

中山客 在自 己的 城市 野游

王嘉飞 胡狄庄 主编

十条山野徒步线，多幅村巷呢喃图
百丰书院、多彩镇区、卖萌博物馆
不用长途驱车，无需特意攻略
在中山，悠游自在野游一回

SPM
南方出版传媒
广东人民出版社

中山客

在自己^的城市野游

SPM

南方出版传媒
广东人民出版社

· 广州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

在自己的城市野游 / 王嘉飞, 胡狄庄主编. — 广州: 广东人民出版社, 2015. 7

(“中山客”系列丛书)

ISBN 978-7-218-10253-5

I. ①在… II. ①王… ②胡… III. ①乡镇—旅游指南—中山市 IV. ①K928.965.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第169279号

ZAI ZI JI DE CHENG SHI YE YOU

在自己的城市野游

王嘉飞 胡狄庄 主编

 版权所有 翻印必究

出版人: 曾莹

责任编辑: 李锐锋 吴锐琼

责任技编: 周杰 黎碧霞

装帧设计: 彭晓光

选题策划: 广东人民出版社中山出版有限公司

策划: 何腾江 吕斯敏

电话: (0760) 89882926 (0760) 89882925

地址: 中山市中山五路1号中山日报社7楼(邮编: 528403)

出版发行: 广东人民出版社

地址: 广州市大沙头四马路10号(邮编: 510102)

电话: (020) 83798714(总编室)

传真: (020) 83780199

网址: <http://www.gdpph.com>

印刷: 珠海市鹏腾宇印务有限公司

书号: ISBN 978-7-218-10253-5

开本: 787mm×1092mm 1/16

印张: 16.75 字数: 231千

版次: 2015年7月第1版 2015年7月第1次印刷

定价: 45.00元

如发现印装质量问题影响阅读, 请与出版社(0760-89882925)联系调换。

售书热线: (0760) 89882925 邮购: (0760) 89882925

在自己的城市旅行

王嘉飞

最近网上流传中国“最适合养老居住”的城市名单，中山有幸上榜，排位超过厦门、青岛、大连、珠海、丽江、成都等这些知名旅游城市，位居第六位。如今各种类型的城市排行榜多如牛毛，对此我的看法是全当乐子勿较真，但对于“养老之城”的美誉，我却欣然接受。

作为一名资深的新中山人，我自认为已融入了这里，虽然白话还不太会讲，但一逢有机会，就会手舞足蹈地向外人推荐中山如何如何的好！讲得多了，有时自己也会产生疑问：这里没有名山大川，不是海滨城市，缺少伟岸的文化古迹，没有腾讯、阿里这样牛的互联网企业，除了生活悠闲、适合养老，中山还有什么好玩的呢？

“掌上中山”微信公众号的后台每天都会有网友热情地留言并向小编推荐中山有什么好玩的。还有不少驴友爆料，村里有栋侨屋翻新了，发现徒步五桂山的新路线，镇上又哪处农庄火爆起来了……于是乎，将这些赏花、绿道、摘果、古村落、老街巷集合起来，便是活生生的中山

旅游攻略。

我要感谢很多的热心网友。因为他们，我知道自己原来对于日常生活的城市其实并没有那么熟悉。我们只是活跃在方圆十公里范围内，而1700多平方公里的中山有很多被人津津乐道的古村、风景、新玩法，直到现在都没有去感受过。虽然常常告诉自己，要抽空去看看，但后来总会因为“忙完眼前事，反正很近，下次再去”这个同样的理由而放弃。

来一场说走就走的旅行，这种任性不能常有，但有一种旅行是不需要地图，也无需背囊和行头，兴致所至，随时都可以出发！那就是在自己的城市野游。不在意时间，不在乎目的地，在乎的只有沿途的风景和看风景的心情。把别人寻常的日子当风景看，把司空见惯的景物换一种视角去欣赏，你会收获到与远行一样的惊喜。这也正是我们编辑出版本书的意义和目的所在。

1



船底窝水库

徒步山野，五星级的刺激

- 2/ 长坑水库—加林山—三乡白石穿越
- 10/ 绿色家园—福获村穿越
- 16/ 绿色家园—五桂山主峰—逍遥谷穿越
- 24/ 南台山—加林山顶—乌石顶穿越
- 30/ 狮头山—三鹿庄穿越
- 36/ 四湖连穿越
- 43/ 溯溪五桂山大峡谷
- 50/ 长江水库五星营地
- 56/ 寻迹南干古道
- 65/ 中珠分界线穿越

2



崖口村

探访古村落，最时髦的郊游

- 74/ 深山藏秀，碧落琼瑶（南朗镇白企村）
- 80/ 田村意趣，遗世孤清（南区北台村）
- 88/ 幽幽老井，巷弄深处守望（南朗镇冲口村）
- 96/ 青石巷，蜿蜒入古村（三乡镇古鹤村）
- 104/ 在水一方（神湾镇海港村）
- 111/ 爱莲世泽支分香邑（沙溪镇龙头环村）
- 119/ 老旧侨屋，诗情若梦（南区树涌村）
- 128/ 水乡美景，一抹遗痕（三乡镇塘敢村）
- 135/ 海天苍茫，烟雨诗情（南朗镇崖口村）
- 143/ 桑田沧海后，褪尽尘嚣时（沙溪镇圣狮村）

说走就走，在自己的城市旅行

- 152/ 南区：慢游，且行且品
- 159/ 黄圃：海蚀遗址看沧海桑田
- 166/ 坦洲：土肥物丰大沙田
- 172/ 五桂山：漫步中山“九寨沟”
- 179/ 三乡：在自然与人文中穿行
- 185/ 南朗：面朝大海，春暖花开



3

4

悠游闲逛，看一场私属的回忆片

- 193/ 金钟绿道：骑行中山最美绿道
- 196/ 摩天轮，从高处眺望石岐美景
- 199/ 石岐最值得带父母重游的地方
- 206/ 游弋在旧城老街



萌游博物馆，最小资的学习

- 212/ 中山市博物馆：八千文物细述小城故事
- 216/ 收音机博物馆：无线电波传递岁月欢歌
- 222/ 香山商业文化博物馆：逛民国时的步行街
- 226/ 中山漫画馆：“漫画之都”名家辈出
- 230/ 中山美术馆：包容 1800 平方公里之美

5



中山市博物馆

6

穿越百年历史，回到古代书院

- 236/ 烟洲书院：育才传统百年坚持
- 240/ 桂山书院：259 岁老书院换新颜
- 244/ 卓山书院：卓荦为志励学子
- 249/ 龙山书院：书声回荡百年



百年书院



1 徒步山野，五星级的刺激

长坑水库—加林山—三乡白石穿越

长坑水库—加林山—三乡白石这条穿越路线是一条隶属于南台山列的穿越路线，在中山的户外人（热爱登山、户外徒步行走的团队或人士的简称）圈子里，也是走得比较多的路线之一。

向长江水库出发

从长坑路口土多店沿水泥路前行，几分钟后就能进入长坑水库的领地。进入库区的路被移山铁门断开。我们只能斜插上水库一边的山脊，沿着山路一直走到长坑水库的源头处。山脊路两边树丛时而稀疏，时而繁密。右面的城桂路以及散落分布在城桂路一侧的红旗河流域、和平村、古寨沟、曾哥潭、客家楼等若隐若现。而左侧的长坑水库虽然一路伴我们同行，却很难一见其真面目。

中山境内垂直落差最大的瀑布

在长坑水库尾端的源头处有一座砖结构白房子，目前基本上无人常住，只是方便相关管理人员的管理和巡视。一条小溪沿着山谷流淌而来，涓涓细流汇聚成沿着山谷而建的水库。这个水库也跟这个狭长的山谷一样，随形就势，故而得名长坑水库。

长坑水库一汪碧水随着山谷蜿蜒。在汇入水库的水源中，一处从高山之间飞泻而下的水流不得不提。由于这一次穿越正逢枯水期，远远望去，只能看到一道裸露的几近垂直的山石山体，像一道宽敞的高速公路。

路道，在静静地等待着行驶者的到来。而在夏天的时候，我曾跟无悔大哥以及猴哥三人穿越至此，当时远远的就能感受到瀑布流水的清凉之意以及流水声音的冲击之势。水从高处跌落，产生的往往是让人惊叹的风景。在长坑水库源头，这道壮观的中山境内落差最大的瀑布有着与其他瀑布不一样的气势。那是一种威慑力，一种敬而远之的宏观风范。

小榄水库碧波荡漾

沿着山坡树林之间一条与瀑布平行的山路蜿蜒而上这一段路直线高度落差比瀑布本身还高，坡度较陡，也是整个穿越路线中难度和强度最大的路段。

在树林、竹林、草丛之间穿行，
阳光透过树荫洒下斑驳的
图案，跳跃闪动，

仿佛指引前进的精灵。沿着山巅平地的一条小水渠蜿蜒前进，不久后抬头便见一片高地，爬上高地的平台，在山峦之间沐浴着山色，荡漾着碧波的小榄水库就在眼前展现。

在中山户外新人的眼中，往往会对小榄水库产生误解，以为它是在中山市的小榄镇。其实不然。在中山五桂山境内，有好几个水库的命名



都跟中山的一些乡镇名相同，如“小榄水库”、“阜沙水库”、“南头水库（也叫横窝口水库）”等。为何要这样命名，现在已不得而知，想来总有缘由吧！

小榄水库三面环山，一道出口修有水渠，水流可以顺势而下，同时也造就了瀑布的雄伟与壮观。小榄水库携带着一汪碧水，镶嵌在群山的怀抱之中，见证着大山深处四季的变迁。

炎炎夏日，在水库里面泡上半天，再吃上几口辛苦背上山的水果，如果有时间，更可以扎营小榄水库，与驴友一起聊东侃西，听山风，观山色。何其乐哉！

登上加林山顶

休息整顿完后，我们继续踏上征途。接下来的目标是山另一边海拔 422 米的加林山顶。

◆ 户外小知识：“腐败”，简称 FB，一种户外术语。指登山、徒步途中停顿休息、吃喝玩乐一类的活动。FB 可以很简单，在户外，开炉本身就是一种 FB。

沿着小榄水库边沿走回到废弃堤坝（堤坝已经被泥土所掩盖，需细心查看），再沿着水渠前进不远，翻过一个洼地，就可发现一条隐藏在树荫之间的小路，可以一直通往加林山顶的山脊路。

大约 20 分钟左右的时间，就可以徒步到与婆髻顶岭骐塘水库一线往乌石顶和加林山的岔路口。接下来



山路上行走



开火“腐败”

的路段相对比较好走，基本上是沿东南方向的山脊行走，山路明显，是森林防火的防火带，定期有管理员清理。其间碗口粗的树木较多，不时挡住去路，徒步者需要迂回包抄前进。

从小榄水库上行之后的路段基本上都是缓坡攀升。这一路上有两个路口，一个是小榄水库上来分别岔往东南方乌石顶加林山顶方向和西北方婆髻顶岭骐塘方向的路口；另一个就是继续上行后分别岔往东北方乌石顶和西南方加林山的路口。在这里，一条西南—东北方向的山脊线串起了南台山列的两座海拔超过400米的山峰。这一段路也是另一条南台山列穿越路线介绍的主要路段之一。

几个小V路段之后，沿着蜿蜒的山脊小路，我们终于登上加林山顶。这里一片开阔。站在高处，能眺望无尽山峦。此时，团队成员都抑制不住心中的激动，各种秀各种合影。甚至还有队员在山巅一展瑜伽功夫，一会儿金鸡独立，一会儿童子拜佛……蓝天白云，夕阳夕照之下，瑜伽

造型的身姿更显柔美和婀娜。

“上坡脚杆酸，下坡脚杆弯。”

穿过加林山顶后就是一路下行。走过一个山头，在到达三乡白石村的路段，基本上属于一路直落。直落的山路并不比上坡的攀升容易。在我们老家有一种通俗形象的说法：“上坡脚杆酸，下坡脚杆弯。”户外人的常识解释，就是上坡攀升需要人的大腿支撑，肌肉受力会很大，而下坡的时候，人的膝盖会受到比平常更大的压力。也因为如此，在户

小榄水库下的大瀑布



外运动中，下坡更应该使用护膝，以减轻在下坡过程中膝盖所受的压力，从而保护膝盖。

雄伟的加林山慢慢淡出我们的视线，我们也越走越远。笔者一直不认同户外中“征服”的说法。因为我们没有办法去征服那些让我们仰止的高山。他们也永远不可能被征服。他们从遥远的过去走来，也将从现在走向遥远的未来。而我们，只有无尽的敬仰。

（文 / 图 杨向东）



小榄水库



(制图：韩雷)

附 长坑水库—加林山—三乡白石穿越路线的路线规划图

穿越路线：国防教育基地公交站—长坑水库—瀑布—小榄水库—第一岔路口—第二岔路口—加林山—三乡白石。

这条路线全程徒步穿越12公里左右，海拔总爬升约1420米左右。中途路经两个水库和一处中山落差最大的瀑布，整体难度和强度适中。