



## 谷山名片

谷山位于长沙湘江西岸,跨岳麓区和望城区。原名云母山,又名穗山,是有名的森林公园和纯天然氧吧。据传,谷山名字来源有二:一种说法是因远古先民信奉的农业神——谷神在此山显灵而得名,第二种说法是因明代谷王朱穗入山为僧而得名。



站在谷山山顶可俯瞰长沙城区。

# 翻山阅岭

大型融媒体调查报告

山水洲城·探山

## 登谷山,瞰长沙

翻山阅岭——山水洲城·探山大型融媒体调查报告(八)

长沙晚报全媒体记者 邓艳红

初秋清晨,空气清新,满眼翠绿,一派生机盎然。

趁着秋高气爽,走读团成员从晚报大厦出发,经东二环,转北二环,进入望城区月亮岛街道戴公庙村,来到位于望城区和岳麓区交界的谷山。此刻的谷山,还很静谧,听得见山林里的鸟儿清脆的叫声,以及山脚村民交谈的声音。

“天气好的时候,在山顶可以同时看到湘江、橘子洲和长沙的天际线,日出时分,有时候还能看到云海翻涌的景色,被众多摄影爱好者称为‘小黄山’。”登山过程中,几位在山脚下长大的走读团成员向记者介绍。

### 山顶上的望远镜

谷山地势险要,道路崎岖,藤萝攀附,古木参天。清代诗人杨世安《登谷山》诗云:谷山与岳争空起,耸入青天势未已。盘旋鸟道登山尖,一碧遥看洞庭水。苍茫独立翠微间,此身不信在人寰。长啸一声下山去,芒鞋带着白云还。

走读团登顶谷山,才知诗中所言非虚。走读团成员、望城区月亮岛街道戴公庙村党总支委员吴兰芳介绍,登顶谷山的小路有很多,小路崎岖狭窄,常有登山者迷路,为保障登山人员的安全,政府新建了一条上山的消防通道,以确保出现登山人员迷路等意外情况时,救援人员能第一时间进山搜寻。

清晨7时多,沿着这条消防通道,走读团成员开始登山。“走,我带你们上山。”走读团成员、越野爱好者,本次登山向导吴凡开着越野车载着走读团成员开始上山。

这条路的宽度刚好够一辆小车经过,一路上,道路旁的树枝擦着车窗玻璃而过。在山脚,路还算平坦,可越往上,道路越崎岖,坑坑洼洼全都是大石头。如果不是车门紧闭,其颠簸程度足以将人甩下车。为了安全起见,每次爬坡过坎时,走读团成员都下车,让吴凡可以“轻装”爬坡。

一路颠簸后,走读团成员和越野车都到达了山顶。通过亲身体验,走读团成员友情提醒,普通市民最好选择徒步登山,非技术高超和经验丰富的越野爱好者,千万不要开车上山。

山顶是一片开阔的平地。此时,笼罩在山间的云雾尚未散去,山脚下长沙城区的面貌若隐若现,云雾中的星城犹如仙境一般。

这便是谷山的主峰谷王峰,海拔362米。362米的绝对海拔并不算高,可作为长沙主城区的“制高点”,谷山山顶足以让人体验到一种“会当凌绝顶,一览众山小”的豪迈。“如果没有雾,在这里可以看到整个长沙城区,火车站、国金中心都看得一清二楚……”走读团成员吴凡和贺坚都是戴公庙村人,他们在谷山脚下长大,小时候经常爬上山来,眺望城区的繁华。

山顶上没有任何人工建筑,却安静地矗立着一架共享望远镜。可见不少游客曾在此驻足远望,一览长沙风光。

阳光逐渐驱散了云雾,登上山顶的人越来越多。站在山顶,伴着山间清风,湘江蜿蜒、楼宇错落的长沙城全貌一览无余,而共享望远镜的设置,更让这份“高空视角”有了更清晰、更有趣的体验。



扫码看辣视频  
探山谷山



谷山脚下的一处网红打卡点——谷山采石场遗址,置身其中,有一种时空交错感。

### 山道间的登山者

近年来,谷山以其独特的魅力成为徒步圈的新宠。

“这里的原生态保护得太好了,走在山里就像闯进了原始森林!”走读团成员在上下山的路上,遇到了一拨又一拨登山的市民——有背着双肩包的年轻人,有手牵手的情侣,还有不少带着孩子的家长,大家沿着山道慢慢走,时不时停下来拍照打卡。

“谷山的景点可多了,狮子台、豹子岩、罗汉肚、黄狗窝、将军坳、歇凉坪……每一处都有故事!”79岁的戴公庙村老人吴泽其,是谷山变迁的见证者,他细数起山里的传说:“乾隆皇帝下江南时,曾在歇凉坪歇脚,据说那地方夏天连蚊子都没有;还有将军坳,民间传说明代谷王朱穗的十三子曾在那儿避过难呢!”

吴泽其在《地杰人灵的谷山》一文中写道:以前的谷山,通往外界的都是羊肠小道,村民出门全靠走;如今,金星大道、银杉路、银星路、黄金东路、普瑞大道纵横交错,交通四通八达,家家户户都通了平整的路,周边高楼拔地而起,夜晚灯火辉煌,马路上车水马龙,再也不是当年的模样。“如今谷山上古树参天,群峰吐翠;谷山脚下,谷山体育公园处,男女老少成群结队,润林间清气、享天然氧吧,晨操夕舞,运

动健身;山谷间农家乐前霞光照水、稻花飘香,渔村农舍有酒喝,有茶可品……”吴泽其认为,现在的谷山,就是长沙的“城中花园”,既有生态底色,又有文化厚度,还透着发展的活力!

依托这份难得的生态底色,长沙正积极推动文旅体融合发展——谷山体育公园早已建成开放,它背靠谷山森林公园,是湖南省首个集体育竞技、户外运动、休闲娱乐、生态探险于一体的大型综合性森林体育公园。公园里,篮球场、足球场等运动场所一应俱全,健身步道蜿蜒其间,适合散步慢跑;若是想静静放松,阳光草地、参天古木、清澈湖泊构成的景致,能让人瞬间卸下疲惫。“就算不运动,来这儿散散步、吹吹风,也是件特别惬意的事!”附近的居民说。

今年6月21日,“乐聚星城 跃动精彩”望城首届全民运动能量季就在谷山启动。这场由政府与民众携手打造的体育嘉年华,不仅响应了“全民健身”的号召,更让谷山成为长沙全民健身与城市文旅融合的新名片。

除此之外,以谷山为主体的谷山森林公园在保护的基础上,也将进一步开发,建成省级旅游度假区、市级自然教育基地和微度假旅游目的地。



←山顶上的  
望远镜让长沙  
风光“近”在眼前。

↓近年来,  
谷山以其独特  
的魅力成为徒步  
圈的新宠。图  
片均为长沙  
晚报全媒体记  
者陈飞 摄

### 山脚下的新农人

从谷山下来,贺坚领着走读团成员走进他的共享菜园,这个今年7月才对外营业的共享菜园如今已颇具规模。“170多块菜地已经租出去了80%,菜地非常受欢迎。”

今年38岁的贺坚从小在谷山脚下长大。“这山是我从小爬,从没想过满山的绿,能长出比在外打拼更踏实的日子。”贺坚望着谷山方向告诉记者。今年5月,他在外拼搏多年后选择回到家乡当一名新农人。

贺坚告诉记者,他以前从事建筑行业,每天在工地上看着钢筋水泥,心里总飘着。有一次去外地出差,一处生态农庄让他动了心——游客在菜园里摘菜、在鱼塘边垂钓,孩子们追着蝴蝶跑,农户们忙着招呼客人,脸上是藏不住的笑意。“当时就琢磨,我的家乡在谷山脚下,有山有水有好空气,我可不可以像他们一样在家门口创业?”这个念头像颗种子,在他心里发了芽。

正好戴公庙村在积极推进美丽村落建设,鼓励村民发展乡村产业。借着这股政策的东风,今年5月,贺坚流转了上百亩土地,着手建设生态农业园,今年7月,七星湾生态农业园对外营业。

“考虑到周边全是楼盘,居民们没地方种菜,于是我便规划了170多块共享菜地。”贺坚介绍,共享菜地的消息传开,附近居民争相预订。谈话间,63岁的刘兵拎着水管走来给菜地浇水。刘兵老家在常德,退休后随孩子定居长沙,租了两块菜地,早晚打理:“以前种地糊口,现在种得舒心,看着菜长得好就开心。”

贺坚的规划远不止于此——菜园旁边,几口鱼塘已经挖好,以后可供游客休闲垂钓;草莓采摘园里,草莓已经种下,到了年底便可以供游客采摘;除此之外,这里以后还会有特色餐饮等业态。

绿水青山就是金山银山。不只是贺坚的生态农业园,如今的谷山脚下,一家家农家乐和休闲农庄拔地而起。党员们带头清理“村边、路边、房边”的垃圾,带动村民一起打造美丽屋场,一幅乡村振兴的美丽画卷正徐徐展开。

### 走读团说

谷山是一座被低估了的长沙名山,每到周末,特别是“五一”“十一”假期,从戴公庙村山脚下爬谷山的人特别多,上山下山的人络绎不绝;有家长带着小孩来锻炼意志的,也有同事朋友邀约感受大自然放松心情的,还有喜好户外登山的驴友们。为了方便市民和游客爬山,政府还特意修建一条简易“消防通道”。

近年来,戴公庙村党总支充分发挥党建引领乡村振兴,持续推进“书记工程”之美丽村落建设,基础设施不断完善,谷山下的村庄更宜居,交通更通达。这里的业态如雨后春笋涌现,研学、农庄、民宿、露营等文旅项目越来越多,游客纷至沓来,绿水青山就是金山银山的实践正在生动上演。

——长沙市望城区月亮岛街道戴公庙村党总支委员吴兰芳

谷山的灵气和秀美一直滋养着我的童年和少年。长大后,从事建筑行业的我看到我的家乡实施了乡村振兴——美丽村落建设,便勾起了我儿时返璞归真、造福家乡的梦想。如今,我在谷山脚下打造的七星湾共享菜园是一个能让人们心情放松、脚步慢下来,享受山林间的怡然自乐的好地方。

——七星湾生态农业园经理贺坚

作为一个在谷山脚下长大的人,谷山于我而言,早已不是一座普通的山,它更像是一位沉默的老友,见证了我从懵懂孩童到成熟越野爱好者成长轨迹。我小时候经常爬谷山,现在的我是一名越野爱好者,我曾数次开车登顶谷山。夜色阑珊时,站在谷山峰顶,我俯瞰长沙城区,感受湘江两岸彩灯闪烁,整个长沙夜景尽收眼底,那种震撼与亲切交织的感觉,只有在故乡的山顶才能体会到。这一刻,所有的烦恼都烟消云散,只剩下对这片土地深深的热爱与眷恋。

——长沙市望城区月亮岛街道戴公庙村村民吴凡

### 探山指南

线路1:小鳌大院—狮塘冲—谷山主峰—山脊小径下山—宝宁寺  
从望城区月亮岛街道戴公庙村小鳌大院出发,前行至狮塘冲,再前往谷山主峰,随后从山脊小径下山,回到宝宁寺前广场。

线路2:宝宁寺—马术营—电塔—山顶—土地庙

起点为宝宁寺,出发后前往马术营,接着向电塔方向前行,到达山顶后从土地庙出口下山。这条路线全程路况丰富,有平坦大路、幽静小径,还有需手脚并用的巨石山坡,徒步者能体验多样登山乐趣。

特别鸣谢

长沙晚报“翻山阅岭——山水洲城·探山”由鸿蒙智行中南汽车世界店提供车辆支持  
电话:13739070722 吴先生



扫码进入交互长卷

不负青山不负城!

翻山“阅”岭,感受此间青绿!