

何(靜)處尋?

噪音投訴，連年躍居香港人污染投訴第二位。

走在街上，司機為了催趕前面的路人、或者行慢了一秒的車輛而突然「響安」；搭地鐵扶手電梯時不斷提醒你「請不要只看手機，要緊握扶手」；乘巴士時則有電視機重複播放的宣傳片；去到哪裏都無法逃避的掘地修路、凌晨一點鐘樓上的腳步聲和拖凳聲……種種強迫性的聲音，簡直滲透到生活每一刻及每一角落。久而久之，我們也慣用耳塞聽音樂，以圖令個人聽覺空間與周遭環境隔離。

期待好的生活質素，不止關乎空氣和減廢，寧靜環境亦是必須。但慣了「以聲弭聲」的我們，對周遭的聲音反應卻愈來愈遲鈍，甚至害怕寧靜。當內心缺乏覺知，既不知道自己是生活噪音的受害者，也意識不到自己是肇事者。

聲音掏腰包舉辦「聲動校園」工作坊，圖為一位中學生畫的聲音地圖。



採訪／撰文：陳伊敏
攝影：譚志榮、曾梓洋、梁俊棋、徐子豪

封面故事 COVER STORY

66

67



雨夜的深水埗比平時安靜，權叔期盼今夜好眠。



用棉花加凡士林潤膚膏自製耳塞，每兩天換一對。權叔戴上自製耳塞，塞到最裏頭，便聽不到周邊人說話。

我的家很吵

自製耳塞劏房戶

七十四歲的權叔住在深水埗120呎的劏房，地板擦得一塵不染。他以往晚上十點睡覺，六點起牀；但一年多以前，樓下開了兩間菜檔後，便是他噩夢的開始，卸貨和開檔的噪音令他難以安寢。

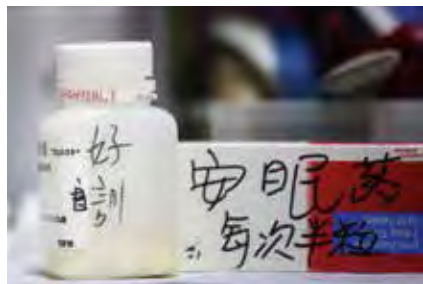
晚上十一點，大貨車運菜過來，卸貨聲音轟隆隆，震耳欲聾，「『如耳邊打雷』，牀都震，感覺好像地震，好刺耳！」早上六點半菜檔開舖，拉開鐵閘、疊起鐵架，卡板重摔在地上砰然巨響，金屬撞擊聲錚錚鏗鏘敲擊心臟；將近七點，豬肉檔開始剉豬肉、砍豬骨；雜貨舖也開檔了，一卡板一卡板擲下來……

凌晨一點多入睡，四點多醒來，「半睡半醒，像發夢一樣。」權叔躺在牀上，再眼睜也睡不着，想起身又很懶，只好望着天花到天亮之後再外出跑步，吃過早餐再回家休息。中午街市稍微安靜，便睡一個小時。晚飯後看一陣報紙就睡到被吵醒為止。

「生活習慣完全打亂。」他準備多一張牀墊，試過攤在廁所門口的過道睡。「改善不多。」

因為戴耳塞耳朵痛，他只好用凡士林做黏合劑自製棉花耳塞，兩天換一對，湊合用着。「真是沒辦法。」塞進棉花耳塞，面對面他聽不到記者說話。但即使窗戶緊閉，「那些嘈雜聲連塞住耳塞都聽到。」

失眠一年之久，起初自己去藥房買安眠藥，每晚吃半粒。後來看了多次醫生，「年紀大，醒來就難再睡着。」權叔原本是渡輪機長，在船艙裏工作了半世紀，五年前退休，幫人送外賣幫補家計。後來由於長期睡眠不足，沒有力氣跑動了。他為太太治病花去大部分積蓄，太太離世後，一個人在劏房獨居。子女成家了，他不想打擾他們。「免得他們心煩。」採訪中，他說得最多的就是「沒辦法」這個三個字。



藥物幫助一時安眠，卻無法在根本上改善生活素質。

Lucia和Michael一到夜晚就進入緊張狀態，等待樓上的噪音，情緒也容易煩躁。



夜半拖凳聲

年輕夫婦Lucia和Michael住在上環一個環境清幽的私人屋苑。

兩個多月前，樓上新搬來一對夫婦，女的每晚十點多、十一點便開始打掃衛生，有時凌晨一點還在洗衣服。男的凌晨回家後，各種拖拉傢俬聲就頻頻響起，在夜深人靜時格外刺耳。他們三天兩日便吵架，各種惡言罵聲從樓上清晰傳來，有時候還大打出手，可以想像雙方頓足捶胸的場面。

試過請看更提醒，也試過一晚報警三次，再後來向對方業主投訴，夜半噪音依然。

Lucia原本十一點入睡，樓上的動靜令她一點多才睡着，有時候甚至兩三點。「沒等他們吵鬧完就不敢睡，等所有動靜都結束了才能安心。」她試過一個禮拜有三天沒睡，頭暈、心跳快速，需要看醫生。家裏備齊了安眠安神的中西藥。「已經對耳塞有依賴，戴了才有安全感。」

Michael說，受到噪音滋擾很煩躁，但精神壓力大過睡不着的困擾。「我希望另一半住得舒服，她受折磨、睡不好，我也



對耳塞已經開始依賴，成為必需品。

很自責，希望盡快為她解決問題。」他說，已經決定多花三成租金搬去另外一處。

「睇樓時會特別謹慎，早上看一次，晚上看一次，在屋裏如果能聽到樓上的聲音，就不會考慮了。」Lucia一臉倦容。

是夜十點半，Lucia告訴記者，樓上已經連續彈跳了半小時，他們準備一到十一點就報警。但記者來到現場時，樓上紋絲不動，而警察停留十分鐘內，只有一聲響。

警察坦言，夜半噪音確實擾人，但噪音監管的執法真的很困難；收集證據要看是否有持續性；滋擾度這種主觀感受又用哪把尺來衡量呢？

警察走後，女子在門口大力拍門：「撞鬼咩，聽到聲就看醫生啦！」原來看更將樓下報警的事告訴了她。

隨後樓上傳來碰撞聲。Lucia再度報警。第二批警員了解情況後，到樓上拍門，可惜無人應答。

後來的日子，Lucia夫婦去了住酒店。

香港人，容忍力特高？

2011年，世界衛生組織將噪音列為九種影響健康的環境壓力，對於精神狀態、心血管疾病（高血壓、心肌梗塞）與學習能力產生影響。

香港言聽中心聽力學家董霍曉澄說，如果暴露在噪音環境85分貝每日超過八個小時／88分貝四個小時／91分貝兩個小時／100分貝十五分鐘，聽覺便會受損，且屬於神經性受損，無法醫治。

日常85分貝

站在繁忙的馬路邊、地鐵車廂行走時、巴士上的電視聲夾雜人聲，或多人一起說話、嬰兒哭啼、旺角鬧市播放音樂的商舖……以上種種日常環境都可以達到85

分貝了。如果此時戴耳筒聽音樂覆蓋外面聲音，聽力便會下降——手機音量超過六成、每天聽超過六十分鐘，數年下來，聽覺將受損。

當耳朵受損時，首先是高音部分聽覺受損，例如鳥叫和聽小朋友聲音較模糊。「你食咗飯未？」這句話「食」字和「飯」字會聽得不清楚，因為廣東話以低頻為主，耳朵受傷了不容易察覺。

25分貝以下的聲音能夠聽得到，就屬於聽力正常。根據經驗，外國人能夠聽到5-10分貝很普遍，例如針輕輕刮紙、手指輕擦頭髮發出的細微聲響；香港人卻普遍集中在15-20分貝的聲量，如指甲擦牆。

長期暴露在音量過大的噪音中，會令耳窩後面的聽覺神經線受損。



70
71

測量耳朵對不同分貝的反應；研究顯示香港人一般聽力比歐洲人低。



噪音影響健康

環境噪音可以令人感到煩擾及睡眠受干擾，但國際上至今並無具體研究結果顯示環境噪音會直接造成其他健康問題。環境保護署首席環境保護主任（評估及噪音）楊國良表示，環保署2012年與香港中文大學合作進行一個有關交通噪音對公眾健康影響的研究，訪問超過一萬個住戶，規模之大屬全球罕見。結果發現，在噪音令人感煩擾和睡眠受干擾方面，相比其他發達經濟體系的居民，香港人的反應較溫和。「對噪音的煩擾度較低的因素，包括與社區的歸宿感、夏天關窗開冷氣、與鄰舍感情亦有關係。」

中大職業及環境健康教研中心主任黃子惠說，研究指出，暴露在噪音高的地方，高血壓和缺血性心臟病風險增加，但噪音與這些疾病的因果關係仍未確定。「相對歐洲的情況，香港人對噪音敏感度低、忍耐力高。」

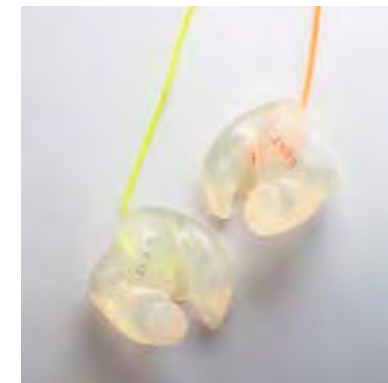
「人們通常對噪音有負面反應，有不開心的情緒表現。」他說噪音影響睡眠質素，令人驚醒、難以入睡。通常非持續撞擊性聲音對人影響最大，厭煩度最高、對聽覺損傷最大。例如開槍、打樁、大型機器運作、電單車行駛、修路鑿地等。而玻璃之類尖銳的高頻聲、低頻而響亮的強烈震動感覺，都會引起不安。



市面常見的帶過濾器耳塞，聽到人聲而聽不到超標分貝。



倒模度耳訂製的睡眠耳模，價值數百。



價格數千的倒模度耳訂製耳塞，常用於酒吧。



透過倒模度耳訂造的工地職業安全用的耳塞，每對約數百元。

減音耳筒

市面上的耳筒形形色色，入耳式耳筒、高科技耳塞都可以保護耳朵，在Hi Fi專門店、診所、聽力中心均可找到。至於倒模造的耳塞，則需要度耳訂製，較為貼服。工地用的全殼耳模罩住整個耳朵，可以減少噪音15-20分貝；睡眠用的半殼耳模，物料較柔軟，不容易掉出來，側睡也不會耳痛，可以隔音15-18分貝。裝有過濾器的耳模，聽得到別人說話，會將高低音平均降低，可減少12-15分貝，一般可用於酒吧、樂隊演奏等嘈雜環境。

少於5%全港隔音樓宇

不少人受家居噪音影響日常生活，但幾位資深地產經紀從業員均告訴記者，選擇樓宇時，單位是否朝向馬路、天橋，從來無人會問吵不吵？而樓層與樓層之間、單位與單位之間是否有足夠隔音，亦無人關注。

建築師陳祖聲發現，香港居民買樓時，景觀通常是第一考慮因素。例如東區走廊面對海景，不少人寧願放棄寧靜、或者選擇不開窗以保留海景。

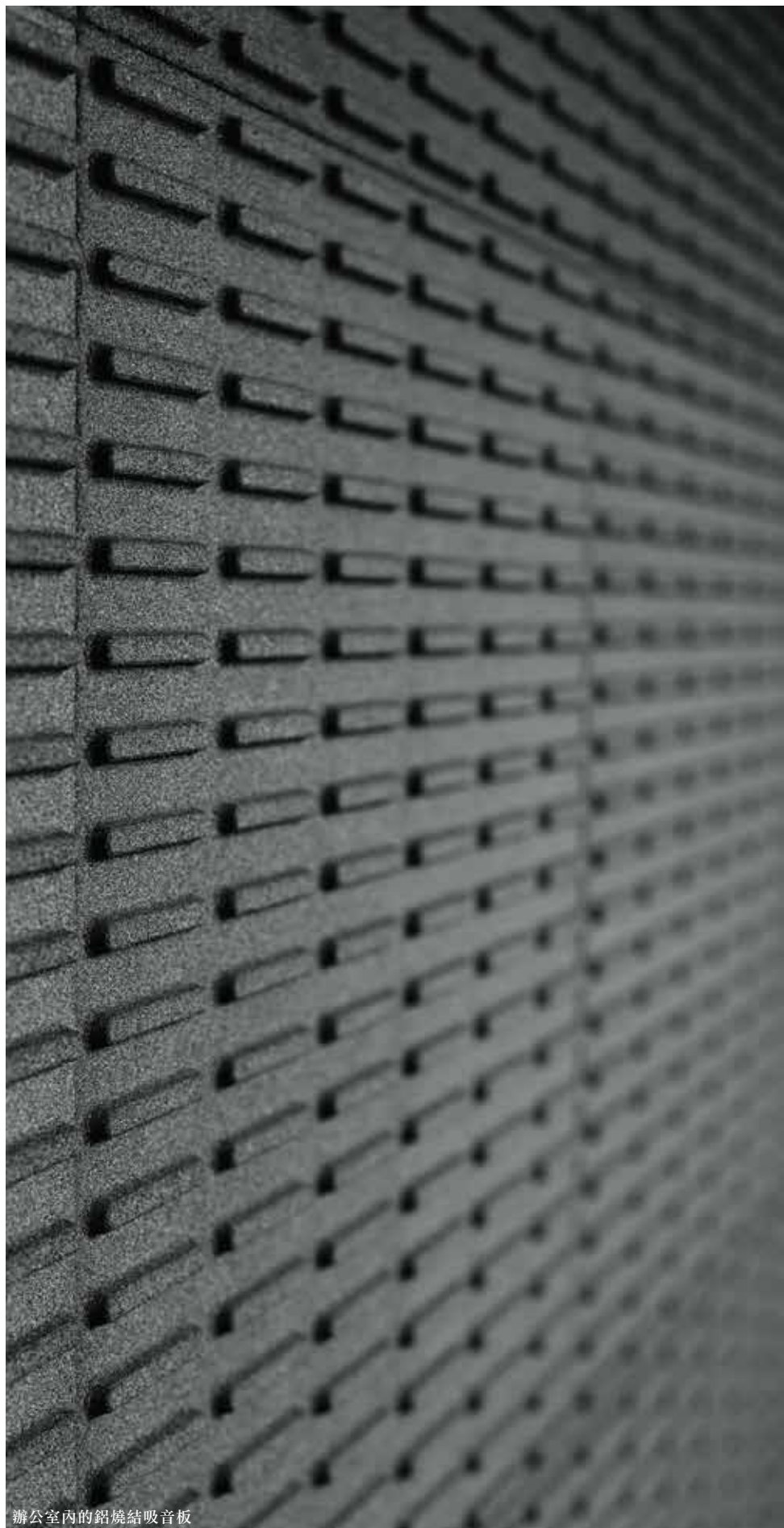
「空氣傳聲可以由關窗解決；但結構性傳聲即使關了窗也阻隔不了，因此在設計時已憑經驗作出判斷。例如玻璃幕牆會透過窗框傳聲，因此需在窗框裝隔聲棉。但會在隔音方面花工夫的，一是高檔物業，另一種是以出租為目的樓宇，因為考慮到噪音投訴的麻煩。」陳祖聲說，現行的《建築條例》規定承托力，是考慮安全標準而訂出，並非以隔音為考慮，除非電梯槽緊貼單位。增加地板與牆的厚度雖有助隔聲，但會損失實用率，一次性買賣的樓宇通常都不會這樣做，外國建樓時均有相關參考指引，連門的隔聲效果亦有要求。他認為，單位與單位之間、走廊與單位之間的隔音方案，不應只由業主決定，「屋宇署和環保署應提高標準規範。」



浮築地墊，適用於木及磚地板的建築隔聲隔振產品。



牆身隔振掛碼，隔絕隔聲牆與結構牆的振動傳遞。



辦公室內的鉛燒結吸音板



香港建築聲學集團有限公司聲學專家梁永仁

備受忽視的建築聲學

「吵」，一個字難以描繪出聲音的具體細節。「家居噪音十分多樣化，從建造到家居設計和裝修前就要想好。即使本地的機械噪音和交通噪音減少，路面隔音屏障亦增加了，但家居的聲學環境仍未受關注。」

香港建築聲學集團有限公司聲學專家梁永仁表示：「成熟的市場可令每個人都能找到合適自己生活標準的選擇。可惜香港樓宇並非用家主導，大多數人買樓看重海景、大窗。既然市民無這方面意識要求，發展商便無誘因去考慮更好的家居聲學效果。」

「做好樓宇分層隔音的建築成本只需增加0.1%，據我經驗了解只有不到5%樓宇才考慮完整隔音方案，多數集中在高檔次服務式樓宇。」梁永仁主要為服務建築師和承建商提供整體聲學解決方案，他從多年的經驗中總結道：香港樓宇隔音做得好與不好其實與價格和技術無關，而是取決於對寧靜生活的價值觀念。建築聲學在香港發展三十年來，吸音、隔聲、減振等技術已經相當成熟及先進。

「香港並非無隔聲技術而是無足夠聲學觀念。反觀內地建築觀念已經領先香港，了解到通風系統、能源管理及聲學管理等，都會影響生活質素。」該公司的客戶亦以內地佔絕大多數。

他說，相比建築噪音和交通噪音，家居噪音更難處理，突發性的噪音最令人難以接受，但不是沒有辦法，很多情況都是可以解決的：打麻將是最傳統的低頻撞擊聲，拖、拉桌凳也是家居最常見的，而小朋友在家裏跳動及玩耍更是生活情趣。撞擊性質的噪音，最直接有效解決問題的方法是在木或磚地板下安裝浮築地墊，但需要樓上住戶安裝了浮築地墊，才幫到自己，自己安裝就幫了樓下，「最合理就是發展商整棟樓一起做。」

消音妙法

樓宇減噪除了消音，還要減振。原來，剝東西時砧板墊一塊避振墊，可減低剝東西的傳聲，屋內裝吸音材料可改善音質。不銹鋼洗滌盆底隔劈劈啪啪的水聲靠阻尼墊可以防止。地鐵很吵，因為車輪與鐵軌運行摩擦、導致整個車廂搖晃、振動產生再生噪音，車廂地面可用阻尼墊消滅及舒緩，阻尼墊只需十多元一平方呎。

窗外車聲／有人說話，只要安裝雙層玻璃窗，或者安裝微孔技術的吸音薄膜，既隔聲又能開窗，再配合隔音窗簾；至於隔壁單位電視機聲，則可以在牆身用隔音氈。

諸如樓上的吵架或拖拉傢俬的噪音，可用隔音懸置器。單位與單位間的隔音，則可用房中房的技術，牆身用隔震掛碼，天花用隔音懸置器、地板用隔音浮墊等

等。但樓上裝修，只能靠管理加以控制，例如鑿牆、鑽洞可集中一個時間處理。

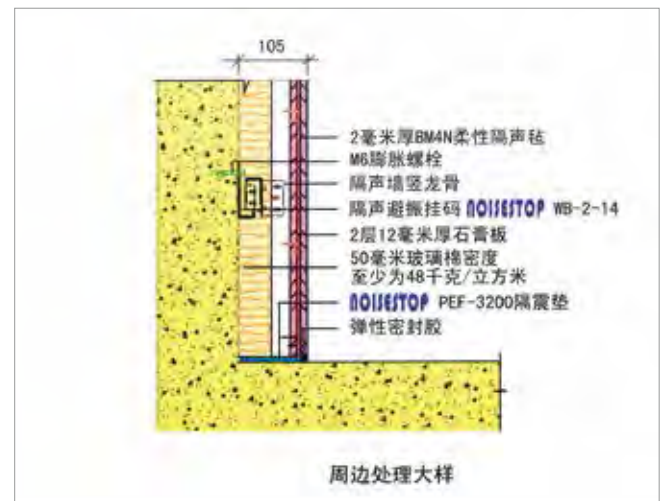
隔聲外還要吸音

「人們大多只是籠統地形容吵，卻未有區分音質和聲量，良好的聲學環境要考慮隔音處理和音質處理。」梁永仁分析道，村屋牆身和地板都是較薄的硬材料，隔音差；而一般村屋設計為長方形或正方形，噪音在傳播過程中經過多次反射形成迴波，不僅傳聲，而且音質差。

梁永仁強調，除了隔聲，吸音也是必須的，聲學最早便是為宗教服務。在教堂崇拜時，很多人說話都會聽得清晰。如果完全吸音，就好像兩個人在球場聽人說話的空曠感，無反射聲。如果完全吸音，又好像兩個人在密封的石屎房說話，反射過強導致回音。高級西餐廳為何感覺較靜，因為吸音做得好。當你感覺安靜，說話便愈小聲。音質改善了，聽來舒服就不用大聲叫喊。

有人認為，中餐廳吵是為了製造熱鬧氣氛。梁永仁反駁：「熱鬧是要聽得到對方說什麼，才是真正舒服的氣氛。大家鬥大聲，只是喧鬧，而非熱鬧。」原來，聲學環境做得不好才會吵，要改善不無辦法：推車可以用橡膠輪；廚房用雙重門與外面隔離；碗碟碰撞聲可藉着阻尼墊減振……若一切成事，不知道下次吃飯時會否有不同體驗？

牆身隔聲：增加結構面密度，當結構面密度增大一倍時，隔聲量相應提高6dB。一般以犧牲使用空間來提高隔聲量，然而使用錯位頻譜相移原理BM4N能增加面密度，又能節省安裝空間。



隔音浮墊，可用於經常彈跳的舞蹈室和健身房地板。

添加阻尼墊後可減低撞擊聲



建築噪音 誰家附近沒有地盤？



中環的地盤比比皆是，對不少人造成不同程度的困擾。

儘管是山寨式測音也可想像分貝之高，工程一停，降到四十分貝。



中午裝修聲暫停，Eva終於可以睡個好覺。



(上) 本港樓宇交易頻繁，令裝修工程此起彼落。
(下) Jie擔心噪音對孩子的成長造成重大影響

躲不了的裝修

樓上的裝修工程準時開工了，分秒必爭。當鑽牆聲突然響起，Eva從睡夢中嚇醒。她沒有哭，似乎很快適應，並在客廳奔跑。大概是這些聲音對兩歲的她而言並不陌生——自從出生便有裝修聲陪伴她成長。

"duck!duck!"Eva目不轉睛盯着電視機的卡通畫面，她雖然聽不到噪聲中的電視聲，卻仍看得津津有味。關了電視後，她開始玩玩具。風車鋸連續響了半個小時後，她突然扔掉玩具，拿起遙控器，按來按去。大概是以為像關電視一樣，可以「關掉」樓上的噪音。後來她開始顯得煩躁，說不出是哪裏不妥，總黏着媽媽，一副快哭的樣子。

Jie一家居住這個單位兩年以來，聽着樓上樓下不同單位的裝修聲長達兩個多月。在半山居住十多年，搬過幾次家，卻始終難逃裝修聲。「我住在紐約六年，一次都沒聽過裝修聲。美國曼哈頓買賣樓宇大多不是為了投資，而是居住，很多人從小

到大都住在同一地方，只是小修小補。但香港樓市買賣頻密，舊住戶一走，就大肆裝修了，再轉手便賣個更高價。」

以前她在家辦公，刺耳的聲音令她難以集中精神。女兒出生後，噪音更令她增添了擔憂：「孩子的承受力沒有大人那麼強，她無法言說，也沒有明顯表現，但當中的傷害如何評估呢？」大多時候，當裝修聲開始時，她便帶孩子出去走走，或者去朋友家中睡午覺。

「誠然買樓有權裝修，但住戶也有權享受安靜的生活空間，有權選擇自己生活當中應聽什麼和不應聽什麼的。一戶裝修，波及四周，影響大多數其他住戶的權利，卻沒有任何補償機制，干擾的製造者在申請裝修工程時，除了時間管理，並沒有明文規定要求需要用保護措施來降低噪音。

「其實搬到哪裏都有可能面對這個問題。」風車鋸再度響起時，她只能以最快的速度抱着女兒外出躲避。



午飯時噪音停了，柴子文終於可以開窗透口氣。

生活在工地之中

文藝復興基金會秘書長柴子文的辦公室就在中環奧卑利街的十樓，每天工作時恍若置身在地盤當中。

辦公室隔壁在拆樓，荷李活道舊中區警署正在裝修，100米外的一棟私樓剛剛打完樁，持續了一兩個月，振聾發聵，「只能習慣這不是地震。」辦公室的窗戶一直緊閉，夏天可開空調，冬天便成了悶局。

白天工作效率低，夜幕降臨方得一份難得的寧靜。他往往工作至午夜，凌晨才入睡。就連在家中受盡樓上裝修的侵擾，睡覺要戴耳塞。

早晨，裝修噪音拉開一天的序曲，柴子文被吵醒後，帶着睡眠不佳的軀殼一路聽着鋪地掘地的噪音踏入辦公室，此時拆樓的樂章奏響了，直到中午一點鐘稍微停止，他趕緊打開窗戶吸一口空氣，並集中處理工作，等到下午兩三點地盤開工時，便從辦公室走出去德輔道中吃個午餐，沿途噪音依然不絕於耳，除了人聲鼎沸，還有各種鑿地鑽

地聲、巴士煞車聲、的士或私家車「響安」聲、大廈空調抽氣扇呼呼聲。

在噪音中生活和工作，一開始聽會很煩躁，心頭壓抑，不知道哪裏出了問題。時間久了，漸漸感到注意力難以集中，容易累且很焦慮。

「這正是香港自身的焦慮；要不斷保持經濟增長，樓市暢旺。移民湧入，人口膨脹，要不斷拆樓、蓋新樓、蓋更多的樓……地產擴張，霸權令人無法招架。歸根究柢，是中環價值製造了噪音。」



柴子文編著的書，「噪音」是指社會上不同聲音，與他的實際生活形成荒誕反差。

柴子文認為，中環價值為本港製造大量噪音。



街上隨時可見地盤工程，但寧靜的工程設備並非主流。





78

79 這位在街上賣菜的小販說，他平時聽人說話都有困難。

可有可無屏障？

嘉咸街、卑利街、結志街等街道的市集，在地盤建築聲中，不但聽不到叫賣聲，即使距離不遠，小店東主說話時仍要配合手勢。噪音令顧客匆匆而過，失去了從前流連的熱情。

卑利街工地發出的鑿地聲，此刻徘徊在75-81分貝之間。附近的街坊說，今天算是「斯文的了」，平時更加難耐。賣雜貨的大叔說：「吵到心都裂了。」

鄧兆強邊測分貝邊搖頭，怎麼可能完全沒有隔音屏障？！



只有帆布沒有隔音

工地與外面的小販牌檔只有一塊帆布阻隔，不少地方已經充滿破洞。理工大學屋宇設備工程學系教授鄧兆強實地考察後，發現這裏沒有任何隔音屏。「商業區就可以不理嗎？從人性化角度，起碼要有一些隔音板、圍板才像話。他們應該戴上耳塞。」

小販們幾乎與地盤一起開工，一起收工，聽足一整天。記者在幾條街中調查，所有人都說：「好吵！」受訪者中無一人戴耳塞。不少小販都說：「現在已經夠吵了，塞住耳朵就更加聽不到顧客說話。」

有的小販敢怒不敢言，「我們出聲可能會被趕走。」也有的人十分順從：「人家起樓，難道不給他起嗎？起樓就是這樣的啦。」

賣日用品的小販檔主李小姐將收音機開到最大，希望可以覆蓋工地的聲音。她對



大工地上，真的無法做任何隔音嗎？或者真的沒必要嗎？

記者說：「從年底吵到現在，頭痛耳痛、收檔後耳朵嗡嗡聲，別人講話聽得愈來愈不清楚。約了耳科要排到10月才有得看！」

她續說，「中午通常都不會停，工人輪流吃飯。拆樓時沙塵滾滾，不知道打樁時身後的舊樓會不會倒塌壓死我們？！」因為顧客嫌吵嫌大塵，這幾個月來她的生意跌了幾成。「沒辦法，要交租，還能到哪裏去呢？」她無奈地說，並拿出一個耳塞給記者看，那只是聽音樂用的headphones，戴了也不管用。

「打樁的時候，看看怎麼死！」一位菜販哀嘆了一句。

隔音靠自覺

記者致電現恆建築有限公司地盤總管黃錦明，查詢該工地的隔音事宜。他說，隔音屬於自律的部分，而現場的帆布是分隔地盤與公眾之用，下周將開始用隔音屏

障。記者問為何現在才準備造隔音屏障，他說是工程進度原因，要搭建好圍街板才能造隔音屏。打樁前會再通知方圓五十米有管理處的單位和小販檔。

鄧兆強說，此說法令人費解。房屋署總土木工程師黃鴻強亦表示，房署建房時，工地一開工就要做好隔音措施，諸如拆樓、打石、打坑、打樁這種噪聲較大的工序，用隔音屏障或者流動隔音板都可以減少噪音，雖然並非法例規定，但也不容忽視。

市區重建局回覆記者查詢時重申，中環卑利街／嘉咸街發展項目的地盤(B)，現正進行樓宇建造的前期工序，包括修改圍街板及拆除舊建築物的地腳等。項目的合作發展商按照《噪音管制條例》的規定，在早上7時至下午7時的非限制時間內進行相關工作，預計今年5月初完成。至於稍後進行的地基工程，合作發展商將會嚴格依照屋宇署及環境保護署的相關條例和守則進行。

但地盤在施工過程中是否加建隔音屏，目前並不屬於法例管制範圍，主要是靠自覺。「隔音屏障僅四、五呎高，如果你住二十樓，效果不大。」環境保護署首席環境保護主任（評估及噪音）楊國良認為，如果強制執行，可能會拖慢施工進度。況且在哪個工序加建隔音屏障、加到什麼程度、限制到什麼分貝，標準是什麼，都需要整個社會溝通達成共識。

「我們希望引進更多低噪音機械和建築方式，例如拆樓時不用風炮，改用油壓，先夾爛結構。如果由市場主導，選擇謹慎的承建商、加上投訴人與地盤的直接溝通、透過現有投訴機制，由環保署介入督促，目前還是行之有效的。」

雖說「行之有效」，但街販的惡劣處境卻未見半點改善，可以點？

許多人會問，投訴噪音是否要超過某個分貝？原來大部分鄰里噪音的管制，並非通過分貝來衡量，而是人親身感受的滋擾度和持續情況等。受到噪音滋擾，亦並非只有搬家一條路。

投訴有門？

環境保護署首席環境保護主任（區域評估）陳楨林



環境保護署首席環境保護主任（評估及噪音）楊國良



東區	181	24
南區	42	139
灣仔	154	40
九龍城	95	47
觀塘	99	22
深水埗	114	45
油尖旺	60	63
黃大仙	144	55
離島	170	56
葵青	46	25
北區	102	43
西貢	117	37
沙田	96	8
大埔	243	4
荃灣	87	10
屯門	477	108
元朗	254	1185
總數(宗)	2673	

成功個案

尖沙咀諾士佛台一家酒吧因住客投訴，遭環保署轄下的噪音管制監督發出消減噪音通知書，要求晚上11時至翌晨7時，將由酒吧內發出的聲音減至「聽不到」的程度。酒吧上訴，後來上訴庭裁定「聽不到」是個人主觀感覺，要求並不合理。最後終審法院卻推翻上訴庭的裁決，裁定噪音管制監督發出噪音消減通知書是合理的。

2004年，著名爵士樂手羅尚正（Ted Lo）在寓所內作曲時用腳踏地板打拍子，被樓下住戶報警投訴，警方最後向羅作出票控，裁判官裁定羅腳踏拍子的聲響擾鄰居清夢，判羅罰款3,000元。法官基於噪音確是從羅的寓所發出，而這些連綿不絕的低音頻率，會破壞當時寧靜的環境。加上事發時一般人已就寢，的確造成滋擾，因而裁定他傳票票控罪名成立。

過去五年，本港平均每年發出消減噪音通知書和成功檢控的違例工商業噪音有五十多個個案（投訴個案平均每年2,000多個），建築噪音則有七十多個（投訴個案1,000多個）。

「愈來愈多市民知道自己的權利，這可以反映在投訴數字上。大部分個案在發出通知和口頭勸諭後都得到了改善。」環境保護署首席環境保護主任（區域評估）陳楨林說，從過去三年的投訴數字看來，整體而言投訴最多的是工商業噪音，噪音主要來自商場、食肆及工商業大廈的冷氣或通風系統。分佈地區主要是商場夾雜的住宅區、住宅與工商業樓宇毗鄰的舊區如：中西區、東區、灣仔、大埔、元朗及屯門等。

分門別類式監管

環保署表示，一般來說工商業活動的噪音，包括通風系統和鐵路列車行車噪音等，由環保署負責關注。關於鄰舍活動的噪音（如鄰居的電視聲），及於公共地方發出的噪音（街上清晨貨車卸貨）、防盜警鐘誤鳴等，則由警務處負責管制。一般於限制時間內（即下午7時至翌日上午7時及公眾假期全日）的建築噪音，包括鄰居裝修聲、地盤的打樁聲等，則由環保署和警務處共同負責管理。至於月台廣告、巴士車廂內大聲播放的電視宣傳節目，這些屬於運輸業對服務對象提供的其他額外設施，不受《噪音管理條例》所管制，市民可以向服務提供者反映。

「環保署說一間酒吧的聲浪並沒有超標，但是十多間酒吧一起吵，便難以判斷來源。」中西區區議員許智峯說，中環Soho區每個禮拜都有人投訴士丹利街、伊利近街營業至深夜的酒吧、那些站在街上喝酒聊天的顧客。但投訴後即使警察來到，大家可以安靜片刻；等到換了一批客，又故態復萌。陳楨林稱，「如果是酒吧室內傳出來的聲音，由環保署管制；如果是人走到了街上，則由警察執法。即使每個人說話用正常聲浪，但是整條街的說話聲加起來就很大了；但警察也沒法捉整條街上的人，令執法有難度，只好靠公民自律。」

2013年噪音投訴

環保署接獲的個案	4,514宗
接獲警方轉介的個案	1,943宗

環保署2013年接獲各類噪音投訴個案數目

投訴類別	總數（宗）
工商業噪音	2,673
建築噪音	1,185
鄰里及公眾地方噪音	484
交通噪音	142



中環Soho夜生活一邊是盡興，另一邊卻成為別人的噩夢。

「對於拆樓這種產生巨響的工程，外國有一種『移動的帽子』，罩住頂部要拆的部分，也罩住了聲音。對於拆樓，用『剪碎』的方式也可以減噪；挖地可以像切蛋糕一樣，切開再挖；打樁也可以給頂部撞擊部分，套住再打。」香港聲學學會主席、聲學及環境工程師郭美珩說。這個月，學會將舉辦一個寧靜施工國際研討會，邀請日本、歐洲的專家來分享經驗。

不是寧靜施工的奢侈品



香港聲學會前主席何德建（左）及現任主席郭美珩

幾盞水晶燈換來寧靜

「世界衛生組織曾提出關於『睡眠障礙』的指引——夜晚睡覺時八小時的噪音最好平均30分貝或以下，不要高於45分貝。」

郭美珩說，英國和歐洲國家在建房時有相關的建築守則（building codes），關於建築的牆身和地台的隔聲及隔震均有要求；反觀香港，造地台時加墊減震等隔音設計卻未能普及，主要因為建房時未有相關規管和要，建築商亦因為設施不外露而不會優先考慮。除了游說發展商、承建商、建築師、室內設計師，也要教育市民提高要求。「這成本，只是幾盞水晶燈的價錢，卻可以改善很多人的生活質量。」

郭美珩認為，要營造寧靜空間，大至城市規劃，可以將噪音分區，將經濟活動與住宅生活空間分開；小到住宅單位與單位之間，也可以用分區。有一位醫生因為樓上的女士高跟鞋走動滋擾，後來設計為盒中盒的隔音設計，自我隔離。在巴士上被迫收看流動電視，亦可以設立靜音區，將小喇叭安裝在某些座位，同時提供開關按鈕。

她認為問題在於市民不認為好的聲學環境是必須的，反以為是一種「奢侈品」。「現在的新趨勢不應再是less bad，而應該more good。」

城市化後遺症

香港聲學學會前主席何德建講解傳聲的原理時，為小型音樂盒上鍊，發出微弱的聲音，「這是空氣傳聲。」他將音樂盒放到桌上，聲音頓時增大許多倍，「這是結構傳聲。」桌子就是一個擴音器，一如打樁時聲音通過振動而來，隔聲就是要將聲源與傳播媒介（桌子）分開。他將音樂盒拿起來，聲音又小得聽不見了。

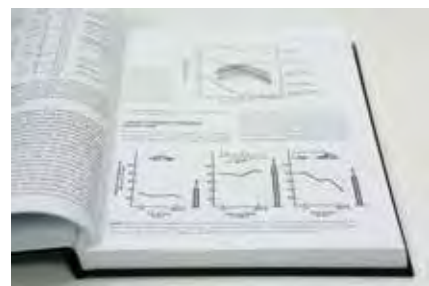
「在人煙稠密的城市當中，香港對環境噪音的管理和投入算是領先。」他說，香港對環境噪音和聲學的重視，是從建築噪音開始，因為在城市化過程中大興土木帶來了大量噪音。其後是交通噪音，慢慢關注鄰里噪音，如打麻將、冷氣機滴水、唱卡拉OK等。市民對生活噪音的接受程度與生活水準有關，除了立法，亦應該靠市場壓力，並從公眾教育着手。「可惜香港高校教聲學的專業也愈來愈少了。」



將軍澳市鎮公園的運動場露天劇場，距離住宅區180米，作為露天表演場地又不影響居民生活，聲學管理應該怎樣做呢？天幕可以擋雨又可以隔聲，表演聲音會從天幕折射到觀眾席，喇叭都安裝在座位下，座位最末端安裝了吸音板，外面則是石屎隔聲屏障。

香港聲學學會

香港聲學學會成立二十年，目前會員約440人，成員除從事聲學設備和研究噪音問題的專業人士外，還包括建築師、工程師、環保人士、學者，以及政府部門如機電工程署和環保署官員等。業內人士有感於香港地少人多，噪音問題頗為嚴重，如交通噪音、機場噪音、工業噪音，以至冷氣機、電視機聲浪，甚至市民「打麻將」的聲音等，遂於1993年成立香港聲學學會。



聲學既深入生活，又大有學問。

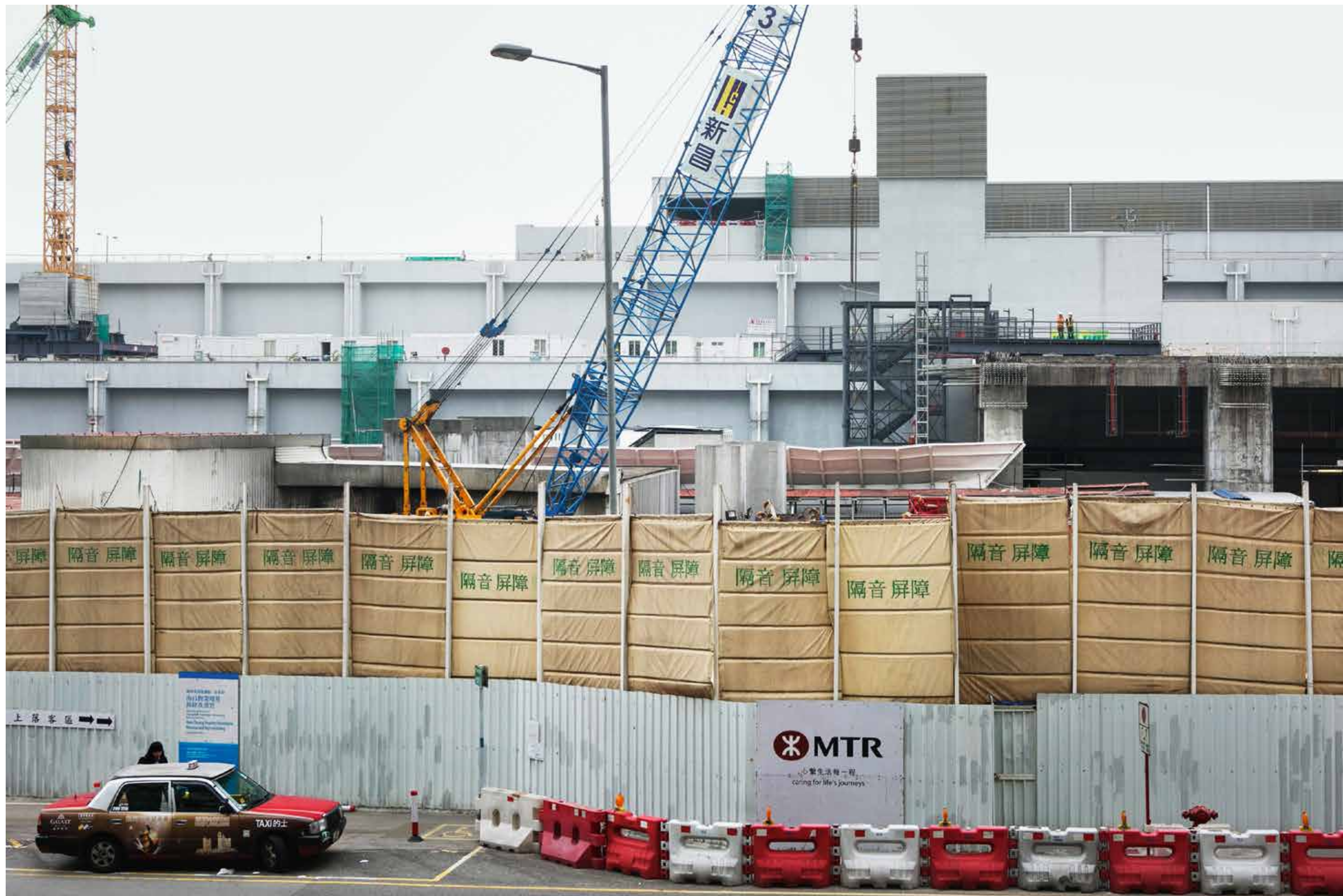
香港的道路長度2,090公里，車輛登記數超過六十三萬輛。

交通噪音跟工商業、建築及鄰里噪音不同，不能透過《噪音管制條例》完善規管，最有效的方案是透過規劃讓道路遠離民居。但礙於香港市區環境土地資源有限，住宅樓宇依大型公路網絡而建，還是難以避免。

道路交通產生的噪音，已成為影響居民生活質素的重要原因之一。如何解決？

交通噪音的 解決之道

各式各樣隔音屏障



理工大學校園內聽得到鳥叫，升起的平台也是避開馬路噪音的一種方式。



調查發現，香港有逾兩成八住戶的室內噪音水平超標，近五十萬人受噪音高度干擾。

香港人愛方便，於是總有一條車路在你左近。

「八十年代前，很多道路和行車天橋都是靠近或者穿過住宅區，環保意識薄弱，規劃和建造道路時未有加入減噪措施。」

⁸⁶ 環境保護署首席環境保護主任（評估及噪音）楊國良說，《雙星報喜》中有一個橋段，車開到清風街天橋死火了，司機下車，拍人家的窗門求助，可見道路與民居如何接近。

「香港是世界上其中一個人口最稠密的城市，地少人多，土地資源有限，不像悉尼和墨爾本等獨立住宅區。以往規劃欠妥善，當經濟發展蓬勃，商住混雜的社區活動繁多，難免有環境噪音。」

舊區死症

1980年代中開始，環保署在《香港規劃標準與準則》中加入交通噪音標準，

1998年將交通噪音標準納入《環境影響評估條例》，所有新建的主要道路都必須按照交通噪音標準來設計，規定要使用合適的噪音緩解措施。楊國良舉例說，東涌新市鎮、酒店和商場擋在住宅前面，馬路亦加了隔音屏障和隔音罩。西九龍公路離開美孚新邨居所150米，隔音屏障三米高。「過去有人批評隔音屏障不美觀，如一塊大鐵，於是屯門公路市中心路段，嘗試做了隔音屏美化。」

然而像九龍東走廊、天后清風街、薄扶林山道天橋、深水埗舊區等舊式道路和天橋的噪音，依舊影響市民。很多人問，為何不加隔音屏障呢？

「絕大部分舊式道路和天橋都沒辦法加建隔音屏障或者隔音罩，例如要考慮是否阻塞緊急通道或者救火、阻礙行人和車輛視線，但缺乏足夠空間及結構承托力是最常見的原因。」他說。

以低噪音物料鋪路是另一種減噪方式，然而用在高速公路、一般路段和斜路，或者很多重型車輛起步或煞停的地點，則很快損壞路面，反而引起更大噪音。近年

環保署與大學合作研究減音窗和減音露台，希望紓緩交通噪音。

真正隔音

香港理工大學坐落於暢運道與康莊道交界，鄰近紅磡海底隧道及港鐵紅磡站，站在紅磡站出口的行人天橋，車聲、人聲、宣傳活動鈴鐺敲擊聲混雜震耳欲聾，分貝測量儀顯示即時分貝徘徊在84.5到85.6分貝。來到最接近校園的馬路邊，車多慢行，巴士經過時74.9分貝，貨車經過時86分貝，電單車駛過是84分貝。來到理工大學圖書館門口，校園人聲和鳥語之中的分貝是60到64分貝。

「理工大學升起兩、三米的平台，也起了隔聲效果。」香港理工大學屋宇設備工程學系教授鄧兆強說。他近年專注研究隔音露台和隔音窗。何文田學生宿舍樓外，在非繁忙時間樓下天橋的交通聲，大概是76.1到80.2分貝。當來到安裝了雙重玻璃隔音窗的十四樓宿舍，開窗時分貝數為55.3到58.1分貝；關窗時則是41.1到43.6分貝。而開窗幅度、每塊玻璃之間的距離、高低差距皆有考究。「如果外高內矮，將會更加隔音，但通風減弱。」

傳統雙層玻璃可有效減少噪音對環境的滋擾，卻損失了自然通風。由於可用的地面面積愈來愈小，在樓宇外加建擋音牆、隔音屏障未必可行。雙層通風窗的設計提供了雙贏的解決方案。外面裝了隔音板，反射到樓下，兩側有吸音材料，防止聲音傳入屋內。「能開窗又減噪音才是真正隔音。」鄧兆強說，每個窗要多花一萬多元成本，但如學生的居住環境得到改善，便很值得投入。

房署為深水埗榮昌邨面向西九龍走廊的單位，加設了減音露台。



公屋隔音露台

截至2013年3月31日，香港約有204萬人（佔人口約30%）居住於公屋單位。公屋的隔音，影響着三分之一人口的生活質素。

香港覓地難，公屋需求激增，不少公屋都要建於繁忙的交通要道旁，但噪音嚴重令部分單位或因未達法例要求而流失。房屋署聯同香港理工大學合作研發減音露台及減音窗，配合玻璃屏板及建築鱗片等隔音設計。減音露台首次應用在深水埗榮昌邨公屋中，未來更有機會用於其他受影響屋邨。

房屋署副署長（發展及建築）馮宜萱解釋，為避開馬路交通噪音，公屋一般是用背對馬路的單向性設計，在設計視覺上較沉悶，也會損失一定數量的單位。

榮昌邨臨近西九龍走廊，噪音高達78分貝，如果解決不到噪音問題，將會損失200多個單位，同時會浪費一片最好的景觀。但高架橋因不堪重負無法加設隔音屏障，因此做不到源頭減聲。經兩年半研發和模擬測試，當局決定為面向西九龍走廊的單位加設減音露台。

減音露台設計既可曬衣服，也可隔音，保留景觀，又有天然採光減少耗電。露台外加設玻璃屏板擋聲，露台內用吸音物料吸音，因樓層和位置差異，可減少2.5至6.4分貝。每個單位的隔音露台比普通露台成本多五萬。

隔音露台，採光通風隔音一舉三得，日後有望推廣。



理工大學何文田學生宿舍的隔音窗開窗後，保持通風，同時隔音。





香港以車為先，車輛成為主要噪音來源。



理工大學何文田宿舍附近有大地盤，加上繁忙的道路，製造雙重噪音。



香港中文大學地理與資源管理學系客座教授林健枝

音景轉移視聽

香港中文大學地理與資源管理學系客座教授林健枝說，香港道路網絡密佈，車都可以到家門口，道路交通噪音是香港噪聲的主要來源。最吵的部分，與外國大城市差別不大，但次吵的部分卻高於其他大城市。

從事環境管理研究三十多年的他說，香港地少人稠，在繁忙路段限制交通流量及在路邊加建隔音屏障，僅以減少噪音的傳統方法管理聽覺環境，不足以全面解決現今的交通噪音問題。以往管理聲量環境的方向，主要是除去人所厭惡的噪聲，是消極的做法，現在則是締造優良的聲音景觀（soundscape）。

「這並非要滅絕聲音，而是增加好的、令人舒服愉快的元素，例如半島酒店門口的噴水池，便可遮蓋梳士巴利道的交通聲音。」他認為，道路種樹可以考慮果樹，吸引雀鳥棲息，形成天然的唱機。像銅鑼

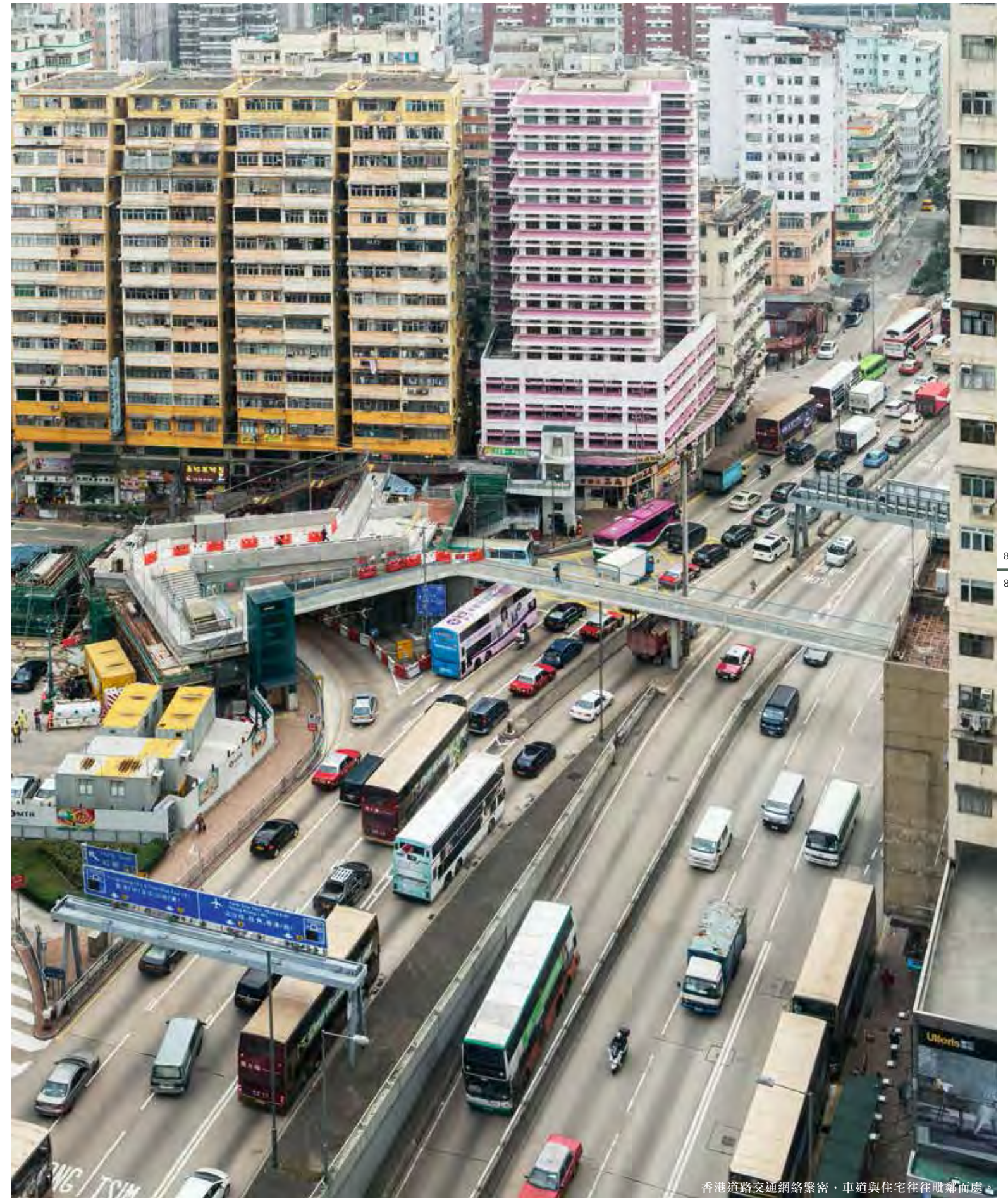
灣、旺角這樣的鬧市，可以播放大自然的聲音如鳥叫或水聲。

他以鑽石山的南蓮園池為例，解釋何謂好的音景。整座唐式園林坐落於大老山隧道鑽石山出口附近，西鄰荷里活廣場，毗連地鐵站，南界龍翔道，東臨斧山道。繁忙交通噪音會影響池園寧靜的氣氛。走出地鐵站，熙來攘往，人聲鼎沸；但一入園便聽到水聲潺潺，令人渾忘世俗，實現了大隱隱於市。箇中原因，主要是巧妙地創造了音景轉移視聽：園內播放琴箏的悅耳之音，餐廳外的瀑布澎湃之聲蓋過馬路車聲，加上綠樹環抱，儼如圍城，樹木和假山不但掩蓋了車輛噪音，亦能讓人放鬆，成為視覺屏蔽噪音；馬路邊的石頭館字畫對聯吸引途人注意力，這是心理屏蔽噪音。

「減噪同時要確保寧靜的地方不會變吵。香港的郊野公園保護十分重要，是都市人可以逃離噪音的環境。歐洲也有立法保護安靜的地方。」他強調。

Soundscape 聲音景觀

Soundscape由加拿大作曲家Murray Schafer率先提出。他於1970年代初期發起「世界音景計劃」，從多角度探討聲音的環境，着重喚起大眾對聲音的意識，記錄環境中的聲音及其特色變化，並推動聲景觀作為應對噪音的措施。Schafer更將這些聲音稱之為「環境的音樂」。1973年加拿大的音景調查小組出版了《The Vancouver Soundscape》一書，奠定了溫哥華被稱為「世界音景首都」的地位。



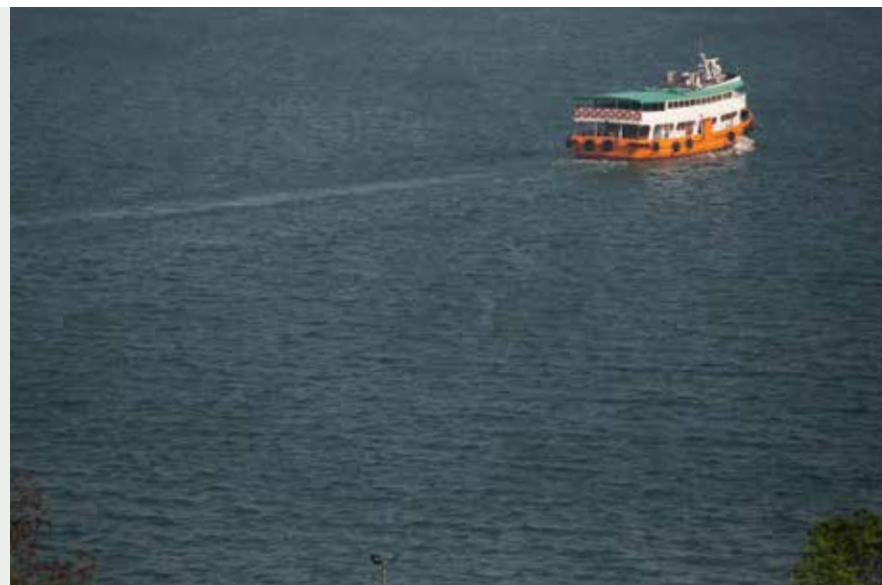
香港道路交通網絡繁密，車道與住宅往往毗鄰而處。

理工大學屋宇設備工程系副教授周志坤研究過聲音與視覺之相互影響，當交通噪音減不了音量時，如何減少煩擾感？

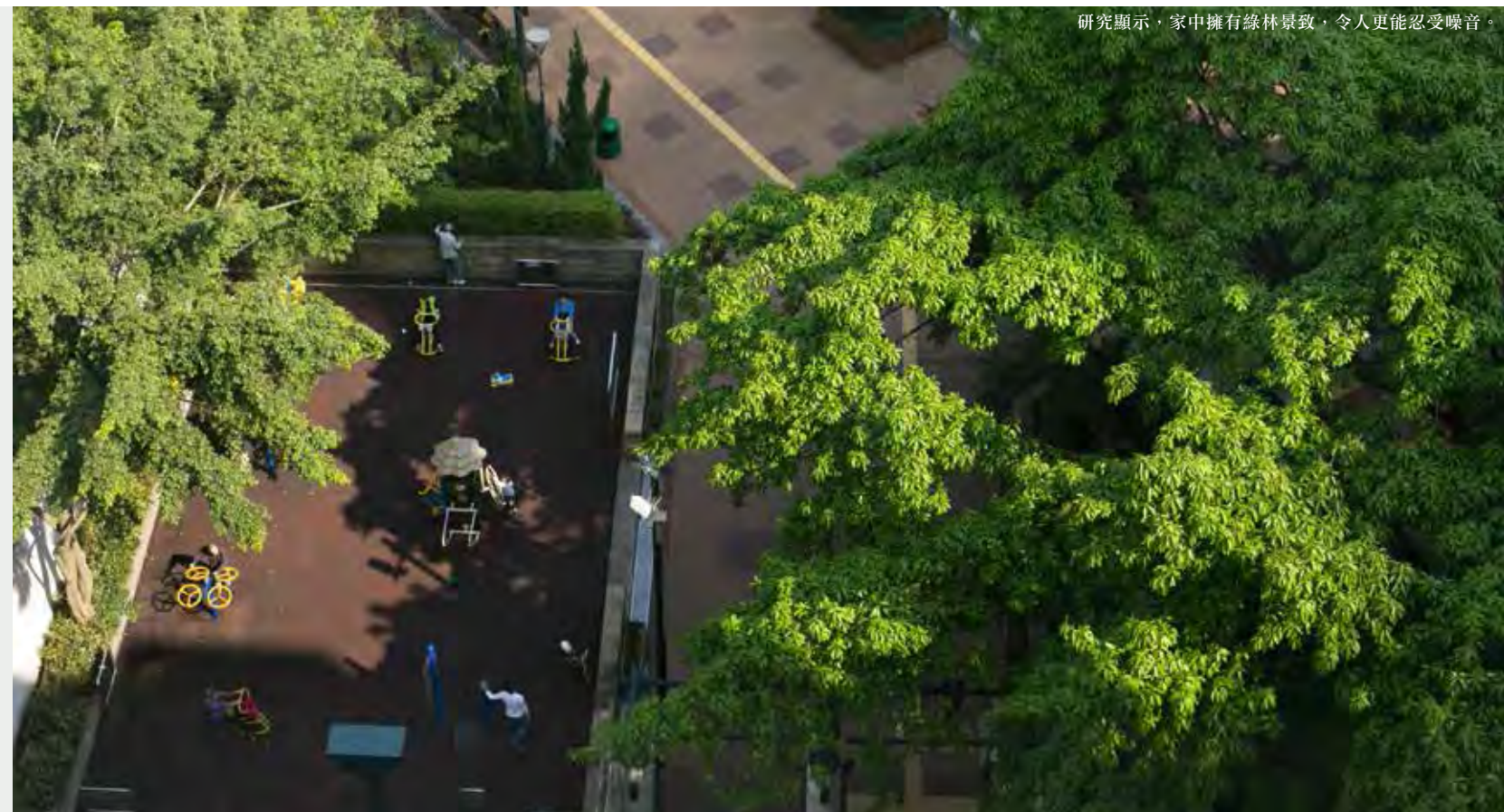
聽同一種聲音，看不同景象，感受有何不一樣呢？

原來，家中窗戶若能眺望海景或綠意盎然的林木，除可令人心曠神怡，連忍受噪音的能耐也能提高。

林減)) 景噪： 好過 過海 景



香港人買樓以海景為先，但綠林景對減低噪音帶來的煩擾可能更有效。



理工大學曾以飽受屯門公路噪音滋擾的荃灣麗城花園逾800名居民作研究，發現擁有綠色自然林景單位的居民，相對無綠林景者，對同一水平噪音的抵受能耐高近五倍至八倍；海景單位居民抵受噪音能耐，亦較無海景者高兩成至兩倍。但對四十歲以上居民而言，綠林景致效益更勝海景。

分析單位景色與其對噪音抵受能耐的關係後，周志坤發現，同樣沒有綠林景，「長時間逗留在家者」覺得噪音煩擾程度低的機會，會較「短時間逗留在家者」高出3.09倍；但如「長時間逗留在家者」家中擁有少許綠林景，已可令其覺得噪音煩擾程度低的機會高7.8倍。

海景的影響則不及綠林景明顯，尤其對於四十歲或以上年長居民而言，即使家

中有海景，覺得噪音煩擾程度低的機會，只較無海景的年輕居民高出28%。然而年輕居民的單位擁海景，相對單位無海景的年輕居民，覺得噪音煩擾程度低的機會高出2.15倍。

大自然景色令精神放鬆。周志坤分析，長留在家的居民可能「習慣」了噪音而不覺煩，故除了單位景色外，逗留家中時間對其自評噪音煩擾程度也有重要關係。

為研究如何降低交通噪音的煩擾度，多個實驗正在進展中。例如比較望海與望河，哪種視覺效果更有助降低噪音煩擾度？例如馬路上見到隔音屏障與否，聽着同一個噪音水平，煩擾度有何不同？隔音屏再鋪綠草會不會更好一些？綠草可否緩和壓力與煩擾度？

記者亦步入實驗室做白老鼠，戴上耳機聽各種車聲和流水聲的組合，例如比較車聲與流水聲一樣大、大3分貝、小3分貝、大6分貝、小6分貝等的差別。

研究人員初步發現，流水聲混合車聲比噴泉聲混合車聲，更能減輕煩擾度。目前的階段趨勢是流水聲比車聲大3分貝時效果較佳。

人聲和車聲的組合研究十分有趣，在車聲比人聲大6分貝、人聲比車聲大6分貝兩種不同情況下，研究發現人聲主導時令人更感煩擾。影響煩擾度的環境因素包括視覺、當時在做什麼（在看書還是看電視），再加上個人因素如對聲音的敏感度，以及噪音的分貝等等……通通都會影響結果。



理工大學屋宇設備工程系副教授周志坤。



香港浸會大學視覺藝術院助理教授麥海珊說，長期生活在人口密集而嘈雜的環境中，就像處於自我保護之中，令香港人不敢「打開耳朵」，「恐怕一放開去聽，耳朵就會爆炸。」

她說，香港人談聲音，一般都是關於噪音、度分貝、隔音等等實用及科學性的角度，很少從文化研究角度看。人們會為紀念舊天星碼頭拍下了大量照片，卻鮮有人想過，鐘響的聲音就是紀念一個地方的soundmark，回放着個人故事和集體回憶。

為了保存稍縱即逝的聲音，BBC發起Save Our Sounds聲音保存計劃，邀請网友上传世界各地的聲音片段，建立世界聲音地圖。香港也有一批年輕人，在嘈雜的環境中，打開耳朵，聆聽自己的城市，建立屬於我城的soundmark。

耳朵的覺醒

S
O
U
N
D
M
A
R
K



古樹名木包圍的卜公花園，讓人休憩身心。

起伏的斜坡與台階，車輛少進，卻因而令上環一帶保留了一片難得的寧靜。



永利街的寧靜角落，貓獨享。

鬧市中尋靜

92
93
你身邊有沒有一些地方可以逃離噪音讓耳朵喘息？寧靜並不是死寂的狀態。「蟬噪林愈靜，鳥鳴山更幽。」便是以聲寫靜，以動襯靜。在喧囂吵雜中，我們更明白安靜的可貴。

中西區關注組召集人羅雅寧說，她選擇住所，寧靜是首要條件。一直選擇住在上環，也是由於日常生活中，仍有不少逃離喧囂環境的角落。維多利亞城建在山坡上，有很多單行道，台階令交通不便，加上很多古樹名木，有風聲、落葉聲、飛花聲、鳥叫聲、流水聲……彷彿為鬧市保留了一曲輕音樂。

音頻路線

由普慶坊開始，途經卜公花園、堅巷、堅巷花園、醫學博物館、裕林臺一號、霞飛閣、永利街、必列者士街兒童遊樂場、華賢坊西、華賢坊西東、中和里休憩處、士丹頓街72號尚賢居、匡景居公園、城皇街、太平山街、四方街與東街之間的後巷，再抵水巷、磅巷、差館上街後巷、竹連里、荷李活道公園。





94

95

日本藝術家鈴木昭男曾在觀塘渡輪碼頭表演拋釘子聲音，聽起來與市區很不同。



區詠欣及鈴木昭男帶領學員在嘉道理農場聽樹行

反思日常之聲

「聲音掏腰包 (Soundpocket)」主要致力推廣聲音藝術和聆聽文化，而聲音圖書館是其中一個計劃，徵集香港各種日常的聲音素材和照片，上載至網頁供大眾細聽。

「說實話，以聆聽為主題的聲音藝術目前較為小眾，不是太多人留意到聆聽經驗的價值。聲音藝術很抽象，而日常我們接觸的資訊又快又多，飽受各種視覺衝擊，你叫人聽一段東西，通常聽到頭三秒沒有特別的就會轉身走了。」Soundpocket經理黃嘉淇說，香港會留意到光污染，卻未必會思考聲音污染；而聲音不只是噪音或者藝術，還與大眾生活息息相關。「我們希望鼓勵更多人閉上眼睛只聽聲音，重新審視自己的生活習慣。」

2013年舉辦的《聽在》聲音藝術節及聆聽體驗營，邀請來自英國、美國、意大利、日本及香港等地藝術家，帶着年輕人

在空曠的觀塘渡輪碼頭聽拋釘、在嘉道理農場聆聽植物的聲音。

聲音圖書館項目經理蘇璋琳說，目前「採聲人」有六十到七十人。採聲人的生活歷練和背景迥異，創作聲音藝術的手法和概念也各有不同。她自己一開始便關注聲音的細微變化，例如街頭表演，天橋、隧道、下雨、晴天，環境與空間不同，表演效果也不一樣。



推廣聆聽文化的蘇璋琳（左）和黃嘉淇（右）。

音頻路線

有採聲人錄下鞦韆擺動時鐵鏈與支架磨擦出有規律的聲音，石硤尾中央遊樂場和南豐新邨3座對面公園鞦韆的擺動，原來是不一樣的聲音。

www.thelibrarybysoundpocket.org.hk/listen/swing-2/

www.thelibrarybysoundpocket.org.hk/listen/swing/



廿四節氣也有聲

霜降
農曆九月十九
物候：豺乃祭獸，草木黃落，蟄蟲咸俯。

「不少朋友也先後到國外看紅葉黃葉，我在香港也看到，雖然不多，不過美麗的楓香樹葉已變黃，飄下，走過時踏着枯葉的沙沙聲，每一次都不盡相同。」

採音人鄺永嘉用了一年時間，順着二十四節氣錄下香港的氣象物候與周遭環境的聲音。「香港應該有自己的節氣特點，我想透過聆聽去了解環境的轉變。每個節氣之間變化不是太大，但每六個節氣就可以聽到其變化。初春聽到季候風聲音，漸漸聽到蟬聲，然後迎來蟋蟀聲，最後是冬季季候風聲……」他分別在春分和秋分錄下梧桐河的河流聲。相隔半年，原來速度、流向、流量都有差別。

「節氣與人是互動的。」除了自然，他還會錄人聲。冬至這一天，他錄下到上水舊墟買菜人山人海、討價還價的聲音。清明這一天，他錄下親人聚在一起上山掃墓的腳步

聲。在錄音過程中，還體會到很多古老的智慧。例如秋風剛起，他還會聽到夏天的蟬聲音，這就是老人家所說的「爭秋奪暑」。

「城市化令人忘記了如何與自然相處。」他希望通過聲音和自然重新建立關係。但他感慨，在香港很難找到真正安靜的地方。「新界東北的農田會聽到廢鐵場或停車場的聲音。人的活動總是以自我為中心，很荒謬。」



音頻路線

- ① 從東鐵粉嶺站走出來幾分鐘，就到了蝴蝶山徑的入口。三分鐘內，車聲漸漸從耳邊退去，鳥叫聲也愈來愈大。
- ② 粉嶺遊樂場，這片風水林的大樹枝繁葉茂，坐在樹下，便聽到有蟬鳴、蜜蜂嗡嗡聲、有五六種不同的鳥叫聲，周圍低密度住宅的風扇，也格外惹人注意。
- ③ 北區公園，門外廣場，幾隻鴿子發出咯咯聲。公園風景如畫，有園林地帶、人工湖及人工瀑布，綠草如茵，樹梢透過陽光的映照如輕紗般鋪滿草地。

鄺永嘉從粉嶺火車站出發，五分鐘內就到達另外一個世界，片刻逃入綠色與寧靜當中。





音頻路線

- ① 船街，涼風撲面與溪流聲入耳，如今成了一個嘈雜的大工地。
- ② 船街的寧靜已經被大工地的建造聲取代了。王鎮海說，上次來船街感覺完全不同，附近的著名鬼屋帶有陰森感和一份清涼，如今再聽不到流水聲，因為斷流了。
- ③ 碎石邨對面的坪石遊樂場的山丘，鳥叫夾雜有附近回收場的卸貨聲。

- ④ 土瓜灣T字形的小路兩端連接大道，在這裏會很不自覺就想仰望一下藍天，周圍除了建築工地跌落石屎聲外，也有冷氣機風扇聲。
- ⑤ 觀塘道啟德大廈一帶，這片綠色沁人心扉。
- ⑥ 皇后大道東的適安街，從皇后大道轉入，大樹下有自成一格的「遁逃」空間。鈴木昭男當日「希望站在這裏的人可以察覺到大街建築物之間的隙縫就像狹長的裂縫伸展出來。」



不要害怕安靜

九十後年輕藝術家王鎮海近年對聆聽這件事愈來愈有熱情，對聆聽也有新的理解：「聲音內容都不是重點，而是如何聽；專心聆聽比製作聲音更重要。」

2011年，王鎮海大學最後一年，與友人在葵涌舊式工廠大廈合租了一個單位。進駐才驚覺地板不停地震，鐵門不停地搖！那是樓上兩層製造電腦零件的大機器運作時所發出的低頻聲音和振動，每天維持二十四小時，由星期一早上8點半到星期日早上8點半，整個500多呎的單位成為一個大音箱，「入心入肺，腳和心口都能感覺到聲音，身處工作室根本分辨不到聲音從哪個方向傳來。」

後悔莫及，唯有哀嘆，「睇樓要選閒日，不能在星期日上午。」然而「基於合約精神和窮苦學生的刻苦耐勞」，即使工作受到困擾，睡三個小時便自動醒來，他在這個工作室生活了一年多。

強忍着，有一天真的習慣了，後來還苦中作樂，嘗試主動聆聽這種聲音。原來這台機運作的規律、速度節奏跟天氣和作息時間很有關係。他甚至錄下這種聲音，將之加進一些聲音設計工作，效果不俗。

聲音細膩處

大學畢業後，他第一份工作就是做電影音效剪接，負責硬效果和環境聲。每天沉浸在音效庫中，聽數不盡的武器發射、打鬥、鐵聲、汽車經過等等各類聲音，「日常用於形容聲音的詞彙很少，描繪聲音很多時候要借視覺或其他事物來比喻，否則很難討論，工作給我帶來重要的耳朵訓練——聆聽的敏感性，留意聲音的細緻。」簡單如花盆跌落的聲音，是跌在木地板上還是石屎地上？如果是石屎地，跌下過程包含了瓦撞石屎的碎裂聲、泥土散落、植物搖晃的聲音……

「找一個安靜的地方比吵鬧的地方難得多。」王鎮海去年設計了一個有關環境音效的片段，畫面是一個大草地，一棵樹都沒有，也沒有水，意味着無鳥叫、無蟋蟀、無水滴聲。搔破頭皮都想不到哪裏有「又安靜又無鳥叫的地方」。最後去了南丫島東灣，登上一個不着草木的山頭，卻不時還是有一兩句鳥叫。他將錄音設備指向天空錄空氣聲，「這聲音難以形容，一聽就知道是空曠的地方。」

「城市人在大自然留久了，會因太過安



王鎮海拿着「聲音掏腰包」的出版物，邊走邊對照鈴木昭男當日的手繪速寫。



王鎮海驚歎，日本藝術家鈴木昭男怎麼找到彩虹坪石遊樂場這個小山頭作為「音點」；這是本次行程與當年面目最無變化的一處。

靜而害怕。」他學習接受周遭的聲音，並從中聽出一點韻味來。深水埗鴨寮街與桂林街交界的公廁，某次如廁時在臭氣熏天中隱約傳來莫札特管弦樂的《土耳其進行曲》，「這個廁所第一次令我切身思考聆聽時、地、人三者的關係。」

尋音點音

日本藝術家鈴木昭男年輕時開始在世界各地不同的城市尋找「聆聽好去處」，並把在城市中享受聲音的活動名為《點音》。他在地面噴上耳朵加腳印形狀的白色印記，希望提醒人站立在印記上專心傾聽。幾年前，他在香港灑落了不少「點音」。從土瓜灣開始，一路「聽到」摩星嶺。

「專心去聽，尋東西聽，其實是很累的。」王鎮海當日跟着鈴木昭男一起「踩點」，「聽了什麼已經不記得，第一次去感到疲倦，不知道有什麼特別。只是平時不留心，認真聽才知道有事在發生。」幾年後故地重遊，他體會到「聽到什麼聲音並不太重要，關鍵是他提出一個邀請，你可以停下來，聽一陣。」



離島 寧靜

不再 迷信

後記

市區吵雜毋庸置疑，但離島的寧靜也並非唾手可得。

為了逃離市區的喧囂，記者數年前選擇蝸居南丫島。

樓下住了一位在島上開小店的設計工作者，兼賣手作果醬。深夜萬籟俱寂的時候，聽着蛙叫蟲鳴的同時，也聽到對方以金屬器皿觸碰瓷碟時清脆的叮噠聲、刀切東西落在砧板的聲音，碟與杯子「砰」一聲放在桌上的聲音，還有食物從碟上刮下來的聲音、金屬椅從桌下拉出來又被小腿撥動到另一邊的聲音……

村屋更容易透過結構性傳音；也因為鄉村較為寧靜，深夜的聲響便格外刺耳。經過多番溝通、中間人調停，改善了一段時間又重演夜半噪音。鄰居習慣要在夜間勞作和做果醬，且認為噪音是別人敏感。

離島度假屋如雨後春筍拔地而起，都市人逃離都市，到接近大自然的地方休息，可惜卻將鄉村都市化，帶入城市的生活作息和娛樂活動，使之失去原有的寧靜。有街坊更因度假屋的聲浪滋擾太甚而不斷搬家。

要真正「減噪」，我們只能期待的，大抵是公民意識的覺醒，以及自身忍耐力的修行。▶