



▲陳靜想演一些有挑戰性的角色

# 陳靜

## 一個人的快樂

數年前，香港出現一陣「噏模潮」，當時噏模蜂擁而出推出寫真集，拍攝電影，亮相綜藝節目，一年一度的書展都曾被她們攻陷。然而，今天仍留在圈中發展的噏模寥寥可數，陳靜是其中一人。她更成功進軍電影界，而且還奪得香港電影金像獎「最佳女配角」。原本星途一片光明，可惜引退事件令她要從頭再來。現年二十九歲的陳靜坦言，自己學懂了在逆境中成長。

大公報記者 溫穎芝 文、圖

▲陳靜曾跟隨潮流推出寫真集  
資料圖片►陳靜於二〇一三年獲金像獎最佳女配角獎  
資料圖片

陳靜（Dada）因拍廣告入行，憑驕人身材以及甜美面孔，成爲廣告界寵兒。Dada出道之時，正值噏模冒起的時期，她亦曾推出過寫真集，因爲樣貌及身材都較爲出衆，她很快便進入影圈拍電影，二〇一二年，她跟鄭中基合作拍攝電影《低俗喜劇》，戲中她飾演「爆炸糖」一角，令觀眾留下深刻印象，同時外間發現原來Dada不止有樣有身材，還有演技。結果，努力得到回報，她憑此片奪得「第32屆香港電影金像獎」的「最佳女配角」，同年還獲得台灣金馬獎的「最佳女配角」提名，成功轉型，由噏模變成演員。

就在Dada星途最光明的時候，她在二〇一三年八月突然在微博表示「生活好累，人言可畏」，因家庭、情緒、健康和感情的問題，她決定退出娛樂圈，並失去聯絡。當時其經理人也無法找到她，陳靜可能被迫索近五百萬元的違約賠償金。原本她已接拍了電影《喜愛夜蒲3》，電影公司立即易角找了許亦妮替代她演出。陳靜後來現身解釋自己退出是因爲情緒問題，但外間仍有很多揣測。兩個月後，她突然宣布重返娛樂圈，並跟經理人再簽下合約。嗣後，陳靜的人氣已不及從前，但近年她一直有拍攝電影，都是擔任女配角，也有客串性質的。

### 懷孕婦增肥20磅

早前，Dada爲動畫片配音，亦爲新片做準備。她接受大公報記者訪問時談到將來

的目標，以及過去經歷帶給她的得失。Dada透露將會拍攝一部新片，戲中演孕婦，導演要求她增肥二十磅。她說：「我會先拍肥了的戲分，之後要在一個月內減去二十磅，再拍瘦了的戲分，對我來說是好大的挑戰。」又表示一直都有慢慢增肥，不想一下子暴食，希望每個月肥五磅，逐步增磅。她笑言自己對增肥都很有信心，去一轉日本旅行相信已可肥幾磅回來；反而之後要減肥，難度就大些，屆時公司會安排她去看營養師以及找健身教練特訓她。

作爲女演員，要增肥二十磅絕對是很大的犧牲，對此Dada解釋稱，因爲角色很吸引。她演一個女強人，但在事業衝刺的時候

發現懷孕，事業與家庭怎樣兼顧呢？Dada表示，知道近年多了很多單親媽媽，身邊很多朋友都是。這部電影是一部比較女性主義的作品，正是探討這些問題。她覺得爲了角色要犧牲，也是值得的。Dada數年前曾患上抑鬱症，當時毅然決定退出娛樂圈，今次要要在一個月內減二十磅，會否怕有情緒問題？她坦言都有想過，但有些事要取捨。問到現在（抑鬱症）是否已完全康復？她說：「我現在大個女了，有足夠的EQ去控制自己，加上以前的經歷，現在思考會慢些，懂得享受生活，懂得怎樣紓壓，明白到好多事都會過去的，不用太執著。」

Dada指現在自己這個年紀以及心理素

質是最好的，也是最開心的。不過，現實始終是現實。問到當年突然引退，對其事業是否有很大影響呢？Dada說：「那時因爲剛得獎，太大壓力。我覺得當年的經歷對我做人有幫助，自己其實是很幸運的，只是那時所有事來得太快，突然有好多嘢給我，不知怎樣去接收。我又不是學戲劇出身，也不是從演藝學院畢業，給我一個獎，我原來承受不到壓力。」Dada表示得獎後，接拍每部電影都好驚，怕會影響之後的星途，故此在選擇上很有壓力，身邊又有很多不同的聲音，令她更添混亂，再者，那時屋企發生了一些事，種種因素加起來，她就作出退出的決定。

### 嚮往獨自旅行

回想過去，Dada明白到人生一定要經歷低谷才可以行出新路，否則會不懂珍惜，亦不懂在逆境中成長。這幾年，她還有沒有想過退出呢？Dada笑言沒有了，如果決定不做就直接轉行，不會再講，有些事她覺得不用太刻意。現在有合適的電影她會接拍，但不排除對其他工作會有興趣。

談及未來的發展目標，Dada表示拍電影以外，最想的便是去旅行。電影方面，她不介意自己產量不多，但最希望有好的作品。她一直很想演孕婦角色，現在有機會了，她會好好把握。Dada笑言曾想過生BB有自己的家庭，但現在似乎已過了理想的年齡，她亦沒有很想要一個家庭的慾望，反而好享

受現在的生活，可以有自己的世界。

至於旅行，Dada表示除了跟家人以及朋友旅行外，一直好想嘗試一個人去一次背包旅行。她說：「平時我連自己食飯看電影都沒試過，很想冒險一次。我身邊有朋友是旅行家，每次聽到他們去旅行的感受及經歷，都覺得好得意。我很希望可以去不丹，我知道這個地方可以一妻多夫，女權地位很高，感覺好得意，相信會有很多有趣的故事。」Dada當年出道時拍過寫真，問到現在還有計劃出寫真集嗎？她笑說：「不會了，都已老了。但我跟家人去熱帶地方旅行時，都會穿泳衣拍照，有時也會將相片在社交網站分享。」

Dada不諱言現在想多作新嘗試，以前做過的事不想重複，自己都感到悶了，就以電影角色爲例，一直都有人找她演女明星的角色，她全推了，除非是有特別的意義，否則不想再重複，她寧願繼續等。問到豈不是推掉很多片酬？她說：「我覺得（錢）夠用便可以了。」那是否以後不再性感呢？Dada覺得要看角色需要，自己都有底線的，像她以往的性感尺度，她不會介意，只要角色、導演都好，就沒問題。她反而最想演一些專業人士，如老師、秘書，多演不同行業的人，她覺得這樣才好玩。她亦會想過返內地發展，也有一些網劇她拍攝，但始終未遇到合適的作品。Dada重申片酬不是最主要的元素，她只希望遇到一些有挑戰性的角色。

►►陳靜當年戲劇性宣布復出，甫現身記者會  
資料圖片

## 從噏模到演員的蛻變

### 成功例子

陳靜由「噏模」轉型成爲演員，除了她之外，其實也有不少成功例子，當然少不了「噏模」始祖周秀娜、Angelababy及文詠珊（Janice Man）。周秀娜於二〇〇九年推出寫真集，以「噏模」姿態入行，當時她的寫真集意識大膽，成爲銷量冠軍。她亦人氣急升，成爲廣告界新寵兒，並獲邀拍攝電影，至今拍攝的電影已近五十部，去年她更憑電影《29+1》獲提名金像獎「最佳女主角」，演技備受讚賞。被稱爲「娜姐」的她今年更進軍電視界，參與無綫劇集《宮心計2深宮計》的演出，同時，她開創了自己的內衣品牌生意。

Angelababy當年同樣推出寫真集，走甜美女神路線。Baby精緻的五官，令她成功突圍，很快便進

軍日本模特兒市場發展。二〇一四年她獲邀參與內地真人秀節目《奔跑吧！兄弟》，令她的事業攀上高峰，成爲內地當紅女演員，橫掃電影、電視劇及綜藝節目。Baby於二〇一五年嫁給內地著名小生黃曉明，舉行世紀婚禮，去年誕下兒子「小海綿」，但Baby依舊人氣不減，工作不斷。

文詠珊於二〇〇二年被發掘入行當模特兒，當時她只有十四歲。二〇〇七年起，她開始拍攝電影，二〇〇九年被黎明看中羅致旗下，黎明主力爲她開拓電影事業。文詠珊近年也是以拍攝電影爲主，二〇一五年憑《赤道》入圍金像獎「最佳女配角」，她亦有在內地拍攝電視劇，代表作是二〇一七年的古裝劇《九州·海上牧雲記》和二〇一八年的網劇《冒險王衛斯理》。



►►AngelaBaby在內地發展如魚得水  
資料圖片

周秀娜的演技備受讚賞  
資料圖片