

十一假期去哪玩儿？怎么玩儿？本报倾情解锁攻略(三)

寻古 登高 濯泉 尝鲜！

——假日蒙古贞两日自驾游攻略

本报记者 王美娟

国庆长假渐近，八天假日恰好解锁一场“慢下来”的自驾旅行。

当秋风掠过蒙古贞的田野，带着果蔬的清香，正是奔赴阜新蒙古族自治县的好时节——这里藏着“八千年文明印记、藏传佛教神韵、蒙古贞民俗风情、温泉康养暖意”的多元惊喜，正成为无数自驾爱好者心中的目的地。

记者实地踏访，为你打磨出这份“穿越古今、兼顾闲趣”的两日行程，让历史的厚重与旅途的松弛，在此完美交融。

【行程亮点】一日跨千年，一步一风情

这场自驾游的最动人之处，是“时空折叠”般的体验。清晨还在触摸8000年前的文明火种，傍晚又在温泉氤氲中卸下疲惫。从史前聚落的神秘，到藏传佛教的庄严，从舌尖上的蒙古族风味，到山林间的秋日闲趣，两天时间，承载你对“人文+自然”旅行的所有想象。

【行程安排】在历史与烟火间，慢享两日闲

第一天：寻迹史前文明，邂逅温泉暖意



查海遗址 王美娟/摄

上午：查海遗址博物馆——与八千年前的先民“对话”

从阜新东高速口驶出，沿着秋日浸染的乡道，驱车11公里，约15分钟，便抵达查海遗址博物馆。

不必急于进馆，先看看馆外的花海吧！各色秋花铺展成画，阳光洒在花海，随手一拍都是“大片质感”。从空中俯瞰，花海与远处的遗址轮廓相映，仿佛古今风景在此重叠，带给你意外的惊喜。

走进这座“中华第一村”的见证地，触碰到红山文化的根脉。馆内陈列着8000年前人类聚落的遗迹，“世界第一玉”的温润、“华夏第一龙”纹陶片的灵动，静静诉说着新石器时代的智慧；全

景壁画生动还原了先民耕作、制陶的生活场景。站在画前，仿佛能看见远古的炊烟、听到篝火旁的笑语，完成一场跨越千年的时空对话。

莫忘一睹“龙形堆石”的真容。这是迄今我国考古发现的年代最早、形体最大的龙形象。

逛累了，就到馆外绿植掩映的古风亭台歇一歇，听风吹过树叶的声响，让历史的余韵慢慢沉淀。

中午：阜新蒙古族自治县县城——舌尖上的蒙古贞风味

继续驱车16公里，约23分钟抵达阜新蒙古族自治县县城，赴一场蒙古族特色盛宴。

这里的美食，藏着蒙古族人的豪爽与烟火的温暖：刚出锅的蒙古馅饼，皮薄馅大，咬一口汁水四溢；手把羊肉带着炭火的香气，肉质鲜嫩不膻；还有甜糯的喇嘛糕，入口即化。

若是偏爱小吃，凉皮、米线、手抓饼等也一应俱全。价格亲民，保管让你吃得满足又舒心。

下午：宝地斯帕温泉度假小镇——邂逅“泉中极品”

吃饱喝足，驱车30公里，约43分钟抵达占地1500亩的宝地斯帕温泉度假小镇。它是国家4A级旅游景区、五星级温泉企业，其核心便是被誉为“亿年古水小苏打第一泉”的珍稀温泉，被自然资源部盛赞的“泉中极品，实属罕有”。

此温泉属碳酸氢钠泉，出水温度近90℃，pH值达8.56，富含多种矿物质，7项指标达医疗级标准，对心脑血管、胃肠及骨骼皮肤等不适有显著辅助缓解作用。



宝地斯帕温泉度假小镇 侯俊涛/摄

在这里，泡温泉不只是“放松”，更是一场与自然的共鸣。室内外泡池错落分布，多个森林文化主题汤池藏在林



瑞应寺风景区 张林/摄

间。秋日里，泡在池中，看枫叶染红枝头，听鸟鸣清脆，秋日泡汤观景两不误；若是喜欢热闹，在水上乐园能找回孩童般的快乐；若想深度康养，养心汤墅、宝地中医院的定制服务，能让身心彻底“慢下来”。此外，还能体验农家采摘、农事劳作，在田园间感受烟火气。景区还精心准备了T台秀、练爱厨房等多种活动。

入住宝地酒店，可直接免温泉门票，性价比拉满！温泉里的自助餐也很不错哟，绝不会踩雷。

第二天：中国传统村落佛寺镇，沉醉草原与秋山

上午：瑞应寺风景区+龙泉神树——在古寺与奇树间读故事

从宝地斯帕温泉度假小镇驱车12公里，约15分钟，抵达佛寺镇瑞应寺风景区（国家4A级旅游景区），藏传佛教的庄严与宁静扑面而来。

瑞应寺风景区所在的佛寺村，是中国传统村落、全国乡村旅游重点村，13条有着三百年历史的胡同纵横交错，每一条都刻满岁月的痕迹。走在胡同里，仿佛每一扇门后都藏着老故事，随手拍都是“复古大片”。

在这里，还能换上华丽的蒙古族、藏族服饰，骑上骏马，漫步林间，或是拿起弓箭，体验草原儿女的豪情，沉浸式融入蒙古贞的风情里。

逛完古村古寺，不妨驱车前往水泉村，探访龙泉神树。这棵树龄超380年的奇树，冠幅30.5米，胸径2.17米。2011年，获上海大世界吉尼斯认证。此树枝干雄奇如盘龙，旁有清泉潺潺流

淌。相传，康熙帝曾拄杖于此，手杖落地生根成树。动人的传说为奇树更添几分神秘。

中午：斋饭+喇嘛炖肉——舌尖上的禅意与鲜香

中午，不妨留在瑞应寺风景区，尝尝特色美食。寺院斋饭清润爽口，带着食材本真的味道；喇嘛炖肉则是当地特色，肉质酥烂，汤汁浓郁，配着米饭吃格外香。饭后，别忘了逛逛景区文创店，精致的手串适合当伴手礼；佛寺镇的超市里，喇嘛糕甜而不腻，打包几盒带回去，便是把旅途的甜意捎给家人。

下午：海棠山风景区——在摩崖造像间遇艺术瑰宝

驱车59公里，约1小时20分，抵达海棠山风景区。秋日海棠山，层林尽染，宛如一幅天然的油画。令人惊叹的是，遍布崖壁的摩崖造像雕刻于山石之上，或庄严、或慈悲，历经岁月仍栩栩如生，是藏传佛教艺术的瑰宝。漫步山间，看摩崖造像与秋景交融，仿佛心灵都得到了净化。

下山后，可到景区文创店挑选特色纪念品，再去国华乡采摘园，亲手摘下秋日成熟的水果，感受“丰收的快乐”。

【返程安排】

从采摘园驱车11公里，约19分钟，到达海棠山高速口启程返程，让满车的果香与满心的回忆，为这场两日之旅画上圆满的句号。

【温馨提示】本条线路集自然风光、温泉氤氲、秋日采摘、文化溯源体验于一体，内容紧凑且文化内涵丰富，尤其适合十一短途轻旅行。如有余力，还可延伸游览乌兰木图山景区、玛瑙大集等。



海棠山 耿英琴/摄