



【鄉村旅遊】

阿里山國家風景區內的世外桃源

龍雲休閒農場



國民旅遊卡特約商店

企劃製作／鄉間小路月刊
採訪攝影／曾文田·黃菱怡
協助單位／龍雲休閒農場

「山頂人」的待客之道



龍雲休閒農場主人鄧金聰。

「石桌」，對許多人來說，可能是一處相當陌生的地方；即使知道這個地方，對它的印象，也僅只是暫停歇息、買珠露茶而已。事實上，在石桌地區的原始山林間，有一處非常值得停留駐腳的渡假旅遊勝地——龍雲休閒農場。

距離台18號（阿里山）公路約50公里處的龍雲休閒農場，是擁有廣闊原始森林的休閒渡假好所在，在農場裏，還有數百種藥用植物，遊走在農場園區內，游目所及樣樣都是寶，處處皆是醫病救人的藥草。除此之外，農場隨著不同季節的變更，更有多種珍稀美食與自然美景，讓人流連忘返。

擁有大片竹林、杉木林、櫻花林等自然資源，地處海拔約1500公尺的龍雲休閒農場，是台灣第一座由民間自行成立的「自然生態保育區」，區內保留了廣達400餘公頃的林地，包括有百年杉木林、茂盛的竹林，以及溫帶、寒帶的原生林木，如紅豆杉、冷杉、雲杉、鐵杉等；而棲息悠遊在森林底層的動物，則有藍腹鷓、五色金瓜鼠、飛鼠、山羌、白鼻心、穿山甲等飛禽走獸。當遊客在林間漫步悠遊時，經常可與野生動物們驚遇；入夜後，更可觀賞野生的螢火蟲，在林間滿天飛舞，運氣好的話，還能碰見貓頭鷹，在枝頭上咕嚕咕嚕與您打招呼！

龍雲休閒農場係以昔日農家房舍整修而成，開放供生態教育研究、登山旅遊、休閒渡假、開會研習的農家民宿。熱情的農場主人，最愛與遊客閒話家常，沖泡自家栽種調製的明日葉茶，與您暢談農場裏各種藥用植物的生態與效用，如杜仲、銀杏、前胡、十大功勞、明日葉、猴頭菇等，讓來此渡假的遊客，對傳統藥用植物的認識與應用，皆能獲益良多。除認識藥用植物外，農場更以各種藥用植物，精心調理成美味的藥膳，提供遊客口腹享用。

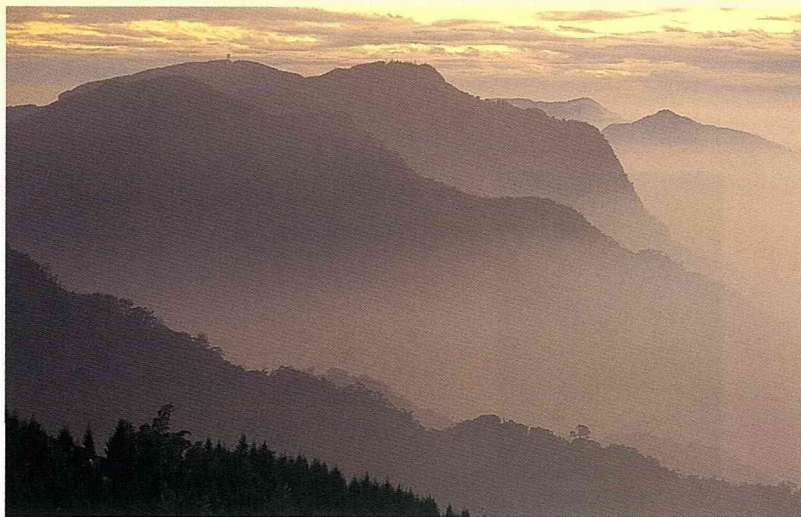


農場的櫻花不遜阿里山。



龍雲休閒農場三合院的農舍。

農場主人鄧金聰在十多年前，就利用自己三合院的農舍，熱誠接待親朋好友，沖泡好茶迎接賓客，並以自己栽種的蔬果、野菜、藥用植物烹調菜餚款待，讓外地來的遊客，體會「山頂人」的人情味，及山村農家恬適淳樸的生活方式，由於經營得很有特色，經山友與遊客口碑相傳，普遍受到人們歡迎，才逐漸轉型為休閒農場。



農場夕照雲海美景。

鄧金聰對於各種藥用植物有濃厚的興趣與研究，加上認真學習求教於相關的學者專家，基於多年的心得經驗，對藥用植物有更精湛的研究成果，乃率先在農場內闢設園區，栽種各種藥用植物，如杜仲、銀杏、十大功勞、明日葉、猴頭菇等多種藥用植物。每當遊客到此，鄧金聰便親自為遊客導覽，沿途為遊客詳細的解說介紹，讓遊客發現觸目所及的草木花果，樣樣都是寶，皆是可救人治病的藥用植物。石桌山區豐富的大自然資源，早年村民們便擅於利用藥用植物來治病或養生，足見老祖宗的智慧並不遜於現代的醫學。

鄧金聰在國內藥用植物界，頗具知名度，平素熱心地方公益事業，除在農場內提供場地，作為學術教學觀摩之用，也將潛心研究藥用植物的心得，樂意與大家共同分享，並將能醫治疑難雜症的偏方，提供給有需求的人。遊客到龍雲休閒農場走一趟，除了飽覽山林風光外，還可增加藥用植物的種種知識，與其他農場獨特不同之處，。

龍雲休閒農場坐落於著名「珠露茶」的高山茶區內，有關單位經常辦理製茶比賽及茶葉文化季，常有來自全台各地的品茶老饕，專程到此採購高山茶。石桌地區的居民，均以務農為主，因而保留許多早期的農村民俗、童玩，如搗麻糬、踩高蹺、打陀螺等，供遊客體驗農村生活樂趣。農場地處於生態保育區內，區內保留大片的杉木林、轎篙竹林及原始林，孕育許多野生動物，尤以鳥類的種類最多。進入林區內，不時可聽到鳥類啾啾與蟲鳴聲，夜晚則可聆聽貓頭鷹、飛鼠的嘰叫聲，還可以欣賞到螢火蟲提著燈籠滿天飛舞的情趣。

一壺純淨山泉水，一頓山菜藥膳美食，一番濃郁鄉土情，還有林間鳥唱蟲鳴，沐浴芬多精森林浴。在阿里山公路旁，遠離塵囂的龍雲休閒農場，是一處讓您返璞歸真，享受寧靜山居生活，充滿知性、感性、靈性之旅的好地方。



農場內「龍雲居」夜景。



農場溫馨雅緻客房外觀。



明日葉是養生良品。

藥材·食材·竹林浴

龍雲休閒農場區內的自然資源，屬於南部四縣市之高山休閒遊憩景點，每逢假日遊客即穿梭絡驛於途。農場屬亞熱帶中高海拔之溫暖濕潤型氣候，冬暖夏涼，四季如春。動物資源以鳥類較多，以及飛鼠、貓頭鷹、山羌、藍腹鷓等較稀有之動物，並時有彩蝶飛舞於林間，螢火蟲為星夜遊客之提燈天使。

當您從山羊路口或石桌村落進入農場後，首先看到茶園、竹林及柳杉林、愛玉子園、藥用植物園。藥用植物園內，栽培數百種台灣常見及稀有之藥用植物，可提供學術及醫學界教學與觀摩用。農場內，保留原有的轎篙竹林、桂竹林、孟宗竹林和林務局的造林地，在這片廣闊的山林中，闢設產業道路、森林浴步道，作為採收竹筍、登山健行、森林浴之用，沿途設有涼亭、觀景台，並可通往大凍山觀日出的觀景台。

漫步走在原始林區內，可觀賞到不同樹種的林相，以及原生植物、藥用植物的生態，且可與野生動物們打招呼；而在竹林浴場內，挺拔聳立的竹桿，令人有威嚴肅穆的感覺，層層重疊懸垂的竹葉，卻又帶著幾絲柔和。

森林浴步道。



竹，在挺秀中帶有嫵媚，蒼勁中顯得瀟灑，表現出爽朗的性格，以及和諧的韻致，而竹林之「森森如碧玉」、「琅玕青碧」，更表示竹為美之極至，所以，竹林或竹園自古以來，就是文人雅士、藝術家等最愛的休閒、幽居之處。

走在山村林間，在農莊村舍的周圍，到處可發現到竹林，這些竹林，除了生產竹筍供食用外，附帶著也保護著居住的環境，在無意中，也很自然地使村舍增添了美感。當竹林裡竹株的竹梢、枝葉，隨風搖曳款擺時，可說是嫵媚至極，而此時，竹葉交錯發出「沙沙」的摩擦聲，便是自然喜悅的樂章，再加上竹林中賞竹散步時，腳底踩著落葉的「唰唰」響聲，上下附和著，又有鳥叫蟲鳴聲的配合，形成自然的交響曲。

提起「竹林浴」，就會讓人聯想到流行已久的森林浴。事實上，「森林浴」一語之中，也

農場特產的轎篙筍。

包含著「竹林浴」。以竹林浴在我國的歷史而言，可能要比森林浴更為久遠。追溯到晉朝（西元266~316年）時，著名的「竹林七賢」故事，他們藉著竹林中的寧靜，在視覺上、感性上的美，來避開塵世的喧嘩，養其英氣，凝聚他們的思想，這也是現代所稱的「竹林浴」。

竹林浴與森林浴是相同的活動，都是走在竹（森）林中，以「視覺」享受林中之環境及顏色變化之美，以「觸覺」接觸林中之涼氣，使身心舒暢；以「嗅覺」吸取林中的新鮮空氣，以及其中所含精氣—包括芬多精、陰離子等；以「聽覺」享受林中小鳥的歌唱、昆蟲的鳴叫聲、微風與葉片的悄悄細語等。

走過原始林區、竹林區後，便進入景觀區，沿途可欣賞到特殊的地形景觀，有鐘乳石洞、五彩石等，經過如流星般的海底遺跡後，便是歷經地殼變動後的自然景觀—「十八羅漢洞」，再喝口大地所賜予的天然泉水，讓您有如回歸大自然的感受。

農場的農特產品「愛玉子」，栽種的愛玉樹為本地原生種，種植於高海拔的愛玉子之品質特佳，經調理製成愛玉凍，含有高量的活性酵素，食用後，有去火、消暑之功效，為最佳的天然健康美食。

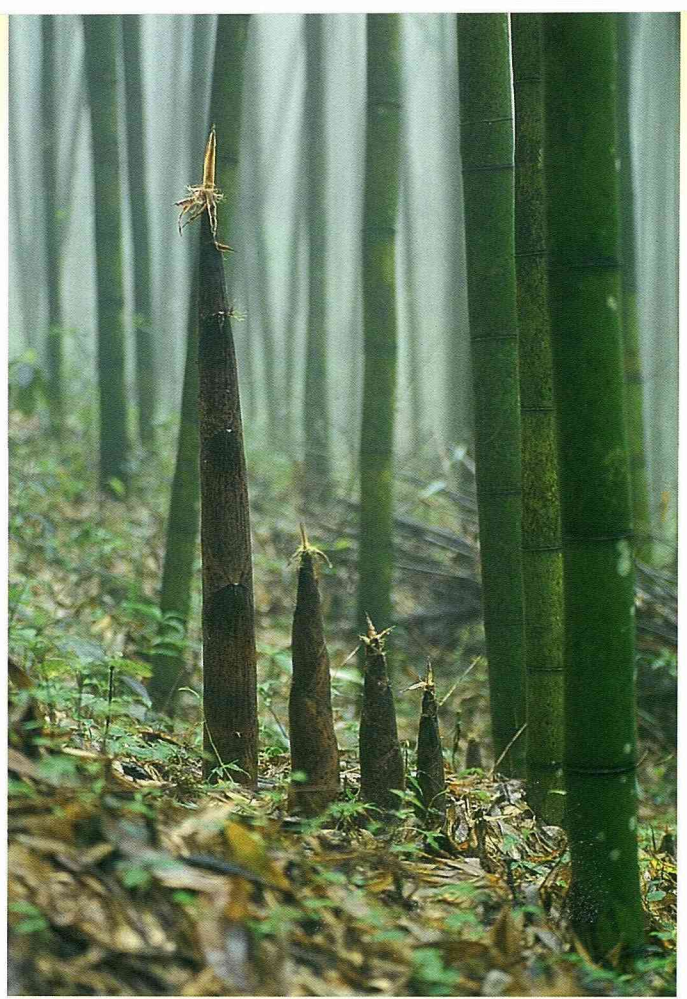
一年四季均有竹筍生產，春季是桂竹筍，夏季為轎篙筍，秋季麻竹筍登場，冬季的孟宗冬筍，是人間美味。竹林內之採筍活動，亦為農場重要的山村體驗活動之一。轎篙筍為石桌地區之特有竹筍，農場設有竹筍加工廠，除處理自產加工外，並接受其它筍農委託加工製造，並生產真空包裝，每年產量均供不應求。

明日葉原產於日本八丈島火山岩區，根據歷史傳說，為秦始皇所追求的長生不老藥，後經國人自原產地引進，在高海拔山區試種栽培成功，明日葉因含有高單位有機鍍，有益人體身體健康，可作為餐桌上之美味佳餚，更是養生之最佳良品。



農場栽培生產的「猴頭菇」。

農場內種植的藥用植物，每年不斷增加種類，並在各種植物上標示名稱及功效，讓一般遊客觀察時，能誘導其學習觀賞藥用植物，以滿足其好奇心，期望能體會大自然中蘊藏著豐富的寶藏，帶給人類健康與幸福。



轎篙筍採收。



轎篙筍精美真空包裝。



農場自然優雅的餐飲環境。

高山蔬菜與養生藥膳

農場餐廳提供遊客三餐所需餐飲服務，不論團體及個人點餐均可。從餐廳內，即可觀賞到嘉南平原之田園美景，夜晚時，並可欣賞嘉南平原萬家燈火的美麗夜景。龍雲休閒農場位於高海拔地區，常年氣候溫和，適合栽培各種高冷蔬菜，場區內，設有高山有機蔬菜園、藥用植物園，以有機栽培生產之高麗菜、山芹菜、龍鬚菜、大碗豆、野薑花、嬌篙筍等，以及川三七、苜菊、大茴香、明日葉、猴頭菇等藥用植物，調製成多種藥膳，讓遊客在遊賞美麗山林後，享用健康養生的美味佳餚。



香酥明日葉。



大茴香煎蛋。



苜菊藥膳。



龍雲休閒農場遊覽地圖



猴頭菇藥膳。



明日葉燉雞。



龍雲休閒農場
地址：嘉義縣竹崎鄉中和村石桌1號
電話：(05)256-2216 · 256-1016
網址：http://www.long-yun.com