

一条江河，是大地摊开的长卷。它从群山褶皱间启程，穿山谷，过圩镇，越平原，纳支流，行一百一十二公里，最终归于南海。这便是沙琅江，电白的母亲河。上山山民唤它那霍河，中段乡人称之为潭儒河，下游平原百姓习惯叫它袂花江。一江多名，恰如两岸层层叠叠的人世烟火，藏着朝代更迭的印记，藏着四方迁徙的族群，藏着数种方言交织的乡音，藏着代代相传的饮食习俗。江水无言，日夜奔流，把山野的清冽、圩市的喧嚣、田园的温润，一路带向大海。



沙琅江。黄信涛 摄

沙琅江

■陈玉槐

沙琅江的源头，落在那霍镇青鹅顶岭南谷。云雾山脉余脉层叠环绕，撑芽顶、青鹅岭等峰峦叠嶂，无数细泉自石缝渗出，顺着沟壑缓缓汇集，在大河尾一带凝成最初的江流。这里山高林密，古俚语之中，河谷坑壑被称作“霍”，古时河谷连片植遍茴香，田畴生满药草，先民将此地唤作那霍，江河亦随地名得名。隋唐之前，这条江河并无统一称谓，两岸只有零散俚僚部落依水而居，引江水开垦梯田，渔猎耕种，逐水而生。

南北朝至隋唐，冼夫人巡行高凉大地，足迹沿着河谷深入北部山乡。她安抚溪洞，劝课农桑，修筑简易陂坝引水灌田，中原农耕技术顺着江流一点点传入深山。江水不再只是自然流水，开始承载教化与安定，好心文化顺着河岸村落一代代扎根。彼时河道原始散漫，雨季山洪漫过滩涂，旱季溪流细弱，先民只能依靠简易木陂拦水，望天收成。

宋代，中原战乱，大批移民翻越崇山向南迁徙。一部分客家先民溯江而上，抵达上游那霍、罗坑、沙琅一带，寻河谷平缓处落籍开村。他们伐木造屋，垒石筑田，开辟山道，沿河搭建简易码头，山货顺着江水向外输送。另一批闽地移民，自海路登岸之后，沿江道向中下游平原拓荒，落脚在霞洞、林头、坡心等中下游平原沃土。两种族群依江而居，各自耕耘一方水土，也埋下了后世两岸方言交错杂居的伏笔。

明代，朝廷划分乡堡，此地划入得善乡管辖，明朝电白“得善乡”是北部行政区域，核心范围大致对应今沙琅、黄岭及霞洞镇部分区域。沿江设立多处圩市，河道航运慢慢兴盛。嘉靖年间设狮子堡，管控沿江治安，往来木船运载稻谷、竹木、药材、食盐，往来穿梭于河谷之间。清雍正九年（1731年），朝廷设立沙琅巡检司，管辖十八堡八阨二屯，覆盖大半个电白地域，巡检司依江而立，自此，这条绵延百里的江河，正式定名沙琅江。明清数百年间，航运日渐繁荣，沙琅圩、霞洞圩、袂花圩，一处处沿江集市借水道兴旺，舟楫往

来，帆船连片，米铺、盐行、药栈沿河排开，成为粤西山区与平原互通物资的黄金水道。

沙琅江自源头出发，第一站便是那霍镇。上游河谷狭长，两岸山高坡陡，村落散落于两侧山坳。这一片是涯话（客家话）核心分布区，全镇绝大多数村落通行涯话，只有少数边缘村落通行白话。那霍沿河的覃坑、水石、石龙各村，家家户户田边坡畔曾广种茴香，千年药香顺着河谷飘荡。山间物产丰饶，采药人常年深入山林，采挖五指毛桃、土茯苓、鸡骨草。入夜之后，生草药夜市点亮圩街，周边邻县采药人汇集于此，摊开带着泥土气息的原生草药，一盏盏路灯之下，是山野草木代代流传的民间智慧。当地美食首推那霍鸭粥，选用山间放养土鸭，山泉慢熬出一锅浓鲜鸭汤，再下入大米慢煲，出锅撒上花生碎、茼蒿，一碗热粥，是山乡待客最隆重的吃食。逢年过节，村民制作白麻叶粿、糖板粿，采山间新鲜麻叶捣烂，混入糯米粉，或蒸或煎，软糯清香，是代代相传的节令滋味。

江水向南流淌，进入罗坑镇地界。群山骤然收拢，峡谷收紧，二十世纪五十年代，数万民众进山筑坝，截断江流，建成罗坑水库与黄沙水库。一汪碧水藏于群山之间，成为整条江最重要的水源涵养地。罗坑全镇以涯话为主，仅有靠近河谷圩镇少量人家兼通白话。库区群山盛产竹笋、高山番薯、杨梅，最出名的是罗坑米酒，以山泉、高山稻米古法发酵蒸馏，醇厚绵长，家家户户逢喜事必自酿米酒待客。山间饮食偏清淡质朴，竹笋煲五花肉、清水焖走地鸡，水库鱼烹制成一条鱼三种吃法，最大限度保留食材本味，山民少用繁复调味，一如深山沉静内敛的性情。

江水出库，折向西南，抵达沙琅镇。沙琅是上游河谷最重要的商贸枢纽，涯话是这里主流方言，那霍、罗坑移民沿江而下，在沙琅河畔落地生根。沙琅下辖部分边缘村落，靠近霞洞一侧，夹杂少量黎话村落。明清巡检司设立之后，沙琅码头商

船云集，山区木材、药材、桐油在此集散。时至今日，那霍、沙琅、罗坑依旧保留粤西大型木材交易市场，原木顺着路网汇聚圩镇，加工之后销往各地。饮食上兼具山乡风味与圩市烟火，沙琅捞粉薄软滑嫩，淋上香油、酱油、蒜蓉，简单便是一餐；水豆腐煎至两面金黄，蘸辣椒盐水，是乡间最常见的家常小菜。每逢年例，沿江各村大摆宴席，摆上白切鸡、香芋扣肉、杂菌煲，锣鼓巡游沿江而行，民俗顺着河岸代代延续。近十多年来，沙琅兴起“三月三”民俗活动，热闹非凡，万人空巷，整个镇圩是各类活动游人的海洋，好一派繁华熙攘的景象。

江流继续蜿蜒前行，来到霞洞镇。江水走出狭窄山谷，河谷骤然开阔，冲积平原铺展开来。方言在这里发生明显转变，霞洞大部分沿岸村落通行黎话（闽南语系），如潭儒、甘棠、古楼、格格等村，村民日常交流使用黎话；北部靠近沙琅的化普、高田、荣下几个山村，依旧保留涯话，一村之内，两种乡音并存，世代通婚往来，彼此互通无碍。霞洞是冼夫人文化重镇，浮山临于江岸，冼夫人庙宇遍布各村，千年民俗绵延不绝。水土肥沃，物产丰饶，霞洞荔枝久负盛名，每到盛夏，江畔荔枝一片殷红。民间美食种类繁多，霞洞豆饼外酥里嫩，油炸之后蘸盐水，街头随处可见小摊；古粽粿以长条笋叶包裹糯米，加入五花肉、花生，文火慢煲数个时辰，粽香飘满街巷。端午时节，江边村民沿袭古俗，划龙舟竞渡，隋唐时期此处便已有舟楫往来，前些年江岸出土隋唐龙舟残件，印证了千年之前这条江河之上，早已人声帆影。

江水一路向西，进入林头镇（含原大衙片区）。河道愈发宽阔，地势趋于平缓。方言在此处交织错落：靠近霞洞的秧地坡、参桥、亭梓等沿江村落通行黎话；北部原大衙片区塘村、禾塘坡一带山村讲涯话；圩镇周边村落多通行白话。多种方言在此交汇，一村多语十分普遍，老人在家讲本土乡音，上街经商便切换白话。林头河段建有著名的共青河拦河闸坝，始建于

一九五八年，是沙琅江最重要的水利枢纽，江水自此分出共青河，引水灌溉电白南部大片农田。林头美食丰富多元，柴火烧制的粉皮韧滑爽口，隔水蒸出的水糕清甜软糯；沿江河鲜极多，河鱼、河虾简单油炸，外酥鲜甜，是农家饭桌之上常见小菜。

河水缓缓流过坡心、羊角、七迳、小良，彻底走出山区丘陵，进入广袤冲积平原。整片下游平原，绝大多数村落通行黎话，阡陌连片，良田万顷，稻田、菜地一望无际。江水流速放缓，泥沙逐年淤积，沃土滋养万亩菜园，水东芥菜、空心菜、白菜连片种植，成为粤西重要的蔬菜基地。平原人家饮食清淡鲜爽，芥菜煲、芥菜粥是日常餐桌上必不可少的一味；粿类款式繁多，艾粿、寿桃粿、水粿，不同时节制作不同点心。这里河网密布，支流纵横交错，旧时河道四通八达，木船可以直达沙琅圩，二十世纪六十年代之后上游水库蓄水，水位下降，内河航运渐渐衰落，昔日繁忙码头慢慢沉寂，只余下残存石阶，静静诉说当年舟楫往来的旧事。

江水离开电白地界，流入茂南区袂花、鳌头境内，民间自此习惯称它袂花江。两岸村落以黎话、白话交错分布，圩镇经商人群通用白话，乡间村落日常多用黎话。民间流传烂镬炒粉，铁锅用至残破依旧不舍丢弃，猛火快炒，粉香浓郁，烟火气十足。袂花素有粤西菜乡之名，江水滋养沃土，一年四季蔬菜常青。再往西南，江水流入吴川兰石，与支流梅江汇合，河道越发开阔，咸淡水慢慢交融。吴川沿岸村落以白话为主，部分村落保留黎话口音，江河风物又添一丝滨海气息。江畔盛产沙螺、蜆蜞，沙螺粥清甜润喉，蜆蜞酱咸香下饭，是江畔人家代代相传的家常风味。

历经一百一十二公里漫长奔流，沙琅江最终在吴川博茂港汇入南海。江水裹挟一路山间清泉、田园沃土、人间烟火，投入茫茫大海。咸淡水交汇之处，滩涂辽阔，渔排连片，海风带着江水与海水交融的气息，漫过整片海岸。（上）

非遗美食

非遗里的茂名美食（四）

文字整理、图片/记者 池榕

我市非物质文化遗产非常丰富，截至2026年4月，我市现有区（县级）至国家级非遗项目总共有301项，其中国家级3项、省级22项、市级165项。在灿若繁星的非遗技艺中，美食制作技艺是不能不提的一类。对许多市民来说，非遗美食不仅是“好吃的”，更是一种记忆里的味道，是连接乡愁、文化与日常生活的纽带。

官桥煎堆

“煎堆辘辘，金银满屋，煎堆圆圆，好事连连。”在粤西化州官桥镇，有一种金黄圆润的传统小吃，承载着百年烟火气与美好寓意，它就是2023年入选茂名市级非物质文化遗产名录的官桥煎堆。

煎堆的做法不难，首先要用上好的糯米粉、糖和水按一定比例和成面团，把面团搓成条状再揪出一个个剂子后包入馅料——传统馅料有椰丝花生、豆沙、莲蓉等，椰丝需选海南老椰肉慢火炒香，花生要烤得酥脆后碾碎保留颗粒感，每一口都藏着讲究。炸制是关键环节，油温需稳定在120℃左右，下锅后用铲子不停翻动，让粉团均匀受热膨胀，从白色慢慢变成金黄，更讲究一点的做法是捞出冷却后复炸3至4次，这样就能形成外皮薄脆酥香、内里软糯粘连的独特口感。刚出锅的煎堆咬下去“沙沙”作响，越嚼越香。

作为化州特色小吃名片，官桥煎堆不仅是本地人日常解馋的点心，更是走亲访友的佳品。近年来，不少返乡创业者通过电商平台，把这份非遗美食销往全国各地，带动群众致富增收。在各类非遗展演、高凉非遗墟市、省运文旅活动中，官桥煎堆也频频亮相，让更多人品味到这份藏在油锅里的团圆味。



刚出锅的煎堆

化州糖水

来到化州，如果不喝一碗糖水就离开会是一件憾事。有人说：世界糖水在中国，中国糖水在广东，广东糖水在化州。虽然有夸张成分，但是糖水确实是刻进化州人基因里的味觉记忆。化州糖水承载着百年岭南饮食智慧，2022年入选化州市级非物质文化遗产名录，2023年晋升为茂名市级非遗项目。

化州是国家重要蔗糖生产基地，盛产优质甘蔗，为糖水制作提供了充足的原料基础。早在宋代，当地百姓就有用甘蔗、绿豆等食材熬煮糖水消暑的习惯，明清时期随着商贸繁荣，西米、莲子、百合等外来食材融入，逐渐衍生出近百品种类，上世纪80年代第一批老字号糖水铺的出现，让这门手艺从家庭厨房正式走向市井。

化州糖水的精髓，在于“真材实料、古法慢熬”。所有糖水均不添加香精、色素、防腐剂，坚持用本地白砂糖或黄冰糖调味，甜而不齁、清润适口。制作时讲究火候把控：豆类需提前浸泡数小时，慢火熬煮至起沙绵密；凉粉类需精准掌握水温，自然凝固后口感弹滑；香芋要炖到入口即化，番薯要保留软糯本味。

如今，化州糖水早已走出粤西，成为珠三角大城小镇里常见的“流动名片”。一碗温热的糖水下肚，既能消解燥热，也能抚慰人心，这份藏在市井烟火里的非遗味道，正以最朴素的方式，延续着岭南人的清甜生活智慧。



化州糖水种类多

电白灵源寺与化城庵

■许洁文

近年来，很多媒体把电白灵源寺的由来，都表述为“由明末高僧憨山大师创建，取名化城庵，后改名灵源寺，因有温泉，亦名清泉寺。灵源寺建成之后，名声日隆，远近闻名，内有大雄宝殿、观音堂、文昌阁、菩提境、风浴亭等等”。但据史料所载，灵源寺不是由明末高僧憨山大师修建的，憨山大师始建的化城庵另有其处。

化城庵、灵源寺所处地点不同

最早记录化城庵、茶亭的史籍是万历《高州府志》。至康熙《电白县志》明确记载了方位：“化城庵在虎腾迳，去城三十里，明万历戊戌憨山建”“茶亭在化城庵西路憨山建”。道光《电白县志》载“化城庵在县西二十五里虎腾迳即虎腾岭，明万历二十五年僧憨山德清建”“茶亭在化城庵内”。虽然康熙《电白县志》所记载的距离同以后的县志记述略有出入，但化城庵的建造地点是在“虎腾迳即虎腾岭”是无疑的。道光《电白县志》卷六《舆地·山》载：“虎腾山即苦藤岭，又名福堂山，皆以音讹。在县西二十五里，旧志云，常有虎伏此迳中，故名”。

灵源寺，康熙《电白县志》有“热水观音堂、热水文昌阁”的记载。道光《电白县志》记载：“温泉寺在县西三十里热水铺，旧名灵源寺，内有观音堂、文昌阁，明建”。该志还在《古迹·署宅》记载：“浴沂石在温泉寺南二百余步”。光绪《电白县志》对温泉寺也有同样记述。

由上述可见，化城庵位于县西二十五里虎腾迳即虎腾岭上。温泉寺位于县西三十里热水铺，旧名灵源寺。化城

庵建在虎腾岭下。而温泉寺位于热水铺。化城庵距温泉寺五里。

化城庵、灵源寺的始建重建有清楚记载

化城庵的始建者是高僧憨山德清，康熙以来的《电白县志》《高州府志》都有记载，是明万历二十五年或者二十六年憨山德清建。康熙《电白县志》记载是明万历戊戌（1598）憨山建，庵内所供奉的神祇没有记载。“庵”通常是佛教女子出家行佛事的专用建筑名称。建筑规模上的区别，三者的排序一般是“寺”大于“庙”，“庙”又大于“庵”。据《电白县志》记载，至光绪八年，寺僧重修化城庵。

灵源寺始建于明代，何年已无可考。灵源寺是建在古驿道热水铺热水温泉旁，初名灵源寺。“灵源”即对温泉水源的美称。寺内建有文昌阁、观音堂。至康熙年间，时任电白知县郭指南出资维修了寺内观音堂，住僧普度又募捐重修寺内文昌阁，并更名为温泉寺，知县郭指南在康熙辛亥年（1671）撰写《重修热水文昌阁记》有清晰记述。嘉庆庚辰年（1820），寺僧习鸿募集资金在原址重建，更改回原名灵源寺，电白优贡邵咏著有《重修灵源寺碑记》。

由此可见，化城庵始建者是憨山德清，建于明万历二十五年（或万历二十六年），至光绪八年重新修建。灵源寺始建于明代何年已无可考，康熙年间曾经重修，至嘉庆庚辰年又在原址重建。

化城庵、灵源寺文昌阁设置不同

化城庵内堂阁设置没有记载。建

成后第一任住持是福净，“初以前行者福净为住持”。从《僧德清创化城庵记》的一段记述可知，他因施茶结缘，所以建茶亭。他“乍入瘴乡，炎蒸毒人，心闷力疲，适见涅槃，欣然如入城也”，故取名化城。在《法华经·卷三·化城喻品》中说：“化城者，一时化作之城郭也。其寓意以一切众生成佛之所为宝所，到此宝所，道途险远险恶，故恐行人疲倦退却，于途中变作一城郭，使之止息，于此处养精力，遂到宝所，佛欲使一切众生到大乘之至极佛果，然以众生怯弱之力，不能堪之，故先说小乘涅槃，使一旦得此涅槃，姑为止息，由此更使发心进趣真实之宝所也。”由此可见，高僧憨山德清建化城庵的初衷是冀此庵化作城郭，让过往驿道心闷力疲的行人暂作歇息，达成其“传慧灯於炎方，洒甘露於瘴地”的愿愿。

灵源寺内有明代建的观音堂、文昌阁。佛教认为观世音菩萨为大慈大悲的菩萨。而文昌阁通常是供奉文昌帝君，一般认为他是主管考试、命运，及助佑读书撰文之神，是读书文人、求科名者所最尊奉的神灵，就是世人所称的“文昌星”。

化城庵、灵源寺各有诗词及记载传世

万历乙卯（1615）年，高僧憨山德清撰著《僧德清创化城庵记》。憨山大师，又名德清，安徽全椒县人，万历二十四年（1596）因事罹难被遣雷州。曾歇息于电白县热水铺茶亭，次年，德清禅师于茶亭创建“化城庵”，且作有《题茶亭》诗八