

高海寧十年蛻變當女一

高海寧（高Ling）第一次擔正的劇集《婚姻合伙人》，兩年前已拍畢，最近終於播出。首次擔任女主角的高Ling，心情自然非常緊張，壓力山大。早前她接受大公報記者專訪，大談首次當女一的感受。

苦等兩年後，主演的劇集終於出街，她坦言心情複雜，猶記當初接到劇本知道會做女主角，感覺竟是無助，但難得機會來了，很想好好把握，卻又對自己產生懷疑，怕做得不好。她說：「最初一星期的拍攝，感覺好迷失，對白記不好。幸好拍檔楊明很快入戲，連帶我都快投入到角色，找回自己的感覺，之後拍攝就好順利，大家亦有火花。」

為自己而活

終於劇集順利煞科，她抱着期待的心情等待自己第一套擔正的作品播出。怎料，一等便是兩年。她說：「心情好忐忑。有些劇集的題材有時間性，很快便播出，我們這一套主題講地產，確是沒什麼時間性。我最怕的是之後拍的劇先播出，大家再看回我兩年前的演出，覺得我做得不好。」所以，當知道劇集終於播出時，心情興奮得難以形容。

以往她好少看網民留言，但今次就特別在討論區登記開戶，目的就是想聽聽觀眾的意見。高Ling說：「我以前不看，是因為不想心情被影響，但這次看完留言，就發現從觀眾的角度會有不同看法，從而對自己的演出了解多了。」她不諱言此劇緊接《鐵探》播出，是會擔心的，因《鐵探》有好口碑好收視，又是大製作；但原來觀眾會覺得看完大製作後再欣賞一套較輕鬆的劇集，也是不錯的。

高Ling初入行時，大家的焦點多放在她的身材上。她說：「我那時很介意別人怎樣看自己，又會為網民的留言不開心，不明白為何要這樣抨擊我。」於是，她刻意減少性感打扮，希望改變大家對她的看法，這段難捱的時間經歷了數年。直至她二十九歲那一年，突然看通了。她說：「我過去好像為別人而生活，沒有真正考慮過自己的感受，去逛街看電影是很多人會做的事，但我以前會躲在家中。後來我覺得這種生活太累了，漸漸開始不介意別人的看法，人生匆匆幾十年，自己做什麼自己才知道，現在我活得輕鬆又開心。」

當然，這一行十分現實，有得必有失。收起性感後，其工作量明顯減少了，但她希望別人看到她有另一面，一直在等待機會。她說：「我沒有屈服，現在回看也覺得是值得的，都是為未來。我不是只想賺幾年快錢就走，而是想為將來鋪路。觀眾的眼睛是雪亮的，時間會證明我是什麼人，現在有收穫了。」

不抗拒性感

成功轉型的高Ling現在反而不再抗拒性感，她記得外國女星妮歌潔曼說過：「性感不一定是裸露。」高Ling又說：「說我性感是一種讚美，有時我穿樽領衣服都會被指性感，即是我的性感是來自其他地方，是一種氣質，現在我會欣然接受。」問到覺得自己性感嗎？她笑言自己的性感好跳脫，有活潑一面也有女人味一面，可能靜下來時托腮也會有點性感。而她眼中的性感女神是舒淇，對方的性感來自於眼神。

《婚》劇播出後，觀眾口碑不俗，高Ling飾演貪錢港女貝競枝被讚演得入型入格，但現實中，她覺得家人永遠排在第一位，錢是重要，但不是最重要的東西。她說：「我都要養家，希望父母不用再辛苦

，也希望讓婆婆有更好的生活，而且我還有兩個弟弟。我的家庭觀念好重，亦很珍惜人與人之間的感情。人大了，朋友越來越少，友情、親情都好重要。」回想十年前初入行的情況，高Ling笑言都是一個小小的意外，並說：「媽咪唱歌好聽，但沒機會當歌手，她一直想我入娛樂圈，是她鼓勵我去選港姐。之後，我原本想重返校園讀書，但每當想走時就有些機會拉我回來，例如參演了晶哥（王晶）的電影，之後又拍了《美女廚房》，再去南非做世界盃，工作量都好多，就像天注定一樣，這樣一做便十年了。」

她續說：「我都係順應住條路走，這十年我有得着，有成長也有成就感。我不一定要當女主角，角色能夠帶給自己滿足感，已好足夠。」十年轉眼便過去，初入行時她什麼也不懂，到現在她仍覺得自己像新人，有很大的成長進步空間。高Ling笑說：「我好似有好多把刀，但全部都未磨利。」人成長了，懂得分輕重，慢慢也懂得感受生活，就如去旅行，她會享受在當地的體驗，吸收文化，追求心靈上的滿足。朋友雖然少了，但現在留在身邊的都是心靈可以互相慰藉的朋友，令她的人生有所得着。

高Ling就是那種低調又默默努力的藝人，她說：「我對事業有上進心，但沒有很大的野心，如果進取些應該會有多些機會。我對每項工作都好努力去做，不想讓自己後悔或有遺憾。」

無結婚計劃

長江後浪推前浪，每年都有不少新人入行，但她覺得每位藝人也有自己的定位及市場，並說：「我相信高Ling都有一個位置，不一定個個可以取替自己。正如要做一些無知天真的少女角色，我都做不到，也沒有說服力。」工作略有成績，現年三十二歲的高Ling未來十年會否朝着建立自己家庭之路進發呢？她笑說：「我都知我到了適婚年齡，但仍沒有計劃。要結婚時自然會結，也心急不來，不想給自己太大壓力。」她不諱言細個時憧憬過自己的婚姻，加上一家人感情要好，一直都好嚮往家庭生活。但目前她覺得工作最重要，2018年是播種期，拍了多套劇集，她很期待播出時有收成。她笑說：「屋企人沒有催我呀，媽咪反而叫我努力工作，供完一層樓再買另一層，哈哈。」在《婚姻合伙人》中，楊明飾演的郎朝勇對她痴心一片，她笑言，現實中沒有遇到這樣的男人，當然，每位女士都想要這樣的大暖男，但一切要隨緣。

高Ling年前在馬來西亞的頒獎禮上獲得「飛躍進步女藝員」獎，但在港仍跟獎項無緣。她說：「以前對獎項沒有太大感覺，直至在馬來西亞得獎後，理解到得獎不是我一個人的成就，也代表着整個團隊的努力。獎項是觀眾對我的肯定，大家覺得我實至名歸。」高Ling在2017年播出的劇集《不懂撒嬌的女人》中演田蜜一角，獲獎呼聲亦很高，可惜最終未有得獎。她坦言對此是有失望的，但不會不開心，因為其他對手都演得很好。

現在當了女一，問到與「視后」是否拉近了距離呢？她立即要手擰頭說：「我真的沒有想過。我見識過很多『視后』的演出，她們真的好厲害，我跟她們差太遠了。現在我仍要努力學習，做好自己，若果得到認同，已很滿足。」

化妝：譚瞳小白
服裝：Michael Kors

演藝界中有不少藝人默默耕耘，希望終有一天得到認同。高海寧憑藉參加2008年港姐入行，因為擁有驕人身材，入行初時被定型為「性感女星」。經過十年的不斷努力，她漸漸轉型，不再以性感掛帥，最近更成功當上女一，在無綫新劇中演活不擇手段的貪財港女，可謂守得雲開見月明。

大公報記者 溫穎芝（文） 黃洋港（圖）

不再活在別人的目光之下



▲高海寧（左）與楊明在新劇中迸出火花 無綫圖片

跟李佳芯老友 夢想現場睇巴塞

後記

高海寧2008年參選港姐時被視為大熱門，因為身材驕人成為「風頭鰲」。被捧為「性感女神」容易招人妒忌，高Ling坦言試過被杯葛；又說要在娛樂圈找到知心好友並不容易，因為拍一個劇集需時數個月，之後大家就未必在短時間內再遇到，而拍劇時的交流都是關於角色的，私底下很少再約會。

當然，凡事也會有例外。她早前與李佳芯赴台灣拍攝劇集《殺手》外景，二人了解多了，發現她倆的價值觀相同，喜好亦一樣，因此成為好友，早前更齊齊赴西班牙旅行。高Ling說：「好難得大家喜好一樣，我一直夢想親身去看一場巴塞球賽，入場券要五千多元一張，但佳芯都話有興趣看，原來她一樣鍾意看球賽。我們又喜歡行小店，在圈中找到志同道合的朋友，好難得。」



▲高海寧（左）與媽感情要好 網絡圖片



▲高海寧（左）與媽感情要好 網絡圖片



▲高海寧（中）2008年參選港姐後入行 資料圖片