

此心安处是东江

「开栏的话」

诗与远方，就在东江湖。见山见水，亦是心性呈现。所以才有“仁者乐山，智者乐水”一说。在资兴，山水是人间的眉目，是天地的文章，更是人文的氤氲。今日起，本报推出《此心安处是东江》专栏，敬请关注。

资兴 禅茶之味 人间至味

袁晓燕 梁可庭

资兴寿佛寺，背倚周源山，前临小东江，是东江湾景区核心景点之一。曹广文 摄

佛教禅宗寺院多建于名山胜地，且有“农禅并重”传统，有条件的寺院常辟茶园，许多名茶便源于僧人之手，人们习惯将产自寺院或用于佛事的茶称作佛（禅）茶。

宋·钱易《南部新书》记载，唐大中三年（849年），东都进献一位120岁僧人，宣帝问服何药而致此。僧对曰：“臣少也贱，素不知药，性本好茶，至处惟茶是求，或出亦日遇百余碗；如常日亦不下四、五十碗”。这段故事广为流传，却少有人知僧人身份与出处。

据《湖南通志》，释全真于唐开元十六年十二月十二日（公元729年1月19日）生于湖南兴宁县程水乡（今资兴市程水镇），至公元849年恰好120岁。古时寿命普遍较短，能获五位皇帝敕封的德懋寿高僧，历史上唯寿佛一人。由此可证，《南部新书》中的长寿僧正是全真法师。释全真是中国历史上有文字记载的最长寿者，享年138岁，“禅茶益寿”之说绝非虚妄。

寿佛出生地资兴地处湘南，是炎帝神农活动过的地方。境内汤市距炎帝陵墓仅30公里，流传着诸多炎帝传说。神农氏制耜、教农耕、尝百草、济民疾，功绩卓著。汤市当地传说，神农曾误食野果中毒昏迷，其爱犬“玉女狗”拼死将他拖至山头，咬下树叶喂入其口，神农得以苏醒，而玉女狗却劳累而亡。炎帝将爱犬安葬后，山头长出

形似狗脑的石头，此山得名“狗脑山”，树叶即“茶叶”。狗脑山常年云雾缭绕，山高路险，曾有人驯猴采茶。这里产出的茶叶甘醇清香、耐泡回甘，被定为贡品，即“狗脑贡茶”。

自炎帝遇茶解毒起，资兴人便开始采茶饮茶，最初将野生茶作解毒药草，后逐渐人工种植，成为日常饮品。与寿佛出生地周源山同一山脉的回龙山不仅有野生茶树，而且当地瑶民已形成种植茶树加工茶叶的传统。

寿佛出生、成长在茶的故乡，从小就知悉茶可解毒。该县地方志记载，寿佛排行老三，按照宗族字辈取名仁智，字宗惠，小名周宝。宗惠幼时喜欢用手在头上抓挠，后来发现上面长了个小痂疮。茶有提神醒脑、消食解腻、清心除躁、解毒排毒四大功效。寿佛之母熊氏知晓茶能解毒，便让他饮茶，虽未根治头疮，却也缓解了不适。

自小结下佛缘。十六岁（虚岁，实为14周岁）时，他拜别父母，到郴州城西北开元寺出家受戒，取法名释全真。在开元寺，全真渴望求得大乘教旨却无良师指点，后经一位云游和尚点拨，得知浙江余杭径山道钦禅师佛法严谨，遂决心前往拜师。

径山是天目山脉东北延伸的主峰，隶属于浙江余杭，被苏东坡赞为“势若骏

马奔平川”“此生更何几回来”。自唐玄宗开元年间鹤林玄素在径山布道，至天宝初年法钦开山，径山逐渐以禅茶闻名。这里的寺院是江南“五山十刹”之首，茶叶是日本茶道之源，茶至陆羽曾在此著《茶经》，还是日本禅画发祥地与中日佛教临济宗祖庭。唐朝宰相李吉甫，宋高宗、孝宗，清康熙、乾隆，吴越钱王，苏轼兄弟、陆游、范成大等都曾登临径山，历代高僧留下了丰富的禅茶诗文遗迹。

释全真师从法钦，与禅茶结下深厚渊源。径山茶属绿茶，是始于唐、盛于宋的历史名茶，宋代被列为“贡茶”。径山的山、水、茶、寺、禅、经、文相互依存，积淀了丰厚的人文与禅茶文化。史载“钦师尝手植茶树数株，采以供佛，逾年蔓延山谷，其味鲜芳，特异他产，今径山茶是也”。法钦禅师植茶，或许与全真有关——全真“素不知药，性本好茶”，常饮家乡野生茶煮的水，潜心修禅多年后，头疾竟悄然痊愈。江南春夏湿热易生时疫，径山寺僧无论有病无病，都以茶解毒，饮茶逐渐在寺中流行。

法钦禅师植茶，除自饮外还用于礼佛，后来又用于待客，渐成风尚。部分禅僧达到“不可一日无茶”的地步，一日要喝好几遍茶。佛教独特的茶文

化就此形成：禅寺法堂东北角设“法鼓”，西北角设“茶鼓”，宋林逋诗中便有“春烟寺院敲茶鼓，夕照楼台卓酒旗”之句；有些寺院设“茶头”一职，负责煮茶、献茶待客；山门前有“施茶僧”，为香客游人施茶。《蛮语》记载，觉林院僧人“待客以惊雷奠（中等茶），自奉以萱草茶（下等茶），供佛以紫茸香（上等茶）”，体现“最上供佛、最下自奉”的理念。《景德传灯录》中提及“吃茶”的记载达六七处，其中有“问如何是和尚家风，师曰：‘饭后三碗茶’”。径山茶以清新、纯净、清化、清淡、清醇的特质，深得茶中真味。

南宋端平二年（1235年），日本圣一国师圆尔辨圆在径山学法，不仅苦修佛学，还学习种茶、制茶。回国后，他将从径山带去的茶籽播种在静冈县安倍川和藁科川，同时传播径山寺的“抹茶”制法与“茶宴”仪式，推动了日本茶业发展。南宋开庆元年（1259年），日本东福寺大应国师南浦·绍明赴径山求学，回国时带回径山寺的茶道具、茶合子，并传播“点茶法”与“茶宴”礼仪，促进了日本“茶道”的兴起。

得益于家乡人对茶的认识、见证了径山茶文化的衍生及发切，全真法师煮茶参禅，深得禅茶之味，一生与茶相守。

可感、可尝、可购、可玩 江华瑶医药文化夜市“出圈”

夜幕下的豸山广场灯火璀璨，瑶药清香与欢声笑语交织。日前，江华瑶族自治县以“百岁瑶医 千年瑶药”为主题的瑶医药文化夜市在此热闹启幕，将诊疗、体验、展销、文艺演出融为一体，为当地群众打造了一场“可感、可尝、可购、可玩”的沉浸式传统文化盛宴。

活动现场，多位瑶医药传承人现场坐诊，展示百年诊疗技艺，为居民把脉答疑。瑶家特色药膳汤饮免费品尝区排起长队，温汤热饮中融入药材清香，成为直观感受瑶医药文化的“舌尖窗口”。在互动体验区，群众通过触摸药材、了解炮制工艺，从多维度拉近与传统医药的距离。“能在家门口体验瑶医特色疗法，既神奇又实用！”市民黄素荣在体验牛角拔罐治疗后称赞道。

文艺晚会巧妙融合文化表演与健康科普，舞台区《瑶浴宝贝》《本草纲目》等节目轮番上演，县民族中医医院带领群众练习瑶族瘦身操和八段锦，让养生功法“动起来”；展销区内瑶药枕、养生茶等产品琳琅满目，同步开设的直播带货区通过线上互动，将瑶医药产品推向更广平台。

“活动中瑶医药融入日常生活，未来我们将持续开展此类惠民服务。”县卫生健康局局长李双艳表示。此次夜市通过“线下体验+线上传播”模式，不仅提升了瑶医药文化影响力，也为产业注入新动能。据悉，江华将持续挖掘瑶医药资源，推动健康惠民与文化传承深度融合，助力“健康江华”建设。

(黄春华 盘林风)

以行动彰显本色

三尺讲台，27载春秋，邵阳市第五中学语文教师易文卓以“先育人后教书”为信条，用丹心与初心书写育人篇章。

“先教会孩子做人，知识才有温度。”这是易文卓坚守的理念。面对学生，她总带着爱心、耐心与细心；对于调皮生，她总是倾听他们的思想，用爱心和耐心引导帮助他们进步；在困难家庭学生面前，她如父母般关爱他们，鼓励他们好好学习，努力进取，有什么困难随时告诉她，并积极帮助克服困难，解决问题。因此，易文卓教过的学生都说：“易老师的眼光，充满着爱心和温暖。”

严谨是她的工作底色，生动是她的课堂特色。讲《岳阳楼记》，她补充范仲淹的人生故事，让“忧乐情怀”跃然眼前；教《背影》，她分享亲身经历，让亲情在字间流淌。故事化教学不仅让知识易懂，更让正直、感恩等品格悄然扎根学生心里。

易文卓近年近百，但她仍保持学习热忱：钻研新课标、学多媒体技术，向青年教师请教新技能。为此，她的精品课获市级二等奖，在线备课大赛（主讲人）获得省级奖项。

丹心育桃李，初心铸师魂。27年坚守，易文卓用行动诠释师者本色。在她心中，最幸福的莫过于见证学生既成人又成才。（胡音）



园丁之歌

在邵阳市汇江学校，肖艳春老师身兼语文教师与心理辅导员双职，以教育人、以爱育心，她是许多

学生成长路上的点灯人。

面对一年级新生，她精心设计“好习惯伴成长”常规课程，通过手势舞、故事讲述、养成表格等方式，帮助孩子轻松适应校园。在她的课堂，语文学科充满活力与创意。她运用情境教学、交流互动激发学生兴趣，不断提升学生的表达能力与情感认知。

作为心理辅导员，肖艳春密切关注留守儿童和情感缺失的学生。她所教的班上曾有一位性格孤僻的留守女孩，经她细心观察和多次耐心沟通，逐渐打开心扉，学会求助与交流。从课堂教学到生活关怀，从教研探索到班主任工作，肖艳春始终以爱心和智慧陪伴学生成长。她倡导建立的“廉洁班级”，潜移默化教育了学生们诚实守信、勤俭节约，正直上进的思想品格。

肖艳春用实际行动诠释“春风化雨、以爱育心”的教育情怀。为此她多次获评“优秀班主任”“教学优胜奖”等荣誉，她的论文《刍议学生语文核心素养培养策略》也获得国家级一等奖。（何云）

学生成长的引路人

交流互促，携手扩消。近日，全国县域商业创新发展交流活动在浙江杭州举行。活动现场，商务部发布2025年全国县域商业“领跑县”案例，桑植县凭借在地理标志培育、兴农模式创新及县域商业体系建设方面的突出成效成功入选。

此次入选“全国县域商业‘领跑县’案例”，是该县继入选国家级生态保护与建设示范区、知识产权强国建设典型案例后，获得的又一国家级荣誉。

近年来，桑植县精心构建“三级”商业体系。县级层面，重点建设投资超5亿元、建筑面积超3万平方米的桑植县海尼广场商贸服务中心，承担全县商品下行与供应枢纽功能。乡级层面，投入6000余万元升级改造10个农贸市场和8个乡镇商贸中心，新增品牌店铺12家，还建成3.5万平方米冷链物流中心，存储容量5万吨。村级层面，实现便民商店全覆盖达299个，其中提升型196个，整合邮政、供销社及快递资源，实现统一配送和100%快递覆盖。

在物流建设方面，桑植县通过“物流+”切实优化物

桑植硬核登榜

全国县域商业“领跑县”名单公布

流条件。“物流+运力”建成客货邮融合服务分拣中心，配备自动化分拣设备，日分拣能力可达万余件。“物流+算力”构建统一信息管理平台，实现对快递包裹的实时跟踪与调度，全县建设农村快递物流站点数百个，县域共同配送率超过八成。“物流+动力”创新“交通+物流邮政+一村一品”模式，利用公交车辆捎带货物与邮件，农产品物流成本降低约两成。

电商服务也是该县的一大亮点。目前已建成县电商公共服务中心，累计培训达5000人次，成功孵化电商企业15家。建设完成乡镇及村级电商服务站240个，实现乡镇电商站全覆盖、村级覆盖80.27%。此外，桑植县还建立以“三叶两材”（茶叶、烟叶、粽叶、食材、中药材）为主，其他农产品为辅的特色“农产品库”，打造“源头桑植”区域品牌，投入678万元用于品牌推广，目前已建设4家旗舰店。

桑植县的成功实践，为全国其他地区县域商业体系建设提供了可借鉴的经验，其“小超市、大连锁”的村级市场体系、高效的物流配送模式以及电商与产业融合的发展路径，都值得广泛推广和学习。未来，该县将继续深化改革创新，持续完善县域商业生态，为推动县域经济高质量发展、助力乡村全面振兴注入强大动力。（上官智慧 邓昭辉）

永定区将代表联络站延伸至莓茶产业链、桑植县在重点企业设立人大代表营商环境监测点、慈利县首创乡镇民生实事票决制、武陵源区打造“武来调”矛盾化解品牌……自2022年起，张家界市人大常委会创新采用“一年一区县”轮办机制，通过“示范观摩+工作讲评+任务调度”三会合一的形式，召开人大工作现场交流会，不仅实现了全市人大工作的协同发展，更显现出一批独具地方特色的人大工作品牌。

擦亮政治底色，铸就新时代人大工作之魄

2022年7月，在永定区召开的首届张家界市人大工作交流会上，市人大常委会党组书记、主任田华玉明确指出：“人大机关首先是政治机关，必须把讲政治作为首要原则。”这一理念已成为贯穿全市人大工作的根本遵循。

市人大常委会始终站稳政治机关定位，将坚持党的全面领导作为最高政治原则，坚定拥护“两个确立”、坚决做到“两个维护”，确保市委贯彻党中央决策部署的各项要求在人大工作中得到全面落实，真正做到党委工作重心在哪里，人大工作就跟进到哪里，充分彰显人大“永不掉线”的责任担当。

思想引领行动。市人大常委会严格执行“第一议题”制度，通过常委会会议、党组会议、主任会议、党组理论学习中心组会议等多种形式，深刻把握习近平新时代中国特色社会主义思想的真理性力量和实践伟力。

推动党建与业务深度融合。创新打造“党建+”品牌，营造风清气正的政治生态，提升机关工作效能。四年来，修订完善人大议事规则等制度50余项，创新开展常委会会前学法、“人大大讲堂”等学习活动，指导区县人大因地制宜打造16个特色工作亮点。

八届人大常委会以来，市人大常委会向市委请示报告248次，提请市委常委会研究人大工作32次。正是这种坚定的政治自觉，确保了全市人大工作始终沿着正确方向稳步前行。

坚持久久为功，构建长效机制促发展

“要发扬钉钉子精神，一茬接着一茬干。”四年来，张家界市人大常委会着力构建长效机制，推动人大工作持续健康发展。

在立法领域，建立了“党委领导、人大主导、政府依托、各方参与”的立法工作机制，创新开展“法规体检”活动。同时，拓展“开门立法”渠道：首次邀请国家级专家提供立法咨询，委托省级主管部门召开立法座谈会，新增10个基层立法联系点，组织基层群众参与立法全过程，确保立法更好体现人民意志、保障人民权益。

监督工作形成“年初定计划、年中抓推进、年底看成效”的闭环机制。2022年建立的“6+2+N”监督模式已固化为常态化工作机制。到今年止，评议政府工作部门30个，评议法官32名，检察官23名，推动解决城景客运一体化改革等400多个重点难点问题。

代表工作建立“培训+履职+考核”全链条管理机制。市八届人大常委会在全省率先建立人大代表履职服务平台，不断完善代表培训、联系代表、代表履职等工作制度机制，首次制定代表履职积分管理法和代表小组活动暂行办法，推进人大代表活动阵地规范化建设，不断提升代表工作能力、增强代表工作活力，形成了代表工作的“张家界经验”。

各族群众同心共绘振兴图 江华歌舞集市欢庆丰收

9月23日晚，以“庆农业丰收，享美好生活”为主题的“三湘石榴红 同心促发展——歌声飘过70年”江华瑶族自治县庆祝2025年“中国农民丰收节”文艺汇演在该县沱江镇两河三岸豸山广场举行，各族群众交流交往交融，共庆丰收、共享喜悦。

文艺表演环节精彩纷呈，《赛长鼓》《颗粒归仓》《在希望的田野上》等节目以灵动的舞姿与优美的歌声传递丰收喜悦，生动展现了乡村人民劳作与收获的温馨场景。表演间隙穿插的农业种植技巧、江华民俗文化等知识抢答环节瞬间点燃现场气氛，台下群众纷纷踊跃举手，不少人成功答对并赢得土鸡、土鸭等本地农副产品，现场掌声与欢呼声此起彼伏，处处洋溢着热闹喜庆的氛围。

广场另一侧的农科大集市同样人气旺盛，36个展位划分的六大区域各有特色。农特产品展销区里，六月香

彰显地方特色，打造品牌提升辨识度

一年一度的全市人大工作现场交流会，既是成果展示的“阅兵场”，更是创新实践的“孵化器”，打造出一批具有张家界辨识度的人大工作品牌。

“旅游+”立法彰显特色。从《旅游市场秩序管理规定》到《景区无障碍环境建设规定》，7部地方性法规构筑旅游法治“防护网”。《张家界市景区无障碍环境建设规定》推动3A级景区无障碍设施改造全面完成，实现主要景点和集散地无障碍全覆盖。今年实施的《张家界市野外用火管理规定》为森林防火筑牢“法律防线”，获国家林草局肯定。

“站点+”模式激发活力。武陵源景区代表联络站成为游客“服务站”，永定区莓茶产业链代表联络站变身产业“助推器”，慈利县“青舟小站”筑起未成年人“保护伞”。2024年，4000多名五级人大代表全员进“站”，常态化开展值班接待、联系群众办实事等活动；人大代表向“12345”热线反映社情民意，推动解决问题270多个。

“智慧人大”建设领跑全省。2023年建成的人大预算联网监督系统覆盖全市286个预算单位；2024年上线的“代表履职”APP实现代表“全天候”履职。市人大常委会联工委负责人表示：“现在代表履职情况一目了然，管理更加精准高效。”

张家界人大工作的特色不仅体现在辨识度上，更彰显于实际成效中。在2024年全省人大创新工作评选中，张家界3项工作获评优秀创新案例，数量位居全省前列。

展望未来，市人大常委会党组书记、主任田华玉强调：“我们将持续深化具有张家界辨识度的人大品牌建设，在服务高质量发展中展现更大担当，在推进民主法治建设中实现更大作为，为加快建设世界一流旅游目的地、谱写中国式现代化张家界新篇章贡献人大智慧和力量。”

田育才 周湘琳

打造张家界特色人大工作品牌

——张家界市人大工作现场交流会的创新实践与成效

(朱婷 黄春华)