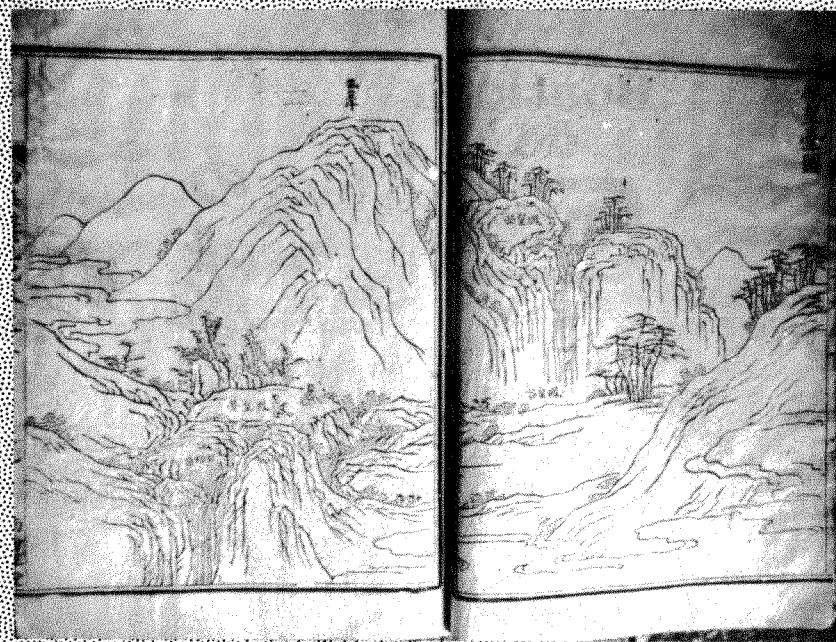


威林藏(攝影本)

西樵遊覽記

卷之二



圖說

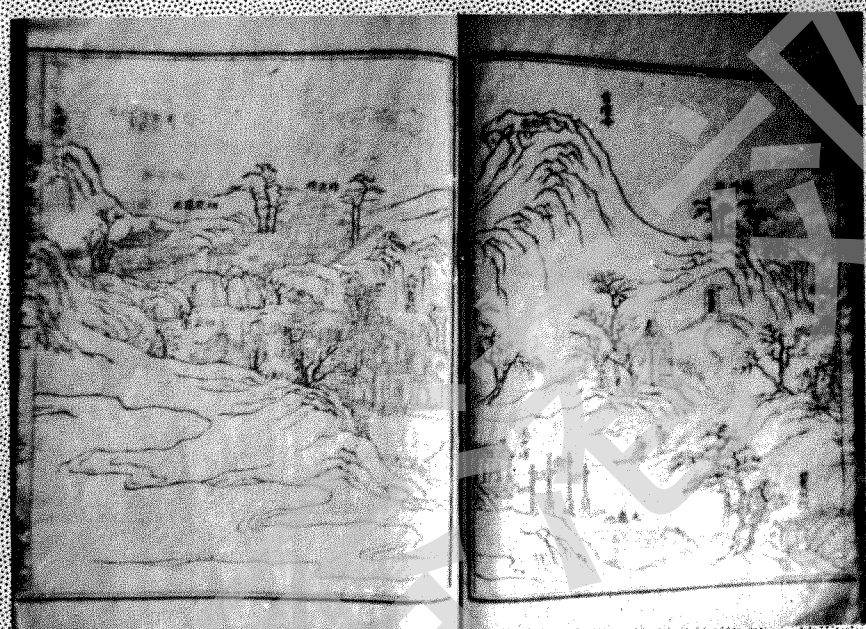
由雲路踰三鎮峯而下其西則爲鳳皇峯崇崇秀拔土石赭赤殆丹穴也峯南石室並啟石乳倒垂是爲鳳皇岩側瀑水倒掛傾注小池名浴鳳池池下水流西折兩峯翼焉內藏鐘鑪曰鳳皇谷溪水灣環繞出大嘴山口有鳳皇臺臺廣數尋圓峙數仞亂石臨澗溪流錚錚作聲曰鳳皇溪臺上面眺澄江其後疊嶂排雲聯拱三面遊植之勝賞處也臺下數武怪石巉巖鳴泉高瀉中有碧梧密樹前僻地僅芻下臨深沙瀑布直飛數百丈散出山麓其水西流達江村由南入於樵湖

西樵遊覽記卷之二

圖說

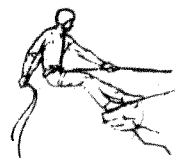
大科之西爲煙霞洞脈自雷壇北渡湛子隱居以註二禮處也中建棲霞樓其前草廡爲茹芝堂爲正誼堂煙霞之奧有崇經樓外爲樂閣迤北有仰止亭洞口
巖石直立如雙扉是爲石門其下即大科書院地最寬廣有凝道堂南開業雲集山中大科之名發興巖麓白鹿灣峙故西樵遂稱道學之山北二齋曰進修曰敬義館曰寅賓亭曰時時皆門人陳謨霍敦楊鸞等所構坊曰太史毛御史所建也清泉泱流洞口注於大龜池池下有田外爲洞門空浴可四望洞外懸屏列嶂山皆內向昔湛子開講處五方自湛子出山其事遂振萬曆中更禁講學院毀盡斥茶畦前賢英靈高風宛然如在

(待續)



岩登

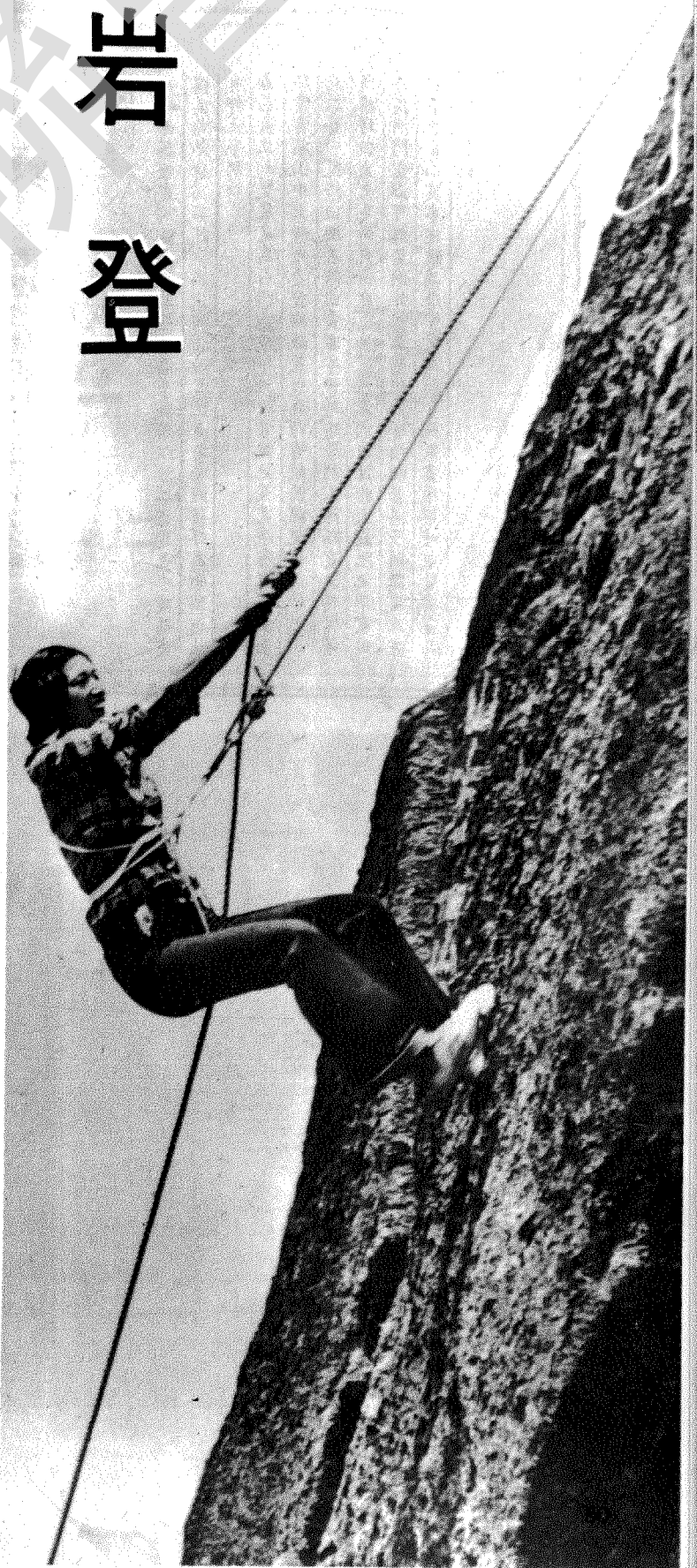
·黃英邦·



繩索攀登上升



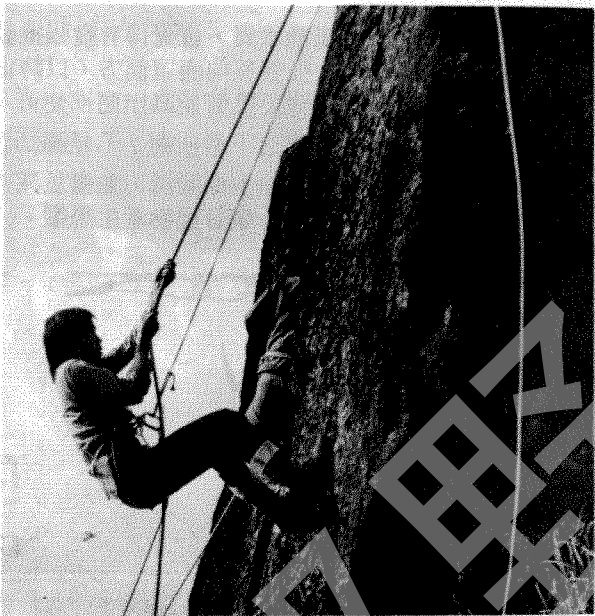
繩索攀登下降



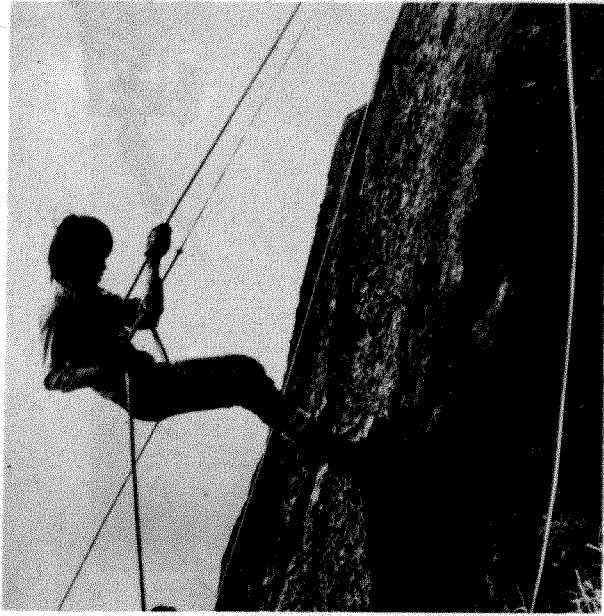
(甲) 繩索攀登上昇

利用岩牆岩壁直立角度單一陡峭者。動作要領為在岩石上方置一「主繩」(網綁固定物上)垂直懸放至岩石之底部，攀登者在「越渡」過程中為左右手上下手執主繩，足尖貼平在岩石上，雙腳距離為肩膀對下各闊半步(便於身體平衡石上)當移動時首先右腳向上移動一步(固定後)左手貼主繩向上移動至右手上方繩索執緊左腳跟着向上移動固定(與右腳同一

繩索攀登上升



繩索攀登下降



橫線上之位置)，右手向上移動(貼主繩至左手上方)如是者左右手腳，右手左腳交替應用三點不動一點動原理攀登至岩頂。

(乙) 繩索攀登下降：

利用岩壁如上頂，動作要領則與繩索攀登上昇相反即行。

(丙) 繩索跳躍下降：

利用岩牆岩壁與單一陡峭垂直者。動作要領為在岩石上方置一主繩(通常為較粗而宜把手之馬尼拉麻繩、尼龍登山繩較滑)垂懸於岩壁，攀登跳躍者在跳躍下降過程中注意事項為主繩繞過身後(靠近腰部)，亦有由背部直落由大腿穿越者等多種方式為使初學者瞭解平衡之重要，宜採前者，惟須穿厚服。導向手手執主繩上方(即距離岩頂較近之一方)制動手則手執下方(即距離岩底較近之一方)而足部貼平在岩壁上(雙腳距離為肩膀對下各闊半步)力撐岩壁向後躍登(而在此動作進行前膝蓋屈曲約九十度)左右手配合。其時作放鬆動作(但不可離開主繩)導向手手肘緊靠腰部(避免導向手未能沿繩向下移動而停留原有位置成伸張角度使身體不能平衡)制動手約為四十五度向下傾斜控制繩索，當躍登向後動作極點後(制動手即收緊繩索)身體自然回到岩壁，在此其時，膝蓋亦應屈曲至九十度利用脚尖先接觸岩壁(切忌伸直足部及以腳掌觸牆，此舉受震力量較大，易生危險)並平衡身體以便「留駐」於岩壁上，等候下一個動作直至岩底完畢。