

自粵語片黃金年代嶄露頭角，年逾九旬的胡楓到如今仍活躍於舞台與熒幕，七十餘年的演藝生涯堪稱香港娛樂圈的傳奇，於上月獲頒2025「感動香江」人物。這位「藝壇常青樹」用其閱歷告訴我們：年齡從來不是限制，熱愛與堅守才是永恒的動力。他的故事更如一本寫給後輩的人生教科書——以開放的心態擁抱生活，以真誠的態度對待他人，以執着的堅守追逐夢想，盼這份精神代代相傳，激勵着更多年輕人勇敢前行。

●香港文匯報記者 余雁

94歲活用社交平台 談笑風生不言休 胡楓探新事物 樹立長青典範

胡楓被外界親切稱作「修哥」，雖已步入九旬高齡，卻依然活躍於各類場合。無論是公開活動、演唱會，還是藝人的生日宴會，人們總能見到他身姿矯健、精神飽滿的身影。即便行程緊湊，他依然樂在其中，更直言：「愈多應酬愈開心。」胡楓坦言，自己早已習慣高強度的生活節奏，每個月的日程幾乎都排得滿滿當當。他笑說：「我都覺得自己很厲害！就像今天，剛忙完手頭的事就來接受訪問，晚上還要去應酬。這樣的日子不是一天兩天，而是成年累月如此。」

除了線下的廣泛社交，胡楓亦緊貼時事資訊，並積極擁抱新媒體。他運營社交平台「小紅書」賬號，定期拍攝並分享生活片段，更在平台中推出訪談環節《修哥萬花筒》，與許冠文、郭富城、劉嘉玲等重量級嘉賓暢談。至於日常與媒體互動時，他更愛用「貼地」語彙，例如以「47對」形容94歲生日，對此，他說：「我其實也不懂什麼叫潮語，就是和朋友聊天時隨口調侃說笑，幽默我是有的，哈哈。」他笑着說，自己刷社交平台一方面是「有點八卦」，想看看好友們的動態，另一方面也能通過與網友的互動，感受到來自不同年齡層的善意與支持。網上曾有人發起一個帖文，胡楓是其中一位獲網民票選「最得人歡心」的藝人之一。在他的「小紅書」賬號上，一條生日期相關的短視頻便能收穫數萬點讚與數千條祝福留言，網民們紛紛感嘆「修哥精力太好」「狀態極佳」。胡楓自言有留意網民的回應，面對這些讚譽，他滿心感激：「看到大家的祝福，我真的很開心，這對我來說是很大的鼓勵，讓我更想保持健康，繼續長壽，不辜負大家的期待。」

胡楓樂於接受新事物，這份對社會不脫節、對生活的開放態度，正是他精力充沛的核心秘訣。「我喜歡應酬，那就有更多朋友，與大家保持溝通。朋友約我去參加活動、嘗試新玩法，只要時間允許，我都會去。」

再登紅館 挑戰世界紀錄

胡楓百部作品映照時代流轉，陪伴數代觀眾成長。他曾獲頒「世界傑出華人藝術家大獎」及「香港電影金像獎終身成就獎」，這些榮譽不僅是對其藝術造詣的禮讚，亦是對其敬業精神的崇高致敬。

胡楓詮釋了「擇一事終一生」的執着與浪漫，歌手張學友曾讚揚胡楓

「永不言休的態度值得學習」，歌手譚詠麟更直言胡楓是他最尊敬的長者，也是自己努力的目標，「保險女王」王玉環亦大讚胡楓是她最好的學習榜樣。能夠成為圈內外公認的楷模，胡楓始終保持謙遜，他說：「能得到大家的認可，我很榮幸，這也讓我更有動力繼續走下去。」

對胡楓而言，「堅持」並非口號，而是落實在生活中的日常行動。他年輕時努力自學舞蹈、磨煉演技，憑着不斷努力逐步奠定了在影視界的地位。即使年逾九旬，他依然勇於挑戰自我——今年6月將再度登上紅館舞台舉行演唱會，更豪言希望在95歲時繼續開唱，打破世界紀錄。為了在舞台上呈現最佳狀態，他透露早已開始練氣、選歌、練唱，準備工作一絲不苟，不論年齡都應力求進步。至於保持「不老」的精力，胡楓亦有一套生活方式。他強調步行、緩步跑和充足睡眠是維持狀態的秘訣，這些習慣他已堅持了七十多年。養成持續步行的習慣，能有效維持他的肌肉力量與關節靈活度，並減緩隨年齡增長而出現的肌肉流失。正因如此，他至今仍保持活力站在舞台中央，散發不減的光芒。

演藝工作不僅是胡楓的職業，更是他生活的一部分。談及「永不言休」的動力，胡楓表示：「我覺得退休反而會讓身體和精神狀態退化，就像滑梯一樣往下掉。」他堅信，持續工作、與人交流，能讓大腦和身體始終保持活躍，延緩衰老。胡楓現在的記性還很好，也能和人順暢溝通，「轉數」不輸年輕人，這都要歸功於他一直沒停下腳步。

笑口常開 以豁達度人生

人生在世，難免遭遇挫折與低谷，胡楓引用俗語所言：「人生不如意事十常八九。」與其困於抱怨與糾結，不如以坦然之心接受現實。他信奉



●胡楓總是精神飽滿，活躍於各個場合。



●胡楓（右二）經常參與慈善活動。

樂於助人 以身作則

胡楓多年來以和藹慈祥形象和真誠行動，為社會注入正能量！

胡楓除演藝事業之外，也長期投身公益活動。他多次參與由電視台及慈善基金舉辦的善款籌募活動與移交儀式，亦常低調探訪長者院舍，為老人家唱歌、派送月餅、福袋及糰子等，將歡樂帶給社會上需要關懷的人群。這些看似微小的舉動，卻展現了他真摯的心意，令長者感受到溫暖。胡楓獲無線電視暨職員愛心基金委任為「星級愛心大使」，表彰他在公益事業上的付出。胡楓曾表示，能夠透過自身影響力推動慈善，是一份榮幸，他希望做更多公益，傳遞正能量。

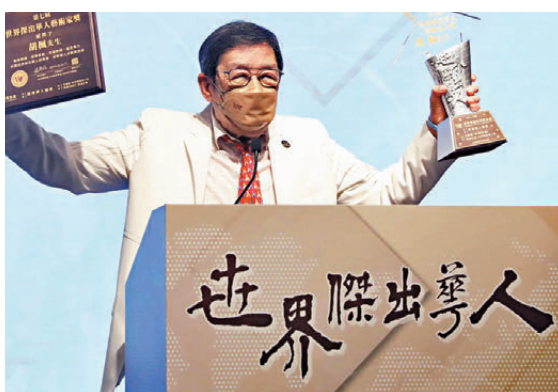
2024年，胡楓獲香港特區政府頒授銅紫荊星章。

章，以表揚他致力促進社會對長者的關懷。在禮賓府舉行的授勳儀式上，行政長官李家超親自頒授勳章，肯定胡楓在演藝界及公益領域的貢獻。胡楓謙稱自己「並無做太多貢獻社會的事」，只是盡力在節日探訪長者，帶來快樂，但正是這份真誠與持續的付出，讓他成為社會尊敬的典範。胡楓曾表示自覺人生已無憾：「我覺得OK、無憾啦，過得人過得自己。我沒刻意思還要擇什麼獎項，既來之則安之。」

胡楓參與公益事業與政府活動，反映了演藝人員在社會中的責任與角色。他以自身的知名度推動慈善，並以身作則，提醒公眾「做好自己，幫助他人」。他的行動不僅提升了社會對長者的關注，也鼓勵更多市民參與公益。



●胡楓獲頒2025「感動香江」人物。資料圖片



▲2022年，胡楓獲頒發「世界傑出華人藝術家大獎」。



◀胡楓積極更新社交平台，訪問多位重量級嘉賓。網上截圖

▶胡楓奪得第41屆香港電影金像獎終身成就獎。資料圖片

「隨遇而安」的豁達心態。他坦言，「既來之，則安之，沒什麼大不了的。」這份豁達的性格，讓他總能快速調整心態，積極面對一切。

「笑容也很重要。」胡楓強調，與人相處時，面帶笑容能給人留下好印象，也能讓自己保持愉悅的心情，「你整天皺着眉頭對人，別人自然對你印象不好；但如果你笑口常開，無論是聊天還是做事，大家都能開開心心的，印象分自然會增加，事情也會更順利。」



●人緣好的胡楓每逢舉行演唱會，均獲多位圈中好友支持。

資料圖片

寄語年輕人勇抓機遇 不懼辛勞

在演藝圈中，胡楓的好人緣早已是人盡皆知。他的朋友橫跨不同年齡層，即使相差數十年，依然能暢所欲言、相處融洽。他笑言：「很多人問我，和年輕人差那麼多歲，有什麼好聊的？時代不同，大家的想法固然不一樣。」然而，胡楓與後輩相處時，從不以長輩自居，而是秉持平等與尊重的態度，耐心傾聽他們的煩惱與困惑，並在適當時候給予鼓勵與開導。就如他形容這次訪問是一次「聊天」，令整個過程充滿輕鬆氛圍，足見其親和力。這份真誠與包容，讓他贏得眾多晚輩的尊敬與喜愛。

談及有時年輕人對發展前景感到迷茫的問題，胡楓結合自身的人生經

驗，提出切實的建議。他認為，首先要明確自己的目標，無論是投身演藝圈還是其他行業，只有清楚自己想要什麼，才能在迷茫中找到方向。其次，要懂得爭取並把握機會，「機會很難得，一旦遇到就不能錯過。」他還提醒後輩，成功沒有捷徑，「以娛樂圈為例，要爭取成功席位非常困難。如果決心要做，就必須堅持，不要怕辛苦，努力付出才有機會收穫回報。」

最後，胡楓以八字寄語大眾：「豁達開心，永不放棄」。這簡潔而深刻的勉勵，正是他多年來在舞台與人生中所秉持的信念。

胡楓自言如今的生活非常幸福，也充滿感恩，「年紀這麼大了，還有這麼多朋友陪伴，還有這麼多人支持我，我真的很知足。」而對於未來，他依舊充滿期待，他也鼓勵大家把熱愛的事業堅持做下去！

●胡楓的朋友橫跨不同年齡層。

資料圖片

