



香 江 情 懷

2017

廖慧雲
馮露霏

攝影

程淑明 著



目錄

前言：以香江為家，以港人為榮	8
序一：認識香港，認識自己的根	10
序二：English, a mutually understandable communication medium	13
作者心聲：時光倒流六十年	15
回歸二十年感受：同心創前路、掌握新機遇	19

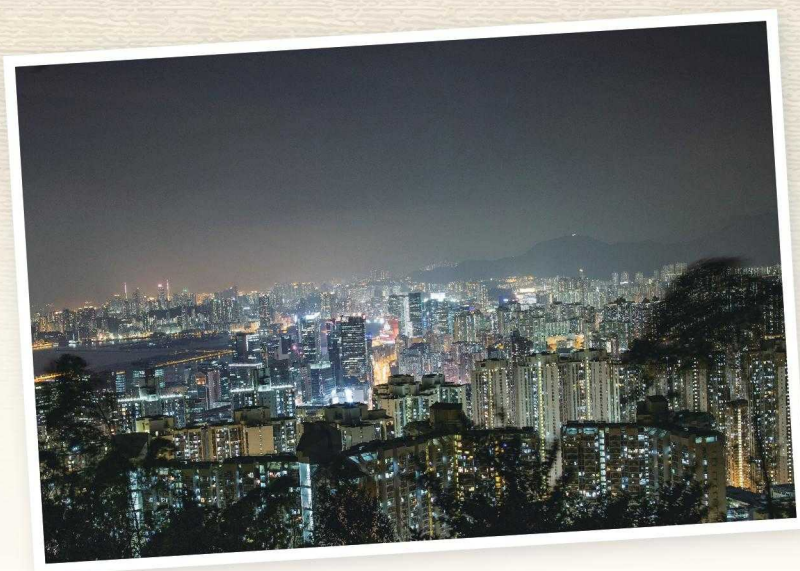
第一章 歲月情懷

1. 古老的漁村	26
2. 廣九鐵路	29
3. 最早期公共房屋	32
4. 香港早年銀行	36
5. 香港水荒－珍惜水資源	38
6. 航海業和造船業的興衰	40
7. 香港輕工業	42
8. 粵語長片	45
9. 遠東足球王國	48
10. 地下鐵路，為你建造	51
11. 我在海洋公園的日子	53
12. 香港旅遊業歷史	56
小結：寒梅	59

第二章 回歸二十年

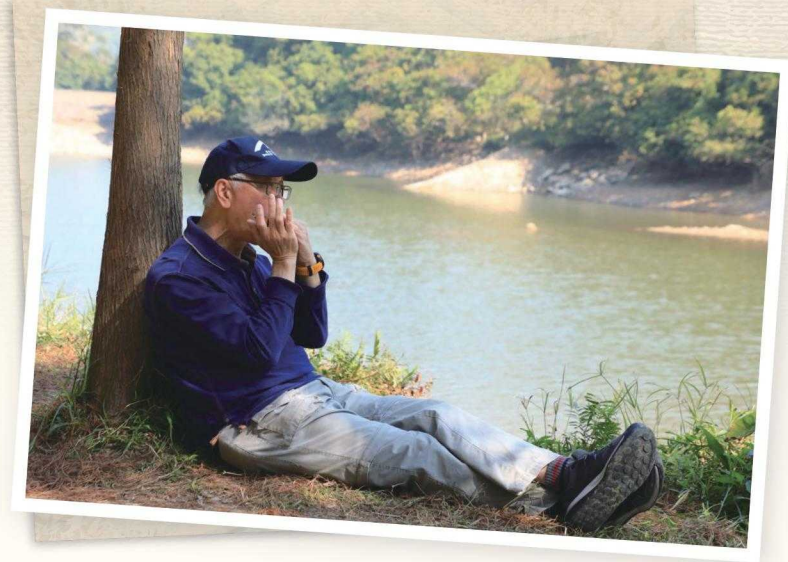
1. 玫瑰園計劃（1989）	64
2. 香港主權回歸（1997）	68
3. 同心抗疫潮（2003）	72
4. 回歸後香港體育發展（2004）	76
5. 金融風暴－風雨同路（2008）	79
6. 教育改革（2009）	82
7. 國際金融中心地位（2010）	84
8. 香港生態旅遊（2011）	86
9. 佔領中環行動（2014）	90
10. 香港住屋（2016）	92
11. 航母遼寧號訪港（2017）	96
12. 廣深港高速鐵路（2018）	98
小結：國家好，香港好	100





第三章 家書

1. 鯉魚門	104
2. 工業學院	106
3. 屯門古今文物徑	109
4. 維港遊	112
5. 端午節	114
6. 千人禪修	116
7. 香港人的香港歌	118
8. 香港書展 2017	122
9. 生日快樂	124
10. 十號風球	126
11. 啟德機場	130
12. 自閉症	132
小結：母親的話	135



第四章 郊野情懷

1. 鶴咀海岸保護區	138
2. 大東山	140
3. 法門古道	144
4. 蚺蛇尖	148
5. 獅子山	150
6. 鹿巢石林	153
7. 鷹巢山自然教育徑	155
8. 我愛龍脊	158
9. 八仙嶺	160
10. 鳳凰山日出	164
11. 觀音山	168
12. 飛鵝山	170
小結：好時節	174

後話：前事不忘，後事之師	176
鳴謝	178

第一章 歲月情懷

1950年

香港只有二百二十萬人
物換星移 時至今天
倍增至七百三十四萬
若非人傑地靈 怎會有那麼多人
在這裡建立家園

歲月留情
寫的是和平後至回歸前的故事
時光荏苒
年華將晚
換回來的就是流金歲月
一份又一份的情懷
我對香港的情懷



尖沙咀鐘樓
TST Clock Tower

這張由廖慧雲拍的街頭吹口琴介紹新書相片，背景正是尖沙咀鐘樓，香港人熟悉的地方，年輕一代未必知道這裡曾經是KCR火車總站大樓的所在地。~ Ching ~

1. 古老的漁村

香港由九龍半島、新界、香港島及二百三十多個離島組成；唐宋年間，客家人遷徙到新界，建立圍村。那時候香港島仍是個荒蕪之地，渺無人煙，及後少量華南艇戶聚居，中國有句俗語：「靠山吃山，靠水吃水」，艇戶倚靠捕魚過活。

1842年（道光二十二年）開埠後，來港經商的人多了，英國人打做的「維多利亞城」範圍日漸擴大，中西往還貿易增加，遠洋輪船從歐洲前來貿易，港島人口急劇上升，艇戶分散至香港仔、筲箕灣、赤柱、青山灣、大埔元洲仔、西貢及長洲等海灣，以捕魚及販賣漁獲維生；他們在艇上生活、居住，有「水上人」和「蜑家人」之稱。在水務署工作時一位同事叫張金水，他是水上人，當年沒有男性穿耳孔，只有水上人例外，想不到今天男士戴耳環已經成為潮流。

早期的漁船屬於中國古老大帆船，風力推動，拖網作業，香港水域盛產紅衫、鮪魚、鱸魚、紅斑、黃花、鱮白、牙帶及火點等魚類，撒網捕魚，漁獲可觀。行船跑馬三分險，天后娘娘成為水上人心中的觀世音菩薩，每當天后寶誕，漁船旗幟飄揚，漁民大事慶祝。今天，全港仍保留不少天后古廟；時移世易，原先天后廟都是建在海邊，由於填海，現時所見，不少天后廟已被高樓大廈所包圍。



香港歷史博物館之香港故事展區
Hong Kong History Museum

第二章 回歸二十年

香港歷史自開埠起計，可分成三個階段：

1. **戰前**：第二次世界大戰之前（1842～1945）
2. **戰後**：和平後至回歸祖國前（1945～1997）
3. **回歸後**：香港回歸祖國至今（1997～）

二次大戰期間，香港被日本皇軍佔領三年零八個月，日治時期市民飽受糧食短缺、惶恐不安的黑暗日子。1945年太平洋戰爭結束，日本投降，香港重光，再由英國政府接管至1997年回歸祖國。

回歸後，香港踏進一個新紀元，驀然回首，二十年過去了，這二十年來，有多少事令你記憶猶新呢？



中環新景象
Central District

相片在添馬公園取景，相機 Canon EOS M5 11-22mm f8 Tv 8-10s ISO 100，腳架、快門線必備。月光下，五光十色的建築物，發亮的摩天輪，前景一片空地，幾位外籍遊客，形成中環夜景構圖。～ Wan ～

4. 回歸後香港體育發展（2004）

2004年香港乒乓球寶李靜和高禮澤，繼「風之后」李麗珊，在雅典奧運比賽中勇奪銀牌。神奇小子蘇煒偉連續多屆在殘障人士世界運動會中刷新世界紀錄，單車手李慧詩在國際賽揚威，吳安儀取得世界桌球冠軍，曹星如蠅量級拳擊賽中22連勝，香港跳繩隊稱霸世界賽……在香港體育史上寫上光輝一頁。美中不足是曾經有遠東足球王國之稱的香港足球，成績每況愈下，中國國家足球隊同樣不濟，在本屆世界盃外圍賽中表現欠佳，無緣出席世界盃決賽。

民強而國富，人民的體質非常重要，從前，日本人被稱為「蘿蔔頭」，是因為他們個子矮小，二戰後政府致力提升國民體質，著重運動和飲食營養；今天日本人比前高大強壯，政府功不可沒。

停辦了33年的維港渡海泳重新舉辦，香港的國際龍舟錦標賽，每年都吸引不少鄰近地區人士前來參加。達到國際級的香港單車館已經啟用，並且主辦2017世界單車錦標賽。近年香港人喜歡長跑運動，香港渣打馬拉松成為國際一大盛會，除了成千上萬香港人參加，遠至非洲國家的選手也千里迢迢到來比賽。

香港的羽毛球、保齡球、劍擊、武術運動、馬術比賽、乒乓球、桌球運動……都達到世界水平，游泳項目也漸露頭角。近年香港年輕人非常喜歡行山，每年一次的樂施會毅行者比賽及樂善

盃，吸引成千上萬人士參與，場面熱鬧，把運動用作慈善籌款，既有益身心也做福社群，一舉兩得，何樂不為？

運動也推廣至殘障人士，連續兩年和兒子參加香港賽馬會特殊馬拉松賽跑I Run，參加者有來自澳門和內地志願機構及團體，比賽當天八千多位跑手和陪跑員站滿了整個金鐘添馬公園等候出發，場面溫馨感人。

香港體藝學院，車路士（香港）足球學校，乒乓球總會，游泳總會，各區體育會，都為香港體育界創造人才，培育年輕體育精英。未來興建的啟德體育園區，為香港市民帶來更多體育場地與設施，對提升港人的體質和健康幫助甚大，盼望香港人個個身體健康，活好活久！

後記：香港體壇2017年大豐收

張家朗世青賽奪金，一劍震天下；吳安儀世界桌球大師賽封后；風之女陳晞文揚威亞錦賽，當上亞洲一姐；女飛魚何詩蓓世界大學生運動會奪金；保齡球3人組胡兆康、麥卓賢和曾德軒世界賽登上冠軍寶座；謝影雪、鄧俊文世界羽毛球賽混雙連奪金、銀牌；Rex職業生涯22連勝；跳高女神楊文蔚3刷港績；香港單車隊在全國運動會取得2金7銀7銅佳績；余翠怡當選國際輪椅劍擊運動員委員會主席；桌球王子傅家俊世界排名升至第6位，並推出個人自傳。

第三章 家書

《香江情懷小故事》出版後，收到很多回應，特別是「給兒子的信」這一章，有朋友說內容感人落淚。今次再接再厲，以「家書」為題，和讀者分享作為智障人士父母的一些心底話。



光圈 f/9 快門 30s ISO 100 (Wan)



深水埗 Shum Shui Po

1. 鯉魚門
2. 工業學院
3. 屯門古今文物徑
4. 維港遊
5. 端陽佳節
6. 千人禪修
7. 香港人的香港歌
8. 香港書展2017
9. 生日快樂
10. 十號風球
11. 啟德機場
12. 自閉症

6. 千人禪修

子鋒：

一連三天的「千人禪修」大會，在九龍灣國際展貿中心舉行，活動主題「禪一禪，天地悠然」。今次已經是第三年舉辦，雖然不是假日，六千座位，接近爆滿，當中有不少是年青男女。

緊張的都市生活，令人透不過氣來，一天的禪修，可以放下一切雜務，把身心安靜下來。主持常霖法師簡介後，禪修大會正式開始，東蓮覺苑多位法師帶領學習盤膝坐禪，之後禮拜佛祖，唱頌佛號「南無釋迦如來」。中午，梅村禪修中心一行禪師介紹「禪食」的要義，到會者一起素食。下午，法師講解日常修行方法，在梅村僧團帶領下一起唱頌，重頭戲是全體起立圍繞會場慢步行禪；是次活動，得益匪淺。

上一輩中國人喜歡求神拜佛，好多人誤會「信佛」一定是和「迷信」扯上關係。《般含經》是佛教經典，經文中：「此有故彼有，此無故彼無，此生則彼生，此滅則彼滅」，簡單四句，清楚說明世間一切事物乃互為因果，關係一環扣一環，做人處世要腳踏實地，拜神燒香只是對祖先一份尊敬心，並不能以此作條件，祈求神靈庇佑，世間怎會有不勞而獲的東西，所謂免費午餐也需要付出代價。

兒啊，今次禪修，雖然不是假日，仍見到很多年青人參與，足以證明現今年輕一代對佛學也產生濃厚興趣。好想和你試一次禪修的體驗，可惜你沒有耐性，明年佛誕到來，我們一起往寺院浴佛吧！

愚父

2017.6.2

光圈 f/5 快門 1/3 ISO 400 (Lofei)



天壇大佛

The Big Buddha

佛教源於古印度，是現今世界三大宗教之一；自漢朝起傳入中國後，佛教在中國逐漸昌盛，唐朝三藏法師前赴印度天竺取經，把佛教再度發揚光大。禪修是佛教的一種修行方式，透過靜坐消除雜念，進入一種輕安自在的快樂境界。

第四章 郊野情懷

退休後愛上行山，2014年在郊遊樂旅行隊周年隊慶晚宴上認識樂善行會長吳兆偉先生，他邀請我在「樂善行」出版的雙月刊寫遊記。藉著這次機會和一些不曾認識的朋友分享行山的樂趣是一件開心快樂的事情，所以即時答應了。

不經不覺，兩年過去，以「結伴同行」為主題，合共寫下十二篇稿，我把這十二篇遊記稍為整理，輯錄成「郊野情懷」這一章。

鶴咀 90期	大東山 91期	法門古道 92期	蚺蛇尖 93期	獅子山 94期	鹿巢石林 95期
鷹巢山 自然教育徑 96期	我愛龍脊 97期	八仙嶺 98期	鳳凰山日出 99期	觀音山 100期	飛鵝山 101期

十二篇遊記節錄自「樂善行」第90至101期

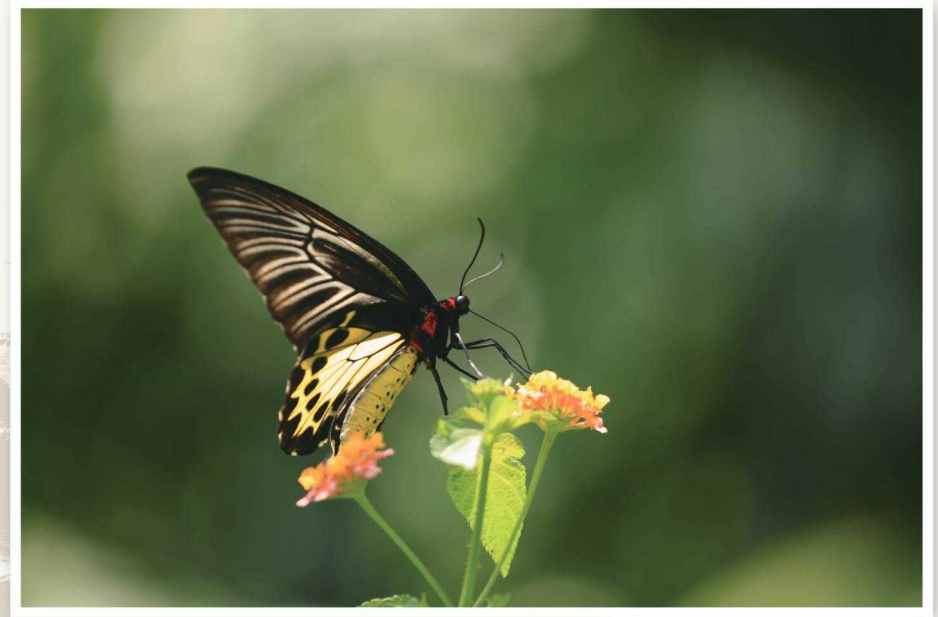


香港七成以上土地列作郊野公園，位於新界東北部的八仙嶺郊野公園是其中之一。八仙嶺郊野公園著名的景點除了八仙嶺外，還有屏風山、黃嶺、流水響、鶴藪水塘、以蝴蝶聞名的鳳園和夏天有甚多螢火蟲出沒的沙螺灣村。

今年 5 月，「國家地理頻道」選出全球二十條最佳行山徑 (World's Best Hikes: 20 Dream Trails)，麥理浩徑榜上有名，其他十九條「夢想之路」分別位於瑞士、加拿大、冰島、新西蘭等國家。香港這個彈丸之地，有世界級的地質公園，還有全球最佳的行山徑，實在值得我們驕傲。

麥理浩徑以當時香港總督麥理浩命名，於 1979 年啟用，是全港最長的遠足路徑，全長 100 公里，共分十段，鷹巢山自然教育徑位於麥理浩徑第五段，這條行山徑平坦易行，老少咸宜，四周茂林密布，空氣清新，沿途可欣賞奇花異草、蝴蝶飛舞、竹林及水塘景色，細聽蟲鳴鳥叫，淙淙流水，令人心曠神怡。如果未到過麥理浩徑的朋友，不防試試到這裡行一趟。

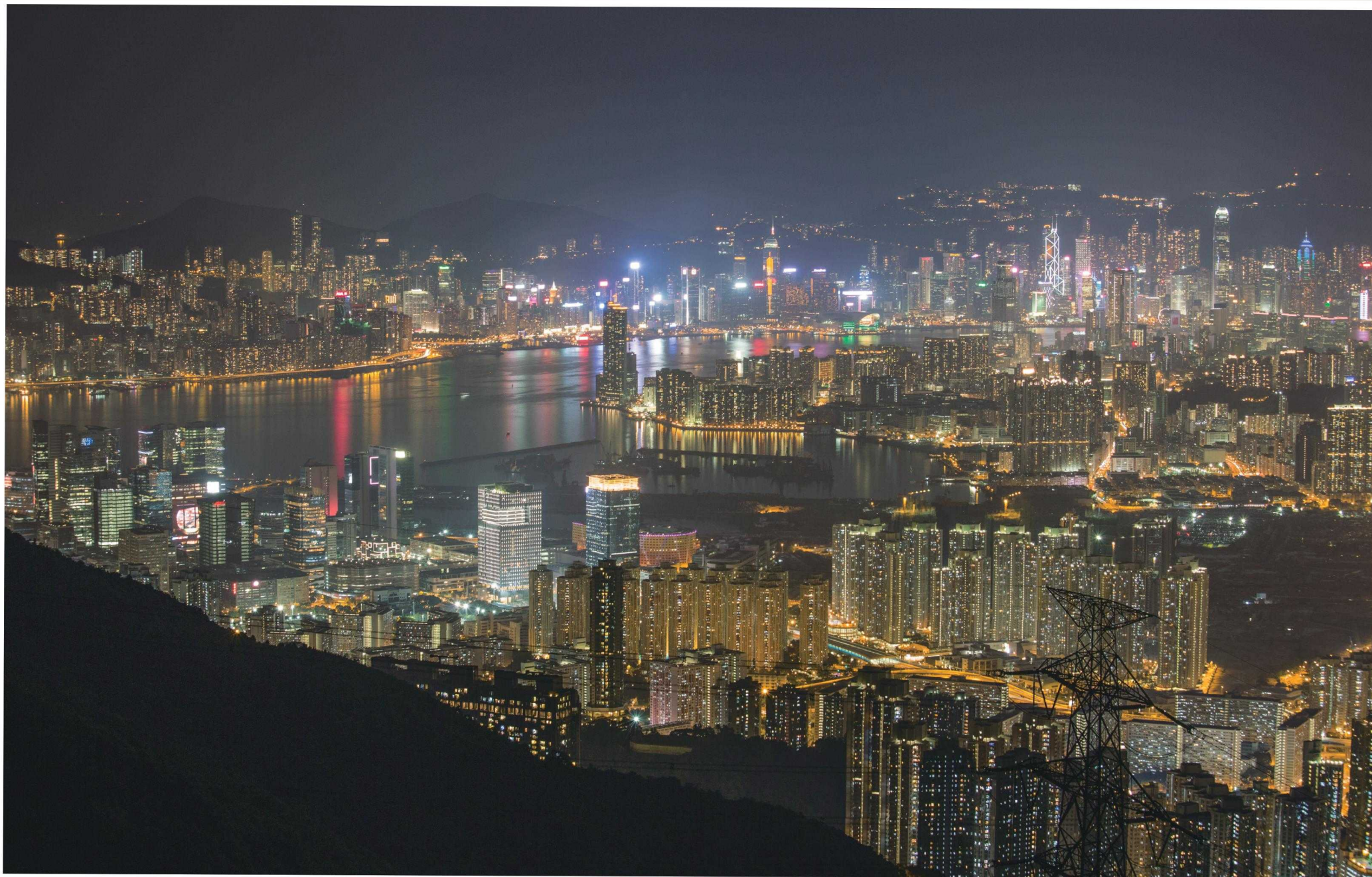
光圈 f/5.6 快門 1/1250 ISO 1000



裳鳳蝶

Troides helena

裳鳳蝶好難影，因為牠會不停地飛，停的時間只有大約兩秒。拍攝蝴蝶美態，最理想莫如使用單鏡反光機及閃光燈，微弱程度之閃光燈作用為背光補償正面光線不足，可呈現蝴蝶花紋細節，「微距鏡頭」100mm，尋找景深、簡單背景，光圈一般設於 f 5.6，適當地盡量靠近蝴蝶，以平靜心態接近，切勿驚擾牠。當蝶兒休息、吸取花蜜、吸水降溫、交配、產卵時，是最佳拍攝時機，同時準備心中構圖，側重對角線及線條感。個人衣物盡量以綠或灰色為主，可令蝴蝶不易察覺。~ Wan ~



繁華鬧市－飛鵝山夜景

Bustling downtown - Fei Ngo Shan at night

香港是一個人口密度高的都市，當晚上在飛鵝山上看看我們所居住的城市，世界三大夜景之一的香港，萬家燈火，東方之珠並非徒負虛名。

~ Lofei ~

HK 018

香江 情懷

2017

作者：程淑明

攝影：廖慧雲、馮露霏

編輯：Angie

設計：4res

出版：紅出版（青森文化）

地址：香港灣仔道133號卓凌中心11樓

出版計劃查詢電話：(852) 2540 7517

電郵：editor@red-publish.com

網址：<http://www.red-publish.com>

香港總經銷：香港聯合書刊物流有限公司

台灣總經銷：貿騰發賣股份有限公司

地址：新北市中和區中正路880號14樓

電話：(866) 2-8227-5988

網址：<http://www.namode.com>

出版日期：2018年5月

圖書分類：流行讀物

ISBN：978-988-8490-44-8

定價：港幣80元正／新台幣320圓正



相片在添馬公園取景，相機 Canon EOS M5 11-22mm f8 Tv 8-10s ISO 100，腳架、快門線必備。月光下，五光十色的建築物，發亮的摩天輪，前景一片空地，幾位外籍遊客，形成中環夜景構圖。

- Wan -



耶穌光又名雲隙光，意思是陽光透過雲隙中照耀出來形成的一條條光柱。想拍攝出更突出的耶穌光效果，就要利用漸變灰濾鏡，可把天空和陸地的光暗拉近，更可使耶穌光的層次分明。

- Lofei -



露霏作品：華燈初上，攝影機鏡頭下，萬家燈火，色彩繽紛，燦爛艷麗，香港國際大都會的形象，更顯鮮明。

- Ching -

ISBN 978-988-8490-44-8



9 789888 490448 >



專業出版 國際銷售

紅出版文化平台

加入我們：www.red-publish.com

Mod^{ER}E.

上架建議：流行讀物

定價：港幣 80 元正 / 新台幣 320 國正