

# 山水有相逢 舌尖享茶元

## ——北塔区茶元头街道文旅产业蝶变纪实

陈映羲 郑丹枚



茶元头街道“沐霞山”景区鸟瞰图。

清晨6时30分，犬木塘水库枢纽工程旁的游步道上，人影渐渐密了起来。三两骑行者踩着单车掠过江岸，晨练的老人迎着江风不紧不慢地走着，年轻人塞着耳机慢跑，时不时停下来对着资江拍两张。清新的空气、开阔的视野，让这片水域成了邵阳市区难得的一处“城市阳台”。这正是邵阳市北塔区茶元头街道文旅产业拔节生长的生动缩影。

这份舒适不是凭空来的。早在该项目落地之初，茶元头街道党工委就盯住了这片山水，要求各村(社区)以犬木塘水库建设为契机立足资源做文章。四年不换届、不减力度，一张蓝图守到今天，把“水利工程”守成了“生活地标”。

### 一坝横江，水到渠成自有声

犬木塘水库的故事，始于“水”，却远不止于“水”。作为湖南省“十四五”最大单体水利工程，不仅保障着灌区70多万人口用水，更凭借主城区地利、宏伟建筑和优美景观，成为邵阳市区工业旅游的核心打卡点。

流量先于工程而来。坝顶公路桥建成后，每晚人流如织，被市民称为“空中公园”。市区两级迅速承接住这波热度，2024年底，北塔区政协审议通过了犬木塘水库文旅示范区建设建议案，2025年市政

府工作报告将犬木塘亲水旅游圈列入重点。研学体验园、水上主题乐园、低空经济与康养规划相继启动，资江之畔的活力新区轮廓初显。

### 丹霞问路，山门一开天地宽

水的文章波澜初起，山的答卷同样精彩。资江畔这片赤壁如削的丹霞地貌群，因山路蜿蜒难行，长久静卧在沐三村的层峦深处。

近年来，茶元头街道以保护性开发为导向，立足沐三村山林水库的独特资源，分四期推进仿古游步道建设，有序推进美丽庭院和道路建设。第一拨徒步爱好者开始在山脊线上留下足迹。

真正的转折发生在2025年。北塔区委要求“加快丹霞景区开发，打造近郊沉浸式旅游新样板”，并邀请张家界红岩岭景区负责人现场把脉。同年，旅游配套基础设施项目启动，游客服务中心、停车位、游步道等项目加速推进。

从“纸面”落到“地面”的速度，从数据上看是一份项目进度表，从山上看则是另一番光景——2026年“五一”假期，沐霞山景区接待游客万余人次，丹霞步道上人流如织。这片拥有2200多亩连片山林、涵盖数座山峰的丹霞秘境，正加快规划攀岩、水上项目、高空玻璃桥、民宿商业区等新

业态，全力争创国家3A级旅游景区。

曾经需要向导带路的野山，如今周末的停车场一位难求，那些被岁月雕刻的赤色石壁，终于迎来成批的惊叹目光。

### 舌尖逐浪，烟火茶元滋味长

“一水一山”撑起了骨架，而真正让游客慢下来、留下来的，是茶元头越来越浓的烟火气。该街道因势利导，把流量引向田头灶台，让“土特产”接住“文旅游”。

马家村率先破题，2023年初推出速食回民米粉，“开水一冲、鲜香上桌”的便捷，让它迅速成为游客后备箱里的热门伴手礼，一碗小粉正逐步从小村庄走向海内外。游客坐下来了，餐桌上的文章就活了。白田社区端出的是资江水滋养的地

道风味。白田萝卜“不用放油，夹起两头流”，和席辣椒轮作相伴，“夏种花生、冬种萝卜”的模式让亩产稳在5000斤。一碟脆生生的萝卜，一盘鲜香扑鼻的辣椒炒肉，便是茶元头最质朴的待客之道。好菜离不开好食材。在茶元头村，育秧工厂“一棚多用”，天松花菜轮番上市；土鸡散养于林下，以金银花为食，肉质紧实鲜美。田间地头的寻常物产，正一道道端上游客的餐桌。

从一篮菜留住过路客，用一碗粉煮出思乡愁，再到一只鸡炖出回头客——山水引人来，美食让人留，这正是“舌尖茶元”最朴素的逻辑。

站在新的历史起点，茶元头街道将继续锚定北塔文旅核心承载地目标，加快推进本地文旅规划和景区建设，让“山水茶元”的画卷更加绚丽多彩。



犬木塘水库枢纽工程坝顶公路及新建游步道。(本文图片均由刘恩权摄)

## 三尺讲台育桃李 一片丹心铸师魂

学生引导。她所带班级班风正、学风浓、凝聚力强，教育成效显著。

教学一线上，姜蓉老师深耕课堂、精益求精，不断探索创新教学方法，打造生动高效的课堂，推动知识学习与素养提升同步发展。她积极参与各级

教学研讨与竞赛，斩获省级赛课一等奖，获评区级骨干教师；同时潜心教育科研，参与省、市级课题研究，成果多次获奖，以过硬业务能力示范引领课堂提质增效。

工作中，她勤勉务实、乐于奉献，将

教育家精神融入日常，以师者匠心扎根讲台，以真情汗水浇灌桃李。

姜蓉老师荣获邵阳市优秀班主任称号，用扎实工作诠释了班主任的育人使命。她以赤诚之心、仁爱之怀、专业之能，在基础教育一线默默耕耘，用坚守与付出点亮学生成长之路，为教育高质量发展贡献着光与热。

(张文杰)

师者如光，微以致远。邵阳市双清区中河街小学姜蓉老师始终坚守教育初心，牢记育人使命，以爱心、耐心与责任心深耕教坛，践行立德树人，在平凡岗位上书写新责任与担当。

作为班主任，她以德立身、以爱育人，将品德养成与习惯培养放在首位，因材施教、循循善诱，用心做好班级管理与

# 乌饭香飘千年韵 绿洲潮起四八新

## ——解码绥宁苗族“四月八姑娘节”的传承与新生

郑丹枚 向云峰 黄开龙



游客在花园阁国家湿地公园分会场欢度“四月八姑娘节”。(绥宁县宣传部供图)

初夏5月，湘西南的风裹着草木清香漫过巫水河岸，被联合国誉为“没有污染的神奇绿洲”的绥宁青山如黛，绿水含情。在这片土地上，乌饭叶的香气顺着村寨巷道悠悠飘散，盛装苗族姑娘的银饰叮咚咚，唤醒了沉睡千年的民族记忆——5月23日至24日，2026年绥宁苗族四月八姑娘节将再度赴约，以“又见四月八·归来是姑娘”为主题，在“主会场+分会场”的全域联动中，铺开一场集非遗传承、文旅融合、乡村振兴于一体的民族文化盛宴。

这个始于宋代、传承千年的节日，在2008年便入选第二批国家级非物质文化遗产名录，如今已是湖南省四大民族节庆之一，更是绥宁文旅融合发展的金字招牌。从深山里的古老习俗到走向全国的文化IP，从单一的民俗聚会到赋能乡村振兴的核心引擎，“四月八姑娘节”在时代浪潮中，正走出一条传统与现代交融、文化与发展共生的新生之路。

### 千年传承：藏在乌饭里的民族记忆

沿着巫水河畔往绥宁深处走去，青石板铺就的古寨巷道里，随处可见晾晒的乌饭叶，家家户户灶上飘出的蒸汽，都裹着独特的草木香气。关于“四月八姑娘节”的起源，这个传说早已刻进每一个绥宁苗家人的血脉里。

北宋年间，依智高在广西起兵，杨文广随狄青南征，因遭奸臣诬陷入狱，被禁绝饮食。妹妹杨金花为救兄长，听从当地苗族老人的计策，寻来山中乌饭树叶捣汁染米，蒸成乌黑的米饭送入牢中，谎称是毒饭，狱卒不敢抢食，杨文广得以饱餐恢复体力，最终在农历四月初八深夜里应外合，成功越狱。为纪念杨

金花的智勇，苗家人便将每年农历四月初八定为“姑娘节”，家家户户接出嫁的女儿回娘家，共食乌饭，传承至今。

在绥宁苗族文化里，“姑娘”特指已出嫁的女子，节日核心便是“姑娘回娘家”。“节前采叶蒸饭，杀鸡宰鸭，兄弟背姐妹进堂屋，祭过先祖神灵，再围坐吃乌饭、春糍粑，夜里寨子里就对山歌、跳芦笙。”今年66岁的绥宁剪纸非遗代表性传承人唐东风说，从小他便看着寨子里的长辈过“姑娘节”，这个节日藏着苗家人对女性的礼敬，也藏着刻在骨子里的亲情联结。

作为湘桂黔边界苗族地区极具代表性的民族节庆，“四月八姑娘节”从诞生起便融祭祀礼仪、饮食习俗、歌舞展演、婚恋民俗于一体，是一本活着的苗族文化百科全书。除了吃乌饭、接姑娘回娘家，节日里还有抬故事、舞草龙、吹木叶、弹侗琵琶、打苗鼓、跳傩戏等数十种民俗活动，使用的芦笙、侗琵琶、牛皮鼓等乐器大都是苗家人就地取材、手工制作，每一件道具都承载着独特的文化记忆。

“我12岁跟着母亲学剪纸，那时候姑娘节，家家户户都要剪苗家姑娘的鞋花、帽花，红纸一折，剪刀一转，就是满幅的吉祥如意。”唐东风握着磨得发亮的剪刀，说起自己耗时一年创作的16米剪纸长卷《巫水情》，这幅作品刻画了巫水两岸苗侗儿女洗腊肉、磨豆腐、划龙舟的生活百态，后来被做成200多米浮雕艺术墙，立在绥宁县城巫水河畔，成了过往游客读懂苗侗文化的窗口。

这样的创新，在今年的姑娘节上随处可见。“姑娘的市集”美食文创嘉年华上，不仅有传统的乌饭、油茶、万花茶，还有不少年轻人把苗绣纹样做成了笔记本、书签、手机壳，把蜡染做成了帆布袋、连衣裙，古老技艺变成了年轻人喜

欢的潮品，让远道而来的游客能把“苗乡味道”带回家。夜晚的巫水河畔，“又见四月八姑娘”无人机光影秀将腾空而起，数百架无人机在夜空中拼出苗族姑娘、乌饭、银冠的造型，用科技点亮苗乡夜空，让传统民俗撞上现代科技，碰撞出不一样的火花。

在花园阁国家湿地公园分会场，今年推出了“喜回娘家”沉浸式非遗游览，游客不再是站在旁边看表演，而是可以亲身参与到拦门礼、百美迎宾等环节，沉浸式感受苗家姑娘回娘家的传统礼俗。“以前游客来就是拍拍照，现在我们让大家亲身参与进来，能摸得到、体验得到，才能真正感受到非遗的魅力。”花园阁国家湿地公园管理处处长李永智说。

### 非遗新生：古老技艺在创新中流淌

走进夹峡苗族乡大园村，60岁的苗族插绣省级传承人周元桃正坐在自家院坝里穿针引线，麻布上，一只小兔子的轮廓在她指尖渐渐成型，层层叠叠的绒毛立体饱满，摸起来满是质感。“插绣起源于古代苗族的身身，明代的时候还当过朝廷贡物，以前苗家姑娘都要学插绣，嫁衣、背带都是自己绣，现在不仅我们老人做，不少年轻人也回来了。”周元桃说，希望让更多人看到插绣的美。

“四月八姑娘节”的传承，从来不是把文化放进博物馆，而是让古老技艺活在当下，走进当代人的生活。在今年的姑娘节上，从剪纸、插绣到苗绣、蜡染，数十项非遗技艺将集中亮相，既有老传承人数十年的坚守，也有年轻人带来的创新表达。

今年姑娘节还特意推出了“苗韵滑潮·四月八姑娘节苗族滑板文化嘉年华”，把苗绣、蜡染的纹样搬到滑板上，让非遗元素与潮流运动跨界融合。“以前大家觉得非遗是老东西，现在我们让老花样穿在年轻人身上、踩在滑板上，就是要让非遗火起来、潮起来。”绥宁县文旅局相关负责人说，这次创新尝试刚一推出，就吸引了不少年轻爱好者报名，大家都想看看，千年苗绣撞上滑板，能擦出怎样的火花。

这样的创新，在今年的姑娘节上随处可见。“姑娘的市集”美食文创嘉年华上，不仅有传统的乌饭、油茶、万花茶，还有不少年轻人把苗绣纹样做成了笔记本、书签、手机壳，把蜡染做成了帆布袋、连衣裙，古老技艺变成了年轻人喜

欢的潮品，让远道而来的游客能把“苗乡味道”带回家。夜晚的巫水河畔，“又见四月八姑娘”无人机光影秀将腾空而起，数百架无人机在夜空中拼出苗族姑娘、乌饭、银冠的造型，用科技点亮苗乡夜空，让传统民俗撞上现代科技，碰撞出不一样的火花。

在花园阁国家湿地公园分会场，今年推出了“喜回娘家”沉浸式非遗游览，游客不再是站在旁边看表演，而是可以亲身参与到拦门礼、百美迎宾等环节，沉浸式感受苗家姑娘回娘家的传统礼俗。“以前游客来就是拍拍照，现在我们让大家亲身参与进来，能摸得到、体验得到，才能真正感受到非遗的魅力。”花园阁国家湿地公园管理处处长李永智说。

从藏在深闺到人尽皆知，从老人口传心授到走进现代生活，绥宁的非遗技艺在“四月八姑娘节”这个平台上，正流淌出新的活力。截至目前，绥宁共有国家级非物质文化遗产1项、省级3项，这些扎根土地的技艺，借着姑娘节的东风，正在实现创造性转化、创新性发展，成为绥宁最动人的文化标识。

### 文旅融合：以节为媒绘就绿洲新卷

沿着巫水画廊一路向南，黄桑生态旅游区的原始森林里，负氧离子随着山风扑面而来，六鹅洞瀑布的水汽落在脸颊，满是清凉。上堡侗寨的古巷子里，村民们正忙着整理自家的民宿，打扫庭院，准备迎接客人……5月的绥宁，处处都是忙碌而喜悦的气息，所有人都在等待着这场年度盛会的到来。

“我们坚持‘生态立县、文旅兴县’战略，‘四月八姑娘节就是我们文旅融合的核心IP，是绥宁走向全国的文化名片。”绥宁县相关负责人介绍，这些年绥宁一直以姑娘节为媒介，不断完善旅游基础设施，丰富旅游产品供给，让绿水青山转换为老百姓的金山银山。

今年的姑娘节，采用“主会场+分会场”全域联动模式，十余项特色活动覆盖了绥宁大半景区；县城主会场有开幕式文艺演出、写作大会、姑娘大会、文创市集；花园阁有行沉浸式非遗游，黄桑有“森呼吸”轻徒步，花园阁、巫水画廊、

5月22日，“打起手鼓唱起歌”第二届中国新疆民间艺术季启动活动之惠民巡演活动在新疆国际大巴扎开启演出。作为湖南省唯一一支受邀参加本届艺术季启动活动的展演队伍，张家界学院的学子们带来了精品民俗舞蹈《啣酒·醉地虎》。该节目由张家界市文化馆全力打造，张家界市文旅广体局大力推荐，并联合张家界学院舞蹈系共同创作完成，是张家界市深挖本土非遗资源、深耕民族文艺创作的代表性精品剧目。学子们登台献艺，让极具土家族特色的非遗舞蹈惊艳新疆街头，一亮相便点燃全场观众的热情。

作为本届艺术季惠民巡演的五大演出点之一，新疆国际大巴扎现场人流如织，氛围热烈。身着精美土家族特色服饰的青年演员们，在兼具地域风情与民族韵味的大巴扎街区，将张家界本土珍贵非物质文化遗产代表性项目——“地虎觅习俗”生动复刻、创新演绎。节目原汁原味再现了土家族儿女逢佳节、遇喜事时，围桌啣酒、划拳嬉戏、舞龙舞狮的热闹欢愉场景，巧妙融合传统武术的刚劲力量与民族舞蹈的灵动柔美，完整呈现“猛虎出山”“地虎翻身”“地虎摆尾”等经典特色招式。整场表演节奏明快、气势昂扬，诙谐欢快的现场互动氛围感染力十足，赢得现场各族观众阵阵热烈掌声。

演出结束后，新疆当地居民、各地游客纷纷驻足，争相与演员们合影留念，由衷点赞这支远道而来的湖南张家界青年文艺队伍。一位来自东北的游客激动地说：“第一次看到这样有虎气、有劲劲的舞蹈，特别有感染力。”

据悉，第二届中国新疆民间艺术季由文化和旅游部、新疆维吾尔自治区人民政府、新疆生产建设兵团联合主办，启动活动持续时间为5月22日至26日，活动内容丰富、形式多样，涵盖全国民间艺术精品展演、全域惠民巡演等多项重磅活动。本次艺术季邀请全国30个省份、新疆维吾尔自治区本级、14个地州市及兵团共计47支文艺队伍，近1200名民间艺人齐聚新疆，打造全国性民间艺术交流盛会，搭建各民族文化交流互鉴的广阔平台。

此次代表湖南省精彩出征的《啣酒·醉地虎》展演团队，20名参演演员均为张家界学院舞蹈专业在读学生。队员们肩负湖南省文化和旅游厅的殷切嘱托、张家界文旅系统的使命担当以及全校师生的热切期望，以青春之姿传承非遗文脉，演绎民俗经典，奔赴这场全国性民族文化交融盛会。

在接下来的展演日程中，团队还将携手全国各省市优秀演出队伍，在乌鲁木齐文化中心主会场参与大型综合展演，并深入昌吉、兵团第十二师等多个分会场开展基层惠民巡演。持续以文艺为媒、以非遗为桥，让湖湘优质文化资源下沉基层、直达群众，将张家界非遗之美、湖湘文化的独特魅力以及湖南人民的热忱祝福，送到新疆各族群众身边，助力湘疆文化双向交流、深度交融。

## 《啣酒·醉地虎》代表湖南亮相新疆民间艺术季

## 张家界学院学子惠民巡演先声夺人

(李洁)