

塞上江南
神奇宁夏丛书
丛书主编◎杨宏峰

黄土高原上的碧海明珠

沙湖奇景

薛青峰◎编著

亲历 体验
领略 感悟

金色之沙
绿色之水
荷花芦苇
鸟的天堂



黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社

黄土高原上的碧海明珠

沙湖奇景

薛青峰◎编著

图书在版编目(CIP)数据

沙湖奇景 / 薛青峰编著. —银川:宁夏人民出版社,
2012.5

(塞上江南 神奇宁夏丛书 / 杨宏峰主编)

ISBN 978-7-227-05172-5

I. ①沙… II. ①薛… III. ①旅游指南—平罗县
IV. ①K928.943.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 088567 号

塞上江南 神奇宁夏丛书

沙湖奇景

薛青峰 编著

责任编辑 杨敏媛

责任印制 王 瑞

黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社 出版发行

地 址 银川市北京东路 139 号出版大厦 (750001)

网 址 <http://www.yrpubm.com>

网上书店 <http://www.hh-book.com>

电子信箱 renminshe@yrpubm.com

邮购电话 0951-5044614

经 销 全国新华书店

印刷装订 宁夏报业传媒印刷有限公司

开本 787mm×1092mm 1/36 印张 3.5 字数 50 千

印刷委托书号 (宁)0011529 印数 20000 册 图幅 75

版次 2012 年 5 月第 1 版 印次 2012 年 5 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-227-05172-5/K·706

定价 10.00 元

版权所有 侵权必究

《塞上江南 神奇宁夏》丛书 编委会

主 任： 屈冬玉

副主任： 李文华 朱昌平 杨宏峰 何正荣
杨 柳

委 员： 杨金福 薛 刚 党建平 黄占宝
石晓燕 邱新荣 郑彦卿 范宗兴

主 编： 杨宏峰



002 来宁夏看沙湖

018 沙湖六大奇景

057 沙湖四季

073 沙湖霞光

087 沙上游乐

100 水上游乐

113 沙湖文化

126 后 记

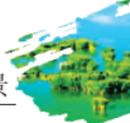


来宁夏看沙湖

宁夏的沙湖生态旅游风景区以“塞上明珠”的声誉响彻海内外。

沙湖位于宁夏平原以北，地处银川、石嘴山两市之间，距首府银川市 42 公里，距石嘴山市 15 公里。109 国道与包兰铁路傍湖而过，京藏高速公路途经沙湖。

沙湖总面积 198 平方公里，旅游开发达到 80.10 平方公里，其中湖泊面积 45 平方公里，中心游览湖泊 21.10 平方公里，近年来扩大湖面 24 平方公里。沙漠面积 22.52 平方公里，湿地沼泽面积 12.58 平方公里。沙湖平均水深 2.2 米，最深处可达 6 米。沙湖美，美在金沙碧水。金黄色的沙漠围绕一泓碧水。根据科学考证，湖水的颜色受制于水深，只有深度超过 5 米，湖水才有可能吸收其他色谱的光，而只反射出蓝色光。沙湖中心区水深 6 米以上。天蓝水碧、绿波荡漾、金沙染目、



芦苇丛丛、飞鸟集翔、游鱼嬉戏、远山巍峨。沙湖风景融江南秀色与塞外苍茫为一体，朴素而明媚，独特而绚丽，成为中国绝无仅有的旅游胜地。

沙湖交通指南

银川至沙湖

1. 银川北门旅游汽车站开通沙湖旅游专线，发车时间：4月20日至10月20日，早8点至10点30分，每半小时一发，单程车费15元，行程约1小时，返程时间13点至18点。

2. 也可乘坐发往大武口、惠农、红果子、汝箕沟、隆湖、平罗、姚伏等地途经沙湖班车，发车时间：早8点至下午5点均有大巴前往，具体事宜



及票价请咨询北门旅游汽车站售票口。

石嘴山至沙湖

1. 在大武口区汽车站乘坐途经沙湖前往银川的班车,行程约 20 分钟,乘车前向售票窗口询问清楚。大武口至姚伏途经沙湖中巴公交车,每半小时一趟。

2. 也可打的前往,单程车费约 30 元。

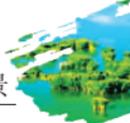
平罗至沙湖

在平罗西门车站乘平罗至沙湖的专线车,车费 4.5 元,每一小时一趟。

沙湖:5A 级生态旅游景区

沙湖自 1989 年开发建设以来,三年一变化,五年一飞跃,1996 年被列为全国 35 个王牌景点之一。2007 年,被国家旅游局首批评定为“5A”级旅游景区。沙湖这颗璀璨的“塞上明珠”以其秀丽的自然风光跻身国内旅游景区的五奇、五秀、五





美、二十胜行列之中，是中国十大魅力休闲旅游湖泊之一，是西北地区颇负盛名的旅游景点，吸引着海内外游客的目光。

沙湖已开发建设的景点项目有游乐园、瞭望塔、观鸟台、荷花苑、芦苇迷津、湖心鸟巢、西部大漠、西夏行宫、水上飞机、水上降落伞、水上摩托、滑沙索道、大漠沙雕、湖中荡舟、天然浴场及沙漠排球、篮球、足球等游乐项目。

沙湖生态旅游区以其独特的旅游资源和优越的服务条件，已成为西北地区集风景游览、观光娱乐、体育竞技、疗养避暑、休闲度假、旅游购物、生物观赏、水产养殖、会议接待为一体的生态旅游区。

沙湖旅游区的建成，打破了贺兰山东麓旅游景点以往“小而散”的格局，在这一地区迅速形成一条旅游“黄金”走廊。绵延 250 多公里的贺兰山是中国西部重要的自然地理分界线和水源涵养

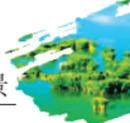


林区，贺兰山东麓分布着多处国内外知名的旅游景区。沙湖景区周围旅游环境优美、交通便捷，西面是苏峪口森林公园，以拥有 800 多种动植物资源而被称为中国植物资源的“聚宝盆”，成为野生动物的乐园；南有号称“东方金字塔”的西夏王陵，是中国最大的西夏文化遗存；被誉为世界文化艺术遗产的贺兰山岩画因拥有 3000 多幅单体岩画图而蜚声海内外；西部影视城曾因拍摄过《红高粱》和《大话西游》等 60 多部影视剧，而享有“中国西部好莱坞”的美称。渡过黄河，由北向南排列着陶乐的秦代浑怀障、汉代墓葬和兵沟，还有灵武的水洞沟原始人文化遗址等等。特色浓郁的民族文化和自然景观相互辉映，深厚的历史文化与多姿多彩的影视文化相互衬托，人文旅游资源和自然旅游资源优势互补，组成了贺兰山东麓一线极富吸引力的西部黄金旅游线路。

沙湖是一扇对外展示宁夏的窗口，是中国的沙湖，是走向世界的沙湖。

沙湖的地理位置

自古以来，宁夏就有“塞上江南”的美名。因为贺兰山是“塞上江南”的忠诚卫士。黄河之水灌溉着这片土地。山的守护与水的滋养，在广袤无垠的宁夏平原上镶嵌了一串串像明珠一样晶莹



剔透的湖泊。人称“塞上明珠”的沙湖就得益于山水的结合。

贺兰山海拔 2000~3000 米，逶迤起伏，连绵 250 公里、横宽 30 公里，气势磅礴，浩浩荡荡奔腾北去，将腾格里的莽莽流沙阻隔在山的西侧，以傲然独立的巍峨身躯和大无畏的英雄气概阻击着腾格里、巴丹吉林和乌兰布和三大沙漠对宁夏平原的围攻，捍卫着这里的绿色良田，守护着宁夏人民的生活，保卫着“塞上明珠”沙湖。

贺兰山是宁夏回族自治区与内蒙古自治区的界山，与大兴安岭、阴山、巴颜喀拉山、冈底斯山遥相呼应，共同组成了南北走向的山系团队，把我国季风与非季风区分隔开来。

虽说贺兰山是宁夏平原的天然屏障，阻隔了沙漠的侵袭，但是宁夏身处降雨稀少、常年干旱的黄土高原和蒙古高原接壤处，冬春两季沙尘暴肆虐，总是割不断与漠风沙尘的关系。

沙湖深居西北内陆高原，属中温带干旱气候区，四季分明，最显著的气候特点是干燥、风大、沙多，年平均气温在 $8^{\circ}\text{C}\sim 9^{\circ}\text{C}$ 之间。全年的降雨量不多，但地表水源充足，绿洲效应显著，空气湿度较大。

滚滚东去的黄河像一条黄色飘带萦绕在贺兰山脚下，弥补了降雨少的缺憾。黄河在十万年的沧桑巨变中东冲西闯，不但用她 397 公里的美





丽身段装饰着宁夏平原，也用自己的乳汁丰腴着宁夏，造就了“塞上江南”鱼米香的膏腴之地，将一串串珍珠般的湖泊撒落在贺兰山下。

沙湖安卧在贺兰山脚下，黄河岸边。

黄河把她最丰腴妖娆的身段留在了宁夏的土地上，将最璀璨的珍珠沙湖赠给了宁夏平原。沙湖是诸多自然因素鬼斧神工共同作用的结果，而贺兰山和黄河合作锻造才使这沙漠碧玉妩媚多姿。

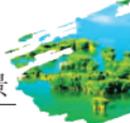
沙湖碧波何以取之不尽，用之不竭？因为有黄河母亲的滋补，有贺兰山洪的蓄积，有地下水源的填充，沙湖才永远这么年轻，这么美丽，这么充满活力。

沙湖的成因

沙湖是一个天然湖泊，南岸是一条月牙形的金色沙丘，如臂膀一样将碧绿湖水揽入怀中，沙依恋水，水眷恋沙。这是苍凉与娟秀，粗犷与柔媚的完美结合，金沙碧水，交相映衬，相依相存，浑然一体。

于是，人们叫她沙湖。

环境学家称湖泊湿地是大自然的肾，文学家称湖泊是大地的眼睛，沙湖都当之无愧。沙湖是泄洪的天然阀门，调节气候的旋钮，维护生态平



衡的天平。

常言道，三十年河东，三十年河西。黄河流经宁夏 397 公里，以柔美平和的心态滋养着这片土地。历史上黄河多次改道，河床东移，东移，再东移，河西岸袒露无遗，一片沃野。古河道退水后变成了洼地草甸、沼泽湿地和星星点点的湖泊。河水沉淀下的泥沙细柔、软绵、肥沃，逐渐改良着贺兰山脚下广袤的盐碱地。

黄河古道低洼湿地形成了天然湖泊，组成宁夏历史上的七十二连湖的独特景象，因此宁夏首府银川有了“塞上湖城”的美称。据史书记载，银川平原有名有姓的湖泊达 48 个，现在“七十二连湖”已是泛指了，人们称有名有姓的宝湖、鹤泉湖、海宝湖、金波湖、鸣翠湖、月牙湖、西湖为七子连湖。爱伊河南起永宁县唐徕渠永家湖退水闸，



北至石嘴山入黄河，总长 158.5 公里，宛若一条飘落的玉带，蜿蜒萦绕，贯穿银川，沿途连接了七子连湖、华雁湖、西湖、阅海、北塔湖等湿地，沙湖则是黄河古道上最亮的一颗明珠，形成水面 8 万余亩，再现“七十二连湖”的“塞上湖城”景观。

沙湖之沙的形成是自然的赋予。冬春两季沙尘暴肆虐，漠风携带着大量的流沙和风化后的岩石细碎沙砾，越过贺兰山向东卷来。风势到了湖泊附近，明显减弱，在湖的南岸形成了一条东西宽 20 公里、南北长 40 公里的汹涌起伏的沙丘，筑起一道屏障，将湖水揽入怀中。到底是先有沙丘，还是先有湖水，已毋需追究，这是天地造化的结果。沙地的水分条件比草原好，沙子容易渗水，蒸发少。沙地与黄土天成柔和，降水不像草原那样容易蒸发，都返回天空了。沙地的水渗下去了。因为沙粒粗，导致水分蒸发的毛细现象不明显，加之沙子下面又有黄河古道细腻的黄土地层隔水，黄河古道洼地的地下水本身丰厚，所以沙漠中存在着一个浩渺的水域。

沙湖是贺兰山洪水积攒而成。在漫长的历史长河中，大武口沟、韭菜沟、归德沟、大风沟、小风沟、汝箕沟这六条大沟和其他十几条小沟的山洪的洪水冲入黄河古道，日积月累，形成湖泊。这就是沙湖。