

世界 攝 一圈
冰島 夢幻絕景

出走大世界

極地攝一圈



自序一

一張相片 冰島結緣

很久以前，在網上看過一張瀑布相片：峽谷內玄武岩緊扣並列，形成六角柱圍牆，流水從天飛降，直墜百尺深崖，那壯麗詭奇景色震懾人心，雖然名字也未知，但畫面深印腦海，久久未能忘懷，沒想過幾年之後，因著攝影，可以親身踏足仙境，親手觸摸那片土地，呼吸那股空氣，自此對冰島念念不忘，半年內，竟然大膽出走 4 次，為了看盡她的神秘面貌。

攝影這回事

出版前的半個月，我們還在冰島探索，為的是拍攝繁花盛開的夏天冰島，可是因倉卒成行，準備不足，輕視了天氣變化，冰島依然寒冷大風，衣服和裝備不夠，導致飢寒交迫、餐風飲露，車到那裡就睡到那裡；有時為了趕行程，凌晨 3 點還未吃飯，然而不落的太陽、雲彩掛滿天、奇異的景觀、壯美的場景，都是我們創作的動力。攝影這回事，都是滿身泥濘，而不是扮晒黎明，戰友甚至意外被熾熱泥漿燙傷，也摔壞了幾萬元的器材，但為了一份執著，一切也在所不惜。

景點與文化

我們以冰島華麗的極光為序章，希望吸引讀者進入冰島的奇幻國度，再以東南西北描述冰島美景，包含 28 個章節，使讀者可順序環島一圈，亦可自由揀選目的地，再加入 24 個絕美秘點以豐富內容，書中除了推介很多特式地標、美食餐廳、高質酒店和優美營地等等，也

述說冰島文化和歷史故事，期望讀者有更深入認識。此外，書末的攝影技術篇和濾鏡使用篇，讓你能掌握適當技巧，拍出動人的照片。

最大的誠意

書裡集結了我們過去 4 次行程經歷，還有很多難忘回憶，讓大家可以更投入閱讀，認真地說，這書實在得來不易，一切都是以汗水和努力拼搏回來；雖然圖文撰寫只用了兩個月，但資料搜集和實地考察卻花很長時間，盼望讀者能夠細閱，感受當中的誠意和堅持。

作品和獎項

3 年前首本著作《香港攝一圈》，靠賴讀者愛戴，廣受歡迎，加印第 5 版，售出近萬冊，連同續作《香港攝 2 圈》，慶幸獲得香港出版界最高榮譽「雙年獎」和「金閱獎」，及後的《香港遊玩攻略 88》也大獲好評，實在感謝大家支持。

合作伙伴

多謝 H&Y、Manfrotto、OTG 創動樂、Nikon、Columbia HK、GoPro 等合作伙伴，沒有他們的優質器材及服裝供應，可能無法完成這個冰島任務。還要感謝萬里機構的 KK、Alvin、Alfred、Ame 及 Carol 的努力不懈，特別感謝百忙抽空的旅遊界前輩朱翁為本作寫序，以及鳴謝兩地旅行社 Claudia、Ronnie、Joy、Karolina、Shirley 等大力協助。

聯 C 兄 @ 流浪攝

28.6.2018 凌晨 3 點

自序二

轉眼 4 載，要生第 4 個了，為甚麼沒有比之前容易？因為我們都是執著和認真的，希望把最好的給大家，到今天 7 月 4 日了，距離書展只有 14 天，還在改稿改相片，辛苦晒萬里機構團隊，一直力撐我們！

短時間內踏足冰島 4 次，除了 2 次帶團，另 2 次自駕環島，一次 15 天一次 11 天，都是用意志去完成的。為了完願，上星期剛從冰島回來，為了拍攝漫山遍野野花盛開的夏季冰島，為這書添上更多豐富色彩。我們每天在嚴寒大風的天氣下作戶外拍攝，依著密密麻麻的計劃表去奔走，吃飯睡覺都放在次要，跑完景點拍攝才是重要，每天只能睡 3-6 小時，經常都在途上靠吃麵包，長途駕駛靠互相說話，靠吃零食以維持精神，衣服鞋襪每天佈滿泥濘，披頭散髮地遊走於相片中的美景，哈哈……

說實每年出書都不是我寫的，都是首領一人獨擔，辛苦晒了！而我只負責整理相片和資料，協調出版社和我們之間一切，走走趨趨之類的，也足以要幾星期連開夜車，日間又有工作，是很折磨人的！而我們到今天還在整理相片，希望將更多的放在書內，雖然現在已有 50 多個點，可是還有更多，因著時間及篇幅未能放上，希望你們能夠透過相片及文字，欣賞到神秘而美麗的冰島，也感受到我們的努力、堅持和熱誠，以及對攝影的熱愛。流浪攝 6 年走到今天，全賴支持我們的朋友，很多的分享會和工作坊都反應熱烈，我們會繼續不同的攝影班和海外攝影團，和大家一起到處留下足印。

多謝一路與我們同行的合作夥伴給予無限支持，令我們得以走得更遠！多謝曾經幫助我們的幾位前輩們，一直支持鼓勵及提點我們！多謝同學會的同學們，經常一起影飽食醉！真感謝！

露伊 @ 流浪攝

2018.07.04 清晨 5am

代序一

偶然的機會，認識「流浪攝」組合。他們也是旅遊、攝影、出書的。

但他們和一般的旅遊、攝影、出書者不同。他們選「流浪」，喜歡到僻遠、少人到、也少人知的地方去旅遊。他們三人成行，輕裝簡從。要停便停，要留便留。甚至留宿山頭，為的是等那一刻美景。

他們有好的攝影裝備，也具有攝影的知識與技術，可攝出吸引人的照片。所以他們出版的書，值得欣賞，更值得保存。



朱維德先生

資深旅行家及電視主持

2018年6月剛遊東歐半月回歸

代序二

不知道從哪天開始，香港像是一位披著面紗的少女，永遠看不清她的容顏。直到某一天，我在臉書上看見流浪攝的一張相片——少女的面紗被掀起了，那一份通透靈動的感覺，瞬間洗滌了我的心靈。因此，我立即邀請流浪攝撰寫《香港攝一圈》，就是想讓更多的人看到香港的真容。而此書的空前成功，印證了一眾市民對香港的愛慕之情有多強烈。《一圈》之後是《香港攝2圈》，補充了前作未能盡現的各種香港美態。這套書合共兩冊，除了叫座，亦同時叫好，在兩年間，分別獲得了「香港出版雙年獎」及「香港金閱獎」的殊榮，又再證明只要有好的書，還是能夠獲得讀者的青睞。

香港因為是空氣問題，披著面紗的少女才會出現。很多國家，我同樣覺得是披著面紗的少女，但原因只是我不熟悉那個地方，陌生的事物總會使人產生這種感覺。而這一次，流浪攝又幫我掀起了冰島的面紗，謝謝。

編輯 Alvin

目錄 Contents



- 3 自序
- 5 代序
- 10 序章：夢幻北極光

西部

- 20 草帽山 Kirkjufell
- 26 阿爾納斯塔皮 Arnarstapi
- 30 雷克雅未克 Reykjavik
- 34 火星地貌 Raudholar
- 38 布迪爾黑教堂 Budakirkja
- 42 博爾加內斯 Borgarnes

南部

- 48 金圈之旅 Golden Circle
- 54 飛機遺跡 Wreked Plane
- 58 彩虹瀑布 Skogafoss
- 62 塞爾福斯 Selfoss
- 68 火山口湖 Kerid
- 72 水濂洞瀑布 Seljalandsfoss
- 76 南端海角 Dyrholaey
- 80 維克小鎮 Vik
- 84 黑沙灘 Reynisfjara
- 90 六角柱崖 Dverghamrar
- 94 魔鬼岩洞 Hjorleifshofdi Cave

東部

- 100 鑽石沙灘 Diamond Beach
- 106 玄武岩瀑布 Svartifoss
- 110 冰河湖 Jokulsarlon
- 114 赫本 Hofn
- 118 斯托克尼斯 Stokksnes
- 124 忘憂之城 Reydarfjordur

北部

- 130 米湖 Myvatn
- 136 地熱谷 Hverir
- 142 黑色城堡 Dimmuborgir
- 146 眾神瀑布 Godafoss
- 150 8 個最易錯過的景點
- 158 冰島拾遺
- 174 冰島知多 D
- 178 冰島景點地圖
- 180 冰島露營篇
- 182 淺嘗冰島啤酒
- 184 風景拍攝技巧
- 188 濾鏡使用技巧



用我們的誠意，
帶你們看真。
冰島……



序章

夢幻北極光

隨緣的快樂

極光是一場不可預期的光影舞蹈表演，縱然指數有多高，任憑你狂追幾百公里，如果欠缺運氣和緣份，都未必能夠遇上。看到的人不一定幸福，但肯定感到快樂，當極光發生一剎，時空好像凝住了，脈搏奔流，畢生難忘，歡騰和感動難以言喻，敬畏天地的心油然而生。





極光簡介

極光的英文是 Aurora，亦是羅馬神話中曙光女神的名字，又有稱極光為舞動的精靈，為變幻莫測的極光添滿神秘感。沒有打算從深奧的學術角度解釋，只簡單幾句說明甚麼是極光：在北極和南極的高空中，帶電粒子和大氣原子強烈碰撞，形成發光現象。而冰島整個國家都在極光帶內，所以在天清無雲的晚上便有機會看到。

極光季節

極光一年四季都可能出現，甚至在日間也會發生，不過被太陽蓋過了，所以在漆黑和無雲的晚上較易看到，簡單來說，只要見到星就有機會，而冰島 9 月到翌年 4 月，日照時間較短，比較適合觀賞。有人誤以為月亮高掛的晚上，一定看不到極光，其實不然，只要極光不是太弱，有月的夜晚仍可見到，反而月光把地景照亮，更加有利拍攝。



圖 1



參考資料

冰島既然是個極光熱門地，官方天文台也提供很多資訊，請參考網頁：en.vedur.is：
www.aurora-service.eu

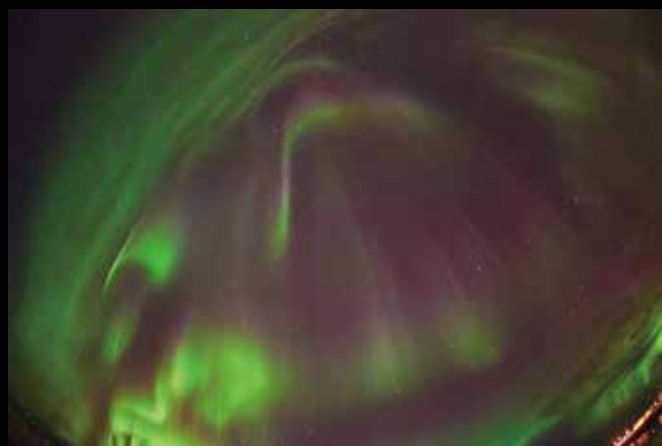
另有一些實用手機程式方便使用：

My Aurora Forecast (IOS & Android)

Northern Eye Aurora Forecast (Android)

Aurora Now (IOS)

圖 1 雲量覆蓋圖，白色區域代表無雲，綠色是低層和中層雲量。預報 3 天的極光指數，0 為最低，9 是大爆發，但 0 不代表一定完全沒有。



拍攝技巧

既然千里迢迢來到冰島，若幸運地碰上極光，就要好好把握機會，掌握一定技巧，可輕易地把她的優美姿態捕捉下來。



鏡頭：主要用大光圈廣角鏡，使用腳架，快門線。

濾鏡：不用濾鏡

構圖：盡量拍出極光的廣闊，以較特別的地景襯托，例如小屋、人物，石景。

設定：M mode，ISO 800-3000，光圈 2.8-4，快的快門速度（2-5 秒）可拍出動感，較慢的快門（8-20 秒）：拍出柔和的極光。設定需要視乎極光亮度調節。

對焦：如有遠處的燈光，可以對燈，如沒有，可調無限遠，但每支鏡頭都有不同，通常需要微調少許，建議日間測試鏡頭最準焦的位置，然後在鏡身做記號。

其他：另外把相機螢幕調至較暗，不要使用自動亮度。





安全事項

晚上外影必須注意安全，保暖和照明尤其重要，遠離城鎮的馬路一般沒有街燈，切記不要停車在路邊，或胡亂走出車路，就算是泊車在避車處也有一定危險，應該停在停車場等寬闊地方，事實上冰島不時有交通意外發生，造成嚴重人命傷亡。

推介地點

西面的教會山、北部米湖、南區的黑沙灘和冰河湖，還有近東的斯托克尼斯。





西部

首都雷克雅未克充滿活力和歡樂，精緻美食令人垂涎三尺，建築群華麗非凡，而西部斯奈山半島集各種景觀於一身，教會山和南邊海岸最為動人，被譽為冰島美麗縮影。



01

草帽山

Kirkjufell



斯奈山半島又名雪山半島，向西伸延約 90 公里，地大物博，風景包羅萬象，包括冰川河流、火山地理、高山低谷、沙灘海岸和漁村小鎮等，集合冰島各種面貌於一身，斯奈山半島可說是「小冰島」，是 CNN 推薦人生必去景點之一。

拔地而起草帽山

Kirkjufell Mountain 是斯奈山半島最著名景點之一，字義是教堂或教會，所以又稱教會山，由於位置偏遠，附近的格倫達菲厄澤小鎮只有較簡單的 Guesthouse 而沒有具規模的酒店，所以一般旅行團不會到訪這個地方。草帽山外形尖削，高 463 米，好像一個金字塔，地質紋理清晰，坐落在 Snæfellsnesvegur 路旁，下車走 5 分鐘就能找到山腰最佳拍攝位置，最特別是前方有河流形成的 Kirkjufellsfoss 瀑布，從雪白的山坡流向低地，以美瀑作前景拍攝是最美的構圖方式。此外，雪地上行走應特別留心，慎防滑倒和跌入深坑，也不要走到崖邊，因為雪地並不穩固，容易崩塌。



創作名場面

法國名著《地心探險記》形容斯奈山半島的火山是地心入口，美劇《權力遊戲》展現了草帽山奇幻一面。



1	2
	3

1. 雪地名勝 / 2. 一群鴨子 / 3. 羊腸之路

繽紛小城 景致迷人

不得不提是沿海小鎮 Grundarfjörður，人口只有 1000，範圍不大卻五臟俱全，港口泊著漁船和觀光遊輪，方便出海釣魚、賞鳥和觀鯨。小鎮在夏天舉行熱鬧的嘉年華會，各家各戶都會把小屋和自己打扮成不同顏色：紅、藍、黃、綠，共度一個美好的時光。熱鬧小鎮在晚上換成寧靜村莊，特別是日出前的藍色格調，平安寂靜、遠離塵俗、與世無爭是最適合的形容。

奇峰日與夜

除了瀑布景色外，草帽山還有兩個絕景，一是晚上的無盡星光，夜空澄明清淨，遠方天際接近零光害，星羅棋佈之美比新西蘭蒂卡波湖更甚，第二是日出時的日照金頂，晨光一線把尖峰染成嫣紅，期後轉為金黃色，襯托天地的白雪，一切有如夢幻般景象。



1	3
2	4 5
	6 7

1. 金頂日出 / 2. 藍調夜色 / 3. 壯闊山河 / 4. 近看瀑布 / 5. 幾何冰塊 / 6. 繁星滿天 / 7. 攝影人背影







草帽山之約定

冰島天氣變幻莫測，特別是鄰近北部地區，記得我們出發教會山前下著大雪，到達後立時轉晴，配合黃昏的暖和色溫，一切美得難以形容，怎料拍完後再次下雪。我們知道它在四時也有不同景致，春夏水盛澎湃，花開遍地，秋冬白雪紛飛，蓋上神祕面紗，我們 3 次到訪草帽山，拍下很多動人照片，就是沒有拍過極光，或許這是舊地重臨的最佳理由。

1	2
3	4 5

1. 奇異雲朵 / 2. 同學留影 / 3. 良辰美景 / 4. 航拍聖山 / 5. 別致旅館



郵局變酒店

這裡有座兩層高的特色酒店 Old Postoffice Guesthouse，顧名思義前身是郵局，新址已搬到遊客中心對面。



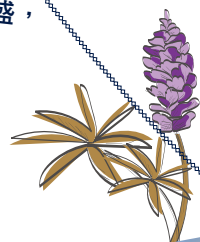


02

阿爾納斯塔皮

Arnarstapi

阿爾納斯塔皮是昔日貿易港口，繁榮興盛，
也是漁業的重鎮，如今轉為旅遊熱點，
擁有世界級的海岸奇觀，也有一段
戲劇性的歷史和傳說。





唯一的連環殺手

未介紹風景之前，先說說故事，Hellnar 附近的一個石堆，旁邊木牌上寫著「Axlar Bjorn」，任何冰島人聽到這個名字，都會顯露極度不安的情緒，因為那是關於一個駭人聽聞的恐怖事件：Axlar Bjorn 住在斯奈山半島，在一個農場工作，某天他夢中被呼喚，要爬到山上取一把斧頭，自此這就成為他的殺人兇器，第一次犯案時只有 15 歲，精神怪異的他後來殺人多達 18 個，包括農夫、旅客和小童，手法十分兇殘，1596 年被捕後判死刑，成為冰島唯一被揭發的連環殺手。

海岸步道 廣闊無垠

阿爾納斯塔皮全是火山溶岩地帶，造就了千奇百怪的地形，沿海步道可以一窺全豹，一座座岩漿石柱破水而出，外表巖巖起伏，石頭節理清晰可辨，頗像澳洲十二門徒石，常有海鷗盤旋不斷，也有長出青色的地衣。石柱旁有個小港口，有

1

2

1. 蔚藍全景 / 2. 奇特海洞



冰島漁業

冰島憑藉先進技術和先天地理因素，一直是歐洲漁業領先國家之一，亦成為冰島經濟重要部份。每 37 個冰島人，就有一個從事漁業，捕獲的魚類主要是比目魚、鯡魚和鱈魚，肉質新鮮嫩滑，令人回味無窮，在大部份餐廳都能品嚐。



家漁類批發公司 FMIS，竟佔全國一半的供應量，而阿爾納斯塔皮只是它其中一個市場。論當地最注目的自然奇工，一定是圓拱石橋 Gatkleitur，它與 Dyrholaey 不盡相同，範圍細小得多，卻可站在觀景台近距離接觸，水退時甚至可以去到石灘近觀，看看驚濤巨浪如何把一幅雄偉岩壁侵蝕至旋渦形狀。





星戰地貌 Londrangar

稀奇景觀不是 Arnarstapi 獨有，5 分鐘車程以外的 Londrangar 風景有過之而無不及，初次到來以為是星球大戰電影佈景，崎嶇不平的海岸線由近到遠，海中巨柱以石破天驚之勢隆起，屹立不倒在狂風巨浪之間，大海無邊無際，懾人心神，震撼不已。試過在暴雪紛飛的時間到達，狂風大作、飛沙走石，雪地捲起重重白浪，場面有如世界末日，真是難忘的經驗。



巨人傳說

Arnarstapi 入口有個巨像，是著名藝術家用石塊堆疊出來的，來記述一個巨人 Baroar 的經歷，故事篇幅甚長，也很深奧，有冰島人視他為守護者，很多地方都以他的事蹟而命名，可知其影響力。



1	2	5
3		
4	6	

1. 雀鳥群居 / 2. 晴天萬里 / 3. 海景步道
/ 4. 風雪飄渺 / 5. 星戰場景 / 6. 同學合照

世界攝一圈

冰島 夢幻絕景

出走大世界 極地攝一圈

作者
流浪攝。

編輯
林榮生

美術設計
Carol Fung

出版者
萬里機構出版有限公司
香港鯉魚涌英皇道 1065 號東達中心 1305 室
電話：2564 7511 傳真：2565 5539
電郵：info@wanlibk.com
網址：http://www.wanlibk.com
http://www.facebook.com/wanlibk

發行
香港聯合書刊物流有限公司
香港新界大埔汀麗路 36 號中華商務印刷大廈 3 字樓
電話：2150 2100 傳真：2407 3062
電郵：info@suplogistics.com.hk

承印
美雅印刷製本有限公司

出版日期
二零一八年七月第一次印刷

版權所有・不准翻印
All rights reserved. Copyright©Wan Li Book Co. Ltd. 2018
ISBN 978-962-14-6757-7
Published in Hong Kong



萬里機構



萬里 Facebook

