

# 飛女

高黃美芸



一年半前，高銀教授離世，剩下妻子高黃美芸在香港生活。現年 85 歲的高太，兩名子女都在外國定居，獨自在港的她，卻毫不寂寞。她喜歡運動，至今仍保持打網球及跑步的習慣，早年更一度玩滑翔傘，乘著艷陽迎著清風，飛越高山峻嶺，笑言來生要做一隻飛鳥，自由自在，天空任我行。「飛」的背後，她有一種自得「耆」樂的生活態度。這名來自人間的「飛女」，愛追韓劇睇靚衫，絕對是「貼地」的鳥兒。

# 正傳



「高太來了……」香港中文大學的職員一  
看見高太，就像看見老朋友一樣。一頭銀  
灰色頭髮的高太腰板挺直、步履輕盈，  
身穿一件淺灰色外套，配上彩色絲巾，笑  
容可掬，說話嗓門不大但速度頗快。看她  
優悠地坐在沙發上接受訪問，樣子很是自  
在。

高黃美芸每日早上六時起床，定時作息、  
運動和飲食，午後通常來個小睡。她說，  
養生之道在於建立良好的生活習慣，而這  
種習慣必須從年輕時開始培養。「我會鼓  
勵大家，年輕時候保持心境開朗，一直保

持下去，就會開心一輩子。好像做運動，  
待70歲才開始，就欠缺耐性做下去了。」  
高太說到做到，60歲之齡依然無懼一試  
滑翔傘，體驗飛鳥翱翔天際的自由，更  
令她有所啟發：「可以轉世的話，做雀仔  
都不錯喔，飛來飛去，十分自由……但  
是做雀仔都辛苦呢，要覓食，又會被捕  
食。」說時不禁俏皮一笑。

#### 至愛獅子山八仙嶺美景

喜歡欣賞高山開闊美景的高太，年輕時愛  
跟家人或友人結伴行山，在獅子山、八仙  
嶺都留下很多足跡和回憶。曾居於英、美  
及香港，她認為各地各有風景，歐洲例如  
瑞士的美景亦是她所鍾愛。現在雖然體力  
上應付不了行山，她卻依然堅持運動的習  
慣：「每星期打兩至三次網球，每次兩小  
時，打得好就很開心，回家後會開心一整  
天；下雨天就會跑步，大約跑一小時。」

運動以外，高太的飲食要訣原來始於年幼  
子女的勸告：「子女十多歲時，從課堂上  
學懂多鹽、多油的飲食對身體不好，回家  
告知我們，我跟高校長就聽話了。」從那  
時起，她便養成少鹽、少油，多吃生果及  
蔬菜的健康飲食習慣，更苦口婆心勸告大  
家：「飲食健康、多做運動，有可能減低  
年紀大患上腦退化病的風險。」

#### 難忘外脆內熱鮮麵包

主張健康飲食的高太原來也有饞嘴的一  
面，最難抗拒是滿載兒時回憶的麵包。「  
當年英國正值打仗，很窮很窮，媽媽會叫

我去買麵包。捧着熱烘烘新鮮出爐，外皮  
脆脆、內裡熱呼呼的麵包，邊走回家邊偷  
吃，回家後給媽喊打，哈哈……」如此又  
熱又脆的麵包，高太說得幾乎伸手可及。

今日的高太，一子一女早已成家，均定居  
於美國，共有三名孫兒。回想年輕時代，  
高太自言自己跟一般中國媽媽無異，都  
是一名「虎媽」：「那時候，時刻都要求  
子女要做得成功。女兒長大後不忘向我投  
訴，說讀書時考取數個A都被嫌棄，要  
求她要考得A+。」子女現在為人父母，  
卻也像她當日的模樣，「但沒有我那麼嚴  
格。」

#### 多謝高錕 聯繫無間

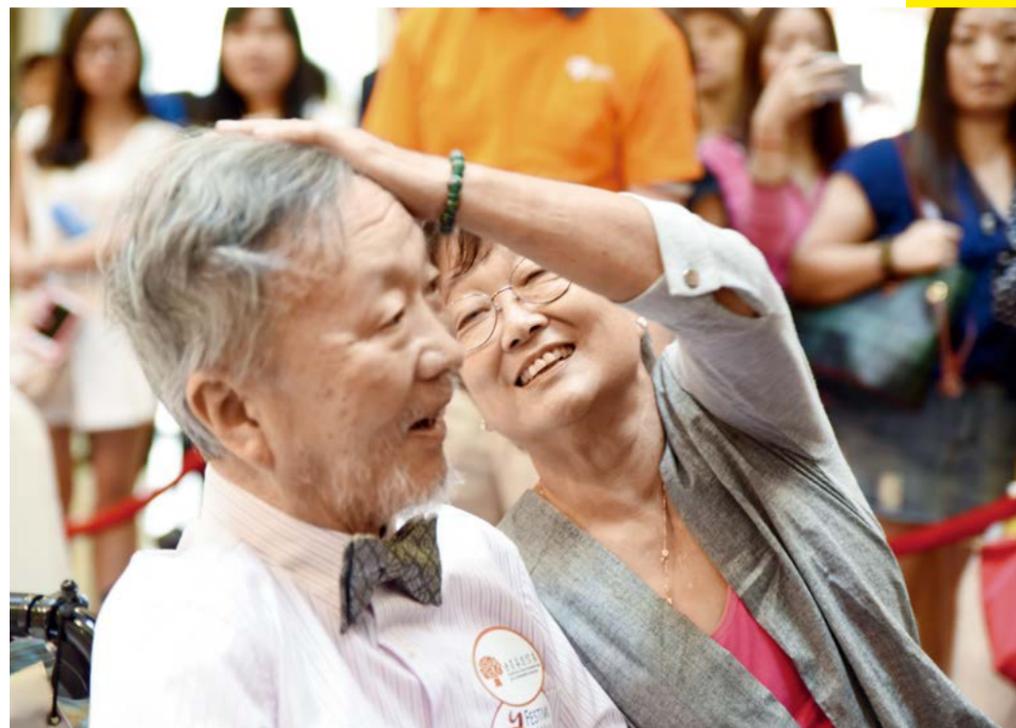
目前雖與子女分隔千里，親密度卻不減。  
「WeChat、WhatsApp都是免費的，透  
過鏡頭就可以看到孫兒走來走去。」話畢  
高太不忘補上一句：「多謝高校長……」  
此話絕對不假，多虧高錕教授研發的光纖  
技術，打破地域界限，高太今日才能跟兒  
孫聯繫無間。

1. 高太跟高校長同樣熱愛打網球。
2. 2015年出席「高錕慈善基金」成立五周年慶典暨高錕首次個人巡迴畫展揭幕禮，夫妻恩愛的一幕。
3. 1960年代高錕夫婦及一對兒女於英國生活，自認是「虎媽」的高太對子女的學業從不放鬆。

1



2



3

1. 「賽馬會高鋁腦伴同行流動車」2013年正式投入服務。
2. 2010年高鋁伉儷到訪賽馬會耆智園。左一為馬會行政總裁應家柏，左二為時任馬會主席陳祖澤。

1



高太選擇留在香港定居，都是因為香港的醫療系統。「對年長人士而言，最重要是醫療服務，這方面香港的確很不錯。」她指美國的醫療水平也不錯，但患者需自行承擔部分醫療開支，對退休人士來說是一大負擔。另外，在香港容易聘請家庭傭工照顧生活，對高太來說也非常重要。「始終年紀大，體力不佳，難以照顧日常起居。」

#### 愛「煲」韓劇 睇靚衫

閒來無事，高太原來和不少香港人一樣愛「煲」韓劇，午飯或晚飯後，都會追看一兩集。她特別喜歡看偵探題材，也愛看劇中女主角的時尚造型及華麗服飾，對講述經營生意的情節也甚感興趣，「可以學做生意」，笑言「看劇長知識。」問她有否追看近期大熱的韓劇《愛的迫降》，她笑而不語。

談高太，當然不得不提及跟她鶼鶼情深，共同度過接近 60 個寒暑的丈夫高鋁。這位「光纖之父」、諾貝爾物理學獎得主，給世界帶來偉大發明，但是在此之前，一個中國人要在外國闖出名堂，實非易事。「他都遇到這個問題，所以當高校長有機會回到香港中文大學出任校長，算是實踐了他年輕時想成為 CEO 的事業夢。」

高鋁於 1996 年卸任校長，2004 年確診患上腦退化症，高太自此肩負起照顧者的角色，要重新學習如何跟這位既熟悉又陌生的枕邊人相處：「高校長患病初期，我也深感徬徨，加上自己耐性不足，難免向他發脾氣。每當我發脾氣時，看到他很害怕的樣子，我漸漸知道自己錯了，開始學習以笑相待，就算是假的，也要裝下去。如是者，一扮便數年，不知不覺間，假笑也變成了真笑。」

當時社會對腦退化症認識不足，亦欠缺對患者及照顧者的支援，觸發夫婦二人成立慈善基金的念頭，「高鋁慈善基金」遂於 2010 年正式成立，為病患者、家屬和照顧者提供協助，並與本港各相關組織合作，冀望善用資源，提高護理水平。基金成立十年間，高太堅持每月跟員工開會，籌劃講座及活動。

#### 感謝馬會捐助流動車

談及對腦退化患者的支援，高太感激香港賽馬會支持成立「賽馬會高鋁腦伴同行」流動車服務。「好多謝香港賽馬會，沒有他們的捐助，流動車不會這麼成功。流動

## 「無論幾聰明、讀幾多書，或是無讀過書，任何人都冇機會患上腦退化症。」

車服務至今已六、七年，每次都捐錢支持我們，感謝。」流動車重約 16 噸，設有多元化設備並有護士及社工當值，走遍全港 18 區，提升公眾對腦退化症的認識，目標及早識別患者及安排社區護理服務。此外，馬會早年撥捐在沙田成立本港首間照顧腦退化症患者的中心「賽馬會耆智園」，為患者及其家屬提供適切的服務及訓練，減慢患者的衰退速度，以及紓緩家屬的身心壓力。高太說：「隨着香港人口老化，患腦退化症人數上升，實在需要更多社福支援服務。」

作為香港中文大學前任校長的妻子，高太同樣關心香港年青人。她認為年輕人應該有夢想，不要因為找工作困難、或是居住環境擠迫等問題而放棄追夢。問及她的個人願望，高太最想身體健康，「我未必想長命百歲，有足夠精神打波便好。」

日本作家村上春樹說：「只有對自己不放棄的人，才不會老。」完成訪問的高太因應疫情不與人握手，改為來個 elbow bump，然後雀躍地向在場中大職員說：「不如我們一起吃飯？」人家答：「疫情嘍……」活得自由自在，便不易老。



2

