

練跑抗乙肝 病君變極地賽常客 長氣袋水警闖南極馬拉松

以長跑治療肝炎，他被醫生視為無先例的第一人；稍後，他將遠赴南極出戰極地馬拉松，成功的話，或將是完成世界四大極地馬拉松的首名水警人員。快將退休的洗水福前半生平平無奇，卻因長跑而頓悟人生，成就傳奇。

大公報記者 葉漢亮

55歲的洗水福駐守水警南分區，今年10月將赴南極參與馬拉松賽事，並非自小喜歡跑步，愛上長跑更是偶然。

「2000年我確診患了乙型肝炎，肝酵素急升，屢醫無效，醫生告訴我可能只得數年命。」憶述壯年罹患不治之症，洗水福面色凝重，正當絕望之際，有同事卻建議他以跑步對抗肝炎。

「據我的常識所知，乙肝患者需多休息，切忌劇烈運動，加上我的腳曾在1989年受傷，之後稍為操勞便會隱隱作痛。左思右想了好一段時間，最終才決定『以毒攻毒』，用長跑對抗肝炎。」

腳患肝病離奇消失

世事無絕對，2003年他天天跑步後，肝酵素迅速回落，腳患也神奇的轉好，「感覺愈跑愈精神，也愈來愈愛上長跑」，談到類似「神蹟」的轉變，皮膚黝黑的洗水福臉上展現猶如頑童般的笑容，「4年後因要接受打針療程，醫生着我停止跑步2周，豈料期間肝酵素突然急升，醫生也摸不着頭腦，表示並無類似我的先例，但鼓勵我要繼續跑步。」

跑出好身子，也愈跑愈膽壯，2010年洗水福開始參加極地賽事，先後征服戈壁沙漠、智利阿他加馬寒漠，以及非洲撒哈拉等3場極地賽，今年10月他將到南極參加賽事，完成的話，便完成了世界四大極地馬拉松賽。

雙腿為癌病者籌款

他說：「跑步改變了我的一生，我也希望跑得更有意義，因此我利用參加極地馬拉松賽來籌款，加上稍後的南極賽事，希望可以為防癌會籌得20萬元，資



▲洗水福以堅定的意志完成多項難度極高的馬拉松賽事

►生於水上家庭及熟悉水性，促使洗水福投身水警
本報記者何嘉駿攝

助50名癌症病人買藥。」

從「病君」變成極地馬拉松健兒，洗水福認為要完成極地賽事，除了體能還需要克服心魔，「極地馬拉松需要參賽者自攜可應付7天賽事的食物、醫療用品、衣飾等物品，賽事開始時要背上約10公斤的背包，在一大片沙漠上長跑，有時3、4個鐘都見唔到一個人，因此懂得應戰沉悶與驚恐，成為完成賽事的關鍵

。」

「比賽時間不停地走，晚上就睡在帳篷，餓了就把熱水加進脫水飯來吃，在沙漠當然不會有水沖涼，但見到好多靚女都幾日無沖涼，我粗人一個，有咩大不了。」談到比賽的經歷，洗水福愈說愈開心，也愈說愈神氣。



▲洗水福展示3場極地馬拉松獲得的紀念獎牌

本報記者
何嘉駿攝

加入水警逾30年的洗水福，學生時志願是到夜總會「吹喇叭」，後來聽從中學老師的建議加入警察隊，他最初希望加入警察樂隊，及後他逐漸發現自己的音樂天分不高，出生在水上人家庭和熟習水性的優勢，令他選擇加入水警。

回望過去，洗水福曾經站在處理05年世貿韓農示威的最前線。眼賦細心的他，又有「秘技」辨別漁船有否偷運人蛇。

洗水福表示，中學時學習吹小號喇叭，中五畢業後本來打算到夜總會做樂師，但老師擔心他在品流複雜的工作環境學壞，遂建議他投考警察。光陰似箭，2005年，灣仔會展舉行世貿組總部級會議，大批韓國農民來港示威，釀成激烈衝突，洗水福當時剛巧在機動部隊受訓，立即由水警變陸警，與韓農對峙。

他當時為更有效執行職務，自學了簡單的韓語，希望在維持秩序時方便溝通。他憶述當時會出現多次驚險場面，例如有韓農向警察拋了一條鎖鏈，警員與韓農遂爭奪拉扯，豈料有警員的頸項突然被鏈纏着，他定一定神，大叫「唔好扯啊！」同僚趁機及時掙脫，否則，後果不堪設想。

洗水福對八、九十年代，時有非法入境者從海路來港的歷史印象深刻，據他表示，有經驗的水警都可從燈光照射在船身的光澤，觀察船隻是否久失修，從而判斷是否偷渡船。他解釋，偷渡船外表殘舊、維修保養較差，偷渡船「顏色暗啞」，正常渔船船身較光亮。

六月正式退休的洗水福，希望日後能到學校演講，分享人生經歷，並與不同人士暢談長跑心得。

離船登岸智鬥韓農

男子墮樓撼欄「分屍」慘死



▲男子墮樓分屍，上半身殘肢跌落大廈地下馬路，警方用小帳篷遮掩殘肢
本報記者麥國良攝

【大公報訊】記者麥國良報道：屯門及九龍城有兩人墮樓。一名財困男子，昨晨從屯門慧豐閣23樓單位墮下，飛撞平台邊緣欄杆，身體斷成兩截「分屍」慘死，上下半身分別遺留平台及地下馬路，死狀恐怖。另外一名女子，疑因感情問題爬出九龍城一幢舊樓頂層外牆棚架，對峙3小時後直墮消防救生氣墊，僥倖檢回一命。

墮樓「分屍」慘死男子周×興（34歲），家住屯門碼頭湖翠路慧豐閣2座23樓某室，懷疑近日受財政問題困擾，出此下策結束生命，但無留下遺書。昨日凌晨4時26分，屋苑姓丘（55歲）管理員聽聞轟然巨響，查看赫見大廈低層平台花園，出現人體下半身殘肢；相信屬於同一人上半身，跌落大廈地下馬路，急急報警求救。

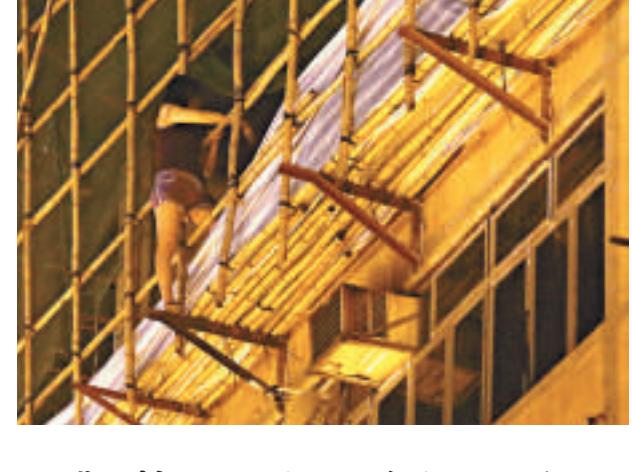
警方迅速查悉死者身份，懷疑事主拆除睡房窗花，打開窗戶跳樓自殺，撲倒低層平台花園邊金属欄杆，身體當場斷成兩截。由於場面過度恐怖，警方以兩個小帳篷遮掩平台公園及馬路邊殘肢。唯事隔近10小時後，仵工延至昨午2時許才到場運走恐怖屍體。

女危站「狗臂架」3句鐘

另外，一名姓周女子（35歲），近日與姓林丈夫（48歲）感情出現問題和鬧分居。昨日凌晨零時許，周女致電丈夫時發生口角情緒激動，爬出九龍城鴻運街28號7樓頂層外牆。現場有維修工程搭建棚架；女事主戴眼鏡、穿T恤及睡衣短褲、腳有穿鞋，危站支撐棚架的「狗臂架」鐵架上吵鬧。

鄰居見情況報警求救，女事主拒絕返回安全地方，與警員、警方談判專家，及消防救護員對峙3句鐘，在「狗臂架」盡頭約1呎闊位置，單手握着棚架遊走、打手機及抽煙，搖搖欲墜令人心驚膽跳。消防員見情況危險，在地下張開救生氣墊。直至凌晨3時許，女事主疑不支失足墮樓，幸好跌落救生氣墊範圍檢回一命，留院情況穩定。

鄰居見情況報警求救，女事主拒絕返回安全地方，與警員、警方談判專家，及消防救護員對峙3句鐘，在「狗臂架」盡頭約1呎闊位置，單手握着棚架遊走、打手機及抽煙，搖搖欲墜令人心驚膽跳。消防員見情況危險，在地下張開救生氣墊。直至凌晨3時許，女事主疑不支失足墮樓，幸好跌落救生氣墊範圍檢回一命，留院情況穩定。



魚販疑遭「整蠱」九缸海鮮全反肚

【大公報訊】同行如敵國？

九龍城街市大廈一間海鮮檔，昨日發生「殺魚疑案」。

檔主近日買入一批海上鮮，預備今日端午節應市，怎料昨晨發現9個大魚缸內飼養的海鮮，突然集體「翻肚」死亡，血本無歸損失近10萬元，惹來「行家玩嘢」疑雲；但警方經調查，發現電錶故障停電導致魚缸氣泵停頓，造成海鮮缺氧死亡，至於電錶停電原因，則有待查證。現場商販為表清白，齊聲表示與事件無關。



▲肇事的海鮮檔發生集體「翻肚」，多個魚缸已空空如也，檔主欲哭無淚

男子中三槍倒臥啓晴邨

【大公報訊】九龍灣昨晚深夜爆發懷疑開槍事件，一名男子懷疑被持半自動手槍槍手伏擊，身中3槍倒臥啓晴邨梯間昏迷，警方趕至立即將傷者送院搶救，現正深入調查事件是否涉及黑幫仇殺。

事發昨晚深夜11時24分，現場為九龍灣沐虹街啓晴邨樂晴樓一處梯間，出事屋邨原址為啓德機場範圍，屬於剛落成及逐步入伙的新屋邨。初步現場消息指，現場遺下3枚彈殼，懷疑槍手使用半自動手槍行兇。

警方消息指，事發時接報指上址梯間，有男子懷疑受槍傷，派員到場調查發現男傷者已經昏迷，立即召救護車將其送往觀塘聯合醫院急症室搶救。

現場消息稱，受傷男子懷疑姓廖（43歲）身中3槍，其中兩槍擊中胸口，另外背部亦中1槍。由於案件涉及槍擊，警方大為緊張，派出大批荷槍實彈，並穿上避彈衣及頭盔人員，大規模封鎖現場及展開搜查，圍捕涉槍手歸案，氣氛極為緊張，直至案件來龍去脈，包括傷者遇襲原因，仍然有待追查。

2013年才落成入伙的啓晴邨位於九龍灣啓德發展區內，共有6座樓高35至40層的住宅大廈，其中樂晴樓為俗稱Y形的非標準設計大廈，樓高39層。

休班警睡夢呼吸困難亡

【大公報訊】短短5日內，兩名警務人員猝死！繼上周二一名休班警員，在酷熱天氣警告號下於西貢跑步期間暴斃；昨日又有一名休班重案組探員，在香港仔警察已婚宿舍寓所內，睡夢期間呼吸困難昏迷不治，警方相信事件無可疑，惟探員死因有待驗屍確認。

夢中猝死重案組探員姓黃（54歲），人稱「黑柴」，生前駐守港島總區重案組，來自「警察世家」，其胞兄亦是前警務人員（退休前為警署警長），與家人同住香港仔海洋公園附近警察學院（香港仔）已婚宿舍。

死者有吸煙及飲酒習慣，原本明退休，身體尚算健康無明顯嚴重疾病。家人突然接獲死訊，傷心落淚。去年4月，葵涌貨櫃碼頭爆發大規模工潮，黃在一次「撐碼頭工人」遊行中，更被人拍攝到穿着便服，在遊行隊伍中出現及吸烟；有人一度向警方投訴。

夾萬傻賊報警求開鎖落網

【大公報訊】一名懷疑失常漢，前晚涉嫌從天水圍偷取嫂嫂載有重要文件及10萬元財物夾萬，並將夾萬搬至屯門一輕鐵站附近，無法撬開夾萬後自行報警「求助」落網。另外，上水坑頭村亦發生偷夾萬案件，一名老婦報稱失去180萬元名表首飾。

被捕男子姓陳（32歲），前晚9時許懷疑從天水圍富苑寧富閣兄嫂寓所，偷取一個1呎高夾萬，將其搬至屯門鳴琴路近石排輕鐵站附近路邊，出盡牛二虎之力，都無法撬開夾萬。

其間有人報警「求助」，聲稱想取回文件，但失去夾萬匙，又無法擰開夾萬，警員聞言哭笑不得。同一時間，疑人兄嫂亦報警求助，表示家中夾萬被人抬走，失去重要文件及10萬元現金首飾。警方相信有人企圖對夾萬內財物打主意，當場將陳拘捕帶署扣留調查，疑人兄嫂無損失。

上水坑頭村一名姓邵（76歲）老婦，昨晨7時許報警，聲稱寓所內一個夾萬失蹤，內有3隻名表、2隻鑽石戒指、1對耳環及20枚金幣，合共180萬元財物。警員到場調查，老婆婆再報稱擺放房間內，約值8000元的2隻手表及金器被人偷去。現場門窗沒有被撬，亦無搜掠痕跡，警方正調查案件是否熟人所為，暫時無人被捕。

BAUHINIA MAGAZINE

紫荊

2014年6號 總第284期

政治風雲
反對派 6.22「公投」禍港
警惕「佔中」與「台獨」聯動

基本法與普選
「公民提名」是什麼貨色？

北京專稿
鼓吹中國經濟「超美論」別有用心

香江脈搏
港各界對「拉布」特反感
外國人在港犯案趨增
立法會「自由行」報告值得關注
香港財團的高科技投資之道

本刊專訪
顧留倩影在藍天
——記香港特區政府飛行服務隊女機師

新聞透視
越南反華掀起石頭砸自己腳

國際述評
華昌後的泰國政局
中日關係僵持症結何在

軍事天地
中國開建建造萬噸級導彈驅逐艦

神州北望
中國全面提升反恐措施

體壇縱橫
巴西世界盃，誰主浮沉

網 址: <http://www.zijing.org>

訂 購: 紫荊雜誌社
地 址: 香港干諾道中200號信德中心西座1001室
電 話: 2858 3902 傳 真: 2546 4582

每冊港幣30元