

粵港澳生活匯

「天涼好個秋」。廣東的秋天短暫而美麗，流連在秋日山水間，看似平平無奇的廣東山峰，實則深藏不露：內裡不僅有莽莽林海、清清溪流、嶙峋石坡，還有地殼變動形成的罕見奇觀和傳奇古蹟……一年一度的重陽節即將到來，如果你已經看慣了香港的青山，不妨轉到廣東走一走，這裡除了四大名山外，還隱藏着不少特色山峰，登高望遠，活動筋骨，置身於較城市多百倍負離子含量的清新空氣中，尋覓那些寄託着先人美好寓意的故事，既能放鬆身心又可調養身體，一舉兩得。

■香港文匯報記者 黃寶儀 廣東報道

新豐雲髻山：尋找新豐江源頭



新豐江是東江水系的主要源頭，而新豐江的源頭就在雲髻山。本報廣東傳真  
新豐縣雲髻山，對於很多香港人來說也許比較陌生，但說到新豐江水庫就並不陌生了。新豐江是東江水系的主要源頭，而東江則是惠州、東莞、深圳、香港供水最重要的水源。新豐江的源頭就在雲髻山，峰頂海拔1,438米。雲髻山比較有名的是春天的櫻花，以及秋天滿山遍野的紅葉，號稱是：春賞山花、夏弄清風、秋觀紅葉、冬踏冰雪，「風、花、雪、葉」盡在此山。

觀瀑泡泉疲憊消散

雲髻山區內旅遊資源豐富，山、石、水、林、岩、泉組合巧妙，景色眾多。

飛瀑、流泉和跌水比比皆是，有落差達180米的瀑布群，依山傍水處建有「麗人亭」、「思源亭」等景點。如果爬山過程中覺得累了，可以觀瀑賞石，品泉戲水。說起雲髻山的水，當然少不了雲髻山的溫泉，含鈉、硅、鉀、鎂等多種對人體有益的微量元素，遊玩山水之後，再泡泡溫泉，一天的疲憊也會隨之消散。

都說大自然是孩子最好的老師，在雲髻山景區裡，和孩子一起觀賞奇特多樣的動植物，將會是給孩子最好的一課。它們在課本中只是一段段枯燥的理論文字，但是踏入雲髻山，一切都會生動而立體：鼻子呼吸到的是新鮮空氣，耳朵聽到的是潺潺流水和鳥鳴，滿目是形態各異的蒼翠樹木，幸運的話還能近距離接觸到珍稀的昆蟲走獸。

★特色美食：佛手瓜、河魚仔、粘米糍



佛手瓜 網上圖片



■新豐雲髻山的秋葉一片片紅燦燦。

本報廣東傳真

陽春雞籠頂：高山草甸風光

雞籠頂山位於廣東陽春的七星村北部，地處陽春、高州、信宜交界處，海拔1,280米，是陽江第二高峰，因山上有一片縮小版的呼倫貝爾大草原而廣為傳頌，被「驢友」界公認為最美也是最具誘惑的山峰。這裡有南方最大的草原，有世外桃源般的美景；這裡有各種珍奇動植物，還有天然的滑草場、高爾夫球場；走進雞籠頂，還有常人意想不到的發現……

玩戶外運動近十年的苗苗說，雞籠頂頂的海拔1,280米，但它的相對海拔並不高，到了七星村它的高度也就600多米，而且可以開著私家車直接抵達七星村，因此就算沒有多少戶外經驗的人去玩，只要體力尚可，也沒多大難度。

從七星村上山，山腳與山谷裡都有灌木，再往高處走一點，路上基本都是低矮的草叢。隨着高度的變化，雞籠頂的山勢並不陡峭險峻，而是地勢開闊、山坡平緩，沒有密林遮蔽，展現出旖旎高山草甸風光柔美的一面，在山上還能清晰看到山下的七星村。若爬上頂峰，俯瞰雞籠頂數千畝平緩的山地連成一片，氣勢恢宏，蔚為壯觀。

享一腳踏三市樂趣

更有意思的是，在雞籠頂主峰有兩個界碑，一個是陽春與信宜的43號界碑，另一個是陽春、高州、信宜三市的三角型「O」號界碑，上面標有「粵府一九九



■陽春雞籠頂被「驢友」譽為最具誘惑山峰。

本報廣東傳真



■陽春雞籠頂因擁有縮小版的呼倫貝爾大草原而廣為傳頌。

本報廣東傳真

二」字樣，在這裡可以享受一腳踏三市的樂趣。如今正是秋高氣爽的季節，爬上雞籠頂的草原，搭帳篷露營，夜觀星象、晨起迎接萬道霞光，別有一番滋味。

★特色美食：春砂仁鯽魚湯、陽春豆糠糍

■陽春豆糠糍 網上圖片



重陽登高望遠 尋覓山林傳奇

遊走廣東特色山峰 空氣清新利養身心

港人在廣東特色山峰登高望遠，不妨尋覓那些寄託着先人美好寓意的故事。圖為遊客在金子山頂遠眺。 網上圖片

擁有「廣東第一松」的南嶺國家森林公園。 本報廣東傳真

本報廣東傳真

韶關南嶺：秋色五彩斑斕

面積廣達5.84萬公頃、擁有豐富珍稀動植物資源的南嶺，是廣東最大的國家級自然保護區，也是廣東唯一保存較好的原生常綠闊葉林區，還是海拔1,902米的廣東最高峰石坑崆的所在地，最得大自然愛好者的歡心。

南嶺國家森林公園位於韶關乳源瑤族自治縣，橫跨湘粵兩省，為廣東最北端；廣東第一、第二、第三頂峰皆坐落於此，人稱「廣東屋脊」。公園境內群峰起伏，千米以上的山峰有30多座，「廣東第一峰」石坑崆最為出名。除廣東第一峰外，這裡還有三大景區，分別是小黃山景區、瀑布群景區、親水谷景區。

秋天的南嶺，自有一番風味。與親水谷、瀑布群景區的青山綠水意境不同，在小黃山景區，觸目可見的就是層次分明的彩色森林——只有在物種豐富的原始森林才有這種無法複製的斑斕色彩。攀登小黃山頂，遠眺四方，廣東第一峰、第二峰、第三峰似可攬懷入胸。10月下旬，秋意漸濃時，楓樹的紅、槭樹的赤，將會從小黃山頂峰，漸次紅至山腰、山腳，構成了南方難得一

見的秋色。

「廣東第一松」千姿百態

小黃山中還有最為著名的「廣東第一松」。廣東松為國家級瀕危保護植物，生長在海拔1,000米至1,800米的陡峭陽坡和孤峰上，樹形千姿百態，令人不期然想起安徽黃山，這也是「小黃山」得名之來由。雖說南嶺的小黃山沒有安徽黃山聞名遐邇，但廣東松樹間的密度大大超過黃山。

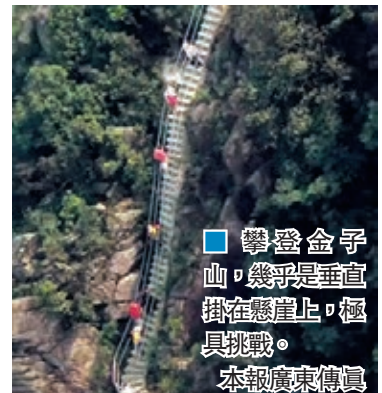
這個時候的廣東松不甘寂寞，為自己墨綠的針葉換上藍裝。原來這是廣東松分泌的防禦素，氣溫越低分泌越多，直至整個樹冠呈現出光彩奪目的粉藍色。嶺南畫家喜以「藍松」入畫，並已成為嶺南畫派的一大特色。秋天的原始森林也因此極富層次感，如同一幅秋色斑斕的油畫。

★特色美食：乳源豬頭肉、炸生坑魚



炸生坑魚 網上圖片

清遠金子山：廣東第一險峰



■攀登金子山，幾乎是垂直掛在懸崖上，極具挑戰。 本報廣東傳真

梯、金婚梯，適合處於不同戀愛、婚姻階段的遊客。其實，天梯陡峭險峻，一個人輕裝上陣要登上去都很難，背着女人就更困難重重。男人背着女人要一步一步地往天梯上面爬，對夫妻雙方的默契度、協調力和男人的意志、毅力、體力、耐力都是極大的挑戰，而背自己的愛人上天梯，背到天梯頂，就表示兩人心心相印、白頭到老。

登天梯者必須手扶欄杆，一步一步往上攀登。在開始攀登之前，工作人員還會特別交待「不可以回頭往下看」，因為遊客沿着懸崖峭壁上的天梯攀上山頂，幾乎是垂直掛在懸崖絕壁上，旁人看着也是心慌慌，膽小的要是回頭難免會嚇得腿軟不敢再往上攀登。

除了天梯，金子山還是一個觀光旅遊的好地方，以山形奇特、雄偉，「險、奇、秀、幽」著稱，景區擁有奇特的天然山石景觀，完好下巾子村的青年蕉福與瑤族姑娘小青的愛情見證。當年小青為尋找上山採藥沒回來的戀人蕉福，不斷地往山頂鑿天梯，一邊鑿一邊往上攀登，鑿了上萬級，最後兩人化成了「連心石」。

★特色美食：清遠雞、粿糍、五色糯米飯



五色糯米飯 網上圖片

交通指南

跟我走 有着數

新豐雲髻山：從深圳灣口岸出發，進入廣深沿江高速行駛91.5公里，隨後經廣州繞城高速進入京港澳高速，行駛20.5公里後進入大廣高速再行駛112.3公里，轉入到京珠線行駛2.3公里，再由106國道轉347省道到梅坑鎮直達新豐縣城，然後於新豐縣城第三中學旁路口到達旅遊區大門，全程約3小時30分。

陽春雞籠頂：從深圳灣口岸出發，進入廣深沿江高速，50.6公里後經威遠立交先後進入莞佛高速、廣州繞城高速、廣明高速、深羅高速，隨後轉276省道，經新洲大道北到二環路西段行駛1.8公里，右轉進入廣興大道西，隨後直行進入113省道，再轉600縣道行駛23.7公里，右轉進入石橋路行駛9公里，全程約5小時。

韶關南嶺：從深圳灣口岸出發，進入廣深沿江高速，經官田互通進入廣州繞城高速，經大廣高速、樂廣高速、京港澳高速進入249省道，行駛2.1公里右轉進入327縣道再行駛8.5公里，全程約4小時20分。

清遠金子山：從深圳灣口岸出發，進入廣深沿江高速，經官田互通進入廣州繞城高速，7.5公里後靠右前方行駛進入火村立交，隨後經廣深高速、廣州環城高速、廣佛高速、廣三高速、二廣高速進入263省道，沿廣德大道進入400縣道行駛12.8公里，全程約5小時。

吾志所向——紀念孫中山誕辰150周年文物展  
時間：10月8日至31日  
地點：辛亥革命紀念館  
2016亞洲3D打印展覽會  
時間：10月13日至15日  
地點：珠海國際會展中心

2016年深圳國際互聯網與電子商務博覽會  
時間：10月12日至14日  
地點：深圳會展中心



雙國美食薈自助晚餐優惠

廣州白雲萬達希爾頓酒店感趣自助餐廳推出雙國美食薈自助晚餐，推廣期由即日起至10月15日。  
週日至週四 每位328元人民幣  
週五、週六 每位368元人民幣

以上價格需另加收15%服務費。  
預訂熱線：(86 20) 6660 0666 轉 Ext. 6205  
地點：酒店一層 感趣自助餐廳  
營業時間：早上6時至晚上10時

