

## 踏青隐逸处 不负好秋景

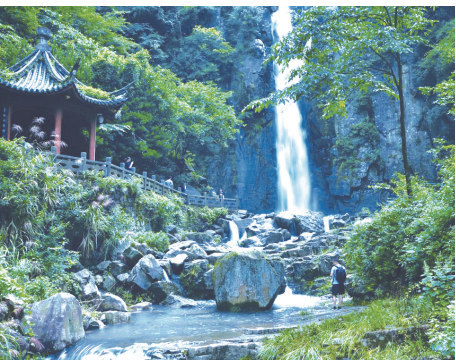
# 四条经典登山线路,带你认识不一样的宁波

本报综合报道

秋季是爬山的好季节,不但可以避免夏天烈日的炙烤,在温和的阳光下运动锻炼,而且在爬山的过程中还可以呼吸到山上新鲜的空气,远离都市生活的尘嚣,让人心旷神怡。在宁波,有这样几座山,在绿荫掩映下,瀑布如白练腾空,远闻缥缈,近听磅礴,间或伴了溪涧潺潺、百鸟啁啾的意趣,一起来看看吧。

### 溪口雪窦山

推荐理由:四明第一山/国家5A级旅游景区



溪口雪窦山景区位于宁波市奉化区西北部,地处宁波市中心西南30公里,拥有国家级风景名胜区、国家5A级旅游景区、国家森林公园、全国重点文物保护单位、海峡两岸交流基地5块“国字头”招牌。

雪窦山以优美的自然风光著称,素有“四明第一山”美誉,拥有千丈岩、雪窦寺、三隐潭、徐凫岩、妙高台等标志性景点,以及全球最高的铜质坐姿弥勒佛造像。

位于雪窦山心的雪窦寺,创于晋、兴于唐、盛于宋,至今已有1700余年历史,千百年来,香火旺盛。

### 蟹钳港·海景玻璃栈道 推荐理由:赏日出日落/探百亩橘林

蟹钳港·海景玻璃栈道依托白岩山仙岩风景区全力打造,上百株梅花沿着登山步道像一条红色长龙直达观海平台,站在平台上,远可眺大目湾海上日出,近可观蟹钳港日落。

山里的翠花庵是古代远近闻名的求子地,下山的玻璃滑道也是相当的刺激,滑道长250米,最高落差达130米,两侧可观风景。游客穿上特制的裤子和手套,可自行控制滑动速度。爬完山,游客们还可至山脚下的百亩橘林休闲采摘,或在缸盆文化体验园体验缸瓮文化、缸瓮制作。



蟹钳港·海景玻璃栈道

### 九峰山 推荐理由:观赏山水森林生态/感受宗教民俗文化

九峰山属于国家4A级旅游风景名胜,位于穿山半岛,总面积38平方公里,是江南大陆最东端的山脉,与普陀山隔海相望,以山水森林生态、宗教民俗文化、休闲度假活动、登高赏花节庆著称,是宁波市乃至华东地区登山路径最优、举办登山活动最多、视野最辽阔、观赏日出和天象地理位置最

好的山峰之一。

九峰山群山连绵,生态环境优异,有亚热带最典型的森林生态群落和华东地区保护最完好的次生常绿阔叶林,动植物种类繁多,这里生存着比大熊猫还稀有的国家重点保护野生动物——镇海(九峰)棘螈,它也是中国国家女排比赛主场的吉祥物。



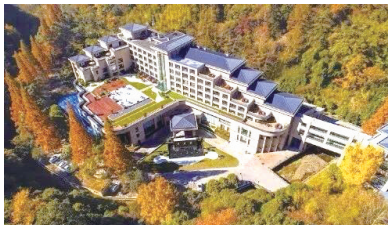
九峰山文化底蕴深厚,瑞岩寺与天童寺、阿育王寺并称为东南佛国的“三大古刹”,留下了众多历史名人的足迹。

### 宁海森林温泉 推荐理由:上高山品秋白露/下温泉美容抗衰

宁海森林温泉有着93%的植被覆盖率,山环水绕、层峦叠翠、树林阴翳、百鸟啁啾。这里有340多种次生常绿阔叶林,在满山青翠收入眼底之余,还可看到红了的枫叶飘落山间,金黄的桂花绽放枝头。森林温泉所处的深甽镇有座太阳山,海

拔700多米,这里的高山茶品质绝佳。到夕阳西下,游走在山下的古镇,看村民日落而归,明清古建民宅升起袅袅炊烟……

登山归来,可以去宁海森林温泉泡个汤,肺润肠蠕,舒心解乏。宁海森林温泉是浙江省水质等级最高的4A



级温泉,含有20多种矿物质和微量元素,被誉为“温泉中的王者”。

## 《徐霞客游记》的开篇地 宁海这几个古村美丽而神秘

本报综合报道

浙江宁海,是《徐霞客游记》的开篇地,在天台山脉和四明山脉之间,背山靠海,风景人文历来璀璨,一起来看看这片水土中最美的几处古村落。

### 许家山村

许家山村最主要的特色就是石屋和有着500年以上树龄的古树,石屋建造独特,弯弯曲曲的卵石路串起整个村庄,具有浓厚的山村气息,是宁波市内现有建筑群规模最大、保存最完整的石屋古村,也是浙东沿海山地石屋建筑群落的典范。

站在村口或村后的山头上眺望,梯田环绕的许家山就像一位青筋毕露的老人,裸露的筋骨透着一股沧桑、撼人心魄的力量。成群的石凳、石梯、石窗、石阶、石道、石屋无一不透着沉稳苍凉的感觉,这种感觉来自

岩石本身,也来自山村远离尘嚣的古朴,更来自留居的山民“铜板石”一般的执着。

自从建村开始,许家山村不仅保存着完整的石屋古村,同时也延续着传统的生产生活方式,在这片原生态的土地上,将传统的农家手艺“进行到底”:牵牛耕田、制番薯粉、做番薯烧酒、搗年糕、做竹编……

### 清潭村

清潭村,这个古老的村落里至今依然保存着许多历史古迹,如500多年历史的双枝庙、200多年历史的孝友堂、当代著名学者张明养故居“三鉴堂”。村里飞凤祠内戏台还完整保留了光绪时期的彩绘,还有方孝孺讲学处,“灭十族”惨案关联者张帖公殉难处——“尽忠潭”。

另外,行走在清潭村,还可以见到历史悠久的双涧桥、老岙桥、新岙桥、唐山桥,紫金岩塔、花车门、六马墙,都各具特色。

### 麻岙村

麻岙古村以“陈家三台”古宅群而闻名。“陈家三台”古宅群坐西朝东,北倚牌位山,南对甬临线,从东到西分三排,每排三个院落,总占地面积约8000多平方米。院落之间有两条南北走向的卵石深巷和两条东西走向的通道相隔。

### 梁坑村

梁坑古村位于宁海深甽镇,村口爬满藤蔓的古石拱桥,当地人称之为凹桥,又称梁坑古桥。桥后不远处有三棵高大的古树,两棵315年的枫杨,

一棵515年的樟树,树叶都换了新绿。

这是一个隐藏在清溪绿荫中,有着800多年历史的古村。村前最醒目的就是古老的潘氏宗祠,祠堂建在一个高高的平岗上,只能从侧门进入。潘氏宗祠是晚清建筑,堂号“振世堂”,是一个由门楼、戏台、正殿和南北厢房五部分组成的四合院封闭建筑。走进祠堂,你会感叹这座小小的山村中有如此精美的建筑。祠堂保留得非常好,几乎是以素颜的面目呈现在我们的面前,古色古香。

