

# 新歌《万刀甲》背後有故事

配合演唱會，小方近日亦推出新歌《万刀甲》。小方指出道不久，已有「万刀甲」這個花名，有時身邊的朋友都會這樣叫他。但原來很多人不知道這個名字是有貶義。他說：「當時有人為我起了這個名，將方力申三個字的『頭』去掉，變成『万刀甲』，意思是我不會有出人頭地的一天。但正是這個名字，成為我的動力，令自己做得更好，所以多年來我都好努力。今天我能在紅館開演唱會，雖然比很多歌手遲，但我仍想找回當日為我改這個名的那個人，送幾張演唱會票給他。我真的不介意這個名字。」

小方表示新歌是好友雷頌德為他創作，當小方將這個故事告知對方時，大家都覺得歌名叫「万刀甲」最適合不過了。小方亦寄語仍在努力的人，大家的付出絕不會徒勞無功，努力的過程必然令自己有所成長。他希望自己的經歷能為大家帶來一點鼓舞，努力必有回報。盡力練習，總有一天會操練出海納百川的心智，孕育出堅毅不屈的靈魂，征服夢寐以求的舞台。



▲配合演唱會，方力申推出新歌《万刀甲》。

## 方力申小檔案

歌手、演員、主持、退役香港游泳代表隊隊員  
年齡：46歲  
代表作品：電影《十分愛》、《獨家試愛》，綜藝《美女廚房》，歌曲《好心好報》等

# 初為人父 實現紅館開騷夢

# 方力申5月唱出「最佳時間」

## 演藝潮流

由運動員的泳道，跳進演藝界：經過廿年後，再從演藝界重拾運動員身份，依然能在泳壇上奪得獎牌，方力申的毅力與堅持不容置疑。運動事業方面，小方早已嘗過高光時刻；演藝事業上，入行25年終達成多年夢想，今年將踏上紅館舉行首次個人演唱會，正如演唱會的主題「最佳時間」。現在的小方事業順利，去年成家立室，更榮升人父，對他而言，現在就是人生中最美滿幸福的時刻。

▲方力申曾是香港游泳代表隊隊員。



▲作為歌手，踏上紅館唱歌是方力申的一個夢想。

大公報記者 文霏霏

▼方力申將於5月在紅館開騷。



## 為演唱會努力「操肌」

演唱會命名「最佳時間」，小方笑言現在對他來說確是「最佳時間」，當中亦包含雙重意義。首先，這代表着他這位前港隊游泳運動員對個人最佳時間的追求；其次，也象徵着人生中最珍貴的時光。他說：「2008年我參加世界游泳錦標賽正是在紅館，我是首位能在紅館游泳並在紅館開唱的人。在年輕時，我們追求速度和成就，但隨着年齡增長，現在開始尋找最適合自己的狀態。這一刻亦是我人生中的「最佳時間」。去年我結婚了，當了爸爸，很感激太太，為我生了個女兒。現在的階段真是幸福滿滿。」

演唱會籌備工作密鑼緊鼓，小方坦言難得在紅館開騷，「已做好一脫」的準備，近日已開始努力「操肌」，但女

兒卻成為最大「阻力」。小方笑說：「現在每天回到家，看到女兒便會什麼都不想。我抱她她舉重，她又只得十三四磅不夠磅數。而且可能心情太好，胃口大開，心情實在好矛盾。」

談起女兒，小方笑逐顏開，他亦不時在社交平台分享「湊女」點滴。但他就「投訴」：「記者說我是晒B狂魔，最初看到我『嚇』得厲害。太太都告訴我，將來不能再這樣曝光了。大家又常說女兒『跟我餅印』，太太說自己生得這麼辛苦，女兒卻不似她，一定會不開心。其實女兒現在開始也懂媽媽的。」小方慨嘆後悔女兒初生時沒有把握機會多抱一點，那時因為B很柔弱，小方怕自己抱得不好。但轉眼間女兒急速成長，現在好掛念女兒初生時的模樣，「等下一胎一定要抱多一點。」小方又重申，其實不止他想多生幾個小孩，太太也想的。他笑說：「太太看完報道，叫我說清楚一點，其實她都想生，免得說到我當她像生仔機器。我們都想有兩三個小朋友的。」

## 冀未來與女兒同台演出

小方直指太太「旺」他，結婚後事業順利，今年更能登上紅館。因為以前太太沒想過結婚生小孩，而小方最感到開心的是家中沒有婆媳糾紛。因為小方現時與家人同住，他很感恩太太與父母相處融洽，更很放心把女兒交予奶奶照顧。他直言家庭和睦，令自己可以放心去工作。太太自當了媽媽後，已很少再查他行蹤。他笑說：「以前在外跟朋友食飯，她會打電話來問，現已沒有了。」結婚生子，對小方來說是人生一大轉變，他自己也改變了很多。他覺得結婚是升了一個層次，當爸爸是再升到另一層次。他現在不單要照顧自己的健康和精神，還要兼顧太太、女兒及家庭，他有自己也會變得越來越「MAN」了，多了份責任及擔當。



▲方力申不時在社交平台分享「湊女」點滴。

# 「全為愛音樂會——弦音傳華韻」交融中西樂音

【大公報訊】大公文匯全媒體記者丁寧報道：由香港賽馬會慈善信託基金支持、香港弦樂團推行的「全為愛音樂會——弦音傳華韻」昨日（3日）在香港大會堂音樂廳上演。音樂會以「音樂能量+計劃」學員的成長故事為主線，由香港弦樂團創辦人及藝術總監姚珏領銜近百位「弦光展現」樂團從初級班至高級班、不同年齡段的學員，與香港弦樂團的專業樂手同台演奏，並邀請亞洲青年弦樂團擔任表演嘉賓，讓公眾得以近距離感受中西樂音交融的真摯與溫暖，見證音樂點亮生命的精彩。這場以「十年回顧，邁向第十一年」為定位的公益演出，是一份跨越十年的社會承諾——向公眾展示音樂如何作為「精神食糧」，真實地改變逾900名基層孩子的生命軌跡，將正能量輻射至整個香港社會。

「全為愛音樂會——弦音傳華韻」是一場東西交匯的「弦樂之旅」。在曲目設計上，音樂會突顯「華韻」的內涵。除了演奏巴赫《小步舞曲》、德伏札克《第8號弦樂四重奏》、羅西尼《塞維爾理髮師》、《小夜曲》等經典的西方弦樂作品外，亦展現中國各地民謠旋律，如《山丹丹花開紅艷艷》、《彩雲追月》、《瑤族舞曲》等，讓聽眾既能領略到德奧的優雅與波西米亞的熱情，也能品味到中國文化中的深刻韻味，以及透過弦音所傳遞的中國精神，述說的中國故事。

## 姚珏領銜演奏《賽馬》壓軸

音樂會的另一大亮點是今晚壓軸的演出高潮，由享譽國際的小提琴家、「音樂能量計劃」發起人姚珏親自帶領這群年輕學員和香港弦樂團的專業樂手們一同演奏《賽馬》——這首原為中國傳統樂器二胡創作的經典名曲，以西方弦樂重新演繹所煥發出的清新活力，寓意奔向未來新征程的開啟。除樂曲演奏外，大會亦邀請一眾

嘉賓與「弦光展現」樂團的學員，到台上分享感受，向社會大眾傳遞正能量。

姚珏表示：「回首十年前，孩子們連抬頭看我不敢；如今演奏已頗具水準。音樂真正點亮了他們的心靈，讓他們更加自信，懂得如何創造自己的未來。」

她表示：「我要感謝賽馬會慈善信託基金十年來的支持，也感謝我的團隊一路堅守。過程中雖遇到諸多困難，但只要堅持項目能為社會作出貢獻，堅持下去，終會看到曙光。孩子們不僅自己成長，還走進老人院、醫院和社區演出，將正能量不斷傳遞。」談及發起面向基層孩子的弦樂公益計劃，她坦言，自己當年僅帶45美元赴美留學，也是一名基層學子。「正因許多人曾幫助我，我才得以成就今天。音樂需要傳承，我希望將所學經驗傳授給下一代，用藝術讓社會的正能量循環起來。」姚珏說：「今年音樂會主題為『弦音傳華韻』。弦樂雖源於西方，但孩子們已掌握扎實的基本功。如今，我們希望他們通過學習音樂，進一步認識中華優秀文化，找到自己的根，理解我們的價值觀與歷史，從而更有自信做好中國人。」

圖片：大公文匯全媒體記者曾興偉攝



▲姚珏（前排中）帶領年輕學員和香港弦樂團的專業樂手們一同演奏《賽馬》。  
▲「全為愛音樂會——弦音傳華韻」昨日在香港大會堂音樂廳上演。

# 「當下——香港藝術展」呈現多元創作

【大公報訊】香港藝術館即日起舉辦「當下——香港藝術展」，匯聚19位活躍於當今香港藝壇的藝術家，涵蓋資深名家與矚目新銳。觀眾可一次飽覽他們近年的精選作品，媒介橫跨繪畫、水墨、陶瓷、雕塑、錄像、裝置及多媒體等，全面展現香港藝術界的卓越創作與多元風格，並讓來自世界各地的藝術愛好者，感受香港藝術的獨特魅力。

展覽設於香港藝術館二樓的展覽空間，以城市、風景、虛實和變奏四個主題為脈絡展示藝術家的作品。香港藝術是這座城市作為多元文化交匯處的獨特映照，在東方、西方兩大傳統的對話之間，孕育出獨有的藝術語彙與美學形態。

參展藝術家包括朱興華、阮家儀、林嘉裕、邱榮豐、洪強、梁美萍、陳家俊、陳惠立、陳鈞樂、梁麗

雯、馮永基、黃孝遠、又一山人（黃炳培）、黃琮瑜、黃進曦、黃麗貞、熊海、熊輝和羅玉梅，作品根植於鮮明的在地脈絡，敏銳回應香港特有的城市風貌、生活節奏與人文情感。這次展覽除了展示創作成果外，為進一步探問作品背後的創作源頭，特別在地下別館設立「靈感現場」，將展廳化身為19位參展藝術家的迷你工作室，呈現藝術家千奇百趣的靈感來源及意想不到的創作工具，為觀眾展露其創意生成的秘密。

香港藝術館更首次推出「創作現場」，邀請藝術家駐館，在展廳的開放式工作室創作並舉辦工作坊、分享會等活動，讓觀眾與藝術家親身交流，見證作品從建構概念、探索素材到確定形式的過程，親歷藝術誕生的當下。展覽免費入場。有關展覽詳情，可瀏覽香港藝術館官方網頁。



「當下——香港藝術展」  
展期：即日起至明年5月5日  
地點：香港藝術館

▲圖為藝術家林嘉裕的竹藝雕塑《箭（一）》。