



■出發前，小方獲多位親朋好友現身打氣。



■多位藝人前來祝賀小方完成壯舉。



■小方展開環島游45公里慈善挑戰。

完成45公里環島泳破紀錄

方力申：活了39年最成功一天



香港文匯報訊（記者 李思穎）方力申發起「方力申香港環島泳45公里慈善挑戰」昨日清晨5時於大口環沙灣泳棚出發，結果他以10小時43分06秒完成，成為首次完成45公里環島泳的港人，打破了之前所有紀錄，更為「點滴是生命」籌得港幣7,660,519元善款，遠超當初450萬的目標！小方完成挑戰後心情興奮，自言39年來是最成功一天！



■小方接受過百位好友歡呼。

是次善舉，小方爸爸方毓仁及弟弟方圓明陪伴小方游最後的一段距離至終點，而小方亦比預算時間早了個多小時上岸，之後他折返落海，接回爸爸和弟弟，而方媽媽就在泳棚靜待他們，現場有近百人在場打氣，更為小方鼓掌，人緣甚佳的他獲不少圈中人到來打氣，包括關智斌、唐詩詠、余詩曼、麥明詩、側田、關楚耀、樂易玲、湯盈盈及洪天明一家四口等，場面熱鬧。

小方完成環島泳後便舉行祝捷會，他在台上表示：「完美兩個字以為是遙不可及名詞，但今日確實體會什麼叫完美，也是我活了39年最成功一日，成功不是我破紀錄和游

完，而是很多善長仁翁支持我這件事，去成就我今天的成功，沒想到我一個人去做這件事，可以引起很正面和很大回響，我游港島，連九龍新界朋友都捐款，令我體會到有很多人陪我一起，今日很多朋友來一個沒表演、無酒水地方，我好感動，前一天收到的短訊，多過我這麼多年來生日所收到的，沒想過引起那麼多的支持。」

方爸爸更為兒子這次完美的表演，寫了8個字，小方即道出爸爸平時金句是「方氏出品，必屬佳品。」方爸爸這次送上的8個字是「陽光上進與人為善」，更刻在一個大隻佬獎座上贈予小方，小方則搞笑指公仔似劉德華，引來哄堂大笑。

他亦希望藉今次挑戰向身邊人發放正能量：「每個人身上的一把尺，不要單純去度他人的對與錯，應該用來自度自己，提醒自己點做得更好，對自己嚴，對人寬容，少些執着便會少些煩惱，今日來的朋友也沒拿這把尺出來，他們一致目的是無私地支持我，所以大家憑自己去發放正能量，感染身邊所有人，大家變得和氣團結。」

一度反胃憂心律不正

其後小方接受傳媒訪問，他表示沒想過破紀錄完成，只要在12小時內完成已滿

意，今次在水流幫助下全程游得輕鬆，加上已籌得逾700萬善款，壓力不大，很享受整個過程！

游泳途中，小方指最難頂是石澳一段，因遇到大浪拋到「反胃」，試過硬生生將嘔吐物再吞落肚，中間遇過兩次雙腿抽筋，心跳加快，擔心是心律不正，所以剩下離終點7、8公里時有放慢速度。說到小方有沒有感動到喊，他笑說：「沒想過有過百人來支持，有點受寵若驚，有些親朋更是外地返港，有太多人要招呼了。」

笑問下個挑戰是否結婚？小方說：「當然要挑戰，結婚是好多挑戰，要一生一世喎，（你3張尾是適婚年齡？）這反而不急，已經豁出去，我是浪漫的雙魚座，希望遇上一見鍾情、心跳加速的對象，這個年紀還等日久生情太嘅時間了，要見都見過晒，所以沒壓力，我會認真拍拖，但不會閃婚，（現場見到有潛質對象？）我找不到呀！海水淹到對眼都濛濛啦。」



■小方以他擅長的自由式破浪向前游。



■小方再轉背泳繼續奮鬥。



■上水後，小方一家合影留念。

上載「口罩照」乃粗心大意

祖兒：我熱愛祖國 從不支持「港獨」！

香港文匯報訊 容祖兒日前上載一張戴着白色口罩的照片，引起內地網民一些聯想，再對有關單位「施壓」圖影響演出。昨日對此，祖兒在網上發文解釋指，「只要飛」是其歌曲《空港》中的一句歌詞，她留言道：「從沒想到隨性而發的，一句歌詞，一張自拍，竟然會引來這次風波，對此我為自己的粗心大意感到十分抱歉！亦感到難過自責，讓家人同事朋友和我擔心了。今天我覺得我必須和大家交代清楚。當日的帖文只是想表達即將起飛去工作的興奮，非常純粹地和大家分享近況，實屬無心之言，作為公眾人物，沒有想到自己的言論舉動會造成這麼嚴重的影響，的確是我疏忽大意。我熱愛祖國，熱愛香港，從不支持『港獨』！我也一樣毫無

疑問地熱愛和平，希望一切盡快恢復平靜。我希望用實際行動去證明自己，繼續分享正能量的音樂和感悟。亦對受事件影響的各方再次深深說一次對不起。」

事實上，香港和台灣藝人若外出或搭交通工具都會戴墨鏡和口罩，主要是不想讓人認出，亦有女生不想將沒有化妝的樣子曝光，大家可以翻查一下，不難發現藝人戴墨鏡和口罩照片。只是目前香港處境，見人戴口罩就特別敏感，而且總不能單看一張相就指人是支持「港獨」那麼輕率吧。況且一直以來祖兒的言行也很正氣的。

yungchloe 沒想創隨性而發的，一句歌詞，一張自拍，竟然會引來這次風波，對此我為自己的粗心大意感到十分抱歉！亦感到難過自責，讓家人同事朋友和我擔心了。今天我覺得我必須和大家交代清楚。當日的帖文只是想表達即將起飛去工作的興奮，非常純粹地和大家分享近況，實屬無心之言，作為公眾人物，沒有想到自己的言論舉動會造成這麼嚴重的影響，的確是我疏忽大意。我熱愛祖國，熱愛香港，從不支持『港獨』！我也一樣毫無

■祖兒在社交網發文解釋。網上圖片

苟姑娘

為夫整餅壓力大致脫髮

香港文匯報訊（記者 李思穎）苟芸慧（苟姑娘）昨日一身紅噹噹打扮出席聖誕活動，現場聯同玻璃藝術家即席製作彩色玻璃球，心繫老公陸漢洋的她特地揀選對方喜愛的綠色開始，大晒恩愛。

苟姑娘剛為法式糕餅師考完試，待得到證書便有資格在法國開店。她自言如果在當地遇到志同道合的拍檔，不排除有開店計劃，可當是後路，現時是自己興趣，同時也預測不到將來所發生的事，但未有在港開店想法，除非找到好有興趣的夥伴。

問到取得證書後，老公是否最大受惠者，豈料苟姑娘反應很大說：「吓，整給他吃會好大壓力，因老公好有要求，不過我每次上完堂給他試食都會給予意見，他性格直接，會夠膽批評我，最初我都有少少嘔，後來習慣後冷靜細想，作為一個糕餅家，始終要製作出大家鍾意的作品，需更努力得到大家喜歡。老公本身廚藝不錯，擅長煮法餐和中菜，故此早前要考慮給老公品嚐時，自己壓力大到脫髮。不過完成考試後會好有成就感，稍後會到法國玩，當朝聖之餘，順道視察環境。」

婚後三年造人

提到她的造人大計，她笑說：「要延遲再延遲，婚後3年先造人，還有兩年時間，這段日子會繼續充實自己，明年1月會接拍電影，再拍戲猶如BB感覺，重新熱身。」

今個聖誕，苟姑娘準備同老公一齊整甜品慶祝，她笑說：「浪漫得來亦很需要耐性的過程，由我教他整甜品這提議很不錯，哈哈。」



■苟芸慧即席製作彩色玻璃球。

古仔爆宣萱邊拍戲邊買股票

香港文匯報訊（記者 梁靜儀）古天樂（古仔）與宣萱昨日出席銀行活動，二人又大談投資理財心得。台上古仔大爆宣萱喜歡在片場邊拍戲邊買股票，她說：「少少啫，咁大個人要計劃吓將來，令財富增值，但我買股票唔叻，都係憑感覺，我啲啲就係小心得，古仔啲啲係大心得。」

古仔卻稱自己也沒什麼心得，都是聽基金經理意見，不過就一定會分散投資，因為他也掌握不到最新資訊。宣萱認為不可只聽別人講，要聽多些意見及做功課，她以前會將雞蛋放在一個籃中，但現在會分散投資，現時會多買樓投資，股票就不在行。問到她現時有多少層樓揸手時，她就賣關子不願多講。

問到古仔可會買樓投資？他表示買樓以自住居多。談到近日有指他旗下的公司想招攬無錢花旦田蕊妮、胡定欣、唐詩詠及鍾嘉欣加盟？對此古仔就避談說：「我唔清楚，我拍戲咋，問佢哋（指經理人）。」提到有指電影業受經濟環境影響，台前幕後有七成人沒工開？古仔說：「又有咁多，工作係少咗，電影係會受經濟環境影響，觀眾唔肯入場亦都有影響。」問到可有救亡措施？他說：「要將市場整頓，成本要降低，長遠就要政府幫手，投資者比以往謹慎啫，我作為演員身份去講，我唔清楚。」



■宣萱遭古仔爆在片場不忘投資。

十年前衣衫仍合身

張家輝翻着撐環保

香港文匯報訊（記者 梁靜儀）由黎兆鈞、施柏林、劉永泰聯合執導兼編劇的電影《催眠·裁決》前晚於九展舉行首映禮，監製爾冬陞聯同一眾演員張家輝、張兆輝、鄭則士、谷祖琳、蘇麗珊及任動作設計的錢嘉樂等出席。身穿粉藍色套裝現身的張家輝，被蘇麗珊大爆其服裝是十年前曾穿過的。家輝表示身穿的套裝在十年前出席電台頒獎禮擔任頒獎嘉賓時曾穿過，不過至今仍然合身，亦不會有過時的感覺。他笑言自己支持環保，不會着過一次就丟去或轉送別人，呼籲藝人可以循環再着服裝，不一定要丟。他又大爆古天樂愛儲衣服，要用好多地方擺放。他說：「我收藏最耐一件衫係一套禮服，曾經着過出席康城影展，但相信唔會再着，因為啲款個領好怪雞！」他自言在無綫時曾經穿着本地設計師的服裝任模特兒行天橋，問到可想演設計師角色？家輝笑說：「有機會都想，我未演過的都有興趣演。」

被女兒「催眠」做奴隸

戲中家輝扮演催眠師，他謂也想嘗試做真的催眠師，因為感覺好神秘，但相信有真亦有假的催眠，他又自爆平日經常被女兒「催眠」做奴隸，幫她揀骨，但其他就沒有特別要求。問到可催眠太太關詠荷？他笑說：「我唔催眠佢，佢唔嫁畀我啦！」

蘇麗珊於戲中飾演雙腳癱瘓了的女仔，被張家輝催眠後講出事發經過，她指拍攝時望住微波爐個轉盤，完全投入了被催眠，拍攝前她亦有跟演戲老師試戲。在旁的家輝聞言即緊張笑說：「唔好呀！你自己一個？後生女梗係亂咁嘅！」

戲中扮演警察的張兆輝，透露有兩場戲較有難度，其中一場在水底演出，講述他昏迷產生幻覺的動作戲，而另一場在停車場的爆炸戲，需要配合360度鏡頭拍攝，他說：「仲有一場爆炸場面，試了一個上午，好彩大家身手好，一take過搞掂。」



■張家輝

■蘇麗珊