

# 向下扎根 向上成长

——访国家奖学金获得者毛世然

“春种一粒粟，秋收万颗子。”自入学以来，毛世然始终勤勉笃行，追求务实，刻苦努力，在一次次训练和比赛中磨砺而成。从最初的参与者到如今的组织者，他学会了如何在压力下保持冷静，如何将个人能力融入团队合力。从军训场上的初次尝试，到团委工作中的担当；从乒乓球台边的并肩作战，到暑期实践队的带队出征，毛世然的每一份“破土”都伴随着对舒适区的主动突围。正是这份刻在行动里的勇气与担当，让他在一次次挑战中不断冲破桎梏，破土生长。

## 破土而出：勇气开启逐梦路

成长路上，每一次主动向前，都是毛世然对青春最真实的回应。从担任军训负责人，细致保障后勤工作，到在学院团委牵头统筹宣传事务，他从不因事务琐碎而懈怠，也不因任务繁重而退缩。军训期间，他需要协调物资，清点人数，应对突发状况，每一件小事都在打磨着他的责任心。正是这段经历让他明白：勇气并非无所畏惧，而是明明感到不安，依然选择站出来承担。

作为院乒球队副队长，毛世然是队友们最可靠的“主心骨”。与他并肩作战的队友评价道：“每次团比赛，气氛都很紧张，大家压力也大。但他不管自己上场，还是在台下指导，都特别沉稳。比分落后时，他会帮我们分析对手打法，提醒调整心态。训练再苦再累，他也一直带着我们坚

持。有他在，整个队伍都更有凝聚力。”这份沉稳与担当，并非与生俱来，而是在一次次训练和比赛中磨砺而成。从最初的参与者到如今的组织者，他学会了如何在压力下保持冷静，如何将个人能力融入团队合力。从军训场上的初次尝试，到团委工作中的担当；从乒乓球台边的并肩作战，到暑期实践队的带队出征，毛世然的每一份“破土”都伴随着对舒适区的主动突围。正是这份刻在行动里的勇气与担当，让他在一次次挑战中不断冲破桎梏，破土生长。

## 扎根沃土：毅力铺就成长径

求学之路，是一场在知识沃土里深耕细作的修行。入学以来，毛世然始终保持专业排名第一的优异成绩，平均分绩点高达3.90/4.0，用扎实的分数诠释着“学业为本”的初心。在学习中，他摸索出一套高效的方法：拒绝“形式化规划”，注重理清知识逻辑；践行“费曼学习法”，通过讲解输出巩固理解；坚持“先完成再完善”，在实践中优化提升。这份扎根沃土的毅力，是他整理课堂笔记时的一丝不苟，是统筹团学工作时的严谨细致，是筹备社会实践时的反复打磨。每当收获荣誉与认可，他心中满是对坚持与付出的笃定。谈及毅力的来源，他坦言：“我的动力源于对成长的渴望，对责任的坚守，更源于学校提供的广阔

平台，老师的悉心指导和同学的并肩支持。”这份信念支撑着他在多重角色中平衡兼顾，在忙碌中追求卓越。

多次指导毛世然工作的老师对他赞不绝口：“他最难得的是‘眼里有活、心中有数、手上有力量’。他做学习笔记条理清晰，分享知识时逻辑通透，是真正学懂弄通了；做学生工作时，无论是军训后勤的物资调配，还是团学宣传的内容审核，都能做到零疏漏。他对自己的要求很高，又能兼顾团队协作，这种踏实肯干、善于思考的劲头，让他在学业和工作中都能脱颖而出。”从课堂到实践，这份脚踏实地的毅力，为他铺就了一条坚实的成长之路。

## 扎根沃土：实践点亮担当志

怀揣学以致用、服务社会的初心，毛世然始终思考如何将书本知识转化为服务社会的实际力量。2025年暑期，他作为学院“岩园先锋·文明新乡”社会实践团宣传负责人，深入怀化溆浦县双井镇岩园村，聚焦乡村产业振兴与文旅融合发展开展实践调研。在鸿鑫玩具厂，他看到了工人们坚守手艺、留村妇女兼顾家庭与工作的动人场景，也捕捉到企业在劳动力技能提升、海外市场对接等方面的发展困境。为此，他随团队结合专业知识，提出搭建“线上技能培训平台”，引入3D

打印技术，挖掘本土文化元素等建议，通过拍摄宣传视频、撰写深度新闻稿等方式，让岩园村的产业故事走进更多人的视野。这些建议因针对性强、落地可能性高，获得了当地群众的认可，也让团队成员深刻体会到“把论文写在祖国大地上”的现实意义。

提到这次“三下乡”经历，他分享道：“印象最深的是大家顶烈日分工配合，有人打草稿，有人调色，有人补细节，累了就互相打气，从白天忙到傍晚。这些都让我明白：一个人可以走得很快，但一群人才能走得更远。”在这场实践中，他深刻体会到乡村振兴的时代意义，更坚定了“以所学回馈社会”的信念。从课堂到田野，这份知行合一的担当，让他在扎根沃土的实践中愈发绽放。

从班级事务的尽心尽力，到团学工作的锐意创新；从社会实践的躬身笃行，到文体赛事的奋力拼搏，毛世然始终践行着“认真学习，勇敢尝试，珍惜每一次机会”的理念。这既是他赠予学弟学妹的真挚寄语，更是他一路坚守



毛世然，中共预备党员，生物科学技术学院2023级生物工程专业学生，曾获国家奖学金、校“三好学生标兵”“优秀青年志愿者”“一等奖学金”“优秀团员”等荣誉，荣获2025年湖南农业大学暑期“三下乡”社会实践团队“先进个人”称号；获湖南农业大学2025年大学生乒乓球团体混合组第七名。

的初心。展望未来，他将继续怀揣热爱与担当，扎根祖国大地，以青春为笔，以奋斗为墨，书写属于新时代大学生的精彩华章。  
(学生记者 戚玉荣 实习记者 冯照琳)

# 三月春风至 致敬每一个她

阳春三月，在第115个“三八”国际妇女节到来之际，我校组织开展形式多样的庆祝活动，向全校女教职工和女同学致以诚挚的节日问候与美好祝福。活动以丰富多元的形式致敬巾帼力量，生动展现了新时代女性自尊、自信、自立、自强的精神风貌，营造了尊重女性、关爱女性的浓厚校园氛围。一个个温暖瞬间，一幕幕动人场景，不仅传递了节日的温情，更凝聚起奋发向上的巾帼力量，让芬芳之花开满校园。

貌，营造了尊重女性、关爱女性的浓厚校园氛围。一个个温暖瞬间，一幕幕动人场景，不仅传递了节日的温情，更凝聚起奋发向上的巾帼力量，让芬芳之花开满校园。

## 以梦为马 绽芳华 鼓点铿锵展巾帼

——学校举行庆祝“三八国际妇女节”趣味活动

春风送暖，鼓点铿锵。3月5日，学校东田径场活力四射，以“以梦为马 巾帼绽芳华”为主题的2026年庆祝“三八”国际劳动妇女节超级有氧趣味活动火热启动。全校27个二级工会的八百余名女教职工齐聚一堂，共庆第116个“三八”国际妇女节，在音乐与运动中展现农大巾帼风采。



校党委书记兰勇出席活动并致辞。他向全校女教职工致以节日问候与美好祝福，高度评价女教职工在学校人才培养、科技创新、社会服务等各项事业中做出的不可替代的贡献，希望大家以更加饱满的热情、更加昂扬的斗志、更加强烈的责任感，将这种拼搏精神转化为干事创业的动力，为学校高质量发展添砖加瓦。

本次活动以超级有氧鼓点为核心，创新融合节奏运动与团队协作，设置舞步棋盘、音乐跑马、音乐飞球、舞步争霸四大趣味游戏，兼具趣味性与观赏性。舞步棋盘上，各舞团以有氧舞为棋，在节奏中比拼

团队智慧；音乐跑马环节，队员闻声跑位，争先抢座，紧张刺激；发现现场欢呼、音乐飞球赛场，精准地投篮尽显默契；舞步争霸赛，特设有有氧舞蹈编创展示环节，将活动推向高潮。27支队伍分为14个舞蹈组合，各舞团伴舞特色各异，舞步轻盈，为活动增添活力。

经过激烈比拼，机电工程学院、体育学院、继续教育学院团体一等奖，植物保护学院、水产学院、生物科学技术学院、公共管理与法学院、东方科技学院获二等奖，农学院、资源学院、环境生态学院、食品科学技术学院、风景园林与艺术设计学院、商学院、机关工会、图书馆三等奖。校党委书记、副校长张燕为获奖单位颁发奖杯，所有参与者均获精美纪念盒。

(通讯员 承晶)

## 巾帼向党绽芳华 奋楫争先创一流

——学校组织优秀女教职工赴株洲开展“三八国际妇女节”主题活动



3月7日，工会组织40名优秀女教职工来到株洲革命纪念馆流芳园和粮食学院开展主题活动。校党委

组织了烈士群雕、烈士公园纪念馆、瞻仰了株洲籍革命先烈的风采，通过了解株洲历史暨党政要人、将军军魂、革命烈士的英勇事迹，深刻感受革命先烈的为了民族独立和人民幸福所付出的巨大牺牲和无私奉献。同时，通过参观粮食学院、生态种植园与现代农业体验区，感知农耕文明的演进轨迹，近距离观察现代农业的种植成果。活动期间，大家还体验了仿点翠工艺DIY手工活动。

大家纷纷表示，要将革命先烈的崇高精神内化于心，外化于行，转化为推动工作、服务群众的强大动力，以更加饱满的热情和更加坚定的信念，在未来的工作中持续绽放芳华，为学校的高质量发展贡献巾帼力量。

(通讯员 钟咏)

## 指尖拾趣雅韵 温情相伴暖校园

3月5日，公共管理与法学院举办“指尖拾趣，慢享时光”妇女节主题活动。学院组织女教职工与女学生共同参与团扇绘制、压花小夜灯制作等趣味体验项目。活动现场，大家发挥巧思，将花卉图案融入团扇设计，将天然干花与灯罩巧妙结合。一件件独具匠心、清新雅致的手工作品次第呈现；学院悉心准备了手工材料与暖心茶点，让师生在创作与交流中舒缓身心，增进情谊。此次活动以文化浸润传递组织关怀，丰富了女师生的文化生活，陶冶了审美情操，增强了师生的向心力与凝聚力，为打造和谐温暖的校园育人环境注入温情与力量。

## 温暖三八守护健康 科普护航绽芳华

3月5日，教育学院联合《中国妇女》杂志、千金药业举办湘农教育讲堂第29期“情暖三八，守护芳华”女性健康通讯教育讲座。活动特邀长沙市第一医院妇科主任刘丽文教授主讲，围绕经期护理与问题应对策略、系统讲解生理期健康管理、日常养护、异常情况处置等专业知识，内容兼具科学性与实用性。现场互动积极，氛围热烈有序。此次活动以健康关怀为切入点，为女性师生送上节日关怀与实用指导，有效提升健康素养与自我防护意识。教育学院将持续聚焦女性师生实际需求，开展更多暖心服务活动，引导广大女教职工以健康向上的精神风貌立足岗位，奋发有为，绽放巾帼风采。

## 凝聚她力量 巾帼绽芳华

3月6日，农学院开展“凝聚她力量，巾帼绽芳华”主题团建活动。此次团建活动融入体验、手工创作与户外拓展于一体，围炉煮茶间，茶香袅袅，暖意融融，大家围坐畅谈，畅叙情谊；巧手制团扇、匠心做花束，一件件独具匠心的作品尽显女性的细腻巧思；磨豆浆、窑烤面包，大家在烟火气十足的手工劳作中品尝亲手制作的美味；趣味素质拓展环节，大家齐心协力，在互动中凝聚团队向心力，绽放巾帼风采。此次活动让女教职工们放松心情，舒缓压力，传递了学院的暖心关怀。大家纷纷表示，将带着这份温暖与力量，以更饱满的热情投身教学科研工作与育人工作，在农学院发展征程中续写巾帼篇章。

## 温情致巾帼 芳华伴春行

3月6日，园艺学院工会组织女教职工前往长沙开福区山鹰潭团建基地开展主题团建活动。活动精心设置手工郁金香制作、窑烤面包、石磨磨豆浆、围炉煮茶等特色体验项目。大家在动手实践中感受传统工艺魅力，品尝亲手制作的美食；午后围炉而坐，煮茶闲谈，畅叙心声，在温馨惬意的氛围中卸下疲惫，拉近距离，凝聚情谊。这份温暖与收获化为前行力量，大家以昂扬向上的姿态，充分展现了新时代女性自信、优

## 各学院“三八国际妇女节”活动异彩纷呈

### 温情献礼敬巾帼 暖意关怀润师心

3月6日，食品科学技术学院为全体女教职工送上温馨的节日关怀与诚挚祝福。学院工会精心筹备鲜花与蛋糕，将承载敬意与暖意的礼物送到每一位女教职工手中，让大家在温馨仪式中感受到浓浓的温情。老师们接过礼物时笑容灿烂、倍感暖心，在欢声笑语中度过一个温馨而有意义的节日。大家纷纷表示，将把这份关怀与鼓舞化为奋进的动力，以更加饱满的热情、更加昂扬的姿态投身教学、科研与育人工作，立足岗位，履职尽责，在新时代新征程上绽放巾帼风采、贡献巾帼力量。

### 观影铸魂守初心 凝心聚力担使命

3月6日，马克思主义学院党委与工会联合开展庆祝“三八”国际妇女节主题观影活动。学院组织全院女教师观看国家安全题材影片《惊涛无声》。影片生动展现了公安干警忠诚奉献、默默坚守的崇高品格，兼具思想深度与情感温度。观影结束后，大家纷纷表示，此次活动将节日温情与思想淬炼有机结合，既是组织的暖心关怀，更是一堂直抵人心的国家安全教育课。今后将把爱国情怀与斗争精神融入思政教育全过程，以巾帼担当为加快建设教育强国贡献智慧与力量。

### 茶香润芳华 茶话叙初心

3月6日，商学院举办“茶香润芳华·师生育初心”茶文化共建茶话会。活动开设茶文化专题讲座，讲授茶艺、茶俗与茶礼知识，开展专业茶艺表演与茶叶实操品鉴，兼具理论深度与实践体验。学院领导向女教职工致以节日祝福，充分肯定她们在学院发展中所做的贡献。整场活动以茶为媒，以文化人，弘扬中华优秀传统文化，又拉近了师生距离，彰显了学院对女性群体的尊重与关爱，展现出新时代女性自信从容、积极进取的精神风貌，为校园文化建设注入温暖力量。

### 鼓韵悦心 花艺怡情

3月6日，东方科技学院举办“花海悦心 悦享芳华”插花活动。在园艺学院海霞教授的指导下，大家在动手实践中感受传统艺术的魅力。全体院领导亲临活动现场，向女教职工致以节日问候与美好祝福，对大家为学院发展付出的辛勤努力表示衷心感谢。温馨的氛围中，女教职工们放松心情、增进交流，收获满满的幸福感。活动不仅丰富了女教职工业余文化生活，更增强了团队凝聚力，激励大家以更加饱满的热情投入工作，为学院发展贡献巾帼力量。



食品科学技术学院为全体女教职工送上温馨的节日关怀与诚挚祝福。



马克思主义学院党委与工会联合开展庆祝“三八”国际妇女节主题观影活动。



商学院举办“茶香润芳华·师生育初心”茶文化共建茶话会。



东方科技学院举办“花海悦心 悦享芳华”插花活动。



商学院举办“茶香润芳华·师生育初心”茶文化共建茶话会。