

副刊
Show On
演藝潮流



▲薛凱琪放下執著，方發覺快樂很簡單

大公報記者溫穎芝攝

回首10年

薛凱琪快樂解碼



▲薛凱琪(中)曾與房祖名(左)及方大同傳緋聞，現在的她對愛情仍有憧憬



人生有幾個十年？這句電視劇的對白堪稱經典，套用在現實世界中，不少人也常常在心中問自己，特別在演藝圈，時間比一切重要，演藝壽命會隨着藝人年齡的增長而縮短，對很多藝人來說，每一分每一秒都是寶貴的。薛凱琪(Fiona)，一個外表看來仍是活潑跳脫的女孩子，原來不經不覺已入行十多年，今年三十五歲的她，經歷過人生高低，甚至曾因患上抑鬱症而想了結生命。過去十年，Fiona走過高山低谷，如今她只想做個簡單健康快樂的人，對尋找快樂亦有另一番體會。

大公報記者 溫穎芝

►薛凱琪希望盡快出國語碟
大公報記者 溫穎芝攝



▼薛凱琪自言只要有觀眾，她會繼續唱下去
資料圖片

十年前，著名填詞人黃偉文(Wyman)為薛凱琪寫了《給十年後的我》這首歌；十年後，他再為她寫了一首《十年後的我》作為回應。這十年，Fiona的人生觀有很大轉變，早前她接受《大公報》專訪，大談這十年其心態及思想上的變化。

Fiona表示新歌是十年前《給十年後的我》的續集，她大讚老友Wyman很有心思，之前問她能否趕及在她生日那天推出這首歌，如趕到他才會寫這個題目。Fiona很感激Wyman，她說：「他自己上網search，發現(兩首歌)剛好相隔十年，這是一份最好的生日禮物，很有意思。」

Wyman送歌感動

談起跟Wyman的友情，Fiona指對方一向好錫她，寫過很多好歌給她，像《奇洛李維斯回信》、《男孩像你》等。她記得當年自己患抑鬱症時，變得好瘦，根本不想見人；那時Wyman大壽，邀請她出席生日派對，她掙扎了好久，因為見到人會好驚，但最終還是去了。自此，每一年Wyman生日，她都一定出席。Fiona說：

「我病時，有一年生日，梁祖堯、湯駿業跟我打邊爐慶祝，Wyman突然出現，我當時都喊了出來，受寵若驚，我知道他是來鼓勵我的，用行動來為我加油，因為他好憎打邊爐。」由那時開始，她跟Wyman做了交心朋友，雖不是常見面，但二人每次見到都會傾心事，Wyman不時提點她，對方亦是影響到她變得堅強的人。Fiona說：「我出道第三年，透過同事知道，原來Wyman不喜歡我唱太負面的歌，因為他好努力打

造我成為堅強的女生，就算在黑暗之處，都相信會有希望。我好感動，有這位密友，寫歌詞陪我走這條路，令我覺得以後都要多唱鼓勵人的歌曲。」她表示，今次Wyman又主動送上《十年後的我》這首歌，真是一份令人感動的禮物。曾有人說過，在娛樂圈交到真心朋友不易，Fiona就不認同，她覺得大家能夠做到唱歌、演戲、填詞都有感情，若沒有big heart去容納好多人，是做不到這些作品的。她本身在圈中有好多交心朋友，自己對他們是100%信任，當中更有很多是可愛的小天使，Wyman便是其中一個。

當年《給十年後的我》，樂迷有不錯的反應，這首歌的內容是她不斷問自己快不快樂，Fiona指那時較年輕，對未來的世界有很多問號，有很多事情不知道，亦好擔心自己會變，又怕自己變得不快樂。今次Wyman寫《十年後的我》，歌詞講她做了「大人」十年，發現原來還是當小朋友好，亦慶幸自己沒有變過，棱角仍在。Fiona說：「我是發放正能量的人，想同大家講，不要做大人。Wyman太清楚我了，知道我嚮往做小朋友。這十年我長大了，現在是有智慧的小朋友。我以前什麼都不懂，試過做大人，發現原來沒什麼好，有太多恐懼，恐懼是來自怕被人欺騙，包括愛情、金錢及工作。但其實做大人還是小朋友，都是自己選擇，我選擇保持童真。」

轉眼便十年，提到這十年的轉變，Fiona想了想說：「其實最奇妙的轉變是在最近的一年發生，

這一年我不斷尋找快樂，找得好辛苦。但現在才發覺有些事，包括快樂，只是一念之差。要得到快樂，根本不費吹灰之力。以前我太用力了，希望大家都好，家人好，要求父母一定要快樂，自己才快樂，但原來不應控制別人，要先改變自己。

我現在健健康康的接受訪問，可以飲杯凍檸茶，已經是好快樂的事，以前我太執著，每件事都要完美，給了自己好大壓力。」

打坐讓心境平靜

二〇〇九年，Fiona患上抑鬱症，體重暴跌至只有八十五磅，更曾有自殺念頭。經過一年多的治療，Fiona康復了，但病過後她變得執著，更加追求快樂。她形容自己那時有點「走火入魔」，最終苦苦的仍是自己。最近她有所體會，亦開始學習打坐，讓自己平靜下來。她

說：「以前我覺得要見到大家開心，才是快樂，但現在發現保持心境平靜，也可以快樂。」Fiona亦明白到不應控制別人，反而是先要控制自己，家人都樂於見到她的轉變。她說：「所有轉變都是由我自己開始，我要先放過自己，才能踏出第一步，就好像有些老婆會嚴管老公，但其實要放過自己，夫妻才有健康的關係。我以往有很多準則給我父母，這些準則就是要令他們快樂，但原來他們不認同，始終老人家有自己的思想，不用將我們這一套，套在他們身上，有時也要設身處地，在他們的角度去想。」

重新踏上正軌，回想過去，Fiona承認患上抑鬱症時，是最艱辛的，因為身體有病，但她覺得最難過者，反而是自己欠缺大智慧的時期，並說：「沒大智慧的年期都好耐，多年來我都是好心做壞事，不止對其他人，對自己也是。我心好地好，但做出來的事，效果永遠不是自己所想，就是因為沒有大智慧，所以不斷傷害自己。」

Fiona覺得自己以前的情緒就像心電圖般，忽高忽低，說：「事業好，愛情好，電影票房收得好，應該去享受快樂；但如果那年男友劈腿，賺錢少了，情緒也不用急跌，反而更應該去珍惜自己，領悟一下自己為何會在這個位置上。」

迷惘的時期過去了，展望未來十年，Fiona希望擁有多些大智慧，做一個更能控制情緒的薛凱琪。對於藝人這份職業，她亦有所體會，明白到作為歌手、藝人，有很大的緣分去影響其他人，她會好好利用上天給她的聲帶、創意的腦袋，多發放正能量，不再做計時炸彈。

對於事業、感情，已屆適婚年齡的Fiona就笑言，不一定要在未來十年找到老公，她覺得愛情是浪漫的，三十歲嫁不出不是失敗及悲慘，愛情跟數字是兩樣不同的東西。她笑說：「五十歲找到伴侶，都可以好浪漫，沒有什麼適婚年齡，誰說三十歲結婚一定幸福，四十歲結婚就不幸福呢？就算在適婚年齡結婚，都可以離婚。」Fiona坦言不急於結婚，婚姻是浪漫的，不應有時間限制。說到生小朋友就不關浪漫的事，她笑說：「這關乎身體機能是否健康，但現在科技昌明，我希望將來有小朋友，但都是等上天賜予，不是想有便有。」

在工作上，Fiona希望可以再演一次舞台劇以及盡快推出國語碟，亦很想有機會拍古裝電影。別看這個「鬼妹仔」談吐洋化，原來她對中國歷史以及傳統的東西很有興趣，她有感外國拍攝古裝片總是帶有瑕疵，因為外國人不理解，

所以中國的古裝片是獨一無二的。她說：「我由細到大都愛看古裝片，單是《青蛇》便看了三次。」

有人聽會唱下去

Fiona在演藝圈已放了超過十年時間，正所謂「人生有幾個十年」，她有無想過再花多少時間在演藝圈呢？她想也不用想便說：「我好希望將來就算結婚生仔後，都可以繼續唱歌。成熟的人有成熟的唱法，只要有觀眾還願意看我，我不會退休。」近年

香港演藝市場萎縮，當歌手、藝人的路越來越難行，她會跟身邊的圈中朋友討論這個課題，其中一位好友便說：「應該正面些，常說有幾差幾差，但其實不是你揀這一行，是這一行揀了你。」這句說話令她有所領悟。Fiona說：「的確，這一行好特別，可以用正能量或負能量去影響其他人。如果是這一行選了我，我真心得上帝不是想我來玩十幾年便算。」她覺得自己有一個使命，深信將來結婚生仔後，自己會有另一些起跌高低的體會，到時大家仍願意聽她唱歌的話，她都可以陪住大家成長，讓大家看到她的蛻變。

但藝人有一個最難過的時刻，就是當觀眾對你已沒興趣，便要接受在人前站到人後，這是十分殘忍的。對此Fiona坦言不怕，她不是想別人記住她最年輕最美麗的時候，自己最光輝的時刻是對世界還有希望的時候，她會繼續用自己的作品去影響大家。Fiona說：「在我心目中，自己最靚，就是因為有一份不屈不撓的精神，總之一日有人聽我唱歌，我都會繼續唱，不會理會有幾多觀眾。」她亦為自己不斷求進的心態，感到驕傲，並說：「不止唱歌、演戲上，我覺得做人都要不斷求進，所以我經常看書、打坐，鑽研何謂快樂。」



▲薛凱琪認為人要不不斷求進

大公報記者溫穎芝攝



薛凱琪(左)視黃偉文為交心好友
資料圖片



薛凱琪(左)跟媽媽感情要好
微博圖片



《青蛇》是薛凱琪喜歡的古裝片之一
網絡圖片