



跳娘舞承载着当地黎族悠久的历史文​​化背景，且被黎族百姓认可。

一方乡土

每口鲜都看得见

探访荣山寮沙滩鱼市：

“今天的渔获很丰富！”“来看这虾，多鲜活！”渔民们的吆喝声立刻引来人群的围拢。游客们好奇地观察着各种海产，熟练的主妇们则精准地翻看鱼的鳃部判断新鲜程度，鱼贩们眼疾手快地抢购大批渔获，主播们对着手机镜头热情洋溢地讲解着现场情况。叫卖声、询价声、海浪声交织在一起，构成荣山寮独有的“沙滩鱼市”交响曲。近日，海南日报全媒体记者探访了荣山寮沙滩鱼市。

夕阳西下，金色的光芒洒满海面，荣山寮的沙滩在这一刻变成了一个巨大的露天海鲜市场。没有固定的摊位，没有冰冷的玻璃水箱，取而代之的是铺在细沙上的一张张纱网布，上面堆满了刚从渔船上卸下的各色海产。金钱鱼在夕阳下闪烁着耀眼的鳞光，石斑鱼有力地摆动着身軀，活蹦乱跳的海虾不时从筐中跃出……每一件渔获都保持着离开大海时最新鲜的状态。

荣山寮位于海口市最西端，这个传统渔村地处北部湾洋流漩涡边缘，海面平静，落日极美，更因位于琼州海峡鱼群必经之地，渔产以鲜美闻名。正是这些得天独厚的自然条件，孕育了数百年来一直延续的“沙滩鱼市”传统。

在这个独特的市场上，交易方式既传统又现代。年长的渔民仍然习惯用当地话吆喝报价，而年轻的渔家子弟已经学会了使用移动支付。游客们可以通过扫描二维码直接付款，还能关注村里的公众号，获取下次鱼市的准确时间。

与其他的海鲜市场不同，这里的交易直接在沙滩上进行，购买者可以亲眼看到海鲜从渔船到沙滩的全过程，确保百分之百的新鲜度。这种独特的体验，让荣山寮沙滩鱼市成为了美食爱好者和游客们必到的打卡地。

鱼市并非每日都有。这里的渔民至今仍采用着传统的捕鱼方式——他们利用洋流和特制的巨大漏斗网捕鱼，收成完全依潮汐而定。这种不确定性，反而增加了鱼市的神秘感和吸引力。

来自天津的陈女士已经是第三次来这里买鱼了。“我第一次来的时候完全不知道该怎么挑选，”她笑着说，“后来跟着本地人学，现在我也能通过看鱼眼是否清澈、鱼鳃是否鲜红来判断新鲜度了。这种体验比在超市买菜有趣多了！”

随着夜幕降临，鱼市渐渐进入尾声。渔民们开始收拾剩余的渔获，游客们心满意足地带着战利品离去。沙滩上只留下浅浅的脚印和淡淡的鱼腥味，见证着这一天热闹的交易。

一名民宿老板告诉海南日报全媒体记者：“不少客人都是专门为体验鱼市而来的。他们会提前住下，第二天一早去鱼市采购最新鲜的海鲜，然后回来让我们帮忙加工。这种体验是别处找不到的。”



在海口市秀英区西秀镇荣山寮村的沙滩鱼市上，市民游客选购渔获。

海南日报全媒体记者 李天平 摄

看海南



文字整理/蔡佳倩

碗盏翩跹  
黎家舞者的传承接力

自家院落里，加茂村村民黄海妹在农忙归家后，和姐妹们自由舒展双臂，跳起了传承千年的跳娘舞，身姿如同一只在云端翩翩起舞的灵鸟。

“跳舞的时候是最开心的时候，每个动作都在讲述我们黎族的故事。”黄海妹的眼里闪着光，透着自豪。她和姐妹们原本只是普通的务农者，但随着跳娘舞从祈福仪式走向舞台，她们也成了这一古老文化的传承者。

在跳娘舞的表演队伍中，“70后”的黄海妹算是年纪较轻的成员。“跳娘舞离不开歌声，不用嘴巴唱的话，我们好像就跳不了。”顺边、屈膝、摆动，脚步循着歌词的韵律，标志性舞步为向前两步后退两步，进退之间流淌出浑然天成的律动美。

“给你看看‘传家宝’。”黄海妹拿出一个包裹，轻轻解开裹布，一只釉色温润的公鸡碗泛着古朴的光泽。碗沿处绘制的红冠公鸡依然栩栩如生，碗底还留着岁月摩挲出的细密纹路。

“碗和筷子都是婆婆手把手教我的时候传下来的，”她小心翼翼地捧着碗，指尖轻抚过碗沿，“说来也神奇，”她笑着说，“无论是平时练习还是正式表演，这只碗就像粘在手上一样，从没掉过。”今年4月，黄海妹被命名为保亭第二批县级非物质文化遗产项目“黎族跳娘舞打（敲）碗舞”代表性传承人。

传承了两代人的公鸡碗成为了见证，曾经只能在祈福祭祀时由“娘母”独舞的仪式，如今已成为村寨里一幅动人的风景。

在表演队伍中，“60后”的黄秀芳对跳娘舞有着特殊的情感。她的母亲曾是村里备受尊敬的“娘母”，那些优美的舞姿在她年幼时便深植心底。“小时候总看母亲跳舞，那韵律感一直留在记忆里。”黄秀芳说着，不自觉地摆动手臂，重现母亲当年的动作。

“现在能把跳娘舞带到更多人面前，跳起来特别有韵味。”虽然最初家人对她跳舞有些不解，但随着跳娘舞影响力的扩大，家人的态度也发生了转变。

回忆起第一次登台表演时的情景，黄海妹仍会雀跃。“那年嬉水节人山人海，我紧张得手心直冒汗。婆婆教过我，左右摆肩要留头，扭身时头不能跟着转，一扭碗就掉了。”黄海妹说，跳这支舞，要全神贯注。舞动时平衡碗具的惊人技艺，背后也是日复一日的训练和努力。

舞台上，演员舒缓的舞步间暗藏力道，这是敲碗舞中“柔中带刚”的真谛。当乐声响起，人与音乐、与节奏浑然一体，仿佛进入了天人合一的境界。收尾时，双脚优雅地内收，继续坚定地向前迈进。

“舞蹈里仿佛藏着千年的故事，好像真正触摸到黎族祈福文化的灵魂。”嬉水节人潮中，一位游客动容地说。当铿锵的碗乐响起，当节庆的欢腾与传统相遇，这份文化瑰宝也跃进了每个人的心里，成为了跳动的生命脉搏。



扫码看视频  
《非遗跨界“50后”  
黄金花：千年舞步“遇”佳节》

跳娘舞

又名敲碗舞，是海南省保亭黎族苗族自治县地区流传的一种黎族（赛方言）女性舞蹈。它起源于黎族先民祈福驱病的民间仪式，由被称为“娘母”的仪式执行者主持表演。

特点

- 核心动作：以敲碗为核心，舞者一手持碗（顶于头顶或置于胯部），另一手持木筷敲击碗沿，发出有节奏的清脆声响，视为与天地沟通的独特旋律。
- 舞步韵律：节奏舒缓，舞步相对简单但独特。动作特点主要集中在腰部和胯部的“顺边”摆动（即同手同脚的“顺拐”动势），以“摆晃”、“跳步”、“甩动”为主，轻盈柔美。

碗声祈福  
娘母舞的千年传承

阳光下，公鸡碗泛着温润的光泽。舞者们用手中的木筷子轻敲碗沿，清脆的叮咚声穿透天际，头顶随律俯仰，摆胯挥臂间，腰肢如风中的槟榔树般摇曳，独特优雅的韵律征服了现场的观众。

“碗声是给天地听的，舞步是跳给族人看的。”来自保亭加茂镇新胜村的67岁妇女黄金花是这支黎族跳娘舞表演队伍中为数不多的“娘母”，在登上舞台之前，她已经在村寨里跳了数不清多少次。

这是一支源于黎族民间祈福仪式的女性舞蹈，发轫于黎族先民对自然的敬畏，在族人看来，舞蹈连接着人与天地。过去，作为“仪式执行者”的娘母，是人与自然沟通的一条纽带。

“我是由‘娘母’师父亲手带出来的徒弟，这是我们世代相传的传承。”回忆时，黄金花眼中闪烁着虔诚的光芒，年少时自己曾亲历过这一祈福仪式，后来跟随师父潜心学习，也成为了一名“娘母”。

跳娘舞是整个祈福仪式的高潮部分，舞蹈动作节奏较慢，舞步较为简单，舞蹈动作的主要特点集中在腰部和胯部上，“娘母”一只手拿着筷子敲打放在胯部的碗沿，或将碗顶在头上，一手拿着筷子敲击，并随节奏作舞。口中喃喃伴歌，腰部和胯部跟随步伐左右“顺拐”或“顺边”，可进可退，动作以“摆晃”“跳步”“甩动”为主，轻盈柔美。

“娘母”不仅以歌词向大自然祈福，舞蹈中的律动也是一种身体语言。

“比如这个敲碗的动作就和敲锣打鼓一样，是为了祈求健康或祈盼康复。”黄金花一边以碗为器，以筷为槌，伴随着腰胯的“顺边摆”。“娘母”有时捏起衣角呈容器状，来呈接天地的祝福。

另一方面，跳娘舞也有对抗的动势，“娘母”会举起尖刀和草叶，意将病祟扫出家门。作为原始人类初期“万物有灵”的信念，跳娘舞承载着当地黎族悠久的历史文​​化背景，且被黎族百姓们认可，并长期流传在村寨之中。



年轻一代在向“娘母”学习跳娘舞。

从民间舞蹈到节庆舞台，跳娘舞跨界新生  
与碗共舞

■ 海南日报全媒体记者 王迎春

以碗击节、踏歌而舞，欢腾的节庆上，伴着清脆的碗筷敲击声，头顶公鸡碗的舞蹈演员们与天空对话，祈愿平安与收获，四季轮回的农耕智慧在舞步间流转，根植于土地的生命力在碗声里激荡。

敲碗作舞、喃喃伴歌，祈福现场，黎族“娘母”沉浸在庄严而神秘的节奏之中，清脆的敲碗声仿佛穿越时空，奏响天、地、人沟通的独特旋律。



“娘母”将碗顶在头上，一手拿着筷子敲击，并随节奏作舞。



舞者以木筷子敲击瓷碗奏出令人入迷的节奏。本组图片由海南日报全媒体记者 王凯 摄

古调新生 文化守护者的创新之路

8月29日，海南七仙温泉嬉水节开幕式上，一曲跳娘舞吸引全场的目光，碗筷清脆的敲击声和谐共鸣，将观众带入云雾缭绕的古老黎族山寨。

舞者头戴坠着铜钱的传统娘母头巾，身着靛蓝染制上衣与织锦筒裙。木筷子敲击瓷碗奏出令人入迷的节奏，为古老歌谣伴奏。

从民间的古老娘母舞片段到搬上舞台的艺术创新，重焕生机的背后，是传统文化守护者数十年如一日的传承与开拓。

作为保亭土生土长的文化研究者，陈厚志长期投身于加茂黎族赛方言地区的民间文化调查。“跳娘舞融合了节奏、叙事与精神企盼的千年传统，是黎族赛方言地区文化的鲜活艺术形式。”当陈厚志深入梳理民间文化资料时，这一极具魅力的舞蹈形式散发出的文化光芒，让他眼前一亮。

与此同时，面对跳娘舞濒临失传的风险，如何让古老舞蹈与当代观众共鸣？陈厚志深入村寨里搜集整理资料，并和当地“娘母”及娴熟赛方言的

黎族阿婆悉心编排，以创意改编复兴这项艺术，将原先十几分钟的仪式片段，浓缩在5分钟以内呈现。

“这一传统舞蹈唤做‘敲碗舞’更合适，因为‘敲’字精准而巧妙地点明了舞蹈的核心动作本质。”在陈厚志看来，它绝非简单的击打行为，而是蕴含着一种庄重的态度和仪式感。

“风调雨顺、五谷丰登，添丁添福，六畜兴旺……”随着敲碗节奏缓缓响起，舞者口中吟唱黎语唱词，祈求护佑村寨子民平安，表达人们对祖先的感恩之情。

陈厚志介绍，传统祈福仪式中，敲碗舞由“娘母”一人完成，但为了让舞蹈更具层次感和视觉冲击力，搬上舞台后增加了表演人数，根据表演需要，人数为十余名到几十名不等，一般为双数。

跳娘舞的表演场地并不固定，它依据环境大小而定。在广袤或狭小的空间里，娘母都能自如地转圈来回进行。同时，舞蹈巧妙融入了现代舞台艺术的表达方式，既不失原本的庄重，又焕发出新的生命力。



扫码关注  
看鉴海南  
微信公众号

