

寻茶记

【湘茶名片】

石门位于北纬30°黄金产茶带，西北部渫水两岸，层峦叠嶂，云雾缭绕，是茶树生长的宝地。石门银峰，因叶芽覆银毫、芽尖似峰而得名。

传统工艺与现代技术的结合，成就高品质的石门银峰。茶叶条索紧细匀直、满披银毫。头泡清香，二泡味浓，三泡四泡幽香犹存。汤色亮绿清澈，入口鲜爽醇厚，回味悠长。2024年，石门县获批“石门银峰”湖南省地理标志产品保护示范区。



4月29日，当天采摘的鲜叶，置于阴凉通风环境下进行摊青，为后续杀青工序做准备。



4月29日，石门银峰青年制茶人王泓毅（右）带着记者体验采茶。
本文照片均为湖南日报全媒体记者 刘蓉 摄

【寻茶纪事】

初夏时节，记者乘车出石门县城，一路向西北行。不过一小时车程，便抵达白云山脚下，抬头望去，山头云遮雾绕，茶园隐在云中。

作为石门银峰的核心产区之一，白云山林场拥有1500余亩高标准有机茶园。沿着山路蜿蜒而上，清风裹挟着草木的清气和山间的凉意，未品香茗，心已先醉。

1. 一缕银毫，沉淀鲜润春味

“先尝尝今年的新茶吧。”半山腰的茶文化馆里，青年制茶人王泓毅热情招呼。温杯、投茶、注水，一气呵成。茶叶在玻璃杯中舒展竖立，如春笋初醒，茶毫轻浮。

“这是茶毫，只有嫩芽才有，毫泽越浓，芽头越嫩。”王泓毅笑着解释。茶香氤氲间，他娓娓道来石门银峰的前世今生。

石门种茶历史源远流长，宋代“牛抵茶”便已是宫廷贡茶。南宋高僧圆悟克勤在石门夹山寺参禅品茶，悟出“茶禅一味”真谛。晚清粤商卢次伦在石门开办泰和合茶号，所产宜红茶经茶马古道远销海外。

石门银峰的诞生，始于30多年前。1986年，原石门县政府多种经营办公室茶叶专干覃小洪赴湖南农业大学深造。1989年，在湖南农大朱先明教授等专家指导下，以千年贡茶“牛抵茶”为根基，成功创制“石门银峰”。此后3年，这款茶界新秀在全省名茶评比中蝉联第一。

白云山种茶始于1992年，最初叫“白云银毫”。2000年，石门县为石门银峰制定全省首个茶叶地方标准，历经修订升级，将县内的白云银毫、东山秀峰等品牌整合为“石门银峰”公共品牌。

“这些年，县里和湖南农大一直保持深度合作。”王泓毅说，2012年至2023年间，石门先后选送三批茶人赴湖南农大脱产学习，他便是2023年的那一批学员。

生在茶乡，长在茶山，王泓毅的童年浸润着茶香。家里长辈、兄弟姐妹几乎人人会做茶。他始终敬畏老茶人的手艺，更坚定信念：“前辈起点高，我们要接得住、传得好。”

山巅孕灵秀 一叶溢清香

——石门银峰的高山茶韵

湖南日报全媒体记者 卓萌 刘蓉 周秋红



4月29日，石门县白云山国有林场，茶山叠翠，云雾缭绕。

2. 山泉云雾，孕育生态好茶

清新爽的石门银峰，如何孕育而成？

记者循着茶香向山顶前行，穿过一片松林，视野豁然开朗。一垄垄茶树依着山势层层铺展，云朵在天际缓缓游走，光影流转间，茶山泛起深浅交错的绿意，生机盎然。

白云山，山衔白云，云养好茶。这里北靠仙阳湖国家级湿地公园，南临古老溶洞龙山洞，森林覆盖率达92%，方圆10公里内没有工业污染，获评全国“三十座最美茶园”、全国森林康养基地等多项荣誉。

“白云山主峰海拔925米，茶园多在600至800多米缓坡。”王泓毅说，山间常年云雾缭绕，昼夜温差明显，茶树可积累大量氨基酸和芳香物质。

茶园里，采茶大姐们分散在垄间，指尖在茶梢上轻盈跳跃。她们轻捏茶梢，手腕微提，茶叶便落在掌心。“不能用指甲掐，否则叶芽发黑，影响品质。”采茶大姐说。

王泓毅补充道：“石门银峰采摘标准严苛，雨水叶、露水叶不采，紫色芽叶、病虫瘦弱芽叶不采。鲜叶要求嫩、匀、净、齐，从源头保证品质。”

有机生态，是白云山茶最亮眼的名片。“30多年不施化肥、不打农药。虫来了，靠天敌、黄板和诱捕灯；长了草，人工拔除；茶树灌溉用山间清泉，施肥用菜秆枯饼等有机肥，全程遵循自然法则。

率先提出发展有机茶的，是原林场场长秦国杰。1992年，他来到白云山，和林场职工、村民一起，在荒山上辟出一垄垄茶园，一直坚守有机种植初心。

王泓毅蹲下身，捻起一把黝黑松软的腐殖土：“老场长定下的有机准则，我们始终严格坚守。”如今，白云山有机茶已连续20余年通过欧盟、美国、日本等国际有机认证，斩获国内外20多项金奖。石门县生态茶园达25万亩，有机茶园突破6万亩，成为全国有机茶大县。

3. 匠心制茶，以飨远方来客

走进白云山茶叶加工厂，杀青香气浓郁扑鼻。那是高温与嫩叶相遇后迸发出的独特芬芳，带着一丝茶香，又透着草木的清新。

车间里，现代化生产线有条不紊地运转着。角落里，几口老锅老灶静静伫立，承载着制茶的初心与传承。

“现在我们以机械制茶为主，老装备却一直舍不得扔。”王泓毅走到一排使用10多年的电炒锅前，现场演示手工杀青。“那边的柴火灶是建厂‘元老’，这边的电炒锅至今仍在使用。很多游客慕名而来，都要亲手摸一摸、炒一炒，感受双手掌控温度、茶香慢慢释放的过程，特别有意义。”

石门银峰制作工艺考究，历经摊青、杀青、清风、炒坯、紧条、理条、摊凉、提毫、烘焙九道工序。杀青时锅温高达300℃，双手在热锅中快速翻炒，先闷后抖，待芽叶变软、清香溢出时迅速出锅，分毫不能差。

理条整形更是考验功力。王泓毅将杀青后的叶子拢进掌心，手腕轻摆，几抓几顺，原本蜷曲的叶片便一根根捋顺开来，变得挺直匀整。记者试着上手，要么抓握不稳，要么用力过猛揉碎茶叶，才明白这看似简单的动作里，藏着日积月累的精湛技艺。

最后烘焙，茶入烘干箱，半个多小时后再打开，热气裹着茶味扑面涌出，满屋生香。

夕照从西窗斜斜地透进来，落在刚烘好的茶叶上。王泓毅拈起一小撮，对着光端详片刻，眼底有一种静醇的满足：“白云山的荣光，都在这片叶子里。”

这些年，石门县农业部门和林场双管齐下，一手抓品质品牌，借助省贸促会和省国际商会的平台把石门银峰推向更广阔的市场；一手抓茶旅融合，将青山秀水与醇香好茶，从容地分享给每一位远道而来的客人。

【茶旅地图】

石门银峰主产区分布在渫水两岸，各有特色。若想触摸历史底蕴，可到壶瓶山镇，踏访茶马古道，参观泰和合茶号旧址。东山峰管理区和南北镇海拔高、气候凉爽，适合旅居慢游。毗邻县城的夹山森林公园，可体验禅茶文化。

若想轻装简行游茶山，白云山是绝佳选择。自驾从呼北高速龙王洞收费站下，约20分钟可达山腰的云山茶舍民宿，陈设温馨、颇有格调；旁边的茶文化馆、品茶读书，闲适自在。山顶有露营地，春日听松涛阵阵，夏夜数繁星满天，清晨推帐便是云山茶海。下山后去仙阳湖吹吹清风，或到龙王洞观赏钟乳石，周末行程松紧相宜，惬意十足。

23℃的邀请函，请君共赴清凉

——2026年湖南乡村文化旅游节暨桂东第五届避暑康养季正式启幕

罗徽 郭建东 扶秀玲 郭成

以山水为请柬，以长寿为约期，一场盛会叩响了盛夏的门扉。

7月16日，2026年湖南乡村文化旅游节暨桂东第五届避暑康养季系列活动在桂东县万洋山景区正式启动。活动现场喜讯频频，万洋山景区入选全国优质避暑区域，国家4A级旅游景区创建顺利通过专家核查，正待公示。同时，《高山康养旅居目的地评价规范》正式发布，“郴州五山山山清凉”旅游产品同步推介。

本次活动由省文旅厅、郴州市政府指导，郴州市文旅局、桂东县政府、省乡村文化旅游促进会主办，以“避暑康养·长寿桂东”为主题，立足桂东优越的生态气候与长寿文化，向广大游客发出清凉之约、康养之约、长寿之约。

位于湖南省东南部的桂东，地处罗霄山脉南端，是一片被大自然眷顾的土地。这里平均海拔900米，82%的森林植被覆盖率，高浓度的负氧离子含量，夏季平均气温23℃。特定的地理位置，适宜的经纬度，适宜的海拔，适宜的气候条件，还有1000余家民宿、3万余张床位让每一位来到桂东的游客在虫鸣与凉风中，收获一份身心舒畅的松弛。

这里红色血脉里流淌着忠诚，也浸漫着绿野林海中生长的安宁。

桂东还是“三大纪律六项注意”（后发展为“三大纪律八项注意”）颁布纪念地，红色基因代代相传，铸就了连续20余年全省“平安县”的坚实底色；这里负氧离子高达15万个，空气质量连续8年全省第一。好山好水“氧”天赋和“凉”资源孕育了超国际标准的百岁老人群体，催生了生态特色农业，高山中药材、高山蔬菜、冷水米、茶叶等特色农产品。

循着长寿密码，走进一幅缓缓铺展的山水画卷，每一步都踩在文化的韵脚上。本次活动以桂东“长寿密码”为线索，将茶旅体验、特色市集、非遗展示、生态观光、文明婚俗等环节有机串联，构建可游、可品、可购、可感、可体验的沉浸式文旅场景。

一盞玲瓏茶，泡开了畚乡云雾，也泡出了乡村产业的另一片春光。在清泉镇万亩茶园举行的“玲瓏好茶 长寿畚乡”茶文化节上，游客走进茶园，在采茶、制茶中体验古法制茶，在畚族拦门酒和茶乡长桌宴中感受民俗魅力，推动传统农业生产空间向乡村文旅场景转变。

山水从不吝啬馈赠，一篮烟火，便盛满了高山的厚意。在“桂东优选”综合市集，汇聚高山蔬菜、玲瓏茶、桂东泡菜、黄桃及“药食同源”产品。以长寿文化为主线，生动呈现“好山好水出好物”的生态优势。游客通过线上线下互动与“凉票”兑换，有效带动了农特产品的消费转化。

向草甸更青处漫溯，在云海升起的地方，收获一份关于长寿的答案。当地依托万洋山高山草甸、森林氧吧、云海日出等生态资源，推出“寻寿之旅”体验线路。游客沿彩虹营地、高山天池非遗体验馆等点位，观草甸、赏云海，在山水间感受桂东的康养优势。在非遗体验馆、玲瓏茶、黄糍粑等非遗代表性项目集中展示，游客在互动体

验中近距离感受传统文化的独特魅力。

以青山为盟，云海为证，爱在23℃的空气里悄然绽放。“情定长寿桂东，共结万洋之盟”桂东县第二届新风尚集体婚礼成为节日暖心亮点，新人们在高山草原许下誓言，倡导简约文明的婚俗新风。仪式后的“新风课堂”，围绕家庭建设等内容开展分享，让文明新风与桂东生态美景相映成景。

长夏未央，山城的凉意与热望仍在续写新的章节。整个避暑康养季将延续至9月，陆续推出“百团游桂东”、万洋山亲子FUN跑、高山草甸骑



2026年湖南乡村文化旅游节暨桂东第五届避暑康养季活动现场。 郭成 摄

园丁之歌

乡村体育坚守者

隆回县北山镇中学体育教师丁加洪二十六载初心不改，主动放弃多次进城机会，深耕体育教学，以担当和温情护航乡村学子成长。

作为县级体育骨干教师，丁加洪兼任学校体育教研组长、体质测试组长。他主动担当作为，常态化维护运动场地、修缮体育器材，补齐乡村办学硬件短板。立足课堂提质，他创新推行“游戏+竞赛”教学模式，创编近百种趣味体育游戏，丰富阳光体育大课间内容，有效激发学生运动热情。

教研路上，他潜心钻研、以研促教，积极参与省市级课题研究，多篇教学论文荣获省、市、县级奖项，校本教材、手写教案、课堂教学竞赛屡获表彰，有力带动全镇乡村体育教学质量整体提升。

针对寄宿制学校留守儿童较多的实际，丁加洪勇挑班主任重担，以特色体育文化凝聚班级合力，自费购置学习生活用品，细致解决学生生活难题。2022年，其所带班级中考录取成绩刷新学校近十年纪录。

三尺讲台，赤诚育人。在数十年默默耕耘中，他先后获评县级以上优秀教练员、体艺工作先进个人、多次获县政府嘉奖及镇级师德标兵等荣誉。

（廖述双 陈依棣）

为留守儿童撑起一片蓝天

教育有爱，润物无声。新邵县思源实验学校教师邓美丽，扎根乡村教育一线，坚守育人初心，用爱心温暖留守儿童心灵，在平凡岗位上书写着温暖的育人故事。

担任班主任期间，邓老师细致观察学生状态，及时发现班里一名留守儿童性格孤僻、沉默寡言。该生父母常年在外务工，只与姐姐相依生活，小小年纪独立承担家务，生活自律懂事，却因长期缺乏亲情陪伴，内心孤独自卑，不愿与人沟通，在校从不主动发言。

为帮助孩子重塑自信、走出心理阴霾，邓老师开启了长期的暖心陪伴。课余闲暇，她主动谈心交流，包容孩子的沉默与怯懦，始终温柔守护、不离不弃。

三年时光，在悄然流逝。邓老师以耐心、细心、恒心，陪伴孩子一天天成长。她用心打磨每一堂课程，践行人民教师的使命与担当。

深耕教研，笃行精进强本领。秉持“教研相融”理念，邓老师坚持终身学习，斩获新邵县初中语文教学比武一等奖、

弃。她发现该生踏实稳重、责任心极强，每日早到晚归，便特意安排其负责教室开门、锁门等班级工作，赋予孩子责任与归属感，并多次公开表扬其自律、担当的品质。

师爱溶化了孩子心里的寒冰。在日复一日的温情浇灌下，孩子慢慢卸下防备。一个冬日清晨，素来沉默的少年主动向老师展露腼腆笑容。此后，他逐渐敞开心扉，性格愈发开朗自信，最终顺利融入班集体。

大爱无声，静待花开。邓美丽以细微守护温暖着留守儿童之心，用责任与爱心护航乡村学子成长，彰显了新时代教师温暖纯粹的教育担当。

（孙晓雪）

书香漫漫一路芳华

三尺讲台存日月，一支粉笔写春秋。1997年，孙能高从邵阳师范毕业，怀揣教育赤诚踏上讲台，现为新邵县酿溪镇新航中学语文一级教师。近三十年来，她坚守基层教育一线，在平凡岗位上书写了出彩的教育答卷。

初心如磐，坚守使命。从教近三十载，孙能高先后任教于巨口铺镇中心小学、新田铺镇长冲中学、新田铺镇中学，最终扎根新航中学。深耕一线以来，她用心打磨每一堂课程，践行人民教师的使命与担当。

深耕教研，笃行精进强本领。秉持“教研相融”理念，孙能高坚持终身学习，斩获新邵县初中语文教学比武一等奖、

教育是终身奉献的事业

走进武冈三中生物实验室，唐明球老师正俯身在显微镜旁，耐心指导学生观察植物细胞的细微结构。“注意调整焦距，看，细胞壁出来了——”他轻声引导，学生们簇拥着他，一双双眼睛紧贴目镜，闪烁着好奇与兴奋的光芒。

作为中小学一级教师，唐明球在生物教学上不断钻研教学方法，力求让每一堂课都生动有趣、富有成效。在讲解细胞结构时，为了让学生更直观地理解，他带领学生们利用彩泥、卡纸等材料制作细胞模型。他的课堂总是充满活力，学生们积极参与讨论，生物成绩在年级中名列前茅，获得“优秀教研工作者”荣誉。

班上有位学生性格内向，学习成绩不理想，对生物学科更是抵触。唐明球主动与他谈心，了解到他对生物实验感兴趣后，便经常利用课余时间带他到实验室做简单实验，还鼓励他参加学校的生物兴趣小组。慢慢地，这位学生变得开朗自信，生物成绩也大幅提高。

唐明球说，未来将继续坚守生物教学一线，与学生们共探生命奥秘，与同事们共赴成长之约。在他的引领下，科学之梦正悄悄发芽，教育的力量也正静待花开。

（沈叶辉 刘芳蕊）

潜心耕耘乡村那片希望的土地

三尺讲台育桃李，一片丹心守乡野。邵阳市双清区高崇山中心完小教师陈曼，多年来深耕乡村教育一线，坚守数学教学与班主任岗位，在平凡岗位上默默耕耘，悉心守护乡村学子成长。

从教以来，陈曼始终秉持立德树人、因材施教的教育理念，用心对待每一名学生。班级管理上，她严爱相济、

润物无声，时刻关注学生的学习状态、行为习惯和身心健康。重点帮扶学习困难学生，温情关爱留守儿童，凭借细致扎实的工作作风，赢得学生、家长和学校的一致认可。

教学教研路上，陈曼结合乡村孩子的认知特点，不断优化教学模式，创新教学方法，将抽象枯燥的数学知识趣味化、生活化，有效激发学生学习积极性，

做乡村孩子成长的“催化剂”

在邵阳市大祥区雨溪镇中学，化学教师张欢欢自2008年毕业至今，她始终扎根教学一线，用实验激活课堂，用爱心温暖学生，用钻研引领教研，先后获评区骨干教师、教学先进个人、优秀指导教师等荣誉称号。

张欢欢的课堂与众不同。“你们在我眼里都是第一名！”这是她给每届新生上第一堂课的开场白。她坚持关注

每一位学生的学习状态，对于班上较落后的学生，她课后都会耐心的进行辅导。正是这份不放弃的执着，让她所带班级的中考化学成绩年年位居全校榜首，多次获得区级教学先进个人表彰。

面对农村学校实验设备匮乏的困境，张欢欢从让学生担任演示实验助手解决“看不见”的难题，到设计“鸡蛋壳画画”“暖宝宝使红墨水褪色”等家

庭小实验，再到引导学生探究“自制制氧器”项目。这些接地气的实验不仅弥补了硬件不足，更让化学课堂充满温度与乐趣，学生学习兴趣大幅提升。她带领学生完成的自制制氧器项目，在2025年全省中小学实验教学说课活动中获得佳绩。

张欢欢将18年的成长比作“过氧化氢制氧实验”——以热爱为反应物，以实践为催化剂，在一次次尝试中释放知识的“氧气”，照亮学生的求知之路。

（陆益平）