

“出圈”的东山弩文化

巴马瑶族自治县东山乡是一个多元文化的交汇融合地，文化遗产丰富。而坐落于崇山峻岭间的文钱村，素有“中国射弩之村”的美誉。在村子里，上至七八十岁的老人，下至七八岁的小孩都会射弩。弩文化遗产保护传承工作取得历史性成就，弩文化蕴含的创新创造基因被不断激活，展现了中华优秀传统文化生生不息的生命力，描绘出一幅古今辉映的新时代文化长卷。

走进东山文钱村的弩文化技艺传承保护馆，弩弓、弩臂、弩弦等等各式各样的弩模型结构精巧、精妙绝伦。令人惊叹的是，这些弩看起来就是两块木架在一起，加上一根弦，结构很简单，但实际要做出一把好弩是很难的。

东山的弩是用深山中最具刚性和韧性的木、竹制作，结构上由弩身、弩臂、弩绳和弩箭组成，工艺繁杂精巧。弩分大、中、小型三种，适合不同年龄者使用。弩的外形酷似雄鹰，射击精度高，杀伤力大，是瑶族群众用作谋生、狩猎的生产工具和用于征战御敌的武器，目前射弩逐渐发展成为一项少数民族体育运动竞技项目，是瑶族文化艺术的精髓之一。

“从民间土弩到弩文化馆，从工具、模型到构件，再到工艺流程，基本上涵盖了咱们传统弩文化的所有内容。”传统体育项目（射弩）代表性传承人覃海洋介绍。

1988年，17岁的覃海洋首次参加全区少数民族传统运动会射弩大赛，一人就斩获了3



▲覃海洋(右)在给徒弟传授制弩技艺。

枚个人金牌。从退伍军人到射弩王，如今成为广西民族传统体育项目（射弩）代表性传承人，覃海洋30多年如一日复制、收藏传统弩，想方设法留住传统弩的根与魂，使其得以保护和传承。

20世纪80年代，从小就钟爱民间传统弩的覃海洋，决定系统学习传统制弩工艺。“会射弩的人很多，但会做弩的人很少。除了需要

精湛的工艺，还需要挑选上好的木材。”覃海洋介绍。如今多年的制弩经历，让他积累了丰富的工艺经验。通过分析各类木质，调整弩弦、弩弓、弩臂的比例关系，他独创了自己的绝活：把单扳机变成了双扳机，减少了扣扳机所需的力量，这样在射击时就不会因为用力扣扳机而造成弩臂晃动，从而提高射击精确度。对于家乡的传统弩，覃海洋同样倾注了大量的

心血。那些行将消逝的土弩，都被他通过文字、图纸、图片、视频进行了复制复原，建立了完整的、成体系的档案库。

覃海洋以师徒言传身教的方式相传，一边探索着前辈的匠心巧思，一边担负起传承的责任。如今，他能独当一面的徒弟已经达到30多人。

2015年，巴马投资建设了文钱弩文化馆，详细展示了文钱村在射弩运动方面的辉煌成就及深厚文化底蕴。每逢节假日或农闲时，东山乡文钱村的村民不约而同来到射弩体验区，亲自体验射弩的基本技巧，包括立姿射击和跪姿射击的姿势要求、瞄准与击发的要领等，使沉静的山村变得热闹非凡。

同时，巴马不断拓展新途径，谋求新举措，通过举办非遗进校园、非遗进村里、非遗进单位、非遗进景区等系列公益培训活动，使东山弩文化得以更好地传承和发扬。如今这项有着悠久历史的非遗弩文化，已成为当地群众必不可少的一道文化大餐和“金字招牌”，焕发出了新的光彩。

而乡村射弩这项古老的运动，参与队伍规模也越来越壮大、射弩水平越来越精湛。巴马射弩运动员穿上民族服装，在全国、全区少数民族运动会上一出场便成为焦点。据统计，巴马射弩运动员共获奖牌总数215枚，其中金牌111枚，银牌45枚，铜牌59枚，成功“出圈”。这些荣誉不仅是对射弩技艺的肯定，更是对少数民族传统文化的尊重与传承。

(韦明崧/文、图)

阳朔龙尾小学：长鼓声声传薪火 石榴粒粒结同心

阳朔县福利镇龙尾小学，用60余载春秋守护着瑶山孩子的求学梦。在这里，瑶族长鼓舞的韵律与空灵鼓的节奏交织，高山瑶歌的悠扬与现代课堂的智慧碰撞，民族文化传承与民族团结进步教育深度融合。

每天第一节下课后，龙尾小学的操场总会准时响起长鼓声，特色鲜明的瑶族长鼓舞替代了传统广播操。“每个动作都经过非遗传承人指导，既保留了瑶族传统韵味，又能让孩子锻炼身体。”校长林相国介绍。2015年，这位90后校长初到龙尾时，亲眼见过瑶族老人打长鼓的场景，深刻认识到瑶族文化传承与保护的重要性。2022年，学校将零散的长鼓舞动作系统整理，编成了适合孩子的课间操。同时还将瑶族文化传承的实践渗透于教学日常，每周设置3至5节民族文化课，内容包含瑶族历史、服饰、美食、习俗等知识。此外，学校还邀请专家为学校开展瑶族

舞蹈教学、现场指导学生跳《竹竿舞》、瑶歌传承人教唱原生态高山瑶歌等，将民族文化传承根植瑶乡，让孩子们在丰富多彩的活动中增强对中华文化的认同。

面对教育资源匮乏的困境，龙尾小学主动“借船出海”。在课程实践中，学校主动对接高校资源，邀请广西师范大学“数学课栈”团队带着优质微课资源走进校园，为孩子搭建起良好的学习平台。中国民族管弦乐学会志愿者义务到学校教授空灵鼓，让各族学生接触到了多元的民族乐器。学校还积极开展歌颂瑶族生活书画赛、民族团结摄影、趣味民族体育运动会等各类瑶族文化实践活动，既丰富了学生文化生活，又增强了教师教学自信。

目前，在校园里，合唱排演、花式跳绳锻炼、动感非洲鼓等活动将寄宿儿童的心连在一起，填满了学生的课余时间。学校还联动镇政



▲龙尾小学开展“广西三月三”民俗活动。

府、村后盾单位、公益组织织密帮扶网，为困难家庭送去慰问物资，并架起“云家长会”平台让千里之外的父母见证孩子成长。

龙尾小学的实践，将中华民族共同体意识根植于孩子们的心田，让“民族团结之花”在校园绽放。

(朱继文/文、图)

平桂区：暑期科普进社区

▼时值暑假，贺州市平桂区科学技术协会在文华社区举办暑期科普公益课活动。活动通过开展机器人互动、缝制“民族娃娃”、科学实验秀、3D打印笔体验、民族主题绘画等多样化课程，为青少年打造触手可及的科学课堂，助力他们在探索与实践拓宽视野、全面成长。图为机器人互动游戏。

(蒋国媛 摄影报道)



罗城：趣味活动显魅力

▲近日，罗城仫佬族自治县在天河彩虹谷景区举行第二届天河古街风情文化旅游活动，开展农耕走秀、民族传统体育竞技、吃西瓜比赛等趣味活动，展示各民族文化。图为村民参加农耕走秀表演。

(韦如代 摄影报道)