王」代國宏(小代) 的信息,漂亮温柔的 妻子,兩個虎頭虎腦

的兒子,一家人喜樂融融。誰會想 到,14年前,突然間天昏地暗天崩 地陷,一場特大地震瞬間摧毀了一 切。正在汶川北川中學上課的18歲 住。50多個小時後,才被從廢墟下 救出來,命保住了,但是雙腿沒有 了。和小代一樣,多少十幾歲的花 季少男少女,被這場天災奪去雙腿 雙臂,成為殘疾。

小代是健康活躍的高大男孩,從 1.74米變成1米,只剩下半截軀體, 餘下這一生怎麼度過?他永遠記 得,使他重生的重要一環是香港 我還記得,那個時候的香港街頭, 大人孩子都往捐款箱中投錢,香港 特區政府和民間共捐出130億港元 救災善款。香港對四川的幫助,不 單只有金錢。大地震兩星期後,香 港的康復醫生要為上千肢體受損者 安裝義肢,讓他們重投生活。

小代永遠不會忘記的名字是何錦 華,威爾斯親王醫院名譽義肢矯形 師。「地震中有很多截肢的小傷 患,對他們來說,早期的康復非常 重要。盡早進行康復治療,就能讓 他們盡早站起來,我們的組織就叫 『站起來』——Stand Tall」。那時 內地對骨科康復和義肢的認知還十

常看到四川「蛙 分有限。「站起來」由有經驗的香 港醫師組成,為每一位傷患設計最 適合的義肢方案,將骨科康復的理 念和技術帶到內地,成立了第一家 康復醫療中心。何錦華醫生放下手 上的工作,搬到成都,在那邊住了 下來。十數年間,香港醫生不停穿 梭於四川香港之間,用全部的時間 停校正調整。香港特區政府撥款逾 2.24 億元人民幣在四川建立川港康 復中心,「站起來」為500餘名地 震傷患,安裝更換義肢,進行了3

代國宏在何錦華的指導治療下適 應了假肢,還學會了游泳,奪得全 國殘運會百米蛙泳冠軍,獲讚譽為 「無腿蛙王」。代國宏重新有了生 的希望,為了得到女友的愛情,用 假肢一步一步登上數百級山石階 梯,來到愛人面前表達愛意,感動 了女孩的芳心。

代國宏現在神農架,那裏人口不 多,卻有4,000多傷殘人,他在風 僅身體站起來,內心也強大起 來。小代説,他重獲生活的力量,



### 壓出個未來

Lady Mary, 英國有史 以來製作費用至高昂,受 歡迎程度至所向披靡的電 視劇《唐頓莊園》

(Downton Abbey) , 由 Michelle Dockery 飾演的女主人翁。

從電視劇至電影,從第一次世界大 戰,一直演下去,劇情之外,對時裝 發燒友,尤其設計系學生而言,除卻 是一席流水不停的眼球盛宴,亦也即 場補課,提醒時裝隨時代轉變,當中 尤以主角 Lady Mary 的時尚感最吸引 眼球;模特兒高挑身形,氣質清麗的 從髮型到飾物到衣裝……甚至 儀態小動作處處「與時並進」恰到好 處,比上一年課,吸收多得多!

今日圖示,《唐頓莊園》已進入電 影版,更是講述現代時裝進入第一個 黄金時代,上世紀三十年代(第二個 黃金時代為上世紀九十年代);飛機 遊輪出現了,裙子拋棄腰封,寬鬆 了,裙腳也向上修短了,交誼舞從狐 步、華爾滋……轉為在那個年代被視 為瘋狂的 Charleston, 連女性頭髮都剪 短拉直風起雲湧人人東個 Anna-May Wong (黃柳霜) 的東方娃娃頭。

時尚界在那時剛剛冒起了Coco Chanel;她的前辈Jean Patou、Lucien Lelong已經相當馳名。暗中有另類,其實 以那時的標準,屬於相當前衛,大膽 開放演出舞蹈的現代舞之母鄧肯 (Isadora Duncan) ,風靡一時巴黎女優 Sarah Bernhardt 皆拜倒羅馬長大,以 威尼斯為家,原籍西班牙,著名宮廷 畫家家族後人Mariano Fortuny按照古

希臘女士穿着,以壓褶技巧製成當時 的現代 Delphos 長裙; 不追求時尚或流 行,以詩人的心跡將衣服調理,以鍊 金匠的準繩將技巧鋪排,出品取精棄 眾,顧客不問價目只求身份氣質,用 Fortuny作品宣示並非爵位社會地位並 財富,而是性格與眾不同。

Lady Mary一身紅色壓褶,勝過千言 萬語;一度暗地裏,以另類治裝手法 叱咤風雲,作品至今為世上重要服裝 數;剛剛過去一代時裝設計傳奇三宅 一生(Issey Miyake),於上世紀八十 年代中期陷入靈感真空期,卻從Fortuny作品得到靈感救贖,以摺疊技巧, (未完,待續)



◆Lady Mary 是英國長篇電視劇 《唐頓莊園》主角,身穿上世紀 三十年代 Fortuny 著名壓褶裙 作者供圖



### 充滿節日氣氛的香草雞

電郵:feature@wenweipo.com 本版逢周一至五刊出

期間,跟細佬一家人在家裏一起「下廚樂」。 每次我們相聚的日子的前一天,大家都會想想 要弄點什麼東西一起吃。以往曾經嘗試過最簡

單的,就是火鍋、韓國燒烤、蒸海鮮等等。而每一次我們也 有新的想法,而且現在上網便可以從很多影片當中學會如何 烹飪菜式。好像上星期因為弟弟工作很忙碌的關係,所以吃 什麼東西就由我來決定

星期六早上工作完畢回到家中,在正常的洗個澡吃點早餐 之後,我便上網找尋一些靈感,而且在前一晚的電台節目 上,我也提出了問題給聽眾,就是:「明天晚上跟弟弟一家 吃飯,不知道大家有什麼提議,吃什麼菜式好?」結果他們 真的給了我很多意見,包括焗香草雞、焗西式排骨、肉醬意 大利粉等等。最終我選擇上網學習如何炮製「香草焗雞」 在觀看影片時,有一味叫做「露絲瑪莉香草雞」,原來在調 製方面,真的簡單又方便,短短的10分鐘影片介紹,便可以

首先把冰鮮雞用鹽水浸泡半小時,把那些雪藏的味道去 除,然後內外清洗乾淨。在風乾1小時之後,再用廚房紙徹 底抹乾,就可以開始調醃料,包括牛油、露絲瑪莉香草、雞 粉、糖,把這些醃料攪匀之後,便可以塗上雞的表面及裏 面,然後把一個蘋果切粒塞進雞裏面,再把半個檸檬放進雞 裏的最外面,因為這樣可以使雞的外形豐滿一些;如果家裏 有一些繩子,可以先把雞的腳部綁起來,再把雞翅的位置同 樣地綁起,接着便可以放進焗爐,大概2磅左右的雞 烤焗時間約80分鐘,當然要視乎隻雞是不是已經熟透 可再由自己調校,結果出來的感覺很不錯,而且當我把製成 品的相片擺在社交網站之後,有些朋友説:「你們好像在過 聖誕吃火雞似的。」

除了弄「露絲瑪莉香草雞」之外,在托盤上我也預先把切 好的紅蘿蔔、薯仔、蘋果等材料放在底部,再把整隻雞放在 上面一齊烤焗,感覺真的充滿節日氣氛。

雖然是第一次弄這個菜式,以為很複雜,但其實很簡單 而且相信很多人都應該會喜歡這個菜式。如果大家有時間的 話,不妨可以嘗試一下自家焗製「露絲瑪莉香草雞」。

由性接觸傳染的病。 最近有幾位女孩子

發現皮膚上邊有一些粒粒,又痕 又癢又痛,生怕自己染上什麼怪 病,檢查後發現原來只是皮膚痤 瘡。夏天天氣炎熱容易出汗,年 質地不透氣,或一些不透氣的護 墊,引起皮膚痕癢,抓損之後皮 膚損了形成一些小瘡,甚至含膿 而出現腫脹痛,這時千萬不要用 手指甲去擠出這些膿頭,因為手 手上的細菌帶入傷口,可以引致 的抗生素甚至手術放膿。如果發 生這樣的情況,可以找醫生用消 毒的紗布、消毒藥水清洗傷口,

是通過性接觸傳染的病,除了醫 將妳佣工的情況同她解釋清楚了。 這位女士之外,還要醫治她的性 最後是這個傭工自己同她講了病情, 伴侶,有的一口咬定是對方傳染 那個朋友最後和這傭工達成協議, 的,有的不知道如何同他們講, 讓她放一個長假期帶藥回家鄉醫治。 不講怕傳染給對方,講又怕對方 我維護了我的原則。 知道後大發雷霆,影響關係,問 我應該怎麼辦?我不能為她作決 己,做好預防措施。

宮頸癌防疫針,預防 HPV 感染。 在未醫好之前最好不要有性接 觸,性行為時用避孕套,要防止 復發就要雙方醫治,否則會交叉

人自己決定,醫生是不能將病人的 私隱告訴其他人的。我以前曾經遇 的外籍傭工告訴他的僱主有異常的 分泌物,於是她的僱主叫她來看我, 病?雖然我知道朋友的小孩子和老 人家同這個傭人共用一個洗手間 日常起居由她照顧,但這是我的病 很快就消炎止痛,即使含膿也要 人,朋友是她的僱主,朋友都無情 用消毒的儀器放膿而不是自己去 講,我不能將病人的私隱告訴她的 也有個別真的感染了椰菜花, 的事告訴妳的僱主, 你講不講給她 是由 HPV 人類乳頭瘤病毒引致, 聽妳自己決定,我同這個朋友講我

各位朋友一定要識得保護自



范

舉

道,十分誘人。拿店的廣東話説得很 好,現在正學普通話,他說:「尼泊 爾將來會變成一個旅遊業發達的國 家,因為中尼鐵路要是建成了,將來,會 有很多中國人到尼泊爾旅遊,有做不完的

生意,家中不斷傳出油炸咖喱角的味

尼泊爾人是香港的少數族裔,大約 40,000人, 佔人口的 0.5%。 1814年, 英國 東印度公司和尼泊爾爆發戰爭,英軍在戰 昔日的對手納為己用,聘作僱傭兵。1947 年,英屬印度解體,誕生印度和巴基斯坦 兩個國家。啹喀兵自此正式納入英軍,成 有部分人回尼泊爾。

全感,與香港相比,香港能夠吸納世界各 港的尼泊爾人有親中國的傾向。 地的人,平等相處,而且在香港有一些尼 泊爾社區,例如佐敦道、油麻地、元朗、

在尖沙咀的重慶大廈,更有出租尼泊爾電 影和歌曲CD的服務,香港是一個令尼泊 爾人窩心的地方。香港的尼泊爾人多是啹 喀兵的家人和子孫,到了今天已經傳到第 三代了,主要從事建造業和保安業,少數 人經營餐飲業和家庭傭工,積蓄了一些金 錢,每隔數年,就會回尼泊爾光宗耀祖, 居住3個月左右,然後再回到香港,拚命 賺錢,儲蓄夠了,就返回尼泊爾接濟親戚

在香港的尼泊爾人

這群居住在小區中的三代尼泊爾人, 第一代在1997年之前一直負責香港的防 衛工作,在新界新田的尼泊爾軍人墳 而第二代多是二三十歲時來港,已過了 學習語言的黃金時間,大多不懂粵語, 為啹喀軍團。二百年來,他們為英國征戰 和油麻地一帶,經營小生意為生。而他 人往英國或其他英聯邦國家繼續服役,也 文成了最大的出路。他們講廣東話絕對 沒有問題,有一些小學生更在中文的小 英國1997年時,給予駐香港的啹喀兵英學讀書,學懂了方塊字,大概能掌握一 國國籍,也允許他們留在香港,並成為永 二千個詞語。香港的民建聯更有專責小 久居民。一部分啹喀兵退役之後,前往倫 組的人,聯絡尼泊爾的族群,關係良 敦,不久之後,他們就發現英國人非常歧 好。尼泊爾一直受到印度政府的欺侮,

拿店非常關心中國使用盾構機挖掘穿過 喜馬拉雅山的隧道的進展。4,300噸的京華 經營的雜貨店和食物店,尼泊爾婦女們可 中尼鐵路穿過聖母峰抵達尼泊爾。喜馬拉 生意。」

出很多地下水,造成了工程的難題。它的 挖掘直徑達16米,有了這個設備,大大降 低了隧道開鑿的難度,盾構機主要由土壓 平衡盾構,水泥加壓盾構、泥水平衡盾構 機,盾構機的選擇為工程地質、水文地質 勘察報告、隧道線路、結構設計等8個依

京華號隧道盾構機,是專門針對6,000公 尺以上的高寒山區的環境而設計的,擁有 的激光測量、人工智能、高級電子控制等 等新技術,解決了工人在缺氧環境下工作 的難題。盾構機在喜馬拉雅山施工,需要 楚,環境變化對施工會帶來直接挑戰,更 何況還是在世界上條件最嚴酷的喜馬拉雅 他們聚居於有「小尼泊爾」之稱的佐敦 山上,而且,這座受板塊擠壓而形成的山 脈,山體幾乎都由最堅固的岩石構成,普 全球各地,包括1948年後派駐香港,他們 們的下一代,即第三代人,就已是土生 通盾構機在這裏挖掘,刀盤很容易就磨損 主要負責邊界防務、阻截非法入境者、駐土長的香港人。對新生代的居港尼泊爾了,需要頻繁地更換,如果盾構機動力不 守越南難民營等等。1997年回歸後,部分 人來説,和許多少數族裔一樣,學好中 足,甚至可能直接出現挖不動的情況,所 以中國為高原鐵路準備的盾構機,必須具 備功率大、刀盤堅固,以及能夠適應低溫 環境等。

一旦挖穿喜馬拉雅山,那麼將是中國盾 構機絕佳的廣告,如今國產盾構機已經遠 銷許多國家,就連歐洲基建強國,也從中 視少數族裔,他們經常受到欺負,沒有安 而中國對尼泊爾非常友好,所以,在香 國手中購買國產盾構機。拿店說:「再經 過3年,這條鐵路就會建到尼泊爾的首都 加德滿都,現在中國遊客每年有將近20萬 人遊覽尼泊爾,鐵路修好了之後,來遊覽 重慶大廈都會有尼泊爾人聚居,成了非常 號隧道盾構機擔負着建設隧道的責任。它 的人數估計會達到40萬人。從外國進入加 緊密的小社會。他們經常互相串門,節日 將挖掘位於喜馬拉雅山區的世界第一高峰 德滿都的遊客,也會通過這條鐵路到拉薩 裏還會舉行大聚餐,附近有不少尼泊爾人 聖母峰(珠穆朗瑪峰)隧道,然後在隧道 旅行,到時候,我的旅行社就有做不完的



# 對教育的看法

經歷了這一切後,自己兩個最真切 任何事都能娓娓道來。

一書中,我最能夠體會到英國教育 備,胸有成竹。 的真諦。這本書是英國前首相卡梅 則你就適應不了,成為異類。

「吹」。無論是讀書,或是講時 你的自信而受損。

做銷售一段時間了 事,甚至是在球場上,你都要能夠 (準確是2年5個 清晰地表達自己、有極高的連通能 月) ,我只想傳遞在 力以及展現出自信,對着任何人、

這種學校培育出來的人,永遠 首先,我真的很感激自己成長時 不相信準備,只相信機智,如何 所接受的英國教育。我在自己的 能夠在沒做功課的情況下也能給 《從哈羅到大律師》一書裏面有 人全部都懂的感覺。實際上,做 講到,將來也會特別寫一本書詳 好功課的那個人就輸了!我還記 細地分享當年的經歷和對英國教 得在哈羅的時候,我修讀政治 學,成績雖然名列前茅,但是老 很多人不明白去英國讀書的真正 師卻不是太喜歡我,同學也沒有 價值在哪裏。在這裏,我是狹義地 對我另眼相看。因為那個時候我 指寄宿學校,俗稱貴族學校教育。 還不是很懂得「吹」。而很多成 牛津和劍橋也算是,不過寄宿學校 績差的同學,卻是在班裏能言善 更重要。我經常說,我的人格是在 辯,說什麼政治理論都能夠講到 英國寄宿學校那4年煉成的,在18 頭頭是道。慢慢我才發現,這種 歲進入牛津的時候已經定型,進入 學校就是要這樣培育你。你永遠 不能為一件事情做到萬無一失, 在《David Cameron's Schooldays》 但是你永遠能夠裝得已有萬全準

於是,苦練了這麼多年的我,在 倫的同學寫的小説,講卡梅倫是如 加入保險業後,就覺得如魚得水, 何在伊頓公學煉成的。我當年讀的 根本是為接受這種教育的人而設 是最接近伊頓的哈羅公學,很能感 的!你未必接受過這樣的教育,但 受到那種教育精神。我的哲學家偶 是你一定要明白這個道理。你不能 像羅素,十分反對這種教育,但是 等到有足夠內涵、知識、經驗才向 我卻不得不說,它是最能夠培養男 外衝,你必須在第一時間就做到表 人面對社會的教育方式。基本上, 面上充滿自信,說得頭頭是道。這 你進入這種學校,就要入鄉隨俗, 樣就夠了,客戶就會認同你。我們 變成屬於這種學校的人的人格,否要記住一點。無論你是表現得自信 十足,還是毫無自信,你賣的產品 寄宿學校的典型人格,是能都是一樣的,客戶的利益不會因為



我說充滿驚喜,是因為 Sister Joanna 從來沒 擔心不已。她告訴我單是在 2 月開始的 10 個星 她因為我未能出席她的展覽而給我的安慰禮 物?這一切要從她的藝術作品展覽《問余何意 何等驚心動魄的日子。 棲碧山——陳尹瑩展覧》開始説起。

Sister Joanna 雖然在紐約生活了半個世紀,但 是她每年都在年底返港省親。不過,那次她返 港卻有一個目的,因為她的母校香港中文大學 為她籌備了一個藝術作品展覽,準備在2020年 要參加Sister Joanna 的展覽開幕禮。 2月初至2月底在中大校園舉行。Sister Joann 邀 請我出席,我自然一口答應。

港和全世界發生了什麼事情。香港這邊廂即使 Sister Joanna 所有展覽品都已經運到香港,展 的疫症非常嚴重,卻缺乏醫療物資,修道院內 場祝賀 Sister Joanna。哎呀!我為什麼會乖乖 應該是《頭/重/一神的女兒》。

# 多才多藝的修女藝術家

郵差按鈴,送來一個包裹,是 連口罩也沒有,修女們只得用布料遮着口和 地留在家看視像呢? 什麼來的呢?打開一看,驚喜, 鼻。那時全球郵遞服務大受影響,甚難寄給她 原來是Sister Joanna (陳尹瑩) 修 醫療物資。我每次收到Sister Joanna 的電郵, 女送來的《陳尹瑩藝術作品集》。 知道院內的情況後,都為她和她的修女同事們

有向我提及她會送她的作品集給我。這可會是 期中,院內已有10名修女因疫症離世,包括她 的兩名摯友。可以想像她在那大半年中過的是一士,她其實亦是一位藝術家。她不但是一位舞 2019年聖誕節前,居住在紐約的 Sister Joan- 安排在今年的1月24日舉行開幕禮。哎!那天 中,刊登了她的油畫、水彩畫、素描畫、水墨 na告訴我她即將在翌年1月第一個星期返港。 正是我要到醫院覆診的日子。如果我改期的

話,將要再度排期5個月才可覆診。如果我依 照醫院給我的日子,我便不能出席開幕禮了。 終於,我選擇了延期覆診,寧願自行買藥,也

沒料到當 Sister Joanna 飛來香港後,香港卻 爆發來勢洶洶的第五波疫情。由於疫情嚴 對了,2020年農曆新年開始,大家都知道香 重,我們等至臨近開幕禮舉行前的日子才知 覽仍然不能如期舉行。那邊廂的 Sister Joanna 了,到頭來卻只可以以 Zoom 留家觀看,真的 展現出大師級的風範。你是怎樣做到的呢?」 在紐約瑪利諾修道院的居所卻歷盡生死。紐約 有點不自在。怎知開幕禮當天很多人都親身到

我只好向 Sister Joanna 解釋和道歉。她是明 白事理的人,沒有責怪我不到場支持。相反, 她在多月之後的今天,還送了一本作品集給 我,以彌補我沒有機會看到展覽之遺憾。

大家可別以為 Sister Joanna 只是一名宗教人 台導演、編劇和劇團藝術總監和創團人,也是 到了2021年9月, Sister Joanna 通知我展覽 一位畫家、攝影師和設計師。在她的作品集 畫、攝影、平面和電腦設計作品,展現她多才 多藝的藝術天分。她的畫作在紐約是有名氣 的,由一位經理人為她打理。

我收到作品集後,寫了一封電郵向 Sister Joanna 道謝,其中一段我這樣寫到:「我初認識 你時,曾經因為你無論修讀數學、神學、教育 和戲劇等不同學系和學位都能取得優異成績而 問你如何可以令左腦和右腦同樣厲害。剛才我 道展覽如期舉行,但我卻收到鼓勵嘉賓以 看了你的藝術作品集,再次被你的視覺藝術天 Zoom觀看開幕禮的信息。我連覆診期也更改 分懾着。無論是哪種類型的畫作或設計,你都

我想起舞台劇《次神的兒女》, Sister Joanna