

宁夏六盘山旅游丛书

六盘山

Lǐupánshān tour

旅游概览

宁夏六盘山旅游区管委会 编

宁夏人民出版社

宁夏六盘山旅游丛书

六盘山旅游概览

宁夏六盘山旅游区管委会 编

宁夏人民出版社

序

《宁夏六盘山旅游丛书》即将出版面世，我深感由衷的高兴。丰富、独特的旅游资源是固原地区的一大优势，“回族风情”、“自然风光”、“名胜古迹”又构成了特色旅游。江泽民同志曾经指出：“中国西部地区要依托资源优势，发展特色旅游，促进产业结构调整。”基于这一思路和西部大开发的历史机遇，我们更有必要立足本地优势，加快旅游资源的开发利用，促进旅游业快速发展，带动相关产业的发展和国民经济的全面增长。旅游丛书的出版发行，无疑对发展旅游业将起到推波助澜的作用。为此，我深切感谢六盘山旅游管理部门的同志为西部大开发、固原快发展做了一件好事，一件有益于人民的事。

固原历史悠久。既是古丝绸之路北道东段的咽喉之地，又是“据八郡之肩背，馆三镇之要膺”的雄关重镇，也是众多少数民族文化、商贸的融合地。因此，在这片古老的黄土地上，有早期人类文明的文化遗迹，有价值连城的古代历史文物，有西北历史上最悠久的石窟造像艺术，有进行革命传统和爱国主义教育的基地——六盘山红军长征纪念亭、将台堡红军长

征会师纪念碑，还有融汇着浓浓乡情、风格独特的伊斯兰民风民俗。生态旅游又是国家级六盘山自然保护区的强项，六盘山国家级森林公园是西北地区重要的水源涵养林基地，被誉为黄土高原上的一颗绿色明珠。众多的景区、景点集雄、奇、险、秀、峻于一体，风景别致，风光旖旎，汇集了北国风光之雄浑，兼备江南水乡之靓丽，形成了一种原始的自然美，真可谓观看不尽的博物馆，描绘不完的风情画，是游览和避暑的胜地，因而，被国务院列为国家旅游扶贫试验区。

历史，孕育了六盘山旅游文化。不仅秦始皇、汉武帝、光武帝、唐太宗、成吉思汗、忽必烈来到这里巡视、驻蹕，还吸引着众多的文人墨客荟萃于此，赏景讴歌，感景抒怀。班彪的《北征赋》，王维等唐代名家的萧关诗作，清代谭嗣同、洪亮吉等人翻越六盘山也留下了脍炙人口的诗篇，都描述了六盘山的古香古色。“峰高华岳三千丈，险居秦关二百重”，更加体现出了六盘山的巍峨雄姿。“文因景成，景借文传”，前人留传至今的诗、文、楹联、摩崖碑刻和民间故事，使六盘山地区成为游人争相游览的文化名地。更负盛名的是毛泽东同志的光辉诗章《清平乐·六盘山》，使六盘山名扬海内外。可见，到六盘山旅游区观光赏景，既能陶冶心情，亲自感受历史的风云变迁，又能了解六盘山地区几千年的文明史和开发史，体味回归自然的乐趣。

为了发掘六盘山旅游区的文化内涵，《宁夏六盘山旅游丛书》编委会从旅游概览、石窟寺庙、清真寺、泾河源、六盘山、文物古迹等方面分类编书，即将陆续出版。编者嘱我写序，作为固原地区的一名行政负责人和这套丛书的倡导者和参与者，力虽绵薄，情却深长，谨以此文为序。希望这套丛书能为广大读者所接受，能为广大读者所喜爱。

马金虎
辛巳年正月

目 录

序.....	马金虎(1)
综述.....	(1)
六盘山景区.....	(4)
闻名遐迩的六盘山.....	(4)
白云山与白云寺.....	(8)
六盘山红军“长征纪念亭”.....	(11)
六盘山公路隧道.....	(12)
页和子遗址.....	(14)
周家嘴头遗址.....	(15)
泾河源景区.....	(16)
六盘山自然保护区.....	(16)
六盘山主峰——米缸山.....	(19)
神奇迷人的老龙潭.....	(21)
山秀水碧的二龙河.....	(25)
曲径幽谷的凉殿峡.....	(26)
让人消魂的野荷谷.....	(29)
龙泉涵碧的香水峡.....	(31)
神秘静谧的鬼门关.....	(33)
秋千架与穆桂英.....	(36)
锦绣画卷桂花崖.....	(38)
堡子山与回中宫.....	(40)
延龄寺石窟与济公和尚.....	(42)

泾源县第一座清真寺——北伍家清真寺	(44)
固原景区	(47)
历史文化名城固原城	(47)
固原博物馆	(50)
中国十大石窟之一的须弥山石窟	(55)
固原战国秦长城	(60)
亭亭玉立的文澜阁	(64)
东岳山寺庙景观	(65)
西湖公园景致多	(69)
西海碧波	(72)
二十里铺拱北	(73)
火石寨景区	(78)
火石寨丹霞地貌	(78)
外险内幽的石城	(80)
火石寨石窟群	(83)
堰塞湖与彩鲫鱼	(85)
将台堡红军长征会师纪念碑	(88)
单南清真寺	(91)
西吉钱币博物馆	(94)
天都山景区	(97)
耐人寻味的天都山石窟	(97)
万木竞秀的南华山	(101)
中国第五块竹叶诗碑	(105)
菜园村遗址	(106)
曹洼遗址	(110)
独立景点	(112)
任山河烈士陵园	(112)

瓔珞宝塔·····	(115)
无量山石窟·····	(118)
云雾山自然保护区·····	(119)
古城遗址·····	(122)
西安州古城的变迁·····	(122)
石门关古城黄铎堡·····	(124)
军事要塞瓦亭城·····	(125)
马政与营城·····	(127)
固原回族民俗风情·····	(129)
旅游资讯·····	(140)
固原宾馆·····	(140)
中银大酒店·····	(140)
固原电力宾馆·····	(141)
固原邮电宾馆·····	(142)
固原绿苑宾馆·····	(142)
泾源旅游宾馆·····	(143)
泾源度假村宾馆·····	(144)
泾源交通宾馆·····	(144)
西吉宾馆·····	(145)
固建餐饮公司·····	(145)
食苑楼·····	(146)
荣味斋清真饭庄·····	(147)
固原地区医院·····	(148)
宁夏六盘山旅行社·····	(148)
固原汽车站主要班次时刻表·····	(151)
火车到固原时刻表·····	(152)

综 述

六盘山旅游区地处宁夏南部,位于西安、银川、兰州三省会城市交会的三角地带,是历史上的军事要塞,又是丝绸之路东段北道必经之地,也是北方游牧文化与中原农耕文化的结合部,古代多民族在这里聚居。天地之造化,历史之沿革,使六盘山旅游资源十分丰富。古文化遗存积淀深厚,具有“古”、“贵”、“多”的特点;自然资源荟萃了宁夏乃至西北地区生态旅游之精华,内容全、品位高;伊斯兰风格的建筑、音乐、舞蹈和饮食文化及民间工艺更具特色,构成了六盘山旅游区的特色和风格。

六盘山旅游区的南端是被誉为黄土高原上一颗“绿色明珠”的六盘山国家级自然保护区,是西北地区重要的水源涵养林基地、国家级森林公园,总面积6.78万公顷,横跨泾源、固原、隆德三县,森林覆盖率达到70%以上。这里繁茂的森林、良好的植被和多样生物使六盘山成为休闲度假、寻幽探奇、科学考察、考古问史的绝佳胜地;显著的水源涵养效益和湿润的气候使之成为西北地区耀眼的“绿岛”和“湿岛”,而且惠及泾河、渭河流域的甘、陕两省;多种动物和昆虫资源,

不乏国家保护的珍贵稀有物种是西北干旱带上的“天然动植物王国”；老龙潭、二龙河、鬼门关、凉殿峡、野荷谷、白云山六大景区的 70 余个景点上奇特的高山峡谷地貌、流泉瀑布和特有的植物资源在群峰环抱中大放异彩，山光水色集雄、奇、峻、秀，汇集了北国风光之雄浑，兼备江南水乡之靓丽。奇特的峡谷地貌、清澈的流泉瀑布、蜿蜒起伏的层峦叠嶂，形成了一种原始的自然美。可使人远离都市的烦杂和喧嚣，完全沉浸在松涛、鸟语和泉溪合奏的森林交响乐之中，充分地享受回归大自然的乐趣。

六盘山旅游区的中部是以固原博物馆为中心的固原古城、战国秦长城、安西王府遗址等构成的文化旅游区，能让您深切感受到六盘山地区的文明史和发展史，体现了更深层次的文化内涵。尤其是天高云淡的六盘山上高峰，红军长征纪念亭更令人抚今追昔，浮想联翩。

六盘山旅游区的北边以中国十大石窟之一的须弥山石窟为中心，佳景绵延，有西吉火石寨丹霞地貌构成的云台山、石城、扫竹岭及海原县南华山、西华山和红军长征途中毛泽东参观过的单南清真寺、红军长征会师的将台堡，在西吉和海原有 1920 年大地震后形成的地震堰塞湖和地震留下的各种地貌遗迹，这些集文物

古迹、自然奇观与爱国主义教育于一体的文化资源,构成一幅多彩的画卷。

六盘山地域是回族聚居区,穆斯林特有的宗教信仰、风情习俗,更为游人增添了伊斯兰文化的韵味,是一道独特的旅游风景线。六盘山旅游区南连西安、北接银川、西通兰州,是丝绸之路文化旅游带上的一颗璀璨明珠,诸如生态环境游、高原风光窑洞游、峡谷探险游、荷叶溪水赏花游、民族色彩节日游、长征路上重走游(或六盘古道游)、历史文物寻古游、六盘消夏避暑游、石窟壁画游、回乡村寨情趣游。在旅游途中还可听到魏徵梦斩泾河老龙、柳毅传书等神奇的传说和红军长征、西征时留下来的动人故事及悠扬动人的“花儿”,文化内涵非常丰富。

六盘山,已经成为西北黄土高原上别具一格的旅游天地。

六盘山景区

在中国革命史上,六盘山是一座丰碑。1935年10月,毛泽东率领红一方面军长征时翻越六盘山,打开了通往陕北革命根据地的最后通道。毛泽东登上六盘山,临风寄景,气势如虹,遥想红军走过的艰难历程,展望革命的未来前途,即兴写下了气壮山河的《清平乐·六盘山》光辉诗章,六盘山因此名扬中外。1986年,在六盘山顶修建了红军“长征纪念亭”,它将永久性地成为爱国主义和革命传统教育的基地。而地处六盘山腹地的白云山白云寺,又与“长征纪念亭”构成了一幅多彩的画卷。

· 闻名遐迩的六盘山

六盘山,《山海经》称之为高山,说:“其上多银,其下多青碧、雄黄,其木多棕,其草多竹。泾水出焉,而东流注于渭,其中多磐石,青碧。”意思是说,山上有很多白银,山下有很多碧玉和雄黄,山上生长着茂密的树林,其中以棕树最多,还生长着很多竹丛。泾河发源于

这座山,向东流去,注入渭水,水中有很多磐石和青碧。

六盘山,是陇山的主峰,是我国西北黄土高原上享有盛名的一座大山。为何叫六盘山?相传



很久以前,六盘山无路可登攀,这里整个是望不到尽头的茂密森林,是一处山峰高耸的天然屏障。在山脚下有座寺庙,庙里有个老和尚暮鼓晨钟,念经修行,以图求得正果。有一天,老和尚在小溪边提水时,一只梅花鹿正在溪边饮水,鹿见和尚扭头就跑。老和尚看得出奇,见鹿跑跑停停,好像在示意什么。老和尚觉得奇怪,便尾随鹿后。逗人的是,老和尚如果追,鹿就跑,不追,鹿就停下来。就这样追了好长时间,不知不觉中忽然抬头,发现已爬上了山顶。此时,老和尚回首俯视山下,如诗如画的景致,郁郁葱葱的山色尽收眼底。顿时,老和尚感慨不已。这个故事传开后,渐渐地人们便把这座山称为“鹿盘(攀)山”。随着年代的推进,“鹿盘山”就被称为“六盘山”了。

六盘山,既是关中平原的天然屏障,又是北方重要的分水岭。山体主要由白垩纪页岩、砂岩构成。最近,江汉石油勘探局组织人员对六盘山盆地进行油气勘察,发现油气潜力很大。六盘山山顶浑圆,山坡略成阶

梯状,东面坡度陡,西面坡度较为平缓,是常年西北风卷来的黄土积淀和覆盖的结果。具有大陆性季风特征,夏季高温多雨,冬季寒冷干燥,年际间平均气温 $6^{\circ}\text{C}\sim 9.8^{\circ}\text{C}$,最热日均温 $17^{\circ}\text{C}\sim 22^{\circ}\text{C}$,最冷日均温零下 $4^{\circ}\text{C}\sim$ 零下 8°C ,年温差和日温差都很大,年降水量 $450\sim 600$ 毫米。整个山势巍峨险峻,山路盘旋曲折。山峦起伏,松柏茂密,林海茫茫。夏季碧海春波,凉爽宜人;秋季浓翠荡漾,心旷神怡;深秋天高云淡,仰望六盘山,显得格外雄伟壮丽,气象万千,风景别致,是游览和避暑的胜地。

六盘山,是颇具气质神韵的山脉,属高原雄伟耸秀一类,壮阔而明丽。林海景观使六盘山成为一处望不到边际的“绿岛”,被誉为黄土高原上的“绿色明珠”。六盘云海,又是一大自然景观,它会因为四季的变化、云雾的开合呈现出千姿百态的景观。在六盘山观日出,也是别有景致。不论是观云海,还是观日出,都是极为壮观的。六盘山的药材也是闻名西北。民间流传着这样一段故事。很久以前,六盘山上本没有药材,有一天,药王爷孙思邈行医路过六盘山,得知这里的人不知道世上有医生,有了病就求神问卜,所以就想找机会为人们看病。一天,他来到一眼水泉前,看见山泉里有一个黑蛇打滚浇洗,心想蛇身上有毒,把毒洗到水里,过路人喝了一定肚子疼,肚子一疼我就给他治。果然来了一个打柴人,到了泉边,爬下就喝。喝完之后随手

掏出两颗大蒜吃了。过了好长时间，药王见他肚子没疼，便好奇地问那打柴人，当得知吃蒜能解毒时，他又羞又愧，心想我尝遍了百草药，才炮制了这些解毒百药，几十年的功夫就叫一颗红蒜废了。越想越气，一气之下，打开百药箱，把药材全部撒到六盘山上。从此，六盘山遍地都长出了药材。

然而，使六盘山久负胜名于天下的，不仅是黄土高原上的“绿岛”、“天然动植物园”，更主要的是六盘山上曾激荡过历史的风云。秦始皇第一次出巡西北，取道陇西过六盘山；汉武帝先后六次登六盘山，观览山河景致；一代天骄的成吉思汗也是“驾崩”在六盘山腹地；元世祖忽必烈越六盘，南征大理；林则徐遣戍新疆时，曾跋涉过坎坷的六盘山路，在六盘山半腰的庙儿坪寺庙中抽签排遣忧思；谭嗣同当年过六盘山时，写下了《陇山》、《六盘山转响谣》等诗；一代歌王王洛宾在六盘山采风。

六盘山的历史新篇，是和中国革命的发展紧密联系在一起。1935年10月，毛泽东率领中国工农红军长征经过六盘山，写下了著名词篇《清平乐·六盘山》：

天高云淡，
望断南飞雁。
不到长城非好汉，
屈指行程二万。

六盘山上高峰，
红旗漫卷西风。
今日长缨在手，
何时缚住苍龙？

白云山与白云寺

白云山处在六盘山腹地，按区域管辖属固原县境。由固原县什字路镇沿前往泾源县城的公路，行至东坡即进入便道，再向西南方向而行，过东坡便进入蜿蜒曲折的峡谷地，约行 10 里地即抵达白云山下。民国《固原县志》载，白云山在固原县城南 120 里地，记载准确。白云山以南与隆德十八盘、天爷顶相通；东南与泾源相连，直通平凉，是古代交通要道经过的地方。

白云山上的白云寺，曾是历史年代久远的寺庙建筑群，也是古人早就开发并旅游的景观和去处。据白云寺遗碑碑文看，清代康熙十年（1671 年）仲秋就曾重建过白云寺；道光二十年（1840 年）冬天仍有重修后的立碑记载文字。现在看到的碑，就是道光年间的立碑。文字记载的是白云寺屡遭毁坏和数次重修的过程，也描写了白云寺的秀丽风景和建筑景观。民国《固原县志》载有清代人顿芳写的《重修白云山玄圣祠碑记》，说白云山自汉唐以来已无可考，但到了明代，这里的遗址上还存有一口钟；到了清代，就只有一方碑了。清代人

重修时，白云山玄圣祠已是风雨飘摇，殿宇坍塌，塑像裸露。《重修白云山玄圣祠碑记》文字虽很简略，但却准确地说明明代此处仍有古钟，白云寺的年代就更为久远了。由白云山的位置与泾河源腹地的交通和连带关系看，汉唐以来白云山也是与丝绸之路关系密切的，白云山上的玄圣祠是固原境内开发最早的寺院之一。

白云山山峦奇险，风光十分秀丽。民国《固原县志》的总纂、曾任固原县长的福建人士叶超，不但饱览了白云山的秀色，而且在他总纂的“县志”里将白云山的景观列入固原风景佳胜之地来写的。

由东山坡到白云山相距 10 里地。游人沿峡谷而进，高耸青翠的山峦扑面而来，呈柳暗花明之势。峡谷蜿蜒，泾水隐现，行进在这幽静古朴般的世界里，惟有鸟的啼鸣和潺潺泾水穿峡而过发出的清脆的声音。越是往里延伸，山的势态越奇，景色越秀。暮春时节登白云山，也有夏秋时间看不到美妙景观。冬日远眺，但见苍松翠柏的“绿”与皑皑积雪的“白”交织在一起，宛若一幅松柏取雪图，使游人能观赏到“松”与“雪”相融的洁静和清新，能感悟到生命的坚韧与存在。

白云山上的白云寺，庙宇殿堂的建筑很简陋，但殿宇的位置很险要，正在白云山的峭壁上。游人抬头仰望，便要想起山西的悬空寺来。山巅上的苍松翠柏将整个殿宇建筑半遮半隐地掩饰着，涧壑流水，林木蓊郁，各种花草生长其间，一片寂静，正如同古诗里写的：