

长城两边是故乡
记者带你游忻州



蛟马河生态公园

陈勇升摄

忻府区：晋北有佳境 悠然在秀容



独担山

安美丽摄



奇村镇蔚野村金山湖

赵曼君摄



双乳湖

本报记者 张存良摄

初秋长风冲破雁门雄关，奔至忻府平川便敛去浩荡锋芒，被纵横水系、层叠青山揉出一缕温软诗意。

倘若将厚重古朴的忻州古城比作

一卷沉淀千年的文史长卷，城外错落相依的山水胜景，便是烘托长卷灵动清雅的点晴之墨。不刻意雕琢，自有悠然清韵。

循着山野草木馥郁香气缓步深入，流水婉转、青山雄浑、溶洞奇幻、温泉温润，独属于晋北大地的山河诗意，尽数藏在这一路漫游之中。

双水绕城—— 两河的温柔与野趣

破晓薄雾轻笼，云中河在晨光里缓缓苏醒。沿河畔步道徐行，水汽氤氲，朦胧如未散尽的清梦。河水清冽，鹅卵石被岁月磨得圆润，阳光穿雾洒下，碎成满河金鳞。垂柳蘸水，白鹭掠波，动静之间满是灵秀。这条河的温柔自有层次：上游峡谷逼仄，流水撞石叮咚作响；下游水势舒缓，与牧马河蜿蜒相拥，一道奔向远方。

云中，意为云霄之中，即传说中的仙境。《楚辞·九歌·云中君》曰：灵皇皇兮既降，森远举兮云中。王逸注：云中，云神所居也。《方輿纪要》记载，西北十五里有云中山。下有谷，云中水出焉。山中云雾缭绕，山势蜿蜒起伏，峭壁削立，松涛蔽日，流水潺潺，积小溪成河流，云中河因此而名。如今景区内，晨练百姓伴着流水舒展身姿，古老河道岁岁奔流，滋养一城烟火。

如果说牧马河藏着黄土高原的原生野趣，云中河便是温婉写意。盛夏汛期，河水自云中山奔涌而下，在忻府大地九曲回环，于宽阔的河床间浩荡前行，尽显北方河流的雄浑气魄。浅滩鱼虾清晰可见，岸畔野花肆意盛放。沿河漫步，村落鸡鸣犬吠隐约传来，山野清寂与市井烟火相融，勾勒出鲜活田园图景。

群山竞秀—— 群峰的风骨与禅意

出城向西北，陀罗山的苍黛轮廓渐次清晰。位列古忻州八景之一的“陀罗避暑”便在此间，是天然消暑胜地。盛夏入山，石径盘桓而上，古松挺拔苍劲，山风过处松涛阵阵，吹散周身暑热。山腰古寺藏于林间，千年古柏虬枝盘曲，诉说着岁月的沧桑。相传文殊菩萨曾于此讲经，山间怪石皆染悠远禅意。登顶远眺，忻定盆地阡陌纵横，云中河如银链铺展，村庄田畴星罗棋布，天地辽阔之感油然而生。

向南望去，独担山孤峰拔地，如顶天立地的行者，自带坦荡风骨。盛夏草木葳蕤，苍翠如海，平缓步道隐于浓荫，清风拂面步步生凉。登顶后视野全无障碍，村落田垄如棋盘铺展，八方清风穿谷而过，方懂“独担”二字的挺拔与开阔。相传大禹治水时，曾在此劈山通河，当地至今仍传唱着“独担山，挑起天与地”的民谣。虽未逢春日桃云、秋时红叶，这片无边苍翠里，亦盛放着夏山独有的坦荡生机。

桃桃山，又名翠岩山，属五峰山系，位于忻府区庄磨镇，因山体形似桃子得名。整座山被蓊郁植被裹得严实，奇岩在林间若隐若现。盛夏之际，浓荫蔽日，穿行林间只闻鸟鸣风声，俗世喧嚣都被隔绝在外，是天然的避暑秘境。待到春来，满山桃花灼灼映青岩，晕染出一幅淡墨水彩，又是另一番醉人风华。

金山位于忻州城北，属吕梁山北支脉，因山形似“金”字得名，更因“金山晚照”盛景而闻名。夏日黄昏，落日熔金，余晖铺满山体，山下炊烟与田畴相映，绘成治愈的夕照画卷。而横亘忻府东境的系舟山，山脊如巨龙蛰伏，攀至山巅，清风满怀，山岩间封存着上古治水传说、过往边关烽烟，每一步攀登，都是一场跨越千年的时光相逢。

奇景天成—— 湖洞泉的时光馈赠

群山环抱之中，位于奇村镇明望村附近的双乳湖如明镜静卧谷底，因后山形似双乳得名。夏日湖水清透无瑕，完整收纳天光云影、层叠青山。湖畔草地平缓，席地而坐，看微风漾起细碎波纹，山的温婉、水的清润相互交融，连流逝的时光都悄然放缓脚步。晨昏之景最为动人，晨雾如纱时恍若仙境，落日熔金时满湖碎光，是人们野餐垂钓的闲暇去处。

系舟山腹地，藏着亿万年地质造化孕育的地下秘境——禹王洞，相传大禹治水时曾在此驻留。盛夏踏入洞内，暑气顿消，洞内常年恒温，自成一方清凉天地。随着灯光次第亮起，千姿百态的钟乳石映入眼帘：悬空飞瀑、静坐仙翁、奇珍异兽，一步一景，步步奇幻。洞道曲折幽深、洞洞相连，水滴轻叩石笋，叮咚有声，大自然的神奇与先民的浪漫遐想在此不期而遇。

阅尽青山碧水，奇顿温泉便是旅途的温柔收尾。温泉水自地下涌出，带着天然矿物的温润。纵使盛夏时节，浸于汤池亦不觉燥热，山风掠耳，云天辽阔，白日跋涉的疲惫尽数消散。方知山水旅途的绝佳意趣，一半是山河万里的壮阔，一半是温润治愈的人间清欢。

忻府山水没有江南的温婉缠绵，却有着北方独有的舒展与厚重。河为脉络，山为风骨，洞藏时光，泉暖人心。自然景致与人文传说交织，历史与烟火相融，沉淀出独属于忻府大地的气韵风骨。这些散落在城郊的山水不张扬、不喧嚣，静静守着岁月，等着每一个愿意走近的人，赴一场从容的山河之约。

策划：王国梁 李春平
文字：司丽琼
设计：马 瑞



禹王洞瀑布

赵曼君摄



桃桃山

赵建斌摄