

寧夏的
春秋兩季被譽為
為最適度假休閒的黃金旅

遊時段。步入9月，夏日的燥熱已
逐漸從這片位於黃河臂彎中的沃土上消退。

此時，銀川城外的賀蘭山秋意初現，舉目遠眺，巍
峨山體與遠處高聳的西夏王陵陵塔遙遙相對。在天高雲淡
的蒼穹下，山與陵靜默相望，平添幾分神秘。微風拂過，
山腳下一望無際的葡萄園隨風輕輕搖曳，空氣中瀰
漫着葡萄的清香與秋季獨有的氣息。

●文：香港文匯報記者
李陽波 西安報道
圖：香港文匯報
寧夏傳真

●火石寨國家地質公園是中國
北方發育最為典型、海拔最高的
丹霞地貌。

在寧夏來一次穿越時光之旅 觸摸歷史重溫經典



●奇山、怪石、險峰和茂樹，
被稱為火石寨「四絕」。



●火石寨國家
地質公園內山
勢雄渾。

踏進火石寨觀賞七彩丹霞

位於寧夏西吉縣的火石寨國家地質公園呈現出
自然五彩斑斕之美。火石寨國家地質公園是中國
北方發育最為典型、海拔最高的丹霞地貌之一。
園內山勢雄渾，溝壑縱橫，暗紅色的山體岩石在
成片原始森林的掩映下，宛如迸發的團團火焰，
「火石寨」因此得名。

奇山、怪石、險峰與茂樹，被譽為火石寨
「四絕」。走進這片怪石遍野的褐紅世
界，一座巨大的圓柱形山岩——擎天柱
格外引人注目。傳說盤古開天之
時，混沌初開，天地尚未分離，
盤古便將開天所用的斧頭折成
四截以撐天，其中一截留
在火石寨，化為今日所
見的擎天柱。事實
上，擎天柱為天然
形成，數十人
環抱尚不能

合。由正南望去，石柱高聳入雲，直通天際，
氣勢磅礴。

始建於北魏、興盛於隋唐的火石寨石窟，歷代
擴修形成十餘處，共120多孔洞，是寧夏最早鑿
建的石窟群之一。火石寨地質博物館總面積
逾840平方米，分為「宇宙地球科普
篇」、「丹霞地質地貌篇」、「火石
寨資源篇」三大部分，展現了人類
參與地質變遷的歷程。火石寨
不僅是觀光覽勝的佳地，更
是集避暑療養、休閒度
假、攀岩探險於一體
的旅遊勝地，素有
「春去秋來無
盛夏」之
稱。

●走進鎮北堡西
部影城，你可以
去月亮門下領略
歷史的味道。



穿梭西部影城感受電影之美



●鎮北堡西部影城還保留着各類影視片
的重要場景200餘處。



●鎮北堡西部影城被打造成中國古代北
方小城鎮的縮影。

「曾經有一份真誠的愛
情放在我面前，我沒有珍惜，
等失去的時候才後悔莫及……」
作為華語電影史上的不朽經典，香
港和內地合拍的電影《大話西遊》，幾
乎成為幾代人共同的集體記憶。如今在這
部電影的拍攝地寧夏鎮北堡西部影城，依然保
留着《大話西遊》的大部分拍攝場景。每天幾乎
都有從全國各地追逐「月光寶盒」至此的「至尊
寶們」和「紫霞仙子們」，在城樓下一遍又一遍

重溫着那段感人至深的愛情故事。

據統計，自1981年以來，在鎮北堡西部影城拍攝
的影視劇超200部。其中《牧馬人》《紅高粱》《大
話西遊》等一部部中國影視劇的扛鼎之作都在這裏拍
攝，被影視界譽為「中國電影從這裏走向世界」。

「步步呈勝景，處處有文化。」鎮北堡西部影城總
佔地面積600畝，你可以去月亮門下領略歷史的味
道，去周家大院重溫兒時記憶，去清城百花堂回味那
些珍貴的電影記憶，在移步換景中體會「旅遊長見
識，行走即讀書」的奧妙。而為了圓遊客的影視夢，
鎮北堡西部影城一直保留着各類影視片的重要場景
200餘處，遊客在這裏可以穿上戲服，導演一場屬於
自己的精彩，在穿越時空之旅中感受「來時是遊客，
走時成明星」的快樂。

鎮北堡西部影城被打造成中國古代北方小城鎮的
縮影，來到這裏彷彿穿越一條「時光隧道」，回到
早已消逝的過去。其中的「柳樹巷」以西北地區典
型的建築構件復原老銀川街景的舊貌，充分展現銀
川市的發展變遷，留下了寧夏人難以忘
懷的歲月記憶。行走於西部影城，
不僅能穿越遙遠的往昔，感受
舊時光的剪影，流連於輕歌
曼舞的朝代，更能體會縱
橫江湖的快意。用腳
步丈量古樸的力
量，感受旅遊
的魅力，讓
人沉醉其
中。

探秘六朝長城追憶塞外烽煙

長城是中國古代的軍事防禦工事，其修築
歷史最早可上溯至西周時期，「烽火戲諸
侯」的典故即源於此。春秋戰國時期，列國
爭霸，長城修築進入第一個高潮。秦滅六
國、統一天下後，秦始皇連接並修繕戰國長
城，始有「萬里長城」之稱。而明朝則是
最後一個大規模修築長城的朝代，現今人們
所見的長城多為此時所建。

寧夏自古便是我國北部邊防前線與邊塞要
地，有「關中屏障，河隴咽喉」之稱。自戰
國以來，至秦、漢、隋、宋、明等六個朝
代，皆曾在此修築規模不等的長城。如今，
寧夏境內的長城遺址遍布五市，總長度逾
1,500公里，其中可見城牆約1,038公里，附
屬設施如城堡、烽燧、關隘、品字形窖等共
留存1,225處，佔全國長城資源總量的約
5%，故有「長城博物館」之美譽。

其中，位於寧夏固原市的戰國時期秦國
長城，是最早的長城之一。此段長城在修
築過程中就地取土，全面採用黃土夯築，
並採用複線修築設防，於全國亦屬罕見。
此外，寧夏鹽池縣綿延259公里的長城，則
為隋、明兩代所建，「頭道邊」「二道邊」
兩道長城並駕齊驅的景象，亦屬全國罕見。

寧夏的長城是歷史的見證，這些堅守數
百年的邊牆記錄着世間的滄桑與歲月的變

遷。昔日的烽火狼煙雖已消散於歷史
深處，但歷史所凝聚的蒼涼與雄偉
之感，仍在長城內外回響。仰望
一磚一石，渾厚與滄桑交
織。在長城邊露營、駕車
馳騁、徒步挑戰，與歷
史來一場深度對
話，已成為眾多
自駕遊旅客的
最愛。



●賀蘭山下高聳
的西夏陵夯土陵
塔彷彿訴說着千
年的歷史滄桑。

漫步西夏陵搜尋歷史記憶

來寧夏旅遊，西夏陵幾乎
是必訪之地。西夏陵位於賀蘭
山東麓中段，陵園主要採用北方黃
土夯築技術。其建造風格繼承唐宋帝
陵的傳統，以高大宏偉的密塔狀陵台為
中心，將賀蘭山、黃河與都城等元素融
為一體，形成自然和諧的景觀，是我國
迄今保存最完整、規模最大的西夏歷
史遺存。

西夏陵遺址區目前已逐步對外

開放一號、二號、三號、五號及六號陵，
以及最壯觀的陪葬墓群。其中三號陵是陵
區中面積最大、保存最完好、陪葬墓數量
最多的陵墓，國家一級文物「鎏金銅牛」
即出土於其中一座陪葬墓。該文物長120
厘米，寬38厘米，通體鎏金，造型寫實流
暢，展現了西夏時期高超的金屬工藝水
平，現為寧夏博物館的鎮館之寶。

雖然時光飛逝，西夏早已消失於歷史長
河中，但賀蘭山下那一座座巨大的夯土陵

塔依然矗立，彷彿訴說着千年的滄桑，也
迎接着一批又一批前來探秘的遊客。

如今在西夏陵遺址區，騎行已成為一種
新風尚。特別是每逢周末，從城市喧囂中
走出來的人們，或獨自一人，或結伴三五
好友，騎上單車，從賀蘭山下出發一路穿
越西夏陵。迎着清爽的風，視野開闊，賀
蘭山的雄渾、西夏陵的壯觀，以及騎行中
的自己，都成為靚麗風景中的一部分，運
動與美景的極致結合讓人沉醉。

走進賀蘭山東麓追尋紫色夢想

寧夏曾於2013年被評選為全球46個
「必去」的最佳旅遊地之一，入選理由
是：「在寧夏可以釀造出中國最
好的葡萄酒」。這裏不僅是公認
的世界上最適合種植釀酒葡萄、
並生產高品質葡萄酒的黃金地帶
之一，也是中國釀酒葡萄種植最
集中、酒莊數量最多、酒莊集群
化發展最快的酒莊產區。其葡
萄種植歷史可追溯至隋唐時期，
迄今已有1,600多年，未來更有望
成為世界級葡萄酒旅遊目的地，

甚至是「世界葡萄酒之都」。
經過多年發展，寧夏賀蘭山東麓葡萄酒



●賀蘭山東麓葡萄酒產區，可策劃酒莊悠閑旅遊精品路線。

產區目前已有酒莊230多家。沿着20條酒
莊休閒旅遊精品線路行走，在巍巍賀蘭山
的庇佑下，在悠悠黃河的滋潤
中，每一步都能書寫詩意旅程，
每一次邂逅都離不開葡萄酒的芬
芳。遊客不僅可以在酒莊的品酒
課堂中與品酒師互動交流，親手
釀製一瓶專屬的紀念酒；還能在
莊園邂逅百年老藤，見證葡萄化
為瓊漿玉液的神奇旅程，在慢時
光的愜意氛圍中，赴一場美酒之
約。



●寧夏境內長城遺址總長度達1,500多公
里，有「長城博物館」之稱。

旅遊 小貼士：

- 一、香港到寧夏銀川航班
- 香港直飛寧夏銀川，每周有兩班航班。
- 每周二、周六執飛航班（共享）國泰航空CX6166、國航CA766：15:35香港起飛，19:05降落銀川，飛行時間3小時30分鐘。
- 二、銀川到各景區交通
- 銀川到西夏王陵距離25公里，乘坐1路或708路公交車直達，自駕或打車約44分鐘。
- 銀川到鎮北堡西部影城路程約距離26公里，乘坐17路旅遊專線、遊3、遊8直達，自駕或打車約46分鐘。
- 銀川到固原秦國長城遺址路程距離300多公里，乘坐火車5個小時，自駕或打車約3個小時。
- 銀川到火石寨國家地質公園路程距離340公里，乘坐火車5個小時，自駕或打車約3個小時。
- 銀川到賀蘭山北麓各酒堡，自駕或打車約40分鐘至2個小時。