关领导表示,该市举办以“中医瑶韵 康养来宾”为主题的中医药文化活动现场,目的就是依托“三月三”民族文化节庆,打造区域性中医药文化传播高地,普及中医药知识,增强公众健康意识,形成“爱中医、用中医”的社会风尚,并推动中医药非物质文化遗产传承与创新发展。

在为期三天的采风活动中,采风团还前往来宾市武宣县的黄肇熙庄园,探寻百年古庄园里隐藏的奢华与历史遗韵;走进百崖大峡谷景区,探原始森林听祝酒民歌,赏壮族舞蹈等。大家都觉得,来宾文化底蕴深厚,旅游资源丰富,希望来宾继续深挖自身文化与资源优势,在文化传承与旅游发展的道路上不断前行,绽放出更加耀眼的光芒。



▲瑶族同胞拉着客人一起跳“竹竿舞”。



▲瑶族同胞跳起迎宾舞。



▲来宾市第二届中医药文化活动现场展出诸多药膳茶饮及特色美食。



▲来宾武宣“千人唱响三月三·畅游滨湖城”活动现场。



▲来宾武宣“千人唱响三月三·畅游滨湖城”活动现场。

文/茂名日报社全媒体记者吴捷 刘锋兰
图/茂名日报社全媒体记者刘锋兰