



湖南“县”象级

最年轻的老资历与人最少的万人迷

A01

湖湘地理

潇湘晨报

今日4版

湖南出版投资控股集团主管、主办
国内统一连续出版物号：CN 43-0057
第9158期
农历丙午年七月廿五
2026年9月6日 星期日

出品 湖湘地理工作室
统筹 王欢
伍婷婷
记者 钱烨 常立军
唐兵兵 曹宇旋
王丽姣 金林
柏湘粤
编辑 范盛杰
美编 张丽
湖湘地理微信 (xxchsx)



中方是“溇水文化”的发源地之一。图/怀化文旅

湖南最年轻县 湖南人类文明的“源代码库”

文/钱烨、唐兵兵

湖南的县城，充满了反差感。最小的嘉禾有着最“铁”的风骨，最大的沅陵有着最感性的底色。

而中方和古丈，也有着与看上去截然不同的底色。一个是湖南最年轻的县，却是实打实的“湖南老辈子”；另一个是湖南人口最少的县，却是几千万人的“赛博桃花源”，从这还走出了一长串世界冠军。

这两个县城，是怎么做到刻板印象与实际形象天差地别的？



中方斗笠。图/荆坪古村官网



古丈阶“金钉子”石碑。图/湘西世界地质公园官网



▲古丈县栖凤湖。图/视觉中国

▼湘西古丈红石林。图/红石林景区官网

中方县隶属怀化市，其前身是县级怀化市。1997年11月29日，撤销怀化地区和县级怀化市，设立地级怀化市，原县级怀化市分设为鹤城区和中方县。而到1998年，中方才正式挂牌建县。也就是说，它比绝大多数“90后”年纪还小。

但是，别被中方的年轻骗了，这片新兴的土地，也是湖南人类文明的“源代码库”。

中方是“溇水文化”的发源地之一，这里填补了湖南旧石器考古的空白。考古学家在荆坪古村发现了新园遗址，将湖南人类活动史推至5万到10万年前。

早在战国时期，荆坪就是古楚边城“无阳县”，汉代延续县治，唐宋为溇州城址，北宋时期潘氏族人从山东迁居于此，化荆为坪，开一代文风，耕读传家，古村文脉绵延千载。

北宋名将潘美的后人隐居于荆坪古村，在溇水西岸筑起了“九宫八卦巷”。潘氏宗祠见证了四百多年的风风雨雨。在这里，唐代古井至今涌泉不涸，太极石鱼仍在村口守望，十几条青石巷道如迷宫般

蜿蜒——这是湘西地区罕见的汉族风水格局，一座活着的建筑博物馆。

作为多民族交融之地，这里兼容汉、苗、侗多元民族文化，融合古驿商贸文化与潘氏耕读家风，孕育出独具魅力的五溪地域特色文化。

地理上，中方是云贵高原向湘桂丘陵过渡的咽喉。雪峰山如屏，沅水、溇水两大动脉穿境而过，县域形如一柄如意。65.85%的森林覆盖率，让这里跻身全国九大生态良好区之一。袁隆平院士亲笔题名的“中国南方葡萄沟”里，野生刺葡萄“湘珍珠”已驯化种植四百余年。中方虽然年轻，却坐拥1条高铁、4条铁路、4条高速、2条国道、8条省道，距芷江机场仅30公里，是湘桂黔鄂渝五省份边区的“十字路口”。

一座在1998年才拥有正式姓名的县城，也承载着十万年的人类记忆、两千年的郡县沿革、四百年的水果传奇。而将这些复杂的元素融合在一起，一个立体的中方县也就诞生了。

湖南人最少县 古丈人的视频，是不是你的“下饭菜”

你可能没听过古丈，但你大概率听过宋祖英唱的《小背篓》，山白、彭南科拍的短视频。

他们都是古丈人。

古丈，湘西土家族苗族自治州辖县，也是湖南人口最少的县，只有14.3万人。

这座县城有多小？六年前，城里一个红绿灯都没有。当地人常常自嘲，抽一支烟走遍全城、县太爷一拍惊堂木全城惊、谁家炒个辣椒，半个县城的人跟着打喷嚏。

县城小，人口少。但是这里的茶多，全县茶山面积21万亩，人均一亩多茶园，“古丈毛尖”自由轻松实现。

刻板印象中，古丈一定是个交通闭塞的小城。但实际上，从长沙出发每天有六趟高铁到这里。20世纪70年代末，枝柳铁路（后来叫焦柳）经过古丈，小小的古丈，曾设有五座客运站，（猛洞河站、古丈站、排口站、万岩站、龙鼻嘴站）。

这里旅游资源丰富，大名鼎鼎的芙蓉

镇对岸，便是全球唯一形成于寒武纪的以红色碳酸盐岩石林为主体景观的国家地质公园——古丈红石林。古丈金钉子——寒武系第7阶底界全球标准地层剖面，距今约5.03亿年，在此层位中存有大量三叶虫、角石、球接子化石。鬼溪秘境、墨戎苗寨、夯吾苗寨、老司岩古民居……这座小小的县城，始终与世界相连。

古丈人沿着铁路走向世界，却也始终保留着最原汁原味的民族文化，6项国家级非遗、8项省级非遗，还有25个中国传统村落。苗银锻造叮叮当当，土家毛古斯跳了上千年，古丈就是一个“活着的博物馆”。

而当传统文化遇上互联网、老手艺遇上新媒体，古丈的底蕴愈加令人惊叹。

山白，为拍摄古法徽墨，准备了整整512天，被称为“全网都不敢催更的千万博主”；彭南科，制作的蓑衣视频，让千万网友第一次读懂了“孤舟蓑笠翁”的意境。《人民日报》专门撰文《慢，是对传统最大的尊重》，全县35个成规模的自媒体账号，这些大山里的博主，成了最执着的守艺人，他们通过互联网，让全世界看见了这个只有14万人口的美丽古丈。

历史上严酷的山区生存条件，锻造了古丈人的品格和性格。古丈还是有名的“举重之乡”，玉玲举重运动学校培育出奥运冠军龙清泉、向艳梅，世界冠军陈初富、陈桂明、向林香。14万人的县，举重冠军能列一长串。这“冠军密度”，放全国都找不着几个。

小到一根烟走完的县城，大到亿万年的时光，千万级的流量、举过头顶的金牌……古丈面积很小，人口很少，但它的影响和魅力，远比想象中大。