

长城两边是故乡

记者带你游忻州

走，去神池看山看“海”

“黄尘迎春归，绿草盛夏来。蓝天仲秋至，白羊入冬肥。”在晋西北黄土高原的千沟万壑之间，藏着一座海拔1548米的小城——神池。它是华北海拔最高的县城，也是三晋闻名的“生态氧吧”，获评中国气象局2023年度国家级“避暑旅游目的地”称号。黄土高原的苍茫与管涔山脉的葱茏在此交织，孕育出一片令人惊叹的自然奇观。盛夏酷暑，何不暂别城市喧嚣，相约清凉神池，观湖赏草、漫步山林，以满心欢喜，与山水温柔相伴。

西海子鸟瞰。

西海子湖水澄澈。

西海子——神池之魂

神池之名，源于一泓神奇之水。据《神池县志》载，宁武北距黄花岭，皆崇岭叠嶂，鸟道虬盘，逾岭而下约三十里，地少平，有水一泓，出无源，去无迹，旱不涸，涝不溢，鱼藻不生，湛然清澈，名曰神池。这“水一泓”，便是西海子。

水域面积394亩的西海子，静卧于县城西山脚下。水底隐含天然泉眼，形成“旱不涸、涝不溢、出无源、去无迹，若有神焉”的奇观。在干旱少雨的黄土高原，能有这样一泓清水，实在是苍天大地的恩赐。

如今的西海子已建成公园。春日，这里生机盎然，湖水清澈，岸边的杨花柳絮纷纷扬扬，芦苇竞相生长，野鸭在水中嬉戏，偶有天鹅从湖面掠过。到了盛夏，这里就是天然的避暑胜地，日间最高气温很少超过27摄氏度。清晨5时许，公园里已人影绰绰，大妈们翩翩起舞，大叔们潇洒舞剑。待到日头升高，湖面波光粼粼，青山倒映水中，“湖中山色水映天”的景致令人心醉。秋来层林尽染，冬雪覆盖湖面，西海子便成了一幅永不褪色的山水画卷。

景区历经十余年建设，现有1500亩林区，油松、落叶松、金叶榆、杏树等乔木与丁香、刺玫、山桃等灌木错落分布，已跻身全省著名湿地公园之列。

金山梁——云端之上的草甸

在神池县城西南约10公里处，管涔山脉延伸出一座海拔2310米的山峰——金山梁，被誉为“云端之上的草甸”。山名源于一个美丽的传说：古时有高僧云游至此，夜梦峰顶有金马驹奔腾跳跃，蹄印所及，整座山峦瞬间金光璀璨。金山梁由此得名。清晨与黄昏，阳光倾泻而下，整个山坡仿佛被镀上一层流动的黄金。

此山以石为骨，嶙峋之态尽显苍劲，那些历经岁月风雨打磨的岩石，层层叠叠，形态各异。此山以草为魂，绵延数平方公里的高山草甸是金山梁最迷人的景致。芳草如茵，松软而富有弹性，恍若踏上了云端。路旁不时有野兔、山鸡被惊起，野趣盎然。穿过这片草甸继续向上攀登，约莫两小时，便抵达山巅。但见云朵从头顶飘过，仿佛触手可及。俯瞰群峰皆如丘阜，朱家川河、县川河宛如两条玉带逶迤绵延。

金山梁北坡平展，长满茅草，是天然牧场。风吹草动，牛羊成群，牧歌悠扬。山脚下大云寺的遗迹与明代烽燧的残垣，默默诉说着千年的风云变幻。

北山田园风光无限，四季景色各异，行走其间，心旷神怡。

策划：宫爱文 刘捷 文字：白雪萍 郑志东
摄影：郑志东 设计：马瑞

国家登山步道——行走的诗行

神池国家登山步道是中国北方第一条符合国家标准的步道系统，也是全国仅有的两条标准步道之一。全长50公里，海拔介于1900米至2500米之间。它依托管涔山原有山间小道和护林防火通道修建，将高山草甸、原始森林、原生态村落串联成一条完整的生态徒步路线。

步道的设计与施工遵循了自然生态规律。木阶如琴键般铺展，每踏一步都能“弹奏”出光阴的韵律。沿步道深入，山势愈发巍峨。登临高处极目远眺，云雾在山腰翻涌，似给苍翠的群山系上了洁白的丝带。俯身可见芳草如茵，各色野花点缀其间，宛如繁星洒落山野。松柏挺立，粗壮的枝干撑起片片树荫，斑驳的树影在地面交织成一幅幅动感画面。初冬时节，这里还会出现雾凇景观——树枝上挂满冰晶，微风徐来，雾凇轻盈摇曳，似一层素白轻纱笼罩整片森林。

黄花岭——高山上的“花园”

位于县城南侧的黄花岭亚高山草甸，海拔2115米。这里，集高山草甸、古长城遗址、风电景观与塞外气候于一体，造就融合自然野趣与厚重历史的独特边塞风光。

岭间植物姿态万千：满身荆棘的鬼见愁、形态低矮的“老哇瓜”错落相映，五彩野花与青青野草铺满山野，羊群自在游走，清风拂面，宛如远离尘嚣的世外桃源。

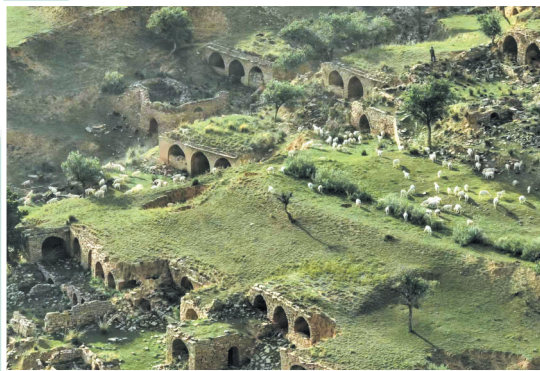
每逢夏秋，这里碧草如茵，繁花似锦。澄澈的高山湖泊静卧山间，碧蓝湖水映着云天。遍野花朵色彩纷呈，淡紫、莹白、明黄交织，灿若碎金，移步皆是如画风光。

大风车——生生不息的“绿色银行”

神池长风浩荡，得天独厚的风能资源孕育出别样风光。管涔山麓、黄花岭上，一座座风塔错落伫立，与广袤草甸、层叠梯田、古长城相互映衬。云海翻腾，风轮徐徐转动间，皆是诗情画意。一座座风车既赋能绿色发展，也勾勒出醉人风光。驱车沿蜿蜒公路穿行，一路风光如梦似幻。

神池借山水之势，推行农光互补、风光畜牧相融的生态模式。光伏板连绵铺展，板下牧草青青、作物茁壮，昔日荒坡摇身变为生生不息的“绿色银行”。巨型风力发电机的叶片在微风中缓缓转动，与周围的自然景观完美地融合在一起，铺展出一幅清洁能源助力乡村振兴的生动画卷。

截至2025年底，全县风光电总装机容量达162.04万千瓦，位居全省前列。老旧风机迭代更新，既焕发崭新风貌，也让当地的绿色动能愈发充沛。昔日扰人的山风，如今成了富民的宝藏。这里既是全国“生态文明建设示范区”，也是名副其实的百万千瓦级绿色能源基地。神池，正以它独有的方式诠释着自然的壮美与神奇。



北山田园风光。



神池国家登山步道。



蔚为壮观的神池风电风光。

南山盛翠。