



Musical in reading
音樂劇圍讀



2024年4月5-7日 8pm

2024年4月6-7日 3pm

主辦

演戲家族
ACTORS FAMILY
香港原創音樂劇

學生專場

2024年4月4日 8pm

 香港藝術發展局
Hong Kong Arts Development Council
演戲家族為藝發局資助團體

葵青劇院黑盒劇場

Men
in the
Bathhouse

男泊湯

Musical in reading
音樂劇圍讀



- 粵語演出。
- 節目含有不雅用語及場面。
- 適合 16 歲或以上人士觀看。
- 節目長約 1 小時 30 分鐘，不設中場休息。每場另設演後座談。
- 遲到者須待節目適當時候方可進場
- 如遇特殊情況，主辦機構保留更換節目及表演者的權利。

Men
in the
Bathhouse

男湯

Musical in reading
音樂劇圍讀

「只有活的戲劇， 才是我們真正追求的戲劇！」

演戲家族為香港音樂劇旗艦劇團，由香港演藝學院畢業生於 1991 年成立，1999 年起，獲香港藝術發展局資助。本著以劇場為家、香港為本的精神，配合圓熟細膩的表演風格，創作貼近群眾、反映社會面貌的作品，致力推動原創音樂劇發展，讓城市及生活更加美好。近年，演戲家族為鼓勵音樂劇創作，舉辦不同的寫作人才培育工作坊，開拓從創作、試演至公演的平台，為優秀華語音樂劇建立持續發展的基礎和健康的成長環境。

演戲家族的製作多年來均被評選為香港舞台劇獎十大最受歡迎劇目。自 2000 年起，專注開拓本地原創粵語音樂劇，創作及改編多齣膾炙人口的作品。除本地創作外，演戲家族更積極將香港優秀作品帶到海外巡演，為華語觀眾呈獻原汁原味的港式音樂劇，獲得廣泛報導及一致好評。

演戲家族
ACTORS' FAMILY
香港原創音樂劇



董事局成員

主席
司庫
成員

李錦滔
陳曼儀
余潔儀 鍾小梅 鍾振傑

義務法律顧問
顧問

范凱傑
茹國烈

行政總監

姚潤敏

駐團作曲家
駐團導演

黃旨穎
溫迪倫

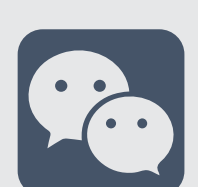
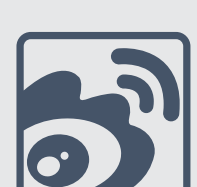
高級經理（營運及節目）
節目及市場經理
節目主任
藝術行政及節目主任
會計

莫震霖
余澆晴
羅浩榮
黎嘉朗 ^
張惠儀

^ 藝術行政人員實習計劃由香港藝術發展局資助

地址 香港葵涌工業街 10-14 號
華發工業大廈後座 12 樓 4 室
電話 2364 9830 / 9050 1941
電郵 af1941@gmail.com

www.actorsfamily.hk



演戲家族



編劇的話

我的母校是一間傳統男校，一校都是血氣方剛的男子，豪邁、粗野，間中帶點狂妄與好勝。當年的我，與這種雄赳赳的氛圍格格不入，卻自覺是個人問題，只求風平浪靜地讀了六年，然後風平浪靜地畢業。

日前回母校，跟一班正思考選科的師弟聊天。我獲派參與的小組，組內師弟大多對藝術有興趣，也許如此，他們的思想似乎較細膩、較敏感；其中一位，教我印象尤深。他會看《Poor Things》和《Barbie》，愛探討戲中的女性議題，更直言渴望投身能推動大眾關注性別議題的工作。我另眼相看，不獨因為這位師弟年紀小小已胸懷大志，更因為這間我一直以為在培育典型男孩子的傳統男校，謝天謝地，至少也有空間容納一些不隨波逐流的男孩子。

臨別之際，他在我耳邊慨嘆了一句：「喺呢間學校好辛苦。」我的心酸了一下。面對滿瀉的雄性荷爾蒙，一切的美麗與溫柔，都會感到挫敗。於是我邀請這位師弟來看《男湯》，非因這就是解決他所有疑慮的靈丹妙藥，而是想讓他知道，世上有這麼一個地方，可以把心中的困頓轉化成生活的動力——劇場。

把原是一幕劇的《男湯》改編成音樂劇並不容易，感謝主創成員及演戲家族團隊的指導和協助。若這作品得以繼續發展，期待屆時仍會在觀眾席上看到你，見證這劇本的成長。

林澤銘



作曲 / 編曲 / 音樂總監的話

好榮幸可以參與此次製作，亦多謝監製 Mandy Yiu 穿針引線把我介紹給另外兩位主創人，編劇林澤銘和作詞許晉邦，兩位極具實力的主創，創作過程十分之愉快。

男湯音樂劇演讀版是我第一次為改編劇本參與音樂創作的作品，在過程中參考了很多不同的音樂，當中最為主要的是日本 Pop-rock，而這個風格也是我看完劇本後在腦海中萌生的第一個想法，也是我希望入劇場觀看音樂劇想要聽到的類型，於是很早就已經立下了音樂創作的方針，希望透過日本風的音樂類型把這個故事帶給觀眾。

劇中四位男主角約好一齊去日本浸溫泉這件事，我的第一個反應是——「有蠱惑！」編劇很聰明地在故事的開頭便放下一個大炸彈，好讓另外三個角色在戲中拆彈，然而過程不但拆唔到彈，仲要不斷自我審判，挖開傷疤，最後到底是最佳好友還是最佳損友？作為觀眾可以看到角色們就像熱鍋上的螞蟻，這樣的張力我覺得很好看。

在音樂上的崗位，我是要把角色的內心世界剖析出來，再從他們的口中唱出他們說不出來的話。於是編劇跟我一齊分了八個歌位，希望透過歌曲，讓角色能夠唱出心底話，更甚的是，推進劇情。

我認為男湯音樂劇演讀充滿著實驗性，但裡頭卻充滿著滿滿的熱情與想法，希望觀眾帶著輕鬆愉快的心情，想像自己到了日本旅遊一趟吧！

劉仲軒



作詞的話

在別人面前赤裸裸地展露自己，
從來都不是一件容易的事。

尤其是在一個陌生的環境；
尤其是對著熟悉的人；
尤其是男人。

男湯正是如此；
《男湯》也是如此。

許晉邦



導演的話

男湯の恨

原來的話劇版本結構嚴謹，實在很難想像三位年青編劇作曲作詞，竟然真能把劇本改成音樂劇，實在很魔幻；到我加入時劇本音樂都已成形，與最好玩的過程失之交臂，可惜。

這個改編實驗，不但對曲詞編劇都是一個挑戰，這麼好的戲、這麼好的歌，必須全力做好啊，是不是？於是逼迫請來圍讀的男演員為了排舞而丟本，逼迫本地女演員用日語講台詞，原本還打算迫她把獨唱都改為日語演唱，可惜的是，臨時哪去找日語詞人？只好把這個遺憾留到正式演出時再解決，這次先姑且放過她。

宣傳出來後，朋友知道我又搞圍讀就瘋了，起因是 17 年的另一台圍讀，被他們嫌棄我都把讀劇弄到幾乎與正式演出對標了，是不給活路了云云，好像要得罪整個江湖了似的；其實穿上服裝，帶簡單台位道具，只為了協助觀眾更好的去閱讀文本，更直觀的感受，也不會老被舞台提示影響節奏；同理，佈景影音等效果，是文本的伸延想像，劇團咬咬牙去支持多走一步，戲不單好聽、也要好看，提供多一個角度去品嘗文本的意思，相信大家理解。



我和設計師本來都是很正常的人，但每次加在一起的化學作用下似乎就會變成兩個瘋子，所以原來簡簡單單就過的一個圍讀，試問又怎可能再簡簡單單呢？預算就不用說了，用圍讀的預算去搞一個接近演出水平的呈現，佈景是錢服裝是錢，到後來 MV 都出來了，首先監製就瘋了，哪來的錢？然後設計師也瘋了，錢這麼少怎搞？然後舞台管理也瘋了，圍讀竟然要轉景？哪來的人手？就連這一篇稿，都在行政催到瘋了的情況下才交的。

好了，似乎能得罪的都得罪個遍了。多謝團隊各位的包容和忍耐，也謝謝大家不論喜不喜歡此劇，至少仍來出席我們的演出，希望可多聽到大家的意見，作為養分，讓我們繼續改進作品，希望有天能在大舞台以更完美的狀態，再與大家見面。

溫迪倫



創作及製作人員

編劇

林澤銘

作曲 / 編曲 / 音樂總監

劉仲軒 *

作詞

許晉邦

導演

溫迪倫

歌唱指導 / 音樂助理

劉力致

編舞

張學良

美學顧問 / 舞台及服裝設計

葉卓棠

燈光設計

歐陽翰奇

音響設計

易仁浚

字幕翻譯

林澤銘

投影製作 / 票務

羅浩榮

製作經理及舞台監督

倪嘉偉

執行舞台監督

黎文熙

燈光編程

何詠恒

服裝主管

何家敏

舞台助理

黃志斌

字幕控制

朱詠欣

化妝

劉曉豐

宣傳經理

李采妍

宣傳攝影

阮漢威

宣傳設計

Bertam

舞台攝影

Mak Cheong Wai @Moon 9 image

演出拍攝

C. Production House

節目主任

黎嘉朗

執行監製

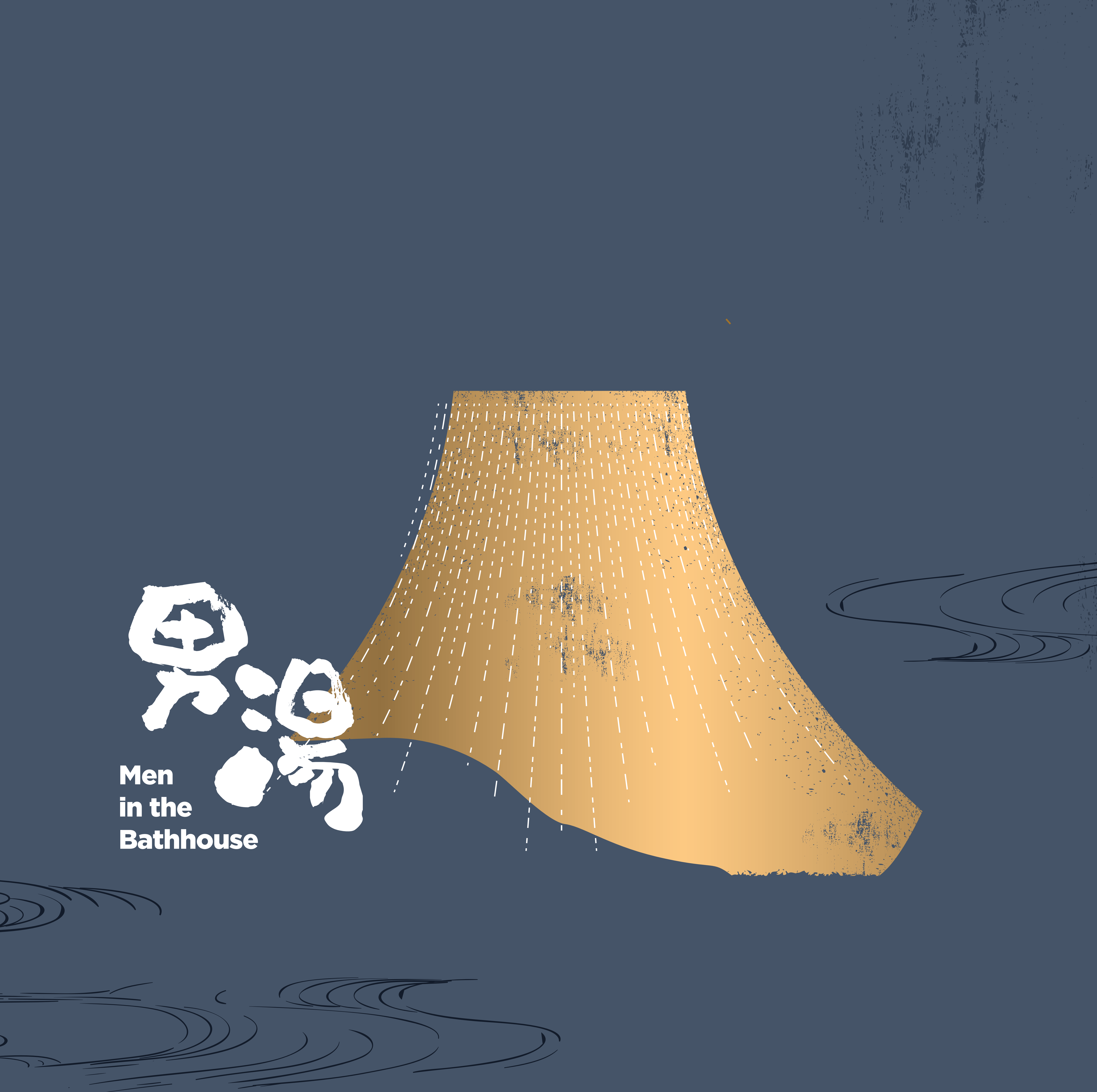
莫震霖

監製

姚潤敏

* 承蒙中英劇團批准參與是次製作





男湯

Men
in the
Bathhouse

故事梗概

稱兄道弟的男校舊友——Gabriel、Richard、Jeremy 和 Adam，一同到日本旅行享樂。他們下榻溫泉旅館，就在男湯的更衣室寬衣解帶之際，Gabriel、Richard 和 Jeremy 忽然獲悉 Adam 的一個重大決定。

Richard 和 Jeremy 認為應該尊重 Adam 的意願，唯獨 Gabriel 堅持阻止。三男愈演愈烈，重新抖出過往的事件，揭示他們的男性危機。各人卸下男子氣概，赤裸裸地面對自我，坦誠相對……



分場表

第一場

溫泉正門

《BE A MAN》

第二場

溫泉更衣室

《兄弟有難》
《請自重》

第三場

溫泉更衣室 —
Jeremy 的家

《為何不可一世》

第四場

溫泉更衣室 —
中學男廁

《CHEERS》
《這裡必見紅》

第五場

溫泉更衣室 —
太平洋海岸

《刺》
《鯨吞河豚》

角色表

譚偉權（特邀演出）飾 Gabriel / Jeremy 妻子

黃慶堯 飾 Richard / Jeremy 母親

彭展鏗 飾 Jeremy

劉力致 飾 Adam

麥紫筠 飾 女工 / Miss Lui





編劇

林澤銘

畢業於香港大學文學院，主修日本研究及韓國研究。任職廣告公司，專責文案創作，現就讀香港演藝學院戲劇藝術碩士課程，主修編劇。

2022 年憑《品德教育》獲影話戲「第七屆青年編劇劇本寫作計劃」冠軍；2020 年憑《鐵靈》獲普劇場「第六屆心之河土壤栽培計劃」冠軍；又憑《零佬三十》獲選為「香港同志影展」首屆短片劇本創作比賽的優勝作品。其他編劇作品包括：

「編劇工場 12」及香港話劇團「讀戲劇場」《男湯》、演戲家族《何年明月歸》（聯合編劇之一）及新域劇團「劇場裏的臥虎與藏龍 XVII」《健康人類》等。





作曲 / 編曲 / 音樂總監
劉仲軒*

2019 年加入中英劇團成為全職演員。團內演出包括《解憂雜貨店》(重演)、《穿 Kenzo 的女人》、《初見》、《人生原是一首辛歌》、《大偽術爸》、網上節目《底層》、《科學怪人・重生》、《她生》、《辯護人》及《唐吉訶德》。

香港演藝學院戲劇學院畢業，主修表演。校內演出包括《三姊妹》、《誤會》、《三便士歌劇》、《Pippin》等，並隨戲劇學院到奧地利薩爾斯堡演出《誰怕蒼蠅王》。在校期間，曾獲「校長獎—學生優秀大獎」。實習期間，曾參演中英劇團《戇大人》。畢業後，曾參演演戲家族《戀愛輕飄飄》、香港話劇團《假鳳虛鸞》及《大狀王(預演)》，又赴丹麥歐丁劇場深造演藝技巧，並與當地藝術家共居一個月作深度交流。2022 年考獲倫敦聖三一鋼琴演奏 (LTCL Recital)，師承教育家劉君豪先生。修讀演藝學院期間亦曾擔任不同音樂相關崗位，如《三便士歌劇》音樂總監助理、為《海鷗》作現場演奏、為《三姊妹》任琴師；又為國際綜藝合家歡《愛麗絲漫遊迪樂園》社區及學校巡迴演出作曲及音樂總監，並為香港藝術中心「編劇工場 5」《寄生蝸牛的蟲》任現場伴奏。近年為演戲家族《我不是垃圾》音樂劇作曲及編曲，以及《林澤群 Adios Concert》任現場鋼琴伴奏。

* 承蒙中英劇團批准參與是次製作





作詞

許晉邦

2013 年畢業於香港演藝學院戲劇學院，主修表演。現為填詞人、編劇及演員。

填詞作品包括：香港演藝學院《幸運殭途》、《青春的覺醒》、《秀才與劊子手》，並憑《秀才與劊子手》獲提名第二十二屆香港舞台劇獎「最佳原創曲詞（填詞）」。

編劇作品包括：香港話劇團《半桶水》，演戲家族《最後一舞》、《當家貓遇上貓》，風車草劇團《忙與盲的分離時代》之〈豬心算〉，爆炸戲棚娛樂及下雨天不吃蘋果《大象的告別式》，三座一台創作社《暫時沒有名字》及演員的自我搔癢《一賠一》。

演出方面：曾憑天邊外劇場《教父阿塗》獲 IATC (HK) 劇評人獎 2018「年度演員獎」，並憑前進進戲劇工作坊《卡桑德拉》獲提名第九屆香港小劇場獎「優秀男演員」。此外，亦參與影視拍攝，製作包括：ViuTV《冰上火花》及《野人老師》。





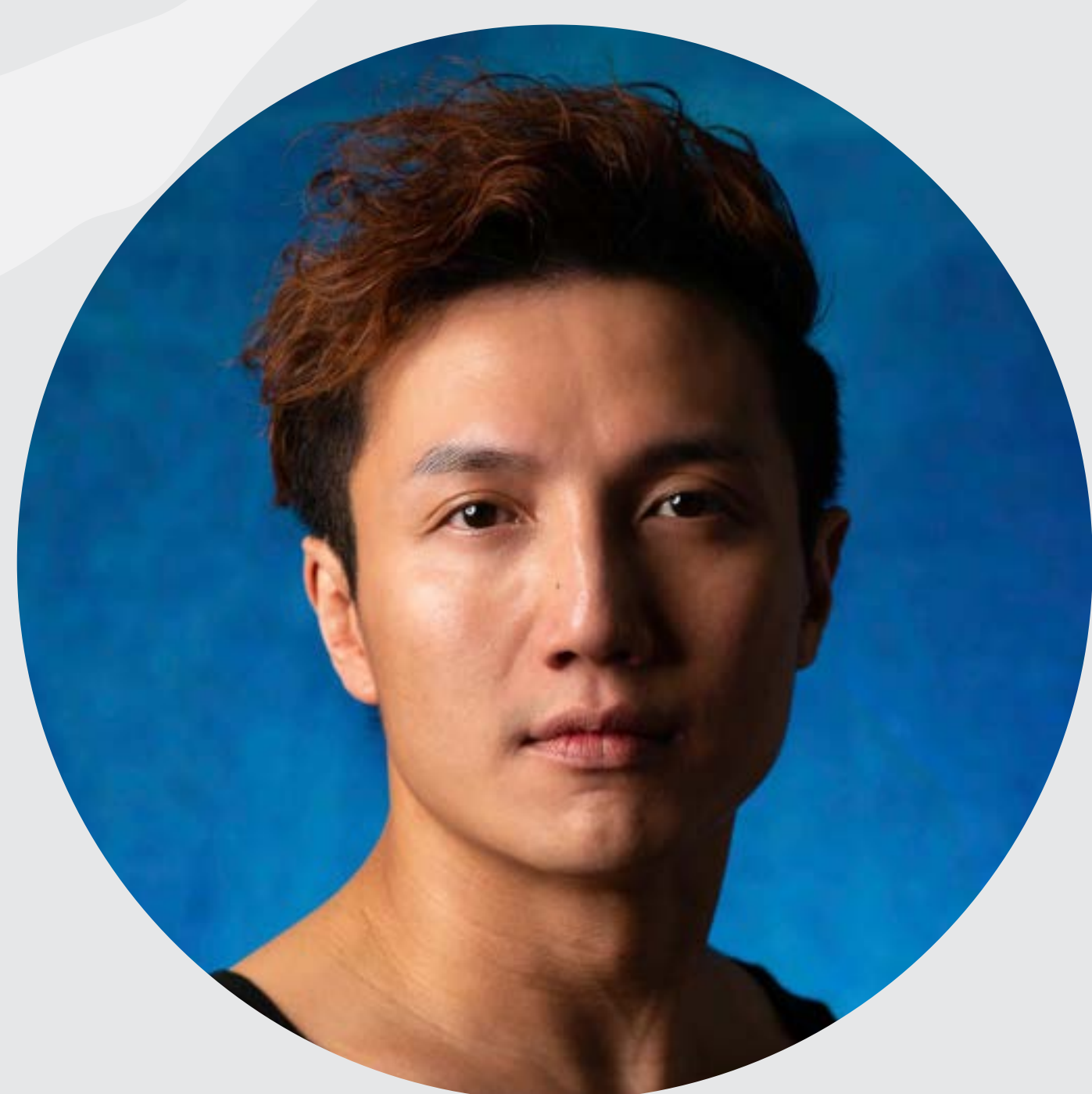
導演

溫迪倫

香港演藝學院畢業，曾任香港話劇團執行舞台監督。2000 年前往荷蘭、西班牙及倫敦進修，以優異成績獲頒舞台美學碩士。擁有豐富的舞台劇導演、佈景服裝燈光等設計經驗，同時兼顧節目監製、策劃、及劇場技術管理方面，集多樣功能於一身。

導演作品包括：《蛆》Maggots、《阿媽話…》My Mother Said I Never Should、《天上人渣》、《歷史男生》The History Boys、《香港有個 BOLLYWOOD》等；英語演出包括音樂劇《ANNIE》、《OLIVER!》、《Dracula the Musical》、《Godspell》等；原創音樂劇《一水南天》，講述香港開埠初期香港人奮鬥的故事，2017 年以圍讀演出形式發表，好評如潮，之後由香港舞蹈團及演戲家族合辦，於香港文化中心大劇院上演。現為演戲家族駐團導演。





編舞

張學良

2003 年畢業於香港演藝學院，主修音樂劇舞。2007 年赴澳洲為 P&O 郵輪作長期演出。2012-2014 期間為香港電視合約藝員。2013 年，張氏以《原塑》（The Shape of Things）榮獲第六屆小劇場獎「最佳男主角」。2017 年以《巴打修女騷一 SHOW！》獲提名第二十六屆香港舞台劇獎「最佳男配角（喜 / 鬧劇）」。

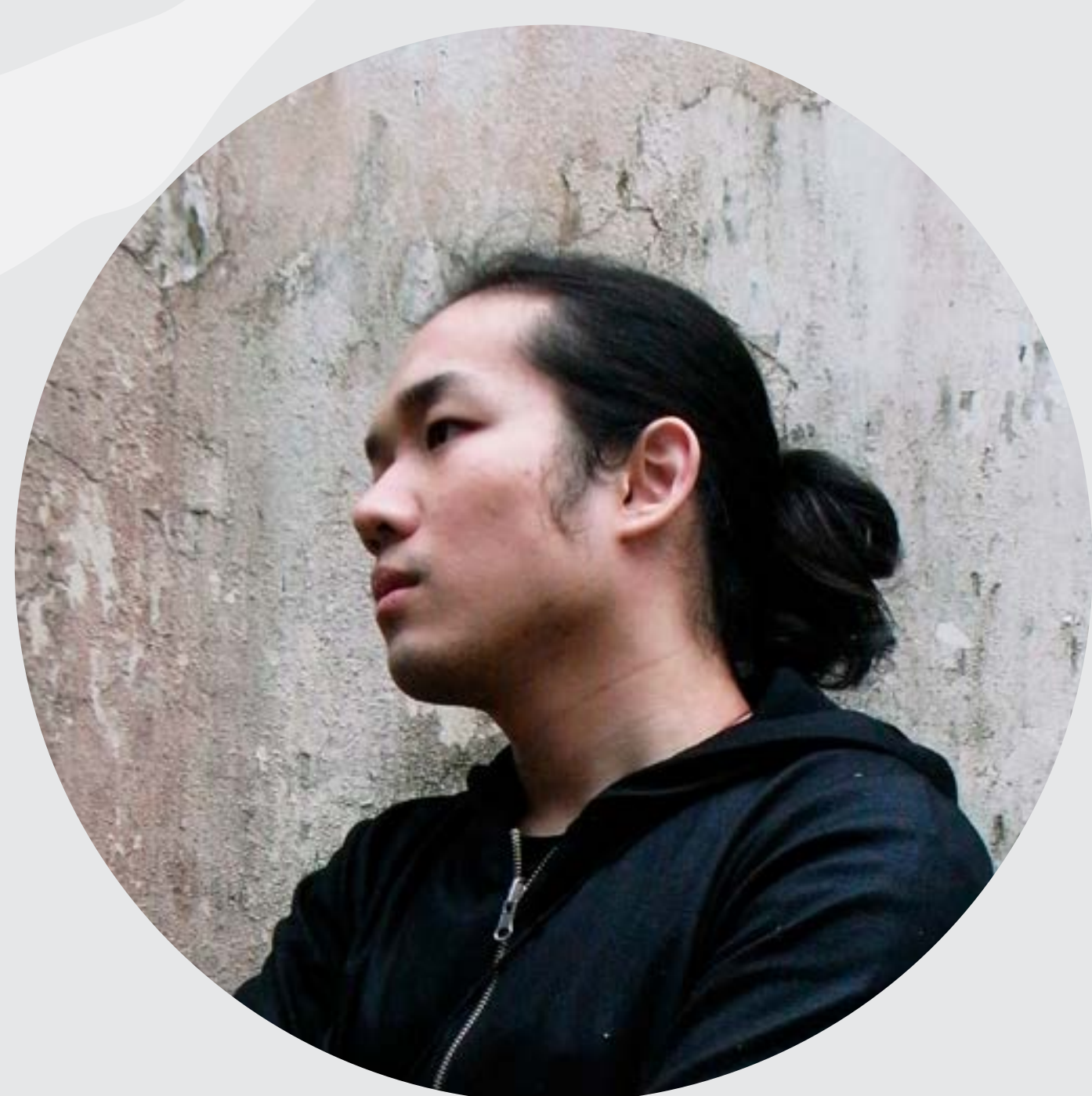
2017 年起，張氏開始編劇與導演工作，製作包括：方外無式《剎那》、一桌兩椅慈善基金《周瑜都督撐》等。2023 年，張氏首次發表個人自編自導自演劇場作品《不存在的人》，並憑此獲提名 IATC（HK）劇評人獎 2023「年度演員獎」。現為自由身演員、創作人及香港演藝學院戲劇學院碩士生，主修劇場構作。



Men
in the
Bathhouse

男湯

Musical in reading
音樂劇圍讀



美學顧問 /
舞台及服裝設計
葉卓棠

生於香港，跨媒介藝術創作人。創作範圍包括：舞台美學設計、影像美術指導、視覺設計、遊戲概念美術及音樂創作等。

www.moonyip.com





燈光設計 歐陽翰奇

香港城市大學電子工程系（榮譽）學士，主修計算機工程；香港演藝學院舞台及製作藝術（榮譽）學士，主修舞台燈光設計，在校期間曾獲 Pacific Lighting 勵進獎及香港話劇團勵進獎。

憑風車草劇團《公路死亡事件》獲提名第二十九屆香港舞台劇獎「最佳燈光設計」；前進進戲劇工作坊《西夏旅館》獲提名第五屆香港小劇場獎「最佳舞台效果」；再構造劇場《柏林的金魚》及非常林奕華 X 一舊飯團《# 女與兒》分別獲提名 IATC（HK）劇評人獎 2019 及 2022「年度舞台科藝 / 美術獎」。參與的天台製作《山下的證詞》獲 IATC（HK）劇評人獎 2019「年度演出獎」、「年度舞台科藝 / 美術獎」及第十二屆香港小劇場獎「最佳舞台美學設計」。





音響設計

易仁浚

2015 年畢業於香港演藝學院，獲藝術（榮譽）學士學位，主修音響設計。熱愛舞台，聲音及音樂製作。多年來積極與不同的本地和海外團體合作，參與音響及音樂製作。香港本地音響工程師、設計師。

曾參與製作包括：香港話劇團《不散的筵席》音響設計，中英劇團《天元地方》音響設計，再構造劇場《後人類狀況》音響設計，ViuTV 電視節目《單車踩爆日本》錄音及混音，唯獨舞台《一布一生》、《深情水鄉埗裡人》音響設計，CMT 香港兒童音樂劇團 x MYO 新世紀青年管弦樂團《夢想曲》音響工程師，National Basketball Association 電視節目《NBA on FIRE》錄音及混音，香港藝術節《我們最快樂》現場混音等。





特邀演出

譚偉權 飾

Gabriel / Jeremy 妻子

畢業於香港演藝學院戲劇學院，主修表演。在校期間憑《少年十五二十時》及《衝上雲霄》，分別獲得「最有潛質演員獎」及「傑出演員獎」；再憑《油脂》及《手足情緣》分別獲得「傑出演員獎（音樂劇）」。

畢業後加入香港話劇團成為全職演員，演出包括《我和春天有個約會》、《黑夜衝擊》等；憑《橫衝直撞偷錯情》奪得香港舞台劇獎最佳男配角（喜／鬧劇）。

2010 年創立「哥哥製作有限公司」，並任藝術總監。作品包括獨腳音樂劇《Together 2010 共同渡過》及《Contrary 唱反調 - 譚偉權音樂會 2010》。其後推出首張個人專輯《如若我是他（她）》。

曾參與電影《怒火》、《梅艷芳 Anita》幕後代唱等。

其他舞台作品包括：演戲家族《遇上一九四一的女孩》、《邊城》、《白蛇新傳》，香港芭蕾舞團《白蛇》，香港話劇團《地久天長》，春天實驗劇團《香水》，春天舞台製作《喝彩》，香港藝術節《泰特斯》，香港戲劇協會《大顛世界》，中英劇團《搶奪芳心喜自由》，劇場空間《女帝奇英傳》，新光中國戲曲文化《小城風光》、《玻璃動物園》，最佳拍檔影視文化公司《絕代芳華》等。近年參與爆炸戲棚《我們的青春日誌》飾演主要角色，並任其演出顧問。

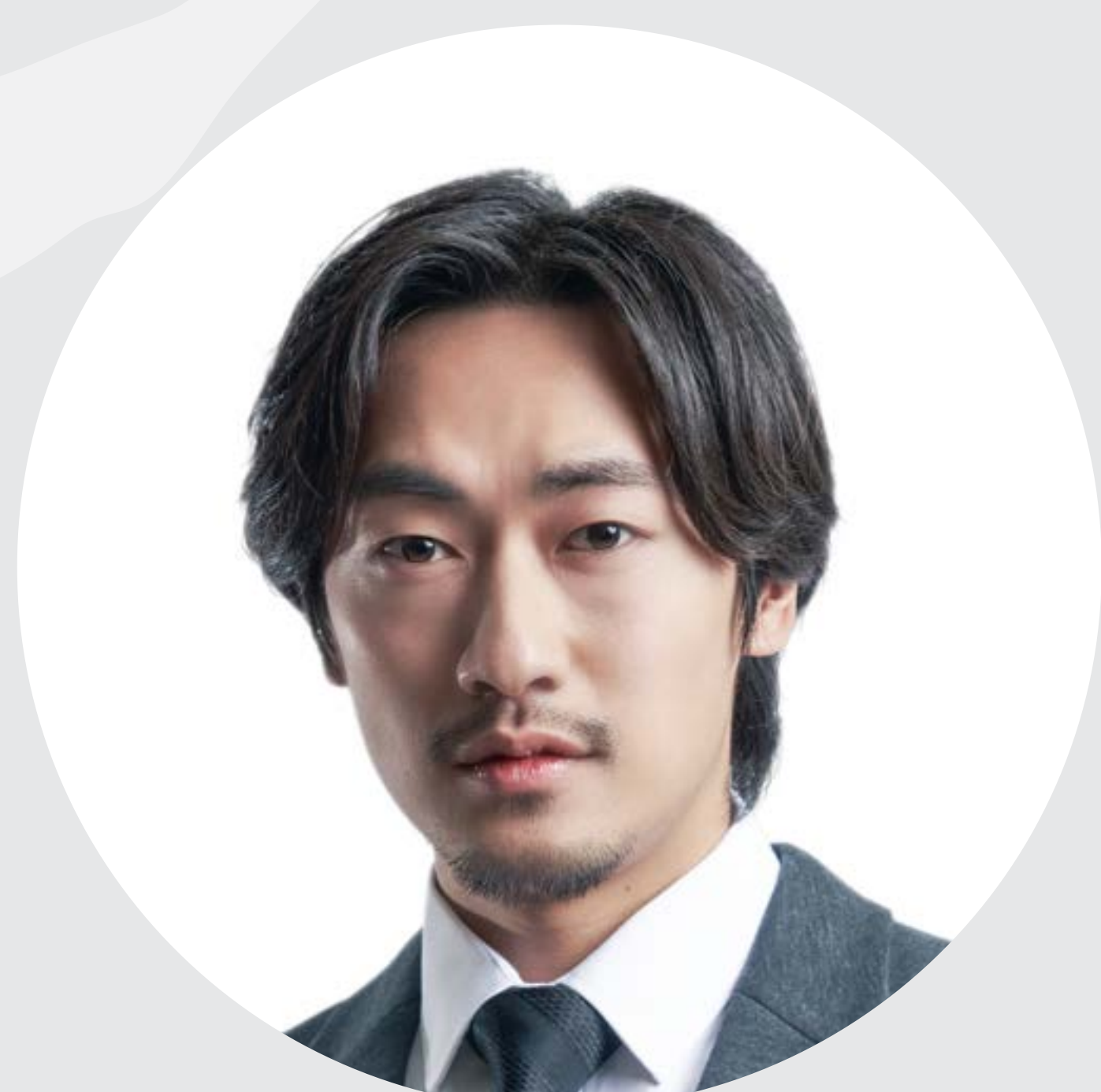
現為自由身演員、導演、歌手、戲劇導師。



Men
in the
Bathhouse

男湯

Musical in reading
音樂劇圍讀



演出

黃慶堯 飾

Richard / Jeremy 母親

2018 年畢業於香港演藝學院戲劇學院，現為自由身演員。校內主要演出有《海鷗》、《三便士歌劇》及《三姊妹》等。

畢業後參演天邊外劇場「新導演運動」《傷逝如她》、進劇場《群鬼》讀劇等製作，並於中英劇團《初見》擔演男主角。

近年演出包括：香港藝術節《日新》音樂劇、演戲家族《高加索傳奇》及劇場空間《神探福邇，字摩斯》。同時亦積極投身電影、廣告、MV 等拍攝工作。



Men
in the
Bathhouse

男湯

Musical in reading
音樂劇圍讀



演出

彭展鏗 飾 **Jeremy**

2018 年畢業於香港演藝學院戲劇學院，獲戲劇藝術學士（榮譽）學位，主修表演。

好朋友暱稱肥彭。現為自由身演員、戲劇導師、shishapacker，同時是一位保險經紀。

Instagram: kennyfatpang





演出 /
歌唱指導 / 音樂助理

劉力致 飾 **Adam**

劉力致為香港跨樂種歌者、作曲家、合唱指揮及歌唱指導，在古典音樂、音樂劇、流行音樂及福音音樂等範疇皆有涉獵。香港作曲家及作詞家協會 (CASH) 以及美國聲樂教師協會 (NATS) 成員。Gey Teal Girls' Choir 藝術總監。於香港中文大學取得文學士（音樂），主修聲樂；並於英國皇家北方音樂學院取得音樂碩士，主修作曲。已修畢 Estill Voice Training Levels 1 & 2。

力致近年的聲樂獨唱表演包括韓德爾《彌賽亞》、海頓《亂世彌撒曲》、羅西尼《小莊嚴彌撒曲》、帕默里《探戈榮耀頌》等；曾出演的劇場製作包括演戲家族《路比和嫵嫵的鐵路 5 號》（音樂劇）、大地之聲音樂及藝術基金會《城東舊事》（音樂劇音樂會）、南豐紗廠《Living up to HER》（舞蹈體驗劇場）等。

力致同為本地及華語流行音樂愛好者。曾先後奪得香港中文大學歌唱比賽冠軍及崇基學院歌唱比賽冠軍，更以獨唱身分與 Ponte London Orchestra 於倫敦合作演出，將廣東歌帶給海外觀眾。他創立的 YouTube 頻道 Dancisum 主力製作翻唱作品，至今影片總觀看次數超過 150 萬。





演出

麥紫筠 飾 女工 / Miss Lui

畢業於香港演藝學院戲劇學院，獲藝術學士（榮譽）學位，主修表演。在學期間曾獲多個獎學金，並連續五年獲得 Katterwall Vocal Scholarship，學習聲樂及音樂劇演唱法。在校期間曾參與多個校內演出，並憑《我要高飛》奪得傑出演員獎。

過往演出包括：首次個人自編自導自演的實驗作品《30歲前的一晚，我失眠》；演戲家族《仲夏夜之夢》音樂劇飾演 Hermia、《戀愛輕飄飄》飾演 Sally；香港藝術節《日新》音樂劇飾演陳粹芬；香港話劇團《嗶啦啦啦啦你的歌》、劇場空間《夢縈塘西》飾演珍珠女，《布拉格·1968》飾演 Valerie；Theatre Noir《螺絲小姐》飾演 Coco、《我的長腿叔叔》飾演凱婷；春天舞台《仙樂飄飄處處聞》飾演 Liesl 及《一樹梨花壓海棠》飾演 Lolita 等。

現為自由身演員、配音員、歌唱指導、戲劇及歌唱導師。

Facebook melodeemak

Instagram melodeemak





製作經理及舞台監督

倪嘉偉

現為自由身製作經理及舞台監督。

2005 年於香港演藝學院學士畢業，主修舞台管理。

畢業後曾任職香港展能藝術會。以自由身工作二十年來與本地多個藝術團體合作，參與的製作或藝術項目超過二百七十個，負責製作管理、舞台管理、技術統籌或舞台管理導師工作。





執行舞台監督 黎文熙

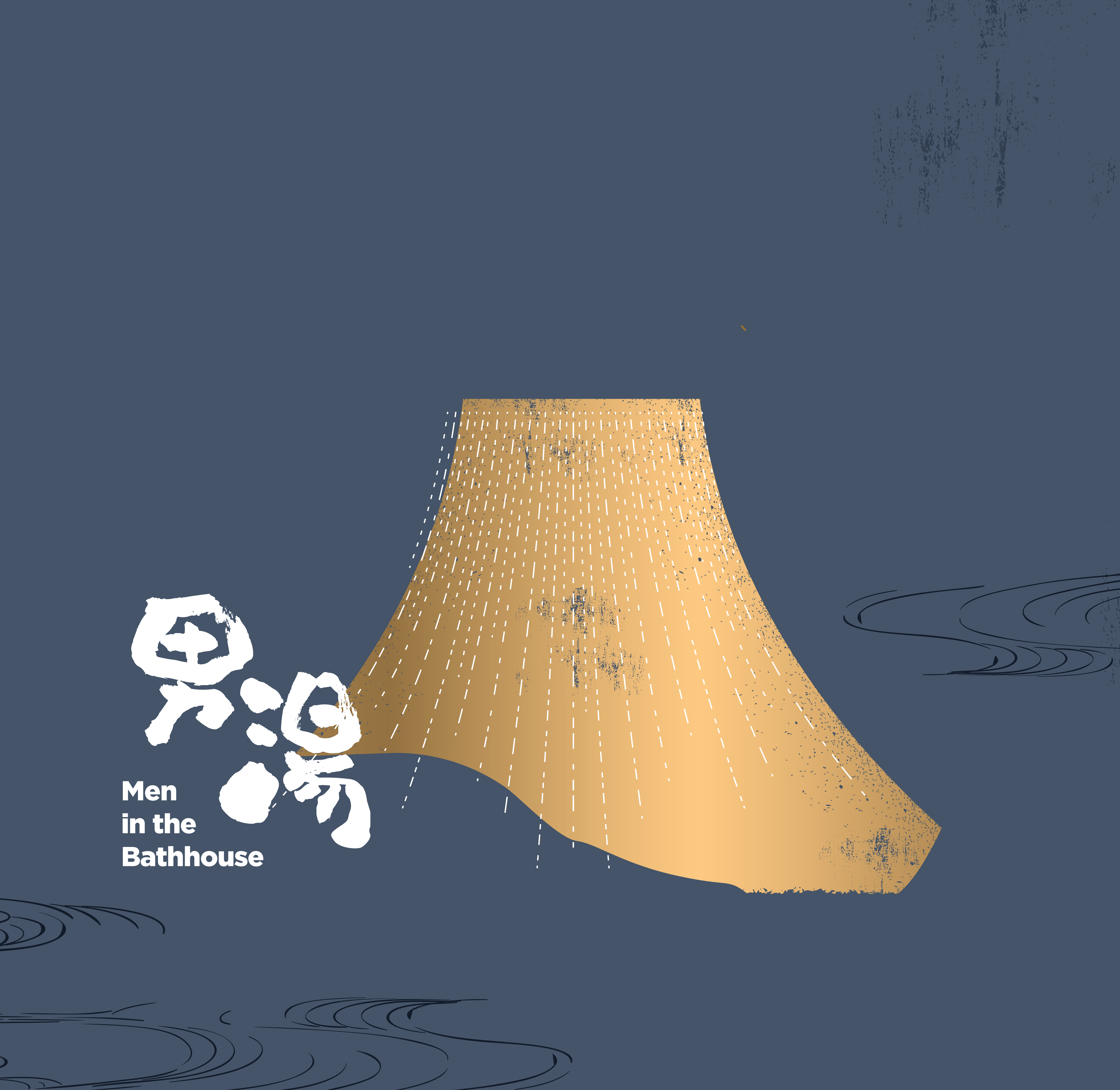
畢業於香港演藝學院，主修藝術、項目及舞台管理。

近期參與作品包括：

香港藝術節《雄獅少年》《日新》《兩生花》《陪著你走》、小薯茄《FINALLY OK》、新視野藝術節《老人與他的海》、劇場方程式《乒乓男兒》、獨腳絲打噏《難道停經才去愛》、HKKTA《品格英雄》、一舖清唱《向黑森林琴行前進吧！》、陳裕恆《如常…（重演）》、一路青空《大城小狐》、非常林奕華《艱辛歲月（階段展演）》、音樂劇作《幸福窮日子》《空白頁》、三角關係《無法誠實的我們》《二人餐》《過路人》、演戲家族《最後一舞》《高加索傳奇》《路比和嫵嫵的鐵路5號》《拾光盛宴》、劇場工作室《4000里》《4000里（重演）》、Gaybird Leung《18種發聲或失聲的方法》《再18種發聲或失聲的方法》《仍…息在零地（台中）》。

現為自由身工作者。





男泊

Men
in the
Bathhouse

歌曲序

- 1 BE A MAN
- 2 兄弟有難
- 3 請自重
- 4 為何不可一世
- 5 CHEERS
- 6 這裡必見紅
- 7 刺
- 8 鯨吞河豚

歌 詞

LYRICS

1

BE A MAN

All 男人 不再忍 日本可釋放我身心
男湯 給我滾 別要我再去等

Richard 那漫畫海報盡呈現 要熱血撕殺盡磨練
殺入機舖極其方便 我就如通了電

Gabriel 美食於街角盡尋覓 那巨胸主角盡勞役
要越級挑戰持久力 到埗全都要食

All 叱咤風裡 一刻相聚 搵間風呂 放下顧慮 無罪
男人 最識風趣
男人 最叻飲醉
男人 最啱個句
咪就係同類

Adam 敞開心扉來面對 講真心話都無懼

Jeremy 俾錢必須留單據 幫屋企慳銷售稅

G+R 男人 理撚得佢
男人 要衝出去
男人 要講返句
放假無罪

歌 詞
LYRICS

All 男人 不再忍 日本可釋放我身心
男湯 給我滾 無謂我士氣下沉
今晚 好好瞓 點知我其實唔願瞓
今晚 搞搞震 轉大運 震震震震震

Gabriel Man Be A Man 位位身材勁正
Richard Man Be A Man 拋開一切毛病

J+A Man Be A Man 互望就如望鏡

All 男人 放開衫領 擺你命
朝早 搏命購物 入夜 拼命喫刺身
小姐 制服誘惑 服務 夠有凸
家鄉 接受禮待 習俗 我實記得
真心 永沒責任 現實 亦沒疑問
Be A Man 天性直腸直肚
Yes Be A Man 堅拒揸正嚟做
Yes Be A Man 一世盡情虛耗
Made In Japan 自然會有去路

A+J 邊位可傾訴 可否給鼓舞
無法瓦解 難理解 會否更糟
邊位想知道 身邊的苦惱
何以見得 唔見得 變得更好

歌 詞
LYRICS

All 男人 理撚得佢
 男人 要衝出去
 男人 要講返句
 我愛我無罪

All 男人 不再忍 日本可釋放我身心
 男湯 給我滾 無謂我士氣下沉
 今晚 好好瞓 點知我其實唔願瞓
 今晚 搞搞震 我活著便無憾

男人 不再忍 日本可釋放我身心
男湯 給我滾 無謂我士氣下沉
今晚 好好瞓 點知我其實唔願瞓
今晚 搞搞震 轉大運

Adam 哪怕 個個也會嚇親

G+R+J 彷彿有感 總覺得 總覺得 總有大事會發生

歌 詞

LYRICS

2

兄弟有難

Gabriel 可為對方去插刀 可為對方撇前度
兄弟變出了異數 是這刻 要務

應該要咁做 堅決反對最好
應該要咁做 幫佢搵下出路
臨危勒馬 全力制止佢老母
一刀切隨即收皮 無從上訴

應該要咁做 當你識佢最早
應該要咁做 得你知佢窿路
容易做到 無奈我驚我爆粗
不勝憤怒 要去數 心跳率 越來越高

真心你應分 因你可算最親
真心你應分 因你體格相近
情難自禁 同伴要攬晒上身
終須過問 有信心 總會講 為何淨身

想同行 就要為你𨳊 打開心苦即管呻
唔知點解行運 大半生 可識到你班光棍
一有事 我實會 為你地馴身
即使始終無乜幫襯
若有下半生 放心 全部責任
不顧一切來讓我全力抱緊
Adam 需要人 導引

歌 詞
LYRICS

Richard 出手救兄弟 得你先至有計
出手救兄弟 可以修理關係
明白事理 而仲要講嘢徹底
中肯卻毫不失禮 請你發威

Jeremy 包喺你身上 呢句先夠似樣
包喺你身上 呢句的確響亮
循序漸進 其實佢需要讚賞
等緊你提點方向 當你偶像

R+J 如果可以搞清楚否則無意思
搖身一變千金小姐方會恨遲

Gabriel 乘機規勸乜都好一於唱聖詩
回心轉意點都好我只有 得個知字

R+J 最關你事 別逃避 膽粗粗也須一試

Gabriel 難以 講咁易 非我莫屬但唔願意

R+J 今晚 仍須一試 今次放手永無下次

G+R+J 可為對方去插刀 可為對方撇前度
兄弟變出了異數

Gabriel 但我驚佢話我老土

歌 詞

LYRICS

3

請自重

女工

冒犯 不懂禮貌難道是等閒
快道歉 最怕刻意破壞留下糜爛
尊重 屢勸不聽視為作反
望各位 愛惜這個夜晚

尋求慰藉 著眼天與地創造力
寒霧與絕嶺 盡見心中潔淨
當一切天註定 凡人無從抗命
溫泉 仍盛載一種偉大～神聖

罪孽 不可救藥原來極深重
要淨化 看淡一切世俗如幻如夢
尊重 要設身處地文化中
幸與福 說好給予大眾

尋求救贖 便放低顧忌去沐浴
除掉了疾痛 抹去心中惡毒
休戚這刻與共 來遺忘榮與辱
溫泉 能讓你知恥以近～乎勇

歌 詞

LYRICS

4

為何不可一世

Jeremy 母親 不宜再耍帥 若然未喝醉 所謂 快快趣趣
不妨說一句 但求未破碎 關係 共同面對
小心批判 刻意欺騙伴侶 視為背叛
擺個款 欲求未滿
只盼聽你解釋 只怕出了誤判
無事無幹 為何突然受創 多悽愴
有別過往 姿態需要硬朗 理直氣壯

Jeremy 妻子 這神聖之旅 盡情地喝醉 所謂 永無錯對
不妨豁出去 為男士興趣 色慾 熱情未退
多麼吸引 擁抱這誘惑裡 自然放任
找個人 大床共震
掙扎不算有益 解脫不再自困

你別放棄 直情大條道理 爭口氣
快樂到尾 速戰速決是你 秘密武器

Jeremy 不懂怎麼算 不懂聽規勸
難怪我這刻不自覺太慌亂 別來寒暄

由得我不惜一切頭頂緊箍咒
狠狠的捉緊自然應有會盡有
難以去放手 只好歸家拯救 誰願意解咒

歌 詞
LYRICS

Jeremy

緊箍咒揮之不去離不開家眷
媽媽跟妻子奈何相繼要步遠
如故意說穿 已近乎中斷 已失聯
卻心願 去保存

閉上兩眼悄悄奢想過若能團聚
永永遠遠結伴去一世不會告吹
寧可心碎 寧可繼續勞累 也願意緊隨

這個結尾發覺多可怕令人逃避
客客氣氣暗地裡總會找到轉機
毋須骨氣 情願不必再分離 說句我愛你

歌 詞

LYRICS

5

CHEERS

Gabriel WHAT DO YOU WANT TO BE
WHAT DO WE WANT TO BE
BE THE MISTER
BE THE WINNER
BE THE CHAMPION
WHAT DO YOU WANT TO BE
WHAT DO WE WANT TO BE
BE THE MISTER
BE THE WINNER
BE THE CHAMPION

CHEERS 給我爭勝的決心
CHEERS 只要相信不要問
匹夫之勇 舉足輕重
CHEERS 感覺一瞬間上身
CHEERS 不折不扣我責任

賜給我力量 為著同類的較量
賜給我力量 弱肉強食多正常
半斤八兩 就是贏在敢去想
發出一種氣場

歌 詞
LYRICS

Gabriel 共你任意去 WAY 並沒餘地 炒芥蘭滋味
回味 回味 從未曾避忌
被我直接抱起 HAPPY CORNER 想法子躲避
逃避 退避 然後跌落地

風趣跟幽默 自然地結合

Richard 其實 其實 誰願投入

Gabriel 糾結的今日 在懷念昨日

Richard 其實 其實 誰願提及

Gabriel 男人總要玩 男人不設限
回心轉意間 永未晚

歌 詞

LYRICS

6

這裡必見紅

Richard 若已受夠 哪需理由 若再步近 便會顫抖
若然沒救 也識得要放手
放下回憶 縱使千絲萬縷
唯一 莫過於接受

就要賣相 變得更強 為了自救 避免創傷
面前直說 氣氛只會更僵
那便離開 步往相反路向
餘生 在這刻退場

做人自尊心敏感 默然在心中強忍
任何矛盾發生 一一封印
情感的鬥爭 順從冒險的決心
或能無悔此生 走出厄困
男人 有太多責任 男人 能誠實要緊

寸步難行 啞忍的眼淚永未曾過問
結伴同行 怕面對傷害要內疚轉身
化做途人 不得不放大痛恨和悔恨
有難同當 但我拋棄責任

愛若遲疑 只好於那日放下情與義
愛若懷疑 我自覺失望再沒有靠依
背道而馳 不敢想背後那劇情故事

歌 詞
LYRICS

Richard 禮義廉恥 頓變得無意義
當是無知 這刻共勉之

湧呀湧 這廁所裡必見紅
沖呀沖 充斥流氓作弄
湧呀湧 這馬桶裡必見紅
沖呀沖 徘徊彌留之中
湧呀湧 不說一句的縱容
沖呀沖 阻止並無作用
不算英雄 我退縮悸動

臭熏天 笑聲佈滿天 各種野心跟獸心
沒良心發現
氣沖天 喊聲滿耳邊 過街老鼠如像我
只有別過臉
危險 自四方八面 謊言 來殘酷上演

寸步難行 啞忍的眼淚永未曾過問
結伴同行 怕面對傷害要內疚轉身
化做途人 不得不放大痛恨和悔恨
有難同當 但我拋棄責任

愛若遲疑 只好於那日放下情與義
愛若懷疑 我自覺失望再沒有靠依
背道而馳 不敢想背後那劇情故事
要是如此 後悔經已太遲
我是無恥 這刻共勉之

歌 詞

LYRICS

7

刺

Gabriel

無必要拔出 這一根刺
由他後來居上 不得已
天才 但卻不得志 震驚不已
為何是我 變得過時

談不上傑出 低級等次
而他自鳴得意 多反智
蠢才 運氣總可以 興之所致
唯獨是我 哪管失意

問到底 今天這身世 與他看齊 直情有優勢
這身世沒有問題 多矜貴
時來運轉 定能代替 望見他 多枉費
將腳踏踩到底 伴隨著我是捷足先登的快慰

Miss Lui

男人今非昔比 不致於裝腔作勢
未有貢獻也會有認同和地位
如今的這身體 應該帶點粗中有細
就算跌過碰過都不尷尬失禮
何不衝破慣例 改變徹底
何不結束不必要的設計
奮不顧身無限制 犧牲的一切
所有事 也許總會有代替

歌 詞
LYRICS

Miss Lui 毋須驚險刺激 毋須高薪厚職
男人只需要識 存在價值
哪管痛苦 苦中作樂仍願意作

Gabriel 枉費心機我不想搏

Miss Lui 哪管痛哭 最終發現尋獲寄託

Gabriel 哭笑不得才是實況

Miss Lui 當你需要找傾訴 總會給鼓舞
陪著你誠實面對這世代裡數不清的苦惱
毋須膽怯 放膽擁抱

Gabriel 不必驚失算 不必聽規勸
難怪我這刻翻舊帳也不倦
毋須得到這種溫暖

歌 詞

LYRICS

8

鯨吞河豚

Adam 河豚係佳餚 食過先知 柔滑又鮮甜 很可以
何其受歡迎 外界都知
唔食就太噉 必須要試一次

其實你

必須長知識 即使有毒都一概去清
必須長知識 講綜合價值足夠有益
來者不拒 才可令疑慮消除 吞咗佢

明明自己人 實夠膽死 凡事定啲嚟 驚得你
河豚係珍奇 就似知己 能大事化小
洗乜怕會衰收尾

記住

就算毒發 有咩畏懼 定會獲救 絕無老吹
若直腸直肚 挽手捱落去 乖乖快吞咗佢

抬頭漫天星宿與點滴

驟變得 極渺小 人哪可角力

形勢就似山雨欲來 總帶點孤寂

我生命 已洗滌 變得率性

一間風呂 一刻相聚 叱咤風裡 若然未告吹
瀟灑出去 拋開恐懼

擠身風裡 用誠實來自居

歌 詞
LYRICS

G+R+J 男人 不再忍 日本可釋放我身心
男湯 給我滾 無謂我士氣下沉
今晚 好好瞓 點知我其實唔願瞓
今晚 即管呻 爆大鑊亦無憾
男人 不再忍 日本可釋放我身心
男湯 給我滾 無謂我士氣下沉
今晚 好好瞓 點知我其實唔願瞓
今晚 即管浸 轉大運 浸浸浸到甘

男湯

Men
in the
Bathhouse

- 完 -