參與樂善行 全港第二十五屆「樂善盃」馬年慈善行山籌款 西貢展潛能

吳兆偉

北潭涌：

西貢海之北大網仔之東，一條溪流從岩頭山、花苗山注入北潭涌，再繞過片片田野，然後集各澗水之源後，溪流澗位始漸見寬闊，這時溪水橫向流入鯽魚湖村，再歸納進入北潭涌村而形成了一澤大河涌。若以圓規在此處定位，由零度繪至三百六十度，並任意地從一個方位出發，皆可作登山臨水的旅程，這地段名為——北潭涌。

1. 北潭涌

這裡擁有茂密林木、蒼松翠竹和田疇秀美的古樸村舍，又有漁護署設置的燒烤場地，環顧四周更有傍水而行的幽徑和溯澗而上的古道。到訪旅人，悠遊者，可依偎在清溪竹林間，品嚐一壺山水名茶，欣賞山明水秀的自然景色，定感其樂無窮。健步者，可攀登高出塵土的大枕蓋山、蚺蛇尖、石屋山、水牛山或馬鞍山等群山。登臨山巔，迎風展望，任山溪洗滌胸襟，更讓清風帶走滿懷俗慮和一身疲累。遊目四顧，近觀連綿起伏的山巒，或遠眺依附山嶺間的源流溪澗，大有一覽群山小、大地在我腳下之感。俯瞰山下湖泊似的內灣寧謐景致，心中更感平靜和諧。

回程途中，倘若是黃昏時分，在清風相送、晚霞相伴下，既可飽覽落日如輪的餘暉霞彩，又可細聽蟲鳴的交響樂曲，然後在清朗的月影提燈引路下漫步歸途，共樂何如！

在這地段裡，一年四季皆有其遊覽、可觀之處，如春郊試步、夏令揚帆、秋臨放步和冬至登山等。

北潭涌上窖村：

「北潭涌」應該說是一條溪澗的名稱，溪水的主流是從岩頭山和花苗山而來，流經一大片田野，溪水從北潭涌村南行，再從上窖村經官門水道而流出大海。「北潭涌」亦曾是這河谷裏的一條村落之名，現今「北潭涌」這名字已成為此一地段的總稱了。

2. 北潭涌上窖村

從北潭涌傷健樂園前行，便可到達復興橋，橋左方有建復興橋的碑記，過橋後便是已荒廢的北潭涌村。再踏上林蔭扶疏的小徑，按漁護處在小徑旁豎立的地圖指示，已是進入上窖郊遊徑。上窖村自1965年已荒廢，在1982年由古物古蹟辦事處開展修復工程，現為上窖民俗文物館，公開給遊人參觀。

「樂善行」舉辦的全港「樂善盃」慈善行山籌款，從2016年開始，「樂善徑」賽道加入上窖郊遊徑，以追溯昔日的村舍歷史，緬懷過往的官門水道。

七十年代初，因為政府要修建萬宜水庫，附近鄉民被迫遷徙家園到西貢市區。受安置的鄉村有李屋、沙咀、文屋、高塘、爛泥灣、周屋、下洋、屋頭、北潭涌和北潭凹等村落，當時以船為家的漁民也要將船駛往其他海域。

1979年，隨着東壩和西壩的落成，整個官門海峽都消失了，取而代之是現今的萬宜水庫。往日的片片田野、樸實村舍和點點漁火已不復見。

現今踏上上窖郊遊徑，繞走着平緩的山徑，迎風撲面，綠蔭滿途，山青水秀，風景宜人。緩步登上小山崗，居高臨下，眼前是廣闊澄碧的萬宜水庫，波光水影、綠水青山、藍天白雲，互相輝映，讓人不禁心馳神往，實為郊遊的好去處！

赤徑：

3. 赤徑

昔日赤徑村的耕地，現已成為野營活動的好去處。郊遊者沿麥理浩徑二段下行，沿途高松遍植，松濤盈耳，情景幽遠，村前的小徑迂迴於田畝中，傍水而行，兩旁仍舊保留着濃郁的鄉土氣息。平靜如鏡的灣旁，常見小舟三兩停泊，右側竹樹濃密，葉片翠綠，構圖簡樸幽美。

荒廢的村屋內，還可見現存的舊日民間擺設，可目睹昔日耕種的農具，如犁耙，鋤頭和完整的打穀機等。尤以牛湖墩一段，環顧四周皆是青山綠水，淺灘飛瀑，疊疊田壟，景致如畫。駐足其間，頓覺心曠神怡。

蚺蛇尖：

4. 蚺蛇尖

蚺蛇尖為西貢東北區最突出的山峰，海拔468米。長咀與短咀兩山岬穩守著山嶺前方，左旁有蛋家灣和蚺蛇灣護駕；右邊則有美麗的大浪四灣（東灣、大灣、鹹田灣和西灣）為伴。主峰後面更有連綿的大枕蓋山脈作後盾。

昂首沖天的蚺蛇尖，俯瞰東海，傲視群山，氣勢磅礴，大有氣沖雲霄之勢，為著名的東海三尖之一。（其餘兩尖為清水灣半島的釣魚翁和罟棚角半島的睇魚岩頂）

長咀：

5. 長咀／大灣

登蚺蛇尖再放步出長咀，是許多遠足人士作體能測試的步程。踏足長咀，迎風而立，遠眺無際的大海，細賞碧海青天，靜觀驚濤拍岸。這時，一身的疲勞和煩擾定隨海風而去，瀟灑脫俗之感油然而生。

大灣：

此灣雖寬廣且水清見底，但因泳後附近沒有溪水可供洗滌，故一般旅遊人士往往步經此地而不多作逗留。而在夏日南風的日子裡，平靜的海面，幼滑的海沙，清幽的環境，卻吸引著無數的遊艇聚泊於此，暢泳碧波之中，嬉戲其間。近年更是滑浪者大顯身手的好場地！

大浪東灣：

大浪東灣除水清沙幼外，更有一河涌自山谷直貫沙灘流入海濱，灣內林木蒼翠，梯田片片，清溪流淌，實在是露營的好去處。

踏足此灣，近岸海水碧綠澄明，更顯風景醉人。每至黃昏日落之際，微風吹拂之中，金黃色的餘暉映照之下，平靜的海面泛起了鱗鱗的波光，耀眼生輝，那時候的東灣沙灘，更顯得格外的優美和靜謐。

6. 大浪東灣

鹹田灣：

鹹田灣以沙灘遼闊見稱，灘後翠樹林立，樹影婆娑，小村羅後，一派脫俗離塵的景致，每逢假日都吸引了一群郊遊人士到訪。而橫貫沙灘的河涌上，建立了唯一的獨木橋，更是拍友們取景的熱門點，這條獨特的、看來搖搖欲墜的木板橋，更成為鹹田灣著名的標誌。

7. 鹹田灣

郊遊者，可嘗試赤着腳兒，輕踏如粉的幼沙，腳踐浪花。亦可於遼闊的海邊漫步，感受着海風輕拂的樂趣。更可投入大海的懷抱，浮沉於碧波中，沉醉於鹹田灣山明水秀的自然風貌裡。

大浪西灣：

大浪西灣是香港境內最馳名的海灘之一，素以水清沙幼，海灣廣闊綿長而稱著，慕名而至的暢泳者絡繹不絕。到訪者躺於沙灘樹下，享受著陣陣的清新海風，靜聽小鳥掠枝而過的追逐聲響，遠觀海不揚波的萬頃海域，藍天碧海，和諧恬靜，此地真不愧為暢泳嬉水的好地方。

8. 大浪西灣

到訪此灣的健步者可往灘北上走雙鹿石澗，或探澗尋幽，或沿澗到四疊潭泳浴清泉，一洗暑氣。遊人各適其式，各行其是，一起投入大自然的懷抱中，共享大自然給予的諧和逸趣。