

『王安石文化主题游线』出炉

速打卡

治鄞千日，遗泽千年。北宋庆历七年(1047)，27岁的王安石来到鄞县担任知县，修水利，兴文教，倡变革，以务实、创新的政绩奠定了宁波千年发展之基，泽被今日。

3月2日，《宗师列传·唐宋八大家》第十期“王安石篇”在央视综合频道播出。该节目以“文脉探访”的方式，追溯还原了“王安石治鄞”的光辉事迹。一时间，“追着小撒访王安石，跟着安石游宁波”等话题刷爆朋友圈。

3月3日，宁波文旅部门全新推出“王安石文化主题游线”，速速围观——

罗城寻访安石朝圣之旅

宁波鼓楼—宁波府城隍庙—鄞县县学门楼—灵应庙—祖关山文化公园

宁波鼓楼又称海曙楼，历来是宁波地标建筑，始建于唐长庆元年(公元821年)，原为唐时子城南城门。宋称“奉国军门(楼)”。北宋庆历八年(1048)，王安石登楼作《新刻漏铭》，借刻漏表达“革弊维新”之志。

宁波府城隍庙始建于明洪武四年(1371)，是我国现存规模最大、保存最完整的府城隍庙之一。内立王安石像。2018年重修后，推出了城隍夜市等文旅项目，重新焕发宁波这一文化地标的生命力和烟火气。

鄞县县学旧址棂星门(市第一医院后门)。王安石以孔庙立县学，后毁。南宋嘉定十三年(1220)重建于宝云寺西威果指挥营废墟旧址，元、明、清三代地址未变，现仅存县学门楼。

灵应庙，原是为了纪念鲍盖而建的庙。王安石知鄞期间，组织兴修水利，但因连日大雨，工程进展不力。为此，他撰写《祭鲍君永泰王文》祭祀鲍郎，祈求晴天。之后，果然雨停放晴。

祖关山文化公园，内有王安石女儿墓葬，附近有王安石雕像。王安石在鄞县为官期间曾育有一女，小名“鄞女”，出生第二年不幸夭折。离开鄞县时，王安石作诗《别鄞女》。

美食推荐：鼓楼沿、南塘老街等地品尝宁波地道美食！例如，“老底子”东福园宁波菜，以及宁波汤圆、油赞子、烤菜年糕等特色小吃，都能满足你的味蕾。

湖畔遇见安石研学之旅

通过互动式数字化体验设计，将东钱湖沿岸的忠应庙、下水湿地公园、南宋石刻公园的精华展陈内容转化为互动游戏，以王安石“在鄞千日，影响千年”为主题，用故事串联，适合学生和亲子家庭在体验中读懂王安石。

上午抵达东钱湖下水忠应庙，按照数字化小程序设计，实地了解王安石在鄞州兴修水利、办理县学的功绩及其带给宁波的深远影响。

孩子们在下水湿地公园，实地观测水车、水井、水田种植，深入理解引水灌溉等水利农耕知识。

中餐后参观南宋石刻公园，在小程序中了解南宋石刻背后的历史故事，根据程序设计学习王安石诗歌，在这个历史与现实交织的世界，通过对王安石诗歌的学习和探索，进一步了解王安石鄞县经游记的路线。

钱湖最忆安石自驾之旅

王安石公园—钱湖秘境—福应庙—忠应庙—韩岭

王安石公园：建有安石魂雕塑、鄞女亭与水利文化浮雕墙等，两幅浮雕分别再现了王安石考察水利、疏浚东钱湖的场景，是一处供游人追忆历史名人、体验湖岸休闲乐趣的景观公园。

钱湖秘境：坐上观光车，开启4.5公里的湖光山色之旅，从小普陀景区圆融广场开始，经过福应庙，至下水湿地，可往忠应庙和官驿理想村，一路兼得山水之色、人文底蕴，可赏可憩可游。

福应庙：钱湖秘境中一座村民为纪念王安石修建的古庙——福应庙，入内瞻仰这位为东钱湖历代人民敬仰的治水功臣。

忠应庙：俗称“王安石庙”，鄞县民众自发为王安石立的宗祠，始建于明嘉靖年间，设有“王安石在鄞史迹陈列”，由沙孟海题写“王安石纪念馆”。

韩岭：王安石治理鄞县重建湖界，形成了定期的集市。走在韩岭老街，不仅可触摸东钱湖千年人文的传承，还能感受“浙东第一街”的时尚休闲。

美食推荐：来钱湖，品湖鲜是必定程序，浓油赤酱的“青鱼划水”、鲜味浓郁的“钱湖之吻”、脆嫩满口的“碧波浴虾”、肉质鲜肥的“浪里白条”，名闻遐迩的“钱湖四宝”，你一定吃了还想来。

记者 谢舒奕 通讯员 杨焱锋 丁银峰



王安石公园

选灵芝品牌前，更需要了解灵芝科学 “灵芝科学体验营”，你值得来一趟 1196元吃喝玩乐体验套餐，仅需498元

赵宝红，专业深耕灵芝行业已经20年。

2005年，她在杭州胡庆余堂开出了“野生”灵芝专柜。同年9月，宁波四明大药房“野生”灵芝专柜也开始运营，随后几个月内，彩虹大药房专柜、北京同仁堂专柜，以及上海雷允上专柜，也相继开张。

20年前，灵芝还是稀罕物。赵宝红记得有个客户为吃灵芝甚至卖掉了自己房子。

赵宝红说，这个客户她现在还有联系。时代变了，灵芝产品也变了，但价格千差万别。灵芝是好东西，货真价实才能帮助更多人。

深耕细作20年，赵宝红对灵芝行业有一个总结：“绝大多数人不知道灵芝的真正价值，绝大多数人选错了灵芝产品！”

“灵芝科学体验营”活动由《宁波晚报》养生汇和赵宝红的公司合作举行，旨在

在通过实物参观、产品体验和游山玩水等多种轻松愉快的方式，传播灵芝科学，让市民认识灵芝的真正价值，选对用对灵芝产品。

体验营现场陈列了10多个不同品种的灵芝供市民参观鉴别；5个不同产地和栽培方式的桑黄品种，教市民鉴别；灵芝孢子粉许多宁波人都知道，但你知道孢子粉有三种质量标准吗？标准不同，产品质量自然也不同。

《宁波晚报》养生汇还根据国内灵芝权威专家——北京大学医学部教授林志彬的多部灵芝专著，汇编了一本《科学吃灵芝实用指南》，一册在售，吃灵芝不走冤枉路。

“灵芝科学体验营”目前正式启动，欢迎对灵芝感兴趣的市民前来参观。愿意正式入营的市民，只要498元，还可享受到以下体验服务：

1. 赠送《科学吃灵芝实用指南》一册；



这些灵芝品种你认识吗？

- 2. 提供60克“野生”灵芝孢子粉体验装1份，零售价596元；
- 3. 提供丽水基地精品三日考察1个名额，市场参考价600元；
- 4. 专业医师咨询，提供灵芝及健康管理建议。

咨询电话：0574—87228361 地址：海曙区永寿街6号《宁波晚报》养生汇