


北京
千米以上
山峰 

阿坚——著

中国科学技术出版社

· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

北京千米以上山峰手册 / 阿坚著. —北京: 中国科学技术出版社, 2018.3

ISBN 978-7-5046-7810-2

I. ①北… II. ①阿… III. ①山-北京-手册 IV. ①K928.3-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 276785 号

策划编辑 杨虚杰
责任编辑 鞠强
装帧创意 林海波
设计制作 犀烛书局
责任校对 杨京华
责任印制 马宇晨

出 版 中国科学技术出版社
发 行 中国科学技术出版社发行部
地 址 北京市海淀区中关村南大街 16 号
邮 编 100081
发行电话 010-63583170
传 真 010-63581271
网 址 <http://www.cspbooks.com.cn>

开 本 880mm×1230mm 1/32
字 数 120 千字
印 张 6.625
版 次 2018 年 3 月第 1 版
印 次 2018 年 3 月第 1 次印刷
印 刷 北京市凯鑫彩色印刷有限公司

书 号 ISBN 978-7-5046-7810-2/K·235
定 价 45.00 元

(凡购买本社图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 本社发行部负责调换)

阿坚精神

空 错

阿坚是个聊一次就让人忘不掉的人，像小说里的人物，有着传奇的经历，认识他的人都很幸运。更幸运的是，他的某种精神还影响和改变了我，所以我就写写阿坚精神吧。

阿坚别名大踏、阿蹦，合乎他高大个、爱生活的形象。他有很多身份，诗人、作家、旅行家、啤酒主义者，喜欢自然随性，跟着感觉走，说干就干。一开始，我和他的思维方式很不同，我喜欢想为什么，想意义。阿坚取笑说，不可能什么事都想明白再去做，有些事想不明白，等你想明白，人也快死了。

后来我才认识到，他说得对，想太多会让自己陷入困境。一件事若想不明白就不行动，结果是越不行动就越不明白。有些东西，比如纯理论，多想想可训练思维；但实在的生活，只有通过个体努力去过，意义才能实现。阿坚有一股把生活填得满满的劲儿，正因为他不怎么想爬山的意义，所以当他把多年的登山日记一攒，“厚之如书稿”时，意义反而自明。

我问他，为什么要爬那么多山？他说，在诗人圈里，自己最能爬山，所以决定“虚荣”一把，索性做个北京山峰的专家。有时候，找

个伟大的意义，哪怕虚荣点，也很必要，至少催人行动。不管他这话是真是假，阿坚接下来就像他名字一样坚持，爬得很执着。北京西侧的太行山、北侧的燕山，是大自然赐给北京人的福利，千米以上山峰不少，有名有姓的大约80座。他前后用二十七八年，好几百次奔波，爬60多座，登顶40多座。光是这些数字，就令无数山友肃然起敬。我自诩爱自然爱爬山，但与他的行动力相比，就是小巫见大巫。

随后我产生另一个疑问：“虚荣”能支持一个人爬几十年的山？我似乎多少从本书中找到答案。1999年阿坚爬笔架山，想请老乡领路，但老乡说林子里蛇多，给多少钱也不走，他只能自己前行，沿途拨荆钻刺，弄得一身湿粘脏。除非已“进化”成视苦难为快乐的物种，我不相信人类一开始就喜欢又脏又累的活，一开始也许带有各种目的，如虚荣、嫉妒、责任、渴望伟大等，但一定有那么一刻，精神上突然受到感召，世界突然展现出它的本质，铅华尽洗，真爱降临。

“天晴得以四望，北见延怀盆地中的官厅水库，以及从广坨山迤向大营盘南山的明长城；西南群峰无数，可辨认的是大草坡顶的东灵；南边的青水尖、老龙窝、百花山、百草畔、大黑林序列东西，峰峰有致；东北方向由近及远是烽台坐镇的黄楼洼山、设有电讯塔的清水顶、大慢坡的大海坨。”这是阿坚登山多年后达到的境界，一座座山峰，如数家珍。说起这些山名的亲切，如同介绍一圈常聚会喝酒的老朋友。也许正是这种与世界简单而强烈的关联感，让他

的爬山动机，从当专家、当英雄的虚荣，变成做平凡人、交好朋友的真爱。专家可以不做，但朋友必须要有。真爱状态，忘他，忘我、忘时间，世间一切皆美妙，就像谈了恋爱，眼里只有你的好。到这个阶段，是否有观众，他们是不屑还是称赞，一点也不重要；到这个阶段，只要事情本身有吸引力，就值得为之全力以赴，无怨无悔。亚里士多德说，幸福属于那些能够自得其乐的人。

好的教育，不是讲道理，而是一言一行流露真诚，展现自己。阿坚以他特有的方式，把“真诚”与“做自己”诠释得淋漓尽致。他充实地生活，真诚地写作，无忧无虑地做自己，做得自得其乐。本书一开头，他就自嘲：“我是又虚荣又怕误人，这里先把本书稿的缺陷报出，省得读者怨我不早说……我学浅性懒，观察不细，访问不实，也很少做案头准备和事后研究，总是‘大概齐’就得”。现实中的他，早已看透虚荣，很博学、很谦虚、很有趣，常常自嘲，也从不教育人，每到酒酣时，都亲切地喊我“错啊，……”。

有一次和阿坚聊到追求，我说自己的追求是做几件自己喜欢又对社会有意义的事。他笑我贪心，说你想把两个都得了啊，能做自己喜欢的事就很不错，有些人是运气好，做了自己喜欢、刚好对别人也有用的事。这番话，我常拿出来回味，提醒自己，要首先做自己。本书也蕴含了这种教义。阿坚用他的爬山经历告诉我们，每个人的生活都可以丰富多彩，世上还有许多种生活并没有出现在书里，不

要试图去模仿别人，而应该认识自己，到现实中创造和践行自己想要的生活方式。

阿坚爱读书走路、爱写日记，有再忙再累也要写日记的习惯。他曾以炊事员的身份随中科院的地质队进西藏青海新疆考察，留下10万多字的科考日记。他组织“后小组”旅行，玩前人之所未玩，留下玩法114条，约80万字。走京西古道，他就写出《京西古道百词典》。他还说为避免老年痴呆忘记朋友，写下《朋友词典》。他走而瞧，瞧而记，记录日常生活，记得简洁又干脆、准确又自然。和很多手册不同，这本书里没有一句话是抄来的，全是他亲自走出来的，是当年山路山景的真实再现：大海陀“每次都看见黄羊、狍子，离人也就30米”，“老龙窝顶无水源，脊上的草甸处夏日有牧马人小窝棚”。昔日风光，历历在目。他详细记录下爬山的用时、里程、地点、方位、场景、人物及对话，有时记得很琐碎，全是细节，还画出40多张手绘地图，读者爬山前读一遍，“就能少迷路少麻烦而多知道些具体有用的信息”。很难想象一个写诗的人，写作却能像照相一样，只呈现事实，不夹带感情。“野山将日少一日，我这些北京山峰信息也难免渐陈渐旧。就算为20世纪的北京千米以上山峰留个旧照吧。”留个旧照，也许是阿坚写日记的本意。旧照虽旧，亦是真实。

不能不提的幸运是，就在写完这篇初稿的几周后，我突然明白了阿坚精神，猛然发现自己变得自在、忘我、爱自嘲了，我竟然理解

了一直在苦苦追寻的“做自己”。出于本能和对未知的担忧，人们都不敢把自己的本性和弱点暴露出来，于是给自己穿上铠甲、戴上面具，用厚厚的装备或自大的言语，构建强大的防御体系。俗话说“武装”，实话就是“装”。殊不知，“装”会阻碍我们的自由行动，让我们不能舒展，不能做自己。要做自己，首先要忘掉自己。而要忘掉自己，首先要承认自己的无知与卑微，乐于接纳和暴露自己的弱点，让自己恢复本来的样子。做自己的人，一定是自然的；自然的东西，才是真理。

尼采有段话说的好：“世上有一条唯一的路，除你之外无人能走。它通往何方？不要问，走便是了。当一个人不知道他的路还会把他引向何方的时候，他已经攀登得比任何时候更高了。”

现在可以总结了，阿坚和他的书至少教会我三种精神：一、做个真诚的人；二、做自己喜欢的事，用自己的方式生活；三、多做点事情，少想些意义。我们每个人，都是一次性的奇迹，都有自己的精神，都应该像阿坚一样，活出真诚，活出自己。

亲爱的读者朋友，如果您像我之前一样有点困惑，没有关系，联系阿坚，一起喝喝啤酒，他没准一高兴，当场给您写首诗呢。祝好运！

2018年1月16日

目 录

前言

第一部分 北京山峰概述

- 8 ·北京一半面积是山区
- 8 ·两千米以上的三座
- 9 ·高峰密集区或密集线
- 10 ·诸高峰的各自特色
- 12 ·北京千米以上主要山峰名录
- 14 ·最有收获的山脊纵走
- 15 ·野生动物最多的山
- 16 ·北京山峰的峰型归类
- 16 ·比喻说山(一千五百米以上)
- 17 ·北京界外不太远的名山
- 17 ·关于北京地图(含远郊县者)
- 18 ·公路至顶的高峰
- 19 ·千米以上山峰最多的区
- 20 ·山腰以上小路难辨须钻荆丛的山
- 20 ·未开发旅游的山峰
- 21 ·几点交代

第二部分 北京千米以上山峰

(以汉语拼音为序)

B部

百草畔²⁴ | 百花山²⁶ | 半块豆腐山²⁸ | 暴雨顶³¹ | 笔架山³³ | 北大坨³⁶ | 白铁山³⁸ |

C部

“长城北京结点”山³⁹ | 吹风坨⁴⁵ |

D部

大海坨山⁴⁸ | 大洼尖⁵⁰ | 大黑林⁵⁴ | 大石门子⁵⁶ | 东纸壶⁵⁸ | 大长洼⁶⁰ | 大凹尖⁶¹ | 大西山⁶² | 大坨⁶³ | 大黑山(五座楼)⁶⁴ |

F部

凤凰坨⁶⁵ | 佛爷顶⁶⁷ | 风簸箕梁⁶⁹ |

G部

广坨山⁷¹ |

H部

黄楼洼⁷² | 黄草梁⁷³ | 黄土梁(杨得山)之一⁷⁷ | 黄土梁(杨得山、八达岭、桃山)之二⁷⁷ | 黄花顶⁷⁹ | 黑坨山⁷⁹ | 黑尖⁸⁵ | 火药山⁸⁶ | 猴顶⁸⁸ | 猴石头梁⁹¹ |

J部

贾儿岭⁹¹ | 韭菜山⁹² | 金树塔(深安梁、色树团儿)⁹⁴ | 酒漏子沟大尖⁹⁶ |

L部

老龙窝⁹⁷ | 莲花山¹⁰⁰ | 灵山(东灵)¹⁰¹ | 梨花顶¹⁰² |

M部

猫耳山¹⁰⁴ | 马鞍山¹⁰⁴ | 卯镇山¹⁰⁶ | 磨盘山¹⁰⁹ | 妙峰山¹⁰⁹ | 庙沟山¹¹⁰ |

N部

南天门¹¹¹ | 南猴顶(鸭山、丫山)¹¹¹ |

P部

平安梁¹¹⁴ |

Q部

清水顶¹¹⁴ | 青龙背¹¹⁹ | 清水尖¹²¹ | 青杠尖¹²² | 棋盘山¹²² |

S部

上寺岭¹²³ | 什锦塔之一¹²⁵ | 什锦塔(白云坨)之二¹²⁶ | 十八盘岭¹²⁷ |
四座楼山¹²⁸ | 水峪东大尖¹³⁰ |

T部

桃山¹³¹ | 头道沟大尖山¹³² | 铁坨山¹³³ |

W部

雾灵山¹³⁴ | 卧洼山¹³⁵ | 梧桐树沟大尖¹³⁶ |

Y部

燕羽山¹³⁷ | 云蒙山¹³⁸ | 营四路山¹³⁸ | 杨树底北山¹³⁹ | 应梦寺山¹⁴⁰ |

Z部

正座(正尖)¹⁴¹ | 张家山(马连鞍梁)¹⁴² | 抓髻山¹⁴⁴ |

附 手绘图及表格

- 图1/北京市及周边1500米以上山峰分布¹⁴⁸ |
- 图2 /千米以上的上寺岭、猫耳山、大凹尖、什锦塔、大坨、青杠尖、卧洼山位置¹⁴⁹ |
- 图3/千米以上的老龙窝、水峪东大尖、百花山、百草畔、大黑林位置¹⁵⁰ |
- 图4/千米以上的黄草梁、韭菜山、灰金坨、灵山、西灵山、棋盘山位置¹⁵¹ |
- 图5/千米以上的黄楼洼、锅顶山、南天门、清水顶、黄土梁、磨盘山位置¹⁵² |
- 图6/千米以上的燕羽山、十八盘岭、凤凰坨、吹风坨、“结点”、火药山、黑坨山位置¹⁵³ |
- 图7/延庆北部千米以上山峰位置¹⁵⁴ |
- 图8/怀柔北部1700米以上山峰位置¹⁵⁵ |
- 图9/黑坨山、贾儿岭、火药山¹⁵⁶ |
- 图10/韭菜山、黄草梁¹⁵⁷ |
- 图11/黄楼洼、黄土梁(八达岭、杨得儿岭)¹⁵⁸ |
- 图12/凤凰坨¹⁵⁹ |
- 图13/半块豆腐山¹⁶⁰ |

图14/百草畔、百花山¹⁶¹ |

图15/北大坨¹⁶² |

图16/大凹尖、什锦塔¹⁶³ |

图17/大西山¹⁶⁴ |

图18/大黑林¹⁶⁵ |

图19/大洼尖¹⁶⁶ |

图20/吹风坨¹⁶⁷ |

图21/大长洼¹⁶⁸ |

图22/黄花顶、云蒙山、石门山¹⁶⁹ |

图23/东纸壶、风簸箕梁¹⁷⁰ |

图24/猴顶、卯镇山¹⁷¹ |

图25/猴石头梁¹⁷² |

图26/梨花顶¹⁷³ |

图27/老龙窝、水峪东大尖¹⁷⁴ |

图28/青龙背¹⁷⁵ |

图29/杨树底北山¹⁷⁶ |

图30/鸭山(南猴顶)¹⁷⁷ |

图31/莲花山¹⁷⁸ |

图32/佛爷顶¹⁷⁹ |

图33/大海坨、马鞍山¹⁸⁰ |

图34/笔架山、广坨山¹⁸¹ |

图35 暴雨顶¹⁸² |

图36 灵山(东灵)、金树塔¹⁸³ |

图37 猫耳山、上寺岭¹⁸⁴ |

图38/张家山、妙峰山、东大坨¹⁸⁵ |

图39/京北界山脊纵走路线¹⁸⁶ |

图40/门头沟与房山界山脊纵走路线¹⁸⁷ |

图41/密云东北走山路线¹⁸⁸ |

图42/延庆北走山路线¹⁸⁹ |

图43/北京地区长城分布图¹⁹⁰ |

图44/青水顶结点,北京结点之间长城示意图¹⁹¹ |

未爬过的北京境内千米以上较有名的山峰¹⁹² |

前言

挨着个地爬北京的野山，我是从1972年开始的，当然不算香山、八达岭啥的。从1982年冬又加上有计划地走访北京境内或附近地区的长城。几十年来，我好几百次地从城里奔向远郊山区，登上山顶或较高的烽火台，看个清楚，再笔记个大概。经年一攒，即成此书。

北京的高峰多吗？千米以上有通用名字的近80座。千米感觉上有多高？两个香山吧。我爬了60多座，登顶的有40多座。

所以，吹点牛，在民间，我算北京山峰专家，因为我的专访不是政府行为及科研任务，是纯个人化的。记录呢，也不符合地理或考古文本的规范。我是走着瞧，瞧而记，重视路线和方位以及山脊或长城的走势。是想，谁要再爬这山或这段长城，先听我讲一遍或看看我口述般的笔记，就能少迷路少麻烦而多知道些具体有用的信息；可以爬得累但不可以爬得糊涂。当然有的长城专家或地理专家，知道此座山峰此座烽火台，但因体力而不宜亲临荒山野墙，于是我的越野笔记没准就能提供最新消息，比如20年前那本书中说的这个长城关楼现在毁塌没了，比如10年前的那片辽东栎林现在只剩

树根了。至于山里的民生民俗以及抱怨啥的，凡我看见听见也就顺笔简记了。

我这里先把本书的缺陷报出，省得读者怨我不早说。

北京境内(含骑境)近80座较有名的山峰，因我未爬过便无实地考察介绍的大约如下：卧洼山、大黑林、头道沟大尖山、大坨、桃山、灰金坨等约二十座。

因未登顶而信息不全的大约如下：大凹尖、韭菜山、黄花顶、大洼尖、刁窝梁等十多座。

另外我学浅性懒，观察不细，访问不实，也很少做案头准备和事后研究，总是“大概齐”就得。故笔记中必有我尚未知的错误以及“大概不齐”的地方，那它就算作业，谁批改了谁就是老师。

这里只涉千米以上山峰。虽然800米上下的盘山、大羊山、鳞龙山、上方山、九龙山、荐福山、太安山、凤凰山等也较有名，但因到不了千米之“杠”就不记录在此了。

超过千米标准的山峰但旅游太热闹的比如妙峰山，虽是长城但人人知晓者比如八达岭，这里只简略一说。

为叙述方便，山高多以千百而论，比如“2303米的灵山”，只说是“两千三的灵山”，只取高米数的前两位。但有一节“山峰高程表”则标准标出海拔(有的山因图不同而有两种标高)。文中句号以

不妨碍阅读适当标出，省得三五个字有时就得画一个句号。

北京山峰索引以英文字母为序，但文中有一节分别按区县或交界来罗列山峰。

附上的手绘图均以透明纸拓标准地图而成，当然不能做行政区划的依据。

这本笔记排版之前，我争取再走访并记录几个山峰或长城关口。越接近全部或圆满越有欲望却也越感困难。我试试吧，有的山峰和长城在那等我已经20多年了。

承蒙中国科学技术出版社杨虚杰老师愿意出版这部《北京千米以上山峰手册》，我再唠叨一下，算给读者提个醒。

1. 北京的千米以上山峰不下150座，这里只撷取约70座较重要者、有代表性者，因为这书不是地理专业词典，它仅是登山爱好者的业余笔记，绝不适用于登山协会或地理学会的专业人士。这是野玩的书，无关科研和探险。

2. 称之手册，也是借网上众多爱爬北京野山朋友的恭维，实则愧于称呼。现在的编排倒便于查阅。

3. 所收录山峰，大多是二十年前的记录，所以有些过时。铁打的山峰流水的聚落；好多村庄都废了，好多山庄别墅又起了。我之记录，就算一段历史笔记吧，也让今日登山者知道当年的情形，比如不