

《白日之下》余香凝：我差一点就离开表演的那几个瞬间

从模特儿到演员，从被道德审判到入围金马奖最佳女主角，听余香凝讲她的演员意识。



余香凝。摄：林振东/端传媒

端传媒记者 张书玮

刊登于 2023-11-26

[# 真实事件改编](#) [# 最佳女主角](#) [# 金马奖2023](#) [# 白日之下](#) [# 香港电影工业](#) [# 香港电影](#)



「以後會不會再也沒有人找我拍戲了？」余香凝這樣想過。

剛生完小孩不久的某一天，她帶著小孩出門聚餐。

吃著吃著，小孩哭鬧起來。

余香凝抱著女兒走出去，站到窗邊，輕輕拍她，安撫著她。窗外是中環景色，余香凝向下看去，視線所及的一條街道，有人正在拍攝影像。產後情緒湧上來，她開始哭，「就覺得，這麼近，那麼遠。」哭了十分鐘，實實冷靜下來，她也冷靜了下來，回去繼續吃飯。

那是她恍惚覺得自己可能離開演員行列的瞬間之一，或許也是最快過渡的瞬間之一。她很肯定家庭是最重要的，遇上現任先生後不久，她就毫不猶豫的結婚了。偶爾的擔心是，是否不能再演少女了。

她不怕演媽媽，「我十幾歲已經演別人的媽媽，我樣子生得老積（成熟）」，余香凝自嘲。

她只是怕可能會減少演出機會。那期間也偶爾參加其他電影的首映禮，「覺得自己好像一個外人，其實也只是我自己的情緒，但……」余香凝的先生自始至終都給了她很大的支持，他一直對余香凝說，不用擔心，你是一個很好的演員，一定有人找你。

很快，《死屍死時四十四》劇組找到她，邀請她出演毛舜筠在戲中的女兒。電影是導演何爵天在《正義迴廊》大受歡迎之後的第二部長片，最後票房超過兩千萬港幣。她又接到了《白日之下》的劇本。

《白日之下》以調查記者為主角，將香港2015年劍橋護老院虐待院友事件，及2016年康橋之家院長涉性侵院友、大半年內六人離奇死亡事件改編為故事主線。推出不久即獲得觀眾讚譽，票房節節上升。戲中主角凌曉琪為她迎來了金馬獎最佳女主角提名，在余香凝三十歲的這一年，也是金馬獎舉辦的第六十屆盛會。

在初初看完劇本時，余香凝當即對導演簡君晉講出自己的第一個直覺：凌曉琪是不化妝的。

「曉琪應該是那種記者，有事發生的時候，她隨便紮起頭髮，就出發去工作了。」在拍攝現場，化妝師常常忍不住想去遮住她的黑眼圈。余香凝說真的不用遮，「一個記者，可能她壓力很大，然後白天去做採訪或者做資料搜集，晚上思考怎樣寫報導，她睡眠不夠，有黑眼圈真的很正常。」余香凝有時候擔心效果太做作了，她覺得接過的角色，有不少其實並不需要化妝，礙於某些狀況，最後非要化妝，結果就變的不真實。

她在2018年的《非同凡響》之中扮演中學生 OK 姐姐，也一樣全程素顏。

「我是很感恩自己有演員這個身份。平時我在做余香凝，但只要我去做一個演員，但是做一個演員我就可以放下我所有的東西，我不需要理其他人怎麼想我，我只需要做那個角色。」在那個時候，她不怕自己不漂亮。

「我是那種幼稚園低班已經衝出來要表演的人。」

余香凝從小到大都很有表演慾。她的幼稚園是一家基督教學校，在辦戲劇表演時，老師讓她扮演一個幫助乞丐的有錢人。臨表演前不久，老師突然又讓她轉換角色，從有錢人角色換成了乞丐。

余香凝有點不開心，向媽媽撒嬌：「我無得扮靚靚（沒有打扮的機會了）。」媽媽立刻鼓勵她：「唔靚唔緊要，最緊要有發揮（沒關係，有發揮就好）！」她受到鼓舞，又開心了。

一到16歲，合乎法定工作年齡，她立刻想要工作。從小到大旁人一直對她說，你那麼高，去做模特兒吧。余香凝自拍了一些照片，寄給現在的公司，很快就簽約，一做十四年。

小時候，余香凝牙齒不是很齊，第一次拍造型照時，她還沒取下牙套。這成為她對自己模特生涯最深刻的記憶，「明明一笑起來，就有幾個洞，單還是在笑。」

牙套一戴三年，從15歲戴到17歲，她也從對鏡頭的不自然，練習出廣告商讚許的笑容。「當時拍廣告通常都是開心的表情而已，『哇，這個包好好吃！』『那個好好喝！』」，大家又對她說，你的表情很自然啊，你去拍電影吧。



余香凝。攝：林振東/端傳媒

先拍了一些音樂錄影帶，接著通過《骨妹》的試鏡，她獲得了第一個在大銀幕演出的機會。

《骨妹》（2017）是一部小成本澳門電影。拍完後，余香凝也很沒有信心，「以為會不會在澳門悄悄上映之後就沒有下文了。」煞科宴那天，余香凝對廖子好說，「可能這是我最後一部電影了。」廖子好也常常這樣想。

「所謂戲有戲命吧？在這一行大家真的不知道會怎樣發展，有時候你很用心地拍一套戲，或者你覺得投入很大，可是最後的迴響不大。或者沒什麼觀眾留意導致你下次沒什麼機會。那有很多很多的不安。」

余香凝是一個沒有安全感的人，她選擇先將事情想壞一些，然後以此紓緩自己的心情，「如果最壞我都準備好了，那就不用怕了。」這也是一個她可能離開表演的瞬間。

她是家裡的長女，總覺得責任落在了自己身上。如果有事情來了，最好就是她可以扛得起，「如果只想最好，不想最壞，那也太天真了。」在父母分開之後，余香凝覺得有些事容不得自己不想，「就算你不想，等事情真的發生了，那誰去處理？」

《骨妹》拍攝完畢之後，余香凝甚至去讀過保險，「最壞打算就是沒有工作之後有一些技能傍身。」讀完之後，余香凝才發現自己真的喜歡表演。讀保險的過程中，無論是老師上課，還是同學出來分享，這群人來自不同年齡層，不同地方，「我覺得他們每一個人都好看，如果下次我遇到一個這樣的角色，這些都可以用。」坐在會議室聽著業內的報告，余香凝卻像是做起了資料收集。在那一刻她知道了，自己還是要回去拍戲。

2017年，香港出產了53部電影，比2016年減少14.5%。彼時仍是合拍片為產業提供能量，相對來說演員機會已經不多，本地的女演員還要和大陸的女演員競爭，很多人都不看好這樣的職業前景。余香凝轉向演員之路，最初也沒信心。不過，她非常喜歡團隊精神。小學踢足球，中學打排球，她喜歡一班人一齊做一件事的感覺。2014年她參演香港電台劇集拍攝，立刻就被這種氛圍擊中了。一班人天天開工，前一下雨拍通宵明明很累，第二天這群人又再投入工作。余香凝在那個階段還沒想到如何投入角色，如何享受角色，她只知道很享受拍攝過程，「我享受大家一起為一件事努力的過程，可能就是很！熱！血！」講完自己也笑了。



余香凝。攝：林振東/端傳媒

余香凝不是表演科班出身，「《骨妹》的時候真的很緊張，要做一個大家姐式的人物，要有氣勢，」後來也慢慢放下了壓力。她會多問問身邊的人，「現在的好處是，香港電影無論台前幕後，都有很多真是讀電影出身，演藝學院也好，浸會城大也好。我可以隨時問到他們學院派的觀點。如果是中肯的評價，我就會去調整自己。」

她往往十分重視別人的意見，「我時常不知道自己是怎樣的。最好就是老實跟我說，有什麼做得不好，如何不好。我希望下次可以自己整理好自己。」就算先生一直支持她，說她是很好的演員，有時也讓余香凝陷入困惑，「他經常都會說我很好，雖然我不知道自己是不是真的好。」

在別人眼裡，余香凝是一個事事無所謂的人，因為她似乎什麼都覺得OK，才特別需要別人的意見。廖子好對余香凝說，其實你有所謂的，你的心是有所謂的。「有時我真的無所謂，現在人長大了。當我覺得自己真的不是這樣的時候，我就會說出來。有些東西一定是有是非對錯，但有的不一定，比如選參加金馬獎的衣服，可能沒有一個是非對錯，就是觀感上漂亮不漂亮？但是譬如有時你做人，或者社會上發生的事，你看得到是對就對，不對就不對。這些東西我是有所謂的。」

余香凝的第一個表演老師是彭秀慧。至今，彭秀慧的評語也最能影響余香凝。

「她令我打開了自己的心扉，以前做模特兒的時候，那些表演真的都比較表面。」在彭秀慧的表演課上，同學和同學之間建立了信任。通過練習，每一個人都原意將自己的某些成長經歷和高低起伏放出來，不介意他人看到自己的真情流露，「我過去沒有那麼靈活，演員就是需要打開一些情感。這些都只是第一步。」

彭秀慧的點評很直接，每一次余香凝有電影上映，她都會邀請彭秀慧來看，「然後我就會有一種好像交試卷的感覺，她就是來評分的老師。」彭秀慧每一次都會告訴余香凝，她的表演怎麼樣。

「現在這個行業，大家都比較婉轉。可能大家都知道彼此都不容易。所以批評很少見，要不就不講，要不就婉轉很婉轉，」彭秀慧會真的去給出觀點，「她也直接說不行，她知道以我的能力可以做得更好一點。或者她會問我當時拍攝有沒有其他因素，問清楚究竟，了解整件事，然後會認真告訴我好還是不好。」



余香凝。攝：林振東/端傳媒

也是彭秀慧，幫她渡過了一個難關。

2018年，余香凝和穩定交往數年的圈內男友分手。他們的戀愛關係早已被公眾知悉，這次分手讓公眾對余香凝產生了很負面的反應，從流言的消息中，大家認定她是這段關係的背叛者，輿論對她非常不客氣。

在回顧這件事，余香凝坦承那是一段非常艱難的時期。「那時候我才24歲。還有，有些事其實是兩個人之間的事。但是可能牽涉一些其他人的文字，就會令到整件事不同了。大家怎樣去看待那一件事，我控制不了。」

這個突如其來的大打擊，讓她思考自己是否應該轉行。生日來臨時，彭秀慧找到她說，「出來吧，我們和你一起慶祝。」當晚，余香凝以前學戲時候的老師和同學跟她一起坐下來談話。大家還很理性地幫她分析，「你會難捱的，但是你捱過了，你繼續堅持來做的，你捱過了就可以做好自己，大家就會看見。」還有苦中作樂的玩笑：「你到時候如果寫一本自傳，裡面就可以寫你怎樣克服這個如此困難的逆境。」余香凝將那天生日的合照放在自己心裏，說永遠也不忘記，她忍不住真的流淚。

想不到對新生代來說，負面的分手新聞還能產生這麼大的能量，「我以為我們那一批新生代的演員，都是比較隨意的。除非你是一個歌手，偶像身份出道。我們其實都不是什麼偶像，感情事完結了，我們沒有打算說出來，卻帶來這麼多人關注，這麼多人想知道我的事嗎？如果我一個人坐在這裏吃譚仔，在以前的年代會把這些物料藏起來，我完全沒有想過如今大家會這樣關注我。」

生日聚會之後，終於余香凝還是決定要繼續做演員，「我真的要感謝天，和所有疼愛我的人，這件事是我的幸運，我還是發現有很多人愛我。」

在那段難捱的日子，她此前已經拍好的《非同凡響》《逆流大叔》和《翠絲》逐步開始上映。「一些行內人或者一些影迷，看到我這三部作品之後，發覺我有不同的演員氣質。喜歡看電影的觀眾接受了我。」



余香凝。攝：林振東/端傳媒

口碑好起來後，她突然決定結婚。

「我從小到大，都很憧憬婚姻的。」她稱之為巨蟹座喜歡家庭。起初想20歲結婚，過了20歲就許25歲，過了25歲就想30歲。在30歲之前，余香凝遇到了她後來的先生，「我就覺得不要等了。」當初的擔心從來也沒有阻止過她結婚的想法。

「等，你又能怎樣呢？我問自己人生最重要是什麼呢？對於我來說，事業當然重要，但是家庭，我很肯定是最重要的。」

余香凝清晰明確地表示，她期待婚姻，也完全不想讓自己變成一個全職太太，「不行，我喜歡工作。天天待在家裡，我可能跟社會脫節了。」她想每一天去見不同的人，扮演不同的角色，「我可以將每一部戲裏學到的東西回去再教育小朋友。我是一個媽媽，就是要教育下一代怎樣做人，所以我一定要繼續做演員。」

《白日之下》的試鏡，余香凝表演了兩段戲。一段挑戰上司，為什麼報導不可以出街；一段是和通伯相處。她認定凌曉琪這個角色是剛中帶柔，「我覺得做了媽媽之後，我對親情，還有人與人之間的連繫變得敏感了。」那是凌曉琪和她相似的部分，或者也是如此，她順利拿到了這個角色，並完成了。

香港電影在2022年的「小陽春」是否能維持下去還很難說。香港觀眾多了支持新生代的創作者，似乎也害未能保證演員能夠佔據一個優勢地位。或者余香凝可以去其他地方發展，她可以在其他相對更好的環境裡，更早一些，更容易一些地去到事業的下一個階段。

「在香港的確是有很多限制，但我想大家都會盡可能說到一些自己想說的話。即使遇上這些限制或者其他限制：預算上的限制，組數上的限制，但我還是會留下來。我當然很有興趣去和不同地方的人合作。但我也是一個香港人，不管香港 OK 不 OK，我都要在這裏。」

30歲之後，她在工作上不會有太多情緒，余香凝平靜了許多，「可能30歲了，我不會為了工作自己很生氣或者發脾氣，遇到一些不知道自己怎樣的人的時候，我都盡量去體諒，可能他還很小，還未懂得去表達。」

「30歲」是一個令她很介意的字眼嗎？余香凝不知道，跟其他朋友講起，大家都立刻說，當然啦，你結完婚，還在演戲，又有兩個小朋友，請問你還介意什麼。

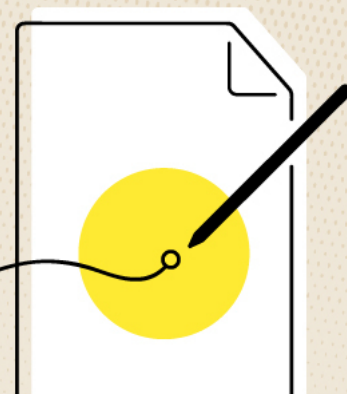
余香凝的30歲，覺得很圓滿。

[# 真实事件改编 # 最佳女主角 # 金马奖2023 # 白日之下 # 香港电影工业 # 香港电影](#)

本刊载内容版权为端传媒或相关单位所有，未经[端传媒编辑部](#)授权，请勿转载或复制，否则即为侵权。

端傳媒2023年度用戶調研

填寫問卷，幫我們一起成為更好的媒體



訂閱端傳媒，支持華文世界不可或缺的深度報導和多元聲音。

端傳媒的下一程，需要你的守護。今天就成為訂閱會員，支持我們走下去，支持華文世界不可或缺的深度報導和多元聲音。點擊了解更多[會員計畫](#)