搭高鐵遊粵西 品味嶺南風情

僑鄉古村美如畫 漁家美味樂忘返

粵港澳生活匯

盛夏當頭，暑假降臨，各種清涼的水資源紛紛發出呼喚，引誘着遊人的腳步。港人想來一場說走就走的短途行程？不妨試試新鮮出爐的江湛鐵路。這段鐵路處於沿海快速鐵路大通道的最南端，由新建深茂鐵路江門至茂名段、實施電氣化改造的茂湛鐵路（2013年底開通）茂名至黃略段、新建湛江東海島鐵路黃略至湛江西（客站）三個區段組成，途經江門、陽江、茂名、湛江4市共13個車站，把嶺南旅遊中濱海文化、僑鄉文化、美食文化、雷州文化等多種文化元素聯結，一次旅程可以體驗多種風情。

■文/圖：香港文匯報記者 黃寶儀 廣州報道

江湛鐵路有一道全球首例拱形全封閉聲屏障，避開鳥類繁殖期施工，形成一整套全封閉聲屏障設計方案及建造技術，填補了列車氣動力效應吸音隔音降噪研究的世界空白，為高鐵建設環境保護提供了有益探索，積累了成功經驗。這道屏障就位於江門市新會區，距離全國最大的天然賞鳥樂園之一「小鳥天堂」300米的地方。

■茂名石根山頂的玻璃觀光台，吸引不少遊客前來體驗。 香港文匯報廣州傳真

第一站 江門 小鳥天堂賞野趣 開平碉樓閱僑鄉

很多人認識小鳥天堂，都是從著名作家巴金散文《鳥的天堂》開始。這是一棵300多年的榕樹，獨木成林，林中棲息着成千上萬隻鳥雀。白鷺晨出暮歸，灰鷺暮出朝回，每天的清晨傍晚，萬千靈鳥嘎嘎呼喚，凌空翱翔，野趣盎然，甚為壯觀。

小鳥天堂四面環水，所在小島原名「雀墩」，又名「羅星墩」，原是河沙沖積成的一個小泥墩，後來逐漸沖積成洲。因此，遊覽小鳥天堂最好的方式莫過於蕩起雙槳，在綠樹碧水中穿行，看那榕樹樹幹參差交錯，橫幹直枝相連，從那些幾乎垂到水面的鬚根穿過，感受榕樹蓬勃生機。

在離榕島數十米的岸邊，三層閣樓的觀鳥台是專供遊人觀鳥的地方，既能一攬榕島的全貌——鳥兒在空中盤旋飛舞的美景，又避免近距離干擾到小鳥的自由活動。於是，鳥樹相依，人鳥和諧相處，為大自然增添了一道罕有的風景線。

碉樓凝聚家族奮鬥史

和小鳥天堂的自然形成不同，在江湛鐵路沿線的開平，則有一道靚麗的人文風景線——開平碉樓與古村落。開平南站位於三埠街道燕山村委會大寧村。站房融入了開平碉樓與古村落的元素，遊客從站台開始便對這裡的華僑文化和歷史文化有了初步印象，歸鄉華僑更是踏上站台便有了歸家的感覺。

開平碉樓是中國鄉土建築的一個特殊類型，集防衛、居住和中西建築藝術於一體的多層塔樓式建築，其特色是中西合璧的民居，有古希臘、古羅馬及伊斯蘭等風格，被譽為「令人震撼的建築藝術長廊」。2007年6月28日，「開平碉樓與古村落」正式列入《世界遺產名錄》，成為中國第35處世界遺產，中國由此誕生了首個華僑文化的世界遺產項目。

中西合璧的碉樓，與具有嶺南鄉土特色的田野、荷塘、竹林一起，形成了一幅充滿生活氣息的美麗畫卷。更有意思的是，每一棟碉樓的背後，都是一個家族海外奮鬥史的總結，碉樓內那些來自歐洲、美洲、中國香港等地的建築材料、裝飾品，記載着一個個家族興衰、親情愛情的故事，濃厚的人文氛圍值得細細回味。

■展示獨特僑鄉文化和風情的開平碉樓。

第二站 陽江 沙灘海風沐夕陽 宋代沉船載繁華

陽江站位於陽江市雅白線漠陽江東河大橋旁邊。站台從「海上船行」的寓意出發，以行船與海浪形成的變化曲線作為站房的建築主題，使整個站台看上去充滿活力，一下子就讓人想起了陽光海灘的浪漫和激情。

炎熱的夏季，來到陽江自然不能錯過海灘。海陵島是廣東省第四大島，這裡有優質浴場大角灣、載入「大世界健力士紀錄」的十里銀灘、「處女灣」馬尾島、擁有天然瀉湖的北洛灣等耀眼的景觀。其中，大角灣因酷似牛角而得名，以陽光、沙灘、海浪、海鮮聞名於世，背倚青山翠嶺，獨得大自然垂青。大角灣與陽西沙扒月亮灣並稱為「姐妹灣」。每年4月至10月是到大角灣遊玩最好的時機，在這個三面環海的半島式沙灘上，無論是玩沙灘排球、足球以及賽馬等體育活動，還是感受沙灘海風、拾貝、漫步看日落等休閒娛樂，都是一次獨特的體驗。

凌霄岩洞納涼好去處

海陵島上還有一座舉世聞名的「水晶宮」，就在廣東海上絲綢之路博物館內，其裝載的「南海一號」宋代沉船是一艘名副其實的寶船，藏品的數量和種類都異常豐富和珍貴。看着那些精美的瓷器、奢華的金器、銹跡斑斑的鐵器……一幅古代海上絲綢之路貿易繁榮的景像已然躍於眼前。

在陽江，不僅有充滿活力的沙灘，還有被譽為「南國第一洞府」的凌霄岩國家地質公園，在喀斯特地貌勝景中避暑納涼，則是另一番滋味。這樣的岩洞最適合夏天了，進去後自帶空調特效，整個人都變得清爽起來。凌霄岩洞分四層，總高度達177米，足足50幾層樓高，各種鐘乳石從不同的角度看有不同的形態，餘下就是發揮想像力的時間了。

■每年夏天，大批遊客到陽江大角灣遊玩。 香港文匯報廣州傳真

第三站 茂名 荔鄉貢園品荔枝 雲開山脈覽兩廣

■在穿着古裝的美女帶領下，遊客在茂名的貢園採摘荔枝。 香港文匯報廣州傳真

茂名站位於茂名市茂南區站北四路。站房的設計將南北站房與進站天橋融合為「Z」字形佈局，南北站房呈「一」字形佈置，簡潔大氣。

地處廣東西部沿海的茂名，海岸線曲折多灣，迂迴220多公里，水清沙細，漫長的白色沙灘與茂密的防風林相隨延綿，構成一幅風景畫。和陽江一樣，最近幾年，茂名的濱海旅遊，風生水起。不過，茂名不僅僅有海島遊，這裡特產豐富，盛產荔枝、龍眼、香蕉、芒果等嶺南水果，還藏着許多「養在深閨人未識」的故事與美景，等着遊人前來發掘。

茂名素有「中國荔鄉」的美譽，這裡不僅盛產荔枝，更以其品種多、質量優、產量大而聞名，更因其悠久的歷史淵源和深厚的荔枝文化底蘊而著稱。早在唐代，茂名荔枝就已成為朝廷貢品，才有了唐代詩人杜牧的千古名句「一騎紅塵妃子笑，無人知是荔枝來。」

位於茂名高州的根子鎮是茂名荔枝的主產地之一，鎮上有座「貢園」，成園於隋唐年間，是目前全國面積最大、歷史最悠久、保存最好、老荔枝樹最多、品種最齊全的古荔園之一，相傳唐朝高力士選送楊貴妃的荔枝就產自於此。如今正是掛綠上市的季節，想吃楊貴妃同款荔枝的遊客可不要錯過了。

凌玻巍步體驗過滑道

喜歡刺激的遊客，則可以選擇到地處兩廣交界的石根山，一嘗「凌玻巍步，體驗過滑道的刺激」。石根山屬雲開山脈粵西最高的石質山體，海拔988米，以石的奇、特、秀、清聞名於世，是一座一腳踏兩省的省界大山。玻璃觀光台就建在峭壁之上，向外飄出十餘米，雲霧籠罩時看不見前方境況，膽小畏高的「寶寶」絕對是步履維艱，膽大的人站在這裡，看天上雲捲雲舒，山川河流，極目遠眺，則可以將兩廣景色盡收眼底。

第四站 湛江 海灣城市探漁家 火山島上訪史跡

湛江西站位於湛江市麻章區疏港大道西側。站房設計創意，源於雷州半島古代祭雷活動「雷州換鼓」，古民認為「將人間最好的鼓送給天神」，可以換來風調雨順、國泰民安。

湛江位於中國大陸最南端的雷州半島，毗連海南島，是中國唯一的熱帶、亞熱帶半島海灣城市，擁有長達2,043公里的海岸線、140多個島嶼，是廣東省海岸線最長、海島最多、海味最濃的地級市。

在湛江體驗漁家風情最好的地方莫過於特呈島。「特呈」是古越語，「特」即地方，「呈」是和諧吉祥的意思。這是一個古老、美麗、靜謐、祥和的小漁島，終年四季如春，島上村民，世代都以捕魚為生。在這裡，白沙灘、紅樹林、火山石、大海、海鷗、漁船和漁民相互映襯，讓人流連忘返，尤其是盆景式的紅樹林，簡直讓人拍案叫絕。

第一長灘體驗「人龍舞」

被描述為「見證宋王朝最後的時光」的硇洲燈塔，是一個約20萬年至50萬年前由海底火山爆發而形成的海島，也是中國第一大火山島。值得一提的是，島上雖未經商業開發，但生活在這裡的人自給自足，十分歡樂。硇洲島上有理想的天然海浴場「那晏海石灘」，也有與倫敦、好望角燈塔齊名的世界著名三大燈塔之一——「硇洲燈塔」，還有眾多歷史古跡，如宋皇城遺址、祥龍書院、八角井、宋皇碑、宋皇亭等，愛好歷史的港人，可以在這裡細細地看上一整天。

東海島是體驗雷州地區民俗文化的首選。東海島擁有一條28公里長的「中國第一長灘」，可與意大利的「黃金海灘」媲美。來東海島不能錯過兩條龍，一個是島內惟一的山嶺——龍水嶺，形似一條龍頭高昂騰天的巨龍，霸氣巍峨，另外一個則是人搭人構成的長龍，這是東海島特有的民間藝術——「人龍舞」，被譽為「東方一絕」。

■湛江硇洲燈塔。 香港文匯報廣州傳真

跟我走有着數

從福田或深圳北出發，乘坐高鐵到廣州南，再換乘D字頭旅客列車，依次經過江門、陽江、茂名、湛江四市。沿途設江門、雙水鎮（小鳥天堂）、台山、開平南（開平碉樓）、恩平、陽東（凌霄巖）、陽江（海陵島）、陽西、馬踏、電白、茂名、吳川、湛江西（東海島、特呈島、硇洲島）等13個客運站。

美食速覽

江門

馬岡鵝是開平馬崗有名的土特產，已有百餘年的飼養史。本地芋仔與遠近聞名的馬岡鵝經過烹製，味道鮮美，有健脾益元、開胃消食之功效。

陽江

將新鮮白鯧魚切成段，與馬鮫魚、鹹魚蒸在一起，加上陽江豉油、葱、薑，不需再加鹽已是鮮美至極，取名「生死戀」。

茂名

簸箕炊是傳統的粵西特色小吃，因其採用竹篾編製而成的簸箕為盛具而著稱，佐以蒜碎蒜汁、芝麻、花生油和豉油，油香繞齒，餘味無窮。

湛江

湛江人做白切雞一重選雞，二重煮雞，三重配味。取材於本地細骨農家雞，煮雞要求慢火煮浸，熟至八九成即可。配料用沙薑、蒜茸。

城事特搜

珠江啤酒博物館足球活動月
時間：6月14日至7月15日 每周五至周日
地點：廣州珠江啤酒博物館

「田名網敬一」當代藝術展
時間：2018年6月16日至9月2日
地點：廣州chi K11藝術空間

名居·名人·名劇——四地九館的超級連接展
時間：2018年6月20日至9月10日
地點：廣州魯迅紀念館二樓臨展廳

筆墨紙硯——格式與想像
時間：2018年7月1日至7月22日
地點：廣東美術館5、6、8、9號廳

印花

珠江啤酒博物館足球活動月
時間：6月14日至7月15日 每周五至周日
地點：廣州珠江啤酒博物館
票價：50元人民幣（套餐包含18時–21時參觀門票、原漿啤酒1杯及大屏幕觀看世界盃）