

全国三八红旗手的“双桨”人生：带火龙舟，带富妇女

今日女报 / 凤网记者 欧阳婷

“诚邀全国各地的朋友，到怀化麻阳看龙舟喽！”镜头里，穿一身苗绣传统服饰的“全国三八红旗手”谭霞笑着喊话，身后的乡亲们也扬着满面笑容，目光追着锦江里劈浪前行的龙舟，手里的小彩旗挥得哗哗响。

5月26日，2026麻阳传统龙舟邀请赛在怀化麻阳苗族自治县热闹开锣。二十四支队伍从全国各地赶来，齐聚悠悠锦江，展开一场力量与速度的角逐。作为“怀化文旅推荐官”，谭霞早早扛着相机占据了江边视野最好的位置，把江面上的浪涌鼓声、两岸的欢声呐喊，都一一收进了镜头里。



谭霞在2026麻阳传统龙舟邀请赛现场。

镜头里的龙舟赛

开赛当天上午九点，巡游队伍率先启航：十二支麻阳各乡镇的本地舟队，十二支从香港、广东、江西、浙江赶来的外地队伍，排成队沿江而行，舟楫齐整，号子声清亮高亢，漫过了半片江岸。谭霞站在观众席上，目不转睛地盯着家乡的龙船。

“太震撼，也太感动了。”开幕式结束后，谭霞忍不住感慨，铿锵鼓点、劈浪桨声混着两岸一浪高过一浪的呐喊，把整段锦江都搅得热腾起来，“每一个人都拼尽全力喊加油，那股热乎劲，隔着人群都能烫到你”。

简短隆重的开幕式落槌，比赛正式开始。两条龙船同时出发，划手们踩着鼓点，同心协力把桨扎进水里，江面上水花翻涌、白雾升腾，看得人心里都跟着鼓点蹦。两岸河堤人头攒动，上万名从各地赶来的观众挤在江边，喊声压过了浪声，全场气氛从开头热到结尾。

谭霞说，麻阳传统龙舟自有本土风骨，差不多每个乡镇、每个村寨都有自己的龙舟队。和统一规格、轻捷窄长的国标龙舟不同，麻阳传统龙舟更大更长——40余米的老杉木大船，定员60人，划手、鼓手、锣手、舵手各守其位。比赛也别具特色：专挑锦江水流最湍急的河段，比八百米逆水竞速，两船

一组逆流而上，比完互换赛道再比拼，不限制划姿，用时最少就是赢家。

这场赛事从来不只是划手的比拼，更是全麻阳人的节日。早在开赛前大半个月，村村寨寨就忙活开了，有钱出钱，有力



外嫁的姑娘提前准备好鲜艳红绸，再送上茶水点心补给。

出力，没人闲着。传统龙舟的划手多是青壮男子，女人们就包下了后勤和啦啦队。龙舟要出行，女人们提前聚在一起做龙舟饭，腊肉、粉蒸肉蒸得喷香，还要摆上本地的麻阳鸭、麻阳鹅，满满当当全是心意。

开赛前几日，各支龙舟队从乡镇出发，或是步行，或是划船往县城走，沿途家家户户迎送。土生土长的麻阳人谭霞说，龙舟在麻阳从来不是一项简单

的体育活动，当地有句老话叫“宁输一丘田，不输一篙船”，它早已是流在血脉里的千年信仰，更是牵着千万人的乡愁纽带。

对麻阳的外嫁女来说，家乡的龙舟队，就是踩着浪来的亲人。当地传了百年的习俗“上红”：

本村龙舟参赛路过自家婆家地界，外嫁的姑娘早早等在岸边，把提前准备好的鲜艳红绸，系在龙舟头或是披在划手身上，再送上茶水点心补给。那片亮眼的红飘在碧绿江面上，连风都带着乡愁的温度。

这些热热闹闹的鲜活场景，全被谭霞收进了镜头里。作为文旅推荐官，她把最真实、最动人的麻阳龙舟故事，讲给更多外面的人听。

果园里的创业路

除了“文旅推荐官”，谭霞还有另一个身份：全国三八红旗手。她希望能尽己所能，让更多女性在乡村振兴中绽放光彩。

2013年，她流转5200亩土地引种果树，牵头成立苗之灵合作社，带动1670户农户参与，年营收突破5000万元。2016年，她又把目光投向休闲观光农业，流转承包1080亩土地，打造出带300亩黄桃园的苗乡文化体验馆：“我想靠着麻阳的苗族文化，给本地黄桃添更多附加值。”没过多久，这片园子就成了周边有名的网红休闲地，怀化及周边的游客周末总爱来这儿打卡。

从创业第一天起，谭霞就想着要拉着村里的姐妹们一起挣钱。如今合作社里，有112名长期女员工、277个季节性用工，绝大多数都是本县农村妇女和曾经的贫困户。

“以前围着灶台转，现在围着产业干。”这是谭霞身边许多农村妇女的真实写照。谭霞深知，乡村振兴离不开女性的参与和成长。她把合作社做成了农村妇女创业的“孵化站”，把培训课堂直接搬到了田间地头。每个季度，她都会邀请省农科院、怀化学院的专家来讲课，到如今已有5000余人次接受

培训，126名姐妹成长为能独当一面的创业能手：51人办起农业公司、家庭农场，40人成为种养专业户，35名苗族姐妹当上了非遗传承人，成了乡村振兴里亮眼的新力量。她还给16名骨干女员工设立岗位股份分红，让姐妹们不光有活干，心里更有奔头。“这不仅是一份工作，也是一个供我们学习的平台，我们在这里学习非遗、电商带货、农耕知识，我相信以后我们会越来越好。”果园员工谭琴说道。

合作社和果园走上正轨后，谭霞又把更多精力放到帮扶困难乡亲身上：她给村里捐赠价值120余万元的苗木；作为“爱心妈妈”志愿服务队成员，她结对关爱20名留守儿童，累计参与公益活动75场、帮扶妇女儿童40余次，捐款捐物超百万元；她给县特殊教育学校122名困境学生捐款53万元，给敬老院老人和易地搬迁妇女送去价值40万元的物资。

回头看18年创业路，谭霞笑着说，自己的经历就像划麻阳龙舟：“逆着水往上走，一开始不知道结果会怎样，全凭着一股子执着和坚持往前冲。”她表示往后还要带着这股麻阳龙舟精神，拉着更多姐妹往前，一起闯更红火的日子。

40岁挑战极限，连登两座雪山当生日礼 湘妹子登顶珠峰28小时后，又站上了洛子峰

今日女报 / 凤网通讯员 高煜祺

凛冽寒风席卷珠峰之巅，风速高达40km/h的狂风一次次将登山者扑倒在皑皑雪坡上，零下30℃的刺骨寒意穿透厚重登山服……尼泊尔时间5月21日清晨5时，邵阳市城步苗族自治县的登山者蒋青艳稳稳站在8848.86米的珠穆朗玛峰上，脚下是苍茫云海，身旁是无尽雪山。而在登顶珠峰的28小时后，她又成功登顶海拔8516米的洛子峰，完成了连续攀登珠峰、洛子峰的目标。从湘南山峦到世界屋脊，这位大山的女儿，在40岁之际用坚韧的脚步

书写了属于湘妹子的攀登浪漫。

5月17日0时35分，蒋青艳从海拔5364米的珠峰南坡大本营启程，逐级辗转多座高海拔营地适应蓄力，顺利在21日清晨5时登顶。

登顶后，她来不及长时间休整恢复，接着下行转场。5月22日2时50分，她从洛子峰C4营地再度出发，历经风雪跋涉，于当日9时成功站上洛子峰顶。

“比起恶劣天气，无缓冲的体能透支与心理压力，才是连登最大的难关。刚从珠峰下来，身体疲惫到了极致。”蒋青艳坦言，单次登山结束后，所有人

都会选择长时间休整恢复，而她几乎没有喘息空间。

“登顶珠峰后，我无数次闪过自我怀疑：我还有力气征服下一座雪山吗？但湖南人骨子里不服输的韧劲一直推着我向前。我就想着好好睡一觉，醒来只管往前走。”蒋青艳说。

翻越珠峰希拉里台阶的经历，成为这场艰险旅程中最温暖的光。8790米的死亡地带，狭窄山路仅容一人通行。下撤时恰逢大批登山者向上冲顶，众人需要在一根安全绳的维系下错身通行，恐高的蒋青艳双腿颤抖，寸步难行。危急时刻，

她的向导全程贴身守护，沿途陌生的登山队友也纷纷伸手帮扶，在狂风呼啸的绝境之中，一次次伸手托举，帮她平安度过险关。

“那一刻，四面八方的善意，让我在极寒雪山里感受到了满满的温暖。”蒋青艳说。

生于邵阳市城步苗族自治县，群山是蒋青艳成长的底色，也刻进了她坚韧的性格。35岁之前，她历经生活诸多坎坷与压力，内心满是迷茫与困顿。一次偶然接触高海拔登山，让她彻底与雪山结缘。

身处高海拔群山之中，思

绪会变得简单纯粹，雪山会包容所有负面情绪。于是她毅然转行，将热爱变成职业，成为一名专业高山向导。

如今，她已累计带队完成百余次5000米级别雪山攀登，十余次6000米雪山攀登，6次7000米雪山挑战，此次连登之后，也完成了第三座8000米雪山的征服。

“生日这天，我送给自己整片山川与世界，这份礼物，意义非凡。”40岁，蒋青艳送给自己的礼物，是两座巍峨雪山和整片辽阔天地。